

۵ زبان عشق کودکان ♡

دکتر گری چاپمن
برگردان سیمین موحد

۱۸۹

نشر ویدا

تهران، ۱۳۸۴

Chapman, Gary D., 1938-

چاپمن، گری، ۱۹۳۸- م
۵ اینچ ازیان عشق کودکان / به قلم گری چاپمن، راس کمپل؛ برگردان سیمین موحد. - تهران:
ویدا، ۱۳۸۲.

ISBN: 964-6807-68-2 ریال ۲۴۵۰۰

۲۷۲ ص.

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

The five love languages of children, C 1997.

عنوان اصلی:

کتابنامه به صورت زیر نویس.

۱. کودکان - ارتباط با دیگران. ۲. والدین و کودک. ۳. کودکان - روانشناسی. الف. موحد،

سیمین، ۱۳۴۰- ، مترجم. ب. کمپل، راس، ۱۹۳۶- ، Campbell, Ross ، ج. عنوان.

۶۴۹ / ۱

ج ۲ الف / BF ۷۷۳

۱۳۸۲

م ۸۳ - ۳۴۰۷۹۲

کتابخانه ملی ایران



نشر ویدا

۵ زبان عشق کودکان

نویسنده دکتر گری چاپمن

مترجم سیمین موحد

یار تا یاران

رکسانا عفرلوی

حروفچینی و صفحه‌آرایی حروفچینی هُما (امید سیدکاظمی)

لیتوگرافی نقره‌آبی

چاپ صدر

چاپ اول بهار ۱۳۸۲

شمارگان ۵۰۰۰

قیمت ۲۴۵۰ تومان

شابک: ۹۶۴-۶۸۰۷-۶۸۲-۲

ISBN: 964-6807-68-2

حق چاپ و نشر محفوظ است

قشر ویدا: تهران، سعادت آباد، نیش خیابان شانزدهم

شماره ۱، واحد ۱۵ تلفن: ۲۳۷۰۴۹۹ تلفاکس: ۲۳۷۳۴۴۲ همراه: ۰۹۱۲-۱۹۷۳۳۳۰

E-mail: vidapublisher@yahoo.com

www.vidabook.com

هرگونه استفاده از جزء یا کل مطلب

منوط به اجازه کتبی از ناشر می‌باشد

- مقدمه: اهمیت صحبت کردن به زبان کودک تان ۷
۱. عشق رکن اساسی است ۱۲
۲. زبان اول عشق: تماس فیزیکی ۳۵
۳. زبان دوم عشق: کلام تأیید آمیز ۵۲
۴. زبان سوم عشق: وقت گذاشتن برای یکدیگر ۶۸
۵. زبان چهارم عشق: دریافت هدایا ۸۴
۶. زبان پنجم عشق: خدمت کردن به یکدیگر ۹۹
۷. چگونه زبان اصلی عشق کودک خود را کشف کنید ۱۱۷
۸. انضباط و زبان های عشق ۱۳۵
۹. یادگیری و زبان های عشق ۱۵۸
۱۰. خشم و عشق ۱۷۷
۱۱. صحبت به زبان های عشق در خانواده های تک والد ۱۹۹
۱۲. صحبت به زبان های عشق در زندگی زناشویی ۲۱۶
- گفتار پایانی: فرصت ها ۲۳۳
- برای مطالعه بیشتر ۲۴۱
- برنامه عمل برای پنج زبان عشق کودکان ۲۴۲
- به قلم: جیمز اس. بل جونیور

مقدمه

اهمیت صحبت کردن به زبان کودک تان

«بیخ کنی»، «بی خیالش»، «ای ول». گاهی فرزندان ما به زبانی صحبت می کنند که شاید ما در آغاز کاملاً نفهمیم. اما ما هم شاید نتوانیم منظورمان را به خوبی برای فرزندانمان بیان کنیم. با این حال آنچه که بیش از همه می تواند به فرزندان ما صدمه بزند ناتوانی ما در ابراز عشق و محبت مان به آنها است. آیا شما قادرید به زبان عشق کودک خود صحبت کنید؟ و آیا صحبت می کنید؟

هر کودکی زبان عشق خاصی دارد، و از این راه به بهترین وجه می تواند محبت والدینش را احساس کند. این کتاب به شما نشان می دهد که چگونه زبان اصلی عشق کودک تان را تشخیص دهید و به آن زبان و نیز چهار زبان دیگر عشق صحبت کنید تا فرزندان محبت شما نسبت به خودش را احساس کند. همان گونه که خواهیم دید، کودک شما باید بداند که مورد مهر و محبت قرار دارد تا در آینده بتواند به فردی مسئول بدل شود. عشق رکن اساسی تبدیل کودک به یک بزرگسال بخشنده و با محبت است.

کتاب پنج زبان عشق کودکان شما را با همه این زبان ها آشنا کرده و به شما کمک می کند تا دریابید که کودکان محبت شما را با کدام زبان عشق درک و دریافت می کند. حتماً پنج فصلی که زبان های عشق را شرح می دهد (فصل های دوم تا ششم کتاب) را به دقت بخوانید، زیرا کودک شما از دریافت عشق به همه این زبان ها سود خواهد برد. بله، ما معتقدیم که کودک شما از راه یکی از این زبان ها محبت شما را بیشتر درک و احساس می کند اما چهار زبان دیگر عشق نیز به او سود خواهد رساند. به علاوه ممکن است زبان اصلی عشق کودک تان به مرور زمان تغییر کند.

بنابر این دلایل، هر فصل مربوط به زبان‌های عشق با اشاره به اهمیت آن زبان عشقِ خاص برای کودک شما آغاز می‌شود. حتی اگر آن فصل ربطی به زبان اصلی عشق کودک شما نداشته باشد، صحبت به آن زبان را نیز بیاموزید. هر پنج زبان عشق را تمرین کنید و مطمئن باشید که کودک‌تان محبت شما را احساس خواهد کرد. البته تشخیص زبان اصلی عشق کودک‌تان و صحبت به آن زبان از همه مهم‌تر است.

ما در این کتاب بر اهمیت عشق در تربیت و پرورش کودکان تأکید می‌کنیم. هدف نهایی پرورش کودک (یا کودکان) شما این است که در آینده به فردی (یا افرادی) پخته و بالغ بدل شود. همه جوانب رشد یک کودک به رکن عشق نیاز دارند. به عنوان مثال، وقتی کودک محبت والدین را حس کند احساس خشم او را می‌توان به طور مثبت به مسیر دیگری هدایت نمود. وقتی او محبت شما را واقعی و دائمی بداند به احتمال قوی پیشنهادات و نظرات‌تان را خواهد پذیرفت. تنها تعداد معدودی از والدین این را تشخیص می‌دهند که وظیفه دارند به فرزندان خود راه مهار خشم به طرز بی‌لغانه را بیاموزند. همان‌طور که در فصل ۱۰ خاطر نشان می‌کنیم، تعلیم و تربیت فرزندان و نوجوانان ما در زمینه مهار خشم دشوارترین وظیفه‌ای است که پدران و مادران با آن مواجهند. کسب موفقیت در انجام این وظیفه با عشق آغاز می‌شود. جالب است بدانیم والدینی که به فرزندان‌شان کمک می‌کنند تا با خشم خود به طرز مثبت برخورد کنند بر میزان محبت و صمیمیت موجود در رابطه مهرآمیز خود می‌افزایند.

کتاب پنج زبان عشق کودکان کتابی است که راه دوست داشتن بهتر کودک‌تان را به شما می‌آموزد و حاوی پیشنهادات بسیاری برای والدین است تا وظیفه خود را به خوبی انجام دهند. هنگامی که شما روی مهم‌ترین حوزه‌ها کار می‌کنید به تدریج درخواهید یافت که روابط خانوادگی‌تان قوی‌تر و در عین حال لذت‌بخش‌تر و راحت‌تر شده است. به عنوان مثال، در بحث مربوط به انضباط (فصل هشتم)، خواهید آموخت که دو واژه کلیدی که همیشه باید به خاطر داشته باشید مهربان و قاطعیت است. درست همان‌گونه که عشق گناهان بی‌شماری را می‌پوشاند، مهربان همراه با قاطعیت بودن، شما را از یک شبکه ایمنی انعطاف‌پذیر برخوردار می‌کند. ما در فصل هشتم شرح خواهیم داد که چگونه می‌توان مهربان ولی قاطع بود.

کتاب با یک برنامه عمل خاتمه می‌یابد که حاوی طرح‌ها و تمریناتی است که

می‌تواند به شما کمک کند تا با هر یک از این زبان‌های عشق با کودکان‌تان صحبت کنید. ما معتقدیم که این برنامه عمل در کاربرد مفاهیم این کتاب به شما کمک خواهد کرد.

و حالا، هر یک از ما چند کلام شخصی با شما داریم و سپس شما می‌توانید این «کلاس زبان» برای بهبود گفتگوی محبت‌آمیزتان با کودکان خود را آغاز کنید.

کلامی از گری چاپمن

موفقیت کتاب پنج زبان عشق: چگونه به او بگویم دوست دارم (راه‌های برقراری ارتباط بهتر با همسر) بسیار خوشنودکننده بوده است. صدها هزار زوج نه تنها این کتاب را خوانده‌اند بلکه اصول آن را نیز تمرین کرده و به کار بسته‌اند. پرونده‌های دفتر کار من پُر از نامه‌هایی است که افراد گوناگون از سرتاسر جهان نوشته‌اند و قدردانی خود را ابراز کرده‌اند. آنها می‌گویند یادگیری زبان‌های عشق باعث دگرگونی زندگی زناشویی‌شان شده است. اکثر آنها معتقدند که یادگیری زبان اصلی عشق همسرشان سبب تغییر شدید فضای عاطفی خانه آنها شده و برخی نیز اظهار داشته‌اند که این کتاب واقعاً ازدواج آنها را نجات داده است.

در سمینارهایی از دواجی که من برگزار می‌کنم اغلب از من می‌پرسند «شما کی می‌خواهید کتابی درباره پنج زبان عشق کودکان بنویسید؟» از آنجا که حرفه من اختصاص به مشاوره ازدواج و بهبود روابط زناشویی دارد، با وجودی که من صدها گزارش در مورد والدینی دریافت می‌کردم که مفهوم زبان‌های عشق را در مورد کودکان‌شان به کار بسته بودند، باز هم در این باره مردد بودم.

وقتی انتشارات نورت فیلد درباره نگارش چنین کتابی با من صحبت کرد، با دوست دیرینه‌ام راس کمپل تماس گرفتم و از او خواستم تا مشترکاً این کتاب را بنویسیم. خوشبختانه راس موافقت کرد. راس سال‌های سال در حوزه روانپزشکی کار کرده و کانون فعالیتش توجه به نیازهای کودکان و نوجوانان بود. من مدت‌ها بود که کیفیت کار او را می‌ستودم و از نوشته‌های او سود می‌بردم و از رابطه شخصی‌مان طی این سال‌ها قدردانی می‌کردم.

و حالا که نگارش این کتاب رو به اتمام می‌رود، خوشحالم که ما تجارب‌مان را با هم ترکیب کردیم. ما هر کدام‌مان به طور جداگانه هر فصل را نوشتیم و بعد کارول

استریتز ویراستار کتاب روی آنها کار کرده و عقاید ما را به صورت یک کتاب خوب و خواندنی درآورد. من بی‌نهایت از نتیجه کار راضی هستم.

درست همان‌گونه که کتاب پنج زبان عشق به زوج‌های زیادی کمک کرده تا زندگی زناشویی خود را بهبود ببخشند، من اکنون نیز امیدوارم و دعا می‌کنم تا این کتاب به والدین و معلمان بی‌شمار و نیز افراد دیگری که کودکان را دوست دارند و با آنها کار می‌کنند کمک کند تا به طرز بهتر و مؤثرتری نیاز عاطفی کودکان به عشق و محبت را برآورده سازند.

دکتر گری چاپمن

وینستون سیلم، کارولینای شمالی

ژانویه ۱۹۹۷

کلامی از راس کمپل

بیش از بیست سال است که من و گری چاپمن درباره عشق نوشته‌ایم و سخن گفته‌ایم. گری به هزاران زوج کمک کرده تا معنای عمیق‌تری در روابط خویش بیابند، در حالی که من سمینارهای متعدد برای والدین گذاشته‌ام و کتاب‌هایی برای آنان نوشته‌ام تا بهتر بتوانند وظیفه بسیار حساس و در عین حال پرخیر و برکت پرورش کودکان‌شان را به انجام برسانند. با وجودی که من بیش از بیست سال است که گری را می‌شناسم اما متوجه نبودم که پیام‌های ما تا این حد شبیه هم است. من زمانی این حقیقت را دریافتم که کتاب عالی او، پنج زبان عشق، را خواندم. شباهت گفتارهای این کتاب با کتاب‌های خود من یعنی چگونه واقعاً کودکان را دوست بدارید، و چگونه واقعاً نوجوانان را دوست بدارید، دلگرم‌کننده و امیدبخش بود.

نکته‌ای که من بیش از همه در کتاب گری پسندیدم تأکید او بر این امر بود که هر یک از ما یک زبان اصلی عشق دارد. اگر ما این زبان اصلی عشق خودمان و همسرمان را تشخیص بدهیم، می‌توانیم از این دانش گرانبها برای بهبود زندگی زناشویی‌مان استفاده کنیم. این دانش کاربردهای شگفت‌انگیزی برای کودکان دارد، زیرا هر کودکی به طریق خاص خود محبت می‌کند و محبت می‌بیند. همان‌طور که گری نیز به این حقیقت واقف شد، این کتاب حاصل طبیعی شباهت‌های کار ما بوده است.

من افتخار می‌کنم که همراه گری روی این کتاب بسیار مهم کار کرده‌ام. صادقانه معتقدم که این کتاب به والدین و سایر افرادی که دلسوز کودکان هستند کمک خواهد کرد تا عمیق‌ترین نیاز کودکان به مهر و محبت را برآورده سازند. لطفاً در این سفر اکتشافی پنج زبان عشق کودکان به ما بپیوندید.

دکتر راس کمپل
بیگنال ماتین، تنسی
ژانویه ۱۹۹۷

www.ketabo.com