



انضاط مثبت

(راهنمای برای والدین)

علی اکبر شعبانی، ابوالفضل حسینی قیداری

www.ketab.ir

شعبانی، علی اکبر، ۱۳۶۲ -

انضباط مثبت

تبریز : انتشارات انس، ۱۳۹۴.

۸۶ ص.

۹۷۸-۶۰۰-۷۲۵۷-۱۸-۰

فیبای مفصل

فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی:

<http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است

مسینی قیداری، ابوالفضل، ۱۳۵۹ -

۳۸۷۵۲۶۴

سرشناسه :

عنوان و نام پدیدآور :

مشخصات نشر :

مشخصات ظاهری :

شابک :

وضعیت فهرست :

نویسی

یادداشت :

شناسه افزوده :

شماره کتابشناسی ملی :



انضباط مثبت

مؤلفین : علی اکبر شعبانی ، ابوالفضل مسینی قیداری

ناشر : انس

تاریخ چاپ : اول ۱۳۹۴

تیراژ : ۵۰۰ نسخه

قطع : وزیری

تعداد صفحه : ۸۶

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۵۷-۱۸-۰

Email: ons_pub@yahoo.com

تبریز : شریعتی جنوبی انتشارات انس

تلفن ۳۵۵۶۰۸۶۶ همراه ۹۱۴۴۱۴۳۶۱۳

قیمت : ۴۵۰۰ تومان

فهرست مطالب

۳۷.....	ترجیح یکی از والدین.....	۱.....	پیشگفتار.....
۳۸.....	آموزش دستشویی رفتن.....	۲.....	مقدمه.....
۳۸.....	درباره دستشویی رفتن.....		
۴۰.....	کودک من هنوز نمی تواند ساکت بایستد.....		
۴۱.....	دردسری.....		
۴۳.....	فصل سوم- (کودکان پیش دبستانی)	۴.....	فصل اول- کودکان (از تولد تا ۱۸ ماهگی)
۴۴.....	رشد و انضباط.....	۵.....	تعریف انضباط.....
۴۸.....	آماده موقعیت های مشکل باشید.....	۶.....	انضباط آموزشی.....
۴۸.....	جنگ های زمان خواب.....	۶.....	هدف از برقراری انضباط.....
۵۰.....	کودکان مشکل پسند.....	۶.....	انضباط یعنی حذف رفتار غلط از طریق آموزش.....
۵۱.....	ستیز قدرت.....	۸.....	چگونگی نظم آموزی به کودکان زیر یک سال.....
۵۳.....	نق نق کردن.....	۹.....	چرا باید انضباط را به کودک بیاموزیم؟.....
۵۶.....	چگونه با کودک لجباز رفتار کنیم؟.....	۹.....	تربیت کودک شما.....
		۱۰.....	راهنمایی کردن کودک.....
		۱۰.....	واکنش به رفتار کودک.....
		۱۱.....	استراتژی های دیگر مورد بررسی.....
		۱۱.....	رشد و انضباط.....
۵۹.....	فصل چهارم- کودکان: ۵ تا ۹ سال	۱۲.....	بلی- خیر، گفتن.....
۶۰.....	چگونگی نظم آموزی به کودکان دبستانی.....	۱۴.....	احترام به حس مالکیت کودک.....
۶۲.....	رشد و اصول.....	۱۶.....	وقتی که کودکان گریه می کنند.....
۶۳.....	دروغ گوئی.....	۱۸.....	کودکان تازه متولد شده.....
۶۴.....	زمانی که بچه ها قوانین را می شکنند.....	۱۸.....	توصیه هایی برای بازی با کودکان.....
۶۵.....	بدزبانی (فحش).....		
۶۶.....	دعای خواهر و برادرها.....	۲۴.....	فصل دوم- (کودکان ۱۸ ماهه تا ۳ ساله)
۶۷.....	تنبيه کردن.....	۲۵.....	چگونگی نظم آموزی به کودکان نوپا.....
۶۷.....	گستاخی کردن.....	۲۸.....	رشد و انضباط.....
۶۸.....	روش های تربیت موثر کودکان.....	۲۹.....	سرک کشیدن به همه چیز.....
۷۴.....	چهار گام برای کنترل عصبانیت.....	۳۰.....	روش های ایجاد محیط ایمن در خانه برای کودک شما.....
۷۵.....	عصبانیت.....	۳۱.....	درباره تلویزیون.....
۷۶.....	چگونه می توان از محرومیت استفاده کرد.....	۳۱.....	موافقی که کودکان باید دوری کنند.....
۷۷.....	مثال برای محرومیت.....	۳۲.....	یا کودک کنجکاو چگونه رفتار کنیم؟.....
۷۸.....	ایده های مضم.....	۳۵.....	گاز گرفتن.....
۸۰.....	منابع.....	۳۶.....	آنها می پندارند که مسئولیت دارند!.....
		۳۷.....	اشتراک گذاری.....

پیشگفتار:

والدین عزیز، والدین بودن، مهمترین شغلی است که می‌توانید داشته باشید. این کار نه تنها روی فرزند شما تأثیر می‌گذارد بلکه هم‌چنین روی شما به عنوان یک فرد نیز اثرگذار است. والدین بودن، با چالش‌ها و مزایای بسیاری همراه است. شما فرصت تأثیرگذاری روی نوع فردی را که کودک شما می‌شود را دارید، لبخندها، خنده‌ها و بوسه‌های بسیاری را دریافت می‌کنید، اغلب می‌خندید، بازی کرده و رشد کودک خود را تماشا می‌کنید. شما هم چنین نگرانید که آیا نکته صحیحی گفته و کار درستی انجام داده‌اید و یا می‌توانستید آنها را بهتر هم انجام دهید.

والدین کودکان خود را دوست داشته و برای آنها بهترین چیز را می‌خواهند. اما بچه‌ها با اصول همراهی نکرده و همیشه آن طور که آنها می‌خواهند رفتار نمی‌کنند. گاهی اوقات، زمانی که شما فکر می‌کنید که مسائل را مشخص کرده‌اید، کودک شما به مرحله رشدی جدیدی رفته و کاری را انجام می‌دهد که قبلاً انجام نداده است. مرحله جدید به شما چالش و نشاط جدیدی می‌دهد.

استراتژی‌های این کتاب، رشد مثبتی را در کودکان و روابط مثبت کودک-والدین ترویج خواهد نمود. ما تنبیه بدنی را توصیه نمی‌کنیم- این کار رشد مثبت را ترویج نداده و مشکلاتی را پدید می‌آورد. افرادی که توسط روش‌هایی به غیر از تنبیه بدنی راهنمایی شده‌اند، سلامت روحی بهتری داشته، درباره خودشان حس بهتر و کمتر احساس استرس می‌کنند. سلامتی چیزی است که ما می‌خواهیم به دست آوریم.

تنها افرادی می‌اندیشند پدر و مادر بودن و یا آموزش کاری آسان است، آن کسانی هستند که هیچ کدام را انجام نداده‌اند. این وظایف بحث‌انگیز از مهم‌ترین مسئولیت‌ها در جهان هستند اما در عین حال اگر ندانید چه کار کنید می‌تواند به طرز باور نکردنی ناامید کننده شود. مطالعه این کتاب می‌تواند برای پدران و مادران، و جانشینان روانی کودکان برای آموزش نظم و انضباط در فرزندان مفید باشد.

مقدمه:

فرزند انسان نتیجه آمال و آرزوهای او می‌باشد؛ زیرا که او ثمره حیات وی محسوب می‌گردد که به عنوان جانشین در روی زمین باقی می‌ماند. شایسته است که این نماینده واقعی انسان، به خصوصیات ویژه‌ای آراسته گردد، و نمی‌توان به این هدف نایل گردد؛ مگر اینکه فرزند را به آداب نیکو تربیت نمود.

پیامبر (ص) می‌فرماید: «اَكْرِمُوا أَوْلَادَكُمْ وَ أَحْسِنُوا آدَابَهُمْ يُغْفَرْ لَكُمْ» (میزان الحکمه، ج ۱، ص ۱۰۳) فرزند خود را گرمی بدارید و آنان را خوب تربیت کنید تا آمرزیده شوید. برای رسیدن به این هدف، خود والدین باید اهل تحقیق و مطالعه باشند تا بر اساس تحقیق و بررسی‌هایی که به دست آورده‌اند، آنچه را که می‌خواهند به فرزندشان بیاموزند، درستی آن را باور داشته باشند. متأسفانه بسیاری از اطلاعاتی که والدین دارای آن می‌باشند بر اساس القائات محیطی و تعصبات والدین به آن‌ها رسیده است و باید توجه داشت که این اطلاعات ممکن است نادرست و همراه با خطا باشد. محیط، اولین معمای کودک است که تمام القائات فکری و فرهنگی و آموزشی خود را به کودک ارائه می‌کند؛ زیرا که پس از سه چهار سال، وقتی با کودک سخن می‌گوییم، ملاحظه می‌کنیم که کودک، درست به زبانی سخن می‌گوید که والدین، اطرافیان و به طور کلی محیط تربیتی او به او القاء کرده است.

با شلخته خواندن کودکی که اسباب‌بازی‌های خود را جمع نمی‌کند، وسایل او جمع نخواهد شد و این برجسب به وی نظم و ترتیب را نمی‌آموزد. تنها ممکن است او تصویری نادرست از خویش پیدا کند و این رفتار موقت او، با برجسب شما به رفتاری ثابت و دائمی تبدیل شود و احتمالاً در آینده آن را تکرار کند.

متأسفانه بسیاری از والدین به جای آن که در پی تأثیرگذاری بر کودکان‌شان باشند، تنها می‌خواهند آنها را کنترل کنند. از این رو، آنان را محدود ساخته، دستور می‌دهند، فرمان صادر می‌کنند و آنها را تهدید یا تنبیه می‌نمایند. اعمال این روش‌های کنترل‌کننده، عملاً بر کودکان و نوجوانان تأثیر مثبتی نمی‌گذارد. کودکی که به انجام کاری مجبور شده، در واقع تأثیر نپذیرفته است، بلکه تنها رفتار خود را در آن لحظه برای فرار از تهدید تغییر داده است.

برای تأثیرگذاری عمیق و مداوم بر زندگی کودکان و نوجوانان، باید از هرگونه رفتار مستبدانه و توسل به زور برای کنترل آنان خودداری کرد و به جای آن از روش‌های مفید و متفاوتی بهره جست که به تدریج انگیزه‌ها و تمایلات کودک را تحت تأثیر قرار دهد. عده‌ای معتقدند باید با ترساندن کودک انضباط را به وی آموخت، زیرا به نظر ایشان، کودک موجودی طبعاً شرور است. از این رو باید او را از ارتکاب شر و فساد بازداشت و با اعمال خشونت و انواع مجازات او را محدود کرد تا به فرمان درآید.

برخی دیگر می‌گویند کودک موجودی طبعاً نیکو و صالح است و باید او را به حال خود گذاشت تا هر چه دلش می‌خواهد آزادانه انجام داده، تمایلاتش را ارضا کند. بنابراین نباید با نظم‌دهی دست و پایش را ببندیم؛ بلکه باید به وی فرصت دهیم تا استعدادهایش را شکوفا کند.

بررسی‌ها و مطالعات دقیق نشان می‌دهد کودکانی که براساس دیدگاه اول تربیت شده‌اند، چون همیشه در برابر بزرگترها خضوع کرده و تسلیم بوده‌اند و در بزرگسالی هیچ ابتکاری از خود نشان نمی‌دهند. این کودکان در زندگی آینده شکست می‌خورند. آزاد گذاشتن کودکان بنابر روش دوم نیز برای آنان زیان‌آور بوده سبب می‌شود در آینده به مقررات و قوانین پشت پا بزنند و افرادی بی‌قید و لایالی بار بیایند. براساس این تحقیقات روش سوم نیز وجود دارد، که از نواقص هر دو نظریه برکنار است و به بهترین وجه کودک را برای زندگی آینده آماده می‌سازد. در این روش مربی می‌کوشد نظم را در کودک درونی کند و این همان هدف اساسی تربیت کودک است که می‌کوشد اصول انضباطی را در ذات او نهادینه کند. در این روش انضباط به معنای اطاعت محض و فرمانبرداری نیست و به جای فرمان دادن و گفتن پی در پی «این کار را بکن» و «آن کار را نکن» با حفظ شخصیت کودک، مربی می‌کوشد به او بفهماند که در سایه رعایت اصول انضباطی زندگی بهتری خواهد داشت. و با نظم، لذت و بهره کامل‌تری از زندگی خواهد برد.