

اصول برقراری رابطه انسانی با کودک و نوجوان

دکتر احمد به پژوه

استاد روان شناسی دانشگاه تهران

به انضمام:

- پرسشنامه خود ارزیابی اصول برقراری رابطه انسانی با فرزندان
- انسان کیست و چیست؟
- منشور تربیتی: کودکان چگونه رفتار می کنند؟
- اختلاف کردن در چگونگی و شکل پیل
- مدرسه حیوانات
- مدرسه من، چگونه مدرسه ای است؟
- رهنمودهای مهم برای برنامه ریزان و مدرسان آموزش خانواده
- کتابشناسی آموزش خانواده، روان شناسی و تعلیم و تربیت کودک و نوجوان

چاپ نهم ۱۳۹۲

(با تجدیدنظر و اضافات)

فهرست

صفحه	عنوان
۹	پیشگفتار چاپ هشتم
۱۳	پیشگفتار
۲۱	خانواده‌شناسی، اهمیت و ضرورت آموزش و مشاوره خانواده در شکل‌گیری خانواده سالم
۳۵	تعلیم و تربیت چیست؟
۳۸	چرا برقراری رابطه انسانی با کودک و نوجوان اهمیت دارد؟
۴۱	اصل دانایی: چرا مادران و پدران به آموزش و شناخت نیاز دارند؟
۴۴	اصل تربیت‌پذیری و آموزش‌پذیری کودک و نوجوان
۴۶	اصل آشناسازی فرزندان با واقعیت‌ها
۴۸	اصل اعتدال
۵۰	اصل اغماض و انعطاف‌پذیری
۵۲	اصل الگوپذیری و تقلید
۵۴	اصل اهمیت بازی با فرزندان
۵۶	اصل ایجاد امنیت روانی در خانواده
۶۰	اصل برخورد مثبت و مثبت فکر کردن
۶۲	اصل برقراری ارتباط عاطفی و کلامی
۶۴	اصل پاسخ‌گویی به پرسش‌های کودک و نوجوان
۶۶	اصل پذیرش و احترام متقابل فرزندان و والدین
۶۹	اصل پرهیز از برچسب زدن و پیش داوری کردن
۷۱	اصل پرهیز از خجالت دادن و سرزنش کردن
۷۲	اصل پرهیز از دستور دادن و تهدید کردن
۷۳	اصل پرهیز از مشاجره کردن
۷۵	اصل پرهیز از مقایسه کردن
۷۷	اصل تشویق و تایید کردن رفتارهای مطلوب
۸۰	اصل تعدیل انتظارات با توان‌های کودک و نوجوان
۸۳	اصل توجه به تفاوت‌ها و شباهت‌های فردی

- ۸۶ اصل توجه به نیازهای همه جانبه
- ۸۸ اصل ثبات عاطفی والدین
- ۹۰ اصل خود تصمیم‌گیری و مشارکت
- ۹۲ اصل خودشناسی والدین
- ۹۴ اصل خودنمایی مطلوب و ابراز وجود
- ۹۶ اصل رازداری
- ۹۸ اصل شناخت و آگاهی
- ۱۰۰ اصل شکیبایی و بردباری
- ۱۰۲ اصل صداقت و اعتماد سازی
- ۱۰۴ اصل عامل بودن و عمل‌گرایی
- ۱۰۶ اصل قاطع و جدی بودن
- ۱۰۸ اصل محبت
- ۱۱۱ اصل مستقل‌سازی فرزندان
- ۱۱۳ اصل مسوولیت‌پذیری والدین
- ۱۱۶ اصل مهار احساسات والدین
- ۱۱۸ اصل هماهنگی عوامل تربیتی
- ۱۲۱ سخن آخر
- ۱۲۲ نیایش

● پیوست‌ها

- ۱۲۳ پیوست اول: پرسشنامه خود ارزیابی اصول برقراری رابطه انسانی با فرزندان
- ۱۲۵ پیوست دوم: انسان کیست و چیست؟
- ۱۲۹ پیوست سوم: منشور تربیتی: کودکان چگونه رفتار می‌کنند؟ همان‌گونه که با آنها رفتار می‌شود.
- ۱۳۱ پیوست چهارم: اختلاف کردن در چگونگی و شکل پیل
- ۱۳۲ پیوست پنجم: مدرسه حیوانات
- ۱۳۶ پیوست ششم: مدرسه من، چگونه مدرسه‌ای است؟
- ۱۳۸ پیوست هفتم: رهنمودهای مهم برای برنامه‌ریزان و مدرسان آموزش خانواده
- ۱۵۲ پیوست هشتم: کتاب‌شناسی آموزش خانواده، روان‌شناسی و تعلیم و تربیت کودک و نوجوان
- ۱۸۴ فهرست کتاب‌های دکتر احمد به‌پژوه

پیشگفتار چاپ هشتم

بار دیگر با شکر و سپاس بی‌پایان به درگاه حضرت دوست و تقدیم گرم‌ترین سلام‌ها و درودها خدمت شما پدران و مادران عزیز، پیشگفتار چاپ جدید این کتاب را آغاز می‌کنم. کتاب حاضر که در سال ۱۳۷۵ برای نخستین بار متولد گردید، تا کنون هفت بار چاپ و در ۳۵ هزار شمارگان منتشر شده است و جای بسی خوشحالی است که در این مدت توانسته جای خود را به عنوان یک کتاب راهنما و کاربردی در میان خانواده‌ها باز کند.

این کتاب به شهادت خوانندگان عزیزی که آن را پیشتر مطالعه کرده‌اند، کتابی است که به زبان ساده نوشته شده و کاربردی است. کتاب اصول برقراری رابطه انسانی با کودک و نوجوان، بارها توسط مشاوران عزیز و مدرسان محترم آموزش خانواده، این جهادگران نهضت آموزش خانواده در جلسه‌های مشاوره و آموزش خانواده در سراسر کشور مورد استفاده قرار گرفته و بخش‌هایی از مطالب آن تکثیر شده است.

درباره اهمیت، ضرورت و نقش برقراری رابطه انسانی با فرزندان، باور اینجانب این است که:

- برقراری رابطه انسانی، کلید موفقیت مادران، پدران، معلمان و مدیران است.
- برقراری رابطه انسانی، کلید تحقق هدف‌های تعلیم و تربیت است.
- برقراری رابطه انسانی، کلید نفوذ و تأثیرگذاری بر دیگران است.
- برقراری رابطه انسانی، کلید الگوبرداری و الگوپذیری است.
- برقراری رابطه انسانی، کلید درک و تفهیم و تفاهم انسان‌ها است.

- برقراری رابطه انسانی، کلید حفظ و تأمین سلامت روانی افراد در خانه، مدرسه و جامعه است.
- برقراری رابطه انسانی، کلید هر نوع تغییر و اصلاح رفتار و پیشگیری از بروز ناهنجاری‌هاست.
- برقراری رابطه انسانی، کلید همدلی، همفکری و همکاری میان اعضای خانواده است.

شایان ذکر است که برقراری رابطه موفق با فرزند یا فرزندان، می‌تواند شاخص و کلیدی مهم برای ارزیابی میزان موفقیت هر پدر و مادری به شمار آید. پدر و مادری که توانسته است به خوبی با فرزند یا فرزندان خود رابطه برقرار کند، در امر تعلیم و تربیت آنان موفق‌تر است، از فرزند پروری لذت می‌برد و زندگی شیرین‌تری دارد. از این رو، آنچه را که شما در این کتاب می‌خوانید، به شما کمک می‌کند تا بتوانید با فرزند یا فرزندان (چه کودک و چه نوجوان)، رابطه‌ای انسانی و موفق‌تر برقرار کنید. تأثیرگذاری خود را بر فرزندان افزایش دهید و در نهایت به یک خانواده سالم و صالح دست یابید.

گفتنی است که در کتاب حاضر تغییراتی رخ داده است. در ابتدای کتاب بحثی درباره خانواده‌شناسی: اهمیت و ضرورت آموزش و مشاوره خانواده در شکل‌گیری خانواده سالم اضافه شده است که به والدین گرامی توصیه می‌شود در گام نخست، با مطالعه آن به خودشناسی بپردازند و به تعبیر قرآن مجید **علیکم انفسکم**^۱ (ای کسانی که ایمان آورده‌اید، مراقب خویشتان باشید و به خودتان بپردازید)، از خودشان شروع کنند. از این رو، در پیوست اول کتاب، پرسشنامه خود ارزیابی اصول برقراری رابطه انسانی با فرزندان ارائه شده است. این پرسشنامه به والدین عزیز کمک می‌کند تا میزان موفقیت خود را در برقراری رابطه انسانی با فرزندشان، مورد ارزیابی و سنجش قرار دهند. ما پیش از اینکه

انگشت نشانه خود را به سوی فرزندمان دراز کنیم، شایسته است آن را به سمت خود نشانه رویم و از خود به طور جدی و صادقانه سوال کنیم که من چگونه مادری هستم؟ من چگونه پدری هستم؟ آیا من پدر یا مادر نمره بیست هستم که از فرزندم انتظار دارم نمره بیست باشد؟! بدیهی است هر پدر و مادری ممکن است گاهی اوقات اشتباه کند. نکته مهم این است که لازمه رشد، اشتباه شناسی است و شما بهترین کسی هستید که می‌توانید صادقانه و واقع بینانه راجع به اشتباه‌های خود قضاوت کنید و عملکرد، احساسات و افکار خود را در حد وسع و توان، مورد ارزیابی قرار دهید و خویشتن خویش را در محضر خداوند تبارک و تعالی ببینید.

سرانجام تلاش شده است گزیده‌ای از کتاب‌های منتشرشده در سال‌های اخیر در حوزه آموزش خانواده به پوست هشتم کتاب افزوده شود که امید است قدمی در جهت فراهم کردن راهنمای مطالعاتی برای پدران، مادران، معلمان و کارشناسان ارجمند باشد. این کتاب شناسی مقدمه خوبی است برای تشکیل یک کتابخانه مفید و تخصصی در حوزه روان شناسی و تعلم و تربیت کودکان و نوجوانان.

سخن آخر اینکه اینجانب معتقدم که شما خواننده فهیم و فرهیخته، بهترین داوری هستید که می‌توانید درباره این کتاب قضاوت کنید و اینجانب را راهنمایی، نقد و اصلاح نمایید. از این رو، خواهشمند است اینجانب یا ناشر محترم را از پیشنهادها، نظرها و نقدهای خود به طور کتبی یا از طریق پست الکترونیکی مطلع و آگاه سازید.

دکتر احمد به پژوه

دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران^۱