

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# خلقه خرسه نباش!

۴۰ نکته برای شناختن خطاهای تربیتی والدین



ابراهیم ابراهیمی



انتشارات پیشگامان پژوهش مدار

۱۳۹۵

از مجموعه کتاب‌های کودک ۴ نکته‌ای ④  
گروه برنامه‌ریزی و تألیف: دکتر رضی مجدفر، دکتر لیلا سلیقه‌دار و ابراهیم اصلانی

سرشناسه: اصلانی، ابراهیم، ۳۴۳  
عنوان و نام پدیدآور: خاله خرسه نباش ۴۰ نکته برای شناخت خطاهای تربیتی والدین / ابراهیم اصلانی؛ تصویرگر: سام سلماسی  
مشخصات نشر: تهران: پیشگامان پژوهش‌ها، ۱۳۹۵  
مشخصات ظاهری: ۵۶ ص.  
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۲۹-۰۲-۶  
وضعیت فهرست نویسی: فیا  
عنوان دیگر: ۴۰ نکته برای شناخت خطاهای تربیتی والدین.  
عنوان گسترده: چهل نکته برای شناخت خطاهای تربیتی والدین.  
موضوع: رفتار والدین / موضوع: Parenting  
موضوع: والدین و کودک / موضوع: child and Parent  
شناسه افزوده: سلماسی، سام، ۱۳۶۰ - تصویرگر / شناسه افزوده: Salmasi  
رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ خ ۲/الف ۷۵۵/ن HQ  
رده بندی دیویی: ۶۴۹/۱  
شماره کتابشناسی ملی: ۴۳۱۳۷۴۲



انتشارات پیشگامان پژوهش مدار

## خاله خرسه نباش!

۴۰ نکته برای شناخت خطاهای تربیتی والدین

نویسنده: ابراهیم اصلانی

تصویرگر: سام سلماسی

طراح گرافیک: آرزو صفرخانیلو

چاپ: اول ۱۳۹۵

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه

ایمیل: صحافی: پردیس دانش

تلفن: ۰۲-۸۵۲۹-۶۰۰-۹۷۸

قیمت: ۵۰۰۰۰ تومان

تلفن: ۰۲-۸۸۱-۳۳۱۷

حق چاپ محفوظ است.

نشانی: تهران، خیابان کریم خان زند، خیابان ماهشهر، نبش خیابان یگانه، پلاک ۳، واحد ۱۲

- ۸ ..... پیشگفتار
- ۱۰ ..... خاله خرسه در آینه!
- ۱۲ ..... نپرسید: بابا را بیشتر دوست دارم یا ماما را!
- ۱۳ ..... بچه‌ها را رودرروی هم قرار ندهید
- ۱۴ ..... قالب‌های جنسیتی کلیشه‌ای را تقویت نکنید
- ۱۵ ..... نگویند: این قدر دست و پا چلفتی نباش!
- ۱۶ ..... یاد ندهید که: تو باید حقت را بگیری!
- ۱۸ ..... نگویند: اگر حرف گوش نکنی، ماما / بابا دوستت ندارد
- ۱۹ ..... نگویند: خاک تو سرت که آدم نمی‌شوی!
- ۲۰ ..... نگویند: اگر به حرف ماما / بابا گوش ندهی، می‌گویم لولو بیاید!

- ۲۱ ..... تهدید نکن. اگر فلان کار را نکنی، آقا / خانم عصبانی می‌شود.
- ۲۲ ..... گاهی از محبت زیاد مرضی حاصل می‌شود.
- ۲۴ ..... با ویژگی‌های خاص فرزندان برخورد نکنید.
- ۲۵ ..... نیازهای فرزندان را با خواسته‌های او اشتباه نگیرید.
- ۲۶ ..... رویاهای دست‌نیافتنی خودتان را به فرزندان پیاده نکنید.
- ۲۷ ..... خودتان را بدهکار نشان ندهید.
- ۲۸ ..... شما مادر و پدر فرزندان هستید، نه دوست او.
- ۲۹ ..... با دانش تربیتی ضعیف، انتظار نتایج مطلوبی نداشته باشید.
- ۳۰ ..... به دنبال یافتن تعادلی بین عاطفه و عقلانیت در تربیت باشید.
- ۳۱ ..... حتی در ایراد گرفتن و انتقاد هم، از مرز تعادل خارج نشوید.
- ۳۲ ..... یادتان باشد شما بازجو و مفتش نیستید.
- ۳۴ ..... تصور نکنید همه خواسته‌های شما با ایما و اشاره منتقل می‌شود.

- تصور نکنید حرف نزدن در خانواده، نشانه سنگینی و متانت است..... ۳۵
- در ایراد گرفتن و انتقاد، افکار و نگرانی‌ها را به فرزندان منتقل نکنید..... ۳۶
- شما صلاح فرزندان را می‌خواهید، ولی در وهم زندگی خود را دارد..... ۳۷
- قرار نیست همیشه بازخواست‌ها از طرف پدر باشد..... ۳۸
- همیشه به جای فرزندان تصمیم‌گیرنده نباشید..... ۳۹
- فرزندان را وادار به انجام کارهایی که برای شما می‌دانید، نکنید..... ۴۰
- فرزندان را وابسته بار نیاورید..... ۴۲
- خانواده را به میدان طرف‌کشی تبدیل نکنید..... ۴۳
- انتظار نداشته باشید فرزندان در مورد همه، مثل شما فکر کنند..... ۴۴
- اگر کسی در فامیل، مورد تأیید شما نیست، آبرویش را نبرید..... ۴۵
- فرزندان را از همه چیز، همه کس و همه جا نترسانید..... ۴۶

- ۴۷ ..... در اوضاع ناجور و ترسناک، شما را پیچیده‌تر نکنید
- ۴۸ ..... فرزندان را شکاک و بدبین بار نیاورد
- ۴۹ ..... همه هم و غم زندگی‌تان را با غم و غصه فرزندان نباشد
- ۵۰ ..... بر اساس وضعیت جسمانی و روحی، برای فرزندان نسخه نپیچید
- ۵۱ ..... لذت‌های اصیل را برای فرزندان محسوس نکنید
- ۵۲ ..... هنگام توبیخ و گالایه، قضیه را کش ندهید
- ۵۴ ..... بازخواست و توبیخ هم باید منطقی و بجای باشد
- ۵۵ ..... وسط دعوا، نرخ تعیین نکنید
- ۵۶ ..... یادتان باشد، نظارت با کنترل فرق دارد؛ وظیفه شما نظارت است

تربیت را به دور روش‌های سلبی یا اثباتی می‌توان انجام داد. در تربیت ایجابی، بیشتر به دنبال نشان دادن بایدها و ارائه رهنمود هستیم. تربیت سلبی می‌گوید: چه کارهایی را باید انجام بدهیم تا به نتایج بهتری برسیم. بیشتر والدین و مربیان هم، از شنیدن رهنمودها و توصیه‌های تربیتی تجویزی استقبال می‌کنند. اما تربیت سلبی از این که تربیت چه چیز نیست، چه کارهایی نباید انجام بدهیم، چگونگی باید مراقب خودمان باشیم تا دسته گل به آب ندهیم، سخن می‌گوید. به تعبیری: تربیت ایجابی بیشتر بر روی، که یک جوان و تربیت سلبی بر روی والدین متمرکز است. در واقع، کار والدین در تربیت سلبی سخت‌تر است، چون در موقعیت‌های بسیاری، ناچارند به جای پاسخ‌ها و اقدامات سریع در قبال پرسش‌ها و نیازهای فرزندانشان، با تأمل و حوصله بیندیشند و عمل کنند. در این روش، والدین به جای آن که به‌طور مستقیم و غیرمستقیم، رهنمودها را به فرزندانشان بدهند، باید اولاً مراقب باشند تا اشتباه نکنند و ثانیاً زمینه‌هایی فراهم آورند تا فرزندانشان، خود موقعیت را در دست بگیرند و انتخاب درستی بزنند. این کتاب، یک راهنمای ساده تربیتی با رویکرد تربیت سلبی است که می‌تواند به والدین کمک کند تا در مواردی رهنمود

و توصیه‌ای هم داشته باشد. پیام کتاب آن است که والدین را به شناخت خطاهای تربیتی خود در رفتار و گفتار ترغیب کند و به آنها بگوید: با توان والدینی متعهد و مسئولیت‌پذیر در قبال تربیت، مراقب باشید خواسته یا ناخواسته و با نیت به ظاهر خیر خدایتان، مرتکب خطاهایی نشوید که فرایند تربیت را مختل کند.

کتاب با استفاده از تمثیل خاله خرسه، ۴۰ نکته اساسی را برای شناخت خطاهای تربیتی والدین یادآوری می‌کند. خاله خرسه به من کمک کرده است تا نکات، جذاب‌تر و خودمانی‌تر باشند. امیدوارم اگر احساس کردید که رفتارهای شما هم به رفتارهای خاله خرسه نزدیک است، به جای آن که ناراحت شوید یا به شما برخورد، تصمیم بگیرید بعد از این، بیشتر مراقب رفتارهای تربیتی باشید و برای اصلاح خودتان بیشتر وقت بگذارید. یک اشتباه عمده والدین همین است که برای تربیت فرزندشان متمرکز می‌شوند، در حالی که باید برای خود بیشتر وقت بگذارند. امیدواریم با همین کتاب ساده، گام‌های بزرگی برای تربیت مؤثر و موفق بردارید. از همه دوستانی که در آماده‌سازی کتاب نقشی داشته‌اند، و ویژه‌الدکتر مرتضی مجدفر، سام سلماسی و آرزو صفرخانلو، صمیمانه تشکر می‌کنم.

ابراهیم اصلانی