

بچه ها چطور مودب می شوند؟



بعضی از خانواده ها گاهی آقندر به مودب بودن بچه های خود حساس می شوند که به وادی افراط و تفریط کشیده می شوند و نمی دانند که فرزند آنها در چه شرایط سنی قرار دارد و چه اقتضائاتی دارد؟ شاید بچه ۸ ساله هنوز آداب مراسم ختم را نداند و… اما به مرور زمان و با شیوه های تربیتی و رفتار شمامست که باید درک کند، چه رفتاری مناسب کجاست.

این ادب مقدمه عاقل بودن بچه‌ها و تقوا پیدا کردن آنها در دوران بعد از کودکی است. مودب بودن از همین فهم رعایت قانون شروع می شود.

چرا کودکانم فحش می دهند؟

یکی از علت های فحاشی در کودکان که محیط اطراف کودک، از پدر و مادر و خانواده گرفته تا اقوام و دوستان و تلویزیون و مهدکودک و… آنطور که باید برای تربیت کودک مناسب نیست و روی رفتار کلامی او اثر می گذارد.

علت دیگر فحاشی کودکان می تواند این باشد که آنها نمی توانند خشم خود را کنترل کنند و فحش دادن در حقیقت، یک نوع ابراز خشم و پرخاشگری کلامی برای آنهاست، مانند مواردی که کودکان در حالت خشمم کتک کاری می کنند یا چیزی را پرتاب

تا پیش از آن دختر و پسر در محیط ازپوله مدرسه بودند، فضای مختلط را تجربه نکرده بودند، برخوردشان با جنس مخالف همیشه محدود و سطحی بوده و حالا دانشگاه اولین فضای اجتماعی است که آنها با آن مواجه می شوند. طبیعی است که کمی هم در این فضا، میل به شناخت یکدیگر پیدا کنند و بخوانند جنس مخالف و معاشرت با او را در بشناسند، بخوشان را معرفی کنند و ارزش هایشان را در این معاشرت ها پیدا کنند. بنابراین، توجه شان به دیگری جلب شده و اگر کمی بیش از حد متمرکز شوند، ممکن است حساسی توی نخ هم برونند و کارشان به عاشقی و ازدواج بکشد.

مجاورت

ما نمی گوئیم، این حرف محققان است: افرادی که نزدیک هم زندگی یا کار می کنند، گاهی به دلیل همین نزدیکی محل کار یا زندگی و نیز احتمالاً داشتن کارها یا خانه های نسبتاً یکسان یا خوابگاه‌های مشابه، ممکن است به نگرشها و احساس سرنوشت کم و بیش یکسانی دست یابند و این نیز می تواند تا اندازه ای بر دلبستگی میان آنان به هنگام برخورد با یکدیگر کارگر افتند. پژوهش‌های اجتماعی بسیار گویای آن است که کسانی که نزدیک یکدیگر کار، زندگی یا تحصیل می کنند و در نتیجه احتمالاً بیشتر همدیگر را می بینند، امکان دوست شدنشان افزایش می یابد.

برخورد هم پایه

بسیاری از دانشمندان جامعه شناسی و روان‌شناسی بر این باورند که برخوردهای فراینده اجتماعی می تواند به دوستی بیانجامد. کسانی که یکدیگر را بارها و بارها می بینند، گاهی تنها به همین دلیل با یکدیگر دوستی می شوند، به ویژه اگر این برخوردها و دیدارها، میان افراد هم پایه روی دهد. چرا که فرادستان و فرودستان (مثلاً کارفرمایان و کارگران) چنانچه یکدیگر را بیشتر ببینند، همواره به یکدیگر علاقمند تر نمی شوند؛ و

یکی از مهم ترین دلایل دوری همسران از یکدیگر و نهایتاً طلاق آنها، نداشتن تناسب فرهنگی و اختلاف در نظام ارزشی آنها است. ارزش های فردی و اجتماعی، آداب و رسوم، رفتار و سلوک و حتی آداب لباس پوشیدن و غذا خوردن زن و مرد می تواند زمینه‌های همدلی بیشتر را بین آن دو پدید آورد. به همین جهت به ویژه در کشور گسترده ما که در قالب یک فرهنگ و جامعه واحد، از خرده فرهنگ‌های متعدد (ترک، کرد، عرب و لر و…) برخوردار است، توجه به این امر در مجموعه ملاک‌های ازدواج اهمیت خاصی دارد و تفاوت در آنها زمینه ساز اختلاف‌ها است.

گاهی تفاوت فرهنگی در بین خانواده‌های همسران است. این تفاوت خود را بیشتر در قالب اختلاف نظر در برگزاری مراسم مشترک، برخورد اجتماعی همسران و رعایت قوانین پیدا و پنهان خانوادگی نشان می دهد. این موضوع همواره ناخوشایند بوده و گاه تا پایان عمر مهمت همسران، صرف تلاش برای کم رنگ کردن این تفاوت ها در بین دو خانواده و نیز در رابطه خودشان می شود.

اما گاهی هم تفاوت فرهنگی در بین خود همسران است، یعنی در سطحی عمیق تر و بسیار تنش زا تر. در این نوع تفاوت سبک زندگی، اعتقادات، آموخته‌ها

در بچه

می کنند». پس از این مرحله دقت کنید که به هیچ وجه در حضور جمع با کودکان تندی نکرده و او را تحقیر نکنید.

وقتی کودک به فحاشی ادامه می دهد

ممکن است شما همه توصیه های ما تا اینجا را هم به کار بیندید اما باز هم کودک شما به فحاشی ادامه دهد. در این صورت باید از راهکارهای تشویقی و تنبیهی مناسب برای اصلاح رفتار نامناسب او استفاده کنید. با کودک صحبت کنید و به او بگویید که درصورت فحاشی و استفاده از کلمات نامناسب، او را تنبیه می کنید.

این تنبیه باید با توجه به سن کودک و میزان اصرار او بر رفتار نامناسبش تعیین شود. می توانید پس از هر بار فحاشی از او بخواهید دقایقی به اتاقش برود و در آنجا تنها بماند تا مثلاً زمان ۵ یا ۱۰ دقیقه‌ای سپری شود. یا می توانید درصورتی که به رفتارش ادامه داد برای او محدودیت هایی در نظر بگیرید؛ مثلاً از دیدن برنامه مورد علاقه‌اش محرومش کنید یا برنامه تفریح و پارکی را که داشته لغو کنید.

قلقلک های مودبانه

می توانید علاوه بر روشهایی که گفته شد، با احترام لفظی و عملی به بچه ها با شیوه های دیگری هم استفاده کنید:

• با روش نقاشی کردن شروع کنید و بعد از اینکه فرزندان نقاشی کشید یا هر نوع اثر هنری را خلق کرد به او بگویید که دوست دارد شما آن نقاشی را کجا بگذارید؟ چطور از آن مراقبت کنید؟ و… مهم است که به حاصل تلاش او احترام بگذارید و به خودش هم یاد دهید که مراقب زحمات خودش باشد.

•در مورد بهترین و بدترین کارهای اعضای بدن

که می تواند انجام بدهد، از او سؤال کنید.

• با هم چند قانون ساده برای آنکه رابطه تان خوب بماند تنظیم کنید و در اتاقی نصب کنید تا اگر کسی خلاف آن عمل کرد معلوم شود و تذکر بگیرد.
•در اوقات فراغت تان مهمانی بگیرد یا مهمانی بروید، به خانه سالنمان سربزیند. و… تا بچه ها داب عملی شما را یاد بگیرند.

• یکی از دلایل رفتار هر روزه خودتان مثل نماز، سلام کردن به دیگران و… را رعایت ادب بدانید و دلیل این کار را برای او توضیح بدهید.

در برابر آنان و رفتارهایشان کمتر سخت‌گیری می کنیم، با گشاده رویی به سخنانشان گوش فرا می دهیم و سرانجام آن که حتی ممکن است تا اندازه ای به آنها دلبستگی یابیم.

با خاطر خواهی دوران دانشجویی چه کنیم؟

کسی که شرایط ازدواج دارد، باید زمینه اش را هم مهیا کند. حضور در مراسم مختلف، آشنایی با خانواده های جدید و دوره همی ها از گزینه‌های آشنایی برای ازدواج است. حضور در چنین مراسمی فرد را کاندیدای ازدواج می کند. در غیر این صورت زمینه ای برای ازدواج صورت نمی گیرد. به هر حال با توجه به آمار پایین ازدواج باید از هر امکان و زمینه ای برای ازدواج استفاده کرد. آشنایی در یک محیط فرهنگی مثل دانشگاه هم یکی از این زمینه‌هاست که با موارد قبل متفاوت است.

خانواده ها را نادیده نگیرید

مهم ترین اشکال ازدواج دانشجویی این است که پدر و مادرها حس خوبی نسبت به این جریان ندارند. آنها احساس می کنند فرد به جای آنکه از در داخل بیاید از پنجره آمده. دختر و پسر هم ندارد؛ پدر و مادر در چنین شرایطی حس می کنند نادیده گرفته شده اند و اولویت آنها به عنوان یک بزرگتر زیر سوال رفته است. اولین پرسش بسیاری از خانواده ها از جوان ها این است که چرا سر خود انتخاب کردی؟

وقتی خانواده نگرش مثبتی نسبت به این ازدواج نداشته باشد، روی زندگی آینده دختر و پسر اثرگذار است. هنوز در فرهنگ ما جا نیفتاده و خیلی پدر و مادرها به خصوص آنهایی که بیشتر سنتی هستند از اینکه خود چچه ها همسرشان را انتخاب می کنند، ناراضی هستند. البته آشنایی در محیط فرهنگی دانشگاه به مراتب پذیرفته تر از محیط های دیگر اجتماعی است.

ابتدان باشد توافق بر سر تفاوت های فرهنگی اگر از ابتدا حل نشود می تواند زمینه ساز مشکلات آتی شود.

در چنین مواردی:

۱ – دیدگاه های خود و همسر آینده تان را بررسی کرده و چک کنید که تفاوت ها در چه حدی است؟
۲ – بررسی کنید که شما و ایشان حاضر به پذیرش دیدگاه طرف مقابل هستید یا خیر؟ البته پذیرش به معنی آن نیست که عقیده خود را نادیده بگیرید، به ویژه عقایدی که هویت تان را نشانم می رود. تغییرات جزئی می تواند کمک کننده باشد و البته لازم است ایشان هم چنین دیدگاهی داشته باشند.
۳ – تا چه حد تمایل دارید به دیدگاه های همدیگر احترام بگذارید؟ در صورت تمایل به پذیرش (هم از سوی شما و هم از سوی همسر آینده تان) تا چه حد قادر به قبول کردن دیدگاه های او هستید؟ او تا چه میزان می تواند دیدگاه های شما را بپذیرد؟
۴ – مواردی را که با هم به توافق نمی رسید، چک کنید و ببینید تا چه حد برایتان اهمیت دارد؟ یعنی پذیرش دیدگاه طرف مقابل در این خصوص به همین صورتی که او مطرح می کند، برایتان قابل قبول است؟ می توانید از خواسته تان چشم پوشید و تابع نظر او ارزش های او شوید، بدون آن که متحمل رنجی طولانی در زندگی تان شوید؟

چگونه در زندگی مجردی شاد باشیم؟

مجرد بودن فوق العاده است. با اینکه ممکن است وقتی مجرد هستید، احساس تنهایی بیشتری کنید ولی به طور کلی تجربه‌ای عالی است.

مجرد بودن نه تنها به شما این امکان را می‌دهد که کمی تفریح کنید، بلکه امکان آشنا شدن با نفر اول زندگی‌تان را هم در اختیارتان قرار می‌دهد.

صدف بختیاری روانشناس و مشاور در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران در خصوص چگونگی دوران مجردی گفت: وقتی کسی در زندگیتان نیست، لازم نیست برای انجام هر کاری از قبل با کسی هماهنگ کنید.

مجرد بودن شما فرصتی است برای گذراندن وقتی با کیفیت کنار کسانی که در زندگی‌تان بیشترین اهمیت را دارند.

زندگی مجردی فقط برای خود شمامست، پس یک چیز جدید امتحان کنید و حساسی به آن لذت ببرید.

••• **زندگی مجردی و باید و نبایدهای آن**

دوران مجردی هم می‌تواند دوران خوش و زیبایی باشد ولی باید برخی از محدودیت‌های آن را در نظر گرفت.

باید در انتخاب دوست و معاشرت با افراد غیر از اعضای خانواده بسیار دقت کرد، زیرا دوست تأثیرگذارترین فرد روی هر انسانی است.

در دوران مجردی با دوستان خود به سفر بروید و از لحظه‌ها لذت ببرید.

شغلی برای خود انتخاب کنید و سعی کنید مستقل باشید.

در دوران مجردی حتما با برنامه‌ریزی کارهایتان را پیش ببرید این کار سبب می‌شود تا برنامه‌ریزی تبدیل به عادت شود و در زندگی زناشویی این روند ادامه پیدا کند.

خشونت پنهان، عوارض آشکار!

پرخاشگری در خانه و خانواده به نوعی از خشونت اطلاق می شود که کمتر از خشونت های مرسوم در سطح جامعه و شهر،هویتا است و به نوعی می توان گفت به مانند پرخاشگری و تنش های خیابانی عریان و محسوس نیست اما صورت غمگین فرزندان،زنان و کودی های بر روی گونه اعضای خانواده موید واقعیت های تلخی است که در چارویاری منازل و پشت درب های بسته رخ می دهد. در این گزارش جامعه شناسان و روانشناسان به نحو دقیق تری به زوایای پیدا و پنهان این ناهنجاری می پردازند.

کاظم سورریان، آسیب شناس اجتماعی اظهار داشت: عمده قربانیان خشونت های خانوادگی در طیف زنان و کودکان هستند و به نوعی می توان گفت زنان خانواده به نحو پرنرگ تری در معرض این آسیب قرار دارند.

وی افزود: خشونت خانگی صرفا به درگیری فیزیکی ختم نمی شود بلکه رفتارهای بدبینانه، حس همسر یا فرزندان در منزل، اعمال محدودیت های شدید، فحاشی، تهدید و… از نمونه خشونت هایی است که در قالب پرخاشگری و خشونت خانگی می گنجد، اما برجسته ترین وجه خشونت خانگی مطوف به پرخاشگری و خشم فیزیکی می شود.

سورریان عنوان کرد: یکی از شاخه ها و ویژگی های خشونت خانگی، پنهانی بودن آن است که عموما دغدغه هایی که برای حفظ آبرو وجود دارد باعث نپان ماندن و مخفی کاری در آن می شود. این آسیب شناس اجتماعی افزود: ضرب پنهان کاری در خشونت علیه همسر بیشتر از خشونت علیه فرزندان است و به تعبیری می توان گفت خشونت علیه فرزندان عریان تر از خشونت علیه زنان در محیط خانه و خانواده است.

وی افزود: نکته ظریفی که در این ناهنجاری وجود دارد معطوف به پشیمانی عامل خشونت می‌شود، به واقع گاهی مشاهده می شود که فرد پرخاشگر پس ازاعمال خشونت و گذشت زمان از رفتار خویش پشیمان می شوداما در مواردی نیز، بعد از آرام شدن فضا، بی تفاوتی خاصی در عامل خشونت مشاهده می شود و به تعبیری عذاب وجدان و پشیمانی در عامل بروز رفتار خشونت آمیز مشاهده نمی شود.

سورریان گفت: در مورد نخست مهار خشونت و بازگشت آرامش و ثبات و مدیریت پرخاشگری آسان تر از حالت دوم است و به تعبیری می توان گفت خطر و تهدید اصلی در شرایطی نگران کننده‌تر است که عامل خشونت پس از پرخاشگری با هیچگونه عذاب وجدانی مواجه نشود.

•••**نقش مشاوره و آموزش مهارت های زندگی در جلوگیری از خشونت خانگی**

پریسا خزائی کارشناس امور خانواده و مددکار اجتماعی به خصوص عوامل موثر در بروز خشونت گفت: نمی توان یک عامل خاص را در بروز خشونت عنوان کرد و در واقع مولفه های بسیاری اعم از روحی، روانی، جسمی، ژنتیکی، محیطی، تجربیات شخصی و… در بروز پرخاشگری موثر است. وی افزود: فارغ از اینکه چه عواملی در بروز خشونت موثر است مهار و مدیریت خشونت، اصل حائز اهمیتی است که با مشاوره و کسب آموزش های مهارت های زندگی محقق و میسر می شود. مددکار اجتماعی عنوان کرد:آموزش تاثیرگذارترین مولفه در پیشگیری، مهار و درمان و رفع و دفع خشونت و پرخاشگری محسوب می شود و باید به این عنصر تعیین کننده از دوران تحصیل توجه ویژه‌ای شود. خزائی گفت: اخیرا اخباری منتشر می شود که در برخی از مدارس، آموزش های مهارت‌های زندگی به دانش آموزان کلید خورده که امری بسیار نوید بخش و سازنده محسوب می‌شود که می‌تواند متضمن آرامش آینده جامعه باشد. وی افزود: نباید با ساده انگاری به خشونت خانگی نگریده‌شود زیرا تبعات و عوارض مخرب خشونت خانگی در فرزندان به عنوان وارثان خشونت در آینده و همچنین التهاب و تنش و سلب آرامش از کانون خانواده ظهور و بروز پیدا می کند. خزائی یادآور شد: عدم مهار خشونت باعث تخرب بنیان خانواده می شود و گاهی این کانون حیات‌بخش و هدایت کننده نسل های فردا را با فروپاشی و اضمحلال همراه می سازد.

افکار وسواسی برای کودکان آزار دهنده است

جعفربای آسیب‌شناس گفت: هیچ کودک وسواسی‌ای بدون داشتن والدینی مضطرب، پریشان و مبتلا به اختلالات عصبی وجود ندارد. تمام اعضای خانواده باید نسبت به این موضوع حساس و هوشیار باشند. آنان باید تا حد امکان شرایط را برای کودک آرام و عادی نگه دارند تا او بتواند مشکلات و سختی‌های درمان را راحت‌تر تحمل کند. وی افزود: اختلال وسواس فکری و عملی در کودکان ریشه وراثتی و خانوادگی دارد. وقتی کودک تحت تأثیر الگوبرداری دچار رفتار یا افکار خاص وسواسی می‌شود برای بی بردن به این موضوع کافی است والدین رفتار وسواسی او را ریشه‌یابی کنند. این آسیب‌شناس در پایان گفت: کودکان وسواسی ممکن است در رفتار یا نحوه صحبت‌کردشان تکرار وجود داشته باشند. بروز رفتارهای وسواسی در کودکان نسبت به بزرگسالان کمی پیچیده‌تر است به همین دلیل شناخت این نشانه‌ها می‌تواند به والدین در تشخیص وسواس در کودکان کمک زیادی کند.

احترام به کودکان یک نوع روش تربیتی است

جعفر بای آسیب شناس گفت: والدین نباید کودکان را سزرنش کنند زیرا این کار باعث شیظنت آن‌ها می شود و ترس و دلهره را در آن‌ها افزایش می دهد. وی افزود: کودکان هرگاه از والدین بخواهند که با او بازی کنند، پدر و مادر باید به این درخواست کودک پاسخ مثبت دهند ولی شیوه اداره بازی را برعهده کودک بگذارند و خواسته‌های خود را براو تحمیل نکنند، زیرا افزون براینکه نشاط و شادابی را به کودک هدیه می‌کند به رشد استعدادهای نهفته او نیز می‌انجامد.

این آسیب شناس در پایان گفت: بعضی از والدین هنگامی که کودک آن‌ها اسباب بازی و یا وسیله‌ای را درمجلس مهمانی و غیره از کودک دیگری می‌گیرد احساس ناراحتی کرده و با خود می‌گویند خانواده‌های دیگر چنین قضاوت خواهند کرد که در تربیت کودکان کوتاهی کرده‌اند.

به رشد خلاقیت فرزندان کمک کنید

ناهید ازغندی روانشناس کودک گفت: پرورش خلاقیت از زمان کودکی فرد آغاز که با کمک والدین می‌تواند شکوفا شده تا در بزرگسالی افرادی خلاق، نوآور و مبتکر شوند ولی برای رسیدن به این مقصد رعایت نکاتی در برخورد با کودک مهم است. وی در ادامه افزود: هرگز کودک را تحقیر نکرده و زمانی که کاری را نتوانسته به درستی انجام دهد او را با کلماتی که مفهوم شکست داشته و یا یاتکرار عدم موفقیت و ناتوانی او در کارها بوده را به کار نبرید. ازغندی تصریح کرد: با کودک خود مهربان بوده و در صورت امکان با او اختیار قرار دادن شرایطی نظیر بردن به کلاس‌های مختلف موسیقی، نقاشی، خطاطی، طراحی و… به رشد خلاقیت او در زمینه‌های مختلف کمک کنید همچنین تشویق کارهای خلاقانه و به نمایش گذاشتن آن‌ها توسط والدین بسیار اهمیت دارد.

این روانشناس کودک در پایان تأکید کرد: اجزاءه دهید کودک خودش باشد و او را از انجام کارهای به اصطلاح مخالف با جنسش منع نکرده مثلا زمانی که دختر ماشین بازی و یا پسری عروسک‌بازی می‌کند، او را مورد تمسخر قرار نداده و هیچوقت در میان اطرافیان خصوصا همسالان، فرزند خود را تحقیر و نصیحت نکنید.