

سبک‌ها و اصول
فرزندپروری مطلوب

حسن ملکی (قاسم)



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۵

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

سرشناسه	: ملکی، حسن، ۱۳۴۲ -
عنوان و نام پدیدآور	: سبک‌ها و اصول فرزندپروری مطلوب / حسن ملکی (قاسم).
مشخصات نشر	: تهران : آوای نور، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۴ص، ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۱۹۶-۲
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: کودکان -- سرپرستی
رده بندی کنگره	: HQ۱۳۹۵۷۶۹ س۲ / م۷
رده بندی دیویی	: ۱/۶۴۹
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۱۸۷۹۹۵



تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری،
پلاک ۹۹، طبقه دوم تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵ / دورنگار: ۶۶۴۸۰۸۸۲

سبک‌ها و اصول / فرزندپروری مطلوب

تالیف: حسن ملکی (قاسم)

ناشر: انتشارات آوای نور

صفحه آرا: منیرالسادات حسینی

چاپ: اول ۱۳۹۵

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۱۹۶-۲

قیمت ۹۵۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

مقدمه

در فرآیند تربیت فرزندان عوامل متعددی با میزان اثرگذاری مختلف نقش ایفا می‌نمایند، از بنیادی‌ترین عواملی که ضریب بالایی را به خود اختصاص می‌دهد خانواده می‌باشد. از آنجایی که برای انجام هر عملی دانش و مهارت خاص آن لازم است، این قاعده در خصوص تربیت مطلوب فرزندان نیز صادق است. از این رو کسب دانش تربیتی و مهارت به‌کارگیری آن برای والدین یک ضرورت اساسی تلقی می‌گردد.

کتاب پیش رو سعی بر آن دارد که والدین را در این خصوص یاری نماید. بر این اساس ابتدا به سبک‌ها و سپس به اصول تربیت می‌پردازد و در شرح اصول ابتدا به مبنای نظری یعنی دانش مربوطه و آنگاه راه‌های اجرای اصول را تبیین می‌نماید تا خواننده ضمن برخوردارگی از پشتوانه علمی با آگاهی نسبت به اعمال اصول اقدام نماید. به امید آنکه توانسته باشیم والدین را در امر تربیت فرزندانشان یاری‌گر مناسبی باشیم.

باتشکر

حسن ملکی (قاسم)

بهار ۹۵

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۹	فصل اول: سبک‌های فرزندپروری
۹	مفهوم فرزند پروری.....
۹	مهارت‌های فرزند پروری.....
۱۰	اهمیت و فواید فرزند آوری.....
۱۰	اهداف فرزندپروری.....
۱۱	سبک‌های فرزند پروری.....
۲۲	انواع الگوهای تعاملی.....
۳۳	فصل دوم: اصول فرزند پروری
۳۳	۱- اصل گفتگو.....
۳۷	۲- اصل تقویت تفکر انتقادی.....
۳۸	۳- اصل پرورش تفکر فلسفی.....
۳۸	۴- اصل تقویت حس پرسشگری.....
۳۹	۵- اصل مشارکت دادن در امور.....
۴۰	۶- اصل پاسخگویی به سؤالات.....
۴۲	۷- اصل ایجاد و تقویت عزت نفس.....
۴۵	۸- اصل توجه به نیازهای فرزندان.....
۴۶	۹- اصل توجه به مشکلات فرزندان.....
۵۰	۱۰- اصل توجه به اصول اخلاقی.....
۵۱	۱۱- اصل تقویت مهارت حفظ و پاسداری از میراث فرهنگی.....
۵۳	۱۲- اصل تقویت مهارت انتقاد کردن و انتقاد پذیرفتن.....
۵۴	۱۳- اصل ایجاد بینش علمی در فرزندان.....

- ۱۴- اصل آداب دانی..... ۵۵
- ۱۵- اصل تقویت مهارت و آرسی و اصلاح رفتار..... ۵۷
- ۱۶- تقویت مسئولیت‌پذیری..... ۵۸
- ۱۷- اصل حفاظت از محیط زیست..... ۵۹
- ۱۸- اصل تقویت نظم و انضباط..... ۶۰
- ۱۹- اصل توجه به عواطف کودکان..... ۶۱
- ۲۰- اصل شناساندن قداست کار..... ۶۲
- ۲۱- اصل مشورت کردن..... ۶۳
- ۲۲- اصل توجه به تربیت دینی..... ۶۵
- ۲۳- اصل وفای به عهد..... ۶۶
- ۲۴- اصل بهره‌گیری از روش تربیتی اگماض..... ۶۷
- ۲۵- اصل شناساندن موقعیت‌های پرخطر..... ۶۷
- ۲۶- اصل کمک به فرزندان در دوست‌یابی..... ۶۸
- ۲۷- اصل غنی‌سازی اوقات فراغت..... ۶۸
- ۲۸- اصل توجه به تفاوت‌های فردی..... ۷۴
- ۲۹- اصل پرهیز از نسبت‌های ناروا..... ۷۴
- ۳۰- اصل تقویت مهارت مدیریت پول..... ۷۵
- ۳۱- اصل هماهنگی والدین در تربیت فرزندان..... ۷۷
- ۳۲- اصل تربیت سیاسی..... ۷۸
- ۳۳- اصل مدیریت بر کار با رایانه..... ۷۸
- ۳۴- اصل تربیت جنسی فرزندان..... ۷۸
- ۳۵- اصل تربیت فرزندان خاص..... ۸۰
- ۳۶- اصل بازی با کودکان..... ۸۱
- ۳۷- اصل قصه‌گفتن به فرزندان..... ۸۲
- ۳۸- اصل پرهیز از مقایسه کردن..... ۸۴
- ۳۹- اصل پرهیز از تحمیل عقیده و سلیقه..... ۸۵
- ۴۰- اصل قدر دانی نمودن..... ۸۶

- ۴۱- اصل پذیرش و احترام ۸۷
- ۴۲- اصل ایجاد آمادگی برای زندگی ۸۸
- ۴۳- اصل تقویت قوه مشاهده گری ۸۹
- ۴۴- اصل عدم تبعیض ۸۹
- ۴۵- اصل آشنایی با ویژگی‌های دوران نوجوانی ۹۱
- ۴۶- اصل پرهیز از آزار و اذیت جسمی (خشونت) ۹۳
- ۴۷- اصل برخورداری از ثبات عاطفی ۹۴
- ۴۸- اصل صداقت ۹۵
- ۴۹- اصل مسئولیت دادن ۹۶
- ۵۰- اصل تقویت میل به کار ۹۶
- ۵۱- اصل تنظیم رفتار فرزند ۹۷
- ۵۲- اصل تامین نیاز به محبت ۹۷
- ۵۳- اصل تقویت هوش‌های چند گانه ۱۰۰
- ۵۴- اصل آموزش ارتباط موثر ۱۰۷
- ۵۵- اصل پرورش فرزند ۱۰۹
- ۵۶- اصل دانستن ۱۰۹
- ۵۷- اصل تامین امنیت در خانواده ۱۱۰
- ۵۸- اصل دوست یابی برای فرزند ۱۱۲
- ۵۹- اصل الگو و همانندسازی ۱۱۳
- ۶۰- اصل توجه به نگرانی‌های فرزند ۱۱۵
- ۶۱- اصل قاطعیت داشتن ۱۱۹
- ۶۲- اصل استفاده از بر نامه نظام دار ۱۲۲
- ۶۳- اصل نحوه برخورد با نمره فرزندان ۱۲۳
- ۶۴- اصل هماهنگی والدین با یکدیگر ۱۲۵
- ۶۵- اصل تسلط بر خشم ۱۲۷
- ۶۶- اصل شرطی سازی فرزندان ۱۲۸
- ۶۷- اصل توجه به احساسات فرزندان ۱۲۹

- ۶۸- اصل پرهیز از تهدید نمودن ۱۳۰
- ۶۹- اصل توجه به دروغ فرزندان ۱۳۰
- ۷۰- اصل بهره گیری مطلوب از مقام سندیتی ۱۳۱
- ۷۱- اصل تعیین ناحیه‌های انضباط فرزندان ۱۳۲
- ۷۲- اصل کاهش درگیری و کشمکش ۱۳۳
- ۷۳- اصل وقت گذاشتن برای فرزندان ۱۳۴
- ۷۴- اصل پرهیز از بحث به هنگام عصبانیت فرزندان ۱۳۴
- ۷۵- اصل بهره‌گیری از مثال ۱۳۴
- ۷۶- اصل واگذاری مسئولیت کار به فرزندان (تصمیم گیری) ۱۳۵
- ۷۷- اصل کمک خواستن برای حل مشکل ۱۳۵
- ۷۸- اصل پرهیز از دست انداختن فرزندان ۱۳۵
- ۷۹- اصل اجازه دادن جهت کسب تجربه ۱۳۶
- ۸۰- اصل چگونگی برخورد با کم‌رویی فرزندان ۱۳۶
- ۸۱- اصل برقراری رابطه با مدرسه ۱۳۷
- ۸۲- اصل ارائه راهنمایی ساده و کوتاه ۱۳۷
- ۸۳- اصل توجه به توانمندی فرزندان ۱۳۸
- ۸۴- اصل بهره‌گیری از تقویت کننده‌ها ۱۳۸
- ۸۵- اصل استفاده سریع و به میزان مناسب از تقویت ۱۳۹
- ۸۶- اصل بهره گیری از یادگیری سرمشق‌گیری ۱۴۰
- ۸۷- اصل به کارگیری برنامه‌ها تقویت رفتارها ۱۴۰
- ۸۸- اصل استفاده از بی‌توجهی به رفتار ۱۴۱
- ۸۹- اصل استفاده کردن از محروم سازی ۱۴۲
- ۹۰- اصل استفاده از جریمه کردن ۱۴۲

۱۴۳ منابع

سبک‌های فرزند پروری

مفهوم فرزند پروری

فرزند پروری فعالیت پیچیده‌ای شامل روش‌ها و رفتارهای ویژه‌ای است که بطور مجزا یا در تعامل با یکدیگر بر رشد کودک تاثیر می‌گذارد. در واقع پایه و اساس شیوه فرزند پروری مبین تلاش‌های والدین برای کنترل و اجتماعی کردن کودکان است. (بامریند، ۱۹۹۱) به عبارتی فرزند پرورزی شامل رفتارها، زمینه سازی‌ها، آموزش‌ها، تعامل‌ها و روش‌هایی است که به طور مجزا و در تعامل با یکدیگر بر رشد شناختی، معنوی، عاطفی، رفتاری در ابعاد فردی - اجتماعی تاثیر می‌گذارد. بطوریکه جنبه‌ها و ابعاد سلامتی، رشد جسمی، شخصیتی، ذهنی، هیجانی، عاطفی، اجتماعی مد نظر می‌باشند. فرزند پروری ابزار تعامل بین والدین و فرزندان می‌باشد و خود پدیده‌ای پویا است.

مهارت‌های فرزند پروری

مهارت‌های فرزند پروری مهارت‌های لازم برای والدین است که چگونه فرزندان خود را از کودکی تا نوجوانی تربیت کنند تا فرزندان علاوه بر احساس خوب و مثبتی که نسبت به خودشان پیدا می‌کنند به کمال رشد نیز برسند.

اهمیت و فواید فرزند آوری

این که زوجین دارای فرزند باشند چه اهمیت و فوایدی دارد و از ابعاد متعدد و متناسب با شرایط اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی جوامع مختلف قابل بررسی است. اما چند اهمیت فایده عمومی وجود دارد که به آنها اشاره می‌گردد:

- توسعه ارتباطات انسانی
- طلوع ایده‌ها و آرزوهای جدید
- تداوم زندگی
- کمال عشق خانوادگی
- تامین نیازهای روحی
- شور و نشاط در خانواده
- استحکام پیوند زندگی
- پویایی خانواده
- خروج از انزوای اجتماعی
- هویت‌گیری زوجین
- و ...

اهداف فرزندپروری

اهداف فرزند پروری نیز متعدد می‌باشند از جمله:

- شکوفایی ظرفیت‌ها و استعدادها
- تحول از حیات طبیعی به حیات معقول
- تدارک قابلیت اجتماعی

سبک های فرزند پروری

برخورداری از یک نوع سبک در تربیت فرزندان گویای یک نگرش می باشد که دارای قاعده، ضوابط و اصول خاص خود می باشد. سبک فرزند پروری بیانگر کیفیت و چگونگی ارتباط والدین در یک خانواده با فرزندان خویش می باشد. مطمئناً همه والدین برای تربیت فرزندان از سبک یکسان بهره نمی گیرند، بلکه تحت تاثیر شرایط اجتماعی، اقتصادی، طبقه اجتماعی، سطح تحصیلات، سن، نوع نگاه به کودک و دهها عامل دیگر می باشد. به عبارت دیگر، شاید بتوان چنین عنوان نمود که به تعداد خانواده ها سبک های فرزند پروری وجود داشته. ولی اگر بخواهیم با توجه به برخی ویژگی های موجود در سبک های فرزند پروری خانواده ها آنها دسته بندی و جدا سازی نمائیم. با نظریه ها و سبک های ارائه شده برخورد می نمائیم که قبل از تشریح اصول فرزند پروری با دیدگاه های صاحب نظران و سبک های پیشنهادی آنها آشنا می شویم:

۱- سبک های فرزند پروری از دیدگاه فیلیپ مک گراو (دکتر فیل)

فیلیپ مک گراو در کتاب خودش که با عنوان روانشناسی خانواده موفق که توسط آقای دکتر محمد مهدی شریعت باقری ترجمه گردیده است و ما از آن استفاده نموده ایم سبک های خانواده های مختلف را به شرح زیر دسته بندی می نماید:

الف) سبک فرزند پروری سهل گیرانه

ابتدا باید گفت که سهل گیرانه بودن به معنای بار منفی نمی باشد. سهل گیر به معنای منفعل، تنبل، بی تفاوت، بی توجه یا ضعیف نمی باشد. بلکه در مقایسه با سایر سبک ها پر زحمت تر نیز می باشد. چرا که در این

سبک والدین برای حصول نتیجه باید خود مختار و استقلال عمل بیشتری به فرزندان بدهند که کنترل و نظارت در چنین شرایطی سخت نیز می‌باشد.

این مثل معروف که می‌گوید: «به یک نفر اگر یک بار ماهی بدهی او را یک نوبت یا یک روز سیر کرده‌ای ولی اگر به او ماهی‌گیری را یاد دهی او را یک عمر سیر کرده‌ای» در این سبک فرزند پروری محقق می‌گردد. این سبک باعث می‌شود فرزندان به بهترین وجه به مهارت‌ها، ارزش‌ها، حرمت نفس دست یابند و در نهایت قادر به تصمیم‌گیری معقول و مسئولانه گردند. تعامل والدین با فرزندان در این سبک مستلزم کوشش و خطای بیشتری است و گفتگو و صحبت کردن بیشتری را طلب می‌کند، سبب ایجاد پختگی و مسئولیت‌پذیری در فرزندان می‌گردد.

در این سبک والدین با رویکردی ظریف‌تر به فرزندان می‌نگرند و تنها زمانی مداخله می‌کنند که فرزندان از مسیر خارج می‌شوند و یا دچار مشکل و دردسر می‌گردند. حد و مرزهایی که والدین برای فرزندان تعیین می‌کنند گسترده است. آنها به گونه‌ای رفتار می‌کنند که فرزندان خود را در امور خانواده سهیم بدانند و احساس مالکیت و مسئولیت کنند.

والدین برخوردی محبت‌آمیز و توأم با همدلی با فرزندان دارند و آن‌ها را تشویق می‌کنند، انگیزه‌های درونی در فرزندان را تحریک می‌کنند و آنها را در حرکت صحیح می‌اندازند و ابراز وجود نمودن فرزندان آزاد است تا خلاقیت‌شان رشد نماید. در این سبک والدین به گونه‌ای عمل می‌کنند که فرزندان خودشان برای دست‌یابی به هدف برنامه‌ریزی کنند چرا که هرگاه فرزندان خودشان برای کاری برنامه‌ریزی کنند انگیزه بیشتری برای انجام آن کار از خود بروز

می‌دهند. پذیرا بودن، حامی و مؤدب و متواضع بودن، رو راست و سازگار بودن، دلگرم و هم‌رنگ و هم‌نوا بودن، متکی بر ساختار درونی خانواده بودن، مدارا کننده بودن و صبوری و از ویژگی‌های غالب این سبک تلقی می‌گردند. جملات تعاملی این گروه چنین‌اند:

- برنامه ات چیست؟ چه کار می‌خواهی کنی؟

- فکر می‌کنی کار درستی است؟

- کارت را کجا انجام می‌دهی؟

- آیا این کار فایده‌ای دارد؟

ب) سبک فرزند پروری امر و نهی (مستبدانه)

در این سبک نحوه تعامل والدین با فرزندان به گونه‌ای است که امر و نهی والدین بیشتر است و معمولاً به هنگام حل مشکلات و تصمیم‌گیری‌ها والدین نقش غالب دارند و فرزندان مادامی که والدین برخورد محبت آمیزی با آنها دارند تبعیت می‌نمایند. از مزیت‌های این سبک این که عامل شکل‌گیری ساختار در خانواده می‌شود. در ساختار سلسله مراتب روشن‌تر است. در این سبک والدین به صراحت به فرزندان می‌گویند که چه کاری باید انجام دهند و چه کاری انجام ندهند. قوانین معین و معمولاً انعطاف پذیر نمی‌باشند. معمولاً یکی از والدین و غالباً سرپرست اصلی به تنهایی اقدام به تصمیم‌گیری می‌نماید، اهداف خانواده را معین و مشخص و تدوین می‌نماید و دیگران را در این امر مشارکت و دخالت نمی‌دهد. روش تربیتی مورد نظر بیشتر روش تنبیه و عدم پاداش است تا تقویت و حمایت. در چنین همبستگی انتظارات از فرزندان کاملاً روشن و آشکار است و هر کس بر وظایف خود مسلط است کوتاهی از انجام وظایف با نوعی برخورد خشن همراه خواهد

بود. به عبارتی وجود مشاجره و درگیری در این سبک متداول می‌باشد. قاطع بودن، متوقع، جسور، تکلیف محور، سلطه‌گری، سختگیر بودن، انعطاف ناپذیر بودن، جدی و تحکم‌کنندگی از صفات غالب والدین در سبک امر و نهی یا مستبدانه است. برخی از جملات و اقتدار این والدین چنین می‌باشد:

- باید همین الان فن کار را انجام دهی.

- باید نمرات بهتری بگیری.

- باید این کار اینطوری انجام دهی.

- باید از قواعد پیروی کنی.

والدین در این سبک رُک و قاطع بوده و برای انجام کارها محدوده زمانی مشخص را معین می‌کنند و قواعد معینی دارند و تحمل نافرمانی را ندارند.

ج) سبک فرزند پروری مساوات طلب

در این سبک نحوه ارتباط والدین با فرزندان بدین ترتیب تنظیم می‌گردد که به فرزندان اجازه داده می‌شود که در تصمیم‌گیری‌های خانوادگی مشارکت کنند، خانواده بصورت یک تیم عمل می‌نماید و فضای دموکراتیک در اخذ تصمیم بر آن حاکم است. تمامی اعضای خانواده در تدوین، تعیین و معین نمودن اهداف، تصمیم‌گیری‌ها، حل مشکلات نقش ایفا می‌کنند و مشارکت دارند. جو حاکم جو همکاران و تعاون می‌باشد و فضای حمایتی از اعضاء وجود دارد. در چنین خانواده‌هایی روش غالب روش مذاکره است.

معتقدین به این سبک عقیده دارند باید به فرزندان حق انتخاب داد و با اقدام‌گذاری به فرزندان به آنها آموخت که نظرات و اعتقاداتشان

ارزش‌ها و حرمت قائل شوند. قواعد ساده‌ای در این خانوادها برقرار است که عدم رعایت آن مجازات سنگین به دنبال ندارد. قوانین خانواده انعطاف پذیر می‌باشد. والدین مهربان و پاسخگو بوده و اعتدال را رعایت می‌نمایند. معمولاً طرز ارتباط به شکل زیر است:

- ما از عهده این کار بر می‌آییم و موفق می‌شویم.

- چطور می‌توانم کمکت کنم.

- بیا آستین‌ها را بالا بزنیم.

- ما هدف مشترکی داریم.

- و ...

همراه و همیار بودن، شریک داشتن، مسئولیت پذیر بودن، سلطه‌گر نبودن، پرهیز از رئیس مایی، تنبیه گر نبودن، واکنش‌پذیر بودن از ویژگی‌های غالب والدین در سبک مساوات طلب می‌باشد.

کدام سبک تربیتی بهتر است

حالا با انواع سبک‌های تربیت فرزند آشنا شدیم سوال اساسی این است که کدام سبک نسبت به سبک‌های دیگر ترجیح دارد؟ به عبارتی کدام سبک بهتر و کدام بدتر است؟ در پاسخ باید گفت که هیچکدام یا هر سه. به عبارت دیگر باید پرسید کجا؟ کی؟ چه موقع؟ با کدام فرزند؟ پاسخ این سوالات است که به ما می‌گوید کدام سبک مناسب می‌باشد یا کدام سبک پاسخ‌گو نمی‌باشد. این جمله به این معنا است که برخی مواقع سبک مستبدانه، برخی مواقع سبک سهل‌گیرانه و برخی مواقع سبک مساوات طلبانه کارایی خاص خودشان را دارند. نکته اساسی اینجاست که والدین باید معین کنند که فرزند آنها دارای چه صفاتی است تا از روی آن بدانند که کدام روش مناسب است. گاهی مواقع

روش مستبدانه بهترین روش بوده و در شرایط خاص در مورد برخی کودکان بهترین نتیجه را می‌دهد. گاهی مواقع روش سهل‌گیرانه بهتر عمل می‌کند. نتیجه آنکه نمی‌توان هیچ یک از این سبک‌ها را خوب یا بد، درست یا غلط، تلقی نمود. همچنین از هیچ یک نمی‌توان به عنوان بهترین یاد نمود. چرا که خوب یا بد بودن یک سبک تربیتی به کودکی بستگی دارد که آن سبک می‌خواهد درباره او اجرا شود، کودکان را در سه گروه می‌توان قرار داد. برخی نافرمان می‌باشند، برخی منفعل می‌باشند برخی مشارکت طلب، نحوه برخورد با این کودکان متفاوت خواهد بود.

فیلیپ مک گراو (دکترفیل) برای آنکه والدین در امر فرزندپروری موفق باشند سه مرحله را پیشنهاد می‌کند و متناسب با نتایج آن سه مرحله سبک تربیتی پیشنهاد می‌نماید. این مراحل عبارتند از:

مرحله اول: شناخت سبک فرزند پروری خود توسط زوجین (والدین)

مرحله دوم: شناخت سبک ارتباطی فرزند توسط زوجین (والدین)

مرحله سوم: کنترل سازگاری و ناسازگاری سبک‌های فرزند پروری

خود (والدین) با سبک ارتباطی فرزندان

✓ **مرحله اول:** دکتر فیل به والدین کمک می‌کند تا اولاً سبک فرزند پروری خویش را شناسایی کنند. ثانیاً او این کار را با در اختیار گذاشتن چک لیستی انجام می‌دهد. چک لیست‌ها به شرحی که در پی می‌آیند.

فصل اول: سبک های فرزندپروری ■ ۱۷

چک لیست ارزیابی سبک مستبدانه

کاملاً مخالفم	مخالفم	مواقفم	کاملاً موافقم
۱	۲	۳	۴
			۱- فکر می‌کنم در مورد طرز رفتار فرزندانم انتظارات روشنی دارم، و بر اساس همین انتظارات به آن‌ها پاداش می‌دهم یا تنبیهشان می‌کنم.
			۲- فکر می‌کنم وظیفه دارم برای خانواده‌ام اهدافی را تعیین کنم و راهنمای آن‌ها باشم.
			۳- معتقدم که خانواده‌ام باید ارزش‌های مرا بیاموزند، و فرزندانم زمانی می‌توانند ارزش‌هایی متفاوت از ارزش‌های من برگزینند که به اندازه کافی برای این تصمیم‌گیری بزرگ شده باشند.
			۴- فکر می‌کنم یکی از نقش‌هایی که بر عهده دارم تعیین و تعریف ظاهری است که خانواده‌ام باید در اجتماع از خود نشان دهند.
			۵- فکر می‌کنم تا زمانی که فرزندانم به سنی برسند که قدرت تصمیم‌گیری پیدا کنند، باید آن‌ها را کنترل کنم.
			۶- ممکن است با هوش‌تر و قوی‌تر از دیگر اعضای خانواده نباشم اما تعیین ارزش‌ها و اعمال آن‌ها وظیفه من است.
			۷- مادامی که فرزندانم در خانه من زندگی می‌کنند یا تحت حمایت من هستند، باید از قوانین من پیروی کنند.
			۸- نمی‌توان این خانواده را به روش دموکراتیک اداره کرد باید همه تصمیمات را خودم بگیرم.
			۹- بیشتر وقت‌ها خودم باید درباره قواعد و قوانین خانه تصمیم‌گیری کنم.
			۱۰- فکر می‌کنم مهمترین وظیفه خانواده‌ام در قبال من این است که به من احترام بگذارند.

جمع نمره

تفسیر

- کسب نمره ۴۰-۳۳ یعنی شباهت زیاد به سبک مستبدانه
- کسب نمره ۳۲-۲۵ یعنی غلبه سبک مستبد در رفتارها
- کسب نمره ۲۴-۱۸ یعنی شباهت نسبی با سبک مستبدانه
- کسب نمره ۱۷-۱۰ یعنی شباهت اندک با سبک مستبدانه

چک لیست ارزیابی سبک سهل گیرانه

کاملاً مخالفم	مخالفم	موافقم	کاملاً موافقم	
۱	۲	۳	۴	
				۱- در برابر موفقیت و شکست خانوادهام احساس مسئولیت می‌کنم و شاید بعضی از کارهای آن‌ها را انجام دهم تا شکست نخورند.
				۲- من خیلی با فرزندم مدارا می‌کنم و وقتی باید جدی‌تر برخورد کنم، این کار را نمی‌کنم و کاری به کارش ندارم.
				۳- اگر فرزند دچار مشکل شود تا حدودی تقصیر من است چون وظیفه‌ام را بعنوان یک پدر (مادر) آنطور که باید و شاید انجام نداده‌ام.
				۴- والدینم به من خیلی سخت می‌گرفتند، ولی من می‌خواهم آزادی‌ام را که خودم از آن محروم بودم به فرزندانم بدهم.
				۵- فرزند گاهی اوقات مرا به خاطر مشکلاتش سرزنش می‌کند و من نیز تا حدودی با او موافقم چون احساس گناه می‌کنم.
				۶- اگر خانوادهام کارشان را درست انجام ندهند سعی می‌کنم با ایجاد احساس گناه در ایجاد انگیزه کنم که کارشان را درست انجام دهند.
				۷- من دوست دارم فرزند آدم خوب و با ادبی باشد چون او می‌خواهد که من به او افتخار کنم.
				۸- فرزند فکر می‌کند چون من پدر (مادر)ش هستم باید زندگی خوبی را برایش فراهم آورم.
				۹- دوست دارم خانوادهام قدر فداکاری‌های مرا بدانند.
				۱۰- من سعی می‌کنم در زندگی زیاد به فرزندانم فشار نیاید چون فکر می‌کنم عادلانه نیست.

جمع نمره

تفسیر

- کسب نمره ۴۰-۳۴ یعنی شباهت زیاد به سبک سهل گیرانه
- کسب نمره ۳۳-۲۷ یعنی غلبه سبک فرزند پروری سهل گیرانه
- کسب نمره ۲۶-۱۸ یعنی شباهت نسبی به سبک فرزند پروری سهل گیرانه
- کسب نمره ۱۷-۱۰ یعنی شباهت اندک با سبک فرزند پروری سهل گیرانه

فصل اول: سبک های فرزندپروری ■ ۱۹

چک لیست ارزیابی سبک مساوات طلب

کاملاً مخالفم	مخالفم	مواقفم	کاملاً موافقم	
۱	۲	۳	۴	
				۱- فکر می‌کنم برای خانواده‌ام یادگیری نحوه دستیابی به موفقیت مهمتر از دستیابی به موفقیت است.
				۲- هدف من ایجاد روحیه مشارکت در خانواده در مواجهه با مشکلات است.
				۳- دستیابی به هدفی مشترک مهم‌تر از موفقیت هر یک از اعضای خانواده است.
				۴- به نظر من یکی از مهمترین وظایف پدر (مادر) این است که به فرزندش بیاموزد که چگونگی اهدافی واقع‌گرایانه برای خودش تعیین کند.
				۵- یاد گرفتن نحوه اعتماد به یکدیگر در مواجهه با مشکلات و اتکا به تواناییهای یکدیگر از جمله مهارتهای مهمی است که دستیابی به آن برای تمامی اعضای خانواده ضرورت دارد.
				۶- والدین باید به گفته‌های فرزندشان گوش دهند و به خواسته‌ها و نیازهای او احترام بگذارند.
				۷- اگر چه والدین مسئول فرزندان هستند، اما بهتر است هنگام تصمیم‌گیری با آن‌ها تبادل نظر کنند.
				۸- رفتار کودکان همیشه باید پیامدی (خوب یا بد) در پی داشته باشد.
				۹- بهترین پاداش برای والدین، موفقیت فرزندانشان است.
				۱۰- رابطه والد - فرزند مهمترین و پایدارترین میراث در یک خانواده است.

جمع نمره

تفسیر

- کسب نمره ۴۰-۳۰ یعنی شباهت زیاد به سبک مساوات طلبانه
- کسب نمره ۲۹-۲۳ یعنی غلبه سبک مساوات طلبانه
- کسب نمره ۲۲-۱۵ یعنی شباهت نسبی با سبک مساوات طلبانه
- کسب نمره ۱۴-۱۰ یعنی شباهت اندک با سبک مساوات طلبانه

