

بزرگسالان کوچک

(آسیب‌های بلوغ زودرس روانی کودکان و نقش والدین و رسانه‌ها)

نویسنده:

فاطمه جمشید پور



روان آگاه

محتوا

فصل اول: کلیات و مفاهیم	۹
اصلاح سبک فرزندپروری والدین	۱۲
کلیدهای تأثیرگذار در تعامل والدین با فرزندان	۱۵
ارتباط مؤثر والد- کودک	۱۸
مراحل تشکیل یک رابطه مثبت میان والدین با فرزندان	۲۲
نقش والدین در شکلگیری شخصیت کودکان	۲۳
شیوه تربیتی والدین	۲۳
جایگاه سنی کودک در خانواده	۲۴
تک فرزندی	۲۷
نکات طلایی پرورش شخصیت کودکان	۲۷
نقش رفتار والدین در شکل گیری شخصیت کودکان	۳۱
فصل دوم: والدگری معکوس و بلوغ زودرس روانی کودکان	۳۵
نشانه‌های والدین معکوس	۳۵
تأثیر والدگری معکوس روی کودک	۳۶
صحبت کردن با فرزند نادرست است؟	۳۶
پدرومادر چه وظیفه‌ای در قبال فرزندان دارند؟	۳۷
درد و دل کردن والدین با کودک	۳۷

تأثیر والدگری معکوس روی کودک.....	۴۰
والد شدگی فرزند.....	۴۴
او مرد/مادر خانه شما نیست.....	۴۴
عواقب منفی والد شدگی فرزند.....	۴۵
نشانه‌های والد شدگی فرزند.....	۴۵
مدیریت و تنظیم هیجانی در کودکان.....	۴۸
رابطه با خانواده و همسالان.....	۴۸
عملکرد و موفقیت.....	۴۸
تاب‌آوری و سلامت روان.....	۴۹
نقش والدین در کمک به کودکان برای کسب مهارت‌های تنظیم هیجان.....	۵۱

فصل سوم: شکل‌گیری هویت در کودکان..... ۵۳

عوامل مؤثر در شکل‌گیری هویت کودکان.....	۵۴
نقش والدین در شکل‌گیری هویت کودکان.....	۵۵
نقش محیط اجتماعی در شکل‌گیری هویت کودکان.....	۵۷
نقش تجربیات شخصی در هویت کودکان.....	۵۷
نقش فرهنگ در شکل‌گیری هویت کودکان.....	۵۸
نقش رسانه‌ها در شکل‌گیری هویت کودکان.....	۵۹
شخصیت و هویت در گرو کودکی.....	۶۰
اهمیت هویت در کودکان.....	۶۰
عوامل مؤثر بر هویت کودکان.....	۶۱
امتداد هویت تا پایان عمر.....	۶۲
هویت در بزرگسالی.....	۶۲
بلوغ روانی و هویت یابی در کودک و نوجوان.....	۶۳

اختلالات بلوغ روانی.....	۶۳
نشانه‌های اختلال روانی در نوجوانان.....	۶۳
سطوح بلوغ روان.....	۶۴
عوامل روند رشد بلوغ روانی:.....	۶۴
بلوغ زودرس در کودکان چیست؟.....	۶۵

فصل چهارم: بزرگسالان کوچک ۶۷

شبکه‌های اجتماعی و ظهور کودک‌بلاگرها.....	۶۸
فرصت‌ها و تهدیدهای بازنمایی رسانه‌ای کودکان.....	۷۰
تأثیر اجتماعی رسانه.....	۷۴
جامعه‌پذیر کردن کودکان.....	۷۴
کاهش فعالیت‌های اجتماعی.....	۷۴
پرکردن اوقات فراغت.....	۷۴
پیامدهای فرهنگی رسانه.....	۷۵
رسانه و تبعات رفتاری آن برای کودکان.....	۷۶
تأثیر روانی رسانه.....	۷۷
راهکارهای کاهش آثار نامطلوب رسانه.....	۷۷
ورود کودکان به فضای مجازی آری یا نه؟.....	۷۹
فرزندپروری دیجیتال.....	۷۹
کنترل فرزندان در فضای مجازی با نگاه هوشمندانه والدین.....	۸۰
اهمیت سواد دیجیتال.....	۸۱
نیاز به تعادل.....	۸۱
اهمیت همکاری.....	۸۱
آینده آموزش و پرورش.....	۸۱

- ۸۵ راهکارهایی برای تربیت فرزندان در عصر دیجیتال
- ۸۵ راهنمای فرزندپروری در عصر دیجیتال
- ۸۶ ارائه آموزش
- ۸۷ ارتقای سواد رسانه‌ای دانش آموزان
- ۸۸ مربی دیجیتال فرزند خود باشیم
- ۸۹ هرچه اطلاعات دیجیتالی والدین بیشتر، خطر کمتر
- ۹۰ نکاتی برای والدین در عصر دیجیتال

۹۵ منابع

فصل اول

کلیات و مفاهیم

رابطه والدین با فرزندان یا فرزندپروری^۱ در گذر از اعمالی است که اهداف گوناگونی را دربردارد. تربیت اخلاقی و روانی، شناسائی، رشد و پیشرفت استعدادهای فرزندان، آموزش مهارت‌ها، آشنا کردن با قوانین و هنجارهای جامعه از دید والدین، از جمله این اهداف می‌باشند. پارسنز نیز دو کارکرد اساسی یعنی اجتماعی کردن و شکوفایی شخصیت فرزند را برای خانواده در نظر می‌گیرد. اینگونه اهداف والدین که شامل تمام فعالیت‌ها و اعمالی می‌شود که به صورت مستقیم یا غیر مستقیم ارتباط آنها را با فرزندان در رفتارهای روزمره نشان می‌دهد، که تحت عنوان فرزند پروری یا رابطه آموزشی مطرح می‌باشد. این فعالیت‌ها برطبق نظریه عمل بورديو جامعه شناس معاصر فرانسوی توسط نیروهای هدایت و یا کنترل می‌شوند، که این نیروها به صورت یکسان و به یک اندازه نزد انسان‌ها از جمله والدین وجود ندارد. این نیروها در ارتباط با وضعیت اقتصادی اجتماعی و فرهنگی خانواده می‌باشند.

همچنین تصویری که والدین از فرزندان خود دارند، تأثیر بر روی چگونگی نوع روابط یعنی شیوه‌های فرزند پروری نیز دارند. تصورات نیز تحت تأثیر طبقه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی فرد (یا سرمایه‌های فرهنگی) می‌باشند. تصورات و فرهنگ فرد، یعنی عادت

^۱ Parenting Styles

واره، هر دو عامل به صورت مستقیم و غیر مستقیم اعمال فرد را هدایت و کنترل می‌کنند. در این پژوهش، فرهنگ و تصورات والدین و نقش فرزند، هدایت کننده رفتارهای آنها از جمله نوع رابطه با فرزندان می‌باشند. فرزندپروری فعالیت پیچیده‌ای شامل روش‌ها و رفتارهای ویژه است که به طور مجزا یا در تعامل با یکدیگر بر رشد کودک تأثیر می‌گذارد. در واقع پایه و اساس شیوه فرزندپروری مبین تلاش‌های والدین برای کنترل و اجتماعی کردن کودکان شان است. تقریباً همه والدین از این که همه فرزندان شان چگونه باشند، یک تصویر آرمانی می‌سازند و برای سوق دادن فرزند به سوی این هدف (تصویر آرمانی) روش‌های زیادی را مورد آزمایش قرار می‌دهند فرزندان خود را تشویق یا تنبیه می‌کنند، برای آن‌ها سرمشق و الگو ارائه می‌دهند، انتظارات و باورهای خودشان را توضیح می‌دهند و سعی می‌کنند فرزندان شان را به مراکز آموزشی و تربیتی خاصی بسپارند و برای آن‌ها دوستانی انتخاب کنند که با اهداف ورزش‌های آن‌ها هماهنگ باشند. کودک مدل رفتار خود را از نمونه افرادی انتخاب خواهد کرد که در محیط زندگی او در دوروبر او بسر می‌برند و او در این انتخاب فقط تحت تأثیر تقلید خویش است. عقل و خرد او به میزان کافی رشد نکرده‌اند تا او بتواند آن‌ها را موردسنجش و ارزیابی قرار دهد و بهترین را برگزیند. در ضمن باید تعلیمات و آگاهی‌های او هم به درجه‌ای نیست که بتواند به‌گزینش ملاک و معیاری اقدام نماید. کودکی با چنین وضع عقلانی و با چنین درجه از آگاهی در برابر نقش‌های متعدد اخلاقی، فرهنگی، اقتصادی، مهر و عاطفه و رفتار و کردار والدین قرار می‌گیرد و می‌خواهد شیوه زندگی خود را از آنان بیاموزد و بر اساس نیک و بد رفتارشان گام بردارد و به‌پیش رود. طبیعی است که همه آنچه را که کودک می‌بیند برای او درس و مدل است، والدین از نخستین و مهم‌ترین مدل‌های مورد تقلید کودک می‌شوند.

صفات اجتماعی کودک از آنجا کسب می‌شود و از طریق همبستگی‌ها، انس‌ها، درگیری‌های والدین درمی‌یابد که چگونه باشد و این سعادت و یا در مواردی مرضی است که دامن‌گیر همه کودکان از خانواده‌های فقیر و ثروتمند خواهد شد. کانون خانواده از این دید کانون بسیار مجهزی است یادگیری‌ها در آن دوره از هرگونه پیچیدگی و

به گونه‌ای بسیار ساده و طبیعی هستند و کودک نمی‌تواند از تأثیرپذیری‌های خانواده دور و برکنار بماند (بخشی و درودی، ۱۴۰۲).

خانواده پایه‌گذار بخش مهمی از سرنوشت ما است و در تعیین سبک و خط‌مشی زندگی و آینده، اخلاق، صحت و سلامت روانی‌مان نقش بزرگی بر عهده دارد. رشد عاطفی و سلامت روانی کودک به خانواده و محیط خانوادگی بستگی دارد. خانواده نخستین پایگاهی است که پیوند بین کودک و محیط را فراهم می‌کند. کودک در خانواده نگرش‌های اولیه را درباره جهان فرامی‌گیرد، از لحاظ جسمی و ذهنی رشد می‌یابد، شیوه‌های سخن گفتن را می‌آموزد، هنجارهای اساسی رفتار را یاد می‌گیرد و سرانجام نگرش‌ها، اخلاق و روحیاتش شکل می‌گیرد و اجتماعی می‌شود. یکی از مهم‌ترین مباحث در این حوزه فرزند پروری نامیده می‌شود. اصطلاح فرزند پروری از ریشه پاریو^۱ به معنی زندگی‌بخش گرفته شده است. فرزند پروری، به شیوه غالب بر تربیت فرزندان از سوی والدین اشاره دارد و بر چگونگی رشد و تکوین شخصیت کودکان تأثیر به سزایی دارد. سبک فرزند پروری مجموعه‌ای از نگرش‌های والدین نسبت به فرزندان است که منجر به ایجاد جو هیجانی می‌شود که در آن جو رفتارهای والدین بروز می‌نماید. این رفتارها هم دربرگیرنده رفتارهای مشخص (رفتارهایی که در جهت هدف والدین است) که از طریق آن رفتارها، والدین به وظایف والدینی‌شان عمل می‌کنند (اشاره به رفتارهای فرزند پروری دارد) و رفتارهای غیر مرتبط با هدف‌های والدینی است که شامل ژست‌ها، تغییر در تن صدا یا بیان هیجان‌های غیرارادی می‌باشد. درواقع فرزندپروری فعالیتی پیچیده و دربرگیرنده رفتارهای خاصی است که فرزند را تحت تأثیر قرار می‌دهد. سبک‌های فرزند پروری یا شیوه‌های تربیتی والدین بر بروز نابهنجاری‌های رفتاری فرزندان اثرات قابل توجهی دارد. نقش کیفیت رفتار والدین بر عملکرد تحصیلی، روابط با همسالان و سازگاری در دوره نوجوانی مشخص شده است (ولش^۲ و همکاران، ۲۰۲۰). سبک فرزندپروری

^۱ pario

^۲ Welsh

مجموعه‌ای از نگرش‌های والدین نسبت به فرزندان است که منجر به ایجاد جو هیجانی می‌شود که در آن جو رفتارهای والدین بروز می‌نماید. این رفتارها هم دربرگیرنده رفتارهای مشخص رفتارهایی که در جهت هدف والدین است که از طریق آن رفتارها، والدین به وظایف والدینی‌شان عمل می‌کنند اشاره به رفتارهای فرزند پروری دارد و رفتارهای غیر مرتبط با هدف‌های والدینی است که شامل ژست‌ها، تغییر در تن صدا یا بیان هیجان‌های غیرارادی می‌باشد. درواقع فرزند پروری فعالیتی پیچیده و دربرگیرنده رفتارهای خاصی است که فرزند را تحت تأثیر قرار می‌دهد. وقتی انسان در جایگاه پدر و مادر قرار می‌گیرد، یک‌باره ترسی تمام وجودش را فرا می‌گیرد. ترس اینکه حالا من با این کودک چه کنم؟ چه روش و اصولی را باید انتخاب کنم؟ تربیت فرزند چه راهکارهایی دارد؟ از کدام باید استفاده کنم؟ ممکن است شما هم رفتارهایی از پدر و مادرها دیده باشید و بگویید: «اگر من جای این پدر و مادر بودم چه کاری انجام می‌دادم؟» یا شاید پیش خود بگویید: «من فرزندم را این‌طوری تربیت نمی‌کنم، بلکه جوری تربیت می‌کنم که فرزندم خیلی رابطه خوبی با من داشته باشد.» بعضی مواقع اصلاً پدر و مادرها می‌ترسند و می‌گویند: «خدایا ما چه کنیم با این موجود دوبا؟». برای همین نیاز است که همسران قبل از اینکه صاحب فرزند شوند، در این مورد اطلاعاتی کسب کنند یا اینکه بعد از تولد فرزندشان سعی کنند که مهارت‌های تعامل با کودک را بیاموزند. البته هر پدر و مادری برای تعامل با کودک خود از روشی استفاده می‌کند که آن روش تربیتی اصول و مقرراتی دارد. هر روش تربیتی شامل یکسری بایدها و نبایدهاست که هر فردی بر آن اساس پایه و شالوده تربیتی فرزندش را می‌چیند (کوزه‌گران، ۱۴۰۳).

اصلاح سبک فرزندپروری والدین

از جمله مهمترین عوامل موثر بر روند رشد کودک نوع و شیوه تربیتی یا به اصطلاح سبک فرزندپروری والدین است. سبک‌های فرزندپروری را می‌توان به عنوان مجموعه یا سیستم رفتاری تعریف کرد که تعامل والدین و کودک را در طیف گسترده‌ای از

موقعیت‌ها توصیف می‌کند و یک فضای تعامل مؤثر را ایجاد می‌کند. سبک والدین دو عنصر مهم والدین را به خود اختصاص می‌دهد: مسئولیت‌پذیری والدین و مطالبه والدین. سبک‌های فرزند پروری ترکیبی از رفتارهای والدین است که در موقعیت‌های گسترده‌ای روی می‌دهد و جوّ فرزند پروری بادوامی را پدید می‌آورند، روش‌هایی که والدین در برخورد با فرزندان خود اعمال می‌کنند. فرزند پروری شامل یک سری از مهارت‌های بین فردی و توقعات هیجانی است که تحت تأثیر ویژگی‌های والدین و سبک دلبستگی که کسب کرده اند، قرار دارد. آموزش در مورد سبک‌های مطلوب و بهینه والدین و ایجاد زود هنگام شیوه‌های مؤثر، هر دو برای سازگاری اجتماعی و موفقیت کودک مهم هستند. در بسیاری از شرایط، اتخاذ یک سبک والدین اقتدارپذیر و انعطاف‌پذیر، بیشترین تأثیر را برای رشد اجتماعی، شناختی، اخلاقی و عاطفی کودک دارد. با این حال، تحقیقات در زمینه تعامل والدین و کودک باید همچنان ادامه یابد تا ارزیابی شود؛ نه تنها نتایج در گروه‌های گسترده‌تری از گروه‌های قومی / نژادی / فرهنگی و اجتماعی، بلکه نتایج در کودکانی در سنین مختلف نیز مورد بررسی قرار می‌گیرد تا خانواده‌ها در هر نوع شرایط بتوانند از مزایای کامل تحقیقات استفاده کنند.

در پژوهشی که مروه در سال ۲۰۱۸ با عنوان سبک‌های فرزندپروری والدین بعنوان پیشگویی کننده رفتارهای اجتماعی کودکان پیش دبستان بر روی ۲۷۶ کودک در ترکیه انجام داد، به این نتیجه رسید که والدین با سبک تنبیهی و ملایم بهترین سبک‌ها برای پیشگویی رفتارهای اجتماعی مثبت یا منفی کودکان هستند (نسلیهان و مروه، ۲۰۱۸). در مطالعه‌ای که توسط مونیکا و کورانچی (۲۰۱۳) بر روی ۴۸۰ کودک مقطع ابتدایی در مورد ارتباط سبک‌های فرزندپروری و رشد اجتماعی بر اساس مصاحبه ساختار یافته و پرسشنامه اطلاعات صورت گرفت، نتایج نشان داد که سبک‌های فرزندپروری تأثیر مثبت و قابل توجهی در رشد اجتماعی کودکان دارد. بامریند سه سبک فرزندپروری مستبدانه، مقتدرانه و سهل‌گیرانه را ارائه کرده است. پژوهش‌ها نشان داده است که هرکدام از این سبک‌ها می‌تواند پیامدهای مثبت و منفی در کودکان را به همراه داشته باشد. سبک مستبدانه با تقاضای بالای والدین و پاسخ‌دهی کم آن‌ها و