

شاد بار آوردن کودکان

به زبان آدمیزاد

اثر سو آتکینز

ترجمه‌ی الهام رحمانی



هیرمند

فهرست کوتاه

- مقرمه ۲۱
- بخش ۱: درک فور و فرزندان ۲۹
- تبدیل شدن به پدر و مادری با اعتماد به نفس ۳۱
- دانستن اینکه چگونه والدینی هستید و چگونه می خواهید باشید ۴۱
- شناخت نیازهای فرزندان ۵۱
- بخش ۲: تقویت مهارت های اساسی تربیت فرزندان ۷۵
- شروع کار با داشتن هدف در ذهن: تعیین اهداف برای خانواده ۷۷
- ارتباط ثمربخش و رابطه با فرزندان ۹۱
- دستیابی به تربیت فرزندان با عقل سلیم ۱۱۷
- حفظ روابط عالی ۱۴۳
- بخش ۳: انضباط ۱۵۹
- واقع بین و منطقی باشید: برقرار کردن انضباط کودکان ۱۶۱
- انتخاب راهکارهای مختلف برای سنین مختلف ۱۸۷
- وقتی پیشرفت دشوار می شود: کنترل اختلاف ۲۱۳
- بخش ۴: کمک به کودکان برای برآمدن از عهدهی مشکلات معمولی ۲۴۳
- برآمدن از عهدهی مدرسه ۲۴۵
- کمک به فرزندان برای برآمدن از عهدهی مسائل شخصی ۲۷۳
- کمک به فرزندان در برآمدن از پس مسائل بزرگ خود ۲۹۹
- بخش ۵: متفاوت بودن ۳۳۱
- بار آوردن کودکانی که نیازهای خاص و منحصر به فرد دارند ۳۳۳
- بار آوردن فرزندان دوقلو، سهقلو و چندقلو ۳۶۱
- بخش ۶: ره تابی ها ۳۷۷
- ده کار برای انجام در هر روز به عنوان پدر و مادر ۳۷۹
- ده مهارت برای ایجاد محیط زندگی شاد ۳۸۷
- ده کار برای وقتی که اوضاع تغییر می کند ۳۹۵

مقدمه

بزرگ کردن کودکان، کاری پر مشقت، طاقت فرسا و خسته کننده است، زیرا کودکان با کتاب راهنما همراهی نمی کنند، اما اگر این گونه باشد، امیدوارم کتاب شاد بار آوردن کودکان به زبان آدمیزاد، یکی از کتاب هایی باشد که حداقل به شما کمک کند تا در مورد روش تربیتی خود احساس اطمینان بیشتری کنید. این کتاب اطلاعاتی برای حمایت و تشویق به شما ارائه می دهد و گاه در این مسیر شما را می خنداند.

تربیت فرزند کاری بسیار مهم است که همیشه انجام می دهید، اما دنبال کسب آمادگی برای آن هستید. جای تعجب است که بیشتر مردم در هر کاری به جز یادگیری مهارت های لازم برای پرورش کودکانی شاد، با اعتماد به نفس و معقول، سرمایه گذاری می کنند.

سرعت، فشار و استرس زندگی امروزی، باعث شده که به نظر می رسد هیچ وقت، «وقت» نداریم. روزگار عوض شده و قطعاً با خاطره ها و تجربه های دوران بچگی ما فرق می کند. فرهنگ امروزی، فرهنگ تصاحب «تمام و کمال» و «فوری» است. کودکان با خطر اتاق های گفت و گو اینترنتی، عرضه ی تفریحی مواد مخدر، شراب خواری و بی بندوباری جنسی مواجه هستند. زمان زیادی را صرف پلی استیشن، اینترنت و بازی های کامپیوتری می کنند و با اینکه هزار کار هست که می توانند انجام دهند، همیشه کسل و بی حوصله به نظر می رسند.

هدف این کتاب، دستیابی خوانندگان به اهداف زیر است:

- ✓ ایجاد رابطه ای عالی و رضایت بخش با فرزندان برای یک عمر.
- ✓ کشف شیوه های جدید برای لذت بردن از تربیت فرزند.
- ✓ یافتن راه های ارتباط راحت تر و مؤثرتر با فرزند — صرف نظر از اینکه چندساله است.
- ✓ شکوفا کردن بهترین ها در فرزندان و نیز کشف بهترین ها در خودتان.
- ✓ ارائه ی مهارت ها و انتخاب های جدید در شیوه و سبک تربیت.