



## لجباری یا «لجباری بچه‌ها» ممنوع!

درباره جنگ قدرت چه می‌دانید؟ همان اتفاقی که قرار است زور و قدرت‌مان را به رخ هم بکشیم و تصور کنیم هرکه زورش بیشتر است، پیروز میدان خواهد بود؟

درباره جنگ قدرت چه می‌دانید؟ همان اتفاقی که قرار است زور و قدرت‌مان را به رخ هم بکشیم و تصور کنیم هرکه زورش بیشتر است، پیروز میدان خواهد بود؟ تصویری که در برخی موارد، از جمله میان والدین و کودک، می‌تواند نتیجه عکس داشته باشد و لزوماً پدر و مادری که قدرت و زور بیشتری دارند، در برابر فرزندشان، برنده نخواهند شد! البته مهم است در میدانی که یک طرف کودک احتمالاً لجبازی ایستاده و طرف دیگر پدر و مادری مستاصل، پیروزی را چه چیزی تعریف کنیم!

لجباری یا «لجباری بچه‌ها» ممنوع!

به گزارش سلامت نیوز به نقل از جام جم، هم زورمان بیشتر است، هم اختیار عمل نام داریم و هم کسی نیست که بخواهد به ما امر و نهی کند! این همه آن چیزی است که والدین در اختیار دارند و می‌توانند در برابر رفتارها و مهم‌تر از آن، لجبازی کودکان شان به بهترین شکل ممکن از آن استفاده کنند و حرف خودشان را به کرسی بنشانند اما آیا واقعا همین می‌شود؟ تجربه‌های متعددی که نه فقط برگرفته از تجربه شخصی بلکه در دور و اطراف مان دیده ایم نشان می‌دهد که در مواقع حساس، این پدر و مادر نیستند که پیروز ماجرا هستند! آنها گاهی با وجود همه اختیارات، توانایی‌ها و توانمندی‌هایی که دارند، در برابر فرزندشان شکست می‌خورند و اصطلاحاً حرف حرف آنها نمی‌شود.

پافشاری، پافشاری، پافشاری!

بایبید واقعیت را بپذیریم که کودکان از پافشاری و تکرار چندصداً رفتار خود خسته نمی‌شوند که اتفاقاً برعکس، این ما هستیم که اگر یک حرف یا یک عمل را بیشتر از حالت معمول انجام دهیم کلافه می‌شویم و اعصاب مان برهم می‌ریزد. آنها در برابر این که خودشان را به این طرف و آن طرف بکشند، به زمین و زمان بزنند و یک وسیله را بخواهند، دهان شان را برای نخوردن ساعت‌ها بسته نگه دارند و مسائلی شبیه به این، خستگی‌ناپذیر هستند. پس بهتر است که وارد بازی قدرت نشویم و نخواهیم از زورمان استفاده کنیم که ممکن است زور ما بالاخره تمام شود و زور آنها همچنان در بالاترین سطح ممکن باقی بماند.

تبدیل میدان جنگ به میدان مذاکره

برخلاف قدرت عملی که در برخی مواقع تحلیل می‌رود، کلام، همیشه قدرت نفوذ خوبی دارد و می‌تواند برای دقایقی، آب‌ها را از آسیاب بیندازد. روان‌شناسان کودک معتقدند در مواقعی که اسیر لجبازی و یکدندگی کودک شده ایم، بهتر است با او وارد مذاکره شویم؛ مذاکره‌ای که احساس کند پیشنهادهای بهتری برایش وجود دارد؛ «این یعنی مدیریت کردن! یعنی من اوضاع را از قبل پیش بینی کرده‌ام و می‌توانم موقعیت‌های جایگزینی که باب میل کودک است را به او پیشنهاد دهم.»

این را مریم افضلی، مشاور و روان‌شناس می‌گوید که چنین رفتاری را یک بازی دوسر برد می‌داند: «درواقع هم من به عنوان والد، او را از خواسته اش که احتمالاً نامعقول و خطرناک بوده است دور کرده‌ام و کودک هم با موقعیتی بهتر از موقعیت قبلی روبه‌رو شده است و دیگر سر ناسازگاری برنمی‌دارد.» درواقع والدین می‌توانند با صحبت کردن، نه به معنای همان کلمات تکراری نکن، نرو، نخور... بلکه به معنای این که با همدیگر حلس می‌کنیم، پیروزمندان از میدان خارج شوند. پیروزی یعنی این که از خواسته نایجاب قبلی اش دست بکشد دیگر؟!!

به لجبازی اش دامن نزنید

تجربه بسیاری از والدین و از آن مهم‌تر، روان‌شناسان کودک نشان داده است که دامن زدن به یک رفتار عصبی در کودک، او را به سمت عصبی‌تر بودن، پرخاشگر شدن و ادامه دادن نوع شدیدتری از آن رفتار هدایت می‌کند. موضوعی که خانم افضلی هم آن را تایید می‌کند: «کودک فریاد می‌زند و ما بدون توجه به فریادهایش، به خواسته خودمان توجه می‌کنیم؛ او هم فریادش را بلندتر می‌کند!» اتفاقی که روان‌سالم و سفید کودک مان را دچار خط و خش‌هایی می‌کند که در آینده تأثیرات نامناسبی خواهد داشت: «در مقابل، کودکی را تصور کنید که برای رسیدن به خواسته اش پافشاری می‌کند اما درعین حال، پدر و مادرش را مسئول رسیدن او به خواسته اش می‌داند و حاضر است که در برابر کلام آرام آنها شنونده باشد؛ حتی اگر نخواهد تغییری در تصمیمش به وجود بیاورد.» حداقلش این است که روانش از فریاد و گریه و جیغ در امان می‌داند؛ همین یعنی یک قدم جلو

## جنگ بماند برای دشمن

«آن قدر گریه کن تا خسته شی!» و انگار یادمان می رود ما با کودکی روبه رو هستیم که حاضریم همه چیزمان را فدایش کنیم تا کسی خم به ابروی او نیاورد. اصلاً اسمش رویش است: «جنگ قدرت!» پس قرار نیست با فرزندمان وارد جنگی شویم؛ هرچه هست صلح است و تعاملی که قرار است در کنار عزیز بودن فرزند، تربیتش هم عزیز بماند. کافی است کمی بر خودمان و اعصاب مان و هرآنچه در طول این مدت درباره روش های فرزندپروری خوانده ایم مسلط باشیم تا بتوانیم با استفاده از هرآنچه در اختیار داریم، از بازی و شعر و گفت و گو، تا پیشنهادهای هیجان انگیز و همدلی کردن و همراه شدن کودک را از خواسته نامعقولش دور کنیم. آن وقت است که اگر این کار را کردیم و فرزندمان همچنان می خندید، هردوی مان را پیروز بدانیم؛ واقعیت این است که پیروزی یکطرفه والدین ارزش چندان زیادی ندارد.