



مرکز آموزش عالی ملی کاربردی، مستشرقین، آیین اجتماعی
و هنر و تمدن و آثار و اسناد ملی کاربردی

آموزش فرزندپروری

گردآوری، ترجمه و تألیف:

فرزانه مرادی امین، سعید ترکمان و نسreen شکری

(مدرسین مرکز آموزش علمی کاربردی بهزیستی و تأمین اجتماعی همدان)

سرشناسه: مرادی امین، فرزانه، ۱۳۶۰ -
عنوان و نام پدیدآور: آموزش فرزندپروری/ گردآوری، ترجمه و تالیف فرزانه مرادی امین، سعید ترکمان و نسرين شكري.
مشخصات نشر: همدان: روزاندیش، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهري: ۱۸۷ ص.
شابک: ۳۵۰۰۰۹۷۸: ۲۰۰۸۱-۴۳۸-۶۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی: فیفا
موضوع: کودکان -- سرپرستی
موضوع: Child rearing
موضوع: تربیت خانوادگی
موضوع: Domestic education *
موضوع: کودکان -- روان شناسی
موضوع: والدین و کودک
شناسه افزوده: ترکمان، سعید، ۱۳۵۵ -
شناسه افزوده: شكري، نسرين، ۱۳۶۳ -
رده بندی کنگره: HQ۷۶۹/م۸۴۳ ۱۳۹۶
رده بندی یویی: ۱/۶۴۹
شماره کتابشناسی ملی: ۵۰۹۷۵۲۹



انتشارات روزاندیش

مدیرمسئول: رضا قمران، همدان، خیابان میرزاده عشقی، جنب تالار معلم
تلفن: ۰۷۲-۳۸۲۵۰۰۷۲، ۰۸۱، تلفکس: ۰۳۸۲۵۲۱۳۹، همراه: ۰۹۱۸۱۱۱۱۸۷۶
پست الکترونیکی: RoozBook578@gmail.com

عنوان: آموزش فرزندپروری

تالیف، ترجمه، گردآوری: فرزانه مرادی امین، سعید ترکمان، نسرين شكري

ناشر: روزاندیش ۱۳۹۶

نوبت چاپ: اول

قطع: وزیری

شمارگان: ۱۰۰۰

شابک: ۳۵۰۰۰۹۷۸-۶۰۰-۴۳۸-۰۸۱-۲

قیمت: ۱۳۵۰۰۰ ریال

فهرست

پیش‌گفتار.....	۱۲
فصل اول: نظریه‌های روان‌شناسی مرتبط با دوران کودکی	
نظریه روان‌کاوی و رشد روانی عاطفی.....	۱۸
سه سطح آگاهی.....	۱۹
نهاد، خود و فراخود.....	۱۹
نظریه رشد روانی - جنسی فروید.....	۲۰
سلسله مراتب نیازهای آبراهام مزلو.....	۲۳
نظریه روانی - اجتماعی اریک اریکسون.....	۲۳
۱- اعتماد در برابر بی‌اعتمادی (دو تولد تا یک سالگی).....	۲۳
۲- خودمختاری در برابر شک و تردید (۲-۳ سالگی).....	۲۴
۳- ابتکار در برابر احساس گناه (۴-۵ سالگی).....	۲۴
۴- سازندگی در برابر احساس حقارت (۶-۱۱ سالگی).....	۲۵
۵- احساس هویت در برابر آشفتگی.....	۲۵
۶- صمیمیت در برابر انزوا.....	۲۶
۷- زاینده‌گی در برابر رکود.....	۲۶
۸- انسجام در برابر یأس و نومیدی.....	۲۶
نظریه رشد هوش و شناخت ژان پیاژه.....	۲۷
نظریه مراحل رشد اخلاقی لارسن کلبِرگ.....	۲۹
سطح ۱- اخلاق پیش عرف (پیش قراردادی) از ۴ تا ۱۰ سالگی.....	۲۹
سطح ۲- اخلاق متعارف (قراردادی) از ۱۰ تا ۱۳ سالگی.....	۳۰
سطح ۳- اخلاق پس عرف (مافوق قراردادی) از ۱۳ سالگی به بعد.....	۳۱
نظریه عاطفی جان بالبی.....	۳۳
مراحل دلبستگی.....	۳۳
مرحله اول (تولد تا ۳ ماهگی) پاسخ‌دهی نامتمایز به انسان‌ها.....	۳۳

۳۴	مرحله دوم (۳ تا ۶ ماهگی) تمرکز بر آشنایان
۳۵	مرحله سوم (۶ ماهگی تا ۳ سالگی) دلبستگی شدید و نزدیک جویی فعال
۳۶	مرحله چهارم (۳ سالگی تا پایان دوران کودکی)
۳۷	ارزیابی دلبستگی و انواع آن
۳۸	طبقه‌بندی کیفیت دلبستگی
۳۸	نوزادان با دلبستگی ایمن
۳۸	نوزادان ناایمن - اجتنابی
۳۹	نوزادان ناایمن دوسوگرا
۳۹	نوزادان با دلبستگی آشفت
۴۰	نظریه رفتارگرایی
۴۰	نظریه شرطی‌سازی پاسخگر یا کلاسیک باولف
۴۱	تقویت و خاموشی
۴۱	بازگشت خودبه‌خودی
۴۱	تعمیم محرک و تمیز محرک
۴۱	نظریه شرطی‌سازی کنشگر اسکینر
۴۱	انواع تقویت کننده و تنبیه
۴۲	برنامه‌های تقویت
۴۲	نظریه یادگیری اجتماعی
۴۳	مراحل یادگیری مشاهده‌ای

فصل دوم: الگوهای تربیتی مبتنی بر محبت و قاطعیت

۴۶	سبک‌های فرزندپروری
۴۷	الف) فرزندپروری مقتدرانه (والدین مقتدر)
۵۰	ب) فرزندپروری مستبدانه (والدین مستبد)
۵۱	ج) فرزندپروری سهل‌گیرانه (والدین سهل‌گیر)
۵۳	والدین سهل‌گیر بی تفاوت (طرد کننده)

فصل سوم: رشد و تحول کودک

۵۶	 نوزادی (۰-۶ ماهگی)
۵۷	 اوایل نوپایی (۶-۱۸ ماهگی)
۶۰	 اواخر نوپایی (۱۸-۳۶ ماهگی)
۶۲	 اوایل کودکی (۳-۶ سالگی)
۶۵	 اواخر دوران کودکی (۶ تا ۱۲ سالگی)
۶۸	 نوجوانی (۱۲ تا ۱۸ سالگی)

فصل چهارم: مهارت گوش کردن فعال

۷۴	 درک نیاز کودک به پذیرش انضام والدین
۷۶	 گوش کردن
۷۷	 راه‌گشا

فصل پنجم: ارتباط خانوادگی

۸۲	 ارتباطات غیر کلامی
۸۳	 ۱- زبان بدن
۸۳	 ۲- تماس فیزیکی
۸۴	 ۳- ارتباط چشمی
۸۴	 ۴- علائم مرتبط با صدا
۸۵	 ۵- علائم فیزیولوژیک بدن
۸۵	 ۶- ظاهر و شکل بدن
۸۶	 ارتباطات کلامی
۸۶	 مهارت‌های چهارگانه ارتباط کلامی و سن شروع
۸۶	 صحبت کردن
۸۷	 جملات خوشایند
۸۸	 جملات ناخوشایند
۹۰	 تکنیک پیام من در صحبت کردن با فرزندان

۹۰	فرمول پیام من
۹۱	پیام‌های من در مقابل پیام‌های تو
۹۱	گوش دادن
۹۱	خواندن
۹۲	نوشتن

فصل ششم: کمک به کودکان برای انجام رفتارهای مطلوب

۹۴	مدیریت ستاره‌ای مطلوب
۱۰۰	انواع تقویت‌کننده‌ها، مثبت
۱۰۴	فوریت تقویت
۱۰۴	مقدار تقویت
۱۰۵	تازگی و تنوع تقویت‌کننده (یادآورها)
۱۰۶	الگوبرداری یا سرمشق‌گیری
۱۰۷	روش شکل‌دهی
۱۰۸	جدول ستاره
۱۱۱	روش قانون‌گذاری و ایجاد قوانین رفتاری
۱۱۶	دستور دادن
۱۱۶	دستورهای زیاد و متعدد
۱۱۷	دستورهای محدود و کم
۱۱۷	دستورهای نامشخص و مبهم
۱۱۸	دستور دادن در زمان نامناسب
۱۱۹	دستورهایی که با حالت سؤال مطرح شوند
۱۲۰	دستورهایی که با توضیح زیاد همراه هستند
۱۲۰	دستورهایی که با پرخاشگری و خشونت همراه هستند
۱۲۱	روش صحیح دستور دادن

فصل هفتم: قوانین انضباطی منطقی

- چرا بچه‌ها بدرفتاری می‌کنند؟ ۱۲۴
- پایه‌های نظم و انضباط ۱۲۶
- راهبردهایی برای نظم مؤثر و کارآمد ۱۲۶
- ۱- نادیده‌انگاری ۱۲۷
- ۲- تایم اوت (TIME- OUT) ۱۳۰
- ۳- پیامدهای رفتاری، طبیعی و منطقی ۱۳۳
- راهبردهایی برای رفع مشکلات متداول فرزندان ۱۳۵
- مشکلات ناشی از کار بد تنبیه ۱۳۷

فصل هشتم: خودمراقبتی والدین

- مفهوم خودمراقبتی ۱۴۰
- حقوق شخصی و عزت نفس ۱۴۱
- استراتژی‌های خودمراقبتی ۱۴۴
- استفاده از سیستم‌های حمایتی ۱۴۴
- مشورت کردن با روان‌شناسان و مشاوران حرفه‌ای ۱۴۵
- حل مسئله ۱۴۵
- آرام‌سازی فعال ۱۴۷
- مهارت آماده‌شدن در مقابل مشکلات ۱۴۹
- مهارت مواجه‌شدن با مشکلات ۱۵۰
- شوخ طبعی ۱۵۰
- پاداش دادن به خود ۱۵۱
- مدیریت زمان ۱۵۲

فصل نهم: اسلام و تربیت فرزندان

- نگرش دین اسلام به فرزندپروری ۱۵۶
- مقایسه روش تربیتی مستبدانه و روش تربیتی مسئولانه ۱۵۹

۱۶۴	 مقایسه روش تربیتی آسان گیرانه و روش تربیتی مسئولانه
۱۶۸	 مقایسه روش تربیتی مسامحه کارانه و روش تربیتی مسئولانه
۱۶۹	 مقایسه روش تربیتی مقتدرانه و روش تربیتی مسئولانه
۱۷۱	 سبک فرزندپروری مسئولانه به عنوان بهترین سبک
۱۷۴	 منابع و مآخذ

www.ketab.ir

پیش گفتار

بین کشورها و گروه‌های مختلف اجتماعی به تفاوت‌های چشمگیری در زمینه شیوه‌های فرزندپروری برمی‌خوریم. در آمریکا حتی در میان خانواده‌های طبقه متوسط گاهی اوقات نوساناتی در نگرش افراد نسبت به مسائلی نظیر آموزش، آداب توالت‌رفتن، برنامه زمانی، تغذیه طفل، تغذیه با شیر مادر، در مقابل استفاده از شیشه، پستانک و سهل‌گیری در مقابل سخت‌گیری دیده می‌شود. در گذشته روش‌های فرزندپروری تا حدود زیادی خشن و خشک بوده‌اند. در آن زمان به والدین توصیه می‌شد با بغل کردن کودک به هنگام گریه کردن او را لوس نکنند، طبق برنامه ثابتی به او غذا بدهند، (اعم از این‌که گرسنه باشد یا نباشد) و آداب توالت‌رفتن را در همان سال اول زندگی به او آموزش دهند. این روش کاملاً خشک تا حدود زیادی زیر نفوذ مکتب رفتارگرایی بود. این دیدگاه عینی، کنترل شده و غیر عاطفی در زمینه فرزندپروری به شکل مضحک و اغراق آمیزی در نقل قول زیر از جان واتسون بنیان‌گذار مکتب رفتارگرایی به خوبی نمایان است «برای تربیت که‌دک، شیوه معقولی وجود دارد، با بچه طوری رفتار کنید که گویی بزرگسال کم سن و سال است. با نهایت دقت به او لباس بپوشانید و حمامش کنید. با او با شیوه عینی و با استوار و ملاطفت آمیزی رفتار کنید. هرگز او را در آغوش نگیرید و روی زانوی خود نشانید. اگر ناچار شدید فک او را در موقع شب‌خوش گفتن، یک‌بار پیشانی او را ببوسید.» در دهه (۱۹۴۰) میلادی روی شیوه‌های فرزندپروری در جهت سهل‌گیری و انعطاف‌پذیری بیشتری دگرگون شد. در این دهه نظریه‌ها و فرزندپروری زیر نفوذ مکتب روان‌کاوی قرار گرفت. مکتبی که در آن بر امنیت عاطفی که‌دک و زبان‌های ناشی از کنترل شدید تکانه‌های طبیعی او تأکید می‌شد. تحت راهنمایی‌های دکتر بنیامین اسپاک به والدین توصیه شد که از شمه طبیعی خود پیروی کنند و از برنامه‌های انعطاف‌پذیری که هم با نیازهای خود آنان و هم با نیازهای کودک سازگاری دارد، استفاده کنند. به نظر می‌رسد در حال حاضر شاهد نوسانی در جهت عکس هستیم. چنین می‌نماید که امروزه والدین احساس می‌کنند که سهل‌گیری، پاسخ مشکل آنها نیست و قواعد خشک و مستبدانه گذشته هم کارایی خود را از دست داده است. در روش جدید فرزندپروری توصیه می‌شود که کودک هم در رفتار و هم در احساسات خویش به کمک بزرگسالان نیازمند می‌باشد و والدین باید به کودک فرصت

دهند تا دربارهٔ احساسات و نگرش‌های منفی خود، بدون ترس و واهمه صحبت کنند. باید رفتارهای نامطلوب کودک را مورد سرزنش قرار دهند، نه خود کودک را. بنابراین احساس احترام به فرزند در شیوه‌های اعمال انضباط باید محفوظ بماند. محدودیت‌ها نباید به‌طور مطلق بیان شوند و والدین باید از طرح محدودیت‌های دوگانه و نامشخص خودداری کنند و محدودیت‌ها را با هدف‌های تربیتی و سالم‌سازی شخصیت کودک اعمال نمایند.

خانواده، نخستین پایگاهی است که پیوند بین فرزند و محیط را به‌وجود می‌آورد. کودک در خانواده پندارهای اولیه را دربارهٔ جهان فرا می‌گیرد، از لحاظ جسمی و ذهنی رشد می‌یابد، شیوه‌های سخن گفتن را می‌آموزد، هنجارهای اساسی رفتار را یاد می‌گیرد و سرانجام نگرش‌ها، اخلاق و روحیاتش شکل می‌گیرد و به‌عبارتی اختصاصی می‌شود. رفتار هر عضو خانواده بر رفتار دیگر اعضا تأثیر دارد و سیستم خانواده یک سیستم پویا است و دائماً با رویدادهای تازه، تغییرات رشدی اعضای خانواده و تغییرات اجتماعی سازگار می‌شود. اما علی‌رغم این تغییرات می‌توان ویژگی‌های باثباتی را در عملکرد خانواده یافت که نحوهٔ رفتار والدین با فرزندان را با یکدیگر تعیین می‌کنند. تقریباً همهٔ والدین از این که همهٔ فرزندانشان چگونه باشند، یک تصویر آرمانی می‌سازند و برای سوق دادن فرزند به سوی این هدف (تصویر آرمانی) روش‌های زیادی را مورد آزمایش قرار می‌دهند فرزندان خود را تشویق یا تنبیه می‌کنند، برای آنها سرمشق و الگو ارائه می‌دهند، انتظارات و باورهای خودشان را توضیح می‌دهند و سعی می‌کنند فرزندان‌شان را به مراکز آموزشی و تربیتی خاصی بپارند و برای آنها دوستانی انتخاب کنند، که با اهداف و ارزش‌های آنها هماهنگ باشند.

تربیت خوب و سالم حق مسلم فرزندان ماست و مسئولیت فرزندپروری به عهدهٔ والدین می‌باشد، والدین موظف هستند تا از میان روش‌های تربیتی مختلف، بهترین شیوهٔ پرورش فرزندان را انتخاب کرده و در تربیت آنان بکار بندند.

اصطلاح فرزندپروری از ریشهٔ پریو (pario) به معنی «زندگی‌بخش» گرفته شده است. منظور از شیوه‌های فرزندپروری، روش‌هایی است که والدین برای تربیت فرزندان خود به‌کار می‌گیرند و بیانگر نگرش‌هایی است که آنها نسبت به فرزندان خود دارند و همچنین شامل معیارها و قوانینی است که برای فرزندان خویش وضع می‌کنند.

چون ارزش‌ها و ساخت خانواده‌ها در جوامع مختلف متفاوت است مفهوم والدین خوب در جاهای مختلف با یکدیگر فرق می‌کند. در بعضی جوامع والدین خوب به پدر و مادری اطلاق می‌گردد که نیازهای اساسی و اولیهٔ کودکان خود را به خوبی ارضا نمایند. بدین معنی که مسکن و غذا و پوشاک مورد نیاز کودکان را به‌طور مطلوب تأمین کنند. در اکثر جوامع پدر و مادر خوب کسانی را شامل می‌گردد که کلیهٔ نیازهای عاطفی و جسمانی و اجتماعی کودکان را به طریق متعادل برآورده سازند. بنابراین خوب بودن والدین مفهوم اخلاقی و در عین حال نسبی دارد و با حقیقهٔ اجتماعی ارتباط پیدا می‌کند به‌طور کلی می‌توان گفت که والدین خوب کودکان خود را طوری تربیت می‌کنند که با خود و اجتماع سازگار شوند. در این راستا اولین گام در آموزش مهارت‌های فرزندپروری به والدین شناخت ارزش‌های خانوادگی است: زیرا اولاً ارزش‌های خانواده در تعیین شخصیت کودک تأثیر انکارناپذیری برجای می‌گذارد. ثانیاً برای آن که برنامهٔ آموزش والدین در زمینهٔ تربیت کودک مؤثر واقع شود باید کار با توجه به ارزش‌های خانوادگی آغاز گردد. آموزش مهارت‌های فرزندپروری کلیهٔ مهارت‌ها و روش‌های مختلف کارکردن با کودکان به والدین آموزش می‌شود تا بدان وسیله والدین بتوانند در موارد مختلف در برابر رفتارهای گوناگون کودکان خود واکنش‌های مناسبی نشان دهند مثلاً برای به مدرسه کشاندن کودکی که از مدرسه گریزان است فعلی والدین وجود ندارد؛ زیرا به مدرسه نرفتن کودک ممکن است علل مختلفی داشته باشد. باید والدین را راهنمایی کرد تا با بررسی موقعیت بتوانند روش مناسبی را برای حل مشکل و تشویق کودک رای حضور در مدرسه پیدا کنند.

فرزندپروری وظیفه‌ای لذت‌بخش، رشد دهنده، سخت و چالش برانگیز است. به‌طور معمول والدین در جایی از سیستم روان خود امید دارند که فرزندان آنها به بزرگسالانی سالم، پویا و سازنده تبدیل شوند اما در این مسیر دائماً با پیچیدگی‌هایی مواجه می‌شوند. خوشبختانه تحقیقات نشان داده‌اند که فرزندپروری، مهارتی آموختنی است و والدینی که به آموزش و آگاهی خود در این زمینه می‌پردازند نتایج بهتری دریافت می‌کنند. با توجه به این که تحقیقات نشان می‌دهد که عوامل خطر ساز مثل: فرزندپروری ضعیف، تعارضات خانوادگی و جدایی زناشویی پیش‌بینی کننده‌های نیرومندی برای رشد و حفظ مشکلات برونی‌سازی شده در

کودکان و نوجوانان هستند، لذا روش مداخله اولیه که شیوه فرزندپروری والدین را مورد هدف قرار دهد، از جمله روش‌های مؤثر پیش‌گیری از اختلالات رفتاری می‌باشد.

در باب ضرورت تألیف این کتاب ذکر همین مقدار کفایت می‌کند که فرزندپروری و اتخاذ شیوه‌های صحیح برخورد با فرزندان در تمام دوره‌ها و مراحل رشد ضامن آینده والدین، فرزندان و جامعه خواهد بود. زیرا از لحاظ علمی و طبق دانش رشد، هر شخصی دارای یک سری ویژگی‌های منحصر به فرد و عمومی است، و این مطلب دانش و مهارت لازم برای برخورد خاص با فرزند را می‌طلبد. بدین منظور این کتاب با توجه به نیازهای اساسی تربیت فرزند و آموزش مهارت فرزندپروری می‌تواند به عنوان کلید راهی برای والدین و معلمان و همه آنهایی که دغدغه تربیت را دارد، قرار گیرد. کتاب پیش رو با عنوان آموزش مهارت فرزندپروری در ۱۷۸ صفحه و در ۹ فصل، به هدف آسان‌کردن والدین با خصوصیات و ویژگی‌های کودکان و نوجوانان، و همچنین ارائه شیوه‌های مناسب برای برخورد با آنها نگاشته شده است. همان‌طور که از عنوان کتاب هم می‌توان به خوبی برداشت کرد، محوریت کتاب به تربیت و آموزش مهارت فرزندپروری، آن هم تربیتی که بر دانش و لذت‌بخش باشد می‌پردازد و در انتها به انتخاب بهترین روش سبک فرزندپروری، اشاره شده است چیزی که بر اهمیت این کتاب می‌افزاید ارائه دیدگاه اسلام و تربیت فرزندان و مقایسه آن با «انواع سبک‌های فرزندپروری می‌باشد که در فصل آخر این کتاب آورده شده است.