

تربیت ۱۸ عیار

راهنمای رشد، تربیت و اصلاح رفتار
کودکان پیش دبستان و دبستانی

به کوشش: علی همت یار

سرشناسه : همت یار، علی، ۱۳۳۶ -

عنوان و نام پدیدآور : تربیت ۱۸ عیار : راهنمای رشد، تربیت و اصلاح رفتار کودکان پیش دبستان و دبستانی یه کوشش علی همت یار.

مشخصات نشر : گرگان: مختومقلی فراغی، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری : ۲۷۴ ص

شابک : 978-964-508-543-6

وضعیت فهرست نویسی : فیا

موضوع : کودکان — سرپرستی

موضوع : کودکان پیش دبستانی — روان شناسی

موضوع : رفتار والدین

موضوع : والدین و کودک

موضوع : تربیت خانوادگی

رده بندی کنگره : HQ۷۶۹/۴ت۸۸ ۱۳۹۰

رده بندی دیویی : ۶۴۹/۱

شماره کتیشناسی ملی : ۱۷۲۵۳۳۲

تربیت ۱۸ عیار

به کوشش: علی همت یار

ناشر: انتشارات مختومقلی فراغی ۰۱۷۱-۲۲۶۸۶۹۰

آدرس: گرگان، خ شهید بهشتی، بهشت ۱۷، روبروی بیمارستان دزیانی

چاپ و صحافی: چاپ افست مختومقلی ۰۱۷۱-۲۲۶۸۶۹۰-۲۲۳۳۵۵۰

نوبت چاپ: اول/۹۰

قطع: وزیری

شمارگان: ۱۰۰۰

قیمت: ۶۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۰۸-۵۴۳-۶

مراکز فروش:

۱ - مرکز مشاوره و خدمات روان شناختی هیرکانیا: گرگان، خ حضرت ولیعصر(عج)، عدالت ۱۳، ساختمان آرمان، طبقه ۲، واحد ۱۰

تلفن: ۰۱۷۱-۲۲۶۸۳۷

۲ - نمایندگی انتشارات انجمن اولیاء و مربیان: گرگان، خ ۵ آذر، جنب سالن ورزشی تختی تلفن: ۰۱۷۱-۲۲۴۰۳۰۳

فهرست

- ۸.....سخنی با خوانندگان
- ۱۱.....درس اول؛ شیوه های فرزند پروری
- فرزند پروری- ۱۱/فرزند سالاری- ۱۲/تاثیر ورود کودک - ۱۴/اسبک های تربیت فرزند- ۱۸/سخت گیرانه- ۲۰/آسان گیرانه- ۲۲/غافل و بی مبالا- ۲۵/مقتدرانه و متعادل- ۲۶/تمرین- ۳۱
- ۳۲.....درس دوم؛ شناخت کودک
- خصوصیات سرشتی یا شخصیتی (خلق و خو و مزاج)- ۳۲/تمرین- ۳۴/خصوصیات رشدی- ۳۵/خصوصیات محیطی- ۴۵/مجموعه خانوادگی- ۴۵/تمرین- ۴۷
- ۴۸.....درس سوم؛ مهارت های تربیت فرزند
- جستجوی رفتارهای خوب- ۴۸/تمرین- ۵۰/پذیرش احساسات کودک- ۵۱/تمرین- ۵۷/بررسی هیجانات و احساسات والدین- ۵۸/تمرین- ۶۱/جلب همکاری کودک- ۶۲/تمرین- ۷۰/تحسین کردن- ۷۱/تمرین- ۷۷/تعیین حدود و قوانین- ۷۸/تمرین- ۹۵/هماهنگی والدین- ۹۶/تمرین- ۹۹
- ۱۰۰.....درس چهارم؛ مشکلات و اصلاح رفتار کودکان
- درک رفتار کودکان- ۱۰۱/اهداف سوء رفتار - ۱۰۲/تمرین- ۱۱۱/حل مشکلات رفتاری کودک- ۱۱۳/راهکارهای افزایش رفتار مطلوب در کودک- ۱۲۱/تقویت مثبت- ۱۲۱/تقویت منفی- ۱۲۳/روش های ایجاد رفتار مطلوب- ۱۲۴/قرار دادن الگو یا سرمشق اجتماعی- ۱۲۴/شکل دهی گام به گام رفتار- ۱۲۵/نشان دادن علامتی برای رفتار مطلوب- ۱۲۵/کاهش و حذف رفتار نامطلوب در کودکان- ۱۲۶/روش های مثبت کاهش رفتار نامطلوب- ۱۲۶/تقویت رفتارهای مطلوبی که به دفعات کم انجام می گیرد- ۱۲۶/تقویت رفتارهای مطلوب دیگر- ۱۲۷/تقویت رفتار مغایر با رفتار نامطلوب- ۱۲۷/سیری یا اشباع- ۱۲۸/جایگزینی- ۱۲۸/تغییر محیط- ۱۳۰/روش های نگهداری رفتار- ۱۳۲/تقویت نسبی ثابت- ۱۳۳/تقویت نسبی متغیر- ۱۳۳/تقویت فاصله ای ثابت - ۱۳۳/تقویت فاصله ای متغیر- ۱۳۴/روش های منفی کاهش رفتار نامطلوب- ۱۳۴/خاموشی- ۱۳۵/روش آستانه

۱۳۶/لرزش محروم کردن - ۱۳۶/جبران کردن - ۱۳۷/تنبیه بدنی - ۱۳۸/نمونه عملی اصلاح رفتار "نق زدن" کودک - ۱۳۹

درس پنجم: مسائل کودکان..... ۱۴۷

عزت نفس - ۱۴۷/دروغگویی - ۱۶۰/لجبازی - ۱۶۶/خشونت - ۱۶۹/کودک لوس - ۱۸۰/
پرسشگری - ۱۸۷/مسائل جنسی - ۱۹۱/ترس - ۲۰۲/اضطراب - ۲۰۷/تک فرزندی - ۲۱۳/
فرزندان دوقلو - ۲۱۷/تولد فرزند دوم - ۲۲۱/کودک آپارتمانی - ۲۳۳/کودک بی ادب - ۲۳۹

درس ششم: هوش هیجانی..... ۲۴۴

هوش هیجانی چیست؟ - ۲۴۴/چگونه هوش هیجانی فرزندان را افزایش دهیم؟ - ۲۴۹/نمونه
فعالیت هایی برای تقویت هوش هیجانی کودکان - ۲۵۳/خود شناسی و بهبود
خودارزشمندی - ۲۵۳/پذیرش خواستن - ۲۵۳/جرات مندی - ۲۵۴/خودآگاهی و احساسات -
۲۵۵/همدلی - ۲۵۷/کنترل هیجان - ۲۵۹/باورها و الگوی تفکر - ۲۶۱/تاب آوری - ۲۶۲/
تصمیم گیری - ۲۶۵/پیشگیری از فریب کودکان - ۲۶۶

حرف آخر..... ۲۶۸

منابع..... ۲۷۲

سخنی با خوانندگان

خواننده عزیز:

در طول برگزاری دوره های آموزشی متعدد برای والدین ، معلمان و مربیان پیش دبستانی و نیز مشاوره با والدین و کودکان ، همواره با والدینی مواجه بودم که از تربیت کودک خود ناتوان و دچار ناکامی و افسردگی شده بودند یکی از دلایل اصلی این ناکامی و ناتوانی ، و دلیل اصلی گردآوری و تدوین این اثر ، بی توجهی به « مهارت های تربیت کودک یا فرزند پروری » است.

در زمانه ای که برای استفاده درست از یک تلویزیون یا ماشین لباسشویی نیازمند مطالعه دفترچه راهنمای آن هستیم و برای رانندگی یا استفاده از رایانه نه تنها باید آموزش دید بلکه گواهینامه آن را نیز باید دریافت کرد. باید پذیرفت که تربیت کودک حتماً نیازمند آگاهی و مهارت است. در حالی که بعضی از والدین تربیت کودک را کار ساده ای می دانند و برای آن اهمیت چندانی قائل نیستند و شاید تصور می کنند تربیت کودک مانند « دکان درآوردن » و یا « راه رفتن » کودک به شکل خودبخودی انجام می شود.

بسیاری از پدران و مادران در طول زندگی و پرورش فرزندان خود بتدریج اطلاعات و آگاهیهای لازم و تجربه کافی را کسب می کنند و با مسائل تربیتی آشنا می شوند ولی این گونه اطلاعات غالباً بی نتیجه است و هرگز برای بازسازی و اصلاح فرزندی که دیگر بزرگ شده است ، سودمند واقع نمی شود. زیرا مهمترین دوران تربیتی کودک سپری گشته و شخصیت او دیگر شکل گرفته است . تربیت کودک را باید از همان آغاز تولد و حتی از دوران

جنینی شروع کرد، زیرا شخصیت کودک در همان سال های اولیه زندگی پایه ریزی می شود.

اغلب پدران و مادران می گویند: "با آن که علاقه زیادی به تربیت فرزندم دارم، ولی نمی دانم چرا موفق نمی شوم؟" مسلماً هر پدر و مادری مایل است که فرزندش را خوب تربیت کند، ولی فقط تمایل کافی نیست و والدین باید از مسائل تربیتی کودکان و روشهای آن و شیوه تاثیر گذاری بر کودک اطلاع داشته باشند، زیرا عمل کردن بدون داشتن اطلاعات و آموزش کافی، نه تنها شما را به هدف نمی رساند، بلکه حتی ممکن است شما را از هدفتان نیز دور سازد.

شاید تاکنون به عنوان یک پدر یا مادر، نیازی به این آموزش احساس نکرده ایم، اما هم کودک و هم جامعه هنگامی که فردی در تربیت کودک با شکست مواجه می شود، متحمل رنج و زحمت زیادی می شوند، اعتقاد بر این است که وجود این آموزش ها می تواند به ما کمک کند که بدانییم چگونه والدین بهتری باشیم؟

تربیت کودک صرفاً یادگیری نکات علمی نیست، بلکه نیازمند یادگیری از طریق «عمل» است. برخی معتقدند که ازدواج و تربیت کودک اموری ذاتی و طبیعی اند که خود می گذرند، اگر چنین است و این امور بطور طبیعی می گذرند، چرا کودکان در خانواده ها مختلف این قدر با هم متفاوتند؟ چرا بسیاری از کودکان مورد آزار واقع شده و یا درک نمی شوند؟... حقیقت این است که روابط خوب پدر یا مادر با کودک بطور طبیعی رخ نمی دهد، ما باید برای تربیت بهتر کودک مان چیز هایی را یاد بگیریم و فراموش نکنیم که تربیت مانند دارو آرام آرام تاثیر خود را نشان می دهد و نباید انتظار معجزه فوری داشت.

یکی از شیواترین تاکیدات در خصوص اهمیت نقش والدین در تربیت متعلق به امام سجاد (ع) است که می فرمایند: "حق فرزندت آن است که بدانی او از پوست و خوب و بد او در این دنیا به تو وابسته است. تو مسئول و سرپرست او در تربیت درست و رهنمونی وی فراسوی پروردگار و یاری رساندن به او در اطاعت خداوند هستی. تو برای این کارها پاداش می ببری و در صورت کوتاهی کیفر می بینی. پس درباره او چنان کن که در انجام وظیفه نسبت به او نزد خداوند معذور باشی."

در کتاب حاضر شما با موضوعات اساسی که برای تربیت کودک به آن احتیاج دارید یعنی شناخت کودک، مهارت تربیت فرزند، مشکلات رفتاری و شیوه های تغییر و اصلاح رفتار کودکان و برخی از مسائل مبتلا به کودکان آشنا خواهید شد.

لازم به تاکید است که، در بخش هایی از کتاب حاضر (بخصوص درس سوم) منحصرأ از منابع ارزنده ای مانند «چگونه با کودکم صحبت کنم که گوش کند و...» نوشته ادل فی بر و الین مازلش (Adele Faber & Elaine Mazlish) و نیز «تربیت کودک بدون کک زدن و لوس کردن» نوشته الیزابت کرری (Elizabeth Crary) که مطالب بسیار آموزنده ای را با شیوه بسیار مناسب ارائه می کنند. به شکل برداشت مستقیم و در پاره ای از موارد در قالب اقتباس بهره گرفته شده است.

کتاب حاضر با محور قرار دادن سرفصل های ارائه شده از سوی دانشگاه جامع علمی کاربردی به عنوان منابع برخی دروس از جمله «روش های تربیت، اصلاح و تغییر رفتار کودکان» پیش دبستانی و دبستانی نیز می تواند مورد استفاده دانشجویان رشته پیش دبستانی قرار گیرد.

در اینجا لازم است مراتب قدردانی خود را از مساعدت های جناب آقای سارلی مدیریت محترم انتشارات فراغی و سایر همکاران ایشان در مسیر چاپ کتاب ابراز نمایم.

با سپاس از درگاه خداوند متعال، بر خود واجب می دانم از همسر و فرزندان مهربانم که در به ثمر نشستن این مجموعه همراهم بودند صمیمانه تشکر کنم.

در پایان با نهایت مباهات و افتخار ورود شما را به جمع علاقمندان به تربیت کودک خوش آمد می گویم. و سپاسگزار خواهم شد هر نوع توصیه، راهنمایی یا پیشنهاد در ارتباط با این اثر را به آدرس Hemmatyar_Ali@yahoo.com ارسال فرمایید.

باتشکر

علی همت یار - اول اردیبهشت ۱۳۹۰