



کی به کودک حق انتخاب بدهید و کی باید پای حرف خود بمانید؟

«من فقط وقتی اتاقم را مرتب می‌کنم که نیلا بیاید اینجا» و یا «من بروکلی را فقط وقتی می‌خورم که به من بستنی بدهید»: صدها نمونه از این معامله‌ها با کودکان وجود دارد. حتی خود شما نیز از این روش استفاده می‌کنید. اما وقتی فرزندتان اینطور با شما معامله می‌کند خیال می‌کنید با یک وکیل خبره کوچک روبه‌رو هستید.

«من فقط وقتی اتاقم را مرتب می‌کنم که نیلا بیاید اینجا»؛ و یا «من بروکلی را فقط وقتی می‌خورم که به من بستنی بدهید»؛ صدها نمونه از این معامله‌ها با کودکان وجود دارد. حتی خود شما نیز از این روش استفاده می‌کنید. اما وقتی فرزندتان اینطور با شما معامله می‌کند خیال می‌کنید با یک وکیل خبره کوچک روبه‌رو هستید.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات، اما این معامله فقط بر سر چیزهایی مثل مشق یا غذا انجام می‌شود. پس باید این سوال را از خودتان بپرسید که آیا واقعا با یک وکیل کوچک روبه‌رو هستید؟ آیا باید با او چانه بزنید؟

بعضی می‌گویند نباید با کودک وارد معامله شد چون این کار قدرت را از والدین می‌گیرد. اما برخی نیز با این روش موافق هستند چون روشی است برای آموزش این مساله که آنها بتوانند با دیگران معامله کنند. اما در واقع این بستگی به شما و فرزندتان دارد. معامله کردن یا نکردن مساله این است!

وقتی باید روی حرف خود پافشاری کنید

برخی موضوعات به هیچ وجه قابل چانه‌زنی نیستند. مثلاً شما نمی‌توانید سر بستن کمر بند ایمنی ماشین با کودک معامله کنید. هیچ وقت بر سر کارها یا مسائلی که برای او یا دیگران خطرناک است معامله نکنید. جواب شما برای این نوع چانه‌زنی‌ها باید یک نه محکم باشد. کودکان باید بدانند که در یک محیط شلوغ حتما باید دست والد خود را بگیرند وگرنه عواقبی در پی خواهد داشت. آنها باید بدانند نشستن در صندلی کودک و بستن کمر بند یک قانون است. این‌ها مواردی نیست که بتوانید بر سر آنها معامله کنید.

وقتی می‌توانید چانه بزنید

برخی از کارهای روزمره را می‌توان با معامله و چانه‌زنی پیش برد. زمان خوردن غذا، برنامه‌ریزی، تلویزیون، انتخاب نوع لباس، استایل مو، ماندن در خانه دوستان یا خوردن یک تکه شکلات و حتی مدت زمان و دوره حمام رفتن قابل چانه‌زنی هستند. شاید خوب باشد که هر از چندگاهی با دادن یک پیروزی کوچک، به کودک اعتماد به نفس و قدرت بدهید. این کار به معنای آن نیست که شما ضعیف هستید و او قوی است. اگر شما برای موضوعی بدون هیچ چانه‌زنی نه بگویید باید دلیلی برای آن داشته باشید. آیا واقعا رنگ کردن موی بنفش آنقدر چیز بدی است؟ شاید بد نباشد فرزندتان یک بار هم مویش را بنفش کند و بعد از یک یا دو هفته خودش درس بگیرد. ممکن است افرادی که عادت به نه گفتن دارند مخالف این نظر باشند. اما گاهی بهتر است اجازه بدهید کودکان مسیر را انتخاب کنند.

چانه‌زنی و پیروزی

چانه‌زنی با کودک نباید با داد و هوار باشد. در این صورت این بحث و جدل است نه معامله. برای اینکه بتوانید در چانه‌زنی موفق شوید به این نکته‌ها توجه کنید:

دیکتاتور نباشید

وقتی به کودک دستوری می‌دهید او طبق گزینه می‌خواهد نافرمانی کند. آیا مساله تمیز کردن اتاق است؟ شاید بهتر باشد کمتر دیکتاتور باشید و به کودک حق انتخاب بدهید.

کودکان عاشق گزینه‌ها هستند چون احساس می‌کنند در آنچه پیش می‌رود نقش دارند. وقتی کودک به مدرسه می‌رود به او گفته می‌شود بنشیند، ساکت باشد و کار کند. اینجاست که شورش‌های خانگی نقش مهمی پیدا می‌کند. کودکان نیاز دارند برای چیزی شورش کنند. چون آنها هیچ کنترلی بر زندگی‌شان در مدرسه ندارند. پس بهتر است به جای جنگ بخاطر تمیز کردن اتاق کمی منعطف‌تر باشید.

خونسرد باشید

تمام معامله‌گرهای حرفه‌ای از احساسات استفاده می‌کنند. همیشه در بحث با کودک خونسرد باشید. او ممکن است پرخاشگری کند اما شما می‌توانید با حفظ خونسردی یک معامله خوب را پیش ببرید.

اجازه ندهید کودک شما را مدیریت کند

کودکان می‌خواهند والدین را مدیریت کنند. اگر فکر می‌کنید کودکتان تلاش می‌کند با تحریک احساسات شما را مدیریت کند با او معامله نکنید. او می‌گوید؛ می‌خواهد این خرگوش را داشته باشم؟ بین چقدر زیباست؟ خودت گفتی می‌توانم خرگوش بخرم. او خانه ندارد؛ و شما نرم می‌شوید. همیشه یادتان باشد که نباید در چانه‌زنی با کودک احساساتی شوید. اگر در آپارتمان زندگی می‌کنید شاید نگر داشتن خرگوش منطقی نباشد.

بهبانگی هم روشی برای مدیریت احساسات والدین است. هیچ وقت تسلیم بهانه‌گیری او نشوید. کودک باید بداند رفتار خوب او باعث تغییر نظر شما می‌شود. کودک بسیار هوشمند هستند. آنها می‌دانند چه کاری باعث کوتاه آمدن والد می‌شود. برای رفتار اشتباه کودک جریمه‌ای در نظر بگیرید. مثلاً وقتی برای چیزی دادو بیداد راه انداخت او را یک هفته از خوردن بستنی محروم کنید.

دلیل تصمیم قطعی خود را بگویید

اگر به کودک اجازه نمی‌دهید شب به خانه دوستش برود دلیلش را بگویید. شاید والدین دوستش باهم مشاجره دارند و یا شاید برادر یا خواهر بزرگش رفتار مناسبی ندارد. دلیل امتناع شما هرچه هست کودک باید بداند. اگر نمی‌گذارید از مسیری تنها بگذرد درحالی که دوستانش این اجازه را دارند شاید به این دلیل است که خودتان خاطره بدی از آن دارید. دیدگاه خود را درباره موضوعات مختلف در میان بگذارید.

اجازه بدهید انتخاب کنند

به کودک اجازه بدهید واقعا در تصمیم‌گیری‌ها نقش داشته باشد. مثلاً اجازه بدهید یک روز خیلی دیر بخوابد یا دوستش را به خانه بیاورد. کودکان بزرگتر می‌توانند از گزینه‌های خود با دلیل و منطق دفاع کنند پس به دلایل آنها گوش بدهید و سعی کنید منطقی چانه‌بزنید. همواره به جای بازی برد - باخت به دنبال بازی برد باشید.

چانه‌زنی نوعی سازش و مصالحه است نه برد و باخت.

رئیس شما هستید

یادتان باشد در هر اقلیم فقط یک پادشاه می‌گنجد و شما رئیس هستید. راه درست این است که برای موضوعات خاصی جای چانه‌زنی بگذارید اما در نهایت این شما هستید که باید نتیجه را قبول کنید. چون شما مسئول او هستید.

اینکه بخواهید اجازه بدهید کودک با شما چانه‌بزند یا نه دست خودتان است. اما بهتر است دیکتاتور نباشید و حق انتخاب فراهم کنید. یادتان باشد که امنیت او از هرچیزی مهمتر است و موضوعات زیادی وجود دارند که قابل چانه‌زنی نیستند. در عین حال خوب است به کودک توضیح بدهید چرا آنها را نمی‌پذیرید. شاید کودکتان در آینده بخاطر رفتارشان وکیل قابلی شود.