



سرشناسه: محمدی راد، مینا، ۱۳۶۷-

عنوان و نام پدیدآور: روش های تربیت کودکان/ مولف مینا محمدی راد.  
مشخصات نشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۰.  
مشخصات ظاهری: ۱۵۷ ص.

شابک: ۱-۷۵۴-۴۳۲-۶۰۰-۹۷۸-۴۸۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه: ص ۱۵۷ - ۱۵۲.

موضوع: تربیت کودکان - روش ها

رده بندی کنگره: RC۴۸۸/۵

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۵۶

شماره کتابشناسی ملی: ۷۶۴۶۱۱۶

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: روش های تربیت کودکان

مولف: مینا محمدی راد

ناشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)

صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۰

چاپ: مدیران

قیمت: ۴۸۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۱-۷۵۴-۴۳۲-۶۰۰-۹۷۸

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)



انتشارات ارسطو



به نام خدا

# روش های تربیت کودکان

مؤلف :

مینا محمدی راد

انتشارات ارسطو

(چاپ و نشر ایران)

۱۴۰۰

## فهرست مطالب

پیشگفتار.....	۸
فصل اول: پیش درآمدی بر تربیت.....	۱۲
تربیت چیست؟.....	۱۳
اهداف تربیت.....	۱۴
انواع تربیت.....	۱۶
مراحل تربیت.....	۱۷
عوامل موثر در تربیت.....	۲۰
روش‌های عملی در تربیت.....	۲۶
فصل دوم: چهارچوب تربیت.....	۳۰
چهارچوب تربیت.....	۳۱
تشویق.....	۳۳
چگونگی تشویق.....	۳۳
تنبيه.....	۳۷
انواع تنبيه.....	۳۷
تنبيه‌های ممنوع.....	۳۹
صداقت و امنیت روانی.....	۴۱
راهکارهای ایجاد امنیت روانی و صداقت در فرزندان.....	۴۲
استقلال.....	۴۶
مقدمات مستقل‌سازی.....	۴۷
چگونگی تقویت اعتماد به نفس در فرزندان.....	۴۹
نظم.....	۵۱

۵۴	مقایسه نکردن.....
۵۶	پرهیز از مشاجره.....
۶۱	هماهنگی پدر و مادر.....
۶۲	صداقت و رازداری.....
۶۲	توجه به تفاوت‌های فردی.....
۶۲	پرهیز از خشم و مشاجره.....
۶۳	الگو بودن.....
۶۳	اعتدال و جدی بودن.....
۶۴	صبر و حوصله.....
۶۵	بهداشت روانی پدر و مادر.....
۶۸	<b>فصل سوم: راهکارهای تربیتی فرزندان.....</b>
۶۹	سؤالات مهم تربیتی اغلب اولیا.....
۸۰	<b>فصل چهارم: رشد و تکامل کودک.....</b>
۸۱	مفهوم رشد.....
۸۱	تاریخچه‌ی رشد.....
۸۲	فرایندهای اصلی رشد.....
۸۳	اهداف مطالعات رشدی.....
۸۳	ماهیت و اصول رشد و تکامل.....
۸۴	ماهیت و ویژگی‌های رشد انسان.....
۸۷	انواع تغییرات در فرایند رشد.....
۸۸	انواع الگوهای رشدی.....
۸۸	عوامل مؤثر در رشد و تکامل.....

۱. وراثت (عوامل درونی)..... ۸۹
۲. محیط..... ۹۱
- محیط داخلی..... ۹۲
- غده هیپوفیز یا نخاعی..... ۹۲
- غده تیروئید یا درقی..... ۹۴
- غده‌های پاراتیروئید..... ۹۴
- غده‌های فوق کلیوی یا آدرنال..... ۹۵
- غده‌های جنسی یا گنادها..... ۹۶
- غده‌ی لوزالمعده یا پانکراس..... ۹۷
- گردش خون..... ۹۷
- وظایف مهم خون به طور خلاصه به شرح زیر است:..... ۹۸
- دستگاه گوارش..... ۹۸
- رشد طبیعی..... ۹۹
- نارسی و زودرسی..... ۱۰۰
- محیط خارجی..... ۱۰۱
- تغذیه..... ۱۰۱
- گروه همسالان..... ۱۰۳
- مدرسه..... ۱۰۵
- فرهنگ..... ۱۰۷
- دین..... ۱۰۹
- رسانه‌های گروهی (همگانی)..... ۱۱۰
- خانواده..... ۱۱۲

۱۱۶	فصل پنجم: مراحل رشد و پرورش کودک
۱۱۷	نظریه‌های رشد و تکامل
۱۱۷	رشد پیش از تولد
۱۲۱	رشد پس از تولد (از تولد تا ۳ سالگی)
۱۳۲	رشد پس از تولد (از ۳ تا ۶ سالگی)
۱۳۸	رشد پس از تولد (از ۶ تا ۱۲ سالگی)
۱۴۳	نوجوانی (از ۱۲ تا ۱۶ سالگی)
۱۴۸	بلوغ در دخترها
۱۴۸	بلوغ در پسرها
۱۴۹	علایم مشترک بلوغ در دو جنس
۱۵۲	منابع و مآخذ

# پیشگفتار

راه‌های تربیت فرزند از نظر روانشناسی شامل مباحث بسیار زیادی است اما از لحاظ تاریخی، کودکان اغلب به عنوان نسخه‌های کوچکتر از بزرگسالان دیده می‌شوند. آلبرت انیشتین زمانی به ژان پیاژه پیشنهاد داد: که بچه‌ها به طور متفاوتی از بزرگسالان فکر می‌کنند اما به آن‌ها شبیه‌اند، پیاژه اعلام کرد که “این کشف خیلی ساده بود که فقط یک نابغه می‌توانست به آن فکر کند.” با توجه به اهمیت تربیت فرزند از نظر روانشناسی وقتی به پیشرفت فرزند خود فکر می‌کنید، چه اتفاقی می‌افتد؟ اگر شما مانند بیشتر مردم در مورد عوامل داخلی که در یک کودک رشد می‌کند از قبیل ژنتیک و ویژگی‌های شخصی فکر می‌کنید در این صورت باید بدانید پیشرفت و تکامل کودک شامل اثراتی بیش از فعل و انفعالات درونی است که از درون فرد ایجاد می‌شود.

عوامل محیطی مانند روابط اجتماعی و فرهنگی که در آن زندگی می‌کنیم نیز نقش اساسی ایفا می‌کنند. روانشناسان کودک ممکن است در کمک به والدین در مقابله با نگرانی‌های مربوط به تربیت فرزند تخصص داشته باشند و یا ممکن است یک رویکرد کلی‌تر را پیش بگیرند. در هر دو مورد، این متخصصان تلاش می‌کنند تا بچه‌ها را برای حل مشکلات بالقوه یاری کنند و به شیوه‌ای که منجر به نتایج سالم می‌شود، رشد دهند. برای مثال، روانشناسان کودک ممکن است در شیوه‌های مشاوره کودک و مشاوره خانواده به بهترین نتایج روانشناختی دست یابند و یا ممکن است با بچه‌ها به گونه‌ای کار کنند تا به رشد ذهنیت‌های سالم برسند.



مشکل خانواده‌ها این است که تربیت را نمی‌شناسند و چیزی را جای تربیت قرار داده‌اند که تربیت نیست؛ زیرا که تعلیم و تربیت هنر است و برای دستیابی به این هنر باید در چهار چوب خاصی عمل کرد و ذوق و شوق هنری داشت. اگر تعلیم و تربیت علم بود و با قوانین خاص، طبق اصول علمی قابل تدریس بود، هیچ جامعه‌ای با مشکل گناه و خلافکاری روبرو نمی‌شد؛ همه مصلحان و حتی انبیا و اولیا و سردمداران کشورها خواهان جامعه‌ای آرمانی و جوانان و نوجوانان قانونگرا و صالح هستند، اما این امر میسر نیست؛ زیرا هنر تربیت را فقط افرادی دارند که چهار چوب آن را بدانند و بتوانند آن را صحیح اجرا کنند.

تربیت، خاص خانواده نیست، جامعه، مدرسه و شخصیت فرد در آن دخیل هستند، پس اگر خانواده و مدرسه هماهنگ باشند، می‌توانند اثر جامعه را کم‌رنگ نمایند، حتی وراثت و ژن‌های مختلف می‌توانند در شکل‌گیری شخصیت و نوع تربیت اثر بگذارند، چنانچه بررسی‌ها نشان داده وجود ژن الکل در بدن می‌تواند انسان را به سوی الکلیسم سوق دهد. لذا در این کتاب سعی کردیم تا چهار چوب‌هایی که برای تربیت صحیح مؤثر است را بیان کنیم تا خانواده‌ها با به کارگیری آن‌ها بتوانند اثرات جامعه و محیط بیرونی را در تربیت فرزند خود کم‌رنگ نموده و آسیب‌های احتمالی را حذف نمایند.

**مینا محمدی راد**





# فصل اول: پیش درآمدی بر

تربیت

## تربیت چیست؟

صاحب نظران تا کنون بیش از ده‌ها تعریف از تربیت ارائه داده‌اند، اما می‌توان گفت که جامع‌ترین تعریف از تربیت این است که تربیت عبارتست از: «مجموعه اقدامات، برنامه‌ریزی‌ها، تلاش‌ها و استفاده از فرصت‌ها، از انعقاد نطفه تا دم مرگ، برای شکوفایی استعداد‌های افراد و رسیدن به حداکثر ظرفیت.» که چنانچه از اجزای این تعریف مشهود است، تربیت نیاز به تلاش و برنامه‌ریزی و استفاده از فرصت‌ها دارد. پدر و مادر باید برای تربیت فرزند خویش از هر لحظه‌ای استفاده نمایند، حتی در دستورات اسلامی داریم زنان باردار چگونه رفتار نمایند، که استرس‌های دوران بارداری به حداقل برسد تا جنین دچار آسیب نگردد. چنانچه می‌دانید روان‌شناسی حتی برای دوران جنینی نیز برنامه‌ریزی دارد و آسیب‌های خاص این دوران در رفتارهای آینده فرزندان اثر می‌گذارد و از آن طرف هم این برنامه‌ها تا لحظه مرگ ادامه دارد؛ یعنی حتی در آخرین لحظات، انسان ممکن است تربیت شود و رفتارهایش تغییر کند. نکته مهم این که عبارت‌های عامیانه‌ای که اغلب به بچه می‌گوییم «تو خوب بشو نیستی، تو آدم نمی‌شی، چه قدر شلخته‌ای و ... پیر شدم نتونستم تو رو آدمت کنم و ...» عبارت‌های نادرستی هستند که نباید گفته شوند؛ چرا که طبق این تعریف معتقدیم حتی در آخرین لحظه‌ها، انسان‌ها قابل تغییر هستند، چنانچه حربن یزید ریاحی تا روز تاسوعا جزو یزیدیان بود، اما تحت تأثیر رفتارهای امام حسین علیه السلام آخرین لحظه‌ها به سوی ایشان شتافت و تغییر کرد، به عبارت دیگر می‌توان گفت، تربیت شد.

نکته دیگر این که فرزندان ما توانایی‌هایی دارند که باید شکوفا شود که گاهی ما پدر و مادرها با محدودیت‌هایی که قائل می‌شویم و یا با عباراتی که بیان می‌کنیم به استعداد‌های

آن‌ها اجازه شکوفایی نمی‌دهیم و به حداکثر ظرفیت لازم در تربیت دست نمی‌یابیم. یکی از بزرگان فرموده‌اند:

«اگر به بچه‌ها حرف زدن یاد می‌دادیم، هرگز زبان باز نمی‌کردند.»

حال که به تعریف نسبتاً جامعی از تربیت رسیدیم، لازم است بدانیم هدف از تربیت چیست؟

### اهداف تربیت

#### ۱. آدم‌سازی

مهم‌ترین و اصلی‌ترین هدف تربیت، پرورش انسان است. فرزندان ما باید قبل از دکتر و مهندس شدن، آدم شوند. آدم‌هایی که بتوانند خوب را از بد و قانون را از بی‌قانونی تشخیص دهند و با توجه به دین اسلام، فرزندان ما باید آدم‌های بافضیلتی باشند و دستورات اسلامی را بدانند و واجبات را از محرمات تشخیص دهند بدن عمل کنند. پس تربیت صحیح، باید قادر باشد از فرزند ما انسان صالحی بسازد.

#### ۲. رویارویی با دنیای واقعی

هدف دیگر تربیت این است که نونهالان ما با واقعیت‌های اطراف خود آشنا شوند. واقعیت‌های زندگی اجتماعی، خوبی‌ها و بدی‌ها، جنگ و صلح و پیامدهای هر یک و این که واقعاً در دنیا نیکی چه نتیجه‌ای، و بدی چه ثمره‌ای دارد، و این که ما اگر از خودمان شروع کنیم، می‌توانیم به حقیقت زندگی برسیم و حتی از نظر اقتصادی، فرزندان موقعیت زندگی خود و پدر و مادر را بشناسد و متناسب با آن عمل کند. برای مثال اگر فرزندی از پدر و مادر خود توقعی داشته باشد که از عهده آن‌ها خارج باشد، دلیل بر این است که

این پدر و مادر نتوانسته‌اند فرزندشان را با واقعیت‌های اقتصادی زندگی خود آشنا سازند؛ پس هدف دوم تربیت این است که فرزند را با واقعیت‌های زندگی اجتماعی، عاطفی و اقتصادی خود، در جامعه و خانواده آشنا سازد و نیازهای او را با آن‌ها متناسب نماید.

### ۳. سلامت جسمی و روانی

سومین هدف تعلیم و تربیت، رسیدن به سلامت جسمی و روانی فرزندان است. سلامت جسمی عبارت است از رشد موزون عضلانی و حرکتی فرزندان، به گونه‌ای که بتوانند دویدن، راه رفتن و ماهنگی عصبی و عضلانی مانند افراد سالم جامعه باشند و بر اساس نرمال قد و وزن عادی افراد سالم جامعه از لحاظ جسمی متعادل باشند. فرمول تعادل جسمی قد و وزن افراد بالغ و میانسال:

$$\text{وزن} = ۱۰۰ \text{ cm} - \text{قد به سانتی متر}$$

در فرمول بالا چنانچه وزن به دست آمده، ۵ کیلوگرم کمتر یا بیشتر باشد، فرد «متعادل» محسوب می‌شود. با بیشتر شدن وزن، فرد به طرف چاقی سیر می‌کند و با کمتر شدن وزن، فرد لاغر محسوب می‌شود، که با رژیم مناسب می‌توان فرد را به سوی تعادل جسمانی سوق داد.

از نظر روانی هم تربیت باید به گونه‌ای باشد که مشکلات خاص رفتاری و روانی فرزندان اعم از: ناخن جویدن، شب اداری، پرخاشگری، کم رویی، اضطراب جدایی - امتحانات و ... به حداقل برسد و یا از میان برود؛ زیرا همه ما خواهان فرزندانی دارای اعتماد به نفس، مستقل و سالم و صالح هستیم؛ چرا که طبق فرمایشات رسول اکرم صلی الله علیه و آله: «فرزند صالح؛ گلی است از بوستان بهشت.»

پس برای خوب رویدن این گل بهشتی باید رفتاری بهشتی، اصولی و صحیح داشته باشیم

تا بتوانیم با ارتباط مناسب، گلی تحویل اجتماع دهیم که باعث سربلندی و افتخار ما و جامعه باشد.

## انواع تربیت

از دودیدگاه قابل بررسی است:

**الف) تعمیدی:** تربیت از این دیدگاه بر دو نوع است:

۱) **تربیت عمدی:** فرد یا افراد تربیت کننده شیوهی خاصی از تربیت را دربارهی فردی اعمال می کنند و برای تربیت خود طرح و برنامه ای دارند به عنوان مثال مادر دست کودک را گرفته و به او راه رفتن را می آموزد.

۲) **تربیت غیر عمدی:** این نوع تربیت بدون اراده، طرح و برنامه ی قبلی صورت می گیرد یعنی کودک همه ی کارهای بزرگترها، دوستان و... را می بیند و از آنها تقلید می کند به عنوان مثال: کودک نزاع و درگیری را می بیند و پرخاشگری را یاد می گیرد.

**ب) اخلاقی و رفتاری:** تربیت از این دیدگاه نیز بر دو نوع است:

۱) **تربیت جنسی:** در این نوع تربیت دربارهی غریزه ی جنسی دو دیدگاه مطرح می شود:

الف) غریزه ی جنسی مربوط به دوران بلوغ بوده و از این دوران شروع می شود.

ب) این غریزه از ابتدا در نهاد کودک است و با توجه به شرایط محیط زندگی کودک ممکن است دیر یا زود خود را نشان دهد که مصداق آن انحرافات جنسی نوجوانان نا بالغ است.

در میان نظریه های افراطی و تفریطی دربارهی این میل اسلام یک نظریه ی متعادل و منطقی را پیشنهاد می کند و این میل را یک میل مقدس می داند و معتقد است که این میل ضامن حفظ نسل و بقا است و از این رو باید در مسیر خود هدایت شود که در این باره دستورات



زیادای داده و بخصوص نقش پدر و مادر را در این مورد بسیار مهم می‌داند.

۲) **تربیت مذهبی:** همه‌ی کودکان زمان تولد پاک و معصومند و خوب و بد را از پدر و مادر یاد می‌گیرند.

### نقش پدر و مادر در تربیت مذهبی کودکان

- خود به اصول و ارزش‌های دین و هر چیزی که به کودک می‌گویند باشند.
- تاکید بر ادب، نزاکت، نرم‌زبانی و عدم افراط و تفریط در تمام زمینه‌ها.
- متضاد نساختن محیط خانواده با محیط مدرسه و هماهنگی با کارکنان مدارس.
- وادار به انجام کاری نکردن و آموزش کارهای مورد علاقه‌ی کودک آن هم به روش غیرمستقیم و با عمل خود به کارهای مورد نظر که این مورد در مورد تمام نهادهای تربیتی صدق می‌کند و چنانچه در این موارد تناقضی باشد کودک به دلیل میل راحت طلبی و لذت جویی به احتمال فراوان از مسیر تربیت درست منحرف خواهد شد.

### مراحل تربیت

از سه دیدگاه قابل بررسی است که در همه‌ی آن‌ها براساس نیازهای جسمی، روحی، عاطفی، اجتماعی و... به دوره‌های مختلفی تقسیم می‌شود. که این سه دیدگاه عبارتند از:

**الف)** در این دیدگاه تربیت به مراحل زیر تقسیم می‌شود:

۱) دوران جنینی و کودکی: تا یازده سالگی

۲) دوران نوجوانی: ۱۱-۱۷ سالگی

۳) جوانی: ۱۸-۲۵ سالگی

۴) کهولت و پیری

ب) نکته‌ای که در این نوع تقسیم‌بندی نهفته جای خوشحالی و شاید تأسف به همراه دارد و آن این که براساس تقسیم‌بندی‌های جدید علوم تربیت و روان‌شناسی تربیت در سه مرحله هفت ساله انجام می‌گیرد که در مرحله نخست کودک آقای خانه بوده و در مراحل دوم و سوم نیز کودک به ترتیب نیاز به راهنمایی و کمک دیگران داشته و همچنین در کارها از او مشورت و کمک خواسته می‌شود؛ حال این نظریه را با نظر پیامبر اکرم (ص) مقایسه می‌کنیم:

در کتاب مکارم اخلاق تربیت از دیدگاه پیامبر اکرم (ص) به سه مرحله زیر تقسیم می‌شود:

۱. **دوره‌ی سیادت و آقای:** دربرگیرنده‌ی هفت سال نخست زندگی است و در این دوره کودک آقا و سرور خانواده بوده و باید توجه خاصی به او شود.

در این دوره به اصل زیر باید توجه کرد:

والدین باید مظهر عمل باشند نه حرف و هیچ تناقضی بین حرف و عمل آن‌ها وجود نداشته باشد که موید آیه‌ی مبارکه‌ی " اتامرون الناس با لبروتسنون انفسکم " که در همین راستا سعدی به زیبایی می‌گوید: سعدیا گرچه سخندان و مصالح گویی به عمل کار بر آید به سخندانی نیست.

۲. **دوره‌ی بندگی و اطاعت:** هفت سال دوم زندگی بوده و نیاز به کمک و راهنمایی دارند

و باید اصول موارد زیر را رعایت کرد:

- عدم تبعیض در خانواده
- هماهنگی در تربیت

- همکاری با مدرسه
- وفای به عهد
- گفتار نیک
- انتخاب الگو
- آزادی
- تفریحات سالم

۳. دوره‌ی وزارت: که شامل هفت سال سوم زندگی بوده و والدین باید در این دوره از آن‌ها مشورت گرفته و با نظرخواهی از آن‌ها درکارها و سایر مسائل زندگی به آن‌ها ارزش قائل شده واز آن‌ها کمک گیرند.

پ) دیدگاه سوم مراحل تربیت از نظر دکتر غلامحسین شکوهی بدین ترتیب می‌باشد:

۱. طفولیت: از تولد تا هجده ماهگی را شامل می‌شود ویژگی‌های مهم این دوره عبارتند از: رشد ذهنی و رشد عاطفی.

۲. کودکی اول: شامل سال سوم و چهارم زندگی بوده و ویژگی‌های مرحله قبل به اضافه‌ی تشخیص طلبی در این مرحله وجود دارد.

۳. کودکی دوم: سال‌های پنجم و ششم زندگی بوده ودراین مرحله باید تخیل و شخصیت کودک را تربیت کرد.

۴. کودکی سوم (دوره‌ی ابتدایی): ۷ تا ۱۲ سالگی را شامل می‌شود؛ دراین مرحله ویژگی‌هایی مثل: رشد جسمی، حسی، عاطفی و... بارزترند؛ وهمانگی دو نهاد تربیتی خانه و مدرسه و نقش معلم در تربیت اجتناب ناپذیر است.

۵. دوره‌ی نوجوانی (دوره‌ی راهنمایی): ۱۲ تا ۱۶ سالگی را شامل شده و این دوره همزمان با شروع بلوغ و انواع انحرافات می‌باشد بنابراین نوجوان نیازمند راهنمایی و کمک است.

۶. دوره‌ی جوانی: ۱۷ تا ۳۰ سالگی را شامل شده و در این دوره شخصیت جوان کاملاً شکل می‌گیرد.

### عوامل موثر در تربیت

الف) عوامل انسانی شامل:

۱) خانواده که خود شامل:

الف) مادر

ب) پدر

ج) خواهر و برادر بزرگتر

۲) معلم و کارکنان مدرسه و شاگردان

۳) محیط و اجتماع که خود شامل:

الف) معاشران

ب) خویشان و بستگان

پ) رهبران جامعه

ب) عوامل غیر انسانی شامل:

۱) غذا و دارو

۲) عوامل جغرافیایی، طبیعی، شغلی و...