

۲۱۹۱۹۱
کتاب

والدین سقم

www.ketab.ir

نویسنده: سوزان فوروارد

ترجمه: فاطمه موحد پارسا

سرشناسه:
عنوان و نام پدیدآور:
مشخصات نشر:
مشخصات ظاهری:
شابک:
وضعیت فهرست‌نویسی:
عنوان اصلی:
یادداشت:
موضوع:

فوروارد، سوزان Forward, Susan
والدین سمی / نویسنده سوزان فوروارد: مترجم فاطمه موحدپارسه
بیلاق یاران ۱۳۹۰
۲۱۶ صفحه
۹۷۸-۶۰۰-۸۱۲۲-۳۸-۸

فیا
c. Toxic parents : overcoming their hurtful legacy and reclaiming your life. ۱۹۸۹

خانواده‌های ناپسامان -- ایالات متحده
Dysfunctional families -- United States
بزرگسالان آزاردیده در کودکی -- ایالات متحده
Adult child abuse victims -- United States
وابستگی متقابل -- ایالات متحده
Codependency -- United States
والدین بدرفتار -- ایالات متحده
Abusive parents -- United States
۶۹۹HV
۸۲۹۲۸۰۹۷۳/۳۶۲
۵۸۹۷۸۵۲

ردمندی کنگره:
ردمندی دیویی:
شماره کتابشناسی ملی:

والدین سمی

نویسنده: سوزان فوروارد

مترجم: فاطمه موحد پارسا

ناشر: بیلاق یاران

نویسندگان: اول: ۱۴۰۰

تیراژ: ۵۰۰ جلد

قیمت: ۸۶۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۱۲۲-۳۸-۸

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.



انتشارات

بیلاق یاران

مرکز بخش:

همراه: ۰۹۱۲۷۵۳۱۰۰۶

فهرست مطالب

بخش یک: فصل اول: والدین خدا گونه	۲۰
فصل دو: والدین بی کفایت	۳۳
فصل سه: چرامرا به حال خود نمی گذارند	۴۶
فصل چهار: والدین معتاد	۶۳
فصل پنج: والدین بد زبان	۷۳
فصل شش: والدین کتک زن	۸۸
فصل هفت: والدین متجاوز	۱۰۲
فصل هشت: چرا والدین این گونه رفتار می کنند	۱۱۱
بخش دو: فصل نه: نجات، اصلاح، کنترل زندگی تاال یا مدنظر داشته باشید ۱۲۴	
فصل نه: مجبور نیستید ببخشید	۱۲۶
فصل ده: من بزرگ شده ام، پس چرا من هنوز در برابر والدینم احساس کودکی می کنم	۱۳۰
فصل یازدهم: معنای واقعی خود را دریابید (خود ارزشمندی)	۱۳۹
فصل دوازدهم: چه کسی واقعاً مسئول است	۱۴۶
فصل سیزدهم: مواجه کردن والدین با رفتارهایشان، اقدامی شجاعانه، قدمی برای استقلال ۱۶۰	
فصل چهاردهم: التیام دادن به جراحات روانی نشأت گرفته از سوء استفاده های جنسی	۱۸۶
فصل پانزدهم: شکستن چرخه تکرار و گذرگاه	۲۰۵
سخن آخر	۲۱۲

مقدمه مترجم: والدین سم

از قدیم می گفتند که والدین خیرخواه شما هستند و در هر موردی باید اطاعت امر داشته باشید.

شکی در آن نیست که والدین عزیز، خیرخواه فرزندان شما هستند. بحث راجع به روش و مسیری است که برای فرزندان خود برمی گزینند.

بعضی از آن‌ها هم تحت تأثیر رفتارهای گذشته والدین خود بوده‌اند و به طور غیرمستقیم رفتارهایی را ناخودآگاه به روی فرزندان شما اعمال می کنند و نحوه تربیت و رفتاری را که باید در قبال فرزندان شما داشته باشند نمی دانند و این معضلی است که جامعه را به سمت هرج و مرج می کشاند.

تا به حال شنیده‌اید که می گویند نگذارید فرزندان شما پا به بیرون و جامعه بگذارند، جامعه نابه سامان است، باید بگویم که این دیدگاه بسیار اشتباه است چرا که جامعه از تک تک خانواده‌ها شکل می گیرد و حرور رفتار و تربیت خانواده‌ها و فرزندان است که به سمت جامعه کشیده می شود.

والدین ناآگاه و ناهشیار کوله باری از تربیت و تحریکات اشتباه را از قدیم و از اجداد خود به ارث برده‌اند و همان راه و مسیر سابق که خود طی کرده‌اند را بر فرزندان خود اعمال می دارند و فکر می کنند راه و روش درستی را به کار می برند چرا که خودشان کورکورانه از نسل قبل تاکنون این روال را پذیرفته اند؛ ولی نتیجه خوبی حاصل نشده است، از جمله این اثرات، فرزندان مضطرب، ناامید، کمرو و درمانده است و یا خشمی که در آن‌ها خفته شده است و هنوز به مرحله انفجار نرسیده است.

ابتدا باید بدانیم که تربیت جامعه را حتماً از تربیت و پرورش والدین و قبل از ازدواج و بچه دار شدن آنها شروع کنیم، عواملی که بعضی از والدین نمی دانند که چه مراحل خود گذرانده اند و چه عقده‌های درونی از آن‌ها سرچشمه می گیرد، آموزش و تربیت و پرورش کودک ابتدا باید از والدین شروع شود چرا که آنها باید چرا و چگونگی و هدف زندگی را بیاموزند و آن را به نسل بعدی انتقال دهند و زندگی با آینده درخشان

و با شجاعتی را به سمت فرزندانشان سوق دهند و این چنین فرزندان را به جامعه تحویل دهند. جامعه سالم از خانواده‌های سالم شکل می‌گیرد. نکته بسیار مهم این است که در بعضی از مواقع شنیده‌اید که زن و وراثت مستقیماً بر رفتارهای شخص تأثیر گذار است و به تنهایی یا در تعامل با عوامل دیگر شخصیت را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

باید بدانید که هیچ کدام از جنبه‌های شخصیتی و رفتاری مطلقاً ناشی از تأثیرات زن‌های فرد نیست و آنچه مسلم است تعامل اثرات ژنتیکی و محیطی شالوده و اساس هم اعمال، افکار و احساسات و نیازهای انسان است. اگر یک قسمت از خصوصیات شخصیتی مبتنی بر عوامل ژنتیکی باشد مسلماً قسمت دیگر آن بایستی بر اساس فاکتورهای محیطی حاصل شده باشد تا آنجا که رفتار انسان نشان می‌دهد زن‌ها به تنهایی نمی‌توانند کاری انجام دهند و بیشتر موارد ظهور رفتارها به محیط بستگی دارد چرا که اکتسابی بودن آنها از محیط و رفتارهای دیگران و شخصیت فرزندان، نیز شکل می‌گیرد.

وراثت را می‌توان بیشتر به مشخصات ظاهری نسبت داد نه رفتاری، البته منکر آن هم نمی‌شویم.

پس لپ کلام اینجاست ما انسان‌ها هر چقدر که از والدین و یا محیط اطرافمان تأثیر گرفته باشیم نباید از میزان تربیت و تغییر خلق و خوی انسانی غافل باشیم، وظیفه والدین بسیار پر رنگ است چون بنای یک جامعه بر خانواده استوار است روابط بین والدین و فرزندان پایه و اساس فعالیت‌های اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و سیاسی جامعه است و خانواده سالم و کارآمد می‌تواند با تربیت افراد شایسته و تحویل آنها به جامعه در رشد و تعالی آن جامعه سهیم شود ولی خانواده ناسالم و تربیت فرزندان نالایق، سبب بحران در جامعه می‌شود.

پس والدین اولین افراد یک جامعه بزرگ هستند که باید پرورش و تربیت شوند تا بتوانیم جامعه‌ای سالم و شاداب داشته باشیم.

تنها راهی که می‌توانی جهان را روشن کنی
آن است که خود نور شوی