

سلسله مباحث سبک زندگی اسلامی

روانشناسی تربیت کودک

در سیره معصومین

نویسنده: اکبر شعبانی

ناشر: قلم جوان

ویرستار: باباگل زاده

طراح: ارفیگ: رنجبران

نوبت: اول / ۱۳۹۲

شمارگان: ۵۰۰۰

قیمت: ۷۰۰ تومان

شماره سفارش کتاب:

۰۹۱۴۶۵۵۰۰۱۶

نشانی: قم - خیابان ارم، پلاک ۳۵۱

تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۳۹۴۷۳

تلفکس: ۰۲۵-۳۷۷۴۱۷۴۷

همراه: ۰۹۱۳۱۵۱۸۲۸۴

سرشناسه شعبانی، اکبر، ۱۳۶۳

عنوان و نام پدید آورنده: روانشناسی تربیت کودک

شعبانی اکبر

مشخصات نشر: قلم جوان ۱۳۹۲

مشخصات ظاهری: ۱۹۲ صفحه

شابک: ۲۹-۲۹-۵۶۲۶-۶۰۰۰-۹۷۸ ISBN

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا

یادداشت کتابخانه: ص ۱۹۲؛ همچنین به

صورت زیر نویس

موضوع: کودکان / سرپرستی

موضوع: تربیت خانوادگی / احادیث

موضوع: روانشناسی کودک

رده بندی کنگره:

م ۷۹ / ۲۵۳ / ۲۱ BP

رده بندی دیویی:

۲۹۷ / ۶۳۳



فهرست

دییاجه ۱۱

فصل اول ۱۳

نقش تغذیه والدین در زیبایی و باهوشی فرزندان ۱۳

تغذیه والدین قبل از آمیزش ۱۴

رهنمودهایی که باعث افزایش هوش جنین می‌شود ۱۵

(۱) بهترین روزهای آمیزش برای افزایش هوش فرزند ۱۵

(۲) آخر شب نزدیکی کردن ۱۶

(۳) شیر خوردن زن باردار ۱۸

(۴) شیر خوردن زن حامله ۱۸

(۵) ۲۰ روزه بعدی آمیزش بهره هوشی کودکان ۱۸

(۶) آنچه باعث تقویت حافظه کودک می‌شود ۲۲

(۱) باقلا دادن ۲۲

(۲) کرفس دادن ۲۲

(۳) کدو دادن ۲۲

(۴) عسل دادن ۲۳

(۵) چغندر دادن ۲۳

رهنمودهایی که باعث زیبایی کودک می‌شود: ۲۳

تغذیه پدر قبل از آمیزش برای زیبایی فرزند ۲۳

(۱) پسته خوردن پدر ۲۳

(۲) کاسنی خوردن پدر قبل از آمیزش ۲۴

(۳) انار شیرین خوردن پدر ۲۴

(۴) گلابی خوردن پدر ۲۵

تغذیه مادر در دوران بارداری برای زیبایی کودک ۲۶

(۱) گلابی خوردن ۲۶

(۲) خوردن خربزه با پنیر برای مادر باردار ۲۶

- ۲۶..... کندر خوردن زن باردار.....
- ۲۷..... (۵) به خوردن زن حامله.....
- ۲۷..... (۶) خوردن غذاهای که مفید برای کبد مادر است.....
- ۲۷..... (۷) هلو خوردن.....
- ۲۸..... (۸) آب دریا.....
- ۲۸..... (۹) خوردن سبزیجات.....
- ۲۹..... رهنمودهایی که باعث خوش اخلاقی و شجاع شدن کودک می شود.....
- ۲۹..... (۱) به خوردن مادر.....
- ۲۹..... (۲) کندر خوردن مادر.....
- ۲۹..... (۳) گلابی خوردن.....
- ۳۰..... رهنمودی که باعث بردباری و پاک شدن کودک می شود.....
- ۳۰..... خرماي تازه.....
- ۳۱..... رهنمودهایی که باعث درشت استخوانی و قوی شدن کودک می شود.....
- ۳۱..... (۱) خوردن گوشت با تخم مرغ.....
- ۳۱..... (۲) قاصد خوردن (سویق).....

فصل دوم..... ۳۳

- ۳۳..... سیره معصومان عليه السلام در بلند کردن زنندان.....
- ۳۴..... سیره معصومان عليه السلام در بلند کردن مردان.....
- ۳۴..... (۱) نام گذاری کودکان.....
- ۳۹..... بهترین نامها برای پسران.....
- ۳۹..... بهترین نامها برای دختران.....
- ۴۰..... (۲) غسل دادن نوزاد.....
- ۴۱..... (۳) کام برداشتن کودک.....
- ۴۴..... (۴) گفتن اذان و اقامه در گوش نوزاد.....
- ۴۵..... (۵) عقیقه کردن برای نوزاد.....
- ۴۷..... (۶) تراشیدن سر و صدقه دادن برای او.....
- ۴۸..... (۷) ختنه کردن نوزاد.....

فصل سوم..... ۴۹

نیازهای اساسی کودک..... ۴۹

(۱) نیاز به محبت..... ۵۱

مصادیق محبت به کودکان در سیره نبوی ﷺ..... ۵۴

آثار محبت به کودکان..... ۵۸

(۲) نیاز به بازی..... ۵۹

بازی کردن معصومان علیهم السلام با کودکان..... ۶۲

بازی، بدون قید و شرط..... ۶۲

عاشق، بازی با بچه ها..... ۶۳

رفتار پیامبر ﷺ..... ۶۴

خطر بازی‌های رایانه ای بر کودکان و نوجوانان..... ۶۸

محاسن بازی‌های رایانه ای..... ۶۹

مفایده بازی‌های رایانه‌ای..... ۷۰

(۳) نذر به اکرام..... ۷۴

(۱) احترام به کودک سرخوار..... ۷۵

(۲) اکرام در وقایع عید..... ۷۶

(۳) اکرام در نماز جماعت..... ۷۶

(۴) احترام به حق انتخاب و تصمیم کودک..... ۷۷

(۵) اکرام در برخورد با فرزند..... ۷۸

(۴) نیاز به امنیت..... ۷۸

(۵) نیاز به عدالت..... ۸۱

علت بیماری روانی..... ۸۱

اثرات تبعیض و مقایسه کودکان با یکدیگر..... ۸۲

فصل چهارم..... ۹۱

آموزش کودک..... ۹۱

زمان آموزش و تربیت کودک..... ۹۲

(۱) آموزش نماز..... ۹۵

(۲) آموزش روزه..... ۹۹

(۳) آموزش واجبات..... ۱۰۱

(۴) آموزش قرآن..... ۱۰۲

- (۵) آموزش دوستی پیامبر و خاندانش علیهم‌السلام ۱۰۳
- (۶) آموزش صدقه و انفاق در راه خدا ۱۰۴
- (۷) آموزش مستحبات ۱۰۴
- (۸) آموزش اخلاق ۱۰۵
- (۹) آموزش قانون‌های سلامتی ۱۰۶
- (۱۰) آموزش تدریجی معنویات ۱۰۷
- (۱۱) آموزش ارتباط کودک با پروردگار ۱۰۸
- (۱۲) آموزش اذکار و اعمال عبادات ۱۰۹
- (۱۳) آموزش شعائر اسلامی ۱۰۹
- (۱۴) آموزش اشعار آموزنده ۱۱۰
- (۱۵) آموزش مطالعه به کودک ۱۱۱
- (۱۶) تشویق به آموزش در کودکی و مرور مطالب ۱۱۳
- (۱۷) آموزش حرف‌شنوی کودک ۱۱۴
- (۱۸) آموزش ادب ۱۱۹
- (۱۹) آموزش ارزش‌های اسلامی ۱۲۰
- (۲۰) آموزش درس آداب غذا خوردن به کودکان ۱۲۱
- (۲۱) آموزش دادن آداب آشپزی به کودکان ۱۲۴

فصل پنجم ۱۲۷

- تربیت جنسی کودک ۱۲۷
- کودکان دوره پیش دبستانی ۱۳۱
- سؤالات کودکان درباره اینکه بچه از کجا و چگونه به وجود می‌آید؟ ۱۳۲
- کودکان دوره دبستان ۱۳۳
- جلوگیری از انحرافات اخلاقی فرزندان ۱۳۳

فصل ششم ۱۳۷

- بایدهای تربیتی کودک ۱۳۷
- بایدهای تربیتی کودک ۱۳۸
- (۱) عمل، بلندتر از حرف سخن می‌گوید ۱۳۸
- (۲) روش‌هایی برای احساس اقتدار و توانایی به کودکان ارائه دهید ۱۴۰
- (۳) از پیامدهای طبیعی استفاده کنید ۱۴۰

- ۴) از پیامدهای منطقی استفاده کنید..... ۱۴۰
 ۵) از درگیری پرهیزید..... ۱۴۱
 ۶) کار انجام شده را از شخص انجام‌دهنده متمایز کنید..... ۱۴۱
 ۷) ثبات رأی داشته باشید (تا آخر سر حرف خود باشید)..... ۱۴۱
 ۸) هم‌زمان مهربان و قاطع باشید..... ۱۴۲
 ۹) برای تلاش فرزند دل‌بندتان، ارزش واقعی قائل شوید..... ۱۴۲
 ۱۰) بگذارید کودک شما مالک خودش باشد..... ۱۴۳
 ۱۱) به رؤیاهای کودک خود اهمیت دهید..... ۱۴۳
 ۱۲) به کودک خود فرصت اشتباه بدهید..... ۱۴۳
 ۱۳) اجازه دهید به پرسش‌هایی که از کودک می‌شود، خودش پاسخ دهد..... ۱۴۴
 ۱۴) تا حد امکان به جای گفتن «نه» از کلمه «آری» استفاده کنید..... ۱۴۴
 ۱۵) کودکان را در فعالیت‌های اجتماعی شرکت دهید..... ۱۴۵
 ۱۶) تسلیم نشدن در برابر بدخلقی کودک..... ۱۴۵
 ۱۷) به او بگویید: تو را دوست دارم، ولی رفتار تو را نه..... ۱۴۶
 ۱۸) به او بگو: یک کار کن مشکلم را حل کنم!..... ۱۴۶
 ۱۹) خواسته‌های او را روشن و واضح به فرزندتان بگویید..... ۱۴۷
 ۲۰) در صورت منع، جایگزین انتخاب کنید..... ۱۴۸
 ۲۱) افزایش اعتماد به نفسی در کودکان..... ۱۴۹
 ۲۲) ستایش از کودک..... ۱۵۲
 ۲۳) برای گفتن پیغام خود از جملات مثبت استفاده کنید..... ۱۵۲
 ۲۴) این هفته به فرزندتان بگویید: خواهش می‌کنم خودت تصمیم بگیر!..... ۱۵۳
 ۲۵) مسؤولیت پذیر کردن فرزندتان..... ۱۵۴

فصل هفتم..... ۱۵۷

- نیایدهای تربیتی کودک..... ۱۵۷
 ۱) نزدن کودک به خاطر گریه کردن..... ۱۵۸
 فواید گریه نوزاد..... ۱۵۹
 چگونه کودک گریان را آرام کنیم؟..... ۱۶۰
 ۲) از کودکان خود، بی‌جهت و بیش از اندازه سؤال نپرسید..... ۱۶۲
 ۳) برای پاسخ‌دادن به فرزند خود عجله نکنید..... ۱۶۳

- ۴) کودک خود را به خانه و محیط محدود عادت ندهید..... ۱۶۳
- ۵) هیچ گاه دربارهٔ کودک خود، هرچقدر کودک باشد، صحبت نکنید..... ۱۶۳
- ۶) پرهیز از رشوه دادن به کودک..... ۱۶۴
- ۷) آنچه که نباید به کودکان گفت..... ۱۶۴
- ۸) تنبیه بدنی نکردن کودک..... ۱۶۵
- اثرات تنبیه بدنی کودک..... ۱۶۵
- نوع تذکر دادن عیب فرزندان..... ۱۶۹
- ۹) نهی از زیاده روی در سرزنش کودک..... ۱۷۰
- آثار سرزنش..... ۱۷۱
- فصل هشتم..... ۱۷۳**
- تغذیه کودک..... ۱۷۳
- ۱) تغذیه کودک با شیر مادر..... ۱۷۵
- شیر مادر و تأثیر آن..... ۱۷۵
- مدت شیردهی..... ۱۷۶
- ۲) سخت غذایی و بد غذا خوردن کودکان..... ۱۸۱
- عوامل بی اشتهايي..... ۱۸۱
- عوامل مؤثر در خوش اشتهايي کودک..... ۱۸۲
- ۱۰ کلید اصلی در غذا خوردن کودکان..... ۱۸۵
- کتابنامه..... ۱۸۹

دیباچه

تربیت فرزند به معنای فراهم آوردن مقدمات لازم برای به فعلیت رساندن قوای او در راه تقرّب به خداوند است. این عمل نیازمند آگاهی و تمرین عملی است. اگر پدر و مادر در جهت انتقال عقاید صحیح و ایجاد رفتار درست در فرزند خود کوشا باشند، خیر او را فراهم کرده‌اند و خداوند بر آنان رحمت خواهد نمود. درباره عقیده صحیح و انتقال آن به فرزندان، تکلیف بزرگی بر عهده والدین گذاشته شده است، زیرا تأثیر عقایدی که در خانواده راجع دارد و به فرزند القاء می‌شود در آینده او غیر قابل انکار است.

دوران کودکی در زندگی انسان از اهمیتی ویژه برخوردار است. در این دوران می‌توان به یک زندگی سالم و سعادتمندانه را پی ریزی کرد و از بروز بسیاری از مشکلات در آینده جلوگیری نمود.

بسیاری از نابسامانی‌های روانی و اخلاقی انسان ناشی از تربیت نادرست او در دوران کودکی است.

بنابراین، اگر خانواده با اصول و روش‌های صحیح تربیت اسلامی در مکتب اهل بیت علیهم‌السلام کودک آشنا باشند و آنها را به کار بندد، در دوره نوجوانی با مشکلات کمتری روبرو خواهد شد. لذا آموزش خانواده‌ها و آشنا ساختن آنها با روش‌های صحیح تربیتی تا چه اندازه در تأمین سعادت فردی و اجتماعی افراد جامعه موثر است.

متأسفانه برخی از والدین به این فکرند که، تربیت کودک از زمانی شروع می‌شود که کودک ما به سنی برسد که حرف‌های آنها را قبول

کند، ولی غافل از این که تربیت کودک از انتخاب همسر شروع می شود (در کتاب ازدواج به شرط خوشبختی مفصل به آن پرداخته ایم) و حتی تمامی حالات و رفتارهای جنسی و غیره در تکمیل شخصیت کودک موثر است (در کتاب زناشویی و بارداری مفصل به آن پرداخته ایم) در این کتاب سعی شده است مهارت های تربیت کودک را در بعد از تولد کودک در سیره تربیتی معصومین (علیهم السلام) بیان کنیم تا که راه گشای تربیت های فرزندانمان باشد.

شاید ذکر است، «کتاب مهارت های تربیت کودک در سیره معصومین (علیهم السلام)» ای قشر عادی جامعه (عموم مردم) تدوین شده است از این رو، سادگی و بی کلامی در نوشتار سرلوحه کار خود قرار داده ام، تا گروه مزبور از این کتاب بهره کافی را ببرند.

امیدوارم خداوند متعال این سعی و تلاش را بپذیرد و آن را ذخیره قبر و قیامت قرار دهد!

اکبر شعبانی. قم

پاییز ۱۳۹۲ مصادف با ۱۷ ربیع الاول تولد نبی مکرم اسلام ﷺ