

رویش ریسای تو

(نگاهی به رشد روان‌شناختی کودک از ۱۲ تا ۱۲ سالگی)

زهره اکابایی

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

شابک

وضعیت فهرست نویسی

یادداشت

عنوان دیو

موضوع

موضوع

رده بندی کنگره

رده بندی دیویی

شماره کتابشناسی

آقابابایی، زهره، ۱۳۵۴ -

رویش زیبای تو: (نگاهی به رشد روان شناختی کودک از تولد تا ۱۲ سالگی) / زهره آقابابایی.

مشهد: نشر فرشیم، ۱۳۹۶.

۱۱۲ ص.: مصور (بخشی رنگی)، جدول، نمودار.

۹۷۸-۶۰۰-۹۷۱۳۲-۴-۰

فینا

کتابنامه.

گذری بر آهنگ رشد روان شناختی کودک از بدو تولد تا ۱۲ سالگی.

کودکان - رشد

Child development

HQ ۷۶۷/۹/۱۷/۹ ۱۳۹۶

۳۰۵۲۳۱

۴۵۴۳۲۸

رویش زیبای تو

(نگاهی به رشد روان شناختی کودک از تولد تا ۱۲ سالگی)

• نویسنده: زهره آقابابایی

• ناشر: نشر فرشیم

• صفحه آرای: نوید رضایی

• شمارگان: ۱۰۰۰

• نوبت چاپ: اول ۱۳۹۶

• قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

• شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۷۱۳۲-۴-۰

• مشهد: بین پیروزی ۶۶ و تقاطع صیاد شیرازی

• تلفن: ۰۵۱-۲۸۴۴۷۶۲۷

۸	پیشگفتار:
۱۵	فصل اول:
۱۶	منظور از آهنگ رشد چیست؟
۱۷	تولد، شروع یک زندگی:
۱۸	آشنایی با دوره‌های مختلف آهنگ رشد:
۱۹	ویژگی‌های دوره اول:
۲۲	گریه نوزادان:
۲۳	آیا نوزادان لوس می‌شوند؟
۲۳	روش‌های آرام کردن گریه کودکان:
۲۵	اضطراب داشته باشید:
۲۷	کودک و استم:
۳۳	اضطراب جدایی چیست؟
۳۴	ترس از جدایی:
۳۶	در مورد ترس از جدایی کودک، چه کاری می‌توان انجام داد؟
۳۷	ویژگی‌های مادر ایمن و ایمنی‌بخش چیست؟
۳۸	۱. حضور فیزیکی مادر:
۳۹	۲. حضور عاطفی مادر:
۴۰	۳. باثبات بودن مادر:
۴۰	۴. فراهم‌کننده محیط پیش‌بینی پذیر:
۴۱	کودک و رعایت کردن قوانین:
۴۲	حدومرزها و خط قرمزها:
۴۵	ویژگی‌های دوره دوم:
۴۷	نیاز به استقلال، اصلی‌ترین نیاز دوره دوم:
۵۰	نقش پدر در ایجاد استقلال در کودک:
۵۱	چطور خود را در سطح کودکمان قرار دهیم؟
۵۲	چطور می‌توانیم اعتماد به نفس فرزندان خود را افزایش دهیم؟
۵۴	از پوشک گرفتن کودک:
۵۷	ویژگی‌های دوره سوم:
۵۷	خیال‌پردازی کودکان:

اهمیت خیال‌پردازی در کودکان: ۵۹

روش‌های افزایش قوه تخیل کودکان: ۶۰

منابع افزایش هوش بهر پیچه‌ها چیست؟ ۶۴

۱. تقویت حواس پنج‌گانه کودک: ۶۴

۲. حرکت: ۶۶

۳. دست‌ورزی: ۶۶

چه کاری باید انجام داد؟ ۶۸

مهد کودک مناسب: ۶۸

ویژگی‌های دوره چهارم: ۶۹

بازی کودکان: ۷۱

موانع حواس زدنمان باشیم! ۷۵

لجبازی کودک: ۷۷

در مورد لجبازی کودک چه باید کرد؟ ۷۸

نق زدن‌های کودکان: ۸۲

فصل دوم: ۸۵

اهمیت داشتن ارتباط مؤثر با فرزندان: ۸۶

چگونه می‌توانیم زبان غالب عشق فرزندان را کشف کنیم؟ ۸۸

روش‌های برقراری ارتباط بر اساس زبان عشق: ۸۹

تأیید کلامی: ۹۰

وقت گذاشتن و توجه به علایق: ۹۱

هدیه دادن: ۹۴

تماس فیزیکی: ۹۵

خدمت کردن: ۹۷

فصل سوم: ۱۰۱

۱- والدین سخت‌گیر: ۱۰۲

۲- خانواده بی‌تفاوت: ۱۰۴

۳- خانواده‌های آشفته: ۱۰۵

۴- والدین پرکار: ۱۰۶

۵- خانواده‌های منطقی: ۱۰۶

چند نکته: ۱۰۸

پیشگفتار:

زنانی که تصمیم می‌گیرید بچه‌دار شوید، ناخودآگاه مسئولیت سنگین و طمانی مدت تربیت فرزند را نیز به عهده می‌گیرید و در این مسیر بهتر است که از تجربیات دیگران و مطالعات کتاب‌ها و مشاوران نیز استفاده کنید.

همه و سیزده دوست دارند فرزندان سعادتمندی را تربیت کنند و برای رسیدن به این مقصد باید گاهی کافی از روند تربیت فرزند داشته باشند و بدانند که فرزند آن‌ها در هر مرحله از زندگی خود به چه چیزهایی نیاز دارد و باید چه رفتارهایی با آنان داشته باشند تا به هدف خود برسند.

البته همه کودکان در سن مشخصی وارد مرحله خاصی نمی‌شوند و میزان آموزش پذیری آن‌ها متفاوت خواهد بود و ماهی کودکان آن‌طور که والدین انتظار دارند رفتار نمی‌کنند. این مسئله ممکن است در والدین ایجاد اضطراب بنماید و اعتماد به نفس آن‌ها را پایین بیاورد.

والدین خوب، انضباط و عشق و محبت و علاقه را به فرزندش را در هم می‌آمیزند و متناسب با سن و جنس و رشد عقلی و شخصیت روانایی فرزند خود رفتار می‌کنند و برای تربیت فرزندانشان از آن بهره می‌برند.



بیا باید لحظه‌ای فکر کنیم و ببینیم که از فرزندان خود چه می‌خواهیم و انتظار داریم آن‌ها در آینده‌ای نه‌چندان دور چه خصوصیتی داشته باشند و با چه ویژگی‌هایی وارد زندگی بزرگ‌سالی خود شوند.

آیا می‌خواهیم آن‌ها افرادی مستقل و موفق باشند یا افرادی کاملاً وابسته و ضعیف؟

یقیناً دوست نداریم آن‌ها افرادی ترسو و بدون اعتمادبه‌نفس و دارای انواع طر- واره‌های مخرب باشند و در انجام کارها تعلل داشته و نتوانند به سطح لازم از نظر آموزش و رفتار برسند، همه ما دوست داریم که آن‌ها پیشرفت خوبی داشته باشند و افراد سیدم برای خود و جامعه باشند.

فرزند پروری مه‌بت و علمی است که نیاز به آموزش و فراگیری آن دارد و والدینی که این مهارت را کبب نکرده باشند ممکن است در برخی زمینه‌ها و برخورد با برخی رفتارهای نامناسب کدکان خود دچار مشکل شوند.

بنابراین ما به‌عنوان والدین کودک وظیفه داریم بسیاری از مسائل را در مورد آموزش و تربیت کدکانمان آگاهی داشته باشیم و بدانیم در هر مرحله از رشد کودک باید چگونه رفتار کنیم و زمان را از دست ندهیم.

گاهی ممکن است ناخواسته و یا بر اثر عدم آگاهی، فررهایی داشته باشیم که مشکلاتی را ایجاد کند که جبران کردن آن یا بسیار سخت و یا غیرقابل جبران باشد. لذا لازم است شناخت کافی در مورد کدکان داشته باشیم تا بتوانیم آن‌ها را درست راهنمایی کنیم.

این کتاب با هدف فراهم آوردن زمینه‌ای برای آشنایی بیشتر با مراحل رشد کدکان تهیه شده است، امید است که بدین‌وسیله بتوانیم هر چه بیشتر به اهدافمان نزدیک شویم.

کودکی که تازه به دنیا می‌آید، مانند لوح سفیدی می‌ماند که هیچ اثری روی

آن نوشته نشده است، او تحت تأثیر آموزش‌های والدین و اطرافیان و محیط خود می‌باشد و از آن‌ها الگوبرداری می‌کند و شخصیت او کم‌کم شکل می‌گیرد، مهم است که بدانیم در هر مرحله از رشد سنی کودک چگونه باید با او رفتار کنیم.

همان‌طور که می‌دانید

بزرگ‌ترین عامل تربیت کودکان، محیط خانوادگی آن‌هاست، طرز رفتار و نحوه والدین با کودکان می‌تواند، شخصیت آن‌ها را پیریزی کند، بنابراین والدین باید برای تربیت

فرزندان خود برنامه داشته باشند و مطابق آن برنامه و اهدافی که دارند قدم بردارند.

فرزندان ما امانت‌های الهی دارند و ما مسئول هستیم و ما در سرنوشت آن‌ها تأثیر بسزایی داریم و می‌توانیم زمینه‌ساز تربیت صحیح فرزندان خود باشیم و یا اینکه می‌توانیم نسبت به تربیت آن‌ها بی‌اعتنا باشیم. این به‌دوراز خواسته اکثر والدین می‌باشد.

با توجه به اینکه اکثر والدین دوست دارند بچه‌های شاد، سالم، قوی و موفق را تربیت کنند، برای نیل به این هدف لازم است با یک سری اصول آشنا شوند تا بتوانند در تربیت فرزند خود موفق‌تر باشند و باید که آگاهی و توانایی خود را افزایش دهند و با ویژگی‌های فرزندان خود آشنا شوند و خود را با آن ویژگی‌ها تطبیق دهند و متناسب با آن و شرایط کودک خود و موقعیت‌های رفتاری وی با او برخورد نمایند.

گاهی لازم است که به دوران کودکی خود نگاهی بیندازیم و دنیای پر شروشور کودکی خود را بار دیگر مرور کنیم و دنیا را از دید کودک بنگریم تا با



یادآوری آن، با خواسته‌های کودکان خود بیشتر آشنا شویم و بدانیم که آن‌ها از دنیا چه می‌خواهند و چگونه احساساتی دارند.

شاید لازم است که به نشانه‌های روان‌شناختی رشد و تحول کودک بیشتر توجه داشته باشیم تا بتوانیم با در نظر گرفتن مراحل مختلف رشد روان‌شناختی کودک تصمیمات بهتری بگیریم و پاسخ‌هایی متناسب با رفتارهای کودک داشته باشیم.

براین تنها این آرزو که فرزندان خوبی تربیت کنیم کفایت نمی‌کند، بلکه باید به طریقه‌های توانمندی‌های خود را افزایش دهیم و آن‌گونه که لازم است با کودکان رفتار کنیم.

بسیار مهم است که ما بتوانیم عشق و محبت خود را به کودکان ابراز کنیم و به نحوی با او تعلق برقرار کنیم که متوجه مهر و علاقه ما بشود. او باید این محبت را احساس کند تا بتواند در آینده فرد مسئولی باشد و به یک بزرگسال بخشنده و با محبت تبدیل شود.

در مورد تربیت فرزندان باید بسیار صبورانه رفتار کرد و با محبت و دلسوزی فراوان در این راه قدم گذاشت، با زور و اجبار به هیچ‌ای نخواهیم رسید، شاید تا مدتی فرزندان تبعیت کنند اما درنهایت آن‌ها عده‌ای خواهند شد و زمانی فرا می‌رسد که دیگر زور و اجبار نیز جواب نخواهد داد.

پس بهترین روش برخورد با فرزندان و اینکه تا چه حد از آنها تربیت‌پذیر باشند، در درجه اول به این بستگی دارد که چقدر نسبت به ما احساس محبت داشته باشند و جایگاه آن‌ها در خانواده در کجا قرار دارد و دیگر اینکه آگاه باشیم آن‌ها هنوز کودک هستند و تجربه چندانی ندارند و نباید بیش از حد توان آن‌ها، از ایشان انتظار داشت، آن‌ها ناتوانی‌های زیادی دارند و باید به مرور تحت تعلیم و آموزش قرار بگیرند و مهارت‌های لازم را کسب کنند، هرگاه کودک اشتباهی را مرتکب شد، باید وقت گذاشت و با مهربانی با او گفتگو کرد و بررسی کرد که

کجای کار اشتباه کرده‌ایم و برای او توضیح دهیم که چرا نباید این کار را انجام دهد و اینکه اگر چگونه و به چه روشی انجام دهد بهتر خواهد بود.

باید کودک خود را همان گونه که هست بپذیریم و دوست داشته باشیم، او با دانستن عشق و علاقه ما نسبت به خودش احساس امنیت و شادی می‌کند و زمانی که احساس کند شما به او ایمان و اعتماد دارید، خود را قادر به انجام هر کاری خواهد دید.

ذهنیتی که بچه در مورد شما نسبت به خودش دارد بسیار مهم است. او شما را به عنوان الگو قرار می‌دهد و نظر شما برای او بسیار تعیین کننده است.

بنابراین این مورد احساس می‌شود که لازم است والدین با آهنگ رشد کودک خود در مراحل مختلف آشنایی داشته باشند و نیازهای رشدی هر مرحله را بدانند تا بتوانند مطمئن باشند که آهنگ رشد کودک خود به پیش بروند و به مقصود مورد نظر دست پیدا کنند.

علاوه بر آگاهی والدین به نیازهای روانی، جسمانی و عاطفی کودکان، رسیدگی به آن‌ها مورد نیاز است. نیاز بر اساس آهنگ رشد آن‌ها در دوره‌های مختلف از نظر کمی و کیفی کاملاً متفاوت می‌باشد.

با توجه به این موضوع که کودکان یاد می‌گیرند مانند بزرگ‌ترها خواسته‌های خود را بیان کنند و بگویند که چه چیزی می‌خواهند و چه خواسته‌ای دارند، بنابراین لازم است که والدین به نشانه‌های علائمی که کودکان از خود بروز می‌دهند، آشنایی داشته باشند. این سیگنال‌ها نیازهای فیزیولوژیکی و رفتاری و هیجانی بچه‌ها را نشان می‌دهند، البته همان طور که بزرگ‌تر می‌شود علائم کلامی نیز به آن اضافه می‌شود و به مرور بهتر می‌تواند خواسته‌های خود را بیان کند.

با در نظر گرفتن این مورد، بهتر است که والدین با این علائم و نشانه‌ها آشنا بوده و معنای آن را بدانند و متوجه شوند که در آن زمان کودک چه چیزی را می‌خواهد.

آشنایی با چگونگی تغییرات کودک و تکامل او چه از لحاظ جسمی و چه از لحاظ ذهنی به والدین کمک می‌کند تا نیازهای کودک را به‌درستی شناخته و در زمان مناسب آن‌ها را برآورده کند. علاوه بر آگاهی و دانش در زمینه مسائل فرزند پروری، نیاز است که والدین بتوانند آگاهی‌های خود را به‌صورت عملی بکار ببرند و اجرا کنند؛ اما گاهی موانعی برای این کار وجود دارد، مثلاً باورهای اشتباهی که برخی از والدین دارند و یا مهارت کافی ندارند، باعث می‌شود که نتوانند آگاهی و اطلاعات خود را به مرحله عمل برسانند و به موفقیت موردنظر خود در این زمینه برسند.

یکی از اصولی که در زمینه فرزند پروری باید به آن دقت کنیم، این است که به آهنگ رشد کودک خود توجه داشته باشیم.