

کودک من

جلد یکم



گردآوری و تألیف:

مریم طهماسبی، علی شیخ‌الاسلامی، محمد معصوم‌زاده

سما و رضوانت (علامه و صراط)

۱۴۸۸۴۲۱



انتشارات نیرومند

تهران - ۱۳۹۶



سرشناسه: طهماسبی، مریم، ۱۳۵۲ | عنوان و نام پدیدآور: کودک من / گردآوری و تألیف مریم طهماسبی،
 علی شیخ الاسلامی، محمد معصومزاده | مشخصات نشر: تهران؛ نیرومند، ۱۳۹۶ | مشخصات ظاهری: ج:
 ۱۶، ۵ × ۲۱، ۵ س.م. | شابک: ۸-۴-۹۱۳۷۱-۹۶۴-۹۷۸ ج.۱ | وضعیت فهرست‌نویسی: فیا |
 موضوع: والدین و کودک | موضوع: Parent and child | موضوع: کودکان -- سرپرستی | موضوع: Child
 rearing | موضوع: کودکان -- روانشناسی | موضوع: Child psychology | شناسه افزوده: شیخ‌الاسلامی،
 علی، ۱۳۵۷ | شناسه افزوده: معصومزاده، محمد، ۱۳۵۹ | رده‌بندی کنگره: ۹۱۳۹۶ ک ۹ ط ۸۵/۸۵/۵ HQ۷۵۵
 | رده‌بندی دی: ۷۴، ۷۴۰۱ | شماره کتاب‌شناسی ملی: ۴۶۴۴۹۲۷

تهران، خیابان توان، پایان نظامی گنجوی، کوچه‌ی پدران، پلاک ۸



انتشارات نیرومند واحد ۵ - تلفن: ۸۸۶۰۰۱۹۵

کودک من (جلد یکم)

تألیف و گردآوری: مریم طهماسبی، علی شیخ‌الاسلامی، محمد معصومزاده
 ویراستار محتوایی: محمد معصومزاده

ناشر: انتشارات نیرومند

صفحه‌آرا: محمد جعفری

چاپ: یکم ۱۳۹۶

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۸-۴-۹۱۳۷۱-۹۶۴-۹۷۸

قیمت ۱۱۰۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب

۱	مقدمه.....
۵	فصل یکم: یادآوری.....
۷	■ به یاد داشته باشیم.....
۸	■ آموختن رفتار و کار خوب به کودک.....
۹	■ کودکان مشاهده گر.....
۱۱	فصل دوم: راه‌های مقابله‌ای.....
۱۳	■ پاداش دادن.....
۱۴	■ توجه کردن به کارهای مطلوب.....
۱۵	■ نادیده گرفتن و توجه نکردن به رفتارهای نامطلوب.....
۱۶	■ محروم‌سازی.....
۱۶	■ دستور دادن.....
۱۷	کودک متوجه جملهی «کودک منظمی باش» نمی‌شود.....
۱۷	در مهمانی.....

فصل سوم: اختلالات کودکان ۱۹

■ آنچه والدین باید بدانند ۲۱

■ کج خلقی کودکان ۲۱

■ عوامل به وجود آورنده پرخاشگری در رفتار کودکان ۲۱

■ بازی های خشن ۲۲

■ ناکامی ۲۲

■ آنچه هرگز نباید انجام دهیم ۲۳

■ چگونه باید با کودکان پیشگیری کنیم؟ ۲۴

■ خجالت کودک ۲۵

■ کودک خجالتی ۲۵

فصل چهارم: رفتارشناسی کودکان و مشکلات رفتاری کودکان ۲۷

■ چرا کودک خجالتی می شود؟ ۲۹

■ نحوه اصلاح و تغییر رفتار ۲۹

■ ترس کودک ۳۰

■ ویژگی های کودک ترسو ۳۰

■ چرا کودک ترسو می شود؟ ۳۱

■ ترس نوزادان ۳۱

■ ترس های معمول کودکان ۳۱

■ ترس نوجوانان ۳۲

۳۲	اثرات ترس بر کودک
۳۳	ترس مفید
۳۴	روش‌های مقابله با ترس کودک
۳۹	روش غلبه بر برخی از ترس‌های متداول کودکان
۳۹	ترس از تاریکی و تنهایی
۴۰	ترس از رعد و برق
۴۲	ترس از حیوانات
۴۳	کابوس کودکان
۴۵	نحوه‌ی اصلاح و تغییر رفتار
۴۶	بددهنی کودک
۴۶	نحوه‌ی اصلاح و تغییر رفتار
۴۷	کودکان لجباز
۴۸	چرا کودک لجباز می‌شود؟
۴۸	نحوه‌ی اصلاح و تغییر رفتار
۴۹	کتک‌زدن والدین توسط کودکان
۵۰	چرا کودک پرخاشگر شده است؟
۵۰	نحوه‌ی اصلاح و تغییر رفتار
۵۱	فصل پنجم: سایر اختلالات و راهکارها
۵۳	کودک و احساس مالکیت

- ۵۳ اعتماد به نفس کودک
- ۵۳ مسئولیت پذیری کودک
- ۵۴ جواب منفی دادن به بچه ها
- ۵۴ برخی از رفتارهایی که نباید جلوی چشم کودک انجام داد:
- ۵۵ دروغ گویی کودکان
- ۵۶ چرا کودک دروغ می گوید؟
- ۵۶ آیزنهارلر: سدن بین واقعیت و تخیل
- ۵۶ والدین دروغ را به کودک آموزش می دهند
- ۵۷ نداشتن امنیت روانی
- ۵۷ وجود احساس حقارت در کودک
- ۵۷ آزمون
- ۵۸ دفع تنبیه
- ۵۸ مهم است که بدانید چرا کودک دروغ می گوید
- ۵۸ تأثیر مستقیم والدین بر گرایش کودکان به دروغ گویی
- ۵۹ نحوه تغییر رفتار کودک
- ۶۰ دروغ گویی را نادیده نگیرید
- ۶۰ بیش فعالی
- ۶۰ درمان با استفاده از رفتارهای مناسب

- ۶۱ نقش تأثیرگذار والدین
- ۶۲ نگذاریم بیماران طرد شوند
- ۶۲ درمان‌های رفتاری بهتر از درمان‌های دارویی
- ۶۳ کمبود توجه را با علائم زیر می‌توان تشخیص داد:
- ۶۴ تغییر رفتار کودکان بیش‌فعال
- ۶۵ ■ ناهنجاری‌های ...
- ۶۵ کمال‌گرایی، عملی، تأثیرگذار
- ۶۶ بستر بسیار مناسب جهت پروش باکتری
- ۶۶ مکیدن انگشت
- ۶۷ برای کودک جایزه تعیین کنید
- ۶۸ روش معکوس درمان یا سخت‌گیری
- ۷۰ ■ شب‌ادراری
- ۷۱ ■ لکنت‌زبان (*Stuttering*)
- ۷۱ درمان‌ها
- ۷۲ ■ تغییر رفتار کودکان
- ۷۲ ■ لکنت‌زبان درمان دارویی ندارد!
- ۷۳ ■ اختلال تیک گذرا
- ۷۳ ■ روان‌درمانی

۷۳ دارودرمانی ■

۷۴ پرحرفی کودکان ■

۷۴ جلبتوجه ■

۷۴ کنجکاوی و پرسش ■

۷۵ تدریس ■

۷۵ حسادت و افسردگی ■

www.ketab.ir

مقدمه

«مَنْ كَانَ عِنْدَهُ صَبِيٌّ فَلْيَتَصَابَ لَهُ»

چون که با طفلان سروکارت افتاد • پس زبانِ کودکی باید گشاد^۱

در بسیاری از جوامع منظور از پرورش و تعلیم و تربیت، با «استن» کودکان از کارها و رفتارهای بد است. بخش وسیعی از وظیفه‌ی پدر و مادر درست ماندن

^۱ کسی که کودکی دارد باید با او کودکانه رفتار کند. رسول الله (ص).

افسر پلیسی شده که سر چهارراهی ایستاده و فقط منتظر است از کسی تخلفی سرزنند تا او را جریمه کند.

درحالی که در دنیای متری امروز، پرورش، مانند آموختن درست رانندگی و رعایت قوانین و مقررات است و پدر و مادر نقش پلیس و دادگاه و زندان را دارند.

بنابراین، به جای پدر و مادر، در معرض این خطر هستیم. به جای اینکه فرزند خودمان را خوب پسر و دارای وجدان بدانیم و متوجه شمع روشن وجودش باشیم، او را با اتومبیل همراه می بینیم که وجود خود را می سوزاند و احتمالاً دیگران را هم خواهد سوزاند.

درست است که کودک ناتوان و ناتوان است، اما این مطلب متفاوتی است که ما او را بد یا گناهکار بدانیم. بر فرض هم که چنین باشد، مطالعات علمی نشان می دهد که کودک را از کار بد نمی توان باز داشت. بر فرض که در این کار توفیق پیدا کنیم و بگوییم که من رامهایی دارم که فرزند را از کار بد بازمی دارم، متأسفانه چنین فرزندى را بی کاره و هیچ کاره می کنید.

یکی از شایع ترین مسائلى که از مشاوران، روحانیان، روان شناسان، روان پرشکان، معلمان و حتی جامعه شناسان سؤال می شود مسائل مربوط کودک است. در این راستا اخذ پاسخ های متفاوت و بعضاً متناقض چیزی است که والدین کودکان را سردرگم می کند و از آنجایی که مسائل کودکان تخصصی تر از آن است که بتوان

از سر دل‌سوزی و صرفاً بر مبنای تجربه در مورد آن نظر داد، لذا سازمان مردم‌نهاد «خانواده‌ی سلامت‌بنیان» بر آن شد تا با روی‌کرد میان‌رشته‌ای خود، پرداختن به مسائل کودک را اولویت دهد. از این‌رو بنا شد تا در قالب یک کار گروهی، اختلالات رفتاری کودکان جمع‌بندی روان‌شناختی شده، سپس توسط مددکار، روحانی، جامعه‌شناس، ماما، روان‌پزشک و حقوقدان مورد ویرایش و بازبینی قرار گیرد.

امید است بتوانیم با انتشار کتاب‌هایی که روی‌کرد میان‌رشته‌ای و جنبه‌ی هم‌افزایی دارد، با مدد البی‌ردازیم که بتواند برای پرسش‌گران محترم، رفع‌کننده‌ی ابهام باشد و در سطح پاسخ‌گویی کلیه‌ی مریبان، مبلغان و مشاورانی که با نیروی انسانی سروکار دارند، به‌دست رویه‌ای نسبی ایجاد کند.