

بسم الله الرحمن الرحيم



رفتارهای پسندیده و ناپسند در کودکان و نوجوانان

دکتر احمد پدram

سرشناسه: پدرام، احمد، ۱۳۳۵ -

عنوان و نام پدیدآور: رفتارهای پسندیده و ناپسند در کودکان و نوجوانان / احمد پدرام؛ [ویراستار رقیه منصوری‌بنی].

مشخصات نشر: اصفهان: ترانه پدرام، ۱۳۹۴.

مشخصات ظاهری: ۲۰۸ ص: جدول؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۴۸۸-۴-۲

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: کتاب حاضر در سال‌های مختلف توسط ناشران متفاوت به چاپ رسیده است.

یادداشت: کتابنامه: ص. [۲۰۴-۲۰۸].

موضوع: رفتار والدین

موضوع: کودکان — سرپرستی

موضوع: کودکان — روان‌شناسی

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۴ ۷۴۷/۸/۱

رده‌بندی دیویی: ۶۴۹/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۴۰۱۳۰۱۸



رفتارهای پسندیده و ناپسند

در کودکان و نوجوانان

مؤلف: احمد پدرام

ویراستار: رقیه منصوری‌بنی

انتشارات: ترانه پدرام

تعداد صفحات / قطع: ۲۰۸ / ربع

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۴۸۸-۴-۲

نوبت چاپ: ششم / اول ناشر

تاریخ چاپ: پاییز ۱۳۹۴

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و تولید: پدرام

۵۷۴۸۱۱۴۶۱۰۹

آدرس: اصفهان - خ شیخ صدوق شمالی - حد فاصل

چهارراه نیکبخت و شیخ مفید - ساختمان سرو - طبقه اول

۰۳۱-۳۶۶۴۱۴۲۲-۳



نشر و پخش کتاب

فهرست مطالب

فصل اول: پدر و مادرها و شیوه‌های تربیتی	۱۱
فصل دوم: جدول شاخص‌های رشد رفتارهای طبیعی	۱۹
فصل سوم: رفتار پسنندیده و رفتار ناپسند	۲۹
فصل چهارم: فرزندان ما و نیازهایشان	۵۷
فصل پنجم: مشکلات درسی و علل آن	۶۹
فصل ششم: روابط مادر و پدرها (عقدی کائن)، رابطه‌ی فامیل و پدر بزرگ‌ها و مادر بزرگ‌ها	۸۳
فصل هفتم: اخلاقیات و تخیل در کودکان و نوجوانان	۹۳
فصل هشتم: دوستی و دوست‌یابی در کودکان و نوجوانان	۱۰۳
فصل نهم: لجبازی در کودکان و نوجوانان	۱۱۷
فصل دهم: شب‌آزاری در کودکان و نوجوانان	۱۲۷
فصل یازدهم: لکنت زبان	۱۳۳
فصل دوازدهم: اضطراب جدایی	۱۳۹
فصل سیزدهم: بیش‌فعالی	۱۴۵
فصل چهاردهم: مفهوم مرگ و سوگواری در کودکان	۱۵۱
فصل پانزدهم: کودک آزاری چیست؟	۱۵۷
فصل شانزدهم: طلاق، نامادری و ناپدری و مرگ پدر یا مادر	۱۶۳
فصل هفدهم: مکیدن انگشت، ناخن جویدن و دندان قروچه	۱۷۷
فصل هجدهم: تپک و دندان قروچه	۱۹۳
فصل نوزدهم: حرف آخر: فرزند قرنطینه شده یا واکنش‌دهنده	۱۹۹
منابع	۲۰۴

بیشگفتار

در واقع مهمترین هدیه و میراثی که پدر و مادر برای فرزندشان می‌گذارند تربیت اوست. آنچه هر فردی را در زندگی هدایت می‌کند حاصل تربیت او و عصاره‌ی آموزه‌های خانوادگی است.

منش و سلوک، طرز حرف زدن، شیوه‌ی فکر کردن و احساسات آدمی وابسته به تربیت می‌باشد. معیارها و ارزش‌ها، اعتقادات، رفتارهای پسندیده و ناپسند، همگی ریشه در تربیت دوران کودکی و نوجوانی دارد.

بار سنگین این مهم بر دوش پدر و مادر است، پدر و مادری که قصد دارند بهترین الگوهای تربیتی را به فرزندانشان ارائه دهند.

مگر این پدر و مادرها چند بار فرزند پروری را تجربه کرده‌اند که از خود انتظار دارند تربیتی بدون نقص و کامل ارائه دهند؟

هر کودک شاخصه‌های ویژه‌ی خود را دارد و تجربه‌ی تربیت کردن او نیز منحصر به فرد است. بنابراین تجربه‌ی بزرگ کردن یک فرزند ضامن بدون

خطا بودن تربیت فرزند بعدی نیست.

ما سعی می‌کنیم با استفاده از تجربه‌های دیگران راهکارهایی را برای حل مشکلاتی که با فرزندمان داریم پیدا کنیم و طبعاً هر روز با بحران‌ها و چالش‌های بی‌شماری که هر روز در این راه با آن مواجه هستیم، دست و پنجه نرم می‌کنیم. بنابراین پدر و مادر شدن آمیزه‌ای از بیم و امید، خشم و محبت و پیروزی و شکست در راه تربیت است.

علم و تجربه‌ی تربیت فرزند هر روز در حال نوشدن است. آنچه در جامعه‌ی ما به کار می‌آید ممکن است در فرهنگ‌های دیگر، کارایی چندانی نداشته باشد که عکس آن را صادق است.

ما در ایران زمین، بزرگ‌ترین تجربه‌های فرهنگ و زمان و زبان خود را داریم که از تعامل متخصصان پدر و مادرها به وجود می‌آید. این علم سرمایه‌ای عظیم برای یک ملت است. علمی نوین و در حال رشد و تغییر و بالندگی.

آموزش هر علمی، فن و مهارت خاص خود را می‌طلبد. ظریفی که در این حرفه (یعنی تعلیم و تربیت) وجود دارد بسیار زیاد است که وابسته به شخصیت و مهارت‌های فرد آموزش دهنده است.

این دو، یعنی علم و توان آموزشی در آثار آئی‌ام‌اچ‌اچ پدرام به وضوح به چشم می‌خورد، آثاری مثل، «گل آبی سلام»، «مثل آسمان بهاره»، «نقره‌ی موی مادر بزرگ»، «کلنجارهای ما»، «خانواده و تربیت فرزند»، «تلاشی‌های جنسی پدر، مادر، فرزند» و....

باید بگویم مقدمه نوشتن بر کتابی که در دست دارید کار ساده‌ای نیست. زیرا هر بخش آن مقدمه‌ی خاصی لازم دارد.

«رفتارهای پسندیده و ناپسند» نیز نامی است که فقط شایسته‌ی قسمتی از کتاب می‌باشد. جای جای کتاب حرفی برای گفتن دارد و هر قسمت دارای رویکردی متفاوت است.

فصلی که مربوط به تشویق کردن است، مفصل و دارای جزئیات فراوان است و مثال‌های جالبی در آن به چشم می‌خورد که کاربردی است. در همه‌ی مباحث کتاب راه کارهای فراوان خلاق و کاربردی وجود دارد که هر کدام می‌تواند گره‌گشای مشکل خانواده‌ای باشد. لحن و کلام در جایی حکایت از ذخیره‌ی علمی و تجربه‌ی نویسنده دارد و در جای دیگر توانایی و مهارت انتقال و طلب را نشان می‌دهد.

به عنوان یک درمانگر نکته‌های فراوانی لابه‌لای نوشته‌های این کتاب یافتیم که در کارم کمک کننده خواهد بود. روی سخن در بعضی از قسمت‌ها به سمت کسانی است که درمانگرند یا اطلاعات فراوانی در این راستا دارند و بعنوان انتقال تجربه به کار می‌رود.

در فصل‌های مختلف نیز نکات در خور توجه‌ای برای خانواده‌ها و درمانگران وجود دارد. فصلی که در مورد سرگرمی است یا فصلی که نکات مربوط به طلاق و ارتباط با ناپدیری و نامادری‌ها، مطرح می‌کند پختگی نویسنده را در جمع‌آوری مطالب علمی و تجربه‌های درمانی نشان می‌دهد. پیش گام شدن در ابراز موضوع و فصل «فرزند قرنطینه شده با ویزیت واکسینه شده» واقعاً قابل ستایش است. جرئت به کار بردن و طرح «سر رفتن آموزشی» هم جای تقدیر دارد.

می‌توان گفت تعدد و تنوع موضوعاتی که در این کتاب آمده، از رانج به دایره‌ی المعارفی تبدیل کرده است که بعضی از موضوعات را بسیار عمیق و مفصل توضیح داده است و بعضی را در حد نیاز، پیش بینی این موضوع ساده است که نویسنده بعضی از فصل‌های این کتاب را در آینده با استفاده از تجارب درمانی و گزارش‌های موردی بسیار، به کتاب‌های مجزایی تبدیل کند.



آنچه همه‌ی این نوشته‌ها را همچون رشته‌ای ظریف به هم وصل کرده است ذهن زیبا و پویای آقای پدرام است که مشتاقانه و امیدوار به دنبال آشتی دادن ما و فرزندان مان و حتی ما و پدر و مادر بزرگ‌های است (که در فصل روابط خواهر و برادرها به ظرافت به نکات کلی و آسیب شناسی آن پرداخته است). نویسنده با برخوردهای انسانی و واقع گرایانه با مشکلات، سعی کرده است به ما آرامش دهد، از مطلق گرایی و جزمی نگری برهاند و در حل مشکلات فرزندان مان ما را یاری دهد که به راستی در این کار موفق بوده است. این کتاب سبستگی چند بار خوانده شدن توسط پدر و مادران را دارد و می‌تواند برای درآنگین تمام کسانی که با تربیت، آموزش و درمان کودکان و نوجوانان سر و کار دارند کمک باشد، پس به طور ویژه مطالعه‌ی آن را به مربیان و آموزگاران و دبیران عزیز توصیه می‌نمایم.

دکتر محمد مسعود ازهر

توق تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان

چون پنجره‌ای به سری دریا بازدم
با ساز و سرود موج هم آوازم
سرشار ز بوی رفتنم هم چون باد
چون بال پرندگان پر از پروازم
بدرام

مقدمه

امروزه پدر و مادرها آموخته‌اند که به کاستی‌ها توجه کنند. آنها به جای آنکه به آنچه که برای فرزندان خود انجام داده‌اند نگاه کنند، به آنچه برای او انجام نداده‌اند می‌نگرند. مادری که در دوران بارداری به خاطر جنین مراقب خود می‌باشد. مادری که به خاطر فرزندش تحصیل، تشکلی خود را نیمه تمام رها می‌کند، به خاطر تربیت بهتر فرزندش کار را رها می‌کند یا دستر کار می‌کند، از دیدار دوست و اقوام چشم می‌پوشد، در مهمانی‌ها شرکت نمی‌کند و پا به پای جنین و نوزاد و کودک نوپا و دانش آموز و دانشجوی خود سختی‌ها را تحمل می‌کند، مادری که همچون راننده‌ی شخصی فرزندش را از این کلاس به آن کلاس می‌برد تا فرزندی شایسته‌تر تربیت کند داستانی عادی تلقی می‌شود.

پدري که به خاطر رفاه همین کودک صبح تا شام کار می‌کند و اطفالها نیز برای درآمد بیشتر یا کمک بیشتر به فرزند خود استفاده می‌کند و در کارخانه یا همسر همکاری دارد تا او نیز دوباره در رشد و تربیت کودک بهتر عمل کند آیا فقط یک وظیفه‌ی عادی را انجام می‌دهد؟ آیا پدر و مادری که مرتب از طریق رادیو و تلویزیون و شرکت در سمینارها به دنبال راه کارهای بیشتر برای تربیت بهتر می‌باشند سزاوار تشویق و تأیید و تحسین نیستند. آیا باز هم باید به دنبال آنچه انجام نشده بود، یا بهتر است لحظه‌ای به خود آییم و از آنچه تلاش کرده‌ایم بر خود ببالیم و خود را سزاوار تحسین بدانیم.

بسیاری از بزرگسالان که امروز دچار افسردگی و اضطراب می‌باشند ریشه‌ی مشکلاتشان به دوران کودکی آنها باز می‌گردد، پس افتخار به اینکه گذشته‌ی ما اینجور بوده یا آن جور نبوده و یا اظهار تأسف از اینکه چرا کودکان امروز این مشکلات را دارند هر دو قابل تأمل بوده و لازم است به این نکته توجه شود که امروز توجه پدر و مادرها به تربیت اصولی، بیشتر از قبل است و از حالت غریزی خارج شده است و در نتیجه، این روند آموزش و تربیت خواه نا خواه همراه با شواهد و کاستی‌های مربوط به خود بوده ولی بسیار علمی‌تر است و اگر درست و کاملاً به گام انجام شود مفیدتر از گذشته خواهد بود.

به عنوان یک پدر یا مادر باید احساس خوشوقتی و خوشبختی کنیم که در دورانی زندگی داریم که می‌توانیم از تولد کودک اطلاعاتی در مورد چگونگی برخورد مناسب با او پیدا کنیم و می‌توانیم از طریق رسانه‌ها یا کارشناسان و متخصصان به سادگی و شیوایی به آن دانش دست یابیم.

ما آنچه را که امروز در تربیت بیشتر مورد توجه قرار می‌دهیم دست برداشتن از محافظت و توجه افراطی است پس حداقل به دلیل کم کاری خود را سرزنش نکنیم، چرا که امروزه بیشترین تلاش مشاوران و روانشناسان در حل مشکلات کودکان کاهش توجه و مراقبت افراطی پدر و مادر از کودک است و حتی وقتی صحبت کودک آزاری می‌شود باز هم بیشتر توجه افراطی و انتظار تربیتی زیاده روی شده را در رابطه‌های پدر و مادر با فرزند مشکل ساز می‌بینیم.

وقت آن است که علاوه بر تلاش منطقی و متعادل در امر تربیت از وجود خود، تلاش خود و نعمتی که امروز خداوند در اختیار ما قرار داده سواستغناء باشیم. از بودن در کنار خانواده لذت بیشتری برده و به جای کمال‌طلبی‌های افراطی، سپاس بیشتر خود را از عشق ورزی به همسر و کودک نشان دهیم.

فرزندان ما نکات مثبت زیادی دارند که از چشم ریزبین ما پنهان مانده است چرا که مدت‌هاست ما تیزبینی همه جانبه‌نگر خود را تبدیل به عیب جویی کرده‌ایم.