



پدر، قهرمان من

«پدر قدرتمندی باشید که فرزندان شما به آن نیاز دارند»

دکتر مگ میکر

مترجم

دکتر شهناز نوحی



پژوهشگاه حوزه و دانشگاه

پاییز ۱۴۰۰

Meeker, Margaret J.

میکر، مارگارت ج.، ۱۹۵۷-م.

پدر، قهرمان من: پدر قدرتمندی باشید که فرزندان شما به آن نیاز دارند / مگ میکر: مترجم شهناز نوحی. — قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۴۰۰.

۱۹۲ص. — (پژوهشگاه حوزه و دانشگاه؛ ۵۸۳: خانواده؛ ۱)

ISBN : 978-600-298-363-3

بها: ۳۳۵۰۰۰ ریال

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.

یادداشت: عنوان اصلی: [2017], Hero : being the strong father your children need

عنوان دیگر: پدر قدرتمندی باشید که فرزندان شما به آن نیاز دارند.

۱. پدری. ۲. Fatherhood. ۳. پدران. ۴. Fathers. ۵. رفتار والدین. ۶. Parenting. ۷. پدری -- جنبه‌های مذهبی --

مسیحیت. ۸. Fatherhood -- Religious aspects -- Christianity. الف. نوحی، شهناز، ۱۳۵۳-، مترجم. ب.

پژوهشگاه حوزه و دانشگاه. ج. عنوان.

۳۰۶/۸۷۴۲

HQ۷۵۶

۸۴۴۶۸۰۴

شماره کتابشناسی ملی



پدر، قهرمان من

مؤلف: دکتر مگ میکر

مترجم: دکتر شهناز نوحی

ناظر: دکتر مسعود جان‌بزرگی

ناشر: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه

صفحه‌آرایی: تحریر اندیشه

چاپ اول: پاییز ۱۴۰۰

تعداد: ۳۰۰ نسخه

لیتوگرافی: سعیدی

چاپ: قم-سبحان

قیمت: ۳۳۵۰۰ تومان

کلیه حقوق برای پژوهشگاه حوزه و دانشگاه محفوظ و نقل مطالب با ذکر مأخذ بلامانع است.

قم: ابتدای شهرک پردیسان، بلوار دانشگاه، نبش میدان علوم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، تلفن: ۰۲۵-۳۲۱۱۱۱۰۰ (انتشارات

۳۷۱۸۵-۳۱۵۱، ص. پ. ۳۲۸۰۳۰۹۰، نامبر: ۳۲۱۱۱۳۰۰)

تهران: خ انقلاب، بین وصال و قدس، کوی اُسکو، پلاک ۴، تلفن: ۶۶۴۰۲۶۰۰

www.rihu.ac.ir

info@rihu.ac.ir

http://rihu.ac.ir/fa/book: فروشگاه اینترنتی

مرکز یخش: قم، خیابان معلم، مجتمع ناشران، طبقه همکف، پلاک ۲۷، تلفن: ۰۲۵-۳۷۸۴۲۶۳۵-۶

سخن پژوهشگاه

پژوهش در علوم انسانی به منظور شناخت، برنامه‌ریزی و ضبط و مهار پدیده‌های انسانی در راستای سعادت واقعی بشر ضرورتی انکارناپذیر است و استفاده از عقل و آموزه‌های وحیانی در کنار داده‌های تجربی و در نظر گرفتن واقعیت‌های عینی، فرهنگ و ارزش‌های اصیل جوامع شرط اساسی پویایی، واقع‌بینی و کارایی این‌گونه پژوهش‌ها در هر جامعه است.

پژوهش کارآمد در جامعه ایران اسلامی در گرو شناخت واقعیت‌های جامعه از یک‌سو و اسلام به‌عنوان متقن‌ترین آموزه‌های وحیانی و اساسی‌ترین مؤلفه فرهنگ ایرانی از سوی دیگر است؛ ازاین‌رو، آگاهی دقیق و عمیق از معارف اسلامی و بهره‌گیری از آن در پژوهش، بازنگری و بومی‌سازی مبانی و مسائل علوم انسانی از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است.

توجه به این حقیقت راهبردی از سوی امام خمینی «ره»، بنیانگذار جمهوری اسلامی، زمینه شکل‌گیری «دفتر همکاری حوزه و دانشگاه» را در سال ۱۳۶۱ فراهم ساخت و با راهنمایی و عنایت ایشان و همت استادان حوزه و دانشگاه، این نهاد علمی شکل گرفت. تجربه موفق این نهاد، زمینه را برای گسترش فعالیت‌های آن فراهم آورد و با تصویب شورای گسترش آموزش عالی در سال ۱۳۷۷ «پژوهشکده حوزه و دانشگاه» تأسیس شد و در سال ۱۳۸۲ به «مؤسسه پژوهشی حوزه و دانشگاه» و در سال ۱۳۸۳ به «پژوهشگاه حوزه و دانشگاه» ارتقا یافت.

پژوهشگاه تاکنون در ایفای رسالت سنگین خود خدمات فراوانی به جوامع علمی ارائه نموده است که از آن جمله می‌توان به تهیه، تألیف، ترجمه و انتشار بیش از ۵۸۰ عنوان کتاب و شش نشریه علمی اشاره کرد.

فهرست مطالب

مقدمه دیو رامزی	۵
-----------------	---

فصل اول: شما یک قهرمان هستید

قهرمانان گمشده	۱۳
یک پسر، یک تراکتور و مجموعه گمترده‌ای از تکالیف بر دوش	۱۶
تفاوت بین مادران و پدران؛ چرا آنها هر کنار هم بهتر هستند؟	۱۸
هیچ پدری مجبور نیست کاملاً عالی باشد	۲۰
پدران! لطفاً این کار را نکنید، دلیلش اینجاست	۲۰
پدران و مادران رو به جلو حرکت می‌کنند	۲۱

فصل دوم: چه کسی می‌گوید شما عالی هستید؟

شما زیر نظر هستید	۲۹
پدران چگونه زمان را در اختیار می‌گیرند	۳۰
حتی «پدران بد» نیز می‌توانند پدر فوق‌العاده‌ای شوند	۳۱
مانند یک قهرمان زندگی کنید	۳۴
به اندازه کافی محکم و استوار باشید	۳۷
مهم‌ترین شغل شما خانواده‌تان است	۳۸

فصل سوم: رهبر، نه مربی

رهبری اخلاقی	۴۳
یک رهبر خودش را فدا می‌کند	۴۶
یک رهبر از دیگران پیروی نمی‌کند	۵۱

فصل چهارم: شما پدرتان نیستید

- ۵۷ ساختن میراثی بهتر
- ۵۸ پسران و پدران گمشده آنها
- ۵۹ مرد خانه باشید
- ۶۳ نبود یک الگوی نقش
- ۶۴ شکستن عادت‌های بد پدر
- ۶۵ پدر بدقلق
- ۶۵ مردانگی ازهم‌گسیخته
- ۶۷ پدر الکلی
- ۶۷ پدر نوع «الف» و پدر نوع «ب»
- ۶۸ چگونه می‌توانید پدری بهتر از پدر خود شوید

فصل پنجم: سه سوالی که فرزندان برای پاسخ دادن به شما نیاز دارد

- ۷۷ پرسش اول: پدر، واقعاً در مورد من چه احساسی داری؟
- ۸۰ پرسش دوم: پدر، در مورد من چگونه فکر می‌کنی؟
- ۸۳ پرسش سوم: پدر، برای من چه آرزوهایی داری؟
- ۸۶ این توصیه برای هر پدری مناسب است

فصل ششم: روی بازی تمرکز کنید، نه مسابقه

- ۹۰ بازی ۱: با کودکان خود بازی کنید
- ۹۳ بازی ۲: همراه با فرزندان خود دعا کنید
- ۹۵ بازی ۳: استوار باشید
- ۹۶ بازی ۴: صداقت داشته باشید
- ۹۸ بازی ۵: محکم باشید
- ۱۰۲ بازی ۶: متعهد باشید

فصل هفتم: واژه‌ها، نیرویی برای شفا دادن یا آسیب زدن

- ۱۰۷ پدران بهترین برقرارکننده ارتباط هستند
- ۱۱۰ چهار اصل مهم برای برقراری ارتباط خوب پدرا نه
- ۱۱۰ راهنمایی
- ۱۱۳ تأیید
- ۱۱۴ توجه
- ۱۱۷ احترام

فصل هشتم: شجاعت و راستگویی را به آنها بیاموزید

۱۲۲.....	قدرت «نه» گفتن.....
۱۲۴.....	شجاعت و حقیقت.....
۱۲۶.....	چه چیزی درست است؟.....
۱۲۶.....	چه چیزی نادرست است؟.....
۱۲۷.....	گاهی شجاعت، یعنی سکوت.....
۱۲۸.....	شجاعت، حقیقت و کودکان شما.....
۱۳۱.....	شجاعت را به فرزندان خود بیاموزید.....

فصل نهم: شما نیز همانند خداوند «ولی» نامیده می‌شوید

۱۳۷.....	نام پدر.....
۱۴۰.....	مسئولیت در برابر احترام.....
۱۴۳.....	محدودیت در قدرت.....

فصل دهم: قهرمان و برنده حکومت سه نفره؛ استقامت، بخشندگی، مشارکت

۱۴۸.....	تمام قهرمانان ایستادگی می‌کنند و اهمیتی ندارد که چالش از چه نوعی باشد.....
۱۵۲.....	استقامت و بخشش: چرا آنها دست هر دست هم دارند؟.....
۱۵۶.....	بخشش و مشارکت.....
۱۶۱.....	فهرستی از موانع موجود.....
۱۶۱.....	شخصیت خود را با این دو مؤلفه قوی کنید: استقامت و بخشش.....
۱۶۲.....	برنامهریزی کنید.....

منابع

۱۶۵.....	الف) مباحث مربوط به پدران.....
۱۶۶.....	ب) مباحث مربوط به دختران.....
۱۶۸.....	ج) مباحث مربوط به پسران.....
۱۷۰.....	د) مباحث عمومی.....
۱۷۷.....	ه) برای مطالعه بیشتر پدران.....
۱۷۷.....	۱. کتاب‌ها.....
۱۷۸.....	۲. منابع اینترنتی.....

مقدمه

خانواده نخستین محیط و سیستمی است که کودکان با آن روبه‌رو هستند. کودک پندارهای اولیه را در باره جهان در خانواده فرامی‌گیرد، از لحاظ جسمی و ذهنی رشد می‌یابد، شیوه‌های سخن گفتن را می‌آموزد، هنجارهای اساسی رفتار را یاد می‌گیرد و سرانجام شخصیت، نگرش و اخلاق او شکل می‌گیرد و به عبارت دیگر اختصاصی می‌شود.

از عوامل اصلی زمینه‌ساز اشفتگی ساختار خانواده، حذف یا کمرنگ شدن نقش یکی از والدین است؛ بنابراین، کارکردها و مسئولیت‌های دیگر اعضای خانواده باید به گونه‌ای تغییر یابد که بتواند جای خالی او را پر کند؛ ولی با وجود آن، نمی‌توان مطمئن بود که این فرایند می‌تواند به درستی اتفاق بیفتد. گسستگی در ساختار خانواده می‌تواند به نظارت اندک والدین بینجامد. اگرچه در بحث‌های مربوط به نقش والدین در بافت خانواده، همواره نگاه‌ها و بررسی‌ها معطوف به جایگاه و نقش مادر بوده است و به نقش پدر کمتر توجه و تا اندازه زیادی نقش پدران نادیده گرفته می‌شود و به‌طور سنتی به نقش ابزاری آنها در تأمین منافع مادی و اقتصادی خانواده بسنده کرده‌اند؛ اما این کم‌توجهی به معنای کم‌اثر بودن نقش پدر در ساختار خانواده نیست.

در طول سی سال گذشته، پژوهش‌ها بیانگر اهمیت نقش پدر در رشد و پرورش فرزندان است. بدین معنا که درگیری مثبت پدر در تربیت فرزندان به پیامدهای مثبت اجتماعی، پیشرفت تحصیلی، حرمت خود بالا، احساس شایستگی و... در آنها می‌انجامد؛ به سخن دیگر، متغیر بسیار مهمی که به‌طور مداوم با نتایج مثبت زندگی ارتباط دارد، کیفیت رابطه پدر و کودک است. تعهد و مسئولیت‌پذیری پدران در مراقبت از فرزند خود، به‌طور مثبتی با «شایستگی اجتماعی، بلوغ و ظرفیت ارتباط با دیگران» فرزندان ارتباط دارد. آنها روابط مثبت بیشتری با دوستان و همسالان خود دارند و در ردیف افراد محبوب و موردپسند همسالان و معلمان خود طبقه‌بندی می‌شوند؛ همچنین

گرمی و مهرورزی پدر، نظارت و کنترل، مرزگذاری، برنامه‌ریزی و قانون‌مندی او به‌طور قابل توجهی بلوغ اخلاقی کودک را تخمین می‌زند. پس می‌توان گفت پدران به‌عنوان عضو حاشیه‌ای در خانواده نیستند و نقش مهم و اساسی و جایگاه ویژه‌ای در زندگی فرزندان خود دارند.

نویسنده این کتاب، خانم مگ‌میکر، که سال‌ها به‌عنوان متخصص کودکان با والدین و فرزندان در ارتباط بوده، به‌خوبی توانسته است با اتکا به روایات واقعی درون روابط فرزندان با والدین، تلنگری به پدران به حاشیه رفته جامعه غربی و به‌ویژه آمریکایی بزند و آنها را متوجه حضور اثربخش و ماندگار خود بر تربیت و زندگی فرزندان‌شان کند؛ همچنین با دقت و درایت، یک‌سویه‌نگری فرهنگ جامعه آمریکا در قرن ۲۱ را در زمینه اهمیت مادر در زندگی فرزندان مورد توجه قرار داده، آسیب‌های ناشی از بی‌اثر کردن حضور مردان در پرورش فرزندان را به خانواده‌ها یادآوری می‌کند. از این‌رو مترجم را که در کنار اینجانب هدایت چندین اثر پژوهشی مرتبط با اثر تربیتی پدر در شکل‌گیری شخصیت فرزندان و سلامت روان‌شناختی آنها را بر عهده داشته است؛ بر آن داشت تا این کتاب را ترجمه کند، زیرا نتایج این پژوهش‌ها (در جامعه ایران) همخوان با یافته‌های خانم مگ‌میکر نشان دادند که پدر بودن نقش مهمی است که تنها یک مرد می‌تواند آن را به‌خوبی ایفا کند، نه یک زن (مادر). و چنانچه دستاوردهای فرزندپروری پدران بیشتر از مادران نباشد، کمتر از آنها نیست.

از آنجا که زندگی در عصر حاضر با تبلیغات رسانه‌ای و دنیای مجازی، فرزندان ما را با خطرات بی‌شماری مانند انحرافات جنسی، خدافراموشی، گسستگی هویت، افول اخلاقیات و از دست دادن آداب فرهنگی-اجتماعی مورد هجوم و آسیب قرار می‌دهد، تقویت و بهبود رابطه والد-فرزند و به‌طور اخص با پدر تا اندازه زیادی می‌تواند نقش مصون‌کننده و مراقبتی برای آنها داشته باشد.

اگر خانواده‌ها و به‌ویژه پدران و مادران بدانند که تضعیف نقش پدری چه خسارت مادی و معنوی را به فرد و جامعه تحمیل می‌کند، از جایگاه او مراقبت ویژه‌ای به عمل خواهند آورد. هنگامی که در نهج البلاغه با تعبیر امیرالمؤمنین درباره نقش پدر و مادر، به‌عنوان دنیا‌ساز و آخرت‌ساز برخورد کردیم و آن را در کنار یافته‌های علمی که مادر را رابطه‌ساز و پدر را هدف‌ساز زندگی معرفی می‌کنند، شگفت‌زده شدیم. اگرچه به‌ظاهر نیاز به پدر به اندازه نیاز به مادر ادراک نمی‌شود، اما زمانی که منابع دینی جایگاه پدر را بسیار بااهمیت دانسته‌اند و به‌ویژه اینکه وی را مسئول زندگی فرزند می‌دانند، اهمیت کلیدی نقش پدر در زندگی انسان‌ها را نشان می‌دهد.

کتاب حاضر به سبب داشتن پشتوانه تجربی و علمی بسیار غنی، نثر روان و قابل فهم برای همه پدران، از طبقات مختلف اجتماعی-اقتصادی، از کم سواد تا فرهیختگان دانشگاهی، ارزشمند می باشد و امید آنکه بتواند راهکارهای عملی با قابلیت اجرای عالی و فوق العاده ای به آنها ارائه دهد تا دریچه امیدی به روی خانواده ها گشوده شده، فرزندان بتوانند یک بار دیگر با امنیت و اعتماد در کنار پدران خود قرار گیرند و آنها را با افتخار قهرمان زندگی خود معرفی کنند.

از مترجم محترم سرکار خانم دکتر شهناز نوحی سپاسگزارم که در تشخیص و ترجمه دقیق متن حاضر، مسیر این توجه مهم را گشودند و از حجت الاسلام دکتر محمدرضا سالاری فر، مدیر محترم گروه خانواده و از آیت الله سید محمد غروی راد که با خواندن و تأیید آن برای چاپ در پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، اهمیت انتشار این متون را برجسته کردند، بسیار قدردانی می کنم. این کتاب هدیه ای وزین و گرانقدر به تمام پدران به عنوان مهم ترین پشتوانه نسل های بعدی این مرز و بوم و تقویت کننده اعتماد به نفس آنها است... ان شاء الله.

مسعود جان بزرگی