

توصیه‌های چند به والدین در زمینه

همسرگزینی و ازدواج

زن‌زندان

زیننده مصلحی

ازدواج پیوندی برای زندگی مشترک است. زن و مردی که پیمان زناشویی می‌بندند باید از سلامت نفس و ایمان کامل برخوردار باشند. وفاداری و پای‌بندی به میثاق مقدس زناشویی، و پاکیزگی و خلوص در عشق نیز از دیگر ویژگی‌های طرفین ازدواج به شمار می‌آید. بنابراین طبیعی است که باید تربیت جوانان را برشالوده‌محبت و صفا، خلوص و یکرنگی، معاضدت و تعاون، ایثار و عشق به کمال استوار ساخت و پسر و دختر جوان را در خودشناسی یاور بود تا از راه شناخت خویشتن و آشنایی با خلق و خو و ویژگی‌های طرف دیگر در طی مدت نامزدی و استعانت از مشاوران ازدواج، پذیرای زندگی مشترک دائمی با یکدیگر شوند. در سایه چنین پرورش ملکوتی و اجتماعی است

که می‌توان زندگی توأم با سعادت را در محیطی برخوردار از اعتماد کامل و عاری از دغدغه خاطر بنیان نهاد.

اکنون دیگر جایی برای صف آراییی دوجنس مخالف در برابر یکدیگر و برانگیختن دسته‌ای علیه دسته دیگر، باقی نمانده است. پس باید طرحی عملی و حساب شده ارائه کرد و بادیدی انسانی و چاره‌جویانه اندیشید، تا در رستاخیز معنوی شاهد کمال نوع انسانی باشیم.

ازدواج پیچیده‌ترین رابطه انسانی است. در روابط انسانی موجود بین دونفر کمتر پیوندی مانند ازدواج می‌تواند احساساتی عمیق و ابدی در اشخاص ایجاد کند، یا آنچنان سریع بین

از آنجا که هیچ دونفری در دنیا یک جور نیستند، فرض ایجاد یک ارتباط کامل و همه جانبه، رؤیا و سراب است. مسأله را می‌توان از نظر تطبیقی و مقایسه‌ای مطالعه کرد. در ازدواج سازش دائمی واز خودگذشتگی فراوان لازم است، ولی اگر زن و مرد قبیل از ازدواج با یکدیگر توافق بیشتری داشته باشند، امکان سازش بیشتری خواهد بود. مهمترین عوامل توافق در ازدواج عبارت است:

- ۱- رشد عاطفی، فکری و اجتماعی
- ۲- تشابه علایق و طرز تفکر
- ۳- تشابه مذهبی
- ۴- تشابه تحصیلی و طبقاتی
- ۵- رابطه با خانواده زن و شوهر

رشد عاطفی، فکری و اجتماعی

مهمترین عامل موفقیت در زندگی زناشویی، رشد عاطفی و فکری است. البته واضح است که درجه رشد عاطفی و فکری فقط به سن بستگی ندارد، بلکه سن روانی، اجتماعی، عاطفی و جسمانی، همه از عوامل مؤثر محسوب می‌شود. اگر این عوامل مقتضی باشد، بهترین سن برای ازدواج، بیست و پنج سالگی برای مرد و بیست و دو سالگی برای زن است. در این سن یک فرد عادی به اندازه کافی رشد و ثبات فکری و عاطفی دارد و امکان تغییر ناگهانی در رفتار او کم است. اگر چه در این سن عادات مختلف در فرد به صورت محکمی درآمده، ولی هنوز قابلیت تطبیق و سازش در او موجود است. البته باید اضافه کرد که این سن را فقط از لحاظ کلی انتخاب کرده‌اند، بدین معنی که در بسیاری از ازدواج‌های مقرون به

دوقطب، شادیهایی در حد نهایت و سردیهایی نیز در حد اعلا به وجود آورد؛ به طوری که دو موجود که یک روز با امید و عشق به هم پیوسته‌اند، روز دیگر از پله‌های محضر طلاق بالا می‌روند. البته دلایل جدایی زن و مرد در مشکلات گوناگون نهفته است که در همین بحث عنوان می‌شود.

مدهاست که این واقعیت شناخته و مشخص شده است که بهترین ازدواجها، ازدواجهایی است که در هر دو طرف زمینه‌های مشابهی وجود داشته باشد. اما اگر گزینش با دقت کامل انجام نگیرد، تشابهات قبل از ازدواج (که احتمالاً تظاهر بوده است) و قرار داد ازدواج که در اصل می‌گفت: «با هم زندگی می‌کنیم تا مرگ ما را از هم جدا کند» از یاد می‌رود و پیوند برپایه نارضایتیهای مشترک قرار می‌گیرد؛ به گونه‌ای که گویی هر دو طرف فقط از اوهام مشترک برخوردار بوده‌اند. به هر حال بزودی زن و شوهر در معرض مسمومیت از تلخیهای یکدیگر قرار می‌گیرند و پس از مدتی زندگی به بازی «همه‌اش تقصیر توست» تبدیل می‌شود. ازدواج رابطه نزدیکی است که میان مرد و زن برای مدت طولانی برقرار می‌شود. بنابراین جوانان باید قبل از ازدواج شرایطی را که لازمه زناشویی موفقیت آمیز است، در نظر بگیرند.

پیمان زناشویی فقط به منظور ارضای تمایلات آنی نیست، بلکه زندگی آینده و خوشبختی زن و مرد و کودکان آنها براساس این پیوند استوار است. زیرا چنانکه می‌دانیم یکی از علل عمده اختلالات روانی در کودکان، گسسته شدن رابطه اعضای خانواده و یا اختلافات شدید خانوادگی است.

در غیر این صورت علائق و طرز تفکر آنان با یکدیگر توافق نخواهد داشت. البته ممکن است ازدواج موفقیت آمیزی وجود داشته باشد که در آن زن باهوش و فعالی شریک زندگی است، ولی خطرات ناشی از آن زیاد است.

باید دانست که رشد جسمانی نیز عامل مهمی در آمادگی برای ازدواج است. اگر چه در اجتماع کنونی ما ازدواج معمولاً بعد از بلوغ صورت می‌گیرد، مع هذا باید گفت که روان‌شناسان، زناشویی کودکان تازه بالغ را که آمادگی وارد شدن به زندگی پرمسئولیت مشترک را ندارند، صلاح نمی‌دانند، اگر چه بیشتر آنان قادر به تولید مثل در این سن هستند.

توافق علائق و طرز تفکر

طرز تفکر، موضوع بسیار مهمی است، زیرا براساس آن "فلسفه زندگی" هر فرد شکل می‌گیرد. برای روشن شدن مطلب مثالی ذکر می‌کنیم: آیا زن و مردی که خیال ازدواج دارند به یک اندازه جاه‌طلب هستند یا اینکه یکی از آنها خیلی جاه‌طلب و دیگری معتقد به داشتن زندگی آرام و بی دردسری است؟ باید دانست که این وضع با موفقیت و خوشبختی زناشویی تباین دارد.

عقاید سیاسی نیز اگر در دو قطب کاملاً مخالف قرار گیرند (افراطی بودن یکی و محافظه‌کار بودن دیگری)، امکان تصادم افکار زیاد است. البته منظور این نیست که عقاید سیاسی دو همسر شباهت کامل به هم داشته باشد.

مسأله مهم دیگر در زناشویی، توافقی است که زن و شوهر در مورد قضاوت درباره مسائل

خوشبختی، زن و مرد در موقع ازدواج بسیار مسن‌تر یا جوانتر از سن مذکور بوده‌اند.

رشد اجتماعی نیز ارتباط نزدیکی با رشد عاطفی و فکری دارد، زیرا شخصی که از لحاظ اجتماعی رشد کرده است، روابط اجتماعی را بهتر درک می‌کند. او می‌داند چگونه با دیگران، بخصوص خانواده و همکاران خود سازش کند. او درک می‌کند که انتظارات اجتماع از او چیست و تا اندازه زیادی قادر است خود را با این توقعات تطبیق دهد. همچنین او آماده قبول مسئولیت بوده، به محدودیت‌های خود واقف است.

شخصی که رشد عاطفی نداشته باشد فاقد قدرت کنترل احساسات و عواطف خود است و در نتیجه زندگی زناشویی او مختل می‌شود. ولی اگر فرد به رشد عاطفی رسیده باشد، در مورد همسر و کودکان و مشکلات زندگی، نظریه واقع‌بینانه‌ای دارد. او دارای فلسفه زندگی معینی است که براساس آن می‌تواند از بحرانهای دائمی زندگی جلوگیری کند. او به پیشرفتهای فعلی خود متکی است و به گذشته، هرچند که باشکوه بوده، اتکای چندانی ندارد. موضوع دیگری که از لحاظ بهداشت روانی قابل ملاحظه است، این که آیا در ازدواج تفاوت هوش و معلومات سبب بروز اختلافات زناشویی خواهد شد یا خیر؟ تحقیقاتی که در این زمینه صورت گرفته است نشان می‌دهد که مردان تمایل دارند با زنان کم هوشتر از خود ازدواج کنند و غالباً زنهای خیلی باهوش، مجرد باقی می‌مانند. از لحاظ خوشبختی زناشویی در محیط ما چنین اقتضا می‌کند که بین زن و مرد در این مورد فرق زیادی وجود نداشته باشد، زیرا

حاصل از آن را در نظر بگیرند.

تشابه تحصیلی و طبقاتی

سعادت و خوشبختی زندگی زناشویی به مقدار زیادی به موضوعات کوچک بستگی دارد. بدین معنی که عادات کوچک و به نظر ناچیز شخص، ممکن است باعث عصبانیت و آزرده‌گی همسر او شود. این عادات، بخصوص موقعی جلب توجه می‌کند که زن و مرد از لحاظ تحصیل و محیط با یکدیگر تفاوت کلی داشته باشند. مثلاً دختری تحصیل کرده که در خانواده متمکن و مؤدبی پرورش یافته، ممکن است نسبت به شوهر خود که چندان پایبند اصول و آداب معاشرت نیست، احساس شرم و عصبانیت کند. یعنی اگر شوهر این خانم بعضی از نکات ریز را رعایت نکند و یا در مکالمه از جملات و کلمات عامیانه و غلط استفاده کند، ممکن است که خانم مذکور از این موضوع احساس حقارت و شرمندگی نموده، نسبت به شوهرش متنفر و خشمگین شود. از طرف دیگر شوهر نیز از اینکه همسرش دائماً

زندگی دارند. مثلاً اگر شوهر، فردی تخیلی و ایده‌آلیست، ولی زن شخصی واقع‌بین و به اصطلاح رئالیست باشد، شوهر ممکن است از رویه خشک و زیاده از حد مادی زن خود خسته شود و احساس کند که زنش قدرت درک معنویات و ظرایف زندگی را ندارد. زن واقع‌بین نیز ممکن است از دست شوهر تخیلی و فلسفه باف خود به ستوه آمده، او را آدمی خیال باف، تنبل و دور از حقیقت زندگی بداند. در چنین مواقعی امکان پیدایی یک کانون خوشبختی، کم است.

علائق نیز رابطه نزدیکی با طرز تفکر دارد از جمله: فعالیت‌های متعدد روزانه از قبیل خواندن کتاب، تماشای تلویزیون، گوش دادن به رادیو، رفتن به مهمانیها و سخنرانیها و امثال آن. البته نباید انتظار داشت که زن و شوهر در همه این علایق توافق داشته باشند، ولی برای سعادت خانواده، توافق کلی در این امور ضرورت دارد.

توافق عقاید مذهبی

شبهات در عقاید مذهبی به قدری در سعادت خانواده مؤثر است که روان‌شناسان، از دواج دونفر از مذاهب مختلف را معمولاً غیر عاقلانه می‌دانند و دلایل این نظریه بسیار است. بعلاوه آنچه که در این زمینه اهمیت دارد تربیت کودک بر حسب عقاید مذهبی مخصوص است؛ چراکه هریک از طرفین سعی خواهد داشت کودکان را براساس قوانین مذهبی خویش پرورش دهد و این امر سبب بروز اختلافات خانوادگی خواهد شد. پس بهتر است قبل از وارد شدن به زندگی زناشویی، زن و مرد این مطلب را مورد تعمق قرار داده، اشکالات



می دانیم که زن در آن واحد باید دونقش مهم همسری و مادری را در کانون خانواده ایفا کند و بدبخت‌ترین و شقی‌ترین مردان، کسی است که زندگی همسر و فرزندان خود را به جهنم مبدل سازد. بنابراین بهتر است کسی که قادر به انجام وظیفه پدری و مادری نیست از ازدواج چشم‌پوشد و در جایگاه معنوی پدر و مادر قرار نگیرد.

حال اگر زوجین در کنار یکدیگر احساس امنیت و آرامش کنند، از پیوند آنان عاطفه عشق و دوستی و مهربانی به وجود می‌آید که این خود عامل تداوم زندگی زناشویی توأم با هماهنگی و همکاری است و این نوع زندگی نیز به نوبه خود فضای سالمی را برای رشد و تربیت کودکان و شکل‌گیری صحیح شخصیت آنها آماده می‌سازد.

به عکس یک ازدواج آکنده از بدبختی ممکن است تجرد در آینده را خیلی با شکوه جلوه‌گر سازد، ولی از سوی دیگر یک فرار اجباری و جدایی مطالعه نشده نیز می‌تواند به نویدهای بیشتری منجر شود. غالباً وقتی زن و شوهر به مرحله جدایی می‌رسند، احتمال اندیشیدن و حل اختلافات تطبیقی ظاهر می‌شود و هرکدام از طرفین درک می‌کنند که می‌توانند حق انتخاب داشته باشند.

یکی از سودمندترین راههایی که می‌توان این شباهتها و عدم شباهتها را پیش از ازدواج تشخیص داد، استفاده از روش "تحلیل رفتارمتقابل" است که معمولاً در مشاوره ازدواجی صورت می‌پذیرد. یعنی در آغاز معلوم شود که هرکدام از طرفین چه نوع ساخت شخصیتی دارند. مقصود از این بررسی فقط تشخیص شباهتها و عدم شباهتها ظاهری

سعی دارد روش او را تصحیح کند و به اصطلاح به او بزرگی کند، آزرده خواهد شد. روان‌شناسان به این نتیجه رسیده‌اند که تفاوت میان سطح تحصیلی و طبقاتی یکی از عوامل بسیار مهم اختلافات خانوادگی است و مهمترین مسأله اینکه ممکن است سبب ایجاد احساس حقارت و آزردگی شود. البته امکان دارد که در عین اختلاف تحصیلی، زناشویی سعادت‌مندانه‌ای هم وجود داشته باشد، ولی بهتر است از ازدواجی که در آن اختلاف تحصیلی، بسیار زیاد است، برحذر بود.

رابطه با خانواده زن و شوهر

یکی از علائم بارز رشد عاطفی و اجتماعی، مقدار استقلال است که هر جوان نسبت به اولیای خود دارد. شخصی که از رشد واقعی برخوردار باشد، از لحاظ عاطفی و اجتماعی به کمکهای پدر و مادر خود متکی نیست، بلکه آنها را دوستان خود می‌داند. به طور کلی اگر هریک از طرفین ازدواج مستقیماً از خانواده خود دستورهای زندگی دریافت کند، همسر مستقل و مفیدی نخواهد بود.

غالباً جوانان آنچه را که در باره رابطه خانوادگی می‌دانند، از خانواده خود آموخته‌اند. اگر قبل از ازدواج روابط خانوادگی فرد سالم و بانشاط بوده است، او نیز سعی خواهد کرد چنین کانون پرنشاط و سعادت‌مندی برای زن یا شوهر و کودکان خود به وجود آورد؛ ولی به عکس اگر فرد در زمان کودکی در خانواده متشنج و ناراحتی پرورش یافته باشد، به احتمال زیاد این مشکلات در خانواده خود او نیز ایجاد خواهد شد.

انجمن ادب و دبیران جمهوری اسلامی ایران

واحد انتشارات
"نشریه پیوند"

پیوندمان را با "نشریه پیوند" بیشتر کنیم.

پیوند حاصل دیدگاههای تربیتی جمعی از استادان و صاحب نظران تعلیم و تربیت و مربیان مجرب کشور است.

پیوند با بهره گیری از تعالیم عالیه مکتب اسلام، جاری مهمترین مباحث آموزشی، روشهای تربیتی و یافته های روان شناسی و علوم تربیتی است.

برای این که همراه پیوند تقدیم حضورتان بشود، لطفاً برگ اشتراک زیر را تکمیل کنید و به دفتر نشریه پیوند ارسال فرمایید.

		انجمن ادب و دبیران جمهوری اسلامی ایران	
تلفاضی اشتراک مجله آموزشی و تربیتی پیوند		تهران - پلاک ۷۴ - دفتر نشریه پیوند	
نام و نام خانوادگی:	میزان تحصیلات:	سن:	شغل:
نشانی: استان:	شهر:	خیابان:	کد پستی:
لطفاً مبلغ ۳۰۰۰ ریال برای اشتراک یکساله پیوند (۱۲ شماره) به حساب ۸۰۴ بانک صادرات شعبه ۱۰۴۳ خیابان فلسطین، واریز نموده، رسید آن را همراه با این برگ به نشانی تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخررازی، نبش سزاوار، پلاک ۷۴ دفتر نشریه پیوند و یا صندوق پستی ۱۶۳۷ - ۱۳۱۸۵ ارسال فرمایید.		تلفن دفتر مجله: ۶۴۶۸۷۷۰ - ۶۴۰۷۱۱۶	
* در صورت تغییر آدرس سریعاً دفتر مجله را مطلع فرمایید.			

فرشته غیابی

خشم و پرخاشگری در کودکان و نوجوانان

"گودیناف" در بررسی خشم در کودکان خردسال می گوید: گرچه خشم در بعضی اوقات به صورت یک حالت انفجاری ظاهر می شود، ولی معمولاً به شکل نوعی حمله لفظی یا حرکتی در مقابل تهاجم بروز می کند.

"کانن" می نویسد: پاسخ خشم حالتی پیچیده است که نیاز به آموختن ندارد. چگونگی بروز خشم بخشی از میراث قومی آدمی است.

"گودیناف" در یک مطالعه تحقیقی، چهل

خشم یکی از هیجانهاست و احساس خشم معمولاً توأم با پرخاشگری، جار و جنجال و دعوا نسبت به شیء یا کسی که خاستگاه ناکامی و موجد خشم است، ابراز می شود.

"فروید" پرخاشگری را گزینه ای می داند که دائماً به صورت تخریب، جنگ و آزارگری نمایان می شود و عقیده دارد پرخاشگری قدیمی ترین انگیزه هاست و احتمالاً در آمیبهای تک سلولی هم وجود دارد.

می دهد که عموماً از خشونت کمتری برخوردار است و بیشتر دارای خصوصیتی سمبلیک می باشد.

برطبق جدولی که هیجانها را درسالهای نخستین رشد متمایز می سازد، هیجان خشم در ۳ تا ۶ ماهگی مشهودتر است و از تولد تا ۳ ماهگی برانگیختگی جلوه بیشتری دارد. خوشحالی و خشم دارای جنبه های مشترکی هستند. "اسپنسر"، فیلسوف انگلیسی می گوید: "انسان درحالت خشم و خوشحالی پایه زمین می کوبد و فریاد می زند. اغلب اوقات صدای بچه ها در موقع بازی، والدین آنها را مردد می کند که فریاد آنان ناشی از درد است یا خوشحالی".

"گودیناف" می گوید: پرخاشگریهای ناگهانی در کودکان، با تعداد دفعاتی که بزرگسالان دربرابرشان تسلیم می شوند، تناسب دارد. به بیان دیگر، کودک دربرابر رفتار پرخاش آمیز خود پاداش دیده است.

پرخاشگری وسیله مؤثری برای رسیدن به هدف نیست. گرچه کودک ممکن است دربرابر والدین به مقصود خود برسد، ولی در اجتماع، پرخاشگری معمولاً انتقام به دنبال دارد.

گاهی پرخاشگری با فرایند بازداری خاموش می شود و چون ترس از مجازات یا نكوهش را به دنبال دارد، پرخاشگری بازداری شده خود بخود از بین نمی رود و به اشکال مختلفی مثل بی اعتنائی یا سخن چینی تغییر می کند. همچنین ممکن است پرخاشگری از طریق مکانیسم جابجایی متوجه فردی شود که مسبب ناکامی نبوده است و گاهی اوقات

و پنج کودک ۷ ماه تا ۷ سال را در نظر گرفت و از والدینشان خواست که آنها را به مدت یک ماه تحت نظر بگیرند.

نتایج به دست آمده از این قرار بود:

- خشم، ماهیتی زود گذر دارد.
- مدت زمان بروز خشم به جنسیت مربوط نمی شود.

- کودکان در موقع بیماری، گرسنگی، بیبوست مزاج و یا هنگامی که برای جلوگیری از شب ادراری تحت فشار بودند، بیشتر عصبانی می شدند.

نتیجه کلی: هرگونه ناکامی، مولد خشم است.

خشم یا ANGER حالتی است که در مقابله با وضع دشوار حاصل می شود و کودک خردسال خشم خود را به صورت حمله و تجاوز نشان می دهد.

کودک ۳ یا ۴ ساله خشم خود را به وسیله استفاده از قدرت بیانش خاموش می کند و داد و فریاد و ناسزا گویی دارد.

کودک ۵ و ۶ ساله از راه کناره گیری و کودکان بزرگتر از طریق جریحه دار کردن احساسات دیگران خشمشان را تسکین می دهند.

کودک اگر از راههای ابتدایی مثل لگد زدن و گریه کردن نتواند خشم خود را تسکین دهد، به راههای دیگری متوسل می شود.

"گودیناف" معتقد است: "با افزایش سن، شکل رفتار خشمگینانه ای که ابراز می شود، دارای جهت گیری، یعنی به سوی هدف خاص است، درحالی که واکنشهای بدنی و اولیه در کودکان خردسال جای خود را به واکنشهایی

می‌کنند و گاهی بروز خشم برای به دست آوردن یک امتیاز و گاهی ناشی از جلب توجه است، ولی همهٔ اینها را به طرقی می‌توان کنترل کرد.

برای فرونشاندن خشم نیاز به یک سلسله اقدامات منطقی است. اگر پرخاشجویی کودک را بتوان به ناکامی نسبت داد، باید پاسخهای اجتماعی را به آنان آموخت تا بتوانند ناکامی را کنترل کنند و رفتاری قابل پیش بینی، قابل قبول و قابل اتکا داشته باشند. از آن جا که کودکان دارای مجموعهٔ محدودی از پاسخها در برابر موارد خشم هستند، پس می‌توان پاسخهای پرخاشجویانهٔ ساده و مستقیم آنها را به راههای غیر مستقیم و تهدیب شده‌ای تبدیل ساخت.

کودک با رفتار والدین همانند سازی می‌کند و اگر والدینی از رفتار پرخاشجویانهٔ فرزندشان جلوگیری نکنند، باعث می‌شوند که او در مقابله با جهان خارج از این رفتار بیشتر استفاده کند. در مصاحبه‌ای که چندتن از محققان با ۴۰۰ نفر از مادران کودکان ۵ ساله داشتند به این نتیجه رسیدند:

مادرانی که فرزندانشان پرخاشگری کمتری داشتند آنهایی بودند که پرخاشگری را تحمل نمی‌کردند و در عین حال برای جلوگیری از آن نیز از رفتارهای پرخاشجویانه بهره نمی‌جستند.

معمولاً خشم در مرحلهٔ ۲ - ۳ سالگی و در دوران بلوغ افزایش می‌یابد و لذا بر مریبان واجب است که در این دوران با کودک و نوجوان به شکل کج دار و مریز رفتار کنند تا به مرحلهٔ متعادل‌تری برسند.

پرخاشگری متوجه خود فرد می‌شود. از جمله پاسخهایی که انسان را به هدفش نزدیک می‌کند یا ناکامی را کاهش می‌دهد، پاسخ پرخاشگری است.

بخشی از شخصیت انسان از امکانات یا بازداریهایی مربوط به کنترل احساس خشم و پرخاشگری تشکیل می‌یابد.

فردی که در دورهٔ اولیهٔ کودکی به سر می‌برد، دارای حالات انفعالی است که بزودی به صورت عواطف شخصی در می‌آید. "واتسون" این عواطف را به شکل ترس و خشم تقسیم بندی کرده است. فرد در این دوره دارای زمینهٔ فعال و مؤثری از تجارب گذشته می‌باشد و از خصومت، ناکامی و پرخاشگری انباشته است، که این امر تا حدی از دورهٔ طفولیت، به هنگام از شیر بازگرفتن، تعلیم اجابت مزاج و یک سلسله ممنوعیتها سرچشمه می‌گیرد.

کودک خردسال امکان دارد که پرخاش کردن به افراد ضعیف تر و دوری از برخورد با افراد قوی را به عنوان یک عادت کسب کند.

همان طور که شکل پرخاشگری از حالت فیزیکی به شکل رمزی و سمبلیک در می‌آید و در رفتار مشهود می‌شود، زمان و میزان پرخاشجویی نیز طولانی تر می‌گردد. کودک کینه به دل می‌گیرد و برای مدت درازتری منفی‌گری از خود نشان می‌دهد.

راههای تعدیل خشم و پرخاشگری

ناکامی و گاهی اوقات مسائل ساده‌ای مانند سرما و گرما موجب خشم کودک را فراهم

تواند به دست آورد. پس اگر بعد از پایان خشونت، به کودک اجازه دهیم کاری را که قدغن شده بود انجام دهد، به او آموخته می‌شود که: بین خشونت و به دست آوردن چیزی که می‌خواهد، پیوند آشکاری وجود دارد.

در مقابل عصبانیت کودک باید ثبات و پایداری نشان داد، زیرا اگر کودک حس کند که در برابر خشم او تغییر قابل ملاحظه‌ای به وقوع می‌پیوندد و در برابرش تسلیم می‌شویم، نسبت به قدرت و محبت ما دچار شک می‌شود. ولی اگر کودک بفهمد با وجود عصبانیت شدید او هنوز هم دوستش داریم و می‌توانیم در خلال خشمش قاطع بمانیم، درمی‌یابد که ما آماده‌ایم تا تسکینش دهیم و باز هم دوستان خوبی برای یکدیگر باشیم.

کودک ذاتاً خشمگین و طغیانگر نیست، پس

برای فرونشاندن خشم کودک، تهدید و توهین چاره ساز نیست و ریشه خشم را از بین نمی‌برد؛ بلکه ممکن است حالت خشم را شدیدتر کند. پس هرگاه کودک در حالت تهاجمی است و اشیاء را پرت می‌کند یا می‌خواهد به دیگران آسیب برساند، بهتر است با قاطعیت و آرامی او را از این کار بازدارید تا مرحله خطرناک سپری شده، خشونتش کاهش یابد و اگر احتمال خشونت از بین رفت بگذارید فرزندتان در حضور شما عصبانیتش را بروز دهد و دخالتی نکنید. عصبانی شدن والدین هیچ ثمری ندارد و ممکن است اوضاع را بدتر کند.

خشونت معمولاً در مواردی پیش می‌آید که کودک کاری را که بدان مایل است، نمی‌تواند انجام دهد و یا چیزی را که می‌خواهد، نمی‌



آقایی تقاضا کند که او برای کودک خوراکی بخرد، ولی باید در این موارد با قاطعیت برخورد کرد و سرحرف خود که نخريدن خوراکی است ایستاد. در چنین شرایطی برای آرام کردن کودک می‌توان او را به پیاده روی بیرون فروشگاه برد، که در این صورت تغییر محیط می‌تواند نقش مؤثری داشته باشد.

۴- تلقین و تذکر

با گفتن جملاتی کوتاه مثل: "توبی‌حمدالله بزرگ شدی، حیف است که این طور باشی"، یا: "این کار به صلاح تو نیست و تو خوب و آقایی"، می‌توان به کودک تلقین کرد یا تذکر داد.

۵- سرگرم کردن

در حین خشم کودک، خواندن یک بیت شعر، داشتن گفتاری نرم، ابراز عاطفه، بیان یک داستان یا یک نمایش می‌تواند سازنده باشد.

۶- مبارزه منفی

زمانی که طفل خشمگین و عصبانی است و بی حساب بهانه‌گیری می‌کند، می‌توان او را به حال خود گذاشت و اطاق را ترک کرد تا در تنهایی آرامش خود را باز یابد.

۷- نادیده گرفتن

باید به طریقی به او یاری کرد تا خشمش را فرونشاند.

از جمله راههایی که می‌توان به کودک کمک کرد عبارتند از:

۱- همدردی

ابراز علاقه به سرنوشت کودک و همدردی با او می‌تواند چاره درد باشد و خشم را فرونشاند. در مواقع خشم باید کودک را تسکین دهیم، نه اینکه موجبات ناراحتی بیشتر او را فراهم کنیم.

۲- مهر و محبت

در مواردی می‌توان کودک را در آغوش گرفته، مورد مهر و محبت قرار داد و از او دلجویی کرد. در چنین مواقعی عقده کودک باز می‌شود، کمی ناز می‌کند و سپس می‌گرید و از حالت خشم بیرون می‌آید.

۳- تغییر محیط

گاهی می‌توان کودک را از محیطی که در آن است بیرون برد. در مواقعی که کودک در جاهای عمومی مثل فروشگاهها تقاضای خرید خوراکی می‌کند، گفتن نه هیچ تأثیری ندارد و گاهی اوقات مادران تسلیم می‌شوند، چون بچه خوب می‌داند که در چه جایی تقاضای خود را مطرح کند. ممکن است در این محیطها وقتی دیگران گریه زیاد کودک را ببینند، خانم یا

بسیاری از لجاجتها و اعمال خشمها را می-توان از طریق سکوت والدین خاموش کرد. لازم نیست در همه موارد به کودک پاسخگو باشیم و شعله خشم او را فروزانتر کنیم، گاهی با صبر و حوصله، نادیده گرفتن و اعتنا نکردن، مسأله حل می شود.

پس در بعضی مواقع حتماً نباید در پاسخ خشم، به کودک خوراکی مورد نظرش را بدهیم، زیرا در اینجا به منافع دراز مدت توجهی نکرده و به خاطر آرام شدن کودک او را با وسیله ای ساکت نموده ایم.

طرق دیگر

اگر کودک در مورد حل مسأله ای ناتوان مانده است، او را راهنمایی کنیم و به او بگوییم: "بیا یک بار دیگر باهم امتحان کنیم". این کار به کودک نشان می دهد که روشهای بهتری مانند بیان موضوعی که سبب خشم او شده و خواستن کمک هم وسائلی برای رسیدن به هدف مورد نظر است.

تغییر وضع محیط، نشان دادن خونسردی، تغییر موضوع مورد بحث، واداشتن کودک به استحمام، نشان دادن او اگر در وضع ایستاده باشد و منحرف کردن وی از حالات و رفتارهای موجود، از راههای دیگر آرام کردن کودک خشمگین به حساب می آیند.

اشکال دیگر پرخاشگری

از اشکال دیگر پرخاشگری گاز گرفتن

و کتک زدن است. گازگرفتن کنشی پرخاشگرانه است که در شخصی که گاز گرفته می شود واکنش شدیدی به شکل جیغ و فریاد به اضافه هیجان ایجاد می کند؛ که برای گازگیرنده همین امر می تواند جالب باشد. گازگرفتن بیشتر در بچه های دو تا ۳ ساله دیده می شود.

وقتی کودک شمارا گاز می گیرد، به جای عصبانیت به آرامی به او نشان دهید که از اینکه گازتان گرفته، ناراحت شده اید و دردتان آمده است. در اینجا کودک یاد می گیرد که دیگران هم احساس دارند و دردشان می آید. بهتر است از اینکه کودک را گاز بگیریم تا به او ثابت شود که این کار چقدر دردآور است، خودداری کنیم.

ویاوالدین دوطرف باهم درگیر دعوا شوند .
 دراین مواقع نباید خشمگین شد ، بهتر است
 ازکودکان پرسید که برسرچه مسأله ای
 دعوا کرده اند . معمولاً دوطرف مقصردند و باید
 به آنان آموخت که نباید دربازی لجبازی کنند .
 اقدام مثبت دیگر این است که کودک خود را با
 دوستش آشتی دهیم ، اورابه خانه خود دعوت
 کنیم وباپدر ومادر دوستان کودکیان رابطه
 برقرار نماییم تاروح عداوت وخودخواهی
 خانوادگی را دروی پرورش ندهیم . دیگر اینکه
 ما معمولاً کودکیانمان را تشویق می کنیم که
 کتک را با کتک پاسخ نگویند ، ولی اگر
 معاشران کودک ما افرادی نیرومند باشند ، بطور
 کلی باید دفاع شخصی را به او آموخت تا کودک
 منزوی نشود ویاموردآزارقرار نگیرد .

کودک ۲ ساله قادر است رفتاری بسیار
 دلسوزانه داشته باشد و دراین سن گفتن :
 "معذرت می خواهم" و "قصداذیت نداشتم"
 بخشی از یادگیری اجتماعی است . اگر به بچه
 بگویند معذرت می خواهم ، او هم خواهد
 آموخت .

برای نوپایانی که گاز می گیرند، گفتن یک
 "نه" محکم ، همراه با استدلال "دردم می آید" و
 سپس دورکردن بچه از خود، احتمالاً کارساز
 است .

در مواردی که کوک والدین را گاز می گیرد
 نباید خندید ، چون باعث تکرار این عمل
 می شود . گاز گرفتن برای بعضی از بچه ها شکلی
 از بیان خشم و درماندگی است و گاهی ممکن
 است ناشی از مسائل عاطفی ریشه دارتری
 باشد .

واما کتک زدن در میان کودکان خردسال
 دامنه وسیعی دارد واز تنه زدن وچنگ زدن برای
 پس گرفتن اسباب بازیهایشان تا کتک زدن را
 که ناشی ازخشم و ناامیدی باشد ، دربرمی گیرد .
 کودک کتک زدن را مثل گاز گرفتن تقلید
 می کند واگر والدین برای جلوگیری از کاربردش
 او را کتک می زنند ، این رفتار به کودک هم
 منتقل می شود .

زمانی که دو کودک باهم دعوا می کنند
 می توان با گفتن یک " نه " وجدا کردن آنها
 و بردن بچه یاشیخی که برسر آن دعوایشان شده
 است ، قضیه را حل کرد .

وقتی که کودکان باهم دعوا می کنند ،
 همدیگر را می زنند وازهم شکایت می کنند ،
 نباید والدین از کودک خود طرفداری نمایند



نکاتی در بازسازی کودک خشمگین

منابع:

- ۱- تربیت و بازسازی کودکان، دکتر علی قائمی
- ۲- رفتار با کودکان خردسال، جودوگلاس و نائومی ریچمن، مترجم: نیره توکلی و فرزانه یاسائی
- ۳- گفتارهایی دربارهٔ تربیت فرزندان، آنتوان سیمونویچ ماکارنکو، مترجم: ابوتراب باقر-زاده
- ۴- انقلاب و تعلیم و تربیت، آنتوان سیمونویچ ماکارنکو، مترجم: ش. رزم آرا
- ۵- روان شناسی رشد، نورالدین رحمانیان
- ۶- روان شناسی رشد کودک و نوجوان، دکتر محمد پارسا
- ۷- روان شناسی تربیتی، دکتر شریعتمداری
- ۸- هیجانها، روبرت پلاچیک، مترجم: محمود رمضان زاده
- ۹- مراحل تربیت، موریس دبس، مترجم: علی-محمد کاردان
- ۱۰- انگیزش و هیجان، دکتر محمد تقی براهنی
- ۱۱- زمینهٔ روان شناسی (۲)، هیلگارد
- ۱۲- روان شناسی رفتار، پیرناویل، مترجم: حسن مینایی فر
- ۱۳- روش و محتوای آموزش در مراکز آموزش پیش از دبستان

- با کودک خشمگین مقابله به مثل نکنیم، زیرا تنفر و انزجار او برانگیخته می شود.
- کودک خشمگین را نباید از خود برانیم، زیرا ممکن است:

 - احساسات کودک جریحه دار شود.
 - کودک به دامان دیگران پناه ببرد، از خانه فرار کند، صدمه ای به خودش بزند، در برابر والدین بایستد یا فردی با عقده بار بیاید.
 - در برابر خشم کودک موضع عقلی و منطقی بگیریم.
 - گره مشکلات کودک را بگشاییم و با او همدردی کرده، صبور باشیم تا مراحل بازسازی را بپیماید.
 - تاحدی که خشم کودک باعث وارد آمدن صدمه به خود و اطرافیان نشود، نسبت به آن بی اعتنا باشیم.
 - در سنین ۲ تا ۳ سالگی در برابر خشم کودکان نباید تسلیم شد. باید مقاومت کرد، ولی در عین مقاومت نباید کودک را به اطاعت کورکورانه وادار ساخت.
 - از طریق تهدید و ایجاد ترس، کودک اعتماد خود را از دست خواهد داد و این روش برای آرام کردن وی مفید نیست. ولی در بعضی مواقع اگر ترس اثر بدی در کودک به جای نگذارد، می توان از این روش نیز استفاده کرد.
 - همه آنچه را که مورد عشق و علاقه کودک است نباید به دلیل خشم و ناسازگاری اش به یکباره از او سلب کرد.



زینب دکتر افروز



مشاوران پیوند پاسخ می‌دهند!

خانم رفیعی از مشهد:

...ضمن تشکر از دست‌اندرکاران انتشار
مجله بسیار مفید و پرمحتوای پیوند که انصافاً در
بسیاری از موارد راهگشای خانواده‌هاست،
خواهشمندم در بخش پاسخ مشاوران پیوند به
مسئله‌ای که با آن مواجه هستیم پاسخ دهید.
همچنین اگر بخش مربوط به پرسش و پاسخ
مشاوران پیوند را به صورت کتابچه‌ای مستقل
چاپ کنید و در اختیار خانواده‌ها قرار دهید،
بسیار سودمند و مفید خواهد بود. اما مسئله‌ای
که ما در خانواده با آن مواجه هستیم به فرزندم
علی مربوط می‌شود که امسال کلاس پنجم
دبستان است. پسر من به گفته معلمانش از نظر
درسی در مجموع شرایط خوبی دارد، اما

همیشه تفاوت زیادی بین نمرات او در انشاء با
سایر دروسش وجود دارد. او اصلاً از نوشتن
انشاء بیزار است و پائین‌ترین نمرات را همیشه
در درس انشاء می‌گیرد؛ در حالی که در
درسهای دیگر وضع بسیار خوبی دارد. مثلاً
بیشتر نمرات او در درس ریاضی بالای ۱۷ و ۱۸
است. تا حالا خیلی تلاش کرده‌ایم که در نوشتن
انشاء به او کمک کنیم، اما آن‌طور که انتظار
می‌رود پیشرفت چندانی نداشته است.
خواهشمند است ما را راهنمایی فرمایید. لازم
است به اطلاعاتن برسانم که من و همسرم هر دو
کارمندیم و دارای دو فرزند پسر هستیم. پسر
کوچکمان کلاس اول دبستان است. محیط خانه
هم برای مطالعه و درس خواندن مناسب است.

خواهر محترم خانم رفیعی

می‌گیرد، همین جلب توجه و محبت و تشویق دیگران که کودک سخت به آن نیازمند است موجب می‌شود برای تکرار چنین شرایط خوشایندی تلاش بیشتری از خودش نشان دهد. اما زمانی که مثلاً در درس انشاء نمره ۱۰ یا ۱۲ کسب می‌کند نه تنها مورد تشویق قرار نمی‌گیرد، بلکه بعضاً با بی‌توجهی یا شماتت اطرافیان مواجه می‌شود، لذا در وی احساس ناخوشایندی نسبت به شرایطی که در آن قرار گرفته و نگرش منفی تری نسبت به درس انشاء ایجاد می‌شود. و بدین ترتیب در غالب موارد در دفعات بعد با اضطراب بیشتر و بی‌رغبتی به نوشتن انشاء می‌پردازد.

آنچه که مسلم است فرزند شما از نظر هوش عمومی مشکلی ندارد و با توجه به آنچه که برای ما شرح داده‌اید، از نظر حافظه سمعی و بصری هم از شرایط خوبی برخوردار است. لذا به نظر می‌رسد مشکل اصلی فرزند شما در درس انشاء به نحوه نگرش و شرایط عاطفی او در مورد نگاهستن انشاء مربوط می‌شود.

توصیه اصلی این است که سعی کنید به گونه‌ای مستقیم و غیر مستقیم شرایط عاطفی حاکم بر دروسی را که او توفیق فوق‌العاده‌ای در آنها دارد (نظیر ریاضی) به درس انشاء نیز تعمیم دهید. به عبارت ساده‌تر درس انشاء را می‌توانید با درس ریاضی توأم مطرح کنید تا از نقطه قوت او برای تقویت ضعف نسبی اش بهره بگیرید. به عنوان مثال معلم ریاضی می‌تواند از فرزند شما بخواهد چند صورت مسأله ریاضی را که شامل عملیات چهارگانه حساب یا در برگیرنده اشکال هندسی مختلف و متداول باشد بنویسد. و یا اینکه معلم می‌تواند با طرح یک مسأله ریاضی به طور غیر مستقیم

شما هم سلام و تشکر مارا پذیرا باشید. از لطف و توجه شما به مجله تربیتی پیوند سپاسگزار هستیم و برای شما و همه خوانندگان خوب پیوند از خداوند متعال سلامت و موفقیت روز افزون مسئلت داریم.

اما در ارتباط با مسأله‌ای که با ما در میان گذاشته‌اید توجه شما را به چند نکته بسیار مهم جلب می‌کنیم.

اولاً انشاء نوشتن از فعالیتهای آموزشی گاهی بسیار مهم است و با خلاقیت و نوآوری و رشد تفکر و اگر ارتباطی مستقیم دارد. متأسفانه گاهی مشاهده می‌شود که از طرف برخی معلمان و اولیاء به گونه‌ای که شایسته و بایسته است به این فعالیت ذهنی مهم و مؤثر توجه نمی‌شود؛ حال آن که انشاء می‌تواند تضمین کننده بهداشت روانی، نشاط عاطفی، غنای فکری، شکوفایی استعدادهاى بالقوه و خلاقیت‌های ذهنی کودکان و نوجوانان باشد. و چه بسا ضعف فعلی فرزند شما نیز در درس انشاء از همین موضوع ناشی می‌شود!

اصولاً بچه‌ها در دروسی که بیشتر دوست دارند نمرات بهتری کسب می‌کنند، چرا که با حالت و احساس خوشایند، انگیزه قوی و نتیجه‌نگری، تلاش و مطالعه می‌کنند. به عکس درسهایی را که نسبت به آنها نگرشی مثبت ندارند و برایشان خوشایند نیست، با زحمت مطالعه می‌کنند و آنها را دیرتر یاد گرفته، زودتر به فراموشی می‌سپارند. به عنوان مثال وقتی که دانش‌آموزی در درس حساب با تلاشی قابل توجه موفق به کسب نمره ۱۹ یا ۲۰ می‌شود و بالطبع مورد محبت و تشویق معلم و والدین قرار

ملاحظه می‌فرمایید که در این مسأله ساده ریاضی معلم چند موضوع کوتاه انشاء را هم مطرح کرده است: "خصوصیات تولیدات کشاورزی بم را شرح دهید"، ویا "شرایط تولید محصولات کشاورزی شمال را بیان کنید".

در این صورت دانش‌آموز زیرک ما به خاطر علاقه به درس ریاضی و نتایج حاصل از آن تلاش می‌کند که به همه پرسشها جواب صحیح دهد، ولو اینکه مجبور شود از پدر و مادر و از کتابهای مختلف ویزگیهای بم را جویا شود. بنابراین زمانی که طی چندین جلسه متوالی مجموعه‌ای از مسائل حساب و هندسه، علوم، کاردستی، علوم اجتماعی و غیره با بینش جامع و مدبرانه طراحی شود، بتدریج و بطور غیر مستقیم شاهد پیشرفت چشمگیر دانش‌آموز در نگارش انشاء خواهیم بود.

ضمناً مطالعه کتابهای مختلف، بخصوص سفرنامه‌ها، خاطره‌ها، داستانهای ساده و کتابهای شعر قدرت نگارش انشاء را بیشتر می‌کند.

شاگردان خود را وادار سازد که با پاسخهای تشریحی خود درس انشاء را نیز تمرین کنند.

مثال: پرتقال فروشی ۲۰۰ جعبه ۲۰ کیلویی پرتقال را از قرار ۱۰۰ کیلویی دیگر نیز تنکابن خرید و ۲۰۰ جعبه ۲۰ کیلویی دیگر نیز از قرار ۱۲۰ کیلویی شهر بم خریداری کرد. او در هنگام فروش پرتقالها در تهران متوجه شد که در مجموع ۱۰۰ کیلو از پرتقالهای خریداری شده از تنکابن خراب شده، قابل عرضه به مشتری نیست. بدین ترتیب این پرتقال فروش خوش انصاف!! تصمیم گرفت که رویهم رفته پرتقالها را کیلویی ۳۰۰ ریال بفروشد.

۱- حساب کنید آیا پرتقال فروش سود کرده است یا زیان؟

۲- مشخص کنید از فروش کدام پرتقالها سود بیشتری کرده است؟

۳- دلیل خراب شدن پرتقالهای خریداری شده از شهر تنکابن چه می‌تواند باشد؟

۴- علت دوام پرتقالهای شهر بم چیست؟

بقیه از صفحه ۵۴

به اینکه زمینه‌های مذهبی و اجتماعی نیز ممکن است مشکلات فاحشی به وجود آورد. باید دانست که بزرگترین ابزار راهنمایی در این زمینه، توجه به واقعیت است. واقعیت برای پدران و مادران نسبت به جوانان، گستردگی بیشتری دارد، زیرا آنها بیشتر دیده‌اند، بیشتر زندگی کرده‌اند، بیشتر خوانده‌اند، بیشتر تجربه کرده‌اند و بیشتر اندیشیده‌اند.

به عبارتی می‌توان گفت که نیاز جوانان به راهنمایی در سفر زندگی، مثل موضوع جهت‌یابی برای خلبان یک هواپیماست.

نیست. مثلاً وجود وجدان قوی در یکی از طرفین که مستلزم "باید" و "نباید"های بسیاری است و بالعکس ضعف این زمینه در دیگری می‌تواند هرگونه توافقی را در این سطح نفی کند. به هر حال این تحلیل رفتار با قضاوت کلی در باره یک خواستگار که بگوییم: "فلان کس خوب است یا بد"، فرق دارد. این مطالعات در حقیقت فقط یک جست و جوی بیطرفانه برای کسب اطلاعات در باره هریک از طرفین ازدواج است، با این امید که بتوان حدس زد چه ارتباطی در آینده میان آنها امکان خواهد داشت؛ یا توجه