

راهکارهای مدیریت حسادت در کودکان



کارشناس مرکز مشاوره مؤسسه امام خمینی(ره) به موضوع حسادت در میان کودکان پرداخت و گفت: والدین باید از چند ماه قبل، کودک را برای تولد نوزاد آماده کرده و به او القا کنند که این عضو جدید خانواده در آینده، خواهر یا برادر خوب و کمک‌کاری برای او خواهد شد و والدین بدون این که دچار افراط شوند، خلاقانه ورود یک انسان جدید را به فرزند خود به گونه‌ای جذاب جلوه دهند.

کارشناس مرکز مشاوره مؤسسه امام خمینی(ره) به موضوع حسادت در میان کودکان پرداخت و گفت: والدین باید از چند ماه قبل، کودک را برای تولد نوزاد آماده کرده و به او القا کنند که این عضو جدید خانواده در آینده، خواهر یا برادر خوب و کمک‌کاری برای او خواهد شد و والدین بدون این که دچار افراط شوند، خلاقانه ورود یک انسان جدید را به فرزند خود به گونه‌ای جذاب جلوه دهند.

حجت الاسلام آیینه‌چی، کارشناس مرکز مشاوره مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره) در گفت‌وگو با خبرنگار خبرگزاری رسا، با اشاره به وجود حسادت در میان کودکان اظهار داشت: از مشکلات شایع و عمومی در فرزندپروری، بحث حسادت کودکان است که یکی از احساسات عاطفی در فرد محسوب می‌شود.

وی به آثار حسادت در کودکان پرداخت و ابراز داشت: مشکل مهمی که حسادت در زندگی کودکان ایجاد می‌کند، مربوط به روابطی است که کودک با همسالان خود دارد و به تدریج در او یک سرخوردگی و ناراحتی درونی ایجاد می‌کند.

غبطه بهترین جایگزین برای حسادت است

حجت الاسلام آیینه‌چی، غبطه را بهترین جایگزین برای حسادت خواند و گفت: کودکی که حسادت می‌کند به خودش یا به دیگران آسیب می‌زند؛ اما کودکی که غبطه می‌خورد به دنبال تلاش است؛ تا موفقیت را در فضای سالم به دست آورد.

وی افزود: روایتی از امام صادق(ع) در جلد دوم اصول کافی آمده است که فرمودند «مؤمن غبطه می‌خورد؛ اما حسادت نمی‌کند، منافق حسادت می‌کند؛ اما غبطه نمی‌خورد».

کارشناس مرکز مشاوره مؤسسه امام خمینی(ره) تأکید کرد: از بحث‌های مهم در تربیت فرزند، نشانه‌شناسی به موقع و صحیح است و از نشانه‌های مهم حسادت در فرزندان در حالت‌های آزار رسانی به دیگران است.

عوارض حسادت در کودکان

وی به عوارض حسادت در کودکان اشاره و تصریح کرد: نادیده گرفتن و انکار حضور برادر و خواهر، شب‌اداری و مکیدن انگشت، خشونت و آسیب زدن به دیگران و تغییرات رفتاری نادرست از نشانه‌های حسادت در فرزندان است که برای تأمین هدف جلب محبت و توجه مادر صورت می‌گیرد.

حجت الاسلام آیینہ چی یادآور شد: حسادت در کودکان دوره ابتدایی، بیشتر به صورت انتقاد از دیگران است و زبان نقد، جر و بحث، مسخره کردن و طعنه زدن در این دوران نمود بیشتری دارد.

وی تقویت کارهای رقابتی و احساس چشم و هم‌چشمی و برتربودن از دیگران را سبب شعله‌ور شدن حسادت در کودکان خواند و تأکید کرد: برخی از والدین هنگامی که حسادت را در کودک خود می‌بینند با بی‌اعتنایی یا با خشونت وی را محکوم می‌کنند.

والدین نقش مهمی در کاهش و افزایش حسادت در میان کودکان دارند

کارشناس مرکز مشاوره مؤسسه امام خمینی(ره) به نقش والدین در کاهش و افزایش حسادت کودکان اشاره کرد و گفت: زمینه‌های حسادت در همه افراد وجود دارد؛ از این‌رو قبل از این که والدین، فرزندانشان را به حسادت محکوم کنند، باید به رفتار خودشان دقت داشته باشند و به گونه‌ای عمل کنند که فرزندانشان حسادت نورزند.

وی افزود: بنابراین والدین قبل از هرچیزی باید رفتارهای خود را بازنگری کنند تا متوجه شوند چه رفتاری سبب شده تا کودک برای جلب محبت آنها، رفتار رقابت آمیز داشته باشد.

حجت الاسلام آیینہ چی تصریح کرد: گفتار و رفتار پدر و مادر بسیار مؤثر است؛ از این‌رو والدین باید احساسات کودک را از طریق پیام‌های کلامی و غیرکلامی او بشناسند، فرزندشان را درک کرده و با او همدردی کنند.

وی گفت: به عنوان مثال والدینی که بعد از مهمانی در حضور فرزندان جمله‌هایی را راجع به دیگران می‌گویند؛ این سخنان سبب می‌شود تا نوعی چشم‌و هم‌چشمی و تخریب شخصیت دیگران به کودک القا و روح حسادت به وجودش منتقل شود.

کارشناس مرکز مشاوره مؤسسه امام خمینی(ره) یادآور شد: انتقال حسادت در کودکان 7 تا 12 سال بیشتر است؛ زیرا فرد در این سن، تفکر عینی دارند و هر آنچه در بیرون مشاهده می‌کنند، به عنوان یک واقعیت مورد قبول دریافت می‌کنند و قدرت تحلیل بالایی نیز ندارند؛ بنابراین رفتار والدین را به عنوان یک آیینہ‌ای از حقیقت که همواره درست است، دریافت می‌کنند.

مدیریت محبت از مباحث تربیتی و موجب کاهش حسادت در میان کودکان است

وی رعایت عدالت را در محبت کردن به فرزندان مهم خواند و گفت: در بحث حسادت کودکان، مدیریت محبت کردن بسیار مهم است؛ تبعیض در محبت کردن میان فرزندان، بستر مناسبی برای ایجاد حسادت در آنها است.

حجت الاسلام آیینہ چی افزود: تقسیم نادرست و ناعادلانه محبت در میان فرزندان، سبب می‌شود که آنها برای پرکردن خلأ محبت خود در جهت رفع آن برآیند و اگر موفق نشوند به سمت کارهایی نظیر ضربه زدن به خواهر یا برادر خود بروند.

وی تأکید کرد: از راهکارهای کم‌رنگ کردن حسادت در کودکان، تشویق آنها به تلاش بیشتر برای کسب موفقیت‌ها و شناسایی استعدادهای بالقوه در آنها و در گام بعد تقویت آنها است که فرزند با این شیوه به چیزهایی دست می‌یابد که مورد تشویق و محبت اطرفیان قرار گرفته و زمینه حسادت در او کم‌رنگ می‌شود.

کارشناس مرکز مشاوره مؤسسه امام خمینی(ره)، آمادگی کودک برای تولد نوزاد را ضروری خواند و گفت: والدین باید از چند ماه قبل، کودک را برای تولد نوزاد آماده کرده و به او القا کنند که این عضو جدید خانواده در آینده، خواهر یا برادر خوب و کمک‌کاری برای او خواهد شد و والدین بدون این که دچار افراط شوند، خلاقانه ورود یک انسان جدید را به فرزند خود به گونه‌ای جذاب جلوه دهند.

برنامه‌ریزی والدین برای جلوگیری از حسادت ناشی از تولد نوزاد

وی یادآور شد: پس از تولد نوزاد، پدر برای عیادت مادر در بیمارستان، فرزند 3 تا 5 ساله‌اش را همراه خود نبرد؛ زیرا کودکی که بعد از چند روز مادرش را ندیده است؛ اگر نوزاد را در آغوش مادرش ببیند، او را رقیب خود خواهد دید و به او حسادت می‌ورزد.

حجت الاسلام آیینه‌چی گفت: بنابراین پیشنهاد می‌شود در نخستین ملاقات فرزند با مادرش، نوزاد در اتاقی دیگر باشد تا کودک بعد از چند روز دوری با محبت در آغوش مادرش قرار بگیرد؛ زیرا دوری از مادر برای کودک مفهوم بسیار سنگینی است.

وی افزود: با قرار گرفتن کودک در آغوش مادر و نوازش و محبت کردن، پدر و مادر با او صحبت کنند تا احساس امنیت و آرامش خاطر در کودک به وجود آید و سپس ورود مهمان و عضو جدید خانواده را که از قبل تبلیغ کرده‌اند را به او خبر دهند.

کارشناس مرکز مشاوره مؤسسه امام خمینی(ره) ادامه داد: والدین از قبل این که کادویی برای کودکشان تهیه کنند و آن را در اتاقی که کودک، نوزاد را تنها می‌بیند و از طرف نوزاد به او هدیه بدهند؛ بنابراین نخستین برخوردها مهم محسوب می‌شوند؛ زیرا اولین ملاقات‌ها و خاطرات شیرین و شفاف آن در ذهن کودک ماندگار خواهد شد.

وی خاطرنشان کرد: این برنامه‌ریزی کوتاه و حساب شده موجب می‌شود؛ تا کودک در نخستین رفتار، نوزاد را فردی تنها ببیند که با دادن هدیه به او محبت می‌کند و هرچه کادو جذاب‌تر باشد، این دیدار شیرین‌تر خواهد بود.

حجت الاسلام آیینه‌چی یادآور شد: مادر زمانی که نوزاد را شیر می‌دهد، از تماس چشمی محبت آمیز به فرزند دیگرش دریغ نکند و اگر کارهایی را برای نوزاد انجام می‌دهد حمایت خود را با زیرکی به فرزند دیگرش ابراز کند و به عبارت دیگر با گفتار درمانی او را قانع کند که مجموعه این برنامه‌ها برای جلوگیری از حسادت مناسب است.