

## فهرست

- مقدمه مترجم ..... ۱۱
- مقدمه اکهارت تول ..... ۱۳
- مقدمه نویسنده ..... ۱۷
- فصل ۱. شما با بهترین معلم خود زندگی می‌کنید ..... ۲۵
- فصل ۲. والدین هم‌زمان با تعلیم و تربیت فرزندان، خودشان هم تربیت می‌شوند ..... ۴۱
- فصل ۳. در تعلیم و تربیت فرزندان واقع‌گرا باشید ..... ۶۵
- فصل ۴. ما والدین بچه‌داری نمی‌کنیم، بلکه انسان‌های بالغ تربیت می‌کنیم ..... ۸۳
- فصل ۵. تربیت فرزندان و معضلات فناوری‌های نوین ..... ۹۳
- فصل ۶. الگوی مناسبی برای ارتباط گرفتن فرزندان با دیگران باشید ..... ۱۰۵
- فصل ۷. آموزش راست‌گویی، صداقت و پذیرش خطا به کودکان ..... ۱۱۷
- فصل ۸. تقویت مهربانی و همدلی در کودکان ..... ۱۳۱
- فصل ۹. کاهش استرس کودکان ..... ۱۴۷
- فصل ۱۰. به کودکان پیام‌های خوشبختی احساسی درونی است ..... ۱۶۱
- فصل ۱۱. پاسخ به سؤالات معنوی کودکان ..... ۱۷۵
- سخن آخر ..... ۱۷۹

## مقدمه مترجم

در زمینه تعلیم و تربیت کودک کتاب‌های بسیاری تألیف یا ترجمه شده‌اند؛ اما گویا پرورش انسان‌های توانمند و هوشیار آن قدر اهمیت دارد که هر روز نوشته جدیدی در این زمینه ارائه می‌شود و راز یا رازهایی از پیچیدگی وجود انسان و تعلیم و تربیت او می‌گشاید.

نویسنده کتابی که در دست دارید، با نگاهی جدید و تأمل‌برانگیز، اهمیت موضوعات مختلف را ابتدا برای خود والدین مطرح می‌کند تا بدین ترتیب ابتدا آن‌ها را متوجه رشد شخصیت خودشان نماید، سپس نکات لازم در امر تعلیم و تربیت کودکان را توضیح می‌دهد.

فراموش نکنیم که همه ما مسئول هستیم برای بهتر شدن جهان قدم برداریم و زندگی ما فرصتی است تا بر جهان تأثیر مثبت بگذاریم. تعلیم، تربیت و پرورش فرزندان برای ما والدین فرصتی عملی است تا با پرورش فرزندان هوشیار، مهربان و دلسوز مسئولیت خود در قبال ساختن دنیای بهتر را ادا کنیم.

علی علی‌پناهی

[alipanahi2004@yahoo.com](mailto:alipanahi2004@yahoo.com)

## مقدمه اکهارت تول

برای اخذ گواهینامه رانندگی، هم باید امتحان آیین نامه بدهیم و هم امتحان عملی، تا رانندگی برای خودمان و دیگران ایمن و بی خطر باشد. برای انجام هر کاری داشتن یک سری صلاحیت ها لازم است و هرچه کار دقیق تر و پیچیده تر شود، دوره آموزشی جدی تر می شود. اما برای مهم ترین و سخت ترین کارها - که تعلیم و تربیت فرزندان است - هیچ آموزش و شرایطی در نظر گرفته نشده است.

به قول آلوین تافلر<sup>۱</sup>، نویسنده معروف: «تعلیم و تربیت فرزندان برای فرد غیرمتخصص مهم ترین وظیفه ای است که باید ذوق آن را داشته باشد.» نداشتن معلومات و آموزش در این زمینه، یکی از دلایل مشکلات برخی والدین است. والدین تلاش می کنند نیازهای مادی و جسمانی فرزندان را تأمین کنند. آن ها فرزندان خود را دوست دارند، با این حال نمی دانند با مسائل روزمره ای که تعلیم و تربیت فرزندان بر سر راهشان قرار داده است، چگونه برخورد کنند و حتی نمی دانند در مقابل نیازهای روزافزون عاطفی، روان شناختی و معنوی فرزندان چگونه واکنشی مناسب نشان دهند.

در گذشته، تعلیم و تربیت کاملاً با اقتدار و خیلی جدی انجام می شد، اما در جامعه امروز ما بسیاری از والدین نمی دانند چگونه با فرزندان خود رفتار کنند و چگونه آن ها را تربیت کنند. معمولاً در محیط خانواده هیچ شالوده و چهارچوب

۱. Alvin Toffler؛ نویسنده کتاب موج سوم و آینده پژوه آمریکایی (۱۹۳۸-۲۰۱۶)