



# به نغمه آوازها، از نغمه های سبزین

گفت و شنود با کودکان



031-350450

نویسندگان: آدل فابر و الین مانا  
مترجم: فاطمه عباسی

## به نام خدا

عنوان کتاب : به بچه ها گفتن، از بچه ها شنیدن  
تالیف: آدل فابر و الین مازلش  
ترجمه فاطمه عباسی فر

چاپ نشر دایره، چاپ پنجاه و یکم، تابستان ۹۷

این کتاب در ۷ فصل و ۳۲۹ صفحه تالیف شده است. در فصل اول نویسندگان تلاش کرده اند به والدین یاد بدهند که چگونه به کودک کمک کنند تا احساسات خود را درک کند.

معمولا واکنش والدین در مقابل رفتار و کلام کودکان به گونه ای است که وقتی کودک رنجور و عصبانی و ناراحت است، گویی دائم می خواهند آنها را نفی کنند یا سریع راه حل به آنها نشان دهند تا مشکلشان حل شود.

بعنوان مثال کودک می گوید: "من از این پلاک دندان خسته شدم دیگه تو دهنم نمی ذارم، اذیتم می کنه"، پاسخ معمول والدین از این قبیل است: "این پلاک ها هیچم تورو اذیت نمی کنه، هر چی باشه برای دندانهاش خرج کردیم، چه دوست داشته باشی چه دوست نداشته باشی، باید ازشون استفاده کنی". یا کودک می گوید: "جشن تولد منو بی سروصدا گرفتید" والدین با انکار احساس کودک جوابی از این قبیل می دهند: "تو هیچ می دونی چی میگی؟ برای تو بهترین بستنی و کیک تولد را

گرفتیم، همینطور کلی بادکنک گرفتیم، حالا که اینطور شد پشت گوشت رو دیدی، جشن تولد می بینی".

مولفان کتاب به والدین می آموزند که با کمک گرفتن از احساسات با دقت تمام به کودک گوش دهید، احساس آنها را با کلماتی مانند هوم- صحیح- آه و ... تائید و تصدیق کنید، احساس کودک را با عبارتی بیان کنید، و بعد خواسته هایش را به طور خیالی برآورده کنید.

در فصلی دیگر نویسندگان با ذکر مثالهایی توضیح می دهند که والدین نیاز دارند پاکیزگی، نظم و ادب رعایت شود و کارهای روزمره به خوبی صورت پذیرد ولی کودکان بهایی به این امور نمی دهند. در این فصل توصیه می شود به جای اتهام زدن، سرزنش کردن کودک، بدوبیراه گفتن، تهدید کردن، فرمان دادن، وعظ و خطابه و اخطار و عبارات شهیدنمایانه و مقایسه کردن و ... همیاری کودکان را به سبک زیر جلب کنید: ۱- توصیف کنید، آنچه را می بینید توصیف کنید، ۲- اطلاعات در اختیار کودک بگذارید، ۳- درباره احساسات و عواطفشان صحبت کنید، ۴- منظورتان را با یک کلمه بیان کنید، ۵- یادداشت بنویسید.

در فصلی دیگر به جایگزین های تنبیه اشاره شده است. در فصل بعدی توصیه هایی برای تشویق به استقلال شخصیت کودکان شده است.

والدین با خواندن کتاب می آموزند در پی فرصتهایی باشند تا به کودک تصویر جدیدی از خودش ارائه بدهند، کودکان را در موقعیتهایی قرار دهند که بتوانند خود را به گونه های مختلف ببینند.

بگذارید کودکان تصادفا از شما مطلب مثبتی درباره خود بشنوند و برایش شرح دهید چه الگوی رفتاری را می پسندید.

کتاب بسیار جالب و دارای مثالهای کاربردی فراوان است و به شدت خواندن آن توصیه می شود حتی کسانی که کودک ندارند نیز از خواندن کتاب لذت خواهند برد.

پناهی - آبان ۹۸

سلام