

به نام خدا

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

فرزند دوم

پیامدها و راه حل‌ها

دکتر مگ زویبک

مترجم: دکتر جواد میدانی

www.saberinbooks.ir

فهرست مطالب

۷	سخن ناشر
۹	پیشگفتار
۱۲	فصل یکم. تصمیم‌گیری در مورد فرزند دوم
۱۴	فصل دوم. برنامه‌ریزی برای فرزند دوم
۱۶	فصل سوم. فاصله سنی
۲۲	فصل چهارم. آیا نگهداری از بچه دوم آسان‌تر است؟
۲۵	فصل پنجم. گفت‌وگو با بچه اول درباره نوزاد
۲۸	فصل ششم. بارداری دوم متفاوت است
۲۹	فصل هفتم. تغییرات فیزیکی در خانم‌های باردار
۳۲	فصل هشتم. تغییرات عاطفی و روحی در پدر و مادر
۳۵	فصل نهم. حرف زدن با کودک درباره بارداری و زایمان
۳۹	فصل دهم. آماده کردن کودک در حد اعتدال
۴۲	فصل یازدهم. تخت بچه مال کیست؟
۴۴	فصل دوازدهم. درباره سقط جنین
۴۷	فصل سیزدهم. اتفاق مهم: (تولد نوزاد نزدیک می‌شود)
۴۹	فصل چهاردهم. آشنایی با بیمارستان
۵۲	فصل پانزدهم. آماده کردن خواهران و برادران نوزاد
۵۴	فصل شانزدهم. آشنایی کودک بزرگ با نوزاد
۵۷	فصل هفدهم. آماده شدن برای بیمارستان و زایمان

- ۶۰ فصل هجدهم. حضور برادران و خواهران هنگام تولد نوزاد
- ۶۳ فصل نوزدهم. اعتماد به نفس در کودک
- ۶۶ فصل بیستم. هفته اول
- ۶۷ فصل بیست و یکم. ملاقات با نوزاد
- ۷۰ فصل بیست و دوم. آوردن نوزاد به خانه
- ۷۴ فصل بیست و سوم. بهبود بعد از زایمان دوم
- ۷۸ فصل بیست و چهارم. تغذیه بچه دوم با شیر مادر
- ۸۲ فصل بیست و پنجم. تغذیه فرزند دوم با شیر خشک
- ۸۵ فصل بیست و ششم. چه انتظاری باید داشت؟
- ۸۷ فصل بیست و هفتم. توجه و رسیدگی به فرزند اول
- ۹۰ فصل بیست و هشتم. پس روی کودک و بازگشت به حالت بچگی
- ۹۳ فصل بیست و نهم. خشم، حسادت و خشونت کودک
- ۹۷ فصل سی ام. هم‌اتاق شدن کودک با نوزاد
- ۱۰۰ فصل سی و یکم. سازمان جدید خانواده پس از تولد نوزاد
- ۱۰۴ فصل سی و دوم. مسئولیت سنگین نگهداری از دو فرزند
- ۱۰۷ فصل سی و سوم. برقراری نظم و ترتیب در منزل
- ۱۱۱ فصل سی و چهارم. پرورش و تربیت کودک بزرگ‌تر
- فصل سی و پنجم. تقویت دوستی بین دو فرزند و از بین بردن حسادت
- ۱۱۵
- ۱۱۹ فصل سی و ششم. درباره پدر و مادر
- ۱۲۲ فصل سی و هفتم. نوزاد بزرگ می‌شود
- ۱۲۴ فصل سی و هشتم. انتظارات معقول درباره تفاوت‌های دو فرزند
- ۱۲۷ فصل سی و نهم. سپردن مسئولیت به فرزندان
- ۱۳۰ فصل چهلم. جلوگیری از مشاجره بین کودکان
- ۱۳۴ فصل چهل و یکم. مراحل رشد و تکامل کودک
- ۱۳۹ فصل چهل و دوم. ارتباط کلامی و هنر حرف زدن با کودک

- ۱۴۴ فصل چهل و سوم. بازگشت به کار پس از زایمان
- ۱۴۶ فصل چهل و چهارم. روش‌های نگهداری از کودک
- ۱۵۰ فصل چهل و پنجم. فرصتی برای رسیدگی به دو فرزند
- ۱۵۳ فصل چهل و ششم. بچهٔ دوم به عنوان فرزندخوانده
- ۱۵۶ فصل چهل و هفتم. پرستاری از نوزاد نارس یا بیمار
- ۱۵۹ فصل چهل و هشتم. نوزاد و برادر و خواهر ناتنی

- ۱۶۲ پریش و پاسخ
- ۱۶۸ نمایه

کتاب‌های این مجموعه علی‌رغم ارتباط موضوعی هر کدام از نظر مطلب مستقل هستند. آنگاه برای زایمان، روش‌های مناسب و صحیح شیر دادن، تولد فرزند دوم، نقش پدر در تربیت کودک، پرورش کودک نرگوش، آمیختن به کودکان دربارهٔ رفتار، سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان، پرورش فرزندان امیدوار و موفق، کلیه‌های رفتار با نوجوانان و نیز مطالب متنوع و جذاب دیگری که به روش‌ها و مشکلات تربیتی کودکان و نوجوانان تا سن بلوغ می‌پردازد، موضوع کتاب‌های این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نوین نگارش کتاب‌ها، آموزش شیوه‌های کاربردی به والدین است. در نتیجه هر کتاب از فصل‌های متعددی تشکیل شده که هر فصل به توضیح یک روش کلیدی می‌پردازد. مجموعهٔ کلیه‌های تربیتی کودکان و نوجوانان، علاوه بر شیوه‌های علمی و معتبر خود، از زبانی ساده برای توضیح مطالب و انتقال آن‌ها به خواننده استفاده کرده است که برای عموم مادران و پدران قابل استفاده است.

پیشگفتار

رابطه فرزندان و رقابت آنها با یکدیگر موضوعی است که هنگام تشکیل خانواده و بچه دار شدن، فکر والدین را به خود مشغول می‌کند. اگر به فکر داشتن بچه دوم هستید و خود را برای این مهمان آماده می‌کنید، باید درباره طرز رفتار و برخورد بچه‌ها با یکدیگر فکر کنید. شکی نیست که بچه دوم تغییراتی در نحوه زندگی والدین به وجود می‌آورد که بعضی از آنها دوست داشتنی و برخی مشکل آفرین هستند. این کتاب به شما یاد می‌دهد که چگونه با این تغییرات روبه‌رو شوید، مشکلات غیرقابل اجتناب را از سر راه خود بردارید و به پیوندهای خانوادگی خود استحکام بخشید.

نویسنده کتاب در طول شانزده سال تجربه خود به عنوان پرستار و مشاور خانواده، با مشکلات هزاران خانواده آشنا شده و به این نکته پی برده است که والدین منتظر بچه دوم، نگران تأثیر نوزاد بر رفتار کودک اول خود هستند. این والدین پس از تولد بچه دوم، به رابطه دو فرزند و چگونگی تأثیر این رابطه بر امور خانواده می‌اندیشند. این کتاب شما را با این مسائل آشنا می‌کند و به پرسش‌هایتان در این باره جواب می‌دهد.

بخش اول کتاب - یعنی فصل‌های یکم تا بیست و پنجم - شما را در برنامه‌ریزی تشکیل خانواده، حاملگی، زایمان دوم و استقبال از نوزاد دوم راهنمایی می‌کند. با خواندن این بخش از کتاب، خواهید دانست که چگونه با