

خواهران و برادران

برادر از حسادت با آرامش

چگونه به کودکانمان بیاموزیم با آرامش در کنار یکدیگر زندگی کنند در نتیجه ما هم می‌توانیم در آرامش زندگی کنیم.
«این کتاب بزرگترین مشکل والدین را در ارتباط با حسادت فرزندان‌شان مورد بررسی قرار می‌دهد»

- دکتر بنجامین - اسپاک

- آدل فابر و الین مازلیش

مترجم: عطیه طباحیان

آبان ۱۳۸۹

سرشناسه

: فیبر ، آدل

Faber , Adele

عنوان و نام پدید آور : خواهران و برادران به دور از حسادت با آرامش / آدل فابر ، آلین مازلیش؛

مترجم عطیه طباحیان

مشخصات نشر : قم، آوای منجی ، ۱۳۹۰

مشخصات ظاهری : ۲۸۴ ص

شابک : ۵۰۰۰۰ ریال ۸-۳۳-۶۴۰۲-۶۰۰-۹۷۸-ISBN

وضعیت فهرست نویسی : فیا

یادداشت : siblingswithout rivalry:how to help your

children live together so you can live too, 1998

موضوع : ۱- کودکان - سرپرستی ۲- رقابت فرزندان ۳- خواهران و برادران

رده بندی کنگره : ۱۳۹۰ خ ۹ ف / ۷۶۹ HQ

رده بندی دیویی : ۶۴۹/۱۴۳

شماره کتابشناسی ملی : ۲۲۴۴۴۶۲



خواهران و برادران به دور از حسادت با آرامش

مؤلف: آدل فیبر ، آلین مازلیش

مترجم: عطیه طباحیان

ناشر: آوای منجی

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۰

شمارگان: ۵۰۰۰ جلد

چاپخانه: گنج معرفت

قیمت: ۵۰۰۰ تومان

شابک : ۸-۳۳-۶۴۰۲-۶۰۰-۹۷۸-ISBN

ناشر همکار: مین اندیشه - جام جم - مارینا - اتمه - اندیشه مطهر - الطیار

کلیه حقوق این کتاب برای ناشر محفوظ می باشد.

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

تلفن: ۷۷۲۸۳۷۰-۰۲۵۱ - ۰۹۱۲۶۵۱۸۰۳۶ - ۰۹۱۲۳۹۰۸۴۷۵

مطالبی که در این کتاب با آنها آشنا می‌شوید:

- چهار شیوه برای کمک به کودکان برای نشان دادن احساسات منفی بدون اینکه به خود صدمه بزنند.
- شیوه‌های برخورد منصفانه با کودکان اما، نابرابر.
- مهارتهایی برای کاهش خشم کودکان همراه با ایجاد انگیزه برای حل مشکلاتشان
- ده شیوه برخورد با کودکانی که دعوا و مجادله می‌کنند و والدین راه حلی به کمک کودکان برای آن می‌یابند.
- نگرش جدیدی نسبت به روابط فرزندان پدیدار کنید.
- پیشنهادات مؤثر برای مقایسه خواهران و برادران با یکدیگر
- راه‌های ساده برای متوقف کردن جدال بین خواهران و برادران
- شیوه‌ای برای حل مشکلات حل نشدنی فرزندان توسط والدین
- مهارتهایی که یادآور می‌شود، همه بچه‌ها باید خودشان باشند بدون اینکه با خواهر یا برادرشان مقایسه شوند.

فهرست مطالب

مطالبی که در این کتاب با آنها آشنا می‌شوید.....	۵
مقدمه ای از طرف نویسندگان.....	۱۱
سخنی با خوانندگان.....	۱۲
فصل اول: خواهران و برادران - گذشته و حال.....	۱۵
فصل دوم: نه تا زمانی که احساسات منفی را نشان دهیم.....	۳۱
یادآوری اجمالی:.....	۳۷
بچه ها باید بیاموزند کارهایی را که به دیگران صدمه می‌زند را انجام ندهند.....	۳۷
چگونه عصبانیتها را به احساسات قابل قبول تبدیل کنیم.....	۴۸
خاطرات:.....	۵۳
نیتجه گیری.....	۶۳
فصل سوم: مقایسه کردن فرزندانمان با یکدیگر خطرساز است.....	۷۱
یادآوری اجمالی.....	۸۳
خاطرات.....	۸۴

فصل چهارم: برخورد منصفانه اما نابرابر ۸۹

یادآوری اجمالی ۱۰۵

خاطرات ۱۰۶

فصل پنجم: جلوگیری از نقش پذیری در خواهران و برادران ۱۱۳

به کودکان اجازه دهیم تا خود را تغییر دهند ۱۲۶

یادآوری اجمالی ۱۴۰

دیگر فرزندان مشکل دار نداریم ۱۴۱

یادآوری اجمالی ۱۵۰

خاطرات ۱۵۰

فصل ششم: وقتی بچه ها باهم دعوا و مجادله می کنند ۱۶۱

چگونه به طور مؤثری در دعوی آنها مداخله کنیم ۱۶۱

یادآوری اجمالی ۱۸۰

چگونه مداخله کنیم و چه موقع فوراً خودمان کنار بکشیم ۱۸۲

چگونه به فرزندانمان کمک کنیم تا کشمکشهایشان را حل کنند ۱۸۵

یادآوری اجمالی ۱۹۶

چگونه بدون اینکه طرف شخص خاصی را بگیریم می توانیم فرزندانمان را حمایت کنیم ۱۹۶

خاطرات ۲۰۳

فصل هفتم: آسایشی را که در زمان گذشته از شما گرفته شده است را به

خود بازگردانید ۲۲۱

فصل هشتم: سخنی چند در مورد چاپ جدید ۲۳۹

I. راه حلی برای مقابله با حسادتهای کودکانه ۲۴۷

رعایت حق مالکیت ۲۵۰

آیا بچه ها باید تنبیه شوند یا خیر؟ ۲۵۳

خاطرات ۲۵۹

II. تنها در خانه ۲۶۵

III. شیوه هایی برای تقویت احساسات مثبت میان خواهران و برادران ۲۷۲

سخن آخر: ۲۸۳

www.ketab.ir

مقدمه ای از طرف نویسندگان

به جای اینکه هر کدام از ما داستان خود را بازگو کند، ما هر دو به یک نفر تبدیل شدیم و ۶ فرزندانمان به ۲ پسر بچه جلسات گروهی ای را که چه باهم و چه تک تک تشکیل دادیم باهم ادغام کرده و تبدیل به یک جلسه کردیم، تمام سعی ما بر این بود تا با واقعیت همه چیز را مطابقت دهیم. هر مطلبی که در این کتاب آمده است اعم از تفکرات، احساسات و تجربیات همه و همه بر اساس واقعیت است.

آدل فابر

الین مازلیش