

۱۴۰۲/۹/۱۸

۱۵۲۲۵۲۳

برنده لوح تقدیر نهمین دوره جایزه کتاب فصل بهار ۸۸
برنده لوح تقدیر کتاب سال دانشجویی پاییز ۸۹

روان‌شناسی خانواده موفق

با مقدمه دکتر غلامعلی افروز

نویسنده:
فیلیپ مک گراو (دکتر فاضل)

مترجم:

دکتر محمد مهدی شریعت باقری

روان‌شناس و عضو هیأت علمی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی
دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی



سرشناسه: مک گراو، فیلیپ سی. ۱۹۵۰ - م.

McGraw, Phillip C

عنوان و نام پدیدآور: روان‌شناسی خانواده موفق / فیلیپ مک گراو؛ با پیشگفتاری از غلامعلی افروز؛ ترجمه محمدمهدی شریعت‌باقری.

مشخصات نشر: تهران: دانژه.

مشخصات ظاهری: ۴۸۸ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۰۷۰-۶۵-۱

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: Family first: your step - by - step plan for creating a phenomenal family

موضوع: رفتار والدین - والدین و کودک

موضوع: خانواده

شناسه افزوده: شریعت باقری، محمدمهدی. ۱۳۴۹ - مترجم

شناسه افزوده: افروز، غلامعلی. ۱۳۲۹ - مقدمه‌نویس

رده بندی کنگره: الف ۱۳۸۷ ۸ الف ۷ م / HQ ۷۵۵ / ۸

رده بندی دیویی: ۶۴۹/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۱۵۷۱۶۸۷

عنوان: روان‌شناسی خانواده موفق / با مقدمه دکتر غلامعلی افروز

نویسنده: فیلیپ مک گراو (دکتر فیبا)

مترجم: دکتر محمدمهدی شریعت‌باقری

(روان‌شناس و استادیار دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی)

mahdi_sh_fk@yahoo.com

ویراستار فنی: داوود عرب قهستانی

مدیر تولید: داریوش سازمند

صفحه‌آرا: گروه سایه‌سان

ناشر: دانژه

لیتوگرافی و چاپ: چاووش / شریف‌نو

شمارگان: ۵۵۰ نسخه / قطع: وزیری

نوبت چاپ: چهاردهم ۱۴۰۰ / پانزدهم ۱۴۰۲

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۰۷۰-۶۵-۱

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۳۸ است. هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

تهران: خیابان استاد مطهری - خیابان سلیمان خاطر (امیراتابک)، کوچه اسلامی، شماره ۴/۲

کدپستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۱۱ تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۸۴۵۲۵۴۳ تلفکس: ۸۸۸۱۲۰۸۳

نشانی دفتر پخش: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، بن بست خسروی، پلاک ۱

تلفن: ۶۶۴۷۶۳۷۵ - ۶۶۴۶۲۰۶۱ فکس: ۶۶۴۷۶۳۸۹ - ۶۶۴۶۲۴۹۶

مقدمه‌ای برای کتاب حاضر

«هو المحبوب»

خانواده تنها نهاد فطری و طبیعی بشر است. خانواده، بنای عرشی و مقدس‌ترین کانون هستی است و همین است که پیامبر اعظم (صلوات الله علیه و آله و سلم) می‌فرمایند: «محبوب‌ترین بنای هستی برای من خانواده است.» دیگر نهادهای اجتماعی برای خدمت و حمایت از خانواده بنا می‌گردند. خانواده با عقد زوجیت زن و مرد تاسیس می‌گردد. خلقت هستی بر زوجیت استوار است و خالق مهربان همه هستی را زوج می‌آفریند و به سخن دیگر، پروردگار مهربان، خانواده آفرین است.

نهایت زوجیت، نیل به کمال آرامش و شکوفایی همه وجود است. در این نهایت، همسران مطلوب آنانی هستند که با اتصاف به ویژگی‌های صفات پایدار و فضیلت‌های اخلاقی و منش متعالی انسان‌های دل آرام، وجودشان آرامشگر همسر همراه و همسران به هم می‌رسند که همه آرامش، محبت، گذشت، ایثار، صداقت،

در این فضا، خانواده موفق و همسران به هم می‌رسند که همه آرامش، محبت، گذشت، ایثار، صداقت، مهربانی، عدالت، صبوری، احسان و همه جاذبه‌های فکری، علمی، کلامی، رفتاری و نفسانی خود را بی منت و بی توقع، با اخلاص و توجه تقدیم همسرشان می‌نمایند.

بدون تردید انتخاب همسر مهم‌ترین و سرنوشت‌سازترین انتخاب انسان در گستره حیات است و به فرموده رسول خدا (ص) پُر ثواب‌ترین واسطه‌گری‌ها، واسطه و رابط شدن در کمک به داوطلبان ازدواج برای زوجیت پایدار و ماندگار است.

آری خانواده زیباترین بنای انسان و مطالعه، پژوهش و بحث پیرامون خانواده، گیراترین مبحث برای همه انسان‌ها، پیر و جوان، کودک و نوجوان در گستره جهان است.

کتاب حاضر که توسط برادر گرامی، محقق توانمند جناب آقای دکتر شریعت باقری به زبان فارسی ترجمه شده است دارای نکات بسیار قابل توجهی است که مطالعه آن توسط پدرها و مادرهای بصیر، زوج‌های جوان و داوطلبان ازدواج می‌تواند بسیار مفید و موثر باشد.

آشنایی با معیارها و مولفه‌های خانواده از نظر صاحب نظران و متفکران مغرب‌زمین و فرهنگ‌های مختلف می‌تواند از جهات مختلف حائز اهمیت باشد.

توفیقات روز افزون مترجم ارجمند و همه خوانندگان بصیر را از خالق منان مسألت دارم.

دکتر غلامعلی افروز

استاد دانشگاه تهران

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۷.....	دیباجه مترجم
۹.....	پیشگفتار دکتر فیل

بخش اول: تشکیل خانواده موفق

۱۵.....	اهمیت خانواده	فصل اول:
۳۵.....	راهبردهای ویژه برای خانواده‌های طلاق و مختلط	فصل دوم:
۵۸.....	پنج عامل برای داشتن یک خانواده موفق	فصل سوم:
۱۱۶.....	میراث خانوادگی شما	فصل چهارم:
۱۴۳.....	سبک فرزندپروری شما	فصل پنجم:
۱۹۰.....	توانمندسازی	فصل ششم:

بخش دوم: هفت ابزار برای فرزندپروری هدفمند

۲۳۰.....	ابزار ۱: فرزندپروری با هدف: موفقیت را تعریف کنید	فصل هفتم:
۲۵۹.....	ابزار ۲: فرزندپروری با شفافیت: حرف برنید، گوش کنید و یاد بگیرید	فصل هشتم:
۲۹۹.....	ابزار ۳: فرزندپروری با گفتگو و مذاکره: بافرزندانتان دوست باشید	فصل نهم:
۳۲۸.....	ابزار ۴: فرزندپروری با استفاده از تقویت: عملکرد و پاداش‌ها	فصل دهم:
۳۷۶.....	ابزار ۵: فرزندپروری از طریق تغییر: آب را گل آلود کن و ماهی بگیر	فصل یازدهم:
۴۱۱.....	ابزار ۶: فرزندپروری با هماهنگی: به خانواده خود نظم و ترتیب بدهید	فصل دوازدهم:
۴۳۲.....	ابزار ۷: فرزندپروری از طریق الگودهی: آنچه را می‌گویید، در عمل هم انجام دهید	فصل سیزدهم:

۴۶۰.....	پی‌نوشت
۴۷۵.....	منابع

دیباچه مترجم

ای رهیده جان تو از ما و من	ای لطیفه روح اندر مرد و زن
مرد وزن چو یک شود، آن یک تویی	چونکه یک‌ها محو شد، آنک تویی
این من و ما، بهر آن بر ساختی	تا تو با خود نرد خدمت باختی
تا من و توها همه، یک جان شوند	عاقبت مستغرق جانان شوند
باغ سبز عشق، کو بی منتهاست	جز و غم و شادی در او بس میوه‌هاست
آن که او بسته غم و خنده بود	او بدین دو عاریت زنده بود
عاشقی زین هر دو حالت، بر ترست	بی بهار و بی خزان سبز و ترست

(ابیات ۱۷۸۵ به بعد - دفتر اول مثنوی معنوی)

تقدیم به پروفیسور غلامحسین شکوهی

هیچ‌گاه شور و حرارت و وجد بی‌نهایت استاد، از ذهن و قلبم باگ نمی‌گردد. هنوز از حرارت آن لب‌های آتشین و از عشق آن گفتار دلنشین، گرم گرمم. تن صدای دلپذیر و گام‌های استوار و نگاه‌های عمیق او هرگز از خاطرم محو نخواهد شد. کلاس‌های استاد که با انبوه دانشجویان مشتاق و عمدتاً در سالن آمفی‌تئاتر دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران تشکیل می‌شد، همواره جذاب و استثنایی بود. او که سابقه بیش از چهل سال تدریس علوم تربیتی را با خود به کلاس می‌آورد، مجسمه‌ای از علم و عمل و اخلاق و تقوی بود. عمرش را با معلمی سپری کرده بود و همواره بر این امر مباحثات می‌کرد. قدم‌های سنگین و جدی او در کلاس، ابهت و سکوت آغازینش، هر دانشجویی را بر صندلی خود میخ‌کوب می‌کرد. او معنی و مفهوم عمیق تربیت را با بیانی کم‌نظیر مطرح می‌کرد و من که از جمله کوچکترین دانشجویان ایشان بودم در همان کلاس‌ها عهد کردم که چنانچه به هر طریق بتوانم کتابی را در زمینه تربیت به چاپ رسانم، بدان عزیزی تقدیم نمایم که اولین بار و در محیطی رسمی، حلاوت تربیت را به کامم چشاند. آن اسطوره تعلیم و تربیت که بسیاری از اندیشمندان و بزرگان عصر حاضر افتخار شاگردی او را دارند، اسوه و الگویی کم‌نظیر در تعلیم و تربیت علمی و عملی بود. استاد پروفیسور غلامحسین شکوهی به دانشجویانش آموخت که زیستن آسمانی در زمین چندان محال نیست. هنوز هم می‌توان پاک بود و پاک زیست. به دنیا پشت کرد و در دنیا زیست. دلبسته دنیا نبود اما عاشقانه زندگی کرد و ... و حال این اثر را به رادمردی هدیت می‌کنم که به من «درس عشق، عشق بی‌قید و شرط» را آموخت، به :

«پروفیسور غلامحسین شکوهی»

نیز شایسته است که از استاد فرهیخته، برجسته و نمونه دانشگاه تهران و افتخار جامعه دانشگاهی کشور، جناب آقای دکتر غلامعلی افروز که به سابقه شاگردی و ارادت دیرینه اینجانب واقف بوده و تقبل زحمت مقدمه موجز و عالمانه را فرموده‌اند، صمیمانه تشکر و قدردانی نمایم. هم‌چنین این جانب خرسند و از خداوند متعال شاکر است که همواره از راهنمایی‌های داهیان، عالمانه و عارفانه استاد وارسته و مدیر مسئول محترم انتشارات دانژه، جناب آقای دکتر علی حسین سازمند بهره‌مند می‌گردد و چنانچه مساعدت‌ها و بزرگواری‌های ایشان نبود، قطعاً این اثر هم به زیور طبع آراسته نمی‌شد و لذا بدینوسیله سپاس همیشگی خویش را تقدیم آن عزیز می‌نمایم که حتی انتخاب نام این اثر هم با درایت ایشان صورت پذیرفت.

همچنین بر خود فرض می‌دانم که از کلیه دانشجویان عزیزم بویژه سرکار خانم‌ها: مریم شامل یام و سمیه نصیری که زحمت نمونه‌خوانی این اثر را تقبل نمودند، و سرکار خانم مهندس کیمیایی که همواره مرا مدیون خوبی‌هایش نموده‌اند و اصل این کتاب را نیز از امریکا برایم تهیه فرمودند، صمیمانه تشکر و قدردانی نمایم. می‌خواهم بدان همواره آرزوی سلامتی و توفیقات روز افزون این عزیزان رامسألت دارم. هم‌چنین از سرکار خانم فاطمه ابراهیمی، فارغ التحصیل رشته مشاوره که یاری‌ها و همراهی‌های بیدریغی داشتند، صمیمانه سپاسگزاری می‌شود و اما در معرفی کتاب حاضر (که خود از آن بهره‌های فراوان برداشتم)، باید گفت که کتاب نسبتاً جامعی در بحث خانواده است و از محسنات ویژه آن که بر بسیاری از کتب مشابه، برتری دارد، ارائه راهبردها و مطالب ملموس و کاربردی است که هر درمانگر و خانواده‌ای بدان‌ها نیازمند است. پنج عامل مطرح شده جهت داشتن خانواده‌ای موفق و ذکر سبک‌های مختلف فرزندپروری همراه با راهبردهای کنار آمدن با فرزندان و تکنیک‌های تغییر و اصلاح رفتار از امتیازات ویژه این کتاب است که می‌تواند به عنوان واحد درسی دانشجویان رشته روان‌شناسی و مشاوره در دروس خانواده از جمله: واحدهای مشاوره خانواده و خانواده نابسامان (که نقطه مقابل خانواده موفق بوده و در این کتاب تکنیک‌های جالب توجهی برای رفع نابسامانی و آشفستگی در خانواده‌های نابسامان ارائه شده است) مورد استفاده قرار گیرد.

در خاتمه امید است که کتاب حاضر علاوه بر دانشجویان گرامی، مورد اقبال و استفاده مراکز مشاوره و نیز خانواده‌های عزیز این مرز و بوم قرار گیرد و نزد پروردگار قادر متعال، گامی هرچند کوچک در راه دستیابی به خانواده موفق و حفظ سلامت معنوی آنان به حساب آید.

پیشگفتاری برای چاپ سیزدهم

حمد و شکر و سپاس و ستایش پروردگار واحد و احد و صمدی که از نعمات بی حد و حصر حضرتش این کمترین را نیز بیش از استحقاق عطاها فرمود... نعماتی که در زبان و قلم و وصال ننگجد و هرنعمتش را هزاران سجده شکر است... اینک که نوبت چاپ این کتاب به سیزدهم رسید و دانشجویان عزیز، خانواده های گرمی و مراکز مشاوره و کلینک ها از آن بهره های فراوان بردند، خداوند منان را بیش از پیش سپاس می گویم... اما در فاصله این چاپ ها و در اردیبهشت سال ۱۳۹۵ استاد فرزانه و بزرگوارمان دکتر غلامحسین شکوهی (همو که دیپاچه این کتاب به نامش متبرک و به ایشان هدیت شده است) رخت خویش به دیار باقی افکند و شاگردانشان را تنها... ضمن تاسف از دست دادن این چهره برجسته براین باوریم که این معلم عاشق و استاد وارسته و عامل، پاک زیست و پاک مُرد... او حدود ۶۰ سال از عمر خویش را به هنر مهمّ تعلیم و تربیت گذراند و اکنون که تنش خفته در گل و جانش آمیخته با گل و نسرين است، ندای درونش این است که :

خلق می گوید مُرد سید عالم
کرتن من همچون باخته است
تو بکونی زنده ام ای غافلان
هشت بخت در دم بگفته است

(۱۳۳۷/۵ - ۱۳۶۶)

به روان آن راد مرد، درود و سلام و تحیت می فرستیم و در دل علو درجاتش را داریم و یاد و نامش را همواره گرمی می داریم. همچنین برای تمام عزیزان عرصه سترگ تعلیم و تربیت که پیام آوران الهی هستند و صادقانه برای پاسداشت و گسترش تعلیم و تربیتی که مبتنی بر فطرت پاک انسان هاست، تلاش می کنند، آرزوی سلامت، سعادت، خوش وقتی و عاقبت بخیری داریم. از استاد عزیز و گرانقدر و مدیرمسئول محترم انتشارات دانژه - جناب آقای دکتر علی حسین سازمند - که پس از سال های طولانی تدریس در دانشگاه ها و تربیت شاگردان فراوان، در طول دوران بازنشستگی نیز عمر گرانقدر خود را برای نشر آثاری که سودمند به حال جامعه و مردم این مرزوبوم میهن اسلامی باشد، مصروف می نمایند و به معنویت این امر، باور عمیق قلبی دارند، سپاس و تشکرویزه داریم و از خدای منان، سلامت، طول عمر و دوام توفیقات ایشان را خواستاریم. در خاتمه دست دعا و تضرع به درگاه حضرتش بر می داریم که :

هم دعا از من روان کردی چو آب
هم تو بودی اول آرنده ی دعا
هم نباش بخش و دارش متجرب
هم تو باش آخر اجابت را رجا

والدین عزیز

می‌خواهم در نقش فرزند والدینی مهربان اما تاحدودی ناکارآمد در امر فرزندپروری، در نقش یک پدر و یک همسر و در جایگاه یک متخصص بهداشت روانی با شما دربارهٔ خانواده صحبت کنم. من هم مثل شما نگران فرزندانم هستم و میل دارم با شما در این باره صحبت کنم.

می‌دانم که من و شما یا بهتر بگویم ما والدین، علایق مشترک بسیار مهمی داریم. من هم مثل شما به خانواده‌ام بیش از هر چیز دیگری در دنیا عشق می‌ورزم و می‌خواهم همیشه اعضای خانواده‌ام سالم و تندرست و خوشبخت و در هر کاری که انجام می‌دهند موفق باشند، چه در جمع کوچک و صمیمی خانواده و چه در جامعه. این مسأله، دغدغهٔ هر روز من است اما در خانه ما بیشتر روزها «خوب و آرام» سپری می‌شوند. (با وجود دو پسر که یکی از آن‌ها نوجوان است و در خانه با ما زندگی می‌کند و ممکن است ظرف پنج دقیقه تغییر کند!) امیدوارم در خانواده شما هم آرامش و هماهنگی نسبی برقرار باشد. اما یکی از وظایفی که ما والدین برعهده داریم این است که تمام چیزهایی که می‌توانند بر خانواده‌ما تأثیر گذار باشند آگاه باشیم. ما باید نسبت به چیزهایی که آرامش و خوشبختی خانواده‌ما را تهدید می‌کنند کاملاً هشیار باشیم، خواه این عوامل از خارج خانواده نشأت گیرند و خواه از داخل خانواده.

افراد بسیاری چون معلمان، مربیان، همکلاسی‌ها، همسالان فرزندان‌مان و... بر زندگی خانوادگی ما تأثیر گذارند که بعضی از آن‌ها حسن نیت دارند و بعضی‌شان نه. ممکن است ارزش‌ها و علایق این افراد با ارزش‌ها و علایق ما تفاوت بسیار داشته باشد و می‌توانند به شدت بر نحوهٔ تفکر و رفتار فرزندان ما و نیز آینده آن‌ها تأثیر گذار باشند. اگر نظارت هدف‌مندی بر فرزندانمان نداشته باشیم ممکن است پیام‌ها و اطلاعاتی که از سوی رسانه‌های گروهی به آن‌ها منتقل می‌شود سبب افول ارزش‌های اخلاقی ایشان شود. آن‌ها در برنامه‌های تلویزیونی، موسیقی‌ها و فیلم‌های سینمایی با قهرمانان و شخصیت‌هایی مواجه می‌شوند که با ارزش‌های ما در تعارضند. این وظیفهٔ ما به‌عنوان رهبر خانواده است که بکوشیم به جای تشدید این تأثیر با آن مقابله کنیم. باید سعی کنیم که خودمان به خاطر ضعفمان، ناتوانی در هدایت موثر خانواده و اشتباهاتی که والدین‌مان در تربیت ما مرتکب شده‌اند، به یک عامل تهدید کننده داخلی برای خانواده‌مان بدل نشویم. شکی

نیست ما والدین تنها عامل تاثیرگذار بر فرزندانمان نیستیم بنابراین باید کاری کنیم که تاثیر ما بر زندگی آنها بهتر و بیشتر از سایر عوامل باشد.

افراد بدبین و منفی‌باف می‌گویند در جامعه ما که به سرعت هم در حال تغییر است، خانواده به تدریج جایگاه خود را از دست می‌دهد، یعنی مفهوم خود را از دست می‌دهد و مانند شیئی از مد افتاده کنار گذاشته می‌شود و در دنیای افراد «روشنفکر» محو می‌گردد، اما من می‌گویم این مطلب درست نیست. امروزه اهمیت خانواده از گذشته بیشتر شده است و جایگاه آن به هیچ وجه رو به افول نیست. این نبردی است که علیه ما آغاز شده و ما باید در این جنگ، پیروز میدان باشیم و این پیروزی میسر نمی‌شود مگر آنکه تکالیف و وظایف‌مان را درست انجام دهیم. ما والدین، این توانایی را داریم که فرزندان‌مان را به سوی موفقیت سوق دهیم. ممکن است هم اکنون این توانایی را در وجود خود حس کنید یا نکنید اما مطمئن باشید که اگر شهادت ایستادن در برابر مشکلات را داشته باشید حتماً در این کار موفق خواهید شد.

من به شما می‌گویم که امیدوار و خوشبین باشید چون به اعتقاد من همه خانواده‌ها می‌توانند خوشبخت و شکوفا باشند. همچنین باور دارم که شما والدین می‌توانید در دنیای مدرن امروزی خانواده خود را به سر منزل مقصود هدایت کنید و ارزش‌ها و علایق مورد نظر خود را در فرزندان و خانواده خود تقویت نمایید. تمام آنچه برای رسیدن به این هدف بدان نیاز دارید و طرح و برنامه‌ای مناسب است. برای بدست آوردن انرژی لازم، فقط باید شعله عشق را درون قلبتان روشن نگاه دارید و بدانید که از قدرت و انرژی لازم برای ایجاد محیطی جهت رشد و تعالی فرزندان و خانواده‌تان در دنیایی که به نظر من کاملاً آشفته است برخوردارید.

عشق شما به خانواده و فرزندان‌تان سوخت لازم برای تلاش در این راه را فراهم می‌آورد و اما نوبت به طرح و برنامه می‌رسد، طرح و برنامه‌ای مبسوط و گام به گام که برای پیروزی در نبرد با دنیای آشفته و تشکیل و حفظ خانواده‌ای موفق بدان نیاز دارید.

هدف من از تألیف کتاب حاضر این است که به شما بگویم برای هدایت خانواده خود در راه نیل به این هدف و مقابله با عوامل مزاحم، چه کارهایی را باید و چه کارهایی را نباید انجام دهید. قصد دارم به شما کمک کنم موفقیت را تعریف کنید و گام‌های لازم برای دستیابی به آن را بردارید.

فرزندان شما ستاره‌هایی بر تارک زندگی‌تان هستند و اکنون وقت آن است که بدرخشند؛ آنها سزاوار درخشش هستند و اگر شما وظیفه خود را درست انجام دهید آنها حتماً خواهند درخشید.

اکنون زمان آن فرا رسیده که ما والدین به خود بگوییم که «هی، من تسلیم

نمی‌شوم و دست از تلاش بر نمی‌دارم. از عواملی که خانواده و فرزندانم را تهدید می‌کنند، نمی‌ترسم. شیوع مسائلی چون روابط جنسی، سوء مصرف الکل و مواد مخدر در مدارس راهنمایی و دبیرستان را قبول ندارم. نمی‌پذیرم که وقتی به فرزندم می‌گویم اسباب‌بازی‌هایت را جمع کن و خواهرت را زن، طوری رفتار کند که انگار حرف مرا نشنیده است. نمی‌ترسم که مبدا اگر از فرزندانم توقع داشته باشم بهتر رفتار کنند یا بهتر درس بخوانند دیگر آن‌ها مرا دوست نداشته باشند، چون به آن‌ها اهمیت رابطه با دیگران را یاد می‌دهم.

اگر از اینکه پس از ۸-۷ سالگی، فرزندانم را وادار کنم از لباس‌ها و اسباب‌بازی‌های مناسب استفاده کنند احساس گناه نمی‌کنم و در این مورد به خودم شک راه نمی‌دهم، مجبور نیستم برای فرزندانم دوست خوبی باشم، اما باید والد، مراقب و معلم خوبی برای آن‌ها باشم. با هر عاملی که بخواهد در راه هدایت خانواده و پرورش فرزندانم خللی وارد کند مقابله می‌کنم.

با استفاده از ابزارها و راهبردهای خاص به فرزندانم یاد می‌دهم که جلوی هوای نفس خود را بگیرند و تسلیم هوی و هوس نشوند و آماده رویارویی با مشکلات پیرامون خود باشند. من تلویزیون و اینترنت آن‌ها را مسحور خود کند و ارتباط خود را با آن‌ها صرفاً به اینترنت الکترونیکی، پیجر و موبایل محدود نمی‌کنم، بلکه برای ارتباط با آن‌ها از شیوه‌های قدیمی استفاده می‌کنم تا آن‌ها را برای رویارویی با انحرافات که تهدیدشان می‌کند و سبب می‌شود دید واقع‌بینانه‌ای نسبت به خود داشته باشند آماده کنم. حس غرور، همبستگی و وفاداری و روحیه همکاری که از جمله عوامل ضروری برای شکل‌گیری یک خانواده موفق هستند را تقویت می‌کنم.

من و روبین (همسرم) چند سال پیش به هم و به خانواده‌مان قول دادیم به این مهم دست یابیم و در این راه از خداوند متان طلب یاری کردیم و حالا از شما دعوت می‌کنم که با خواندن این کتاب و عمل به گفته‌های آن و بیشتر با خواندن کتابهای دیگری که در این زمینه وجود دارد و فهرست آن‌ها در انتهای کتاب ذکر شده است همان کار را انجام دهید. کاری که باید بکنید- چه بخواهید خانواده‌تان را از بیراهه نجات داده و به جاده زندگی برگردانید و چه بخواهید از خانواده موفق خود مراقبت کرده و آن را شکوفاتر نمایید- این است که نهایت تلاش خود را برای رشد و پیشرفت آن به خرج دهید. عزمتان را جزم کنید و همانند من و همسرم دست در دست یکدیگر در راه رسیدن به این هدف تلاش نمایید. مطمئن باشید فرزندانان حتماً موفق خواهند شد.

«دکتر فیل»