



مهارت جدید برای تربیت کودک
بر اساس بازی درمانی
ویژه کودکان ۲ تا ۱۲ سال

نویسنده: دکتر ترزا کلم
مترجم: ملیحه وفایی

سرشناسه	کلم ، ترزا kallam , theresa
عنوان و نام پدید آور	۱۰ مهارت جدید برای تربیت کودک: بر اساس بازی درمانی (ویژه کودکان ۲ تا ۱۲ سال)
مشخصات نشر	نویسنده ترزا کلم . مترجم : ملیحه وفاپی
مشخصات ظاهری	اراک، یوحنا ، ۱۳۹۳
شابک	۲۸۸ ص
وضعیت فهرست نویسی : فیا	ISBN ۹۷۸-۶۰۰-۷۷۶۷-۲۸۳-۳ ریل ۱۱۰۰۰
یادداشت	عنوان اصلی: The parent survival guide: from chaos to harmony in ten weeks and less
موضوع	رفتار والدین
موضوع	والدین و کودک
رده بندی کنگره	HQ ۷۵۵ / ۸ / ۷۶۵۹ ۱۳۹۲:
رده بندی دیویی	۶۴۹/۱
شماره کتابشناسی ملی	۲۵۹۷۱۸۵:

• **امهارت جدید برای تربیت کودک: بر اساس بازی درمانی (ویژه کودکان ۲ تا ۱۲ سال)**

مؤلف: ترزا کلم
مترجم: ملیحه وفاپی
ناشر: یوحنا
نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۳
شمارگان: ۲۰۰۰ جلد
چاپخانه: ظهور
قیمت: ۱۱۰۰ تومان
شابک: ISBN ۹۷۸-۶۰۰-۷۷۶۷-۲۸-۳

کلیه حقوق این کتاب برای ناشر محفوظ می ماند .

مراکز بخش:

دفتر اراک / ابتدای خیابان شهید بهشتی

پاساژ اسلامی / طبقه سوم انتشارات یوحنا

همراه: ۰۹۱۸۳۶۲۲۴۵۲

تلفن: ۰۸۶-۳۲۲۱۶۰۱۸

دفتر قم: خیابان معلم - ۱۰ متری معلم - کوچه ۵ (شهید فلسفی) پلاک ۴

همراه: ۰۹۱۲۳۹۰۸۴۷۵ - ۰۹۱۲۶۵۱۸۰۳۶ - ۰۳۷۸۳۶۹۱۳ - ۰۳۷۷۴۸۳۷۰ - ۰۲۵

فهرست مطالب

9.....	یادداشت مترجم.....
13.....	یادداشت دکتر گری لندبرث درباره نویسنده و محتوای کتاب.....
19.....	پیش گفتار.....
35.....	فصل (I): برقراری ارتباط محبت آمیز.....
35.....	■ مهارت شماره (I): به جای این که در صدد باشید تا کودک را به کسی تبدیل کنید که شما می خواهید، بیشتر به نیازهای او توجه کنید.....
40.....	حفظ رابطه محبت آمیز.....
43.....	کودکان با هر روشی که بتوانند ارتباط برقرار می کنند.....
46.....	فراهم کردن امکانات بهتر و بیشتر ابراز محبت تلقی نمی شود.....
53.....	قدرت نهفته در ابراز همدلی.....
63.....	برای خود زنگ تفریح در نظر بگیرید.....
65.....	پس از هر اشتباهی باید تدبیری اندیشید.....

فصل (2): چون سر و کارت با کودک فتاد / هم زبان کودکی باید گشاد 71

■ مهارت شماره (2): تلاش برای راهنمایی کودک بدون این که نخست احساسات او را

درک کنیم و به دنیای درون او پی ببریم، مانند تلاش برای راهنمایی فردی است که

نمی‌دانیم مسیر حرکت خود را از کجا آغاز کرده است. 71

اسباب‌بازی‌های مورد نیاز در زمان خاص بازی 73

نگرانی والدین نسبت به بعضی از اسباب‌بازی‌ها 82

رفتار مابین‌گرا افکار و احساسات ماست 86

رفتار کودک را رصد کنید 89

زبان غیر کلامی (اشاره) 94

اهداف جلسه بازی 96

فصل (3): پنجره‌ای رو به سوی دنیای درون کودک 109

■ مهارت شماره (3): اگر شما مسیر را به کودک نشان دهید و راه را برای او هموار کنید،

هرگز در زندگی یاد نخواهد گرفت به تنهایی راه خود را پیدا کند. 109

آماده‌سازی جلسه بازی 110

میزان اهمیت جلسه بازی 112

شروع جلسه بازی 113

پایان جلسه بازی 123

نخستین جلسه بازی من و دیلان 130

فصل (4): تقویت بلوغ عاطفی کودک 137

■ مهارت شماره (4): نیازها و خواسته‌های کودک دو مقوله‌ی جدا از هم هستند. 137

احساسات و عواطف، شما را تحت تأثیر قرار می‌دهند. 139

احساسات ما با توانایی‌های فردی ما در ارتباط هستند. 142

آموزش به جای تنبیه 146

اجرای روش 3 الف 149

رهنمودهایی برای ابراز احساسات ناخوشایند 158

پرسش و پاسخ درباره اجرای روش 3 الف 161

فصل (5): کودک در قلب شما جا دارد 167

■ مهارت شماره (5): تربیت کودک را به کاری لذت‌بخش برای خود تبدیل کنید. 167

170.....	فیلم ویدئویی جلسه بازی را مرور کنید
171.....	زبان اشاره
173.....	نسبت به بازی کودک علاقه نشان دهید
174.....	بگذارید هدایت گر بازی، خود کودک باشد
178.....	عکس العمل واکنشی
180.....	از پنجره چشمان کودک خود به دنیا بنگرید
185.....	فصل (6): برای کودک ارزش و احترام قائل شوید
185.....	■ مهارت شماره (6): مسئولیت کارهایی که کودک باید انجام دهد را شما به عهده نگیرید
199.....	رعایت ادب و احترام
200.....	انجام خرده کاری‌ها
202.....	زمان خواب و بیداری
203.....	مشق شب
204.....	دادن حق انتخاب و تصمیم‌گیری هم‌زمان با هم
211.....	فصل (7): برقراری رابطه دوستی با کودک
211.....	■ مهارت شماره (7): دوست صمیمی کودک خود شما هستید
213.....	دردسرهای من
219.....	مهم است که بازی کودک معنا و مفهوم داشته باشد یا نه
221.....	ابراز همدلی با کودک، چگونه؟
222.....	کودک جلب توجه می‌کند
224.....	نظر شما درباره نظم و ترتیب چیست؟
228.....	دوران کودکی و شکل‌گیری شخصیت
233.....	فصل (8): خرد درونی کودک را پرورش دهید
233.....	■ مهارت شماره (8): وقتی کودک وسیله اندازه‌گیری میزان موفقیت شما باشد، دیگر زندگی برای شما لذت‌بخش نخواهد بود
234.....	شرایط برقراری ارتباط مناسب
236.....	تحسین و تشویق: زبان ارزیابی کودک
236.....	برداشت غلط از عزت نفس

- 1 - تحت هر شرایطی تو را دوست دارم..... 239
- 2 - به دنیا از پنجره چشمان تو خواهم نگریست..... 243
- 3 - روراست و با صداقت خواهم بود..... 245
- بگذارید کودک بداند که از نظر شما فردی مهم است..... 249
- فصل (9): کار تربیت فرزند را بر خود سخت نگیرید..... 251
- مهارت شماره (9): اگر از کودک انتظار داشته باشید هر کاری را با جدیت و بی نقص انجام دهد، زندگی به کام شما تلخ خواهد شد..... 251
- مضمون جلسه بازی..... 258
- فرشته نجات کودک باشید!..... 259
- اجرای نمایش عروسکی از قبل برنامه ریزی شده..... 261
- اجرای نمایش عروسکی هنگامی که کودک کج خلق می شود و ناراحت است..... 262
- بازی با ماسه..... 263
- فصل (10): بالاخره موفق شوید!..... 271
- مهارت شماره (10): تغییری را که می خواهید در کودک مشاهده کنید، باید نخست این تغییر را در خود به وجود آورید..... 271
- آنچه که دیلان یاد گرفته بود..... 275
- آنچه که من یاد گرفته بودم..... 277
- از حالا به بعد چه کاری باید انجام دهم؟..... 281
- آیا لازم است کودکم را نزد مشاور خانواده یا کارشناس رفتار درمانی در کودکان ببرم؟..... 285
- آیا لازم است خود من نزد مشاور خانواده یا کارشناس رابطه درمانی میان والدین و کودک بروم؟..... 286
- تشخیص بیماری و دارودرمانی در کودکان..... 288

□ یادداشت مترجم^۱

خداوند در قرآن کریم با کلامی دلنشین بر اهمیت بازی کودکان و به نوعی نقش روش تربیتی بازی درمانی که نویسنده در این کتاب به بررسی آن می‌پردازد، اشاره کرده است. در جزء ۱۲، سوره ۱۲، آیه ۱۲ این کتاب آسمانی چنین آمده است: «أَرْسِلْهُ مَعَنَا غَدًا يَرْتَعْ وَيَلْعَبُ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ» (برادران یوسف نزد پدر آمده) و گفتند: فردا او را با بفرست تا در چمنزار بگردد و بازی کند و البته ما همه نگهبان اویم» کمتر کسی را می‌توان یافت که با قصه یوسف آشنایی نداشته

۱- برگرفته از تفسیر نمونه آیه الله مکارم شیرازی با اندکی تلخیص.

باشد و از جزء جزء ماجرای زندگی آن حضرت آگاه نباشد.

جالب این که یعقوب پیامبر در برابر استدلال فرزندان نسبت به نیاز یوسف به گردش و تفریح، هیچ پاسخی نداد و عملاً آن را پذیرفت. این امر دال بر این است که هیچ عقل سالمی نمی‌تواند این نیاز فطری و طبیعی را انکار کند. محبت شدید پدر و مادر به فرزند ایجاب می‌کند که او را همواره در کنار خود نگه دارد، اما بدیهی است که فلسفه این محبت از نظر قانون آفرینش همان حمایت بی‌دریغ از فرزند به هنگام نیاز به آن است. از این رو در سنین بالاتر باید این محبت را کم کرد و به فرزند اجازه داد که به سوی استقلال در زندگی گام بردارد، زیرا اگر همچون یک نهال نارس برای همیشه در سایه یک درخت تنومند قرار گیرد، رشد و نمو لازم را نخواهد کرد. شاید به همین دلیل بود که یعقوب پیامبر در برابر پیشنهاد فرزندان با تمام علاقه‌ایی که به یوسف داشت، حاضر شد او را از خود جدا کند و به خارج شهر بفرستد.

این امر خود یک مسأله مهم تربیتی است که بسیاری از پدر و مادرها از آن غافل‌اند و به اصطلاح فرزندان خود را عزیزدردانه بار می‌آورند، آن‌چنان که هرگز قادر نیستند بیرون از چتر حمایتی پدر و مادر به زندگی خود ادامه دهند.

لازم به ذکر است تفریح، سرگرمی و بازی که برای فرزند خود در نظر می‌گیرید، سالم و هدفمند باشد تا نتیجه مطلوب حاصل شود. «بازی را از

جایی شروع کنید که بچه‌ها می‌خواهند، اما به جایی ختم کنید که خودتان می‌خواهید»^۱

مهم است که شما پدر و مادر عزیز نقش بازی را در تربیت فرزند خود دست کم نگیرید و از آن غفلت نکنید. امید آن دارم که با مطالعه دقیق و سطر به سطر این کتاب و اجرای جلسه‌های بازی و حل تمرین‌ها، در پایان برنامه ده هفته‌ای تفاوتی قابل ملاحظه را در رفتار کودک خود مشاهده کنید و آرزوی کم‌اسمان زندگی‌تان همواره مهتابی و پرستاره باشد.

به امید تربیت فرزندی سالم و صالح انشاء الله

ملیحه وفایی - تابستان ۱۳۹۰