

نظام

تربیت در عمل

دکتر محمدرضا عابدی
استاد دانشگاه اصفهان

دکتر راضیه ایزدی
استادیار مؤسسه آموزش عالی صفهان

سرشناسه: ایزدی، راضیه، ۱۳۵۵
عنوان و نام پدیدآور: تربیت در عمل / نویسندگان راضیه ایزدی، محمدرضا عابدی.
مشخصات نشر: تهران: سایه سخن، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری: ۲۵۶ ص: ۲۱×۱۴ س.م.
شابک: ۷-۷۱۵۲۶۰-۶۰-۹۷۸-۶۰۰-۷۱۵۲۶۰-۷
وضعیت فهرست نویسی: فیا
یادداشت: کتابنامه: ص. ۲۴۷.
موضوع: تربیت خانوادگی
موضوع: Domestic education *
موضوع: تربیت اخلاقی
موضوع: Moral education
موضوع: آموزش و پرورش انسانگر
موضوع: Education, Humanistic
شناسه افزوده: عابدی، محمدرضا، ۱۳۴۵
رده بندی کنگره: HQ۷۶۹
رده بندی دیویی: ۶۴۹/۱
شماره کتابشناسی ملی: ۶۱۵۶۹۲۳



تربیت در عمل

نویسنده: دکتر راضیه ایزدی - دکتر محمدرضا عابدی

طرح جلد: محمدمهدی صنعتی - ناشر چاپ: ابوذر ملکیان
صفحه آرای: ع. خرمشاهی - ویرایش ادبی: امیرحسین خرمشاهی / الهام اثنی عشری
نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه - قیمت: ۲۱۰۰ تومان
لیتوگرافی: واصف - چاپ متن: عطا - چاپ جلد: صنوبر - صحافی: صنوبر

نشانی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان دوازده فروردین، کوچه بهشت آیین، پلاک ۹، طبقه همکف
تلفن: ۶۶۴۹۶۴۱۰ - ۶۶۴۹۶۴۵۶ - ۰۹۱۲۶۴۹۱۸۲۸

Website: www.sayehsokhan.com @sayehsokhan

بیاید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

دوست عزیز، این کتاب دسترنج چندساله مؤلف، مترجم و ناشر آن است. تکثیر و فروش آن به هر شکلی بدون اجازه از پدیدآورنده غیراخلاقی، غیرقانونی و غیرشرعی است. نتیجه این عمل نادرست بی‌اعتمادی و پیامدهای ناگوار را در زندگی منجر می‌شود و محیطی ناسالم برای خود و فرزندانمان به وجود می‌آورد.

فهرست

۷	مقدمه
۱۱	بخش اول: تربیت چیست
۱۳	فصل ۱: تعریف تربیت
۲۵	فصل ۲: سفری پرماجرا
۴۷	فصل ۳: شکوفایی قابلیت‌ها
۸۵	بخش دوم: نگاه‌های تربیتی
۸۷	مقدمه
۸۹	فصل ۴: نگاه زمینه‌گرا و نگاه کارکردی
۹۵	فصل ۵: نگاه ذهن آگاهانه و نگاه پذیرش محور
۱۰۳	فصل ۶: نگاه مشفقانه به دیگران
۱۰۹	فصل ۷: نگاه محترمانه و همکارانه
۱۱۵	فصل ۸: رفتارهای مؤثر



تربیت در عمل

۱۱۹	بخش سوم: ابزارهای تربیت
۱۲۱	مقدمه
۱۲۷	فصل ۹: تبسم
۱۳۷	فصل ۱۰: گفت و گو
۱۴۹	فصل ۱۱: نوازش
۱۵۹	فصل ۱۲: بازی
۱۶۵	فصل ۱۳: صله
۱۸۵	فصل ۱۴: هدیه
۱۹۳	فصل ۱۵: ابزار هیجان
۱۹۹	فصل ۱۶: رفیق شرف
۲۰۷	فصل ۱۷: سفر
۲۱۵	فصل ۱۸: کمک
۲۱۹	فصل ۱۹: پرسش
۲۲۷	فصل ۲۰: تجربه
۲۳۳	فصل ۲۱: سادگی
۲۳۹	فصل ۲۲: گریه
۲۴۵	به رسم انتها
۲۴۷	منابع
۲۵۱	نمایه

مقدمه

کتابی که به تایت در عمل می‌پردازد، چه موضوعاتی را دربر می‌گیرد؟ چه پیامی دارد و به دنبال چیست؟ برای پاسخ به این پرسش‌ها لازم نیست کتاب را ورق بزنید، بلکه باید به کتاب زندگی خودتان رجوع کنید. شاید بعد از این کار به مطالعه این کتاب نیازی نداشته باشید. می‌توان گفت این کتاب مروری کوتاه و سطحی بر زندگی شماست. پس توره کتاب زندگی خود را شروع کنید.

به اولین خاطره زندگی‌تان که احتیاج به تأمل و تأملات سالگی بوده توجه کنید... یادتان آمد؟ مثبت یا منفی بودن این خاطره مهم نیست. فقط خاطره‌ای از اولین سال‌های زندگی‌تان باشد. در این خاطره شما که جایید؟ با چه کسانی زندگی می‌کنید؟ چه نیازهایی دارید؟ حواس دیگران چه در بر شماست؟ چقدر نیازهایتان را می‌بینند؟ برای برآورده کردن نیازهایتان چه می‌کنند؟ آیا احساس نمی‌کنید اکثر افراد انگار شما را نمی‌بینند؟ آیا نوعی نابینایی روان‌شناختی را در افراد احساس نمی‌کنید؟ دوست داشتید دیگران چگونه باشند؟ دوست داشتید چگونه با شما برخورد کنند؟ دوست داشتید این خاطره چه شکلی بود؟ اکنون می‌خواهیم خاطره شما را همان گونه که دوست دارید تغییر دهیم! اگر شما خالق همه چیز بودید، این خاطره را چگونه می‌ساختید؟ ببخشید کمی اذیت شدید، ولی قصدمان این بود که فقط یک برگ از زندگی‌تان ورق بخورد. می‌توانید بقیه صفحات زندگی‌تان را هم همین‌طور ورق بزنید. که چی؟! که چه



شود؟! که زندگی تان را بیش تر بررسی کنید. شاید در این رهگذر به آنچه باید و آنچه منظور این کتاب است، برسید.

مولانا در دفتر پنجم مثنوی حکایتی با نام «گاو جزیره سبز» دارد که با این بیت شروع می شود:

یک جزیره سبز هست اندر جهان اندرو گاوی ست تنها خوش دهان

به طرّتان اگر جزیره ای باشد سرسبز و پر علف و در آن فقط یک گاو زندگی کند، زندگی اش چگونه است؟ قاعدتاً در این فضای بی رقابت باید همه چیز خوب باشد، ابی عاقلی هست که نمی گذارد در این جزیره سبز به گاو خوش بگذرد، می دانید چه عاقلی؟

شب را ندیده که فردا چه خورم گردد او چون تار مو لاغر ز غم



اندیشه گاو مانع خوشحال است با این که رقیبی هم نیست، مدام نگران است که ممکن است فردا علف تمام شوند. بنابراین، اگرچه هر روز علف هست و او هم می خورد، ولی چاق نمی شود، چون شب ها اندیشه فردا را دارد که مبادا علفی نباشد.

داستان تربیت همانند داستان جزیره سبز مولانا است. اندیشیدن به فردا و اتفاقات آینده باعث می شود رفتارهای خاصی را با خود، مسرّه، فرزندانمان در پیش بگیریم؛ غافل از این که همین اندیشه ما را لاغر می کند! منظور از این دو مفهوم، یعنی «برگی از حکایت زندگی» و «گاو جزیره سبز»، چیست؟ منظور این است که اولاً تأمل در زندگی خود، ما را به تربیت رهنمون می کند و ثانیاً این تأمل به قدر کافی فربه است تا مراد ما را برآورده کند، ولی ذهن فکرزای ما نمی گذارد این تأمل به مقصود برسد.

نتیجه تأمل در خود و جهان، کشف فرایندی مهم به نام تربیت است؛ البته به شرط این که بتوانیم تأمل را تا پایان ادامه دهیم. ذهن فکرزای شما، همین الان

که این سطرها را می‌خوانید، هزار جا می‌رود و به شیوه‌های مختلفی فرایند تربیت را نقد می‌کند. همین ذهن وقتی به تربیت می‌اندیشد، چون فکر راست، مفاهیم دیگری می‌سازد؛ مثل توصیه، عادت، مهارت‌آموزی و آموزش. این مفاهیم نمی‌گذارند تربیت به ثمر برسد.

گرچه این مفاهیم و به‌خصوص آموزش، ابزاری مناسب برای رسیدن به هدفند، گاهی همین آموزش با پرورش یا تربیت در چرخه‌ای به نام رقابت آموزش و تربیت قرار می‌گیرد؛ یعنی ما آموزش می‌دهیم که تربیت نکنیم یا هرگاه که حلقه تربیت نداریم به آموزش روی می‌آوریم.

آموزش به معنای نشر ارزش‌های مربی به متربی است و تربیت توجه به نیازهای متربی است. تربیت نیازمحور است و آموزش ارزش‌محور. علاوه بر این آموزش نیز ظرافت‌های بسیاری دارد. مثلاً، چه محتوایی را باید به کدام گروه سنی و با چه روشی آموزش داد؟ شکل سازنشود؛ زیرا آموزش زود هنگام ممکن است در جریان رشد کودک شکر آزرین باشد.

به هر حال، این کتاب به تربیت می‌پردازد و قصد دارد، جدای از مباحث نظری تربیت، فرایند تربیت عملی را با خیریت کند. کتاب در سه بخش تنظیم شده است: بخش اول «تربیت چیست؟»، بخش دوم، «نگاه‌های تربیتی» و بخش سوم «ابزارهای تربیت».

بخش اول سه فصل دارد: در فصل اول به تعریف تربیت و وجوه تمایز آن از آموزش می‌پردازیم. در فصل دوم، که با دیگر فصل‌ها تفاوت دارد، به شکلی داستان‌گونه، سیر تحول انسان و ویژگی‌ها، نیازها، دغدغه‌ها و دال‌های هر مرحله را شرح می‌دهیم. در فصل سوم نیز می‌کوشیم با زبان حکایت، ابعاد مختلف تربیت را به تفصیل توضیح دهیم.

بخش دوم را که شامل پنج فصل است، به نگاه‌های تربیتی اختصاص داده‌ایم. در فصل چهارم، نگاه‌های تربیتی زمینه‌گرایی و کارکردگرایی را معرفی کرده‌ایم. در فصل پنجم به نگاه تربیتی ذهن‌آگاهی و پذیرش پرداخته‌ایم. فصل



ششم نگاه مشفقانه را معرفی کرده‌ایم. نگاه تربیتی احترام و همکاری را در فصل هفتم توضیح داده‌ایم و در فصل آخر این بخش، یعنی فصل هشتم، به تشریح رفتارهای مؤثر پرداخته‌ایم.

بخش سوم کتاب چهارده فصل دارد. از فصل نهم تا بیست و دوم، به چهارده ابزار تربیتی می‌پردازیم؛ یعنی تبسم، گفت‌وگو، نوازش، بازی، قصه، هدیه، رازهایمان، رفیق شفیق، سفر، کمک، پرسش، تجربه، سادگی و گریه.

در پایان، از خوانندگان عزیز این کتاب متواضعانه پنج تقاضا داریم:

۱. کتاب را با تأمل و تفکر مطالعه کنید؛ زیرا محتوای آن اهمیت ندارد، بلکه فرایند تأملی که ایجاد می‌کند مهم است.

۲. هرچه می‌توانید محتوا و فرایند را نقد کنید. هرچه نقادانه‌تر مطالعه کنید مسیر فرایندمان را به کتاب بیش‌تر حفظ می‌شود.

۳. در باره مطالب کتاب با دیگران بحث کنید. این کار به ساخت ذهنی تفکربران کمک می‌کند.

۴. قبل از خواندن هر فصل از پرسش‌ها بپرسید: «اگر قرار بود من چنین فصلی بنویسم، چه می‌کردم؟»

۵. اگر قرار بود کتابی در باره تربیت در عمل معرفی کنید، کدام کتاب را معرفی می‌کردید یا اگر می‌خواستید کتابی در باره تربیت در عمل بنویسید، کتابتان چه ساختار و موضوعاتی را در بر می‌گرفت؟

لطفاً به این پرسش‌ها پاسخ دهید. اگر پس از مطالعه این کتاب، سؤالاتی در ذهنی‌تان را با ما در میان بگذارید، بسیار سپاسگزار می‌شویم.