

زندگی آسان با کودکان نوپا

(راهنمایی نجات بخش برای مادران و پدران)

کریس مازگرتین

ترجمه‌ی

نقیسه معتکف



- زندگی آسان با کودکان نوپا (راهنمایی نجات بخش برای پدران و مادران)
- کریستوفر گرین / ترجمه‌ی نفیسه معتکف
- تهران: انتشارات صدای معاصر، ۱۳۹۴.
- ۳۰۴ ص. ۲۱/۵ × ۱۴/۵ س.م.
- ۹۷۸-۶۰۰-۶۲۹۸-۵۴-۲
- To ddler Taming: a survival guide for parents
- فیپا
- کودکان - انضباط - کودکان نوپا
- نفیسه معتکف ۱۳۳۵، مترجم
- ۱۳۹۴ ۲/۴۴ گ/۷۶۹ HQ
- ۱/۶۴۹
- ۳۳۴۱۱۳۱
- سرشناسه:
 - عنوان و نام پدیدآور:
 - مشخصات نشر:
 - مشخصات ظاهری:
 - شابک:
 - عنوان اصلی:
 - وضعیت فهرست‌نویسی:
 - موضوع:
 - شناسه افزوده:
 - رده‌بندی کنگره:
 - رده‌بندی دیویی:
 - شماره کتابشناسی ملی:



- نام کتاب • بیگی آساج با کودکان نوپا
- نویسنده • کریستینا جی. س. ب.
- ترجمه • نفیسه شکوف
- طرح روی جلد • محسن سعید
- حروفنگار • پروانه نصراللهی
- نوبت چاپ • نخست، ۱۳۹۴
- شمارگان • ۱۱۰۰ نسخه
- لیتوگرافی • صدف
- چاپ • مهارت
- صحافی • رونوف
- شابک • ۹۷۸-۶۰۰-۶۲۹۸-۵۴-۲
- ISBN • 978-600-6298-54-2
- قیمت • ۱۹۵۰۰ تومان

حق چاپ محفوظ است.

دفتر مرکزی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، شماره ۶۸، واحد ۸

تلفن: ۶۶۹۷۹۳۵۱ - ۶۶۹۷۸۵۸۲

دفتر فروشگاه: فلکه دوم تهرانپارس، خیابان جشنواره، شماره ۲۲۹

تلفن: ۷۷۷۳۱۶۱۱ - ۷۷۷۰۲۷۶۸

پایگاه اینترنتی: www.sedayemoaser.com

فهرست

۷.....	مقدمه
۹.....	فصل اول - مراحل مختلف برای سنین مختلف
۱۶.....	فصل دوم - رفتن
۲۹.....	فصل سوم - کودک - کل آفرین
۳۵.....	فصل چهارم - اجازه دهید زندگان شما را فرسوده کند
۴۲.....	فصل پنجم - زندگی را برای خود آسان کنید و...
۷۱.....	فصل ششم - نظم و انضباط، بیشتر اوقات بازده دارد
۸۷.....	فصل هفتم - کج خلقی و فوت و فن های دیگر
۱۰۶.....	فصل هشتم - عادات زننده در کودکان خوب
۱۲۵.....	فصل نهم - مشکلات خواب کودک و درمان آن
۱۵۷.....	فصل دهم - آموزش توالت رفتن
۱۷۳.....	فصل یازدهم - افسانه هایی درباره ی برنامه ی غذایی
۱۹۴.....	فصل دوازدهم - غذا دادن به کودک بی جنگ و دعوا
۲۰۳.....	فصل سیزدهم - ترس، آرامش و امنیت
۲۲۲.....	فصل چهاردهم - کودکان ناآرام و فزونکار
۲۴۳.....	فصل پانزدهم - بازی های گروهی، سال های
۲۵۷.....	فصل شانزدهم - مادری شاغل و نمونه
۲۶۲.....	فصل هفدهم - کودک نوپا و پدر یا مادر مجرد

۲۶۸	فصل هجدهم - بهره گرفتن از وجود مادر بزرگ
۲۷۲	فصل نوزدهم - کودک معلول: رفتار و انضباط
۲۸۰	فصل بیستم - بیماری‌های متداول در کودکان نوپا

www.ketab.ir

مقدمه

بیشتر مادران و پدران نگران غذا خوردن، وزن و بیماری‌های جزئی نوزادان خود هستند، اما معمولاً به‌خوبی از عهده برمی‌آیند و احساس مثبت بودن می‌کنند. وی وقتی نوزاد به راه می‌افتد و پا به صحنه می‌گذارد، مادر و پدر به شگفت یکه می‌خورند و از خود می‌پرسند که چرا نوزاد فرشته و متین آنان یکبار به کودکی منفی و لجوج و یکدنده، و حتی بعضی اوقات اهریمن صفت تبدیل شده است.

من خود زمانی کارشناس امور رورشی کودک بودم. تمام روش‌های صحیح را می‌دانستم و در این زمینه سخنرانی‌های بی‌شمار کرده و مقاله‌های متعدد نوشته بودم و می‌توانستم به هر کس گویم در کجای کار اشتباه کرده است. تا اینکه واقعه‌ی عجیبی رخ داد؛ در کربت به زندگی‌ام پا گذاشتند که بی‌اندازه فعال و پریها هو بودند و مهار کردن کار آسانی نبود. کم‌کم در مورد رفتار کودکان نوپا بیش از آنچه در آن ده سال می‌دانستم تجربه کسب کردم و فهمیدم مادران و پدران چه می‌کنند.

رفتار کودک نوپا روز به روز، حتی دقیقه به دقیقه در حال تغییر است. پدر و مادر لحظاتی اوقات خوشی را تجربه می‌کنند و لحظه‌ای دیگر دچار ناامیدی و افسردگی می‌شوند. بیشتر پدرها و مادرها از رفتار طبیعی کودک نوپا آگاه نیستند و نمی‌دانند چگونه با مشکلات برخورد کنند.

بسیاری به اشتباه تصور می‌کنند آنان تنها کسانی هستند که نمی‌توانند اختیار کودک نوپایشان را در دست گیرند و امید خود را از دست می‌دهند و احساس می‌کنند پدر و مادر خوبی نیستند. چنین داوری ناآگاهانه‌ای زندگی را بر این گروه تلخ می‌کند.

مطالب و مقالات بی‌شماری درباره‌ی نگهداری از کودک نوشته شده است. بسیاری از مؤلفان خبره عقیده دارند اگر کودک شما به روشی صحیح بزرگ شود، دچار جراحات روحی نخواهد شد. اما من هر چه بیشتر در این زمینه کار می‌کنم، بیشتر به این نتیجه می‌رسم که راه هیچ‌کدام در حقیقت «صحیح» نیست. به نظر من اگر پدر و مادر احساس کنند کاری که برای فرزندشان انجام می‌دهند درست است و بازده هم دارد، پس راه عوضی نمی‌روند. آموزش‌های نظری فقط یک طرف قضیه است. تجربه‌ی دیگران نیز گاهی پدر و مادر را سردرگم می‌کند و باعث می‌شود هم آنان و هم فرزندشان احساس ناخوشودی کنند.

این کتاب جنبه‌ی نظری ندارد بلکه حاوی اندرزهایی است که جنبه‌ی عملی دارد و با عقل جور درمی‌آید. مطالب این کتاب به پدران و مادران اعتماد به نفس می‌دهد، خشنودشان می‌کند و باعث می‌شود بتوانند بر اوضاع مسلط شوند. پدر و مادر خوشحال و متعادل به نفع پس‌بهرت خواهند توانست برای کودکانشان معجزه کنند.

ترجمه: فریادگرین