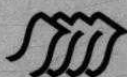


با اتفاق‌های بد چه کنیم؟

دان هابنر
تصویرگر: کارا مک‌هیل
مترجم: سمیه یداللهی



هیبتر دان Huebner, Dawn	سرشناسه
یا اتفاق‌های بد چه کنیم؟ نویسنده دان هابنر؛ تصویرگر کارا مک‌هیل؛ مترجم سمیه بدالهی؛ ویراستار زینب زنهار؛	عنوان و نام پدیدآور
تهران: شرکت انتشارات فنی ایران کتاب‌های نردبان، ۱۴۰۱.	مشخصات نشر
۶۴ ص: مصور (رنگی)؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م	مشخصات ظاهری
978-600-477-901-2	شابک
Something bad happened : a kid's guide to coping with events in the news, 2020	یادداشت
گروه سنی: ج.	یادداشت
سازگاری در کودکان	موضوع
نگرش (روان‌شناسی)	موضوع
بدالهی سمیه، ۱۳۴۵ - مترجم	شناسه افزوده
۱۵۵/۴	رده‌بندی دیوینی
۸۹۰۷۳۶۴	شماره کتابشناسی ملی



شرکت
انتشارات
فنی ایران

کتاب‌های
نردبان

با اتفاق‌های بد چه کنیم؟

نردبان قرمز - مهارت‌های زندگی | ۹۶ | کد کتاب ۲۲۷۱

نویسنده دان هابنر Dawn Huebner

تصویرگر کارا مک‌هیل Kara McHale

مترجم سمیه بدالهی

ویراستار زینب زنهار

مدیر هنری کیانوش غریب‌پور

طراح جلد زهره پرهیزکاری

طراحی گرافیک آتلیه گرافیک نردبان

چاپ دوم ۱۴۰۲، ۲۰۰۰ نسخه | چاپ اندیشه برتر

حقوق چاپ و نشر این اثر متعلق به شرکت انتشارات فنی ایران است.

میرعماد، شماره ۲۴، تهران ۱۵۸۷۷۳۶۵۱۱ ☎ ۸۸۵-۵۰۵۵

entesharat.com ☎ info@entesharat.com

nardebanbooks ☎ @nardebanbooks

کاغذ این کتاب از
جنگل‌های صنعتی
مدیریت شده
تهیه شده است.



فهرست

۶.....	سخنی با پدر و مادرها و مربیان کودک
۱۱.....	فصل اول: یک خبر بد!!!
۱۵.....	فصل دوم: وضعیت آماده باش مغز
۱۹.....	فصل سوم: مغزت را آرام کن
۲۶.....	فصل چهارم: جمع آوری اطلاعات
۳۳.....	فصل پنجم: محل حادثه
۳۷.....	فصل ششم: امدادگران
۴۱.....	فصل هفتم: احتمال یعنی چه؟
۵۲.....	فصل هشتم: ارتباط با احساسات
۵۷.....	فصل نهم: مراقبت از خود
۵۹.....	فصل دهم: بهتر کردن حال دنیا



سخنی با پدر و مادرها و مربیان کودک

شما دوست دارید فرزندانتان احساس امنیت کنند، بنابراین سخت تلاش می‌کنید تا از اخبار ناگوار دور باشند و از آن‌ها در برابر انفجار خبرهای بد دنیای امروز محافظت می‌کنید، ولی کودکان همیشه راهی برای فهمیدن مسائل پیدا می‌کنند و گاهی بعضی خبرها آن قدر مهم هستند که ما را مجبور می‌کنند به طور مستقیم آن‌ها را با بچه‌ها در میان بگذاریم. این جاست که این سؤال مهم را از خود می‌پرسیم: «چگونه از فرزندم در برابر اتفاق‌های ناگوار دنیا محافظت کنم؟»

زمانی که فرزندتان ناخواسته درباره فجایع بزرگ دنیا چیزی می‌شنوند یا وقتی تصمیم می‌گیریم خبر بدی را با آن‌ها در میان بگذاریم، به نظر شما چگونه باید این مسیر را مدیریت کنیم؟ چگونه می‌توانیم به آن‌ها کمک کنیم آنچه را می‌شنوند به درستی درک کنند؟ چطور باید تبس‌های آن‌ها را بپذیریم و درباره‌شان حرف بزنیم؟ چگونه می‌توانیم با وجود این همه فجایع هولناک همچنان مثبت‌نگری و حس امنیت و قدرت را در آن‌ها زنده نگاه داریم؟

این کتاب به والدین کمک می‌کند تا بتوانند با کودکان شش تا دوازده‌ساله‌شان درباره انواع و اقسام اتفاق‌های جدی کشورشان یا حتی جهان صحبت کنند. کتاب به دو دلیل هیچ مثال مشخصی از کشور یا شهر خاصی نزده است: اول این‌که اشاره نکردن به حادثه‌ای خاص از بچه‌ها در برابر دانستن اتفاقات و وقایع هولناک بسیار زیاد در دنیا محافظت می‌کند و شما (به عنوان والد یا مراقب کودک) می‌توانید بر خبری که قرار است به کودک بگویید و حجم اطلاعاتی که قرار است در اختیار او بگذارید کاملاً تسلط داشته باشید.

دلیل دوم این است که وقتی می‌گوییم «اتفاق بد» و به اتفاق خاصی اشاره نکرده‌ایم دست شما را باز می‌گذاریم که مثلاً روزی با استفاده از این کتاب دربارهٔ حوادث طبیعی صحبت کنید و روزی دیگر دربارهٔ فاجعه‌های انسانی. شما با کمک این کتاب می‌توانید دربارهٔ هر اتفاقی که در دنیا می‌افتد یا هر خبر بدی با کودک صحبت کنید. همهٔ اتفاق‌های دنیا قرار نیست برای کودک شما پیش بیاید و بین شنیدن چیزی و تجربه کردن آن هم فرق بسیار زیادی است. این کتاب دربارهٔ مواجههٔ کودکان با شنیدن خبرهای بد است، نه تجربه کردن آن‌ها. اگر کودک شما تجربهٔ تلخی داشته است، از کتاب‌های مربوط به آسیب‌های روحی یا متخصصان حوزهٔ بهداشت روان کمک بگیرید. کودکان والدین باید این کتاب را با هم بخوانند. اگر کودکی می‌خواهد آن را به تنهایی بخواند، حتماً باید نزدیک والدین یا فردی بزرگسال باشد. کتاب قدم‌به‌قدم شما را با چستی، جرات و چگونگی اتفاق‌ها همراه و سؤال‌های معمول را مطرح می‌کند و برای فرونشاندن ترس‌هایتان راهکارهایی ارائه می‌دهد. حین خواندن کتاب، مکث کنید تا فرزندتان بتواند نقاشی‌ها و فعالیت‌های نوشتاری‌ای را که به منظور کمک به پردازش احساسات و انسجام مفاهیم طراحی شده‌اند بکشد و انجام دهد.

لطفاً این کتاب را قبل از خواب نخوانید. اگرچه لحن کتاب ساده است، ولی موضوع آن جدی است و بسیاری از کودکان حتی بعد از خواندن این کتاب در زمانی دیگر هم، برای این‌که بتوانند به موضوع دیگری فکر کنند و قبل از خواب به مطالب کتاب فکر نکنند، به ناز و نوازش و فعالیت‌های شاد نیاز دارند.