

ساده کردن زندگی با فرزندان

تألیف :

الین اس تی جیمز

ترجمه:

دکتر علیرضا جعفری

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهر

با نوشتاری از : اصغر دانشیان

سرشناسه: الین اس‌تی، جیمز، ۱۹۴۲ - م. St. James, Elaine

عنوان و نام پدیدآور: ساده کردن زندگی با فرزندان/تالیف الین جیمز؛ ترجمه علیرضا جعفری.

مشخصات نشر: تهران: ایده، نو، ۱۳۸۸.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۳۷۹-۰-۹

مشخصات ظاهری: ۳۲۰ص.

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Simplify your life with kids - ways to make family life easier and more fun

موضوع: خانواده -- ایالات متحده، موضوع: خانواده -- ایالات متحده -- تنظیم وقت، موضوع: رفتار والدین -- ایالات متحده

موضوع: سادگی

رده بندی کنگره: ۵۳۶HQ/س۹س۲ ۱۳۸۸

شناسه افزوده: جعفری، علیرضا، ۱۳۴۶ - مترجم

شماره کاتالانم، ملی: ۴۱۱۰۵۹۱

رده بندی دیوید: ۷۸/۴۴۶

■ ناشر: انتشارات ایده نو

■ نام کتاب: ساده کردن زندگی با فرزندان

■ نویسنده: الین اس‌تی جیمز

■ مترجم: علیرضا جعفری (عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر)

■ ویراستار: معصومه سامانی (عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار)

■ نویت چاپ: چاپ اول - تابستان ۱۳۸۹

■ شمارگان: ۳۰۰۰ جلد

■ قیمت: ۶۰۰۰۰ ریال



تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، کوچه نوروز، پلاک ۷ - تلفن: ۶۶۴۱۴۴۱۵ - نمابر: ۶۶۹۶۰۸۳۵

کد پستی: ۱۳۱۴۵-۱۷۷۵ - صندوق پستی: ۱۳۱۴۵۸۴۶۳۳

www.newideabook.com
info@newideabook.com

فهرست

مقدمه ناشر.....	۱۳
مقدمه مترجم.....	۲۱
درباره نویسنده.....	۲۳
۱- چرا هیچ کس به من نگفته بود که.....	۲۵
۲- برطرف کردن کیج خلقی‌های صبحگاهی.....	۳۱
۳- خداحافظی را آسان‌تر کنید.....	۳۵
۴- وعده‌های غذایی را دور هم صرف کنید.....	۳۸
۵- یک برنامه منظم برای حمام کردن ترتیب دهید.....	۴۱
۶- یک روال ساده برای خواب برنامه‌ریزی کنید.....	۴۴
۷- زمان داستان گفتن را به زمانی خاص و استثنایی تبدیل کنید.....	۴۷
۸- آخر هفته را به خانواده‌تان اختصاص دهید.....	۵۰
۹- ساده‌تر کردن امور خانه داری.....	۵۵
۱۰- تقسیم کار.....	۵۷
۱۱- وضع قوانین ساده خانگی.....	۶۰
۱۲- یاد بگیرید در یک زمان مشخص فقط یک کار را انجام دهید.....	۶۴
۱۳- همه کارها را با هم انجام ندهید.....	۶۶
۱۴- از هر شخصی که می‌توانید درخواست کمک کنید.....	۶۸
۱۵- پول خود را برای خرید وسایل اضافی هدر ندهید.....	۷۱
۱۶- اسباب‌بازی‌ها را به حداقل برسانید.....	۷۳
۱۷- رهایی از وسایل اضافی.....	۷۶
۱۸- وسایل بلا استفاده را در زیر زمین.....	۷۹

- ۱۹- با کاردستی‌ها، نقاشی‌ها و ... ۸۱
- ۲۰- فضای مناسبی را برای زندگی کودکان فراهم نمایید. ۸۴
- ۲۱- کمد لباس فرزندان را خلوت کنید. ۸۶
- ۲۲- حیوان خانگی خود را تعلیم دهید. ۸۹
- ۲۳- از خرید وسایل اضافی خودداری کنید. ۹۳
- ۲۴- در استفاده از وسایل الکترونیکی زیاده روی نکنید. ۹۵
- ۲۵- قوانینی را برای تماشای تلویزیون وضع کنید. ۹۸
- ۲۶- در مورد امور مربوط به تلفن عاقلانه تصمیم بگیرید. ۱۰۱
- ۲۷- راجع به رایانه‌ها، نرم‌افزارها و دنیای اینترنت اطلاعات کسب کنید. ۱۰۴
- ۲۸- استقلال کودکان را از سنین پایین تشویق کنید. ۱۰۷
- ۲۹- تاکتیک‌های جدایی دیگری را امتحان کنید. ۱۱۰
- ۳۰- اجازه دهید کودکان تا جایی که ... ۱۱۳
- ۳۱- به کودکان روش استفاده از ... ۱۱۶
- ۳۲- به فرزندان بیاموزید که چگونه به ... ۱۱۸
- ۳۳- خود را از قید و بندهای تلفن رها کنید. ۱۲۱
- ۳۴- به کودک خود کمک کنید و ... ۱۲۴
- ۳۵- با کودکان رابطه‌ای صمیمی برقرار کنید. ۱۲۷
- ۳۶- شوخ طبعی خود را حفظ کنید. ۱۳۱
- ۳۷- صبور بودن را به کودک خود بیاموزید. ۱۳۳
- ۳۸- دوره‌های رشد چیزی بیش از یک مرحله است. ۱۳۶
- ۳۹- حقیقت را بگویید و انتظار شنیدن حقیقت را داشته باشید. ۱۳۹
- ۴۰- راه‌های ارتباط با فرزند خود را باز نگاه دارید. ۱۴۱
- ۴۱- واکنش‌های منطقی از خود نشان دهید. ۱۴۴
- ۴۲- ترک مرادوده. ۱۴۷
- ۴۳- سازگار باشید. ۱۴۹
- ۴۴- به کودکان بیاموزید که مسئولیت اعمال خود را بپذیرد. ۱۵۱
- ۴۵- میزان و نحوه واکنش خود را تعیین کنید. ۱۵۴

- ۴۶- از راهی عاقلانه فرزندان را تحسین کنید..... ۱۵۶
- ۴۷- با فرزندان خود با احترام رفتار کنید..... ۱۵۹
- ۴۸- هنر درست رفتار کردن را به کودکان بیاموزید..... ۱۶۱
- ۴۹- اخلاق درست را به کودکان بیاموزید..... ۱۶۴
- ۵۰- هیچگاه فراموش نکنید که پدر و مادر هستید..... ۱۶۸
- ۵۱- اشکالی ندارد که افکارتان را تغییر دهید..... ۱۷۱
- ۵۲- آزادی عمل فرزندان را محدود کنید..... ۱۷۳
- ۵۳- وجهه خود را خراب نکنید..... ۱۷۵
- ۵۴- شخص سومی را به عنوان واسطه معرفی کنید..... ۱۷۸
- ۵۵- فقط بگویید، بپوش..... ۱۸۰
- ۵۶- کاهش کج خلقی..... ۱۸۲
- ۵۷- اگر هنوز کودکان لجبازی می کنند..... ۱۸۵
- ۵۸- جنگ و ستیز بین خواهر و برادر را به حداقل برسانید..... ۱۸۹
- ۵۹- به آینده توجه کنید..... ۱۹۴
- ۶۰- به صورت گروهی و خانوادگی تلاش کنید..... ۱۹۷
- ۶۱- خانواده خود را همواره منسجم و متحد نگاه دارید..... ۲۰۰
- ۶۲- پس از طلاق..... ۲۰۴
- ۶۳- آسان ساختن وظایف والدین پس از طلاق..... ۲۰۷
- ۶۴- خانواده گسترده..... ۲۱۰
- ۶۵- ویژگی های پرستار کودک خود را بشناسید..... ۲۱۴
- ۶۶- یک شغل خانگی انتخاب کنید..... ۲۱۹
- ۶۷- حضور در خانه و به صورت تمام وقت در کنار فرزندان بودن..... ۲۲۱
- ۶۸- تعطیلات را آسان تر سپری کنید..... ۲۲۵
- ۶۹- مراسم تولد را ساده برگزار کنید..... ۲۲۸
- ۷۰- هدیه های ساده تهیه کنید..... ۲۳۱
- ۷۱- در آموزش کودک خود نقش فعالی داشته باشید..... ۲۳۴
- ۷۲- به کودکان در انجام تکالیفشان کمک کنید..... ۲۳۷

- ۲۳۹ ۷۳- خلاقیت فرزندان را تشویق کنید.
- ۲۴۲ ۷۴- از شکست به عنوان یک راه حل استفاده نکنید.
- ۲۴۴ ۷۵- بزرگترین مدافع فرزندان باشید.
- ۲۴۶ ۷۶- از یک تقویم خانوادگی استفاده کنید.
- ۲۴۹ ۷۷- زیاد مقرراتی نباشید.
- ۲۵۱ ۷۸- فرزندان را به ورزش کردن عادت دهید.
- ۲۵۳ ۷۹- تا حد امکان کمتر رانندگی کنید.
- ۲۵۵ ۸۰- به کودکان پیاموید که همواره ...
- ۲۵۷ ۸۱- تفکر و تعمق در تنهایی و خلوت را تشویق کنید.
- ۲۵۹ ۸۲- ماشین خود را همیشه برای سفر آماده نگاه دارید.
- ۲۶۱ ۸۳- چه کسی باید در صندلی جلو ماشین بنشیند؟
- ۲۶۳ ۸۴- انتظارات خود را مطرح کنید.
- ۲۶۵ ۸۵- خرید رفتن با بچه‌ها.
- ۲۶۷ ۸۶- بیرون غذا خوردن را به یک تجربه دلپذیر تبدیل کنید.
- ۲۶۹ ۸۷- روش بسته‌بندی را به کودکان بیاموزید.
- ۲۷۱ ۸۸- مسافرت را به امری لذت‌بخش تبدیل کنید.
- ۲۷۴ ۸۹- دکتر مورد علاقه‌تان را بیابید.
- ۲۷۶ ۹۰- به فرزندان روش صحیح غذا خوردن را ...
- ۲۷۸ ۹۱- از قوانین ایمنی پیروی کنید.
- ۲۸۱ ۹۲- بعضی بیماری‌های معمول و راه درمان آنها.
- ۲۸۴ ۹۳- درمان‌ها، داروها و راه حل‌های موجود.
- ۲۸۷ ۹۴- بدانید که چه زمانی باید با دکتر تماس بگیرید.
- ۲۹۰ ۹۵- بدانید که در موقعیت‌های اضطراری چه کاری باید انجام دهید.
- ۲۹۳ ۹۶- دیگر راه‌های درمان را هم مدنظر قرار دهید.
- ۲۹۵ ۹۷- در هنگام بیماری کودکان چه کاری انجام می‌دهید؟
- ۲۹۷ ۹۸- مسائل جنسی را به کودکان آموزش دهید.
- ۲۹۹ ۹۹- مصرف سیگار، مشروبات الکلی و مواد مخدر را ممنوع کنید.

ساده کردن زندگی با فرزندان / ۱۱

- ۱۰۰- با کودکان قرار ملاقات بگذارید..... ۳۰۳
- صحبت پایانی..... ۳۰۷
- کلید واژه‌ها..... ۳۱۱

مقدمه ناشر

- مژده!

خبر خوبی برایت دارم.

- بگو

- حدس بزن

- نمی دانم

- اگر بگویم خوشحال می شوی

- چی ؟!

- به شرط مژدگانی!

- باشه، بگو

- خدا به ما فرزندی عنایت کرده!

- جدی، وای چه خبرخوبی

به سلامتی، قدمش مبارک...، چه خانواده خوشبختی!

* * *

آه!

مردم

خسته شدم

چه بچه لجوجی!

چنگ می‌زنه

گریه می‌کنه

میشکنه

خسته شدم

* * *

تکالیفش رو انجام نمی‌ده

معلمینش ازش خسته شدن

تو مدرسه همش درگیره

وای! که چه بد شانس

بچه یعنی دردسر، کاش قبلاً این رو می‌دونستم

* * *

با دوستان ناباب می‌گرده

از کلاس اخراج شده

مسئولین مدرسه ازش به تنگ اومدن

خجالت می‌کشم برم مدرسه

از عاقبتش می‌ترسم

کاش هرگز بدنیا نیومده بود

* * *

شب و روزم شده گریه و خون

همش تقصیر تو بود

منو تنها گذاشتی و فقط به فکر خودت بودی

فکر کردی همه چیز پوله!

ازت چاره جویی کردم، کتکش زدی، سرزنشش کردی
عمرم تباه شد، فرزندم از دستم رفت ...



راستی چرا؟

چرا در بعضی خانواده‌ها نشاط و امید پایدار است، مشکلات به عنوان واقعیتی از زندگی استقبال می‌شود و مراتب موفقیت پیروزمندانه پیموده می‌شود؟
اما در بعضی دیگر آن همه شادی و آرزو در روند زندگی به سوی سردی و بی تفاوتی و یا نفرت و انزجار و بعضاً جدایی می‌انجامد و میوه‌اش آفت‌زده است و مضراً مقصر کیست؟

ذات فرزند، پدر و مادر یا هر دو؟ مدرسه، اجتماع یا همه؟
آن چه مسلم است همگی قربانی و زیان دیده‌اند.

پدر و مادر که حاصل عمرشان را نابود می‌بینند، احساس تباهی و یأس می‌کنند و جامعه‌ای هم که افراد آن ورشکسته و ناهنجارند، جامعه‌ای است پر تنش و نامتعادل.

آیا اگر زوجی در دورنمای زندگیش واقعیتی چنین آشفته می‌دید هرگز فرزندی به وجود می‌آورد؟ و یا حتی تصمیم به تشکیل خانواده می‌گرفت؟
بدون تردید هدف افراد از تشکیل خانواده، وصول به تعادل جسمی و روحی و تولید نسل در راستای تکمیل نیاز و رسیدن به اوج نشاط و رضایت می‌باشد. پس مشکل کجاست؟

پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرماید:

« مامن بیت لیس فیه شیء من الحکمه، الا انه کان خراباً »

خانه‌ای که از برنامه حکیمانه تهی باشد ویرانه‌ای بیش نیست. آری، انسان دارای آرمانهای بلند و متعالی است. آنچه او را از آرمانهایش دور می‌سازد عدم

شناخت شیوه‌های رسیدن به آنهاست که پیامبر اکرم (ص) از آن به برنامه‌ای حکیمانه یاد می‌کند.

در شرایط طبیعی و مناسب، رفتار کودکان، هنجارهایی است که اگر در بستری مدبرانه و حکیمانه هدایت گردد در فرآیند رشد موجب شکل گرفتن شخصیتی متعادل در آنها خواهد شد.

فرزندانی این چنین از گزند آسیبهای اجتماعی مصون‌ترند زیرا، سن عقلی و عاطفی آنها متناسب با سن جسمانی‌شان رشد کرده و مبنای خواسته‌ها و باورهایشان از جامعه و حوادث پیرامون خود شده است، ضمن اینکه نسبت به پدر و مادر، احساس نزدیکی نموده آنها را دوستان خوبی برای خود می‌دانند.

این باور از سوی فرزند نسبت به پدر و مادر، زمینه مناسبی برای آنها فراهم خواهد ساخت تا بتوانند مشاورانی شایسته و پیوسته همراه فرزندان‌شان باشند. بنابراین مسیر زندگی رو به موفقیت و تعالی طی خواهد شد؛ چنین است که زندگی زیباتر و محصولش شیرین‌تر می‌شود.

زندگی زیباست، زشتی‌های آن تقصیر ماست

در مسیرش آنچه نازیباست آن تدبیر ماست

بنابراین ضرورت حرکت به سوی ایجاد جامعه‌ای سالم، داشتن خانواده‌هایی مبتنی بر برنامه‌های تربیتی حکیمانه است و آن مستلزم ارتقای سطح دانش و بینش والدین در شناخت صحیح علل رفتار فرزندان و عکس‌العمل هوشیارانه و آگاهانه مناسب با آنهاست.

وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا (بقره ۲۶۹)

و به هر کس حکمت داده شود، به یقین، خیری فراوان داده شده است.

آری، این مسئولیت سنگین متوجه دانشمندان و سازمانهای دولتی و غیردولتی به ویژه مراکزی که به نوعی با مسائل فرهنگی مانند خانواده و جامعه، سینما و جراید مرتبطند و صد البته متولیان امر تعلیم و تربیت کشور می باشد که اگر بدان توجه نشود موجب ویرانی خواهد شد.

از جمله مسائلی که حاصل رشد علم و تکنولوژی و پدیده نو ظهور عصر ما می باشد، گسترش سریع صنعت ارتباطات است.

هر چند رشد دانش و توسعه امکانات ارتباطی به خودی خود ارزشمند است و حرکت جوامع را به سمت جهانی شدن تسریع می نماید اما اگر با آن برخوردی آگاهانه نشود موجب خودباختگی و صدمات فرهنگی و اخلاقی و در نتیجه سقوط و محو هویت فرهنگی و ملی جوامعی خواهد شد که مردم آن در برابر ورود برنامه های فرهنگی سایر ملل احساس فقر و ورشکستگی نمایند.

باید توجه داشت که در گذشته به علت عدم امکانات پیشرفته ارتباطی، جوامع در مقیاس بسیار زیادی محدود به آداب و رسوم فرهنگی، قومی و ملی خویش بودند. باورها و عادات در چارچوبی تعریف شده نسل به نسل از پدران به فرزندان منتقل می شد و چون حصاری افراد و اقوام را در خویش محصور می کرد. به نسبت محدودیت تعدد تعامل اقوام و ملل، تنوع اندیشه ها و گرایش ها به حداقل ممکن کاهش می یافت. دریافتهای فرهنگی افراد محدود به توارث بود. بنابراین برای انسان عاقل، متفکر و انتخابگر مقایسه ای صورت نمی گرفت تا چالشی را موجب گشته به گزینشی بیانجامد.

اما امروز فرهنگ و آداب و رسوم جوامع مرز نمی شناسد. همچون سیلی دامن گستر بر بستر جوامع می گذرد، حفره ها به نسبت ظرفیتشان اشباع می شوند و تا آنجا که شرایط عبور باشد، نفوذ کرده و ادامه می دهد.

این تقصیر متوجه ابزار و امکانات ارتباطی نیست بلکه متوجه دولت‌مردان و اندیشمندانی است که در معرفی تاریخ و جلوه‌های فرهنگی جامعه و کشور به آیندگان ادای مسئولیت ننمودند. اگر معرفی فرهنگ غنی ملی و مذهبی و اندیشمندان و فرهیختگان در همه ابعاد و رشته‌ها به دور از تعصبات جاهلی، با قابلیت‌های فوق‌العاده‌ای که دارد همچنین غنی‌سازی برنامه‌های مورد نیاز خانواده با توجه به ویژگی‌ها و نیاز فرزندان در سطحی انجام می‌شد که قابلیت رقابت در شکلهای مختلف را با سایر برنامه‌های فرهنگی ملل مختلف داشته باشد از محدود نمودن تکنولوژی ارتباطی که با پیشرفت شگرف علم غیر ممکن خواهد بود، بی‌نیاز بوده هراسی ایجاد نخواهد شد. بلکه در برخورد فرهنگها، هویت ملی و مذهبی نه تنها آسیب ندیده، رخ نمی‌بازد، صد البته که موجب افتخار و قداست هم خواهد شد، زیرا:

- ملتی که فرهنگ غنی دارد و آن را می‌شناسد به پستی نمی‌گراید.
- ملتی که اندیشمندان و هنرمندان بزرگ دارد و آنها را می‌شناسد، احساس فقر نمی‌کند.
- ملتی که مزین به آیینی مبتنی بر آگاهی است، عقل و انسان را بزرگترین جلوه الهی می‌داند، سربلند و عزتمند است و رو به تعالی خواهد بود.
- آری، انسان بزرگترین جلوه الهی در زمین است او به عقل و تفکر مزین گردیده، مقایسه می‌کند، انتخاب می‌کند، اعتراض می‌کند، می‌آفریند و تعالی می‌جوید.

«فتبارک الله احسن الخالقین»

برخورد آرا و اندیشه‌ها، وی را به تأمل وادار می‌دارد و بر اساس معیارهایی که برایش نهاده شده به انتخاب اصلح دست می‌زند. پس باید در تربیت فرزندان سطح اطلاع و دانش اولیا ارتقا یافته تا متناسب با سن و توان فکری فرزندان، دوست، مشاور و راهنمای آنها به سوی آینده باشند.

اسلام برای تعلیم و تربیت و افزایش بینش و آگاهی مردم اهمیت فوق العاده قائل می‌باشد. قرآن کریم در خصوص اهمیت علم، تعقل و تفکر کراراً توصیه نموده است. علی (ع) می‌فرماید: «فرزندانتان را به عادات و آداب زمان خود پرورش ندهید، زیرا ایشان برای زمانی غیر از زمان شما خلق شده اند.»

حاصل توصیه‌ها و شیوه‌های تربیتی و علمی اسلام، پرورش دانشمندان بزرگ در زمینه‌های مختلف می‌باشد که عمر خود را در راه خدمت به انسان و انسانیت سپری کردند: رازی، بوعلی، خواجه نصیر، امیرکبیر، علامه طباطبایی، محمد تقی جعفری، دهخدا، مولوی، حافظ، سعدی و... نمونه‌هایی از تربیت‌شدگان آن می‌باشند.

انتشارات ایده نو با نگاه به موارد فوق و تأسی به پیامبر گرامی اسلام که می‌فرمایند: «طلب علم کنید اگر چه در چین باشد» اقدام به انتشار کتاب ارزشمند "ساده کردن زندگی با فرزندان" اثر خانم «الین جیمز» که توسط جناب آقای دکتر علیرضا جعفری از زبان انگلیسی به فارسی ترجمه شده، نموده است.

این کتاب مشاوره است گام به گام با اولیا در مسیر تربیت فرزندان‌شان از سنین حدود ۲ الی ۱۸ سالگی که دوران مهم شکل‌گیری شخصیت آنها می‌باشد؛ به آنها کمک می‌کند تا علل و انگیزه رفتاری فرزندان‌شان را در موقعیتهای مختلف روحی و اجتماعی بشناسند و عکس‌العمل متناسب با سن آنها با توجه به اصول روان‌شناختی و تربیتی از خود نشان دهند به طوری که در روند تربیتی آنها هر عمل و عکس‌العملی از فرزندان و والدین، پلکانی باشد در جهت صعود به مرتبه عالی‌تر. به پدر و مادر می‌آموزد، در برابر بعضی از رفتار فرزندان که به نظرشان نامتعادل و ناهنجار می‌آید صبر را جایگزین واکنشهای عجولانه و انفعالی نموده تا با اتخاذ تصمیمات منطقی و حکیمانه از ایجاد تنش‌های تند خانوادگی و اجتماعی پیش‌گیری نمایند.

انتشارات ایده نو از زحمات دوست بزرگوار و اندیشمند، جناب آقای دکتر علیرضا جعفری، عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی ابهر که به ترجمه این اثر ارزشمند همت گماشتند و تلاش بی‌شائبه همکاران محترمشان جناب آقای رامین اکبری لارمایی و همچنین سرکار خانم معصومه سامانی، عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار در امر بازخوانی و ویرایش و همه عزیزانی که در تدوین و چاپ مشارکت نمودند، قدردانی می‌نماید.

سید حسین غضنفری

انتشارات ایده نو

تابستان ۸۹

مقدمه مترجم

ناپلئون معتقد است: « تربیت کودک را باید سالها قبل از تولد او آغاز کرد »
زمانیکه یک زوج تصمیم می گیرند صاحب فرزند شوند باید خود را برای پذیرش
مسئولیت بلندمدت و سنگین تربیت کودک آماده کنند. درسختان بزرگان دین
اسلام آمده است که پدر و مادر باید به اندازه زحمتی که برای فرزندانشان متحمل
شده اند از آنها انتظار داشته باشند.

برای بسیاری از والدین پذیرفتن این که گاهی رفتار مناسبی با کودکشان
ندارند مشکل است اما باید پذیرفت که عدم آشنایی با مهارت های تربیتی مؤثر در
تربیت کودک و برخورد غیر کارشناسانه با آنها می تواند عواقب جبران ناپذیری را
در بزرگسالی به همراه داشته باشد. گاهی یک تنبیه به ظاهر ساده تا آخر عمر در
یاد کودکان می ماند یا یک کلمه تحقیرآمیز تأثیر بسیار عمیقی در روان کودک
باقی می گذارد که تا آخر عمر دلایل ناکامی های خود را به آن موضوع مربوط
می کند.

کتابی که در پیش رو دارید سعی کرده است تا درخصوص تربیت کودک و روشهای کنار آمدن با بچه‌ها و ساده کردن زندگی با آنها راهکارهای علمی و مفیدی را ارائه کند. امروزه به خاطر پیچیده شدن زندگی و به تبع آن دغدغه‌های فراوان برای تأمین مخارج، والدین مجبورند که قسمت زیادی از وظایف پدر و مادری خود را به دیگران محول کنند. راهکارهای ارائه شده در این کتاب به والدین و مراقبین کودک کمک می‌کند تا ساعات اندکی را که با آنها می‌گذرانند در آرامش سپری کنند و با استفاده از تکنیکهای ارائه شده درخصوص به حداقل رسانیدن تنش بین خود و کودکان گامهای مؤثری بردارند. امیدواریم که با مطالعه کتاب و به کار بستن روشهای ارائه شده در آن زندگی شاد و با ثباتی را در کنار فرزندان دلبندتان سپری کنید. در پایان از زحمات سرکارخانم ناهید کریمی، کمال تشکر و قدردانی را داریم همچنین از آقای رامین اکبری لارمایی، دکتر ایوب دبیری و سرکار خانم مهرناز عضو خوبان به خاطر زحماتی که کشیده‌اند سپاسگزاری می‌نماییم. در صورت تمایل می‌توانید نظرات و پیشنهادهای خود را به آدرس زیر ارسال نمایید.

Email: PersianARJ@yahoo.com

www.PersianARJ.blogfa.com

درباره نویسنده،

الین اس تی جیمز بنیانگذار مشاوره املاک در گروه بانوان در آمریکا است. او از نویسندگان و پیشگامان متخصص آمریکایی در موضوع « ساده سازی امور زندگی » می باشد که اکنون در زمینه مشاوره خانواده نیز فعالیت می نماید.

الین اس تی جیمز، نویسنده سه عنوان از پر فروش ترین کتابهای ملی به نامهای « زندگیتان را ساده کنید »، « سادگی درونی » و « ساده زندگی کنید » است. او و همسر نویسنده اش، تونی گیبس، یک زندگی ساکت و آرام در سانتا باربارای کالیفرنیا دارند.

کتاب حاضر « ساده کردن زندگی با فرزندان »، تجارب وی در خصوص تربیت فرزندان و ارائه راهکارهای مناسب با آنها می باشد.