

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

والدین خردمند

آموزش و تربیت هوشمندانه کودک

تالیف:

استر یودر استراهان

والاس ای. دیکسون

برتون بنکس

ترجمه:

ساسان طرزی

لیدا طرزی



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۱

استراهان، استریودر، ۱۹۶۰ - م.
 Yodre Strahan, Esther
 والدین خردمند/ تالیف استریودر استراهان، والاس ای دیکسون، برتون
 بنکس: ترجمه ساسان طرزی، لیدا طرزی.
 تهران: آوای نور، ۱۳۹۰
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۴۱۳-۴۳-۴
 ۲۸۸ ص.: جدول.
 عنوان اصلی: Parenting with reason : evidence-based approaches to parenting dilemmas, ۲۰۱۰.
 رفتار والدین
 کودکان - - سرپرستی
 دیکسون، والاس ای. ۱۹۶۲ - م. Dixon, Wallace E.
 بنکس، جری برتون، ۱۹۶۲ - م. Banks, J. Burton (Jerry Burton)
 طرزی، ساسان، ۱۳۴۸-، مترجم طرزی، لیدا، ۱۳۴۹-، مترجم
 ۱۳۹۰ و ۲۵۵/۸/الف HQ۷۵۵/۸
 ۶۴۹/۱
 شماره کتابخانه ملی: ۲۳۹۳۱۴۷



والدین خردمند آموزش و تربیت هوشمندانه کودک
 تألیف: استریودر استراهان- والاس ای. دیکسون- برتون بنکس
 ترجمه: ساسان طرزی- لیدا طرزی
 ویراستار: بهرام مرادیان
 چاپ اول ۱۳۹۱
 صحافی: کسری
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۴۱۳-۴۳-۴
 تهران- خیابان انقلاب- خیابان ۱۲ فروردین- خیابان شهید و حید نظری- پلاک ۹۹
 تلفن: ۶ - ۶۶۹۶۷۳۵۵ / نمابر: ۶۶۴۸۰۸۸۲ / همراه: ۰۹۱۲۱۰۸۳۷۳۱
 کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

قیمت ۹۵۰۰ تومان

"فهرست کتاب"

۱۳	مقدمه ناشر
۱۵	فصل اول : کلیات
۱۵	تاریخچه‌ی علم و توصیه‌های تربیتی استراهان و دیکسون.....
۱۵	مقدمه.....
۱۷	فرهنگ و باورهای پرورش فرزند.....
۱۷	علم و نقش کارشناسان در پرورش فرزند.....
۲۰	تفکر علمی در باب فرزند پروری.....
۲۰	شواهد افواهی (داستانی).....
۲۱	پژوهش های ارتباطی
۲۲	علم چگونه پیش می‌رود.....
۲۴	ساختار کتاب حاضر
۲۵	فصل دوم: خواب و مباحث پیرامون آن
۲۵	الف : دوران نوزادی (نخستین و پرخواب‌ترین سال).....
۲۵	دیدگاه هواداران فرزندپروری از نوع نزدیک.....
۲۹	خواب طبیعی نوزادان.....
۳۰	چند توصیه.....
۳۵	ب - کودکان نوپا (سالهای پیش دبستانی).....
۳۵	مشکلات رایج.....
۳۶	چند توصیه.....
۳۷	ج - کودکی (۱۲-۶ سالگی).....
۳۷	مشکلات.....
۳۸	چند توصیه.....

- د - نوجوانی..... ۴۰
- مشکلات..... ۴۰
- چند توصیه برای نوجوانان :..... ۴۰
- خواب والدین..... ۴۱
- سخن آخر..... ۴۲
- نظر علم در این زمینه چیست؟..... ۴۲
- مؤلفان کتاب چه می گویند؟..... ۴۳

فصل سوم: تغذیه با شیر مادر یا شیر خشک..... ۴۵

- تغذیه نوزادان با شیر مادر..... ۴۵
- تغذیه نوزادان با شیر خشک..... ۵۰
- قولنج..... ۵۲
- آغاز تغذیه کمکی..... ۵۴
- کم اشتهایی..... ۵۵
- تغذیه کودکان نوپا..... ۵۶
- مکمل های ویتامین برای کودکان..... ۵۷
- سخن آخر..... ۵۸
- نظر علم در این زمینه چیست؟..... ۵۸

فصل چهارم: رژیم های غذایی و چاقی کودکان..... ۶۱

- بررسی نگرش های شخصی در مورد غذا..... ۶۳
- یافتن یک الگوی سالم..... ۶۴
- شناخت و پیشگیری از چاقی در کودکان..... ۶۵
- گیاهخواری و رژیم های گیاهی..... ۶۷
- از اختلالات تغذیه ای کودکان خود نهراسیم..... ۶۸
- نهادینه کردن نگرش سالم در مورد غذا و تناسب اندام..... ۷۳
- سخن آخر..... ۷۳
- توصیه نویسندگان..... ۷۴

فصل پنجم: تأثیر رسانه بر کودکان ۷۵

تأثیرات پس از پدیدهٔ موتزارت.....	۷۸
خلاصهٔ بحث و جمع‌بندی.....	۸۱
سخنی در باب نارسایی‌های پژوهش‌های علمی مرتبط با کودکان.....	۸۲
آسیب کریستاکیس، زیمرمن و همکاران.....	۸۴
آسیب زیمرمن، کریستاکیس و همکاران.....	۸۷
خلاصه و جمع‌بندی.....	۸۸
نتایج.....	۸۹
سخن آخر.....	۹۱
توصیه نویسندگان.....	۹۲

فصل ششم: درک و چگونگی برخورد با خلق و خوی کودک ۹۳

نظریات بنیادی.....	۹۵
۱- جنبه مثبت خلق و خوی ناسازگار.....	۹۸
آن روی دیگر خلق و خوی ناسازگار.....	۱۰۱
خلق و خو و زبان.....	۱۰۱
۲- خطرات واکنش‌های نادرست والدین.....	۱۰۱
۳- اختلالات عاطفی و رفتاری.....	۱۰۳
وظیفهٔ والدین.....	۱۰۴
چند توصیه.....	۱۰۷
سخن آخر.....	۱۰۸
نظر علم در این زمینه.....	۱۰۸
توصیهٔ نویسندگان.....	۱۰۹

فصل هفتم: تصمیمات پزشکی برای قوت قلب والدین ۱۱۱

ایمن سازی (واکسیناسیون).....	۱۱۲
کودک بیمار.....	۱۱۴
تب، سرماخوردگی و عفونت‌های دستگاه تنفسی.....	۱۱۵

۱۱۶.....	مشکلات دفع.....
۱۱۶.....	یبوست.....
۱۱۸.....	اسهال و تهوع.....
۱۱۹.....	زمان مراجعه به پزشک.....
۱۲۰.....	سخن آخر.....
۱۲۰.....	نظر علم در این زمینه:.....
۱۲۱.....	توصیه نویسندگان:.....

فصل هشتم: آموزش توالت رفتن کودکان..... ۱۲۳

۱۲۳.....	رویکردهای رایج در مورد آموزش توالت رفتن.....
۱۲۶.....	عوامل مؤثر بر آموزش توالت رفتن.....
۱۲۷.....	اتفاقات ناگوار در توالت.....
۱۲۹.....	سخن آخر.....
۱۳۰.....	نظر علم در این زمینه.....
۱۳۰.....	توصیه نویسندگان.....

فصل نهم: چگونه اطاعت کردن را به کودک خود بیاموزید..... ۱۳۱

۱۳۳.....	منابع بدرفتاری.....
۱۳۵.....	عوامل کلیدی در اطاعت مؤثر.....
۱۳۶.....	پیش رخدادهای و پس رخدادهای.....
۱۳۸.....	مطالبی بیشتر در مورد تشویق و تنبیه.....
۱۴۰.....	تنبیه.....
۱۴۶.....	تنبیه کلامی.....
۱۴۶.....	تنبیه بدنی.....
۱۴۹.....	تشویق.....
۱۵۲.....	ورای رفتار.....
۱۵۴.....	سخن آخر.....
۱۵۵.....	نظر نویسندگان چیست؟.....

فصل دهم: خشونت در رسانه ۱۵۲

- ۱۶۰.....محتوای رسانه‌ها.....
- ۱۶۱.....سیر بررسی‌های علمی رسانه‌های ناخوشایند.....
- ۱۶۲.....تحلیل‌های همه‌جانبه و خشونت تلویزیون.....
- ۱۶۳.....ایجاد ارتباط منطقی.....
- ۱۶۶.....تحلیل‌های رسانه‌ای مفید.....
- ۱۶۹.....بازی‌های خشونت‌آمیز.....
- ۱۷۲.....نقدی بر تأثیرات خشونت‌آمیز در رسانه‌ها.....
- ۱۷۳.....خشونت رسانه‌ای چگونه به کودکانمان منتقل می‌شوند؟.....
- ۱۷۷.....توصیه.....
- ۱۷۷.....تحریکات و انتقال هیجان.....
- ۱۷۸.....افت عاطفی.....
- ۱۷۹.....نتیجه.....
- ۱۷۹.....یادگیری مشاهده‌ای (تقلید).....
- ۱۸۰.....ایجاد یک رفتار یا شروع و خودکنترلی.....
- ۱۸۱.....خشونت و رسانه‌ها: تلویزیون و فیلم.....
- ۱۸۲.....سایت‌ها و چت روم‌های شبکه‌ای اجتماعی.....
- ۱۸۳.....جرایم کامپیوتری یا اینترنتی.....
- ۱۸۳.....نتیجه.....
- ۱۸۴.....* علم درباره‌ی این موضوع چه می‌گوید؟.....
- ۱۸۴.....* توصیه‌ی مؤلفین چیست؟.....

فصل یازدهم: سلامت روانی والدین و تأثیرات آن بر کودکان ۱۸۵

- ۱۸۶.....مسائل مهم در پرداختن به بیمارهای والدین و چگونگی تأثیر آن‌ها در کودکان.....
- ۱۸۸.....افسردگی در والدین کودکان.....
- ۱۹۰.....افسردگی در کودکان یک ساله و بزرگ‌تر.....
- ۱۹۱.....توصیه‌ها.....
- ۱۹۳.....اختلال اضطراب.....

۱۹۴	توصیه‌ها.....
۱۹۶	استفاده والدین از مواد مخدر یا نوشیدنی های روان گردان و اثرات آن.....
۱۹۷	توصیه‌ها.....
۱۹۸	اسکیزوفرنی و اختلال دوقطبی.....
۲۰۰	توصیه‌ها.....
۲۰۱	اختلالات دیگر.....
۲۰۲	نتیجه.....
۲۰۲	علم در این رابطه چه می گوید؟.....
۲۰۲	توصیه ی مؤلفان:.....

فصل دوازدهم: سلامتی روانی کودکان: تغذیه مقوی و حل مشکلات ۲۰۳

۲۰۳	مفاهیم کلیدی سلامت روانی کودکان.....
۲۰۶	تربیت کودکانی که در برابر استرس مقاومت می کنند.....
۲۰۸	تربیت کودکانی که از نظر اجتماعی ناتوان هستند.....
۲۱۱	برنامه های تعلیمی والدین.....
۲۱۱	مشکلات رایج رفتاری.....
۲۱۲	کلامی در مورد ضربه زدن به پشت کودکان و دیگر آشکال تنبیه بدنی.....
۲۱۳	اذیت و آزار دیگران.....
۲۱۳	افسردگی و اختلال دوقطبی.....
۲۱۶	اختلال اضطراب.....
۲۱۷	استفاده از مواد اعتیادآور.....
۲۱۸	توصیه مؤلفان چیست؟.....

فصل سیزدهم: روانشناسی عصب شناختی برای والدین: A.D.H.D و ۲۱۹

۲۲۰	اختلال بیش فعالی و کم توجهی.....
۲۲۰	معیار تشخیص A.D.H.D.....
۲۲۱	الف) بی توجهی.....
۲۲۲	ب) بیش فعالی.....

- ۲۲۲..... کارهای عجله‌ای و ناگهانی.....
- ۲۲۴..... ارزیابی.....
- ۲۲۷..... درمان.....
- ۲۲۸..... نتایج.....
- ۲۲۹..... خلاصه و نتیجه.....
- ۲۳۰..... پیشگیری و درمان آسیب به سر، در کودکان.....
- ۲۳۱..... برای کاهش خطر چه کار باید کرد؟.....
- ۲۳۳..... نتیجه.....
- ۲۳۳..... علم در این باره چه می‌گوید؟.....
- ۲۳۴..... توصیه مؤلفان چیست؟.....

فصل چهاردهم: مدیریت تغییر از دوران کودکی به دوران بزرگسالی..... ۲۳۵

- ۲۳۶..... تغییرات.....
- ۲۳۸..... تغییر دیدگاه تربیت.....
- ۲۴۳..... گوی شیشه‌ای و چشمان مراقب.....
- ۲۴۶..... موضوعات مهم پزشکی برای نوجوانان.....
- ۲۴۶..... معتاد به مواد.....
- ۲۴۸..... توجه به بدن.....
- ۲۴۹..... جوش آکنه (جوش غرور جوانی).....
- ۲۵۰..... خلاصه سخن.....
- ۲۵۱..... نتیجه.....
- ۲۵۱..... علم در این رابطه چه می‌گوید؟.....
- ۲۵۲..... توصیه مؤلفان چیست؟.....

فصل پانزدهم: ساختار خانوادگی و تصمیمات زندگی و تأثیر آن بر کودکان..... ۲۵۳

- ۲۵۴..... ازدواج و طلاق در زندگی کودکان.....
- ۲۵۸..... توصیه‌هایی برای والدینی که به فکر طلاق هستند.....
- ۲۵۹..... توصیه‌هایی برای زوج‌هایی که طلاق گرفته‌اند یا در حال طلاق گرفتن هستند.....

۲۶۱	ازدواج مجدد و جایگاه جدید.....
۲۶۲	پیشنهادها.....
۲۶۲	فرزند خواندگی و ارتباط عاطفی.....
۲۶۵	درمان با ارتباط عاطفی.....
۲۶۷	مذهب و ارزش‌های والدین.....
۲۷۱	نتیجه.....
۲۷۱	علم در این باره چه می‌گوید؟.....
۲۷۲	توصیه مؤلفین چیست؟.....

فصل شانزدهم : چه کسی مراقب کودکان است؟..... ۲۷۳

۲۷۳	علم نگهداری از کودک.....
۲۷۵	مطالعاتی در سطح جهانی.....
۲۷۶	N.I.C.H.D مطالعه مراقبت از کودک کوچک و جوان در آمریکا.....
۲۸۰	خانواده‌ها، کودکان و مراکز مراقبت و مراکز مؤثر برای دوره تحصیلی پیش‌دبستانی.....
۲۸۳	مطالعات گسترده جهانی روی مراکز مراقبت.....
۲۸۳	نتایج و توصیه‌ها.....
۲۸۵	نتیجه.....
۲۸۶	توصیه‌های مؤلفین چیست؟.....
۲۸۷	منابع انگلیسی.....

مقدمه ناشر

در طول تاریخ، اندیشمندان و متفکران بر این عقیده بودند که تربیت و مراقبت از کودکان می تواند سرنوشت ملتی را تغییر دهد. اصولاً تاریخ، یک آینده مبهم نیست که همگان در انتظار آن هستند، بلکه تاریخ آینده است که بدست انسان های امروز نوشته می شود. اعمال و اندیشه امروز ما تعیین کننده آینده ما خواهند بود و آنچه امروز ما می نگاریم، فردا خوانده خواهد شد و آنچه امروز می کاریم فردا درو می شود.

انسان معاصر با رشد فزاینده خود در علم و تکنولوژی درصدد است تا آینده و تاریخ را در کنترل خود در بیاورد و مرزهای زمان را برای در اختیار خود داشتن زمام تاریخ در هم شکند. از این رو اندیشمندان حوزه های مختلف علمی هر یک به سهم خود در راستای این هدف گام برمی دارند. روانشناسان و متخصصان علوم تربیتی نیز از این عرصه عقب نمانده اند و با تحقیقات و پژوهش های خود سعی دارند سهم خود را در ساختن آینده روشن برای بشریت ایفا نمایند.

به عقیده متخصصان علوم تربیتی، کودکان دارای روح و روان انعطاف پذیری هستند که تحت تاثیر تربیت والدین و دنیای اطراف خود می توانند شکل یابند. به عقیده ایشان کودکان همواره سعی دارند محیط اطراف خود را کشف کنند و برای مجهولات ذهنی خود پاسخ هایی بیابند. از این رو همواره در تلاش برای درک جهان و فرایندهای آن از منظر خود هستند. والدین به عنوان اولین و مهمترین مرجع تربیتی و هدایت کننده کودکان نقش انکار ناپذیری در شکل دهی ذهن و روح و روان کودکان دارند. آنها با اتخاذ شیوه های تربیتی مناسب می توانند در شکل دهی ذهن کودکان در جهت دستیابی

به زندگی سالم و هنجاری فردی و اجتماعی آنها نقش تعیین کننده ای داشته باشند. از طرف دیگر در صورت غفلت والدین از نقش تربیتی خویش، ممکن است کودکان تحت تاثیر محیط اطراف و تعاملات اجتماعی خود به سوی گرایشاتی تمایل یابند که می تواند زندگی فردی و اجتماعی خود و حتی خانواده خود را در معرض آسیب های روانی و اجتماعی غیر قابل جبرانی قرار دهند. از این رو متخصصان و پژوهشگران عرصه علوم تربیتی همواره بر نقش والدین بسیار تاکید کرده و آن را مهم ترین عامل در تربیت و شکل دهی شخصیت و روح و روان کودکان می دانند.

کتاب حاضر با عنوان " والدین خردمند " در صدد آن است تا، والدین را با شیوه های مناسب تربیتی کودکان آشنا سازد. مولفان این کتاب قصد دارند با رویکردی تازه به مسئله تربیت کودکان بپردازند. آنها با مطرح کردن ناهنجاری های اجتماعی که همچون دامی بر سر راه کودکان بشمار می آیند سعی در پیشنهاد راهکارهای مفید و عملی به والدین برای تقابل با این دام ها و دور نگه داشتن فرزندان خود از آسیب های این گونه ناهنجاری ها می باشند. البته کتاب حاضر قصد ندارد همانند کنفرانس های علمی تنها به سخنرانی و ارائه مطالب خود بپردازد، بلکه در تلاش است تا خوانندگان را بواسطه ارائه استدلال های درستو محکم همراه خود کند. همچنین کتاب پیش رو، در تلاش است تا آمارها و یافته های علمی سایر پژوهشگران را به عنوان شاهد صدق گفته های خود به مخاطبان ارائه می دهد. امید است والدین محترم و سایر پژوهشگران عرصه علوم تربیتی استفاده کامل و وافى را از مطالب این کتاب ببرند و ما را با پیشنهادات سازنده خود در چاپ کتاب های بعدی راهنمایی نمایند.

لازم به ذکر است که آمارهای ارائه شده در این کتاب بر اساس یافته های پژوهشگران غربی است که طبق جوامع آماری غربی بدست آمده اند. از این رو نمی توان آنها را به جوامع غربی و مسلمان بخصوص ایران عزیز بسط داد.

با تشکر

بهرام مرادیان

پاییز ۱۳۹۱

کلیات

تاریخچه‌ی علم و توصیه‌های تربیتی

مقدمه

هنگامی که پدر و مادری برای نخستین بار فرزند کوچکشان را در آغوش می‌گیرند، قلبشان از عشق و محبت به آن موجود زیبا لبریز می‌شود. آنان تصمیم می‌گیرند بهترین پدر و مادر دنیا باشند، ولی چند هفته بعد، از شدت کم‌خوابی خسته و فرسوده می‌شوند. پدر و مادر جوان یقین دارند که جایی اشتباه می‌کنند؛ از این رو، تصمیم می‌گیرند از دیگران و منابع اطلاعاتی دیگری مثل کتاب‌ها و ... کمک بگیرند. حال ببینیم چه می‌شنوند:

۱. همیشه با نوزاد خود بخوابید: این روش ابداعی دکتر سیرز، که به روش «تخت خانوادگی» نیز مشهور است، مدعی است که به نوزاد کمک می‌کند تا بهتر با اطرافیان هماهنگی پیدا نموده و در آینده روابط بهتری با دیگران برقرار کند. براساس این روش، اگر والدین در کنار نوزاد خود نخوابند مغز نوزاد به دلیل ترشح هورمون‌های استرس آسیب دائمی خواهد دید. سرانجام اینکه، کودکان محروم از حضور والدین، در آینده به تهاجم و خشونت دست می‌زنند. از این رو، فرزندپروری از نوع نزدیک، در نهایت به گسترش صلح جهانی خواهد انجامید.

۲. هرگز در کنار نوزاد خود نخوابید: در سال ۱۹۹۹، کمیسیون حمایت از ایمنی مصرف‌کنندگان طی اطلاعیه‌ای در مورد خطرات خوابیدن در کنار نوزاد و احتمال خفگی او به والدین هشدار داد. به باور مشاوران این مرکز، نوزاد باید تنها در گهواره خود

بخواهد. دکتر فربر توصیه می‌کند نوزاد را تنها در گهواره‌اش بگذارید و اجازه بدهید تا برای خود گریه کند و به خواب برود. دکتر میندل کارشناس خواب نوزادان نیز معتقد است که بدخوابی در قیاس با سایر مشکلات کودکان (همچون قهر کردن) دیر پاتر است. به باور وی بهتر است کودک یادبگیرد تنها در گهواره‌اش بخوابد.

خوب ببینید! این پدر و مادر مردد هستند، آنها می‌توانند راهی را برگزینند که هم به صلح جهانی کمک کند و هم ساختار مغزی نوزاد پرتراوتشان بی‌نقص باقی بماند. بر خلاف، می‌توانند با انتخاب یک روش دیگر، فرزند را به گونه‌ای بار بیاورند که خوب بخوابد ولی در برقراری روابط دوستانه با دیگران مشکل پیدا کند.

اما متخصص به آنان توصیه می‌کند روشی را که برایشان آسان‌تر است برگزیده و مشکل بی‌خوابی و پریشانی خود را تحمل و نهایتاً فراموش کنند.

وجود چنین مسائلی ما را بر آن داشت تا این کتاب را تألیف کنیم. بعضی از کتاب‌های مراقبت از کودکان توصیه‌های مفیدی داشتند ولی بیشتر آن توصیه‌ها مبتنی بر نظر شخصی مؤلف بود و به ندرت آرای مخالف نویسندگان دیگر مطرح می‌شد.

این تجربه، ما را بر آن داشت تا پیش از تألیف کتاب حاضر، به بحث و بررسی فراوان پردازیم. ما (گروه مؤلفین) نیک می‌دانستیم که علم، به بسیاری از پرسش‌های مرتبط با پرورش فرزند پرداخته ولی هنوز جای خود را در کتاب‌های آموزشی و پرورشی فرزند باز نکرده است. از این رو تصمیم گرفتیم برای معرفی دستاوردهای غنی علمی به جهان پرورش کودک، کتابی مبتنی بر شواهد مستند به رشته‌ی تحریر درآوریم. اعضای گروه ما عبارتند از: دکتر استر استراهان (متخصص روان‌شناسی بالینی و روش‌های درمانی مشکلات روان‌شناسی). دکتر والاس دیکسون (متخصص روان‌شناسی رشد و پژوهشگر در زمینه‌ی رشد شناخت، زبان و خلق و خوی نوزاد)، دکتر جی برتون بنکز (استاد طب خانواده با گرایش به طب مبتنی بر شواهد و تخصص اطفال).

اهداف کتاب ما عبارتند از:

- ارائه‌ی توصیه‌هایی در مورد روش‌های تربیتی مناسب به والدین. در برخی از موارد به دلیل وجود شواهد فراوان در مورد صحت یک دیدگاه، توصیه‌های ارائه شده،

فصل شانزدهم: چه کسی مراقب کودکان است؟ / ۱۷

بسیار روشن و آشکارند، ولی در موارد دیگر، ما تنها آرای موافق و مخالف یک دیدگاه را بر اساس شواهد علمی موجود مطرح می‌کنیم تا بتوانید آگاهانه تصمیم گرفته یا دست کم آگاهانه با کارشناس بهداشتی خود مشورت کنید.

• ارائی راهکار به والدین برای دسترسی به اطلاعات مفید هنگام برخورد با مسائل جدید. ما خواهان آن هستیم که شما را هر چه بیشتر با کارکرد علم و کسب اطلاعات مفید در زمینه‌های گوناگون آشنا سازیم. البته، پرورش این مهارت به ممارست احتیاج دارد. ما قصد نداریم به شما دستورالعمل پرورش فرزند بدهیم. این امر مغایر اصول ما بوده و به آن می‌ماند که به علم نداشته اعتراف کنیم. برخلاف، ما امیدواریم اطلاعات مفید و قابل استفاده‌ای در اختیار والدین قرار دهیم.

فرهنگ و باورهای پرورش فرزند

فرهنگ و ارزش‌های جامعه، در درک فرد از تربیت صحیح فرزند نقش مهمی ایفا می‌کنند. به طور کلی، یک روش پرورشی مطلق برای کودکان سراسر جهان وجود ندارد. به همین ترتیب، ما انتظار نداریم که همه، توصیه‌های ما را به کار ببندند؛ چه این توصیه‌ها مبتنی بر پژوهش‌هایی است که در جوامع پیشرفته‌ی غربی انجام شده‌اند. روش‌های موفق پرورش فرزند بسته به محیط پرورش و انتظاراتی که از فرزند می‌رود، متفاوتند؛ افزون بر فرهنگ جامعه، دوره‌ی تاریخی نیز در نحوه‌ی پرورش فرزند مؤثر است.

علم و نقش کارشناسان در پرورش فرزند

علم در زمینه‌ی ارائی توصیه در باب فرزند پروری، پیشینه‌ی پر افت و خیزی دارد. از یک سو، بسیاری از توصیه‌های علمی با استقبال چشمگیری روبرو می‌شدند، از سوی دیگر توصیه‌های وحشتناکی به نام علم عرضه می‌شد و افراد سودجویی با دعوی تخصص و آگاهی، مهارت‌های خود را به گونه‌ی دیگری جلوه می‌دادند.

مشکل دیگر هنگامی رخ می‌نمود که صاحب نظران براساس آرای شخصی خود دست به نگارش کتاب زده و به این ترتیب خود و جامعه را در مورد معلوماتشان، سر در

گم می‌کردند. برخی از این محققان که کار خود را با حسن نیت آغاز کردند، از بد روزگار، مشکلات بیشتری بر مشکلات موجود می‌افزودند.

به عنوان نمونه، از اواسط دهه ۱۸۲۰، چندین مهد کودک در آمریکا و کانادا تأسیس گردید. والدین طبقه‌ی متوسط آمریکای شمالی، با اطلاع از فواید این مهدها، فرزندان خود را در آن‌ها ثبت نام کردند. تأسیس مهد کودک‌ها آنچنان سریع گسترش یافت که تا سال ۱۸۴۰ تقریباً نیمی از کودکان سه ساله ایالت ماساچوست به مهد کودک می‌رفتند. ولی این روند به ناگاه متوقف شد. در سال ۱۸۳۳، پزشک برجسته‌ای به نام آماریا برگهایم مدعی شد که تفکر بیش از حد در سنین پائین، به رشد مغز آسیب رسانده و به جنون می‌انجامد. نظر وی مورد توجه مطبوعات قرار گرفت، به گونه‌ای که در سال ۱۸۶۰، تنها تعداد اندکی از کودکان ۵ ساله به مدرسه می‌رفتند. به این ترتیب، به دلیل نظرات واهی یک فرد به اصطلاح «کاردان» جنبش آموزشی نویدبخشی که به راه افتاده بود، متوقف شد. به هر روی، والدین از آسیب‌های مغزی و جنون نسبت به کودکان خود بیمناک بودند.

نمونه‌ی دیگری از این توصیه‌های گمراه‌کننده در اوایل قرن بیستم مطرح شد: تأثیرات نامطلوب تحصیلات بر قدرت باروری دختران نوجوان. باور رایج بر آن بود که تحصیلات زیاد (به ویژه تحصیلات دانشگاهی) قدرت باروری زنان را به خطر می‌اندازد. در سال ۱۹۰۴، جی استنلی هال، بنیان‌گذار روان‌شناسی رشد، مطلبی در مورد خطرات تحصیلات پیشرفته برای دختران به رشته تحریر درآورد. وی در کتاب‌های خود حوادثی را که با ورود به دانشگاه برای زنان اتفاق می‌افتد این چنین شرح می‌دهد:

پیش از هر چیز او - زن - توان شیردهی خود را از دست می‌دهد. از این رو، اگر مادر شود وظایف خود را به کمال ایفا نکرده و نمی‌تواند از فرزند خود پرستاری کند. این، به معنای نقص مادری و نقص عشق به فرزند است؛ چه، مادری که از فرزند خود مراقبت نکند، نه می‌تواند فرزندش را دوست بدارد و نه فرزندش او را دوست خواهد داشت؛ به علاوه، چنین چنین مادرانی رشد غیر طبیعی یا ناقص خواهند داشت... این زنان اغلب در همه جنبه‌ها جز نقش مادری، می‌درخشند، ولی گاه حتی نمی‌توانند همسران خوبی باشند و ...

چنانچه بخواهیم بیطرفانه قضاوت کنیم در می‌یابیم که دکتر برگهایم و دکتر هال تنها باورهای رایج عصر خود را منعکس می‌کردند.

ما امروزه این قسم از اطلاعات را داستان دانسته و در تصمیم‌سازی های علمی خود، وزن و اعتباری برای آنها قایل نمی‌شویم. نکته اصلی این است که متخصصان یاد شده از تخصص خود برای اعتبار بخشیدن به مشتی باور پذیرفته شده جمعی استفاده می‌کردند. خلاف این امر نیز صادق است. به عبارتی، برخی از توصیه‌های علمی، باورهای عمومی را به چالش می‌کشند. به عنوان مثال می‌توان به نظرات دکتر جان واتسون، روان‌شناس برجسته و بنیان‌گذار جنیش روان‌شناسی رفتاری (۱۹۱۳) اشاره کرد. وی رشد عاطفی کودکان و به ویژه فرایند ترسو بار آمدن آنان و نحوه وابستگی بیش از حد ایشان به والدین را مورد بررسی قرارداد.

دکتر واتسون در کتاب «مراقبت روانشناختی از نوزادان و کودکان» که به سال ۱۹۲۸ منتشر نمود، می‌نویسد: «مادران اصلاً نمی‌دانند که چه زمانی باید فرزندانشان را ببوسند؛ چه زمان آنان را در آغوش گرفته و تکان دهند؛ چه وقت آنها را نوازش کرده و چه زمان روی زانو بنشانند. آنان نمی‌دانند که با تربیت خود، افرادی بار می‌آورند که در آینده نخواهند توانست از عهده مشکلات زندگی برآیند». وی چاره پیشگیری از وابستگی عاطفی کودک به والدین را در محدود کردن محبت به او می‌دانست. به این ترتیب، دکتر واتسون در جای جای کتابش در مورد موضوعاتی خارج از تخصص و بررسی خود، نظر می‌دهد.

البته، این کتاب توصیه‌های معقولی هم دارد، از جمله اختصاص زمان معین برای پاسخگویی به پرسش های کودکان، و نحوه کمک به کودک برای چیره شدن بر ترس خود. این توصیه‌ها به طرز شگفت‌انگیزی با یافته‌های امروزی مطابقت دارند.

حتی امروز هم ما از نظرات غیر علمی افراد کارشناس در امان نیستیم. اجازه بدهید با یک مثال پزشکی، نادرستی این نوع نتیجه‌گیری را توضیح دهیم: سال های طولانی، پزشکان به منظور کاهش خطر بیماری های قلبی برای زنان یائسه هورمون تجویز می‌کردند. (آنان فکر می‌کردند هورمون استروژن یکی از عوامل حفاظت کننده در این

زمینه است). امروزه، در پی بررسی های مراکز پژوهشی معتبر بر روی دهها هزار زن، آشکار شده است که هورمون درمانی تأثیرات نامطلوبی بر سلامت زنان برجا می گذارند.

آیا این یافته با باور پذیرفته شده پیشین مغایرت ندارد؟ آیا پزشکان باید این نتایج را نادیده گرفته و همچنان به تجویز هورمون برای زنان یائسه ادامه دهند؟ شما قضاوت کنید. علم، به رغم محدودیت های خود، بسیار با اجتماع و سبک زندگی مردم در آمیخته است. اما حتی اطلاعات علمی ناقص نیز به مراتب از توصیه های غیر علمی برترند.

مثلاً از طریق پژوهش های علمی است که دریافته ایم برای پیشگیری از تولد کودکان ناقص، زنان باید هنگام بارداری اسید فولیک مصرف کنند. همچنین بوسیله پژوهش های علمی است که دریافته ایم مصرف الکل در دوران بارداری به رشد مغزی جنین آسیب زده و خطر ابتلا به سندرم^۱ الکل جنین را افزایش می دهد. در فصل های آینده به مثال های دیگری از اطلاعات علمی مهم در زمینه فرزند پروری از جمله نحوه پیشگیری از سندرم مرگ ناگهانی نوزاد (SIDS) اشاره خواهیم کرد.

علم، اطلاعات بسیار مهمی در دسترس والدین قرار می دهد. ناگفته پیداست که در بیشتر موارد اطلاعات صحیح بهترین راهنماست. البته، برای آنکه توصیه های علمی مفید واقع شوند، والدین باید هوشمندانه از آنها استفاده کنند.

----- ر - ی

در نظر عامه مردم، شواهد افواهی با بررسی دقیق صدها یا حتی دهها هزار مورد برابری می کنند. این منطق در حوزه توصیه های فرزند پروری خطرناک است **Reference**، کارشناسان در برنامه های رادیویی می گویند بهترین روش تربیت فرزند روشی است که آنان به کار بسته اند زیرا فرزندان ایشان خوب بار آمده اند و ...

۱ - Syndrome