

# معرفی کتاب



فرزند نیرومند و متکی به نفس  
مراقبت ویژه در سنین بحرانی (۵ - ۱۵ سال)

به خاطر تولید انبوه، تغییر در سیستم‌های تولید و خودکار شدن آن‌ها، محدود شدن فرصت‌های استخدام مادام‌العمر و کلاً تغییر در شیوه‌های کار و در نتیجه ایجاد بحران‌های روحی و روانی و اقتصادی برای قشر عظیمی از جامعه.

این مسائل بخشی از فضای ذهنی اولیا و مربیان در شرایط کنونی را اشغال نموده است و مشکل اصلی چگونگی پرورش فرزندان است که در دنیای فردا می‌خواهند زندگی کنند. طبیعی است در این شرایط ذهنی بسیاری از افراد دچار یأس و ناامیدی، احساس حقارت و خود کم بینی می‌شوند و به خوبی روشن است این روحیه جز شکست چیز دیگری در پی نخواهد داشت. پس چه باید کرد؟

یکی از راه‌هایی که در برابر این مشکل پیشنهاد شده است، توجه به هوش عاطفی (EQ) است. از آنجا که هوش عاطفی بر خلاف هوش منطقی (IQ) اکتسابی است، می‌توان آن را به خوبی پرورش داد. بعضی اعتقاد دارند هوش عاطفی در موفقیت افراد بسیار اثرگذارتر از هوش منطقی است. نکته مهم اینست که

نوشته: تری آپتر  
ترجمه: محمد رضا آل یاسین  
ناشر: هامون  
تاریخ چاپ: ۱۳۸۱  
شمارگان: ۳۰۰۰  
قیمت: ۱۸۰۰ تومان  
تعداد صفحات: ۲۵۶

به انتخاب: سید علی آل صاحب فصول

یکی از مسائل مهمی که امروزه ذهن حساس والدین را به خود مشغول داشته است، موضوع تغییر و تحولات سریع و فزاینده‌ی دنیای کنونی است. سرعت گسترش علم، فناوری و اطلاع‌رسانی فضایی را ایجاد کرده که هر انسانی صبح که سر از خواب برمی‌دارد، انتظار شنیدن خبرهای تکان دهنده را دارد. اخباری در زمینه‌ی تحولات شغلی و حرفه‌ای، دستیابی به فناوری‌های جدید در زمینه‌ی تولید علم، دستیابی به روش‌های جدید تولید ثروت و هم‌چنین گسترش بی‌کاری و محدود شدن فرصت‌های شغلی



شکل‌گیری هوش عاطفی بین سنین ۵ تا ۱۵ سالگی می‌باشد. یکی از عناصری که در شکل‌گیری هوش عاطفی نقش به‌سزایی دارد، اعتماد به‌نفس می‌باشد. اعتماد به‌نفس توانایی انسان برای مسؤولیت‌پذیری و آفرینش تفاوت مثبت در محیط زندگی است. موضوع اصلی این کتاب چگونگی پرورش فرزندان نیرومند و متکی به‌نفس است. افرادی که بتوانند در پرتو اعتماد به‌نفس و انعطاف‌پذیری در این چالش‌ها و تحولات دایمی تاب بیاورند. برای انجام هر کار از مطالعه و تحقیق و همچنین پیروی از اصول مطابقت کنند. در مقابل خشونت‌های فزاینده محکم بایستند و در زندگی احساس غرور و مباهات داشته باشند و هیچ‌گاه از مسیر صلاح خارج نشوند. تری اپتر کتاب خود را با این هدف در هشت فصل تنظیم نموده است.

در فصل اول به‌شیوه‌های ارزیابی اعتماد به‌نفس بچه‌ها پرداخته است و ویژگی‌های بچه‌های فاقد اعتماد به‌نفس در خانه، مدرسه و در میان هم‌سالان را بر شمرده است.

در فصل دوم روش‌های جالبی را برای کمک به‌کودکان برای غلبه بر احساس حقارت ارائه نموده است.

در فصل سوم به‌این مسأله پرداخته که چگونه کمبودهای خود را به‌فرزندان‌مان منتقل نکنیم.

فصل چهارم روش‌های ایجاد انضباط مورد بحث قرار گرفته است.

در فصل پنجم به‌مسأله موفقیت و شکست در مدرسه پرداخته و در فصل ششم به‌این مسأله پرداخته که چگونه رقابت و هم‌چشمی بچه‌ها بر اعتماد به‌نفس‌شان تأثیر می‌گذارد و چه خطراتی بر ایشان در پی دارد.

فصل هفتم به‌نقش هم‌سالان در شکل‌گیری اعتماد به‌نفس می‌پردازد و فصل هشتم چگونگی استحکام بخشیدن به‌اعتماد به‌نفس نوجوانان را مورد بحث قرار داده است.

مطالعه این کتاب به‌همی اولیا و مربیان دل‌سوز که موج تغییر و تحولات دنیای کنونی آنان را به‌وحشت افکنده است، توصیه می‌شود.

