

بائے خدا

آنچه والدین

پیش از متاعی و کلدس اولی ها باید بدانند

مؤلفان:

کریم رنجبر

جعفر هوشمند سرستانی

سرشناسه	رتجبر، کریم، ۱۳۶۳
عنوان و نام پدیدآور	آنچه والدین پیش دبستانی ها و کلاس اولی ها باید بدانند/مولفان: کریم رتجبر، جعفر هوشمند سروستانی.
مشخصات نشر	شیراز: تخت جمشید: قشقای، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	۲۲۴ ص.
شابک	978-600-283-057-9
وضعیت فهرست نویسی	فیا
موضوع	کودکان پیش دبستانی و کلاس اول دبستان
موضوع	آموزش و پرورش کودکان -- مشارکت والدین
موضوع	خانه و مدرسه
موضوع	والدین و کودک
سبب افزوده	هوشمند سروستانی، جعفر، ۱۳۴۵ -
رده کنگر	HQ ۷۷۴/۵/۹۸ ۱۳۹۲
رده بندی دی	۶۴۹/۶۴
شماره کتابخانه	۳۲۳۶۹۱۸



خانه والدین پیش دبستانه ها و
کلاس اولی ها باید بدانند



مؤلفان: کریم رتجبر، جعفر هوشمند سروستانی □ نشر: تخت جمشید □ ناشر همکار: قشقای

نوبت چاپ: اول، شهر: شیراز، شابک: ۹-۰۵۷-۲۸۳-۶۰۰-۹۷۸

شمارگان: ۳۰۰۰ جلد □ صفحه آرا: کریم رعیتی □ طرح جلد: عارف کشاورز

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: فن پیران

قیمت: ۶۵۰۰ تومان

کلیه حقوق برای نویسندگان محفوظ است

مرکز نشر: شیراز، خیابان پیروزی، انتشارات قشقای

تلفن: ۰۷۱۱-۲۲۲۶۲۷۰، ۲۲۴۵۴۰۱

Web Site: www.shiraznasher.com

E-mail: nashershiraz@yahoo.com

تلفن های سفارش کتاب: ۰۹۱۷۸۱۲۷۰۷۴-۰۹۱۷۱۰۸۵۷۷۸

فصل اول

رشد کودکان پیش دبستان و کلاس اول

۱۵	رشد هی سرنوشت ساز یا بحرانی
۱۸	رشد نمو های رشد
۲۰	رشد شناختی
۲۳	رشد عاطفی
۲۶	رشد جسمی و حرکتی
۲۹	رشد اجتماعی
۳۱	رشد عاطفی
۳۴	رشد اخلاقی
۳۸	رشد مذهبی
۴۰	دوره های تعادل و عدم تعادل

فصل دوم

تفاوت های فردی

۴۷	روان شناسی سرشتی
۴۹	سه تیپ جسمی متفاوت

فصل سوم

کمک به رشد کودک

۶۳	اعمال قدرت والدین؛ منطقی یا غیر منطقی؟
۶۵	شیوه های فرزند پروری
۷۱	عزت نفس و خود باوری
۷۳	گوش کردن بازتابی
۷۶	مسئولیت پذیری و همکاری کودک

۸۰	آموزش مسایل مالی
۸۵	اهمیت بازی در فراگیری کودک
۹۰	صحبت کردن درباره کودک

فصل پنجم

مدرسه

۹۳	پیش دبستان و اهمیت آن
۹۴	کلاس اول دبستان و نقش آن در زندگی کودک
۹۶	آمادگی کودک برای مقطع پیش دبستانی و کلاس اول دبستان
۹۹	انتخاب مدرسه و رابطه والدین به محیط و فضای آموزشی
۱۰۰	توصیه‌های والدین به کودکان
۱۰۱	مدرسه رفتن
۱۰۹	آیا کودکان پیش دبستانی می‌توانند بخوانند بیاموزند؟
۱۱۴	مشکلات مدرسه‌ای کودک
۱۱۶	مراقبت قبل و بعد از مدرسه‌ی کودک
۱۲۰	انجام تکالیف مدرسه
۱۲۳	کودکی که محبوب نیست
۱۳۰	کودک باهوش
۱۳۲	اطلاع والدین از عملکرد تحصیلی کودک
۱۳۳	مردودی و تکرار کلاس اول
۱۳۵	اختلال کمبود توجه و بیش فعالی
۱۳۸	ناتوانی‌های یادگیری
۱۴۱	ارتباط خانه و مدرسه

فصل ششم

چالش‌های خاص والدین

۱۴۹	تأثیر اشتغال مادر بر رشد کودک
-----	-------------------------------

۱۵۱	کمرویی و روش‌های مقابله با آن
۱۵۳	آیا من فرزندم را لوس می‌کنم؟
۱۵۶	با دروغگویان کوچک چگونه باید رفتار کرد؟
۱۵۹	درباره جنسیت و زایمان باید به کودکم چه بگویم؟
۱۶۱	تلویزیون، سواد کامپیوتری و بازی‌های ویدئویی و رایانه‌ای
۱۶۹	دستی کردن کودک
۱۷۲	با دشمنای خواهر و برادرها چه باید کرد؟
۱۷۸	کریک آزاری
۱۸۳	آزار جنسی کودکان: پیشگیری و مقابله با آن
۱۸۴	تنبیه کودک
۱۸۸	طلاق والدین
۱۹۱	توالف رفتن و شب ادراری کودک
۱۹۶	هراس در کودکان
۲۰۰	واکنش کودک نسبت به موضوع مرگ

فصل ششم

سلامت و بهداشت کودک

۲۰۳	تغذیه کودک
۲۰۷	بهداشت دهان و دندان
۲۱۰	خواب کودکان
۲۱۳	چگونه متوجه شوم که فرزندم به درمان نیاز دارد؟
۲۱۷	کمک گرفتن از متخصصین بهداشت روانی
۲۱۹	سخنی دیگر با والدین
۲۲۲	منابع

مقدمه

بزرگواران! زمین آماده‌ای است که هر چه در آن کاشته شود پرورش می‌یابد.

حضرت علی^{علیه السلام}

پیچیدگی و غافل بودن تعلیم تربیت فرزندان و مواجه شدن با نیازهای عاطفی آن‌ها مؤید این نکته است که والدین نیازمند اندوخته‌ای عظیم از مهر، شفقت، عشق، اطلاعات و آگاهی‌های مفید و مؤثر در زمینه‌ی تربیت و پرورش کودک هستند. چگونه می‌توان اندوخته‌های والدین را افزایش داد؟

پرو داگلاس

روزی «فابر» دانشمند فرانسوی، آزمایشی ساده انجام داد که دربردارنده‌ی پیام مهمی برای انسان‌ها بود.

او با چند کرم هزارپا که به صورت گروهی زندگی می‌کنند، آزمایش را انجام داد و آن‌ها را در ظرفی دایره‌ای گذاشت. از آنجا که این کرم‌ها به محبت و نریزی به دنبال هم حرکت می‌کنند، شروع به حرکت دایره‌واری در کنارهای ظرف کردند. سپس فابر مقداری غذای مخصوص کرم‌ها را در وسط ظرف گذاشت. اما کرم‌ها بدون توجه به غذا در چند سانتی‌متری آن‌ها، آن قدر به حرکت دایره‌وار خود ادامه دادند تا گرسنگی و خستگی بر آن‌ها غالب شد و همگی از پا درآمدند.^۱

^۱ اطلاعات، شماره ۲۵۵۸۵، ص ۸.

خوب! رفتار این حشرات چه ارتباطی می‌تواند با زندگی ما انسان‌ها داشته باشد؟! و این آزمایش چه پیامی برای ما دارد؟

اگر به درستی به زندگی انسان در دنیای کنونی نظر کنیم می‌بینیم که پیام این آزمایش، همان واقعیتی است که در زندگی بیشتر ما نیز اتفاق می‌افتد.

بسیاری وقت‌ها فاصله‌ی رسیدن تا هدف، بسیار کوتاه است اما ما این را نمی‌دانیم و می‌بینیم و به همین خاطر یک عمر سرگردان به دور خود می‌چرخیم تا این که عجزت بدون این که به هدف رسیده باشیم، از پا در آییم. آنوقت زبان به گلایه می‌گشاییم: «ما تمام تلاش خود را کردیم و همه‌ی رنج‌ها را به جان خریدیم، پس چرا حلالم به یاد رفت و به نتیجه نرسیدم؟! آری، ما تمام تلاش خود را می‌کنیم تا به نتیجه‌ی این آل خود برسیم اما در بسیاری از مواقع به خاطر آن که از راه‌های رسیدن به انسان‌ها منع نداریم، از رسیدن به نتیجه‌ی دلخواه باز می‌مانیم. به عبارت دیگر با کوشش بدون آگاهی و شناخت، فقط خود را خسته می‌کنیم بی آن که بهره‌ای برده باشیم.

«آلفرد مونتپیرت» نویسنده‌ی کتاب «روبرو» فلسفه‌ی یک انسان، می‌گوید: «تکان خوردن را با پیشرفت و جلو رفتن نباید به اشتباه رفت. اسبی که جست و خیز می‌کند، پیش نمی‌رود». ما باید بدانیم که هر حرکت بدون آگاهی، شناخت، اقدام سازنده و مثبت نیست. هر فعالیت و حرکت و کوششی بدون آگاهی، شناخت، اقدام سازنده به حساب نمی‌آید و به تکامل نمی‌انجامد.

والدین نیز بدون داشتن آگاهی و شناخت نسبت به دنیای کودکان و نیازهای کودکان، قادر نخواهند بود به هدف خود که همان خوشبختی خود و فرزندانشان در کنار همدیگر و همچنین در جامعه است، دست یابند. چه بسیار پدر و مادرهایی که سال‌ها برای رشد و تربیت کودکانشان تلاش می‌کنند و پس از بزرگ شدن آن‌ها می‌بینند که استعدادها و توانایی‌های بالقوه‌ی آنان آنگونه که باید، بالفعل و شکوفا نشده است. به راستی چند درصد از توانایی‌های کودکان به شکوفایی می‌رسد؟!

«ویلیام جیمز» پدر روان‌شناسی مدرن و فیلسوف بزرگ آمریکایی، می‌گوید: «در مقایسه با آنچه که باید باشیم، تقریباً خوابیم. ما فقط از بخش کوچکی از توانایی‌های جسمی و مغزی خود استفاده می‌کنیم. اگر پرده‌پوشی را کنار بگذاریم، باید بگوییم که بشر در چهارچوب محدودیت‌های خود زندگی می‌کند. او صاحب نیروهای گوناگون و عجیبی است که بر حسب عادت، از آن‌ها استفاده نمی‌کند.»^۱

یکی از انسان موجود شگفت‌انگیزی است که می‌شود او را در محیط‌های مختلف و با تربیت‌های متفاوت پرورش داد. و بدین وسیله است که استعدادهای خدادادی او بسته به نوع محیط تربیت، سرکوب یا شکوفا می‌گردد. سرگذشت بسیاری از انسان‌ها در کتاب‌های محیط و نوع تربیتشان تغییر کرده است، این موضوع را به صورت ملموس تربیت‌پسندان نشان می‌دهد.

«هانری پرون»، روان‌شناس معروف فرانسوی یکی از این سرگذشت‌ها را این گونه گزارش می‌دهد: «در آمریکای غربی، در کشور پرو قبیله‌ای است به نام «گایاکیل». مردم این قبیله در حالت بسیار بدنی و دشوار زندگی می‌کنند. تغذیه‌شان از میوه‌های درختان جنگلی و گوشت شکار است. خانه‌سازی در این قبیله مرسوم نیست و دهکده‌ای ندارند. زبان آن‌ها نیز بسیار محدود و ابتدایی مانده است. روزی یکی از قوم‌شناسان که در پرو مأموریت داشت، اختراجه‌ی دو ساله‌ای از این قبیله را که در محله‌ی سفیدپوستان رها شده بود، پیدا کرد. او را با خود به خانه برد و به دست مادر خود سپرد تا او را به سبک اروپایی تربیت کند. این تغییر محیط و شیوه‌ی تربیت سبب شد که کودک مزبور به سرعت با سبک زندگی اروپایی تطابق پیدا کند و پیشرفت‌های بزرگی در زندگی او روی دهد. آن دربارده بیست و دو سالگی به سه زبان سخن می‌گفت، همچنین تحصیلات دانشگاهی را تمام کرد. با افراد قبیله‌ی خود از لحاظ فرهنگی فرسنگ‌ها فاصله گرفت.»^۲

^۱ کارنگی ص ۱۵۹.

^۲ یوسف کریمی به نقل از عظیمی ص ۲۳.

به راستی کودکِ انسان آموزنده‌ی خارق‌العاده و شگفت‌انگیزی است که اگر در معرض هر محیط و تربیتی قرار گیرد، بسیار زود خصایص آن را می‌آموزد و به همان شیوه زندگی می‌کند. می‌توان گفت که تفاوت بین انسان و حیوان، همین شیوه‌ی تربیت انسانی است. شاید سرنوشت کودکانی که در جنگل‌ها رها شده‌اند برایتان شگفت‌انگیز باشد.

سینگ^۱ نام کشیشی هندی است که روزی در جنگل‌های هندوستان دو دختر بچه را یافت. آن‌ها در جنگل به حال خود رها شده بودند. طبق گزارش سینگ این دو کودک در هنگام پخته شدن جز شکل ظاهری، هیچگونه علایمی از انسان بودن را نداشتند. چهار دست و پا راه می‌رفتند، زوزه می‌کشیدند، از انسان‌ها گریزان بودند و بودن با حیوانات را ترجیح می‌دادند، به خوردن گوشت خام علاقه داشتند، چشمان آن‌ها حالت حیوانی داشت و راحت از درختان بالا می‌رفتند.

سینگ آن‌ها را با خود به خانه برد و یکی را «آمالا» و دیگری را «کامالا» نامید و سپس به تربیتشان همت گماشت. روش‌های او در مدت چند سال باعث شد که این دو کودک سخن‌گویی را بیاموزند، عادات و آداب انسانی را فرا بگیرند، غذا خوردن با قاشق را آغاز کنند و حضرات انسان‌ها را بر حیوانات ترجیح دهند.^۲

از سرگذشت آمالا و کامالا چه نتیجه‌ای می‌توان گرفت؟ چرا آمالا و کامالا که ارگانیزم یک انسان را داشتند، رفتار و زندگی حیوانی پخته بودند؟ و چگونه توانستند عادات، آداب و زبان انسانی را تا حدودی فرا بگیرند؟

در پاسخ به این سؤال‌ها می‌توان گفت که به طور کلی این استثنای شخصیت و رشد و تکامل انسان دو دسته هستند: ۱. عوامل وراثتی ۲. عوامل محیطی

انسان با ویژگی‌های ژنتیکی و جسمانی خاصی به دنیا می‌آید و از آن پس هر و کار

^۱ Sing

^۲ یوسف کریمی به نقل از عظیمی ص ۲۲

او با محیط اطراف خواهد بود. اگرچه ویژگی‌های توارثی نوزاد در شکل‌گیری شخصیت او نقش مهمی دارند، اما باید توجه داشت که این ویژگی‌ها تنها در محیطی مناسب می‌توانند شکل‌گیری شخصیت را امکان‌پذیر سازند. به عبارتی وراثت مادی خام خصایص بشر را آماده می‌سازد و محیط به وسیله‌ی تغذیه، پرورش و یادگیری، حمایت و تحریک، آن را به صورت مجموعه رفتارهای معین دمی آورد.^۱

پس تربیت رکن بسیار مهمی در تکامل کودکان محسوب می‌گردد و اصلی‌ترین جایگاه ارایی آن خانواده است. در سال‌های نخست زندگی هیچ کس نمی‌تواند جایگزین پدر و مادر و خانواده شود. چون که اولین و مهم‌ترین نهادی که می‌تواند محیط مناسبی برای رشد کودک در دوره‌های سرنوشت‌ساز زندگی او فراهم کند، خانواده و در زیر سایه پدر و مادر بودن است. خانواده بعد از عامل وراثت، نخستین شکل دهنده‌ی رفتار و تفکر آدمی است زیرا پیدایش و گسترش بیشتر عادات، نظرها و گرایش‌های کودک از خانه و خانواده آغاز می‌شود و او از خانواده‌اش (مادر و پدر و...) یاد خواهد گرفت که چه چیز را، چه وقت و چگونه بخورد، به چه زبانی و چگونه سخن بگوید، چه نوع لباس و چگونه بپوشد. چگونه با مردم رابطه برقرار کند، چگونه حقوق دیگران را محترم بشمارد، چگونه مسؤولیت‌های اجتماعی خود را انجام دهد و...^۲ یاد خانواده، جایی است که کودک در آن یاد می‌گیرد که چگونه زندگی کند و از زندگی لذت ببرد.^۳

انتخاب شیوه‌ی مناسب برای رشد و تربیت ذهنی و شخصیتی کودک مستلزم آن است که پدران و مادران با ویژگی‌های رشد، تفاوت‌های فردی و اصول و روش‌های رفتار با کودک آشنا باشند و از این روش‌ها در تربیت و پرورش خود بهره‌مند گردند.

^۱ یوسف کریمی به نقل از عظیمی ص ۲۵

^۲ شعاری‌نژاد ص ۴۱.

شک نیست که هر گاه پدر و مادری، مقدم به بسیاری امور مهم یا کم اهمیت زندگی، برای تربیت فرزندان طرح و برنامه‌ی مشخص و مبتنی بر اصول روان‌شناسی در تعلیم و تربیت داشته باشند، همچنان از قدرت و نفوذ بسیار بر شخصیت و رفتار کودکان و شکل‌گیری نگرش‌های اساسی آنان در زمینه‌های اخلاقی، فکری و شخصیتی برخوردار خواهند بود.^۱

بی‌خوب عمل کردن، احتیاج به خوب دانستن و شناخت کافی است. این کتاب که شامل تحقیقات و یافته‌های روان‌شناسان و کارشناسان آموزشی و پرورشی بزرگ دنیا می‌باشد، شما والدین کمک می‌کند که نسبت به یکی از مهم‌ترین دوره‌های سرنوشت‌ساز زندگی کودکان یعنی سنین پیش‌دبستانی و کلاس اول دبستان، شناخت و آشنایی کامل‌تری پیدا نموده و در جهت شکوفایی فرزندان با دیدگاهی وسیع و روشن برآید. هدف کتاب به گونه‌ای صورت گرفته است که مطالب را به صورت کاربردی و گام‌به‌گام در اختیاران قرار می‌دهد.

به طور کلی آموزش پیش‌دبستانی، حمایت بخش‌های خصوصی به کودکان سنی یک تا پنج سال در مراکز آموزشی ارائه می‌دهد. در این مراکز کودکان خود به گروه‌های سنی یک تا چهار سال و پنج تا شش سال تقسیم می‌شوند.^۲

منظور ما از کودکان پیش‌دبستانی در این کتاب، گروه سنی پنج تا شش سال، و منظور از کودکان کلاس اولی گروه سنی شش تا هفت سال می‌باشد. پس هر جا که گفته شد کودکان ۵ ساله منظور همان کودکان پیش‌دبستانی و هر جا از کودکان ۶ ساله نام برده شد، منظور کودکان کلاس اول دبستان می‌باشد.

در فصل اول، تحت عنوان «رشد کودکان پیش‌دبستانی و کلاس اولی» به بررسی دوره‌های سرنوشت‌ساز و قابلیت‌های فرزند شما تأکید شده و روش‌های ساختی،

^۱ نیک‌خو ص ۹۲.

^۲ علیزاده به نقل از شکوهی ص ۴۵.

زبانی، جسمانی - حرکتی، اجتماعی، عاطفی، اخلاقی و مذهبی وی مورد توجه قرار می‌گیرد. همچنین به دوره‌های تعادل و بی‌تعادلی که منجر به رفتارهای متفاوت در طول رشد کودک می‌گردد، اشاره شده است. هنگام مطالعه، توجه داشته باشید که آنچه در این فصل آمده، به عنوان رهنمودهای کلی ارائه شده است. در حالی که هر کودک موجودی منحصر به فرد است که آهنگ رشد خاص خود را داراست و به شما و سرعت مختص خود از نردبان رشد بالا می‌رود.

فصل دوم. تحت عنوان «تفاوت‌های فردی» به روان‌شناسی سرشتی و نظریات تیپ‌شناسی پرداخته می‌شود که می‌تواند به عنوان یک راهنما برای درک و شناخت بعضی جنبه‌های مختص در کودک، مورد نظر و توجه والدین قرار گیرد. در این فصل پدر و مادر با ویژگی‌های مهم ساختاری بدن فرزندشان آشنا شده و می‌توانند با آگاهی از تفاوت‌های اختار، تفاوت‌های رفتاری و شخصیتی او را تمیز دهند.

در فصل سوم. پیشنهادها، جنبه‌های تربیت رشد کودک در زمینه‌های مختلف ارائه شده است. این که والدین چگونه به صورت منطقی اعمال قدرت نمایند و از کدام شیوه‌ی فرزندپروری بی‌روزی کنند تا فرزندانشان متکی به خود، مسؤول و همیار بار آیند. همچنین به نحوه‌ی شکل‌گیری و پرورش عزت نفس در کودک از طریق تفکر در مورد «خود ادراک شده» و «خود ایده‌آل» پرداخته شده است. گوش دادن بازتابی که منجر به همکاری کودک می‌گردد، آموزش مسئولیت‌آلی، اهمیت بازی در فراگیری کودک و صحبت کردن با دیگران درباره‌ی کودک در حضور او از دیگر موضوعات این فصل می‌باشد.

مدرسه عنوان **فصل چهارم** است که به اهمیت و نقش دوره‌ی پیش‌دبستانی، کلاس اول دبستان در زندگی کودک، آمادگی او برای شروع این مقاطع، انتصاب مدرسه، مشکلات مختلف و پیچیده‌ی کودک در طول این دو دوره و ارتباط خانه و مدرسه می‌پردازد.

والدین در پرورش کودکان پیش‌دستانی و کلاس‌اولی با چالش‌های خاص خود

روبه‌رو هستند. فصل پنجم ضمن پرداختن به برخی از مهم‌ترین این چالش‌ها، طریقه‌ی واکنش صحیح و مناسب به آن‌ها را بیان می‌کند. هر چالشی در عین حال که مسأله‌ساز است می‌تواند فرصتی برای رشد و تکامل فرزندان نیز باشد.

در فصل ششم، سلامت و بهداشت کودک شامل تغذیه، خواب، بهداشت دهان و دندان و چگونگی کمک گرفتن از متخصصین بهداشت روانی مورد بررسی قرار گرفته است.

هفتمین در تیر انتهای کتاب تحت عنوان «سخنی دیگر با والدین» به اهمیت توجه پدر و مادر به نیازهای شخصی خودشان در کنار انجام وظیفه‌ی پدر و مادری پرداخته شده است.

در پایان این کتاب یک آدیش و مدیر مؤسسه‌ی «تکاپوگران حقیقت»، جناب آقای جعفر موسوی رستانی که انگیزه‌دهنده و پشتولانه‌ی تألیف این کتاب بودند و همچنین از همکارانی میمانه‌ی کتابداران کتابخانه‌ی عمومی شهرستان خرامه آقایان بهرام نجفی و حبیبی شادانی و خانم فاطمه زارع و کتابداران کتابخانه‌ی شهید دستغیب شیراز که در قدردانی می‌نمایم.

که ذکر این نکته نیز ضروری است که همواره با نگاه مشتاق و سینه‌ای باز آماده‌ی پذیرش راهنمایی‌ها و انتقادات ارزنده‌ی صاحبان نظران تعلیم و تربیت، مربیان، معلمان و اولیای گرامی هستیم. به امید آن که کاسه‌ی این تألیف در خلال رهنمودهای شما خوانندگان اهل بصیرت مرتفع گردد.