

با عادت‌های بد کودکان چطور برخورد کنیم؟

بچه‌های معصوم و بامزه ما گاهی وقت‌ها رفتارهای نادرستی را تکرار می‌کنند که باعث شرمندگی یا ناراحتی والدین می‌شود، رفتارهایی مثل تکرار یک عبارت زشت، مکیدن انگشت، دست در بینی کردن و ...



بچه‌های معصوم و بامزه ما گاهی وقت‌ها رفتارهای نادرستی را تکرار می‌کنند که باعث شرمندگی یا ناراحتی والدین می‌شود، رفتارهایی مثل تکرار یک عبارت زشت، مکیدن انگشت، دست در بینی کردن و ...

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایران بانو، اگر فرزندان دچار اینگونه عادت‌ها است حتماً می‌دانید که ترک دادن کودک چقدر دشوار است، اگر می‌خواهید بدانید با رفتار و عادت‌های بد فرزندان چطور باید برخورد کنید، این راهنما را بخوانید.

واضح و صریح صحبت کنید: اگر هر بار که فرزندان انگشتش را در بینی‌اش فرو می‌کند دست او را بگیرید و بکشید او نمی‌فهمد دقیقاً چرا این کار را می‌کند و به رفتارش ادامه می‌دهد. برایش بگویید دقیقاً با چه چیزی مخالف هستید. بگویید فرو کردن انگشت در بینی کار زشتی است و یک بچه خوب هیچ وقت نباید دست در بینی‌اش کند.

روش جایگزین آموزش دهید: گاهی وقت‌ها فرزندان اشتباهی را تکرار می‌کند چون رفتار درست را نمی‌داند، مثلاً از کلمه رکیکی استفاده می‌کند که جایی شنیده چون مترادف آن را نمی‌داند و فکر می‌کند این کلمه منظور او را می‌رساند. رفتارهای درست و جایگزین را به فرزندان آموزش دهید و بگویید به جای این کار، می‌تواند چه کاری انجام دهد.

مثل یک بزرگسال با او صحبت کنید: غر زدن، دعوا کردن، تهدید کردن، به برطرف شدن رفتار اشتباه کودک منجر نمی‌شود. با فرزندان همان طور که با یکی از دوستان حرف می‌زنید صحبت کنید و به او توضیح دهید که انتظار چه رفتاری را از او دارید. در عین حال مقتدر و محکم باشید.

علت رفتار را درک کنید: گاهی کودکان یک رفتار زشت را انجام می‌دهند چون کنجکاو هستند. آنها از بار ارزشی رفتارشان آگاه نیستند و مثلاً ممکن است به خاطر کنجکاوی جنسی یا به خاطر قرار گرفتن در مرحله‌ای از رشد خود، رفتارهای خارج از عرف نشان دهند. ممکن است کودک به خاطر استرس رفتاری مثل انگشت مکیدن یا ناخن جویدن را انجام دهد. در این موارد بدون آنکه کودک را دعوا کنید به او بگویید که می‌توانید با هم درباره این موضوع حرف بزنید و توضیحاتی درخور سن و فهم او ارائه دهید.

رفتار را تقویت نکنید: بهترین تشویق، تنبیه نکردن است. شما می‌توانید رفتار اشتباه را با نادیده گرفتن خاموش کنید. در واقع گاهی واکنش نشان دادن به یک رفتار زشت باعث می‌شود کودک توجه و تمرکز بیشتری بر آن رفتار داشته و آن را تکرار کند. برخی رفتارها را می‌توانید با نادیده گرفتن از بین ببرید. فقط باید صبر کافی داشته باشید و البته بتوانید احساسات تان را مدیریت کنید.