



مطلع عشق

به زنان و دختران خود و زنان مؤمنان بگو که: خویشتن را- با جلباب (روسی های بلند یا چادر) بپوشانند که این کار برای این که به عفت شناخته می شوند و از تعرض محفوظ می مانند، برای آنان بهتر است.

(قرآن کریم / سوره احزاب آیه ۵۹)

چرا یک کودک لوس بار می آید و رفتار درست با او چگونه است؟

مهاردک لوس

است و مدام شکایت می کند، در برابر محرومیت و اجابت نشدن خواسته هایش به شدت عصبی و پرخاشگر می شود و مقاومت اندکی دارد. قهر کردن، نالیدن و معترض بودن کار همیشگی اوست، بی ادب و گستاخ است و از انجام کمتر کاری لذت می برد، معنای «نه» را درک نمی کند و در مقابل آن به شدت جبهه گیری و مقاومت می کند و....

همه اینها نشانه های یک کودک لوس است، آیا شما با چنین کودکی مواجه شده اید؟ آیا می دانید علت این همه خود خواهی و پرتوقعی چیست یا چطور می شود که یک کودک لوس بار می آید؟

بسیار بی نظم و نچسب است، طوری رفتار می کند که انگار کودک دو سه ساله ای بیش نیست، خود راضی و خود محور است و تصور می کند تمام خواسته های او باید بی قید و شرط برآورده شود، بهانه گیر و بی ملاحظه است به قوانین احترام نمی گذارد و به هیچ وجه حاضر به سازش نیست و مدام استدلال می کند، خشنود و راضی نگه داشتن او کاری بسیار دشوار است. خواسته های غیر منطقی بسیاری دارد که به روش های مختلف سعی می کند اطرافیان خود را طبق خواسته هایش کنترل و هدایت کند، برای داشتن هر چیزی اصرار می کند و داشتن آن را حق مسلم خود می داند. همیشه بی حوصله

محبت و حمایت افراطی و غیر قابل درک والدین از کودک یکی از مهم ترین دلایل لوس شدن کودکان است، والدین افراط گرا با محبت های بی حد و حساب نه تنها معنای صبر و تحمل را به کودک نمی آموزند بلکه با در نظر نگرفتن معیارهای تربیتی و روش های درست آموزشی، کودکان متوقع، منزوی و عجولی را پرورش می دهند که تزلزل و بی ثباتی شخصیتی آنها تا به آینده ادامه می یابد و سعادت زندگی بزرگسالی آنها را نیز تحت الشعاع قرار می دهد. اگر شما هم کودک لوس در خانه دارید از راهکارهای ارائه شده در این شماره چار دیواری برای اصلاح کودک خود استفاده کنید.

نسرین صفری / روان شناس بالینی

قاطع باشید

قاطع بودن هرگز به معنای اعمال زور، تحمیل عقاید، خواسته ها یا اصرار به اجرای بی چون و چرای فرامین نیست بلکه قاطع و جدی بودن به این معناست که والدین بنابر اصول تربیتی که همیشه و در همه حال قابل اجراء است باید قوانین و قواعدی را برای تربیت فرزندان خود تعیین کنند که پایبندی به اجرای آن قوانین، همیشه در اولویت اول باشد تا جایی که تخطی از قوانین، تحت هیچ شرایطی، نه تنها برای والدین بلکه برای فرزندان نیز امکان پذیر نباشد. متأسفانه بسیاری از والدین در مسیر تربیت دچار دوگانگی و تناقض در رفتار، کلام و اندیشه هستند، به این معنی که رفتاری را امروز تایید و فردا تکذیب می کنند و همین عامل، مهم ترین دلیل عدم قاطعیت والدین محسوب می شود. ثبات خلق، اندیشه و رفتار در والدین نقش بسزایی در تربیت فرزندان

دارد، چه بسا اگر والدین، هر لحظه اصول تربیتی خود را تغییر دهند و به گفته ها و اعمال خود چندان اعتقادی نداشته باشند، بی تردید فرزندان نیز اصول و قوانین خانواده را دست کم گرفته و پایبند نخواهند بود و به این ترتیب دستاویز هر حربه ای می شوند تا خواسته خود را اجرا و عملی کنند و لوس شدن یکی از آن تدابیر است.

حمایت افراطی ممنوع!

حمایت و پشتیبانی بهینه از کودک یکی از مهم ترین وظایف والدین است که اگر این حمایت از حد بگذرد بزرگترین خیانت در حق کودک محسوب می شود. در موقعیت ها و شرایط سخت کودک را تنها نگذارید، پابه پای او حرکت کنید اما هرگز به جای او تصمیم نگیرید و پذیرش مسئولیت نکنید بلکه به او یاد دهید که خود مسؤول انجام همه کارها و حتی رفع مسائل و مشکلاتش است. توصیه می کنیم به جای

دادن حق انتخاب

داشتن حق انتخاب مقدمه پذیرش مسئولیت در کودک است، اجازه دهید در مورد مسائلی که کودک توان انتخاب درست دارد، خود به تنهایی تصمیم بگیرد مثلاً در مورد رنگ لباسی که به تن می کند، نوع کتاب داستانی که دوست دارد مطالعه کند و... اما در عین حال به او یاد دهید همان طور که در برخی موارد، امکان انتخاب برای او حتمی است در مواردی نیز او باید به انتخاب والدینش احترام بگذارد و آن را بپذیرد و به یقین نیز بداند که این سلب حق انتخاب به نفع اوست مثلاً ماندن زمانی که باید در خودرو کمربند ایمنی خود را ببندد و یا در مهمانی ها بنابر گفته والدینش رفتار کند و....

آموزش صبوری

برخی والدین به اشتباه گمان می کنند اجابت فوری خواسته های کودک به معنای خوب ایفا کردن نقش پدر و مادری است؛ در حالی که این روش، شیوه تربیتی نامناسبی است که بر رشد منفی شخصیت کودک تاثیر بسزایی دارد. برای اجتناب از این وضعیت منفی بهتر است پاسخ به نیازهای کودک را به تعویق بیندازید و به او یاد دهید برای حصول خواسته ها و نیازهایش

باید صبر کند؛ مثلاً اگر مشغول آشپزی هستید و کودک از شما درخواست می کند کاری را برای او انجام دهید، نیازی نیست دست از کارتان بکشید، بلکه بهتر است از او بخواهش کنید چند دقیقه ای صبر کند تا کارتان تمام شود. آموزش مهارت صبر و صبوری کردن، به کودک این توان را می دهد که در برابر لذت های موقت زندگی مقاومت کرده و برای کسب نتیجه ای بهتر، اجابت خواسته اش را تا زمانی مساعدتر به تعویق بیندازد.

درست رفتار کنید

رفتارهای نامطلوب و لوس مآبانه کودک را بشناسید و در مقابل آنها سرسختانه بایستید؛ مثلاً از خرید هر آنچه که کودک بخواهد آن است پرهیز کنید و لزوماً تهیه آن را تازوی که کودک استحقاق و شایستگی داشتن آن را داشته باشد به تعویق بیندازید، اگر کودک برای درخواست چیزی شروع به داد و فریاد کرد، آنچه را که می خواهد به او ندهید، یا هنگامی که کودک اتاق خود را به هم می ریزد تا زمانی که اتاقش را کاملاً مرتب نکرده، هرگز اجازه خروج به او ندهید، یا در مورد ساعت خواب، جدیت داشته باشید و سر ساعت مقرر، کودک را مجبور به رفتن به تخت خوابش کنید و بر سر حرف خود بمانید و مقاومت نمایید.

از سوی دیگر، یادتان باشد رفتارهای مطلوبی را که کودک انجام می دهد تشویق و رفتارهای نامطلوب او را تنبیه کنید، مثلاً هنگام سرپیچی از دستورات و اوامر، کودک را متوجه پیامدهای رفتارهایش کنید و او را بخواهید رفتارش را اصلاح کند و به او متذکر شوید در صورت ادامه رفتار مجبور هستید او را از کار مورد علاقه اش که ممکن است بازی با تبلت، بازی با دوستان، رفتن به خرید و... باشد محروم سازید.

