

روبه‌رو شدن با واقعیت

حرکت جرمی به سوی امید و بهبودی

نویسندگان: رایین گودمن، دنی میلر، جودیت کوهن

تصویرگر: کریستوفر میجر

مترجمان: پریشان کفایی‌زاد طهرانی، فاطمه سیفی

ویراستاری: گروه علمی رشد

www.ketab.ir



تهران ۱۴۰۱



بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

دوست عزیز، این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله نویسنده، مترجم و ناشر آن است. تکثیر و فروش آن به هر شکلی بدون اجازه از پدیدآورندگان کاری غیراخلاقی، غیرقانونی و غیرشرعی، و کسب درآمد از دسترنج دیگران است. این عمل نادرست، موجب زواج بی‌اعتمادی در جامعه و بروز پیامدهای ناگوار در زندگی و ایجاد محیطی ناسالم برای خود و فرزندانمان می‌شود.

www.ketab.ir

گودمن، رابین اف. Goodman, Robin F

روبه‌رو شدن با واقعیت: سفر جرمی به سوی امید و بهبودی / نویسندگان رابین گودمن، دنی میلر، جودیت کوهن؛ تصویرگر کریستوفر میجر؛ مترجمان: پرستو کفایی‌زاد طهرانی، فاطمه سیفی؛ ویراستاری گروه علمی رشد.

مشخصات نشر: تهران: جوانه رشد، ۱۴۰۱.

مشخصات ظاهری: ۳۲ ص: مصور (رنگی).

وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۷۹۲-۲۷-۲

یادداشت: عنوان اصلی: Ready to Remember Jeemy's Journey of Hope and Healing

عنوان دیگر: سفر جرمی به سوی امید و بهبودی.

یادداشت: گروه سنی: ب، ج.

موضوع: سوگمندی در کودکان -- داستان (Bereavement in Children -- Fiction)

موضوع: کودکان و مرگ -- داستان (Children and death -- Fiction) موضوع: وابستگی (روانشناسی) -- داستان (Dependency (Psychology) -- Fiction)

موضوع: پدران و پسران -- داستان (Fathers and sons -- Fiction) شناسه افزوده: میلر، دنی (Miller, Danny)

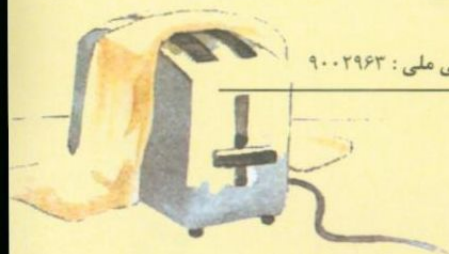
شناسه افزوده: کفایی‌زاد طهرانی، پرستو، ۱۳۷۳- مترجم

شناسه افزوده: جودیت ا. Cohen, Judith A

شماره کتابشناسی ملی: ۹۰۰۲۹۶۳

رده‌بندی دیویی: ۱۵۵/۹۳۷

شناسه افزوده: سیفی، فاطمه، ۱۳۷۳- مترجم



روبه‌رو شدن با واقعیت

سفر جرمی به سوی امید و بهبودی

نویسندگان:

رابین گودمن، دنی میلر

جو دیت کوهن

تصویرگر:

کریستوفر میجر

مترجمان:

پرستو کفایی‌زاد طهرانی، فاطمه سیفی

ویراستاری:

گروه علمی رشد

چاپ اول: زمستان

۱۴۰۱

شمارگان:

۳۰۰۰ نسخه

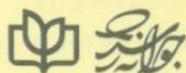
چاپ و طبع:

آرمانسا



© کلیه حقوق چاپ و نشر این کتاب به انتشارات جوانه رشد محفوظ است.

هرگونه استفاده تجاری و تکثیر و انتشار و بازنویسی این اثر یا بخشی از آن به هر شیوه‌ای از جمله زیراکس، فتوکپی، کتاب الکترونیکی و پی‌دی‌اف، کتاب صوتی، انتشار در سایت‌ها و فضای مجازی و ذخیره در سیستم‌های بازیابی و پخش آن بدون دریافت مجوز قبلی و کتبی از ناشر ممنوع و قابل پیگرد قانونی است.
اشاره به مطالب کتاب یا نقل بخش‌هایی از آن برای نقد و بررسی در رسانه‌های چاپی و الکترونیکی و رادیو و تلویزیون با ذکر منبع، بلامانع است.



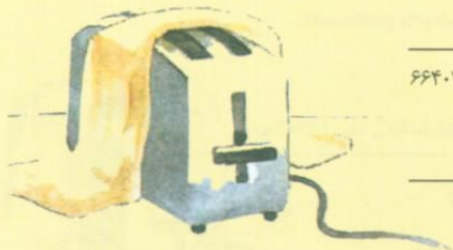
مرکز نشر و پخش کتاب‌های روان‌شناسی و تربیتی

ساختمان مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، خیابان شهدای ژاندارمری، شماره ۴۱، تلفن: ۶۶۴۰۴۴۰۶

فروشگاه: میدان انقلاب، روبه‌روی سینما بهمن، خیابان منیری جاوید (اردیبهشت)، شماره ۷۲

تلفن: ۶۶۴۱۰۲۶۲ - ۶۶۴۹۸۳۸۶ - ۶۶۴۹۷۱۸۱

تهران - ۱۴۰۱



سخن ناشر

یکی از نیازهای اصلی تعلیم و تربیت کودکان و نوجوانان، سخن گفتن با زبانی آشنا و قابل فهم برای آنان است. این موضوع به خصوص در مورد کودکان نوجوانان اهمیت بیشتری دارد و از همین روست که بر قصه نویسی برای کودکان و قصه گویی برای آنها در همه فرهنگ ها توجه و تأکید می شود.

در بین انواع مختلف قصه هایی که برای کودکان نوشته و خوانده می شوند، قصه هایی هم هست که بیشتر جنبه درمانی دارند، یعنی مقصود از این قصه ها این است که کودکان را با مشکلاتی که احتمالاً به آنها دچار می شوند آشنا کنند تا بهتر بتوانند با این مسائل مواجه شوند و در برطرف کردنشان بکوشند.

این قصه ها توسط روان شناسان و متخصصان با تجربه و دارای صلاحیت علمی در زمینه کار با کودک نوشته می شوند و کارشان را نهادهای روان شناختی حرفه ای معتبر جهان در حوزه رشد و پرورش کودکان تأیید کرده اند.

پیش‌تر، انتشارات جوانه رشد، در راستای فراهم کردن چنین مجموعه‌هایی در قالب قصه‌های کوتاه ویژه کودکان، مجموعه «مهارت‌های اجتماعی» را منتشر کرد که خوشبختانه با استقبال پدرها و مادرها و مربیان کودک روبه‌رو شد. اینک کتاب‌های دیگری از این مجموعه با عنوان داستان‌درمانی در قالب آموزش مهارت‌های اجتماعی تهیه شده است. در این مجموعه بیشتر به مشکلات عمده‌ای پرداخته می‌شود که کودکان با آنها دست به گریبان هستند.



از خوانندگان محترم درخواست می‌شود تا پیش از مطالعه کتاب برای فرزندان خود، متن سخن ناشر را که روی سخنش با والدین و بزرگ‌ترهاست مطالعه و سپس کتاب را برای کودکان بخوانند یا آنان را در خواندن کتاب همراهی کنند.

در خواندن این کتاب‌ها برای کودک به نکات زیر توجه کنید:

- پیش از خواندن کتاب برای کودک، اول خودتان یک‌بار آن را بخوانید.
- پیش از خواندن داستان، وقت مناسبی برای این کار در نظر بگیرید.
- در خواندن کتاب برای کودک، متناسب با داستان، لحن و صدایتان را تغییر دهید، بالا و پایین ببرید، آرام و تند کنید. هرگز همه داستان را با لحنی یکنواخت نخوانید.
- در مورد واژه‌ها و موقعیت‌هایی که جدید هستند، با کودک حرف بزنید و به سؤال‌هایش جواب بدهید، سعی کنید این کار را خیلی کوتاه انجام بدهید.

امیدواریم این مجموعه برای کودکان مفید، و همچنین الگوی مناسبی برای قصه‌نویسی و قصه‌گویی درمانبخش باشد.

مقدمه‌ای برای والدین و متخصصان

مرگ عزیزان واقعیتی است اجتناب‌ناپذیر که همه با آن مواجه می‌شوند. هرچقدر که سعی کنیم از مرگ صحبت نکنیم یا آن را انکار کنیم، باز هم با آن مواجه می‌شویم. بهانه قادر نیستیم کودکان را در شرایطی بزرگ کنیم تا با پدیده مرگ عزیزانشان مواجه نشوند، به‌خصوص در شرایط همه‌گیری کرونا، کودکان بیشتری ضایعه مرگ والدینشان را چشیدند. به گزارش سازمان بهزیستی کشور از اسفند ۱۳۹۸ تا شهریور ۱۴۰۰ حداقل ۵۱ هزار کودک ایرانی پدر یا مادر خود را از دست دادند.

برای بزرگسالان بسیار سخت است که درباره مرگ با کودکان صحبت کنند. گفت‌وگو در این مورد احساساتی همچون ناراحتی، استرس، پریشانی و رفتارهای اجتنابی را در افراد بزرگسال برمی‌انگیزد. وقتی بزرگسالی با مرگ عزیزی مواجه می‌شود، این موضوع ممکن است او را کمتر دچار بحران و غم حاد کند. اما وقتی کودکی یکی از عزیزانش را از دست می‌دهد، ما به‌عنوان بزرگسال، احساس ناراحتی بیشتری می‌کنیم و نمی‌دانیم که چگونه به او کمک کنیم و به سوالاتش پاسخ دهیم.

واکنش‌های سوگ در کودکان تحت‌تأثیر رشد کودک و مفاهیم مرگ در ذهن او قرار دارد و به احتمال زیاد شبیه واکنش‌های بزرگسالان نیست. کودکان ممکن است در هنگام مرگ عزیزان نشانه‌های چندانی از سوگ بروز ندهند، اما بعدها دچار عواقب فقدان عزیزان شوند. کودکان سوگوار ممکن است از دیگران کناره‌گیری نکنند و در ظاهر، دل‌مشغول فرد فوت‌شده نباشند و خود را در فعالیت‌های مختلف غرق کنند. سوگ در کودکان ممکن است به این شکل باشد که آنان احساساتی مثل بی‌تفاوتی، خشم یا بدرفتاری بروز دهند. رفتار این کودکان ممکن است عجیب و بی‌ثبات باشد. احساسات قوی خشم یا ترس از تنهایی و رهاشدن یا مرگ نیز ممکن است خود را در رفتار کودکان سوگوار نشان دهد. کودکان اغلب برای حل و فصل احساسات و اضطراب‌های خود به بازی‌های مرگ متوسل می‌شوند. این بازی‌ها برای کودکان آشنا هستند و شرایط امنی برای ابراز احساساتشان فراهم می‌کنند. هرچند کودکان سوگوار ظاهراً سوگ خود را می‌گذرانند و نشان می‌دهند، اما در واقع سوگ در کودکان بیشتر از بزرگسالان طول می‌کشد.

کتاب حاضر در همین راستا می‌تواند راهنمای خوبی برای مراقبانی است که در صدد کمک به کودکان سوگوار هستند. امید است که با ترجمه این کتاب مرهمی برای رنج کودکان سوگوار سرزمینمان باشیم.

پرستو کفایی‌زاد طهرانی : parastookafaei@gmail.com

فاطمه سیفی : fatemehseifi25@gmail.com