

## ۱۰ قانون طلایی رفتار با کودک

واکنشی که والدین و اطرافیان در برابر رفتارهای کودک در پیش میگیرند نوع رفتارهای کودک در پیش میگیرند نوع رفتارهای او را تا حد زیادی در آینده شکل میدهد، اما سوال اصلی اینجاست که چگونه میتوان یک رفتار خوب و مثبت را به کودکی که هنوز بسیاری از هنجاری های اجتماعی و اخلاقی را نمیشناسد و حتی قدرت درک اواز بسیاری امور تربیتی نظیر نوع دوستی، کمک و... بسیار پایین است، آموزش داده؟ روانشناسان معتقدند با صبر و حوصله و ممارست فراوان باید شروع کرد و قوانین ساده تربیتی را بکار گرفت. پس از مدتی کودک نوپای لجباز و سلطه جو تبدیل به یک فرشته کوچک و مودب و دوست داشتنی خواهد شد.

اگر خواهیم این اصول پایه تربیتی را در قالب یک دفترچه کوچک راهنما ارائه کنیم، ۱۰ قانون طلایی سرفصل های آن خواهد بود.

### اول: تشویق رفتارهای مثبت

واکنش در برابر رفتار بد کودکان و اصلاح کردن اشتباهات و خطاهایی که انجام می دهند، رفتار آشنایی است که اغلب والدین در پیش میگیرند. غافل از آنکه اگر بطور مرتب رفتارهای مثبت آنان را ببینند و تشویق کنند نتیجه بهتری خواهند گرفت زیرا برای یک کودک احساس تایید شدن از جانب والدینش اهمیت زیادی دارد و در آینده آن را به احساس تایید شدن از سوی همسالانش تعمیم میدهد. هر وقت رفتار خوبی داشت او را در آغوش بگیرید و به عنوان مثال با جمله هایی نظیر: "چه خوب کاری کردی که اسباب بازی هایت را بعد از بازی کردن جمع کردی" تشویق کنید.

### دوم: پیشگیری از مشکلات

دور کردن و برداشتن اشیای تیز و برنده، شکستی و حادثه آفرین از محیط رشد و پرورش کودک جلوی بسیاری از اتفاقات ناگوار و مشکلات را خواهد گرفت. همچنین از وضعیت ها و موقعیت هایی که در دسر آفرین خواهند بود، باید دوری کرد. به عنوان مثال وقتی از زمان خواب ظهر کودک گذشته پیش از شروع بهانه گیری ها از وسوسه انجام دادن یک کار دیگر خودداری کنید و یا اگر کودک بیش فعال و پرهیجان است از رفتن ه جاهای شلوغ و پرجمعیت باید اجتناب کرد. راه دیگر به حداقل رساندن احتمال بروز مشکلات با یادآوری خطاها و اشتباهات به کودک است. به عنوان مثال در حمام به کودک یادآوری کنید: "مقررات این است: اگر آب را از وان بیرون نریزی کارت زرد میگیری و باید از آب بیرون بیایی!"

### سوم: برقراری حد و حدود

همه کودکان نیاز دارند از جانب والدین حد و حدودی برای رفتارهای قابل قبول و غیرقابل قبول آنها برقرار شود و در حقیقت به این مسئله برای احساس امنیت کردن در دنیایشان احتیاج دارند. در آغاز تعریف کردن و یا پافشاری کردن بر این گونه حد و حدود ممکن است لازم بنظر نرسد. ممکن است بپرسید: چه اشکالی دارد اگر بچه یک ساله موقع چهار دست و پارتن کتاب ها را از قفسه بیرون بکشد و یا کودکی ۱۸ ماهه فراموش کند که بگوید: "لطفا". جواب این است: "اگر حد و حدودی برای رفتارهای او قائل نشوید و این کار از همان سنین کودکی انجام ندهید، او متوجه نخواهد شد چه کاری خوب و چه کاری بد است و در درک بسیاری از هنجاری های رفتاری - اجتماعی دچار مشکل و سردرگمی خواهد شد. برخی والدین با استدلال ها و بهانه هایی نظیر "او هنوز عقلش نمیرسد" یا "او هنوز خیلی کوچک است"، از برقراری اینگونه حد و حدود خودداری می کنند، اما حقیقت

این است که بچه ها زرنگ تر از آن چیزی هستند که شما فکر میکنید و با کمک شما و کمی حوصله میتوانند فرق یک کار درست را از یک کار اشتباه به خوبی تمیز دهند."

### **چهارم: قاطع بودن**

مطمئنا بچه داری فقط با سخت گیری امکان پذیر نیست، اما به مرور زمان قاطع نبودن در رفتار با یک کودک بازیگوش میتواند تمام زحمات تربیتی را به باد بدهد. اگر حد و حدودی برای فرزندان قائل نشوید و بر آن پافشاری نکنید، در حقیقت کودک خود را از درک انتظاری که از او دارید، محروم میکنید. در چنین حالتی او بر خلاف تصور شما نه تنها احساس آزادی نمی کند، بلکه احساس ناامنی، ترس و نیز در سردرگمی می کند. اگر بیش از حد آسان بگیرید، کودک سواستفاده خواهد کرد.

### **پنجم: واقع گرایی**

یک بچه یک ساله به سختی می تواند برای ۱۵ دقیقه آرام و بی حرکت بنشیند چه برسد به این که بخواهد یک ساعت پشت یک میز هر چند در صندلی خودش بنشیند تا اعضای خانواده همگی با هم شام بخورند. انتظارات خود را متناسب با سن کودک تعریف کنید. و آنها را با بالا رفتن سن و قدرت درکشان افزایش دهید. به عنوان مثال از یک بچه ۱۲ ماهه نباید انتظار داشت از واژه هایی مثل لطفا یا "متشکرم" استفاده کند، اما کودک ۱۸ ماهه ای که از دایره واژگان او به ۵۰ لغت می رسد، میتواند یاد بگیرد از آنها استفاده کند.

### **ششم: ثبات عمل**

وقتی قانونی را در چهارچوب قوانین تربیتی کودک وضع میکنید به آن پایبند مانده و ثبات عمل به خرج دهید. نداشتن ثبات عمل، کودکی را که در سن آموزش است گیج و سردرگم می کند. سعی کنید به شیوه ای برای کودک قابل پیش بینی است به محدودیت ها و قوانینی که وضع میکنید پایبند بمانید. اگر به کودک گفته شده فقط دوبار دیگر میتواند سرسره بازی کند و بعد باید زمین بازی را ترک کنید، این کار را انجام دهید. منتظر اصرار و التماس و برای سه یا چهار یا حتی ۱۰ بار سرسره بازی دیگر نشوید چون دفعه بعد که به پارک می آید و بعد از دوبار سرسره بازی اضافی به او میگویید آماده رفتن به خانه شود، قطعاً حرف شما را جدی نخواهد گرفت.

### **هفتم: خونسردی**

پیام تربیتی شما تاثیر بیشتری بر کودک خواهد داشت، چنانچه آن را با خونسردی و آرامش ادا کنید. اگر داد و فریاد کنید، کودک نو پا با جیغ و فریاد بیشتر صدای خودش را از صدای شما بلند تر کرده و یا فکر می کند، کار با مزه ای است و دست به شیطنت های دیگر می زند تا آستانه صدای شما را محک بزند. از سوی دیگر واکنش غیر آمرانه نیز همانقدر بی تاثیر است که فریاد زدن بر سر او و اگر دو دل و یا متزلزل باشید، پیام تربیتی شما فراموش خواهد شد.

## هشتم: خلاصه گویی

بهترین راه برای رساندن پیامتان به یک کودک نو پا این است که تا حد امکان از جملات موجزو مختصر استفاده کنید. برای مثال لزومی نیست توضیح پزشکی دهید که چرا دست زدن به چاقو برایش خطرناک است. یک کودک نوپا از توضیحات و پیام های کوتاه و صریح بیشتر استقبال می کند: "داغه"، "راه برو، ندو"، "این کار قدهن است"، "گاز گرفتن ناراحت می کنه".

## نهم: الگوی خوب

وقتی مادری دست کودکش را محکم می کشد و سر او داد می کشد الگوی خوبی از خود برای فرزندش نمی سازد. همچنین کشیدن چیزی از دست بچه ها رفتاری منفی است که والدین نا خود آگاه آن را جلو کودکشان بروز می دهند.

اگر کودکتان محکم چیزی را در دست گرفته که نمی خواهید داشته باشد و یا می خواهید آن را از او پس بگیرید سعی نکنید آن را از دستش بکشید. بهتر است دستتان را به طرف او دراز کنید و با خواهش و در عین حال لحنی قاطع از او بخواهید آن را به شما باز پس دهد.

## دهم: بچه ها مثل هم نیستند

در بحث تربیت هیچ اصلی در مورد همه کودکان بخصوص بچه های کوچک صدق نمی کند. بعضی بچه ها را راحت تر می شود تربیت کرد و برخی دیگر مقاومت بیشتری در مورد آموزش هایی که از والدین خود دریافت می کنند، نشان می دهند. حتی تربیت دو کودک از یک خانواده نمی تواند مشابه هم انجام شود. در مورد بعضی بچه ها باید سختگیر تر بود و عذاب وجدان نداشت و در مورد بعضی دیگر سهل گیر تر و باز هم بدون عذاب وجدان و ناراحتی از بابت حرف و حدیث های دیگران رفتار کرد.

وقتی کودکتان را تربیت می کنید به یاد داشته باشید که فقط به او کمک نمی کنید یاد بگیرد چطور رفتار کند، به او یاد دهید چه انتظاری از این دنیا داشته باشد و یا دنیا در عوض چه انتظاری از او دارد.