



کتابخانه شریعت کورگان و جوهانان

ه نام حضرت دوست "

چگونه به کودکان خود "نه" بگوییم.

تالیف: دکتر ویل ویلکاف

مترجم: زهرا جعفری

کتاب ۲۳۲ صفحه و ۱۶ فصل دارد.

آموختن "نه یعنی نه" به فرزندتان اولین قدم حیاتی برای نظم بخشیدن به رفتار او و در واقع اساسی‌ترین کلید موفقیت در پرورش فرزند است.

سال‌های کودکی پیچیدگی‌های کمتری در مقایسه با دوران بلوغ دارد و ثبات کلام و مهارت ما در نه گفتن در این دوران بسیاری از مسائل و مشکلات دوران بلوغ را برطرف می‌کند.

ایمنی کودک در وهله اول و در مرحله‌ی بعد حفاظت از محیط زندگی در مقابل تلاش‌های کودک برای انهدام آن، قانع‌کننده‌ترین دلیل برای یادگیری مهارت نه گفتن است.

قدم اول اولویت‌بندی رفتارهای نادرست، دلایل ایجاد آن‌ها و نقش ما در بروز آن و بعد طرح و نقشه‌ی کلی که محدوده‌ی انضباطی متناسب با شخصیت ذاتی و میزان رشد کودک را مشخص می‌کند و استفاده از "روش وقفه" که مجازاتی ایمن و موثر برای رفتار اشتباه کودک است. کودکی که بیش از حد خسته است و استراحت کافی ندارد رفتارهای نادرست بیشتری را بروز می‌دهد. خواب کافی کودک و والدین، اصل حیاتی برای موفقیت و رضایت خاطر است.

هر کودک مجموعه‌ی منحصر به فرد از توانایی‌ها و نقاط ضعف است. کودک تجربه‌ی شخصی خود از دنیای پیرامونش را به پذیرفتن حرف‌های بازدارنده‌ی شما ترجیح می‌دهد. والدین افسرده از رفتارهای فرزندشان گله و شکایت بیشتری دارند. کودکان توانایی خاصی در تشخیص تنش‌ها و انرژی‌های منفی موجود در محیط دارند.

کودکان رفتارهای توجه طلبانه‌ی زیادی دارند. برای اجتناب از درگیری‌های مکرر باید توجه داشته باشیم کودک به اندازه‌ی کافی بخوابد و از توجه لازم برخوردار باشد. " آیا به اندازه‌ی کافی امروز او را در آغوش گرفته‌ام؟ " هر چه در زمان خوش رفتاری کودک، به او توجه و محبت بیشتری داشته باشیم زمانی که برای وقفه او را به اتاقتش می‌فرستیم این مجازات تاثیر گذارتر خواهد بود. او از مهم‌ترین چیز یعنی توجه شما محروم شده.

- نکته‌ی مهمی که در کتاب به آن اشاره شده، مصمم بودن در اجرای هر تهدیدی است که بعد از بی‌توجهی به نگفتن اعمال می‌شود.

خیلی اهمیت دارد که کودک ما را صادق و راستگو بداند. نه...، وگر نه... . تهدیدهای ما در ادامه‌ی "وگر نه" اکثر اوقات اجرا نمی‌شوند و کودک به راحتی درمی‌یابد که می‌تواند به "نه" بی‌توجه باشد چون والدین جدیت و اقتدار اجرا را ندارند؛ و داستان سرکشی‌ها و بی‌توجهی‌های او همچنان ادامه می‌یابد... .

مطالعه‌ی کتاب و عملی کردن راهکارهای ارزشمند آن نتایج مطلوب و شگفت‌آوری برای زندگی آرام و دلپذیر والدین و فرزندان چه در زمان حال چه در آینده به همراه خواهد داشت.