

دکتر نائومی آلدورت

تریت بچه‌ها، تریت خود ماست

ترجمه

دکتر جهان‌شاه میرزاییگی



فهرست

| | | |
|-----|-------|---|
| ۱۳ | | مقدمه |
| ۱۷ | | فصل یکم: طوری حرف بزن که مشکل‌گشا باشد و دل‌ها را به هم نزدیک کند |
| ۴۷ | | مقدمه‌ای بر پنج نیاز اصلی بچه‌ها: درک رفتار بچه |
| ۵۱ | | فصل دوم: عشق |
| ۱۰۱ | | فصل سوم: ابراز وجود |
| ۱۴۹ | | فصل چهارم: امنیت عاطفی |
| ۱۷۹ | | فصل پنجم: استقلال و قدرت |
| ۲۰۳ | | فصل ششم: اعتماد به نفس |

یادداشت نویسنده

هر پدر و مادری با نهایت خوشحالی و با رضایت خاطر، سرزنش، تنبیه یا تهدید کردن را کنار می‌گذارد اگر فقط اطمینان حاصل کند که نوپا/کودک/نوجوان او، بدون یک چنین اقدامات دردآوری، می‌تواند شکوفا شود و مسئولانه رفتار کند. تربیت بچه‌ها تربیت خود ماست، پاسخی برای این آرزوی جهانی است. این کتاب در این باره نیست که چگونه بچه‌ها را با روش‌های ملایم کنترل کنیم، بلکه درباره‌ی درک و فهم وجود بچه‌ها به گونه‌ای است که بهترین نمونه‌ی خود باشند، نه به این خاطر که از ما می‌ترسند، بلکه به این دلیل که براساس اراده‌ی آزاد، خود آن را می‌خواهند.

مقدمه

تغییر الگو

طوری با بچه رفتار کن که شایستگی هایش،
نه حاصل ترس، بلکه نتیجه عشق و شادی باشد.

این کتاب حاصل سال‌ها انجام وظیفه مادری و مشورت با خانواده‌ها در سراسر دنیاست. آنچه از قصه‌های جالب والدین آموخته‌ام این است که آن‌ها همه پیشاپیش می‌دانند پدر یا مادر بودن یعنی چه، اما با وجود این، هیچ‌گاه از خرد خود پیروی نمی‌کنند. ممکن است حرفی بزنند یا کاری بکنند که بعداً بگویند ای کاش اتفاق نمی‌افتاد، اما دلیل این پشیمانی این است که در عمق وجود خود، از آن آگاه هستند. فقط افکار و داستان‌های گذشته در ذهن مانع پیروی شما از خرد هستند که خود حاصل عشق و محبت شماست. در این کتاب شما فرق میان افکار بی‌حاصل و عشق به بچه‌های خود را خواهید آموخت و خواهید توانست با صداقت، و در واقع همان‌گونه که هستید، یعنی همان پدر یا مادر مهربانی که می‌خواهید باشید، رفتار کنید. با روش‌های دقیق و ظریفی آشنا خواهید شد که بتوانید در برابر موقعیت‌های چالش‌برانگیز با مهر و محبت رفتار کنید.

مطمئنم که اگر شما بدانید که چگونه بچه شما، بدون توسل به اقدامات خشونت‌آمیز، به یک فرد موفق، مهربان و مسئول تبدیل خواهد شد، با نهایت رضایت، سرزنش کردن، تنبیه یا تهدید را کنار خواهید گذاشت. پرورش بچه‌های ما پرورش خود ماست، راهی برای تحقق این آرزوی شماست.

در سال‌های اخیر تمایل به تربیت همراه با صلح و آرامش بچه‌ها، روش‌های ملایم‌تری را برای جلب همکاری آن‌ها مطرح کرده است. با وجود این، مفهوم قدیمی کنترل تغییر نکرده است و «همکاری دل‌چسب و جالب» به واژگان جدیدی تبدیل شده است که ما را از مشاهده کنترل عملی واقع در پشت آن‌ها بازمی‌دارد. اساساً کنترل از هر لحاظ بی‌فایده و بی‌ثمر است، چون