

چگونه بچه‌ها را

به نظم و ترتیب عادت دهیم

بچه مرتب و منظمی باشی ولی حالا معلوم می‌شود تغییر نکرده‌ای ..

- ولی مامان باور کن که من خیلی دلم نمی‌خواهد مرتب و منظم باشم ، اما هر بار نمیدانم چه می‌شود ، که بازیک چیزی را فراموش میکنم ، دست خودم نیست تو خودت هم اتفاق افتاده است که کلید در خانه را گم کرده بودی و دنبال آن می‌گشتی ...

مادر هوشنگ از بی‌نظمی پسر خود شکایت داشت و به هر دوست و آشنایی میرسید از بی‌نظمی او شکوه میکرد و میگفت :

- هرچه که میگردد بدتر هم می‌شود و هرچه هم او را سرزنش میکنم فایده‌ای ندارد و اثر نمی‌بخشد. تنها او درسورد تکالیف و دروس خود نیست که فراموشکار است بلکه اسباب‌بازیهای او هم مانند دفترچه و کتاب در گوشه و کنار پراکنده است و باید مرتباً آنها را جمع و جور کنیم

مادر هوشنگ هم درحقیقت مانند کلیه پدران و مادران می‌خواست پسرش منظم و

هوشنگ کوچولو وقتی از مدرسه آمد ، پاکت سر بسته‌ای را به مادر خود داد و گفت : - این را خانم معلم برای شما داده است ، روزی پاکت رسید آنرا بنویسید و بمن بدهید. مادر او پاکت را باز کرد خانم معلم در نامه‌ای خطاب با او نوشته بود :

- «هوشنگ تقریباً همیشه یک چیز خود را فراموش میکنی ، یکروز قلم ، روز دیگر دفتر و روز سوم کتاب خود را نیاورده است و تا بحال دیده نشده است که او مرتب و منظم باشد ، بی‌نظمی او واقعاً سرسام آور است ، موقع دیکته در حالیکه همه بچه‌ها مشغول نوشتن شده‌اند ، او هنوز بدنبال قلم ، خود که گم کرده است میگردد و »

مادر هوشنگ نامه را خواند و با ناراحتی به پسرش گفت :

- که اینطور ؟ خانم معلم از بی‌نظمی و بی‌انضباطی تو شکایت کرده است ، مثل اینست قولی را که بمن داده بودی فراموش کرده‌ای ، تو قول داده بودی که بعد از این ،



برای منظم و مرتب بودن تمرین کند و باید با او آنقدر تمرین کرد که این کار برایش ملکه و عادت ثانوی شود.

نظم و ترتیب باید به کودکانی نظیر هوشنگ و همچنین ما بزرگترها کمک کند که زندگی راحت تر و سهولتری داشته باشیم. کسانی که با انضباط و نظم سروکار نداشته باشند شاید بتوانند در زندگی موفق باشند ولی این موفقیت را آسان بدست نیاورده اند و برای آن دویز ابر اشخاص مرتب و منظم کار و فعالیت کرده اند، آنها برای پیدا کردن یک چیز مدتها وقت صرف کرده اند در حالیکه اگر مرتب می بودند از این وقت صرفه جویی میکردند، آنها برای آنکه سروده حاضر شوند دچار عصبانیت و ناراحتی میشوند و بخود فشار زیادی وارد می آورند که سر وقت کاری را انجام دهند، این فشارها و ناراحتی ها آنها را از نظر جسمی و روانی خسته و فرسوده میکند. حال آنکه اگر کار آنها نظم و ترتیب داشت و ساعات کار خود را طبق برنامه ای تنظیم میکردند هیچگاه

مرتب باشد اما چگونه می توانست پسر خود را منظم کند؟ بدین منظور از یک مشاور خانوادگی و روان شناس استمداد نمود. روان شناس در نخستین مصاحبه و گفتگویی که با آن خانم کرد، متوجه شد که او از اول بچه خود را به نظم و ترتیب عادت نداده است. شاید از این نظر تقصیر متوجه وی بوده است. خوب حالا در این مورد چه می بایستی بکند؟ آیا مادر هوشنگ می بایست خودش هر روز کیف پسرش را به بندد و مرتب کند؟ یا آنکه مرتب او را سرزنش و شماتت نماید و یا آنکه او را وادار کند که دقت بیشتری کند؟ و یا آنکه بالاخره با ملاحظت و مهربانی سعی کند وی را متوجه نماید که این بی نظمی و بی ترتیبی در زندگی آینده و وضع تحصیلی کنونی اش مناسب نیست؟

جواب این سئوالات این است که هوشنگ بدون شک احتیاج به کمک دارد، نظم و ترتیب را باید با او ارائه داد و برایش روشن کرد، باید با او فرصت و امکان داد که بتواند

چگونه بچه‌ها را

دچار این ناراحتی‌ها و فشارهای عصبی نمی‌شدند. ولی باید انصاف داد نه عادت کردن به نظم و ترتیب و مرتب بار آوردن کودکان هم نار آسانی هم نیست. و اگر کودکان با سرعت و آسانی عادت به نظم و ترتیب نکردند، نباید اورا متهم به بی‌استعدادی و بی‌لیاقتی نمود. اصولاً پدر و مادرها قبل از آنکه بخواهند کودکان خود را منظم و مرتب بار آورند، بد نیست که نظری هم به عادات و روش کار خود در منزل بیفکنند. آیا آنها غالباً بدنبال کفش سرپایی خود همه خانه را می‌گردند؟ آیا همیشه دیر سروعده‌گاه خود حاضر نمی‌شوند؟ آیا برای یافتن اشیاء متعلق به خود، همه خانه را زبرو رو کرده و بعد هم افراد خانواده را متهم نمیکنند که با آنها دست زده و این اشیاء را برداشته‌اند؟ اگر اینطور است چگونه می‌توانند توقع داشته باشند که سخنان و پند و اندرزهای آنها در نودک مؤثر شود او را منظم و مرتب کند؟

اما در مورد هوشنگ: پدر و مادر اونباید با وی مانند یک بچه کوچک رفتار کرده و با تهدید و یا خدای نکرده لنگ در صدد برآیند که او را ادب کنند، بلکه این وظیفه را از او بعنوان اینکه برایش شخصیتی قائل هستند بخواهند و بوی بگویند من میخواهم تو در کارهایت مرتب باشی بخاطر اینکه برای تو ارزش قائل هستم و البته اتخاذ این روش هم برای اولیا خیلی ساده نیست و زحمت دارد ولی البته نتیجه‌ای که بلمست میدهد ارزش این زحمت را دارد. و اصولاً بهتر این است که در مورد آموختن این قبیل کودکان از روش مرحله به مرحله استفاده شود.

کودکی که از آغاز استقلال نداشت است یکمرتبه نمی‌تواند نظم و ترتیب را فر گیرد اگر دائماً با او پرخاش کنیم و دستورات



کلی بدهیم که اسباب بازیها ویا کتابهایت را جمع کن و آنها را اینطرف وآنطرف نیانداز ، او متوجه نمی شود که چطور می تواند این اسباب بازیها را جمع کند ومرتب در یکجا بگذارد. بلکه بهتر این است که باو گفته شود: خوب حالا که بازیت تمام شده است این اسباب بازیها را در جعبه ای گذاشته ودر قفسه مخصوص خودت قرار میدهی ، وبعد هم او را هدایت وراهنمایی کنی که چطور اینکار را می تواند انجام دهد و خودتان اسباب بازیهای او را چند بار جمع کنید ودر جای مخصوص آن قرار دهید تا کودک آنرا یاد بگیرد وبتدریج خودش اینکار را انجام دهد ویرایش عادت بشود که همیشه اینکار را بکند.

در این موارد بهتر است که به کودک اجازه داده شود اظهار عقیده کند و اگر پیشنهاد اصلاحی داشت، آنرا ارائه دهد و به پیشنهادات و نظرات او هم باید ترتیب اثر داد ، بدین ترتیب کودک را می توان تشویق کرد که منظم و مرتب باشد ، نکته دیگری را که باید درمید نظر داشت اینست که در مرحله اول از کودک باید خواست که در یک کار خود ، مثلا جمع آوری اسباب بازیهایش مرتب باشد و بعد از آنکه اینکار را فراگرفت او را وادار کرد که کتابها ودفترهایش را هم جمع آوری و منظم کند و بعد بتدریج این اسر را به سایر موارد نیز تعمیم داد.

در جریان این امور باید به کودک فهماند که ترتیب و نظم ، کارها را آسان می کند و منافع زیادی دارد ودر مقابل بی نظمی وقت را تلف می کند و موجب زحمت شخص می شود و اگر کودک باین اسر اعتقاد پیدا کرد و آنوقت خیلی کارها آسان می شود ، بدین منظور می توان وقتی را که کودک برای پیدا کردن دفتر یا کتاب خود که نامنظم آنرا جایی

گذاشته است، صرف می کند، حساب کرد و به او نشان داد که بی نظمی چقدر ناراحت کننده است. درسورد نظم و ترتیب بچه ها نیز مانند سایر موارد هیچوقت نباید متوسل به تهدید و ناسزا شد زیرا نتیجه عکس میدهد ، بلکه بهترین راه توسل به تشویق و ترغیب است. اگر بچه ها در منزل شما اطاق جداگانه ای دارند بهتر است که بآنها استقلال بدهید که درنظم و ترتیب اطاق خودشان اقدام کنند و اگر سن آنها کمتر از دوسال باشد مادران می توانند گاهی سری باطاق آنها زده و توصیه کنند که بهتر است جای کتابها آنجا و جای اسباب بازیها ولوازم اینجا باشد.

درسورد بستن کیف مدرسه و جمع آوری دفترچه و کتاب ، مادران بهتر است در اوایل کار بکودکان خود کمک کنند یعنی بآنها یاد بدهند که با نگاهی به برنامه درسهای خود ، شب پیش از آنکه بخوابند کتابها و دفترچه های را که فردا لازم دارند روی میز بگذارند و بعد این کتابها و دفترچه ها را خوب کنترل کنند که چیزی بجای نمانده باشد و بعد آنها را در کیف بگذارند و در کیف را ببندند ، چند بار که در این مورد بآنها کمک کردند می توانند آنها را در کار خود مستقل بگذارند و از دور مراقبت کنند که آنها اینکار را چگونه انجام میدهند. در اینجا بی مورد نیست این نکته را تذکر دهیم که باید بچه ها را عادت دهید که لوازم التحریر و کتابچه و مداد و خودکار و لوازم دیگر را خودشان خریداری کنند ، یعنی ممکن است یک بودجه هفتگی برای آنها تعیین کنید و یک جا پولی بآنها بدهید که خودشان مسئولیت خرید این وسایل را داشته باشند، حسنی که این کار دارد اینست

چگونه بچه‌ها را

که بچه متوجه ارزش یک دفترچه و یا مداد و خودکار خود می‌شوند و میدانند که آنها را با چقدر پول باید خرید و در نتیجه بدون جهت دفتر و کتاب و مداد خود را از دست نداده و خراب نمی‌کنند و بعلاوه به صرفه‌جویی هم عادت می‌نمایند و این در زندگی بعدی آنها اهمیت زیادی خواهد داشت.

البته برای فراگرفتن این نکات مهم کودک احتیاج به وقت و زمان دارد. در مراحل بعدی کودک را می‌توان عادت داد که برای ساعات روزانه خود وساعتی که شب‌ها در منزل فراغت دارد برنامه منظم و مرتبی تهیه کند ، او باید بداند که چه ساعتی از خواب باید بیدار شود و چه ساعتی بطرف مدرسه حرکت کند و در آنجا در ساعات ورزشی و یا زنگ‌های تفریح چه کند و بالاخره وقتی بمنزل آمد چه ساعتی را صرف انجام تکالیف شبانه و چه ساعتی را صرف بازیها و تفریح کند. تنظیم این برنامه به پیشرفت دروس کودک کمک زیادی می‌نماید. و اگر عادت باینکار کند ، بعدها در زندگی عادی خود هم می‌تواند برای هرکاری برنامه تنظیم کند و کارها را مرتب و منظم انجام دهد. برنامه‌ریزی را باین ترتیب می‌توان بکودکان آموخت که کاغذی را برداشت ، ساعات روز را در آن مشخص کرد ، ساعات درسی و مدرسه که ثابت است ، میماند ساعات بعد از تعطیل مدرسه ، این چند ساعت را می‌توان تقسیم کرد ، یک ساعت یا دو ساعت برای درس خواندن ، یک ساعت یا بیشتر برای بازی و تفریح ، یک ساعت برای کمک در امور خانه ، تمیز کردن اتاق و یا مرتب کردن اشیاء و کودک را وادار کرد که این برنامه را بخاطر داشته باشد و طبق

درخت هلو

پدر با گوشه بیلچه‌اش هسته هلو را پیش نشاند و مرا از بسترگرم خاک خارج سازد و نتیجه مدت‌ها صبر و شکیبائییم را نابود کند.. با این افکار مشغول بودم که متوجه شدم تغییری در چهره و اندام پدر حاصل شد و بیلچه را به آرامی بدستم سپرد و گفت : «دخترم ، تو بجای من خاکهای باغچه را زیر و رو کن و سنگهای سزاحم را بدور بیانداز و کرمهای ریز و درشت را بکش . من حال خوب نیستم و باید به اطاق بروم و استراحت

آن عمل کند. و شب‌ها می‌توان با اتفاق کودک برنامه روز گذشته را مرور کرد و دید که آیا نتیجه حاصل از این برنامه رضایت‌بخش بوده است یا نه و کودک آیا نظر اصلاحی در آن دارد ؟ و در صورت لزوم در این برنامه برای روز بعد تغییراتی داد.

ما باید باین نکته توجه داشته باشیم که در اصل و طبیعت، هیچ بچه‌ای منظم و مرتب یا بی‌انضباط و باصطلاح شلخته نیست ، بلکه نظم و ترتیب اکتسابی است و باید فراگرفته شود.

پدر و مادری می‌توانند بچه منظم و مرتب داشته باشند که در مرحله اول خودشان باین نظم و ترتیب اعتماد داشته باشند و واقعاً بدانند که نظم و ترتیب به غیر از آنکه در وقت انسان صرفه‌جویی و کارها را آسانتر میکند ، یک اعتماد بنفس به شخص می‌بخشد که در سایه آن اعتقاد بنفس هرکاری را بهتر و مطمئن‌تر می‌تواند بانجام برساند. و بدین ترتیب بچه‌هایی که بنظم و ترتیب عادت کنند در سایه اعتماد به نفسی که دارند آهسته خیلی روشنتر و درخشان‌تری می‌توانند داشته باشند.