

برنام‌ها

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

## رشد والدین همراه با فرزندان

اندیشه‌هایی دربارهٔ رشد پدر و مادر

الین شوئن

مترجم: فرناز فرود

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

سرشناسه: شوئن، الین، ۱۹۴۵ - م. Schoen, Elin  
 عنوان و پدیدآور: رشد والدین همراه با فرزندان: اندیشه‌هایی درباره رشد پدر و مادر / الین شوئن؛ مترجم فرناز فرود.

مشخصات نشر: تهران: صابرین، کتابهای دانه، ۱۳۹۲.  
 مشخصات ظاهری: ۲۷۶ ص.  
 فرویست: کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان  
 شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۶۰-۵

وضعیت فهرست نویسی: فیبا  
 یادداشت: عنوان اصلی: Growing with your child: reflections on parent development, 1996  
 موضوع: رفتار والدین، والدین و کودک  
 شناسه افزوده: فرود، فرناز، ۱۳۳۳ - مترجم  
 رده‌بندی کنگره: HQ ۷۵۵ / ۸ / ش ۹ ر ۵ ۱۳۹۲  
 رده‌بندی دیویی: ۶۴۹/۱  
 شماره کتابشناسی ملی: ۳۳۴۵۰۵۱



## کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۸۹۰

رشد والدین همراه با فرزندان  
 الین شوئن

فرناز فرود	مترجم
میلااد میرمحمدصادقی	ویراستار
نرگس محمدی	اجرای طرح جلد
۳۰۰۰	تعداد
۱۳۹۲	چاپ اول
فاطمه بابایی	حروفچینی و صفحه‌آرایی
پویه گراور	لیتوگرافی
اکسیر	چاپ جلد
پژمان	چاپ متن و صحافی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۶۰-۵

ISBN: 978-964-2785-60-5

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت: ۱۲۵۰۰ تومان

... و برای تارا، رکسانا و مهرداد

فرناز فرود

آه، فرانکلین<sup>۱</sup> کوچولو! شادی او از دیدن من، قلبم را مانند یک شقایق دریایی به باز و بسته شدن واداشت. هرگز تصور نمی‌کردم بتوانم کسی را تا این اندازه دوست بدارم... ای‌کاش در انبوه کتاب‌های مربوط به رشد کودک، کتابی دربارهٔ مراحل رشد پدر و مادر نیز یافت می‌شد.

- لاری کالوین<sup>۲</sup>، خداحافظی بدون ترک کردن.<sup>۳</sup>

به دنیا آمده‌ایم تا یاد بگیریم باشعورتر و مهربان‌تر شویم و رشد کنیم؛ اما اگر از پیش، سرانجام را بدانیم، چگونه می‌توانیم یاد بگیریم یا رشد کنیم؟

- ایساک باشویس سینگر.<sup>۴</sup>

---

1. Franklin

2. Laurie Colwin

3. Goodbye Without Leaving

4. Isaac Bashevis Singer

## فهرست مطالب

---

سخن ناشر.....	۷
مقدمه.....	۹
فصل ۱. بیشتر از جعبه غذای جانانان: مادری و پدری، فرصت‌هایی	
..... مساوی برای رشد	۲۸
فصل ۲. نه فقط از کرم به پروانه: فرآیند رشد از طریق مادری و پدری	۴۸
فصل ۳. سرشت معنوی مادری و پدری	۷۴
فصل ۴. سرشت التیام‌بخشی مادری و پدری.....	۹۶
فصل ۵. خلاقیت: تقویت قدرت ابراز وجود در نتیجه پرورش فرزند	۱۲۶
فصل ۶. چگونه فرزندانمان می‌توانند کار و شیوه کار کردنمان را بهبود	
ببخشند.....	۱۵۵
فصل ۷. «نمی‌توانم گربه را زنده کنم!»: تأثیر پرورش فرزند بر نگاه	
ما به خودمان و جهان.....	۱۹۳
فصل ۸. رشد زندگی مشترک در نتیجه پرورش فرزند.....	۲۲۷
فصل ۹. تأثیرهای ماندگار.....	۲۵۱
فصل ۱۰. از شکوفایی تا توانمندی پدر و مادر.....	۲۶۸

## 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 صحیح شیردادن، 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 سن بلوغ می‌پردازند، موضوع کتاب‌های این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نویسندگان این کتاب‌ها، آموزش شیوه‌های عملی به والدین است. در نتیجه، هر کتاب 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.

## مقدمه

شادی، غم و ترس پدرها و مادرها پنهانی است: اولی را نمی‌توانند ابراز کنند و بقیه را ابراز نمی‌کنند.  
- فرانسیس بیکن<sup>۱</sup>، دربارهٔ پدر و مادرها و فرزندان<sup>۲</sup>، حدود ۱۶۲۵.

ببینید، بچه‌دار شدن... همه چیز را تحت الشعاع قرار می‌دهد. با هیچ چیزی قابل مقایسه نیست.

- جک نیکلسن<sup>۳</sup>.

می‌خواهم موضوعی را بگویم که به هیچ وجه شگفت‌آور نیست و شاید حتی پیش‌پاافتاده باشد. با این همه، هر وقت به آن فکر می‌کنم، شگفت‌زده می‌شوم و به‌نظرم کاملاً بدیع می‌آید: هرگز کاری نکرده‌ام که اندازهٔ بزرگ کردن فرزند، رضایت‌بخش باشد.

تا همین پنج سال و یازده ماه پیش - یعنی پیش از تولد پسر - اگر کسی به من می‌گفت چنین احساسی خواهم داشت، حرفش را باور نمی‌کردم. درست پنج سال و یازده ماه پیش، درحالی‌که خودم و جنین نه‌ماههٔ توی شکمم را به مهمانی رساندم، یکی از دوستان صمیمی‌ام که پروفیسور

---

1. Francis Bacon

2. Of Parents and Children

3. Jack Nicholson

باستان‌شناسی است، با همان کنجکاوی خاص کندوکاو کتیبه‌های باستانی از من پرسید دربارهٔ دگردیسی قریب‌الوقوعم به عنوان کسی که می‌تواند روز مادر، کارت تبریک هدیه بگیرد، چه احساسی دارم. او گفت: «فکر می‌کنی کدام رضایت‌بخش‌تر است؟ کتاب‌هایی که نوشته‌ای یا بچه‌دار شدن؟»

برای من - که در آن هنگام بیست کیلو اضافه وزن داشتم، تاندون پای چپم زیربار آن همه وزن، ملتهب شده بود، تازه از جراحی ریشهٔ دندان، که به نظر خودم به علت حاملگی بود، جان سالم به در برده بودم و ناگهان متوجه شده بودم دیگر هرگز تنها نخواهم بود - پاسخ دادن به آن پرسش، کار ساده‌ای بود. شکی نداشتم که نوشتن کتاب به مراتب رضایت‌بخش‌تر است. به هر حال، نوشتن به تفکر نیاز داشت، اما بچه‌دار شدن کار فوق‌العاده‌ای به نظر نمی‌رسید. بتی فرایدن<sup>۱</sup> در کتاب عارف مؤنث<sup>۲</sup> - که آن را در پاسخ به مارگارت مید<sup>۳</sup> نوشته است، می‌گوید: «آدم دلش می‌خواهد بگوید: 'خب که چی؟ به دنیا آمدی. حامله شدی. بچه‌دار شدی. بچه‌ات هم بزرگ می‌شود.'»

چند وقت بعد که روی تخت بیمارستان دراز کشیده بودم و جانانان در آغوشم غان‌وغون می‌کرد، یاد آن استاد افتادم و به سؤال او، جواب خودم و نادانی‌ام فکر کردم.

موضوع این کتاب، شیوهٔ پرورش فرزندان نیست، بلکه این است که بزرگ کردن فرزندان چگونه ما، شیوهٔ برخورد، رفتار، شخصیت، هدف‌ها و نگرشمان دربارهٔ خودمان و جهان را با ظرافت یا به نحو شگفت‌انگیزی، آگاهانه یا ناآگاهانه تغییر می‌دهد؛ موضوع این است که چگونه بزرگ کردن فرزندان، موجب رشدمان می‌شود تا در نتیجهٔ

---

1. Betty Friedan

2. The Feminine Mystique

3. Margaret Mead



این فرآیند بلوغ، بتوانیم رشد فرزندانمان را بهتر هدایت کنیم. این شناخت، حاصل رشد خودم و کاوش در قلمروی روانی‌ای است که اگر بچه‌دار نشده بودم، از وجودش بی‌خبر می‌ماندم.

منظورم این نیست که پدرومادر بودن، بستری ناشناخته و بررسی نشده است؛ البته که در این باره کارهای بسیاری انجام شده است. در نشریه‌های علمی، مجله‌ها و روزنامه‌ها، کتاب‌های غیرداستانی و داستانی، برنامه‌های خبری، سریال‌های تلویزیونی و فیلم‌ها، پدرومادری - پیروزی‌ها، شکست‌ها، تاریخ، آینده، هنجارها و لغزش‌های آن‌ها - توسط نویسندگان و دانشمندانی که اکثراً، خود، پدر یا مادر هستند، بررسی و به نمایش گذاشته شده است. شاید گمان کنید تاکنون همهٔ زیروبم‌های پدرومادری، بررسی و شرح داده و حتی در قالب فیلم و نمایشنامه عرضه شده است. من نیز همین فکر را داشتم، تا آنکه سعی کردم بفهمم در نتیجهٔ بچه‌دار شدن، دستخوش چه تغییراتی شده‌ام. و با کمال تعجب، یافته‌هایم گواه اندکی بر تغییرهایی بود که در خودم تجربه می‌کردم.

بیشتر آثار علمی و ژورنالیستی دربارهٔ پدرومادری بر تأثیری که پدرومادری بر فرزندان دارند، متمرکز است؛ و بیشتر آثار داستانی این حوزه، یا نگاه کودک به پدرومادر را زیر ذره‌بین می‌برد، یا بازم تأثیر پدرومادر بر کودک را شرح می‌دهد. یک استثنا در این جهت‌گیری، وجود پژوهش‌های فراوان در زمینهٔ تغییرهای زیست‌شناختی در مادران است؛ اما موضوعی که در واقع در جست‌وجویش بودم - و به گمانم می‌توان آن را این‌طور خلاصه کرد: «پرورش فرزند به‌منزلهٔ نیرویی مؤثر در رشد بزرگسالان» - چنان نایاب بود که هر یافته‌ام در این باب به غنیمتی می‌مانست.

به‌ویژه یکی از این «غنیمت‌ها» برایم بسیار باارزش بود: کتاب وزین و

بی نظیر پدر و مادری: روان‌شناسی و آسیب‌شناسی روانی<sup>۱</sup>، تدوین جیمز آنتونی<sup>۲</sup> و ترز بندک<sup>۳</sup>. با نگاهی به فهرست این کتاب، بخش‌هایی با این عنوان‌ها دیدم: پدرومادر بودن در چرخه زندگی، واکنش‌های پدرومادر به کودک اُدیپی<sup>۴</sup> و تأثیر دوره نهفتگی فرزند بر پدرومادر. فکر کردم: «خودش است! رگه کمیابی از تحقیقات حوزه پدرومادری!» درست همین است. وقتی این کتاب در ۱۹۷۰ منتشر شد، بی‌مانند بود. هنوز هم منحصر به فرد و منبع اصلی اطلاعات بچه‌داری از دیدگاه پدرومادر است. اما از آنجا که عمدتاً با رویکردی نظری نوشته شده است، به همان اندازه که به سؤال‌هایم پاسخ داد، سؤال‌هایی بدون پاسخ برایم گذاشت. (مطلب‌های عملی و خودمانی کجاست؟ کسی این نظریه‌ها را در عمل دیده است؟ احساس‌ها، واکنش‌ها، مشاهده‌ها و تجربه‌های شخصی پدرومادرها کجاست؟)

در پژوهش‌های برجسته مربوط به رشد بزرگسالان، سازگاری با زندگی<sup>۵</sup> اثر جرج ویلنت<sup>۶</sup>، فصل‌های زندگی یک مرد<sup>۷</sup> اثر دانیل لوینسن<sup>۸</sup> و گذرها<sup>۹</sup> اثر گیل شیپی<sup>۱۰</sup>، در حجمی بسیار ناچیز به موضوع پدرومادری پرداخته شده است. جالب اینجاست که هر سه کتاب، پس از اثر آنتونی و بندک به بازار آمدند. اثر آنتونی و بندک قاطعانه اثبات کرد: «پدر یا مادر بودن، مهم‌ترین تعریفی است که یک شخص بچه‌دار درباره خود دارد» و «هر کودکی به شیوه‌ای متفاوت دامنه شخصیت پدرومادرش را گسترش می‌دهد و احساس هویتشان را تقویت می‌کند».

1. Parenthood: Its Psychology and Psychopathology

2. E. James Anthony

3. Therese Benedek

4. Oedipal

5. Adaptation to Life

6. George E. Vailant

7. Seasons of a Man's Life

8. Daniel J. Levinson

9. Passages

10. Gail Sheehy