

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

۹۷-۶-۲۵
۱۶۱۴۰۳۷

مجموعه نوشتارهای تربیتی:
خانم گرام، مدرسه مطلوب

تألیف:

دکتر زهرا بازرگان



۱۳۹۷

سرشناسه	: بازرگان، زهرا، ۱۳۲۰ -
عنوان و نام پدیدآور	: مجموعه نوشتارهای تربیتی (خانه‌ی گرم، مدرسه‌ی مطلوب) /
تألیف	: زهرا بازرگان؛ ویراستار ندا اسدی.
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۱۹۲ ص؛ ۵/۲۱×۱۴/۱۴ س.م.
فروست	: انتشارات انجمن اولیا و مربیان؛ ۲۷۸.
شابک	: ۹۷۸-۹۶۴-۴۵۱۳-۲۳-۷.
یادداشت	: وضعیت فهرست نویسی: فیا
موضوع	: کتابخانه.
موضوع	: تربیت خانوادگی - Domestic education*
موضوع	: والدین و کودک - Parent and child
موضوع	: کودکان - سرپرستی - Child rearing
موضوع	: خانواده‌ها - Families
موضوع	: آموزش و پرورش - Education
موضوع	: خانه و مدرسه - Home and school
شناسه افزوده	: دفتر انجمن اولیا و مربیان
رده بندی کنگره	: HQ۷۶۹/م۳ ۱۳۹۷
رده بندی دیویی	: ۶۴۹/۱: شماره کتابشناسی ملی: ۵۲۰۰۱۳۳



انتشارات انجمن اولیا و مربیان

شماره انتشار: ۲۷۸

مجموعه نوشته‌های تربیتی: خانه‌ی گرم، مدرسه‌ی مطلوب

نویسنده: دکتر زهرا بازرگان

صفحه‌آرایی: مؤسسه فرهنگی و هنری طراحان ایماژ

ماده‌ری: اداره آموزش اولیا

ویراستار: ندا اسدی

امور چاپ و توزیع: مدیر اداری و مالی

ناظر چاپ: نماینده بدای

لیتوگرافی و چاپ و صحافی: ...

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۴۵۱۳-۲۳-۷

چاپ اول: ۱۳۹۷ - ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۱۲۰۰۰ تومان

کلیه‌ی حقوق محفوظ است

تهران، خ سیهید قرنی، نبش خیابان سمیه، وزارت آموزش و پرورش

ساختمان زنده یاد علاقه‌مندان، طبقه دهم، انجمن اولیا و مربیان

نمابر: ۸۸۱۳۹۹۶۲

تلفن: ۸۲۲۸۴۲۷۳

فروشگاه مرکزی: خ قدس، ابتدای خ طالقانی، شماره ۴۳۳

نمابر: ۸۸۹۵۸۱۹۰

تلفن: ۸۸۹۵۸۱۷۹

- ۱۴..... سخن ناشر
- ۱۵..... خانه گرم
- ۱۶..... مقدمه بخش اول
- ۱۶..... پدری و مادری آموختنی است
- ۱۸..... پدر مادر با حرف بزیند
- ۱۹..... ارتباط اولیا فرزندان در مراحل مختلف زندگی
- ۲۰..... ارتباط با کودک پیش از تولد
- ۲۰..... ارتباط با کودک پس از تولد
- ۲۲..... ورود به مدرسه
- ۲۲..... رابطه با کودک به هنگام بحران های خانوادگی
- ۲۳..... رابطه پدر با فرزندان
- ۲۴..... رابطه کودک با خواهران و برادران
- ۲۴..... ارتباط در نوجوانی
- ۲۶..... منابع
- ۲۷..... پیوند های عاطفی بین فرزندان را تقویت کنید
- ۲۸..... فرزند ارشد و سایر فرزندان
- ۲۹..... منشا اختلاف ها در خانواده
- ۲۹..... ۱- تقویت روابط صمیمانه بین فرزندان
- ۳۰..... ۲- فرزندان خود را با هم مقایسه نکنید

- ۳- احساس های فرزندان را نسبت به یکدیگر بپذیرید و روابط صمیمی بین آنها را تقویت کنید..... ۳۰
- ۴- برای هر یک از فرزندان محلی خاص در خانه اختصاص دهید ۳۱
- ۵- وقت آزاد خود را بین فرزندان تقسیم کنید..... ۳۱
- ۶- برنامه ها و فعالیت هایی متناسب با سن فرزندان ترتیب دهید..... ۳۲
- ۷- از فرزندی که احياناً مورد تمسخر و زور گویی خواهر یا برادرش قرار گرفته است حمایت کنید ۳۲
- ۸- اجازت دهید فرزندان دوستان خود را به خانه دعوت کنند ۳۲
- ۹- فعالیت های مشترک برای فرزندان پیش بینی کنید ۳۳
- ۱۰- گذراندن اوقات فراغت در خانواده را برنامه ریزی کنید..... ۳۳
- ۱۱- برقراری عدالت در خانواده به معنی اتخاذ رفتار یکسان با فرزندان نیست ۳۳
- برای مطالعه بیشتر ۳۴
- آثار خنده و شوخ طبعی در خانواده ۳۵
- شوخ طبعی به چه معنی است ؟ ۳۷
- آثار جسمانی - روان شناختی خنده و شوخ طبعی ۳۷
- ابزار شادی و شوخ طبعی والدین ۳۷
- پرورش شوخ طبعی در کودکان ۳۹
- شوخی با کودکان حساس ۴۰
- جلب توجه و آرام کردن کودکان پر مشکل یا بیمار ۴۰
- کودکانی که حاضر نمی شوند در اسباب بازی های خود با دیگری شریک شوند ۴۱
- خنده و شوخی، باید ها و نباید ها ۴۱

- ۴۲..... برای مطالعه بیشتر
- ۴۳..... محیط فرهنگی خانواده و انگیزه های مطالعه در کودکان
- ۴۴..... خانواده، اولین و مهم ترین کانون یادگیری
- ۴۴..... کدام رفتار اولیا، ضامن رشد اخلاقی، اجتماعی و فرهنگی کودکان است؟
- ۴۵..... عامل مهم دیگر، کیفیت زبان و ارتباط در خانواده است
- ۴۵..... روش تربیت اولیا از دیگر عوامل تاثیرگذار در محیط فرهنگی است
- ۴۵..... از دیگر نقش های مهم اولیا، نقش الگویی آنان است
- ۴۶..... تاثیرات متقابل کتاب خواندن بر اولیا
- ۴۶..... آموزش اولیا در مورد محیط فرهنگی مطلوب در خانه
- ۴۷..... منابع
- زبان و رفتار مثبت در خانه و مدرسه : تاثیر آن در رشد خود باوری کودکان
- ۴۸..... و نوجوانان
- ۵۰..... کلمه های مثبت و امید دهنده
- ۵۰..... جمله های مثبت و امیدوار کننده
- ۵۱..... رفتارهای الهام بخش، مثبت و امیدوار کننده
- ۵۱..... استفاده از زبان مثبت
- ۵۲..... به کارگیری زبان مثبت رابه فرزندان خود بیاموزید
- ۵۲..... به کودکان حق انتخاب دهید
- ۵۲..... ابراز پشیمانی یا عذرخواهی بزرگ سالان
- ۵۳..... منابع
- ۵۴..... آغاز سال تحصیلی با اطمینان و آرامش خاطر

- ۱- اضطراب خود را کنترل کنید ۵۵
- ۲- منشأ اضطراب فرزند خود را شناسایی کنید ۵۶
- ملاقات با معلم جدید ۵۶
- دیدار مجدد همکلاسی ها ۵۷
- یادآوری درس گذشته ۵۸
- ۳- برنامه ریزی بازگشت به مدرسه ۵۸
- آمادگی برای مدرسه از نظر جسمی، ذهنی و اجتماعی ۵۸
- تنظیم الگوی خواب ۵۹
- تغذیه ۵۹
- انجام فعالیت های بدنی ۵۹
- خرید وسایل مدرسه ۶۰
- اقدامات ایمنی ۶۱
- اولیا و انجام تکالیف مدرسه ۶۱
- چالش های مربوط به ورود به دوره راهنمایی تحصیلی ۶۲
- ریسک پذیری نوجوانان ۶۳
- منابع ۶۴
- پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها: تحول نقش ها و وظایف ۶۵
- برخی از نقش های متنوع مادر بزرگ و پدر بزرگ های امروزی ۶۷
- ۱- انتقال تاریخ، سنت ها و خاطرات گذشته خانواده ۶۷
- ۲- کمک به درک مفهوم تداوم در زندگی ۶۸
- ۳- انتقال ارزش ها ۶۸

- ۴- انتقال دانش و معلومات در تکمیل نقش پدر و مادر ۶۹
- ۵- منبع اهمیت و ثبات ۷۰
- ۶- تاثیر متقابل نوه ها بر پدر بزرگ و مادر بزرگ ۷۱
- ۷- به روز شدن دانش و اطلاعات ۷۱
- ۸- اساس مفید بودن و تداوم زندگی ۷۱
- پدر بزرگ - مادر بزرگ : باید ها و نباید ها ۷۲
- حقوق پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها ۷۳
- آن هایی که از داشتن پدر بزرگ و مادر بزرگ محروم اند ۷۳
- منابع ۷۴
- با مسائل فرزندانمان در مدرسه چه کار کنیم ۷۵
- دعوا و کتک کاری کودک در مدرسه ۷۷
- وقتی کودک معلم خود را دوست دارد ۷۷
- وقتی کودک دچار افت تحصیلی می شود ۷۸
- امتناع کودک از رفتن به مدرسه ۸۰
- توصیه هایی به والدین ۸۱
- نقش مدرسه به هنگام دعوت از اولیا برای حضور در مدرسه ۸۱
- منابع ۸۲
- باز مدرسه: باز هم تکلیف شب! ۸۳
- تکلیف شب؛ دغدغه همیشگی دانش آموزان، والدین و مدرسه ۸۴
- اهمیت تکلیف شب ۸۵
- برخی از فواید تکلیف شب برای اولیا ۸۶

- مزیای تکلیف شب برای معلم ها ۸۶
- آیا تکلیف شب می تواند آثار منفی داشته باشد؟ ۸۶
- تکلیف شب، نقش و مسئولیت اولیا در مقابل آن ۸۷
- چند توصیه برای انجام بهتر تکالیف مدرسه در خانه ۸۸
- ۱- شرایط انجام تکلیف ۸۸
- ۲- کودکان را از اهمیت انجام تکلیف آگاه کنید ۸۸
- ۳- ارتباط و - لایت خود بهره بگیرید ۸۸
- ۴- نق نزدیک رشد بدست و دعوا نکنید ۸۹
- ۵- به شیوه ی یی گیری فرزندانتان دقت کنید ۹۰
- تکلیف شب و معلم ها ۹۰
- منابع ۹۲
- مادر، پدر، من کارنامه ام نیستم ۹۳
- اهمیت عزت نفس کودک و راه های تقویت آن ۹۴
- عزت نفس و مدرسه ۹۵
- جایگاه افراطی برای مدرسه قائل نشوید ۹۶
- منابع ۹۸
- حمایت از فرزندان طلاق در خانه و مدرسه ۹۹
- اثرهای احتمالی طلاق بر بهزیستی و سازگاری اجتماعی کودکان و نوجوانان ۱۰۱
- الف - از تولد تا ۳ سه سالگی - برقراری پیوند دلبستگی ۱۰۳
- ب - دوره پیش از دبستان (۴ تا ۶ سالگی) : آماده کردن فرزندان برای درک واقعیت های زندگی ۱۰۴

- ج - دوره دبستان (۷ تا ۱۲ سالگی): ایجاد عادات ، مسئولیت پذیری، عمیق شدن دوستی ها ۱۰۴
- د - دوره دوم ابتدائی (دوره پیش از بلوغ) ۱۰۵
- هـ - نوجوانی - جست و جوی هویت، تمایلات متضاد، تردید ها و احساس تنهایی عمیق عاطفی (۱۲ تا ۱۵ سال) ۱۰۶
- و - ضرورت حمایت از والدین پس از جدائی ۱۰۸
- ۱- ۱- اساس های خود را بپذیرید ۱۰۹
- ۲- وقت بستر برای خود در نظر بگیرید ۱۰۹
- ۳- ایجاد چارچوب و محدودیت های مقتضی برای فرزندان ۱۰۹
- حضانت مشترک، نمونه ای از راهبردهای رایج در کاهش آثار تلخ جدایی والدین بر فرزندان ۱۰۹
- منابع: ۱۱۱
- مدرسه مطلوب ۱۱۲
- مقدمه بخش دوم ۱۱۳
- مدرسه محبوب من ۱۱۳
- هنر ظریف و پیچیده ارتباط با اولیای دانش آموزان ۱۱۵
- موانع برقراری ارتباط موثر با اولیا ۱۱۸
- برخی از عوامل مربوط به معلم ۱۱۹
- عوامل مربوط به مدرسه ۱۲۰
- عوامل مربوط به اولیای دانش آموزان ۱۲۱
- اولیا دانش آموزان چه انتظاری از مدرسه دارند؟ ۱۲۱

- منابع : ۱۲۳
- اجازه خانم من بیش فعال نیستم! ۱۲۴
- کدام کودک بیش فعال است؟ ۱۲۶
- کودکان پر تحرک: ۱۲۶
- کودکان بیش فعال ۱۲۸
- چند نمونه طلایی برای اولیا ۱۲۹
- منابع : ۱۳۰
- بازگشت به نظام جدید: تیر و لب‌های تحول و محتوا و روش‌های آموزش و پرورش ۱۳۱
- گرایش‌های جهانی در زمینه مدارس ۱۳۴
- تاملی بر دوره راهنمایی تحصیلی ۱۳۵
- ارتباط دوره راهنمایی با افت تحصیلی ۱۳۶
- مدرسه را می‌توان دوست داشت ۱۳۹
- نقش والدین در پیشگیری و کاهش احساس تنگی در مدرسه ۱۴۰
- نقش والدین در ایجاد انگیزه و علاقه به مدرسه و تحصیلات ۱۴۱
- نگرش والدین در مورد مدرسه ۱۴۲
- سازمان دادن ارتباط‌های کودک در مدرسه ۱۴۲
- نقش مدرسه و معلم در ایجاد انگیزه در دانش‌آموزان ۱۴۳
- جو فیزیکی مدرسه ۱۴۴
- منابع : ۱۴۵
- اثرات روانی جدایی از معلم بر دانش‌آموزان ۱۴۶
- در کنار دانش آموزم؛ یاسمین ۱۴۸

- ۱۵۸..... رفتار زورگویانه در مدارس
- ۱۶۳..... منشا رفتارهای آزارگرانه دانش آموزان چیست؟
- ۱۶۳..... سابقه قلدری در مدرسه
- ۱۶۴..... چه دانش آموزانی در بازی بی رحمانه قلدری گرفتار می شوند؟
- ۱۶۵..... برزاقه رویکردهای پیشگیری و کاهش خشونت در مدرسه
- ۱۶۹..... نقش خانواده در حمایت از فرزندان
- ۱۷۰..... مقابل با قلدری و دیگر شکل های خشونت در مدرسه از راه سیاست گذاری
- ۱۷۱..... منابع :
- ۱۷۲..... نقش مدرسه در پیشگیری از جرم
- ۱۷۴..... ۱- روان پریش ها (پسیکوپات ها)
- ۱۷۵..... ۲- نوجوانان جامعه ستیز
- ۱۷۵..... ۳- دانش آموزان آسیب پذیر و درمانده
- ۱۷۶..... اولیا مهم ترین الگو برای رفتار فرزندان در جامعه
- ۱۷۷..... مدرسه مهم ترین محل پیشگیری و کاهش جرم است
- ۱۷۸..... ۱- آموزش معلم ها و کارکنان مدرسه
- ۱۷۸..... ۲- آموزش و توانمندی سازی دانش آموزان
- ۱۷۹..... ۳- کمک به پیشرفت تحصیلی دانش آموزان
- ۱۸۰..... ۴- تغییر و بهسازی سازمان مدرسه
- ۱۸۰..... پیشگیری از جرم در مدارس دانمارک
- ۱۸۱..... سخن آخر
- ۱۸۲..... منابع :

- تحول و نوآوری در مدرسه با مشارکت مدیر و معلمان: یک مطالعه موردی..... ۱۸۳
- مقدمه ۱۸۴
- بازدید از مدرسه ۱۸۴
- بازسازی فضای آموزشی ۱۸۵
- بازآهنگی معلمان از طریق بازدید از مدارس کارآمد و شرکت در کارگاه آموزشی ۱۸۵
- مابین بازآموزی مدیر مدرسه ۱۸۶
- ۱-۱- پای فضا سازی مدرسه و ایجاد محیطی با نشاط برای یادگیری ۱۸۷
- ۲- تغذیه روزانه در مدرسه ۱۸۷
- ۳- طرح بازیافت مواد ۱۸۸
- ۴- طرح حفظ اسکناس و سرمایه ملی ۱۸۸
- اگر قرار بود یک بار دیگر ۱۹۰
- اگر قرار بود یک بار دیگر فرصت تدریس می‌یافتم ۱۹۱
- اگر قرار بود دوباره به مدرسه برگردم ۱۹۱
- اگر قرار بود از دانش آموزانم امتحان بگیرم ۱۹۲

مقدمه بخش اول

پدری و مادری، آموختنی است

چندی پیش به هنگام برگزاری یک کارگاه آموزشی برای اولیا در زمینه روش های تربیتی سازنده در خانواده، از شرکت کنندگان سوال کردم که واکنش آن ها در مقابل رفتارهای ناپسند فرزندانشان در خانه چیست؟ به طور مثال زمانی که یکی از فرزندان، خواهر یا برادرش را تنگ می زند، بدون اجازه از کیف یا جیب یکی از افراد خانواده پول برمی دارد، دروغ می گوید یا به اسباب بازی ها یا وسایل خانه آسیب می زند، آنان چه می کنند.

در کارگاه وقتی تعدادی از رفتارهای منفی و متداول کودکان و نوجوانان در محیط خانه مطرح شد. پاسخ های اولیا نشان داد که در مقابل یک رفتار واحد کودک، واکنش های متفاوتی از طرف اولیا بسته به وضعیت اجتماعی و فرهنگی خود ابراز می گردد. تذکر، سرزنش، تنبیه بدنی، قهر، شکایت به مدرسه، محروم کردن فرزند از امتیازهای مختلف و... برخی از رفتارهای مورد استفاده پدران و مادران بود.

نکته جالب این که بیست و هشتاد درصد پاسخ به چرایی انتخاب آن روش خاص تربیتی، اذعان داشتند که آن رفتار را در کلاس درس یا در خانه و از پدر و مادر یا بزرگسالان مهم زندگی خود آموخته اند. نکته دیگر این که هیچ یک از آنان به گفته خود در طول زندگی در مورد این مسئولیت عظیم و شیوه های مناسب تربیت آموزشی دریافت نکرده بودند.

بدیهی است عهده دار شدن وظایف سنگین مادری و پدری آسان، ذاتی و تصادفی نیست. مادری و پدری آنچنان که گفته می شود یک ماجرای عشقی مادام العمر است. اما نه عشقی غریزی، انحصارگرایانه و یک طرفه بلکه محبت است عمیق توأم با آگاهی، صبوری، پذیرش تفاوت ها، متعهد به تامین نیازهای خاص فرزند و در همان حال توانایی برقراری مرزها و محدودیت ها برای هریک از آنان.

تجربه کارگاه فوق این واقعیت را آشکار می کند که بسیاری از ما در زندگی خانوادگی، اداری یا اجتماعی دست به اعمال و رفتارهایی می زنیم و حتی در مقابل دیگران از آن به شدت دفاع کرده آن را تنها روش صحیح انجام کارها می پنداریم در حالی که چنین رفتاری در واقع چیزی جز تکرار عادات گذشته نیست. رفتارهایی که در بسیاری از مواقع برای زندگی پیچیده امروز و برای فرزندانی که در مقایسه با نسل

گذشته کنجکاو تر، باهوش تر و آگاه ترند و انتظارات دیگری از اولیا و مربیان خود دارند، کاربردی ندارد. از طرفی باید به یاد بیاوریم که برخی از رفتارهایی که از زمانهای گذشته در ما شکل گرفته و تثبیت شده برای ما آسیبزا بوده است به طوری که آثار و عواقب تلخ آن را همچنان در زندگی بر دوش می کشیم. کارهایی مانند مقایسه فرزندان با سایر کودکان، تبعیض در خانه، تمسخر، سرزنش، تنبیه، بی تفاوتی، طرد فرزند و غیره. بنابراین هر نسل و هر دوره از زندگی، رفتار و روش های تربیتی دیگری را بر حسب تحولات جامعه و نیازهای نسل جدید از پدران و مادران می طلبد.

خودمختاری این حرفه مقدس که به مراتب بیش از سایر وظایف فردی و اجتماعی نیازمند شناخت آگاهانه، مطالعه شخصی است یادگرفتنی است. در این زمینه همچنین توجه به تجربه های موفق و به یادماندنی پدران و مادران و مربیانی که ثمره زحمات و تلاش های آنان را می توان از وجود جوانانی متعادل، با اخلاق و موفق در جامعه ملاحظه کرد، راهگشا خواهد بود.

نوشته های این بخش از کتاب عمدتاً به هنر ظریف و راز و رمز ارتباط های عاطفی و اجتماعی درون خانواده می پردازد. شیوه های متنوع رفتار با فرزندان و ایجاد محیطی گرم، پذیرنده و الهام بخش را معرفی می کند.

پایه رشد اجتماعی و عاطفی کودکان و نوجوانان را فشردگی می دهد و رشد هماهنگ فرزندان ما بدون پرورش پدری و مادر محبت آمیز و در ارتباط مطلوب نمی تواند باشد. والدین (۲۰۰۵) معتقد است که آموزش از خانواده ها، روابط والدین و فرزند و نحوه برخورد با فرزند که در ابتدای با هم تلاقی می کنند، اما اغلب هر یک از خطوط را به تنهایی به مسیر خود ادامه می دهد. به طور طبیعی به هر اندازه کیفیت و کمیت ارتباطات والدین و کودکان ضعیف تر باشد، خطر انزوا و انحراف خودسالان افزایش می یابد. اهمیت لازم توجه بیشتر مربیان مدارس و رسانه ها را نسبت به تسهیل روابط بین والدین و خانواده و تسلی ها و کمک به ایجاد نظر در مورد این روابط می طلبد.

ارتباط اولیا و فرزندان در مراحل مختلف زندگی از زمان تولد و کودکان در هر یک از مراحل زندگی از اهمیت شایع برخوردار است و نوع رابطه ای که کودک یا نوجوانی خود در خانه برقرار می کند، چگونگی روابط