



خودمراقبتی و آموزش مهارت نه گفتن در کودکان

کودکان به مانند گلی نوشکفته می‌مانند که اگر قدری در تربیت آنان کوتاهی شود ممکن است آنها را پژمرده سازد و نه تنها می‌تواند والدین را در آینده با مشکلات ریز و درشتی روبه رو کند بلکه شیوه‌های تربیتی نادرست، آسیب‌های اجتماعی بسیاری را نیز به دنبال خواهند داشت.

کودکان به مانند گلی نوشکفته می‌مانند که اگر قدری در تربیت آنان کوتاهی شود ممکن است آنها را پژمرده سازد و نه تنها می‌تواند والدین را در آینده با مشکلات ریز و درشتی روبه رو کند بلکه شیوه‌های تربیتی نادرست، آسیب‌های اجتماعی بسیاری را نیز به دنبال خواهند داشت.

به گزارش خبرگزاری فارس از تبریز، روزی که باخبر می‌شوید قرار است فرشته کوچکی به زندگی شما اضافه شود چنان ذوق و شوقی دارید که تا به دنیا آمدن فرزندتان، حاضر می‌شوید از شیر مرغ تا جان آدمیزاد برایش تهیه کنید کودکی که گرمابخش کانون زندگی شماست و امیدی برای روزهای آتی اما از قدیم گفته اند بچه عزیز است، تربیتش عزیزتر.

لذت پدر و مادر شدن و شیرینی لحظات زندگی کنار فرزندان، آرزوی هر زوجینی است تا با داشتن فرزند، لحظات زندگی خود را به شیرین‌ترین لحظات گره زنند اما گاهی اوقات همین شیرینی ممکن است به تلخی گراید بدین گونه که در صورت نآشنا بودن با اصول و شیوه‌های صحیح تربیتی، انگشت به دهان می‌مانید که این کودک با چنین شیوه تربیت، حاصل زحمات چندین ساله من بود!

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: فرزندان خود را گرمای بدارید و خوب تربیت شان کنید تا گناهان شما آمرزیده شود.

آشنا بودن خانواده‌ها با نکات صحیح تربیتی، همواره اصلی مهم و غیر قابل انکار شناخته می‌شود اما این مسئله را نیز نباید نادیده گرفت که عدم آگاهی والدین از این اصول تربیتی، ضربه‌ای غیرقابل جبران بر ساختار خانواده در جهت تربیت کودکان وارد می‌سازد که در نتیجه نیز دودش بیشتر به چشم خودشان می‌رود.

روزنا اصغرنژاد، روان‌شناس بالینی در گفت‌وگو با خبرنگار فارس، تربیت را از جمله اصول مهم در دوران رشد کودک دانست که به صورت‌های مختلف رخ می‌دهد و افزود: گاهی از والدین، تربیت سهل‌گیرانه دارند یعنی با اصول و قوانین پیش‌نمی‌روند و کودک مجاز است هر کاری که دلش می‌خواهد را انجام دهد و به این ترتیب بدون یادگیری اصول صحیح، رشد می‌کند و در آینده به فردی غیر منضبط، حساس و لوس تبدیل می‌شود که دوست دارد هر چیزی طبق میل او پیش رود.

وی ادامه داد: دسته‌ای دیگر با تربیت سلطه‌گرانه که کودک اجازه هیچ کاری را ندارد و محصور است از اصولی که پدر و مادر عنوان می‌کند؛ پیروی می‌کند و کنترل خیلی سختی از کودک می‌کنند که در این شرایط کودک با پرخاشگری‌ها، باید و نبایدهای سخت مواجه می‌شود که آسیب‌زننده است و در آینده نیز نمی‌تواند استقلال عمل داشته باشد.

شیوه تربیتی مقتدرانه

اصغرنژاد ضمن تأکید بر اینکه بهترین شیوه تربیتی، روشی مقتدرانه است که کودک با آشنایی با قوانین و در دست داشتن اختیارات که می‌تواند هم با اصول صحیح آشنا شده و هم ابراز وجود کند که همه اینها تأثیر خیلی زیادی در رشد کودک دارد، خاطرنشان کرد: والدین می‌توانند فرصت‌های یادگیری فراوانی برای کمک خود فراهم کنند، شخصیت کودک بیشتر از عوامل ژنتیکی به عوامل تربیتی مربوط است عواملی که در نهایت ویژگی‌های شخصیتی کودک مثل توانایی برقراری ارتباط با مردم، سازگاری با آنها، درس گرفتن از اشتباهات، تمرکز، سختکوشی، همکاری با دیگران و ... کودک را می‌سازد.

مهارت برقراری ارتباط

این روان‌شناس بالینی ادامه داد: از عوامل تأثیرگذار در رشد کودک (رشد جسمی و ذهنی) عبارتند از: تندرستی، شادی، شیوه تفکر والدین، شرایط خانواده، تأثیر جنسیت در رشد کودک است. کودکان یکسری مهارت‌ها را باید بیاموزند

مثل خوب گوش دادن، توجه کردن، مهارت برقراری ارتباط، مهارت حل مشکل و ... که هر چند به ظاهر ساده به نظر می رسد ولی نیاز به دقت فراوان دارد امروزه در دوران بزرگسالی نیز افرادی را داریم که توانایی حل مسئله ندارند و نمی توانند مشکلات خود را حل کنند که این زمینه ساز مشکلات بسیاری است.

وی با اشاره بر این مطلب که ما قبل از ورود کودکان مان به مدرسه باید این مهارت ها را با بازی های کودکانه و ... به کودکان خود آموزش دهیم تصریح کرد: از جمله نکته های مهم آموزش کودکان در مورد نقاط حساس بدنشان است که با عنوان جاهای خصوصی مطرح می شوند، کودکان را آگاه کنیم که به هیچ کس اجازه ندهیم وارد محدوده خصوصی ما شود چرا که کودکان خیلی آسیب پذیر هستند.

آموزش دادن خودمراقبتی به کودکان

وی ضمن تأکید بر اینکه والدین باید خودمراقبتی را به کودکان خود آموزش دهند، افزود: باید یادآور شوند که در صورت دست درازی دیگران، این کار به والدین گزارش شود برای همین امر نیز باید بتوانند ارتباط خوبی با کودکان شان برقرار کنند والدین باید با استفاده از بازی و صحبت با کودکانشان در حد تعادل، کودکان خود را با این موضوع آشنا کنند و حفاظت از اعضای جنسی را به دختر و پسران خود آموزش دهند و از بالا بردن آگاهی کودکان خود در این زمینه به دور نمانند.

اصغرنژاد ادامه داد: دوران شکل گیری شخصیت کودکان تا سن 6 سالگی است و تربیت پذیری در یک سال زیاد مهم نیست، چرا که کودکان تا یک سال به صورت کامل نمی تواند گفته های والدین را تشخیص دهند ولی بعد از آن شیوه تربیتی مقتدرانه توصیه می شود.

استفاده سریع تر از موعد کودکان از فضاهای اجتماعی

وی، بحث تکنولوژی و استفاده سریع تر از موعد کودکان از این ابزارها را از جمله آسیب های دنیای امروز دانست و افزود: آسیب های کودکان در جامعه امروزی ما در قالب پدیده های گوناگون، خود را نشان می دهد پدیده هایی که در زمینه های فردی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی و ... هستند. از جمله آسیب های دنیای امروز، بحث تکنولوژی و استفاده سریع تر از موعد کودکان از این ابزارهاست که مانع خیلی از خلاقیت ها و یادگیری ها شده و همچنین کار کودکان در جامعه امروز به عنوان « کودکان کار» در قشر کم درآمد به عنوان یک آسیب دیگر شناخته شده است.

اصغرنژاد در پایان تصریح کرد: از دیگر آسیب ها می توان به وجود محرک های ناسالم، فضاهای ناسالم و حتی مواد مخدر اشاره کرد که با ظاهری خوشایند و گول زننده در دسترس فرزندان قرار دارد، از جمله آسیب های دیگر نیز محرک های جنسی است که کودکان را در شرایط های نامساعد قرار می دهد و خانواده ها باید با بالابردن سطح آگاهی کودکان باید مانع این آسیب ها شوند.

تأثیرگذار بودن مسائل تربیتی و آموزشی در شکل گیری شخصیت

محسن ارشدزاده، مدیرکل بهزیستی آذربایجان شرقی در گفت و گو با خبرنگار فارس ضمن تأکید بر اینکه مسائل تربیتی، یادگیری و آموزشی در دوران کودکی و سنین پایه شکل می گیرد، خاطرنشان کرد: اگر این مسائل تربیتی و آموزشی به طور صحیحی انجام گیرد قطعاً در شکل گیری شخصیت کودکان، تربیت و تفکر آنان در آینده تأثیر بسزایی خواهد داشت بنابراین در تربیت کودکان از سوی خانواده و عوامل تعلیم و تربیت در مقاطع مختلف تحصیلی، در شکل گیری شخصیت آنان تأثیر می گذارد.

وی با اشاره بر این مطلب که از نخستین سال تأسیس سازمان بهزیستی کشور، با توجه به بحث آموزش، تربیت و مهارت آموزی به تأسیس مهدکودک اقدام کرده، افزود: محیط هایی که از لحاظ تربیتی، روحی و روانی می تواند در تقویت و کمک به شکل گیری شخصیت مؤثر واقع شود و با مرتبط بودن دوران کودکی در حوزه بهزیستی، مسائل تربیتی و آموزشی خصوصاً تربیت و آموزش مهارت های مورد نیاز کودکان و آسیب هایی که در این زمینه می تواند بر کودکان تأثیر بگذارد می تواند در کاهش آسیب ها نقش بسزایی داشته باشد.

از خودمراقبتی در کودکان تا پیشگیری از آسیب و مشکلات

مدیر کل بهزیستی آذربایجان شرقی ضمن تأکید بر ایجاد خودمراقبتی و حساسیت در کودکان و خانواده ها ادامه داد: محتواهای ارائه شده در مهدکودک ها توسط سازمان بهزیستی و مرکز تدوین و تأیید محتوای آموزشی توسط آموزش و پرورش کنترل و تأیید می گردد تا تأثیرات منفی در آموزش، تربیت و هم چنین تفکر کودکان نداشته باشد.

وی گفت: در خلال آموزش های ارائه شده در مهدکودک ها، برنامه های مختلفی در جهت آموزش و آگاه سازی کودکان، مسائل و آسیب های اجتماعی، طرح های مختلفی نظیر طرح های مهارت آموزی از سوی سازمان بهزیستی یا سایر دستگاه های ذی ربط توسط سازمان بهزیستی در خصوص آگاه سازی و پیشگیری از اعتیاد نیز در مهدکودک ها انجام می گیرد تا کودکان، آگاه شده و این آگاهی و اطلاعات را به خانواده ها نیز انتقال دهند از سویی طرح هایی در بحث حقوق شهروندی و آپارتمان نشینی نیز به کودکان ارائه می گردد.

آموزش مهارت نه گفتن به صورت منطقی در کودکان

ارشدزاده، مهارت نه گفتن را یکی از مهم ترین مهارت ها دانست و افزود: در مقابل آسیب های اجتماعی و تهدیدات آن، متأسفانه کودکان و حتی جوانان با نداشتن مهارت نه گفتن، سریع تسلیم می شوند مهارت های زندگی، مهارت پیشگیری از آسیب های اجتماعی از جمله مهارت نه گفتن، از جمله مهارت هایی است که باید در کودکان تقویت شده تا کودکان بتوانند رفتارهای درست را از نادرست تشخیص دهند، در این راستا با حضور کودکان در مهدکودک ها، این مهارت ها به آنان آموزش داده می شود.

وی در ادامه در رابطه با وجود مسائل متعدد در مقوله محرک های ناسالم در جوامع امروزی خاطرنشان کرد: آسیب های اجتماعی یکی از مهم ترین محرک های ناسالم است که کودکان و جوانان را تحریک می کند، در رابطه با این پدیده باید سطح اطلاعات در کودکان را در مقابل محرک های ناسالم بالا برد هر اندازه سطح اطلاعات و آگاهی بالا باشد می تواند توانایی و مهارت مقابله را به همراه داشته باشد، در این راستا هر چقدر کودکان را در مقابل محرک های ناسالم، توانمند و آگاه کنیم قطعاً آسیب کمتری را شاهد خواهیم بود.

شکل یافتن شخصیت بنیادی فرد در خانواده

امان الله قرایی مقدم، جامعه شناس مطرح کشور در گفت و گو با خبرنگار فارس، ضمن تأکید بر اینکه از لحظه ی تشکیل نطفه، آسیب هایی توسط مادر در زمینه ی تربیت، وارد خانواده می گردد، ادامه داد: جامعه شناسانی نظیر آبراهام کاردینر، ژان استوتزل معتقدند ۲۸۴ روزی که کودک در رحم مادر قرار دارد چارچوب زندگی وی را در طول ۷۰ سال تشکیل می دهد.

وی با اشاره بر این مطلب که تربیت مادر و پدر نقش بی نظیری دارد، خاطرنشان کرد: شخصیت بنیادی هر فردی، در خانواده شکل می گیرد به خصوص تا ۶ ، ۷ سالگی که بعداً تحت تأثیر دوستان، همسالان قرار می گیرد.

قرایی مقدم در ادامه تصریح کرد: رشد کودک تحت تأثیر عواملی نظیر مادر، تغذیه مادر که در دوران بارداری نقش بارزی دارد و همچنین محیطی که در آن بزرگ می شود، بستگی دارد به عبارتی جامعه هست که می تواند افراد را رشد یا ضعیف گرداند از آن جایی که جامعه ما جامعه ای است که نسبت به تربیت کودک خشن می باشد، بهترین شیوه تربیت این است که مادر با آرامش، فرزند خود را بزرگ کند نه با خشونت و پرخاشگری.