

روان شناسی



آموزش مهارت‌های مؤثر در تربیت کودکان

مجید زارعی

(روان‌شناس، مدرس دانشگاه)

حجة الاسلام مهدی دانشمند

سرشناسه: زارعی، مجید، ۱۳۴۷ -
 عنوان و نام پدیدآور: آموزش مهارت‌های مؤثر در تربیت کودکان /
 مؤلف مجید زارعی، مهدی دانشمند.
 مشخصات نشر: اصفهان: آشیانه برتر: یاقوت سپاهان، ۱۳۹۴.
 مشخصات ظاهری: ۱۶۰ص: مصور، ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۳۸-۷۱-۷
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 یادداشت: کتاب حاضر نخستین بار با عنوان " چراغ‌های قرمز و سبز
 در تربیت کودکان " توسط انتشارات حسین فهمیده منتشر شده و
 سرشناسه مهدی دانشمند است.
 یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۵۸ - ۱۶۰؛ همچنین به صورت زیرنویس.
 عنوان دیگر: چراغ‌های قرمز و سبز در تربیت کودکان.
 موضوع: کودکان -- روان‌شناسی
 موضوع: والدین و کودک
 موضوع: تربیت خانوادگی
 شناسه افزوده: دانشمند، مهدی، ۱۳۴۸ -
 رده بندی کنگره: ۴۳۹.۴ ج ۲۱/۵ BF۷۲۱
 رده بندی دیویی: ۱۵۵/۴
 شماره کتابشناسی ملی: ۳۹۲۴۸۷۱

آموزش مهارت‌های مؤثر، تربیت کودکان

مؤلفان: مجید زارعی، مهدی دانشمند
 ناشر: آشیانه برتر
 ناشر همکار: یاقوت سپاهان
 نوبت و تاریخ چاپ: دوم / اول ناشر تابستان ۹۴
 تعداد صفحات / قطع: ۱۶۰ / رقعی
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۳۸-۷۱-۷ شماره‌گان: ۱۰۰۰ نسخه

مؤسسه چاپ و نشر سلام آماده دریافت سفارش و ارسال کتب
 منتشره خود از طریق فروشگاه اینترنتی می‌باشد.
 WWW.BOOKSALAM.IR

مراکز بخش اصفهان
 * خ کاوه، بین میدان ۲۵ آبان و پل چمران
 کوچه شماره ۴۹، پلاک ۱۶
 ۰۳۱-۳۴۶۵۰۶۵۲-۳۴۶۵۰۱۴۶

* خ چهارباغ پایین، کوچه رشته‌ها
 مرکز خرید مهر، واحد ۱۶
 ۰۳۱-۳۲۲۴۴۰۱۳

بهاء: ۸۰۰۰ تومان

فرشته میرفندرسکی، مسئول قاسم‌پور، پریس، ملی، آسمه قاسدی‌پور
 مدیر تولید: مرتضی قاسم‌پور
 مدیر توزیع: عباس
 مدیر: علی
 آکبر شریعی، مجتبی قاسم‌پور، د. س. علیرضا، شایلی، زهرا کارگر



فهرست مطالب

۸	 مقدمه
	فصل اول: رشد قبل از تولد
۱۰	 رشد قبل از تولد
۱۱	 سن مادر
۱۲	 تغذیه مادر
۱۳	 آروها و مواد مخدر
۱۵	 تشعشعات
۱۵	 حالات عاطفی و اضطراب مادر
۱۶	 الف) نکته هایی که مادران باید توجه کنند
۱۹	 ب) نکاتی که پدران محترم توجه داشته باشند
۲۰	 سایر عوامل مؤثر
۲۱	 نقش پدر
۲۲	 نتیجه گیری
	فصل دوم: رشد و نمو از تولد تا دوسالگی
۲۴	 از تولد تا دو سالگی
۲۵	 نقش تماس بدنی با کودک
۲۷	 معیارهای سالم بودن نوزاد
۲۸	 گریه های نوزاد
۳۱	 توجه اسلام به گریه و عواطف کودک
۳۲	 جایگاه شیر مادر
۳۳	 مزایای مربوط به کودک
۳۴	 مزایای شیردهی برای مادر
۳۴	 مزایای اقتصادی شیر مادر
۳۴	 عوامل مؤثر در افزایش و کاهش شیر مادر
۳۵	 از شیر گرفتن کودک
۳۵	 دیدگاه اسلام پیرامون تغذیه نوزاد با شیر مادر
۳۶	 سیر طبیعی رشد



۳۷	رشد ذهنی
۴۲	رشد شخصیتی
۴۴	تربیت جنسی کودک
۴۶	رشد حرکتی (راه رفتن)
۴۶	اسباب بازی های کودک
	فصل سوم: رشد از سه سالگی تا پایان شش سالگی
۵۰	رشد از ۳ سالگی تا پایان ۶ سالگی
۵۰	اهمیت سنین ۱ تا ۶ سالگی
۵۱	ویژگی ها و تمایلات اصلی کودک
۵۸	رشد تکلم
۵۹	لکنت زبا
۶۱	بیش فعالی، بیش و بی کار
۶۲	بیش فعالی کودکان
۶۲	شیوع بیش فعالی
۶۳	علائم ADHD
۶۳	انواع بیش فعالی
۶۳	نوع تکانشی - بیش فعالی
۶۵	نوع ترکیبی
۶۵	علل
۶۶	درمان
۶۶	درمان بیش فعالی کودک
۷۰	نتیجه گیری
۷۱	رشد اجتماعی
۷۲	رشد استقلال و اعتماد به نفس
۷۴	مهد کودک - کودکان
۷۵	معجزه ی تشویق
۷۸	تنبیه - بلی یا نه ؟
۸۰	کمرویی
۸۱	علل



- ۸۱ راهکارها
- ۸۲ تربیت مذهبی کودکان
- ۸۲ اصول مذهبی را متناسب با سن فرزندان آموزش دهید
- ۹۳ نتیجه گیری
- فصل چهارم: رشد در دوره دبستان از ۷ تا ۱۱ سالگی
- ۹۵ رشد در دوران دبستان از ۷-۱۱ سالگی
- ۹۵ الف) موضوعات مربوط به مدرسه
- ۹۷ مشکلات مربوط به مطالب درسی فرزندان
- ۱۰۱ اضطراب امتحان
- ۱۰۲ افت تحصیلی
- ۱۰۳ عوامل مؤثر بر افت تحصیلی
- ۱۰۳ افت تحصیلی
- ۱۰۴ پیشگیری و راهکارها
- ۱۰۶ روبرو شدن با برنامه
- ۱۰۷ ب) مسائل مربوط به رفتاری و منزلی
- ۱۰۸ دروغگویی
- ۱۰۹ راهکارها
- ۱۱۰ فحش دادن (کلمات رکیک)
- ۱۱۰ راهکارها
- ۱۱۱ کارهای منزل
- ۱۱۲ راهکارها
- ۱۱۳ تماشای تلویزیون
- ۱۱۴ راهکارها
- ۱۱۵ کامپیوتر و اینترنت
- ۱۱۶ اخلاقیت
- ۱۱۷ ویژگیهای کودکان خلاق در مدرسه و منزل
- ۱۱۷ موانع اخلاقیت در مدرسه
- ۱۱۸ موانع اخلاقیت در منزل
- ۱۱۸ عوامل مؤثر در پرورش اخلاقیت



فصل پنجم: نوجوانی

۱۲۱	تعریف نوجوانی
۱۲۲	حیطه سنی نوجوانی
۱۲۲	بلوغ
۱۲۳	ویژگی های دوره بلوغ
۱۳۱	چگونه شنونده خوبی باشیم؟
۱۳۵	موضوعات مهم دوره نوجوانی
۱۳۵	بلوغ جنسی
۱۳۶	وصایای تربیتی
۱۳۸	انحرافات جنسی (به ویژه خودارضایی)
۱۳۹	راهکارها
۱۴۴	اعتیاد و مواد مخدر
۱۴۵	علل اعتیاد
۱۴۸	راهکارها
۱۵۳	افسردگی
۱۵۴	راهکارها
۱۵۴	خودکشی
۱۵۵	راهکارها
۱۵۷	حرف آخر
۱۵۸	منابع



امروزه تربیت کودک علی‌رغم لطافت‌ها و شیرینی‌هایی که دارد به واسطه شکندگی کودکان و پیچیده شدن موضوع تربیت تا حد زیادی والدین را به چالش کشیده است.

البته پیشرفت‌های علم روانشناسی به عنوان علم مطالعه رفتار و شناخت فرایندهای ذهنی طی دهه‌های اخیر از یکسو و کارایی آن در زمینه‌های مختلف رفتاری از سوی دیگر و تسلیی رضوی با مشکلات والدین در پرورش کودکان از طریق برنامه‌های آموزش خانواده، هدای مشاور و دفاتر مشاوره ما را بر آن داشت تا به جای توصیف‌های کلی و نظری از بزرگی‌های شادی هر مرحله سنی، به راهکارهای عملی و کاربردی در جهت کاهش مشکلات والدین و فرزندان اشاره نماییم.

بی‌شک این اثر نیز خالی از ایراد و نقص نیست. از این بابت ضمن عذرخواهی از کلیه اساتید، صاحب‌نظران و کارشناسان، از آنها خواهش می‌کنیم تا ارائه رهنمودهای لازم ما را در بارور نمودن و تکمیل چاپ‌های بعدی یاری نمایند.

با احترام

مجید رازی

مهدی دانشمند