

با بچه‌های خراب‌کار چه باید کرد؟

درست وقتی خسته از تمیز کردن خانه، یک فنجان چای می‌ریزید و روی میبل می‌نشینید، صدایی از توی آشپزخانه می‌آید و خستگی را در تنتان ماندگار می‌کند.



همشهری تندرستی: درست وقتی خسته از تمیز کردن خانه، یک فنجان چای می‌ریزید و روی میبل می‌نشینید، صدایی از توی آشپزخانه می‌آید و خستگی را در تنتان ماندگار می‌کند.

این بار کنجکاوای کودکی که نمی‌داند چطور بندبند تنتان بعد از ساعت‌ها تمیز کردن خانه درد می‌کند، به شکستن ظرف گران‌قیمت و محبوبتان منجر شده و دیگر توانی برای عمل کردن به توصیه روان‌شناسانی که می‌گویند باید بی‌هیچ قید و شرطی به فرزندان محبت کنید، برایتان باقی نمانده است.

شاید در این لحظه، مهر خرابکار، لجاجت و بی‌ملاحظه را روی کودکی که حتی نمی‌تواند دلیل عصبانیتان را درک کند بچسبانید، اما اگر یک لیوان آب‌خنک بنوشید و کمی از این حال فاصله بگیرید، می‌فهمید که تنبیه‌هایی که برای سربراه کردن فرزند کنجکاوتان امتحان می‌کنید، به‌جای حل کردن مسئله، تنها دردسری تازه را به مشکلاتتان اضافه می‌کنند.

نمی‌داند از چه عصبانی هستید

مادری که ساعت‌ها برای تمیز کردن خانه وقت گذاشته، طبیعی است که با شکستن کاسه‌ای که کودکش آن را به زمین پرتاب کرده، خشمگین شود؛ این مادر ممکن است برچسب شیطنت یا لجاجت را بر رفتار کودکش بچسباند. روی دیگر این سکه کودکی است که بی‌خبر از همه‌جا باخشم مادر مواجه می‌شود و نمی‌داند به خاطر چه چیز تنبیه می‌شود. کودک تنها در پی کشف محیط و استفاده از حواسش بوده و گرچه خشم مادر را درک می‌کند، اما نمی‌تواند دلیلی منطقی برای آن پیدا کند. تا قبل از سه‌سالگی، رفتارهای بچه‌ها حتی اگر به خرابکاری منجر شوند، حاصل لجاجت و تلاش برای آسیب زدن به افراد و وسایل نیستند و به همین دلیل است که بچه‌ها، وقتی کاملاً از سر تصادف به کسی یا چیزی آسیب می‌زنند، انتظار ندارند کسی تنبیه‌شان کند.

واقعیت این است که بچه‌ها تا سه‌سالگی، مشغول واریسی محیط اطرافشان هستند و با کنجکاوای همه‌جا را کندوکاو می‌کنند. قصد بچه‌ها از بر هم زدن نظم خانه لجاجت و خرابکاری نیست، بلکه تنها در پی کسب اطلاعات تازه و تطبیق دادن و افزودن آن اطلاعات به طرح‌واره‌های قبلی ذهنشان هستند. جملاتی مثل خرابکاری، لجاجت و مقاومت را به‌هیچ‌وجه نمی‌توان معرف این رفتارهای بچه‌ها دانست.

کوپن‌هایتان را نسوزانید

«نه» گفتن مداوم به بچه، مقاومت او را بیشتر می‌کند و نباید از یاد ببرید که شما در طول روز تنها چند کوپن «نه» در اختیار دارید و نباید بیش‌ازاندازه از این واژه استفاده کنید. اگر شما کودکی کنجکاو دارید که مدام سراغ ظرف‌های شکستنی‌تان می‌رود، به‌جای نه گفتن به او و سرزنش کردنش، راهی برای منحرف کردن توجهش پیدا کنید. شما می‌توانید قبل از رسیدن او به کابینت، یک توپ جلوی پایش بیندازید تا سرگرم بازی کردن با آن شود، می‌توانید مسیر ورودش به مناطق ممنوعه را مسدود کنید یا وقتی دوان‌دوان به سمت ظرف‌های توی ماشین ظرف‌شویی می‌رود، با خنده دنبالش کنید، در آغوشش بگیرید و با بازی کردن-نه با اخم و تهدید- او را از انجام کاری که قصدش را داشته منصرف کنید.

صورت مسئله را پاک کنید

به‌جای اینکه به فکر تنبیه کودکتان بعد از انجام رفتارش باشید، راهی برای منصرف کردنش از انجام رفتار منفی پیدا کنید. حتی اگر بارها به کودک زیر سه سالتان بگویید حق ندارد به کتاب‌های شما دست بزند، نمی‌توانید مطمئن باشید که هیچ‌وقت سراغ کتاب‌های شما نمی‌رود.

گفتن و بیان مستقیم، کنجکاوای کودکتان را بیشتر کرده و میل او به تکرار رفتار را هم بیشتر می‌کند. درواقع هرچه برخورد شما با اشتباهات فرزند زیر سه سالتان مستقیم‌تر باشد، نافرمانی‌های او هم بیشتر می‌شود.

وقت آموزش است

وقتی کودکان سه سالگی را پشت سر می‌گذارد، تاثیر آموزش‌هایتان بیشتر می‌شود. بعد از این سن، شما می‌توانید به جای پرت کردن حواس کودکان، او را با رفتار درست و نادرست و پیامدهای اعمالش آشنا کنید؛ اما در این دوره هم نباید فراموش کنید که تأثیر آموزش غیرمستقیم به مراتب بیشتر از آموزش مستقیم است. شاید اگر صدها بار به کودکان بگویید قبل از آمدن به اتاق شما در بزند، باز هم شاهد سرزده آمدنش به اتاقتان باشید؛ اما اگر سراغ آموزش غیرمستقیم بروید، خیلی زودتر به هدفتان می‌رسید.

اگر شما و همسران هر بار که به سمت اتاق کودکان می‌روید، قبل از ورود چند ضربه روی در بکوبید و از او برای رفتن به اتاقش اجازه بگیرید، بعد از شش ماه تکرار کردن این رفتار شاهد درونی شدن این رفتار در کودکان می‌شوید. به خاطر داشته باشید کودک شما مرزهای درست و نادرست را نه با کمک جملاتی که به زبان می‌آورید، بلکه در جریان مشاهده رفتارهای شما می‌شناسد.

مرزها را مشخص کنید

وقتی کودکان وارد مدرسه و اجتماع می‌شود، خیلی چیزها تغییر می‌کند؛ دیگر تنها شما نیستید که دایره واژگان کودکان را گسترش می‌دهید یا به او رفتارهای تازه را می‌آموزید.

طبیعی است که بچه‌ها وقتی وارد اجتماع می‌شوند فحش، دعوا، بدجنسی و رفتارهای منفی را ببینند و حتی یاد بگیرند؛ اما آموختن این رفتارهای منفی، به معنای صدور مجوز برای استفاده کردن از آن‌ها نیست؛ بلکه ممکن است تنها به عنوان ابزاری برای دفاع از خود مورد استفاده قرار بگیرد و وقتی فرد در روابط اجتماعی با آن‌ها مواجه می‌شود، با درست شناختن و ارزیابی کردنشان، بتواند واکنش مناسب را نشان دهد.

درواقع ما جلوی اتفاق‌های منفی را که در جامعه در جریان است، نمی‌توانیم بگیریم و نمی‌توانیم انکارشان کنیم؛ اما با مرزهایی که در روابط اجتماعی و خانوادگی مان تعریف می‌کنیم، اجازه ورود آن اتفاقات را به هر موقعیتی هم نمی‌دهیم.

وقتی با چنین موقعیتی روبه‌رو می‌شوید احساس می‌کنید آموخته‌های تازه فرزندتان با چارچوب‌هایی که تعریف کرده‌اید مغایرت دارند، به جای تنبیه کردن کودکان یا شریک شدن با او در بازی «من بدم، تنبیه‌ام کن»، کافی است صورتتان را برگردانید، بحث را عوض کنید یا محیط را ترک کنید؛ اما به خاطر داشته باشید که این تنبیه خاموش نباید در دیگر لحظات وقت‌گذرانی با کودکان ریشه بدواند و حتی اگر پنج دقیقه بعد فرزندتان سراغ شما آمد و خواست در مورد موضوع دیگری گفت‌وگو کند، باید با آغوش باز پذیرایش باشید.

نباید چشم‌هایش را ببندید

شما نمی‌توانید فرزند چشم و گوش بسته‌ای را که نه فحش بلد است و نه رفتار بدی را انجام می‌دهد، تربیت کنید، اما می‌توانید به او یاد دهید که قرار نیست همه دانسته‌هایش را در مقابل شما به نمایش بگذارد.

باید بدانید وقتی فرزندتان در مدرسه حرف نامناسبی را از دوستانش شنیده یا شعر ناپسندی را یاد گرفته، نمی‌توانید ذهنش را از آن جملات پاک کنید، اما می‌توانید با رفتار و واکنش درست به او یاد دهید که چنین عباراتی را هرجایی به زبان نیاورد و البته در برابر شما که والدینش هستید هم آن‌ها را مطرح نکند. از یاد نبرید که دوستی با کودکان به معنی شریک شدن در چنین شادی‌های کودکانه‌ای که گاهی مرزهای خوب و بدی را که تعریف کرده‌اید، رد می‌کنند نیست.

مراقب واژه‌ها باشید

حتی اگر فرزندتان بیش از کودکان اطرافش جنب و جوش و کنجکاوای داشته باشد، نباید برچسب بیش‌فعالی را روی او بچسبانید.

بیش‌فعالی که با کمبود توجه و تمرکز همراه است، یک اختلال در کودکان است و هیچ بچه‌ای را صرفاً به خاطر کنجکاوای و پرتحرک بودنش نمی‌توان به این اختلال مبتلا دانست.

یادتان نرود که کودک شما به اقتضای سنش به دنبال کشف محیط اطرافش است و نه قصد آزار شما را دارد و نه می‌خواهد به دیگران صدمه بزند؛ پس اشتباهات سهوی را که در مسیر کنجکاوای انجام می‌دهد، پای شیطنتش نگذارید.