

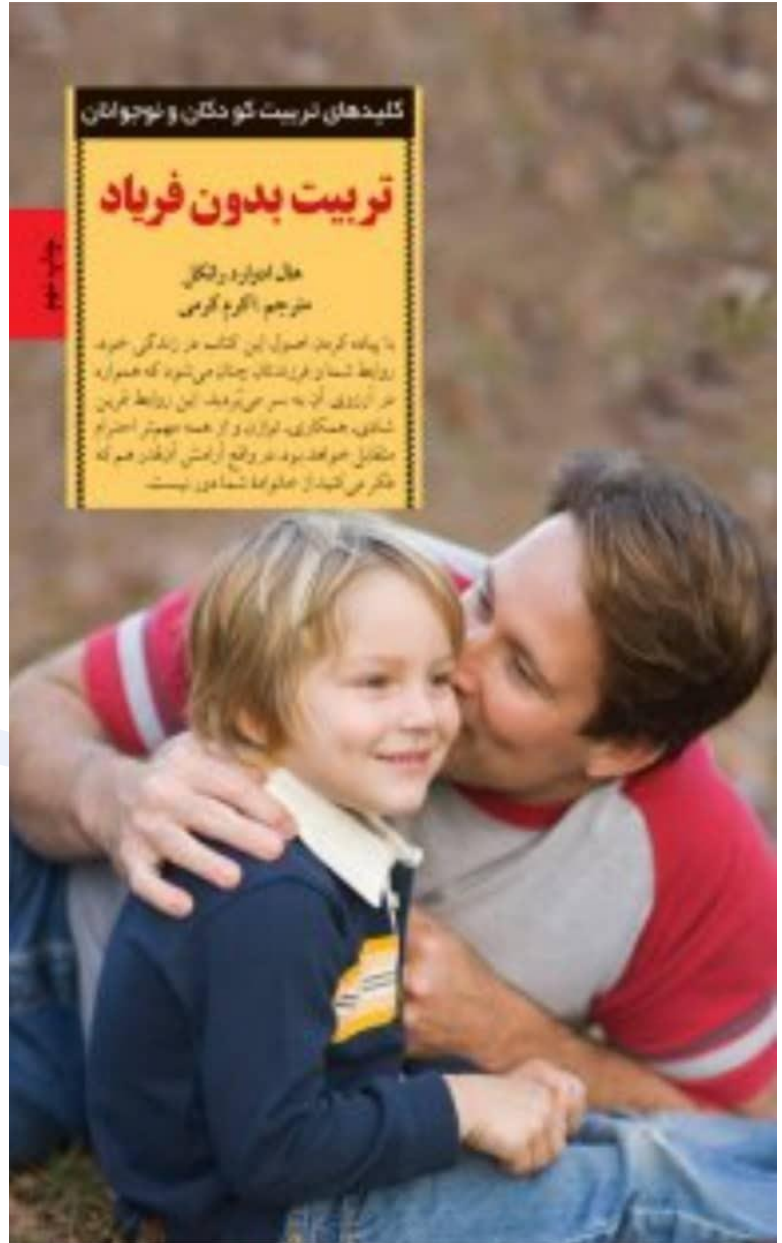
کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

## تربیت بدون فریاد

علاء امیرآبادی و دکتر

منوچهر انورم گورمی

با پیاده کردن اصول این کتاب، هر والدینی خواهد توانست با فرزندانش ارتباطی برقرار کند که منجر به حل مشکلات و فرسایش این رابطه نخواهد شد. این کتاب به والدین کمک می‌کند تا با استفاده از روش‌های ساده و کاربردی، مشکلات تربیتی فرزندانشان را حل کنند و به آنها کمک کند تا به بهترین شکل ممکن با والدین خود ارتباط برقرار کنند. این کتاب به والدین کمک می‌کند تا به فرزندانشان کمک کنند تا به بهترین شکل ممکن با والدین خود ارتباط برقرار کنند.



پانزده ساله

## کتاب تربیت بدون فریاد

درست است که همه ما بر سر فرزند خود فریاد نمی زنیم اما همه درگیر واکنش های احساسی و نسنجیده هستیم. ممکن است فریاد بکشیم، خشونت به خرج دهیم، با سیاست کودک را وادار به رفتار دلخواه خود کنیم، او را نادیده بگیریم، از او فاصله بگیریم و یا حتی محبت خود را از او دریغ کنیم. تمام این مثالها واکنش های احساسی هستند که شکل دیگری از فریاد کشیدن به حساب می آیند.

تربیت بدون فریاد تمام این واکنش ها را جدی می گیرد و می گوید: تنها راه حفظ قدرت و نفوذ بر فرزندان این است که بر خود مسلط باشیم و به این باور برسیم که: مسئولیت من نسبت به فرزندم این است که صرف نظر از رفتار او مراقب رفتار خودم باشم.

آنچه فرزندان ما نیاز دارند والدینی است که خونسردی خود را حفظ کنند به ویژه زمانی که اوضاع حساسی به هم میریزد. آنها دوست دارند شما خونسرد بمانید حتی زمانی که خود از کوره در می روند.

این کتاب می آموزد که چگونه با تمرکز بر رفتار خود میتوانیم در نهایت از فرزندانمان انسانهایی خودگردان، مصمم، مسئول و مستقل بسازیم.

یکی از نکات کلیدی و کاربردی این کتاب این است که: اول خود را دوست داشتن تنها روش صحیح برای بی فریاد ماندن است زیرا این تنها راه آرام ماندن و حفظ خونسردی است.