
فرزند پروری مثبت

راهنمای اساسی مهم ترین سال های زندگی کودک شما

نویسنده:

سوزان گارسیا

www.ketab.ir

مترجمین:

دکتر کامروز فتحی

دکتر سهیلا بهاری

سرشناسه	: گارسیا، سوزان Garcia, Susan
عنوان و نام پدیدآور	: فرزندپروری مثبت: راهنمای اساسی مهمترین سالهای زندگی کودک شما/ نویسنده سوزان گارسیا؛ مترجمین کامروز فتحی، سهیلا بهاری.
مشخصات نشر	: تهران: ندای کارآفرین، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: [۱۱۱ص: مصور (رنگی)، جدول.
شابک	: 978-600-482-888-8
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی : Positive parenting : The essential guide to the .most important years in your child's life, 2019
عنوان دیگر	: راهنمای اساسی مهمترین سالهای زندگی کودک شما.
موضوع	: رفتار والدین Parenting
موضوع	: کودکان — سرپرستی Child rearing
موضوع	: کودکان — انضباط Discipline of children
شناسه افزوده	: فتحی، کامروز، ۱۳۶۸ - مترجم
شناسه افزوده	: بهاری، سهیلا، ۱۳۷۲ - مترجم
رده بندی کنگره	: HQ۷۵۵/۸
رده بندی دیویی	: ۶۴۹/۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۴۳۶۹۲
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: فیبا



تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخررازی، نبش کوچه انوری، پلاک ۲۹

تلفن: ۶۶۴۰۲۷۲۲

www.NedayeKarafarin.ir

فرزند پروری مثبت-راهنمای اساسی مهم ترین سال های زندگی کودک شما

کامروز فتحی، سهیلا بهاری

صفحه آرا: اکرم ملک نژاد - طراح جلد: رضا کاوه

نوبت چاپ: اول، ۱۴۰۰ - شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۸-۸۸۸-۴۸۲-۶۰۰-۹۷۸-قیمت: ۳۸۰۰۰ تومان

حق چاپ محفوظ است.

فهرست مطالب

مقدمه.....	۷
فصل اول: تربیت در مقابل تنبیه.....	۱۳
فصل دوم: اهداف اصلی تربیت.....	۱۷
۱. چرا فرزندم این گونه رفتار کرد؟.....	۱۹
۲. چه درسی می‌خواهم تدریس کنم؟.....	۱۹
۳. چگونه می‌توانم این درس را به بهترین نحو تدریس کنم؟.....	۱۹
فصل سوم: قبلاً چگونه کار می‌کرد؟.....	۲۳
فصل چهارم: تربیت مثبت چیست؟.....	۲۷
فصل پنجم: تربیت مثبت و رشد کودکان.....	۲۹
فرزند پروری مثبت و رشد هیجانی در کودکان.....	۳۱
۰-۱۳ ماه رشد هیجانی.....	۳۳
ماه‌های ۱۳ الی ۳۶ زمان شکل‌گیری احساسات عاطفی در کودکان نوپا می‌باشد.....	۳۵
رشد عاطفی کودکان در دوره پیش‌دبستانی (۳ تا ۵ سالگی).....	۳۹
رشد عاطفی بچه‌های دوره ابتدایی (۶ الی ۱۰ سالگی).....	۴۲
آیا آموزش مهارت به کودکی که با هوش عاطفی پایینی بزرگ شده است، دیر شده است؟.....	۴۵
فرزند پروری مثبت و رشد مغز.....	۴۸
فصل ششم: اصول فرزند پروری مثبت.....	۵۵
با فرزندان ارتباط برقرار کنید.....	۵۵
درگیری با گذشته.....	۵۷
برقراری رابطه برعکس لوس کردن.....	۵۹
چگونه با کودکان رابطه برقرار کنید.....	۶۲
کودکان خوب و رفتارهای نادرست.....	۶۷
دستور دادن و نشان دادن انتخاب‌ها.....	۶۹
رشته در برابر ستایش.....	۷۲
آموزش هیجانات.....	۷۶

مقدمه

مدتهاست که والدین سعی در کشف رابطه بین خود و بچه‌هایشان دارند. با این‌که فنون متعددی وجود دارد که می‌توان از آن‌ها برای تقویت این رابطه استفاده کرد، فرزند پروری مثبت، نخستین روش برای تربیت فرزندان شاد و منظم است. بیشترین نگرانی والدین در مورد شادی بچه‌هایشان است، اما آن‌ها می‌خواهند خودشان نیز شاد باشند.

می‌خواهیم از پدر و مادر بودن لذت ببریم و در اصلاح رفتار بچه‌های خود همچنین سختی نکشیم. این سعادت برای ماست اگر بچه‌هایمان خشمگین نشوند، در مقابل بزرگ‌ترهای خود حرف نزنند، مشق شب خود را به موقع انجام دهند، به موقع بخوابند و اسباب‌بازی‌هایشان را که از خانه بیرون برده‌اند، جمع کنند و اتاق‌هایشان همیشه تمیز باشد. بالاین‌حال، این حتی در مورد کودکان بزرگ‌تر که می‌دانند چه کاری باید انجام دهند، به سختی اتفاق می‌افتد.

سرزنش می‌کنیم، حرف می‌زنیم، تکرار می‌کنیم و تسلیم می‌شویم. گاهی اوقات تصمیم می‌گیریم که عاقل بودن از همه دادو فریادهایی که می‌کنیم، بهتر است. «اگر یک روز من بدون فریاد سپری شود، مثل برنده شدن در قرعه‌کشی خواهد بود»، با دوستان خود به هنگام صرف قهوه می‌خندیم.

بالاین‌حال، شاید این همه اشتباه داشته باشیم. شاید دادو فریاد، حرف زدن و نق زدن بیش از آنکه به ما در تربیت بچه‌های سالم، منظم و شاد کمک کند، مشکلاتی به وجود می‌آورد. شاید لازم باشد روش دیگری را بیازماییم.

تصور کنید یک باغچه کوچک به‌منظور پرورش سبزیجات برای خانواده خود درست می‌کنید. وقتی با نهال‌های خود شروع می‌کنید، خیلی بزرگ به نظر نمی‌رسد.