

دازهای تربیت فرزند

از نوپایی تا نوجوانی

کودکان امروزی را چگونه بدون تهدید یا تنبیه تربیت کنیم؟

تالیف

آنتونی ای. وولف

ترجمه

منیژه جلالی





سرشناسه: ولف، آنتونی ای، ۱۹۲۰ م. Wolf, Anthony E

عنوان و نام پدیدآور: رازهای تربیت فرزند: کودکان امروزی را چگونه بدون تهدید یا تنبیه تربیت کنیم؟ از نوپایی تا نوجوانی / مولف آنتونی ای. ولف؛ مترجم منیره جلالی.

مشخصات نشر: تهران: کتاب ارجمند، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری: ۲۷۲ ص، رقمی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۱۰۹-۲

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: The secret of parenting: how to be in charge of today's kids—from toddlers to preteens—without threats or punishment

موضوع: رفتار والدین، کودکان - سرپرستی، والدین و کودک

شناسه افزوده: جلالی، منیره، ۱۳۲۸ - مترجم

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۰ HQ ۷۵۵/۸۰۲

رده‌بندی دیویی: ۶۴۹/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۲۴۳۴۲۷۲

آنتونی ای. ولف

رازهای تربیت فرزند

ترجمه: منیره جلالی

فروست: ۱۱۸

ناشر: کتاب ارجمند

صفحه‌آرا: معصومه دلنواز

طراح جلد: احسان ارجمند

چاپ: سامان، صحافی: روشنگر

چاپ اول، آذر ۱۳۹۱، ۱۱۰ صفحه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۱۰۹-۲

www.arjmandpub.com

این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۲۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف، ناشر، نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۶ آذر، پلاک ۲۲، تلفن: ۸۸۹۸۲۰۰

شعبه اصفهان: خیابان چهارباغ بالا، پاساژ هزارجریب، تلفن: ۳۱۱-۶۱۸۱۵۷۴

شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، طبقه پایین، انتشارات مجد دانش، تلفن: ۵۱۱-۸۴۴۰۱۶

شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن: ۱۱۱-۲۲۲۷۷۶۴

شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن: ۱۳۱-۳۲۳۲۸۷۶

شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست، تلفن: ۰۹۱۱۸۰۲۰۰۹۰

بها: ۸۹۰۰ تومان

بخش اول / چرا آنان به این شکل رفتار می‌کنند؟	۱۱
فصل اول: خود - کودک یا خود کودکانه	۱۳
همه ما به خود کودکانه‌هایمان نیاز داریم	۱۶
چه کسی کودک درون را بیرون می‌کشد؟	۱۸
خود حقیقی کدام است؟	۲۳
در ذهن کودکان هیچ چیزی به حساب نمی‌آید	۲۶
فصل دوم: حرص و اشتاق خود کودکانه	۳۲
جایزه شماره ۲	۳۴
آنان تصور می‌کنند از مجازات گریخته‌اند	۴۲
پیامی دوسویه	۴۲
اجازه دهید بچه‌ها بزرگ شوند	۴۴
چرا تعلیم و تربیت می‌تواند سخت باشد	۴۷
بخش دوم / چگونه این کار را انجام دهیم	۵۵
فصل سوم: چگونه تصمیم‌گیری کنیم	۵۷
سریع تصمیم بگیرید	۵۸
محکم باشید	۶۱
در زمان یا مکان نامناسب به جنگ بر نخیزید	۶۱
همیشگی بودن قوانین	۶۶
فصل چهارم: "نه"، چگونه "نه" بگوئید	۶۷
موضوع را تغییر ندهید	۷۳
بچه‌های نا امید	۷۷

فصل پنجم: آنچه پس از "نه" گفتن اتفاق می افتد.....	۸۲
روی ترش کردن.....	۸۲
بدخلقی و کج رفتاری.....	۸۶
در اماکن عمومی.....	۹۲
اگر کتک بزنند.....	۹۶
دوست داشتن و درک کردن.....	۹۸
زمانی دیگر درباره اش حرف بزنید.....	۱۰۱

فصل ششم: "تماش کن." کودکان را چگونه از کاری که می کنند باز

داریم؟.....	۱۰۲
هنگامی که کوچک هستند.....	۱۰۳
به تدریج که بزرگ تر می شوند.....	۱۰۵
از میان برداشتن وسایل بد رفتاری.....	۱۱۰
هنگامی که بچه ها کار نادرستی انجام داده اند.....	۱۱۱
آموزش اخلاق.....	۱۱۴

فصل هفتم: چگونه آنان را واداریم کارهای را که احساس می کنند دوست

ندارند، انجام دهند؟.....	۱۱۹
چه باید کرد؟.....	۱۲۱
بعداً انجامش خواهیم داد.....	۱۲۵
یادم رفت.....	۱۲۷
وظایف سنگین.....	۱۲۸
نافرمانی های رو در رو.....	۱۲۸
پاداش ایستادگی.....	۱۳۷
تفاوت های سال به سال.....	۱۴۳
دو تا چهار.....	۱۴۳
چهار تا شش.....	۱۴۶
شش تا نه.....	۱۴۹

نه تا دوازده	۱۵۵
نوجوانی	۱۵۵
بخش سوم: روز به روز	۱۵۷
فصل هشتم: کلمات ناخوشایندی که از دهان‌شان شنیده می‌شود	۱۵۹
ناله کردن و غرور	۱۵۹
شکایت کردن	۱۶۱
مزاحمت ایجاد کردن	۱۶۵
حاضر جوابی	۱۶۷
ناسزاگوئی	۱۷۰
فصل نهم: خواستنی‌های خودکودکانه	۱۷۲
منصفانه نیست	۱۷۲
ولی شما به فیلیپ اجازه دادید	۱۷۴
ازت متنفرم	۱۷۵
تو منو دوست نداری	۱۷۶
من نمی‌تونم هیچ کاری رو درست انجام بدم	۱۷۷
این کارو نمی‌کنم / توهم نمی‌تونی مجبورم کنی	۱۸۰
حوصله‌ام سر رفته	۱۸۲
تو قول دادی	۱۸۴
ولی تو خونه پدر من هیچ‌وقت مجبور نبودم این کارو بکنم	۱۸۵
تو هیچ‌وقت به حرف من گوش نمی‌دی	۱۸۷
عبارت‌های مفید	۱۸۸
خوب گوش سپردن	۱۸۹
فصل دهم: جنگ میان خواهرها و برادرها	۱۹۴
رقابت و چشم و هم‌چشی میان خواهر و برادرها	۱۹۹
زورگوه‌ای بزرگ، قربانیان کوچک	۲۰۱

اگر پدر و مادر در صحنه نباشند: صحنه‌ای که خود شاهد آن بودم و پرسشی از شما ۲۰۶

فصل یازدهم: در خانه و جای دیگر ۲۰۸

زمان خواب ۲۰۸

بیدار شدن و بیرون آمدن از اتاق ۲۱۳

نمی‌روم کفشام کجان ۲۱۷

در خودرو ۲۱۹

هنگام غذا خوردن ۲۲۱

بچه‌های بدعا یا ایرادگیر ۲۲۴

دروغ‌گویی ۲۲۶

آموزش دادن صداقت ۲۳۰

داستان‌پردازی ۲۳۱

مرتب کردن اتاق‌ها ۲۳۳

کارهای روزمره ۲۳۴

تکالیف مدرسه ۲۳۶

دنیای الکترونیک ۲۴۳

هنگامی که هیچ چیزی مؤثر واقع نمی‌شود ۲۴۸

فصل دوازدهم: رابطه میان پدرها و مادرها ۲۵۲

یازی دادن یکی از والدین بر ضد دیگری ۲۵۸

پدر و مادر سخت‌گیر، پدر و مادر نه چندان سخت‌گیر ۲۶۰

فصل سیزدهم: بچه‌های دشوار ۲۶۲

ای دی دی / ای دی ای دی ۲۶۵

نتیجه‌گیری: اجازه دهید دوران کودکی خوبی داشته باشند ۲۶۹

"من هیچوقت با پدر و مادرم این‌طوری حرف نزدm."

شما این جمله را بیشتر وقت‌ها از پدر و مادرها می‌شنوید، و کاملاً نیز درست است. رفتار و گفتار بچه‌های امروزی با پدر و مادرها بسیار بدتر از رفتار و گفتار بچه‌ها در گذشته است. و از آن‌جا که پدر و مادرها گاهی با رفتارهای بسیار ناخوشایندی از سوی فرزندان خود رو به رو می‌شوند، به این نتیجه می‌رسند که به طور حتم در تربیت فرزندان اشتباه کرده‌اند. ولی دلیل اساسی در تغییر رفتار کودکان، در این‌که بچه‌های امروزی بیشتر جواب می‌دهند و کم‌تر اطاعت می‌کنند، این نیست که پدر و مادرها کار اشتباهی انجام داده‌اند بلکه این است که رفتار اشتباهی را کنار گذاشته‌اند.

دلیل این‌که بچه‌های امروزی بدتر از گذشته رفتار می‌کنند، به انقلابی بر می‌گردد که بیش از نیم قرن پیش در تعلیم و تربیت کودک رخ داد. این انقلاب پیامدهایی بسیار مهم و گسترده داشت که آن را با شرحی مختصر به شما معرفی می‌کنم.

جیمی هشت ساله به مدرسه می‌آید، در حالی که روی صورتش به خوبی جای انگشتان دست دیده می‌شود.

آموزگار می‌پرسد: "صورتت چطوری شده؟"

جیمی پاسخ می‌دهد: "مامانم منو زد."

شصت سال پیش، به احتمال زیاد آموزگار پاسخ می‌داد: "مطمئنم مستحقش بودی." امروز، بر حسب قانون، در هر ایالتی از امریکا، آموزگار وظیفه دارد چنین حادثه‌ای را به مقامات مسئول بدرفتاری با کودکان گزارش دهد.

پس از دگرگون شدن اصول تعلیم و تربیت کودک، به موجب قانون، روش‌های تنبیهی سخت، مانند سیلی زدن، کتک زدن با کمر بند و شلاق، یا زندانی کردن کودک، به هیچ‌وجه پذیرفتنی نیست.

پدر و مادرها و روانشناسان به این نتیجه رسیدند که چنانچه ترس شدید و تنبیهات سخت از میدان تعلیم و تربیت کودکان برداشته شود، بچه‌ها به بزرگسالانی بهتر، شادتر و مهربان‌تر تبدیل خواهند شد. این رأی، مهم، درست و فوق‌العاده بود، ولی مشکلی بزرگ را موجب شد: بچه‌ها اگر از امکان تنبیهی سخت نگران نباشند و برخلاف کودکان نسل گذشته از پدر و مادر خود نترسند، در بدخلقی و شکایت کردن آزاد خواهند بود و زندگی پدر و مادر خود را جهنم می‌سازند.

در نسل گذشته، بچه‌ها می‌دانستند مرزی وجود دارد که نمی‌توانند از آن فراتر روند. آنان از تنبیهی که ممکن بود گریبان‌شان را بگیرد، وحشت داشتند. حتی زمانی که تنبیه بدنی در کار نبود، کودکان از نتایج ناگفته و ناشناخته رفتارشان می‌ترسیدند. امروز کودکان می‌دانند مرزی وجود دارد که پدران و مادران اجازه ندارند از آن بگذرند، حتی اگر به طور دقیق ندانند که این مرز در کجا قرار داد. آنان از سنبل خلی باین از نتایج "بدرفتاری با کودک" آگاه می‌شوند.

"من هیچ وقت با پدر و مادرم این طوری حرف نزده بودم."

"فکر می‌کنی اگه زده بودی، چه اتفاقی می‌افتاد؟"

"اوه، اصلاً دلم نمی‌خواد بدونم."

حذف تنبیهات سخت، پرسش بزرگ و ناشناخته‌ای را با خود به همراه آورد: بچه‌هایی که از پدر و مادرشان نمی‌ترسند، چگونه رفتار خواهند کرد؟ اکنون می‌دانیم.

"هوا، ممکنه لطفاً این لیوانو به آشپزخونه ببری؟"

"چرا؟"

"چون من ازت می‌خوام. همین."

"ولی این که لیوان من نیست."

"گفتم لیوانو ببر تو آشپزخونه!"

و سپس هیوا غرغرکنان لیوان را به آشپزخانه می‌برد. "چرا تو همیشه از من می‌خواهی کارا رو بکنم؟ سارا هیچ کاری نمی‌کنه."

یکی از نتایج مستقیم و ناپرسیدنی حذف تنبیهات خشونت‌آمیز از سوی پدر و مادرها، این است که کودکان امروزی نسبت به کودکان نسل پیش، بیشتر جواب می‌دهند و بی‌درنگ فرمان نمی‌برند. در جهت کوششی برای به دست آوردن بخشی از قدرت از دست رفته که در نتیجه حذف تنبیهات سخت پیش آمده است، بیشتر پدر و مادرها به سوی تهدید بیشتر و تنبیه کم‌تر گرایش یافته‌اند.

«پریس، آنقدر پل‌و به میر زن وگرنه اجازه نمی‌دم بری بیرون بازی کنی.»

به نظر می‌رسد این گونه راه‌های جاره، کم و بیش، مؤثر واقع شوند، ولی البته تأثیر آن‌ها در اطاعت فوری یا یکی به دو نکردن، بسیار کم‌تر از ترس از تنبیه بدنی خواهد بود. با تهدیدهای ملایم، یا بدون آن‌ها، اندکی و بیشتر بچه‌های امروزی به احتمال زیاد بی‌درنگ یا بدون قیل و قال از دستور پیروی نخواهند کرد. اگرچه بچه‌ها، دیگر آن‌گونه که در اثر ترس از تنبیه بدنی ممکن بود از پدر و مادر اطاعت کنند، از خواست‌های والدین خود پیروی نمی‌کنند، ولی باز هم پدر و مادرها، اکنون و همیشه توانایی و نفوذ کافی برای به بار آوردن فرزندان که به شیوه تربیتی آنان رفتار کنند، خواهند داشت. این توانایی از وابستگی خود به خودی و عشق میان پدر و مادر و فرزندان سرچشمه می‌گیرد. و از آنجا که این وابستگی بسیار ژرف است، قدرتی که از آن بر می‌خیزد نیز برای به دست آوردن همه هدف‌های تربیتی بیش از اندازه کافی است. افزون بر آن که این توانایی و نفوذ در کودکانی که به شدت از تنبیه بدنی می‌ترسیدند، هرگز به وجود نمی‌آمده است، تنها ظاهر امر چنین چیزی را نشان می‌داده است. پدر و مادر جدا از هر گونه نفوذ مبتنی بر ترس، قدرت زیادی بر فرزندان خود دارند. تنها لازم است بدانند این قدرت و نفوذ را چگونه به کار گیرند.

بسیار خوب است که تنبیهات شدید، دیگر به عنوان بخشی از مجموعه تعلیم و تربیت پذیرفتنی نیست، زیرا این تنبیهات فقط بازدارنده‌هایی را بر رفتار کودک ایجاد می‌کنند که بر اساس ترس به وجود می‌آیند، ترس از آنچه

دیگران ممکن است نسبت به او انجام دهند. همه چیزهایی که این تنبیهات به کودکان آموزش داده‌اند یا خواهند داد، این است که مراقب باشند گیر نیفتند. این روش به پیشرفت بازدارنده‌های داخلی کودک در برابر بدرفتاری، هیچ کمکی نمی‌کند، زیرا این رفتارها موجب آزار به دیگران می‌شود نه به خود کودک. این آموزش هیچ بهبودی در شعور و آگاهی حقیقی‌ای که می‌خواهیم کودکان (و همه آدم‌ها) به دست آورند، ایجاد نخواهد کرد. در واقع، تنبیهات شدید در پیشرفت این رفتار بالغانه، خلل ایجاد می‌کنند.

و بسیار مهم این که تنبیه (هر تنبیه‌ی) از ارزش و اهمیت رنج دادن انسان‌ها می‌کاهد. به این دلیل ساده که تنبیه کردن همان رنج دادن عمدی دیگران است. پدر و مادر قرار است در دنیای کودک، خوبی‌ها را به ایشان عرضه کنند. پیام ضمنی رفتاری که با قصد و نیت برای آن‌ها رنج ایجاد می‌کند، این است که رنج دادن وسیله‌ای پذیرفتنی برای رسیدن به هدف است. تنبیه کردن به عنوان بخشی از مجموعه تربیت و رشد کودک، به او می‌آموزد که رنج دادن انسان‌ها، تنها ضرر و زیان محسوب نمی‌شود.

چه می‌شود اگر بتوان بدون تنبیه کردن، کودکانی خوب و متمدن تربیت کرد؟ اگر برای بار آوردن کودکانی متمدن که بزرگسالانی متمدن شوند، نیازی به تنبیه نباشد، آیا باز هم می‌خواهید از تنبیه استفاده کنید؟

این روشی است که من با آن تربیت شده‌ام. و همان روشی است که فرزندانم را تربیت کرده‌ام. در این کتاب، نیز از شما دعوت می‌کنم که کودکان خود را به همین روش تربیت کنید. من بر آن چیزی تمرکز می‌کنم که معتقدم سخت‌ترین بخش تعلیم و تربیت به شمار می‌آید، هنگامی که با خواسته کودک‌تان مخالف هستید، چگونه باید رفتار کنید، هنگامی که می‌خواهید به او نه بگویید، می‌خواهید او را از انجام دادن کاری باز دارید، می‌خواهید کاری را انجام دهند که مایل نیستند. این کتاب روشی بدون تهدید یا تنبیه به شما پیشنهاد می‌کند که نه تنها کودکان را بزرگسالانی متعهد و مسئول بار می‌آورد، که هم‌چنین مشکلات و زحمات فراوان امروزی را که بزرگ کردن کودک به همراه دارد، از میان بر می‌دارد. من راهی را به شما پیشنهاد می‌دهم که شادی را به خانواده باز می‌گرداند.