

به نام خدا

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

کلیدهای شناخت و رفتار با

دخترها

نانسی اسنایدنمن و پگ استریپ

مترجم: اکرم کرمی

اسنایدرمن، نانسی، ۱۹۵۲
 کلیدهای شناخت و رفتار با دخترها؛ نانسی اسنایدرمن، پگ استریپ؛ مترجم:
 اکرم کرمی. - تهران: صابرین، کتابهای دانه، ۱۳۸۵.
 ISBN 964-6181-88-0 (کلیدهای تربیت کودکان)
 فهرست نویسی براساس اطلاعات فیپ.
 Girl in the mirror. mothers and daughters
 in the years of adolescence. 1st ed, c 2002
 عنوان اصلی:
 بالایی عنوان: کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان.
 ۱. والدین و نوجوانان. ۲. مادران و دختران. ۳. دختران نوجوان. ۴. نوجوانی. ۵. رفتار
 والدین. الف. استریپ، پگ، ۱۹۴۹. م، Streep, Peg، ب. کرمی، اکرم
 ۱۳۴۱. مترجم، ج. عنوان.
 ۳۰۶/۸۷۴ HQ ۷۹۹/۱۵/الف ۵۵ ک ۸
 ۱۳۸۵
 کتابخانه ملی ایران
 ۸۵-۷۵۴۷ م



کتابهای دانه

موسسه انتشارات صابرین ۸۸۷۴۶۹۵۵۰

کلیدهای شناخت و رفتار با دخترها

نانسی اسنایدرمن و پگ استریپ

اکرم کرمی	مترجم
علی خاکبازان	ویراستار
علیرضا ابراهیمی	اجرای طرح جلد
۵۰۰۰	تعداد
۱۳۸۵	چاپ اول
کارا	حروفچینی و صفحه‌آرایی
پویه گراور	لینوگرافی
اکسیر	چاپ جلد
بژمان	چاپ متن و صحافی

شابک: ۹۶۴-۶۱۸۱-۸۸-۰

ISBN: 964-6181-88-0

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت ۲۲۰۰ تومان

فهرست مطالب

۵	سخن ناشر
۷	مقدمه
۱۱	فصل اول: دگرگونیهای بنیادی
۳۰	فصل دوم: «من و تو» در تربیت
۵۸	فصل سوم: ماهیت سفر
۱۰۵	فصل چهارم: شکوفایی - کشف خود
۱۴۵	فصل پنجم: دریای منلاطم
۱۷۷	فصل ششم: از خود بیرسیم
۱۹۶	فصل هفتم: پیش به سوی آینده
۱۹۹	فصل هشتم: ... و درسهای دیگر

سخن ناشر

خواننده محترم، کتابی که پیش روی دارید، یک جلد از کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان است.

کتابهای این مجموعه علی‌رغم ارتباط موضوعی، هرکدام از نظر مطلب مستقل هستند. آمادگی برای زایمان، روشهای مناسب و صحیح شیر دادن، تولد فرزند دوم، نقش پدر در تربیت کودک، پرورش کودک تیزهوش، آموختن به کودکان دربارهٔ خدا، سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان، پرورش فرزندان امیدوار و موفق، کلیدهای رفتار با نوجوانان و نیز مطالب متنوع و جالب دیگری که به روشها و مشکلات تربیتی کودکان و نوجوانان تا سن بلوغ می‌پردازد، موضوع کتابهای این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نویسندگان این کتابها، آموزش شیوه‌های عملی به والدین است. در نتیجه، هر کتاب از فصلهای متعددی تشکیل شده است که هر فصل به توضیح یک روش کلیدی می‌پردازد. مجموعه کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان، علاوه بر پشتوانه علمی و معتبر خود، از زبانی ساده برای توضیح مطالب و انتقال آنها به خواننده استفاده کرده است که برای عموم مادران و پدران جوان قابل استفاده خواهد بود.

مقدمه

رشد هیچ یک از ما کامل و پیوسته نیست. گاه در یک بُعد رشد می‌کنیم و در بُعد دیگر بازمی‌مانیم. رشد امری نسبی است. گاه در یک زمینه بالغ می‌شویم و در زمینه دیگری کودکانه رفتار می‌کنیم. گذشته، حال و آینده با هم درمی‌آمیزند، ما را به پس و پیش سوق می‌دهند و گاه در زمان حال ثابت نگه می‌دارند. در واقع وجود ما ترکیبی از لایه‌های گوناگون است.

— آنیس نین^۱

ایده نگارش این کتاب حاصل گفتگوهای دو دوست است. گفتگوهایی که در ابتدا به مجموعه‌ای از افکار پراکنده شبیه بود، اما سرانجام به جهتی مهم سوق داده شد. وقتی من و پگ^۲ مشغول نوشتن کتاب سفرهای ضروری: بیاید از زندگی بیاموزیم بودیم، ساعتها با هم گفتگو می‌کردیم. کتاب به پایان رسیده بود اما گفتگوهای ما همچنان ادامه داشت. اینکه گفتگوی ما از کجا شروع شد، چندان اهمیتی ندارد، اما سرانجام به خودمان ختم شد؛ گذشته و حال ما، تغییرات جسمانی ما (تغییراتی که قبل از یائسگی رخ می‌دهند) و البته دخترهایمان. من صاحب دو دختر به نام کیت^۳ و راشل^۴

1. Anaïs Nin

2. Peg

3. Kate

4. Rachel

هستم و پگ دختری به نام الکساندرا^۱ دارد. ظاهراً هر سه آنها در آن زمان در اوج تغییرات دوره نوجوانی بودند. الکساندرا تازه وارد دبیرستان شده بود و پگ حسابی نگران بود. راشل، دختر کوچکتر من هم یکباره از این رو به آن رو شده بود. زندگی من و پگ نقطه مقابل یکدیگر بود، اما تمام داستانهای دلهره آور مختلفی که از دوست و آشنا شنیده بودیم و با یکدیگر در میان می گذاشتیم حاوی یک مضمون اساسی بود: نوجوانی دوره ای است که باید با آن کنار آمد و هر طور شده آن را پشت سر گذاشت. به نظر عموم مردم این دوره چندان جالب به نظر نمی رسد:

اما در خلال گفتگوها کم کم این سؤال برای ما مطرح شد که در این سالها چه اتفاقی برای مادران می افتد؟ واقعیت این است که با ورود دختران به دوره نوجوانی، زندگی مادران نیز دستخوش تغییر می شود. سرانجام به این نتیجه رسیدیم که چهل سالگی آن قدر که زمان حرکت به جلو است، زمان بازنشستگی نیست. از خود می پرسیدیم: بقیه زندگی ما چگونه پیش خواهد رفت. افت ناگزیر سیستم تولیدمثل ما، ما را فقط درگیر فراموشکاریهایی از قبیل جا گذاشتن دسته کلید و کیف پول یا کنار آمدن با فیبروم نکرده بود، بلکه فرصتی برای بازنگری به خودمان نیز به شمار می آمد. همزمانی میانسالی اکثر مادران با بلوغ دخترانشان در نظر هر دوی ما فوق العاده مهم تلقی می شد. و سرانجام هر دو از خود می پرسیدیم که: تغییراتی که در دختر روی می دهد، چه تأثیری بر مادر می گذارد و برعکس، جایگاهی که مادر خود را در آن می یابد (تلقی مادر از خود) چه تأثیری بر بلوغ دخترش می گذارد؟

همچنین هر دو به جایی رسیدیم که زنان، بیش از هر زمانی برایمان اهمیت پیدا کردند و در گفتگو با دوستانمان، نقش رابطه مادر و دختر در شکل گیری «خود» بارها و بارها مورد بررسی قرار گرفت. وقتی به خود

فکر می‌کردیم، می‌دیدیم که حتی برای ما که به پدر خود عشق می‌ورزیدیم و او را الگو قرار می‌دادیم، مادر نقش مؤثری در شکل‌دهی شخصیت‌مان داشته است. البته بین من و پگ تفاوت‌های زیادی وجود داشت. رابطه من و مادرم همواره بر اساس محبت، اعتماد و حمایت استوار بود؛ حال آنکه پگ هرگز به مادر خود نزدیک نبوده، هنگام بلوغ به شدت از این دوری رنج برده و در بزرگسالی نیز کاملاً با مادرش بیگانه باقی مانده است. وقتی مادر شدم، سعی کردم تفاوت شیوه تربیتی خود و مادرم را بپذیرم، گرچه مادرم را در این زمینه نمونه می‌دانستم. زمانی هم که پگ مادر شد، احساس کرد باید همه چیز را از صفر شروع کند. هرچند تجربه ما از مادر شدن با یکدیگر متفاوت بود، با این حال، در یک مورد مشترک بودیم: هر دوی ما برای مادر شدن باید از سایه مادر خود کناره می‌گرفتیم؛ چه این سایه دلنشین بود و چه سرد و بیم‌آور. در گفتگو با اکثر زنان، درباره ارتباط خود و مادرشان به نقاط مشترکی برمی‌خوریم که مؤید اهمیت آن روابط بود.

کتاب کلیدهای شناخت و رفتار با دخترها از کتابهای دیگر در زمینه تربیت نوجوانان متمایز است، زیرا نه فقط رابطه مادر و دختر را به صورت ویژه‌ای مورد بررسی قرار می‌دهد بلکه از دیدگاهی خوش‌بینانه نیز به آن نظر دارد. به نظر ما مشکلات نوجوانی فرصتی است تا فرزندان، ضمن آموختن مادر خود، بالهای پروازش را بیازماید و مادر نیز به آگاهی بیشتری دست یابد. تربیت کار دشواری است و بی‌تردید مادری کردن برای نوجوان نیز آسان نیست. اما تجربه، درسهای زیادی به ما خواهد آموخت. هرچه باشد همزمانی میانسالی مادر و بلوغ دختر کاملاً تصادفی نیست. حتی افرادی که چند سالی تا میانسالی فاصله دارند، در اوایل نوجوانی دختر خود، این همزمانی را با اندکی اختلاف تجربه می‌کنند.

این کتاب برخلاف کتابهای دیگر بر اساس مطالعات موردی نوشته نشده است؛ چراکه من پزشک هستم، نه روان‌شناس. در عوض، از نعمت

تحقیقات خیره‌کننده‌ای که در دهه گذشته درباره نوجوانی انجام شده، بهره‌مند شده‌ایم، گرچه همواره اندکی از این تحقیقات در مطبوعات بازتاب داشته است. همچنین بخت با ما یار بود و توانستیم از طریق گفتگوهای تلفنی و مبادله E-mail از همکاری کارشناسان و محققان برخوردار شویم. سرانجام اینکه از یاری ارزشمند مادران (و معدودی از پدران) دیگری که مایل بودند تجربیات خود را با ما در میان بگذارند، بی‌نصیب نماندیم.

نگارش این کتاب، خود سفری برای ما بود. ما آموختیم که آنچه عامه مردم اغلب درباره دختران بالغ می‌پندارند صحت ندارد و بخشی از عقاید خود ما نیز نیازمند اصلاحات اساسی است. با دقت در رابطه مادران و دختران متوجه روشهای مؤثری شدیم که زنان از طریق آن، توانمندیها و دیدگاههای منحصر به فردی نسبت به جهان کسب می‌کنند که نوعاً از روش مردان متفاوت است.

سرانجام اینکه این کتاب درباره رشد است و رشد در دوره بلوغ، به غیر از دوره طفولیت، چرخه‌ای بی‌نظیر در زندگی انسان است. دختران در این دوره تغییرات فیزیکی، شناختی، عاطفی و اجتماعی را تجربه می‌کنند و همین دوره فرصتی در اختیار مادران قرار می‌دهد تا رشد و تحول را تجربه کنند، هرچند به یقین این تجربه با تجربه فرزندشان متفاوت خواهد بود.