

این کارو نکن!

(تأثیر نهی‌های والدین بر شخصیت کودک)

مؤلف

مریم نامور



روان آگاه

محتوا

فصل اول: کلیات و مفاهیم	۹
تعارض کودک و والدین	۱۳
ویژگی‌های تعارض	۱۵
ویژگی‌های نوجوان که به تعارض والد - نوجوان کمک می‌کند	۱۵
محیط خانوادگی، اجتماعی و فرهنگی	۱۶
راهبردهای حل تعارض	۱۷
تأثیر تعارضات والد - نوجوان بر بهزیستی روانی والدین و نوجوانان	۱۷
ویژگی‌های تعارض بین والدین و نوجوانان	۱۸
عوامل مرتبط با تعارض والد - نوجوان	۲۱
الف: عوامل فردی	۲۲
ب: عوامل محیطی	۳۱
فصل دوم: والدین و پرورش شخصیت کودکان	۳۵
پرورش شخصیت	۳۹

- عوامل موثر بر شخصیت کودک..... ۴۰
- شیوه تربیتی والدین..... ۴۰
- جایگاه سنی کودک در خانواده..... ۴۱
- تک فرزندی..... ۴۴
- تعداد اعضای خانواده..... ۴۵
- روابط فرزندان خانواده..... ۴۵
- نکات طلایی پرورش شخصیت کودکان..... ۴۶
- پرورش شخصیت کودکان در مدرسه..... ۵۰
- سن حساس شکل‌گیری شخصیت کودکان..... ۵۱
- شخصیت کودکان در چه سنی شکل می‌گیرد و بدو تولد چه تأثیری در این روند دارد؟..... ۵۲
- شخصیت کودکان در چه سنی شکل می‌گیرد و اراده چه زمان تثبیت می‌شود؟..... ۵۲
- عوامل مؤثر بر شکل‌گیری شخصیت کودکان..... ۵۳
- نقش رفتار والدین در شکل‌گیری شخصیت کودکان..... ۵۳
- عوامل موثر بر رشد پرورش شخصیت دانش‌آموزان..... ۵۵
- دانش‌آموزان رشد یافته اجتماعی دارای چه ویژگی‌هایی هستند؟..... ۵۶
- محیط خانواده..... ۵۶
- محیط مدرسه..... ۵۷
- نقش مدرسه در شکل‌گیری شخصیت کودک..... ۵۸
- اثرپذیری کودک از فضای فیزیکی، روانی و آموزشی مدرسه..... ۵۸
- الگوپذیری کودک از مسئولین و معلمان مدرسه..... ۵۹
- معاشرت کودک با همسالان خود در محیط مدرسه..... ۵۹
- ارتباط مؤثر خانواده و نهاد آموزشی مدرسه..... ۶۰

۶۱.....	فصل سوم: نقش گفته‌های والدین در شخصیت کودک
۶۲.....	احساسات.....
۶۳.....	کودکی بعدها به شکل ناخودآگاهانه در بزرگسالی تاثیر دارد.....
۶۳.....	مادران مهمترین منبع شناخت جهان.....
۶۴.....	پیش نویس‌هایمان:.....
۶۵.....	نقش گفته‌های والدین در شخصیت کودک.....
۶۵.....	وجود نداشته باش.....
۶۵.....	مادر منبع اعتماد در کودکی.....
۶۶.....	موفق نباش.....
۶۷.....	مهم نباش.....
۶۸.....	نزدیک نباش.....

۷۱.....	فصل چهارم: راهبردهای مقابله با تعارض والدین و کودک
۷۷.....	انضباط مثبت در فرزندپروری چیست و چه اصولی دارد؟.....
۷۸.....	۵ معیار انضباط مثبت از دیدگاه نلسن (۱۹۸۱) عبارتند از:.....
۷۹.....	۱. قاطعیت و مهربانی در انضباط مثبت.....
۷۹.....	۲. جایگزین کردن روش آگاهی دادن و ایجاد فرصت‌های یادگیری از اشتباهات، به جای استفاده از تنبیه در انضباط مثبت.....
۸۰.....	آموزش والدگری بر تعارض والدین و نوجوان.....
۸۳.....	پرورش شخصیت اخلاقی کودکان.....
۸۵.....	ارتباط مؤثر والد-کودک، زیربنای کاهش مشکلات رفتاری کودکان.....
۸۹.....	مراحل تشکیل یک رابطه مثبت میان والدین با فرزندان.....

- ۸۹..... فلسفه والدین بودنشان را مستقیماً بگیرید.....
- ۸۹..... پرورش کودکان به طور مستقل.....
- ۹۱..... چه عواقبی وجود دارد و آیا به آنها عمل می‌شود؟.....
- ۹۱..... روش‌هایی برای ارتباط مؤثر والدین با فرزندان.....
- اهمیت بازی در کودکان و نقش والدین در رشد تکامل ذهنی، اجتماعی و جسمی
کودکان..... ۹۲.....
- اهمیت بازی کردن والدین با کودکان..... ۹۲.....
- اهمیت بازی در کودکان در مراحل اولیه زندگی..... ۹۴.....
- اهمیت بازی در کودکان در یادگیری زبان و واژگان..... ۹۵.....
- پرورش توانایی شناختی..... ۹۵.....
- مهارت‌های اجتماعی..... ۹۵.....
- رشد عاطفی..... ۹۶.....
- مهارت‌های تحرک جسمی..... ۹۶.....
- توانایی حل مسئله و اهمیت بازی در کودکان..... ۹۷.....
- منابع..... ۹۹.....

فصل اول

کلیات و مفاهیم

کودکی یکی از مراحل مهم زندگی است که در آن شخصیت فرد ایجاد و تأسیس می‌شود. بیشتر تناقض‌ها و اختلالات رفتاری در دوران بلوغ و بزرگسالی، از سهل‌انگاری در رابطه با مشکلات عاطفی و رفتاری کودکی مثل فقدان راهنمایی مناسب در فرآیند رشد و تحول نشئت می‌گیرد. مشکلات رفتاری معمولاً در سال‌های نخستین دوره کودکی مشاهده می‌شوند و بین سنین ۸ تا ۱۵ سالگی به اوج خود می‌رسند. هر جامعه‌ای وظیفه دارد فرزندان را در جامعه ملزم به معاشرت کند. هرچند بیشتر اوقات، عوامل مدرنیزاسیون و شهرنشینی از بسیاری جهات این تلاش را ناتوان کرده‌اند و کار جامعه‌پذیری کودک در مدارس واگذار شده است. با وجود همین عوامل، مدارس به جای آگاهی اجتماعی کودک، خود را به نوع دیگری از مؤسسات علاقه‌مند به عملکرد تحصیلی کودک تبدیل کرده‌اند. تا حدودی، جوامع روستایی نقش خود را از طریق رویدادهای مختلف اجتماعی انجام داده‌اند و کودک در این مناطق از یک کودک شهری بهتر اجتماعی می‌شود. مدارس تنها مؤسساتی هستند که می‌توانند به اندازه کافی به‌طور مؤثر در جامعه‌پذیری کودکان کمک کنند. یک معلم خردمند و آگاه از ارزش والای همکاری معلم و والدین در تربیت فرزند خوب به نام یک دانش‌آموز غافل نخواهد شد و

او باید هر وقت لازم و ممکن باشد این همکاری را مشتاقانه دنبال کند. والدین نیز باید به دنبال همکاری مشابه از معلم باشند و فقط یک معلم سهل‌انگار از چنین همکاری خودداری می‌کند. با این حال، همه والدین یا معلمان برای این همکاری نیستند. فروید، روانکاو، می‌گوید از آنجا که انسان با دو احساس اساسی متولد می‌شود، احساس عشق و سازندگی و احساس بیزاری و نابودی، هدف مدرسه از اهمیت فوق‌العاده‌ای برخوردار است. نوع صحیح آموزش بسیار مهم‌تر از هر نوع ثروت است؛ بنابراین، تدریس به معنای خو گرفتن و حتی از بین بردن خصوصیات شیطانی ریاضت است. علاوه بر این آموزش بدنی و آموزش و پرورش مغز به حداکثر ظرفیت در جهت صحیح نه تنها برای کودک بلکه برای رفاه و منافع کل جامعه است؛ بنابراین مدرسه قرار است کودک را به هر معنی و به هر قیمتی ملزم به معاشرت کند (کازدین^۱، ۲۰۱۸).

کودکان در خانه به مشکلات خانواده واکنش نشان می‌دهند و این نوع رفتارها به مدرسه منتقل می‌شود. والدین می‌دانند که پرورش کودک یک دوره آسان نیست. کودکان عصیان می‌کنند، پشیمان می‌شوند و هر کاری که می‌کنند تا گاهی مقابل والدین خود قرار بگیرند. این یک واقعیت زندگی است و همه ما می‌توانیم به روزهای جوانی خودمان فکر کنیم و به مسائل مختلف در درون خود بپردازیم. برگزاری کلاس‌های آموزشی والدین برای معلمین گزینه بسیار خوبی برای بسیاری از افرادی است که قبل از اینکه دیر شود، راهی برای رسیدن به فرزندان خود پیدا کنند؛ بنابراین مدارس مکان‌های بسیار مهمی هستند که به غیر از بهبود عملکرد تحصیلی، به کودکان روش‌های زندگی با دیگران را از طریق اجتماعی کردن آن‌ها که توسط معلمان برای کودکان طراحی شده است، می‌آموزند.

معلمان مدرسه و حتی مدارس خارج از خانه در هدایت فرزندان به سعادت، مشارکت فعال در اجتماعات و موفق شدن در چیزهایی که از ارزش برخوردار است، کمک می‌کنند. چه راهی بهتر از بردن فرزندانمان به مدارس برای یادگیری و هدایت آنها به

¹ Kazdin

معادن طلا و یادگیری هنر رهبری و مهارت مدیریت زندگی است؟ درحالی که کودکان در مدرسه مشکلات زیادی دارند که شامل تطبیق اجتماعی تا سازگاری تحصیلی است و این امر بر عهده والدین، معلمان و کل جامعه‌ای است که کودک در آن زندگی می‌کند و باید محیط لازم را برای کودک برقرار کند تا بتواند به طرز مثبتی در آن جامعه تعامل داشته باشد. مدرسه می‌تواند از طریق اجرای برنامه‌های آموزشی/ تدریسی، از طریق تعامل با همسالان در مدرسه و از طریق تعامل معلم و دانش آموز، توسعه رفتار خوب در کودکان را شکل یا تغییر شکل دهد. قوانین و مقررات سخت‌گیرانه مدرسه درحالی که توسط مدیرانی اجرا می‌شوند که فراموش می‌کنند که با کودکان سروکار دارند و این کار می‌تواند در رشد رفتار کودکان بسیار سخت‌گیرانه باشد. اگر به دلیل این قوانین و مقررات و مجریانی که نمی‌توانند متوجه شوند که با انسان‌ها سروکار دارند که یادگیری آنها منوط به کشف آنها می‌باشد، سعی می‌کند نتایجی داشته باشد و البته انسانی که شورش علیه قوانین را تحسین می‌کند، در آن صورت بیشتر زمان صرف کنترل فعالیت‌های رفتاری کودکان خواهد تا اینکه آنها را به شکلی بهتر انداخت. از این‌رو برای معلمان مهم است که ماهیت و نوع کسانی که دانش آموزان آنها هستند را درک کنند (ابراهیمی، ۱۴۰۰).

رشد شخصیت سالم کودک به بلندی روابطش با والدین بستگی دارد. کودک نیازهای عاطفی مانند عشق و محبت، محافظت با گرمی، پذیرش، شناخت امنیت را از والدین می‌خواهد. اگر از آنها محروم شود، مشکل ایجاد می‌کند. از طرف دیگر، امنیت و حمایت بیش از حد ممکن است کودک را وابسته کند. مسائل مربوط به مهارت‌های والدین یا افسردگی والدین یا سایر مشکلات ممکن است یک عامل خطر باشد. به نظر می‌رسد طلاق والدین، شاید تنها در صورت بروز اختلافات خانوادگی یا بی‌نظمی خطر را افزایش می‌دهد، اگرچه یک رابطه گرم حمایتی با یک والدین هم ممکن است این خطرات را جبران کند. به نظر نمی‌رسد که جزئیات مربوط به تغذیه نوزاد، از شیر گرفتن، آموزش توالت و غیره به‌طور عمده با روانشناسی مرتبط باشد. حریم خصوصی اجتماعی اولیه، یا فقدان روابط مداوم، هماهنگی، ایمنی، تعهد، در بروز اختلالات روانی

نقش داشته است. مهم است که خانواده‌ها را برای بهره‌مندی از کودک در حال رشد در کنار هم نگه دارید تا کودک را با ارزش‌های خانواده و اخلاقی غنی‌تر کند. همچنین حائز اهمیت است که هنجارها و ارزش‌های جامعه برای اجتماعی شدن مناسب کودک بسیار مورد توجه همه اعضای جامعه قرار گیرد. سرانجام اهمیت مدرسه در شکل دادن به کودک به نفع کل جامعه و ملت به‌طور کلی باید مورد حمایت همه باشد زیرا بدون اینکه همه به مدرسه احترام بگذارند به‌عنوان سیستمی که باید فرزندان برای توسعه از آن عبور کنند، آنچه خانواده‌ها و جامعه در کودک شکل داده‌اند نابود خواهد شد. در زمان کودکی، کودکان باید نزدیک والدین باشند و رفتار آنها مشاهده شود و در صورت لزوم با روش‌های مختلفی اصلاح شود که به رشد کودکان در جهت مطلوب کمک می‌کند. روش‌های مختلف اطمینان از نزدیکی خانواده، به‌عنوان مثال با ایجاد رسم و رسوم خانوادگی ویژه‌ای که برای رفاه کودک و هر یک از اعضای آن خانواده فراهم باشد، خواهد بود. لازم است پدران و مادران با همکاری از رفاه کودک در حال رشد مراقبت کنند و مانند پدر «پدری» و مادر «مادری» کنند؛ بنابراین، ادغام کودک با خانواده تأثیر منفی یا مثبتی بر میزان عاطفی خانواده، اندازه خانواده و موقعیت کودک در آن روابط خانوادگی و والدین دارد. نگرش والدین از قبیل محافظت بیش‌ازحد، مجاز بودن و غیره همه تأثیراتی در رفتار کودک دارد (بازاد و رشیدی‌اصل، ۱۴۰۱).

برنامه آموزش مدیریت والدین توسط بارکلی^۱ (۲۰۱۳)، برای کودکان دارای مشکلات رفتاری نظیر کودکان بیش‌فعال، کودکان دچار اختلال نافرمانی مقابله‌ای و نظایر آن، طراحی شده است. راهبردهای شناختی نهفته در این برنامه باعث تغییر نگرش افراد خانواده نسبت به کودک دارای اختلال نارسایی توجه-بیش‌فعالی می‌شود؛ یعنی تحمل و پذیرش را در والدین این کودکان افزایش می‌دهد. برنامه آموزش مدیریت والدین به والدین می‌آموزد چگونه مقدماتی مانند قوانین و دستورات را و عواقبی مانند تنبیه و پاداش را برای رفتارهای هدف، مانند فرمان‌برداری و نافرمانی در محیط کودک اصلاح

^۱ Barkley

نمایند. سپس والدین این روش‌ها را در خانه به منظور کاهش رفتارهای مشکل‌ساز و افزایش رفتارهای مناسب به کار می‌گیرند. پژوهش‌های مختلفی نشان می‌دهد که آموزش مدیریت والدین تأثیر مطلوبی بر اصلاح رفتار کودکان دارای مشکل دارد و منجر به کاهش علائم بیش‌فعالی-نقص توجه کودکان و بهبود کارآمدی والدین آنها می‌شود (فیض‌اللهی و همکاران، ۱۳۹۹).

این تکنیک‌ها بر اساس اصول شرطی‌سازی عامل کار می‌کند و از پیش‌درآمد و پیامد رفتار برای شکل‌گیری آن استفاده می‌شود. در این مهارت به والدین به‌صورت فعالانه آموزش داده می‌شود که رفتار خود با کودک را مدیریت کنند. این مهارت از طریق تمرین، ایفای نقش، بازخورد و الگوسازی که توسط درمانگر صورت می‌گیرد آموزش داده می‌شود. هدف این است که والدین به شیوه عملی بیاموزند چگونه با کودک خود رفتار کنند.

تعارض کودک و والدین

کودکی و سپس نوجوانی دوره‌ای هستند که با تغییرات مشخص جسمی، شناختی، عاطفی، اجتماعی و رشد خودآگاهی مشخص می‌شود و اغلب به عنوان یک دوره چالش برانگیز در زندگی نوجوانان و خانواده‌های شان شناخته می‌شود (استینبرگ و سیلک، ۲۰۰۲). نوجوانی برای نوجوانان دوره‌ای است که آنها فقط منتظر رسیدن به بلوغ جسمانی نیستند، بلکه در این دوره به نوعی استقلال عاطفی از والدین خود نیز دست می‌یابند. نوجوانان طی پیشرفتی موفقیت آمیز و از طریق انجام تکالیف رشدی متأثر از فرهنگ (آموزش کامل، تصمیم‌گیری شغلی، ایجاد سیستم‌های ارزشی و شکل دادن به روابط اجتماعی، احساسی و عاشقانه) مستقل می‌شوند. نوجوانی به عنوان دوره‌ای مهم از زندگی فرزندان که مشخه آن تغییرات سریع و به نوعی گذار از کودکی به بزرگسالی است، برای والدین نیز حائز اهمیت است. نوعی دوره‌ی انتقالی که نیازمند مذاکره‌ی مجدد درباره‌ی نقش‌های خانوادگی است. مذاکره‌ی مجدد بین والدین و نوجوان و با هدف گذار از وابستگی کودکی به استقلال بزرگسالی فرآیندی است که می‌تواند تجربه‌ای