

آرزوهایتان را در کودکان جستجو نکنید

یک روانشناس کودک تاکید کرد: والدین باید بدانند کودکان مسئول برآورده کردن آرزوهای آنها نیستند.



یک روانشناس کودک تاکید کرد: والدین باید بدانند کودکان مسئول برآورده کردن آرزوهای آنها نیستند.

میترا ابراهیمی در گفت و گو با ایسنا، در خصوص نحوه صحیح فرزند پروری عنوان کرد: اولین مسئله در حوزه تربیت کودک، اقتدار گرایی والدین است؛ به این معنا که والدین نه رفتار سهل گیر و بی قانون نسبت به کودک خود داشته باشند که این امر، خود نوعی خیانت است و نه رفتار مستبدانه که عزت نفس کودک را خدشه دار کرده و وی را مضطرب سازد، البته باید توجه داشت که وابستگی بیش از حد یکی از والدین به کودک سبب خراب شدن رابطه همسری می شود.

وی با اشاره به موضوع آرمان گرایی والدین نسبت به آینده کودک، گفت: والدین باید واقع بین و آگاه باشند که قرار نیست کودکانشان آرزوهای آنها را برآورده کنند، زیرا که همیشه "حرف گوش کن بودن" کودک خوشایند نیست و حتی گاهی نشانه خطر در شخصیت کودک است.

این روانشناس کودک تاکید کرد: والدین در مورد آینده کودک خود باید با یکدیگر به قوانین مشترک برسند که کودک تناقض را در خانواده تجربه نکند، همچنین باید والدین نقش های برابر بپذیرند، برای مثال پدرها نیز باید با کودکان بازی کنند.

کودک شما منحصر به فرد است

ابراهیمی در خصوص مقوله لج کردن کودکان خاطرنشان کرد: کودکان حافظه کوتاهی دارند و عمدا لج نمی کنند و والدین باید هربار قوانین را به کودک گوش کرده تا وی فراموش نکند؛ باید توجه داشت که هرگز کودک خود را با دیگران مقایسه نکنید، این کار به اعتماد به نفس کودک ضربه جدی ای می زند و عمل مقایسه در وجود کودک نهادینه می شود، به این معنا که در سنین بالاتر حتی والدین خود را با دیگران مقایسه می کند و در صورت مشاهده کمبودهای خود، ضربه روحی شدیدی را تجربه می کند.

وی تصریح کرد: به هیچ وجه نباید کودک را تهدید کرد و والدین در تمایز میان تنبیه و تهدید دقت عمل انجام دهند؛ همچنین باید تشویق و تنبیه هایی که نسبت به کودک خود انجام می دهند واقعی باشد، به این دلیل که برای کودک شما امن ترین مکان خانه و امن ترین افراد پدر و مادر وی هستند. وعده های دروغ از سمت والدین روحیه دروغگویی و ناامنی را در کودک به وجود می آورد.

کتک زدن کودک در هر شرایطی ممنوع است

ابراهیمی با بیان اینکه راه های زیادی برای تنبیه کودک وجود دارد که بسیار عقلایی است خاطر نشان کرد: کتک زدن کودک در هر شرایطی ممنوع است چرا که کودکان حتی در بزرگسالی هرگز تجربه کتک خوردن هایشان را فراموش نمی کنند و این تجربه خشم نسبت به والدین بسیار خطرناک است.

وی گفت: والدین سعی در تغییر کودک خود نداشته باشند و او را با ویژگی های منحصر به فرد خودش بپذیرند؛ به عبارتی انتظارات واقع بینانه ای از کودک داشته باشید، برای مثال اگر کودک استعداد و علاقه ای به موسیقی ندارد سعی در موسیقی دان بودن وی نکنیم. والدین باید بدانند کودکان مسئول برآورده کردن آرزوهایشان نیستند.

این روانشناس کودک بیان کرد: والدین باید کودک را تربیت کنند اما این به معنای ایثار نیست؛ برای مثال مادرانی که به دلیل کودکانشان، خود را از برخی ابعاد زندگی محروم می کنند و منحصرأ به کودک خود مشغول می شوند، در این پروسه به تدریج افسرده شده و در نتیجه کودک آنها نیز افسرده می شود.

با حق انتخاب دادن به کودکان برایشان احترام قایل شویم

ابراهیمی با بیان اینکه حتی به کودکان لجباز خود نیز حق انتخاب دهید، افزود: با این کار برای کودک خود احترام قایل شده اید و سبب شده اید کودک تصمیم گیری را بیاموزد، همچنین در مواردی اجازه دهید کودک خودش لباسش را انتخاب کند و شما در این راستا او را همیاری کنید.

به هیچ وجه به کودک نگوید دوستش ندارید

وی در ادامه مطلب خاطر نشان کرد: هنگام قهر با کودک یا زمانی که از وی عصبانی می شوید به هیچ وجه به کودک نگوید دوستش ندارید؛ کودک دنیای کوچکی دارد به سرعت باور می کند! راهکار مناسب این است که بگویید فلان رفتار کودک خود را دوست ندارید.

ابراهیمی گفت: به کودک برچسب هایی از قبیل شیطان، دروغگو و خجالتی نزنید. گاهی خیالبافی کودکان به معنای دروغگویی شان نیست همانگونه که برخی کودکان دوست های خیالی دارند و راجع به آن داستان هایی می سازند که اینها دروغ نیست، خیالبافی است.

ابراهیمی با بیان اینکه والدین باید در خصوص ویژگی های هر سن کودک مطالعه کنند، افزود: برای مثال 3سالگی زمان طبیعی لجبازی کودک است و والدین اگر این را ندانند گمان می کنند کودک شان دارای بیماری است و در برخی موارد برچسب بیش فعالی به کودک می زنند که این عمل ناشی از عدم مطالعه و آگاهی است.

اگر اشتباه کردید از کودک خود معذرت خواهی کنید

وی گفت: اگر در هر صورت مرتکب اشتباه یا بدقولی نسبت به کودک خود شدید حتما از وی معذرت خواهی کنید و بدانید با این کار شان شما پایین نمی آید. از کودک "با توجه به سن او" دعوت به کار کنید، با این کار مسئولیت پذیری را به کودک بیاموزید. برای مثال نیاز نیست کودک تمام ظرف هارا بشورد، صرف اینکه بیاموزد ظرف خودش را بشوید کافیست؛ همچنین در ازای مسئول بودن کودک وی را تشویق کنید.

به هیچ وجه با کودک درد دل نکنید

این فعال کودک تاکید کرد: والدین به هیچ وجه با کودک درد دل نکنند چراکه کودک احساس گناه می کند و توانایی تحمل درد و رنج ندارد. حتی رازهای تان را به کودکان نگویند.

ابراهیمی عنوان کرد: رفتار های طبیعی کودک خود را بشناسید و مورد مشکلاتش با کسی جز مشاور صحبت نکنید و اجازه ندهید دیگران راجع به مشکل کودک شما اظهار نظر کنند؛ همچنین به هیچ عنوان کودک را در حضور دیگران تنبیه نکنید.

این فعال کودک در خصوص راهکارهای موثر تربیتی عنوان کرد: یک جدول تنظیم کنید و در آن قانون های خود را بنویسید و سعی کنید نکات مثبت کودک خود را حتی جزئی بنویسید و روی قوانین خود سخت گیرانه بایستید؛ اگر کودک مرتکب عمل مناسب شد وی را سالی یک یا دوبار از موارد مورد علاقه اش محروم کنید نه بیشتر.

وی ادامه داد: اگر کودک شما دارای رفتارها نامناسب است، برایش جدول تغییر رفتار ترسیم کنید و از کارهای آسان شروع کنید و در ازای رفتارهای مناسب وی را تشویق کنید.