

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شادترین کودک محله

(بدون تولد تا سه ماهگی)

www.ketab.ir

هاروی کارپ

مترجم: الهه کیهان فر

نشر عالی تبار

سرشناسه	کارب، هاروی Karp, Harvey
عنوان و نام پدیدآور	شادترین کودک محله / هاروی کارب؛ مترجم الهه کیهانفر.
مشخصات نشر	تهران: عالی تبار، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	ج ۲؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
شابک	978-622-6153-31-7 ج. ۱؛ 978-622-6153-33-1 ج. ۲؛ 978-622-6153-35-5 دوره
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: The happiest toddler on the block: how to eliminate tantrums and raise a patient, respectful and cooperative one- to four- year-old, 2008.
مندرجات	ج. ۱. بدو تولد تا سه ماهگی - ج. ۲. ۹ ماهه تا ۴ ساله.
موضوع	کودکان نوپا
موضوع	Toddlers
موضوع	کودکان نوپا -- رشد
موضوع	Toddlers -- Development
موضوع	کودکان -- سرپرستی
موضوع	Child rearing
شناسه افزوده	کیهانفر، الهه، ۱۳۷۱ - مترجم
رده بندی کنگره	HQ۷۷۴/۵
رده بندی دیویی	۶۴۹/۱۲
شماره کتابشناسی ملی	۸۱۰۰۱۲۲
اطلاعات رکوردد کتابشناسی	فیا

کلیه حقوق قانونی و شرعی برای ناشر محفوظ است. تکثیر، توزیع یا استفاده از این اثر به صورت حرفه‌ای و چاپ مجدد، چاپ افست، پلی کپی، فتوکپی و انواع دیگر مجاز نیست. نقل مطالب به صورت معمول در مقاله‌های تحقیقاتی با ذکر نام کامل ناشر و کتاب آزاد است. مجازان به موجب بند ۵ از ماده ۲ قانون حمایت از مؤلفان، مصنفان و هنرمندان، تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

Email: Alitabar publication@gmail.com



شادترین کودک محله

هاروی کارب

مترجم: الهه کیهانفر

ناشر: عالی تبار

ناظر چاپ: ساسان بوالحسنی

چاپ: طرح و نقش نوین / نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰

شمارگان: ۵۰۰ جلد / قیمت: ۸۴۰۰۰ تومان

شابک: ۷-۳۱-۶۱۵۳-۶۲۲-۹۷۸

شابک دوره: ۵-۳۵-۶۱۵۳-۶۲۲-۹۷۸

آدرس: تهران - میدان انقلاب - خ روانمهر - بین فرخرازی و دانشگاه - پ ۸۱ - طبقه اول

تلفن: ۶۶۹۷۳۶۴۰-۱ تلفکس: ۶۶۹۵۳۷۸۹

مرکز پخش: (فاطر) ۲-۶۶۹۷۳۶۴۰

فهرست مطالب

مقدمه.....	۶
------------	---

بخش اول

ببینید چه کسی داد و فریاد می‌کند: چرا کودکان گریه می‌کنند؛ و چرا بعضی از آنها خیلی زیاد گریه می‌کنند.....	۱۱
فصل اول.....	۱۲
فصل دوم.....	۳۰
فصل سوم.....	۴۰
فصل چهارم.....	۵۰
فصل پنجم.....	۸۸

بخش دوم

یادگیری هنر باستانی تسکین دادن کودکان.....	۱۰۹
فصل ششم.....	۱۱۰
فصل هفتم.....	۱۲۱
فصل هشتم.....	۱۴۲
فصل نهم.....	۱۷۳
فصل دهم.....	۱۸۵
فصل یازدهم.....	۲۰۱
فصل دوازدهم.....	۲۲۷
فصل سیزدهم.....	۲۴۳
فصل چهاردهم.....	۲۵۴
فصل پانزدهم.....	۲۷۷
نتیجه‌گیری.....	۳۰۵
ضمیمه شماره ۱.....	۳۰۸
ضمیمه شماره ۲.....	۳۱۷

مقدمه

چگونه به رازهای کهن آرام کردن کودکان پی بردم

در اوایل دهه ۱۹۷۰ که شروع به مطالعه در زمینه مشکلات و بیماری‌های کودکان کردم، اصلاً نمی‌دانستم آرام کردن کودکانی که گریه می‌کنند چقدر کار ساده‌ای است. در طول دوره‌های آموزشی دانشکده پزشکی که در دانشگاه علوم پزشکی آلبرت اینشتین می‌گذراندم، اساتذم به من یاد دادند که فریادهای کودکان به خاطر وجود گاز در سیستم گوارشی آنها اتفاق می‌افتند و بنابراین دو رویکرد موثق برای تسکین دادن آنها وجود داشت. اولین رویکرد بعد از تولد بزرگ یعنی در آغوش گرفتن کودک، تکان دادن آهسته او و دادن پستانک به او بود. اگر این روش مؤثر واقع نمی‌شد، از دارو استفاده می‌کردند: آرام‌بخش‌ها (برای خواباندن کودک)، داروهای ضد اسپاسم و گرفتگی عضلات (برای درمان گرفتگی عضلات شکمی) و یا قطره‌های ضد گاز (برای کمک به دفع گاز معده از راه دهان).

البته در اواخر دهه ۱۹۷۰، عده‌ای این رویکردها را زیر سؤال بردند و دادن داروی آرام‌بخش به کودکان را عملی نامناسب تلقی کردند. همچنین، بعد از اینکه چند کودک به دلیل استفاده از داروی ضد اسپاسم به کما رفتند و در نهایت فوت شدند، پزشکان استفاده از این داروها را متوقف کردند. در ضمن، تحقیقاتی روی قطره‌های ضد گاز انجام شد که نشان داد هیچ تأثیری ندارند و میزان اثرگذاری آنها با آب لوله‌کشی برابری می‌کند؛ به همین خاطر استفاده از این داروها نیز متوقف شد.

با وجود اینکه دوره‌های آموزشی که در دانشکده علوم پزشکی پشت سر گذاشتم فوق‌العاده بودند، هنگام درمان کودکان نوزاد مبتلا به قولنج، احساس

درماندگی و ناتوانی می‌کردم و حس می‌کردم هیچ چیز بلد نیستم. به مدت سه سال به عنوان پزشک کارآموز در بیمارستان کودکان لس‌آنجلس مشغول به کار بودم که یکی از شلوغ‌ترین بیمارستان‌های تخصصی اطفال در دنیاست. من به عنوان یک "پزشک اطفال" تمام آموزش‌های لازم را دیده بودم، اما با این حال هنوز نمی‌توانستم به والدین آشفته کمک کنم تا کودک ناآرام‌شان که فریاد می‌کشید را آرام کنند. در سال ۱۹۸۰، به عنوان دستیار پزشک در دانشکده پزشکی اطفال دانشگاه کالیفرنیا لس‌آنجلس مشغول به کار شدم و در آن زمان بود که درماندگی و دلسردی من تبدیل به یک شوک و زنگ هشدار شد. من به عنوان یکی از اعضای گروه مبارزه با کودک‌آزاری دانشگاه کالیفرنیا لس‌آنجلس، چندین کودک که به طرز وحشتناکی از سوی پدر و مادرشان مورد آزار و اذیت و ضرب و شتم قرار گرفته بودند را درمان کردم. علت این آزار و اذیت و ضرب و شتم‌ها این بود که والدین آن کودکان موفق به آرام کردن جیغ و فریادهای مداوم آنها نشده بودند.

از این بابت به مدت خشمگین بودم که سیستم پزشکی پیچیده ما، هیچ راه‌حل مؤثری را برای این مشکل رایج و بسیار جدی ارائه نداده است. در طول دو سالی که دستیار پزشک بودم، تا حدی که می‌توانستم در مورد قولنج نوزادان مطالعه کردم. تصمیم گرفته بودم هر نشانه‌ای که علت دچار شدن عده زیادی از کودکان به این مشکل را مشخص کند، کشف کنم.

پس از مدت کوتاهی، دو واقعیت را کشف کردم که زنگ هشدار ذهن من را به نور امیدی تبدیل کردند. اولین واقعیت این بود که تفاوت‌های عمده و اساسی بین مغز یک کودک سه ماهه و مغز یک کودک نوزاد را فرا گرفتم. در سال ۱۹۷۷، یکی از متخصصین اطفال برجسته و مشهور آمریکا به نام دکتر آرتور اچ. پارملی مقاله بسیار جامع و آموزنده‌ای را منتشر کرد و در آن توضیح داد که مغز کودکان چگونه در طول ماه‌های اولیه تولد آنها پیچیده می‌شود و تکامل پیدا می‌کند. او این نکته را با نشان دادن دو عکس از دو کودک به تصویر کشید: یک کودک نوزاد در حال گریه و یک کودک سه ماهه که لبخند بر لب داشت (تصاویری که در ادامه مشاهده می‌کنید). دکتر پارملی مشاهده کرد که اکثر زوجها مایل بودند کودکانی شاد و خندان را به دنیا بیاورند، در حالی که در واقعیت صاحب یک "نوزاد" گریان مانند نوزاد سمت راست می‌شدند و کودک‌شان حداقل در ماه‌های اول تولد گریه و زاری و بی‌قراری می‌کرد.