

برنام‌ها

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

**کلیدهای تربیت و رفتار با  
پسرها**

استیو بیدالف

مترجم: اکرم قیطاسی

[www.saberinbooks.ir](http://www.saberinbooks.ir)

سرشناسه :  
**عنوان و نام پدیدآور:** کلیدهای تربیت و رفتار با پسرها/استیو بیدالف، استیو Biddulph, Steve  
**مشخصات نشر:** تهران: صابرین، کتابهای دانه، ۱۳۸۵.  
**مشخصات ظاهری:** ۱۹۹ ص: مصور  
**فروست:** کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان  
**شابک:** ۹۷۸ - ۹۶۴ - ۶۱۸۱ - ۷۲ - ۴  
**یادداشت:** چاپ سیزدهم؛ ۱۳۹۳؛ فیبا  
**یادداشت:** عنوان اصلی: Raising boys: why boys are different and how to help: them become happy and well - balanced men. C 1998  
**موضوع:** پسران - ایالات متحده - راهنمای مهارت‌های زندگی  
**موضوع:** پسران - ایالات متحده - راه و رسم زندگی  
**موضوع:** رفتار والدین - ایالات متحده - پدران و پسران  
**شناسه افزوده:** قیطاسی، اکرم، ۱۳۴۹ - ، مترجم  
**رده بندی کنگره:** HQ ۷۷۵/ب۹۵۹ ۱۳۸۵  
**رده بندی دیویی:** ۶۴۹/۱۳۲  
**شماره کتابشناسی ملی:** م ۸۳-۴۲۵۰۰



## کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۸۹۰

کلیدهای تربیت و رفتار با پسرها  
 استیو بیدالف

مترجم	اکرم قیطاسی
ویراستار	علی خاکبازان
اجرای طرح جلد	علیرضا ابراهیمی
تعداد	۲۰۰۰
چاپ سیزدهم	۱۳۹۳
لیتوگرافی	پویه‌گراور
چاپ جلد	اکسیر
چاپ متن و صحافی	پژمان

۴ - ۷۲ - ۶۱۸۱ - ۹۶۴ - ۹۷۸ : شابک  
 ISBN: 978 - 964 - 6181 - 72 - 4

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت ۹۰۰۰ تومان

## فهرست مطالب

۵	..... سخن ناشر
۷	..... یادداشت مهم
۹	..... پیشگفتار
۱۱	..... فصل اول: چرا پسرها این گونه اند؟
۱۴	..... فصل دوم: سه مرحله رشد پسران
۴۵	..... فصل سوم: تستوسترون
۶۱	..... فصل چهارم: تفاوت مغز دختران و پسران
۷۷	..... فصل پنجم: نقش پدرها
۹۹	..... فصل ششم: مادران و پسران
۱۲۶	..... فصل هفتم: پرورش سلامت جنسی
۱۴۴	..... فصل هشتم: انقلابی در آموزش
۱۷۵	..... فصل نهم: پسرها و ورزش
۱۸۷	..... فصل دهم: یک چالش اجتماعی
۱۹۳	..... ضمیمه ۱: نکات کاربردی در مورد اختلال کمبود توجه در پسران
۱۹۵	..... ضمیمه ۲: مدرسه مناسب برای پسرها



## سخن ناشر

---

خواننده محترم، کتابی که پیش روی دارید، یک جلد از کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان است.

کتابهای این مجموعه با وجود ارتباط موضوعی، هرکدام از نظر مطلب مستقل هستند. آمادگی برای زایمان، روشهای مناسب و صحیح شیر دادن، تولد فرزند دوم، نقش پدر در تربیت کودک، پرورش کودک تیزهوش، آموختن به کودکان دربارهٔ خدا، سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان، پرورش فرزندان امیدوار و موفق، کلیدهای رفتار با نوجوانان و نیز مطالب متنوع و جالب دیگری که به روشها و مشکلات تربیتی کودکان و نوجوانان تا سنین بلوغ می‌پردازد، موضوع کتابهای این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نویسندگان این کتابها، آموزش شیوه‌های عملی به والدین است. در نتیجه، هرکتاب از فصلهای متعددی تشکیل شده است که هر فصل به توضیح یک روش کلیدی می‌پردازد. مجموعه کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان، علاوه بر پشتوانه علمی و معتبر خود، از زبانی ساده برای توضیح مطالب و انتقال آنها به خواننده استفاده کرده است که برای عموم مادران و پدران جوان قابل استفاده خواهد بود.



## یادداشت مهم

---

در روزگاری نه چندان دور، دخترها نسبت به پسران از ارزش کمتری برخوردار بودند، چرا که تصور می شد آنها به اندازه پسران توانایی انجام کارهای مختلف را ندارند.

خانواده‌ها تمام سرمایه خود را در راه آموزش پسرانشان خرج می کردند و بر این باور بودند که آموزش برای دختران «بیهوده» است. بهترین غذا و لباس از آن پسر خانواده بود، زیرا او در آینده به فردی مهم در خانواده تبدیل می شد. تولد نوزاد پسر موهبتی به شمار می آمد و تولد نوزاد دختر حادثه‌ای ناگوار محسوب می شد.

حتی امروزه نیز در برخی از کشورها (به عنوان مثال، در تایلند و نپال) دختران را خرید و فروش می کنند و در بخشهایی از چین نوزادان دختر را به حال خود رها می کنند تا بمیرند. این رفتارها رقت انگیزند و به همین دلیل تلاشهای زیادی صورت گرفت تا به دختران و زنان ارزشی برابر با پسران و مردان داده شود و آنها بتوانند استعدادهایشان را شکوفا نمایند. این تلاشها همچنان ادامه دارد.

من با نوشتن کتابی درباره پسران و نیازهای خاص آنها، به هیچ عنوان قصد ندارم تلاشهایی را که در سراسر دنیا برای پیشرفت زنان و دختران صورت گرفته است نادیده بگیرم. اما در نهایت تأسف، به وضوح می بینیم که پسران نیز به شکلهای مختلف لطمه می بینند. وجود دنیایی بهتر بستگی به این دارد که همه انسانها - زن و مرد - شادتر و سالم تر باشند.

---

اگر می‌خواهیم مردان خوبِ بیشتری در دنیا وجود داشته باشند، باید از این به بعد آنها را کمتر سرزنش، و بیشتر درک کنیم.

استیو بیدالف



## پیشگفتار

---

زن جوان، در حالی که موهای از عرق خیس شده‌اش به پیشانی‌اش چسبیده، به نفس نفس افتاده است و می‌غرُرد. در حالی که او از درد به خود می‌پیچد، ناگهان نوزاد خیس و چاقی به میان دستان منتظر پرستار می‌لغزد. پرستار می‌گوید: «مبارک است، شما صاحب یک پسر شده‌اید!» واکنش مادر چیست؟ از خوشحالی در پوست خود نمی‌گنجد یا مضطرب شده است؟

امروزه مادران بسیاری از داشتن فرزند پسر شاد می‌شوند و لذت می‌برند. آنها پسران خود را دوست دارند و از مذکر بودن آنها نمی‌ترسند. انرژی و شور و هیجان پسرانشان را نکات مثبتی می‌دانند که تنها به کمی راهنمایی و هدایت نیاز دارد. پدران نیز پسران خود را دوست دارند و می‌خواهند در پرورش آنها مشارکت داشته باشند.

اگر در خانواده‌تان پسر دارید، می‌دانید که آنها موجودات خشن و در عین حال حساسی هستند که به سادگی به این سو یا آن سو کشیده می‌شوند تا به مردانی خارق‌العاده یا مردانی که مشکلات زیادی را با خود یدک می‌کشند تبدیل شوند. جامعه ما (جامعه غربی) مدتی است مسیر پسران را گم کرده است و اینک چگونه می‌تواند آن را پیدا کند؟ از مدتها پیش [در انگلستان] به دخترها آزادی داده شد و اینک دختران و پسران آزاد هستند، اما جهان به انسانهای کامل نیاز دارد نه به روباتهایی برای «کار و جنگ». ما پسران و دختران را پرورش می‌دهیم تا آزادانه فکر و سؤال

کنند، حال آنکه آنها افکاری روشن اما قلبهایی سخت دارند. یک میلیون پدر و مادری که در سراسر جهان از این کتاب استفاده می‌کنند، نشان می‌دهند این کتاب برایشان مفید بوده است. شاهد بوده‌ام والدینی که روی مباحث این کتاب فکر کرده‌اند، نسلی از مردان را تربیت کرده‌اند که شادتر، ایمن‌تر، راحت‌تر و متعادل‌تر هستند. این مردان می‌توانند در مورد احساساتشان صحبت کنند، آشپزی کنند و با بچه‌ها بازی کنند. آنها می‌توانند برای اهداف مناسبی کار کنند و مانند نسل قبل، فقط یک کیف پول سیار نباشند.

این کتاب در عین حال که داستانهایی دربردارد، شما را به فکر کردن نیز وامی‌دارد. مطالب این کتاب براساس پژوهشهای رسمی و منطق پایه‌گذاری شده است. در موقعیتهای مختلفی می‌توانید بارها و بارها از این کتاب بهره بگیرید. فرزندان چند روزه باشد یا کودک دبستانی یا نوجوان، می‌توانید از این کتاب یاری بگیرید و آنها را به مسیری سوق دهید که جزو دسته‌ای از مردان باشند که مایه شادی و افتخار شما گردند.

## چرا پسرها این گونه اند؟

شب گذشته با اتومبیلم به شهر می رفتم که یک بار دیگر با حادثه‌ای مواجه شدم که برای چند پسر جوان پیش آمده بود. جاده بسته شده بود. راننده اتومبیل، که پسر هفده ساله‌ای بود و چهار تن از دوستانش نیز در اتومبیل او بودند، در جاده‌ای که ترافیک سنگینی داشت، دنده عقب رفته بود و متوجه کامیونی که از پشت می آمد نشده بود. کامیون پنجاه متر اتومبیل را با خود کشیده بود و آن را تقریباً به دو نیم کرده بود. نیروهای امداد، از آتش‌نشانی گرفته تا تیم نجات، پلیس و آمبولانس آمده بودند. همه تلاش می‌کردند تا با آرامش به این حادثه سرو سامان دهند.

آنها توانستند راننده جوان را که بیهوش بود از اتومبیل بیرون بیاورند. هر چهار سرنشین دیگر نیز جراحات گوناگونی برداشته بودند. زن مسنی که احتمالاً مادر یکی از این پسران بود، از مزرعه‌ای در آن نزدیکی، دوان دوان به آنجا آمد. یکی از پلیسها به او دلداری می‌داد. ویژگیهای مختلف مردان در همه جا به چشم می‌خورد: از یک سو بی‌تجربگی و خطرپذیری، و از سوی دیگر تبحر، دقت و پشتکار.

این وضعیت، موقعیت مردان را برایم تداعی کرد. اگر مردان خوب از آب درآیند، فوق‌العاده‌اند. اما مردان جوان، بسیار آسیب‌پذیر و در معرض خطر هستند. این روزها با تولد هر نوزاد پسر، قلبمان به شدت می‌تپد - او چگونه مردی خواهد شد؟

### پسران در معرض خطر

امروزه این دخترها هستند که به خود اطمینان دارند و از انگیزه و پشتکار برخوردار هستند. پسرها اغلب در زندگی سرگردانند، در مدرسه ناموفق، در روابط اجتماعی خجالتی و در معرض خشونت، الکل، مواد مخدر و غیره قرار دارند. تفاوت بین پسران و دختران را به راحتی در سالهای پیش از دبستان می‌توان مشاهده کرد. در مهدکودکها دختران شادمانه با هم کار می‌کنند، اما پسرها مانند سرخپوستان در اطراف یک قطار سرو صدا راه می‌اندازند، دختران را اذیت می‌کنند و با هم دعوا راه می‌اندازند.

در دبستان، کار پسران اغلب بی‌نظم و نامرتب است. از حدود کلاس سوم دبستان پسر بچه‌ها دیگر کتاب نمی‌خوانند. آنها با جملات تک کلمه‌ای صحبت می‌کنند: «ها؟»، «آهان!». در دبیرستان پسرها در جلسات، کنسرتها، انجمنها یا هرگونه فعالیت غیرورزشی شرکت نمی‌کنند. آنها می‌خواهند نشان دهند که به هیچ چیزی اهمیت نمی‌دهند و به اصطلاح «دیوانگی هم عالمی دارد».

البته مسئله اصلی ایمنی آنهاست. احتمال مرگ و میر پسران بر اثر عوامل مختلف (به ویژه تصادف، خشونت یا خودکشی) سه برابر دختران است.

### نکته امیدبخش

همه ما، مردان جوانی می‌خواهیم که شاد، خلاق، پرانرژی و مهربان باشند. ما به پسرای نیاز داریم که در آینده به مردان جوانی تبدیل شوند که به دیگران اهمیت می‌دهند و در حل مشکلات قرن بیست و یکم سهیم‌اند و در عین حال ظرفها را می‌شویند و اتاقشان را مرتب می‌کنند!

سالها تلاش شده است تا مرد بودن و ویژگیهای مردانه نفی شود و نشان داده شود که دختران و پسران درست مانند هم هستند. اما همان‌طور که والدین و معلمان همواره می‌گویند، این نگرش بی‌نتیجه است.

تحقیقات نشان می‌دهد که اخیراً والدین نگرش بهتری نسبت به این موضوع دارند. کم‌کم درک می‌کنیم که چگونه صفات مردانه پسران را (به هر شکلی که ممکن است) مورد تحسین قرار دهیم، نه آنکه این صفات را بی‌ارزش بدانیم.

در این کتاب به زمینه‌های مهم درک پسران می‌پردازیم. ابتدا سه مرحله مشخص رشد آنها را توضیح خواهیم داد. سپس تأثیرات قدرتمند هورمونهای مردانه بر روانشناسی مردان و اینکه چگونه به آنها کمک کنیم تا بر این نوسانات رشد فائق آیند، مورد بررسی قرار می‌گیرد. درباره یافته‌های مهم جدید و اینکه مغز پسران در چه مواردی آسیب‌پذیر است و چگونه کمک کنیم تا مهارت‌های برقراری ارتباط را در خود پرورش دهند، نیز صحبت خواهیم کرد. سپس چند داستان و نظریه را در مورد رابطه مهم بین مادران و پسران، جایگاه حیاتی پدران و بهبود قابل توجه مدارس مطرح می‌کنیم. پس از آن به ورزش خواهیم پرداخت که (با آنکه می‌تواند برای پسران بسیار مناسب باشد) به یک خطر واقعی تبدیل شده است. در نهایت درباره مسائلی جنسی آنان صحبت خواهیم کرد و روشهایی را ارائه خواهیم داد که نشان می‌دهد چگونه کل جامعه می‌تواند در مسیر مرد شدن پسران، از آنها حمایت کند.

پسران می‌توانند عالی باشند. ما می‌توانیم آنها را این‌گونه بسازیم. رمز موفقیت در این راه، درک آنهاست.