

## فهرست مطالب

۲۵	فصل ۱. مراحل تغییر دادن رفتار کودک.....
۲۶	مشکل را تعریف و مشخص کنید.....
۲۷	هر بار فقط به یک مشکل بپردازید.....
۲۸	سطح انتظارتان را پایین بیاورید.....
۲۹	مصمم و ثابت قدم باشید.....
۳۰	خوش بین باشید.....
۳۱	اجازه دهید کودک بداند از او چه انتظاری دارید.....
۳۳	فصل ۲. روش های اولیه ی تربیت.....
۳۵	۱-۲. چطور فرزندتان را تشویق کنید.....
۳۶	رفتار فرزندتان را تشویق کنید، نه شخصیت او را.....
۳۷	فرزندتان را به شکلی مشخص تشویق کنید.....
۳۸	پیشرفت فرزندتان را تشویق کنید.....
۳۹	به روشی مناسب تشویق کنید.....
۴۰	از تشویق آنی استفاده کنید.....
۴۱	تشویق را با عشق بی قید و شرط درامیزید.....
۴۱	۲-۲. چگونه رفتارهای بد را نادیده بگیرید.....
۴۳	ببینید کدام رفتارها را می توانید و کدام رفتارها را نمی توانید نادیده بگیرید.....
۴۵	به بد رفتاری توجه نکنید.....
۴۶	رفتار، پیش از بهتر شدن، بدتر می شود.....
۴۶	رفتار خوب را تقویت کنید.....
۴۷	۳-۲. چطور از روش «صفحه گرامافون شکسته» استفاده کنید.....
۴۸	۴-۲. چطور پاداش بدهید.....
۴۹	از کودک نظر خواهی کنید.....
۵۰	پاداش ها را تغییر دهید.....
۵۱	همیشه به قولی که می دهید عمل کنید.....
۵۱	به یاد بسیاری تغییر رفتار زمان بر است.....
۵۵	۵-۲. چطور از جدول ها استفاده کنید.....
۵۶	هر بار فقط روی یک رفتار (یا شاخه ای از رفتارها) تمرکز کنید.....
۵۷	جدول را برای استفاده، خواندن و نگهداری ساده کنید.....
۶۰	۶-۲. چطور تنبیه کنید.....
۶۱	تنبیهی را انتخاب کنید که رفتار نامطلوب را کاهش دهد.....
۶۲	از تنبیه به میزان کم اما مؤثر استفاده کنید.....
۶۲	تنبیه را با ترکیبی از روش های تربیتی مثبت به کار ببرید.....
۶۳	تنبیه را به تعویق نیندازید.....
۶۳	همیشه پیامها را بیان کنید.....
۶۳	ثابت قدم باشید.....
۶۴	تهدید توخالی نکنید.....
۶۴	فرصت دهید رفتارهای خوب تمرین شود.....
۶۵	در صورت تنبیه بدنی، آن را کوتاه و کنترل شده اعمال کنید.....
۶۶	۷-۲. چطور روش محروم سازی را به کار ببرید.....
۶۹	۲-۸. چطور روش «اصلاح جبرانی» را به کار ببرید.....
۷۳	۹-۲. چگونه به کودک سخنان گوش دهید و با او صحبت کنید.....
۷۵	۱-۹-۲. چگونه با کودک صحبت کنید تا به حرفتان گوش کند.....
۸۰	۲-۹-۲. چطور با کودک صحبت کنید.....
۸۳	۱۰-۲. چطور به کودک آموزش دهید آرامش را حفظ کند (یا چطور خودتان را آرام نگه دارید).....
۸۳	زمان آرام.....
۸۸	فن نفس کشیدن.....
۹۰	آرامش سازی عضلانی تدریجی.....
۹۱	گام اول: دست های اسپاگتی.....
۹۲	گام دوم: پاهای فولادی.....

- ۹۳. گام سوم: شکم سفت مثل سنگ و تقویت آن
- ۹۳. گام چهارم: آرامش یافته
- ۹۴. مرحله ی پنجم: کنترل افکار
- ۹۵. گام ششم: تمرین
- فصل ۳. بر طرف کردن مشکلات صبحگاهی**
- ۹۸. ۳-۱. کودک سحرخیز
- ۱۰۱-۱. ۳-۱-۱. به کودک آموزش دهید بیشتر بخوابد
- ۱۰۱-۲. ۳-۱-۲. به کودک آموزش دهید در تخت خوابش بازی کند
- ۱۰۳. ۳-۲. بچه های خواب آلود
- ۱۰۴. ۳-۲-۱. مشاهده و انطباق
- ۱۰۴. ۳-۲-۲. از انگیزه ی مثبت استفاده کنید
- ۱۰۵. ۳-۲-۳. از رنگ های هشداردهنده استفاده کنید
- ۱۰۵. ۳-۲-۴. استقلال فردی را در کودک تشویق کنید
- ۱۰۵. ۳-۲-۵. بدن کودک را تحریک کنید
- ۱۰۶. ۳-۲-۶. کودک را با پیام های رفتارش مواجه کنید
- ۱۰۷. ۳-۳. بدخلقی صبحگاهی
- ۱۰۷. ۳-۳-۱. نادیده گرفتن نظام مند رفتار کودک
- ۱۰۸. ۳-۳-۲. زمان بیدار شدن از خواب را تغییر دهید
- ۱۰۸. ۳-۳-۳. شوخی کنید
- ۱۰۹. ۳-۳-۴. بدرقاری کودک را به او نشان دهید
- ۱۰۹. ۳-۳-۵. محدودیت زمانی تعیین کنید
- ۱۰۹. ۳-۳-۶. با صدای بلند بگویید که بدخلق است
- ۱۱۰. ۳-۳-۷. از روش محروم سازی استفاده کنید
- ۱۱۰. ۳-۳-۸. جدول خلاقانه بدخلقی
- ۱۱۰. ۳-۴. کودکانی که هنگام لباس پوشیدن تنبلی می کنند
- ۱۱۲. ۳-۴-۱. فرایند لباس پوشیدن را برای کودک خوشایند کنید
- ۱۱۲. ۳-۴-۲. ترتیب لباس پوشیدن را به کودک آموزش دهید
- ۱۱۲. ۳-۴-۳. شوه های لباس پوشیدن را به کودک بیاموزید
- ۱۱۲. ۳-۴-۴. لباس های مناسب انتخاب کنید
- ۱۱۳. ۳-۴-۵. با یکدیگر لباس بپوشید
- ۱۱۳. ۳-۴-۶. از تمرین مثبت استفاده کنید
- ۱۱۳. ۳-۴-۷. از مقاومت کودک بکاهید
- ۱۱۴. ۳-۴-۸. لباس آتش نشانی
- ۱۱۴. ۳-۴-۹. آماده کردن لباس های فردا
- ۱۱۵. ۳-۴-۱۰. مسابقه با آن
- ۱۱۵. ۳-۴-۱۱. کودک را تشویق کنید رکورد خودش را بشکند
- ۱۱۵. ۳-۴-۱۲. اهداف واقع بینانه تعیین کنید
- ۱۱۶. ۳-۴-۱۳. بگذارید خود کودک با مشکلش مواجه شود
- ۱۱۶. ۳-۵. کودکی که صبحانه نمی خورد
- ۱۱۷. ۳-۵-۱. صبحانه خوردن را خوشایند کنید
- ۱۱۷. ۳-۵-۲. هنگام تدارک صبحانه از کودک کمک بگیرید
- ۱۱۷. ۳-۵-۳. چنان پاییند سنت غذای نباشید
- ۱۱۸. ۳-۵-۴. حجم صبحانه را کمتر کنید
- ۱۱۸. ۳-۵-۵. غذاهای متنوع آماده کنید
- ۱۱۸. ۳-۵-۶. کودک را در صبحانه خوردن همراهی کنید
- ۱۱۸. ۳-۵-۷. حیوانات را بستهبندی کنید
- ۱۱۹. ۳-۵-۸. از قطعه های ساختمان سازی استفاده کنید
- ۱۱۹. ۳-۵-۹. از تصویر خورشید استفاده کنید
- ۱۱۹. ۳-۵-۱۰. وقت بگیرد
- ۱۲۰. ۳-۶. شستشو و تمیزی
- ۱۲۱. ۳-۶-۱. لوازم شستشو را در دسترس کودک قرار دهید
- ۱۲۱. ۳-۶-۲. از همان سنین اولیه شروع کنید
- ۱۲۱. ۳-۶-۳. به کودک فرصت انتخاب بدهید
- ۱۲۱. ۳-۶-۴. به تمیز بودن پاداش بدهید

- ۱۲۲. ۳-۶-۵. نقش یک بازرس خصوصی را ایفا کنید
- ۱۲۲. ۳-۶-۶. پیام های بی توجهی به شستشو را به کار ببرید
- ۱۲۳. ۳-۷. کودک مسواک نمی زند
- ۱۲۳. ۳-۷-۱. عادت مسواک زدن را از همان ابتدا تقویت کنید
- ۱۲۳. ۳-۷-۲. شوه ی مسواک زدن را به کودک آموزش دهید
- ۱۲۴. ۳-۷-۳. با ایجاد انگیزه ی مثبت، عادت مسواک زدن را تقویت کنید
- ۱۲۴. ۳-۷-۴. از دندان پزشکیان بخواهید کودکان را به مسواک زدن تشویق کند
- ۱۲۵. ۳-۸. جمع آوری لباس ها
- ۱۲۵. ۳-۸-۱. جمع آوری لباس ها را خوشایند کنید
- ۱۲۶. ۳-۸-۲. تشویق کنید
- ۱۲۶. ۳-۸-۳. الگویی مناسب از رفتار را به او نشان دهید
- ۱۲۶. ۳-۸-۴. جمع آوری لباس ها را آسان کنید
- ۱۲۷. ۳-۸-۵. اتاق کودک را بازرسی کنید
- ۱۲۷. ۳-۸-۶. از روش اصلاح جبرانی استفاده کنید
- ۱۲۸. ۳-۸-۷. از پیام های طبیعی استفاده کنید
- ۱۲۸. ۳-۸-۸. خیلی خاص و مشخص رفتار کنید
- فصل ۴. برطرف کردن مشکلات شبانه گاهی**
- ۱۳۱. ۴-۱. کودک نمی خواهد بخوابد
- ۱۳۱. ۴-۱-۱. زمان خواب را مشخص کنید
- ۱۳۲. ۴-۱-۲. از تشریفات که به کودک احساس امنیت می دهد به نفع خودتان استفاده کنید
- ۱۳۲. ۴-۱-۳. روالی مشخص برای خواب تعیین کنید
- ۱۳۳. ۴-۱-۴. با کودک درباره ی ترس ها و اضطراب هایش صحبت کنید
- ۱۳۵. ۴-۱-۵. مواجهه با سندرم «سروکله اش دوباره پیدا شد!»
- ۱۳۷. ۴-۱-۶. حس همکاری را در کودک تقویت کنید
- ۱۳۷. ۴-۲. کودکانی که نیمه شب بیدار می شوند و از تخت بیرون می آیند
- ۱۳۷. ۴-۲-۱. نادیده گرفتن نظام مند
- ۱۴۰. ۴-۲-۲. به کودک برای خوابیدن دوباره کمک کنید
- ۱۴۰. ۴-۲-۳. شیوه های را به او آموزش دهید که بتواند زمان را سپری کند
- ۱۴۰. ۴-۲-۴. تقویت کنید و پاداش بدهید
- ۱۴۱. ۴-۳. کودک می خواهد کنار شما بخوابد
- ۱۴۲. ۴-۳-۱. از همان ابتدا، مانع شکل گیری این عادت شوید
- ۱۴۲. ۴-۳-۲. کودک را به تختش برگردانید
- ۱۴۳. ۴-۳-۳. مانع از آن شوید که کودک وارد تختتان شود
- ۱۴۳. ۴-۳-۴. از راهکارهای «پس زدن» استفاده کنید
- ۱۴۴. ۴-۳-۵. پاداش بدهید
- ۱۴۴. ۴-۳-۶. اتاق کودک را جذاب کنید
- ۱۴۶. ۴-۳-۷. از کمک تخصصی استفاده کنید
- ۱۴۶. ۴-۴. کودک می خواهد با برادرها و خواهران خود بخوابد
- ۱۴۶. ۴-۴-۱. به بچه ها اعلام کنید که باید از همین حالا تنها بخوابند
- ۱۴۷. ۴-۴-۲. با هم درباره ی ترس هایشان صحبت کنید
- ۱۴۷. ۴-۴-۳. از جایگزین های دیگر استفاده کنید
- ۱۴۷. ۴-۴-۴. تنها خوابیدن را تقویت کنید
- ۱۴۸. ۴-۴-۵. از جدول پاداش «برای خواب» استفاده کنید
- ۱۴۸. ۴-۴-۵. کودک در خواب راه می رود
- ۱۴۹. ۴-۵-۱. نصب هشداردهنده
- ۱۴۹. ۴-۵-۲. راه های خروجی را مسدود کنید
- ۱۵۰. ۴-۵-۳. به پیشنهاد زیر توجه کنید و آن را به کار ببرید
- ۱۵۱. ۴-۵-۴. در صورت خواب کردی کودک به او پاداش دهید
- ۱۵۱. ۴-۵-۵. از دارو استفاده کنید
- ۱۵۱. ۴-۶. کودک در خواب حرف می زند
- ۱۵۱. ۴-۶-۱. حرف زدن کودک در خواب را نادیده بگیرید
- ۱۵۲. ۴-۶-۲. جای خواب کودک را عوض کنید
- ۱۵۲. ۴-۶-۳. عواملی را که موجب حرف زدن کودک در خواب می شود، برطرف کنید
- ۱۵۲. ۴-۶-۴. اول گوش فرا دهید بعد صحبت کنید

- ۱۴-۱. ترس از حیوانات ..... ۶۱۶
- ۱۴-۱-۱. علائم اولیه‌ی ترس را نادیده بگیرید یا به آن اهمیت ندهید ..... ۶۱۶
- ۱۴-۱-۲. ببینید کودک از چه چیز می‌ترسد ..... ۶۱۶
- ۱۴-۱-۳. تصاویری از حیوانی را که کودک از آن می‌ترسد، به او نشان دهید ..... ۶۱۷
- ۱۴-۱-۴. برای کودک داستان‌هایی درباره‌ی حیوانات تعریف کنید ..... ۶۱۷
- ۱۴-۱-۵. فیلم‌ها و برنامه‌هایی درباره‌ی حیات وحش تماشا کنید ..... ۶۱۷
- ۱۴-۱-۶. حیوانات را از دور تماشا کنید ..... ۶۱۷
- ۱۴-۱-۷. الگوی خوبی باشید ..... ۶۱۸
- ۱۴-۱-۸. با بازی نقش، روش نزدیک‌شدن به حیوان را نشان دهید ..... ۶۱۸
- ۱۴-۱-۹. با هم به حیوان نزدیک شوید ..... ۶۱۸
- ۱۴-۱-۱۰. تجربه‌ی کودک با حیوان را افزایش دهید ..... ۶۱۹
- ۱۴-۱-۱۱. با کودک درباره‌ی نگهداری حیوان خانگی صحبت کنید ..... ۶۲۰
- ۱۴-۲. کودک از حشرات می‌ترسد ..... ۶۲۰
- ۱۴-۲-۱. از ترس جلوگیری کنید ..... ۶۲۰
- ۱۴-۲-۲. کودک را باری دهید تا بر ترسش چیره شود ..... ۶۲۱
- ۱۴-۲-۳. کودک را تشویق کنید ..... ۶۲۳
- ۱۴-۳. کودک از رعدوبرق و دیگر شرایط آب‌وهوایی می‌ترسد ..... ۶۲۳
- ۱۴-۳-۱. آرامش‌سازی را آموزش دهید ..... ۶۲۳
- ۱۴-۳-۲. کودک را نسبت به ترسش حساسیت‌زدایی کنید ..... ۶۲۴
- ۱۴-۳-۳. از روش تشویق و تقویت استفاده کنید ..... ۶۲۵
- ۱۴-۳-۴. کودک از تاریکی می‌ترسد ..... ۶۲۵
- ۱۴-۳-۵. با کودک درباره‌ی ترسش صحبت کنید ..... ۶۲۶
- ۱۴-۴-۱. با انجام برخی بازی‌ها، کودک را نسبت به ترسش حساسیت‌زدایی کنید ..... ۶۲۶
- ۱۴-۴-۲. به کودک درباره‌ی تاریکی اطمینان خاطر بدهید ..... ۶۲۸
- ۱۴-۴-۳. از تقویت‌کننده‌ها استفاده کنید ..... ۶۲۹
- ۱۴-۴-۴. یاداشتی ویژه به کودک بدهید ..... ۶۲۹
- ۱۴-۵. کودک از صداهای بلند می‌ترسد ..... ۶۲۹
- ۱۴-۵-۱. آرامش‌سازی را به او بیاموزید ..... ۶۳۰
- ۱۴-۵-۲. او را نسبت به ترس حساسیت‌زدایی کنید ..... ۶۳۰
- ۱۴-۶. کودک از ارتفاع می‌ترسد ..... ۶۳۱
- ۱۴-۶-۱. از ترس پیشگیری کنید ..... ۶۳۲
- ۱۴-۶-۲. مهارت‌های انطباقی را به کودک بیاموزید ..... ۶۳۳
- ۱۴-۶-۳. از روش بالا رفتن از نردبان استفاده کنید ..... ۶۳۳
- ۱۴-۶-۴. کودک را در شرایط واقعی قرار دهید ..... ۶۳۴
- ۱۴-۷. کودک از مکان‌های بسته می‌ترسد ..... ۶۳۵
- ۱۴-۷-۱. احساسات کودک را تشخیص دهید و درباره‌ی آن گفتگو کنید ..... ۶۳۶
- ۱۴-۷-۲. مهارت‌های انطباقی را به او بیاموزید ..... ۶۳۶
- ۱۴-۷-۳. در موقعیت‌های واقعی تمرین کنید ..... ۶۳۷
- ۱۴-۷-۴. به کودک بیاموزید احساساتش را مهار کند ..... ۶۳۷
- ۱۴-۸. کودک از مرگ می‌ترسد ..... ۶۳۹
- ۱۴-۸-۱. به پرسش‌های کودک با صداقت و مهربانانه پاسخ دهید ..... ۶۴۰
- ۱۴-۸-۲. درباره‌ی چرخه‌ی زندگی به کودک آموزش دهید ..... ۶۴۱
- ۱۴-۸-۳. با کودک درباره‌ی بیماری‌های مهلک صحبت کنید ..... ۶۴۱
- ۱۴-۸-۴. به کودک اجازه دهید احساساتش را ابراز کند ..... ۶۴۲
- ۱۴-۸-۵. کودک را برای مراسم تدفین آماده کنید ..... ۶۴۳
- ۱۴-۹. کودک از تزریق آمپول یا سرم، دیدن خون، و رفتن به مطب دکتر و بیمارستان می‌ترسد ..... ۶۴۳
- ۱۴-۹-۱. باورهای نادرست کودک را اصلاح کنید ..... ۶۴۴
- ۱۴-۹-۲. مهارت‌های انطباقی را به کودک بیاموزید ..... ۶۴۴
- ۱۴-۹-۳. ترس کودک از تزریق آمپول را حساسیت‌زدایی کنید ..... ۶۴۵
- ۱۴-۹-۴. درباره‌ی پزشکان و پرستارها حس خوبی به کودک بدهید ..... ۶۴۸
- ۱۴-۱۰. کودک از سوار شدن به ماشین یا هواپیما می‌ترسد ..... ۶۴۹
- ۱۴-۱۰-۱. الگوی خوبی باشید ..... ۶۴۹
- ۱۴-۱۰-۲. کودک را نسبت به ترس از پرواز حساسیت‌زدایی کنید ..... ۶۴۹
- ۱۴-۱۰-۳. ترس کودک از سوار شدن به ماشین را حساسیت‌زدایی کنید ..... ۶۵۱

- ۱۴-۱۱. کودک از دزدها و آدم‌رباها می‌ترسد ..... ۶۵۲
- ۱۴-۱۱-۱. بیش‌ازحد مراقبت نکنید ..... ۶۵۳
- ۱۴-۱۱-۲. کودک را در معرض خبرهای جرم و جنایت قرار ندهید ..... ۶۵۴
- ۱۴-۱۱-۳. در صورت لزوم، موقعیت را برای کودک توضیح دهید ..... ۶۵۴
- ۱۴-۱۱-۴. اقدامات احتیاطی را به کودک بیاموزید ..... ۶۵۴
- ۱۴-۱۱-۵. شیوه‌های مقابله با ترس‌های بی‌پایه و اساس را به کودک بیاموزید ..... ۶۵۷
- ۱۴-۱۱-۶. با به‌کارگیری وسایل امنیتی، ترس‌های کودک را کاهش دهید ..... ۶۵۷
- ۱۴-۱۱-۷. مهارت‌های آرامش‌سازی را به کودک بیاموزید ..... ۶۵۸
- ۱۴-۱۲. کودک از صحبت در جمع می‌ترسد ..... ۶۵۸
- ۱۴-۱۲-۱. آرامش‌سازی را بیاموزید ..... ۶۵۹
- ۱۴-۱۲-۲. ترس کودک را مشخص کنید ..... ۶۵۹
- ۱۴-۱۲-۳. مهارت صحبت در جمع را به کودک بیاموزید ..... ۶۶۰
- ۱۴-۱۲-۴. ترس کودک را حساسیت‌زدایی کنید ..... ۶۶۱
- ۱۴-۱۲-۵. کودک را نسبت به اشتباه‌کردن حساسیت‌زدایی کنید ..... ۶۶۲
- ۱۴-۱۲-۶. در موقعیت‌های واقعی تمرین کنید ..... ۶۶۴
- ۱۴-۱۳. کودک از خوابیدن در بیرون از خانه می‌ترسد ..... ۶۶۴
- ۱۴-۱۳-۱. ترس کودک را شناسایی کنید ..... ۶۶۵
- ۱۴-۱۳-۲. فهرستی از مکان‌هایی تهیه کنید که کودک می‌تواند شب‌ها در آن‌جا بماند ..... ۶۶۵
- ۱۴-۱۳-۳. برای جلسه‌ی تمرین آماده شوید ..... ۶۶۵
- ۱۴-۱۳-۴. کودک را آماده کنید ..... ۶۶۶
- ۱۴-۱۳-۵. به او پاداش بدهید ..... ۶۶۶
- ۱۴-۱۳-۶. از خانه‌های دیگر اقوام و دوستان استفاده کنید ..... ۶۶۷
- ۱۴-۱۳-۷. برنامه را به دیگر مکان‌ها گسترش دهید ..... ۶۶۷
- ۱۴-۱۴. کودک از مهمانی‌ها و گردهمایی‌های اجتماعی می‌ترسد ..... ۶۶۸
- ۱۴-۱۴-۱. ترس کودک را شناسایی کنید ..... ۶۶۸
- ۱۴-۱۴-۲. در منزل خداتان مهمانی برپا کنید ..... ۶۶۹
- ۱۴-۱۴-۳. کودک را نسبت به ترس حساسیت‌زدایی کنید ..... ۶۶۹
- ۱۴-۱۴-۴. از تشویق و پاداش استفاده کنید ..... ۶۷۰
- ۱۴-۱۴-۵. به تمرین ادامه دهید ..... ۶۷۱
- ۱۴-۱۵. کودک از آب می‌ترسد ..... ۶۷۱
- ۱۴-۱۵-۱. ترس از آب را پیشگیری کنید ..... ۶۷۱
- ۱۴-۱۵-۲. ببینید چه چیز کودک را می‌ترساند ..... ۶۷۲
- ۱۴-۱۵-۳. به‌تدریج به کودک‌تان انگیزه بدهید تا آب را تجربه کند ..... ۶۷۳
- ۱۴-۱۵-۴. شنا کردن را به کودک بیاموزید ..... ۶۷۳
- فصل ۱۵. مشکلات رفتاری خاص ..... ۶۷۵**
- ۱۵-۱. کودک دزدی می‌کند ..... ۶۷۶
- ۱۵-۱-۱. مفهوم مالکیت را به کودک بیاموزید ..... ۶۷۶
- ۱۵-۱-۲. به کودک بیاموزید «میل شدیدش» را کنترل کند ..... ۶۷۷
- ۱۵-۱-۳. به رفتار کودک بربسب بزنید ..... ۶۷۸
- ۱۵-۱-۴. از پیامدهای منفی استفاده کنید ..... ۶۷۸
- ۱۵-۱-۵. به رفتار درست‌کارانه‌ی کودک پاداش بدهید ..... ۶۷۹
- ۱۵-۱-۶. نظارت کنید ..... ۶۷۹
- ۱۵-۲. وقتی کودک آتش‌افروزی می‌کند ..... ۶۸۱
- ۱۵-۲-۱. به کودک بیاموزید چطور با آتش رفتار کند ..... ۶۸۱
- ۱۵-۲-۲. سطح نظارت و احتیاط را افزایش دهید ..... ۶۸۲
- ۱۵-۲-۳. اجازه دهید اشتیاقش به آتش را ارضا کند ..... ۶۸۲
- ۱۵-۲-۴. بررسی کنید و ببینید آیا کودک نکات ایمنی را رعایت می‌کند یا خیر ..... ۶۸۳
- ۱۵-۲-۵. در صورت لزوم، از کمک حرفه‌ای استفاده کنید ..... ۶۸۴
- ۱۵-۳. کودک نسبت به حیوانات بی‌رحم است و به آن‌ها آسیب می‌زند ..... ۶۸۴
- ۱۵-۳-۱. به کودک بیاموزید چطور با حیوانات بازی کند ..... ۶۸۴
- ۱۵-۳-۲. کودک را از بازی با حیوان محروم کنید ..... ۶۸۵
- ۱۵-۳-۳. از روش اصلاح جبرانی استفاده کنید ..... ۶۸۵
- ۱۴-۳-۴. رفتار مناسب کودک را تقویت کنید ..... ۶۸۶
- ۱۵-۳-۵. از متخصص کمک بگیرید ..... ۶۸۶

۶۸۶	۱۵-۴ . وقتی کودک با اندام تناسلی اش بازی می کند.....
۶۸۷	۱۵-۴-۱ . واکنش شدید نشان ندهید.....
۶۸۷	۱۵-۴-۲ . آموزش مسائل جنسی را از همان کودکی شروع کنید.....
۶۸۹	۱۵-۴-۳ . خودتان نیز با حیا رفتار کنید.....
۶۹۰	۱۵-۴-۴ . برخی رفتارها را به سوی مکان های خصوصی جهت بدهید.....
۶۹۰	۱۵-۴-۵ . روش های کاهش تنش را آموزش دهید.....
۶۹۱	۱۵-۴-۶ . عادت کودک به بازی با اندام تناسلی را تغییر دهید.....
۶۹۱	۱۵-۴-۷ . پیامدها را به کار ببرید.....
۶۹۲	۱۵-۴-۸ . از متخصص کمک بگیرید.....
۶۹۳	<b>فصل ۱۶ . مشکلاتی که یک کتاب قادر به حل آن نیست.....</b>
۶۹۳	۱۶-۱ . رفتارهای خودنابودسازی.....
۶۹۳	۱۶-۱-۱ . وقتی کودک درباره ی خودکشی حرف می زند یا به آن فکر می کند.....
۶۹۵	۱۶-۱-۲ . رفتارهای تکانشی شدید.....
۶۹۵	۱۶-۱-۳ . آسیب رساندن به خود.....
۶۹۶	۱۶-۲ . رفتارهایی که موجب نابودی دیگران می شود.....
۶۹۶	۱۶-۲-۱ . پرخاشگری شدید.....
۶۹۶	۱۶-۲-۲ . آتش افروزی.....
۶۹۶	۱۶-۲-۳ . بی رحمی نسبت به حیوانات.....
۶۹۷	۱۶-۲-۴ . مصرف مواد مخدر.....
۶۹۷	۱۶-۳ . رفتارهای مشکل آفرین مزمن.....
۶۹۸	۱۶-۴ . رفتارهای عجیب و غریب.....
۶۹۸	۱۶-۵ . دلایل دیگری که باید از متخصصان کمک بگیرید.....
۷۰۱	<b>فصل ۱۷ . چگونه از متخصصان روان درمان کمک بگیرید.....</b>
۷۰۲	انتخاب درمانگر.....
۷۰۳	فرایند درمان را رها نکنید.....

## فصل ۱

### مراحل تغییر دادن رفتار کودک

**والدین** یا کودک کامل وجود ندارد، و ما هرگز والدینی ندیده ایم که دست کم گاهی درباره ی توانایی ها و استعدادهایشان به عنوان پدر و مادر به شک و تردید دچار نشوند. فرزندان نیز همیشه بنابر خواست و میل والدین رفتار نمی کنند و زمانی که والدین متوجه می شوند نمی توانند عادات و طرز رفتار فرزندان خود را تغییر دهند و اصلاح کنند، احساس ناکامی، سردردگمی و عدم اطمینان می کنند.

اگرچه والدین امروزی از نسل گذشته آگاه تر و تحصیل کرده تر هستند، ما هنگام مواجهه با مشکلات هنوز همه ی پاسخ ها را در اختیار نداریم. وقتی کارولین درباره ی لباس مدرسه اش پانزده بار نظرش را تغییر می دهد و مدام از اتوبوس مدرسه جا می ماند، چه کار می کنید؟ وقتی کنت در فروشگاه بدرفتاری می کند، چطور واکنش نشان می دهید؟ وقتی جودی غذا نمی خورد چه؟ وقتی سام مرتب خواهر کوچکش را کتک می زند، چطور عمل می کنید؟ وقتی الن تمام شب با تلفن حرف می زند یا وقتی دیوید دائم ناخن هایش را می جود، چه کار می کنید؟