۱۵٤۸۹۵۳

۸/۳۰

بسم الله الرحمن الرحیم

نقش تربیت در آرامش خانواده (۲)

(پرسش و پاسخ‌های تربیتی)

تألیف:

امیر مهدی مراد حاصل

روان شناس بالینی

مشاور خانواده

استای پارسیان

۱۳۹۶

www.ketab.ir

سرشناسه	مرادحاصل، امیر، ۱۳۳۲ -
عنوان و نام پدیدآور	نقش تربیت در آرامش خانواده (پرسش و پاسخ‌های تربیتی)/ تالیف امیر مهدی مرادحاصل.
مشخصات نشر	تهران: اوستای پارسیان، ۱۳۹۶ -
مشخصات ظاهری	۸۳ ص.: ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س‌م.
شابک	دوره‌ج. 978-600-98445-1-7 978-600-98445-2-4 :
وضعیت فهرست نویسی	فیپا
موضوع	تربیت خانوادگی- پرسش‌ها و پاسخ‌ها
موضوع	Domestic education -- Questions and answers*
موضوع	کودکان- سرپرستی- جنبه‌های روان‌شناسی- پرسش‌ها و پاسخ‌ها
موضوع	aspects -- Questions and answers Child rearing --Psychological
رده بندی کنگره	۱۳۹۶ ۷ن۴م/HQ۷۶۹
رده بندی دیویی	۶۴۹/۱
شماره کتابشناسی ملی	۴۹۳۵۱۰۱

عنوان: نقش تربیت در آرامش خانواده (۲)

(پرسش و پاسخ های تربیتی)

نویسنده: امیر مهدی مراد حاصل

چاپ/صحافی: آژو

طراح جلد: عباس خدایی

نوبت چاپ: اول/زمستان ۱۳۹۶

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

شابک: ۷-۱-۹۸۴۴۵-۶۰۰-۹۷۸

شابک دوره: ۴-۲-۹۸۴۴۵-۶۰۰-۹۷۸

قیمت: ۸۰۰۰ تومان

نشانی: تهران، میدان انقلاب، ابتدای خیابان جمالزاده جنوبی، پلاک ۱۲۹، طبقه سوم، واحد ۵

انتشارات اوستای پارسیان

تلفن: ۰۲۱-۶۶۵۷۲۰۱۲

همراه: ۰۹۰۱ ۰۹۰۱ ۰۶۵

حق چاپ محفوظ و در اختیار ناشر می‌باشد.

www.ketab.ir

فهرست مطالب

عنوان **صفحه**

پیش‌گفتار ۸

- پسر جوانی دارم که از دوستان خود الگوبرداری می‌کند و تحت تأثیر بعضی از عوامل مخرب جامعه قرار می‌گیرد. ۹
- اگر هر یک از والدین اعتقادات دینی متفاوتی داشته باشند. تربیت و آموزش فرزندشان چگونه باید باشد؟ ۱۱
- معلمی هستم که در سال اول دبیرستان تدریس می‌کنم. ولی احساس می‌کنم دانش‌آموزان از روش تدریس من راضی نیستند. مرا با هم روش جدیدی را به من ارائه دهید که دانش‌آموزان از درس خواندن لذت ببرند؟ ۱۲
- مادر یک پسر ۱۶ ساله هستم. پسرم به حرف‌های من گوش نمی‌دهد. بیشتر وقت‌هایش را بیرون از منزل و با دوستان خود می‌گذراند ۱۳
- پدر سه فرزند هستم. سؤالم این است: آیا استفاده از کلاس‌های ورزشی، هنری و ... در طول سال تحصیلی به درس بچه‌ها آسیب نمی‌زند؟ ۱۵
- پسری حدوداً چهارده ساله دارم. او در برابر اصرار من که می‌گویم بهتر است با برنامه‌ریزی درس بخواند مقاومت نشان می‌دهد. آیا اصرار من ضرورتی دارد یا نه؟ ۱۶
- پدری هستم که دو فرزند دارم. به خاطر وابستگی زیاد من و همسرم که از دوران کودکی با آنان داشته‌ایم؛ حالا هم که بزرگ شده‌اند ۱۷
- دختری ۱۷ ساله هستم و در سال سوم دبیرستان درس می‌خوانم. پدر و مادرم هیچ توجهی به من ندارند. اگر بخواهم بیرون از منزل بروم. برادر کوچک‌ترم را همراه من می‌فرستند. احساس می‌کنم به من اعتماد ندارند. از این زندگی یکنواخت خسته شده‌ام ۱۸

www.ketab.ir

- پسری ۲۱ ساله دارم که دانشجو است و در شهر قزوین مشغول به تحصیل است. با اینکه پسری خوب و با ایمان است، در طول دو ترم گذشته نتوانسته است واحدهای درسی‌اش را با موفقیت بگذراند علت عدم موفقیت تحصیلی او در دانشگاه برای ما روشن نیست. لطفاً ما را راهنمایی کنید؟ ۱۹

- دانش آموز کلاس دوم دبیرستان هستم. مطالب کتاب‌های درسی را خیلی خوب حفظ می‌کنم و یاد می‌گیرم، اما در مواقع امتحان دادن احساس ترس و نگرانی می‌کنم ۲۰

- پسر نوجوانی دارم که با دوستان ناباب ارتباط دارد. یکی از دوستانش اعتیاد داشته و بقیه‌ی آن‌ها هم سیگار هستند. چگونه می‌توانم از از سیگاری شدن و حتی اعتیاد او در آینده جلوگیری کنم؟ ۲۱

- مدتی است که در رفتار پسر ۱۶ ساله‌ام، حرکات عجیبی می‌بینم. دچار کمال‌طلبی و پاکیزگی افراطی شده است. در صورت امکان مرا راهنمایی کنید؟ ۲۳

- معلم کلاس اول دبیرستان هستم. مدتی است که متوجه شده‌ام دانش‌آموزانم در موقع امتحان تقلب می‌کنند. سؤالم این است که در رابر تقلب دانش‌آموزان چه باید کرد؟ ۲۳

- فرزندم کلاس هفتم (اول دبیرستان) است به مسائل و کتاب‌های علمی متفرقه علاقه‌ی زیادی دارد، اما به مطالعه‌ی کتاب‌های درسی خود چندان تمایلی نشان نمی‌دهد ۲۵

- فرزندم تازگی‌ها موهایش را بالا می‌زند و لباس‌های نامناسب تنش می‌کند با او باید چه رفتاری داشته باشم؟ ۲۷

- توجه دادن به اصول و ارزش‌های اخلاقی و انسانی در نوجوانان تا چه اندازه‌ای از سوی والدین باید اعمال شود؟ ۲۸

- مادری هستم ۳۴ ساله که یک فرزند ۱۸ ساله دارم. با هر سختی بود پسرم را بزرگ کردم ولی با بزرگ شدن او مشکلاتش نیز بزرگ‌تر شد ۲۸

- مادری هستم دارای سه فرزند. یک دختر ۱۷ ساله، یک پسر ۱۵ ساله و یک پسر ۱۱ ساله. گاهی من و همسرم با دو فرزند بزرگ‌ترمان که بزرگ‌ترمان که در سنین نوجوانی هستند مشکل پیدا می‌کنیم ۲۹

- مادری هستم که یک پسر و دختر نوجوان دارم. سؤالم این است که تا چه اندازه ما والدین می‌توانیم وارد حریم خصوصی فرزندان شویم؟ ۳۱

www.ketab.ir

- از شیوه‌ی لباس پوشیدن دختر ۱۵ ساله‌ام اصلاً راضی نیستم و همیشه به او اعتراض می‌کنم ولی او کار خودش را انجام می‌دهد. ۳۲
- پدرِ دو پسر هستم. به‌علت وابستگی زیاد من و همسرم که از دوران کودکی به آن‌ها داشته‌ایم، حالا هم که بزرگ شده‌اند در بیشتر مواقع به ما متکی هستند ۳۳
- فرزند نوجوان من هنوز خودش را باور ندارد. کم‌جرأت است و هیچ کاری را به تنهایی شروع نمی‌کند. او خودش را فرد توانمندی نمی‌داند ۳۵
- دختر ۲۰ ساله‌ام با دختری که هم‌سن‌وسال اوست دوست است. دخترم به قدری به دوستش وابسته شده که [illegible] به‌شدت نگران کرده ۳۶
- پسرم دوم دبیرستان است. بچه‌ی بدی نیست اما چندین بار احساس کرده‌ام از لباس‌های او بوی سیگار می‌آید. هنوز علت [illegible] او نگفته‌ام وظیفه‌ی من در این موقعیت چیست؟ ۳۷
- دانش‌آموز سال سوم دب[illegible]ستان هستم. برای اینکه یادگیری‌ام عمیق و ماندگار باشد و مطالب در ذهنم بماند از چه روشی باید استفاده کنم؟ ۳۹
- می‌گویند ورزش به یادگیری کمک می‌کند. فرزند نوجوانی دارم که برعکس بعد از ورزش انگیزه‌ی درس خواندن را از دست می‌دهد. چرا چنین است؟ لطفاً مرا راهنمایی بفرمایید. ۴۰
- برای جلوگیری از اعتیاد کودک و نوجوان به رایانه و حفظ آن‌ها از آسیب‌های اینترنت چه راهکارهایی وجود دارد؟ ۴۱
- فرزند پسرم دانشجوی سال دوم عمران است. ما خیلی او را محدود نکرده‌ایم. او هم پسر نسبتاً باجنبه‌ای است و دوست دارد هرازگاهی مثل دوستان دیگرش مهمانی دوره‌ی را در خانه‌ی خودمان برگزار کند ۴۳
- دانشجوی ترم دوم رشته‌ی پزشکی هستم. نسبت به همه چیز و همه کس بدبین شده‌ام. البته از آغاز این رفتار من حدود ۲ سال می‌گذرد ۴۵

همسرم بچه‌ها را خیلی سرزنش و توبیخ می‌کند. من نگران هستم. آیا عواقب این کار خیلی زیاد است؟ ۴۷

- کارمندی ۳۸ ساله هستم. حدود ۳ سال است که در شرکتی استخدام شده‌ام. اما متأسفانه نسبت به همه‌ی افراد و همکارانم بدبین هستم ۴۸

www.ketab.ir

- مادری جوان و دارای دو فرزند کوچک هستم. با پیش‌آمدن جزیی‌ترین مسائل که از نظر دیگران چندان اهمیتی ندارد، عصبی شده و حتی کلمات زشت به زبان می‌آورم ۴۹
- حدود یک ماه است که از تولد فرزندمان می‌گذرد. احساس می‌کنم همسرم بعد از زایمان دچار افسردگی شده است ۵۱
- برای کاهش اضطراب‌های قبل و بعد ازدواج چه اقداماتی لازم است؟ ۵۲
- [illegible] حسابدار یک شرکت خصوصی هستم و دو فرزند ۵ و ۹ ساله دارم. همسرم مرد خوبی است. او [illegible] سانسه و مدیر یکی از مدارس تهران است. بعضی اوقات خیلی دچار فشار می‌شوم و اضطراب و استرس وجودم را فرا می‌گیرد ۵۴
- حدوداً دو سال [illegible] ردواج من و همسرم می‌گذرد. ما هنوز صاحب فرزندی نشده‌ایم. ارتباط من و همسرم در مجموع خوب است ۵۶
- راه‌های ابراز محبت و تکریم فرزندان چگونه باید صورت بپذیرد؟ من سه فرزند در سنین خردسالی، نوجوانی و [illegible] دارم ۵۸
- پدری هستم ۴۴ ساله. دو دختر د[illegible] و یک پسر. دخترانم همیشه از من و مادرشان گله دارند که شما پسرتان را از ما بیشتر دوست دا[illegible] ؟ ۵۹
- پدر دو دختر و یک پسر هستم. من و همسرم با پسرم که ۱۵ ساله است دوست هستیم ولی او ما را دشمن خود می‌پندارد ۶۱
- مادری هستم که توقعات خیلی زیادی از فرزندان ندارم [illegible] گاهی دیگران ازجمله معلم یکی از فرزندانم به من می‌گوید شما در رابطه با فرزندت که دانش‌آموز [illegible] است بسیار پرتوقع هستی ۶۳
- چگونه می‌توانم عزت‌نفس و خودباوری را در خودمان و فرزندان‌مان تقو[illegible] کنیم؟ ۶۴
- مادری هستم ۴۵ ساله، سه فرزند دارم. شوهرم کارمند است و خودم خ[illegible]. علت لجبازی بچه‌ها با ما چیست ۶۶
- کودک ما یک ماهه است. از زمان به دنیا آمدن او همسرم اصلاً به خودش توجهی ندارد. او به خودش نمی‌رسد ۶۷

www.ketab.ir

- حدود ۲ سال است که به تدریس در مدارس مشغولم. هنگام درس دادن حرکاتی همچون (چرت زدن، حواس‌پرتی، جر و بحث و و ...) را در کلاس می‌بینیم که گاهی اوقات مرا عصبی می‌کند ۶۸
- معلم فیزیک هستم. مدتی است احساس می‌کنم دانش‌آموزانم نسبت به درس علاقه‌ای ندارند و بی‌حوصله هستند و من نسبت به این امر احساس خوبی ندارم ۷۰
- به عنوان یک مدیر با بررسی در وضع درسی دانش‌آموزان توسط والدین آن‌ها به این نتیجه رسیده‌ام که دانش‌آموزان اغلب ۷۱
- من یک معلم هستم. سؤال این است که چرا تنبیه‌های انضباطی درباره‌ی بعضی از بچه‌ها مؤثر می‌افتد و در مورد بعضی‌ها نتیجه‌ی عکس دارد؟ ۷۳
- مادری ۳۴ ساله و دارای ۳ فرزند هستم. به شدت عصبی می‌شوم و با کوچک‌ترین بهانه زندگی‌ام را هم بر خودم و هم بر دیگران تلخ و ناگوار می‌کنم ۷۴
- من دبیر دوره‌ی دوم دبیرستان هستم. نمی‌دانم نسل عوض شده یا من حوصله و برخورد مناسب گذشته را با دانش‌آموزان از دست داده‌ام ۷۶
- دو فرزند دبستانی دارم و یک فرزند اول دبیرستان که پسر است. هر سه فرزند من خیلی دوست دارند که با من حرف بزنند ۷۸
- برای ارتباط بیشتر پدران با فرزندان خصوصاً ارتباط کلامی و عاطفی چه توصیه‌هایی را باید رعایت کنیم ۷۹
- با سلام. جوانی ۲۷ ساله هستم که به تازگی پدر شده‌ام. اما متأسفانه هیچ تجربه‌ای در نگهداری و آرام کردن کودکم ندارم ۸۰
- من به‌تازگی پدر شده و نگران مسائل مالی هستم. من تنها نان‌آور خانه هستم و همسرم می‌خواهد تمام وقتش را به نگهداری از کودکمان اختصاص دهد ۸۲

www.ketab.ir

پیشگفتار

محیط خانواده جایی است که در آن معانی و مفاهیم واقعی زندگی برای افراد آن تجربه خواهد شد. مفاهیمی چون اعتماد، عشق، لیاقت، خودباوری و...طبعاً از چنین جایگاهی در خانواده است که، فرزند با آداب و رسوم، باورها و اندیشه های خوب و کار آمد آشنا می شوند و بسیاری از ارزش های خانوادگی، عشق ورزی و آداب و مهارت های زندگی را خواهند آموخت.

پدر، مادر، برادر و خواهر بیش ترین تأثیر را بر رشد فرد خواهند داشت. خانواده، عرصه ای است که عشق، اعتماد، پذیرش و احساس تعلق در آن پرورانده می شود. خانواده گستره ای است که در آن بیشترین میزان پذیرش فرد از خود شکوفا شدن توانمندی او در ابعاد اجتماعی و فردی شکل مؤثر خود را خواهد یافت و برعکس اگر این ساختار، خدای ناکرده نامتعادل و نا هماهنگ باشد اثرات منفی و زیان بار آن به سختی قابل جبران خواهد بود.

اکثروالدین به ندرت پیش می آید زمینه های آموزشی و تجربی کافی در زمینه کسب مهارت های تربیتی داشته باشند، تا آن ها را قادر سازند نقش والدینی خود را به عنوان مراقبت کننده های مؤثر از فرزندانشان، به نحو شایسته ای انجام دهند.

پاسخ به پرسش‌های تربیتی و روان شناختی در این کتاب، با توجه به تجربه‌ی بیست و پنج ساله مؤلف، می‌تواند به سرعت بخشیدن به این فرایند مهم و اثرگذار کمک نماید.

www.ketab.ir