

سرشناسه: میکر، مارگارت ج. ۱۹۵۷ - م. Margaret J. Meeker
عنوان و نام پدیدآور: راهنمای شناخت و رفتار با پسرها/ مؤلف مارگارت میکر؛ مترجم شیرین یزدانی.
مشخصات نشر: قم: ارغمان گیلار، ۱۳۹۷.
موضوعات ظاهری: ۲۴۰ ص: ۵/۲۱×۵/۱۴ م. م.
شابک: 978-600-5989-99-1

وضعیت فهرست نویسی: فیا
پادداشت: عنوان اصلی: Boys should be boys : 7 secrets to raising healthy sons
موضوع: پسران Boys
موضوع: نوجوانان Teenage boys
موضوع: رفتار پدرین Parenting
موضوع: پرورش کودک Child rearing

شناسه: ۱۳۵۶ - مترجم
رده بندی: ۷۵ - م. م. ۲۹۰ ۱۳۹۷ رده بندی دیویی: ۲۳۰.۸۱۱/۳۰۵
شماره کتابخانه: ۸۶۸۲۱



نام کتاب: راهنمای شناخت رفتار پسرها

مؤلف: مارگارت میکر

مترجم: شیرین یزدانی

ویراستار: علی سلیمانی

صفحه آرا: رضا فهیمی

ناشر: ارغمان گیلار

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷

تیراژ: ۲۰۰۰ نسخه

چاپخانه: آسمان

قیمت: ۱۸۰۰۰ تومان

شابک: ۹۹-۹۷۸-۶۰۰-۵۹۸۹

کلیه حقوق © برای ناشر محفوظ است
armaghanegilar@gmail.com
۰۹۱۲۳۵۱۲۵۵۰ / ۰۲۵ - ۳۷۸۳۷۵۵۸

فهرست مطالب

۶	 مقدمه
۹	 عمل اول: همه‌ی ما خوب می‌دانیم پسران چگونه باید باشند
۱۱	 پسران ما در خطر هستند
۲۲	 فصل دوم: به راه‌های وارده از طرف دوستان‌تان توجه نکنید
۲۴	 نسبت محبت من به ادب کردن باید پنج به یک باشد
۲۷	 نگذارید پسران زباله‌های دیگران شوند
۲۹	 شما دشمن این نیستید
۳۱	 فصل سوم: شوهر به شما پیشنهاد داده است
۳۱	 ماجرای بالکن و کدو
۳۵	 دلیل بودن در بیرون از خانه از لحاظ علمی
۳۵	 یک تکه طناب، کوله پشتی و یک بوله‌ی پی‌و‌سی
۴۶	 آموزه‌های طبیعت
۴۷	 خطر کردن
۵۲	 فصل چهارم: همه‌ی ما از روابطی خاص لذت می‌بریم
۵۸	 آنچه پسران می‌بینند
۵۹	 وسایل ارتباط جمعی و تأثیر آن بر ذهن پسرانمان
۶۰	 خشونت
۶۳	 پسران و روابط جنسی و رسانه‌ها
۶۶	 پسران و فیلم‌های مستهجن
۶۸	 برخی اطلاعات در مورد پسران
۶۹	 تلویزیون و والدین
۷۱	 روابط الکترونیکی
۷۵	 فصل پنجم: آیا تستسترون عامل تصادفات است؟
۷۹	 حالت‌های خلقی نوجوانان
۷۹	 اختلالات افسردگی حاد
۸۰	 رفتارهای طبیعی در نوجوانان
۸۱	 رشد عقلانی

فصل ششم: همه‌ی پسران به تشویق بیشتر نیاز دارند..... ۸۵

نقش تشویقی مادران..... ۸۹

تشویق پدران..... ۹۱

اهمیت ورزش..... ۹۳

ایست برنده شدن..... ۹۴

رقابت: کنترل کردن بدن خودشان..... ۹۵

کنترل احساسات..... ۹۶

کنترل هیجانی..... ۹۷

پای و چوب..... ۱۰۰

فصل هفتم: بچه‌ها..... ۱۰۲

زیبایی..... ۱۰۳

بعد زنانه‌ی..... ۱۰۵

تجسم عشق..... ۱۰۶

چشمان عقابی..... ۱۱۱

حرمت گذاشتن..... ۱۱۸

لطف کردن مادران..... ۱۲۰

رابطان عاطفی..... ۱۲۱

وقتی عشق ورزشی یک طرفه و یک جانبه می‌شود..... ۱۲۳

درگیری‌های مادرانه..... ۱۳۰

درگیری..... ۱۳۱

غریبگی..... ۱۳۲

وابستگی بیش از حد و بچه تنه بودن..... ۱۳۴

در دسترس نبودن..... ۱۳۵

فصل هشتم: تفاوتی که حضور یک پدر در خانواده ایجاد می‌کند..... ۱۴۰

لطف پدرانه و ارزش قائل شدن..... ۱۴۶

عشق پدری..... ۱۵۰

وقت صرف کردن..... ۱۵۷

عشق و محبت..... ۱۵۸

عشق ورزشی و عاشق ماندن..... ۱۵۹

کنترل نفس..... ۱۶۱

فصل نهم: مراحل فراموش شده‌ی دوران کودکی به دوران بزرگسالی.....	۱۶۴
عبور از دوران کودکی و ورود به بزرگسالی.....	۱۶۵
گامی به سوی مسئولیت‌پذیری نوجوانان.....	۱۶۶
چه کاری درست است؟.....	۱۶۹
مردان به سمت جلو گام برمی‌دارند.....	۱۷۵
فصل دهم: شناخت خدا.....	۱۷۹
ایمان به خداوند برای پسرانمان خوب است.....	۱۸۲
طه‌ی سرور و اسرار - معنی آن چیست؟.....	۱۸۴
چرا پسران به شناخت خداوند نیاز دارند؟.....	۱۸۸
فصل یازدهم: پخته شدن زندگی را به پسرانمان آموزش دهیم.....	۱۹۷
عزت نفس.....	۱۹۹
شهادت.....	۲۰۲
تواضع.....	۲۰۲
بردباری.....	۲۰۷
مهربانی.....	۲۱۱
فصل دوازدهم: ده نکته برای اینکه پسرانمان.....	۲۱۸
۱. بدانید که می‌توانید زندگی آن‌ها را تغییر دهید.....	۲۱۹
۲. به چیزهای درونی او توجه کنید بعد به چیزهای بیرونی.....	۲۲۰
۳. بگذارید ویژگی‌های مردانه‌ی او رشد کند.....	۲۲۲
۴. به او کمک کنید هدف و عشق پیدا کند.....	۲۲۴
۵. به او یاد بدهید در خدمت دیگران باشد و به دیگران کمک کند.....	۲۲۵
۶. به پسران یاد بدهید احترام به نفسش را حفظ کند.....	۲۲۹
۷. پشتکار داشتن.....	۲۳۱
۸. قهرمان زندگی پسران باشند.....	۲۳۲
۹. بیشتر و بیشتر مراقب فرزندتان باشید.....	۲۳۳
۱۰. نهایت سعی خودتان را بکنید.....	۲۳۸

مقدمه:

به نظر من نام این کتاب باید (کتابی خطرناک برای والدین) باشد. چون کتابی خطرناک برای پسران در واقع کتابی بود که اطلاعاتی کامل و جامع درباره‌ی پسران و الایق آن‌ها می‌دهد که بسیاری از ما آن را نادیده می‌گیریم. همه‌ی ما می‌گوییم خانه‌ها درختان خیلی خطرناکند و پسرچه‌ها ممکن است از آن‌ها سقوط کرده و دست و پایشان را بکنند؛ حشرات و عنکبوت‌ها چطور آن‌ها خطرناک نیستند؟ در جایی که شما دوست دارید به آن‌ها یاد دهید چطور تیر و کمان درست کنند و به شکار بروند و خودشان را برای جنگ‌های بزرگ تاریخ آماده کنند آیا این دیوانگی نیست؟ این‌ها چیزهایی هستند که به آن‌ها یاد داده‌اند و اصلاً برایشان خطرناک نیستند. من به عنوان یک متخصص اطفال، پس از زیادی را دیده‌ام که دستشان شکسته یا توسط عنکبوت گزیده شده‌اند و همین تفنگ بازی در جنگل زانوهایشان خراش برداشته است، ولی همه این‌ها جزو یاد پسران محسوب می‌شود.

همیشه نگران کارها و مسائلی هستیم که پسران در دست دارند انجام دهند ولی چیزهایی را که واقعاً برای آن‌ها خطرناک است، نادیده می‌گیریم، در حالی که موسیقی‌های مبتذل، تلویزیون و بازی‌های کامپیوتری خلاقیت آن‌ها را از بین می‌برد، آن‌ها را از علایق واقعی انسان‌ها دور می‌سازد، در فرایند بوجش اختلال ایجاد می‌کند و به آن‌ها اجازه نمی‌دهد انرژی‌هایشان را در فعالیت‌های مفید خارج از خانه تخلیه کنند، باعث جدایی آن‌ها از والدینشان می‌شود و انتظارات آن‌ها را از زندگی کم می‌کند و به آن‌ها اجازه‌ی بلند پروازی نمی‌دهد.

در این کتاب سعی کرده‌ام بسیاری از سوء تفاهم‌ها، اطلاعات نادرست و پیش فرض‌های غلطی را که بسیاری از والدین در مورد فرزند پسرشان دارند از بین ببرم. این کتاب حاصل تجربیات شغلی من و تحقیقات و نتایج آن‌ها در زمینه‌ی

مسائل تربیتی و اطلاعات عمومی است. بسیاری از والدین کتاب‌های تربیتی می‌خوانند ولی در عمل از آن‌ها استفاده نمی‌کنند. نگرانی من درباره‌ی درستی یا نادرستی یک نظریه نیست، بلکه بیشتر نگران آن هستم که برای فرزندان پسرمان مفید باشد. تجربه یاد گرفته‌ام و شاهد بوده‌ام چیزهایی که از نظر تئوری درست است ممکن است در عمل نادرست نباشند و حتی بر عکس کاملاً نادرست و خطرناک از آب درآیند. به نظر من اکنون زمان آن رسیده که به فرزند پسرمان بیش از هر چیز دیگر توجه کرده و تربیت صحیح او را جزء اولویت‌هایمان قرار دهیم.

شما با خواندن این کتاب یاد می‌گیرید چگونه پسران سالم، شاد، درستکار، راستگو، متواضع، باهوش، مهربان، باحرف شنو - به نحوی که بتوانند خودشان را کنترل کنند - داشته باشیم. این‌گونه تربیت کردن رازهایی وجود دارد که در میان آن‌ها هفت راز از همه مهم‌تر است. اگر این آن‌ها را به‌طور فهرست‌وار بیان می‌کنم ولی در فصل‌های بعدی به‌طور مفصّل درباره‌ی آن‌ها و اینکه چطور از آن‌ها باید استفاده کرد، توضیح می‌دهم.

سعی کنید بفهمید چگونه می‌توانید فرزند شویق کنید یکی از معایب ما این است که با فرزندمان مثل یک کودک رفتار کرده و او را ارزش می‌کنیم. برعکس گاهی آن‌قدر به فرزندمان سخت می‌گیریم که دیگر نمی‌توانیم با او ارتباط برقرار کنیم و با این کار او احساس می‌کند بی‌ارزش و بی‌لیاقت است. در مصاحبات بعدی گفته خواهد شد که چگونه می‌توان در این مسیر به تعادل رسید. سعی کنید بفهمید فرزندان به چه چیزی نیاز دارد. گاهی باید فهمید که او به بازی‌های کامپیوتری بیشتری نیاز ندارد، بلکه به شما نیاز دارد. باید بدانید که پسرها برای بودن در بیرون از خانه خلق شده‌اند. پسرها دوست دارند در بیرون از خانه باشند. یک پسر سالم باید بتواند در بیرون از خانه ماجراجویی‌های سالم داشته باشد و با کنجکاوی‌هایش در بیرون از خانه به واقعیت‌های زندگی دست یابد.

به‌خاطر داشته باشید که پسرها به قانون نیاز دارند. پسران ویژگی‌های ذاتی خودشان را دارند؛ اگر برایشان قانون وضع نکنید، احساس درماندگی و بی‌هویتی

می‌کنند. احترام گذاشتن به ارزش‌ها فقط مخصوص دختران نیست، پسران نیز باید به ارزش‌ها پایبند باشند. پسرانی که مشروب می‌نوشند، از مواد مخدر استفاده می‌کنند و خارج از چارچوب ازدواج و زندگی مشترک روابط جنسی دارند، اصلاً طبیعی نیستند. متأسفانه آن‌ها با فرهنگ‌های مسموم و بیگانه در اجتماع، به حال خودشان رها شده‌اند. اکنون وظیفه‌ی من به‌عنوان یک متخصص این است که با مشکلات حاد و جدی که تهدیدکننده‌ی زندگی نوجوانان است، مشکلات روحی و جسمی آن‌ها که به دلیل چهل سال پیش چندان باعث نگرانی نمی‌شد، روبه‌رو شده و به دنبال راه‌حل مناسبی باشم. در واقع احترام گذاشتن به ارزش‌هاست که باعث می‌شود پسران بتوانند به مردانی شایسته تبدیل شوند. احترام گذاشتن به ارزش‌ها یک ضرورت است و فرزندان برای یاد گرفتن آن‌ها به کمک شما نیاز دارد. در ادامه‌ی مباحث به شما خواهیم گفت که چگونه می‌توان این هدف رسید.

یاد بگیرید چگونه باید بهترین مسائل زندگی را به فرزندان آموزش دهید. والدین بسیاری از پاسخ دادن به این سؤالات سر می‌روند چون یا با این مسائل و سؤالات راحت نیستند یا این مسائل از نظر آن‌ها پیش پا افتاده و غیر ضروری اند و یا نمی‌خواهند نظر خودشان را بر فرزندان تحمیل کنند. به هر جهت نظر شخص شما هر چیزی که باشد، فرزندان باید پاسخ بعضی از این سؤالات را بدانند.

او می‌خواهد بداند چرا به دنیا آمده، هدفش در زندگی چیست و چرا مهم است. پسرانی که درک درستی از این سؤالات ندارند، نسبت به رفتارهای مخرب و منحرف کننده بسیار آسیب پذیرند به‌خاطر داشته باشید که شما مهم‌ترین فرد در زندگی‌تان هستید. پدر و مادر بودن کار بسیار دشواری است ولی من می‌گویم تقریباً تمام پدر و مادرها همه‌ی آنچه که برای تربیت خوب فرزندان نیاز است را می‌دانند. آن‌ها استعداد، مسئولیت‌پذیری، عشق، و علاقه و عقل آن را دارند که به‌وسیله‌ی پسرشان را در جهت بهتر شدن تغییر دهند. این کتاب گامی است به سوی اینکه به شما نشان دهد چگونه می‌توانید به این هدف برسید.