

پرورش کودکان با تمام پیچیدگی‌ها و مشکلاتش، در دو چیز خلاصه می‌شود: تربیت^۱ (رسیدگی) و کنترل^۲.

کودکان به عشق و محبت و راهنمایی نیازمندند و دو اصل اساسی و زیربنایی فرزندپروری، یعنی تربیت و رسیدگی و کنترل و ایجاد انضباط، از طفولیت تا نوجوانی و پس از آن قابل اجراست. می‌توان این دو اصل کلی را به شکل جزیبی تری به عنوان خطوط راهنمای کلی، صرف‌نظر از سن، در مورد کودکان به کاربرد.

مواردی که جزو اصل تربیت و رسیدگی به کودکان‌اند، عبارت‌اند از:

- تأمین آسایش فیزیکی کودکان

- ابراز عشق و محبت به کودکان

- نشان دادن حمایت، تعریف و تمجید و تحسین کودکان
- احترام گذاشتن به کودکان
- پذیرش تمام و کمال آنان و تلاش برای درک احساساتشان
- و ارزش نهادن به خصوصیات منحصر به فرد آن‌ها.
- مؤلفه‌های نظم و انضباط و کنترل کودکان نیز عبارت‌اند از:
 - داشتن رویکرد و دیدگاهی با ثبات
 - مشارکت هر دو والد در تربیت فرزند
 - تعیین انتظارات مشخص و منطقی از کودکان
 - تدوین محدودیت‌ها با قاطعیت و به روشنی
 - اجرای قاطع و کامل محدودیت‌ها و قوانین وضع شده
 - مجاز شمردن ابراز مخالفت، اختلاف سلیقه و ابراز احساسات کودک

- اجازه کسب استقلال و هویت دادن به کودک در خلال رشد و بستر سازی مناسب در این زمینه .

همه مؤلفه‌هایی که ذکر شد، صرف نظر از سن کودک، معتبر و قابل توجه و اجراست، ولی طبیعتاً در هر مرحله‌ای از رشد،

بدخلفی‌های خردسالان

ترجمه و تألیف:
دکتر اسماعیل بیابان‌گورد
پرتو رضایان

۲۲

پند

شتره ماهانه آموزشی - تربیتی
خرداد ۱۳۸۶
شماره ۳۳۱



دستور العمل‌های ویژه‌ای مورد تأکید قرار می‌گیرد.

شاید والدین به صورت تجربی، برخی از نیازمندی‌های سنی را بدانند، ولی از آن‌جا که پدران و مادران معمولاً زمانی به فکر چاره می‌افتند که دیر شده است، بد نیست جزئیات بیشتری از مراحل رشد و تکامل کودک را بدانند.

درک تجربی ما می‌گوید که خردسالان به رسیدگی، بیشتر از کنترل و نظم و انضباط احتیاج دارند و همچنان که بزرگتر می‌شوند (حدود چهار تا پنج سالگی)، فرایند کنترل و نظم جویی، اهمیت بیشتری پیدا می‌کند؛ ولی درست در همین جا، یکی از حقایق اساسی فرزندپروری، رقم می‌خورد:

والدینی که در برقرارسازی اقتدار و ایجاد سلسله مراتب بی‌چون و چرا و تعیین حدود و مقررات در خانواده موفق‌اند، زمانی که کودکان خیلی کوچک بودند، این کار را انجام داده‌اند و آنان که موفق نیستند، دیر به این فکر افتاده‌اند.

وقتی کودک دو ساله است، می‌داند که والدش هنگام دستور دادن به وی، جدی است یا نه!

باز هم تکنیک گوش دادن واقعی و فعالانه به یک والد کمک می‌کند تا حتی نسبت به کودک خردسالش کنترلی توأم با مهربانی و ملاحظت و در عین حال مؤثر داشته باشد. به جای اتخاذ شیوه‌ای خشک و انعطاف‌ناپذیر، گوش دادن دقیق، حتی به خواست‌های یک کودک دوساله، به کودک و والد می‌فهماند که میان حق کودک نسبت به بیان احساسش و حق تصمیم‌گیری والدین، تفاوتی محسوس وجود دارد.

شاید بیان این مطلب کمی اغراق‌آمیز به نظر بیاید، ولی باور کنید از همان روز نخست که والدین نوزاد تازه متولد شده را از بیمارستان به خانه می‌آورند؛ گوش دادن، به والدین کمک می‌کند تا با نیازهای جسمانی و روحی کودک آشنایی و هماهنگی پیدا کنند و برای رفع این نیازها آمادگی لازم را بیابند. همه‌عناصر و مؤلفه‌های گوش دادن فعال و مؤثر اعم از هماهنگی، تمرکز، پذیرا بودن، عدم نتیجه‌گیری سریع، در نظر گرفتن تمام

نشانه‌های مهم و جلوگیری از تأثیر خلق والدین در روابط با فرزندان، از همان ماه‌های اولیه زندگی نقشی مهم در روابط آینده‌پدر و مادر و فرزندشان و جلوگیری از مجادلات آتی، بازی می‌کند.

گوش دادن به یک نوزاد:

«هماهنگی و همدلی»

از بیمارستان به سمت خانه آمدن، همراه با یک طفل نوزاد و دوست داشتنی، یکی از تجارب بسیار لذت بخش است که چند دقیقه بیشتر طول نمی‌کشد، ولی تأثیر آن تا آخر عمر ادامه می‌یابد.

نوزادان، معجزه‌های خلقت‌اند! شاید خداوند نوزادان را تا این حد دوست داشتنی آفریده تا هر کس دلش بخواهد یکی از آن‌ها را داشته باشد و از او مراقبت کند.

تا به حال نوزادان را در حال خواب دیده‌اید؟ واقعاً همانند فرشتگانی کوچک و معصوم‌اند که به هیچ وجه خستگی و زحمت را نداعی نمی‌کنند.

بخش اعظم وقت والدین در هفته‌های اول تولد نوزاد، صرف تنظیم دوره‌های خواب و خوراک آن‌ها می‌شود. طبیعت به گونه‌ای امور را تنظیم کرده است که آن‌ها مجبورند گوش به زنگ نوزادشان باشند. زمانی که گرسنه‌اند فریاد می‌کشند، وقتی خود را خیس کرده‌اند، ناله می‌کنند و هنگام درد و بیماری، خلق و طرز گریه‌شان باز هم متفاوت است. پدر و مادر (به ویژه مادر)، دائماً در حالت آماده باش به سر می‌برند تا با گوش دادن به نوزاد (در واقع توجه کردن به حالات مختلف او)، نیاز او را، قبل از آن که بیش از حد ناراحت شود یا آسیبی به او برسد، درک کنند. اکثر نیازهای نوزاد در این دوران نیاز به بحث و بررسی ندارد. اگر نوزاد به دلیل گرسنگی یا نیاز به تعویض کهنه گریه کند، تکلیف معلوم است. اما اگر سیر و تمیز، ولی خسته باشد و گریه پر سرو صدایی راه بیندازد و بخواهد که او را در آغوش بگیرد تا آرام شود، چه باید کرد؟ آیا باید او را بغل کنید تا بخوابد یا نباید تسلیم دلتنگی او شوید تا مبادا او را

لوس و اصطلاحاً «بغلی» بار بیاورید؟

چندی پیش به دیدن زوج جوانی رفتم که يك هفته قبل صاحب نوزاد زیبایی شده بودند. پدر و مادر جوان که از داشتن يك آقا کوچولوی نازنین، خوشحال و کمی دستپاچه به نظر می رسیدند، مشکل کوچکی داشتند. آقا کوچولو سیر و تمیز و خسته بود و به نظر والدینش وقت خواب فرا رسیده بود، ولی ظاهراً او این طور فکر نمی کرد. انگار تصور می کرد وقت در آغوش گرفته شدن و گردش در خانه است و به محض این که در گهواره اش قرار می گرفت، با آژیر طبیعی اش، خواستش را بیان می کرد. پدر ترجیح می داد او را در آغوش بگیرد و تسلیم کودک شود، در حالی که مادر می خواست او را در رختخوابش قرار دهد و مطمئن بود که بعد از دو سه دقیقه گریه کردن، می خوابد. بالاخره زوج جوان تصمیم گرفتند امتحان کنند و با يك دقیقه شروع کردند. البته خود آقا کوچولو فکر می کرد محدوده این آزمایش دو ثانیه است. به هر حال نوزاد پس از کمی بی قراری خوابید. توجه داشته باشید که بسیاری از توافقات دو جانبه میان والدین به همین شکل اعمال می شوند. برای مثال، در مورد الگوی خواب این آقا کوچولو، دیدید که چطور يك قانون براساس فرضیاتی که برای والدین جوانش مناسب و مورد توافق بود، وضع شد.

پس، از همان ابتدا، پدر و مادر نه تنها به خود نوزاد و نیازهای او، بلکه به چگونگی تعبیر نیازهای او رسیدگی می کنند. آن چه به این تعبیرات و برداشتها جهت می دهد، می تواند نظریات، هراسها و نگرانیها، اعتقادات، سلیقه و فرهنگ والدین باشد. مادری که دائماً نگران بیمار شدن کودک خویش است و از تب و آنفلوآنزا می ترسد، هر نوع بی تابی و بی حوصلگی کودک را می تواند به حساب شروع بیماری او بگذارد. یا والدی که از لجبازی و پرخاشگری بیزار است، ممکن است اولین برداشت ناخودآگاه او از رفتار کودک، لجبازی و گستاخی وی باشد.

در واقع والدین براساس تعبیری که از رفتارهای کودک دارند، نسبتهایی به او می دهند و سعی می کنند با برداشت

خود و آنچه از وی فهمیده اند، او را درك کنند. حساس، لجباز، خجالتی، مستقل، کنجکاو، ترسو، محتاط، عاقل، کله شق، شجاع و... صفاتی اند که ما به فرزندانمان می دهیم.

وقتی کودک ظرفی را می شکند، والد می تواند نتیجه گیری های گوناگون از اوضاع داشته باشد، این که ظرف از دستهای کوچک کودک افتاده یا این که عمداً آن را شکسته است. این دو تعبیر، دو برداشت و در نتیجه دو واکنش مختلف را سبب می گردد و همین برداشتها باعث مقاومت یا همراهی والدین در مواجهه با فرزندشان می شود.

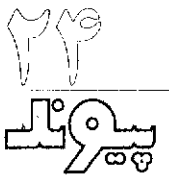
سوء تفاهم، همان چیزی است که در اثر برداشتهای نادرست بین افراد پیش می آید. ارتباط بین والدین و فرزند نیز می تواند به همین سادگی دچار سوء تفاهم و تیرگی شود.

نوزاد یا کودک خردسالی را در نظر بگیرید که برای جلب توجه یا کنجکاوی، گوشواره های مادر را می کشد یا به شدت گریه می کند، ولی مادر این رفتارها را به خشونت و پرخاشگری یا نق زدن بی دلیل تعبیر می کند و به جای پاسخ گویی صحیح و بجا، به او بی اعتنایی می کند و از او رو برمی گرداند.

کودک که نه تنها به نتیجه مطلوب نرسیده، بلکه با رفتاری عجیب نیز روبه رو می شود (که البته نمی دانسد چرا؟)، چون تغییر رویه را نیاموخته، شیوه دیگری هم بلد نیست، با شدت بیشتری رفتارش را از سر می گیرد و در این جاست که دیگر «مجادله» یا «منازعه»، دو طرفه شکل می گیرد.

بنابراین می بینید که ارتباطات و تعامل میان والدین و کودک از همان روزهای نخست می تواند بازتاب خواستها و تمایلات همسو یا متناقض آنها باشد. درك متقابل، باعث تعاملی منطقی است.

جواب به برخی سؤالات، واقعاً بستگی به برداشت والدین از طفل دارد. برای مثال، کودک هجده ماهه ای که مادر را چنگ می زند تا از آغوش او رها شود و بتواند بدود و بازی کند، در حال لجبازی و منازعه و جدال با مادر است یا احساس کنجکاوی و بازیگوشی (که طبیعتاً اقتضای سن اوست)، باعث



چنین رفتاری است؟!

وقتی يك طفل يازده ماهه فنجانش را روی ميز می‌کوبد،
عصبانی است یا از گرسنگی کلافه شده؟ می‌خواهد ارتباط
برقرار کند یا جنگی را شروع کند؟

وقتی نیاز و خواست کودک مبنی بر جلب توجه و محبت
و همکاری اطرافیان (به‌ویژه والدین)، نادیده انگاشته شود یا
بدتر از آن با برخوردی ناجبا و ناهماهنگ مواجه گردد، کودک
می‌آموزد که از روش‌های

پر جارو جنجال‌تری برای
جلب توجه یا برآوردن
نیازهایش استفاده کند.
وقتی این روش، شیوه‌ای
دائمی برای حل مشکلات و
رسیدن به خواست‌ها شود،
کودک به انسانی مجادله‌گر،
پرخاشگر و پرجنجال
تبدیل می‌شود.

عدم درک صحیح مقاصد
کودک و علل رفتارهای او،
اولین قدم اشتباه يك والد
در راه شروع مجادلات غیر

ضروری با او و در واقع آغاز تلاش در کنترل چیزی است که
نیاز به کنترل ندارد.

وقتی نوزادان کوچکتر از آن‌اند که بتوانند صحبت کنند، درک
آن چه حس می‌کنند، ولی قادر به بیان آن نیستند، بر عهده
والدینشان است. لحظه‌ای خود را به جای نوزادی تصور کنید
که چیزی می‌خواهد ولی توانایی گفتن ندارد. اگر چیزی را که
می‌خواهید به چشم ببینید ولی قادر به سخن گفتن راجع به آن
نباشید، آیا واقعاً آرزو نمی‌کنید که کسی مثل مادرتان، بتواند
ذهنتان را بخواند؟

خواندن ذهن کودک با آمادگی و هماهنگی والدین امکان‌پذیر

است. این هماهنگی شاخصه اصلی و فراگیر در ارتباط مؤثر
و متقابل والد و فرزند به شمار آمده، نتایج ژرف و محسوس در
روابط دارد و در واقع زمینه ساز همدردی و تفاهم این‌ای بشر
است.

وقتی طفلی در بازی یا انجام کاری موفق می‌شود و مثل
سرداری فاتح به مادرش می‌نگرد که لبخند می‌زند و او را
تشویق می‌کند، این نوعی هماهنگی است. زمانی که نوزاد

زیباینتان سرش را بالا

می‌گیرد و معصومانه شما را

می‌نگرد و لبخند می‌زند و

آهسته صدا در می‌آورد یا در

وان حمام دست و پا می‌زند و

می‌خندند و شما عاشقانه به او

توجه می‌کنید، این هم نشانه

پذیرش، آمادگی و هماهنگی

شماست. ولی متأسفانه همه

والدین از قابلیت و پذیرش

کافی برخوردار نیستند، چرا

که نگرانی‌ها، احساسات و

مشغولیت‌های خود را دارند

و گاهی آن قدر افسرده یا

گرفتارند که طفل خود را نادیده می‌گیرند. حتی گاهی اوقات

رفتار و واکنش والدین نسبت به کودکانشان، بیشتر فرافکنی

آرزوها و تمایلات نهفته خودشان است تا پاسخ‌گویی معقول به

کسانی که مسئول آن‌ها هستند.

به طور مسلم، هر کودک مناسب‌ترین و مساعدترین سطح

برانگیختگی را دارد، از این‌رو فعالیتی ماورای این سطح، تحریک

و برانگیختگی بیش از حد را باعث می‌شود و فعالیتی زیر این

سطح نیز انگیزش کم و کنسالت‌آور را تولید می‌کند که البته هر

دو حالت، تجاربی ناخوشایند و نامطلوب‌اند.

والدین هشیار، هنر تشخیص سطح برانگیختگی و هیجانی



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

مرکز تحقیقات و پژوهش‌های روانشناختی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

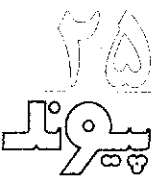
مرکز تحقیقات و پژوهش‌های روانشناختی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

مرکز تحقیقات و پژوهش‌های روانشناختی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

مرکز تحقیقات و پژوهش‌های روانشناختی



غلغلك بدهد و سر به سرتان بگذارد، آیا واقعاً لذت می‌برید؟ یا ترجیح می‌دهید که او نیاز و احساس شما را در این لحظه درك کند و راحتان بگذارد؟ به فكرتان نمی‌رسد او را به گوشه‌ای برت کنید؟ نوزادانی که والدین مسئولیت‌پذیر و مهربان، اما ناهماهنگ دارند نیز می‌توانند احساس تنهایی آزار دهنده‌ای داشته باشند.

قرار گرفتن در معرض احساسات ناجبا و تحمیل تمایلات ناهماهنگ والدین، كودك را متحیر و سردرگم می‌سازد. درك نشدن و جدی گرفته نشدن، به عنوان شخصی که مثل سایرین دارای حقوقی است، حتی در همان ماه‌های اولیه زندگی، موجب احساس ناامنی و تنهایی دركودك می‌شود. تنهایی احساس آزار دهنده و دردآوری است.

ارنست ولف^۲ (روانكاو) می‌گوید: «تنهایی و انزوای روانی، مادر اضطراب است». كودكي که با چنین احساسات تلخی دست به گریبان است، طبعاً برای غلبه بر آن به دفاع از خود می‌پردازد که مجادله یکی از این واکنش‌های دفاعی است.

یادگیری روش صحیح گفت و گو و خلق لحظه‌های شیرین همدلی و هم صحبتی، پیوندی جدید و عمیق میان والد و فرزند ایجاد می‌کند.

همراه با رشد كودك، قابلیت او در استفاده از زبان و بیان مقاصد و احساساتش افزایش می‌یابد و راه درك و فهم آنها توسط والدین نیز هموارتر می‌شود. لیکن زبان مانند شمشیری دولبه عمل می‌کند. یعنی هم‌چنان که به روشن شدن اوضاع كمك می‌کند، امکان پیش کشاندن مجادلات و منازعات را نیز فراهم می‌سازد.

پی‌نوشت‌ها:

- 1- Nurture
- 2- Control
- 3- Ernest Wolf

فهرست منابع

- Nichols, Michael (2004) Stop Arguing With Your Kids. Newyork: The Guilford Press.
- Show, C. And Ferguson, A. (2001) Talking To Children. Cambridge University Press.

كودكشان را نیز دارند. دفعه بعد که بزرگتری را در حال برقراری ارتباط با نوزادی دیدید، به تفاوت میان تناسب واکنش او با سطح هیجانی نوزاد و تحمیل احساس و برداشت او به نوزاد، توجه کنید. عدم تناسب و هماهنگی میان عکس‌العمل والد و نیاز و سطح برانگیختگی نوزاد، در واقع شروع مجادله‌ای بی‌کلام است. نوزاد چیزی را حس می‌کند، آرام و آسوده یا خسته و عصبی، ولی والد متوجه آن نمی‌شود و به جای هماهنگی با نوزاد (گوش دادن)، خواست و احساس خود را تحمیل می‌کند (مجادله). این بار اگر والدی را دیدید که با احساسات کم‌رنگ خود، به نوزادش، با آن چشمان درخشان و دوست داشتنی، بی‌توجهی می‌کند، بدانید که در واقع شاهد آغاز فرایند غم‌انگیزی هستید که در آن والدینی بی‌مسئولیت، شور و شوق فرزندانشان را پزمرده می‌سازند. توجه کنید که رمز موفقیت، درك روحیات و خلق و خوی كودك به طور کلی و در هر لحظه و تا حد امکان هماهنگ با اوست.

این که ما دائماً سعی کنیم خلقی بالا و پرنشاط داشته باشیم و شوق و شور بیش از حد از خود نشان بدهیم، نه تنها همیشه ممکن نیست، بلکه همواره مقبول و دلچسب هم نیست. سر و صدا و شوخی و نشاط، هر چند باعث کاهش افسردگی و ناراحتی می‌شود، ولی ضرورتاً مؤثر و پاسخ‌گو نیست.

عشق به كودك، که همه ما در والدین دیده‌ایم، شامل: لحن پر از مهر، نوازش، کلمات شیرین، تحسین بی حد و حصر و ابراز احساسات بی‌پیرایه است. تا چند ماه اول، بعد از به دنیا آمدن كودك، این ابراز احساسات، تقریباً خود به خود صورت می‌گیرد، چون نوزادان آن‌قدر معصوم و دوست داشتنی و پرنشاط‌اند که شدت واکنش مثبت ما را افزایش می‌دهند. اما نکته جالب این جاست که حتی شور و شوق والدین، زمانی که هماهنگ با خلق كودك نباشد، به اندازه بی‌توجهی، او را آزار می‌دهد. در نظر بگیرید زمانی که خسته و کسل هستید، بی‌حوصله‌اید یا به دلیلی خلقتان تنگ است، کسی شما را

۲۶

پسوند

نشریه ماهانه آموزشی - تربیتی
خرداد ۱۳۸۶
شماره ۳۳۱