

چگونه از کودکانمان سوال کنیم؟ (۹)

کودک شما مشغول تماشای تلوزیون است . دیر وقت است و شما از او می خواهید تلوزیون را خاموش کند و برای خواب به اتاقش برود .

فکر می کنید در کدام یک از موارد زیر احتمال پیروی کودک از دستور شما بیشتر است؟

(الف) ساعت ۱۱ شب است و وقت خواب شما ، بلند شو ، تلوزیون را خاموش کن و برو بخواب.

(ب) صبح شد ، پس کی می خواهی تلوزیون رو خاموش کنی ؟ از صبح این تلوزیون روشنه ، صدای توی گوشه ، حتی ۳ دقیقه هم درس نخوندی ، دختر خاله ات رو نگاه کن . چه قدر ماهه ، درسش رو می خونه ، تفریحش رو می کنه ، روزی ۱ ساعت هم تلوزیون تماشا می کنه ، شاگرد اول هم شده ، اما تو چی ؟ منو نا امید می کنی و...

(ج) تلوزیون رو خاموش می کنی یا پیام دستت رو بگیرم و پرت کنم توی اتاق؟

در صورتی که دستورات شما این اشکالات رو داشته باشند ، احتمال نافرمانی کودک زیاد است :

۱- زمانی که زیاد دستور می دهید. در چنین شرایطی کودک ترجیح می دهد هیچ کدام از دستورات بی شمار شما را انجام ندهد.

۲- وقتی در زمان نامناسب دستور می دهید. مثلاً کودک شما در یک مهمانی در منزلتان مشغول توپ بازی با دوستانش در حیاط است که ناگهان شما می گوئید: زود بیا بنشین سر درس و مشقت.

۳- وقتی با دستورتان یک پیام متناقض و دو پهلو را به او منتقل می کنید. مثال: کودک شما در حضور جمع حرف زشتی را می زند و شما می خواهید او را از گفتن این حرف منع کنید ، ضمن خنده به او می گوئید: خیلی حرف زشتی زدی ، دیگه این حرف رو نزنن ها !!

این پیام متناقض است ؛ با کلام خود او را منع می کنید ولی با حالت غیر کلامی تان (خنده ، حالت چشم و صورت) به او می گوئید حرفش چندان هم زشت نبوده و شما خوشتان آمده است.

۴- وقتی دستور شما کافی نیست و نیاز به آموزش دارد. مثال: به کودکتان می گوئید: « درست مسواک بزن ». آیا شما قبلاً درست مسواک زدن را به کودکتان آموخته اید؟

۵- وقتی دستورات شما مبهم است .

وقتی به فرزند خود می گوئید: دختر خوبی باش . مؤدب باش . کاری نکن که آبروی من بره . کارهای احمقانه نکن . انتظار دارم تو مهمونی لج من رو در نیاری و ...

در تمام این موارد فقط خود شما می دانید که منظورتان چیست . ما نمی دانیم منظور شما از خوب بودن ، مؤدب بودن ، احمق نبودن و ... چیست؟

به شما توصیه می کنم هیچ وقت نگویید: خودش منظورم را می فهمد ، کم هوش که نیست ، وقتی می گویم خوب باش ، می فهمد یعنی چه .

همیشه منظورتان را خیلی ساده ، واضح و روشن بیان کنید ؛ حتی برای افراد باهوش و کسانی که با آنها زندگی می کنید.

شما باید هنگام دستور دادن دقیقاً به همان رفتاری که مد نظرتان است اشاره کنید.

به این عبارات توجه کنید: (روی مبل بالا و پایین نپر ، روی آن بنشین) ، به جای لج بازی نکن ، این قدر حرص من رو در نیار.

(لباس هایت را داخل کمد آویزان کن) ، به جای شلخته بازی را کنار بگذار ، کمی هم انصاف داشته باش . من خسته شدم از بس

دکتر زهره جعفری (روانپزشک)

که لباسهای تو را مرتب کردم.