



رایکارهای مفید برای حذف

توقع‌های پجادر کو دکان



جیم فی دون بلینکس

مترجم: زمره مستی

مؤسسه انتشارات مبین اندیشه

سرشناسه : فی ، جیم ، دون بلینگس ۱۹۳۴مـ

fay, Jim . Dawn billings

عنوان و نام پدید آور : راهکارهای مفید برای حذف توقع‌های بیجا در کودکان

مؤلف: جیم فی ، دون بلینگس ؛ مترجم زهره مستی

مشخصات نشر : تهران: مبین اندیشه ، ۱۳۹۰

مشخصات ظاهری : ۱۶۰ ص

شابک : ۲۸۰۰۰ ریال - ۶-۲۸-۵۹۱۳-۶۰۰-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

یادداشت : عنوان اصلی: from innocence to entitlement: a love and

logic cure for the traqedy to entitlement c ۲۰۰۵

موضوع : ۱- خودخواهی در کودکان. ۲- کودکان - سرپرستی

رده بندی کنگره : ۱۳۸۹ ق ۹ / ۷۲۳ FB

رده بندی دیویی : ۶۴۹/۷

شماره کتابشناسی ملی : ۲۲۱۰۲۰۰



« راهکارهای مفید برای حذف توقع‌های بیجا در کودکان »

مؤلف : جیم فی - دون بلینگس

مترجم : زهره مستی

ناشر : مبین اندیشه

قیمت : ۲۸۰۰۰ تومان

نویت چاپ : اول ، ۱۳۹۰

شمارگان : ۵۰۰۰ نسخه

چاپ : دژ

ناشر همکار: آوای منجی یاس زهرا، گوهر ماندگار، سلونی، گنج معرفت، احسن الحدیث، اندیشه مظهر

شماره شابک: ۶-۲۸-۵۹۱۳-۶۰۰-۹۷۸ ISBN

کلیه حقوق ترجمه این کتاب برای ناشر محفوظ می‌باشد

تهران - خیابان قزوین، خیابان سبحانی، خیابان شهید برادران فلاح پلاک ۲۱۹

صندوق پستی ۵۹۱ - ۱۳۴۴۵ انتشارات مبین اندیشه ۰۹۱۲۳۹۰۸۴۷۵

قم: بلوار معلم / ۱۰ متری معلم / کوچه ۵ (شهید فلسفی) پلاک ۴

ممرآ: ۰۹۱۲۴۵۱۸۰۳۶ تلفکس: ۰۲۵۱ - ۷۷۴۸۳۷۰

وب سایت: www.mobineh.andisheh.com

فهرست مطالب

چکیده.....	۵
مقدمه.....	۹

فصل یک

نگاه از درون عیبی‌های دشمنی.....	۱۳
حق زندگی، آزادی و احساس خوشبختی است.....	۲۱

فصل دوم

استحقاق و توقعات بیجا باعث رشد و گسترش بیاحترامی در افراد می‌شود.....	۲۷
---	----

فصل سوم

فرهنگ متمدن و امروزی والدین و کودکان.....	۳۵
---	----

فصل چهارم

داشتن استحقاق عزت نفس.....	۴۹
----------------------------	----

فصل پنجم

هوش عاطفی مطلوب و منطقی است.....	۶۳
----------------------------------	----

فصل ششم

«عادلانه نیست».....	۷۳
---------------------	----

عادلانه نیست: فرصت با ظاهر مبدل.....	۷۳
--------------------------------------	----

فصل هفتم

شهامت نه گفتن، شیرینی بله گفتن و آگاهی و خرد شناخت تفاوت‌ها.....	۸۱
--	----

فصل هشتم

شهامت و اکسینه کردن کودکان در مقابل بلای استحقاق و توقعات بی‌جا.....	۹۵
--	----

تکنیک ساده عشق و منطق درباره نصیحت کردن فرزندان.....	۹۹
--	----

برنامه بازی عشق و منطق برای والدین.....	۱۰۵
---	-----

- مرحله ارائه عواقب کار اشتباه کودک:.....	۱۲۲
---	-----

فصل نهم

- سه عامل همدردی، الگوسازی و تجربه انجمن عشق و منطق ۱۲۷
- ۱- اختلاف داشتن بر سر مسائل ناچیز و کوچیک ۱۴۳
- ۲- سرزنش، سوءاستفاده و خشونت ۱۴۶
- ۳- بازی اثبات اشتباه طرف مقابل: ۱۴۷
- سخن آخر ۱۵۷

www.ketab.ir

مدرنیزه شدن و رشد توقعات بیجا

بسیاری از افراد رشد انسانی را به صورت تدریجی می‌دانند و داستان تکامل حیوان به انسان را باور ندارند. با اینکه اشکالات اساسی در این نظریه وجود دارد، اما منطقی به نظر می‌رسد، با این وجود بسیاری از افراد بدون فکر و یا حتی بدون هیچ مخالفتی آن را می‌پذیرند. پذیرش این مسئله بر دیدگاه ما درباره زندگی تأثیر زیادی دارد. تئوری تکامل نقاط مشترک زیادی با تئوری مدرنیزه شدن دارد، با این تفاوت که تئوری مدرنیزه شدن کاملاً برعکس عمل می‌کند. بر اساس این تئوری انسان‌ها با گذشت زمان به درجه‌های پائین‌تری از انسانیت تنزل می‌کنند که نه نسخه‌ای از انسان‌های گذشته و نسخه‌ای از انسان‌های متمدن هستند. با رشد مدرنیزه شدن در جوامع، احساس خوشبختی و شادی واقعی هر روز کم‌رنگ‌تر از قبل می‌شود. به نظر شما چگونه می‌توان این مشکل را حل

کرد؟! در ابتدا اجازه دهید تا تأثیرات منفی مدرنیزه شدن بر روابط عاطفی و اجتماعی را بررسی کنیم.

در دنیای امروزی ما هر روز نگران این هستیم که ساختمان های بلندتر و فروشگاه های بزرگتری را بنا کنیم، اما کوچک ترین حساسیتی نسبت به روابط انسانی نداریم. در حالیکه از نداشتن بودجه برای برنامه های تربیتی کودکان شکایت می کنیم از حقوق تهیه کنندگان عکس ها و فیلم های مستهجن حمایت می کنیم. در دنیای مدرنیزه ما انسان ها روز بروز شئون اخلاقی را زیر پا می گذاریم، حس انسان دوستی و مهربانی را فراموش کرده ایم و حتی این روند بر نوع تغذیه و پوشاک ما نیز تأثیر می گذارد. ما همیشه به جلسه اولیاء و مربیان دیر می رسیم و کمتر به کودکانمان در انجام تکالیفشان کمک می کنیم و بدون هیچ توجهی به برنامه های تلویزیون دائماً کانال های آن را بدون هدف عوض می کنیم.

گرمای جهانی هر روز در حال افزایش است در حالیکه نیمی از ازدواج های امروزی خالی از عشق و علاقه است. در حالیکه بدهی های ارزی روزه روز افزایش می یابد، سیاستمداران از هم بیشتر فاصله می گیرند و به دنبال جناح بندی هستند و در حالیکه شعرها و ترانه های بی محتوا روح و احساس ما را آلوده می کنند، ما به دنبال مبارزه با آلودگی هوا و تمیز کردن آن هستیم. والدین نمی توانند روابط مناسبی با کودکانشان برقرار کنند، اما در عین حال اجازه می دهند که افراد غریبه به راحتی به

حریم خصوصی‌شان وارد شوند. دنیای امروزی دورهٔ کربوهیدرات پائین، چربی بالا، لباس‌های مدروز و اندام‌های ورزیده است. در حالیکه بدن‌های ما خوش فرم‌تر می‌شود، شخصیت‌مان روز به روز پست‌تر و زشت‌تر می‌شود. حالا زمان آن رسیده که از خود بپرسیم که ما به عنوان یک انسان واقعاً قصد داریم به سوی کدام هدف تکامل پیدا کنیم؟! این مدرنیزه شدن و پیامدهای مخرب آن روزه روز زندگی‌مان را آلوده‌تر می‌کند. جالا ما چگونه می‌توانیم با این سرطان بدخیم مبارزه کنیم و آن را از بین ببریم؟!

خیلی نگران نباشید چرا که درمان بلای مدرنیزه شدن آسان و ساده است و راه حل آن داشتن ذهنی منطقی و قلبی مملو از عشق و علاقه است.

مقدمه

یادداشتی از جیم فی

تقریباً تمام والدین می‌خواهند که کودکانشان را از ناراحتی، ناامیدی، دردرس و نگرانی دور کنند در حالی‌که تمامی این موارد جزء فاکتورهای اصلی مسیر رشد کودک هستند. آن‌ها سلامتی و رفاه و حتی پس‌اندازهای مالی خود را فدای خواسته‌های فرزندان‌شان می‌کنند. من مطمئنم که شما هم والدین بسیاری را می‌شناسید که پول و سرمایه خود را به خاطر تصمیمات اشتباه و غلط فرزندان‌شان از دست داده‌اند.

حالا سؤال من این است که آیا این نوع از فداکاری‌ها در درازمدت مثبت و سازنده خواهند بود؟ چه قدر زمان لازم است تا بچه‌های این والدین از خواب غفلت بیدار شوند و متوجه شوند که خودخواه و خودمحور بزرگ شده‌اند و باید شیوه زندگی خود را تغییر دهند؟ آیا تاکنون شنیده اید که فرزندان چنین خانواده‌هایی در آینده به والدینشان جملات زیر را بگویند:

« من به شما مدیونم، شما بیش از اندازه با من خوب بودید، به جای توجه به علایق خود تنها به دنبال برآورده کردن خواسته های من بودید. من همیشه احساس خوشبختی و شادی داشتم و این باور باعث شده که هر چه قدر چیزی را بیشتر بدست می آوردم احساس کنم که استحقاقم بیشتر از این است و خود من لیاقت آن را داشته ام. بنابراین هرگز قدردانی و تواضع را یاد نگرفتم. اما حالا نگران نباشید چون من به راحتی شیوه زندگی ام را عوض می کنم و از این به بعد قصد دارم خودم تلاش و کوشش کنم و چیزی را که می خواهم بدست آورم و دیگر از کسی انتظار ندارم که خوشبختی و راحتی را برایم فراهم کند. بهترین خبر من این است که من الان شغل خوبی دارم و هر ماه مقداری از حقوقم را پس انداز می کنم و قصد دارم مقداری از آن را نیز به شما اختصاص دهم چون شما به خاطر من نتوانستید پولی پس انداز کنید. پدر و مادر عزیزم از شما ممنونم و دوستتان دارم و می خواهم همان طور که شما در طول زندگی-تان مراقب من بودید من هم تا آخر عمر از شما مراقبت کنم.»

من در طول پنجاه سال کار خود با والدین، معلمان و کودکان هرگز چنین چیزی را ندیده ام. و تحقیقات و تجربیات حاکی از این است که والدینی که با این قضیه مخالفند، فقط دچار نوعی توهم و رویاهای پوچ و بی اساس هستند.

زمانی که من کتاب «استحقاق شکست و استعداد موفقیّت» اثر داوون بیلینگیز را خواندم، متوجه شدم که او به طور صریح پیامد تربیت این

گروه از کودکان را توصیف می‌کند و معتقد است که نتیجه نهایی آینده آن‌ها، دنیایی پر از ناراحتی‌ها و ناکامی‌ها است. داون به روشنی این نکته را متذکر می‌شود که چگونه هر روز تعداد افرادی که دیگران را عامل اصلی مشکلاتشان می‌بینند افزایش می‌یابد و آمار نشان می‌دهد که تعداد قربانیان ذهنی این مسئله در دنیا هر روز در حال افزایش است. این نوع نگرش، شیوه زندگی و احساس خوشبختی و شادی افراد جامعه را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

من با خواندن کتاب داون متوجه شدم که هر دوی ما هدف مشترکی را دنبال می‌کنیم و این هدف کمک به رشد و پرورش کودکانی است که در آینده افرادی مسئولیت‌پذیر و با شخصیت‌تر شوند.

من و همکارم فوستر کلاین با تأسیس انجمن تربیت با عشق و منطق قصد داریم تا به والدین در انجام درست این وظیفه سنگین کمک کنیم. پس از گذشت سی سال، بسیاری از والدین از این تکنیک‌های تربیتی استفاده کرده‌اند و هر روز با والدینی برخورد می‌کنیم که به خاطر ارائه این روش‌ها را ما قدردانی می‌کنند.

من پس از خواندن کتاب داون با او تماس گرفتم و از او خواستم تا در کنار هم با این باور غلط والدین که آن‌ها باید همواره وسایل رفاه و راحتی کودکانشان را فراهم کنند مبارزه کنیم. حالا، ما با هم این کتاب را نوشتیم تا با ادغام دیدگاه‌های مختص و منحصر به فردمان راه حل مناسبی را برای این مشکلات ارائه دهیم. داون باور «استحقاق و تأثیرات

راه کارهای مفید برای حذف توقع های بیجا در کودکان

مخرب آن را « تعریف می کند و من هم راه حل ها و تکنیک های پیشگیری و درمان آن را ارائه می دهم.

امیدواریم که راه حل های ارائه شده برای بسیاری از شما عملی و کارساز باشد و عقاید مشخص و محکمی را برایتان ایجاد کند و شما را تشویق کند تا در برابر باورهای غلط و سردرگمی های رایج در جامعه موضوع درستی را اتخاذ کنید.

جیم فی
مدیر و مؤسس
انجمن عشق و منطق

« کشف واقعی زندگی به معنای برخورداری از یک چشم انداز جدید نیست، بلکه شما باید نگاه جدید و بدیعی داشته باشید»

«مارسل پروست»