

به نام خدا

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

کلیدهای رفتار با کودک چهار ساله

مری والاس

مترجم:

مینا اخباری آزاد

سرشناسه : والاس، مری Wallace, Meri
 عنوان و نام پدیدآور: کلیدهای رفتار با کودک چهارساله / مری والاس؛ ترجمه مینا اخباری آزاد.
 مشخصات نشر: تهران: صابرین، کتابهای دانه، ۱۳۸۳.
 مشخصات ظاهری : ۲۴۴ ص
 فروست : کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان
 شابک : ۹۷۸ - ۶۸ - ۶۸۱ - ۶۶۴ - ۹۷۸
 یادداشت : چاپ هفتم؛ ۱۳۸۹؛ فیپا
 یادداشت : عنوان اصلی: c1997 , keys to parenting your four year old
 یادداشت : نمایی
 موضوع : رفتار والدین. کودکان - - سرپرستی
 شناسه افزوده : اخباری آزاد، مینا، ۱۳۵۱ - ، مترجم
 رده بندی کنگره : HQ۷۶۹/۲ک۸ ۱۳۸۳
 رده بندی دیویی : ۶۴۹/۱
 شماره کتابخانه ملی : ۸۳-۲۷۴۱۱ م

فهرست مطالب

..... سخن ناشر ۷
 مقدمه: توصیفی از کودک چهارساله شما ۹
 سپاسگزاری ۱۴

بخش اول: رشد کودک چهارساله

..... فصل اول: رشد حرکتی آشکار ۱۶
 فصل دوم: رشد مهارت‌های حرکتی ظریف ۲۲
 فصل سوم: رشد زبانی ۲۹
 فصل چهارم: رشد شناختی ۳۶
 فصل پنجم: رشد عاطفی ۴۳
 فصل ششم: رشد اجتماعی ۵۱
 فصل هفتم: رشد جنسی ۵۸
 فصل هشتم: رشد اخلاقی ۶۳
 فصل نهم: مراقبت از خود ۶۸
 فصل دهم: استقلال ۷۶
 فصل یازدهم: ترسها و اضطرابها ۸۰

بخش دوم: پرورش مهارت‌ها در کودکان

..... فصل دوازدهم: پرورش رشد عاطفی کودکان ۸۸



کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۸۹۰

کلیدهای رفتار با کودک چهارساله
 مری والاس

مترجم	مینا اخباری آزاد
ویراستار	علی خاکبازان
اجرای طرح جلد	علیرضا ابراهیمی
تعداد	۴۰۰۰
چاپ هفتم	۱۳۸۹
حروفچینی و صفحه‌آرایی	کارا
لیتوگرافی	پویه‌گراور
چاپ جلد	اکسیر
چاپ متن و صحافی	پژمان

شابک : ۹۷۸ - ۶۸ - ۶۸۱ - ۶۶۴ - ۹۷۸
 ISBN: 978 - 964 - 6181 - 68 - 7

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت ۳۷۰۰ تومان

- فصل سیزدهم: حمایت از رشد فکری کودکان ۹۴
- فصل چهاردهم: کمک به کودکان در جهت تقویت مهارت‌های اجتماعی ۹۹
- فصل پانزدهم: پرورش کودک مستقل ۱۰۵
- فصل شانزدهم: پرورش عزت نفس کودکان ۱۰۸

بخش سوم: چالش‌های خاص والدین

- فصل هفدهم: لقب دادن ۱۱۴
- فصل هجدهم: امنیت ۱۱۸
- فصل نوزدهم: افراد غریبه و سوءاستفاده‌های جنسی ۱۲۲
- فصل بیستم: شرح چگونگی تولد کودک برای فرزندان ۱۲۵
- فصل بیست و یکم: «مامان، من می‌خواهم با تو ازدواج کنم!» ۱۲۹
- فصل بیست و دوم: صحبت کردن درباره مرگ ۱۳۲
- فصل بیست و سوم: برنامه روزانه ۱۳۷
- فصل بیست و چهارم: رقابت بین خواهر و برادر ۱۴۵
- فصل بیست و پنجم: استرس والدین ۱۵۱
- فصل بیست و ششم: طلاق ۱۵۸

بخش چهارم: همراهی با دیگران

- فصل بیست و هفتم: برقراری نظم و محدودیت‌های تعیین شده ۱۶۴
- فصل بیست و هشتم: خشم و پرخاشگری ۱۷۳
- فصل بیست و نهم: رفتارهای چالش‌برانگیز ۱۸۱
- فصل سی‌ام: کودک خجالتی ۱۸۴
- فصل سی و یکم: کودک پرخاشگر ۱۸۷
- فصل سی و دوم: کودک مخالف ۱۹۰

بخش پنجم: بازی و یادگیری

- فصل سی و سوم: قهرمان‌بازی ۱۹۶
- فصل سی و چهارم: قرار بازی ۲۰۳
- فصل سی و پنجم: خواندن، نوشتن و مهارت‌های ریاضی ۲۰۸
- فصل سی و ششم: اهمیت کودکان ۲۱۵
- فصل سی و هفتم: انتخاب برنامه ۲۲۲
- فصل سی و هشتم: آغاز مدرسه ۲۲۷
- پرسش و پاسخ ۲۳۲
- واژه‌نامه ۲۳۸
- نمایه ۲۴۰

یک کارت تولد رنگارنگ برایتان درست کند و درباره لباس تازه‌اش با هر کسی که روبه‌رو می‌شود، صحبت کند. گرچه او عاشق جنب‌وجوش، دویدن، جست‌وخیز یا بازی است، احتمالاً نسبت به یک سال گذشته مدت زمان بیشتری را صرف نشستن و تماشای کتابی خواهد کرد که از آن لذت می‌برد.

شما از نحوه بهره‌گیری او از کلمات («دوست دارم هویج بخورم»)، ظرافتهای تازه‌ای که در روابط اجتماعی خود به کار می‌گیرد («بیاید نوبتی از بیلچه استفاده کنیم») و با آن شلوار جینی که به تن دارد و درست شبیه نمونه‌ای کوچک از یک بزرگسال است، حیرت خواهید کرد. توانایی او برای فراگرفتن حقایق بی‌شمار تازه و کنجکاوای او درباره مسائلی مانند تولد، مرگ و دیگر مفاهیم پیچیده به سادگی شما را شگفت‌زده می‌کند. علاوه بر این، شاید به این نتیجه برسید که در این سن، می‌توانید او را قانع کنید و بهتر از قبل درباره حل مشکلات با او صحبت کنید. امکان دارد او به همان اندازه که شگفت‌انگیز است، غیرقابل کنترل نیز باشد.

چهارساله‌ها می‌توانند بسیار جنجال‌برانگیز، ریاست‌طلب و نافرمان باشند زیرا می‌کوشند تا استقلال خود را نشان دهند. اغلب والدین این جمله را از آنها می‌شنوند: «شما نباید به من دستور بدهید.» به علاوه، بسیار پرتوقع خواهند شد. ممکن است بارها در برابر شما که اصرار دارید لباسی را به او بپوشانید مقاومت کند یا اصولاً از پوشیدن هر چیزی که برایش انتخاب کرده‌اید خودداری ورزد. احتمالاً او در انتخاب مدل مو، نوع غذا و اینکه از کدام سمت خیابان راه برود، سلیقه‌های خاص خودش را دارد.

نوسانات روحی او در این سن بسیار زیاد است. یک لحظه به شما علاقه نشان می‌دهد و اگر او را ناراحت کنید، لحظه‌ای دیگر فریاد می‌زند: «از تو متنفرم!»

گرچه قدرت کنترل انگیزه‌های آنی^۱ مانند عصبانیت در او در حال رشد است، ولی اگر به طور اتفاقی پوره سیب‌زمینی او را با نخود سبز مخلوط کنید، یا اجازه ندهید که سر قرار بازی با بهترین دوستش حاضر شود، باز هم احتمال دارد به شدت غیرقابل کنترل شود. ممکن است شما و بقیه خویشاوندان را «کله‌پوک» بخواند و برادرش را کتک بزند.

از جمله بزرگ‌ترین چالشهای رو به رشد کودکان چهارساله این است که مستقل‌تر می‌شوند و یاد می‌گیرند پرخاشگری و دیگر انگیزه‌های آنی خود را کنترل کنند و احساسات خود را به روشهای مناسب‌تری مهار نمایند (مثلاً به جای کتک‌کاری، می‌گوید «من خیلی عصبانی هستم») و یاد می‌گیرد که از عهده روابط پیچیده با هم‌سن‌وسالان خود برآید.

از آنجایی که او با چنین مشکلاتی روبه‌رو است، به محبت و حمایت عاطفی شما نیاز دارد. باید نقش مربی صبور و شایسته‌ای را بر عهده بگیرید که مهارتهای کنار آمدن با شرایط را به او آموزش می‌دهد، در مشکلاتی که با آنها روبه‌رو می‌شود با او همراهی می‌کند و از همه مهم‌تر، احساس مثبتی نسبت به خود و رشد طبیعی‌اش در او ایجاد می‌کند. مطالعه این کتاب به شما کمک خواهد کرد تا به این اهداف مهم دست یابید.

کتاب کلیدهای رفتار با کودک چهارساله شادابی و سرزندگی این مرحله از رشد کودک شما را مورد تحسین قرار می‌دهد. این کتاب باعث می‌شود دنیای احساسات و رفتارهای کودکان را هر چه بهتر بشناسید و در عین حال توصیه‌های ارزشمند و روشهای کنترل شرایط را پیش رویتان می‌گذارد تا به شما کمک کند که واکنشهای مؤثری را از خود بروز دهید. هدف این کتاب، پربارتر کردن تجربه‌هایی در زمینه چهارمین سال زندگی، برای شما و کودکان است.