

۱۹۱۸

مهارت‌های فرزندپروری

روش‌های موفق فرزندپروری

نویسندگان:

بیرد و آگن سلر
ریچارد دال و مک داول

مترجم:

پروفسور مختار ملک‌پور
استاد دانشگاه اصفهان



انتشارات سید آفا

سرشناسه:

واگن سلر، بیل

Wagonseller, Bill R.

عنوان و نام پدید آور :

مهارت‌های فرزندپروری : روش‌های موفق فرزندپروری / بیل ر. واگن سلر، ریچارد دل.

مک داول ؛ ترجمه مختار ملک‌پور.

اصفهان: انتشارات سیدآقا، ۱۳۹۸.

۱۵۲ص.

۹۷۸-۶۲۲-۹۶۲۷۰-۰۰-۶

مشخصات نشر :

مشخصات ظاهری :

شابک :

وضعیت فهرست نویسی:

فیبا

یادداشت :

عنوان اصلی: You and your child : a common sense approach to successful parenting, ۱۹۷۹.

یادداشت :

کتاب حاضر با عنوان "شما و کودکان: شیوه صحیح فرزندداری موفقیت‌آمیز" در سال

۱۳۷۰ توسط انتشارات مولانا منتشر شده است.

عنوان دیگر :

شما و کودکان: شیوه صحیح فرزندداری موفقیت‌آمیز.

عنوان دیگر :

روش‌های موفق فرزندپروری.

موضوع :

رفتار والدین -- ایالات متحده

موضوع :

Parenting -- United States

موضوع :

کودکان -- سرپرستی

موضوع :

Child rearing

شناسه افزوده :

مک داول، ریچارد

شناسه افزوده :

McDowell, Richard L.

شناسه افزوده :

مک پور، مختار، ۱۳۲۷-، مترجم

رده‌بندی کنگره :

HQ ۷۵۵ .۸

رده‌بندی دیویی :

۴۹/۱

شماره کتابشناسی ملی:

۸۸۱۸۰۰

مهارت‌های فرزندپروری / روش‌های موفق فرزندپروری



مترجم: مختار ملک‌پور

انتشارات: سیدآقا

مدیر تولید: تارا فروزنده

اجرا: محسن رضایی مراد/ ناظر فنی: علی قنبری

حروفینگی: آذرنوش اسماعیلی/ ویراستار: محمد قنبری

صفحه‌آرا و طراح جلد: سپیده سلیمانی

تیراژ: ۱۲۰۰ نسخه / چاپ اول

قیمت: ۳۵۰۰۰ تومان

چاپ و صحافی: کنکاش

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۶۲۷۰-۰۰-۶

آدرس: اصفهان، خیابان بزرگمهر، کوچه ۳۵، مجتمع پزشکی طاووس

تلفن: ۰۳۱-۳۲۶۶۸۲۹۶ همراه: ۰۹۱۳۱۱۸۱۲۸۹

فهرست مطالب



۱۱	پیشگفتار
۱۳	مقدمه مترجم

فصل اول: واکاوی

۱۶	آشنایی با اصول و استانداردهای مؤثر
۱۶	احترام و مسئولیت
۲۰	اقتدار در برابر استرام
۲۰	زن و شوهر به عنوان دو همکار
۲۴	والدین مجرد
۲۶	راهنمایی والدین
۲۶	رشد منش و ارزش ها
۲۸	اداره و مدیریت رفتار
۲۹	ثبات در تعامل
۲۹	مفهوم نتایج
۳۰	اصول برقراری مقررات
۳۳	محاسن کاربرد اصول

فصل دوم: برقراری ارتباط با کودک

۳۶	فراهم نمودن حمایت مثبت به عنوان یک امر مهم
۳۷	تحسین توصیفی
۳۸	استفاده از انتقاد سازنده

۴۰	درک ارتباط کلامی
۴۰	زبان
۴۰	اثرات پیام‌های والدین
۴۱	مشکلات معانی
۴۲	درک تعاملات غیر کلامی
۴۲	زبان بدن
۴۴	ارتباط رفتاری
۴۴	تشخیص موانع ارتباط خوب
۴۴	سازماندهی روزمره زندگی
۴۵	ناآرامی در رسیدن به مشکل اصلی
۴۶	نا توانی در تشخیص این که مشکل مربوط به کیست
۴۸	یادگیری و استفاده از مهارت گوش فرا دادن
۴۹	گوش فرا دادن حسی
۵۱	الگوی خوب شنیدن
۵۲	با دقت و توجه گوش دادن
۵۵	تکرار نقطه نظرات
۵۶	راهنمای ارتباط خوب
۵۷	سخن آخر

فصل سوم: مشارکت فعال داشتن

۶۰	به رسمیت شناختن و مسئولیت‌ها
۶۰	شیوه‌های مختلف
۶۱	دارنده مشکل
۶۱	ابراز خود
۶۱	ضرورتی برای مشارکت فعال
۶۴	استفاده از عناصر رفتار ابراز خود
۶۴	تماس چشمی
۶۵	زبان بدن
۶۵	وضع بدن

۶۵.....	لحن و میزان بلندی صدا
۶۶.....	مکان و زمان
۶۶.....	آموزش مهارت‌های اجتماعی
۶۷.....	پنج مهارت اجتماعی بنیادی
۶۷.....	الگوسازی
۶۹.....	تقویت
۶۹.....	آورده ساختن نیازهای اجتماعی
۷۰.....	طه‌ضعف‌های معمول
۷۱.....	کدک به کودک برای برخورد با خشم، پرخاشگری و خصومت
۷۳.....	درک روابط تعاملات والد و کودک
۷۵.....	تغییرات در نقش والدین در مراحل مختلف
۷۷.....	عمل کردن به عنوان مدافع کودک
۷۸.....	تعامل با مریض ترسناک
۷۹.....	تعامل با سایر متخصصان

فصل چهارم : تشخیص انتظار

۸۴.....	تشخیص محدودیت‌های والدین
۸۴.....	تصور نادرست
۸۵.....	انکار مشکل
۸۵.....	بهبود بی‌تعصب بودن
۸۷.....	تشخیص توانایی‌ها، محدودیت‌ها و نیازهای کودک
۸۷.....	فرآیند یادگیری
۸۸.....	توانایی عمل کردن
۸۸.....	فراختای توجه
۸۸.....	الگوی رشد
۸۹.....	نتایج کلی و فرضیات
۹۰.....	لغات و اصطلاحات
۹۱.....	نسبت دادن عواطف
۹۱.....	اختلاف در تصور

۹۲	نیاز به همانندسازی با همسالان
۹۳	نیاز به آموزش مقررات و ارزش ها
۹۴	آگاهی از انتظارات یکدیگر
۹۴	روشنی دستورالعمل ها، قواعد و شرایط
۹۶	ثبات و پیگیری
۹۶	درک انتظار از محیط خانه
۹۷	محیط
۹۸	قلمرو شخصی
۹۹	برنامۀ عادی
۹۹	رفتار مناسب موقعیت

فصل هجده: ره و مدیریت رفتار

۱۰۲	مقایسه ره رفتار با کنترل رفتار
۱۰۲	تربیت در برابر تنبیه
۱۰۵	سودمندی اداره و مدیریت رفتار
۱۰۵	استفاده از یک رفتار برای تأیید داشتن بر رفتار دیگر
۱۰۶	شناخت اثرات تأیید والدین
۱۰۶	تعهد والدین
۱۰۶	استفاده از تأیید والدین در اداره رفتار
۱۰۷	شیوه های نامناسب کسب تأیید
۱۰۸	استفاده از تقویت مثبت
۱۰۸	تقویت رفتار مطلوب
۱۱۰	تصمیم مبنی بر این که چه زمانی باید مداخله کرده و یا بی مداخله بود
۱۱۰	عوامل مؤثر در تصمیم گیری
۱۱۱	ملاحظات در تصمیم گیری
۱۱۳	آموزش کودک برای انتخاب رفتارهای مناسب
۱۱۳	بین پیامدها و رفتارها ارتباط برقرار کنید
۱۱۴	در نظر گرفتن پیامدها
۱۱۵	نیاز کودک به حفظ آبرو

۱۱۵	بی‌فایده‌گی سؤال «چرا»
۱۱۶	راهنمای استفاده از امکانات رفتاری
۱۱۷	استفاده از روش امتیاز (تقویت) مشروط
۱۱۸	پیگیری تا پایان
۱۱۹	تعدیل کردن انتظار هنگام لزوم
۱۲۱	تشویق موفقیت و انجام کار

فصل ششم: تغییر رفتار کودک

۱۲۳	• روی ر چگونگی یادگیری رفتار
۱۲۴	آ. روش رفتارهای جدید
۱۲۶	استفاده از تقویت مثبت برای تغییر رفتار فعلی
۱۲۶	تصمیم برای تغییر رفتار
۱۲۶	انتخاب رفتار برای تغییر
۱۲۷	اظهار نظر معین
۱۲۸	ویژگی‌ها و برنامه‌ریزی پیامدها (تقویت، کتنده‌ها)
۱۳۰	روش محاسبه و ثبت رفتار
۱۳۲	روش جدول‌بندی اطلاعات
۱۳۶	حفظ و ادامه رفتار
۱۳۷	اجرای قانون مادر بزرگ
۱۳۷	استفاده از قرارداد مشروط
۱۳۹	استفاده از سیستم‌های ژتونی
۱۳۹	روش
۱۴۰	لیست تقویت
۱۴۱	استفاده از روش‌های زمان محرومیت
۱۴۲	استفاده از روش بهای پاسخ

فصل هفتم: مروری بر روش‌ها

۱۴۵	منظم ساختن دیدگاه‌ها
۱۴۵	ادغام‌سازی و مرتبط ساختن اطلاعات

۱۴۶	 نقش فعال داشتن
۱۴۶	 رعایت حقوق و مسئولیت‌ها
۱۴۷	 برقراری نظام ارزشی
۱۴۷	 کار گروهی
۱۴۸	 برقراری و حفظ ارتباط
۱۴۸	 استفاده از تکنیک‌های اداره و مدیریت رفتار
۱۴۸	 خلاصه رهنمودها
۱۴۹	 منابع

پیشگفتار

در جامعه در حال حاضر امروز، والدین دارای کمترین فرصت یادگیری از طریق الگوهای مناسب هستند که به گونه والدین خوبی باشند. تعدادی از متخصصین علوم رفتاری که از نزدیک با والدین و مشکلات آنان سروکار دارند سعی نموده‌اند این نیاز را از طریق تهیه کتاب برای والدین برآورده سازند. کتاب مهارت‌های فرزندپروری کوشش‌های اولیه را در این جهت فراهم ساخته و بهترین اطلاعات حاضر در خدمت خاص و خاص نحوه و چگونگی یک والد خوب بودن را جمع‌آوری نموده است.

کتاب مهارت‌های فرزندپروری، به علت سادگی مطالب، کاربرد خوبی داشته و به دلیل توجه خاص کتاب به احساسات والدین و کودکان مطالب آن بسیار سازنده می‌باشد. از طرف دیگر، مطالب کتاب علمی و مملو از مثال‌های عملی است. دلیل این امر، آموزش و ترویج به خوب نویسندگان آن می‌باشد.

یکی از ویژگی‌های کتاب، توجه نویسندگان به اهمیت مهارت‌های اصلی فرزندپروری برای رابطه مثبت والد و کودک می‌باشد. بسیاری از ما نظر اجمالی و نه چندان دقیق به جنبه‌ها، مشکلات فرزندپروری داریم که نتیجه این امر نادیده گرفتن محیطی است که در آن تعامل والد و کودک روی می‌دهد. به هر حال، همانگونه که در زندگی زن‌شویی به نظر می‌آید محبت عامل بسیار مهمی در ایجاد روابط مثبت باشد، در فرزندپروری نیز توجه به محبت و احترام برای کودکان مبنایی را فراهم می‌سازد که می‌توان شیوه‌های مثبت آموزشی را بر اساس آن قرار داد.



این کتاب، مهارت‌های مورد نیاز والدین را فراهم می‌سازد. این مهارت‌ها در این زمینه‌ها می‌باشند: چگونه می‌توان یک الگوی رفتار مسئولانه را فراهم ساخت چگونه می‌توان با کودک ارتباط برقرار کرد، چگونه می‌توان در زندگی کودک شرکت فعال داشت، چگونه می‌توان کودک در حال تغییر در یک محیط در حال تغییر را درک کرد، چگونه یک محیط یادگیری خوب را برای کودک ایجاد نمود، چگونه رفتار را در جهت مطلوب تغییر داد و...

انتظار نداشته باشید که فقط با یک بار خواندن کتاب بتوانید والد خوبی شوید. به منظور رسیدن به مهارت‌های جدید، باید وقت بیشتری صرف کرد. تمام کتاب را بخوانید و سپس مجدداً آن را مطالعه کنید. هر بار یک یا دو مطلب از فصل اول را در نظر بگیرید. پس از آن که فرصت تمرین مهارت‌های پیشنهاد شده در فصل اول را دست آوردید، به فصل بعد رفته و همین کار را انجام دهید. ممکن است لازم باشد سه یا چهار روز در هفته روی هر فصل وقت صرف نمود، لکن نتیجه آن با ارزش خواهد بود. به عقیده من، اکثر کسانی که کودکان در خانه و مدرسه دارند را به آسانی می‌توان توسط والدین و معلمینی که درک خوبی از چگونگی آموزش به کودک دارند اصلاح نمود. در حدود ۱۵ سال قبل، مشکلاتی که والدین اکنون می‌توانند از آن‌ها برآیند، به روانشناسان و روانپزشکان ارجاع داده می‌شد. البته هنوز مواقعی هست که والدین به این برای مشکلات شدید رفتاری به کمک تخصصی نیاز دارند، بنابراین باید از امکاناتی که امروز وجود دارند کمک گرفت. از طرفی، باید به خاطر داشت که اغلب می‌توان بهترین کمک را از اولیای مدرسه گرفت. اینها در موقعیتی هستند که می‌توانند تشخیص دهند آیا کودکان مهارت‌های سازشی خوب را فرا گرفته یا نه. این که برای دیگران مشکل‌آفرین می‌باشند. بیاموزید که معلم خوبی برای کودکان باشید و برای یک والد خوب بودن به وقت صرف نمود.

وسلی بکر^۱

مستگاه اورگان^۲

1- wesley c. Becker

2- University of oregon