

بسم خدا

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

راهنمای کامل والدین

۲

پاسخ به رایج ترین پرسش های والدین

از شش تا نه سالگی

دکتر رابین گلد استین

باهمکاری جنت گالانت

مترجم: دکتر مینا اخباری آزاد

Goldstein, Robin

: گلدایستین، رابین

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

: راهنمای کامل والدین ۲: پاسخ به رایج‌ترین پرسش‌های والدین از شش تا نه سالگی / رابین گلدایستین، با همکاری جنت گالات: مترجم دکتر مینا اخباری آزاد

مشخصات نشر

: تهران، صابرین، کتابهای دانه، ۱۳۸۹.

مشخصات ظاهری

: ۲۳۰ ص.

فروست

: کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان.

شابک

: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۳۲-۲

وضعیت فهرست نویسی

: فیا.

یادداشت

: چاپ ششم؛ ۱۴۰۳؛ نمایه.

یادداشت

: عنوان اصلی: اثر حاضر ترجمه بخشی از کتاب
The parenting bible, c2002 می‌باشد.

موضوع

: رفتار والدین

موضوع

: کودکان -- سرپرستی

شناسه افزوده

: گالات، جنت Gallant, Janet

شناسه افزوده

: دکتر اخباری آزاد، مینا، ۱۳۵۱ - مترجم

رده‌بندی کتبه

: HQ ۷۶۹/۷۶۴۲ ۱۳۸۹

رده‌بندی دی‌بی

: ۶۴۹/۱

شماره کتابشناسی

: ۲۱۹۲۹۸۵



کتابخانه ملی دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۹۰



راهنمای کامل والدین

رابین گلدایستین و جنت گالات

مترجم

دکتر مینا اخباری آزاد

ویراستار

چاپ ویرایش

اجرای طرح جلد

شابک: ۱۰۰۰

تعداد

زمستان ۱۴۰۳

چاپ ششم

کارا

حروفچینی و صفحه‌آرایی

پاد چاپ

لیتوگرافی

پاد چاپ

ناظر چاپ

پاد چاپ

چاپ و صحافی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۳۲-۲

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت ۲۱۰۰۰۰ تومان

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. آمادگی برای زیمنان، روشهای مناسب و صحیح شیر دادن، تولد فرزند دوم، نقش پدر در تربیت کودک، پرورش، که دک تیزهوش، آموختن به کودکان درباره خدا، سلامت جنسی در کودکان، نوزادان، پرورش فرزندان امیدوار و موفق، کلیدهای رفتار با نوجوانان و نیز مطالب نوع و جالب دیگری که به روشها و مشکلات تربیتی کودکان و نوجوانان تا سنین بلوغ می پردازد، موضوع کتابهای این مجموعه را تشکیل می دهند.

روش نویسندگان این کتابها، آموزش شیوه های سمار و والدین است. در نتیجه، هرکتاب از فصلهای متعددی تشکیل شده است که هر فصل به توضیح یک روش کلیدی می پردازد. 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.

مقدمه

«آیا وقتی کودکم گریه می‌کند باید او را در آغوش بگیرم؟»

«آیا همیشه مجبورم منطقی رفتار کنم؟»

«کودکم صبح که از خواب بیدار می‌شود در کارها همکاری نمی‌کند؛

دلیل این رفتارش چیست؟»

«چگونه می‌توانم به فرزندم یاد بدهم مسئولیت بیشتری بپذیرد؟»

«آیا همهٔ بچه‌های سیزده ساله این اندازه در مقابل والدین خود آشفته

هستند؟»

پرورش کودک مسئولیتی بسیار مهم و در عین حال مشکل، توان‌فرسا و هیجان‌انگیز است. همان‌طور که فرزندتان رشد می‌کند چاره‌ای ندارید که احساسات مختلف را تجربه کنید. کودک درجهٔ بیشتری مستقل می‌شود، بیشتر لذت می‌برید، اما این احساس هم تا حدی با تردید همراه است. اغلب، سؤال‌هایتان ممکن است طیفی از پرسش‌های معمولی (دربارۀ نظافت، مدت زمانی که با تلفن حرف می‌زنند، بحث‌هایی دربارۀ مدل‌های مو) تا پیچیده (دربارۀ آموزش تشخیص موارد درست از غلط، رقابت خواهربرادری، کنار آمدن با مسئلهٔ طلاق)، و حتی واقعاً ترسناک (دربارۀ خشونت ناشی از استفاده از اسلحه، مواد مخدر، و حتی الککل) باشد.

کتاب راهنمای کامل والدین به پرسش‌هایی پاسخ می‌دهد که بسیاری از والدین طی بیست سال کار، از من به عنوان مشاور و پژوهشگر والدین در زمینهٔ رشد دوران کودکی پرسیده‌اند. این پاسخ‌ها می‌تواند شکافی را که

میان منابع سنتی نصیحت و اطلاعات مربوط به خانواده و افراد صمیمی در یک خانه به وجود آمده، پر کند. راه‌حلهای این کتاب در ارتباط با شناخت تفکر کودکان و براساس کارهای ژان پیاژه^۱، پژوهشگر مشهور در زمینه رشد کودک است.

همچنین مطالعه این کتاب تا حد زیادی به شما آرامش خاطر مضاعفی می‌دهد. همچنان که با تجربه‌های واقعی و مراحل قابل پیش‌بینی رشد آشنا می‌شوید (که توسط اریک اریکسون^۲، روان‌شناس اجتماعی و نظریه‌پرداز، تعریف شده است)، متوجه می‌شوید که اغلب رفتارهای کودکان کاملاً طبیعی است. همه کودکان نوپا با اراده‌اند؛ همه بچه‌های هفت ساله به یاد آریه‌ها مکرر نیاز دارند؛ و همه بچه‌ها در اوان نوجوانی روحیه‌ای متغیر دارند. با کتاب این اطلاعات می‌توانید انتظارات خود را واقعی کنید. سپس بسیاری از تضادهایی را که ناشی از توقعات موجود است کنار خواهید گذاشت. به طوری مثال، اینکه کودک سه ساله شما مانند کودکی چهار یا پنج ساله رفتار کند، یا اینکه فرزند دوازده ساله‌تان با همسالان خود مانند یک فرد بالغ برخورد و رفتار داشته باشد.

این کتاب شما را تشویق می‌کند وقت بیشتری را با کودک خود بگذرانید، به حرفه‌ایش گوش کنید، محدودیتهایی برایش قائل شوید، و به او علاقه نشان دهید. او به هر طریق و در هر مرحله از رشد عشق و نقش فعالانه شما نفع خواهد برد. حتی اگر دیگران سهم بیشتری در مراقبت از او دارند، اما مسئولیت پرورش و تربیت او حقیقتاً برعهده شماست. به همین دلیل، پاسخ‌هایی که در کتاب راهنمای کامل والدین لحاظ شده، خطاب به شما به عنوان یک والد است، اگرچه این توصیه‌ها می‌تواند مورد استفاده همه مراقبان، معلمان و دیگر بزرگسالانی هم که در زندگی کودکان نقش دارند، قرار گیرد.

پرسش‌ها و پاسخ‌ها ابتدا بر اساس گروه سنی کودک مرتب شده‌اند: کتاب اول - پنج سال اول؛ کتاب دوم - شش تا نه سالگی؛ و کتاب سوم - ده تا سیزده سالگی است. سؤالها با توجه به مهم‌ترین موضوعات گروه سنی مرتب شده‌اند. هر سؤال و پاسخ به طور مستقل و کامل قید شده است، بنابراین می‌توانید از هر قسمتی که می‌خواهید مطالعه کتاب را آغاز کنید. از آنجا که بسیاری از موضوعات مکمل یکدیگرند، اگر هر موضوع را در بخش مربوط به خود مطالعه کنید آن را بهتر متوجه خواهید شد.

همچنین می‌توانید مطالعه یک موضوع را در هر سه گروه سنی دنبال کنید. به طور مثال، روابط خواهر و برادری در بخش یک تحت عنوان چگونه می‌توانم به فرزندانم کمک کنم با هم به توافق برسند آورده شده است؛ در بخش دو تحت عنوان درباره رقابت خواهر و برادری چه کاری باید بکنم؛ و در بخش سه با عنوان چراستم به خواهر و برادرش حسادت می‌کنم وجود دارد. پاسخ‌ها به تناسب سنی است، و بدون در نظر گرفتن سن کودک نیز برایتان قابل استفاده و مفید است. علاوه بر آن، بعضی از موارد مثل سازگاری با یک خانواده مختلط که چندین بار آمده، اما موارد مربوط به آن در هر مرحله از رشد کاملاً مورد استفاده است.

پرسش‌ها و پاسخ‌ها به تناوب جنسیت آمده است، به نحوی که مقاله‌ای درباره یک پسر معمولاً با مقاله‌ای درباره یک دختر ادامه پیدا می‌کند. با این وجود، پاسخ‌های بیشتر قسمت‌ها برای هر نوع جنسیتی مناسب است؛ و یا پاسخ‌هایی که معمولاً مربوط به سازگاری والدین تک فرزند است در مورد خانواده‌هایی با فرزندان بیشتر هم قابل اجراست.

رسیدن به پاسخ‌های خاص در ارتباط با پرسش‌های مربوط به پرورش فرزندان اهمیت دارد زیرا شما می‌خواهید آنچه را که در توان دارید به نحو احسن به کار گیرید. رفتارها و برخوردهای روزانه شما می‌تواند شخصیت و رفتار فرزندان را به سوی روشهای مثبت هدایت کند. وظیفه

چالش برانگیز پرورش کودک به عشق، از خود گذشتگی، اختصاص دادن وقت و توجه زیاد نیاز دارد، و شما در این مورد استحقاق هرگونه کمک و تشویقی را دارید. کتاب راهنمای کامل والدین آشفتگی‌های طبیعی و شک و تردید شما را در نظر می‌گیرد و با پاسخ‌هایی که به شما می‌دهد به شما اطمینان خاطر می‌بخشد و همین موضوع سبب می‌شود پرورش کودک برایتان ساده‌تر، موفقیت‌آمیزتر و لذت‌بخش‌تر گردد.