

سخت‌گیری برای فرزندان

فی کارلیسل / فریده فتوحی



Carlisle, Faye

کارلیسل، فی

سخت‌گیری برای فرزندان/فی کارلیسل: [مترجم] فریده فتوحی.

تهران: بذر خرد، ۱۴۰۰.

ISBN: 978-622-7758-35-1

شابک:

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا

عنوان اصلی: Psychology for parents: Birth to teens, 2013.

موضوع: ۱. کودکان -- سرپرستی ۲. کودکان -- روان‌شناسی

فتوحی، فریده، ۱۳۷۰ - مترجم

HQ۷۶۹/ک۱۳ر۹

۸۶۷۴۷۹۲

شماره کتابشناسی ملی:

سخت‌گیری برای فرزندان

فی کارلیسل

فریده فتوحی

نوبت چاپ: اول، تاریخ چاپ: ۱۴۰۰

تیراژ: ۲۰۰ جلد، قیمت: ۷۸۵۰۰ تومان

شابک: ۱-۳۵-۷۷۵۸-۶۲۲-۹۷۸

بلوار جانبازان غربی، بین چهارراه کرمان و عثنی العشری، کوچه اکبری، پلاک

۶۷، واحد ۵

تلفن: ۷۷۲۸۱۴۸۸

کلیه حقوق محفوظ است.



فهرست

۱۳	مقدمه
۱۵	فصل ۱. تربیت و رشد اخلاقی
۱۵	سبک فرزندپروری
۱۶	سیلی زدن
۱۸	پاسخ به رفتار مناسب با تیله‌هایی در شبیه
۱۹	چگونه با استفاده از جادوی ۱، ۲، ۳ فرزند خود را تربیت کنید.
۲۰	چند بار باید جایزه بدهید؟
۲۰	فراتر از پاداش و تنبیه
۲۱	چرا آموزش خویشن‌داری به کودکان ضروری است؟
۲۳	کج خلقی
۲۵	درمان با تعامل والدین - کودک
۲۶	تقلب کردن
۲۸	خودستایی کردن / لاف زدن
۲۹	دزدی
۳۰	دروغ گفتن
۳۲	ده دستورالعمل برای والدین درباره‌ی تربیت و رشد اخلاقی
	فصل ۲. شخصیت
۳۳	ویژگی‌های خلق و خو
۳۷	ایجاد استقلال
۳۸	تئوری پنج‌گانه‌ی شخصیت

ده دستورالعمل برای والدین درباره‌ی شخصیت

۳۹

فصل ۳. هوش

۴۱

بازی و هوش

۴۲

آیا میان دروس موسیقی و هوش ارتباطی وجود دارد؟

۴۳

پرورش مهارت‌های تفکر

۴۴

تحسین تلاش به جای دستاورد

۴۵

آموزش فشرده

۴۶

آیا آموزش کودکان با استعداد می‌بایست تسریع یابد؟

۴۸

هوش هیجانی

۴۹

ذهن‌آگاهی

۵۳

خوب‌شدن داری و عملکرد تحصیلی

۵۵

پرورش دادن مهارت‌های اجتماعی و همدلی

۶۰

ده دستورالعمل برای والدین درباره‌ی هوش

فصل ۴. جمعیت در خانواده و رقابت خواهر و برادری

۶۱

تک‌فرزندان

۶۳

خانواده‌های پرجمعیت‌تر

۶۴

آیا فرزندان داشتن شما را خوشحال می‌کند؟

۶۵

رقابت خواهر و برادری

۶۷

تأثیر ترتیب تولد

۷۰

ده دستورالعمل درباره‌ی جمعیت خانواده و حل و فصل رقابت خواهر و برادری

فصل ۵. بازی

۷۱

اهمیت بازی

۷۳

ذهن‌آگاهی و بازی

۷۴

بازی اضطراب را کاهش می‌دهد

۷۵

بازی تهاجمی

۷۹

ده دستورالعمل برای والدین درباره‌ی بازی

فصل ۶. الگوها، تفاوت‌های جنسیتی و رسانه

۸۱

الگوها

- ۸۲ تفاوت‌های جنسیتی
- ۸۴ کلیشه‌سازی جنسیتی
- ۸۶ تلویزیون و رایانه
- ۸۷ خشونت در تلویزیون و پرخاشگری
- ۸۸ اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای
- ۸۹ ده دستورالعمل برای والدین درباره‌ی الگوها و رسانه

فصل ۷. رشد زبانی و آموزش

- ۹۱ رشد زبانی
- ۹۲ کلاس‌های زبان بدن نوزاد
- ۹۲ خواندن
- ۹۳ بازی‌هایی جهت رشد زبان
- ۹۳ نحوه‌ی آموزش خواندن
- ۹۴ مراحل مهم زبانی
- ۹۵ یادگیری زبان دوم
- ۹۶ پیش‌دستانی
- ۹۶ سن شروع مدرسه
- ۹۷ چرا بازی در مدرسه مهم است؟
- ۹۹ سابقه‌ی عمل آموزش
- ۱۰۲ آیا باید به فرزندم در انجام تکالیفش کمک کنم؟
- ۱۰۳ امتناع از رفتن به مدرسه
- ۱۰۵ کودکان چپ‌دست و کودکان ماهر در استفاده از هر دو دست
- ۱۰۶ ده دستورالعمل برای والدین درباره‌ی زبان و آموزش

فصل ۸. دلبستگی

- ۱۰۹ ایجاد دلبستگی
- ۱۱۰ به چه دلایلی وجود دلبستگی مستحکم و ایمن ضروری است؟
- ۱۱۲ به منظور ایجاد دلبستگی‌های ایمن به چه مواردی نیاز نیست؟
- ۱۱۳ ماساژ نوزاد
- «فکر می‌کنم در پاسخگویی به اشارات نوزادم عملکرد مطلوبی ندارم، چه کارهایی می‌توانم انجام دهم؟»
- ۱۱۴

۱۱۵ «نوزاد من بسیار به من می چسبد. آیا جای نگرانی وجود دارد؟»

۱۱۶ پتوهای امنیتی و خرس های عروسکی

۱۱۷ نیازهای یک مادر

۱۱۸ شیردهی و دلبستگی

۱۲۰ هماهنگی با عواطف فرزندان

۱۲۱ ده دستورالعمل برای والدین درباره ی دلبستگی

فصل ۹. خواب

۱۲۳ آموزش خوابیدن

۱۲۳ تنها به خواب رفتن دقیقاً به چه معناست؟

۱۲۷ روش بی توجهی تدریجی فربر چگونه است؟

۱۲۸ «اگر کودکم از تختخواب خارج شود چه کاری باید انجام دهم؟»

۱۲۸ «کودک من در میانه های شب به تختخواب من می آید»

۱۲۹ کابوس ها

۱۳۰ الزامات خواب

۱۳۱ ده دستورالعمل برای والدین درباره ی خواب

فصل ۱۰. غذاخوردن

۱۳۳ شروع غذای کمکی

۱۳۴ کودکان ایرادگیر در غذاخوردن

۱۳۷ چاقی مفرط

۱۳۸ آیا می بایست میان غذاهای خوب و غذاهای بد تمایزی قائل شوم؟

۱۳۹ رژیم های غذایی خاص

۱۳۹ با هم غذاخوردن

۱۴۰ ده دستورالعمل برای والدین درباره ی غذاخوردن

فصل ۱۱. آموزش استفاده از توالت

۱۴۳ آموزش در طول روز

۱۴۵ آموزش استفاده از توالت در دیگر کشورها چگونه است؟

۱۴۶ پس زمینه ی دیدگاه فروید درباره ی نحوه ی تأثیرگذاری آموزش استفاده از توالت بر شخصیت

۱۴۷ آموزش استفاده از توالت در شب

مقدمه

زمانی که مادر شدم، دریافتم که میان کتاب‌های روان‌شناسی کودک و کتب نحوه‌ی فرزندپروری اختلاف وجود دارد. هدف من از نگارش این کتاب ارائه‌ی تحقیقات روان‌شناختی درباره‌ی فرزندپروری به شکلی قابل فهم است. برخی از قسمت‌های این کتاب کاملاً علمی هستند؛ زیرا تلاش کرده‌ام شواهد روان‌شناختی را به شیوه‌ای بی‌طرفانه ارائه کنم. با این وجود، نظرات شخصی خودم را نیز در بخش‌های تفسیر و دستورالعمل‌های کاربردی مطرح کرده‌ام. نیازی نیست که این کتاب به ترتیب فصول خوانده شود. اگر شما پدر یا مادری هستید که فرزندان بزرگ‌تر است و این کتاب را برای اولین بار انتخاب کرده‌اید، می‌توانید از فصول مربوط به دبستگی، آموزش استفاده از توالت و بازگشتن به کار گذر کرده و بر فصول تربیت، هوش و شخصیت تمرکز کنید. این کتاب را به عنوان یک راهنمای مرجع نوشته‌ام که امیدوارم سال‌ها در قفسه‌ی کتاب‌هایتان باقی بماند. در این صورت می‌توانید زمانی که فرزندان به نوجوانی رسید یا دچار مشکلی نظیر قلدری شد، به آن مراجعه کنید.

در گذشته مادران اغلب در نزدیکی والدین خود، خاله‌ها، عمه‌ها، عموها، دایی‌ها و پدر و مادر بزرگ‌ها زندگی می‌کردند و این افراد همیشه برای دریافت توصیه‌های فرزندپروری در دسترس بودند. امروزه، افراد از مکانی که در آن بزرگ شده‌اند دورترند و ممکن است خانواده‌هایشان نزدیک نباشند تا در تصمیم‌گیری‌های مراقبت از کودک کمک کنند. بنابراین بیشتر والدین جهت دریافت راهنمایی به کتاب‌های فرزندپروری روی می‌آورند. به همین دلیل، همان‌طور که بر تعداد متخصصین فرزندپروری اضافه

می‌شود، بر شمار توصیه‌های متناقض نیز افزوده شده و نهایتاً منجر به بروز آشفتگی می‌گردد. در نتیجه‌ی این آشفتگی، والدین درباره‌ی آموزش دادن یا ندادن خواب به نوزادشان و پیروی کردن یا نکردن از یک برنامه‌ی روزمره‌ی منظم دچار نگرانی هستند. از یک سو با افزایش کتاب‌های فرزندپروری مبتنی بر دلبستگی مواجهیم که طبق آن‌ها والدین باید همواره نوزادشان را با خود حمل کرده و همراه او بخوابند. از سوی دیگر، برخی کتاب‌ها نیز وجود دارند که به والدین توصیه می‌کنند بی‌درنگ نوزاد را به یک برنامه‌ی روزمره عادت دهند.

«روان‌شناسی برای والدین: از تولد تا نوجوانی» تلاش کرده است که بدون اتکا به نظرات شخصی و بر پایه‌ی تحقیقات روان‌شناختی درباره‌ی فرزندپروری، به توصیه‌های متناقض برخی از متخصصین فرزندپروری پایان دهد.

مشوق من برای نگارش این کتاب، گفت‌وگوهای بسیاری بود که درباره‌ی فرزندپروری با مادران داشتم. همه‌ی افراد توصیه‌های مختص به خود را داشتند؛ اما من می‌خواستم بدانم که شواهد چه می‌گویند.

در پایان، مايلم از تمام مادرانی که می‌شناسم به دلیل حمایت‌ها، توصیه‌ها و بحث‌هایشان در طول این سال‌ها سپاسگزارى نمايم.