

بدترین روش تربیت کودکان کتک زدن است

تاریخ بروزرسانی: ۱۲ آذر ۱۴۰۱

هر پدر و مادری، فرزندش را بیش از هر کس دیگری در دنیا دوست دارد و بیشتر از همه میخواهد فرزندانش همین حس را نیز داشته باشند و همراه با احساس خوشبختی بزرگ شوند. اما درک کردن کودکان کاری بسیار دشوار و رفتار آنها به سختی قابل مدیریت است. کودکان ممکن است پرخاشگری، از گوش دادن به صحبت‌های شما خودداری و قوانین شما را زیر پا بگذارند. زمانی که فرزندان چنین رفتاری داشته باشند، والدین از این نوع رفتارها احساس ناتوانی و ترس میکنند (شاید مشکلی در فرزندم وجود داشته باشد) و ترس منجر به عصبانیت میشود. در نتیجه این موضوع اغلب باعث میشود که والدین بصورت تکانشی رفتار کنند.

والدین ناآگاهانه ممکن است حرفی بزنند یا رفتاری انجام دهند که به عزت نفس فرزندشان لطمه بزند. با احترام و درک عمیق نسبت به والدین گرامی و تصور اینکه فرزندپروری چقدر میتواند کار دشواری باشد، به موضوع کتک زدن کودک میپردازیم. هدف در این مقاله این است که بدون اینکه شما را مورد انتقاد قرار دهیم، آگاهی شما را در مورد مضرات کتک زدن کودکان افزایش دهیم. پیشنهاد میکنیم که بجای تنبیه فیزیکی از مجموعه حدود و مقررات مثبت استفاده کنید. این روش به شما کمک میکند تا با آموزش مهارتهای رشد خودکنترلی و حفظ عزت نفس، با فرزندتان گفتگو کنید و بگویید که نیاز دارد رفتارهای منفی خود را تغییر دهد.

مدتهای مدیدی است که برخی از روشهای تربیتی بسیار منسوخ و منفی، همچنان در سبک تربیتی کودکان در جامعه باقی مانده است. حتی باورهای قدیمی مانند اینکه کودکان ذاتاً بد هستند و با انگیزه های بد به دنیا می آیند، هنوز در روان بسیاری از والدین وجود دارد. این باور نیز وجود دارد که تنها راه برای ترغیب کودکان به رفتار «درست» تنبیه شدید آنهاست. به عنوان مثال هر زمان که آنها رفتار نادرست دارند، آنها را کتک میزنند. والدینی که خود به این شکل تربیت شده اند، طبیعتاً به این واکنش تمایل پیدا میکنند. والدین اغلب از اقدام خود عمیقاً پشیمان میشوند اما نمیدانند یا بلد نیستند که چه کار دیگری انجام دهند. بعلت عدم آگاهی از سایر مهارتهای قابل اجرا، ناخواسته خود را در شرایطی می بینند که به همان روش آشنا بارها و بارها ادامه دهند.



مضرات آسیب فیزیکی به کودکان

اجازه دهید توضیح دهیم که چرا کتک زدن برای کودکان بسیار مضر است. وقتی کودک بد رفتاری میکند و شما او را کتک میزنید، نه تنها از نظر جسمی به او آسیب میزنید، بلکه از نظر روحی نیز به او آسیب میرسد. این امر در مورد استفاده از کلمات منفی نیز صادق است. در این شرایط کودک نگران است و این افکار به ذهنش می آید که اگر به او صدمه بزنید، واقعاً او را دوست ندارید. طبیعتاً این تصور را در مورد خود دارد که باید آدم وحشتناکی باشم و دوست داشتنی نیستم. در نتیجه، فرزند ممکن است با عزت نفس پایین بزرگ شود. این حس منفی که فرد از خود دارد، میتواند به روابط او و توانایی او برای موفقیت‌های آینده آسیب برساند.

با کتک زدن کودکان همچنین به آنها این پیام را میدهید که پرخاشگری نسبت به دیگران اشکالی ندارد. زمانی که فرزندان را آزار میدهید، شما نمیتوانید از کودکان بخواهید که به دیگران صدمه نزنند. کودکان بیشتر تمایل به انجام و تکرار رفتارهای تان را دارند نه تمایل به آنچه که شما میگویید. برای کودکانی که مورد ضرب و شتم قرار میگیرند معمول است که خواهر و برادر خود، سایر کودکان و حتی والدین خود را بزنند.



تأثیر کتک زدن در روابط عاشقانه آینده

وقتی فرزندتان را کتک میزنید، به او یاد میدهید که صدمه زدن به فردی که دوستش دارید یا کتک خوردن از فردی که دوستش دارید، اشکالی ندارد. فرد نوع رابطه والد/فرزندی را که تجربه میکند، الگویی برای یک رابطه محبت آمیز و عاشقانه در آینده میشود. در نتیجه کودک ممکن است ناخودآگاه حتی در ازدواجش به سمت روابط پرخاشگرانه کشیده شود. ضربه زدن همچنین باعث میشود به رابطه والدین/فرزند نیز آسیب رسد. وقتی کودکی مورد ضرب و شتم قرار میگیرد، از والدین خود میترسد و از دست آنها عصبانی میشود. بزودی یک رابطه منفی بین والد/فرزند میتواند شکل بگیرد و کودک ممکن است بر سر همه چیز با والدین دعوا کند. معمولاً هر بحث و جدلی باعث میشود که والدین و کودک احساس بدبختی کنند.

گاهی اوقات کودکان خشم خود را سرکوب میکنند و دچار افسردگی میشوند. یا دچار جایجایی خشم علیه والدین میشوند. این روند نشان میدهد که والدین (که به شدت به مراقبت از او نیاز دارند) خوب هستند و کودک در همه مسائل مقصر است. متأسفانه هنگامی که این اتفاق میافتد، کودک ممکن است دچار افکار خود ویرانگری شود. امروزه مجموعه ای از دانش در روشهای تربیتی وجود دارد و از این ایده حمایت میکند که والدین بهتر است یک مربی مهربان و حامی باشند و رویکردی آموزشی با کودکان خود داشته باشند. یادگیری و آموزش روشهای تربیتی مدرن به کودکان کمک میکند تا احساس عشق به خود و اعتماد به نفس داشته باشند. استفاده از مجموعه حدود و مقررات مثبت، اهداف اصلی تربیت را محقق میکند.



نحوه عملکرد قوانین تربیتی

فرض کنید وارد اتاق میشوید و کوچکترین فرزندان را میبینید که برادر بزرگترش را کتک میزند. مطالبی که در ادامه مطرح میشود، گام های موثری هستند که بهتر است، انجام دهید.

برای رفتار پرخاشگرانه محدودیت تعیین کنید. میتوانید با صدایی آرام و محکم به فرزندان بگویید «بس کن». ما هیچ کدامان در خانواده یکدیگر را کتک نمیزنیم». محدودیت ها مهم هستند؛ زیرا پرخاشگری کودکان تحت تأثیر وضع محدودیتها قرار میگیرد. اگر آنها به خود اجازه دهند که به دیگران صدمه بزنند یا اثاثیه منزل را بشکنند، از انگیزه خشونت خود میترسند. حدود و مقررات خود را توضیح دهید؛ ممکن است بگویید «وقتی به برادرت آسیب میزنی، او را آزار میدهی. ما به هیچ کس در خانواده صدمه نمیزنیم. اجازه نمیدهیم کسی به شما صدمه بزند».

یادآوری مواقعی که کودکان مورد اصابت قرار گرفته اند نیز مفید است، تا بتوانند با تجربه گذشته، موضوع را بهتر درک کنند. هنگامی که آنها دلیل قوانین شما را درک کنند و برایشان منطقی شود، همکاری بیشتری خواهند داشت و تمایل پیدا میکنند، رفتار خود را تغییر دهند.

احساسات فرزندان را تایید کنید و بپذیرید. به او بگویید «اشکال ندارد عصبانی باش، اما نمیتوانی به کسی صدمه بزنی». این امر به او کمک میکند تا بین خشم و پرخاشگری تمایز قائل شود. همچنین باعث میشود که احساس خشم که یک نیاز طبیعی انسان است، مورد پذیرش واقع شود. همانطور که کودک به مرور زمان رشد میکند، احساس راحتی کند و در مورد احساسات خود با شما صحبت کند، نه اینکه آنها را اینگونه به نمایش بگذارد. این فرصت را نیز به شما میدهد که او را مورد حمایت خود قرار دهید و به او در حل مشکلات کمک کنید.

احساسات فرزندتان را به موقعیت ایجاد شده ربط دهید. به فرزندتان توضیح دهید «تو از دست برادرت عصبانی شدی، چون اجازه نداد معلم باشی». همانطور که این موقعیتها را به همدیگر ربط میدهید، به او کمک میکنید تا انگیزه خود را برای رفتارش درک کند و به مرور زمان خودکنترلی بهتری در او ایجاد شود.

برای ابراز احساسات، او را به استفاده از کلمات تشویق کنید. بگویید «وقتی عصبانی هستی بهتر است از کلمات استفاده کنی. بگویی من عصبانی هستم». کودکان به طور طبیعی نمیدانند از چه کلماتی استفاده کنند. هنگامی که او از کلمات استفاده میکند، دیگر نیازی به خشونت فیزیکی ندارد. در نتیجه به مهارتی تبدیل میشود که او در هر تعارضی از آن استفاده خواهد کرد.

مشکلات را بصورت اساسی رسیدگی کنید. در هر موقعیتی بطور کلی بینشی برای حل مشکل وجود دارد. برای مثال در حکایت با دو خواهر و برادر ممکن است بگویید «کوچکترین فرد اعضای خانواده بودن سخت است. بزرگ ترین فرزند همیشه دوست دارد رهبر باشد. میتوانی به برادرت بگویی نوبت من است که معلم شوم یا برای کمک نزد من بیا». به این ترتیب احساساتش را عمیق تر درک میکنید و مهارتهایی را به او می آموزید تا بتواند موقعیتهای مشابه را مدیریت کند.



در پایان

بخاطر داشته باشید که کودکان مهارتها را طی یک فرآیند در طول زمان یاد میگیرند. یادگیری یک مهارت احساسی مانند خودکنترلی سالها طول میکشد. از برخی جهات میتوانید اینها را با روند آموزش الفبا به بچه ها مقایسه کنید. شما بهتر است با صبر و حوصله بارها و بارها در طول زمان تکرار کنید تا زمانی که کودک به نتیجه رسد. در نهایت طی سالهای متممادی، فرزندتان قوانین تربیتی را درونی میکند و باعث رشد خودکنترلی در خود میشود. در این میان والدین بهتر است به عنوان مربی صبور، مهربان و حامی عمل کنند. اگر به دوران کودکی خود فکر کنید، ببینید اینها ویژگیهای معلمانی بود که از آنها بیشترین چیزها را آموختید.