

دروغگویی در کودکان

یکی از نکات مهم تربیتی جلوگیری از دروغگویی کودکان است. این مسئله در اغلب خانواده ها مطرح است و پدران و مادران البته نه در دوران خردسالی کودک بلکه از حدود سن تمیز از آن شدیداً رنج می برند.

پایه گذاری این لغزش و خوی ناپسند از همان دوران کودکی است. در روزهای اول که بنا به علل اجتماعی و احیاناً غریزی طفل دروغ می گوید و راه حيله در پیش می گیرد ، والدین با موضع تشویق و خنده و شرف از او استقبال می کنند . غافل از این که همین امر موجب رشد و پرورش این حالت نابهنجار می شود.

تعریف دروغ

دروغ بیان سخن و مطلبی است که مطابق با واقع و حقیقت نیست. معمولاً آن کس که دروغ می گوید آگاهانه به تحریف حقیقت می پردازد و امری را تأیید می کند که وجود خارجی ندارد. البته چنین امری همه گاه در باره کودکان صادق نیست. زیرا بعدها خواهیم دید که بسیاری از کودکان خردسال و آنها که در مرز سن تمیز هستند گاهی بین تخیل و واقعیت فرقی نمی گذارند و سخنی می گویند که به نظر ما دروغ است. دروغگویی کودکان ممیز معمولاً با زمینه سازی ها و تدابیری اندیشیده است و در آن نقشه کشی و حساب مطرح است و طفل آن را به خاطر وصول به هدف و مقصدی مورد استفاده قرار می دهد.

صورت‌های دروغ

دروغ گاه به صورت تحریف حقیقت است و زمانی به صورت وارونه نشان دادن آن . گاه به صورت گزافه گویی است و گاه به گونه ی بیان يك مسئله و زمانی به صورت سکوت در آن باره . مثلاً به هنگامی که درباره کودکی نزد فرد بزرگسالی تعریفی می شود و سخنی ذکر می گردد که او واجد آن نبوده و درعین حال بدان گوش فرا داده و در برابرش سکوت می کند به حقیقت ، او به نوعی مرتکب دروغ شده است.

هدف از دروغ

معمولاً هدف از دروغ گمراه کردن طرف مقابل و یا مشتبه کردن امری بر دیگری است تا در سایه آن به هدف و مقصدی که مورد نظر است برسد . آن کس که دروغ می گوید معمولاً قصد

دارد بر اثر آن به اغفال و فریب دیگران بپردازد و آنها را گول بزند ، آن چنان که واقعیت ها را در نیابند و دست او را تا رسیدن به مقصد باز گذارند . این هدف یا اهداف ممکن است متعدد و گوناگون باشد . از جمله نجات از مجازات ، کسب منافع مورد نظر ، جلب نظر و عنایت دیگران که به نحوی در زندگی و سعادت او نقشی دارند . آدمی از طریق دروغ گویی موفق می شود فردی را که به گونه ای می تواند برایش خیر و سعادت بیافریند خام کرده و او را به خود مؤمن بسازد و به پیش رود.

دروغ نشان‌ه چیست ؟

دروغ چه در کودک و چه در بزرگسال حاکی از وجود ناامنی و اغتشاش در درون است و نشان می دهد که فرد در وضعی نامطمئن و نا ایمن قرار دارد ؛ شخصیت و موقعیت او در خطر است و تنها از راه دروغ می تواند خود را ایمنی و رهایی ببخشد . او ممکن است در مواردی دچار احساس ضعف یا حقارت باشد و این درد ، جان او را مورد صدمه قرار داده و آزارش دهد . به همین دلیل برای رهایی از آن و رسیدن به تعادل و اعتدال ، این راه را انتخاب کند .

آثار دروغگویی در فرد

پریدگی رنگ ، ضربان شدید قلب ، خشک شدن دهان به گونه ای که زبان به زحمت در دهان حرکت می کند ، گرفتار شدن به لکنت ، آن چنان که قادر به ادای سخن نیست . بیهوده گویی بدین معنی که حرف های بی سرو ته می زند و پریشان می گوید ، عدم قدرت بر کنترل اعضاء ، نگاه های حیرت انگیز ، پیدایش آثار شرم در چهره... البته این علائم در افرادی که جدیداً دروغ را شروع کرده اند نمایان تر است و به تدریج که فرد به دروغ عادت می کند ، این آثار در او از میان می رود ، آن چنان که در مواردی حتی قادر می شود مظلوم نمایی کند و در عین دروغگویی بگریزد و خود را محق معرفی کند و چند سوگند دروغ هم بخورد.

دروغ از دید شرع و اخلاق

در همه مذاهب و ادیان و در همه مکاتب اخلاقی دروغ امری ناپسند و مذموم ذکر شده است . این امر در شرع مقدس اسلام بدان حد زشت و منکر شمرده شده است که در قرآن کریم لعنت و نفرین خدا بر دروغگویان اعلام و ثبت گردیده است.

روایات اسلامی می گویند مؤمن را نمی توان مؤمن مگر آنگاه که دروغ را رها کند ، چه به صورت جدی و چه به صورت شوخی ، و یا در سخنی از معصوم آمده است که شرور و مفسد در مخزنی و جایی جمع شده اند و کلید آن مخزن دروغ است.

خطر و زیان دروغ

جنبه زیان بخشی و خطر آفرینی دروغ بسیار است که به نظر ما مهمترین جنبه دروغگویی تبدیل شخصیت حقیقی و واقعی انسان به شخصیت ساختگی و تصنعی است. آنکس که دروغ می گوید در حقیقت می کوشد خود را از عالم واقع بیرون بکشد و به جهان ساختگی و تصنع نزدیک سازد که در آن صورت به تدریج از صورت شخص به شیئی منقلب می شود.

دروغ اعتماد را از میان برمی دارد ، آدمی را در بین جمع بیگانه می سازد ، اوضاع و حرکت جامعه را دچار شک و تزلزل می نماید، در مواردی باعث پیدایش درگیری و سوء تفاهم ها می شود در بین مردم بدبینی پدید می آورد. اصول و ضوابط ادب و اخلاق را خدشه دار می سازد و خلاصه ارزش و لذت زندگی را از بین می برد.

ضرورت درمان

وظیفه مربیان این است که به اصلاح و درمان این عیب از طریق دادن آگاهی های لازم ، ارائه و عرضه ی محبت و اخلاص خود در سعادت مندی او ، روشنگری و پند و اندرز ، عرضه اعتماد و اطمینان به او ، بیان این نکته که از او حمایت خواهند کرد و ذکر مفسد آن به خاطر ایجاد نفرت در درونش نسبت به دروغ ، او را از این حالت نجات دهند.

از نظر اجتماعی هم فراموش نخواهیم کرد که کودک امروز پدر یا مادر فردای اجتماع است . اگر اصلاح نشود هم سبب وارد آمدن ضربه ای به اجتماع خواهد شد و هم آبروی اولیای خود را خواهد برد.

یادگیری دروغ

به عقیده اکثریت علمای اخلاق و روانشناسان ، دروغ دارای جنبه اجتماعی و یادگیری است گو این که برخی از صاحب نظران برای آن ، ریشه غریزی که جلوه آن در حیوانات به صورت فریبکاری و استتار وجود دارد را نیز ذکر کرده اند ، ولی تجربه روزانه خلاف آن را ثابت می کند.

به عقیده ما کودک از خانواده و اجتماع و از کسانی که در اطرافش هستند دروغ را می آموزد . اصل در آفرینش او فطرت صدق است و او دروغ را از دیگران یاد می گیرد . تحرك ذهن و فرزانه‌گی طبیعی کودک خیلی زود او را با دروغی که می بیند یا می شنود مأثوس خواهد ساخت. تماس های اجتماعی و دیدن صور و اشکال دروغ از این و آن خود سبب ورزیدگی و کسب مهارت او در آن زمینه می شود و این خود هشداري است برای والدین در جهت کنترل گفتار و رفتار خود و بر حذر داشتن کودک از معاشرین دروغگو و اجتماع آلوده و فاسد.

عوامل و انگیزه های دروغ

۱- ترس از مجازات:

طفل و حتي فرد بزرگسال دروغ می گوید از آن بابت که از مجازات می ترسد و اگر راست بگوید از مکافات امری که مرتکب شده ایمنی ندارد . بررسی های علمی نشان می دهند که بیش از ۷۰٪ دروغهای کودکان به این علت و دلیل است ، شما اطمینان دهید او را تنبیه نخواهید کرد تا به شما راست بگوید.

۲- احساس فشار:

کودک اصرار دارد امری را که مرتکب شده از نظر شما مخفی باشد و شما در ضمن سوالات بسیار، به بازجویی او می پردازید . پیداست که او برای حفظ شخصیت خود همچنان به دفاع و انکار خواهد پرداخت.

۳- ضعف و عجز:

در مواردی دیده می شود که والدین و مربیان تکالیف شاقی را بر فرزند تحمیل کرده اند و او قدرت انجام آن تکالیف را ندارد. بدین نظر به دروغ می گوید که وقت ندارد ، از این کار سر در نمی آورد و آن را بلد نیست ، خود را به ناخوشی میزند که بیمارم و ...

این ضعف و عجز در مواردی می تواند به صورت عکس قضیه یعنی لاف زدن و گزافه گوئی در آید تا از این طریق ضعف خود را در انظار دیگران جبران و ترمیم نماید.

۴- حسادت و رقابت:

منشاء برخی از دروغهای کودکان حسادت و یا رقابت است . او می بیند که برادر یا خواهر کوچکش با شیرین زبانی های خود نظر پدر و مادر را جلب کرده و محبت آنها را به صورت انحصاری در گرو خود در آورده است . او از طریق رقابت که در حقیقت منشائی جز حسادت ندارد می خواهد جای پای برای خود ایجاد کند و چون قدرت انجام عمل و رقابت را ندارد تن به دروغ می دهد . زمانی هم دیده می شود که طفل خردسال را اذیت کرده و به گریه اش می اندازد و بعد منکر قضیه می شود.

۵- جلب نظرها:

گاهی شما به عنوان پدر یا مادر در میان جمعی از دوستان خود نشسته و سرگرم بحث و گفتگو هستید و کودکی را که در میان جمع شماست فراموش کرده و یا او را به حساب نمی آورید . ناگهان می بینید که کودک با بیان مسئله ای که واقعیت ندارد لب به سخن می گشاید و امری را با زرق و برق و با جلوه ای خاص بیان می کند ، تا توجه تان را به سوی خود معطوف دارد.

۶- کسب منافعی:

شما به فرزندتان اعلام می کنید که اگر در ثلث سوم و در امتحانات آخر سال بتواند رتبه اول شود و یا در فلان درس فلان نمره را بیاورد برایش فلان اسباب بازی را که بسیار مورد علاقه اوست تهیه خواهید کرد . حال وضع او را در نظر آورید که به فلان رتبه و نمره دست پیدا نکرده است . ولی به آن اسباب بازی علاقه مند است . طبیعی است که با گفتن دروغ و به کار گرفتن راه خطا و نادرستی بخواهد خود را به آن منفعت برساند.

۷- خودنمایی و غرور:

آدمی برای اینکه در میان جمع خود را دستکم نگیرد و نشان دهد که او هم کسی است به دروغ از شخصیت خود، از اهمیت خانواده و وضع خود صحبت می کند.

۸- پوشاندن لغزش:

کودک نیز چون دیگران دارای حب ذات است. خودش را دوست دارد و شخصیت او در نزدش عزیز است. او ممکن است در مواردی دچار لغزش و خطا شده باشد و میداند که در این امر مورد طعنه و سرزنش دیگران قرار خواهد گرفت و شخصیت او به خطر خواهد افتاد. به همین دلیل برای پوشاندن گناه و رهایی از خطر سرزنش و تمسخر تن به دروغ می دهد و آماده می

گردد که بر خلاف واقعیت حرف بزند. البته اگر او می دانست که لغزش و خطای او بخشیده می شود تن به دروغ نمی داد.

۹- آرزو ، امید—د:

دروغ کودک در مواردی می تواند نشان دهنده امید و آرزوی او در وصول به هدفی و مقصدی باشد. او آرزو دارد که از فلان جوی بپرد و عبور کند پس همان آرزو را به صورت تحقق یافته آن مطرح می سازد.

۱۰- انتقام گیم—ری:

در مواردی دروغگویی نوعی انتقام گیری است و او می خواهد با زحمت انداختن پدر و مادر که آزارش رسانده اند، با سوزاندن دل آنها که روزی دل او را سوزانده اند انتقام بگیرد. آنها معمولاً با گفتن دروغی پدر و مادر خود را مضطرب می سازند، و حتی در مواردی سعی دارند آبروی آنها را ببرند. از آن بابت که روزی آنها آبروی او را نزد دوستش برده اند. این گونه رفتار در کودکانی که ظرفیت روحی مناسبی ندارند و اغلب احساس مظلومیت و ضعف و حقارت می کنند بیشتر دیده می شود. آنها اعمال این روش را برای خود نوعی دفاع و مقابله می پندارند.

۱۱- بازی کـودکانه:

کودک است و بازی، تمایل به لذت بازی او را و می دارد که در مواردی با دروغ های خود دیگران را هم بازی دهد.

۱۲- تخیل کـودکانه:

این از مسائل مهم و از نکات اساسی روانشناسی کودک است که طفل در موارد بسیاری بین واقعیت و تخیل فرق نمی گذارد. چه بسیارند مسائلی که او در ذهن آن را تخیل و تصویر می کند و بعد همان را به عنوان یک واقعیت مطرح می سازد. این امر در کودکانی که کمتر از پنج سال دارند به فراوانی دیده می شود و والدین ناآگاه به جای تفهیم کودک او را به باد مسخره و سرزنش می گیرند و متهمش می سازند که دروغ گفته است. دروغ او به واقع دروغ نیست. نوعی تصور و خیال است و گاهی هم نتیجه داستان روز قبل مادر و یا رؤیای شب قبل اوست. به خصوص که او از بیان واقع در رؤیا و تفاوت گذاری بین این دو عاجز است.

۱۳- ناشیگـری در تربیت:

بررسی ها نشان داده اند والدینی که توانسته اند محیط خانه را محیطی پر از صدق و صفا سازند و ضوابط اخلاقی را در خانه رعایت کرده و هشیار باشند فرزندانشان صادق و راستگو بار خواهند آمد.

۱۴- الگـوی غلط:

چشم و گوش کودک درچه هایی از او به سوی جهان خارج هستند. آنها نگاه می کنند شما چه می گوئید و چه می کنید. شما ممکن است دائماً فرزندان خود را نصیحت کنید که راست بگویند ولی عمل شما خلاف آن باشد. فراموش نکنید طفل آنچه را که از شما دیده و شنیده است می آموزد یا در اجتماع امروز یا فردای خود آن را پیاده می کند. همه ی رفتار و گفتار شما سرمشق اوست و به او سرایت خواهد کرد.

۱۵- تشـویق غلط:

گاهی کودکی را می بینیم که به علت شیرین زبانی دوران خردسالی دروغی را که مثلاً از کسی یاد گرفته با زبان کودکانه اش در حضور پدر و مادر می گوید و آنها بدون توجه به عواقب آن شروع به تشویق و بوسیدن او می کنند. طفل بی خبر از همه مسائل ، از این پذیرش شاد شده و به ادامه راهش خواهد پرداخت و روز بعد برای این که محبت بیشتری ببیند دروغ بزرگتری را خواهد گفت و این امر به تدریج در او به صورت عادت در می آید.

۱۶- آزمـودن والدین:

گاهی کودکان دروغی را می گویند تا در سایه آن بتوانند پدر و مادر را آزمایش کرده و موضع آنها را در برابر این امر دریابند. می دانید فرزندان ما به علت ناآگاهی و بی تجربگی در دنیایی از معماها و چراها قرار می گیرند و نمی دانند در برابر آنها چه موضعی اتخاذ کنند. سخنی را به دروغ می گویند و منتظر می مانند که عکس العمل آنها را ببینند. اگر عکس العمل منفی بود می گویند شوخی کردم و دروغ بود ، اگر مثبت بود به ادامه آن راه می پردازند. براین اساس این دروغ برای کشف است نه مسئله ای دیگر.

عوامل و انگیزه های دیگری هم در این زمینه وجود دارد که برای رعایت اختصار از ذکر آن خودداری می کنیم.

امکان اصلاح دروغگویی

این که آیا امکان اصلاح و درمان کودک دروغگو وجود دارد یا نه؟ پاسخ، مثبت است. کودک در مرحله آغاز زندگی است و امکان ایجاد هر گونه تحول و تغییری در او وجود دارد و او بیش از هر سن دیگری نقش پذیر است.

دروغگویی در کودکان قسمت دوم

۱- شناخت علل :

باید بدانیم چرا کودک دروغ می گوید؟ چه انگیزه ها و موجباتی او را به دروغ واداشته اند؟ هدف او از این دروغ چیست؟

۲- دادن آگاهی :

پس از شناخت علت یا علل، زمان دادن آگاهی و اطلاعات لازم است. فی المثل کودکی که در اثر اشتباه در بیان تخیل و واقعیت دروغی گفته باید بفهمد که واقعیت چیست و خواب و خیال چیست و به او تفهیم گردد که در بیان آن مسئله دچار اشتباه شده است.

به فردی که در سن تشخیص است باید تفهیم شود سخنی را که گفته ناپسند بوده و مورد قبول و پذیرش پدر و مادر و دیگران نیست و ممکن است روزی این گونه سخنان زیان و خطر پدید آورند و باعث آبروریزی هایی شوند و...

۳- ایجاد محیط سالم :

محیط خانه و تربیت کودک را از ریا و نیرنگ دور سازید و افراد را از معاشران دروغ پرداز، حتی آنهایی که گاهی به شوخی دروغ می گویند بر حذر بدارید. زیرا کودک است و جنبه نقش پذیری و تقلید او .

۴- رعایت انصاف:

طفلي شاهد بي انصافي هاي والدين است. پدر و مادر را مي بيند که مثلاً در اثر اشتباه ظرفي از دستشان مي افتد و مي شکند و کسي نيست آنها را مورد بازخواست قرار دهد ، ولي همين که نمونه اين لغزش توسط طفل صورت بگيرد او رابه باد ناسزا و متهم به سر به هوايي مي کنند. کودک چون انصافي از پدر و مادر نمي بيند و از سوي ديگر مایل به شکست و تحقير شخصيت خود نيست تن به دروغ مي دهد .

۵- عفو و بخشش :

در خانه و زندگي و در اداره فرزندان رعايت انضباط و ضوابط اخلاقي ضروري است؛ ولي زياده روي در اين امر نيز درست نيست. براي واداشتن طفل به راستگويي ضروري است در مواردی از بعضي لغزشها که گاهي خود هم مرتکب آن مي شويم طفل را ببخشاييم. حتي رعايت انصاف ايجاب مي کند که او در مواردی کارهاي جزئي خود را که علني کردن آن موجب شرم و حياست از شما پنهان دارد البته به شرطي که مخالف شرع و اخلاق نباشد .

۶- محدود کردن توقعات :

از او انتظار نداشته باشيد که همه ي خواست هاي شما را برآورده کند و کاري که شما در انجامش ناتوانيد و يا تنبلي تان مي آيد که آنرا انجام دهيد، او براي شما انجام دهد .

۷- ايمن کردن از مجازات :

فرزندان ما بايد در خانه احساس آرامش و اطمينان کنند و مطمئن باشند که خطاهاي بي اختيار بخشوده ميشود. تنبيه و سرزنش براي مواردی است که تعمدي در کار باشد و تازه اگر در همان کار عمدي هم سخن راست گفته شود موجب تخفيف در عقوبت است .

۸- پند و اندرز :

اين امر در کودکان مؤثرتر است از آن جهت که هنوز با فطرت خود فاصله چنداني نگرفته اند و هنوز درون و ضميرشان پاک و صاف است. بيان يك مسئله که اين روش فلان ضرر را دارد و خدا از آن راضي نيست و آدم را به جهنم مي برد مي تواند در بازداشتن او از اين راه مؤثر باشد .

۹- ارائه محبت :

به فرزند باید محبت کرد به گونه ای که او گرمی و لذت آن را بچشد و احساس کند. وجود محبت سبب می شود که طفل نیازی به تظاهر و تصنع نداشته باشد و به دروغ و فریب رو نیلورد. محبت پیوند دهنده همه گسستگی هاست و باب ملاحظات را بین کودک و والدین پدید می آورد. او را و امی دارد در چارچوب نظامی حرکت کند که والدین برای او ترسیم کرده اند. البته لازمه این محبت آن است که در مواردی لغزش او را نادیده بگیرند و اگر هم خطایی مستحق تنبیه انجام داد بر او ببخشاییم .

۱۰- هشدار به کودک :

ما معمولاً سعی داریم به کودک تفهیم کنیم که راه او راهی درست و به صواب نیست . البته این سخنان برای همه ی اطفال قابل فهم نیست. اگرچه کودک باید از قبل بداند که دوست داشتن والدین چه منفعی برای او دارد و دوست نداشتن چه زیانهایی. بعدها در سنین بالاتر می توان به او گفت که این کار را خدا دوست ندارد و چیزی که خدا دوست نداشته باشد برایش عقوبت و مجازات تعیین می کند ، او را به جهنم و آتش می سوزاند و از محبت ها و لذتها محروم می سازد .

۱۱- اعلام نارضاایتی :

پدر و مادر با نشان دادن حالت خود و با بیان خویش باید به او تفهیم کنند که از عمل او ناراضی هستند ، دوست ندارند دروغ او را بشنوند و از این که او در حضور جمع ، این دروغ آن هم با این عظمت را گفته خوشحال نیستند. والدین در مواردی با نشان دادن قیافه مظلومانه و حق به جانب به او نشان دهند که آبرویشان در این دروغ از میان رفته و آنها از این مسئله ناراحت اند. باید مسئله را به گونه ای در ذهن بزرگ کرد تا دیگر این حالت مکرر نشود و او هوس دروغگویی نکند .

۱۲- ایجاد سرخوردگی :

در مواردی که دروغگویی کودکان مکرر شود می توان در حد متعادل روحیه او را شکست و سرخوردگی در او ایجاد کرد؛ مثلاً آنگاه که سرگرم دروغگویی و میدان داری است با قیافه ای گرفته و بدون لبخند و بدون تصدیق و تأیید با او مواجه شویم و در برابر سخنانش بی تفاوت باشیم و در وسط سخنش خودمان با دیگری صحبت کنیم و یا موضوع بحث را عوض کنیم تا او بداند در این راه توفیق نیافته است.

۱۳- مچ گیری :

در مورد حادثه می توان موضع شدیدتری گرفت و پس از بیان دروغهایش آن را به رخش کشید و به او تفهیم کرد که ما می دانیم تو دروغ می گویی . البته لازم است این مرحله پس از همه تذکرات، اخطارها و اندرزها باشد و آنچنان نباشد که در حضور جمعی صورت گیرد و او در این زمینه احساس حقارت کند. چون به هنگامی که کودک خود را رسوا ببیند سر از کارهای خطرناکی در می آورد و دروغگویی حرفه ای می شود .

۱۴- تنبیه و تهدید :

در مواردی که هیچ یک از مواضع بالا سودی نبخشد و فایده ای ندهد بهتر است از راه تهدید و یا تنبیه او را از دروغگویی دور داریم که البته این راه، چندان عملی نیست و تنبیه ما نشان میدهد که دیگر در تربیت، کار از کار گذشته است.

هشدارها در اصلاح دروغ

۱- ضرورت ایجاد رشد :

در نظر ما آن کس که تن به خیانت و دروغ می دهد و هنوز به ارزش وجودی خود و به ارزش حقیقت و اخلاق پی نبرده است. پس خوب است به او فرصت رشد و زمینه آنرا بدهیم. او را واداریم که دریابد وجودش ارزنده و مهم است و ارزش بالاتر از این است که خود را کوچک کند و دروغ بگوید. اگر او در سایه دروغ توانسته است دیگران را فریب دهد و دروغ بگوید حیثیتی به دست نیآورده است؛ اگر هم به دست آورده باشد از آن نیست او بلکه از آن دروغ است .

۲- کسب محبوبیت حقیقی :

کودک و حتی بزرگسال باید در یابد که محبوبیت قابل ارزش در سایه راستی است نه دروغ و خیانت ؛ اگر راست بگوید و تنبیه شود برای او ارزنده تر است تا آن که دروغ بگوید و از تنبیه برکنار گردد. در این زمینه ضروری است بین ارزش حقیقی محبوبیت و ارزش کاذب آن فرقی بگذاریم و نشان دهیم که اولی پایدار است و دومی متزلزل. این مسئله را به طفل هم می توان تفهیم کرد که اگر امروز این دروغ را گفتم و به هدف رسیدی ، فردا برای رسیدن به این هدف چه خواهی کرد ؟

۳- اعطای آزادی مناسب :

بسیاری از فرزندان ما دروغ می گویند به خاطر آن که ما فرصت و امکان راستگویی را از آنان سلب کرده ایم . اگر به آنها بگوییم که بدون ترس و وحشت آزادند که مسئله خود را با ما در میان نهند و نیازهای خود را به ما بگویند مشکل دروغگویی شان حل شده است . اصولاً محیط صادقانه و صمیمانه در تربیت و اصلاح افراد مؤثر است.

۴- توجه به دوران کودکی :

از ویژگی های دوران کودکی این است که ثبات و دوام ندارد. لحظه ای شاد است و لحظه ای دیگر غمگین. لحظه ای احساس نیاز به امری می کند و جان و روانش را وابسته به آن می داند و در آنی دیگر احساس استقلال دارد و فکر می کند نباید کسی بالای سر او باشد. بر این اساس اگر کودک شما دروغی گفت گمان نکنید او سر از فساد در آورده است . همین طفل با راهنمایی مناسب آن چنان پاک و معصوم خواهد شد که شما خود تعجب بودید . البته این سخن دلیل بر آن نیست که دروغ او را نادیده بگیرید. متناسب با اهمیت و عظمت دروغ و شرایط و احوال طفل باید آن را پیگیری کرد.

۵- اعطای میدان فعالیت :

برخی از فرزندان در خانه نقش برده ای را ایفا می کنند که اختیار هیچ چیز را ندارند . منحصرأ در چارچوبی می توانند فعالیت کنند که پدر و مادر به صورت ضوابط ریز تهیه دیده و ناظر بر اجرای آن هستند. روشن است که فرزندان میدان عمل بیشتری را می خواهند دارند و هر وقت ضرورتی برای استفاده از آن میدان برایشان پدید آید از آن استفاده می کنند و در برابر بازخواست های بعدی خود را برای دروغ پردازی آماده می کنند . در زمینه سازندگی و رشد ، يك بعد قضیه این است که به او میدان حرکت و تلاش بدهید و او را در آن میدان آزاد بگذارید تا خود را بیازماید و قدرت و امکانات خود را کشف کند و برای اثبات ارزش وجودی خود نیازمند به دروغگویی نباشد .

۶- ایجاد زمینه احساس اعتماد :

وجود زمینه احساس اعتماد باعث آن می شود که کودک خود را مجاز احساس کند که مسائل خود را به گونه های جدی با والدین در میان نهد. اگر خیانتی درباره او روا داشته شد آنرا برای شما بازگوید و شما را در جریان کارها قرار دهد. چه بسیار فرزندان جامعه که قربانی توطئه ها و هوسهای شوم دیگران شده اند و از ترس مجازات و به خاطر نداشتن اعتماد آنرا به شما نگفته اند و شما روزی از آن سر در آورده اید که کار از کار گذشته بود.

۷- خودداری از آبروریزی :

گاهی برخی از فرزندان، حقایق خود را با والدین در میان نمی‌گذارند از آن بابت که احساس می‌کنند آنها خود نگهدار نیستند و اگر حقیقت مسئله را بدانند آن را نزد این و آن بازگو می‌کنند و در آن صورت آبروی او از میان می‌رود. اگر کودک احساس کند که آبرویش رفته دیگر فردی خطرناک خواهد بود و با او نمی‌توان زیست. همیشه سر از فتنه‌گیری و دروغ در خواهد آورد و همیشه سخنان او مورد تأمل خواهد بود.

۸- بیان عوارض و خطر :

کودکان و فرزندان ما سن و تجربه‌ای ندارند تا در سایه آن بتوانند آینده را آنچنانکه هست ببینند. و یا آن چنان تجربه‌ای ندارند که بتوانند عواقب نامطلوب وضعی را که در اثر دروغ پدید خواهد آمد درک کنند. در اینجاست که والدین و مربیان از طریق ذکر داستانهای مربوط به دروغ‌گویی و فرجام آن قادر می‌شوند به ارشاد او پرداخته و هدایتش کنند. البته ذکر داستانها از همان سنین خردسالی و در موقعی که هنوز وارد این مرحله نشده است مؤثرتر است. روزی که او از مسئله دروغ وحشت داشته باشد به هیچوجه حاضر به آن نمی‌شود.

۹- بیان شرایط ارزش او :

والدین و مربیان لازم است به کودک تفهیم کنند که اگر برای او ارزش و احترامی قائلند به خاطر صداقت اوست و اگر رعایت صداقت و درستی را نکند احترامی نخواهد داشت. به او تفهیم کنید بدان اندازه باید رشد داشته باشد که اگر راستگویی به زیان و ضرر اوست باز هم راست بگوید و صراحت و قاطعیت خود را از دست ندهد. اگر کار بدی کرده، می‌تواند از آن عذر بخواهد ولی اگر دروغی از او صادر شود قابل بخشش نخواهد بود.

۱۰- آمادگی برای پذیرش او :

والدین و مربیان عملاً باید نشان دهند که آماده پذیرش کودک و حتی خطاهای او هستند. حاضرند به حرفهای او گوش فرادهند و به احساسات و عواطف او احترام بگذارند. در برابر لغزش او خشونت به خرج نمی‌دهند و آبروی او را در میان جمع حفظ می‌کنند. این امر زمینه و امکان دروغ‌گویی را از کودک سلب میکند و او را در مسیر صلاح قرار میدهد.

۱۱ - جنبه الگویی والدین :

فراموش نکنید که کودکان از ما درس می‌گیرند. دروغ را از ما می‌آموزند. اگر موضع ناروایی در برخورد و رفتار و گفتارها اتخاذ کنید او همان را ادامه خواهد داد. هرگز گمان نکنید که کودک آن را نمی‌فهمد. او ظاهراً در برابر رفتار شما آرام است ولی همان را می‌آموزد و عمل می‌کند. شما با عمل خود راه اقدام به خطا را برایش آسان می‌کنید و زمینه صدق و راستی را از او می‌گیرید. در چنان صورتی شما مسئول عواقب نابسامان رفتار فرزند خود خواهی بود. ایمان شما به خدا و رعایت اصول پرهیزکاری و اخلاص و مراقبت در گفتار و رفتار شما درسی ارزنده برای فرزندان است و در نجات از این معضل کمک مؤثری خواهد برد.

۱۲ - خودداری از اصرار :

گاهی شما میدانید که فرزند شما فلان غذایی را که از آن منع بوده است خورده و لکه روی لباسش و طعم دهانش آنرا اثبات می‌کند و با اینحال او انکار میکند. اصرار شما بر انکارش خواهد افزود. در صورت اصرار بر انکارش نیز سعی نداشته باشید به او مارك دروغگویی بچسبانید، فعلاً مساله را نادیده بگیرید تا بعدها در خلوت او را به خطایش آگاه کنید.

دروغ در چه کسانی بیشتر است ؟

در بین آنها که ضعیف و عصبی و یا هیجانی هستند.
در آنها که رشادت و شجاعت لازم و کافی را ندارند و ترسو هستند .
در بین آنها که به صورت افراطی خواستار جلب نظر و محبت اند .
در بین آنان که قدرت نیاز در آنها نیرومند و دستیابی به هدف برایشان دشوارتر است .
در بین آنها که تکالیف شاق بر آنها تحمیل شده و قدرت تحمل آنرا ندارند .
در آنها که ایمانشان ضعیف است و فشار و اعمال قدرت شما بر آنان بسیار است .
آنها که دوران کودکی توأم با محرومیت و نابسامانی بسیار داشته اند و محبت کافی ندیده اند .
و بالاخره آنها که از تربیت کافی و لازم برخوردار نبوده اند .

تذکری به والدین و مربیان

اعمال برخی از طرق برای اصلاح دروغ کودکان یا مؤثر نیست و یا اثرش چندان زیاد نیست و حتی در مواردی ممکن است آثار معکوس و نامطلوب بر جای گذارد مثل :

سرزنش ها و ملامت های بسیار.
اعمال خشونت و تنبیه بیش از اندازه و آزار رساندن به او.

متهم کردن و دروغگو خواندن کودک و بردن آبروی او در نزد دیگران. دریغ داشتن محبت و هدایت از کودک و همچنین اعلام سلب اعتماد از او. رها کردن طفل به حال خودش بدان امید که او در آینده خود به خود اصلاح خواهد شد. در همه حال ضروری است سر از علت در آوریم و درد او را به صورت ریشه ای درمان کنیم، و نیز حسن نیت خود را نشان داده و با کودک تفاهم کنیم. زیرا او در همه حال فرزند ما و چون چوب منبر است که نه می توان او را سوزاند و نه او را به دور انداخت باید سوخت و ساخت و او را اصلاح کرد.

بهانه گیری در کودکان

تربیت کودکان کار دشواری است. به طور مثال پسر بچه ای را مجسم کنید که وسط یک فروشگاه شلوغ شروع به پرخاشگری می کند و جسورانه به والدینش پاسخ می دهد. در چنین مواقعی حتی والدینی که خیلی در مورد تربیت فرزندشان به خود اطمینان دارند نیز مأیوس و دلسرد می شوند و به دنبال روش و کلمات مناسبی می گردند تا کودک خود را آرام کنند. به شما اطمینان می دهم که با استفاده از پاره ای روشها می توانید در شرایطی که فرزندتان بد رفتاری میکند خونسردی خود را حفظ نمایید و شیوه ای مناسب در پیش گیرید، بخصوص هنگامی که با این پنج مسئله تربیتی مواجه می شوید:

بهانه گیری و نق نق کردن

بهانه گیری معمولاً در بین خردسالان، به ویژه قبل از این که بتوانند به خوبی صحبت کنند، رایج است. این کار یکی از محدود راه هایی است که توسط آن می توانند نارضایتی و خشم خود را از آنچه که نمی توانند به دست آورند ابراز کنند. هر قدر هم که این مسئله ناراحت کننده باشد، والدین باید بدانند که علت بهانه گیری کودکان فقط دیدن عکس العمل از جانب آنها نیست (گرچه علت اصلی آن همین است ولی حتی کودکان دبستانی هم وقتی که به مقصودشان نمی رسند) با بهانه گیری، احساسات درونی خود را آشکار می کنند و در نتیجه آرامش می یابند.

چگونه با آن کنار بیایید

وقتی کودک خردسال شما شروع به بهانه گیری و نق نق کرد، از او بخواهید که به صورتهای مختلف ابتدا در گوشي، بعد به آهستگی و سپس خیلی بلند و ... چیزی را که میگوید، تکرار نماید. این روش درست مثل يك بازی توجه او را جلب خواهد کرد و بهانه گیری را فراموش خواهد نمود. در مورد کودک دبستانی خود میتوانید از چند روش کلی استفاده کنید. به محض اینکه شروع به بهانه گیری کرد، حرف او را قطع کنید و به آرامی بگویید: "داری نق نق و بهانه گیری میکنی و من گوش نمیکنم، پس بهتر است که آرام و شمرده صحبت کنی." اگر باز هم ادامه داد، دوباره درخواست خود را تکرار کنید. اگر شیوه گفتار خود را تغییر داد با بیان جمله ای او را تشویق کنید. می توانید بگویید: "وقتی بدون نق نق کردن بگویی که چه می خواهی، بیشتر دوستت خواهم داشت." اگر در چنین مواقعی عصبانی می شوید، هیجان صدای خود را فرو ببرید و فراموش کنید که چقدر دلناتان می خواهد فریاد بزنید. به خاطر بسپارید که با مهار عکس العمل خود می توانید ارتباط بهتری با فرزندتان برقرار کنید. بعد به او بگویید که می دانید دلیل ناراحتی اش چیست و از این طریق با او به توافق برسید. به عنوان مثال فرض کنید چون به فرزندتان اجازه نداده اید که قبل از نهار شیرینی بخورد، ناراحت شده است، پس شیرینی را در جایی قرار دهید که بتواند آن را ببیند و به او قول دهید که پس از خوردن غذا به او شیرینی می دهید.

اقدام پیشگیرانه

هنگامی که فرزندتان واضح و محکم صحبت می کند به او گوش دهید و تحسینش کنید. با این عمل به او یاد می دهید که اگر بدون بهانه گیری چیزی بخواهد زودتر آن را به دست خواهد آورد.

پرخاشگری

والدین گاهی به علت پرخاشگری فرزند خود عصبانی می شوند، نه فقط به این دلیل که اغلب در مکان های عمومی با بدخلقی کودک خود مواجه می شوند، بلکه بدین سبب که احساس می کنند روی رفتار کودک خود و شرایط موجود کنترل ندارند. خوشبختانه کج خلقی های کودکان با رسیدن به سن مدرسه کاهش می یابد. زیرا می توانند راه حل های بهتری در مواجهه با شکست و ناکامی پیدا کنند.

چگونه با آن کنار بیایید

روش مؤثر برای از بین بردن پرخاشگری، آن است که از ابتدا آنرا مهار کنید. وقتی که در مقابل پرخاشگری کودک خود با خشم و عصبانیت عکس العمل نشان دهید، به طور غیر مستقیم به او می آموزید که عصبانیت وسیله کارسازی برای دست یافتن به اهداف است. در عوض می توانید بگویید: "وقتی از گریه کردن دست برداشتی در مورد آن با هم صحبت می کنیم و راه حلی می یابیم." و به اتاق دیگری بروید. اگر فرزند شما خیلی کوچک است و نمی توانید او را تنها بگذارید، پیش او بمانید. اگر به طرف شما آمد، او را بغل کنید ولی تا وقتی که آرام نشده چیزی را که می خواهد به او ندهید. خود را به کار دیگری مشغول کنید. به عنوان مثال مطالعه کنید. با این کار به او می فهمانید که تا آرام نشود نمی تواند توجه شما را جلب کند. اغلب پرخاشگری های بچه ها، اگر مخاطب مورد نظر حضور نداشته باشد، زودتر متوقف می شود. در صورتی که کودک شما در یک مکان عمومی شروع به بدخلفی و پرخاشگری کرد، بدون توجه به نگاه های مردم او را به گوشه ای خلوت ببرید و منتظر شوید تا آرام شود. به او بگویید: "اینجا پیش تو می مانم تا وقتی که آرام شوی و با هم صحبت کنیم." اگر بعد از سه یا چهار دقیقه باز هم به فریاد و گریه خود ادامه داد، او را بردارید و از آن مکان خارج شوید.

اقدام پیشگیرانه

پرخاشگری ها همیشه قابل پیش بینی نیستند. کودکان به دلایل مختلفی این کار را انجام می دهند. به عنوان نمونه سه دلیل شروع پرخاشگری را ذکر می کنیم:

هنگامی که کودک شما چیزی می خواهد ولی نمی تواند آنرا بدست آورد.
وقتی یادگیری انجام کاری برایش دشوار باشد.
وقتی که خسته شده باشد.

پس با اجتناب از عواملی که ممکن است به بهانه گیری منجر شود، می توانید از وقوع تنش جلوگیری کنید. اگر می بینید کودک خردسالان می خواهد با پازلی که خواهر بزرگترش انجام می دهد بازی کند، یا به او در این بازی کمک کنید و یا اینکه توجهش را به بازی دیگری که بیشتر مناسب سنش باشد، جلب کنید. از کودک خود انتظاری بیش از آنچه که از عهده اش برمی آید نداشته باشید. خردسالان به این دلیل که قدرت تحمل زیادی ندارند، نمی توانند خود را برای مدت طولانی سرگرم کنند. بنابراین کودک خردسال خود را در ساعات شلوغ روز و در صف های طولانی به فروشگاه و یا بانک نبرید و اگر باید او را به جایی ببرید که می دانید معطل می شوید، برای سرگرمی او اسباب بازی و خوراکی همراه ببرید.

دعوای میان فرزند

رقابت و هم چشمتي ميآن فرزندآن يك خانواده، پاسخي طبيعي به داشتن رقيب دائمي در جلب محبت پدر و مادر است. اگر دعواي آنها مهار نشود، روي روابط عاطفي ميآن فرزندآن اثر مي گذارد و شور و نشاط آنها را از بين مي برد .

چگونه با آن کنار بياييد

بهترين راه براي مبدل کردن دعواي ميآن کودکان به صلح و آرامش، اين است که ابتدا آنها را از يکديگر جدا کنید تا آرام شوند. سعي نکنيد ميآن آنها قضاوت کنید، حتي اگر شاهد بوده باشيد که يکي از بچه ها، ديگري را عمداً تحريك کرده و دعوا را شروع کرده است. (بايد براي تصحيح اين رفتار، روش تربيتي مناسبی را اتخاذ نماييد.) در غير اينصورت يا طرف يکي از آنها را ميگيريد و يا اينکه به ميدان دعوا کشيده ميشويد که هيچکدام از آنها کمکي به شما نخواهد کرد .

اقدام پيشگيـرانه

رقابت ميآن کودکان خود را نمي توانيد بطور کامل از بين ببريد ولي مي توانيد از شدت آن بکاهيد. احترام به علائق يکديگر را به کودکان خود تاکيد کنید. به آنها بياموزيد که نسبت به مالکيت شخصي يکديگر احترام قائل شوند و چيزي را که به خواهر يا برادرشان تعلق دارد ، بدون اجازه بر ندارند. هيچوقت کودکان خود را با هم مقايسه نکنيد. در موقعيت هايي که معمولاً بين کودکان اختلاف ايجاد مي شود، مقرراتي وضع کنید. به عنوان مثال جاي هر يك را بر صندلي ماشين از قبل تعيين کنید و يا مشخص کنید که هر يك از آنها چه ساعتی مي توانند برنامه تلويزيوني مورد علاقه خود را ببينند.

بازيگوشـي

فرض کنید که با کودک پيش دبستاني خود قرار گذاشته ايد که بعد از مسواک زدن به رختخواب برود تا قبل از خواب برایش قصه بگوييد. ولي بيست دقيقه بعد مي بينيد که مي خواهد ماشين هاي اسباب بازي خود را در دستشويي بگذارد. احتمالاً تا به حال چيزي شبیه به اين موضوع را تجربه کرده ايد. دليل آن اين است که مفهوم گذشت زمان براي خردسالان کاملاً با بزرگسالان متفاوت است. وقتي که آنها غرق در انجام کاري مي شوند فکر مي کنند تا وقتيکه فعاليت خود را به اتمام نرسانده اند زمان از حرکت خود باز ايستاده است. بنابراين بازيگوشي آنها تا زمانیکه خواندن ساعت را بياموزند تمامي ندارد. گاهي پدر و مادرها مي بايست به بچه هاي خود گوشزد کنند که وقتشان را تلف نکنند .

چگونه با آن کنار بياييد

اگر می خواهید فرزند خود را از فعالیتی وارد فعالیت دیگری کنید چیزی در این مورد به او نگوئید. به عنوان مثال شب هنگام به جای این که به او بگوئید که موقع خواب است، او را با گفتگو راجع به کارهایی که در طول روز انجام داده است مشغول کنید. او هم غرق در صحبت می شود و متوجه نخواهد شد که چه وقت از دستشویی بیرون آمده و به رختخواب رفته است.

روش دیگر:

چون درک مفهوم زمان برای کودکی که هنوز به مدرسه نرفته است به زمان فعالیت هایی از قبیل خوردن آب میوه، زمان خواب، زمان استحمام بستگی دارد، از اینرو می توانید برنامه بعدی را در طول روز برایش توضیح دهید و به این ترتیب سرعت حرکتش را بالا ببرید. به عنوان مثال به او بگوئید: " بیا لباس خوابت را بپوش تا بتوانیم کتابی انتخاب کنیم و بخوانیم." اگر می خواهید کودک خود را به انجام کاری تشویق کنید، مثلاً می خواهید که اسباب بازی هایش را جمع کند، می توانید آن فعالیت را به صورت بازی در آورید و بگوئید: " ببینم می توانی تا ۵۰ که شمردم اسباب بازیهایت را جمع کنی! " او را مسئولیت پذیر سازید. اگر عجله دارید به او بگوئید که دیرتان شده است و به کمک او احتیاج دارید. از او بخواهید که کیف شما را دم در بگذارد و ظرف غذایی خودش را از یخچال بیرون بیاورد. اگر این روش نیز در مورد کودک دبستانی و بازیگوش شما مؤثر واقع نشد، از روش جدیدتری استفاده کنید. لباسش را تنش کنید، با موهای شانه نشده و نامرتب با بسته های بیسکویت یا میوه او را به موقع به مدرسه برسانید. با این روش به فرزند خود می آموزید که هر چقدر هم که مقاومت کند، بعضی کارها مانند به موقع حاضر شدن برای سرویس مدرسه را باید در زمان خودش انجام دهد.

اقدامات پیشگیرانه

را الفافلبر ذلبر اللفبايغل ببقبثبقلببببقلفاتز دذزبرزببر

هنگامیکه می بینید کودک شما به تلویزیون توجهی ندارد و اسباب بازی هایش را گوشه ای رها کرده است، بیشتر مستعد انجام کارها و وظائف خود می باشد. بنابراین لوازمی را که موجب حواس پرتی او می شوند جمع کنید و به طور واضح به او بگوئید که انتظار انجام چه کاری را از او دارید. توجه کنید که کودک شما تمام وسایل مورد نیاز خود را برای انجام کارش در اختیار داشته باشد. به عنوان مثال اگر از او می خواهید که دندان هایش را مسواک کند باید مسواک، خمیر دندان و آب را در دسترس او قرار دهید. راه دیگر جلوگیری از بازیگوشی فرزندتان این است که از شب قبل لباس و دیگر لوازم مورد نیاز او را برای فردا صبح آماده کنید. با این کار نه تنها به کودک بازیگوش خود فرصت نخواهید داد که برای انتخاب لباسش شما را معطل کند بلکه صبح، قبل از بیرون رفتن از منزل (به خصوص در مورد خانم های شاغل) بدون عجله کارهایتان را انجام خواهید داد. البته اگر این کار را هر روز به طور معمول انجام دهید، بهتر است. کودک خود را به انجام بعضی از کارها عادت دهید. مثلاً شب: ابتدا خوردن غذا، بعد

شستن دندان و خواندن داستان قبل از خواب. صبح: ابتدا پوشیدن لباس، شانه کردن مو و مرتب کردن تختخواب، خوردن صبحانه .

حاضر جوابی

کودک با شروع دو سالگی ، خود مختاری خویش را به حیطه آزمایش می گذارد که یکی از راه های انجام این کار حاضر جوابی به بزرگسالان است. کودک خردسال با گفتن " نمی خواهم" یا " نه" می خواهد نشان دهد که از دستورهای شما خسته شده است و استقلال بیشتری می خواهد. چگونه با این موضوع کنار می آید؟ این موضوع پیچیده است. زیرا اولاً می خواهید که کودکان اولین قدم های خود را به طرف خود مختاری بردارد ، ثانیاً نمی خواهید که گستاخی او را تأیید کنید، بنابراین با حالتی جدی به او بگویید : " نباید این طوری جواب بدهی، اگر با حرف من موافق نیستی اشکالی ندارد ولی باید مؤدبانه جواب بدهی ." برایش از جملات معترضانه مناسب مثالهایی بزنید. جملاتی مثل : " نظر من فرق دارد " یا " مخالفم " و غیره . به این طریق برایش روشن سازید که اگر دفعه بعد اینگونه صحبت کند ارزش خود را نزد شما از دست خواهد داد. اجرای این روش تربیتی را ادامه دهید. اجازه ندهید که گستاخی او ادامه یابد تا اینکه روزی مجبور شوید عکس العمل شدیدی از خود نشان دهید.

رز

اقدامات پیشگیرانه

ابقفغفیفغفغیاقاایغیسعانیثیلناس

اگر کودکان مخالفت خود را مؤدبانه به شما ابراز کرد، به او توجه بیشتری کنید و به عقیده او احترام بگذارید و به او نشان دهید که برای عاید او احترام قائلید و اگر نظر او مخالف نظر شماست هیچ اشکالی ندارد . نکته مهم این است که شما می بایست از نوع ارتباط خود آگاه باشید. اگر از آن دسته افرادی هستید که مخالفت خود را با دیگران به صورت تمسخر آمیزی بیان می کنند، پس نمی توانید از فرزند خود انتظار داشته باشید که رفتاری غیر از این داشته باشد. همین که فرزند شما بتواند خودش را بیشتر کنترل کند و یاد بگیرد که چگونه نیازها و نومییدی خود را از طرق سازنده به شما توضیح دهد، پرخاشگری، بهانه گیری و دیگر رفتارهای منفی او مسئله ساز نخواهد بود. به او یاد دهید که بتواند به شما بگوید که چه احساسی دارد و چگونه فکر می کند. با انجام این روش رابطه ای قوی با فرزند خود ایجاد می کنید. چنین رابطه ای، هنگامی که فرزندان به سن بلوغ میرسند، در حل مسائل به شما کمک زیادی خواهد کرد.

ترس در کودکان

کودک و ترس از شب قسمت اول

ترس از شب

ممکن است کودک شما مثل بسیاری از بچه های دیگر شب ها احساس ترس و اضطراب کند؛ این ترس به سن او و مرحله رشد احساسی و جسمی او بستگی دارد و همین طور هم که بزرگتر می شود با انواع مختلفی از تنشها مواجه می گردد. او باید یاد بگیرد وقتی که او را با پرستار و یا در مهدکودک و یا مکان بازی تنها می گذارید صبور باشد و بپذیرد که شب ها جدا از شما خواهد بود. همچنین باید بیاموزد که رفتار خود و همین طور ادرار و مدفوع و احساسات خشم و حسادت و تهاجم را کنترل کند. کودک درباره موضوعاتی از قبیل مرگ، خدا، بهشت و جهنم تفکر می کند و دچار ترس و نگرانی می شود. به زودی در می یابد که والدین برای او آرزوهایی دارند و می ترسد که از عهده آنها بر نیاید .

کودک نگران

کودک در هر مرحله از رشد که باشد، حوادث خاصی ممکن است در او ایجاد نگرانی بکند، به عنوان مثال وقتی او بازی های گروهی و یا رفتن به مهدکودک را آغاز کند برای مدتی ممکن است جدایی از والدین او را نگران کند. ممکن است برای ترک ما در طول روز و شب و یا برای رفتن به رختخواب به طور جداگانه از خود تمایلی نشان ندهد و اگر شما بیمار شوید احساس تقصیر کند و فکر کند که کلمات پرخاشگرانه ی او این بیماری را در شما ایجاد کرده است. زمانیکه می خواهیم به کودک دستشویی رفتن را یاد بدهیم دوره دیگری از نگرانی را در او مشاهده می کنیم . او دائماً می ترسد که مبادا نتواند خود را کنترل کند. حتی گاهی اوقات هول شده و شلوارش را خیس می کند و چون دوست دارد که شما را هم خوشحایل کند می ترسد که شاهد ناراحتی و نارضایتی شما باشد. در بسیاری از بچه های نوپا این هیجانات در شب اوج می گیرد و رفتن به سوی رختخواب به معنای کنترل هیجانات است .

دیدن فیلم یا برنامه وحشتناک برای بچه های بزرگتر زنگ خطر است. کودک ۵-۶ ساله ممکن است از دیدن صحنه بچه دزدی و یا پرخاشگری کودک در مقابل والدین به شدت آشفته شود. چنین صحنه هایی برای کودک کاملاً واقعی به نظر می آید. همه کودکان تخیلات پرخاشگرانه دارند و تا حدودی نسبت به آن احساس گناه میکنند. مواردی از قبیل بیماری، اختلافات خانوادگی، جدایی، طلاق، اعتیاد و مرگ و میر باعث ایجاد تشویش، نگرانی، احساس گناه و ترس در هر سنی از زندگی کودک میشوند. در شب کودک از کنترل دنیای پیرامونش مأیوس میشود، زیرا

نمی‌تواند به طور مداوم محیط اطراف و تخیلات ناشی از احساسات خود را کنترل کند و همین وضعیت باعث بروز ترس در او می‌شود. جوانان هم به خاطر این که تغییرات احساسی و جسمی سریع و دوران بلوغ را پشت سر گذاشته و از کودکی به بزرگسالی می‌رسند، نگرانی‌های اساسی را متحمل می‌شوند. آنها به آینده، امتحانات، شغل، پول می‌اندیشند و با فشارها و تمایلات شخصی زیادی مواجه و گاهی ناگزیر می‌شوند با معیارهای خانوادگی در برخوردهای اخلاقی مخالفت کنند و ممکن است نظام‌های ارزشی جدید را پایه‌گذاری کرده و ارزش‌های قدیمی را کنار بگذارند و تصور کنند که والدین آنها دیگر تکیه‌گاه مناسبی نیستند، و یا به طور کل حمایت والدین خود را رد کنند.

لقب‌نزر ب

در طول روز راحت تر می‌توان نگرانی را تحت کنترل درآورد؛ اکثر بچه‌ها در طول روز سرگرم هستند و فرصتی ندارند تا به مشکلاتشان فکر کنند. اما در تاریکی شب که به رختخواب می‌روند و چراغ را خاموش می‌کنند کاری جز فکر کردن ندارند و در تخیلات خود فرو می‌روند و همین که خواب آلوده می‌شوند توانایی خود را برای برخی افکار از دست می‌دهند و کنترل چندانی روی احساسات، تمایلات شدید و ترس‌های خود ندارند و در این موقع احساسات و یا حتی اعمالشان خیلی بچگانه می‌شود. در این وضعیت نامناسب، کودک چهار پنج ساله همان اطمینانی را نیاز دارد که احتمالاً کودکان ۲-۳ ساله در طول روز به آن نیازمند هستند. کودک ۴-۵ ساله‌ای که در روز بدون هیچ‌گونه مشکلی شما را رها کرده و به مهد کودک می‌رود، ممکن است در شب برای رفتن به رختخواب مشکلات بسیاری را به وجود آورد. سرزنش کردن و اظهار این مطلب که او مثل بچه‌های کوچک رفتار می‌کند هیچ فایده‌ای ندارد. بهتر است بفهمید که چرا او احساس ناامنی می‌کند. حتی کودکی که در طول روز به خوبی از خود مراقبت می‌کند و از اعتماد به نفس خوبی برخوردار است ممکن است در شب وقتی سیل افکار به او هجوم می‌آورد این اطمینان را از دست بدهد. در چنین موقعیتی او به شما نیاز دارد تا بیشتر مراقبتش باشید.

بسیاری از خانواده‌ها مشاجرات زمان خواب را تجربه کرده‌اند. بچه‌ها برای فرار از خواب درخواست‌های متفاوتی از قبیل شنیدن داستان، تماشای تلویزیون و بازی دارند. برخی کودکان به هنگام خواب با برادران و خواهران خود نزاع می‌کنند؛ گاهی اوقات در رختخواب آرام و قرار ندارند و برای فرار از افکار نگران‌کننده مرتب تکان می‌خورند. اگر کودک شما به دلیل ترس و نگرانی برای خوابیدن با مشکل مواجه است، در طول روز با او بیشتر صحبت کنید و به او اطمینان بدهید که او را حمایت می‌کنید. با اینحال لزومی ندارد تغییرات اساسی در برنامه خواب بوجود آورید؛ برای دقایقی او را ماساژ دهید و یا مدتی بیشتر از سایر اوقات پیش او بنشینید، اما برنامه و پیروال روزمره او را تا جایی که امکان دارد ثابت نگه دارید.

بی‌التفاتت‌نغمع

نه

ف

ترس در کودکان

کودک و ترس از هیولا و تاریکی

قسمت دوم

بچه ای که از هیولا می ترسد

ممکن است کودکی به دلیل افکار و نگرانی هایی که از دید شما واقعی به نظر نمی رسند با مشکلات خواب مواجه باشد. او ممکن است تصور کند که یک هیولا در زیر زمین و یا جن در رختخواب و یا در جایی بیرون از پنجره است. اگر چه او این جور مواقع به شدت می ترسد اما معمولاً ترسش را بروز نمی دهد. به او دلگرمی بدهید و بگویید که مراقبش هستید و او کاملاً در امان است. برایش یک قصه بگویید و آهسته صحبت کنید. اگر در دراز مدت ببیند که شما به هنگام این وحشت ها مراقبش هستید اطمینان خاطر بیشتری به دست می آورد. بد نیست برایش توضیح دهید که این چیزهایی که باعث وحشت او شده اند سایه اشیاء هستند نه هیولا. به کودکان بگویید که هیولا وجود خارجی ندارد. اما احساس نگرانی و ترس و اضطراب های او واقعیت دارند. او نمی تواند درک کند که این احساسات خودش هستند که او را چنین مضطرب و پریشان می سازد. او باید با استفاده از تخیلاتش بر این احساسات غلبه کند و باید به اطمینان خاطر برسد. به این ترتیب دیگر نیاز به حمایت در مقابل ترس از هیولا نخواهد داشت. او به یک درک بهتری از احساسات و تمایلات خود نیاز دارد. همچنین باید دریابد که اگر شلوارش را خیس کند و یا اگر نسبت به خواهر یا برادرش بد اخلاقی کند و یا عصبانی شود هیچ حادثه ناگواری رخ نخواهد داد و یا در این گونه مواقع او باید اطمینان داشته باشد که شما اوضاع را تحت کنترل دارید و مراقبش هستید.

کودکی که از تاریکی می ترسد

اکثر کودکان دوست ندارند در تاریکی کامل و یا در اتاقی که درش بسته است بخوابند. هیچ فایده ای هم ندارد که ما به کودکان بیاموزیم که در تاریکی کامل بخوابد. بهتر است که به هنگام خواب، اتاق خواب او را با چراغ کم نور روشن نگه داریم؛ بدین ترتیب هرگاه کودک بعد از

خوابی که می بیند بیدار شود می تواند موقعیت خود را در اتاق بیابد و رویا و واقعیت را از هم تشخیص دهد. همچنین اگر در، باز باشد او کمتر احساس جدایی و تنهایی می کند .

خواب بد

همه بچه ها گاهی دچار کابوس می شوند اما این کابوسها نمی تواند موجب بروز اختلالات دائمی خواب شود. آنچه را که بیشتر خانواده ها به عنوان کابوس های مکرر تلقی می کنند به معنای واقعی، خواب ترس و نیمه بیداری های مقطعی مشابه است . وقتی کودک از خوابی وحشتناک سراسیمه بیدار می شود نباید او را مجبور کرد که به تنهایی بخوابد و بحث در مورد خواب ترسناک کودک چه همان موقع و چه صبح برای اصلاح وضع مفید خواهد بود. این کار به کودک کمک می کند تا موقعیت خود را بازیابد و بفهمد که هیچ خطری او را تهدید نمی کند. اگر کودک دچار کابوس های مکرر می شود باید به شیوه های مختلف با او صحبت کنید. وقتی کودک از ترس شکایت دارد سعی کنید تا ماهیت آنچه که سبب ترس او می شود برایش شرح دهید. اکثر بچه ها اظهار می کنند که خیلی ترسیده اند در حالی که اصلا هم نترسیده اند، اما چنین می گویند تا شما را به نزد خود بکشانند .

اگر کودک اظهار می کند که ترسیده اما علائم ترس و وحشت در او مشاهده نمی شود (بیشتر والدین قدرت تشخیص چنین امری را دارند) باید در تصمیم خود با ثبات باشید و همچنان برنامه و عادت خواب را رعایت نمایید و او را به جایش برگردانید. البته مواردی نیز وجود دارد که کولربردک واقعاً به هنگام شب به طور نامعقول وحشتزده و مضطرب می شود؛ در چنین موقعی تأکید شما بر برنامه تعیین شده نه تنها کاری از پیش نمی برد بلکه وضع را بدتر می کند. اگر او را در اتاقش تنها رها کنید و در را به روی او ببندید آرام و قرار نخواهد گرفت بلکه ممکن است دچار حمله هیستریک (هیجان و تشنج) شود. او نیاز به توجه و همدردی دارد. در چنین موقعیتی ترس شبانه تنها مشکل نیست بلکه خود نشانه خود آشفستگی احساسی است که باید درمان شود. در هفته های اول درمان، در اغلب موارد بدون مراجعه به روانپزشک این مشکلات برطرف میشوند. اگر ترس در کودک به تازگی عارض شده حتی اگر این ترس واقعی هم باشد، ظرف چند هفته از بین می رود. البته باید علت ترس و اضطراب او را در طول روز ریشه یابی کنید. به او کمک کنید تا به این ترس غلبه کند.

او می ترسد که به هنگام شب در اتاقش تنها بماند. بهتر است در طول روز ساعاتی را در اتاق به مطالعه و بازی و یا صحبت کردن با او سپری کنید. به مرور می توانید او را تشویق کنید تا ساعات بیشتری را ابتدا در روز و سپس عصر، بدون شما و در اتاق خودش بگذراند. هنگامیکه ترس او کاهش یافت باید برای برقراری مجدد برنامه روزمره ی خواب او و جلوگیری از جایگزینی برنامه موقت به جای برنامه دائمی از خود ثبات نشان بدهید. با این حال اگر کودک همچنان با مشکل ترس مواجه است و طی ماه هیچ گونه علامتی از بهبود در وی مشاهده نشد و همچنین اگر ترس های شبانه او با وحشت واقعی همراه بود و متوجه شدید که نمی توانید برنامه خواب او را از سر بگیرید می بایست با یک روان پزشک مشورت کنید.

کودک و فرزند جدید

رفتار با فرزند اول وقتی فرزند دوم به دنیا می آید

آیا میدانید که وقتی فرزند دومتان به دنیا می آید، چگونه باید فرزند اولتان را آماده ورود او کنید؟ ابتدا باید دقت داشته باشید که فرزند اولتان نیازمند دنیایی از توجه و علاقه است تا اطمینان پیدا کند که بچه دوم و جدید جایگزین او نخواهد شد. در اینجا به ده شیوه مفید و سودمند اشاره می کنیم که با به کار بستن آنها می توانید به راحتی فرزند اولتان را برای ورود بچه دوم آماده سازید.

۱- برنامه ای ترتیب دهید که فرزند اولتان اوقات زیادی را با پدرش تنها باشد.

باید بدانید که اختلاف سنی خیلی کم (کمتر از سه سال) بین بچه ها، همیشه می تواند باعث به وجود آمدن برخوردها و اختلافاتی بین بچه ها شود، چرا که هر دو نیاز شدید و فراوانی به توجه والدین دارند. پس، در صورتی که اختلاف سن بین فرزند اولتان با فرزند دوم کمتر از سه سال است، اطمینان حاصل نمایید که وقت کافی در اختیار بچه اول قرار می دهید تا او احساس کمبود پیدا نکند. به خصوص، او نیاز خواهد داشت که اوقات زیادی را با پدرش به تنهایی به سر ببرد.

۲- کتابهای مربوط به اطفال شیرخواره و کوچک را برای فرزندتان بخوانید.

حتی زمانی که باردار و در انتظار ورود فرزند دومتان هستید، توجه، عشق و علاقه کامل و صددرصد شما معطوف به فرزند اولتان خواهد بود و همین به او کمک می کند که خودش را با آن موقعیت جدید منطبق و سازگار سازد. کتابهایی را برایش بخوانید که با به دنیا آمدن بچه های کوچک و اضافه شدن آنها به جمع خانواده مرتبط هستند و در مورد طفل داخل شکم تان با او

صحبت کنید. گرچه، ممکن است فرزند اولتان، به طور کامل صحبت های شما را درک نکند. ولی به این شکل، اطلاعات لازم را کسب می کند و در رابطه با ورود بچه جدید به خانواده توجیه و آماده می شود.

۳- زمان تغییر دادن ها را به طور متناوب تنظیم کنید.

اگر لازم می دانید که تخت یا اتاق جدیدی را برای ورود فرزند دومتان تهیه کنید، این تغییرات را دست کم چهار تا شش هفته قبل از به دنیا آمدنش صورت دهید. به این ترتیب، احتمالش خیلی کم خواهد بود که فرزند اولتان در رابطه با این تغییر و تحولات احساس ناراحتی پیدا کند و حس حسادتش تحریک شود. به هر صورت، هر گونه تغییر و تحوّل را که لازم می دانید صورت دهید و به هیچ وجه این تحولات نباید همزمان با به دنیا آمدن بچه جدید انجام شود.

۴- فرزند اولتان را تشویق کنید که رابطه ملایم و خوبی با بچه جدید برقرار کند.

به او مفهوم ملایمت در نوازش طفل شیرخواره را یاد دهید و قبل از به دنیا آمدن بچه دوم، این اعمال ملایم را با او تمرین کنید. به این ترتیب، قبل از آن که خواهر یا برادر بزرگ یک بچه شود، مفهوم برقراری یک ارتباط ملایم را می فهمد.

۵- بگذارید که فرزند اولتان یک بچه باقی بماند و دوران خوش و خاطره انگیز خردسالی اش حفظ شود.

علیرغم این حقیقت که فرزند اولتان تبدیل به خواهر یا برادر بزرگتر میشود، او را از فعالیتهای مختص دوران خردسالی اش محروم نکنید و نشاط و سرخوشی مختص آن زمان را از او نگیرید. تصور نکنید که با به دنیا آمدن بچه جدید، فرزند اولتان مجبور است که به جای خوابیدن در گهواره اش، روی یک تخت دیگر بخوابد، به خصوص اگر احساس میکنید که از خوابیدن در گهواره اش، هنوز لذت میبرد و در آن راحت است. اگر هنوز از پوشک استفاده میکند، بگذارید اوضاع به همان روال پیش برود و اگر به او شیر میدهید آنرا قطع نکنید. چرا که او هنوز خودش یک بچه است و نیازهای خاص خودش را دارد! انتظار این را داشته باشید که او دوست داشته باشد مثل سابق در آغوش گرفته شود و از گرمای تن شما و زمزمه ها و راز و نیازهایی که زیر گوشش نجوا میکردید، برخوردار شود.

۶- خودتان را آماده مواجهه با بداخلاقی ها، عصبانیت ها، تندخویی ها، بی حوصلگی ها و ترشرویی های او کنید.

اگر فرزند اولتان نق نقوتر، بداخلاق تر و وابسته تر از همیشه به نظر رسید، غافلگیر و شوکه نشوید. او نیاز دارد که ابراز وجود کند و اطمینان یابد که جایش در خانواده هنوز ایمن است. با گذشت زمان و ملاحظات خاص شما، فرزند اولتان به جای حسادت نشان دادن از خودش، در رابطه با نقش جدیدش در خانواده، حس تسلط و کنترل پیدا می کند و خودش را با وضعیت جدید سازگار و منطبق می سازد.

۷- به او یادآوری کنید که زمانی خودش هم یک طفل شیرخواره و کوچک بود.

به او عکسهای دوران نوزادی اش و هدایایی را نشان دهید که وقتی تازه متولد شده بود، دریافت میکرد و علاقه و توجهی را به یادش بیندازید که در آن زمان کسب می کرد.

۸- چند اسباب بازی ویژه و مخصوص برایش بخرید.

خریدن اسباب بازی های جدید برای فرزند اولتان هم مفید و سودمند واقع خواهد شد. چرا که وقتی فرزند دومتان به دنیا می آید و دنیای توجه و هدایا معطوف او می شود، فرزند اولتان چیزهایی برای خودش خواهد داشت که سرش با آنها گرم باشد و به خواهر یا برادر کوچکش حسادت نکند.

۹- پیشاپیش فرزند اولتان را تشویق کنید که بعد از به دنیا آمدن بچه دوم، کمکتان کند.

این عمل به او حس توانایی، کاردانی، شایستگی، لیاقت و توانمندی می بخشد. وقتی بچه جدید به دنیا می آید، فرزند اولتان می تواند با آوردن پوشک برای مادرش یا تکان دادن یک اسباب بازی مقابل صورت بچه کمک سودمندی ارائه دهد.

۱۰- به او مزایای خواهر یا برادر بزرگتر بودن را نشان دهید.

فرزند اولتان را درگیر فعالیت هایی کنید که قادر به انجامشان است و می تواند او را از بچه تازه متولد شده مجزا کند، و به این ترتیب این پیام را به او برسانید که چون دیگر يك طفل كوچك نیست، می تواند کارهای خاصی را انجام دهد. او را در آغوش بگیرید، درحالی که برایش کتاب می خوانید عکس هایش را به او نشان دهید، يك جدول یا معمای ساده را باهم حل کنید و دیگر فعالیت هایی را با او انجام دهید که لازمه و متناسب با سن و رشدش هستند، به این ترتیب، شور و شوق او از بزرگ شدنش و انجام کارهایی ادامه پیدا می کند که وقتی نوزاد بود قادر به انجامشان نبود، ولی حالا از توانایی انجام آن برخوردار است. خواه بچه جدیدی به جمع خانواده اضافه شود و یا فرزند نوجوانتان به قصد تشکیل زندگی یا ادامه تحصیل، جمع خانواده را ترک کند، همواره تغییر و تحولات در خانواده ها نیازمند سازگاری های بنیادین و ریشه ای روانی، ذهنی، روحی و جسمانی هستند.

پژوهشگران و محققان مسایل خانوادگی، پیدایش این تغییر و تحولات در زندگی روزمره اعضای خانواده را تنش زاترین حالت ممکن معرفی کرده اند. پس، اگر فرزندان نوپا و كوچك تان در خلال این چارچوب زمانی، تا حدی سیر قهقرايي را طی کنند، ناپیستی نگران شوید و باید آن را امری طبیعی بدانید که بسیار موقتی، گذرا و زود گذر است.

هیس ... الان نه

بارها اتفاق افتاده است که مشغول صحبت کردن با تلفن هستید. در همان زمان فرزندتان وارد اتاق شده و از شما سوالی را می پرسد. شما به آرامی می گویید: «مامان الان مشغول صحبت کردن با فرد مهمی است عزیزم.» و او باز سوال خود را بلندتر مطرح می کند. بار دوم کمی لحن شما تغییر می کند «الان نه!» او پای خود را بر زمین می کوبد و فریاد می زند و برای چندمین بار سوال خود را مطرح می کند.

اگر چه کودک پنج ساله تا این زمان متوجه شده است که دنیا فقط متعلق به او نیست ولی همیشه این مسئله را به خاطر نمی سپارد. همان طور که حافظه ی ضعیف او رشد میکند، کم کم به خاطر می آورد وقتی کسی مشغول صحبت کردن با فرد دیگری باشد، نمی تواند پاسخ او را بدهد. حالا دیگر کمتر عصبانی خواهد شد و می تواند خود را کنترل کند.

سعی کنید از او انتظار زیادی نداشته باشید. باید مدت ها بگذرد تا کودک بتواند تشخیص دهد چه زمانی لازم است صحبت دیگران را قطع کند و چه زمانی باید سکوت کند. هنگامی که خانه در حال آتش گرفتن است، ظرفشویی در حال سرریز شدن و خواهر کوچکتر در خطر باشد باید با

فریاد از دیگران کمک گرفت، وقتی نیاز غیر ضروری و کم اهمیت باشد می‌بایست صبر کند تا صحبت دیگران به پایان برسد بعد نیاز خود را طرح کند .

کسب مهارت در این زمینه نیاز به گذشت زمان دارد. سعی کنید دنیا را از چشم کودک ببینید. بدانید او قصد آزار دادن به شما را ندارد. شما هم صحبت‌های طولانی و خسته کننده را به زمانی موکول کنید که کودک در خواب است یا در خانه حضور ندارد .

اگر شما و همسران عادت دارید صحبت یکدیگر را قطع کنید این عادت را ترک کنید. حتی میان صحبت کودک پنج ساله خود هم نپزید. اگر تصمیم داشتید این کار را انجام دهید بگویید: « ببخشید که صحبت شما را قطع می‌کنم و...» با این کار کودک نه تنها به اشتباه «قطع کردن صحبت دیگران» پی می‌برد، بلکه در صورت ضرورت چگونگی انجام صحیح آن را هم می‌آموزد .

کلماتی مثل ببخشید، لطفاً، متشکرم، بفرمایید را به او بیاموزید. بعد از مدتی به کار بردن این کلمات برایش به شکل عادت خواهد شد .

آموزش از طریق بازی

هدف این است که کودک بیاموزد تا پایان صحبت دیگران صبر کند. بازی به این صورت است که شما سوالی را از کودک می‌پرسید: «چرا دوست داری فوتبال بازی کنی؟ بعد به دقت به پاسخ او گوش دهید. سپس سوال کنید آیا صحبت شما تمام شد؟ خب حالا نوبت توست که از من سوالی بپرسی. اگر هنگام پاسخ‌گویی شما شروع به صحبت کرد با انگشت به لب او فشار دهید و به صحبت خود پایان دهید .

بعد چند سوال دیگر مطرح کنید و بازی را به همین صورت ادامه دهید. البته این آموزش زمان زیادی خواهد برد. ولی حداقل توانسته‌اید برنامه‌ای برای تمرین «با احترام صحبت کردن» را شروع کنید .

گاهی صحبت‌های طولانی شما با دیگران باعث می‌شود او حوصله‌اش سررفته و به دلیل نداشتن سرگرمی مزاحم شما شود. پس بهتر است قبل از شروع صحبت با تلفن برای او سرگرمی مناسبی ترتیب دهید. در این مورد به او فرصت انتخاب دهید تا بداند او را در نظر دارید. از او بپرسید آیا دوست داری زمانی که من با تلفن صحبت می‌کنم با اسباب‌بازی‌ات بازی کنی یا آب‌میوه و کیک بخوری؟

به همراه کودک کتاب‌هایی را بخوانید و عقایدی را به او بیاموزید، کتاب‌هایی به زبان ساده در مورد زیبا و به موقع صحبت کردن. اگر بعد از آموزش متوجه شدید بیشتر اوقات با دیگران محترمانه صحبت می‌کند او را تشویق کنید و هدیه‌ای برایش تهیه کنید .

روش پاسخگویی به پرسش های کودکان

اشاره: یکی از ویژگی های کودکان، پرسشگری مستمر آنها در همه زمینه هاست. کودکان همواره می پرسند و می پرسند و پدران و مادران درباره این که چگونه به پرسش های آنها پاسخ دهند و یا پرسش های آنها را بی پاسخ بگذارند، همواره در اندیشه اند. آنچه در این مقاله بررسی می شود؛ حاصل جمع بندی دیدگاه های اندیشمندان علوم رفتار درباره پرسشگری کودکان است که به نقل از سایت اینترنتی Family که از مشهورترین پایگاه های علوم رفتار است، ترجمه شده است.

با بزرگتر شدن نوزاد آموزش او را وسیع تر کنید. مثلاً به او خواندن را بیاموزید. برای این کار بهتر است که او را روی زانوی خود بنشانید و کتاب را جلوی او بگیرید و با صدای آرام شروع به خواندن کنید. به این ترتیب کودک احساس امنیت و لذت می کند و مطالعه برایش به صورت یک کار و سرگرمی جالبی در می آید .

روح نوزاد مثل یک کاغذ سفید است. در حقیقت پیش از آن که نوزاد در سینه مادر جا بگیرد، خصوصیات و ویژگی های زیادی را در خود دارد که از طریق ارث به او رسیده است. یک نوزاد بعد از تولد امکانات بیشماری برای آموختن دارد. بنابر این او تنها یک کاغذ ساده و سفید نیست، بلکه کتاب قطوری است که آماده آن است اطلاعات زیادی بر روی صفحات سفید آن نوشته شود.

مغز یک نوزاد تازه متولد شده چهار برابر بزرگتر از مغز یک انسان بالغ است و در طول دو سال وزن مغز کودک به اندازه سه چهارم وزن مغز یک انسان بالغ می شود. رشد فکری کودک نیز همین سرعت را دنبال می کند. محققان عقیده دارند که رشد فکری کودک در چهار سال نخست زندگی اش به اندازه سیزده سال بقیه عمرش است و برخی دیگر عقیده دارند که مفاهیمی که کودکان پیش از پنج سالگی می آموزند، جزو مشکل ترین مطالب می باشد، مفاهیمی مثل راست و چپ، بالا و پایین، خالی و پر و وزن که درک آنها برایمان آسان است، برای یک کودک بسیار مشکل است و علاوه بر این مفاهیم، کودک ناچار است که چیزهای بسیاری بیاموزد. حتی عناصر زبانی نیز باید در ذهن و فکر کودک پرورش یابد.

برای بعضی ها زبان «سخت ترین کار فکری است که از یک موجود بشری انتظار می رود که آن را به کار ببرد.» اگر شما هم هنگام یادگیری یک زبان خارجی با مشکل روبه رو شده باشید،

حتماً با این سخن موافق خواهید بود و تازه شما این فرصت و امتیاز را داشته اید که از قبل يك زبان را بیاموزید، در حالی که برای يك نوزاد چنین امکانی وجود نداشته است. با این حال کودکانی که در يك خانواده دو زبانه زندگی می کنند، پیش از رفتن به دبستان می توانند دو زبان را به طور ناقص و دست و پا شکسته صحبت کنند.

از همین الان شروع کنید

مادر یا پدری که به این مسأله واقف باشد که کودکش عطش زیادی برای آموختن دارد، انسان هائی عاقل و فهمیده ای هستند. نوزادان و خردسالان خیلی خوب همه چیز را می بینند. آنها سراپا چشم و گوش هستند. چه والدینشان متوجه این موضوع شوند چه نشوند، ذهن کودک در حال جمع آوری اطلاعات و دسته بندی و کامل کردن و نتیجه گیری کردن آنها می باشد و اگر والدین دقت نکنند، دیری نمی گذرد که کودک خردسالشان یاد می گیرد چطور با نقش بازی کردن والدینشان را وادار به انجام خواسته های خود کنند. البته نخستین درس هایی که والدین به کودکانشان می آموزند، درس عشق و محبت همراه با پاکی و صفای درون است.

با این حال لازم است که درباره یادگیری کودکان کمی سخت گیر باشند. به عنوان مثال برای مسأله تأکید داشته باشند که کودک کلمه ای را درست ادا و تلفظ کند، یعنی به جای کلمه «بابا» نگوید «آبا». کودکی که تازه زبان باز کرده است، شما را با پرسش های خود بمباران می کند: «چرا باران می آید؟»، «من از کجا آمده ام؟»، «چه کار می کنی؟» و غیره... این سؤالات از جمله بهترین ابزارهای هستند که کودک برای یادگیری مورد استفاده قرار می دهد. اگر آنها را به سؤال پرسیدن تشویق نکنیم، در حقیقت جلوی رشد فکری آنها را گرفته ایم.

سعی کنید که به کودکانتان پاسخ های ساده و مختصر بدهید. مثلاً وقتی او می پرسد که چرا باران می آید، او انتظار ندارد که يك شرح بلند بالا و طولانی به او ارائه بدهیم. مطمئناً او به پاسخ کوتاهی مثل این راضی خواهد شد:

«ابرهایی که به وسیله آب سنگین شده اند، آبشان به زمین می افتند.» ذهن کودک مدت زمان اندکی می تواند بر روی مسأله ای تمرکز کند و درست مثل زمانی که به کودکان فقط شیر می دهید، چون بدنش نمی تواند غذاهای جامد را هضم کند، به همین دلیل باید به کودکان پاسخ های ساده و قابل درک بدهید. با بزرگتر شدن نوزاد آموزش او را وسیع تر کنید، مثلاً به او خواندن را بیاموزید. برای این کار بهتر است که او را روی زانوی خود بنشانید و کتاب را جلوی او بگیرید و با صدای آرام شروع به خواندن کنید.

به این ترتیب کودک احساس امنیت و لذت می کند و مطالعه برایش به صورت يك کار و سرگرمی جالب در می آید و کتاب را به چشم يك اسباب بازی نگاه می کند و سپس کم کم آموزش حروف الفبا را آغاز کنید. البته این کار را به صورت يك بازی درآورید و بعد ساختن کلمات و جملات کوتاه را به او یاد دهید. سعی کنید که این آموزش ها همراه با تفریح و سرگرمی باشد.

يك زن و مرد به همین روش توانسته بودند که خواندن را به پسر سه ساله شان بیاموزند. به این ترتیب که با انگشت به کلمات مورد نظر اشاره می کردند و آن را می خواندند و سپس در بعضی جاها مکث می کردند و از کودک می خواستند که او کلمه را تلفظ کند. بعد از مدتی کودک خواندن

کلمات زيادي را فرا گرفت، بطوري که در سن چهارسالگي مي توانست متن هاي ساده را بخواند. نوشتن را همراه خواندن به کودک ياد بدهيد، براي اين کار از حروف الفبا شروع کنيد تا به کلمات برسيد. کودکي که تشنه آموختن باشد، خيلي زود ياد مي گيرد اسمش را بنويسد.

کودکان با يکديگر فرق دارند و هر کودکي شخصيت منحصر به فردي دارد، بايد به او فرصت بدهيم که براساس توانايي ها و مواهب فطري خود رشد و پرورش يابد. اگر بخواهيد به کودکي که توانايي يادگيري او پايين است، کلمات و درس هاي سختي آموزش دهيد، پس از مدتي کودک از يادگيري دلسرده مي شود. سعي نکنيد کودکتان را در قالبی جاي بدهيد که از پيش آماده کرده ايد. اما نبايد از آموزش او کاملاً غافل شويد، با اصلاح اشتباهات و خطاهای کودکتان به او کمک کنيد که از استعدادهاي خود بهترين بهره را بگيرد.

اگر پدر و مادر به کودکشان بگويند که برتر و يا پايين تر از ديگران است، حس خودخواهي و رقابت را در او بيدار کرده اند. اگر چه کودک از همان سال هاي اول زندگي شان نشانه هايي از خودخواهي و خودپسندي شان را بروز مي دهند، اما مفهوم عباراتي مثل برتري نژادي، طبقاتي و يا ميل به زياده خواهي را نمي دانند. بنا بر اين از مقايسه کردن يك کودک با کودک ديگر به شدت پرهيز کنيد.

اگر به کودکتان ياد بدهيد که نقاط مثبت و توانايي ها و استعدادهاي خود را افزايش دهد، او هيچ وقت به حال ديگران غبطه نمي خورد و نسبت به موفقيت و توانايي هاي افراد ديگر حسادت نمي کند و برعکس اگر به کودکتان بقبولانيد که از کودک ديگر برتر و بهتر است، حس غرور را در او تقويت کرده ايد و باعث شده ايد که دوستانش را به چشم حقارت ببيند. پدر و مادر بايد کودکشان را دوست داشته باشند و او را همانطوري که هست بپذيرند و هرگز او را با کودکان ديگر مقايسه نکنند. تنوع و گوناگوني بسيار چيز خوبي است. همانطور که در يك ارکستر ابزارهاي موسيقي متفاوت باعث نواختن يك آهنگ زيبا و دلنشين مي شوند، وجود شخصيت هاي متفاوت در يك خانواده محيط آنجا را زيباتر و جالب تر خواهد کرد. زمينه و امکانات رشد فرزندتان را فراهم سازيد.

در هر لحظه و ثانيه اي که فرصت داريد، کودکتان را آموزش بدهيد. معمولاً صبح ها به خاطر اينکه اعضاي خانواده به سر کار و يا به مدرسه و دانشگاه مي روند، فرصت کمي براي صحبت سر ميز صبحانه وجود دارد و معمولاً اعضاي خانواده با عجله صبحانه مي خورند تا دير نکنند. بنا بر اين شب ها براي کودکان و نوزادان بهترين زمان است، چرا که والدين و خواهر و برادرهاي بزرگترشان توجه خاصي به آنها مي کنند. بيشتر کودکان دوست دارند قبل از خواب برايشان قصه بگويند، که وسيله خوبي براي آموزش دادن به کودکان است. آنها نيز به اتفاقات و پيشامدهايي که در زندگي واقعي براي شما اتفاق افتاده است علاقه دارند و شما مي توانيد بهترين درس هاي زندگي را در خلال اين خاطرات به کودکانتان بدهيد.

شايد تکرار کردن يك داستان و يا يك خاطره کار سختي باشد، اما کودکان عاشق اين هستند که بارها و بارها يك قصه را برايشان تعريف کنيد. شما خيلي زود متوجه مي شويد همين زماني که شب ها براي کودکتان قصه مي گوئيد، بهترين فرصت براي ايجاد يك رابطه صميمي بين خود و

فرزندتان است به روش های مختلف می توانید به آموزش کودکان بپردازید. این آموزش می تواند به شکل يك بازی باشد.

به مرور زمان کودک می آموزد که افکارش را بیان کند، نقاشی کند، برخی از کارها را انجام دهد و حتی موسیقی بنوازد. کودک به تشویق و توجه شما نیاز دارد. وقتی کودک کاری انجام می دهد، مثلاً نقاشی می کشد و یا يك اسباب بازی سر هم می کند، او را تشویق کنید. با این کار کودک بسیار خوشحال می شود و علاقه اش به ادامه کار دو برابر می شود. و اگر شما کودک را سرزنش کنید و عیب هایش را خیلی تند به او گوشزد کنید، او خیلی زود ناراحت و دلسرد می شود.

شما می توانید درباره کار هایش نظر بدهید و برای بهتر شدن کارش او را راهنمایی کنید، اما هیچ وقت به او نگوئید که کارش کاملاً بی ارزش است. مثلاً به جای اینکه خودتان برایش نقاشی بکشید، روی کاغذ دیگر به او نشان بدهید که چطور می تواند کارش را بهتر کند. فراموش نکنید اگر به شدت آنها را مورد انتقاد قرار دهید، شوق آموختن را در آنها خاموش کرده اید. يك کودک به تشویق نیاز دارد، بخصوص هنگامی که اولین گام ها را برای یادگیری برمی دارد. اگر کودکان کارش را درست انجام نداد، او را تشویق کنید که کارش را دوباره انجام دهد.

چگونه به سؤالات کودک پاسخ دهید

شما به سؤالات کودکان پاسخ می دهید و او را تشویق می کنید که با شما رابطه برقرار کند. اما روزی می رسد که کودکان یکدفعه از شما درباره مسائل جنسی سؤالاتی می پرسد. آیا به او پاسخ های درست می دهید و یا به او دروغ می گوئید، مثلاً به او می گوئید برادر و خواهر کوچک ترش را از بیمارستان آورده اید؟ آیا به کودکان در این باره اطلاعات درستی می دهید و یا می گذارید خود کودک اطلاعاتی از دوستان بزرگتر از خودش به دست آورد؟

در واقع برخلاف آنچه که بیشتر والدین فکر می کنند، توضیح مسائل جنسی به کودک کار زیاد سختی نیست. يك کودک خیلی زود اعضاي بدنش را می شناسد، مثلاً یاد می گیرد که این دست، پا، شکم، بینی و ... است. وقتی که کودک درباره اعضاي جنسی خود سؤالاتی می پرسد و یا به آنها اشاراتی می کند، نباید آنها را از این کار منع کنیم و با اخم موضوع صحبت را عوض کنیم. شاید والدین از این می ترسند که وقتی کودک شروع می کند درباره مسائل جنسی صحبت کردن، ناگزیر باشد که مسائل جنسی را کاملاً برای فرزندشان شرح دهند. اما در واقع کودک کم کم و در مراحل مختلف رشدش این سؤالات را می پرسد. کافی است که کلمات و عبارات ساده ای را انتخاب کنیم

و پرسش او را به طور صحیح اما کوتاه و مختصر پاسخ دهیم.

به عنوان مثال يك روز کودکان از شما می پرسد: «بچه ها از کجا می آیند؟» شما می توانید به او بگوئید: «آنها داخل شکم مامانشان رشد می کنند و بزرگ می شوند.» دیگر لازم نیست که چیزی به این توضیح اضافه کنید. و مدتی بعد ممکن است کودکان از شما سؤال کند: «چطور

يك بچه از شك مامانش بيرون مي آيد؟» بهترين پاسخي كه مي توانيد به او بدهيد اين است: «يك دريچه مخصوصي براي اين كار وجود دارد.»

كمي بعد كودك بدون شك سوال ديگري را مطرح مي كند: «بچه چطور بوجود مي آيد؟» و شما در جواب به او بگوييد: «وقتي يك مامان و بابا بخواهند يك بچه داشته باشند، يك دانه بذر از پدر با يك تخم در شكم مادر يكي مي شوند، و از اين دانه بذر بچه بوجود مي آيد، درست مثل بذر يك گياه و يا گلي كه بر روي درخت رشد مي كند و بزرگ مي شود.» به اين ترتيب در هر مرحله پاسخ مناسبی به كودك داده مي شود و حس كنجكاوي او ارضا مي شود.

با بكارگيري اين روش بدون آنكه به كودكتان دروغ گفته باشيد، به كودكتان آموزش داده ايد. بهتر است كه كودكان از طريق پدر و مادرشان با مسائل جنسي آشنا شوند تا به صورت نادرستي اطلاعاتي از دوستان و يا تصاویر كتاب ها و يا ديدن فيلم ها كسب كند.

انتقال مهم ترين درس هاي زندگي به كودكان

كودكان در بازي هايشان از بزرگ ترها تقليد مي كنند و اداي آنها را در مي آورند. و از آنجا كه كودكان از اطرافيان خود تقليد مي كنند، رفتار پدر و مادر در يادگيري كودكان بسيار مهم است. كودك شما به محض تولد شروع به آموختن مي كند، نه تنها از حرف هاي تان بلكه از رفتار هاي تان نكات بسيار زيادي ياد مي گيرد. او نحوه رفتار والدين را با يكدیگر و با ديگر افراد خانواده و فاميل مي بيند.

درس هايي كه او از رفتار و كردار شما مي آموزد بسيار حياتي تر از آموختن مهارت هايي مثل راه رفتن، حساب كردن و خواندن است. اين نكات پايه اصلي شناخت و آگاهي او براي رسيدن به خوشبختي است. شما نمونه و سرمشق خوبي براي كودكتان هستيد تا او بتواند در بزرگسالي به نحو شايسته رفتار كند.

اگر شما آدمي هستيد كه عادت كرده ايد با داد و فریاد منظورتان را برسانيد و در محيط خانه شما دائم جر و بحث وجود دارد، اين رفتارها در كودك تأثیر بسیار بدی خواهد گذاشت و او را شخصي عصبی و پرخاشگر بار مي آورد. و اما اگر شما در زندگي رفتار خوبي با ديگران داشته باشيد، كودك شما از رفتار تان تقليد خواهد كرد. بنابراین اگر مي خواهيد فرزندتان بهترين اخلاق و كردار را داشته باشد، در زندگي همانطور رفتار كنيد.

والدین نباید دو نوع اصول را دنبال کنند، اصولی که به کودکان می آموزند و اصولی که خود به آن عمل می کنند. چطور می توانید به کودک بگویید که دروغ نگوید، حال آنکه خودتان دائم دروغ می گوید؟ اگر پدر و مادر به یکدیگر احترام نگذارند، چطور انتظار دارند که کودکانشان ادب و احترام را رعایت کنند؟ و یا وقتی که پدر یا مادر نسبت به فرزندانشان احساس تعهد و مسئولیت نمی کنند، نباید از فرزند خود بخواهند که به قول و پیمان های خود عمل کند. وقتی پدر و مادر دائم تکرار می کنند که همیشه حق با آنهاست، کودکان فکر می کنند که رفتار پدر و مادرش به بهترین نحو است و آنها اصلاً اشتباه نمی کنند. کودکان خیلی زود عشق و محبت دیگران را درک می کنند. و با دیدن کوچکترین نشانه ای از محبت از طرف دیگران خیلی راحت به این احساسات محبت آمیز پاسخ می گویند.

والدین می توانند کودکان را غرق در اسباب بازی بکنند، اما هیچ وقت نمی توانند عشق و محبت را با پول بخرند. عشق و محبت از دل بر می خیزد نه از کیف پول. کادو و هدیه به تنهایی

نمی تواند جای عشق و محبت را بگیرد. پس به جای خریدن هدیه و اسباب بازی های رنگارنگ با کودکان وقت بگذارید و با او بازی کنید.

کودکان با دریافت محبت و توجه، عشق و محبت را به دیگران هدیه می دهند. آنها را تشویق کنید که به دیگران کمک کنند و شادی هایشان را با دیگران قسمت کنند. به آنها بیاموزید که والدین، دوستان و دیگران را در خوشبختی هایشان شریک کنند.

ارزش های زندگی را به کودکان بیاموزید

امروزه بیشتر والدین چیزی از ارزش های واقعی زندگی نمی دانند، و کودکان بی آنکه هرگز این ارزش ها را بشناسند بزرگ می شوند. برخی از والدین عقیده دارند که خودشان حق شکل دادن به شخصیت کودکان را دارند. اما اگر خودشان این کار را نکنند، کودکان دیگر، همسایه ها و فیلم های تلویزیونی این کار را برایشان انجام می دهند.

مسائل بی شماری والدین را می ترساند: فاصله بین نسل ها، سرکشی جوانان، مواد مخدر، بی بند و باری جنسی و زیر پا گذاشتن اخلاقیات. اما واقعیت این است که شخصیت یک کودک خیلی پیش از برخورد با این مسائل شکل گرفته است. در یک مجله علمی چنین نوشته شده است: «شخصیت یک فرد خیلی پیش از زمان مدرسه رفتن شکل می گیرد و در او تثبیت می شود. به همین خاطر کودکان پیش دبستانی حساس هستند و خیلی زود تحت تأثیر رفتار و حرکات دیگران قرار می گیرند و آمادگی یادگیری هر رفتاری را دارند. و این رفتارها تا مدت زمان زیادی در آنها تثبیت می شود.»

خردسالان باید اصول اولیه زیادی بیاموزند، مهمترین اصل عبارت است از: شناخت خوب از بد. اگر والدین در شناخت حقیقت و درستی و خوبی های زندگی به کودکان دیر اقدام کنند، کودک را در مقابل اشتباه و بدی بدون دفاع تنها گذاشته اند. بنابراین سال های پیش از دبستان بهترین زمان

برای آموختن درس های زندگی به کودک است. به این نکته توجه داشته باشید که اگر در این کار تأخیر کنید، جبران آن در سال های بعد بسیار سخت خواهد بود. به کودکان خان خوبی ها و ارزش های زندگی را بشناسانید. در این جهان هیچ چیز ثابت و همیشگی نیست. والدین باید بدانند که وضعیت زندگی آنها همیشه به یک منوال نیست و مشکلات و سختی هایی در زندگی انتظار فرزندانشان را می کشد، پس چه بهتر کودکان را برای روزهای سختی آماده کنند و اصول مهم زندگی را به آنها بیاموزند.

تنبيه بدني؛ هرگز

وقتی سخن از «تنبيه» به میان می آید، اولین چیزی که به ذهن می رسد معنای «انضباط» است. در نتیجه بعضی از افراد تنبيه را با انضباط و اطاعت کورکورانه مترادف می دانند. یعنی معتقدند که انضباط در سایه ی اطاعت کورکورانه به دست می آید و منضبط کسی است که بدون اظهار نظر، دستور مافوق خود را اجرا نماید.

متأسفانه بسیاری از والدین و مربیان نیز همین فرض ها را پذیرفته اند و معتقدند اگر کودک از آنها اطاعت محض کند، کودکی منظم و سر به راه بوده و در غیر این صورت باید تنبيه گردد. به عقیده ی آنان ترس از تنبيه، کودک را به اجرای وظایف معین و می دارد و مانع از انجام کارهای خلاف مقررات می گردد.

درست است که تنبيه اثر فوری دارد و کودک را از ادامه ی تخلف باز می دارد ولی او را نسبت به زشتی کار، آگاه نمی سازد. بنابراین اصلاً اثر تربیتی ندارد گذشته از این که اثرات منفی زیادی نیز بر روح و روان کودک باقی می گذارد. اصول تربیت اقتضا می کند که آدمی عمل خلاف را نه از ترس تنبيه، بلکه به صرف خلاف بودن آن مرتکب نشود و تنها برای این که وجدانش از ارتکاب به گناه مبرا باشد، از انجام آن سر باز زند پس تنبيه، در درازمدت عملاً رفتار تنبيه شده را از خزانه ی رفتار حذف نمی کند و توفیق موقتی آن به بهای گزاف کاهش کارآمدی کلی فرد و خوشوقتی او تمام می شود.

«تنبيه» در درازمدت بی تأثیر است. چنین به نظر می رسد که تنبيه صرفاً رفتار ناشایست را پس می زند و زمانی که دیگر تهدید تنبيه وجود نداشته باشد، نرخ پاسخ، به میزان اولیه باز می گردد. بنابراین، گرچه تنبيه اغلب خیلی موثر به نظر می رسد، اما در واقع اثری ناپایدار بر جای می گذارد. دلایل روانشناسان برای نامناسب بودن تنبيه از قرار زیر می باشد:

آثار جسمی- روحی:

تنبیه آثار جانبی و هیجانی نامطلوب بر جسم باقی می‌گذارد. کودک تنبیه شده می‌ترسد و حتی گاهی این ترس خود را به محرک‌های مختلفی که هنگام تنبیه شدن حضور دارند نیز تعمیم می‌دهد.

بی‌اثر بودن آن:

تنبیه به کودک نشان می‌دهد که چه کار نکند، نه این که چه کار بکند. در قیاس با تقویت و تشویق، تنبیه عملاً هیچ‌گونه اطلاعاتی در اختیار ارگانسیم قرار نمی‌دهد.

اثر معکوس تربیتی:

تنبیه علاوه بر اینکه اثر مثبت تربیتی ندارد، صدمه زدن به دیگران را توجیه می‌کند. وقتی که کودکان تنبیه می‌شوند، تنها چیزی که می‌آموزند، این است که در بعضی موقعیت‌ها صدمه زدن به دیگران جایز است.

ایجاد پرخاشگری:

تنبیه، شخص تنبیه شده را نسبت به عامل تنبیه کننده و دیگران پرخاشگر می‌کند خود این رفتار نیز موجب بروز مشکلات دیگری می‌گردد چنانکه مشاهده می‌شود افرادی که از سوی مراجع کنترل کننده در جامعه که تنبیه را به عنوان وسیله اصلی کنترل به کار می‌برند، افراد بسیار پرخاشگری هستند و مادام که تنبیه یا تهدید تنبیه برای کنترل رفتار آنان به کار می‌رود، هم‌چنان پرخاشگر باقی خواهند ماند.

عدم اصلاح پاسخ فرد به عوامل بیرونی:

تنبیه، اغلب یک پاسخ نامطلوب را جانشین پاسخ نامطلوب دیگر می‌سازد و به صورت غیرمستقیم به فرد عمل نامطلوب دیگری می‌آموزد مثلاً کودکی که به دلیل ریخت و پاش کردن اسباب‌بازی‌هایش تنبیه می‌شود، کودکی بهانه گیر و گریه کن بار می‌آید.

افراد به‌طور غریزی به کسی که رفتارشان آنها را می‌آزارد، حمله می‌کنند، شاید نه به صورت فیزیکی، بلکه با انتقاد، عدم تأیید، سرزنش یا تمسخر بنابراین تنبیه تنها به صورت جسمی و فیزیکی نیست بلکه به صورت زبانی و روحی هم ممکن است نمایان گردد.

وقتی که والدین فرزند خود را به دلیل این که به کودکی کوچکتر کمک کرده، تشویق می‌کنند، یا به دلیل اینکه نمره ی ۲۰ گرفته به او مقداری پول می‌دهند، در واقع تقویت‌کننده ی مثبت را به کار برده‌اند، تقویت‌کننده‌ها ممکن است شامل موارد اجتماعی (مانند: تشویق، محبت و ...) یا غیر اجتماعی (مانند: چیزهای ملموس، امتیازات خاص و...) باشند.

البته قابل ذکر است که معمولاً والدین به طور غیر عمدی رفتار کودک خود را تقویت می‌کنند. هر گاه والدین تسلیم‌گریه‌ها یا خواسته‌های غیرمنطقی کودک شوند، نه تنها رفتار خلاف کودک را از بین نبرده‌اند بلکه همان رفتاری که قصد از میان بردنش را داشتند، تقویت کرده‌اند. بنابراین ما می‌توانیم به جای تنبیه از تقویت‌کننده‌های مثبت و منفی استفاده کنیم و کودکمان را به رفتار درست وادار نماییم، هر چند این روش در آغاز وقت‌گیر به نظر می‌رسد، ولی زمانی که چندین بار در مقابل رفتار ناخوشایند کودک مقاومت شود، آنان یاد خواهند گرفت رفتارهایی را که والدین یا مربی به آن بی‌توجه هستند، سریع ترک کنند.

تقلید از روش تنبیهی والدین:

کودک‌دانی که به هر نحوی مورد تنبیه بدنی یا کلامی والدین قرار می‌گیرند در آینده بی‌سیار نزدیک امکان دارد همان روش‌ها را برای تربیت کودکان خود به کار ببرند بدین ترتیب بدر رفتاری با کودکان از نسلی به نسل دیگر منتقل خواهد شد.

پرهیز و دوری کودک از تنبیه کننده‌اش:

این امر نیز یک اصل در روانشناسی است. انسان از کسی که او را مورد اعتراض یا آزار قرار می‌دهد همواره روگردان خواهد بود و در صورت ادامه، تنفر و گریز بوجود می‌آید عواقبی مانند فرار از خانه یا مدرسه هم می‌تواند از نتایج این امر باشد.

تخریب شخصیت کودک: همان‌گونه که تنبیه بدنی عواقب جسمی در پی دارد تنبیه‌های کلامی و روحی باعث از هم پاشیدن شخصیت کودک شده رفتارهای پر خاشگرانه، عدم تشخیص صحیح از غیر صحیح، پناه بردن به دروغ و... را منجر می‌گردد.

امام علی(ع) نیز تنبیه غیر بدنی را در مواقعی لازم دانسته‌اند و در جواب مردی که از فرزند خود به حضرت شکایت می‌کرد، فرمودند: فرزندت را نزن و برای ادب کردنش از او قهر کن، ولی مواظب باش قهرت طول نکشد و هر چه زودتر با او آشتی کن.

در روش تربیتی اسلام محبت، رحمت، احترام، عفو و بخشش همیشه مطلوب است و تندی و عتاب و خطاب و غضب نسبت به کودک نه تنها مطلوب نیست بلکه نهی هم شده است. شاهد این مدعا این است که در سیره معصومین(ع) مشاهده نشده است که آنها فرزندان خود را و یا کودکان دیگری را تنبیه کرده باشند. بطور کلی می‌توان نتیجه گرفت که هنگام تربیت کودکان هر گونه تشویق مثبت و منفی را باید کنار بگذارید البته باید توجه داشت که به رفتارهای خوب کودک باید بها داد و آنها را تشویق نمود در صورتی که والدین و مربیان به صورت ناخودآگاه فقط در برابر رفتارهای منفی واکنش نشان می‌دهند. سپس نسبت به اخراج یا تنبیه موقت اقدام نمایند البته این کار باید با شرایط زیر انجام گیرد.

اخراج موقت

موثرترین روش در این مواقع اخراج یا تبعید موقت است. اخراج ۵ دقیقه‌ای باید بدون هیچ‌گونه ملامت، سرزنش، دعوا و... و فقط با ترک صحنه و بی‌اعتنایی انجام گیرد در غیر این صورت اگر همراه با ملامت باشد اثر گذار نخواهد بود. هنگام به کار بردن این روش باید کاملاً آرامش و خونسردی و سرعت عمل را حفظ کرد و دانست که هدف اصلی جدا کردن کودک و قطع رفتار نامطلوب است. بعد از ۵ دقیقه نیز باید کودک را بدون هیچ‌گونه توضیح و تفسیری صدا کنید و از گفتن این عبارت بپرهیزید: «حالا می‌تونی از اتاق خارج بشی» و یا «حالا اجازه داری با برادرت بازی کنی» نگویید که چه کاری می‌تواند انجام دهد یا انجام ندهد. خیلی ساده فقط بگویید که ۵ دقیقه تمام شد.

روش اخراج موقت به خاطر انعطاف‌پذیری فوق‌العاده، در بسیاری از موارد قابل اجراست. مشخص است که اخراج موقت به راحتی و به آسانی در خانه قابل اجراست، اما با کمی ابتکار می‌توانید آن را با شرایط دیگر هم تطبیق دهید؛ مثلاً اگر به گردش یا سینما می‌روید و عجله‌ی چندانی هم ندارید، می‌توانید خودرو را نگه دارید و بچه‌ها را از ماشین بیرون آورید و آنها را ۵ دقیقه در محل‌های جداگانه قرار دهید. مطمئن باشید اگر بچه‌ها برای رسیدن به مهمانی و... عجله داشته باشند این موثرترین تنبیه برای آنهاست تا دوباره مرتکب اشتباه نشوند.

در چند جمله باید گفت زمان و نحوه‌ی استفاده از تمام روش‌های تربیتی تابع ابتکار، قوه‌ی تشخیص و شناخت والدین و مربیان از اوضاع محیطی و شرایط روحی و روانی بچه‌ها است و والدین و مربیان باید در تشخیص روش درست به بچه‌ها کمک کنند. تشخیص این که چه کاری درست و چه کاری نادرست است.

این کتاب از وبلاگ میهن کتاب دانلود شده است.
mihanketab.blogfa.com

برای دریافت اطلاعات بیشتر
و آگاهی از جدیدترین کتابهای اضافه شده،
به صفحه فیس بوک میهن کتاب پیوندید.
facebook.com/mihanketab