

طوفان در خانواده

روشهای کنترل خشم والدین و فرزندان

گری مکی و استیون میبل

ترجمه‌ی: الهام حاجی باقری



انتشارات مهرآرمین

MEHR ARMIN Pub.

انتشارات مهرآرمین

سرشناسه	مکی، گری. Mackey, Gary D.
عنوان و نام پدیدآور	طوفان در خانواده (روش‌های کنترل خشم والدین و فرزندان) / [تألیف] گری مکی و استیون مایل؛ مترجم الهام حاجی‌باقری؛ ویرایش و نمونه‌خوانی حمید گله‌داری. تهران: مهرآرمین، ۱۳۸۷.
مشخصات نشر	۱۱۲ ص.
مشخصات ظاهری	شابک ۱۵۰۰۰ ریال: ۱-۱-۹۰۰۶۳-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست‌خویشی	فیبا
یادداشت	کتاب حاضر ترجمه بخش مدیریت خشم در کودکان از کتاب "Calming the family storm: anger management for moms, dads, and all the kids" می‌باشد.
موضوع	کودکان - روانشناسی. خشم. مدیریت مناقشات. میانجیگری در خانواده.
شناسه افزوده	مایل، استیون. Maybell, Steven A.
شناسه افزوده	حاجی باقری، الهام، ۱۳۶۱، مترجم.
رده‌بندی کنگره	BF ۷۷۱/م۷۷۹ ۱۳۸۶
رده‌بندی دیویی	۱۵۵/۴
شماره کتابشناسی ملی	۱۱۶۲۷۰۹

طوفان در خانواده

روشهای کنترل خشم والدین و فرزندان

گری مکی و استیون میبل

ترجمه‌ی: الهام حاجی باقری



انتشارات مهرآرمین

MEHR ARMIN Pub.

این کتاب ترجمه بخش‌هایی از کتاب زیر است:

Calming the family storm:
Anger management for moms, dads, and all
the kids.



انتشارات مهرآرمین

MEHR ARMIN Pub.

طوفان در خانواده

(روش‌های کنترل خشم والدین و فرزندان)

گری مکی و استیون میل

مترجم: الهام حاجی باقری

ویرایش: حمید گله‌داری

حروفچینی: اندیشه‌ورزان

نظارت: جواد امینیان

تاریخ انتشار: بهار ۸۷- نوبت چاپ: اول

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۵۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۰۰۶۳-۱-۱

نشانی: خیابان انقلاب، بین ابوریحان و دانشگاه، ساختمان فروردین،
شماره ۱۳۰۴، طبقه هشتم، واحد ۳۳، تلفن: ۶۶۴۰۶۴۲۶،

فاکس: ۶۶۹۶۵۲۱۴ همراه: ۰۹۱۲۶۹۹۰۰۷۴

حقوق چاپ و نشر برای مهرآرمین محفوظ است.

فهرست مطالب

بخش اول	۹
وقتی کودکان خشمگین می‌شوند	۹
کنترل و اداره خشم کودکان نسبت به خودتان	۱۰
بحث و جدل میان خواهر و برادرها، و خواهر و برادرهای ناتنی	۱۲
خواهر و برادرهای بزرگ‌تر در مقابل خواهر و برادرهای کوچک‌تر	۱۲
«افکار تند» و عکس‌العمل شدید به تعارض خواهر یا برادر	۱۴
اجازه دهید خود بچه‌ها تصمیم گرفته و به نتیجه برسند	۱۶
چه وقت و چه طور وارد ماجرا شوید	۱۸
یاوه‌گویی	۲۱
نزاع کودکان با دوستان یا بچه‌های همسایه	۲۳
بخش دوم	۲۹
مدیریت خشم برای کودکان	۲۹
آموزش مسائلی راجع به خشم و مدیریت خشم	۲۹
طرح‌ریزی مدیریت مؤثر خشم	۳۰
گوش دهید، واقعاً گوش دهید	۳۳
خشم و مسایل مربوط به آن را به کودکان آموزش دهید	۳۴
به کودکان بیاموزید به گونه‌ای مؤثر خشمشان را کنترل کنند	۳۵
مسائلی راجع به افکار تند و افکار آرام را به فرزندانتان آموزش دهید	۳۶
به کودک خود کمک کنید تا تفکرات و تصورات آرامی برای خود خلق کند	۳۷
احساسات همراه با خشم را بیشتر برای بچه‌ها روشن کنید	۳۷

- روش‌هایی فوری برای کنترل خشم را به ایشان بیاموزید..... ۳۸
- از تلویزیون به عنوان وسیله‌ای آموزشی استفاده کنید..... ۳۹
- از نمایش بازی کردن و عروسک‌ها استفاده کنید..... ۴۱
- در جلسات خانوادگی راجع به مدیریت خشم بحث کنید..... ۴۱
- بخش سوم..... ۴۹
- طلاق‌های خشونت‌آمیز، خانواده‌های تک سرپرست..... ۴۹
- خانودهایی که بعضی از اعضا با هم پیوند خونی ندارند..... ۴۹
- طلاق: آخرین توافق..... ۵۰
- طلاق و خشم در خانه والدین و مابین والدین..... ۵۱
- رهایی از طلاق..... ۵۲
- رهایی کودکان از طلاق..... ۵۷
- چالش تک سرپرستان خانواده..... ۶۴
- چگونه تک سرپرستی مؤثر باشیم..... ۶۶
- فرزند شما، فرزند من، فرزند ما: خانواده‌هایی را که بعضی از اعضا پیوند خونی با هم ندارند به جلو برانید..... ۷۵
- بخش چهارم..... ۸۵
- وقتی خشم به خشونت تبدیل می‌شود..... ۸۵
- خشونت خانگی..... ۸۷
- افسانه‌هایی در مورد خشونت خانگی..... ۸۹
- مجموعه نیروهای خشونت خانگی..... ۹۱
- همیشه مردان، زنان را مورد آزار قرار می‌دهند؟..... ۹۳
- خشونت خانگی - طلب کمک..... ۹۳
- بدرفتاری با کودکان..... ۹۴
- بهره‌کشی از کودک چیست؟ و چه قدر شایع است؟..... ۹۵
- تقاضای کمک زمانی که بدرفتاری با کودکان به زندگیتان رخنه می‌کند..... ۹۷
- بهره‌کشی از کودک به خودی‌خود از بین نخواهد رفت..... ۹۸

بخش پنجم ۱۰۱

پس از طوفان خانوادگی- و آن سوی طوفان ۱۰۱

پس از طوفان خانوادگی: قدرتِ عذر خواهی ۱۰۲

پس از طوفان خانوادگی: قدرتِ بخشش ۱۰۴

پس از طوفان خانوادگی: خود را هم ببخشید ۱۰۸

آن سوی طوفان خانوادگی ۱۰۹

www.ketab