



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرستان فسا

مرکز آموزشی درمانی بیمارستان حضرت ولی عصر (عج)

در مقابل حرف کوش نکردن

بچه ها چه باید کرد؟

آموزش به بیمار

تهیه : مریم مزیدی

روانشناس بالینی

تنظیم : (رازیتا) بخشی زاده

سوپروایزر آموزشی

اردیبهشت ۹۵

با مسائل و مشکلاتی که کودکان به هنگام درخواست فرید وسیله ای ایجاد می کنند،

چگونه می توان کنار آمد؟

با گفتن کلمه نمی خرم، هرگز احساس گناه نکنید. مشاجره های بین والدین و فرزندان به طور معمول خوشایند نیست و ممکن است بارها پیش بیاید که فرزندان از تصمیم گیری شما خوشحال و راضی نباشد ولی نتیجه کار برای هر دو طرف بهتر است.

موقع پخش پیام های بازرگانی نیز بهتر است تلویزیون را خاموش کنید. تحقیقات نشان داده است که هر چه کودکان کمتر پیام های بازرگانی تلویزیون را ببینند کمتر برای خرید وسایل جدید بهانه گیری می کنند.

بچه لگد و جیغ می زند، با کج خلقی اسباب بازیها را به زمین می کوبد به خاطر اینکه اسباب بازی که می خواسته، برایش نخریدید. چه باید کرد؟



آنچه نباید انجام دهید

۱- سعی نکنید برای کودک نوپایتان دلیل و استدلال بتراشید. بچه ها در کج خلقی به حرف منطقی گوش نمی دهند

۲- خونسردی نشان ندهید، (کودک نباید احساس کند که او برای شما هیچ اهمیتی ندارد).

۳- در مقابل کودک تسلیم نشوید، چون تسلیم در مقابل رفتار بد کودک، نوعی پاداش دادن به اوست. (دفعه بعد یاد میگیرد اگر پافشاری کند شما تسلیم میشوید)

۴- به کودک رشوه مثل آب نبات یا خوراکی ندهید. او ممکن است برای گرفتن این رشوه چنین رفتاری را شروع کند

آنچه باید انجام دهید

۱- سکوت کنید و در مقابل آنچه دیگران فکر می کنند نگران نباشید (به او نگویند آبروریزی نکن جلوی مردم زشته!) او یاد میگیرد از این موقعیت سوء استفاده کند

۲- بی توجهی به رفتار بد کودک (نه خود او) بهترین تنبیه بوده و همیشه جواب میدهد.

۳- اگر بد اخلاقی کودک ادامه پیدا کرد فروشگاه را ترک کنید

۴- در موقعی که کودک آرام است برایش توضیح دهید که اگر با بد اخلاقی وسایل را پرتاب یا خراب

کند، فروشگاه را ترک خواهید کرد

۵- به رفتار خوبش پاداش دهید.

۴- برای دست زدن به اشیاء با ارزش کفایت آنها را دور از دسترس کودک قرار دهیم و مرتب سر او داد نزنیم که نکن! خراب میشه! (خانه همیشه زیبا یا سلامت روان کودکمان؟)

پس تا آنجا که میتوانیم دستورات را مثبت بدهیم نه منفی (روی این تشک بپر بهتر است تا روی مبل) و محدوده ها را از قبل_ نه در حین بازی_ مشخص کنیم.



چه باید کرد وقتی بدون توجه به هشدارهای ما:

کودکان روی دیوارها نقاشی میکنند؟ روی مبل یا تخت جست و خیز یا بالا و پایین میپرند ، توی کوچه یا خیابان با ماسه ها و شن ریزه های انباشته شده بازی میکنند و آنها را به اطراف پخش میکنند؟ اشیاء منزل را واری و خراب میکنند؟ آنقدر در خانه میدود که سرمان گیج می رود؟ و.....

۱- کودکان معمولا دوست دارند روی دیوارها نقاشی کنند نه دفترشان . ما میتوانیم کاغذهای بزرگی پایین بعضی دیوارها نصب کنیم و از او بخواهیم آنجا نقاشی کند . روی آن با دستهای رنگیش نقشهایی ایجاد کند.(از اینکه با رنگ لباسهایش را کثیف کند نگران نباشید)

۲- تشک فتری بی خطری برای کودک تهیه کنید که بتواند رویش بالا و پایین بپرد.

۳- برای او گل رس تمیز و ماسه های شسته تهیه کنید و حتما وقتی را برای گل بازی برای او تخصیص دهید(طبق تحقیقات گل بازی باعث کاهش استرس و افسردگی و خشم میشود)

قبل از ورود به فروشگاه، رفتاری که انتظار دارید و نتیجه بد رفتاری را برای کودک شرح دهید:

* فقط یک چیز برایت میخرم، خیلی گران نباشد
* خودت راه میری، خسته شدی بغلت نمیکنم
* خودت را روی زمین نمیندازی و....

نکته: توجه کنید که در همه این موارد شما باید مصمم باشید و از حرفتان کوتاه نیاید.

کودکان مشابه بقیه افراد هستند:

آنها ممکن است برخی وقتها حرفهای دیگران را گوش ندهند. در واقع در این سن شما باید به آنها یاد بدهید که چگونه به حرفهای دیگران توجه کنند. والدین یک چیز را ۱۰ مرتبه تکرار می کنند سپس شمارش معکوس را برای تنبیه کودک آغاز می کنند. نتیجه این کار این است که کودک یاد می گیرد که هیچ وقت قبل از بار دهم به حرفهای آنها گوش ندهد.