

بسم الله الرحمن الرحيم

لاک‌پشت یا پروانه؟

دکتر محمد رهنمای والدین

برای تقویت مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی فرزندان

دکتر لیلا سلیقه‌دار • ابراهیم اصلانی • دکتر مرتضی مجدفر



انتشارات پیشگامان پژوهش مدار

۱۳۹۵

۳

از مجموعه کتاب‌های کوچک نکته‌های
گروه برنامه‌ریزی و تألیف دکتر مرتضی مجدفر، دکتر لیلا سلیقه‌دار و ابراهیم اصلانی

سرشناسه: سلیقه‌دار، لیلا، ۱۳۵۰

عنوان و نام پدیدآور: لاک‌پشت یا پروانه؟! : نکته‌های تقویت مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی کودکان و نوجوانان / لیلا سلیقه‌دار، ابراهیم اصلانی، مرتضی مجدفر
تصویر: سام سلماسی.

مشخصات نشر: تهران: پیشگامان پژوهش‌مدار ۱۳۹۵، ۱۶۰ صفحه، شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۲۹-۰۱-۹

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۲۹-۰۱-۹ / وضعیت فهرست نویسی: فیا

عنوان گسترده: چهار نکته برای تقویت مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی کودکان و نوجوانان

موضوع: مهارت‌های اجتماعی در کودکان / موضوع: Social skills in children

موضوع: مهارت‌های اجتماعی در نوجوانان / موضوع: Social skills in adolescence

موضوع: قابلیت ارتباطی در کودکان / موضوع: Communicative competence in children

موضوع: نوجوانان — ارتباط با دیگران / موضوع: Interpersonal communication in adolescence

موضوع: والدین و نوجوانان / موضوع: Parent and teenager

موضوع: نوجوانان — روان‌شناسی / موضوع: Adolescent psychology

شناسه افزوده: اصلانی، ابراهیم، ۱۳۴۲ - / شناسه افزوده: مجدفر، مرتضی، ۱۳۴۲ -

رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ / ۸۹ / ۷۲۲ BF

رده بندی دیویی: ۱۵۵/۴۱۸

شماره کتابشناسی ملی: ۴۲۹۵۲۲۵



انتشارات پیشگامان پژوهش مدار

لاک پشت یا پروانه؟!

۴۰ نکته راهنمای والدین برای تقویت مهارت‌های اجتماعی و ادراکی فرزندان

نویسنده: دکتر لیلای سلیقه‌دار، ابراهیم اصلانی و دکتر مرتضی مجدفر

تصویرگر: سام سلیمانی

طراح گرافیک: آرزو صفدرخانلو

چاپ: اول ۱۳۹۵

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه

پ و صحافی: پردیس دانش

شابک: ۹-۰۱-۸۵۲۹-۶۰۰-۹۷۸

قیمت: ۵۰۰ ریال

تلفن: ۰۲۱-۸۸۳۴۵۲۱۸ جابر

حق چاپ محفوظ است

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

فهرست

- پیش گفتار ۸
- دوست دارید چه نوع فرزندی تربیت کنند؟ ۱۰
- از خودتان شروع کنید ۱۲
- تغییر، نیاز به زمان دارد ۱۳
- با یک نشانه، قضاوت نکنید ۱۴
- جلسات خانوادگی برگزار کنید ۱۵
- برای جلسات خانواده، موضوعات متنوع در نظر بگیرید ۱۶
- از شنیدن حرف همه استقبال کنید ۱۷
- گاهی فقط کافی است خانواده دور هم باشد ۱۸

- ۱۹..... اتاق فرزندان، حریم است ...
- ۲۰..... حریم می تواند شامل قوای هم ...
- ۲۲..... به حریم شخصی یکدیگر احترام بگذارد ...
- ۲۳..... گاهی لازم است کمی صبور و باحوصله باشد ...
- ۲۴..... برای تغییرات اتاق فرزندان، هماهنگی عمل کنید ...
- ۲۵..... سرزنش را ممنوع کنید ...
- ۲۶..... فرزندان گاهی می خواهد با دوستانش باشد ...
- ۲۸..... در برگزاری میهمانی های دوستانه، با فرزندان همراهی کنید ...
- ۲۹..... در برگزاری میهمانی های دوستانه، فقط نظارت کافی است ...
- ۳۰..... هنگام مواجه شدن فرزندان با یک مسئله، او را همراهی کنید ...
- ۳۱..... فرزندان را به حل مسائل خودش تشویق کنید ...

- ۳۲..... اگر فرزندان بود، است حرم به خرج دهید
- ۳۳..... گاهی بیان خاطره و ستان، کارکرد تربیتی دارد
- ۳۴..... داستان‌های ناتمام بگویید
- ۳۵..... با حضور والدین دوستان فرزندان هم، سهه ی ترتیب دهید
- ۳۶..... دوستان فرزندان را با تعصب نقد نکنند
- ۳۷..... به فرزندان امر نکنید که رابطه خود را با سوسن جمع کند
- ۳۸..... در جمع، فرزندان را به خاطر انجام کاری زیر فشار قرار ندهید
- ۴۰..... در جمع، زمینه‌های تحقیر فرزندان را فراهم نکنید
- ۴۱..... متناسب با شرایط سنی فرزندان رفتار کنید
- ۴۲..... فرزندان را برای حضور در میهمانی‌های کسل‌کننده، آماده سازید!
- ۴۳..... برای فرزندان خجالتی، شاید حضور در میهمانی‌ها سخت باشد

- ۴۴..... حضور در برخی میهمان‌ها، بی‌حفظ ادب و احترام است
- ۴۵..... میهمان‌نوازی را با هم تمیز کنید
- ۴۶..... در میهمان‌نوازی، به فرهنگ و قوانین خانواده راجه داشته باشید
- ۴۷..... در برقراری روابط، دقیق و تیزبین باشد
- ۴۸..... برای سرگرمی‌های خانوادگی وقت بگذارید
- ۵۰..... برای پیشگیری از بروز مشکلات ارتباطی، قوانینی وضع کنید
- ۵۱..... ارتباط در خانواده هم می‌تواند شامل قوانینی باشد
- ۵۲..... کتاب می‌تواند به تقویت مهارت‌های اجتماعی کمک کند
- ۵۳..... به فرزندان هم اجازه ابراز وجود بدهید
- ۵۴..... حضور در دنیای مجازی، برای همه باید منطقی و متعادل باشد
- ۵۵..... برای فرزندان غار تنهایی درست نکنید

پیش گفتار

زندگی پرمشغله امروزه، با کاهش فرصت برای مطالعه و جایگزینی منابع مطالعاتی جدید - البته احتمالاً با قابلیت اعتماد کمتر - در فضاهای مجازی، پدید آمدن روش‌هایی که پیش از این خانواده‌ها شاید اصلاً با آن‌ها روبه‌رو نبوده‌اند و نیز تغییرات گسترده در ارتباطات اعضای خانواده با یکدیگر و سایر خانواده‌ها و کل جامعه، ضرورت تغییر در روش‌های به‌روز آوری و بهسازی اطلاعات و توانمندی‌های فراوان در دنیای امروزی را گوشزد می‌کند.

اگر تا دیروز می‌توانستیم آموزش خانواده‌ها را بهره‌گیری مستقیم از بیان نظریه‌ها، تعاریف و توضیحات علمی و با چاشنی نصیحت، پیش ببریم، اکنون ناچار آمدی این روش، بیش از پیش آشکار شده و تنها دوره‌ها، نشست‌ها و تعاملاتی اثرگذار است که مسئله‌محور و برگرفته از چالش‌های نوپدید خانواده‌ها و نوجوانان باشد که به‌رغم مشابهت‌های احتمالی فراوان، حتی ممکن است در دو گوشه متفاوت از یک شهر، تأکیدات متفاوتی داشته باشد و مسئله‌های خودویژه‌ای را قرا روی‌مان قرار دهد.

این جلد از مجله به «کتابهای کوچک ۴۰ نکته‌ای» در پی آن است تا نکاتی را برای تقویت مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی کودکان و نوجوانان مطرح کند. کودک و نوجوان ما، به دلیل نوع تربیت خانوادگی و اجتماعی، اغلب در لاک یا پيله خود فرو می‌رود؛ این لاک شاید از نوع لاک سبک پوستی به نام لاک پشت باشد که تا آخر با او همراه می‌ماند یا پيله‌ای در هم تنیده بر دور کرم ابریشم که با گذشتن زمان در نهایت او را چون پروانه‌ای خوش بال و پر به پرواز در می‌آورد. در این کتابچه، چون دیگر کتاب‌های کوچک، نکات و نکتات را با توجه به چالش عمده مقاومت در برابر کتاب‌خوانی، تأکید بر اختصار و گزیده‌گویی است. بدیهی است محققان مجتهد کتاب، خود با مطالعات تکمیلی، در شرح و بسط نکته‌ها خواهند کوشید. هم‌چنین پیشنهاد ما، راه‌اندازی نشست‌های گفت‌وگو محور در جمع‌های کوچک خانوادگی و جلسات انجمن‌های اولیا و مربیان مدارس درباره هر یک از نکات ۴۰ گانه است.

ما مؤلفان این مجموعه، امیدواریم هم‌چون دیگر کتاب‌های مشترک ما، به اکنین تعداد آن‌ها از ۳۰ عنوان فراتر رفته است، این کتاب نیز مورد استقبال مخاطبان قرار گیرد و بتوانیم نقشی در ارتقای آیینتی جامعه خودمان داشته باشیم.

م. جعفری / ا. اصلانی / ل. سلیقه‌دار