

۱۰ اشتباه مامان اولی‌های جوان

بسیاری از مادرها با به دنیا آمدن اولین فرزندشان، تصمیم می‌گیرند همه کارهای کودکان را به تنهایی و به بهترین نحو ممکن انجام دهند. اگر شما جزو این دسته از مادران هستید، باید بدانید درست است...



بسیاری از مادرها با به دنیا آمدن اولین فرزندشان، تصمیم می‌گیرند همه کارهای کودکان را به تنهایی و به بهترین نحو ممکن انجام دهند. اگر شما جزو این دسته از مادران هستید، باید بدانید درست است که به تازگی حس شیرین مادر شدن را تجربه کرده‌اید و نهایت تلاشتان را می‌کنید تا چیزی کم و کسر نباشد و می‌خواهید به تمام ایده آل‌هایتان در تربیت کودک دست پیدا کنید، اما نمی‌شود همه کارها را به ایده آل‌ترین حالت ممکن و بدون کمک دیگران انجام داد.

جام جم سرا: معمولا همه مامان اولی‌ها در بزرگ کردن بچه اول دچار اشتباهاتی می‌شوند، در این مطلب به ۱۰ مورد از رایج‌ترین آن‌ها اشاره می‌شود، پس اشتباهات خود را بپذیرید و آن‌ها را رفع کنید.

اجازه نمی‌دهید فرزندتان گریه کند

به محض اینکه فرزندتان لب و لوجه‌اش را آویزان می‌کند، سراسیمه به سمتش می‌دوید و هزار فکر و خیال به سرتان می‌زند. فکری مانند «آیا گرسنه است؟ آیا آب می‌خواهد؟ سردش شده است؟ دل درد دارد؟ آیا خوابش می‌آید؟ و...»

موفقیت با ذکر اولین اشتباه مامان اولی‌ها می‌نویسد: درست است که نباید اجازه بدهید بچه از فرط گریه کبود شود اما لازم نیست که برای هر گریه یا نق زدن خودتان را آشفته کنید. با این وسواس‌های فکری به سلامت روحی خود و کودکان آسیب می‌زنید و خودتان را بیش از حد خسته می‌کنید.

بچه را بغلی بار می‌آورید

بعضی مادرها مدام بچه‌شان را بغل می‌گیرند و لحظه‌ای او را زمین نمی‌گذارند. چنین مادرهایی کودکان را به شدت به خود وابسته می‌کنند. مادرها باید بدانند که با این رفتارشان، نمی‌توانند فرزندشان را لحظه‌ای تنها بگذارند تا به کارهایشان مانند پخت غذا و... برسند.

اجازه نمی‌دهید دیگران مراقب فرزندتان باشند

کمک خواستن از دیگران خجالت ندارد. اینکه خودتان همه کارهایتان را یک تنه انجام دهید، افتخار زیادی ندارد چون فرزندتان را از تماس و ارتباط با دیگران دور نگه می‌دارید و ممکن است، منزوی بار بیاید. چنین فرزندانی در آینده نمی‌توانند به راحتی تغییرات و شرایط جدید را تحمل کنند و مردم گریز می‌شوند. از این گذشته، شما هم به استراحت نیاز دارید. وظایف مادری سنگین است پس در حد نیاز از دیگران مانند مادران کمک بگیرید.

کودکتان را حتما در تخت می‌خوابانید

نباید بچه را به این کار عادت بدهید. به طور مثال، زمانی که بچه روی زمین خوابیده است و شما می‌خواهید او را به تختش ببرید، ممکن است بچه بیدار شود و خواب از سرش بپرد و نگذارد شما هم بخوابید. بی‌خوابی‌های مکرر به سلامتیتان آسیب جدی می‌زند؛ بنابراین اگر فرزندتان شب‌ها بیدار نمی‌شود، لازم نیست او را به بهانه تعویض پوشک یا شیر دادن بیدار کنید.

برای کودکان هزاران اسباب بازی می‌خرید

درست است که اسباب بازی‌های کودکان زیبا هستند و شما دوست دارید کودکان کمبودی نداشته باشد اما آیا نیازی به خرید تعداد زیادی اسباب بازی هست؟ توجه داشته باشید که معمولا بچه‌ها فقط به یک اسباب بازی علاقه نشان می‌دهند و بقیه را رها می‌کنند. همچنین به نظر می‌رسد که نباید تلفن همراهتان را دست کودکان بدهید چون امواج موبایل برای سلامتی بچه‌ها خوب نیست.

کتاب‌های مراقبت از کودکان از دستتان نمی‌افتد

در دوره بارداری چندین کتاب مراقبت از کودک مطالعه کرده‌اید تا خودتان را آماده تربیت کودکان کنید و اکنون هر اتفاقی که می‌افتد، فوراً به سراغ کتاب‌هایتان می‌روید اما در کتاب برای حل مشکلاتتان راه حلی پیدا نمی‌کنید. توجه کنید که وسواس بیش از حد در تربیت کودک به سلامت روانی خودتان و کودکان آسیب می‌زند. هرچند مطالعه کتاب مفید و ضروری به نظر می‌رسد اما بهتر است گاهی به تجربه و احساسات مادری‌تان اعتماد کنید.

از خواب کودک برای استراحت استفاده نمی‌کنید

بعضی از مادرها تصور می‌کنند برای اینکه مادر خوبی باشند، باید شب و روز بالای سر فرزند خود باشند تا نیازهای او را برطرف کنند و توجه ندارند که خودشان هم به خواب و استراحت نیاز دارند. زمانی که کودک می‌خواهد، بهترین فرصت برای استراحت و انجام کارهای شخصی است. البته بهتر است کودک در معرض دید شما باشد تا به محض بیدار شدن، به سراغش بروید.

می‌خواهید از فرزندتان اینشتین بسازید

از همان نوزادی به دنبال کشف استعدادها و توانایی‌های فرزندتان هستید. مدام امتحانش می‌کنید. برایش بازی‌های فکری می‌خرید، کتاب می‌خوانید و با چندین زبان زنده دنیا با او صحبت می‌کنید. انتظار دارید از ۲ سالگی کلمات را بخواند و او را در چند کلاس ورزشی مختلف ثبت نام می‌کنید. شما نباید ذهن بچه را با میل نابغه پروری افراطی خود خسته کنید؛ زیرا در صورت تلاش شما و نرسیدن به نتیجه امکان دارد سرخورده و ناامید شوید. البته با رعایت تعادل، تلاشتان را برای افزایش خلاقیت او به کار بگیرید.

کودکتان را با بچه‌های دیگر مقایسه می‌کنید

مدام فرزندتان را با بچه‌های دیگران مقایسه می‌کنید تا مطمئن شوید او از بقیه باهوش‌تر است یا کند ذهن‌تر. حتی با مادرهای دیگر در این خصوص صحبت می‌کنید و درباره توانایی‌ها یا ضعف‌های بچه‌های دیگران پرس و جو می‌کنید. همیشه از رفتارهای دیگران الگوبرداری می‌کنید. به هر دری می‌زنید تا مبادا فرزندتان مرتکب اشتباهی شود. لطفاً خونسردی خود را حفظ کنید و بدانید که فرزند شما امکانات و استعدادهای خاص خودش را دارد و مقایسه کردن او با دیگران هیچ فایده‌ای ندارد.

همسران را فراموش می‌کنید

وقتی نوزادی وارد خانواده‌ای می‌شود، بعضی از خانم‌ها علاوه بر خودشان، همسرشان را هم فراموش می‌کنند و تمام وقت و انرژی خود را صرف نوزاد می‌کنند. بعضی از مادرها به خاطر رسیدگی بهتر به بچه، بی‌خیال گردش و تفریح می‌شوند. البته درست است که ورود نوزاد به زندگی زوج‌های جوان، ریتم زندگی آن‌ها را تغییر می‌دهد اما لازم نیست توجه به همسر و رسیدگی به خود و کارهای شخصیتان را تعطیل کنید. خلاصه کمی هم به فکر خودتان باشید تا خیلی زود خسته نشوید. (خراسان)