

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

۱۱۰۰ شیوه‌ی رشد و تربیت کودک

راه حل‌های مناسب برای مشکلات روزانه

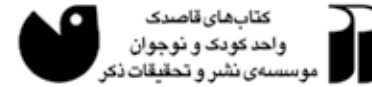
از نصیحت‌های مادر بزرگ‌ها تا توصیه‌های متخصصان

آن باکیوس
ویراستار: قربان ولیئی
ترجمه‌ی محسن عابدی



کتاب‌های قاصدک

واحد کودک و نوجوان موسسه‌ی نشر و تحقیقات ذکر



دفتر و نمایشگاه مرکزی:
تهران، خ انقلاب، خ فلسطین جنوبی، خ محتشم، شماره‌ی ۲۰، طبقه‌ی اول غربی
تلفن: ۰۴۱۰۶۶۴۱ • تلفکس: ۰۶۶۴۶۸۲۶۳ • صندوق پستی: ۱۶۱۶-۱۳۱۴۵
www.zekrpublishery.com
Email: info@zekrpublishery.com
Email: zekr_publishery@yahoo.com

۱۱۰۰ شیوه‌ی رشد و تربیت کودک

چاپ دوم

ترجمه‌ی محسن عابدی
زیر نظر شورای بررسی
طرح روی جلد: حسین نیلچیان
صفحه‌آرایی: کارگاه گرافیک قاصدک (سید مهدی مظلوم)
چاپ دوم: ۱۳۹۳ • تیراژ: ۱۵۰۰ جلد
کد: ۸۸/۳۱۴
چاپ و صحافی: قدیانی
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۰۷-۳۲۳-۷
کلیه‌ی حقوق محفوظ است.

سرشناسه: باکو، آن Bacus, Anne

عنوان و نام پدیدآور: ۱۱۰۰ شیوه‌ی رشد و تربیت کودک: راه‌حل‌های مناسب برای مشکلات روزانه از نصیحت‌های مادر بزرگ‌ها تا توصیه‌های متخصصان / آن باکیوس؛ ترجمه محسن عابدی
مشخصات نشر: تهران: ذکر، کتاب‌های قاصدک.

مشخصات ظاهری: ۲۰۸ ص -

فروست: پرورش و تربیت کودک

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۰۷-۳۲۳-۷ / وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: کتاب حاضر از متن عربی تحت عنوان

«تربیه‌ی الطفل ۱۱۰۰ وسیله عملیه حلول، ذکیه، للمشاکل، الیومیه» به فارسی برگردانده شده است.

موضوع: کودکان - رشد - نوزاد - پرستاری و مراقبت - تربیت خانوادگی

شناسه افزوده: عابدی، محسن، ۱۳۴۳ - مترجم

رده‌بندی کنگره: ۱۳۸۸ ۱۳۱/ب۲۵۴ RJ

رده‌بندی دیویی: ۶۱۲/۶۵

شماره کتابشناسی ملی: ۱۸۲۸۶۱۴

عادت روزانه‌ی پاکیزگی	۴۷
لباس	۵۴
انتخاب و خرید لباس	۵۴
شست‌وشو، مرتب کردن، خیاطی و بهسازی لباس‌ها	۵۸
پوشیدن و در آوردن لباس‌ها	۶۲
شیر دادن، غذا خوردن و وعده‌های غذا	۶۷
شیر دادن	۶۷
آروغ زدن	۷۲
شیشه‌ی شیر	۷۳
وعده‌های غذایی و آشپزخانه	۷۸
تغذیه و برنامه‌های غذا	۸۳
غذا نخوردن اطفال	۹۰
نخوردن صبحانه	۹۰
سایر وعده‌های غذایی	۹۲
خواب	۹۵
وقت خواب	۹۵
نوزادان	۹۵
اطفال با سنین بالاتر	۹۸
پریدن از خواب، حیوانات وحشی و کابوس‌ها!	۱۰۰
بیدار شدن در صبحگاه	۱۰۲
خواب نیم‌روزی	۱۰۴
تخت کودک	۱۰۵
وسایل متعلق به کودک	۱۰۶
خطرهای احتمالی	۱۱۰
در منزل	۱۱۰

در آشپزخانه و حمام	۱۱۳
بیرون از منزل	۱۱۴
مواد سمی	۱۱۵
مسایل تربیتی	۱۱۷
توصیه‌های عمومی	۱۱۷
پاسخ منفی	۱۲۲
عصبانیت	۱۲۵
زندگی اجتماعی کودک با پرستار، خواهران و برادران، دوستان و	۱۲۸
پرستار	۱۲۸
مهد کودک	۱۳۰
برادران	۱۳۲
دوستان	۱۳۵
حیوانات	۱۳۶
گردش‌ها و تعطیلات	۱۳۸
گردش	۱۳۸
خرید کردن	۱۴۰
رفتن به رستوران	۱۴۲
رفت و آمد با اتومبیل	۱۴۳
تعطیلات و مسافرت‌ها	۱۴۷
بازی‌ها، اسباب‌بازی‌ها و فعالیت‌ها	۱۵۰
اسباب‌بازی‌های کودک را چگونه انتخاب می‌کنید؟	۱۵۰
بازی‌هایی برای نوزادان	۱۵۲
بازی‌هایی برای کودکان	۱۵۴
بازی‌ها	۱۶۱
فعال کردن حواس	۱۶۳

کتاب‌ها.....	۱۶۸
فعالیت‌ها و کارهای دستی.....	۱۷۲
سخن گفتن.....	۱۸۱
هدیه‌ها و دکور.....	۱۸۳
تزیین اتاق کودک.....	۱۸۳
چگونه هدایای کوچک تهیه کنید؟.....	۱۸۵
کاردستی‌هایی برای استفاده‌ی کودکان.....	۱۸۷
آماده‌سازی و مرتب کردن.....	۱۹۰
آماده کردن اتاق کودک.....	۱۹۰
شیوه‌هایی برای مرتب کردن.....	۱۹۳
لوازم و اثاثیه.....	۱۹۶

مقدمه

صدها شیوه و مهارت که در این کتاب آمده است، از همان شیوه‌ها و راه‌حل‌هایی است که پدر و مادرها به صورت آبی و اتفاقی و بیشتر در حالت‌های فوق‌العاده و اجباری و گاه تصادفی به آن رسیده‌اند و از نقل آن برای یکدیگر احساس شادی و لذت می‌کنند.

برخی از این شیوه‌ها قدیمی است و از مادر بزرگ‌ها گرفته شده است. برخی دیگر را مریبان، در دوره‌ی نگهداری از کودک به کار می‌برند که همین شیوه‌ها در برخی دیگر از کشورها توسط مادران به کار گرفته می‌شود.

برخی از شیوه‌های یاد شده، پایه‌ی روان‌شناسی دارد، ولی ریشه‌ی بیشتر آن‌ها احساس سلیم، تخیل و هوشمندی است. این شیوه‌ها را نسل‌های ما برای نسل بعد نقل می‌کنند و در میان دوستان دست به دست می‌شوند. این ایده‌ها را در کتاب‌های دیگری که به تربیت کودک می‌پردازند، مشاهده نخواهید کرد. زیرا این ایده‌ها اغلب از جنس افکاری

به شمار می‌آیند که آن‌ها را «شیوه‌های پیرزن‌ها» می‌نامند؛ مانند مهارت‌ها و تجارب مربوط به سرگرم کردن کودک هنگام حرف زدن شما با تلفن. اما در هر حال، این ایده‌ها ابزارهای بسیار مهمی هستند که در ساده کردن کارهای شما نقش دارند.

این کتاب به مشکلات روزانه‌ای که خانواده از هنگام تولد کودک تا سه سالگی با آن مواجه می‌شود، پرداخته است. مشکلاتی که میان تمام کودکان در این مرحله یکسان است.

کدام یک از ما هست که یک روز از خود نپرسد چگونه می‌توان کودک را خواب کرد یا وادار کرد که دارویش را بخورد یا عصبانیت او را کنترل کرد، یا چگونه اتاقش را تزئین کرد؟

مشکلات مربوط به کودکان بزرگ‌تر، پیچیدگی بیشتری دارد، اما ابداع شیوه‌ها و به کار گرفتن آن‌ها برای خانواده به یک عادت تبدیل می‌شود و نوآوری، متکفل باقی‌مسیر خواهد بود.

در این کتاب، جایی برای طرح نظریه‌ها وجود ندارد. این کتاب، مجموعه‌ای از ایده‌های کاربردی و آسان است که می‌تواند زندگی را برای شما آسان‌تر و دل‌چسب‌تر کند. ایده‌هایی که به فضای خانوادگی، شادمانی می‌بخشد و نظام زندگی شما را روان‌تر می‌کند و در عین حال به شما آرامش می‌هد.

برخی از پیشنهادها در این کتاب به نظر شما، بدیهی است و برخی دیگر نو خواهد بود. شاید برخی شما را غافلگیر و بعضی دیگر شما را حیرت زده کند. اما در هر حال، اگر تنها به بخشی از آن‌ها عمل کنید، برای شما وقت، پول و توان فراهم می‌کند و به شما آرامش می‌بخشد؛ کما این‌که ایده‌های جدیدی درباره‌ی هدایا و صنایع دستی و بازی‌های

گروهی پیدا خواهید کرد و آزمایش‌های تربیتی نوینی را تجربه خواهید کرد.

اگر برخی از این شیوه‌ها برای شما جالب بود و به شما کمک کرد و ایده‌های جدیدی به شما داد، آن‌ها را برای دیگران بازگو کنید تا این زنجیره پیوند یابد؛ و اگر شیوه‌های دیگری را سراغ دارید، آن‌ها را به آدرس زیر برای دفتر ما ارسال کنید.

www.Zekrublishery.com

حتماً افکار ارزشمند شما چاپ‌های بعدی کتاب را غنی‌تر خواهد ساخت.

۴. اگر مایکروویو ندارید، یک دستگاه بخرید. چرا که چنین دستگاهی یکی از ابزار اصلی تربیت کودک در منزل به شمار می آید. این وسیله از کالسکه هم ضروری تر است!

۵. برای بچه‌ی قبلی خود، هدیه‌ای تهیه کنید و به او بگویید این هدیه از طرف نوزاد است. همین طور وسایل سرگرم کننده‌ی دستی را برای دوران غیبت خود از خانه برایش تهیه کنید.

۶. می‌توانید برای بچه‌ی قبلی خود، نامه‌های کوتاهی بنویسید که در طی مدت اقامت شما در زایشگاه به طور روزانه از طریق پدر به او داده شود. بدین ترتیب بچه می‌فهمد که شما به فکر او هستید.

۷. سعی کنید فردی غیر از همسرتان را در نظر بگیرید که هنگام بازگشتن شما به منزل و نخستین دیدار فرزند جدید با خواهر یا برادران بزرگ‌تر خود، تصویربرداری کند.

فراموش نکنید در کیفی که همراه خود به زایشگاه می‌برید، لوازم زیر را قرار دهید.

۸. اگر دوست دارید کودکان را شیر بدهید، به لباس خواب جلو باز نیاز پیدا خواهید کرد. لباس خواب مردانه برای این کار، راحت و متناسب با مد است.

۹. عکس‌هایی از دیگر فرزندان خود را در زایشگاه همراه داشته باشید.

۱۰. اگر دوربین عکاسی دارید، آن هم را با خود بردارید. بهتر است دوربین فوری باشد.

۱۱. اگر اهل موسیقی هستید با خود یک رادیو ضبط کوچک همراه ببرید. همراه با تعدادی کاست مورد علاقه‌تان تا هرگاه دوست داشتید از آن

نخستین روزهای تولد

تولد

دو یا سه هفته قبل از روز موعود برای تولد کودک، شما، خانم باردار، می‌توانید به برخی فعالیت‌ها بپردازید که معمولاً این فعالیت‌ها را «فعالیت‌های لحظه‌ی آخر» می‌نامند که همگی مفید و لذت بخش است.

۱. باید یک خانم جهت اداره‌ی امور منزل پیدا کنید که هفته‌ای چند ساعت در صورت ضرورت به شما کمک کند. البته این موضوع، هزینه‌ای غیر قابل چشم‌پوشی به شما تحمیل خواهد کرد، ولی در هر صورت پیش از تأمین چیزهای دیگر باید این مسئله را حل کنید. بنابراین باید خانم قابل اعتمادی را برای این کار بیابید. سعی کنید از کاسب‌های محل، نگهبانان مجتمع‌های مسکونی و همسایه‌ها در این زمینه پرس و جو کنید.

۲. لازم است یک پرستار کودک پیدا کنید که نسبت به او احساس اعتماد می‌کنید.

۳. یخچال را از قالب‌های یخ پر کنید. قالب‌های یخ را هم می‌توانید خریداری کنید و هم این‌که خودتان درست کنید.