

فرزندپروری: اهمیت، ماهیت و سبک‌ها

میرویس حسام^۱، رحمت الله ابراهیمی^۲ و دکتر هادی پورشافعی^۳

Email: mirwaishesam@gmail.com

Email: rahmatullah2022ibrahimi@gmail.com

Email: hpourshafei@birjand.ac.ir

چکیده

هدف از این پژوهش بررسی آموزش مهارت‌های زندگی بر روش‌های فرزندپروری، در میان والدین است. طرح پژوهش مروری بوده و با توجه به جستجوی سایت‌ها، مقالات، کتب و فصلنامه تهیه گردیده است. در دوهه اخیر، رابطه بین شیوه‌های فرزندپروری و کارکرد فرزندپروری و کارکرد خانواده توسط پژوهشگران بسیار مورد مطالعه قرار گرفته است. در پژوهش حاضر شیوه‌های فرزندپروری مهارت‌های فرزندپروری، سبک‌ها و اصول فرزندپروری مورد مطالعه قرار گرفت. این مقاله به بررسی اثرات ابعاد مختلف فرزندپروری بر رشد و توسعه کودکان می‌پردازد. این اثرات شامل شکل‌دهی به شخصیت، اعتماد به نفس، هوش، استعدادها و مهارت‌های اجتماعی کودکان است. مقاله بر این باور است که فرزندپروری منجر به ارتقاء توانایی‌های فردی و اجتماعی، توسعه مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله، تقویت خودکنترلی و تنظیم هیجان، افزایش توانایی‌های تصمیم‌گیری و مدیریت زمان، و توسعه اخلاقی و ارزش‌های قوی می‌شود. به طور کلی، مقاله به نتایج مثبت فرزندپروری پرداخته و بر جلب توجه به این نکته تأکید دارد که فرزندپروری سالم و مؤثر می‌تواند به رشد و توسعه سالم فیزیکی و روانی کودکان، افزایش مهارت‌ها و استعدادها، تقویت روابط خانوادگی و اجتماعی، افزایش اعتماد به نفس و احساس ارزشمندی، و تأثیر مثبت بر عملکرد تحصیلی و حرکت به سمت یک زندگی موفق و شادانه منجر شود. و همچنین می‌تواند روابط خانوادگی و اجتماعی را تقویت کرده و به تأسیس یک زندگی موفق کمک کند.

نتیجه گیری: با توجه به نکات مهم این مقاله می‌توان بیان داشت که فرزندپروری یک اصل مهم اجتماعی بوده و فرزندپروری نادرست سبب اتفاقات ناگواری در جامعه خواهد شد، تا جایی که فرزندپروری را مقدم بر فرزند آوری شمرند.

کلید واژه‌ها: فرزندپروری، اصول، مهارت‌ها، سبک مقتدرانه، سبک سهل گیرانه و سبک مستبدانه

^۱ میرویس حسام: دانشجوی رشته مدیریت کارشناسی ارشد، دانشگاه بیرجند.

^۲ رحمت الله ابراهیمی: دانشجوی رشته مدیریت کارشناسی ارشد، دانشگاه بیرجند.

^۳ دکتر هادی پورشافعی: استاد دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی و دانشیار دانشگاه دولتی بیرجند.



۱_ مقدمه

روابط بین کودکان و والدین و سایر اعضای خانواده را می توان به عنوان نظام یا شبکه ای از بخش هایی دانست که در کنش متقابل با یکدیگر هستند. از آنجایی که نظام خانواده در مجموعه ای از نظام بزرگتر قرار گرفته است به طور مستقیم یا غیر مستقیم از طریق روشهای مختلف تربیت کودک در کودکان تأثیر می گذارد. در یک بررسی، پارکر (۱۹۹۲)، نشان داد افرادی که نیازهای دوره کودکی شان به گونه ای مناسب ارضا نشده باشد، به هنگام وقوع فقدانها احتمال بیشتری وجود دارد که دچار افسردگی شوند و در این افراد، سبک والدین آنها به صورت یک شیوه مهار فاقد احساس، یعنی آمیخته ای از کم توجهی و بیش حمایت گری بوده است. و نیز بر اساس پژوهش پترسن (۱۹۸۲)، تدوام پرخاشگری در کودکان ناشی از تعامل های آنان با والدینشان است (مهرابی زاده، هنرمند و همکاران، ۱۳۷۹). به این اساس نحوه ارتباط والدین با کودکان قوی ترین عامل مؤثر بر الگوهای تعاملی خانواده محسوب می شود، خصوصاً در دوره های از زندگی کودکان که تحولات اساسی رشد روانی طی می شود. والدینی که در ارتباطات خود متزلزل، فاقد اطمینان خاطر و بی ثباتند، در نحوه تربیت فرزندان با یکدیگر توافق ندارند، از الگوهای فرزندپروری مبتنی بر طرد، حمایت افراطی با اغماض یا تسلط، انضباط دوگانه، سستی موازین اخلاقی، کمال جویی های غیر منطقی و عصبانیت و بی ثباتی عاطفی استفاده می کنند، رفتارهای نوروپیک^۱ را در کودکان تثبیت می کنند و سبب می شوند که کودکان از نظر هیجانی و عاطفی نیازمندتر شده و در چنین شرایطی از حس اعتماد و امنیت که اساس تحول هیجانی سالم محسوب می شود، ناکام بمانند (صدرالسادات و همکاران، ۱۳۸۴).

از هم پاشیدگی سازمان اصلی خانواده ضربه مهلکی به آینده فرزند در اجتماع می زند. تغییراتی که بر اثر مرگ والدین یا یکی از آن دو، طلاق و ترک خانواده در اوضاع و شرایط زندگی کودکان پدید می آید، نقش مؤثری در گرایش آنها به بزه کاری^۲ به خانواده های از هم پاشیده تعلق دارند. شیوه های فرزندپروری را می توان به چهار دسته شیوه فرزندپروری سهل گیرانه، شیوه فرزندپروری مستبدانه، شیوه فرزندپروری اقتدارمنطقی و شیوه فرزندپروری طرد کننده تقسیم کرد. متخصصان و روان شناسان کودک علت بسیاری از ناهنجاری کودکان را روابط خانوادگی و روش های فرزندپروری والدین می دانند و بر تأثیر وقایع و رویدادهای دوران کودکی در شکل گیری شخصیت افراد و زندگی آینده آنها تأکید می کنند. با توجه به اینکه بی شک شرایط روانی کودکان بدون تغییر در کارکرد خانواده ها، قادر به تغییر نخواهد بود و در اصلاح رفتار کودکان باید رابطه متقابل و پیچیده میان مشکلات رفتاری کودکان و متغیرهای خانواده مورد توجه قرار گیرد (صدرالسادات و همکاران، ۱۳۸۴).

۱ سرشت مضطرب (اختلالات خفیف)

۲ مجرم



اهمیت و جایگاه فرزندپروری

خانواده اولین جامعه‌ای است که ما و فرزندانمان در آن حضور پیدا می‌کنیم. همین اعضای خانواده، در دهه اول زندگی خود وارد جامعه‌ای بزرگتر به نام مدرسه می‌شوند و با کودکان دیگر در ارتباط هستند. پس از دوره مدرسه فرزندان ما کم‌کم وارد جامعه بعدی می‌شوند؛ محیط کار، زندگی اجتماعی و ... حال تصور کنید شخصی بدون طی کردن صحیح مراحل فرزندپروری، در این جامعه حضور داشته باشد. چه اتفاقی رخ خواهد داد؟ بیایید با یک مثال به اهمیت این موضوع پی ببریم. شما به عنوان یک والدین مسئولیت پذیر برای تربیت فرزند خود زمان بسیاری صرف کرده‌اید و نتیجه مطلوب را نیز گرفته‌اید. حال زمان این رسیده است که کودک خود را به مدرسه بفرستید. او با بهترین ورژن خود وارد مدرسه می‌شود. سن مدرسه یعنی در ۶ الی ۷ سالگی هنوز در حال ناپختگی است، شخصیتی کودک می‌تواند تغییر شکل دهد یا تکمیل شود. کافیست این کودک کنار فرزندی بنشیند که والدینی مانند شما نداشته باشد. چه عواقبی در پی خواهد داشت؟ آیا نوع تربیت او بر تربیت فرزند شما تأثیری نمی‌گذارد؟ مسئله اهمیت به فرزندپروری به همین سادگی است. زندگی اجتماعی ما دومینوار^۱ به هم پیوسته است. هیچ جزئی را نمی‌توان بی‌تأثیر دانست و همچنین ما نمی‌توانیم تمامی اجزا را کنترل کنیم. تنها چاره‌ای که برای این موضوع وجود دارد این است که هر شخصی در گذاشتن سهم دومینوی خود مسئولیت‌پذیر و با دقت عمل کند. به همین دلیل است که نقش ما به عنوان والدین نه تنها در تربیت فرزند بلکه در شکل‌گیری کلی سلامت جامعه بسیار حائز اهمیت خواهد بود (موسوی، زهره و نظری مقدم، پروانه، ۱۳۹۸).

اهمیت و جایگاه فرزندپروری به عنوان یکی از مهم‌ترین مسائل در جامعه و خانواده به دلیل تأثیر زیاد آن بر رشد و توسعه کودکان و نوجوانان بسیار مهم است (تمنایی‌فر، دکتر محمد رضا و کمال، زینب، ۱۳۹۳). در هر عصر و زمانی نه تنها ذات انسان خود را بی‌نیاز از تربیت و پرورش دانسته، بلکه پیشرفت خود را مرهون و مدیون آن میدانند. در چند سده اخیر، نقش آموزش و پرورش در توسعه جوامع، بازشناخته شده است. نکته مهم، فهم پرورش و ماهیت آن است (پورشافعی، هادی، ۱۳۹۸). از اهمیت‌های فرزندپروری می‌توان به نکات ذیل اشاره کرد:

۱. تربیت یا پرورش یک فرزند است: تربیت یک فرزند و پویش است. اصولاً فرایند، بر وقایع پویا، جاری، مستمر و پیوسته در حال تغییر دلالت دارد. در مورد پرورش، یکی از مشخصات بارز، حرکت و پویایی آن است که در اثر تعامل دایمی اجزا و متغیرهای موجود در آن صورت می‌گیرد و آغاز و پایانی ندارد.
۲. تربیت هدف‌دار و غایت‌مند است: اصولاً هر والد قبل از آنکه به کار فرزندپروری بپردازد باید بداند که پرورش چیست؟ همانند یک نقاش برای آنکه وی بتواند تابلوی زیبایی را ارائه دهد، باید قبلاً در ذهنش تصویر واقعی و روشن از زیبایی داشته باشد. تربیت به عنوان یک اقدام علمی و کاربردی از این قاعده جدا نیست. والد باید تصویری کلی از تربیت و پرورش و اهداف آن داشته باشد و به علاوه از مهارت‌های لازم نیز برخوردار باشد.
۳. دشوار بودن پرورش: باید پذیرفت که پرورش اقدامی دشوار و پیچیده است، اما این موضوع نیاز به استدلال دارد. دشواری تربیت نیز از آن جهت است، زیرا به طور اخص با انسان ارتباط می‌یابد، انسانی که خود به غایت، پیچیده و دشوار است.
۴. تأثیر بر رشد و توسعه کودکان: فرزندپروری می‌تواند تأثیر زیادی بر رشد فیزیکی، عاطفی، اجتماعی و شخصیتی کودکان داشته باشد.
۵. تأثیر بر سلامت روانی: فرزندپروری مناسب می‌تواند به تقویت سلامت روانی و افزایش خودکنترل و تعادل عاطفی کودکان کمک کند.



۶. تأثیر بر ارتقاء مهارت‌های اجتماعی: فرزندپروری صحیح می‌تواند به تقویت مهارت‌های اجتماعی، همکاری و حل مسائل در کودکان کمک کند.
۷. تأثیر بر ارتقاء اعتماد به نفس: فرزندپروری مناسب می‌تواند به تقویت اعتماد به نفس و اعتماد به خود در کودکان کمک کند.
۸. تأثیر بر پیشگیری از رفتارهای نامطلوب: فرزندپروری صحیح می‌تواند به پیشگیری از رفتارهای نامطلوب و مشکلات رفتاری در آینده کودکان کمک کند.
۹. تأثیر بر رشد اخلاقی: فرزندپروری مناسب می‌تواند به ارائه آموزش اصول اخلاقی، ارزش‌ها و رفتارهای صحیح به کودکان کمک کند.
۱۰. تأثیر بر رشد هوش و استعداد: فرزندپروری صحیح می‌تواند به تقویت هوش، استعدادها و توانایی‌های کودکان کمک کند.

تعریف فرزندپروری

فرزندپروری منظومه‌ای از نگرش در مورد فرزند، نحوه برقراری ارتباط با فرزند، روش نگهداری فرزند و جو عاطفی حاکم بر فضای رفتاری والدین می‌باشد (استنبرگ^۱، ۲۰۰۱). فرزندپروری به عنوان فرآیندی از تأثیرگذاری مثبت و مؤثر بر رشد و توسعه فرزندان به منظور شکل‌دهی بهترین نتایج برای زندگی آینده آن‌ها تعریف می‌شود. این فرآیند شامل تأمین نیازهای اساسی، ایجاد ارتباطات مؤثر، تربیت اخلاقی، ارائه حمایت و راهنمایی، تشویق به خودکنترل و مسئولیت‌پذیری، ایجاد اعتماد به نفس و تقویت مهارت‌های اجتماعی است. به طور کلی می‌توان گفت که فرزندپروری مجموعه روش‌هایی را در برمی‌گیرد که والدین برای رشد و پرورش کودک خود، آن را به کار می‌برند. قطعاً می‌دانید که سبک‌ها و روش‌های گوناگون فرزندپروری می‌تواند بخش مهمی از سلامت روان افراد را شکل دهد (بورنستین^۲، ۲۰۰۲).

فرزندپروری امری مقدم بر فرزندآوری است. اگر بخواهیم یک تعریف کلی برای این مفهوم بیان کنیم، می‌توان گفت تمام اصول پرورشی و تربیتی که مرتبط با سلامت جسم و روان کودک است در این گروه هستند. اینکه چطور کودک‌مان را تربیت کنیم یک چالش بزرگ است. گاهی انسان فراموش می‌کند که تربیت فرزندان چه مسئولیت بزرگی می‌تواند باشد. فرزندآوری پدیده بسیار مهم است. اقدام به فرزندآوری یعنی اینکه ما یک انسان دیگر را وادار به زندگی روی این کره خاکی می‌کنیم. در این صورت باید از خوشبخت کردن او اطمینان داشته باشیم. در واقع باید باور داشته باشیم که این دنیا و ما به عنوان والدین لیاقت و شرایط پرورش کودک‌مان را به بهترین شکل ممکن خواهیم داشت. فرزندپروری مراحل بسیاری دارد. کودک ما از زمان تولد تا سن ۷ الی ۱۰ سالگی شخصیتش شکل می‌گیرد. بخشی از این شخصیت وابسته به عوامل ژنتیکی است و بخش دیگر آن از محیط و والدین نشأت خواهد گرفت. ما در جایگاه پدر و مادر، اولین انسان‌هایی هستیم که کودک با آن‌ها ملاقات می‌کند. مغز او منتظر و آماده برای پردازش و الگوبرداری خواهد بود. تمام اعمال و رفتاری که از خود بروز می‌دهیم در ناخودآگاه فرزندمان ثبت می‌شود تا در زمانی که رفتار حرکتی اش تقویت شد آن را نشان دهد. بنابراین هر رفتار و شخصیتی که از کودک‌مان انتظار داریم، ابتدا باید در خودمان تقویت کنیم. در مراحل فرزندپروری، ما نمی‌توانیم به فرزند خود بگوییم کتاب خواندن مفید است و خودمان هرگز کتابی به دست نگیریم تا برای او الگوی مناسبی باشیم (کنستانتینسکو^۳، ۱۳۹۶).

سبک‌های فرزندپروری

آگاهی از نحوه پرورش فرزندان، علمی است که در دهه‌های اخیر نام و نشان پیدا کرده است. در حقیقت پیش از این دوران نیز سبک‌های فرزندپروری وجود داشته است. اگر به تجربه چندین والد در این نسل یا نسل‌های گذشته دقیق شویم، می‌توانیم رد

^۱ Steinberg

^۲ H. Bornstein

^۳ Dr. Daniel-Constantin ANGHEL



پای سبک‌های مختلف این موضوع را در آن‌ها بیابیم. والدین دهه شصت به سخت‌گیری معروف هستند و والدین نسل‌های قبل به تربیت خشن و فیزیکی شهرت دارند. پدر و مادرهای نسل جدید با آگاهی بیشتری اقدام به فرزندآوری و تربیت آن‌ها خواهند کرد. در دهه ۶۰ میلادی روانشناسی به نام دینا باومریند با تلاش‌های فراوان منجر به شناخت و معرفی سبک‌های پرورش فرزندان شد. او با بررسی تعداد زیادی از کودکان و همچنین تحلیل رفتار و عقاید والدین‌شان چهار سبک متنوع در فرزندپروری را به جامعه ارائه کرد که امروزه بسیار مورد استفاده قرار می‌گیرند (ماندارا^۱، ۲۰۰۳). با مطالعه این بخش می‌توانیم نحوه تربیتی خود را بیابیم و آن را بررسی و تحلیل کنیم. هر سبک ممکن است نقاط قوت و ضعف خود را داشته باشد با توجه به نوع شخصیت خود و فرزندان می‌توانیم یک یا ترکیب چند سبک را برای نحوه تربیتی خود انتخاب کنیم. ما در اینجا تنها به انواع فرزندپروری بسنده کرده‌ایم و اجزای تربیت که همچون: تربیت جسمی، تربیت اعتقادی، تربیت جنسی و شامل این مبحث نمی‌باشد (وفاپور، حسنا؛ مولایی، علی؛ مرادی، آسیه و کریمی، پروانه، ۱۳۹۸).

الف: پرورش مقتدرانه

والدین مقتدر، اقتدارشان را در عین انعطاف‌پذیری حفظ می‌کنند. در واقع والدینی با فرزندپروری مقتدرانه انتظارات معقول و منطقی‌ای از فرزندان خود دارند اما بر توقعات‌شان پافشاری نمی‌کنند، آن‌ها خواسته و اخلاقیات فرزندان‌شان را نیز در نظر می‌گیرند. در چنین روشی برای پرورش کودک به نکات بسیاری توجه خواهد شد. رفتار، شخصیت، شرایط لحظه‌ای، شرایط محیطی و ... در نوع برخورد والدین تأثیر خواهد داشت. والد مقتدر برای زندگی خود و کودک قوانینی وضع می‌کند اما طوری رفتار نمی‌کند که این قوانین منزل به چهارچوب‌های زننده برای فرزند تبدیل شود. برای مثال اگر در موقعیتی کودک به توقع او پاسخ مناسب ندهد، با او صحبت می‌کند تا دلایلش را بشنود و سعی دارد که او را درک کند. با این حال فرزند را با عواقب تصمیمش روبرو خواهد کرد و اجازه تجربه کردن احساسات خوب و بد را به او می‌دهد (باومریند^۲، ۱۹۶۶). کودکان تحت فرزندپروری مقتدرانه در بزرگسالی معمولاً ویژگی‌های زیر را خواهند داشت:

- عزت نفس بالا
- منطقی و مسئولیت‌پذیر
- احساس رضایت و شادی از زندگی
- راحتی در بیان احساسات
- قدرت بالا در تصمیم‌گیری
- شجاع در اقدام و عملکرد اما محتاط
- توانا در نه گفتن و انجام ندادن

¹ Mandara

² Baumrind



ب: پرورش مستبدانه

نام این سبک از تربیت فرزندان، مهم ترین ویژگی والدین را به ما معرفی می کند. پدر و مادرهای مستبد که می خواهند حرف خودشان باشد، هیچ دلیل و منطقی غیر از منطق خود قبول نمی کنند. چنین والدینی معتقدند که نباید روی حرفشان حرفی زده شود. در فرزندپروری مستبدانه، والدین بی آنکه در نظر داشته باشند که کودکشان چه نیازی دارد، تنها توقع دارند که بشنوند. معمولاً چنین خانواده هایی رابطه صمیمی یا نزدیک با فرزندان خود نخواهند داشت و همین مورد باعث می شود که طرفین خواسته های یکدیگر را درک نکنند و دائم درگیر دلگیری و دلخوری باشند. پدر و مادر مستبد باور دارند که ما تجربه بیشتری داریم، این مسیر را طی کرده ایم، بنابراین خوب و بد را برای فرزندان خود تشخیص خواهیم داد. در صورتی که خوب یا بد بودن فرد به فرد ممکن است متفاوت باشد. هیچ دلیل و منطقی برای این افراد قابل پذیرش نیست و تنها باید اطاعت شوند. زندگی با فرزندپروری سخت گیرانه اصلاً کار آسانی نیست اما نمی توان به چنین والدینی خرده گرفت. این افراد خود با چنین ایده هایی بزرگ شده اند. با این حال باید بتوانند با شناخت و آگاهی از شیوه تربیتی نادرست خود، رفتارشان را تغییر دهند تا آسیبی به فرزندان خود نرسانند. انکار کردن احساس کودک او را فردی سرخورده خواهد کرد. والد مستبد مدام حس کودک را خنثی می کند. چرا گریه می کنی، نباید داد بزنی، چیزی نشده و جملات شبیه به این، حرف های همیشگی یک والد مستبد است (ماندارا^۱، ۲۰۰۳). فرزندان که در این محیط رشد می کنند، شرایط سختی خواهند داشت. آن ها ویژگی های زیر را دارند:

- گوشه گیر و منزوی
- اعتماد به نفس پایین
- ناتوان در نه گفتن
- عدم توانایی در تشخیص خوب و بد
- پرخاشگری در جامعه به خصوص با افراد زیردست
- دروغگویی برای بازخواست شدن کمتر
- کاهش خلاقیت
- اضطراب و استرس
- کشته شدن حس کنجکاوی
- کمبود مهارت در برقراری ارتباط

ج: پرورش سهل گیرانه

اولین مشخصه والدین سهل گیر یا آسان گیر این است که قوانین محدودی وضع می کنند ولی هیچ تلاشی برای اجرایی شدن آنها نخواهند کرد. حتی اگر کودک این قوانین را زیر پا بگذارد باز هم عواقبی برایش به دنبال نخواهد داشت. والدین آسان گیر معمولاً به این علت این کار را می کنند که رابطه نزدیک تری با فرزند خود داشته باشند. درحقیقت آنها معتقدند که کودک باید کودکی کند و درگیر تنبیه شدن نباشد. گاهی هم از بی حوصلگی کودک را بازخواست نمی کنند (کوپلن^۲ و همکاران، ۲۰۰۲). درست است که رابطه صمیمی بسیار مهم است اما این رابطه نباید با باج دادن شکل گیرد. در خانواده هایی با فرزندپروری سهل انگارانه، کودک می آموزد که اگر به خواسته اش نرسید نافرمانی و ناراحتی کند. معمولاً این روش جواب می دهد و والدین به سرعت کوتاه می آیند. چنین صمیمیتی، نوعی نزدیکی کاذب و بی منطق است. شما ممکن است احساس

¹ Mandara

² Coplan



کنید با فرزند خود دوست هستید اما دوست خوبی برای او نخواهید بود. کودک شما چگونه باید خوب را از بد تشخیص دهد وقتی هیچ ناظری بر اعمال خود نداشته است؟ باید بدانید شما تنها کسی هستید که این رفتار را با او می‌کنید. زمانی که کودک وارد جامعه شود در صورتی که نیازش بی پاسخ بماند عواقب خوبی در انتظارش نخواهد بود. ویژگی فرزندان تحت تربیت فرزندپروری سهل‌گیر به شرح زیر است: احساس افسردگی از بی‌پاسخ ماندن توقعات

- اعتماد به نفس بالا اما کاذب
- کم توان در تصمیم‌گیری صحیح
- نپذیرفتن مسئولیت اشتباهات
- عدم توانایی در نه شنیدن
- زودرنج و کم طاقت
- رک و صریح در بیان احساسات
- اولویت دادن به نیازهای خود

د: بی‌اعتنایی والدین

این افراد نه سختگیرند و نه سهل‌گیر و با محبت. آنها تنها کودک خود را به حال خویش رها می‌کنند. اگر می‌خواهید بدانید که جزء والدین بی‌اعتنا هستید یا خیر، ببینید چقدر فرزند خود را می‌شناسید؟ از آن جایی که والد فرزندپروری بی‌اعتنا، هیچ پیگیری درباره مسائل کودک خود نمی‌کند، از احوالات و حتی سلايق او بی‌خبر خواهد ماند. چنین پدر و مادرهایی انتظار دارند فرزندان به صورت خودکار بزرگ شوند و مشکلاتشان را از همان ابتدا خودشان حل کنند. در عین حال این عدم سخت‌گیری باعث نزدیکی فرزند و والد نخواهد شد چرا که هیچ محبتی در پی ندارد. والدین بی‌اعتنا عشق‌ورزی و محبت به کودک را مانند پیگیری از او فراموش می‌کنند و الزامی در اجرای آن نمی‌بینند. معمولاً این افراد خود درگیر مشکلات بسیاری اعم از افسردگی، کمبود محبت، استعمال دخانیات، پرخاشگری و... هستند. کودکان این والدین در اثر این نوع از فرزندپروری، آسیب‌پذیرترین افراد جامعه می‌شوند. آن‌ها خصوصیات زیر را خواهند داشت:

- عدم اعتماد به نفس
- کمبود عزت نفس
- کمبود محبت و توجه
- نیازمند به تایید دیگران
- عدم احساس رضایت‌مندی در زندگی
- دارای مشکلات رفتاری
- ناتوانی در دوست‌یابی و مهارت‌های اجتماعی
- جلب رضایت دیگران به هر قیمتی
- احساس ناکافی بودن و طردشدگی

ه: پرورش طردکننده

والدینی که سبک طردکننده را برای پرورش فرزند انتخاب می‌کنند، از آن دسته والدینی هستند که توجه بسیار کمی به فرزند خود دارند و در بیان خودمانی‌تر، معتقدند بچه‌ها خودشان بزرگ می‌شوند. در این شیوه فرزندپروری فرزندان نه تنها از سوی والدین هدایت



نمی‌شوند، بلکه توجه بسیار کمی را دریافت می‌کنند (ماندارا^۱، ۲۰۰۳). این غفلت نسبت به فرزند، در بسیاری از موارد ممکن است به صورت ناخواسته و به دنبال وجود یک مشکل رخ دهد. برای مثال والدی که به بیماری افسردگی مبتلاست و یا تحت تأثیر مصرف مواد مخدر قرار دارد به شکل ناخودآگاه به غفلت از فرزندان و نادیده گرفتن آن‌ها روی می‌آورند. همچنین در مواردی که مشکلات حاد مالی، از دست دادن شغل، بیماری و ... رخ می‌دهد و این مسائل منجر به ایجاد سبک تربیت طردکننده می‌شود. والدینی که این شیوه را پیش می‌گیرند، آگاهی اندکی درباره رشد و پرورش کودک دارند و قادر به رسیدگی نسبت به نیازهای عاطفی و جسمی کودک نیستند. این روش تربیتی، بیش از دیگر روش‌ها آسیب‌زننده است و فرد را با مشکلات جدی روبه‌رو می‌کند. کودکان پرورش یافته در این سبک تربیتی، اغلب اعتماد به نفس اندکی دارند و در برخورد با اجتماع نمی‌توانند با قاطعیت رفتار کنند و یا تصمیم بگیرند. آن‌ها اغلب به افسرده‌خویی، دوری از دیگران و عدم برقراری ارتباط با افراد دیگر دچار می‌شوند و برای جلوگیری از طرد شدن دوباره، به رابطه جدیدی ورود نمی‌کنند. احساس کم ارزش بودن نیز از دیگر پیامدهای روش تربیتی طردکننده است که در این افراد به مقدار زیادی دیده می‌شود. از مهم‌ترین ویژگی‌های شیوه فرزندپروری طردکننده می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: عدم وجود روش تربیتی مشخص عدم حمایت و تأمین عاطفی و جسمی مراقبت اندک از سوی والدین انتظارات اندک از فرزندان (رفاهی، ژاله و طاهری، محمد ۱۳۹۸).

بهترین روش پرورش فرزند؛ روش معتبر

به نظر شما از میان تمام شیوه‌های پرورش فرزند که در بخش گذشته عنوان کردیم، کدام یک بهترین گزینه برای پرورش کودکان ما خواهد بود؟ طبق نظر کارشناسان این زمینه، بهترین روش بسیار نزدیک به روش فرزندپروری والدین مقتدرانه است. بسیاری از رفتارهای والدین مقتدر و واکنش‌های عادلانه آن‌ها در مسائل متفاوت، می‌تواند فرزند سالم و قدرتمند را به جامعه معرفی کند. روشی با نام روش تربیتی معتبر وجود دارد که اقتدار و محکم بودن والدین مقتدر را به همراه محبت و صمیمیت والدین آسان‌گیر به صورت همزمان دارد.

در این روش، کودک اجازه اشتباه کردن دارد اما این اشتباه بی پاسخ نمی‌ماند. برای مثال ممکن است ما به فرزند خود بگوییم که اگر لیوان را کج کند آب روی زمین می‌ریزد و باعث ایجاد آلودگی می‌شود. در این روش از فرزندپروری، قانون این است که لیوان را کج نکنند. حال اگر به هر علتی این اتفاق رخ دهد، هیچ احتیاجی به پرخاشگری یا تنبیه کردن‌های خشن نیست، باید با آرامش و محبت به او توضیح دهیم که چرا این اشتباه رخ داده است. در همین زمان به او می‌فهمانیم، هیچ ایرادی ندارد که باعث ریختن آب شده است چراکه یاد گرفته دفعه دیگر لیوان را کج نکنند. با این روش او را از تجربه کردن در زمینه‌های دیگر نیز نمی‌ترسانیم. در مرحله بعد باید با همان ارتباط دوستانه و صمیمانه، او را قانع کنیم که برای حل مسئله تلاش کند و در جمع کردن آب ریخته شده و تمیز کردن زمین به ما کمک نماید (شریعت‌مداری^۲، ۱۳۹۸).

در این سبک فرزندپروری، کودک هم تجربه کرده است، هم اشتباه کردن را می‌آموزد و هم با عواقب اشتباه خود روبرو خواهد شد. طی کردن تمام این مراحل از کودک ما فردی با اعتماد به نفس می‌سازد که احساس حمایت را از والدین خود دریافت کرده است و قدرت خلاقیت و تفکر او نیز تقویت می‌شود.

نکاتی برای موفقیت در فرزندپروری

فرزندپروری به عنوان یک مهارت معرفی می‌شود که با یادگیری صحیح آن می‌توانید در تربیت فرزندان خود به شکل مؤفق عمل کنید. همواره از فرزندان کمک بگیرید و هر کمکی می‌توانید به آنها انجام دهید. چون هیچ چیزی به یک کودک مانند وقتی که والدین خود را راهنمایی می‌کند احساس قدرت نمی‌دهد وقتی در حل مشکلی که به تنهایی قادر به حل آن

¹ Mandara

² Shariatmadari



نیستید کمکتان می کنند (گلسر^۱، ۱۴۰۰). برای آنکه این مرحله از والدگری را با موفقیت طی کنید، بهتر است نکات زیر را در نظر بگیرید :

- ✓ از صحبت کردن با فرزندان خود نترسید و سعی کنید در تمام مراحل همراه آن ها باشید. گفت و گو می تواند در بسیاری از موارد به شکل مؤثری کیفیت روابط را بالا ببرد.
- ✓ اقتدار والد بودن را به ترس از تنبیه و اطاعت تبدیل نکنید.
- ✓ شنونده خوبی برای فرزندان خود باشید.
- ✓ در وضع و اجرای قوانین خود مصمم باشید و دلایل آن را برای فرزندان خود توضیح دهید.
- ✓ پیامدهای عدم اجرای قوانین را به طور جدی اجرا کنید، چراکه عدم اجرای قوانین از سوی شما باعث می شود که فرزندان چندان روی حرف های شما حساب نکنند.
- ✓ از فرزندان خود، به ویژه کودکان نظر بخواهید و آن ها را در بحث شرکت دهید.
- ✓ باید در نظر بگیرید که نقش شما به عنوان والد، بسیار بیشتر و پررنگ تر از دیگر عوامل تربیتی است.

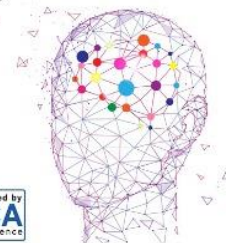
مهارت های فرزندپروری

مهارت های فرزندپروری می تواند به شما کمک کند تا روابط خود را با فرزندان به بهبود بخشید (مجله روانشناسی همراهت، ۱۴۰۲). این مهارت ها شامل موارد زیر می شود:

۱. ارتباط مؤثر: برقراری ارتباط مؤثر با فرزندان به شما کمک می کند تا آن ها را بهتر بفهمید و درک کنید.
 ۲. تحمل و کنترل هیجان: یادگیری چگونگی مدیریت هیجان های خود و فرزندان می تواند به خانواده شما کمک کند تا بهتر با هم ارتباط برقرار کنید.
 ۳. حل مسئله: یادگیری مهارت های حل مسئله و تصمیم گیری منطقی می تواند به شما در فرآیند تصمیم گیری در مورد فرزندپروری کمک کند.
 ۴. اعتماد به نفس: ایجاد اعتماد به نفس در فرزندان می تواند آن ها را در برابر چالش های زندگی تقویت کند.
 ۵. تعامل اجتماعی: یادگیری چگونگی تعامل و همکاری با دیگران می تواند به فرزندان شما کمک کند تا روابط اجتماعی سالم تری داشته باشند.
 ۶. بیان نمودن انتظارات به طور واضح: وقتی بچه ها نمی دانند چه انتظاری از آنها دارید، هرگز نمی توانند انتظارات والدین خود را برآورده کنند. والدین کارآمد می توانند انتظارات شان را توضیح دهند.
 - والد کارآمد به بچه ده - ساله خود نمی گوید اتاق را تمیز کن. در عوض، با زدن این حرف اتاق تمیز را توصیف می کند، «لباس - هایت را از کف اتاق جمع کن، تخت خود را مرتب کن و قالیچه را جارو بکش».
 ۷. این مهارت ها براساس تحقیقات و منابع علمی در زمینه فرزندپروری تأیید شده اند.
- منابع معتبر مثل کتب، مقالات علمی و سایت های معتبر می توانند به شما در یادگیری این مهارت ها کمک کنند (کنستانتینسکو^۲، ۲۰۰۸).

¹ William Glasser

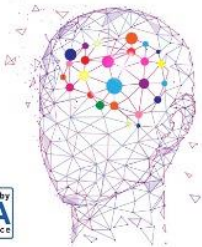
² Dr. Daniel-Constantin ANGHEL



اصول فرزندپروری

اصول فرزندپروری بر اساس تحقیقات روانشناسی و علوم تربیتی شامل عناصر مختلفی است که به بهترین شکل ممکن برای رشد و توسعه فرزندان می‌پردازد. این اصول شامل ایجاد ارتباط مثبت و مؤثر با فرزند، تشویق به خودکنترلی و مسئولیت‌پذیری، تأمین نیازهای اساسی، تربیت اخلاقی، ارائه حمایت و راهنمایی، تقویت مهارت‌های اجتماعی و ارتقاء اعتماد به نفس می‌باشد. اصول فرزندپروری به عنوان راهنمایی برای والدین و مراقبین در تربیت و پرورش کودکان و نوجوانان مورد استفاده قرار می‌گیرند. این اصول می‌توانند بر اساس تحقیقات روانشناسی و علوم تربیتی تدوین شده و برای ارتقای رشد و توسعه سالم فرزندان مفید باشند (دهدست، کوثر؛ اسمعیلی، معصومه ۱۳۹۹). برخی اصول فرزندپروری عبارتند از:

۱. ارتباط مثبت: ایجاد ارتباط دوستانه، محترمانه و پذیرش‌آمیز با فرزندان.
۲. تشویق به خودکنترل: تشویق فرزند به پذیرش مسئولیت و خودکنترل بر رفتارها و اعمال خود.
۳. تأمین نیازهای اساسی: فراهم کردن شرایط مناسب برای تأمین نیازهای فیزیولوژیکی، امنیت، عاطفی و اجتماعی فرزندان.
۴. تربیت اخلاقی: آموزش اصول اخلاقی، ارزش‌ها و رفتارهای صحیح به فرزندان.
۵. ارائه حمایت و راهنمایی: حضور حمایت‌گر و راهنما برای کمک به فرزندان در مواجهه با چالش‌ها و مشکلات.
۶. تقویت مهارت‌های اجتماعی: تقویت مهارت‌های ارتباطی، همکاری و حل مسائل در فرزندان.
۷. ارتقاء اعتماد به نفس: ایجاد شرایط برای تقویت اعتماد به نفس و اعتماد به خود در فرزندان.
۸. الگوبرداری از والدین: خواه رفتارهای سلامتی خود شما باشد یا نحوه برخورد با دیگران، فرزندان شما از آنچه شما انجام می‌دهید یاد می‌گیرند و الگو برداری می‌کنند. این یکی از مهم‌ترین اصول است که آنچه شما انجام می‌دهید بر روی رفتار کودک اثر گذار خواهد بود. لازم است والدین در مقابل رفتار کودک به صورت ناگهانی و بدون فکر عکس العمل لحظه‌ای نشان ندهند. والدین باید از خود بپرسند، من قصد انجام چه کاری را دارم و آیا احتمال دارد که این عمل نتیجه‌ای مطلوب را به وجود آورد و من را به هدفم برساند؟
۹. محبت دائمی والدین: این یک امر غیر ممکن است که بتوان تنها با محبت کردن به کودک او را به درستی پرورش داد. یا به تعبیر دیگر نشان دادن عشق و محبت به فرزندان تنها راه پرورش و رشد دادن ذهن و جسم کودک نیست. نشان دادن عشق و محبت به کودک تنها از طریق کلمات یا رفتار برای انتقال عشق به او کافی نیست. گاهی لازم است والدین از طریق رفتارهای جایگزین محبت خود را به کودک نشان دهند. به عنوان مثال داشتن نرمش در موارد خاص، کاهش سطح انتظارات و اجتناب از تحت فشار قرار دادن کودک یا دادن یک هدیه مناسب همگی می‌توانند نشان دهنده عشق و محبت والدین به کودک باشند.
۱۰. حضور فعال والدین در زندگی فرزند: اینکه به عنوان پدر و مادر در زندگی فرزند خود حضور فعال داشته باشید مسئله‌ای زمان‌بر بوده و کار نسبتاً سختی است. اما والدین با تجدید نظر و تنظیم مجدد اولویت‌های زندگی قادر به انجام این کار خواهند بود. این کار به معنای فدا کردن بعضی از اولویت‌های کوچک در مقابل اولویت مهم‌تر و بزرگتری می‌باشد. سعی کنید که از نظر روحی و جسمی همواره در زندگی فرزند خود حضور فعال داشته باشید. حضور فعال به معنای انجام تکالیف کودک یا اصلاح مداوم آن نیست. تکالیف درسی ایزاری است برای معلمان که بدانند



کودک در حال یادگیری است یا خیر. اگر تکالیف کودک را انجام دهید، به معلم اجازه نمی‌دهید تا از وضعیت کودک شما ارزیابی درستی به عمل آورد.

۱۱. پرورش متناسب با سن کودک: از نظر قواعد فرزندپروری با رشد کودک خود همگام باشید. فرزند شما در حال بزرگ شدن است. در نظر بگیرید که بالا رفتن سن چگونه بر رفتار کودک تأثیر می‌گذارد. همان انگیزه استقلال که باعث می‌شود کودک ۳ ساله شما همیشه "نه" بگوید، انگیزه او برای یادگیری توالی رفتن است. همان جهش رشد فکری که باعث می‌شود کودک ۱۳ ساله شما در کلاس کنجاکو و پرسشگر شود، باعث می‌شود رفتار یا حضور او در میز شام (غذای شب) بحث برانگیز باشد.

۱۲. وضع قوانین و محدودیت‌های لازم: اگر شما رفتار کودک خود را در کودکی مدیریت نکنید، او به سختی یاد می‌گیرد که چگونه رفتار خودش را در بزرگسالی مدیریت کند. هر زمان از شبانه روز، همیشه باید قادر باشید به این سه سؤال پاسخ دهید: فرزند من کجاست؟ چه کسی با فرزند من است؟ فرزند من چه کاری انجام می‌دهد؟

۱۳. تقویت استقلال کودک: تعیین مرزها و محدودیت‌ها به کودک کمک می‌کند تا احساس کنترل را در خود ایجاد کند. تشویق استقلال به او کمک می‌کند تا این اعتماد به نفس را بدست آورد که احساس کند قادر به یافتن راه خود است. برای موفقیت در زندگی، او به هر دو (محدودیت و استقلال) نیاز خواهد داشت. طبیعی است که بچه‌ها برای مستقل شدن به والدین فشار بیاورند. بسیاری از والدین به اشتباه استقلال فرزند خود را با عصیان یا نافرمانی یکی می‌دانند. کودکان برای استقلال تلاش می‌کنند زیرا این بخشی از ذات انسان است که می‌خواهد زندگی خود را بدست خود کنترل کند تا اینکه تحت کنترل شخص دیگری باشد.

۱۴. ثابت قدم بودن والدین: اگر قوانین شما از روزی به روز دیگر و به صورتی غیرقابل پیش بینی تغییر کند یا اگر آن را فقط به صورت متناوب اجرا کنید، بیش از هر کسی در بروز رفتارهای غلط فرزندتان مقصر هستید. مهمترین ابزار انضباطی شما ثابت قدم بودن است. موارد غیر قابل مذاکره خود را شناسایی کنید. هرچه اختیارات شما بیشتر باشد بر اساس خرد و نه بر اساس قدرت، فرزند شما کمتر آن‌ها را به چالش می‌کشد.

۱۵. اجتناب از نظم و انضباط شدید: والدین هرگز نباید تحت هیچ شرایطی کودک را کتک بزنند. کودکانی که با آنها بد رفتاری می‌شود، کتک یا سیلی می‌خورند، بیشتر در معرض جنگ با سایر بچه‌ها هستند. این کودکان احتمالاً قلدر هستند و بیشتر از طریق تهاجم و پرخاش برای حل اختلاف با دیگران استفاده می‌کنند. روشهای زیادی برای تربیت کودک وجود دارد. از جمله اختصاص زمانی که کودک باید به کارهای خود فکر کند. این روش که بهتر کار می‌کند نیازی به پرخاشگری و تنبیه ندارد.

۱۶. توضیح قوانین و تصمیمات: والدین خوب انتظاراتی دارند که می‌خواهند فرزندشان برآورده کند. به طور کلی، والدین به کودکان خردسال خود بیش از حد توضیح می‌دهند و به نوجوانان نیز در مورد تصمیمات خود کمتر توضیح می‌دهند. آنچه برای والدین واضح است ممکن است برای یک کودک ۱۲ ساله مشهود نباشد. او از اولویت‌ها، قضاوت‌ها یا تجربیاتی والدین اطلاعی ندارد و لازم است در این مورد راهنمایی شود.

۱۷. احترام به کودک: بهترین راه برای دریافت احترام از کودک، رفتار محترمانه با اوست. لازم است والدین به همان اندازه که به کودک دیگران احترام می‌گذارد به فرزندان خود احترام بگذارند. با او مودبانه صحبت کنید. به عقیده او احترام



بگذارید. وقتی با شما صحبت می کند به او توجه کنید. با او مهربانانه رفتار کنید. سعی کنید هر وقت می توانید او را راضی کنید. نحوه برخورد والدین با کودک تعیین کننده پایه و اساس روابط او با دیگران است. این اصول می توانند به عنوان چارچوب کلی برای پرورش و تعلیم فرزندان استفاده شوند، با این حال، همچنین باید توجه داشت که هر فرزند دارای نیازها و شخصیت منحصر به فرد خود است و باید به شکل مناسب با وضعیت و نیازهای هر فرزند به این اصول پرداخت (محمد تکین^۱، ۲۰۱۶).

۲_ روش پژوهش

روش تحقیق فعلی به نوع توصیفی مطالعه ای، پیمایشی بوده که با جمع آوری معلومات از کتب، مجلات، مقالات و همچنان مطالعه ای از تعداد مقالات تحقیقی و علمی بدست آورده و موضوعات و مطالب که در آن ها در باره فرزندپروری، اصول و مهارت های آن، نوشته شده بود مطالعه گردید؛ از مطالب و موضوعات مقالات بررسی شده برداشتهای استنباط شده را جهت ثبوت تحقیق یا روش کاری در ترتیب و تهیه این مقاله استفاده شده است.

۳_ یافته ها

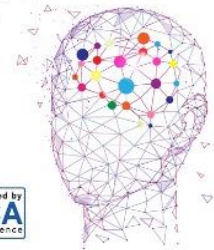
یافته های تحقیق نشان داد که فرزندپروری یک اصل مهم اجتماعی بوده و فرزندپروری نادرست سبب اتفاقات ناگواری در جامعه خواهد شد، تا جایی که فرزندپروری را مقدم بر فرزند آوری شمردند. یافته های فرزندپروری به مجموعه ای از تکنیک ها، روش ها و راهکارهایی اشاره دارد که برای پرورش و تربیت کودکان به کار می رود. این یافته ها شامل مواردی مانند اهمیت ارتباط صمیمانه با کودکان، تقویت اعتماد به نفس آن ها، تحریک خلاقیت و تفکر منطقی، ارائه ساختار و مرزهای واضح برای زندگی کودکان و... است. این یافته ها بر اساس تحقیقات علمی و تجربیات عملی در زمینه پرورش و تربیت کودکان به دست آمده اند و می توانند به والدین و مربیان کمک کنند تا روش های بهتری برای پرورش فرزندان خود بیابند و سبک های چهارگانه مقدرانه، مستبدانه، سهل گیرانه و طرد کننده برای بهبود این کار پیشنهاد گردیده است. و از میان این سبک ها، سبک مقدرانه به عنوان سبک ارزنده و خوب به خواننده معرفی می گردد. و دانستن اصول فرزندپروری برای پرورش فرزندان خصوصا کودکان نیز ضروری است.

۴_ نتیجه گیری

نتایج فرزندپروری می تواند به شکل دهی به شخصیت، استعدادها، مهارت های اجتماعی و هوش کودکان منجر شود. این شامل ارتقاء توانایی های فردی و اجتماعی، توسعه مهارت های ارتباطی و حل مسئله، تقویت خودکنترل و تنظیم هیجان، افزایش توانایی های تصمیم گیری و مدیریت زمان، و توسعه اخلاقی و ارزش های قوی می شود. به طور کلی، نتایج مثبت فرزندپروری شامل رشد و توسعه سالم فیزیکی و روانی کودکان، افزایش مهارت ها و استعدادها، تقویت روابط خانوادگی و اجتماعی، اعتماد به نفس و احساس ارزشمندی، و تأثیر مثبت بر عملکرد تحصیلی و حرکت به سمت یک زندگی موفق و شادانه است. فرزندپروری به مجموعه ای از فعالیت ها، رفتارها، و روش هایی اطلاق می شود که والدین یا نگهدارندگان برای تربیت و توسعه کودکان خود به کار می برند. این فعالیت ها شامل تغذیه، آموزش، پشتیبانی احساسی، تربیت اخلاقی، تربیت اجتماعی و فراهم کردن یک محیط سالم و پایدار برای رشد و توسعه کودکان است.

فرزندپروری شامل مسئولیت های مختلفی مانند مراقبت از سلامت فیزیکی و روانی کودک، ارائه آموزش های مناسب برای رشد علمی و فرهنگی، تقویت ارتباطات خانوادگی و اجتماعی، و تأمین نیازهای اساسی کودکان مانند غذا، پوشاک و محبت است.

¹ Mehmet Tekin



فرزندپروری نقش بسیار مهمی پدر شکل دهی به ابعاد مختلف شخصیت کودکان ایفا می کند، و به عنوان یک فرآیند پایدار و طولانی مدت، تأثیر بسزایی بر زندگی کودکان دارد.

پیشنهادهای

برای اجرا فرایند فرزندپروری خوب سه نکته پیشنهاد می گردد:

۱. ارضای کامل نیازهای کودکان توسط والدین (به شکل مدیریت شده): تمام نیازها به خصوص نیازهای عاطفی کودکان باید از طرف والدین ارضا شود چون اگر خانواده محل امنی برای ارضای نیازهای کودکان نباشد، غیر ممکن است بتوان آنها را به انتظارات والدین وادار کرد. به طور کلی، شیوه های ارضای نیازهای کودکان با توجه به نیازهای جسمانی، عقلانی، و اجتماعی آنها و ارائه یک محیط پشتیبان و محبت آمیز برای رشد سالم آنها متکی است.
۲. ارتباط و تعامل دوستانه والدین با فرزندان (با در نظر گرفتن اقتدار والدین): هرچه تعامل والدین با فرزندان قوی تر باشد به همان اندازه بازده آن بیشتر است. هر زمان از شبانه روز، همیشه باید والدین قادر باشند به این سه سؤال پاسخ دهند: فرزند من کجاست؟ چه کسی با فرزند من است؟ فرزند من چه کاری انجام می دهد؟
۳. نظر و مشوره خواستن از فرزندان به ویژه کودکان: از فرزندان باید در موارد خانوادگی و تصمیم گیری های خورد و بزرگ، مشوره خواسته شود و آنها در بحث ها باید شرکت کنند. و والدین خوب والدینی است که شنونده خوبی برای نظریات فرزندان باشند، این مهم به فرزندان عزت نفس می بخشد و اعتماد به نفس کودکان افزایش پیدا می کند و آنها احساس قدرت و ارزشمندی می کنند.



منابع

- پورشافعی، هادی (۱۳۹۸). تربیت در دوران کودکی. بیرجند: نشر چهار درخت.
- تمنایی فر محمد رضا و کمال، زینب (۱۳۹۳). پیش‌بینی مهارت‌های اجتماعی بر اساس سبک‌های فرزندپروری، نشریه روانشناسی اجتماعی، ۳۲ (۷)، ۵۱-۶۱.
- دهدست، کوثر؛ اسمعیلی، معصومه، (۱۳۹۹). فرزندپروری اخلاق محور: تعریف، مبانی و اصول تربیتی مبتنی بر آرای علامه طباطبائی، نشریه پژوهش‌های مشاوره، ۷۵ (۹)، ۲۰-۳۴.
- رفاهی، ژاله و طاهری، محمد (۱۳۹۸). پیش‌بینی سبک‌های فرزندپروری مادران براساس طرحواره‌های اولیه و سبک‌های دلبستگی آنان، فصلنامه علمی پژوهشی زن و جامعه، ۱۰ (۱)، ۱۶-۱۹.
- صدرالسادات، سید جلال؛ اسفندآباد، حسن شمس و امامی‌پور، سوزان (۱۳۸۴). مقایسه شیوه‌های فرزندپروری و کارکرد خانواده در خانواده‌های بد سرپرست، دارای اخلاقات رفتاری و عادی، همایش دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد، ۷ (۲)، ۴۳-۴۸.
- کنستانتینسکو، ماریا (۱۳۹۶). توسعه مهارت‌های فرزندپروری با اجرای خانواده برنامه‌های قوی، هفتمین کنفرانس بین‌المللی علوم اجتماعی و رفتاری ۲۰۱۶.
- گلسر، ولیام (۱۴۰۰). مدرسه کیفی. ترجمه علی صاحبی. تهران: انتشارات سایه سخن.
- مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ نجاریان، بهمن و بحرینی، شهناز (۱۳۷۹). رابطه شیوه‌های فرزندپروری با سلامت روانی و هماهنگی مؤلفه‌های خود پنداشت، مجله روانشناسی عمومی ۴ (۱)، ۲-۴.
- موسوی امیرآباد، زهره و نظری مقدم، پروانه (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های فرزندپروری مثبت بر کفایت اجتماعی و تنظیم هیجان دانش‌آموزان، نشریه رویش روانشناسی ۴۳ (۲)، ۳۹-۴۶.
- مجله روانشناسی همراهتم، چرا فرزندپروری مقدم بر فرزند آوری است؟، خرداد ۱۴۰۲.
- وفاپور، حسنا؛ مولایی، علی؛ مرادی، آسیه و کریمی، پروانه، (۱۳۹۸). نقش سبک‌های فرزندپروری و جهت‌گیری مذهبی والدین در پیش‌بینی هوش معنوی فرزندان آنها، رویش روانشناسی، ۱ (۳۴)، ۸-۱۲.
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37, 887-907.
- Coplan, R. J., Hastings, P. D., Lagace-Seguin, D. G., & Moulton, C. E. (2002). Authoritative and authoritarian mother's parenting goals, attributions, and emotions across different childrearing contexts. *Parenting, Science and Practice*, 2, 1-26.
- Constantinescu, M. (2008). *Dezvoltare umană și asistența socială*. Pitesti: Editura Universității din Pitești. Constantinescu.
- Mehmet Tekin. (2002), *Parenting: Science and Practice*; 12:2-9 Science Publishers.
- Mandara, J. (2003). The typological approach in child and family psychology: A review of theory, methods, and research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 6, 129-146.
- Marc H. Bornstein. (2002), *Handbook of Parenting: Biology and Ecology of Parenting*; by Routledge.
- Shariatmadari, A. (1998). *Educational Psychology*. Tehran: Amir kabir. Persian.
- Steinberg, L. (2001), *We Know some thing: parentadolesentrelationships in retrospect and prospect*. *Journal of Research on Adolescence*; 11: 1-19. - Steinberg, L., Lamborn, S., Darling.