

بني خشم خودش را کنترک مي کند



مدیریت خشم
برای
کودکان و والدین

تألیف

دکتر جانان کوشنیر
رام کوشنیر

ترجمه

سید نادر آزادصفت

تصویرگر

ویدیا لالگودی جایشانکار

سخنی با والدین


کنار آمدن با موقعیت‌هایی که در آنها همه چیز دقیقاً طبق انتظار پیش نمی‌رود می‌تواند برای بزرگسالان دشوار و حتی برای کودکان دشوارتر باشد. کودکان غالباً این موقعیت‌ها را ناعادلانه می‌دانند یا فکر می‌کنند که عمداً از چیزی محروم می‌شوند. این موقعیت‌ها به‌طور معمول آزاردهنده هستند. بیشتر کودکان می‌توانند با این ناکامی‌ها کنار بیایند، اما کنار آمدن با آنها برای برخی دیگر از کودکان بسیار دشوار است. دشواری مدیریت کردن ناکامی می‌تواند به پاسخ‌های رفتاری نامطلوب، مثل فوران خشم و خشونت، بینجامد. در گذر زمان، این رفتار می‌تواند پیامدهای منفی شدیدی داشته باشد و به جدایی یا طرد از سوی سایر کودکان منجر شود. بسیاری از کودکان از این رفتار شرم‌منده می‌شوند و احساس می‌کنند کنترلی بر آن ندارند.

این واکنش‌های خشمناک به‌طور معمول در خانه بروز پیدا می‌کنند. در این موارد، رابطه والد - کودک در موقعیت‌های تعارض‌آمیز رو به وخامت می‌رود و مسیری منفی در پیش می‌گیرد و به‌طور بالقوه همه اعضای خانواده را تحت تأثیر قرار می‌دهد. کتاب پیش رو از طریق نشان دادن مسیر موفقیت‌بني و والدینش، به والدین و کودکان کمک می‌کند این خشم را برطرف کنند. لطفاً توجه داشته باشید که این کتاب جایگزینی برای درمان از سوی یک متخصص مجرب، محسوب نمی‌شود.



روزی روزگاری توله شیر بامزه‌ای به نام پنی در آفریقا کنار خانواده‌اش زندگی می‌کرد.
خانه‌اش در دشت‌های بزرگ، میان درختان سرسبز و زیر آسمان آبی بود.





بني روزها را با شادی و هیجان سپری می‌کرد.
او عاشق بازی کردن با دوستانش بود و با خواهر و برادرش در
علفزارها به این طرف و آن طرف می‌رفت.
او دوست داشت همراه با مادرش نقاشی‌های رنگارنگ بکشد و به
داستان‌های بامزه پدرش گوش کند.