

الفبای تربیت فرزند

چگونه فرزندان خود را درست تربیت کنیم؟



۱۰۰۱ راه حل مؤثر برای مسائل تربیتی



نویسندگان: جین نلسون، لین لات، استفان گلن

مترجم: نازنین نجفیان

www.ketab.ir

سرشناسه : نلسن، جین Nelsen, Jane
 عنوان و نام پدیدآور : الفبای تربیت فرزند - هزار و یک راه حل مؤثر برای مسایل تربیتی: چگونه فرزندمان خود را درست تربیت کنیم؟ - AtoZ
 مشخصات نشر : تهران : الماس پارسیان، ۱۳۹۴.
 مشخصات قاهره : ۴۳۴ ص.: مصور (بخشی رنگی)
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۵۴۳-۰-۰
 وضعیت فهرست نویسی : فیپای مختصر
 یادداشت : فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی: <http://opac.nlai.ir>
 قابل دسترسی است
 یادداشت : عنوان اصلی: positive discipline
 یادداشت : واژه نامه
 شناسه افزوده : نجفیان، نازنین، ۱۳۵۰-
 شماره کتابشناسی ملی : ۳۸۸۴۴۶۵

تلفن: ۰۹۳۵ ۳۴۵ ۴۴ ۴۴ - ۶۶۴۰۵۵۸۹ - ۶۶ ۹۷ ۲۱ ۵۶

● الفبای تربیت فرزند



◆ ناشر: الماس پارسیان

◆ نویسندگان: جین نلسون، لین لات، استفان گلن

◆ مترجم: نازنین نجفیان

◆ ناظر فنی چاپ: محمد بابایی

◆ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۵۴۳-۰-۰

◆ لیتوگرافی: نگین

◆ نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۴ ◆ تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

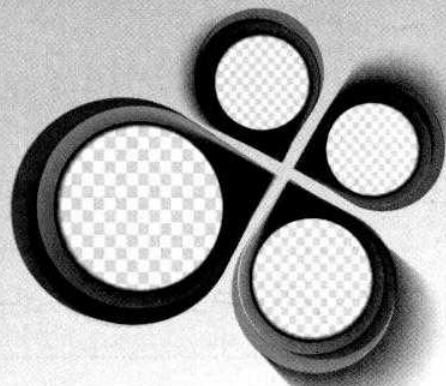
◆ ارتباط با ناشر: almas.parsian@yahoo.com

◆ صفحه آرا: ایندرا گرافیک (لیلا مقصودی) IndraGFX@yahoo.com

◆ دفتر مرکزی: خ فلسطین، بین انقلاب و بزرگمهر کوچه شمشاد، پلاک ۵۱

◆ کلیه حقوق چاپ محفوظ و متعلق به ناشر می باشد

قیمت: ۲۶۲۰۰ تومان



فهرست

۴۱	بچه‌ها ی‌تان را در یک موقعیت قرار دهید.....	۹	مقدمه مترجم.....
	بر راه حل‌ها تمرکز کنید و بگذارید بچه‌ها آن را کشف کنند.....		قسمت اول
۴۱		۱۱	روش‌های تربیتی مثبت کدام‌ها هستند؟.....
۴۲	به اعمال بیشتر از کلمات توجه کنید.....	۱۲	مهربان و قاطع باشید.....
۴۳	قول ندهید یا قول نگیرید.....		اینجا نمونه‌هایی آورده‌ایم «تصمیم در مورد آنچه که انجام خواهید داد».....
	به کودکان کمک کنید که احساس تعلق و اهمیت داشتن کنند.....	۱۴	
۴۴		۱۵	عمل کنید، صحبت نکنید.....
۴۶	به جای تمجید و پاداش از تشویق استفاده کنید.....	۱۷	روی حرف‌تان بمانید.....
۴۷	نه بگویید.....		اطلاعات و فرصت‌ها را جایگزین تنبیه کنید، تا از تنبیه چیزی یاد بگیرند.....
۴۸	از حس شوخ طبعی خود استفاده کنید.....	۱۹	
۴۹	کار متفاوتی انجام دهید.....	۲۱	مهارت‌های گفتاری را اصلاح کنید.....
۵۰	از برجسب زدن پرهیزید.....	۲۵	انتظارات معقول برای خودتان ایجاد کنید.....
۵۱	ایمان داشته باشید.....	۲۷	جلسه‌های خانوادگی تشکیل دهید.....
۵۱	مطمئن شوید که پیام عشق شما منتقل می‌شود.....	۲۹	انتخاب‌های محدود پیشنهاد دهید.....
۵۲	گام‌های کوچکی بردارید.....	۳۰	محدودیت بگذارید.....
	قسمت دوم	۳۳	روال منظمی برقرار کنید.....
۵۳	راه حل‌های تربیت کودک به روش مؤثر.....	۳۶	برنامه‌های صبحگاهی و شبانه‌گاهی.....
۵۳	فرزندخواندگی.....	۳۷	فرزندانتان را بشناسید.....
۵۷	پاداش.....	۳۸	از اشتباه‌ها استقبال کنید.....
۶۳	کودکان عصبانی و پرخاشگر.....		از گوشه نشانی (دور کردن کودک از محیط) مثبت استفاده کنید.....
۷۰	اختلال کم توجهی (بیش فعالی).....	۳۹	

۱۹۰.....	ترس‌ها (والدین)	۷۵.....	پرستار بچه
۱۹۴.....	جنگ (دوستان)	۷۹.....	حاضر جوابی و بی‌احترامی
مهارت‌های زندگی که فرزندان شما یاد می‌گیرند		۸۴.....	دردسرهای حمام رفتن
۱۹۵.....		۸۷.....	دردسرهای زمان خواب
۱۹۷.....	جنگ (خواهر و برادران)	۹۲.....	شب ادراری
۲۰۲.....	دشنام گویی/ ناسزا	۹۶.....	گاز گرفتن
۲۰۴.....	مهارت‌های زندگی که بچه‌ها یاد می‌گیرند	۱۰۱.....	خستگی
۲۰۵.....	انتخاب دوستان	۱۰۴.....	قلدری
۲۰۸.....	بچه خوب	۱۰۸.....	دردسرهای درون خودرو
۲۱۱.....	پدر بزرگ‌ها و مادر بزرگ‌ها	۱۱۲.....	تلفن‌های شخصی
۲۱۴.....	عادت‌ها	۱۱۵.....	کارهای روزمره
۲۱۸.....	کتک زدن و ضربه زدن به کیل	۱۲۳.....	کشمکش‌های لباس پوشیدن
۲۲۴.....	تکالیف منزل	۱۲۷.....	بی‌رحمی در مقابل حیوانات
۲۳۰.....	حرف دیگری را قطع کردن/ رفتار آزار دهنده	۱۳۱.....	گریه کردن
۲۳۴.....	گوش کردن	۱۳۵.....	مرگ واندوه
۲۳۹.....	دروغ گفتن و خیال بافی	۱۴۰.....	خودسری، نافرمانی، تمرد
۲۴۳.....	بد رفتاری کردن	۱۴۴.....	تقاضا کردن
۲۴۸.....	استمناء	۱۵۰.....	افسردگی
۲۵۱.....	گرایش به مادیات	۱۵۵.....	روش‌های مختلف تربیت فرزند
۲۵۵.....	دردسرهای صبح هنگام	۱۶۰.....	طلاق
۲۵۹.....	نقل مکان	۱۶۴.....	پزشک، دندانپزشک، آرایشگاه
۲۶۳.....	خواب نیمروز	۱۶۸.....	مصرف مواد مخدر
۲۶۵.....	بچه منفی	۱۷۱.....	صرف غذا و دردسرهای آن
۲۶۹.....	نه!		وسایل الکترونیکی: تلویزیون، بازی‌های رایانه‌ای،
۲۷۳.....	فرمانبرداری	۱۷۷.....	آبیاد، و...
۲۷۷.....	چاقی	۱۸۲.....	صداقت و حسادت
۲۸۱.....	حمایت بیش از حد، لوس کردن و رها کردن	۱۸۶.....	ترس (بچه‌ها)

مقدمه مترجم

کدام والدین هستند که وقتی فرزندشان در فروشگاه بد خلقی می‌کند، شام نمی‌خورد، کودک دیگر را گاز می‌گیرد، شب نمی‌خوابد یا صبح از رختخواب بیرون نمی‌آید، نگران نمی‌شوند؟ کدام والدین هستند که به دنبال راه حل‌هایی به غیر از تنبیه نباشند، تا به بچه‌ها کمک کنند که اعتماد به نفس داشته باشند، همکاری کنند، مسئولیت‌پذیر باشند و مهارت‌های حل مشکل را یاد بگیرند؟ در این کتاب اطلاعات مفیدی در مورد روش‌های تربیت فرزند در هر سنی وجود دارد.

وقتی این کتاب را ورق می‌زنید، پاسخ سؤال‌های خود را در مورد تربیت فرزند پیدا می‌کنید و با پیشنهادهایی برخورد می‌کنید که می‌توانید از مشکلات آینده هم پیشگیری کنید. همین‌طور می‌توانید اطلاعاتی پیدا کنید تا در مورد خودتان بیشتر بدانید. در هر بخش هم اصولی برای پرورش فرزند هست که کمک می‌کند بدانید فرزندان شما به رفتار شما چه عکس‌العملی نشان می‌دهند. در قسمت افکار تقویت‌کننده هم می‌توانید با کارهایی که سایر والدین انجام داده‌اند آشنا شوید.

از این کتاب استفاده کنید تا سلامت روحی و جسمی خانواده خود را تضمین

کنید. بخوانید و لذت ببرید!