

۱۲۷۲۲۲۲
برنام‌حدا

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

انضباط بدون گریه

راهکارهایی ملایم برای تشویق رفتار خوب بدون نق زدن، کج خلقی و گریه کردن

الیزابت پنتلی

مترجم: ویدا راضی

www.saberinbooks.ir

Pantley, Elizabeth

: پنتلی، الیزابت

سرشناسه

: انضباط بدون گریه: راهکارهایی ملایم برای تشویق رفتار خوب بدون نق زدن، کج خلقی و گریه کردن / الیزابت پنتلی؛ مترجم ویدا راضی.

عنوان و نام پدیدآور

: تهران، صابرین، کتابهای دانه، ۱۳۹۷.

مشخصات نشر

: ۳۳۹ ص.

مشخصات ظاهری

: کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان.

فروست

: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۹۷-۱

شابک

وضعیت فهرست نویسی

: فیبا.

: چاپ سوم؛ ۱۴۰۲.

یادداشت

: The no-cry discipline solution: gentle ways to encourage

یادداشت

good behavior without whining tantrums, & tears, 2007

عنوان دیگر

: راهکارهایی ملایم برای تشویق رفتار خوب بدون نق زدن، کج خلقی و گریه کردن.

موضوع

: Discipline of children -- انضباط، کودکان --

موضوع

: Parenting رفتار والدین،

شناسه افزوده

: راضی، ویدا، ۱۳۶۰ -، مترجم

رده بندی کنگره

: HQ ۷۷۰/۴/۸۷ الف ۱۳۹۷

رده بندی دیویی

: ۶۴۹/۶۴

شماره کتابشناسی ملی : ۵۴۴۵۷۰۱

کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۱۳۹۰

انضباط بدون گریه

الیزابت پنتلی

ویدا راضی

مترجم

محمدعلی معصومی

ویراستار

بابک کثیری

اجرای طرح جلد

۱۴۰۲

چاپ سوم

۱۰۰۰

تعداد

فاطمه بابایی

حروفچینی و صفحه آرایی

امین گرافیک

لیتوگرافی

اکسیر

چاپ جلد

پژمان

چاپ متن و صحافی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۹۷-۱

حقوق ناشر محفوظ است

قیمت: ۲۴۰/۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۷	 سخن ناشر
۹	 پیشگفتار
۱۱	بخش ۱: بنیانی برای انضباط بدون گریه: نگرش‌های اساسی تربیتی
	 منضبط کردن: کار پیچیده‌ای که با چشم انداز مناسب
۱۳	 آسان می‌شود
۱۷	 از بین بردن باورهای غلط
	 از قبل برنامه‌ریزی کردن، نگریستن به آینده، در نظر داشتن دوران
۲۸	 نوجوانی کودک خود
۳۷	 ایجاد یک بنیان قوی
۵۲	 انضباط و احاطه عاطفی
۵۷	 چهار بخش منضبط کردن
۶۳	بخش ۲: مهارت‌ها و ابزارهای تربیتی انضباط بدون گریه
۶۵	 چالش‌های روزمره
۶۹	 ابتدا، مشکل واقعی را حل کنید
۸۶	 انضباط و همکاری: انتخاب ماجرای خودتان
۱۲۸	 صفحه یادآوری: مهارت‌ها و ابزارهای تربیتی انضباط بدون گریه

- کج خلقی، بهانه گیری و نق زدن: سه موضوع مهم ۱۳۰
- صفحه یادآوری: متوقف کردن کج خلقی، بهانه گیری و نق زدن ۱۵۰
- بخش ۳: یک خانه آرام: حفظ آرامش و اجتناب از خشم ۱۵۳
- جست و جوی آرامش ۱۵۵
- خشم: شرم و پنهان کاری ۱۵۶
- چرا والدین از دست کودکان شان عصبانی می شوند؟ ۱۶۰
- سطوح مختلف خشم ۱۷۸
- خشم شما: آیا شما تصادفاً به بدتر شدن امور دامن می زنید؟ ۱۸۲
- برنامه ریزی برای مدیریت خشم ۱۹۲
- کاهش وضعیت های خشم آفرین ۲۱۸
- آیا به کمک بیشتری نیاز دارید؟ ۲۲۰
- صفحه یادآوری: شش گام حفظ آرامش ۲۲۲
- بخش ۴: راه حل هایی ویژه برای مشکلات روزمره ۲۲۵
- به کار بردن مهارت های تربیتی بدون گریه، برای مشکلات
- روزمره ۲۲۷
- بچه گانه حرف زدن ۲۳۱
- حاضر جوابی ۲۳۴
- حمام کردن، رفتار نامناسب در حمام ۲۳۷
- حمام کردن، تمایلی به حمام رفتن نداشتن ۲۴۰
- حمام کردن، تمایلی به بیرون آمدن از حمام نداشتن ۲۴۳
- گاز گرفتن، از کودک گرفته تا بزرگسالان ۲۴۶
- گاز گرفتن سایر کودکان ۲۴۹
- ریاست طلبی ۲۵۳
- مشکلات اتومبیل ۲۵۷

۲۶۰	فِس فِس کردن
۲۶۳	بردن و آوردن از مهدکودک و کودکستان
۲۶۶	نیامدن هنگام صدا زده شدن
۲۶۹	کتک زدن والدین
۲۷۲	کتک زدن، لگد زدن و کشیدن مو
۲۷۷	قطع کردن حرف دیگران
۲۸۰	دروغگویی
۲۸۳	آداب و نزاکت
۲۸۶	رفتار هنگام غذا
۲۸۹	بی نظمی
۲۹۱	کودکان بی انضباط سایر افراد
۲۹۴	رفتار هنگام بازی
۲۹۷	رفتار در رستوران
۳۰۱	جنگ و دعوا و یا بازی وحشیانه
۳۰۳	شریک کردن
۳۰۷	رفتار نامناسب هنگام خرید
۳۱۱	نبرد خواهران و برادران
۳۱۵	مشکلات خواب - خواب شبانه
۳۱۹	مشکلات خواب - چرت زدن
۳۲۳	فحش دادن، بدزبانی و زدن حرف های زشت
۳۲۷	تمسخر کردن و همدیگر را با القاب زشت صدا کردن
۳۳۰	مسواک زدن
۳۳۳	رفتن به مسافرت
۳۳۷	داد زدن، جیغ زدن و فریاد کشیدن

سخن ناشر

خواننده محترم، کتابی که پیش روی دارید، یک جلد از **کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان** است.

کتاب‌های این مجموعه، با وجود ارتباط موضوعی، هرکدام از نظر مطلب، مستقل هستند. آماده‌گی برای زایمان، روش‌های مناسب و صحیح شیردادن، تولد فرزند دوم، نقش پدر در تربیت کودک، پرورش کودک تیزهوش، آموختن به کودکان درباره خدا، سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان، پرورش فرزندان امیدوار و موفق، کلیدهای رفتار با نوجوانان و نیز مطالب متنوع و جالب دیگری که به روش‌ها و مشکلات تربیتی کودکان و نوجوانان تا سنین بلوغ می‌پردازد، موضوع کتاب‌های این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نویسندگان این کتاب‌ها، آموزش شیوه‌های عملی به والدین است. در نتیجه، هرکتاب از فصل‌های متعددی تشکیل شده است که هر فصل به توضیح یک روش کلیدی می‌پردازد. **مجموعه کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان**، علاوه بر پشتوانه علمی و معتبر خود، از زبانی ساده برای توضیح مطالب و انتقال آن‌ها به خواننده استفاده کرده است که برای عموم مادران و پدران جوان قابل استفاده خواهد بود.