

## کودکان خود را بهتر بشناسیم

همان‌طور که آن دسته از والدینی که بیش از یک کودک دارند می‌دانند، هر کودکی با کودک دیگر متفاوت است. هر کودکی با سبک و سیاق رفتاری ویژه خود و شیوه عکس‌العمل مخصوص خود به دنیای پیرامونش، یا به عرصه وجود می‌گذارد. برخی کودکان سست و کاهل و برخی دیگر همچون گلوله‌ای پرتابی‌اند. بعضی ناآرام، پرشور و هیجانی و بعضی دیگر مطیع و آرام‌اند. عده‌ای با تغییر و تحول سازگارند و برخی قدرت سازگاری کمی دارند. گروهی از کودکان به سادگی تسلیم می‌شوند، در حالی که برخی دیگر لجباز و سرسخت‌اند. والدین باید به خوبی فرزند خود را بشناسند.

# نظم و انضباط در کودکان مدرسه رو

دکتر اسماعیل سعدی پور  
قدرت‌الله بیابان گرد

اگر فقط چند نوع کودک وجود داشت، مثلاً شش یا هشت نوع، خیلی عالی بود، چون هر کس کودکش را در گروه یا رده‌ای قرار می‌داد و طبق برنامه‌ها او رفتار می‌کرد، ولسی واقعیت این است که هر کودکی واقعاً منحصر به فرد است. در واقع تمام رمز موفقیت گوش دادن مؤثر و دقیق به کودک آشنا شدن با همین موجود استثنایی و درک دیدگاه متمایز وی و احترام به اوست. مهم‌ترین وظیفه ما به عنوان پدر یا مادر این است که فرزندان را حمایت و هدایت کنیم تا خود را بیابد تا آن چه هست، بشود؛ نه این که او را مطابق آن چه می‌اندیشیم و انتظار داریم باشد، قالب‌ریزی کنیم.

یکی از دلایلی که باعث می‌شود والدین نسبت به درک خصایص منحصر به فرد کودکانشان کند عمل کنند، این است

صورتی «مثبت» یا «خنثی» ارزیابی یا بازسازی کنید؟

### ۱- توصیف سرشت و خلق و خوی کودکان

الکساندر توماس و استلاچس (۱۹۷۷)، طی مطالعه‌ای در مورد صدو سی و سه کودک به همراه والدینشان (که از سال ۱۹۵۶ شروع شد)، سه دسته خصوصیات قابل مشاهده و ثابت را در سرتاسر دوران کودکی تا بزرگسالی، توصیف کرده‌اند که عبارت‌اند از: «به راحتی کنترل شونده»، «به سختی کنترل شونده» و «دیرجوش در روابط اجتماعی».

توجه کنید که توماس و چس از دیدگاه والدین به این نتیجه رسیده‌اند، نه از دیدگاه اشخاص بیرون از محدوده خانواده. یعنی این دو، ابعاد یا ویژگی‌هایی را در پژوهش خود ملاک قرار دادند که از نظر والدین مهم‌اند. این در حالی است که محققان دیگر از زاویه دید مشاهده‌گران بیرون از محیط خانه به بررسی صفات و خصایص کودکان پرداخته‌اند و به این ترتیب تفاوت‌های ذاتی کودکان را تحت دو عنوان کلی دسته‌بندی کرده‌اند: «بازداری و ممانعت تحت مراقبت»، در برابر «کنجکاو و جسورانه». یعنی طبق این دیدگاه تفاوت‌های خصیصه‌ای کودکان ناشی از دو حالت بیش‌تر نیست. کودکان یا مطیع و سر به راه و ملایم‌اند، یا جسور و آزاد و بسیار پرنرزی‌اند و کم‌تر احتیاط به خرج می‌دهند.

روان‌شناسان معروف، حدود شانزده تیپ شخصیتی (برگرفته از مطالعات یونگ) شناسایی کرده‌اند. برخی والدین ممکن است از این تیپ‌شناسی‌ها برای شناسایی خصایص فردی کودکان استفاده کنند و راهی برای درک بهتر او بیابند.

### روش‌های کاهش مجادلات

از جمله روش‌هایی که پدر و مادرها می‌توانند برای کاهش مجادلات مورد توجه قرار دهند، عبارت‌اند از:

#### سازگاری

برخی از کودکان مایل‌اند بدانند که چه اتفاقی قرار است بیفتد و اگر ناگهان از آن‌ها بخواهید کاری انجام بدهند، مقاومت نشان می‌دهند و ممکن است به شدت درگیر بحث و مجادله با آن‌ها شوید. در مقابل، کودکان دیگری هستند که قدرت سازگاری و همرنگی بیش‌تری با شرایط متغیر دارند. اگر کودکی دارید که قدرت سازگاری کمی دارد، می‌توانید با آگاهی دادن به او و آماده‌سازی وی تا سر حد امکان از بروز برخی تشنجات جلوگیری کنید.

که ما اغلب توقع داریم کودکانمان دنباله‌روی خودمان باشند. پدر و مادری که اجتماعی و صمیمی‌اند، همین انتظار را از فرزندشان دارند. والدین سحرخیز و منضبط، شاید نسبت به کودکی که صبح‌ها به سختی و دیر بیدار می‌شود، کم تحمل باشند. زمانی که کودک با خلق و خو و سلیقه‌ای متفاوت نسبت به والدین خود بار می‌آید، پدر و مادر او ممکن است این تفاوت‌ها را به حساب نافرمانی یا لجاجت وی بگذارند. درک کامل کودک و خصوصیات و صفات او از پیش‌داوری و غرض‌ورزی راجع به او ممانعت به عمل می‌آورد. برخی کودکان در انجام کارهایشان کند عمل می‌کنند یا در حین انجام تکالیف مدرسه به زنگ تفریح بیش‌تری نیاز دارند، هیچ کدام این‌ها لج‌بازی نیست.

وقتی از کودک می‌خواهیم تا به گونه‌ای مغایر با سرشت خویش رفتار کند، درست مثل این است که از کسی بخواهیم با دست مخالفش بنویسد و امضا کند.

گاهی والدین بر سر ماهیت کار، مشکلی با هم ندارند، بلکه مشکل، نحوه انجام کار است. این که ما اساساً با انجام کاری مخالف باشیم یا این که با چگونگی انجام آن، دو موضوع کاملاً متفاوت‌اند که باید روشن شوند. موضوع این است که هر کس روش خوبی دارد. بعضی بچه‌ها به سرعت و دقت اتاقشان را تمیز می‌کنند، ولی برخی از کودکان به کندی کار نظافت را انجام می‌دهند، تازه در حین جمع‌آوری با هر وسیله یا اسباب‌بازی‌یی که در اتاقشان پیدا می‌کنند، مدتی هم‌بازی می‌کنند و وقت بیش‌تری هدر می‌دهند. کودکانی وجود دارند که در انجام تکالیف مدرسه یا هر تکلیف و وظیفه دیگر، خودکار و دقیق و سریع‌اند و نیازی به یادآوری یا تذکر ندارند، در عوض کودکانی هم هستند که تمرکز کم‌تری دارند یا حتی نیاز دارند در حین انجام تکالیف مدرسه چند بار از اتاق خارج شوند و کنار اعضای خانواده‌شان باشند.

مجادله و مناظره می‌تواند تجربه‌ای مفید محسوب شود، چون پس از پایان کشمکش می‌توان از خود پرسید که واقعا دعوا بر سر چه بود؟ به خاطر ماهیت عملی که مورد مخالفت قرار گرفت یا به خاطر نحوه انجام عمل؟ اغلب اوقات می‌توان کودکان را آزاد گذاشت تا کارها را به دست خودشان انجام دهند. برای این که از بحث نتیجه‌ای بگیریم، سه توصیه مفید به شما می‌کنیم، تمرین کنید:

۱- سرشت و صفات و خلق و خوی کودکان را توصیف کنید.

۲- خصایص خلق و خوی خود را توصیف کنید.

۳- ببینید آیا می‌توانید خصوصیات «منفی» کودکان را به



درون‌گرا و حساس‌اند.

اگر چنین کودکی دارید و باید نکته‌ای را به او گوشزد کنید یا درصدد اصلاح عادت یا خصیصه‌ای در او هستید، نباید تند و تیز با وی صحبت کنید یا در حضور دیگران او را شرم‌منده سازید. باید نیازش را به احترام و درک شدن پذیرفت. همیشه با او در خلوت و با ملایمت صحبت کنید. با کودکان برون‌گرا و اجتماعی‌تر می‌توان واضح‌تر صحبت کرد، ولی در مورد کودکی که از نظر عاطفی حساس‌تر است، باید جانب احتیاط را رعایت کنید.

### سطح انرژی

کودکان از نظر سطح و میزان انرژی نیز با هم متفاوت‌اند. برخی کودکان انرژی فوق‌العاده‌ای دارند، به طوری که والدینشان را خسته و کلافه می‌کنند، دائماً در حال تحرک‌اند، کم‌تر می‌خوابند و با انرژی زیاد کار می‌کنند، حرف می‌زنند، راه می‌روند و...

این در حالی است که برخی از بچه‌ها سطح انرژی پایین‌تری دارند، به سختی از رخت‌خواب جدا می‌شوند، کم‌تحرک‌اند، آرام‌تر و بی‌سر و صداترند، از انجام کارها و تکالیف زودتر خسته می‌شوند و نشاط کم‌تری دارند.

با کودکان پرتحرک و فعال، کم‌تر مجادله کنید، راه‌هایی بیابید تا به تخلیه انرژی آن‌ها کمک کنید، امکاناتی فراهم کنید تا بتوانند فعالیت‌های پرتحرک، مثل ورزش‌های مختلف داشته باشند. هنگام انجام کارهایی که به آن‌ها محول می‌کنید یا هنگام انجام تکالیف مدرسه، به آن‌ها وقفه‌های کوتاهی بدهید تا انرژی انباشته خود را تخلیه کنند.

کودکان کم‌تحرک هم نیاز به این وقفه‌ها دارند، اما نه برای تخلیه انرژی، بلکه برای استراحت و کسب انرژی. به دلیل عملکرد گذشته‌شان، آنان را سرزنش نکنید و به آن‌ها فرصت کافی برای انجام کارها بدهید.

### درون‌گرایی، برون‌گرایی

درون‌گراها، ساکت و جدی‌اند، انگار همیشه راجع به چیزی فکر می‌کنند. عاشق مطالعه‌اند، خیلی زود از فعالیت‌های اجتماعی، مکان‌های شلوغ و سر و صدای زیاد، خسته می‌شوند و از تنهایی و رسیدگی به امور شخصی و تفکرات شخصی خویش بیش‌تر لذت می‌برند.

هرگز با آن‌ها مبارزه نکنید، درون‌گراها از مردم منتفر یا مردم گریز نیستند، بلکه نسبت به افراد برون‌گرا، انتخاب‌گرتند. کم‌تر راجع به احساسات خود صحبت می‌کنند، مگر این‌که از آن‌ها

### وابسته، مستقل

شخصیت‌های مستقل یا وابسته، هر کدام دارای نقاط مثبت و منفی‌اند. کودکان مستقل به خود متکی‌اند، ولی بیش‌تر تمایل دارند دنباله‌روی علائق خود باشند تا این که برای اهداف مشترک خانوادگی وقت صرف کنند. در واقع میل به همکاری در آن‌ها ضعیف است.

کودکان وابسته، معمولاً بدون مشورت با والدین و در جریان قرار دادن آن‌ها کاری نمی‌کنند. آنان از ترک شدن و تنها ماندن می‌هراسند. البته شاید «جمع‌گرا» در این مورد صفت برانزده‌تری برای آن‌ها باشد. در حالی که کودکان مستقل از محصور شدن و وابستگی واهمه دارند. اجتناب از جدل و بحث با هر کدام از این نوع کودکان راه جداگانه‌ای دارد.

کودکان مستقل را باید تا جایی که امکان دارد در نحوه اجرای اعمال آزاد گذاشت و بر عکس در مورد کودکان وابسته باید نیاز آن‌ها را به پذیرش جمعی در خانواده و توجه دائمی و هدایت کلی پذیرفت. در این صورت فراوانی مجادلات مطمئناً کاهش می‌یابد.

### حساسیت عاطفی

اغلب بچه‌ها وقتی آسیب می‌بینند، گریه می‌کنند، اما برخی از کودکان زمانی بیش‌تر گریه می‌کنند و هیجان زده می‌شوند که عواطف و احساسشان خدشه‌دار شود. برای مثال، در برابر انتقاد، عکس‌عملی شدید نشان می‌دهند، آنان به احتمال زیاد افرادی

خواسته شود. آن‌ها روابط اجتماعی تک تک با افراد برگزیده خود را ترجیح می‌دهند.

برون‌گرایان، برعکس از فعالیت‌های جمعی و پرسر و صدا انرژی می‌گیرند، سروربان‌دار و پُر جنب و جوش‌اند. از به دست‌گیری کنترل اوضاع لذت می‌برند. امر و نهی می‌کنند، به‌خصوص وقتی کوچک‌ترند، نیاز به جلب توجه دارند، حتی تکالیف خود را در اتاق نشیمن در جمع خانواده بهتر انجام می‌دهند تا در اتاق خودشان. با کودکان نجنگید، او را بشناسید و نیازهای او را دریابید و هرگز او را به خاطر آن چه هست، ملامت نکنید.

### خوش‌بینی، بدبینی

بعضی بچه‌ها، همیشه امیدوارند و به سرانجام خوبی برای تمام امور معتقدند، بنابراین با شوق و اشتیاق کاری را انجام می‌دهند. برعکس بچه‌هایی هم هستند که تمایل چندانی به رسیدگی به امور ندارند. چون از نتیجه آن مطمئن نیستند، انگار همیشه دغدغه‌هایی دارند، نگرانی‌ها و دلواپسی‌هایی که ذهنشان را به خود مشغول کرده است.

کودکان خوش‌بین بی‌پروا ترند و نسبت به احتمالات منفی یا ضریب خطر توجه کم‌تری دارند و زودتر اعتماد می‌کنند، در حالی که کودکان بدبین محتاط‌ترند و جوانب منفی و مسدودکننده را بزرگ‌تر می‌بینند، آن‌ها حساس‌ترند. کودکان ما چه خوش‌بین باشند و چه بدبین، درست مثل خود ما، از این که به شخصیت‌شان توهین شود، بیزارند. کودکان منفی‌گرا را به انجام کارها تشویق کنید و به دغدغه‌هایشان گوش بدهید. آن‌ها نیاز به هدایت و آرامش دارند. کودکان خوش‌بین را هم به خوش‌خیالی و سر به‌هوایی متهم نکنید، احتیاط را به آن‌ها بیاموزید و دل‌سردشان نکنید.

### پشتکار و استقامت

کودکان سخت‌کوش و مقاوم، وقتی ضرورت انجام کاری را احساس می‌کنند، حتی اگر شرایط سختی وجود داشته باشد، دست از هدف بر نمی‌دارند. آن‌ها مسئول و مصمم‌اند. پشتکار و استقامت، معمولاً با استقلال و خودمختاری همراه است. آن‌ها اراده‌ای قوی و تصمیمی قاطع دارند و مسئولیت‌پذیرند.

کودکان وابسته منتظرند تا دیگری مسئولیت آن‌ها را بپذیرد. در انجام کارها ضعیف عمل می‌کنند و قدرت تصمیم‌گیری خوبی ندارند. کودکان مستقل را می‌توان با دادن مسئولیت و جلب اعتمادشان، پرورش داد. ولی باید کودکان وابسته را تقویت کرد و راهی برای تقویت انگیزه و عزم آنان یافت. کودکان وابسته نیاز به

تشویق بیش‌تری دارند.

### سرعت عمل

عده‌ای از بچه‌ها شخصیتی فرز و چابک دارند و عده‌ای دیگر به کندی و بدون تعجیل عمل می‌کنند. به‌طور معمول، کودکان فرز و زرنگ برای انجام هر کاری، کم‌تر نیاز به تذکر و یادآوری و کنترل دارند. بنابراین، دردسر کم‌تری هم برای والدین تولید می‌کنند. ولی کودکان کندکار و خون‌سرد، این‌طور نیستند. آن‌ها به زمان بیش‌تری برای انجام هر کاری نیاز دارند، به‌خصوص برای آمادگی شروع یک کار زمان بیش‌تری می‌خواهند، در ضمن باید آنان را دوراورد هدایت و کنترل کرد و تذکرات لازم را به آن‌ها داد. برای مثال، وقتی می‌خواهیم از خانه خارج شویم، وقت بیش‌تری برای حاضر شدن و لباس پوشیدن یک بچه کُند در نظر می‌گیریم تا از مجادلات احتمالی ممانعت کنیم.

آن‌چه مختصراً به عنوان خصایص اخلاقی و صفات ذاتی کودکان بر شمردیم، کامل نیست و مطمئناً شما می‌توانید موارد دیگری به این لیست اضافه کنید. قصد ما هم ارائه فهرستی کامل از این ویژگی‌ها نبود، فقط خواستیم توجه شما را به برخی تفاوت‌های فردی مهم و نحوه برخورد و رفتار مناسبی که می‌توانید برای سازگاری با این تفاوت‌ها و اجتناب از بحث و درگیری با فرزندتان داشته باشید، جلب کنیم.

البته شما برای درک و شناخت شخصیت کودکان به راهنما یا کتابی خاص نیاز ندارید، فقط کافی است او را دوست بدانید و به او توجه کنید، حرف‌ها و خواست‌هایش را بشنوید و بفهمید. مطابق با طبیعت و خلق و خوی کودکان با او رفتار کنید، نه بر خلاف آن.



## ۲- توصیف سرشت و خلق و خوی خود

تا به حال به این مطلب فکر کرده‌اید که ویژگی‌های شخصیتی خود شما چیست؟ دوست دارید کارها را از پیش برنامه‌ریزی کنید تا غافل نشوید؟ یا این که کاملاً بدون برنامه و آمادگی عمل می‌کنید؟ آیا فردی مستقل‌اید و از دیگران هم چنین انتظاری دارید؟ آیا در خانواده‌ای بزرگ شده‌اید که به شدت تحت کنترل بوده‌اید؟ یا خانواده‌ای که مسئولیت را به دوش خود کودکان واگذار می‌کرد؟

اگر بیش‌تر از یک فرزند داشته باشید، شاید به این نتیجه برسید که شخصیت شما به یکی از آن‌ها شباهت زیادی دارد، ولی با شخصیت فرزند دیگر بسیار متفاوت است. به راستی در چه زمینه‌هایی با کودکان توافق دارید و احساس نزدیکی می‌کنید؟ در چه مواردی با هم تناسب و توافق ندارید؟ آیا واقعاً برخی از اختلافاتتان به خاطر این نیست که دائماً می‌خواهید اوضاع تحت کنترل و مطابق میل شما باشد؟ یا به این دلیل که برخی اختلافات میان خود و فرزندان را نادیده می‌گیرید؟ شاید واقعاً برخی کشمکش‌ها به دلیل لج‌بازی، خودخواهی و کله شقی‌ها و بی‌توجهی‌های فرزندان نباشد، ممکن است به دلیل ویژگی‌هایی باشد که شما آن‌ها را در نظر نگرفته‌اید. اکثر کودکان طالب آرامش و همکاری با خانواده‌اند، ولی می‌خواهند با شیوه خود این کار را انجام دهند.

شناخت خلق و خو و صفات شخصیتی خود و فرزندان به شما کمک خواهد کرد تا بسیاری از مجادلاتتان را ناشی از اشتباهات و نافرمانی او ندانید، بلکه آن‌ها را به این واقعیت نسبت دهید که میان او و شما تفاوت‌های سرشتی و ذاتی وجود دارد، حقیقتی که باید آن را بپذیرفت.

## ۳- بازسازی شاخصه‌های «منفی» کودکان در قالب شاخصه‌های «مثبت» یا «خنتی»

اگر شما دید منفی نسبت به فرزند خود داشته باشید و تمام آن‌چه را از او می‌بینید به لجاجت و سرسختی تعبیر کنید، کودک نیز به تدریج خود را همان‌گونه خواهد دید و واقعاً لجاجت ایجاد می‌شود. سلام نکردن یا عدم رعایت تمام اصول آداب معاشرت و رسوم اجتماعی از طرف فرزندان را به حساب بی‌ادبی و گستاخی یا لج‌بازی او نگذارید، فکر کنید که او کمی خجالتی است یا آداب را خوب نیاموخته و نیاز به فرصت و تمرین بیش‌تری دارد. سرسختی او را در قبول یا رد مطلبی به حساب نافرمانی و لج‌بازی نگذارید، این‌طور تعبیر کنید که او کودک سرسختی است

و باید کاملاً مجاب شود. اگر کمی به این شکل تمرین کنید، می‌بینید که این طرز تلقی شما چگونه باعث بهبود روابط بین شما و فرزندان می‌شود.

هر کس ویژگی‌هایی دارد که می‌تواند مثبت یا منفی ارزیابی شود، این به نگاه افراد بستگی دارد. یکی از پزشکان حاذق و بسیار معروف امروز، در تمام دوران کودکی بسیار آرام و کند عمل می‌کرد، و برای انجام هر کاری تقریباً همه را دیوانه می‌کرد، ولی با همین صفت بزرگ شد، رشد کرد و به انسانی موفق تبدیل شد. خون سردی جز تفکیک‌ناپذیر شخصیت اوست.

در این جا شاید این سؤال برای شما پیش بیاید که آیا باید کودک را واقعاً همان‌طور که هست بپذیرفت؟ اگر کودک ما خصوصیات واقعاً ناپسندی داشته باشد، تکلیف چیست؟ باز هم باید او را به حال خود وا گذاشت؟

منظور ما این نیست، توجه کنید، موفقیت در ایجاد روابط صحیح و مناسب با کودکان، از طریق شناخت و پذیرش شخصیت او، به معنای سپردن زمام امور به دست او و رها کردن وی به حال خود نیست، بلکه به این معنی است که بپذیرید کودک شما هم مثل تمام آدم‌های دیگر، شخصیتی منحصر به فرد داشته، بر طبق آن، سبک و سیاقی خاص برای انجام کارها دارد. سبک و شیوه‌ای که در عین حال، قابل تغییر و اصلاح است. یادگیری پذیرش و عمل مطابق خلق و خوی کودک، نه مطابق میل خود، به شما کمک می‌کند که از منازعات بی‌حاصل و کشمکش‌های ناراحت‌کننده بپرهیزید.

مرکز و هسته اصلی عزت نفس، خودباوری است و ریشه این خودباوری در پذیرش و قبول والدین نهفته است.

این فقط عشق نیست که کودکان از والدین خود می‌طلبند و به آن نیاز دارند، بلکه درک و فهمشان توسط والدین نیز نیازی برای آنان محسوب می‌شود. کودکانی که با رفع این نیاز بزرگ می‌شوند، چنین باورهایی از خود دارند:

«من اساساً خوب و قابل قبولم.»

«من والدینم را دوست دارم، چون آن‌ها مرا همان‌گونه که هستم، قبول دارند.»

ادامه دارد

پی‌نوشت:

1- THOMAS, A. & CHESS S.