



کودک شما «نه گفتن» بلد است؟

اشتراک در شبکه‌های اجتماعی:

آدرس صفحه: <https://mav>



[1]

آموزش «نه گفتن» به کودکان در گفت‌وگو با دکتر مبین صالحی/ مجله خانه خوبان شماره 124

اشاره: فرزند شما توانایی «نه گفتن» را دارد؟ بسیاری از والدین، به این علت که فرزندانشان توانایی «نه گفتن» در قبال خواسته‌های دیگران را ندارند، کلافه‌اند. این مشکل افزون بر اینکه در دوران کودکی آسیب‌های جدی‌ای به کودک وارد می‌کند، در آینده او نیز خطرساز خواهد بود. درباره این مشکل با دکتر مبین صالحی، روان‌شناس و نویسنده کتاب «روان‌شناس کودک خود باشید» به گفت‌وگو پرداخته‌ایم.

از مهم‌ترین دغدغه‌های والدین کودکان دبستانی ناتوانی فرزندشان در «نه گفتن» است. آیا این مشکل قابل حل است؟

یکی از ریشه‌های این مشکل همانند اغلب مشکلات رایج در کودکی یادگیری در طول دوره خردسالی است. والدین در دوره پیش‌دبستانی (5/2 تا 6 سالگی) نقش پررنگی در تربیت کودک دارند. اهمیت تأثیرات محیط اجتماعی اولیه بر تربیت کودک آن قدر اهمیت دارد که روان‌شناس مشهوری مانند آدلر معتقد است، رابطه کودک با پدر و مادر می‌تواند بر آثار وراثت غلبه کند. در این زمان، نیروهای محیطی تقریباً تمام ابعاد شخصیت کودک را تغییر داده یا شکل می‌دهند؛ بنابراین حتی کودک خجالتی را می‌توان تغییر داد.

چه عاملی در به وجود آمدن ناتوانی «نه گفتن» در کودکان مؤثر است؟

عامل یادگیری از مهم‌ترین عوامل این ناتوانی است. برای روشن شدن نقش عامل یادگیری بر ناتوانی در نه گفتن به ماجرای

زیر توجه کنید:

فریده به یاد می‌آورد وقتی 4 ساله بود از مادرش خواست با لوازم‌آرایش بازی کند. مادر مخالف کرد، چون اعتقاد داشت ممکن است دست‌هایش با مواد شیمیایی آلوده شود و در دهانش بگذارد و مریض شود. آن روز فریده آن‌قدر اصرار و بی‌قراری کرده بود که مادر به خواسته‌اش جواب مثبت داد. البته به او گفت این آخرین بار است!

این اتفاقی است که بارها و بارها در زمینه‌های مختلف در اغلب خانواده‌ها رخ می‌دهد:

درخواست کودک - امتناع مادر - اصرار و گریه کودک - تسلیم شدن مادر

مادر تصدیق می‌کرد که درباره فریده نیز این تنها مورد نبوده و خیلی اتفاق افتاده که به سبب گریه و سروصدایش خسته شده و حرفش را قبول کرده است. توجیه مادر این بود که خسته‌ام می‌کرد؛ حوصله سروصدایش را نداشتم؛ می‌خواستم تمامش کند.

فریده بزرگ شد و وارد دبستان شد. همه‌چیز خوب پیش می‌رفت. تا اینکه روزی فریده دیر کرد. مادر به شدت نگران شد. چند بار از پنجره کوچه را دید زد؛ اما دیگر طاقت نیاورد، چادر سر کرد و با حالت پریشان رفت دنبال فرزندش. هنوز خیلی از خانه دور نشده بود که دید فریده از خانه دوستش زد بیرون. مادر از شدت عصبانیت دست او را محکم گرفت و راه افتاد طرف خانه.

توجیه فریده برای رفتارش این بود: «مامان به خدا تقصیر من نبود. دوستم گفت بیا بریم خونه ما. باور کن بهش گفتم نه نمیام، مامانم دعوا می‌کنه؛ ولی اون هی اصرار کرد».

شاید جمله آخر تا حدودی رابطه ماجرای 4 سالگی را با ماجرای فعلی روشن کرده باشد، ولی برای روشن‌تر شدن موضوع اجازه بدهید کمی دقیق‌تر به تحلیل روان‌شناختی آن بپردازم. وقتی فریده در 4 سالگی از مادرش درخواستی داشت و مادر «نه» گفت ولی سرانجام تسلیم شد، یک اتفاق افتاد؛ او نه تنها «نه شنیدن» را یاد نگرفت، بلکه یاد گرفت که «نه گفتن» یعنی اینکه اگر طرف مقابل اصرار کرد، باید کوتاه بیایی. در واقع، مفهومی غلط از «نه» در ذهن او شکل گرفت.

چه خطراتی پیش روی کودکانی است که «نه گفتن» بلد نیستند؟

کودکانی که نه شنیدن را در کودکی نمی‌آموزند، در بزرگسالی نه گفتن را نمی‌دانند. در مثال بالا فریده نتوانست به دوستش نه بگوید، چون در کودکی از مادرش یک نه واقعی نشنیده بود. مادر الگویی بود و «نه» در ذهن او این‌گونه شکل گرفته بود؛ اگر کسی از تو درخواستی نایجا کرد بگو نه؛ و اگر اصرار کرد بپذیر؛ بنابراین اگر به عنوان والدین کودک می‌خواهید کودکان در سال‌های آینده بتوانند از خودش در مقابل خطرهای اجتماعی محافظت نموده و از حقوقش دفاع کند، اول خودتان از حقوق والدینی‌تان دفاع کنید و او را از خطرها حفظ کنید.

خود والدین چه مقدار و چگونه در قبال خواسته فرزندان ایستادگی داشته باشند؟

اصل اولیه این است که به کودک در 7 سال اول زندگی نه نگوییم مگر اینکه ضرورت داشته باشد. برای مثال اگر درخواستی کند که ضرر قابل‌توجهی برایش داشته باشد، باید نه بگوییم. نه مثل مادر فریده که اعتقاد داشت بازی با لوازم‌آرایش ضرر جدی دارد و این را برای او بیان کرد؛ اما نهایتاً کوتاه آمد؛ بنابراین نباید انتظار داشته باشد که بعدها فرزندش خودش را از خطرها حفظ کند. از سوی دیگر مادر تسلیم کودک شد و نتوانست در جایگاه خود به عنوان مادر و مدیر خانواده باقی بماند؛ بنابراین نباید توقع داشته باشد کودکش در زمان فشارهای اجتماعی توان ایستادگی داشته باشد.

از طرفی والدین باید توجه کنند که کودکان اعتماد به نفس را از والدین می‌آموزند؛ اما نه به صورت کلامی، بلکه از عمل والدین. کودک با مشاهده ضعف والدین، احساس ضعف خواهد کرد. کودکان خردسال والدین را موجوداتی قوی و مهربان می‌دانند. این طر‌ح‌واره‌ای است که با آن به دنیا آمده‌اند و تا ابد به آن نیاز دارند. اگر این احساس خراب شود، کودک الگوی والدینی‌اش را از دست خواهد داد. یک والد قاطع (قوی و مهربان) به کودک اجازه می‌دهد آزادانه در محیط زندگی‌اش بازی کند، کاوش کند و لذت ببرد؛ اما در زمان لازم نیز مقتدرانه در مقابل خواست کودکش ایستادگی می‌کند، یعنی محدودیت و چارچوب تعیین می‌کند. متقابلاً، کودک خواهد آموخت که با اطرافیان مهربان باشد اما در صورتی که بخواهند به حریمش ورود کنند، مقاومت کند.

<https://mava.iki.ac.ir/tag/%D8%B5%D8%A7%D9%84%D8%AD%DB%8C%D8%8C-%D9%86%D9%87-%DA%AF%D9%81%D8%AA%D9%86%D8%8C-%DA%A9%D9%88%D8%AF%DA%A9>