

• لورانس پرنو •

دنیای شیرین بچه داری

• فرزندی که می پرورم •

ترجمه ی لیلا سازگار



نشرنی

سرشناسه: پرنو، لورانس **Pernou Laurence**
 عنوان و نام پدیدآور: دنیای شیرین بچه‌داری (فرزینی که می‌پرورم) / لورانس پرنو؛
 ترجمه‌ی لی‌لا سازگار.
 مشخصات نشر: تهران، نشر نی، ۱۳۹۴.
 مشخصات ظاهری: ۵۲۰ ص.: مصور (رنگی).
 شابک: 978-964-185-432-6
 وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
 یادداشت: عنوان اصلی: **J'étais mon enfant, de la naissance à l'école.**
 یادداشت: واژه‌نامه.
 عنوان دیگر: فرزندی که می‌پرورم، دنیای شیرین بچه‌داری؛ تغذیه و پرورش و بازی کودک از تولد تا پنج سالگی.
 موضوع: نوزاد - سلامتی و بهداشت؛ نوزاد - تغذیه؛ کودکان - سلامتی و بهداشت.
 شناسه افزوده: سازگار، لی‌لا، ۱۳۲۸ - مترجم.
 رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۴ ف ۴ ۳۸ پ / ۱ RJ۱
 رده‌بندی دیویی: ۶۱۳/۰۴۳۲
 شماره کتابشناسی ملی: ۳۹۳۴۰۶۹

قیمت: ۵۸۰۰۰ تومان



نشرنی

دنیای شیرین بچه‌داری
(فرزنددی که می‌پرورم)

لورانس پرنو

مترجم لی لاسازگار

چاپ اول، تهران، ۱۳۹۴

تعداد ۲۰۰۰ نسخه

لیتوگرافی باخترا

چاپ غزال

تمامی حقوق این اثر محفوظ است. تکثیر یا تولید مجدد آن کلاً و جزئاً،
به هر صورت (چاپ، فتوکپی، صوت، تصویر و انتشار الکترونیکی)
بدون اجازه مکتوب ناشر ممنوع است.

شابک ۶ ۴۳۲ ۱۸۵ ۹۶۴ ۹۷۸

www.nashreney.com

فهرست مطالب

والدین عزیز..... ۱۳

کار گروهی..... ۱۵

نوزادی وارد زندگی شما می‌شود...

حمام: توجه به چند نکته ۲۸
حمام کردن، عوض کردن پوشک و نظافت نوزاد..... ۳۰
چند پرسش درباره‌ی نظافت و حمام ۳۳
سیسمونی ۳۵
در ابتدا رشد نوزاد بسیار سریع است ۳۵
بچه را زیاد نپوشانید ۳۷
جایاتی درباره‌ی پوشش کودک: از سر تا پا ۳۸
اتاق نوزاد ۴۱
کھوا، آب، تنوع ۴۱
میز مخصوص عرس کردن پوشک یا لباس نوزاد ۴۳
صندلی ماسین، صندلی راحتی ۴۴
اتاق سالم ۴۵
لوازم گردش ۴۶

لحظه‌های ارزشمند ۲۱
تنها در برابر نوزاد ۲۲
سبکبال در آغوش پدر ۲۲
سازگاری دوجانبه ۲۳
لحظات دشوار ۲۴
آسایش نوزاد ۲۵
نظافت: لحظه‌هایی برای تبادل احساسات ۲۵
بین والدین و طفل ۲۵
لوازم نظافت ۲۶
مراقبت از بند ناف ۳۳
عوض کردن پوشک نوزاد ۲۷
حمام کردن نوزاد ۲۸

فرزندتان را خوب تغذیه کنید

پاسخ به چند پرسش ۵۳
آیا باید برای جلوگیری از رگ کردن
پستان دارو بخورید؟ ۵۴
آیا هنوز تردید دارید؟ ۵۵

کدام روش شیر دادن را برگزینیم:

شیر مادر یا شیر خشک؟ ۵۱
شیر مادر ۵۱
شیر خشک ۵۲

آغاز تغذیه با شیر مادر	۵۶
همراه با مادران دیگر	۵۶
در جایی راحت بنشینید	۵۶
نخستین روزهای شیر دادن	۵۹
پیش آمدهای احتمالی نخستین بارهای شیر دادن	۶۰
چند نکته درباره‌ی نخستین وعده‌های شیر دادن	۶۳
برنامه‌ی شیر خوردن	۶۵
تا چند ماهگی شیر بدهیم؟	۶۵
رژیم مادری که شیر می‌دهد	۶۶
آیا نوزاد به اندازه‌ی کافی تغذیه می‌شود؟	۶۸
سایر پرسش‌های مربوط به شیر مادر	۷۰
از شیر گرفتن طفل	۷۲
طفلی که از شیشه شیر می‌خورد	۷۶
انواع شیر	۷۶
آماده کردن شیشه‌ی شیر	۷۷
آماده کردن شیر خشک	۷۹
برنامه و مقدار شیر	۸۰
نکته‌ی مهم	۸۰
تغذیه در هفته‌های نخست	۸۱
لحظه‌ی شیر خوردن: لذت دوجانبه	۸۱
پاسخ به چند پرسش	۸۲
گرم یا سرد؟	۸۲
آیا نوزاد به اندازه‌ی کافی شیر می‌خورد؟	۸۲
سوءهاضمه	۸۳
سرخی مقعد	۸۴
سکسکه، طفلی که نمی‌خواهد یا نمی‌تواند	
شیر بخورد، طفل پرخور	۸۴
ویتامین، آهن و فلوئور	۸۴
آیا می‌شود شیشه‌ی شیری نیم‌خورده	
را به طفل داد؟	۸۵
چه موقع مقدار شیر را اضافه کنیم؟	۸۵
پستانک سرشیشه	۸۵
تغذیه‌ی مخلوط	۸۶
آغاز تغذیه‌ی متنوع	۸۷
تنوع در غذاها را از چه سنی آغاز کنیم؟	۸۷
آغاز تغذیه‌ی متنوع: از ۴ تا ۶ ماهگی	۸۸
شیر	۸۸
سبزی	۸۹
میوه	۹۰
گوشت، ماهی، تخم‌مرغ و دل و جگر	۹۱
نوشتنی	۹۲
از ۹ تا ۱۲ ماهگی: ادامه‌ی تغذیه‌ی متنوع	۹۲
لبنیات	۹۳
مواد تهیه‌شده از غلات: برنج، ماکارونی	
و مواد نشاسته‌ای	۹۴
مواد غذایی دیگر	۹۴
بین ۱۲ تا ۲۴ ماهگی	۹۵
سبزی و میوه‌ی خام	۹۵
سبزی	۹۵
لبنیات	۹۶
مواد غذایی دیگر	۹۶
بین ۲ تا ۳ سالگی	۹۷
لبنیات	۹۷
گوشت، ماهی، انواع ماکارونی و سبزی‌های دانه‌ای	۹۸
میوه و سبزی	۹۸
گوشت و تخم‌مرغ	۹۹
عصرانه چه بدهد؟	۹۹
آیا هنوز هم غذاهایی هستند که نباید	
به طفل بدهیم؟	۱۰۰
ارزش مواد غذایی گوناگون	۱۰۱
شیر و لبنیات	۱۰۱
ارزش غذایی سبزی‌ها	۱۰۳
ارزش غذایی سبزی‌های دانه‌دار	۱۰۵
ارزش غذایی مواد نشاسته‌ای	۱۰۶
ارزش غذایی میوه‌ها	۱۰۶
ارزش غذایی گوشت، ماهی و تخم‌مرغ	۱۰۸
چربی: کره و روغن	۱۱۰

- ۱۲۰..... چند مشکل مربوط به تغذیه
 ۱۲۰..... چرا نوزاد می‌گریه؟
 ۱۲۱..... چگونه تغییرات رژیم غذایی را به طفل بقبولانیم؟
 ۱۲۳..... وقتی طفل غذا نمی‌خورد، چه باید کرد؟
 ۱۲۴..... مخالفت و درگیری
 ۱۲۵..... اشتهاى دمدى
 ۱۲۷..... دو وضعیت خاص: چاقی و آلرژی
 ۱۲۷..... چند توصیه برای پیش‌گیری از چاقی
 ۱۲۸..... وقتی طفل در معرض آلرژی قرار دارد، چه کنیم؟
 ۱۱۱..... شیرینی و مواد غذایی شیرین
 ۱۱۱..... نمک
 ۱۱۲..... نوشیدنی‌ها
 ۱۱۲..... مواد غذایی ارگانیک
 ۱۱۲..... تغذیه‌ی متنوع و متعادل
 ۱۱۳..... حال و هوای غذا خوردن
 ۱۱۵..... برنامه‌ی غذایی متنوع و متعادل برای هفته
 ۱۱۶..... چه‌طور سبزی، گوشت و ماهی را برای اطفال بپزیم؟
 ۱۱۹..... پیمانه‌ها

زندگی کودک

- ۱۵۵..... تلویزیون
 ۱۵۸..... رایانه
 ۱۵۸..... سرگرمی‌های نمایشی
 ۱۵۹..... عاقلانه به کتاب از کودکی آغاز می‌شود
 ۱۶۰..... توجه! خطر!
 ۱۶۰..... خطرناک
 ۱۶۱..... پیش از سوار شدن
 ۱۶۳..... طفل نوپا
 ۱۶۴..... نظم، نظارت، آموزش
 ۱۶۵..... خطرهای خارج از خانه
 ۱۶۶..... خطرهای بی‌یلاق
 ۱۶۸..... زیبا اما خطرناک
 ۱۷۲..... سفر و تعطیلات
 ۱۷۲..... سفر خوش
 ۱۷۳..... تهر و سرگیجه در سفر
 ۱۷۴..... توصیه‌های ایمنی هنگام مسافرت با اتومبیل
 ۱۷۵..... حمل طفل با دوچرخه
 ۱۷۶..... آیا می‌توانید نوزاد را با هواپیما به سفر ببرید؟
 ۱۳۳..... روزی سرشار: خواب، گریه، بازی
 ۱۳۳..... خواب
 ۱۳۴..... نوزاد را کجا بخوابانیم؟
 ۱۳۵..... چه‌طور طفل را به پشت بخوابانید؟
 از چه سنی طفل شب‌ها بی‌وقفه می‌خوابد؟
 اگر فرزندان هنوز شب‌ها بی‌وقفه نمی‌خوابد،
 ۱۳۷..... چه‌کار باید بکنید؟
 ۱۳۸..... پس از ۱ سالگی: خواب کودک بزرگ‌تر
 ۱۳۹..... چه‌طور به طفل کمک کنیم که خودش برود و بخوابد؟
 بین ۱۲ تا ۱۸ ماهگی: وقتی طفل شب‌ها
 ۱۴۰..... یک یا چند بار بیدار می‌شود
 ۱۴۳..... وقتی نوزاد گریه می‌کند
 ۱۴۴..... ماه‌های نخست: گریه‌های طبیعی نوزاد
 ۱۴۵..... فرزند شما خیلی گریه می‌کند
 ۱۴۶..... گول‌زنک
 ۱۴۷..... گردش
 ۱۴۸..... بازی‌ها و بازیچه‌ها
 ۱۴۹..... بازیچه‌های مناسب برای هر سن
 ۱۵۳..... «اسباب‌بازی‌های مرتب‌کن»
 ۱۵۳..... مواظب اسباب‌بازی‌های خطرناک باشید

۱۸۶.....	زندگی در مهدکودک
۱۸۷.....	مراقبت از طفل در خانه
۱۸۸.....	وقتی چند نفر از طفل مراقبت می کنند
۱۸۹.....	استقلال روزافزون
۱۹۰.....	کودک کم کم فرا می گیرد بی کمک غذا بخورد
۱۹۲.....	کودک کم کم بی کمک لباس می پوشد
۱۹۳.....	چگونه دستشویی رفتن را به طفل بیاموزیم؟
۱۹۶.....	کودکی که به کودکان نمی رود

۱۷۶.....	تعطیلات خوش
۱۷۸.....	مزایا و مضرات آفتاب
۱۸۰.....	کودک و استخر
۱۸۱.....	تعطیلات و نخستین جدایی ها
۱۸۲.....	کودک و حیوانات
۱۸۴.....	زندگی طفلی که والدینش کار می کنند
۱۸۴.....	دایه
۱۸۵.....	مهدکودک

کشف دنیا

۲۳۲.....	چند دوراندیشی خاص در مورد شیوهی نگه داری از طفل
۲۳۴.....	موقعیت های دشوار: بدرفتاری
۲۳۶.....	۸ تا ۱۲ ماهگی
۲۳۶.....	دراز کشی، نشسته و کمی بعد ایستاده
۲۳۶.....	هوش و هوش
۲۳۹.....	از غار خرن تا نخستین واژه ها
۲۴۱.....	ایستاده، مثل آدم بر پا ها
۲۴۱.....	آنچه طفل در ۸ تا ۱۲ ماهگی دوست دارد
۲۴۳.....	آنچه دوست ندارد
۲۴۳.....	کنار آمدن با ترس از ناشناخته ها پیشرفتی جدید
۲۴۵.....	«آفرین!»
۲۴۶.....	چند توصیه
۲۴۷.....	از ۱۲ تا ۱۸ ماهگی
۲۴۷.....	راه افتادن
۲۴۹.....	سن راه افتادن
۲۵۰.....	چهار واژه برای بیان همه چیز
۲۵۲.....	روروک
۲۵۳.....	سرگرمی ها و بازی ها

۲۰۱.....	از ۱ روزه تا ۱ ماهه
۲۰۱.....	تبادل احساسات و دلبستگی
۲۰۲.....	بیداری حواس طفل
۲۰۶.....	از برقراری رابطه تا وابستگی
۲۱۱.....	دشواری های پیوند عاطفی
۲۱۲.....	آنچه مایه ی شادی نوزاد می شود
۲۱۴.....	از ۱ تا ۴ ماهگی
۲۱۴.....	نخستین لبخندها
۲۱۵.....	نظم
۲۱۹.....	از شیر گرفتن
۲۲۱.....	تغییر دیگر: بازگشت به کار
۲۲۲.....	پیشرفت
۲۲۳.....	آغاز زندگی روانی
۲۲۵.....	آنچه طفل ۱ تا ۴ ماهه دوست دارد
۲۲۶.....	از ۴ تا ۸ ماهگی
۲۲۶.....	نخستین بازی ها در محیط خانواده
۲۲۶.....	اکتشافات، لذت ها و بازی ها
۲۲۹.....	سه واژه ی مهم: عشق، عاطفه، علاقه
۲۳۰.....	جدایی

۲۸۴.....	حرف‌های شیرین کودکانه	۲۵۴.....	از ۱۸ تا ۲۴ ماهگی
۲۸۷.....	توجه به دیگران	۲۵۴.....	شوق اکتشاف
۲۸۸.....	آن‌چه او پس از ۳ سالگی دوست دارد	۲۵۵.....	میل به ماجراجویی و نیاز به امنیت
۲۸۸.....	دوره‌ای زیبا	۲۵۷.....	«نه» گفتن: مخالفت، تحمیل و خودسازی
۲۸۹.....	عقده‌ی اودیپ	۲۵۷.....	زبان بچگانه
۲۹۲.....	هیچ بچه‌ای شبیه به دیگری نیست	۲۵۹.....	پیشرفتی ستودنی: فراگیری نظافت
۲۹۳.....	نوزاد نارس	۲۶۲.....	آن‌چه دوست دارد
۲۹۴.....	مراقبت از نوزاد نارس	۲۶۴.....	۲ تا ۲/۵ سالگی
۲۹۷.....	به خانه رفتن نوزاد نارس	۲۶۴.....	فوران واژه‌ها
۲۹۹.....	دوقلوها	۲۶۷.....	قدرت واژگان
۳۰۰.....	پرورش دوقلوها	۲۶۸.....	زبان و اندیشه
۳۰۲.....	چند توصیه	۲۷۰.....	«مال منه! مال منه!»
۳۰۴.....	مهدکودک	۲۷۰.....	چند توصیه
۳۰۴.....	حالتی بین خانواده و مدرسه	۲۷۲.....	درک ترس‌های جدید کودک
۳۰۷.....	چگونه کودک را برای ورود به مهدکودک آماده کنیم؟	۲۷۳.....	۲/۵ تا ۳ سالگی
۳۰۹.....	سن مناسب برای ورود به کودکستان	۲۷۳.....	«من»
۳۰۹.....	به می‌موی کودکستان	۲۷۳.....	واکنش در برابر آینه، بازی با واژه‌ها
۳۱۳.....	چگونه مشکل	۲۷۳.....	«خودم تنهایی»
۳۱۴.....	یک ساله را روتین	۲۸۰.....	۳ سالگی و پس از ۳ سالگی
		۲۸۰.....	قصه‌های قشنگ

رشد و شکوفایی

۳۲۶.....	آموزش در سکوت	۳۱۹.....	والدین امروزی
۳۲۶.....	امنیت عاطفی	۳۲۰.....	مادر شدن
۳۲۷.....	حمایت بیش از اندازه	۳۲۱.....	مادر شاغل، مادر خانه‌دار
۳۲۸.....	همیشه گناهکار	۳۲۲.....	پدر شدن
۳۲۸.....	سخت‌گیری	۳۲۳.....	جدایی والدین
۳۲۹.....	چه سنی برای سخت‌گیری مناسب است؟	۳۲۴.....	تربیت
۳۳۰.....	بچه‌ی لوس	۳۲۵.....	ادب

۳۳۱.....	تنبيه
۳۳۲.....	او را تحقير نكنيد
۳۳۲.....	او فقط زمان حال را مى شناسد و از آينده غافل است
۳۳۳.....	رمز و راز زندگى و تمايل جنسى
۳۳۴.....	تمايلات جنسى بچگانه
۳۳۵.....	آموزش مذهبى
۳۳۶.....	خانواده
۳۳۶.....	نخستين فرزند
۳۳۷.....	تولد خوار و بشار كوچك تر: حسادت يا رقابت
۳۳۸.....	فرزندخواندى
۳۳۹.....	تشكيل خانواده ي
۳۴۱.....	مادرى كه به تنهائى فرزندش را پرورش مى كند
۳۴۱.....	هر كودكى به پدرش مى پيشت
۳۴۲.....	دست يابى به تعادل
۳۴۲.....	پدرى كه به تنهائى فرزندش را بزرگ مى كند
۳۴۲.....	پدر بزرگ و مادر بزرگ
۳۴۳.....	رفتار و شخصيت كودك
۳۴۵.....	حالت تهاجمى: قابليت يا نقطه ضعف
۳۴۶.....	بهبانه جويى
۳۴۷.....	بهبانه جويى: مرحله اى جنجالى
۳۴۷.....	هنگام بهبودى چه بايد كرد؟
۳۴۸.....	اگر عصبانيت ادامه يافت چه كنيم؟
۳۴۹.....	بچه ي پرجنب و جوش
۳۴۹.....	دروغ گو!
۳۵۰.....	اعتماد به نفس
۳۵۱.....	مشاجره بين بچه ها
۳۵۱.....	سر خوردگى ها
۳۵۲.....	كودكان پيش رس
۳.....	زندگى روزمره
۳.....	«گفت و گوى واقعى»
۴.....	زندگى خصوصى
۴.....	شرم و حيا
۶.....	كودك دوزبانه
۶.....	چند مشكل
۷.....	مزيت زبان دوم
۷.....	چند خصوصيت كودكان دوزبانه
۸.....	زودباش، عجله كن
۹.....	در ستايش شكيابى
۶۰.....	چند موقعيت دشوار
۶۰.....	مشاجره ي والدين
۶۱.....	جدابى والدين
۶۲.....	بدرفتارى با كودكان
۶۳.....	خشونت و بدرفتارى جنسى
۶۵.....	بيمارى يكي از والدين
۶۶.....	سوگوارى و اندوه
۶۶.....	بچه ها درباره ي مرگ چه فكر مى كنند؟
۶۷.....	رمانى كه يكي از اطرافيان كودك سوگوار مى شود
۶۹.....	مساوره با دانش شناس
۶۹.....	اين متخصصان دوزخون چه كسانى هستند؟
۷۰.....	از چه راهى مشاوران را پيدا كنيم؟
۷۰.....	در چه مواردى به چند متخصصانى مراجعه كنيم؟
	نه، شخصيت كودك در ۳ سالگى
۷۱.....	شكل نگرفته است

کودک سالم

۳۹۳.....	وقتی کودک درد دارد	۳۷۵.....	نوزاد
۳۹۴.....	اندازه گیری دمای بدن طفل	۳۷۸.....	رشد کودک
۳۹۵.....	وقتی بچه تب می کند چه باید کرد؟	۳۷۸.....	وزن
۳۹۶.....	چند پرسش که ممکن است برای شما مطرح شود	۳۸۲.....	قد
۳۹۸.....	مراقبت های گوناگون	۳۸۴.....	اندازه گیری دور جمجمه
۴۰۰.....	کودک و دارو	۳۸۵.....	دندان ها
۴۰۳.....	فقط دارو کافی نیست	۳۸۶.....	دندان های شیری دندان های دائمی
۴۰۴.....	بستری کردن طفل در بیمارستان	۳۸۷.....	نظارت پزشکی سلامتی طفل
۴۰۶.....	درد	۳۸۷.....	پزشک
۴۰۷.....	جراحی	۳۸۷.....	پرونده ی پزشکی
۴۰۸.....	نقص جسمی یا روانی	۳۸۸.....	آزمایش شنوایی و بینایی
۴۰۹.....	فرهنگ سلامتی (از الف تا ی)	۳۸۹.....	واکسن ها
۴۱۰.....	موارد اصلی نیاز کودکان به امداد فوری	۳۹۲.....	مراقبت از طفل بیمار
۴۱۱.....	رایج ترین نشانه های بیماری کودکان	۴۰۲.....	نشانه های سلامتی و بیماری
		۴۰۳.....	در چه مواردی باید به پزشک مراجعه کنید؟
		۵۰۵.....	نمایه ی موضوعی

اکنون ویراست ۲۰۱۲ کتاب **دنیای شیرین بچه‌داری**، اثر لورانس پرنو، را پیش رو دارید، کتابی که برای شما والدین عزیز نوشته شده است تا در فضایی سرشار از محبت و اعتماد به نفس با فرزندتان ارتباطی عمیق برقرار کنید.

هدف بلندپروازانه‌ی ما در این کتاب این است که هر بار پرسشی در ذهن شما شکل می‌گیرد، پس از ورق زدن کتاب یا با مراجعه به فهرست مطالب و نمایه‌ی آن، پاسخ‌تان را بیابید. برخی از فصل‌ها مثل فصل‌های مربوط به تغذیه، زندگی روزانه، سلامتی و کارهای گوناگون دیگر حالتی بسیار ملموس دارند. مثل این که اتاق نوزاد را چه‌طور بچینیم؟ چه وقت او را حمام کنیم؟ در هشت‌ماهگی چه غذاهایی به او بدهیم؟ در یک‌سالگی چه‌طور؟ آیا پیش‌گیری از چاقی ممکن است؟ از آلرژی چه‌طور؟ وقتی تب نوزاد تند می‌شود، چه کنیم؟ و غیره.

فصل‌های دیگر بیش‌تر روان‌شناختی و آموزنده‌اند، ولی خواهید دید که اغلب این بخش‌های گوناگون به‌تناوب مطرح شده و یک‌دیگر را تکمیل می‌کنند. در سراسر کتاب **دنیای شیرین بچه‌داری** مطالب ملموس و احساسی با تصویر زندگی به هم می‌آمیزند.



در فصل چهارم مطالب اصلی کتاب را مطرح می‌کنیم و این فصلی است که والدین باید با دقت بخوانند؛ در این فصل درباره‌ی رشد روانی-حرکتی و ارتباطی نوزاد در سال‌های نخستین سخن می‌گوییم. شما متوجه می‌شوید که بازی رایج «مالی!» نشانه‌ی واقعی هوش طفل است، همان‌گونه که کمی بعد از آن واژه‌ی «آفرین» و گفتن «نه» و بعد «مال خودمه! مال خودمه!» گام‌های نخستین برای پی‌ریزی ساختار شخصیتی او هستند.

خودداری طفل از غذا خوردن اغلب روشی برای اعمال قدرت بر بزرگ‌ترها و آزمونی برای دریافتن واکنش آن‌هاست؛ و اگر او حاضر نیست بخوابد، این کار هم به‌منظور تحلیل خواست خودش است، ولی درعین حال می‌خواهد به شما بفهماند که تنها ماندن در اتاق برایش خوشایند نیست.

این اطلاعات و نشانه‌ها کمک می‌کنند تا دنیای فرزندتان را بهتر درک کنید و شکوفایی وی و پرورش آسان‌تر او را ممکن می‌کند. شما متوجه می‌شوید که باید رفتارهای آموزنده‌تان را با سن و میزان رشد طفل وفق دهید؛ برای رعایت حالت آسیب‌پذیری اطفال خیلی کوچک و نیازشان به کشف دنیا باید در برابر آن‌ها قاعده‌ی نرمش و مدارا را پیشه کنید. سپس رفته‌رفته و به‌موازات بزرگ‌تر شدن طفل باید در لحظاتی بتوانید قاطعیت و قدرت‌تان را به او ثابت کنید.

در این ویراست **دنیای شیرین بچه‌داری** هم همان اصول کیفی و موشکافی‌هایی که همواره مد نظر لارنس پرنو و من بوده، رعایت شده است. بخت یار من بود که سال‌ها با لارنس پرنو همکاری کردم. ما با هم ویراست جدید این کتاب را آماده می‌کردیم، در مورد مباحثی که باید مطرح شوند تصمیم می‌گرفتیم، درباره‌ی هر فصل نو بحث می‌کردیم تا این که ویراست نو شکلی مشخص پیدا می‌کرد، سپس به دنبال عکس‌ها می‌گشتیم و کارمان را

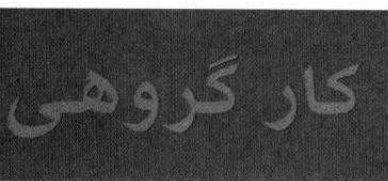
ادامه می‌دادیم. ما با هم به دنبال همکاران جدید برای گروه‌مان می‌گشتیم، گروهی که طی سالیان گسترش یافت. ما با هم به نامه‌های بی‌شمار خوانندگان این کتاب پاسخ می‌دادیم، خوانندگانی که مشاهدات و پیشنهادهای شان تجربه‌های ما را غنی‌تر کرد. زمانی که لارنس پرنو رفته‌رفته خودش را بازنشسته کرد، از من خواست که کارش را ادامه دهم، کاری که حاصل تمام زندگی او بود. امروز من به همراه تمام اعضای گروه و با همان شور و شوق آن کار را ادامه می‌دهیم. در آستانه‌ی تجربه‌ی بی‌همتای خواندن این کتاب، مایلم پیشنهاد لارنس پرنو به پدران و مادران جوان را دوباره تکرار کنم: «تلاش کنید که از حضور فرزندان خوب 'لذت ببرید' فرزندان سریع‌تر از آن‌چه امروز تصور می‌کنید بزرگ می‌شود. نگذارید دوران طفولیت او زود بگذرد، از این سال‌های ارزشمند تا سرحد امکان لذت ببرید...»

آگنس گریزون

www.ketab.ir

با نگاه کردن به فهرست مطالب متوجه می‌شوید که درباره‌ی سال‌های نخستین زندگی طفل، یعنی از تولد تا زمان رفتن به مدرسه، حرف‌های گفتنی بسیاری هست. برای پرداختن به تمام این مطالب ما به تدریج گروهی را گرد آورده‌ایم. این گروه رفته‌رفته و در پی ویراست‌های این کتاب، و همچنین براساس نیازها، دیدار در گردهمایی‌ها (چه در فرانسه و چه در کشورهای دیگر)، علایق شخصی، تحولات فنی، کارها و اکتشافاتی شکل گرفته است که پیوسته در زمینه‌ی مسائل مربوط به کودک نو شده‌اند. نامه‌هایی هم که از راه اینترنت بیش از پیش از چهار گوشه‌ی دنیا به دست ما می‌رسند، افق دید ما را کمی گسترده‌تر کرده‌اند. ما به بهترین وجه به تمام پیام‌های دریافتی پاسخ می‌دهیم.

عادت آماده کردن هر ساله‌ی ویراستی جدید از این کتاب نرمش زیادی در ما ایجاد کرده است. همواره آمادگی کنار آمدن با واقعیات را داریم. این گونه است که هر سال توانسته‌ایم مطالب مربوط به فوریت‌ها، مطالب نو و قوانین جدید را در این کتاب بگنجانیم. از این نظر هم خرسندیم که چهره‌های سرشناس گوناگون بر این عقیده بوده‌اند که راه مطمئن برای انتقال پیامی مهم به والدین، استفاده از کتاب‌های ۱۰۰ عکس است. همچنین دنیای شیرین بچه‌داری است.



اکنون گروهی را که در به‌روز کردن کتاب مرا

یاری می‌دهند و با من همکاری دارند، معرفی می‌کنم: دانیل راپوپورت، روان‌شناس، روان‌کاو و مددکاری اجتماعی که از قدیم با بیمارستان‌های پاریس همکاری داشته و بنیان‌گذار کانون «خوش‌رفتاری: ساختار و پژوهش» است. تجربه‌ی روان‌شناسی او در بیمارستان و در جمع نوزادان، که با کار دائمی پژوهشی او و علاقه‌اش به برقراری ارتباط غنی‌تر شده است، همکاری او را برای بسط و ارتقاء شمنند کرده است. به یاری او توانسته‌ایم مشکلات کودکان معلول و مادرانی را که به‌تنهایی فرزندشان را بزرگ می‌کنند، بررسی کنیم، همچنین موضوع دردناک بدرفتاری با کودکان را که امروز «خوش‌رفتاری» جانشین آن شده است.

دکتر اریک اوسیکا، پزشک اطفالی که در بیمارستان تروسو کار می‌کند هم به گروه ما پیوسته و دانشش در زمینه‌های گوناگون را در اختیار خوانندگان ما گذاشته است. او مسئول پاسخ‌گویی به نامه‌های بی‌شماری است که نیاز به نظر مشورتی یک متخصص دارند. ما از همکاری ارزشمند و سازنده‌ی او و توجه دقیقش به اطفال قدردانی می‌کنیم.

ماری نوئل بابل، ماما و مشاور در زمینه‌ی دوران شیردهی و دارای دیپلم در رشته‌ی «شیردادن مادر» است و این موضوعی است که ما هر سال بنا به تقاضای خوانندگان به آن می‌پردازیم.

بریزیت کودری، متخصص تغذیه، که به‌ویژه به نحوه‌ی تغذیه‌ی کودکان و خانواده و به توصیه‌های پیش‌گیری‌کننده در این زمینه، علاقه دارد.

همچنین از چهره‌های سرشناسی سپاس‌گزاریم که به دلیل تخصص‌شان با آن‌ها مشورت کردیم:

پروفسور تی. بری برازلتون، در زمینه‌ی «توانایی‌های» نوزاد و کنش و واکنش‌های زودرس او.

دکتر نادیا بروشویلو-اشترن، متخصص اطفال و روان‌شناس کودکان و متخصص رشد نوزادان.

ماری کلر بوسنل، متخصص بیداری احساسات نوزادان.

دکتر ژان ویتل دو مونلئون، متخصص اطفال، دارای تخصص در زمینه‌ی فرزندخواندگی.

دکتر لوک گابریل، متخصص فوریت‌های پزشکی.

دلفین ویگنو، اهل مarse.

اود ویل-رایان، حقوق‌دان متخصص مسائل خانوادگی.

رنه زازو، که هنوز هم از بهترین متخصصان در زمینه‌ی دوقلوها به شمار می‌رود و جایش بسیار خالی است.

امسال به‌ویژه سپاس‌گزارم از

باربارا عبدالیاه-بور، زبان‌شناس و روان‌شناس متخصص در زمینه‌ی دوزبانه بودن، به دلیل مشارکت در این موضوع.

پروفسور تیری دیبلون، متخصص نوزادان، برای برخی صفحاتی مربوط به نخستین روزهای زندگی نوزاد.

سیلوی موریه، روان‌شناس بالینی، به علت اظهارنظرهای بسیار جالب در مورد روابط امروزی والدین و فرزندان.

سرانجام خرسندیم که این سپاس‌گزاری را با ادای احترام به پروفسور رابرت ه. به پایان بریم که پایه‌گذار پزشکی اطفال در فرانسه‌ی مدرن بود و نام او را بر بزرگ‌ترین بیمارستان تخصصی اطفال پاریس گذاشته‌اند. پروفسور دیره نخستین کسی بود که اعتقادش را به موفقیت کتاب اعلام کرد و با پشتیبانی از آن پذیرفت که برای نخستین چاپ این کتاب پیش‌گفتار بنویسد.