

۲۰۵۷۹۱۹

بسم الله الرحمن الرحيم

تشویق و تجلیه

راهکارهای عملی حذف رفتار نامطلوب
و ایجاد رفتار مطلوب در کودکان
قابل استفاده برای معلمان و مربیان مدارس

نویسنده: روشنگر امینی فر

کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی، کتولی
مدرس کلاس‌های آموزش خانواده و مهارت‌های فرزندپروری

مَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعاً

هر که نفسی را حیات بخشد (از مرگ نجات دهد) مثل آن است
که همه مردم را حیات بخشیده است.

سوره مائده: ۳۲



سرشناسه: امینی فرحروم

Amintehar, Maryam

عنوان و نام پدیدآور: تشویق یا تنبیه؟ راهکارهای عملی حذف رفتار نامطلوب و ایجاد رفتار مطلوب در کودک قابل استفاده برای والدین، معلمان و مربیان مدارس / نویسنده: مریم امینی فر.
مشخصات نشر: تهران: تیمورزاده، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری: ۸۰ ص: مصور، جدول، نمودار.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۳۸-۸۲۹-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیا

عنوان دیگر: راهکارهای عملی حذف رفتار نامطلوب و ایجاد رفتار مطلوب در کودک قابل استفاده برای والدین، معلمان و مربیان مدارس.

موضوع: رفتار والدین

موضوع: Remotivng

موضوع: والدین و کودک

موضوع: Parent and child

موضوع: کودک - سرپرستی

رده بندی کنگره: HQ۷۵۵/۸

رده بندی دیویی: ۶۴۹/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۴۸۵۲۴

نام کتاب: تشویق یا تنبیه؟ راهکارهای عملی حذف رفتار نامطلوب و ایجاد رفتار مطلوب در کودک قابل استفاده برای والدین معلمان و مربیان مدارس
نویسنده: روشنگر امینی فر
ناشر: انتشارات تیمورزاده
مدیر تولید فرهنگی: نجمه حسین زاده
مدیر تولید فنی و چاپی: مهدی شاهمحمدی
طراح جلد: پرویز لطف الهی
کتاب‌ارائه: الهه رحیمی توانا
نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸
شمارگان: ۱۱۰ نسخه
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۳۸-۸۲۹-۲
بها: ۲۵ هزار تومان

www.Teimourzadeh.com

e-mail: info@teimourzadeh.com



teimourzadehpublishing



تنها کتاب فروشی انتشارات تیمورزاده:
بلوار کشاورز - ابتدای خیابان ۱۶ آذر - شماره ۶۸
تلفن: ۸۳ ۳۸۳ - ۰۲۱ دورنگار: ۱۲ ۹۷ ۸۸



این کتاب مشمول قانون حمایت از مؤلفان، مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۹۸/۱/۱۱ و قانون ترجمه و تکریر کتابها، نشریات و آثار صوتی مصوب ۱۳۵۰/۱۰/۱۶ است. بازنویسی، خلاصه برداری یا برداشت بخشی از متن، شکل‌ها و جدول‌های کتاب و انتشار آن در قالب کتاب‌های ترجمه، تالیف، خلاصه، آزمون یا نرم‌افزار و نیز تکریر و تولید دوباره آن به هر شکل و شیوه از جمله چاپی، کپی، صوتی، تصویری و الکترونیکی بدون اجازه کتبی از ناشر بیکرد قانونی دارد.

به نام خداوند دل‌های پاک که نامش بود در دلت تابناک

بی‌گمان برترین روش تربیتی که باید مبتنی بر آگاهی از وجود حقیقت انسان باشد و با این روش تربیتی نیازهای روحی و روانی انسان برطرف شود، راه وحی است. قرآن کریم آیین خود را بهترین آیین تربیت برای کل بشر معرفی کرده است. هر چند که به روش تربیت کودک در قرآن به تصریح اشاره نشده ولی این مطلب، از لابه‌لای برخی از آیات و داستان‌های قرآن کریم، زیبایی نمایان است که تربیت ابتدایی کودک به‌طور طبیعی با روش الگویی خلقت خیرد، چرا که کودک در چند سال نخست زندگی خود همه کارهایش را از الگوهای پیرامون خود - که در دجه اول پدر و مادر او هستند - برداشت می‌کند و با تقلید از آنان رشد کرده و ساختار تربیتی‌اش را بنیان می‌یابد.

به‌طور کلی روش الگویی به‌عنوان تربیت عملی بر جان انسان‌ها می‌نشیند و در نفوس آن‌ها رسوخ می‌کند به همین جهت قرار کریم در آیه ۴۴ بقره می‌فرماید: **أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَ تَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ** «آیا مردم را به نیکی می‌دانید اما خودتان را فراموش می‌کنید».

پدر و مادر اولین و بهترین الگوهای فرزندان خود محسوب می‌شوند. با آگاهی به این موضوع بیشتر عملکرد کودکان به‌خوبی می‌رود که باید برای تربیت کودک صالح به رفتارهای خود بیشتر دقت کنیم. در این کتاب به‌خصوص، برون کتاب‌های دانشگاهی در ارتباط با روان‌شناسی کودک و شیوه‌های تربیت از زندگی، اصلاح رفتارهای نامطلوب در دوره‌های زندگی کودکان بر آن شدیم که به زبان ساده، شیوا مطالب مهم و مورد نیاز مادران را در اختیارشان قرار دهیم، باشد که مورد توجه قرار گیرد و بتوانیم گامی در این راه برداریم. انشاءالله.

روشنک امینی‌فر

پاییز ۱۳۹۸

فهرست

شرایط قبل از تنبیه.....	۱۹	۱ تعریف فرزندپروری.....	۹
شرایط بعد از تنبیه.....	۲۰	فرزندپروری.....	۹
انواع تنبیه.....	۲۰	فرزندپروری علمی است که در آن.....	۹
ویژگی‌های اثناق تنبیه.....	۲۲	آموزش و فراگیری دائم داریم.....	۱۰
والدین در به کار بردن تنبیه چه اشتباهاتی را.....	۲۳	والدین مستبد.....	۱۱
مرتکب می‌شوند؟.....	۲۴	والدین آسان گیر.....	۱۲
۳ عوامل پاداش.....	۲۷	بی‌اعتنا.....	۱۲
انواع تقویت کننده‌ها، مثبت.....	۲۸	مقتدرانه.....	۱۳
آداب تشویق در اسلام.....	۲۹	مزیت‌های تربیت به سبک فرزندپروری.....	۱۳
نتیجه‌گیری.....	۳۱	مقتدرانه.....	۱۴
اصل پریماک در تقویت رفتار.....	۳۲	مقایسه سبک‌های فرزندپروری براساس تقاضا.....	۱۴
تقویت با تأخیر، برای آموزش.....	۳۳	و پاسخ.....	۱۴
شکلیابی.....	۳۳	۲ تنبیه.....	۱۷
تقویت باید بلافاصله بعد از مشاهده آغاز رفتار.....	۳۳	شکل‌های تنبیه به زبان ساده.....	۱۸
مطلوب عرضه شود.....	۳۳	هدف قرار دادن شخصیت.....	۱۸
محبت و مهربانی تقویت کننده‌ای خطرناک.....	۳۳	هدف قرار دادن کار بد.....	۱۸
است.....	۳۳		

۴

تغییر و اصلاح رفتار..... ۳۷

- نکات لازم برای پیشگیری از تبدیل استرس
 مفید به دیسترس یا پریشانی..... ۴۶
 علائم استرس..... ۴۷
 علائم استرس کودکان در دوره راهنمایی..... ۴۸
 علائم استرس در دوره متوسطه..... ۴۸
 راه‌های پیشگیری و درمان استرس..... ۴۸
 ناخن جویدن..... ۴۹
 چرا کودکان ناخن می‌جویند و چه باید کرد؟..... ۴۹
 مکیدن شست..... ۵۰
 والدین عزیز..... ۵۱
 کمبود اعتماد به نفس..... ۵۳
 علائم افرادی که کمبود اعتماد به نفس دارند..... ۵۳
 شباداراری..... ۵۴
 رفتارهای نامناسب والدین..... ۵۴
 راه کار..... ۵۵
 علت..... ۵۵
 درمان..... ۵۵
 افزایش دامن حجم مثانه یا آموزش نگهداری ادرار..... ۵۵
 ادرار منقطع..... ۵۶
 خود هیپوتیزی می..... ۵۶
 اقتصاد ژتونی..... ۵۶
 تن آرامی..... ۵۶
 درمان شرطی..... ۵۷
 مدرسه‌هراسی..... ۵۸
 ویژگی‌های کودکان..... ۵۸
 راه حل..... ۵۹
 شناخت جنسی کودکان..... ۶۰
 فرار از مهد کودک..... ۶۱

- رفتار چیست؟..... ۳۷
 جدول هفتگی ثبت رفتار..... ۳۸
 توصیف یک رفتار..... ۳۸
 نکات کلیدی در ثبت رفتار..... ۳۸
 جدول ستاره‌ها چقدر می‌تواند کمک کند؟..... ۳۸
 جدول تثبیت رفتار..... ۳۹
 سوالاتی که اینجا پیش می‌آید این است که اگر کودک برای رسیدن به امتیاز تلاشی نکرد چه کنیم؟..... ۳۹
 راه‌های ایجاد رفتار خوب..... ۴۰
 تقویت قدم به قدم یا شش دهی رفتار..... ۴۰
 سرمشق..... ۴۰
 استفاده از اصل جانشینی یا شش سی سال..... ۴۱
 اصل اشباع..... ۴۱
 اصل خاموشی..... ۴۱
 اصل تقویت رفتار مغایر..... ۴۱
 اصل تقویت منفی..... ۴۲

۵

اختلالات رفتاری در کودکان..... ۴۳

- مشخصات افراد خجالتی..... ۴۳
 علل خجالت و کم‌رویی در کودکان..... ۴۴
 راه حل کاهش احساس خجالت..... ۴۴
 کودک پرحرف..... ۴۴
 پس اینجا سوالاتی برای ما پیش می‌آید که چگونه می‌توانیم کودک پرحرف خود را راهنمایی کنیم؟..... ۴۵
 برنامه‌ریزی برای کاهش پرحرفی..... ۴۵
 استرس در کودکان..... ۴۶

کودکان.....	۷۱	مشکل در انجام تکالیف.....	۶۶
پیامدهای بیش‌فعالی در آینده کودک.....	۷۲	بیش‌فعالی (ADHD).....	۷۰
درمان بیش‌فعالی کودکان.....	۷۲	انواع بیش‌فعالی در کودکان.....	۷۰
منابع.....	۷۵	علائم شایع در اختلال بیش‌فعالی - نقص توجه.....	۷۱
نمایه.....	۷۷	علت و عوامل مؤثر در به وجود آمدن بیش‌فعالی در	