

آیا کودک شاپر خاشک است؟

هنرمندی برای کاهش پر خاشکی با گلک داستان

رنگر اهری بریرخ

همکاری

زینب رفاهی کُمسارن و ربار قادری



نشر کت

۱۳۹۷

سرشناسه: پربرخ، مهری، ۱۳۳۲-

عنوان و نام پدیدآورندگان: آیا کودک شما پرخاشگر است؟: رهنمودهایی برای کاهش پرخاشگری با کمک داستان/ مهری پربرخ، با همکاری زینب رفاهی گُمساری و بهار قادری.

مشخصات نشر: تهران: توت، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ص، ۱۳۲: مصور. - مجموعه بخوانیم، ببیندیشیم، بهتر زندگی کنیم؛ ۲.

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۹۲۲۵۵-۶-۲

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا.

یادداشت: ص. ع به انگلیسی:

Mehri Parirokh. Is Your Child Aggressive? Guidelines for Reducing Aggreciveness in Children through Stories

یادداشت: کتابنامه.

یادداشت: نمایه.

عنوان دیگر: رهنمودهایی برای کاهش پرخاشگری با کمک داستان

موضوع: ۱. پرخاشگری در کودکان ۲. Aggressiveness in children ۳. کتاب‌درمانی کودکان ۸. Bibliotherapy for children

۳. ادبیات کودکان و نوجوانان -- جنبه‌های روانشناسی ۴. Children's literature -- Psychological aspects ۵. داستان‌های

کودکان ۶. Children's stories -- Bibliography

شناسه افزوده: الف. رفاهی، زینب، ۱۳۶۹- ب. قادری، بهار، ۱۳۶۵-

رده‌بندی کنگره: ۹۷ ۴۳۰ BF ۷۲۰

رده‌بندی دیویی: ۱۲ ۶۱۰

شماره کتابشناسی ملی: ۳۸۶۲



نشر توت

پست الکترونیکی: Tootnashr@gmail.com

آیا کودک شما پرخاشگر است؟ رهنمودهایی برای کاهش پرخاشگری با کمک داستان

دکتر مهری پربرخ با همکاری زینب رفاهی گُمساری و بهار قادری

طراح جلد: نجمه رحیمی

صفحه‌آرایی: زینب رفاهی گُمساری

شمارگان: ۱۵۰۰

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۷

چاپ و صحافی: مؤسسه چاپ و انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد

قیمت: ۱۲۵۰۰۰ ریال

نشانی: نشر توت، تهران، خیابان شریعتی، اندیشه ۹ شماره ۱۳ واحد ۲، زنگ ۲

فهرست مطالب

الف.....	درباره این مجموعه.....
خ.....	پیشگفتار.....
۱.....	بخش نخست: پرخاشگری.....
۲.....	شناخت پرخاشگری.....
۳.....	احساس های محرک خشم.....
۳.....	۱. احساس ناکامی.....
۴.....	۲. احساس درماندگی.....
۴.....	۱. احساس شرم.....
۴.....	۲. احساس خواریت.....
۵.....	۳. احساس حقارت.....
۶.....	انواع پرخاشگری.....
۶.....	۱. پرخاشگری ملامت.....
۶.....	۲. پرخاشگری برکلاف.....
۶.....	۳. پرخاشگری مستقیم.....
۷.....	۴. پرخاشگری غیرمستقیم.....
۷.....	دلایل پرخاشگری.....
۷.....	۱. عوامل فردی.....
۱۰.....	۲. عوامل اجتماعی.....
۱۴.....	راه های پیشگیری و مقابله با پرخاشگری.....
۱۵.....	درمان دارویی.....
۱۵.....	درمان شناختی.....
۱۶.....	درمان از طریق آموزش راه های ارتباطی.....
۱۷.....	درمان از طریق مطالعه.....
۱۹.....	بخش دوم: کتاب درمانی، فرایند اثربخشی و مراحل اجرای آن.....
۲۰.....	فرایند اثربخشی کتاب درمانی.....
۲۰.....	۱. همانندسازی.....

۲۱	۲. بالایش.....
۲۱	۳. بینش.....
۲۲	انتخاب کتاب مناسب.....
۲۳	فعالیت‌های کتاب‌درمانی.....
۳۰	مراحل اجرای کتاب‌درمانی.....
۳۵	بخش سوم: داستان‌های مناسب برای کاهش پرخاشگری کودکان.....
۳۶	مفاهیم کلیدی / کلیدواژه‌ها.....
۳۶	نمونه‌هایی پیرامون چگونگی بهره‌گیری از چکیده‌ها.....
۳۹	نمونه داستان‌ها و مفاهیم کلیدی آن‌ها.....
۳۹	آلفونس اس.، آیا این یک هیولا است؟.....
۴۱	ابریک چک.....
۴۲	ابریک مزاح.....
۴۳	اردک کشاورز.....
۴۵	ازدواج مادرم و بدست‌ها.....
۴۷	از من نخواهید لبخند بزنم.....
۴۹	ای‌ای کوچولو.....
۵۰	بزغاله مغرور.....
۵۱	به دنبال سرگروه.....
۵۳	پسری که نبود.....
۵۵	تبر: بر اساس فیلمی از احمد عربانی.....
۵۶	تعطیلات بارباپاپا.....
۵۷	تن بیج.....
۵۹	تنهایی یک کلاغ براق.....
۶۰	جان شما کجاست؟.....
۶۲	جایی که وحشی‌ها هستند.....
۶۳	جوجو.....
۶۵	جونبی و تولد جیم دوست نداشتنی.....
۶۷	جیغ خارخاری.....

- چتر خانم ازدها..... ۶۸
- چرا هواپیما را به دست من نداد..... ۶۹
- حالا نشانت می دهم کانگوروی آبی!..... ۷۰
- خانم کوچولوی آفتابی لبخندش را حفظ می کند..... ۷۱
- خانم کوچولوی پردردسر و جابه جایی خانه..... ۷۲
- خرگوش خوش رو و سنجاب اخمو..... ۷۳
- دخترک بد زبان..... ۷۴
- دختری که از دهانش طلا می ریخت..... ۷۶
- دختری که نمی خواست بزرگ شود..... ۷۷
- دزد دریار با ادب..... ۷۹
- دو شطرنج مرد یله گر (۱ و ۲)..... ۸۰
- رفیق و همدم..... ۸۲
- روزی که موبد دختر بدو زد..... ۸۳
- زمین و آسمان مال کست؟..... ۸۵
- سار و سیب..... ۸۶
- سربالایی و سربایینی..... ۸۷
- سگ آبی و مروارید..... ۸۸
- سیب سرخ..... ۸۹
- شانه سحرآمیز..... ۹۱
- طوطی کوچولو حالت خویه؟..... ۹۲
- عاقبت گرگ خودخواه..... ۹۳
- فرانکلین رئیس می شود..... ۹۴
- قصه خاله رعنا و عمه نسا..... ۹۵
- کاج چسبناک..... ۹۸
- کرگدن کوچولو با ادب می شود..... ۱۰۰
- کشتی کوچولو..... ۱۰۱
- کی از گرگ بد گنده می ترسه؟..... ۱۰۲
- کی زیباتر است؟..... ۱۰۳

۱۰۴	گلپر، ماه و رنگین کمان
۱۰۵	لوتا در خیابان پر دردسر
۱۰۷	ماجرای احمد و بوته گل سرخ
۱۰۹	ماهی رنگین کمان
۱۱۱	ماه‌پیشانی یک افسانه قدیمی
۱۱۳	مسابقه‌ی بزرگ بامبی
۱۱۵	من عصبانی‌ام
۱۱۶	ننه کلاغه و روباهه
۱۱۸	سمن و یادگاری
۱۱۹	یک تپه - یک گودال
۱۲۱	بخش - هارم: نمایه‌ها
۱۲۱	نمایه پادشاه
۱۲۴	نمایه ناشر
۱۲۵	نمایه موضوعی تحلیلی
۱۲۸	نمایه گروه سنی
۱۲۹	کتابنامه

پیشگفتار

نزدیک به بیست سال مطالعه و پژوهش در حوزه کتاب‌درمانی کودکان و نوجوانان و همچنین، ارتباط‌هایی که با خانواده‌ها، دانش‌آموزان، مربیان، روان‌شناسان و کتابداران داشتم، مشخص کرد که نیاز بسیاری به فعالیت هرچه بیشتر در این زمینه وجود دارد. از سوی دیگر، برپایه تجربه‌ها به این باور رسیدم که با فعال‌سازی بین‌رشته‌ای، بهتر می‌توان به حرقه علم اطلاعات و دانش‌شناسی^۱ خدمت کرد و آن را کاربردی ساخت. در این راستا، کتاب‌درمانی حوزه‌ای از فعالیت است که به کتابداران فرصت می‌دهد تا در کاهش مشکلات فرزندان این سرزمین و بازگشت آنها به زندگی سالم نقش مؤثری داشته باشند. کودکان و نوجوانان امروز کشور با چالش‌ها و آسیب جدی رنج می‌برند؛^۱ نبود نظامی آموزشی که پرورش مهارت‌هایی از مهارت‌های فکری، تعاملی و خلاقیت در کودکان را مدنظر قرار دهد تا بتواند آنها را از طریق چنین مهارت‌هایی برای زندگی در جهان امروزی آماده کند؛ و^۱ ناآگاهی برخی والدین در زمینه راه‌ها و رویکردهای مناسب و تأثیرگذار در پرورش تربیتی‌های فکری در فرزند. افزایش روزافزون خلاف‌کاری‌ها و جرائم، بی‌تفاوتی نسبت به شرایط اجتماعی، افزایش یأس و کاهش امید به زندگی در جوانان^۱ و از نشانه‌های این آسیب‌ها باشد.

علاقه فطری انسان به قصه و داستان، از بدو طفولیت تا اواخر سنین^۱ سده‌های زندگی، موجب شده است داستان که بازنمون ادبی، فکری، تخیلی و تجربه نویسنده است و به‌صورتی خلاقانه ارائه می‌شود، به‌عنوان وسیله‌ای برای آگاهی،

۱. کتابداری و اطلاع‌رسانی سابق

رشد فکری و تربیتی شناخته شود. برپایه متون و نیز نتیجه برخی پژوهش‌ها (Parirokh, Fattahi, Parirokh & Majdi, 2006, Lewis, Amatya, Coffman, & Ollendick, 2015) داستان‌ها، این قصه‌های زندگی، برای افزایش آگاهی، تجربه و رشد فکری کودک و نوجوان نه تنها مفید، بلکه لذت‌بخش است. همچنین آنها بستر لازم برای آگاهی درباره ویژگی‌ها و نیازهای روان‌شناختی کودک و نوجوان را فراهم می‌آورد. باوجوداین، هر کتاب داستانی نمی‌تواند سودمند و تأثیرگذار باشد. کتاب داستان باید معیارهای لازم را، که از سوی نهادها و افراد صاحب‌نظر مشخص شده‌اند، داشته باشد؛ بنابراین داستان‌های مناسب برای کتاب‌درمانی باید تزیین شده باشند.

مطالعه تاریخچه کتاب‌درمانی نشان می‌دهد که در نخستین تجربه‌ها، کتابداران مسئول تهیه کتاب مناسب برای برنامه‌های کتاب‌درمانی در بیمارستان‌ها و کلینیک‌ها بودند (Crothers, 1916 in Beatty 1962).

بر پایه آموخته‌ها و معیارهای علمی، کتابداران به‌خوبی می‌دانند که چه کتاب‌هایی از نظر محتوا و ظاهر می‌تواند مناسب باشند. همچنین آنها در طول دوران تحصیل و کار، دانش لازم را درباره اینکه چه کتاب داستانی، برای کدام سنی و کدام نوع شخصیتی مفید است، کسب کرده‌اند. انتخاب کتاب مناسب، یکی از کارکردهای حرفه علم اطلاعات و دانش‌شناسی است. ازاین‌رو، «مؤسسه کیهان دانش پاژ»، که از این پس مؤسسه نامیده می‌شود، در نشر کتاب‌درمانی و فلسفه برای کودک، انتخاب کتاب‌های داستانی مناسب برای کاهش مشکلات مختلف روان‌شناختی کودک و نوجوان را از جمله فعالیت‌های خود قرار داده است. در اولویت نخست، مبنای انتخاب داستان‌ها برای مجموعه «بخوانیم،

بیندیشیم، بهتر زندگی کنیم»، کتاب‌های برگزیده شورای کتاب کودک^۱ است؛ ولی احتمال انتخاب کتاب‌های داستانی برپایه ناشران معتبر نیز وجود دارد. بنابراین از جنبه معیارهایی چون کیفیت محتوایی، هنری و ادبی، می‌توان ادعا کرد که داستان‌های برگزیده‌شده در این کتاب از کیفیت لازم برخوردار هستند. به همین دلیل، از این پس، از این کتاب‌ها به عنوان کتاب‌های داستانی یا داستان‌های مناسب یاد می‌شود.

مجموعه کتاب‌هایی که از سوی مؤسسه و با عنوان «بخوانیم، بیندیشیم، بهتر زندگی کنیم» منتشر می‌شود، مبنای معرفی داستان‌های مناسب برای کودکان و نوجوانان و کسانی است که با کودکان و نوجوانان کار می‌کنند مانند مربیان، کتابداران، معلمان، روان‌پزشکان و والدین. داستان‌های این مجموعه به تفکیک انواع مشکلات فکری و اجتماعی کودکان و نوجوانان و مشکلات پیش روی خانواده‌ها در ارتباط با فرزندان خود معرفی می‌شوند. به این صورت که برای هر مشکل، مانند پریشانی یا ترس، داستان‌های مناسب با آن انتخاب، تحلیل و چکیده‌های آن تهیه می‌شود. بر این اساس، چکیده‌های تهیه‌شده به همراه متنی مقدماتی که شناخت مشکل، نشانه‌ها و راه‌های مقابله با آن را هدف قرار می‌دهد، به صورت کتاب منتشر و به علاقه‌مندان ارائه می‌شود.

لازم به یادآوری است که به عنوان نخستین تجربه سالی از داستان‌های مناسب برای کاهش چهار مشکل پرخاشگری، اعتماد به نفس، عصبانیت، ترس و اندوه، به عنوان دستاورد یکی از پایان‌نامه‌های کارشناسی ارشد تهیه شد (پریخ و امین دهقان، ۱۳۸۲). استقبال از این مجموعه داستان‌ها موجب شد که این

۱. شورای کتاب کودک نهادی فرهنگی پژوهشی، غیردولتی و غیرانتفاعی در حوزه ادبیات کودک و نوجوان است. این شورا تلاش می‌کند، با بهره‌گیری از متخصصان سرشناس در این حوزه، به اعتلای کمی و کیفی منابع ادبی و اطلاعاتی کودکان و نوجوانان و نیز به دسترسی هرچه بیشتر کودکان ایرانی به کتاب و انواع منابع ادبی و اطلاعاتی مناسب کمک کند: شورای کتاب کودک. (بی.تا). دریافت ۱۳۹۵/۳/۳۱ از

مجموعه در سه نوبت روزآمد شده و نتیجه آن در کتاب «داستان‌ها: ابزاری برای کاهش مشکلات روان‌شناختی کودکان (اعتماد به نفس، اندوه، پرخاشگری، ترس)» منتشر شد (پریخ و مجدی، ۱۳۸۸). این کتاب، داستان‌هایی را دربرگرفت که در بازه زمانی ۱۳۷۰ تا ۱۳۸۶ در ایران منتشر شدند و برگزیده شورای کتاب کودک بودند. به علت افزایش شمار داستان‌ها، تصمیم گرفته شد که در ویرایش جدید، داستان‌های متناسب با هریک از مشکلات یادشده در کتاب مستقل آورده شود. افزون‌براین، متناسب با مشکلات دیگری که ممکن است کودک و نوجوان با آن درگیر باشند یا والدین در رابطه با فرزند خود مشکل داشته باشد، داستان‌های مربوطه انتخاب و در کتاب‌های مستقل دیگری به تدریج منتشر خواهند شد. تجربه نشان داده است که به علت تفاوت‌های فردی در کودکان و نوجوانان نمی‌توان انتظار داشت که هر کودکی بتواند درک لازم را از محتوای داستان داشته و خواندن داستان بتواند در کاهش مشکل او کمک‌کننده باشد. اگر خواندن داستان را رویکرد کتاب‌درمانی صورت گیرد، در کنار لذت‌بردن، کودکان و نوجوانان می‌توانند از طریق خواندن داستان، به تجربه‌اندوژی بپردازند و توانایی استقلال در حل مشکل را به دست آورند. با این فلسفه، بخش دوم این کتاب، به بحث درباره کتاب‌درمانی به عنوان یک رویکرد در درمان روان‌شناختی و پیشگیری از مشکلات اختصاص یافته است. در این بحث، بستر لازم برای شناخت این رویکرد، مراحل ارزیابی و نیز فعالیت‌های بعد از کتاب‌خواندن فراهم شده است.