

بخشش

آرامشی برای قلب کوچک

کارول آن مارو

تصویرگر

آر. دبلیو. آلی

مترجم

برزو سریزدی

www.saberinbooks.ir

Morrow, Carol Ann

: مارو، کارول آن
: بخشش، آرامشی برای قلب کوچک / تد و جنی اونیل؛ تصویرگر آر. دبلیو. آلی؛ مترجم
برزو سریزدی.

: تهران: صابرین، کتابهای دانه، ۱۳۹۳.

: ۳۶ ص: مصور (رنگی)

: مهارت‌های زندگی: ۴.

: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۷۰-۴

: فیپا

Forgiving is Smart for Your Heart, c2003

: عنوان اصلی:

: گروه سنی: ج.

: چاپ نهم ۱۴۰۳.

: گذشت، آرامش ذهنی

: کودکان — راهنمای مهارت‌های زندگی

: کودکان — راهنمای مهارت‌های زندگی

: مهارت‌های اجتماعی در کودکان

: آلی، آر. دبلیو، ۱۹۵۵ - م، تصویرگر Alley, R.W

: سریزدی، برزو، ۱۳۵۰ -، مترجم

: ۱۳۹۳ پ ۱۵۵/۳

: ۳۷۴۰ ۱۶۴۰

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

فروست

شابک

وضعیت فهرست نویسی

یادداشت

یادداشت

یادداشت

عنوان دیگر

موضوع

موضوع

موضوع

شناسه افزوده

شناسه افزوده

رده بندی دیویی

شماره کتابشناسی ملی



کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۹۰

بخشش

کارول آن مارو

تصویرگر

مترجم

ویراستار

صفحه‌آرایی

چاپ نهم

تعداد

لیتوگرافی

چاپ

صحافی

آر. دبلیو. آلی

برزو سریزدی

آتوسا صالحی

نرگس محمدی

زمستان ۱۴۰۳

۴۵۰۰

پویه گراور

اکسیر

پژمان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۷۰-۴

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت ۱۰۰۰۰۰ تومان

سخنی با والدین و مربیان

همه ما جمله «بخش و فراموش کن» را شنیده‌ایم. اما بهتر است بگوییم: «بخش اما به یاد بسپار.» هدف اصلی کتاب این است که به شما کمک کند فرزندان را در این مسیر درست هدایت کنید. اما بخشیدن به معنی پذیرفتن بی‌عدالتی، آسیب یا سوءاستفاده نیست. بزرگسالان هم مانند کودکان باید این موارد منفی را تشخیص دهند، بشناسند و در مقابل‌شان بایستند. بخشیدن، یک قدم فراتر است. بخشیدن، به معنی ایستادگی در برابر میل به «تلافی» است. بخشیدن، به ما یاد می‌دهد که هر فرد، بسیار فراتر و بالاتر از رفتارهایش است حتی اگر آن رفتار، درد و رنجش به همراه داشته باشد.

کودکان بنا به طبیعت‌شان، بسیار تشنه‌اند. آن‌ها همچنان این خلق‌وخو را حفظ می‌کنند؛ مگر اینکه ما چیز دیگری یادشان بدهیم. ما این کار را به شکل‌های مختلفی انجام می‌دهیم که کمتر شفاهی و کلامی‌اند. وقتی عشق‌مان را از کسی دریغ می‌کنیم، نتیجه‌جویی را به کودکانمان یاد می‌دهیم. ما با کلماتی خشمگین و اعتراض‌آمیز، چارچوب‌های رفتاری‌مان را به آن‌ها القاء می‌کنیم. ما با حالت‌ها، حرکات‌ها و دیدگاه‌هایمان به آن‌ها آموزش می‌دهیم و نه با کلمه‌هایمان.

ویلیام دیمون - روان‌شناس و نویسنده کتاب کودک با اخلاق - والدین را تشویق می‌کند در پرورش رشد اخلاقی کودک مانند رشد جسمی‌اش، کوشا باشند. دکتر دیمون معتقد است که والدین برای پرورش ویژگی‌های اخلاقی فرزندان، چهار مرحله پیش رو دارند. من در این کتاب با بهره گرفتن از این چهار مرحله کوشیده‌ام تا روحیه بخشنده‌گی را در کودکان افزایش دهم.

مرحله اول، پرورش و حمایت از طبیعت بخشایش‌گر کودک است. مرحله دوم، کمک کردن به کودک است تا موقعیت‌هایی که می‌تواند در آن‌ها «بخشیدن» را تمرین کند، دریابد و تشخیص دهد. مرحله سوم، تشویق رفتار و گفتار ناشی از مهربانی و بخشنده‌گی است. در مرحله آخر، به کودک می‌آموزیم که در هر شرایطی، حتی در شرایط عاری از مهربانی و بخشش می‌تواند احساساتش را تغییر دهد و ببخشد. هدف ما این است که صبر و محبت را بدون هیچ اجبار و فشاری در کودک پرورش دهیم.

همه ما بخشنده‌گی را هر روز، و به عینی‌ترین حالت ممکن، تجربه می‌کنیم. ما شاهد آن هستیم که چطور بدنمان بعد از خواب شبانه، دوباره نیرو می‌گیرد. هر صبح، خورشید به ما و زمین فرصت دوباره‌ای برای استفاده از گرما و نورش می‌دهد. هم چون زمین و جسم‌مان، در قلبمان هم باید هر روز بخشیدن را تمرین کنیم. بخشیدن، برای روحمان ضروری است.