

# چگونه به فرزندمان بیاموزیم که اناف خود را مرتب کنند؟

«وسایلات را سر جایش بگذار...» هنوز این جمله‌ی شما تمام نشده که فرزندتان با ناراحتی می‌گوید: «مامان! باز هم شروع کردی... این جا اتاق خودم هست... من همین‌جوری راحتم...» و محکم در را به روی شما می‌بندد. چنین رفتارهای تهاجمی و عدم قبول درخواست پدر و مادر، معمولاً در بسیاری از خانواده‌ها و به‌خصوص در بین نوجوانان دیده می‌شود. والدینی که شاهد چنین برخوردهایی از طرف فرزندشان هستند، مدام این سؤال را از خود می‌پرسند که علت چیست؟ رفتار مناسب با آنان چگونه باید باشد؟

فرزند شما مرتب کردن اتاقش را هر روز به روز بعد موکول می‌کند، اما این زمان هیچ‌وقت فراموشی نمی‌رسد! این چنین مخالفت‌هایی در بین همه‌ی بچه‌ها دیده می‌شود و در واقع، نشان‌دهنده‌ی مراحل مهمی از رشد کودک شماست.

نخستین زمان ابراز مخالفت، دوسالگی است. در این سن، کودک کم‌کم به سخن گفتن مسلط می‌شود و به‌خصوص کلمه‌ی «نه» را زیاد تکرار می‌کند. «بله یا چشم» لغتی است که او دیرتر به کار می‌گیرد. این امتناع‌ها از کودکی تا نوجوانی، به‌دست آوردن تدریجی استقلال و عدم وابستگی را نشان می‌دهد. با این حال، کودک همیشه به حضور و مراقبت شما نیاز دارد. تردید در گفتن «نه یا بله» حتی در مورد چیزهایی که دوست دارد، نشان‌دهنده‌ی تمایل او برای انتخاب و این‌که اطرافیان، او را به‌عنوان فردی «بزرگ» قبول داشته باشند، است.

او هم‌چنین تسلط و محدودیت‌های شما را با رفتارهایی نشان می‌دهد که مواجهه با آن‌ها چندان آسان نیست اما برای رشد مطلوب‌اش لازم است. کودک، نتایج این



مخالفت‌ها را نیز پیش خود بررسی می‌کند، موارد دلخواه خود را بازم انجام می‌دهد و از عمل به بقیه، چشم‌پوشی می‌کند.

طبیعی‌ست که دوست داشته باشید فرزندان اتاقش را مرتب کند و یا دست‌کم، وقتی این کار را از او می‌خواهید، درخواست شما را رد نکند اما شما هم باید متناسب با سن فرزندان، رفتار مناسبی را در این‌باره پیش‌بگیرید.

بین ۳ تا ۵ سالگی، کودک هرچیزی را از روی تقلید یاد می‌گیرد؛ مرتب‌کردن اتاق را مانند بازی به او نشان دهید و او را در این کار همراهی کنید. او نیاز دارد بداند که این کار را از کجا شروع کند و هر وسیله را چطور سر جای خود بگذارد.

بین ۶ تا ۱۱ سالگی، او تمایل دارد خود را مستقل تر نشان دهد و ترجیح می‌دهد اتاقش را به تنهایی مانند یک فرد بزرگسال مرتب کند. این به آن معنا نیست که او می‌داند چطور این کار را انجام دهد و در عین حال، توصیه‌های شما را هم نمی‌پذیرد. این حس استقلال را به تدریج به او بیاموزید. دلایل صحبت‌های خود را برایش توضیح دهید، از تحمیل نظرات خود اجتناب کنید و به جای او وسایلی را مرتب نکنید.

نوجوان در فاصله‌ی سنی ۱۲ تا ۱۸ سال، تمایل دارد اصول و قواعد خانواده را زیر سؤال ببرد. چیدمان اتاقش، هم‌سو با تصورات و تخیلاتش (احساسی، آشفته، رمانتیک و...) است. اگر تا به حال، هر روز تعطیل آن‌جا را مرتب می‌کرده، دلیل نمی‌شود که از این به بعد هم این کار را انجام دهد. او بدون هیچ تردیدی، خود را از قید و

بندهای خانواده راحت می‌کند و تنبلی یا عدم پذیرش این اصل را ابراز می‌نماید. نوجوان شما ترجیحاً مسائل و قواعد تربیتی که شما با تمام وجود به آن‌ها پایبند هستید را زیر پا می‌گذارد.

کودک دیروز، حالا به دنبال شناخت خودش است؛ او نیاز دارد که گاهی در محیطی خصوصی با خود خلوت کند. در واقع، او با شلوغی و به هم ریختگی اتاقش می‌خواهد قلمرو خودش را نشان دهد و با این زبان به پدر و مادر بگوید که «وارد نشوید!» کمی بی‌نظمی طبیعی‌ست؛ نظم و ترتیب شدید - به خصوص با روش‌های سخت‌گیرانه - را به او تحمیل نکنید. هرگز اتاق فرزندان را به‌ویژه زمانی که در خانه نیست، مرتب نکنید. وقتی می‌خواهید وارد شوید، در بنزد و منتظر بمانید تا شما را دعوت کند. با این رفتار، احترام به حریم شخصی و توجه به احساسات و دل‌مشغولی‌هایش را نشان می‌دهید.

اگر قوانین خانواده، مستبدانه و محدودیت‌ها بی‌حد و مرز نباشد، کودک یا نوجوان، آن‌ها را درک کرده و در نتیجه رعایت می‌نماید. باید توجه داشته باشید که اگر همسرتان موضوعی را در محیط منزل قهقن می‌کند، شما اجازه‌ی انجام آن را به فرزندان ندهید. هم‌چنین اگر او را در مورد مسأله‌ای آزاد می‌گذارید، فردا او را به همان دلیل، تنبیه نکنید. این ضدونقیض‌ها موجب آشفتگی فرزند شده و مخالفت او با والدین را تشدید می‌کند.

پافشاری بیش از حد یا عصبانی شدن به دلیل این که او را مطیع کنید، به اقتدار شما صدمه می‌زند. یکی از موارد مهمی که باید به آن توجه داشت، این است که در برابر مسائلی که مهم نیستند، کوتاه بیایید و درباره‌ی موضوعات زودگذر با هم گفت‌وگو کنید. بهتر است راجع به تغییر قوانین نیز فکر کنید اما در عین حال، در مقابل آن‌چه جای سؤال ندارد، محکم باشید. هنگامی که در مورد لزوم نظم و ترتیب اتاقش صحبت می‌کنید، مطمئن باشید که فرزندان معنی و منظور این خواسته‌ی شما را درک می‌کند. او بدون این که بداند چرا، فقط نافرمانی می‌کند.

گاهی نوجوان حرف‌هایی می‌زند که سؤالاتی مانند «آیا او مرا دوست دارد؟» یا «آیا او می‌خواهد مرا اذیت کند؟» به ذهن پدر و مادر خطور می‌کند. در پاسخ باید گفت که مسلماً او نیز شما را دوست دارد؛ پیش از هر چیز، توجه داشته باشید که هدف او از مخالفت، فقط اذیت کردن آنی شماست و به آن‌چه می‌گوید، اعتقادی ندارد و خیلی زود همه چیز را فراموش می‌کند. او هم‌چنین با این کار، شما را تحریک کرده و مقاومت‌تان را در برابر خشم و عصبانیت می‌سنجد. او به دنبال ارتباطی قوی‌ست و می‌خواهد شما را همراه خود کند. نکته‌ی مهم دیگر این که در مورد عشق و علاقه‌اش، کنج‌کاوی نکنید و بدانید تمام این رفتارها، کاملاً طبیعی‌ست.

منبع: [www.Doctissimo.fr](http://www.Doctissimo.fr)

ترجمه و تنظیم: مریم‌سادات کاظمی