

تنبيه، به چه بهايي؟

واژه تنبيه از آن واژه‌هائي است که اين روزها در خانواده‌ها کمتر به شکل گذشته مورد توجه است ...



واژه تنبيه از آن واژه‌هائي است که اين روزها در خانواده‌ها کمتر به شکل گذشته مورد توجه است . چراکه امروزه نظرات روانپزشکان از طريق مطبوعات، راديو، تلويزيون و ساير رسانه‌ها به اطلاع مردم رسيده است. پدر و مادرها بارها اين نظرات را در عمل سنجيده‌اند که تنها برخورد توأم با آرامش و محبت‌آمیز آنها مي‌تواند باعث شود که کودکشان دست از رفتار ناخوشايند بردارد و ديگر آن را تکرار نکند زيرا اگر انتظار داريم کودک دست از رفتار نادرستش بردارد، شرط اول آن است که او بفهمد کارش به چه دليل غلط است و چه مشکلاتي پيش مي‌آورد و از سوي ديگر، او بايد بداند که به جاي آن کار غلط بهتر است چه کاري را انجام دهد که بجا و مناسب باشد. بنابراین هيچ راهي جز اين نمي‌ماند که با محبت و به زبان ساده به کودک در اين مورد توضيح دهيم و رفتار درست را از او بخواهيم.

فراموش نکنيم که حتي نحوه بيان ما مي‌تواند تأثير منفي داشته باشد؛ به اين مفهوم که کودک را به رفتار عکس‌العملی وادار کند. بسياري از خانواده‌ها فکر مي‌کنند کودک حداقل از مرحله نوزادي تا 3-4 سالگي چيزي نمي‌فهمد و با عصبانيت و هرطور دوست دارند در مورد او و خواسته‌هايش صحبت مي‌کنند درحالي که حساسيت و شکنندگي بچه‌ها به‌خصوص در آن سن و سال آن‌قدر زياد است که حتي اگر مفاهيم کلمات را خوب نفهمند، از لحن بيان، نوع نگاه و زيروم صداها برداشت دقيقی دارند و احساس‌شان خوب کار مي‌کند.

از اين رو چون هدف پدر و مادر اين است که کودک متوجه کار غلط خود بشود و آن را ترک کند، در درجه اول بايد کاملاً آگاهانه رفتار کنند و بپذيرند کودک ممکن است از بسياري حرف‌هاي آنها سردرنيابورد اما به‌خوبي لجبازي يا خشونت را حس مي‌کند. نکته ديگر اينکه از خانواده‌ها انتظار مي‌رود قبل از هر چيز متوجه باشند که کودکشان هنگام انجام آن رفتار نادرست در چه شرايط سني و جسمي قراردارد. براي مثال معمولاً بچه‌ها وقتي خيلي خسته مي‌شوند و به‌خصوص موقع خواب، هميشه رفتارهاي عجيب و غريب دارند.

به خاطر دارم که در يك مهماني، کودک دوساله‌اي هنگام چيدن ميز غذا يك خوردني خاص خواست ولي وقتي ميزبان در جست‌وجوي ظرفي بود که کمی براي او بياورد، پدرش با لحن ناراحتي گفت «ولش کنيد. هرچي که خواست نبايد به او بدهيد« و کودک هم شروع کرد به گريه شديد. پدرش همچنان ادامه مي‌داد و او هم دست از گريه برنمي‌داشت اما وقتي مادرش با محبت با او صحبت کرد و چيز ديگري به او داد، کودک کم‌کم آرام شد درحالي که آنچه را هم که خواسته بود دريافت نکرده بود.

تحقيقات نشان داده است که بسياري از احساسات، انتظارات، افکار و نگرش‌هاي ما به‌خود و ديگران و به‌طورکلي نسبت به زندگي و به‌ويژه احساساتي که نسبت به ارزشمندی خود کسب مي‌کنيم، متأثر از تجربه‌هاي دوران کودگي است. بي‌ترديد خود ما هم اگر قدرتي عميق و با دقت به رفتارمان توجه کنيم، به‌راحتي به اين موضوع پي مي‌بريم.

اين حس ارزشمندی همان اعتماد به نفسي است که متأسفانه برخي بزرگسالان به‌شدت از کمبود آن درتمامي موارد زندگي رنج مي‌برند چرا که اين احساس غيرارزشمندبودن و حس بدبي که نسبت به‌خود پيدا کرده‌اند به آنها اجازه نمي‌دهد در برابر شکست‌هاي زندگي که بسيارند، مقاومت کنند و با گام‌هاي استوار روزهاي سخت را پشت سرگذارند و در عمل ياد بگيرند بسياري از پيروزي‌ها حاصل شکست‌ها هستند.

در گفت‌وگو با روانپزشكي، او بر اين نکته تأکيد داشت که اعتماد به نفس کودک از يك‌سالگي که سعي دارد توجه ديگران را به‌خود جلب کند کم‌کم شکل مي‌گيرد. بنابراین اگر سر ميز غذا، يک‌دفعه کودک يکساله دستش را توي ظرف ماست برد، جا نخوريد و متوجه باشيد که او مي‌خواهد با اين کار، جلب توجه کند. البته با آرامش بايد او را از اين کار برحذر داشت. نکته اصلي اينجاست که اگر انتظار چنين رفتاري را داشته باشيم يکباره و با عصبانيت عکس‌العمل نشان نمي‌دهيم.

بسياري از «نه«هاي کودک و مخالفت‌هاي او که از اين سن شروع مي‌شود ناشي از اين است که کودک مي‌خواهد وجودش را اثبات کند و چه بسا ممکن است اين مخالفت‌ها با توجه به نيازهاي واقعي او عادي و طبيعي باشد.

واقعييت اين است که او با همه سرسختي‌هايش در حال تجربه‌آموزي است؛ از اين رو، روانشناسان معتقدند خانواده‌ها بايد با به‌کارگيري روش‌هاي مناسب، به کودک کمک کنند که درضمن فراگيري و جداسازي کارهاي خوب و بد، هويت مثبتی نسبت به‌خود پيدا کند يا

به عبارت ديگر اعتماد به نفس او را تقويت کنند.

اما اين قطعا به آن مفهوم نيست که هرچه او خواست در اختيارش قراردهيم بلکه منظور اين است که سن و وضعيت کودک را درک

کنیم و بی‌ذیریم که به جای اعمال تنبیه و برخورد خشن و تند، با محبت و رفتار توأم با آرامش و توجه به اینکه اصلاح رفتار کودک به زمان نیاز دارد، مقدمات کسب تجربیات مثبت و خوب را برای کودک خود فراهم‌سازیم

همشهری آنلاین- معصومه کیهانی