

به نام خدا

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

کلیدهای آموختن  
**آداب اجتماعی**  
به کودکان و نوجوانان

شریل اِبرلی

مترجم:  
ترانه بهبهانی

سرشناسه : ابرلی، شریل Eberly, Sheryl  
 عنوان و نام پدیدآور : کلیدهای آموختن آداب اجتماعی به کودکان و نوجوانان / شریل ابرلی؛ مترجم ترانه بهبهانی.  
 مشخصات نشر : تهران: صابرین، ۱۳۸۸.  
 مشخصات ظاهری : ۳۱۲ ص.: ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.  
 شابک : 978-964-2785-29-2  
 وضعیت فهرست نویسی : فیپا  
 یادداشت : عنوان اصلی: 365 manners kids should know: games, activities, and other fun ways to help children learn etiquette, 2001

موضوع : آداب معاشرت کودکان و نوجوانان  
 موضوع : کودکان -- سرپرستی  
 شناسه افزوده : بهبهانی، ترانه، ۱۳۳۵ - ، مترجم  
 رده‌بندی کنگره : ۱۳۸۸ الف ۲ / ک۹ / ۱۸۵۷ BJ  
 رده‌بندی دیویی : ۳۹۵/۱۲۲  
 شماره کتابشناسی ملی : ۱۹۵۷۹۲۶



کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۸۹۰

کلیدهای آموختن آداب اجتماعی به کودکان و نوجوانان  
 شریل ابرلی

مترجم : ترانه بهبهانی  
 ویراستار : یکتا سپاهی  
 اجرای طرح جلد : نرگس محمدی  
 تعداد : ۳۰۰۰  
 چاپ اول : ۱۳۸۹  
 لیتوگرافی : کارا  
 چاپ جلد : اکسیر  
 چاپ متن و صحافی : پژمان

۲-۲۹-۲۷۸۵-۹۶۴-۹۷۸ : شابک

ISBN: 978-964-2785-29-2

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت ۵۰۰۰ تومان

## فهرست مطالب

۱۵	سخن ناشر.....
۱۷	سخن مترجم.....
۱۹	مقدمه.....
۲۳	<b>فصل ۱: یک شروع بزرگ</b> .....
۲۳	آموزش آداب و رفتار صحیح از چه سنی امکان پذیر است؟.....
۲۵	هیچ مکانی مثل خانه نیست.....
۲۶	«خواهش می‌کنم»، «متشکرم» و «عذرخواهی می‌کنم».....
۲۸	عذرخواهی کردن.....
۲۹	مورد خطاب قرار دادن اشخاص مختلف.....
۳۰	خم شدن، بوسیدن یا دست دادن؟.....
۳۱	احساسات دیگران را محترم شمارید.....
۳۳	تمجیدها را قبول کنید.....
۳۴	با صداقت از دیگران تعریف کنید.....
۳۶	وقت شناس باشید.....
۳۷	احترام به دیگران.....
۳۷	باز کردن درها.....
۳۸	توجه به نیاز دیگران.....
۳۹	امانت گرفتن.....
۴۰	شکستن وسایل.....
۴۱	وقتی نمی‌دانیم چه بکنیم.....
۴۳	<b>فصل ۲: اوقاتی همراه خانواده</b> .....
۴۳	وقتی مادر و پدر به خانه می‌آیند.....

خویشاوندی ما چگونه است؟	۴۴
ارتباط با ناپدری و نامادری	۴۵
ارتباط با خواهر و برادر ناتنی	۴۶
زمانی که پرستار از کودک مراقبت می‌کند	۴۷
زمانی که دوستان، خواهر یا برادر کودک را ترجیح می‌دهند	۴۸
زمانی که دوستان نمی‌خواهند خواهر یا برادر کودک در جمع حضور داشته باشد	۴۹
ترساندن دیگران	۵۰
بر هم کوبیدن در	۵۰
تلویزیون	۵۱
رایانه خانواده	۵۲
بازیها	۵۳
کتابها	۵۴
پول توجیبی	۵۵
کودک تنها در خانه	۵۶
کارهای کوچک در خانه	۵۷
خواهش می‌کنم به من توجه کنید	۵۸
اتاق خواب کودک	۵۹
<b>فصل ۳: همراهی با کودکان دیگر</b>	۶۱
دوستی	۶۱
دوستان صمیمی	۶۳
آیا کودک شما دوست خوبی است؟	۶۴
دوست وفادار	۶۵
قلدرها	۶۶
وقتی کودک احتیاج به دوست جدید دارد	۶۷
کودک جدید محله	۶۸
نقل مکان خانواده	۶۹
زمانی که دوست کودک نقل مکان می‌کند	۷۰
زمین بازی عمومی	۷۱
همسایه خوب	۷۲

آداب معاشرت با همسایگان	۷۳
استخر	۷۴
هدیه دادن حیوان خانگی	۷۵
حیوان خانگی دیگران	۷۵
اتوبوس مدرسه	۷۶
قطع گفت‌وگو	۷۷
عوض کردن موضوع گفت‌وگو به طور مؤدبانه	۷۸
عواملی که دوستی را برهم می‌زند	۷۸
دوستی که عزیزی را از دست می‌دهد	۷۹
دوستی که حامل خبر ناخوشایند است	۸۰
وقتی والدین دوست تصمیم به طلاق گرفته‌اند	۸۰
<b>فصل ۴: آداب معرفی کردن</b>	۸۲
اشخاص مهم‌تر را اول معرفی کنید	۸۲
به خاطر آوردن نامها	۸۴
تکرار اسم در زمان معرفی	۸۴
معرفی کردن پدر و مادر با اسم‌های متفاوت	۸۴
فراموش کردن نام افراد	۸۵
ملاقات با یک گروه	۸۶
ایستادن نشانه احترام است	۸۶
<b>فصل ۵: صحبت‌های تلفنی</b>	۸۸
تماس تلفنی	۸۸
پاسخ دادن به تلفن	۹۰
دریافت پیام تلفنی	۹۱
انتظار مکالمه (وقتی کودک پاسخ‌دهنده است)	۹۲
انتظار مکالمه (وقتی کودک تماس‌گیرنده است)	۹۳
تنها در خانه؛ جواب دادن به تلفن	۹۳
وقتی کودک مایل نیست با تلفن صحبت کند	۹۴
پیام‌گیر تلفنی: پیام ضبط‌شده تلفن شما	۹۴
پیام‌گیر تلفنی: گذاشتن پیام	۹۵
زمان تماس تلفنی	۹۶

- پایان دادن به مکالمه تلفنی ..... ۹۷
- شماره گیری اشتباه ..... ۹۸
- تلفن همراه ..... ۹۹
- شوخی تلفنی ..... ۱۰۰
- فصل ۶: گفتار شما نشان دهنده شخصیت شماست** ..... ۱۰۱
- شوخی طبیعی و نکات مثبت آن ..... ۱۰۱
- وقتی کودک باعث خنده می شود ..... ۱۰۲
- دشنام دادن ..... ۱۰۳
- صحبت در مورد پول ..... ۱۰۴
- لهجه ..... ۱۰۴
- چگونه می توان تعارف مواد مخدر و نوشیدنی الکلی را رد کرد ..... ۱۰۵
- پیچ پیچ کردن (آرام صحبت کردن) ..... ۱۰۶
- اصلاح گفتار و نظر دوستان ..... ۱۰۶
- اشاره کردن ..... ۱۰۷
- اشخاص کسل کننده ..... ۱۰۸
- وقتی کودک تمایلی به بازی کردن ندارد ..... ۱۰۸
- وقتی راننده حال طبیعی ندارد ..... ۱۰۹
- وقتی شخصی با کودک صحبت می کند ..... ۱۰۹
- کلمات غیردوستانه ..... ۱۱۰
- بی ارزش کردن اشخاص ..... ۱۱۰
- شوخی کردن با موضوعات جدی ..... ۱۱۱
- گفتار خوب ..... ۱۱۲
- زبان بدن ..... ۱۱۲
- تماس چشمی ..... ۱۱۳
- مطرح کردن پرسش های اصلی ..... ۱۱۴
- به کار بردن لغات مثبت ..... ۱۱۵
- بی دقت سخن گفتن ..... ۱۱۶
- لحن صدا ..... ۱۱۷
- پرسش در مورد مسائل خصوصی اشخاص ..... ۱۱۸
- پاسخ به پرسش هایی که در مورد مسائل خصوصی مطرح می شود .. ۱۱۸

- زمانی که بزرگسالان رفتار آزاردهنده دارند ..... ۱۱۸
- احترام به بزرگسالان ..... ۱۱۹
- اصلاح گفتار و نظر بزرگسالان ..... ۱۲۰
- گوش کردن فعال، اولین گام یک مکالمه خوب ..... ۱۲۰
- ده موضوع گفت وگویی که مثل «تی ان تی» عمل می کنند ..... ۱۲۱
- تمرین شروع مکالمه ..... ۱۲۲
- فصل ۷: زبان نوشتاری: نامه، یادداشت تشکر و پست الکترونیک** ..... ۱۲۳
- لوازم نوشتاری ..... ۱۲۳
- زمان نوشتن یادداشت تشکر ..... ۱۲۴
- یادداشت تشکر چیست؟ ..... ۱۲۵
- پست الکترونیک یا ارسال یادداشت تشکر با سرعت حلزونی؟ ..... ۱۲۶
- با دقت نامه بنویسید ..... ۱۲۶
- نوشتن نامه به اشخاص مشهور ..... ۱۲۷
- نوشتن نامه جهت کسب اطلاع ..... ۱۲۸
- نوشتن یادداشت تشکر ..... ۱۲۹
- نامه تسلیت ..... ۱۲۹
- آداب استفاده از اینترنت: قوانین مربوط به کودکان ..... ۱۳۰
- آداب بیشتر در استفاده از اینترنت: ایمن نگه داشتن کودکان ..... ۱۳۱
- نُه مورد برای امنیت اینترنتی ..... ۱۳۲
- پست الکترونیک ..... ۱۳۳
- شعارهای دیواری ..... ۱۳۴
- فصل ۸: آداب غذا خوردن آسان می شود** ..... ۱۳۵
- وضعیت بدنی صحیح هنگام غذا خوردن ..... ۱۳۵
- آداب غذا خوردن روزمره ..... ۱۳۶
- وسایلی که نباید سر میز غذا آورده شود ..... ۱۳۸
- چیدن میز غذا ..... ۱۳۸
- آداب رسمی برای موقعیتهای رسمی ..... ۱۴۰
- فوت کردن غذا ..... ۱۴۰
- زیاله کاغذی بر روی میز ..... ۱۴۱
- پندهایی جهت شرکت در جشن های رسمی ..... ۱۴۱

۱۴۳	دعای شکرانه قبل از خوردن غذا
۱۴۳	دعای شکرانه، وقتی شما میهمان هستید
۱۴۴	از چه کسی باید اول پذیرایی کرد؟
۱۴۵	دست به دست دادن غذا
۱۴۵	درخواست نوشیدنی
۱۴۶	برداشتن بشقابها از سر میز
۱۴۶	بریدن گوشت
۱۴۷	میهمان گیاهخوار
۱۴۷	زمانی که کودک شما گیاهخوار است
۱۴۸	وقتی غذا خراب است
۱۴۹	رمزگشایی از قاشق و چنگال
۱۵۰	روش صحیح استفاده از کارد، چنگال و قاشق
۱۵۱	پس از پایان غذا خوردن
۱۵۲	آداب استفاده از دستمال سفره
۱۵۳	کارهایی که کودک نباید سر میز غذا انجام دهد
۱۵۴	پرس دوم
۱۵۴	چه وقت می توان شروع به خوردن غذا کرد؟
۱۵۵	ترک کردن میز غذا
۱۵۶	سرو کردن غذا (چیدن و کشیدن غذا)
۱۵۷	در پایان غذای رسمی
۱۵۸	وقتی کودک از غذایی تنفر دارد
۱۵۹	وقتی کودک به غذاهایی آلرژی دارد
۱۵۹	از قهوه چه خبر؟
۱۶۱	<b>فصل ۹: از نوچ شدن پرهیز کنید</b>
۱۶۱	خارج کردن چیزی از دهان
۱۶۲	رژیم غذایی خاص
۱۶۳	غذاهایی که باید با مهارت خورده شوند
۱۶۴	خوردن پیش غذا
۱۶۵	خوردن سالاد
۱۶۵	خوردن سوپ

۱۶۶	خوردن دسر
۱۶۷	خوردن پاستا
۱۶۷	خوردن کباب
۱۶۸	خوردن مرغ سوخاری
۱۶۸	خوردن «سوشی»
۱۶۸	خوردن آرتیشو
۱۶۹	خوردن هندوانه
۱۶۹	خوردن پیتزا
۱۷۰	جویدن یخ
۱۷۰	خوردن میوه تازه
۱۷۱	سس ها و چاشنی ها
۱۷۱	اجسام ناخوشایند در غذا
۱۷۲	چگونه لیوان را در دست بگیریم
۱۷۳	غذا خوردن در برابر دیگران
۱۷۴	استفاده از چوب غذاخوری (چاپ استیک)
۱۷۶	<b>فصل ۱۰: فقط برای پسرها</b>
۱۷۶	توجه به دیگران
۱۷۷	حمایت از دیگران
۱۷۸	نشانه های تشخیص در پسرها
۱۷۹	نشستن و ایستادن
۱۷۹	قرار ملاقات
۱۸۰	چه وقت می توان از کلاه استفاده کرد
۱۸۲	<b>فصل ۱۱: فقط برای دخترها</b>
۱۸۲	با وقار نشستن
۱۸۳	قبول دیدار
۱۸۳	عذر خواستن از دیدار دوست
۱۸۴	نشانه های تشخیص در دخترها
۱۸۵	<b>فصل ۱۲: دعوت کردن و دعوت شدن</b>
۱۸۵	دعوت شفاهی
۱۸۶	دعوت کتبی

۱۸۷	پاسخ به دعوت
۱۸۷	جواب رد دادن به دعوت
۱۸۸	وقتی کودک به میهمانی دعوت نمی‌شود
۱۸۹	دو دعوت برای یک روز
۱۹۰	<b>فصل ۱۳: خارج از منزل، در شهر</b>
۱۹۰	آداب رفتاری در سینما
۱۹۱	سینما رفتن همراه دوست
۱۹۲	شرکت در برنامه‌های عمومی
۱۹۳	کف زدن
۱۹۴	چه زمان باید کف زد
۱۹۵	آنتراکت
۱۹۵	کودک آتشپاره در میان جمع
۱۹۶	در موزه
۱۹۷	راهنمایی برای بازدید از موزه
۱۹۸	سفارش غذا در رستوران
۲۰۰	تشریفات در رستوران
۲۰۱	توضیحات بیشتر در مورد تشریفات در رستوران
۲۰۲	مشکلاتی در رستوران
۲۰۳	پاکیزه نگاه داشتن محیط رستوران
۲۰۴	آشنایی با کارکنان رستوران
۲۰۵	انعام دادن
۲۰۶	کارهایی که نباید در رستوران انجام داد
۲۰۶	فروشنده‌ها
۲۰۷	در فروشگاه
۲۰۷	حفظ جای کسی در صف
۲۰۸	رعایت نکردن نوبت در صف
۲۰۸	وقتی به کسی می‌خوریم
۲۰۹	استفاده از پله برقی
۲۰۹	استفاده از آسانسور
۲۱۰	تعارف جای خود به دیگران

۲۱۰	خواهش می‌کنم از سمت راست خود راه بروید
۲۱۱	قرار ملاقات
۲۱۲	فراموش کردن قرار ملاقات
۲۱۴	<b>فصل ۱۴: شرکت در مراسم و آئینهای خاص</b>
۲۱۵	<b>فصل ۱۵: مراسم تولد، عروسی و دیگر میهمانیهای خاص</b>
۲۱۵	جشن تولد کودک
۲۱۶	شرکت در میهمانی تولد
۲۱۷	ایستادن در صف
۲۱۸	شرکت کودک در مراسم عروسی
۲۱۹	خویشتن داری در میهمانی
۲۲۰	برداشتن غذا از میز بوفه
۲۲۱	ایستاده غذا خوردن
۲۲۲	استفاده از گل
۲۲۲	زیان گل
۲۲۳	امضاء گرفتن از افراد مشهور
۲۲۳	دریافت جایزه
۲۲۵	وقتی کودک پشت دوربین عکاسی قرار می‌گیرد
۲۲۵	وقتی کودک جلوی دوربین قرار می‌گیرد
۲۲۷	<b>فصل ۱۶: تقدیم و دریافت هدیه</b>
۲۲۷	سنگ تولد
۲۲۹	هدیه
۲۳۰	انتخاب هدیه
۲۳۰	هدیه دادن در خانه
۲۳۱	هدیه برای میزبان
۲۳۲	موقعیتهای مناسب برای هدیه دادن
۲۳۳	باز کردن هدیه در میهمانی
۲۳۴	وقتی کودک هدیه را دوست ندارد
۲۳۵	وقتی کودک دو هدیه یکسان دریافت می‌کند
۲۳۷	<b>فصل ۱۷: تعطیلات</b>
۲۳۷	مسافرت با هواپیما

۲۳۸	مسافرت با قطار.....
۲۳۹	رعایت حقوق دیگران در هتل.....
۲۳۹	همراه خانواده در هتل.....
۲۴۰	سفر در خودرو خانواده.....
۲۴۱	وقتی کودک در خودرو شخص دیگری سفر می‌کند.....
۲۴۱	چادر زدن: توجه به حقوق دیگران.....
۲۴۲	چادر زدن: رفتار مؤدبانه با اعضای خانواده.....
۲۴۳	کنار دریا.....
۲۴۵	<b>فصل ۱۸: میهمان خوب، میزبان خوب.....</b>
۲۴۵	رفتار خوب میهمان خوب.....
۲۴۶	وسایلی که میهمان باید همراه ببرد.....
۲۴۷	حرفهای خوب میهمان.....
۲۴۹	میهمان خوبی که دوباره به میهمانی دعوت می‌شود.....
۲۴۹	خدا حافظی و ترک بی‌درنگ میهمانی.....
۲۵۰	میزبان خوب.....
۲۵۱	میهمانی که بار اول دعوت می‌شود.....
۲۵۲	سرو غذا برای دوستان.....
۲۵۳	نوشتن فهرست میهمانان.....
۲۵۴	دعوت مجدد دوستان.....
۲۵۵	میهمان شبانه: استفاده از حمام و توالت.....
۲۵۶	میهمان شبانه: رعایت آداب در وقت خواب.....
۲۵۶	میهمان شبانه: آداب غذا خوردن.....
۲۵۸	حق تقدم با میهمان است.....
۲۵۹	<b>فصل ۱۹: ورزشکار خوب.....</b>
۲۵۹	لذت بردن از بازی.....
۲۶۰	برپایی مراسم در فعالیتهای ورزشی.....
۲۶۱	روحیه جوانمردی.....
۲۶۲	روحیه واقع بینانه در زمین بازی.....
۲۶۳	یار ورزشی ارزشمند.....
۲۶۵	<b>فصل ۲۰: توجه به اشخاص باناتوانیهای خاص.....</b>

۲۶۵	عیادت بیمار.....
۲۶۶	ارتباط با اشخاص ناتوان.....
۲۶۸	اشخاصی که مشکل بینایی دارند.....
۲۶۹	اشخاصی که مشکل شنوایی دارند.....
۲۷۱	اشخاصی که روی صندلی چرخ‌دار هستند.....
۲۷۳	<b>فصل ۲۱: آراستگی.....</b>
۲۷۳	پوشیدن لباس مناسب.....
۲۷۵	استفاده از زیورآلات.....
۲۷۵	پاکیزه بودن آسان است.....
۲۷۶	استفاده از عطر.....
۲۷۷	آراستگی در اجتماع.....
۲۷۷	دهان خوشبو.....
۲۷۸	عطسه.....
۲۷۸	استفاده از توالت در میهمانی.....
۲۷۹	راست قامت بودن.....
۲۸۰	جویدن آدامس.....
۲۸۱	سرفه و عطسه سر میز غذا.....
۲۸۱	آبریزش بینی سر میز غذا.....
۲۸۲	باد گلو.....
۲۸۲	دست‌ها.....
۲۸۳	خفگی.....
۲۸۴	ملاقات با پزشک.....
۲۸۴	بیمارستان.....
۲۸۶	سیم دندان.....
۲۸۶	لمس کردن.....
۲۸۸	<b>کلام آخر.....</b>
۲۸۹	<b>ضمیمه: مراسم عروسی و عزاداری در برخی از شهرهای ایران.....</b>
۲۸۹	مراسم عروسی - آذربایجان غربی.....
۲۹۰	مراسم ختنه‌سوران - آذربایجان غربی.....
۲۹۱	مراسم عزاداری - آذربایجان غربی.....

۲۹۲	.....	مراسم عروسی - سیستان و بلوچستان
۲۹۵	.....	مراسم عزاداری - سیستان و بلوچستان
۲۹۶	.....	مراسم عروسی - خوزستان
۲۹۷	.....	مراسم عزاداری - خوزستان
۲۹۸	.....	مراسم عروسی - کردستان
۳۰۰	.....	مراسم عزاداری - کردستان
۳۰۱	.....	مراسم عروسی - لرستان
۳۰۱	.....	مراسم عزاداری - لرستان
۳۰۴	.....	مراسم عروسی - گیلان
۳۰۷	.....	مراسم عزاداری - گیلان

## 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 درباره 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 می پردازد، موضوع کتابهای این مجموعه را تشکیل می دهند.

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 می پردازد. 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.