

# تأثیرات صندلی غذاخوری بر تعاملات و رفتارهای کودک

## چکیده

به طور کلی، یادگیری تعاملات و رفتارهای اجتماعی و همچنین استقلال فردی کودکان از همان دوره‌های آغازین شروع می‌شود. محیط و وسایل پیرامون کودک در سبک زندگی، تعاملات و یادگیری او بسیار تأثیرگذار هستند. نتیجه مطالعه این بود که تعاملات و یادگیری کودک اهمیت بسیاری حتی در دوره‌های بعدی زندگی دارند و باید ابزارها و محیط، شرایط را برای یادگیری و تعاملات کودکان تسهیل کنند تا کیفیت زندگی هم برای والدین و هم برای کودکان بهبود یابد. صندلی غذاخوری کودک یکی از این وسایل است که علاوه بر ارگونومی مناسب، باید علایق کودک را در آن در نظر گرفت. طراح وظیفه دارد ابزاری خلق کند که پاسخگوی نیازهای کودک و زمینه‌ساز رشد او باشد. تجربه کودکی، تحت تأثیر چگونگی پاسخ‌دهی به نیازهای روانی کودک در محیطی که در آن زندگی می‌کند است و در این زمینه ویژگی‌ها و قابلیت‌های محیطی همراه با ویژگی‌های روانی- اجتماعی محیط دارای اهمیت هستند. در این مقاله مروری با هدفی کاربردی، با مطالعه مهارت‌ها و تعاملات کودک با دیگران، نیازها و خواسته‌های کودکان و والدین با روش اجرای توصیفی بررسی شده است.

## کلیدواژه‌ها

صندلی غذاخوری کودک، رفتار کودک، تعاملات والد- کودک، وسایل و ابزار مرتبط با کودک

mahshadrho96@gmail.com

بازه پذیرش مقاله: ۷ ماه

مقاله  
مروری

## مقدمه

سال‌های ابتدایی زندگی مهم‌ترین دوران رشد و تکامل کودک محسوب می‌شود. از این رو تغذیه، تعامل و نحوه رفتار با کودک در این دوران، نقش قابل توجهی در عملکرد جسمی، روحی و اجتماعی او در سال‌های بعدی زندگی ایفا می‌کند. خانواده اولین پایه‌گذار شخصیت، ارزش‌ها و معیارهای فکری فرد است که نقش مهمی در تعیین سرنوشت، سبک و خط مشی زندگی فرد در آینده دارد. واکنش کودک نسبت به محیط پیرامون خود تحت تأثیر موازین اجتماعی و فرهنگی گروهی است که در آن بزرگ شده است. همان‌طور که خانواده‌ها بر روی کودک تأثیرگذار هستند محیط و وسایل مورد استفاده برای کودک بر روی شخصیت، عادات و رفتار کودک مؤثر هستند و در صورت مناسب بودن، سلامت و ایمنی جسمی کودک را تضمین می‌کنند (Gural, 1999). یکی از محصولات که می‌تواند به آموزش و تعامل کودک با افراد و محیط کمک کند صندلی غذاخوری است (شکل ۱).

به واسطه طراحی صندلی، امکاناتی مهیا می‌شود که کودکان می‌توانند از طریق آن‌ها، غذای خود را صرف کنند بنابراین باعث ایجاد حس اعتماد به نفس و استقلال کودک می‌شود. از آنجایی که تعاملات والد-کودک، به خصوص کودکان نوپا که از اولین تعاملات بوده، نقش کلیدی در توسعه مهارت‌های اجتماعی داشته و صندلی غذاخوری کودک می‌تواند به عنوان اولین واسطه‌های فیزیکی این تعاملات مؤثر باشد، باید توجه داشت روش‌های تغذیه در هر فرهنگ متفاوت است و همچنین تعاملات مناسب و صحیح می‌تواند زمینه یادگیری و جذب مهارت‌های اجتماعی انطباقی را در کودکان ایجاد کند.

از اهداف این مقاله، بررسی تأثیرات صندلی غذاخوری بر تعاملات و رفتارهای کودک و چالش‌های موجود در ارتباط میان والد و کودک و نیازها و خواسته‌های ایشان است. سؤالاتی که در این رابطه مطرح می‌شوند، ۱- نحوه تعاملات میان والد و کودک در هنگام استفاده از محصول به چه صورت است؟ ۲- چالش‌های والد و کودک زمان غذا دادن به کودک از طریق واسطه فیزیکی چیست؟

در فرایند این مقاله به بیان مسئله و موضوعات و مشکلات موجود در رابطه با کودک و محصول صندلی غذاخوری کودک و تعاملات ایشان با والد پرداخته شده و در رابطه با این مسئله سؤالات و اهداف پژوهش مشخص شد.



شکل ۱. صندلی غذاخوری کودک (deltachildren.com)

همچنین، تعامل والد-کودک بر رشد فیزیکی و شناختی کودک تأثیرگذار است. این تعامل در سنین سه تا شش سالگی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است؛ چراکه کودک تقلید کردن را یاد گرفته، سعی می‌کند همه اتفاقات و فعالیت‌های اطراف را باز آفرینی کند و از

## روش مطالعه

برای گردآوری این مقاله، تحقیقات به صورت کتابخانه‌ای انجام گرفته است. در ابتدا ۴۲ مقاله خارجی و ۳۱ مقاله داخلی با استفاده از جستجوی کلید واژه‌های ذکر شده مورد بررسی قرار گرفتند که پس از مطالعه چکیده و مبانی نظری، هفت مقاله به دلیل عدم تناسب محتوا (دو مقاله خارجی و پنج مقاله داخلی) حذف شدند. یکی از محدودیت‌های موجود در مطالعات عدم دسترسی به سه مقاله مرتبط با موضوع بود. در انتها ۶۳ مقاله به طور کامل مطالعه و بررسی شدند و موارد لازم و مرتبط با موضوع مقاله حاضر استخراج شدند.

## مرور ادبیات موضوعی

با توجه به نقش و تأثیر دوران کودکی در شکل‌دهی شخصیت ایشان در بزرگسالی (خداداده و علاقیند، ۱۳۹۴)، زویبگ (۱۳۹۸) استدلال می‌کند محصولات و فضاها نیز برای رشد فیزیکی، ذهنی، عاطفی و اجتماعی آنان و تکوین این شخصیت، حائز اهمیت هستند.

آنجایی که کودک تمرکز نسبتاً خوبی پیدا کرده، می‌تواند خلاقیت داشته باشد و همچنین بسیاری از توانمندی‌های کودکان همچون خودآگاهی، استقلال، مهارت‌های شناختی و مشارکت در فعالیت‌های گروهی که در آینده، زمینه‌ساز تعامل‌پذیری کودک با محیط می‌شود در این سنین شکل می‌گیرد (رحیمی، ۱۳۹۹). فعالیت و مشارکت در امور روزانه دوران کودکی، برای موفقیت کودکان در سنین بالاتر بسیار مهم است (Jones, Greenberg & Crowley, 2015). بخش قابل توجهی از تعامل والد و کودک، از طریق غذا دادن و با آغاز دوره شیردهی شکل می‌گیرد. در فرایند تغذیه، بسیاری از ویژگی‌های مطلوب انسانی نظیر آزادی عمل و مسئولیت‌پذیری به وجود می‌آید (کازمی، زهرایی و دهشیری، ۱۳۹۶). نظریه این که والدین، تعامل و تغذیه کودک خود را به شیوه‌های متفاوت انجام می‌دهند (Savage, Fisher, & Birch, 2007)، کیفیت این تعاملات، تأثیر بسزایی در سلامت روان کودکان دارد (Zachrisson & Skarderud, 2010). ضرورت مطالعه صندلی غذاخوری کودک و تأثیر آن به سلامت روان کودک و نیز تعاملات والد-کودک به شیوه‌ای صحیح بر می‌گردد.

## کودک

کودک به کسی اطلاق می‌شود که سه مرحله کودکی را طی کرده است: مرحله اول کودکی یعنی تولد تا دو سالگی یا دوره شیرخواری؛ در این مدت کودک خود را با اوضاع جدید زندگی سازگار می‌کند و برای این سازگاری از حواس مختلف خود بهره می‌گیرد. در این دوران کودک به لحاظ جسمی، عاطفی و اجتماعی رشد می‌کند و در مقابل عواطف و احساسات اطرافیان واکنش نشان می‌دهد. مرحله دوم کودکی، یعنی دو تا هفت سالگی یا دوره نونهالی؛ در این مرحله، رشد سریع جسمی، کودک را برای تجربه و یادگیری بیشتر آماده می‌کند و به تدریج که بزرگ‌تر می‌شود به شبکه پیچیده‌تری از تجربه‌ها دست می‌یابد و از حواس خود هرچه بیشتر بهره می‌برد و به کمک راه رفتن، با محیطی گسترده و متنوع روبه‌رو می‌شود و رفته‌رفته هویت مفهوم خود، هویت و نقش جنسیتی در آنان پدیدار می‌شود و به بازی با کودکان دیگر علاقه مند می‌شوند. کیفیت روابط والد-کودک در فرایند شرف تکوین اجتماعی شدن کودک اهمیت پیدا می‌کند. بر خلاف مرحله اول کودکی، در این دوره رفتار کودک کمتر قابل پیش‌بینی است؛ زیرا از این پس تجربه‌های محیطی و تأثیری که بر او می‌گذارد مسیر رشد کودک را تعیین می‌کند. این دوره جزء حساس‌ترین سال‌های نخست زندگی کودک به شمار می‌آید به

لحاظ اینکه پرسش‌های او از اطرافیان شروع می‌شود و این والدین هستند که با پاسخگویی مناسب می‌توانند ذهن کودک را شکوفا نمایند و به رشد ذهنی او کمک کنند. باید اشاره کرد تمرکز این پژوهش در نیمه دوم مرحله اول کودکی و اواسط مرحله دوم کودکی بوده است. مرحله سوم کودکی، یعنی هفت تا دوازده سالگی یا دوره نوباوگی؛ ابتدا و انتهای این دوره با تحولات و شرایط جدیدی همراه است که تا اندازه‌ای بر شخصیت کودک و سازگاری‌های اجتماعی او اثر می‌گذارد (مراحل رشد کودک به همراه ویژگی‌ها در جدول (۱) ذکر شده‌اند). این دوره از نظر روان‌شناسان سنین‌گرایی به دسته و گروه است که کودک تلاش می‌کند که خود را از نظر ظاهر، رفتار و گفتار با همسالان خود تطبیق دهد. به همین جهت است که روان‌شناسان این دوره را «سن همانندسازی» نامگذاری می‌کنند و برخی از آنان این دوره را سن خلاقیت نامیده‌اند، یعنی دوره‌ای که در آن معلوم خواهد شد، کودک در آینده خالق و مبتکر می‌شود یا دنباله‌رو و پیرو خواهد بود (Golinkoff & Hirsh-Pasek, 2016).

استقلال تدریجی کودک در طی یک سال ابتدایی زندگی، بستگی به تکامل امکانات فردی او دارد. در اینجا اهمیت وجود شرایط مناسب برای یادگیری و تعاملات کودک در دوره‌های اول و دوم نمود پیدا می‌کند. صندلی غذاخوری کودک از جمله وسایلی است که در استقلال فردی کودک تأثیرگذار بوده و باعث ایجاد حس استقلال فردی برای کودک می‌شود و شیوه تعاملات صحیح در هنگام غذا خوردن را به کودک آموزش می‌دهد. این تکامل‌ها به شکل طبیعی قسمتی در بخش جسمانی و قسمتی در بخش روانی کودک صورت می‌پذیرد (باقری فر، نوری، خواجه حقیقی و نظری، ۱۳۹۶).

## قلمرو کودک

قلمرو نقش اساسی در زندگی انسان دارد و این امکان را فراهم می‌کند که فضای اطراف خود را سازماندهی کرده و به آن هویت فردی یا جمعی دهد. قلمروپایی<sup>۱</sup> با امکان تغییر محیط و به نوعی شخصی‌سازی آن تأثیر بسزایی در ایجاد حس هویت و استقلال کودک دارد. کودکان ما آینده‌سازان جامعه هستند و محیط و وسایل در شکل‌گیری زندگی در دوره‌های بعدی آن‌ها مؤثر خواهد بود. اولین جایی که کودک به عنوان محیط در آن قرار می‌گیرد محیط خانه و اتاق اوست که جزو قلمرو او به حساب می‌آید. او در قلمرو خود استراحت می‌کند، به بازی مشغول می‌شود و آموزش می‌بیند. این آموزش شامل نحوه صحیح غذا خوردن و تعاملات با اطرافیان

جدول ۱. مراحل رشد شناختی بر اساس نظریات پیاژه (حافظی و سیمونی، ۱۴۰۰)

مرحله	سن	ویژگی
حسی - حرکتی	تولد تا ۲ سالگی	کشف محیط پیرامون متناسب با توانایی، در انتهای مرحله تفکر و زبان، خود محوری.
اندیشه پیش از عمل	۲ تا ۷ سالگی	آموختن تفکر منطقی یا عملیاتی، استفاده از نمادها و تصاویر ذهنی، اندیشه فاقد نظام منطقی، استمرار خود محوری.
اعمال ملموس	۷ تا ۱۱ سالگی	توانایی تفکر منطقی درباره مشکلات عینی و واقعی (اندیشه نظام‌دار)، اندیشه تنها در مواجهه با اعمال ملموس و تفکر چیزها و مکان‌های جدا از خود.
اعمال صوری	۱۱ سالگی به بعد	تفکر درباره مسائل انتزاعی یا فرضی به ویژه در محدوده استدلال علمی و استنتاج، به کار بردن نمادها و انتزاع‌ها در بازنمایی فضا و تشکیل نقشه‌های بزرگ‌تر.

است باید زمان خاصی برای غذا خوردن تعیین کنند تا بتوانند حداقل یک بار در روز با اعضای خانواده و کودک خود غذا بخورند تا کودک بتواند شیوه صحیح غذا خوردن، ارتباط و تعامل با دیگران را یاد گرفته و همچنین از غذای خود لذت ببرد. در هند بعضی از مردم مسلمان غذا را در یک ظرف بزرگ ترریخته و با دست می‌خورند و عقیده دارند غذا خوردن یک تجربه حسی است و غذا خوردن با دست، باعث برانگیختن علاقه و احساسات می‌شود. آن‌ها کودکان خود را نیز تشویق به غذا خوردن در جمع و با دست می‌کنند. در واقع عمل غذا خوردن به واسطه تعاملات و فرهنگ هر کشور مکانیزم‌های فیزیولوژیکی انسان را به یک رویداد اجتماعی تبدیل می‌کند. از این رو انسان به واسطه غذا خوردن با دیگران ارتباط برقرار می‌کند و یا حتی قرارهای کاری در هنگام صرف وعده‌های غذایی گذاشته می‌شوند. شیوه‌های فرزندپروری والدین به وسیله فرهنگ ایشان شکل می‌گیرد و فرزندان هم، یک پیام نسبتاً منسجمی را از والدینشان در مورد نقش غذا در زندگی‌شان دریافت می‌کنند (Musher-Eizenman, de Lauzon-Leporc & Guillaian, 2009). اینک که کودک در کدام کشور و با چه فرهنگی زندگی می‌کند در نحوه تغذیه شدن او اثر می‌گذارد زیرا فرهنگ به عنوان یک راهنما به والدین کمک می‌کند شیوه خاصی را برای تغذیه کودکان اتخاذ کنند. اگر از همان ابتدا سبکی که والدین برای غذاهای کودک اتخاذ می‌کنند صحیح باشد از پیدایش بسیاری از مشکلات از جمله، شیوه نادرست نشستن، کمبود اعتماد به نفس در تعامل با افراد و حتی خوردن حجم نامناسب غذا اکم خوری و پرخوری) در دوره‌های بعدی زندگی کودک جلوگیری خواهد شد. صندلی غذاخوری کودک در ابتدا کودک را به نشستن صحیح عادت می‌دهد و شیوه صحیح صرف غذا پشت میز ناهارخوری را به کودک آموزش می‌دهد. سپس کودک به هنگام غذا خوردن و استفاده از صندلی با والدین خود به هنگام غذا خوردن تعامل دارد و از شیوه غذا خوردن والدین تقلید می‌کند و روش درست را یاد می‌گیرد. با والدین تعامل می‌کند و این باعث ایجاد حس اعتماد به نفس در کودک می‌شود. در انتها کودک تصمیم می‌گیرد چه میزان غذا بخورد و چه زمانی گرسنگی او برطرف شده و عادت به خوردن حجم زیاد یا کم غذا نمی‌کند و این باعث داشتن بدنی سالم و مناسب می‌شود. تغذیه کردن کودک یکی از رویدادهای مهم زندگی محسوب می‌شود زیرا بخش قابل توجهی از ارتباط والد با کودک در هنگام تغذیه کردن او شکل می‌گیرد و این ارتباط پایه‌ای برای زندگی فرد در آینده است. کشورهای مختلف در مورد نحوه تغذیه کردن کودک، نگرش و عقاید گوناگونی دارند. این باورها در شیوه‌ای که والد در مورد تغذیه کودک انتخاب می‌کند؛ اثر می‌گذارد و مانند یک راهنما نحوه تغذیه کردن کودک را هدایت می‌کنند. باورهای فرهنگی با تأثیری که بر نحوه تغذیه کردن کودک دارند، به طور غیر مستقیم می‌توانند بر وضعیت رفتار، تعاملات و حتی وزن کودک اثرگذار باشند. از این رو باید به مسئله اهمیت فرهنگ و نگرش والدین در شیوه غذا دهی به کودکان خود توجه داشت.

### مهارت‌های حرکتی کودک

از موارد تأثیرگذار در احساس استقلال که باید به آن توجه داشت مهارت‌های حرکتی در کودکان است. مهارت حرکتی به مهارت‌هایی گفته می‌شود که کودکان در طول روز با آن‌ها سروکار دارند و برای

نیز می‌شود. برای ایجاد یک قلمرو خوب برای کودک باید به مسائلی مانند نوع وسایل و تجهیزات دقت کرد زیرا امنیت کودک در قلمرو او بسیار مهم است و گاهی اوقات پیش می‌آید که کودک برای چند دقیقه مجبور می‌شود که تنها بماند اگر به مسائل ایمنی و حفظ امنیت دقت نشود ممکن است خطراتی به بار آورد؛ پس باید در طراحی وسایل و چیدمان آن‌ها، ایمنی و امنیت لازم را لحاظ کرد. در طراحی، چیدمان و نوع وسایل استفاده شده در قلمرو کودک بهتر است از خود او نیز نظر خواهی شود و قسمتی جهت خلوت کودک نیز در نظر گرفته شود. صندلی غذاخوری کودک این امکان را برای کودک فراهم می‌سازد که آن‌گونه که باید با والدین به هنگام غذا خوردن ارتباط برقرار کند و بتواند در ابتدا شیوه صحیح غذا خوردن را از دیگران تقلید کند تا با گذشت زمان این فرایند تکمیل شود. این رفتارها و استفاده از صندلی غذاخوری کودک در خانه، امکان بروز رفتارهای مورد نظر او از جمله استقلال، خلاقیت و در نهایت تأمین نیازهایش را فراهم می‌کند (آقا لطیفی، ۱۳۹۳).

### مواد غذایی

مورد دیگری که در روند رشد کودک اهمیت بسزایی دارد تغذیه و عادات غذایی کودک است. حفظ تعادل مواد غذایی در کودکان به آسانی میسر نیست؛ زیرا نیازهای غذایی آن‌ها با رشدشان تغییر می‌کند. علاوه بر اینکه سلیقه و عادات غذایی و میزان فعالیت‌شان نیز متغیر است. نیازهای غذایی یک کودک بر اساس سن، اندازه بدن و متابولیسم بدن، شرایط سلامت جسمانی آن‌ها و سایر عوامل عوض می‌شود. تغذیه کودکان بالای دو سال به استثنای میزان کالری مورد نیازشان مانند بزرگسالان است (Ogunba, 2018, Ikujenlola &).

سبک‌های تغذیه‌ای یک زیرمجموعه از سبک‌های فرزندپروری اند که وعده‌های غذایی و خواسته‌ها و پاسخ‌های مربوط به شیوه تغذیه و غذاهای را در برمی‌گیرند (Shloim, Edelson, Martin & Het-herington, 2015). به اینک والدین چگونه با کودکان در مورد تغذیه تعامل دارند اشاره می‌کنند. عوامل فرهنگی، اجتماعی، قومی و نژادی می‌تواند در میزان و شیوه غذاهای به کودکان نیز مؤثر باشد. به عنوان مثال می‌توان در این مورد به ایمنی صندلی غذاخوری اشاره کرد که علاوه بر این که نحوه صحیح نشستن به هنگام غذا خوردن را به کودک آموزش می‌دهد به علت زاویه و ارتفاع مناسبی که برای نشستن فراهم می‌کند امکان پریدن غذا در گلو کودک وجود نخواهد داشت. در نتیجه احتمال خفگی برای کودک از این بابت صفر می‌شود. به نظر می‌رسد که بعضی از والدین درجه‌ای از چاقی را برای کودکان قابل قبول می‌دانند و آن را نشان دهنده سلامتی و طول عمر کودکان تلقی می‌کنند (اکبری، فروزنده، دل‌آرام و رحیمی، ۱۳۸۵). اما در صورتی که والدین احساس استقلال و قدرت تصمیم‌گیری را به کودک خود بدهند، که صندلی غذاخوری کودک بخشی از این استقلال است.

### تأثیرات فرهنگ بر روش‌های تغذیه کودکان

ابعاد ذهنی، عاطفی و اجتماعی زندگی انسان، تأثیر تعیین‌کننده‌ای بر رفتارهای غذایی انسان دارد؛ به طور مثال، در فرهنگ ژاپن به غذا خوردن دسته جمعی تأکید می‌شود و حتی زمانی که سرشان شلوغ

انگشت، خط کشیدن، کارکردن با مداد و نگه داشتن مداد در دست، بازکردن در قوطی، فعالیت‌های ظریف حرکتی از حرکاتی هستند که پیش‌نیاز نوشتن هستند. آموزش و تقویت این حرکات ظریف به بهتر شدن مهارت‌های کودک از جمله گرفتن قاشق در دست و نحوه گذاشتن صحیح غذا در دهان و بعد از آن، مهارت‌های نوشتاری کودک در سال‌های مدرسه کمک خواهد کرد (شکل ۳).

از آنجایی که فعالیت‌ها در قالب بازی، خود برانگیزاننده بوده و کودک را قادر به خودسازماندهی در مورد اهداف ارائه شده می‌نماید، به عنوان ابزاری در جهت ارتقا عملکرد نیز شناخته می‌شوند. از این رو بررسی مهارت‌های حرکتی کودک و توانایی‌های او در بازه‌های سنی متفاوت می‌تواند به ما این دانش را بدهد که کودک در چه مواردی نیاز به کمک دارد و در رفع کدام نیازها باید خودش تلاش کند و یا در چه زمینه‌هایی به مراقبت بیشتر نیاز دارد. برای مثال اگر قسمتی از صندلی غذاخوری او را اذیت کند و یا در آن احساس راحتی نکند می‌تواند خودش مشکل را برطرف کند یا خیر، در صورت داشتن قطعات کوچک در صندلی غذاخوری آیا کودک قادر به بازکردن آن قطعات هست و یا در چه سنی می‌تواند این کار را انجام دهد؟ و یا کودک در چه زمانی بدون نیاز به کمک والدین خود می‌تواند خودش قاشق در دست بگیرد و غذا را در دهانش بگذارد (قاسم‌زاده، نقدی و افروز، ۱۳۹۶).

کودکان برای رسیدن به تفکر بزرگسالان مسیر طولانی را طی کرده و اعمال آن‌ها در زندگی، تأثیر مهم و حساسی روی رشد آن‌ها دارد. رشد هوش در هر فرد، نوعی سازگاری با محیط است. رشد هوش فرایندی تکاملی است که کسب دانش هم‌زمان با آن پیشرفت

انجام کارهای مختلف به آن‌ها نیاز دارند. این مهارت‌ها با استفاده از عضلات کوچک دست‌ها، پاها، مچ، انگشتان دست و پا انجام می‌شود و در یادگیری مهارت‌های حرکتی به کودکان کمک می‌کنند، تا بتوانند کارهای مختلف از سبک تا سنگین را انجام دهند. مانند به دست گرفتن وسایل، دوچرخه‌سواری، قیچی کردن کاغذ و یا هر کار دیگری. این مهارت‌ها از زمان تولد آغاز می‌شود و به شکل طبیعی رشد می‌کند.

یادگیری مهارت‌های کودکی باعث می‌شود کودک:

- بتواند به تنهایی و مستقل کارهای خود را انجام دهد؛
- به کمک مهارت‌های حرکتی قابلیت آزمایش کارهایی در حد توان خود را به دست می‌آورد؛
- اعتماد به نفس و استقلال بیشتری کسب می‌کند و باعث می‌شود بیش از پیش به دنبال تقویت مهارت‌های خود برود؛
- و با افزایش توانایی‌ها و مهارت‌ها برای مراحل بعدی زندگی آماده می‌شود.

مهارت‌هایی که کودکان در زمینه رشد حرکات و عضلات یاد می‌گیرند، شامل دو دسته مهارت‌های حرکتی است، که عبارت‌اند از مهارت‌های حرکتی درشت و مهارت‌های حرکتی ظریف.

### مهارت‌های حرکتی درشت

این نوع مهارت‌ها مرتبط با توانایی در به حرکت درآوردن بخش‌های مختلف بدن و حفظ تعادل میان آن‌ها است. حرکت راه رفتن، پرتاب کردن، گرفتن و بلند کردن وسایل، که در گروه فعالیت‌های حرکتی



شکل ۲. مهارت‌های حرکتی درشت: بلند کردن پا از روی موانع بدون برخورد با موانع (www.iranrehab.ir)

می‌کند. مراحل اصلی رشد که از دیدگاه پیاژه همه‌ی کودکان آن را طی می‌کنند در (جدول ۱) شرح داده شده است.

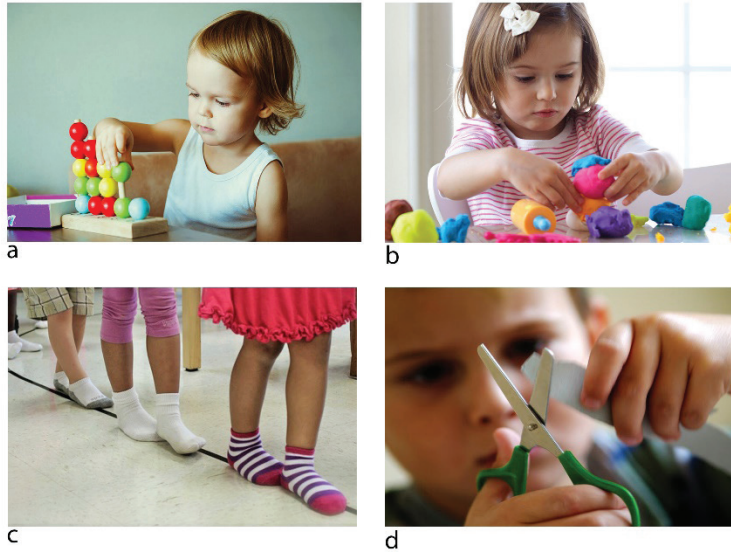
### تعامل والدین و کودکان

زندگی برای انسان از راه تعامل و ارتباط ممکن می‌شود و اصلی‌ترین منبع ارتباطی برای آدمی، والدین هستند. نقش والدین در رشد و تحول فرزندان در بسیاری از زمینه‌ها مورد بررسی و پژوهش قرار گرفته است. برای حصول درک بهتری از تعامل والدین-کودک (فرزند) اصولاً باید آن را به صورت رابطه متقابل مادر-فرزند و پدر-فرزند و آن هم با رویکردی نظام‌دار مورد مطالعه قرار داد (علیزاده، ۱۳۸۰). در بررسی عوامل تأثیرگذار بر مهارت‌های اجتماعی کودکان، به خصوص

درشت جای می‌گیرند مانند (شکل ۲). کودکان در سنین پیش دبستانی غالباً بهتر می‌توانند در مهارت حرکتی درشت خود رشد کنند. زیرا در این سنین، رشد استخوان‌ها و توده عضلانی بهتر شده، هماهنگی بین اندام‌های درشت بدن و دستگاه عصبی بهتر از قبل شده است. کودک می‌تواند در صورتی که برای مثال وضعیت قرارگیری پاهایش در صندلی غذاخوری درست نباشد آن را اصلاح کند و با بعد از مدتی می‌تواند محل قرارگیری سینی صندلی را تنظیم کند.

### مهارت‌های حرکتی ظریف

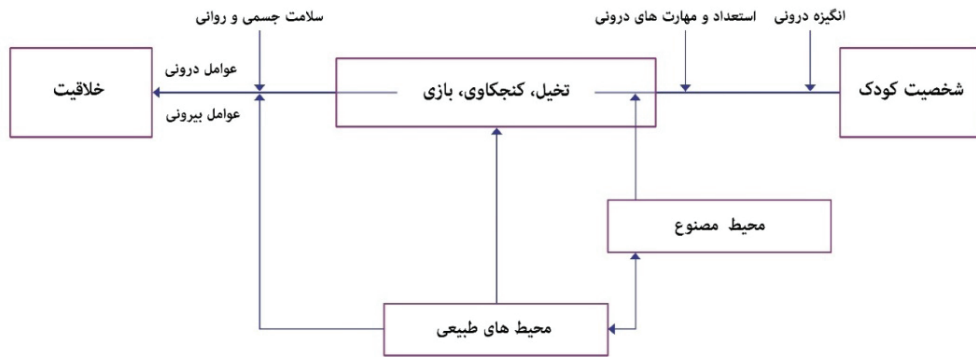
این نوع مهارت‌ها مربوط می‌شود به توانمندسازی عضلات کوچک بدن برای انجام فعالیت‌های ظریف مانند گرفتن پنجه پا، گرفتن با



شکل ۳. مهارت‌های حرکتی ظریف. (a) تمرکز برای جایگذاری صحیح اشیاء. (b) شکل دادن خمیر با دست. (c) راه رفتن بر روی یک خط و حفظ تعادل. (d) بریدن کاغذ با قیچی (iranrehab.ir)

را کندتر کند (Landry, Smith, Miller-Loncar, & Swank, 1997). با توجه به ذکر این مسئله می‌توان به اهمیت صندلی غذاخوری کودک اشاره کرد که با قرارگیری کودک در آن، کودک آرامش بیشتری برای صرف غذا دارد و در عین حال حرکات کودک تا حدی کنترل شده و این خود فرایند غذاخوری را برای والدین آسان‌تر می‌کند بدون اینکه باعث اذیت شدن کودک شود. در دنیای امروز، خانه، مدرسه و فضاهای شهری برای آموزش و اجتماعی شدن کودکان، واحدهای اجتماعی مهمی محسوب می‌شوند. با توجه به این که خانه و محیط مسکونی زمینه یا بستر مناسب رشد طبیعی کودکان را فراهم می‌کنند، صندلی غذاخوری می‌تواند وسیله‌ای باشد که این تعامل را برای کودک آسان کند. او را در جمع قرار دهد و باعث شود با بزرگسالان در تعامل و معاشرت باشد. سخنان آن‌ها را بشنود و یاد بگیرد و این به برقراری ارتباط با کودکان دیگر و معاشرت در گروه‌های دیگر به او کمک خواهد کرد. با این پیش فرض، تعاملات اجتماعی، زمینه‌ای مؤثر و کارآمد در فراهم آوردن فعالیت‌هایی در راستای رشد و شکل‌گیری شخصیت کودکان و افزایش توانایی‌ها و قابلیت‌های لحظه‌ای آن‌ها است. بهترین زمان برای شکل‌گیری شخصیت فرد، در سنین کودکی و مراحل اولیه رشد اوست و این دوران نقش مهمی در زندگی انسان

کودکان در سنین پایین، می‌توان به کیفیت تعامل والد-کودک که جزء اولین تعاملات به شمار می‌آید اشاره کرد. این تعاملات می‌تواند زمینه یادگیری و جذب مهارت‌های اجتماعی را در کودکان ایجاد کند. برای مثال، در حالی که کودک با والدین ارتباط برقرار می‌کند، قوانین اجتماعی به‌عنوان مثال راهبردهای نوبت‌دهی و مذاکره را می‌آموزد (Guralnick, 1999). کیفیت تعامل والدین با فرزندان سه تا شش سال، پایه و اساس همه تعاملات اجتماعی آینده را فراهم می‌کند و عاملی مهم در مفهوم‌سازی و ارزیابی مشکلات رفتاری و عاطفی کودک به حساب می‌آید (Brown, Manning & Stykes, 2015). تحقیقات نشان می‌دهد که پاسخ‌دهی به نیازهای کودک توسط والدین متناسب با نیازهای رشدی او منجر به زمینه‌چینی برای اجتماعی شدن و ابراز رفتارهای سالم عاطفی در آینده و رشد توانایی‌های شناختی پیشرفته در کودک می‌شود (Gridley, Bak-er-Henningham, & Hutchings, 2016). باید توجه داشت محدود کردن رفتار کودک با خاتمه دادن به فعالیت یا تغییر مسیر توجه او به کاری جدید، به‌کندتر شدن رشد شناختی و اجتماعی او می‌انجامد. از این رو متوقف کردن اعمال و بازی کودک که به منظور آرام کردن کودک و راحت‌تر غذا دادن به کودک توسط والدین در زمان غذا خوردن کودک رخ می‌دهد می‌تواند رشد شناختی و اجتماعی کودک



نمودار. تأثیر محیط در روند خلاقیت کودک (طبایبانیان، عباسعلی زاده، کاللی و فیاض، ۱۳۹۵)

نشده و باعث افتادن کودک نشوند؛ بنابراین باید به پایداری صندلی یعنی سطحی که در تماس با زمین است توجه بیشتری داشت. دیگر آنکه صندلی‌های قدیمی که ساخت اولین نمونه از آن‌ها به سال ۱۶۶۰ در قرن هفدهم بر می‌گردد و توسط کارگاه‌ها برای افراد خاص که اکثراً ثروتمندان بودند ساخته می‌شد؛ امکان تا شدن و تنظیم ارتفاع ندارند ولی مدل‌های جدید این امکان را دارند؛ به همین دلیل استفاده از آن هم در خانه و هم زمانی که نیاز به جابه‌جایی هست، کارایی دارد (شکل ۴). همچنین بهتر است صندلی غذای کودک دارای چرخ‌هایی باشد که بتوان به راحتی آن را جابه‌جا کرد و همین‌طور برای ثابت نگه‌داشته شدن آن، امکان قفل شدن چرخ را هم داشته باشند تا ایمنی کودک حفظ شود.



شکل ۴. (سمت راست) صندلی با قابلیت تنظیم ارتفاع، پستی و چرخدار. (aryakid.com)  
شکل ۵. (سمت چپ): صندلی‌های سنتی بدون قابلیت تنظیم ارتفاع زاویه تکیه‌گاه، عملکرد صلب زاویه تکیه‌گاه و عملکرد منعطف

در سنینی که کودک توانایی خوردن غذا را به صورت انفرادی ندارد والدین و مراقبان کودک در این امر به او کمک می‌کنند در این حالت والدین صندلی خود را در رو به روی یا نزدیک کودک قرار می‌دهند. حال ممکن است ظرف غذا را روی میز غذاخوری یا سینی صندلی کودک قرار دهند و یا در دست بگیرند.

• اگر غذا رو به روی والد باشد و صندلی والدین در کنار صندلی کودک برای غذا دادن به کودک باشد بایستی بالاتنه به سمت کودک بچرخد همانند (شکل ۶)، که تکرار این امر موجب خستگی می‌شود مگر اینکه کاملاً به سمت کودک بچرخند که در این حالت هم شاید حرکتی کوچک قسمت بالاتنه از طرف غذا به سمت کودک داشته باشند.

• اگر غذا روی سینی صندلی کودک باشد، چنانچه والدین روبروی کودک بنشینند فقط حرکت دست را خواهیم داشت و دیگر نیاز به نیم‌گردش کمر به سمت کودک نیست و خستگی در این حالت کاهش می‌یابد مانند (شکل ۷).

اگر والدین روبه‌روی کودک بنشینند و ظرف غذا دستشان باشد بسته به مدت زمانی که طول بکشد با توجه به وزن ظرف و حالت گرفتن ظرف و تکرار حرکات دست خستگی ایجاد شده و همچنین خم شدن والدین به سمت کودک باعث فشار روی کمر می‌شود (شکل ۸).

• برداشتن یا قراردادن کودک در صندلی غذاخوری توسط والدین مانند (شکل ۹)، مسئله مهمی از نظر حرکت‌شناسی است. این حرکت تعادل والد را در سطح ساجیتال<sup>۲</sup> برهم زده، موجب ایجاد فشار در مهره‌های پایینی کمر می‌شود. شرایط بدنی والد و کودک و همین‌طور مشخصات ابعادی صندلی در کنترل این وضعیت حایز اهمیت است.

ایفا می‌کند و محیطی که کودک در آن رشد می‌کند از عوامل مؤثر بر این شکل‌گیری و رشد هستند. رفتارنگرها<sup>۳</sup> نیز از جمله کسانی هستند که به اثر محیط بر روی کودک تأکید می‌کنند (یوسفی، ۱۳۸۹: ۳۰). روان‌شناسان کودک و محیط با تمرکز بر امر تأثیر متقابل انسان و محیط معتقدند که بازی امکان تجربه و تعاملات مستقیم با عوامل محیطی را برای کودک فراهم می‌کند. بازی نه تنها بر رفتارهای هوشمندانه و قابل مشاهده کودک اثر دارد، بلکه بر ساخت فیزیولوژیکی مغز او نیز تأثیر غیر قابل انکار دارد. در سال‌های اولیه رشد (۳ تا ۷ سالگی)، کودک عواطف خود را آشکارا ابراز و به تدریج عواطف خود را شناسایی می‌کند (آقاجانی، جبارف. مصطفی یوف، ۱۳۹۳). تمامی محیط‌هایی که کودک با آن تعامل دارد اعم از محیط‌های طبیعی و ساخته شده بر روی شخصیت، رفتار و تفکر کودک تأثیرگذار هستند و باعث بروز خلاقیت در کودکان می‌شوند (نمودار ۱). پس لازم است تمام ابزار و وسایل مانند محیطی که کودک با آن در ارتباط است مانع از حس کنجکاوی و خلاقیت کودک نشود و امکان بازی کردن کودک را نیز فراهم کند.

## صندلی غذاخوری کودک

والدین برای مراقبت و نگاه‌داری از فرزندان خود به لوازم زیادی نیاز دارند که آن‌ها را قبل و بعد از به دنیا آمدن کودکانشان فراهم می‌کنند. از جمله نیازهای کودک، می‌توان به وسایل لازم برای سلامت و بهداشت کودک، خواب کودک، تغذیه کودک و موارد دیگر اشاره کرد. صندلی غذای کودک یکی از لوازم مورد نیازی است که استفاده از آن زمانی احساس می‌شود که نوزادان شروع به خوردن غذای کمکی می‌کنند و از آنجایی که آن‌ها در این دوره در حال جنب و جوش هستند، غذا دادن برای والدین کمی سخت می‌شود. زمانی که بچه‌های کوچک آزادی عمل بیشتری دارند، مدام از غذا خوردن طفره می‌روند یا به بازیگوشی مشغول می‌شوند و کنترل آن‌ها تا حدی مشکل می‌شود؛ اما استفاده از صندلی غذاخوری کودک کمک می‌کند تا کودکان در جای خودشان آرام بگیرند و با آرامش بیشتری غذای خود را کامل کنند. همچنین استفاده از صندلی غذاخوری کودک به رشد مهارت‌های غذایی و اجتماعی او کمک بیشتری می‌کند. این توانایی پیوستن به جمع خانواده باعث شادمانی بیشتر کودکان می‌شود و موجب می‌شود تا با شیوه جدید غذا خوردن عادت بیشتری پیدا کنند و همین‌طور زمانی که در خانه مهمان باشد والدین مجبور نمی‌شوند در زمان غذا خوردن، کودک را در آغوش بگیرند. از این رو راحت‌تر می‌توانند به کارهای خود بپردازند. همچنین ممکن است ستون فقرات مادران و کودکان به دلیل نشستن‌های نادرست برای غذا دادن به کودک دچار آسیب شود، اما قرار دادن کودک درون صندلی غذای کودک جلوی بروز چنین مشکلاتی را خواهد گرفت (sid.ir/Blog/Post/70981).

صندلی غذاخوری کودک دارای ارتفاع است. آن دسته از صندلی‌هایی که به شکل سنتی، در کارگاه‌های شخصی و به تعداد محدود ساخته می‌شوند قابلیت تنظیم ارتفاع را ندارند (شکل ۵)، اما مدل‌های جدید که دارای قابلیت تنظیم ارتفاع هستند و تقریباً از سال ۱۹۴۰ به صورت تولید انبوه وارد بازار شدند و می‌توان آن را به گونه‌ای تنظیم کرد که والد هم در حالت نشسته و هم در حالت ایستاده بتواند به کودکان غذا بدهد. همچنین پایه‌های صندلی‌هایی که ارتفاع بلندی دارند باید از استحکام کافی برخوردار باشند تا با کوچک‌ترین تکانی جابه‌جا

## نتیجه

بنابر مطالعات و بررسی‌های انجام شده، در طراحی برای کودکان، باید به آن‌ها به‌عنوان موجودی در حال رشد و بسیار تأثیرپذیرنده توجه ویژه‌ای داشت. در حوزه روان‌شناسی محیط و قلمرو خاطره‌های به جا مانده از فضاها، ارتباط با دیگران و وسایل مورد استفاده و همچنین تأثیر آن‌ها بر تعامل کاربران با فضا و با یکدیگر در سنجش طراحی مطلوب، بسیار حائز اهمیت است و نیز میان محیط، امکانات و وسایل موجود با رفتارهای اجتماعی کودک و تعاملات و رشد خلاقیت کودک همبستگی مثبتی دیده می‌شود. بر اساس آنچه به تفصیل در مقاله گفته شد کیفیت‌های محیطی و وسایل مورد استفاده کودک، محرک خلاقیت، ارتباطات مناسب کودک با اطرافیان، روش‌های صحیح تغذیه و تشویق او به استقلال فردی است و از موارد تأثیرگذار بر استقلال و هویت فردی می‌تواند صندلی غذاخوری کودک باشد چراکه به کودک کمک می‌کند برای صرف غذا به درستی بنشیند که هم از لحاظ ارگونومی و سلامت، بدن در حالت مناسب باشد و هم احتمال خفگی ناشی از پریدن غذا در گلو را به صفر می‌رساند و همچنین کودک را به شیوه نشستن پشت میز و غذا خوردن عادت می‌دهد. به کودک کمک می‌کند به عنوان عضوی از خانواده به هنگام غذا خوردن کنار افراد دیگر افراد خانواده بنشیند و در جمع حضور داشته باشد و با افراد تعامل برقرار کند و این به اعتماد به نفس کودک در آینده و نحوه تعاملات کودک کمک خواهد کرد. این در حالی است که صندلی غذاخوری کودک بخشی از فعالیت‌های کودک به هنگام غذا خوردن را کنترل می‌کند تا کودک با آرامش بیشتری غذای خود را صرف کند.

از مشکلات بررسی شده در این مطالعات می‌توان به استفاده اشتباه والدین از محصول اشاره کرد که به هنگام غذا دادن به کودک اتفاق می‌افتد. اگر به هنگام غذا دادن به کودک زاویه کمر والد مناسب نباشد و بالاتنه به اطراف بچرخد باعث بروز مشکل و درد در ناحیه کمر و شانه می‌شود. همچنین در صورتی که سینی غذاخوری صندلی قابلیت جدا شدن از بدنه را نداشته باشد به هنگام گذاشتن کودک داخل صندلی و برداشتن او احتمال بروز مشکل و آسیب زدن به او، از جمله جراحات سطحی روی پوست کودک خواهد شد.

یافته‌ها نشان می‌دهد محیط امن عاطفی خانواده به عنوان یک عامل خانوادگی، تأثیر بسزایی بر رشد و شکوفایی کودکان دارد. همچنین تغذیه کودک از رویدادهای مهم زندگی وی محسوب می‌شود زیرا بخش قابل توجهی از ارتباط و تعامل والد با کودک در هنگام تغذیه‌ی او شکل می‌گیرد و این ارتباط، پایه‌ای برای زندگی فرد در آینده است و باورهای فرهنگی با تأثیری که بر نحوه تغذیه کودک دارند به طور غیر مستقیم می‌توانند بر رفتار او در بزرگسالی اثرگذار باشند. این امر اهمیت صندلی غذاخوری کودک را نشان می‌دهد که وجود صندلی غذاخوری مناسب، باعث نشستن صحیح پشت میز غذاخوری، به روش صحیح غذا خوردن کودک، ایجاد حس استقلال در کودک و بهبود تعاملات میان والد-کودک می‌شود.

## تصدیق و قدردانی

بدین وسیله گواهی می‌شود این مقاله، برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد مهشاد رهرو مستقیم است که با راهنمایی دکتر محمد رزاقی انجام شده است.



شکل ۶. نحوه غذا دادن به کودک در حالی که والد در کنار صندلی قرار گرفته. (istockphoto.com)



شکل ۷. نحوه غذا دادن به کودک در حالی که والد روی کودک قرار گرفته است. (istockphoto.com)



شکل ۸. نحوه غذا دادن به کودک در حالی که والد طرف غذا را در دست گرفته. (istockphoto.com)



شکل ۹. قراردادن و برداشتن کودک از داخل صندلی. (youtube.com/watchi66mpUNfl2M)



### پی‌نوشت‌ها

۱. رفتار قلمروپایی، ساز و کاری است برای تنظیم حریم بین خود و دیگران که با شخصی‌سازی و یا نشانه‌گذاری یک مکان و یا یک شیء و تعلق آن به یک فرد یا گروه بیان می‌شود (آلمن، ایرون، ۱۳۸۲).
۲. رفتارگرایی یا رفتارنگری، مکتبی از روان‌شناسی است که اعتقاد دارد برای شناخت یک موجود زنده، نیازی به بررسی حالت‌های درونی او (مانند فکر کردن) نیست و تنها بررسی محرک‌های خارجی و رفتارهای بیرونی آن (همانند گریه کردن) کافی است (Graham, G. 2019). بی. اف. اسکینر، یکی از بزرگ‌ترین رفتارگرایان معاصر معتقد است، که رفتارها و شخصیت انسان عمدتاً بر اساس یادگیری به وجود می‌آیند و تغییر می‌کنند. بنابراین شناخت یا کشف قوانین یادگیری، کلید شناخت رفتار انسان است (شولتز، د، ۱۳۹۲).
۳. سطح سهمی یا سطح قدامی خلفی که به آن ساجیتال هم می‌گویند سطحی است که از جلو بدن به طرف عقب عبور کرده، بدن را به دو نیمه مساوی و قرینه راست و چپ تقسیم می‌کند. معمولاً حرکات خم کردن و باز کردن مانند خم کردن کمر، مفصل آرنج، باز کردن مفصل زانو یا حرکت دراز و نشست در این سطح انجام می‌شود (فیزنز، ا، ۱۳۹۴).
۴. ارگونومی (Ergonomics) علم مطالعه تعامل انسان و سایر اجزای سیستم است. ریشه این کلمه از واژه یونانی «ارگون» به معنای کار و «نوموس» به معنی قوانین گرفته شده است؛ بنابراین ارگونومی علم مطالعه قوانین نحوه کار است. طراحی ارگونومی خوب، عدم تناسب بین کار و انسان را از بین برده، محیط کاری بهینه ایجاد می‌کند. یکی از دلایل اصلی به وجود آمدن این علم فشارهای کاری روی کارگران صنعتی بوده است (<https://blog.iran.hr>).

### منابع

- آقاجانی، ط. جبارف، ر. مصطفی یوف، م. (۱۳۹۳). تأثیر بر مهارت‌های اجتماعی کودکان (مورد مطالعه: کودکان مقطع مهد کودک استان تهران). مجله مطالعات توسعه اجتماعی ایران، سال ششم، شماره سوم، صفحات ۳-۵.
- آقا لطفی، آ. عینی فر، ع. (۱۳۹۳). مفهوم قلمرو در مجتمع‌های مسکونی، مطالعه مقایسه‌های دو مجموعه مسکونی در سطح و در ارتفاع در تهران. نشریه هنرهای زیبا معماری و شهرسازی، ص ۱۷-۲۸.
- آلمن، ایروین. (۱۳۸۲). محیط و رفتار اجتماعی. ترجمه علی نمازبان. تهران، انتشارات دانشگاه شهید بهشتی. ص ۱۲.
- اکبری، ن. فروزنده، ن. دلآرام، م. رحیمی، م. (۱۳۸۵). بررسی درک والدین کودکان ۶ تا ۱۲ سال چاق نسبت به چاقی کودکانشان
- و تأثیر آموزش بر آن. مجله دغد درون ریز و متابولیسم ایران. ۸ (۳)، ۲۴۱-۲۴۸.
- باقری فر، ع. نوری، م. خواجه حقیقی، ص. نظری، ل. (۱۳۹۶). بررسی روان‌شناسی کودک، پنجمین کنگره علمی پژوهشی سراسری
- توسعه و ترویج علوم تربیتی و روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و علوم فرهنگی اجتماعی ایران.
- حافظی، س و سیمونی، پ. (۱۴۰۰). تأثیر طراحی فضا بر رفتار و ادراک کودک: بررسی تناسب میان تعامل و خاطره در کودکان با نوع طراحی پالن و طراحی با امکانات دیجیتال. معماری و شهرسازی آرمان شهر. شماره ۳۶.
- خداداده، ی و علاقیند، ب. (۱۳۹۴). بررسی و شناخت علاقه‌های کودکان، با هدف طراحی میلمان اتاق کودک. نشریه نامه هنرهای تجسمی و کاربردی، شماره ۱۵، ص ۳.
- رحیمی زبانی، ز. (۱۳۹۹). طراحی واسطه فیزیکی تعامل مشترک والد کودک با هدف ارتقای تعاملات بین نسلی. دانشگاه هنر تهران. رساله کارشناسی ارشد.
- زویبگ، مگ (۱۳۹۸). کلیدهای رفتار با کودکان، ترجمه زهرا جعفری، انتشارات صابرین، تهران، ص ۲۰.
- طباطبائی، م. عباسعلی زاده، س. کالئی، ر. فیاض، ر. (۱۳۹۵). بررسی تأثیر طبیعت بر خالقیت کودک. معماری و شهرسازی آرمان شهر. شماره ۱۷، ص ۵.

- علیزاده، ح. (۱۳۸۰). تعامل والدین - فرزند: تحول و آسیب شناسی. پژوهش های روان شناختی، دوره ۶، شماره ۳ و ۴.
- فیزنت، ا. (۱۳۹۴). کتاب انسان، آنتروپومتری، ارگونومی و طراحی. ترجمه علیرضا چوبینه. نشر مرکز.
- قاسم زاده، س. نقدی، ن. افروز، غ. (۱۳۹۶). تأثیر بازی و فعالیت های مبتنی بر پروژه شرب بر مهارت های حرکتی درشت و ظریف کودکان. رشد و یادگیری حرکت ورزشی. دوره نهم. شماره ۳.
- کاظمی، ر. زهرایی، ش. دهشیری، غ. (۱۳۹۶). نقش فرهنگ در شکل گیری سبک های تغذیه ای کودکان. اولین کنفرانس بین المللی فرهنگ، آسیب شناسی روانی و تربیت. تهران، دانشگاه الزهرا.
- یوسفی، ناصر. (۱۳۸۹). رویکردهای آموزشی در کار با کودکان خردسال. تهران: انتشارات کارگاه کودک
- شولتز، د. (۱۳۹۲). نظریه های شخصیت. ترجمه یوسف کریمی. هادی بحیرایی، فرهاد جمهری، سیامک نقشبندی، بهزاد گودرزی و محمدرضا نیکخو. نشر ارسباران.
- Brown, S. L., Manning, W. D., & Stykes, J. B. (2015). Family structure and child well-being: Integrating family complexity. *Journal of marriage and family*, 77(1), 177-190.
- Graham, G. (2019). Behaviorism. *Stanford encyclopedia of philosophy*. P 3-5.
- Gridley, N., Baker-Henningham, H., & Hutchings, J. (2016). Measuring parental language to target families for early-intervention Services. *Child Care in Practice*, 22(4), 348-367.
- Golinkoff, R. M., Hirsh-Pasek, K. (2016) *Becoming brilliant: What science tells us about raising successful children*. Washington, DC, APA.
- Guralnick, M. J. (1999). Family and Child Influences on the Peer-Related Social Competence of Young Children with Developmental Delays. *Mental Retardation and Developmental Disabilities*, 5(1) 21-29.
- Ikujuola A.V., Ogunba O.B. (2018). Potential complementary food from quality protein maize (s L.) supplemented with sesame (sesamum indicum) and mushroom (oudemansiella radicata). *Annals. Food Sciences and Technology*. 9 (3), 470-479.
- Jones, D. E., Greenberg, M., & Crowley, M. (2015). Early social-emotional functioning and public health: The relationship between kindergarten social competence and future wellness. *American Journal of Public Health*, 105, 2283-2290.
- Landry, S. H., Smith, K. E., Miller-Loncar, C. L., & Swank, P. R. (1997). Predicting cognitive-language and social growth curves from early maternal behaviors in children at varying degrees of biological risk. *Developmental psychology*, 33(6), 1040.
- Musher-Eizenman, D. R., de Lauzon-Guillain, B., Holub, S. C., Leporc, E., & Charles, M. A. (2009). Child and parent characteristics related to parental feeding practices. A cross-cultural examination in the US and France. *Appetite*, 52(1), 89-95.
- Piaget, J. (1954). *The Construction of Reality in the Child*. New York: Basic Books. In P. 39-55.
- Savage, J. S., Fisher, J. O., & Birch, L. L. (2007). Parental influence on eating behavior: conception to adolescence. *The Journal of Law, Medicine & Ethics*, 35(1), 22-34.
- Shloim, N., Edelson, L. R., Martin, N., & Hetherington, M. M. (2015). Parenting Styles, Feeding Styles, Feeding Practices, and Weight Status in 4-12-Year-Old Children: A Systematic Review of the Literature. *Frontiers in psychology*, 6.
- Zachrisson, H., & Skarderud, F. (2010). *Eating disorders Association*. New York: John Wiley & Sons. <https://sid.ir/Blog/Post/70981> (1400/10/29).
- <https://blog.iran.hr> (بهار ۱۳۹۳).