



نگاه تو، نیاز من

عابدینی، نصیر، ۱۳۵۴
نگاه تو، نیاز من: مهرطلبی کودکان / نصیر عابدینی - قم:
مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، معاونت تربیتی و
فرهنگی، ۵۰۰ صص. مصور، ۱۳۹۲
ISBN 978-964-411-856-2
پشت جلد به صورت انگلیسی
Your look, my need
کتابخانه
۱. لایحه در فرهنگ: ۲. کودکان روابط با دیگران - روش - کتابخانه - درون متنی
شماره کتابشناسی ملی: ۲۲۷۹۱۷۸
BF ۷۲۲/۲۶

نویسنده: نصیر عابدینی
ناشر: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)
چاپ: زمر
نویت و تاریخ چاپ: اول، بهار ۱۳۹۲
شمارگان: ۳۰۰۰
قیمت: ۱۵۰۰ تومان

سپهرای کارشناسی مرکز مشاوره و راهنمایی مؤسسه امام خمینی (ره)
فرهادیم اخوی، مهدی عباسی، محمدمهدی عباسی، علوی، صادق سرشت

ویراستار: محدثه سادات طلیحایی
صفحه آرا: نجف نجفی
عکس: علی محمد خواسته
تصویر ساز: الهام اراکیا



نگاه تو، نیاز من

مهر طلبی کودکان

نصیر عابدینی

حرف اول

تعریف مهرطلبی

بایدها و نبایدهای کودکان مهرطلب درباره خود

بایدها و نبایدهای کودکان مهرطلب درباره دیگران

آیا مهرطلبی امری فطری است؟

رابطه مهرورزی و مهرطلبی

عوامل شکل گیری روحیه مهرطلبی در کودکان

۱. نقش رخدادهای ناخوشایند در گرایش افراطی

کودکان به خوشایند بودن

۲. نقش سرزنش خود کودک به جای رفتار

ناخوشایند او در مهرطلبی

۳. نقش تفکر جادویی در مهرطلبی کودکان

۴. خوب و خوشنمید بودن، به مانند

زرهی روانی

۵. نقش تشویق و تنبیه در مهرطلبی

۶. نقش عیوب جسمی و ظاهری در

مهرطلبی

۷. جنسیت نامطلوب کودک برای والدین

۸. ترس از ابراز خشم و رنجاندن دیگران

۹. نقش خطاهای شناختی در مهرطلبی

۱۰. نقش دل بستگی نایمن در مهرطلبی

مهرطلبی و سواس گونه

هر تأییدطلبی، مهرطلبی نیست

پیامدهای مهرطلبی در کودکان

پیش گفتار

مرجان ۳۵ سال دارد. او از کودکی به مشکل اضافه وزن دچار بوده است. وی که در سیمایش حزن شدیدی موج می زند، می گوید: «تاکنون ده ها بار چند کیلو وزن کم کرده ام، ولی متأسفانه باز هم چند کیلو به وزنم اضافه شده است». مرجان از ارتباط میان مهرطلبی و اضافه وزنش آگاه است:

همیشه بهی خردهام در برابر دیگران فوق العاده خوب و خوشایند به نظر برسم. اگر به دیگران خوبی نکنم، مرا دوست نخواهند داشت. به دلیل وزن زیاد، انگار از همان لحظه ای که دیگران را می بینم، احساس می کنم که مرا از خودشان نرانند. می ترسم به من بگویند که چاق هستم.

از زمانی که کودکی کم سن و سال بودم در خان به خاطر چاقی سربه سرم می گذاشتند. تنها دفاع من در برابر هجمه آنان این بود که تلاش می کردم دوستم داشته باشند.

در کودکی و نوجوانی حاضر بودم برای بچه ها هر کاری که خواستند با مرا از خودشان نرانند. دلیلش این بود که فکر می کردم چون چاقم، مرا دوست ندارند. من به راستی به دیگران اجازه می دادم از من سواری بگیرند و بهره کشی کنند. تکالیف شب دیگر بچه ها را می نوشتم. به جای پدر و مادر بچه ها برای مدرسه نامه می نوشتم. به آنها اجازه می دادم از روی برگه امتحانی من بنویسند. هر کس هر حرفی می زد، گوش می دادم.

با همه این اوصاف، بارها و بارها به من بی اعتنایی می کردند. حالا هم که بزرگ و بالغ شده ام، درواقع همان کارهای گذشته را به گونه ای دیگر تکرار می کنم. می خواهم نزد همه خوب و خوشایند باشم. تنها تفاوت حالا با گذشته این است که اکنون نیازها و خواسته های دیگران را پیش بینی می کنم و پیش از اینکه آنها از من چیزی بخواهند خواسته هایشان را برآورده می کنم.