

به نام خدا

الفبای آموزش و تربیت در خانه و مدرسه

(راهنمای اولیاء، آموزگاران، مربیان مهد کودک و پیش دبستانی)

مؤلفان:

سید روح الله پناهنده

سیروس محبت پور

تهمینه افراشته

سید غلامرضا رضایی مهر

انتشارات ارسطو

(چاپ و نشر ایران)

۱۳۹۸

عنوان و نام پدید آور: الفبای آموزش و تربیت در خانه و مدرسه / مولفان سیدروح الله پناهنده... [و دیگران].

مشخصات نشر: مشهد: ارسطو، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۴۰۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۴۳۲-۳۰۶-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: مولفان سیدروح الله پناهنده، سیروس محبت پور، تهمینه افراشته، سیدغلامرضا رضایی مهر.

موضوع: آموزش و پرورش دوران اولیه کودکی -- مشارکت والدین

موضوع: Early childhood education -- Parent participation

موضوع: خانه و مدرسه

موضوع: Home and school

موضوع: والدین و معلمان

موضوع: Parent-teacher relationships

موضوع: آموزش و پرورش دوران اولیه کودکی

موضوع: Early childhood education

شناسه افزوده: پناهنده، روح الله، ۱۳۶۰ -

رده بندی کنگره: ۱۳۹۷/LB1۱۳۹ الف ۷ / م ۳۵

رده بندی دیویی: ۲۱/۳۷۲

شماره کتابشناسی ملی: ۵۵۶۴۰۰۴

نام کتاب: الفبای آموزش و تربیت در خانه و مدرسه

(راهنمای اولیاء، آموزگاران، مربیان مهد کودک و پیش دبستانی)

مؤلفان: سید روح الله پناهنده - سیروس محبت پور

تهمینه افراشته - سیدغلامرضا رضایی مهر

ناشر: ارسطو (با همکاری سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)

صفحه آرایی، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۲۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول (بهار ۱۳۹۸)

چاپ: مدیران

قیمت: ۶۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۴۳۲-۳۰۶-۲

تلفن های مرکز پخش: ۳۵۰۹۶۱۴۵ - ۳۵۰۹۶۱۴۶ - ۰۵۱

www.chaponashr.ir



انتشارات ارسطو



فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۵	پیشگفتار
۱۱	فصل اول: کلیات (راهبردهای مهم فرزند پروری والدین)
۵۹	فصل دوم: دوران تولد تا پیش دبستان
۹۹	فصل سوم: دوران پیش دبستانی
۱۳۱	فصل چهارم: دوران دبستان (۱۱-۶ سالگی)
۱۶۹	فصل پنجم: اختلالات رفتاری کودک
۱۹۳	فصل ششم: مهارت‌های زندگی
۲۹۱	فصل هفتم: اختلالات یادگیری
۳۵۹	فصل هشتم: ارزشیابی توصیفی
۳۹۲	منابع و ماخذ

پیشگفتار

برخی گمان می‌کنند که نوزاد موجودی فاقد هوش و فهم است که تنها پس از گذشت ماه‌ها می‌تواند دنیا را در سطحی اندک شناخته و به محرک‌ها و محیط خویش پاسخ دهد. این تصور یا گمان نادرست که کودکان تفسیری از محیط زندگی خویش ندارند؛ حتی درباره‌ی کودکان بزرگ‌تر هم پدید می‌آید. مثلاً، هنگامی که بزرگترها نظر آنها را درباره‌ی گذران زندگی روزانه می‌شنوند، حاضر به رعایت آن نیستند و از کودکان تنها اطاعت و پیروی انتظار دارند. کودک در هنگام تولد، به نسبت، انسانی با تمام احساس‌ها و نیازهای یک بزرگسال است، ولی با توجه به اینکه تجربیات روشنی در ذهن او رخ نداده است، تفسیر درست موقعیت‌ها برای وی سخت‌تر است و بدین روی بسیار آسیب‌پذیر است. او از رحم مادر، یعنی محیطی نرم، تاریک و لزج که برای برآوردن نیازهایش به هیچ‌گونه تلاشی نیاز نداشت، یکباره به فضایی گام می‌نهد که همه چیز آن متفاوت است. محیطی سرد، خشک، نورانی، پرسروصدا و تغییرات ناگهانی که همه هراس آور و تشویش‌را آبستن هستند. این موجود که از هر جهت وابستگی شدید به مادرش داشت اکنون با پاره شدن بند ناف از تمام نعمت‌های پیشین جدا می‌شود و در دنیایی کاملاً تازه رها می‌گردد. او متوجه تغییر ناگهانی و به هم خوردن نظم زیستی اش شده، احساس تنش نموده و ناگزیر حنجره به فریاد می‌دهد. این گریه البته می‌تواند بازتابی حسی در برابر وضع موجود باشد. فرم این موقعیت، یعنی زایش کودک را به هبوط آدم از بهشت تشبیه می‌کند. در این اثنا انسان در حین از دست دادن امنیت بهشت و راحتی آن دوران، دچار دلهره و اضطراب از وقایعی می‌شود که برای او تازگی دارد، آنقدر تازه که هیچ چیز درباره‌ی آن‌ها نمی‌داند و همین ندانستن و تازگی شدید باعث هراس و دلهره بیشتر وی می‌شود. دلهره نوزاد اگر پاسخ درستی نیابد به مرگ انسان و یا اختلال شدید نظام روانی وی منجر می‌شود. انسان درباره‌ی این محیط تازه ولی وحشت‌انگیز از تاریکی به دنبال

امنیت می‌گردد. دنبال آرامش، محبت، پذیرش و دوست داشته شدن، بدون آنکه بدانند، به طور طبیعی به دنبال حقیقت انسانی خود در تلاش است. تحقیقات روانشناسی این نکته را روشن نموده است که کودک از همان لحظات در پی سازگاری با محیط برآمده و در دنیای پیرامون خود به دنبال برقراری رابطه‌ی مجدد با محیطی انسانی می‌گردد. از دریافت‌های آزار دهنده با چشم بستن دوری می‌کند و صورت‌های جاندار را پذیرا می‌شود و از میان محرک‌های موجود در محیط، لبخند و مهربانی را بر هر چیز دیگری ترجیح می‌دهد. کودک هر چه بزرگتر شود و بیشتر تجربه نماید و هر چه این تجربیات (داده‌های منفی یا مثبتی که از محیط اطراف خود می‌گیرد) برای او تکرار شود در وی بیشتر نهادینه می‌شود و به نوعی در گوشت و پوست و استخوان او مستحیل تر می‌شود. بر این اساس متولیان تربیت کودک هر چه بیشتر تلاش کنند که اطلاعات منفی را از وی دور کنند و اطلاعات مثبت را برای او به ارمغان بیاورند شهروند شایسته و مطلوب تری را برای جامعه ارزانی داشته‌اند. **گونار میردال** اقتصاددان برنده جایزه نوبل در جایی جمله‌ای با این مضمون گفته است که «رفتار هر جامعه با ناتوان‌ترین‌ها (کودکان و سالمندان) شاخص توسعه‌یافتگی آن است.» منطق گفته میردال آن است که جامعه وقتی توسعه‌یافته است که حقوق ضعیفان در آن رعایت شود، حقوق کسانی که قدرت دفاع از خود را ندارند، این شامل دفاع در مقابل ظلم و تعدی‌های آشکار و پنهان می‌شود. تولد در خانواده‌ای آسیب‌زا و فرستادن کودکان به مدرسه و نظام تعلیم و تربیتی که در آن خلاقیت و شور کودکی او را ضایع می‌کنند هم نوعی ظلم و تعدی البته پنهان است که کودک قدرت دفاع در برابر آن ندارد. ضمن آنکه محیط‌زیست، طبیعت، آب‌ها، رودها و حیواناتی مانند یوزپلنگ، آهو... و پرندگانی مانند کبک و تیهو... همانند کودکان هم قدرت دفاع از خود ندارد. حفظ زمین و منابع آن یعنی رسیدن به جامعه‌ای که در آن برای توسعه هر پروژه‌ای ارزیابی محیط‌زیستی انجام می‌شود. حفاظت از منابع طبیعی و... یعنی داشتن چنان نظام تعلیم و تربیتی که در آن کودکان در نسل‌های متوالی آموزش دیده‌اند به محیط‌زیست احترام بگذارند، آن را سزاوار به نسل‌های آتی بسپارند و مثلاً با دیدن یوزپلنگی که برای خوردن آب آمده است لذت ببرند؛ نه آن‌که دست به چوب و سنگ ببرند و بر آن بتازند؛ لذا کودکان فقط کودک نیستند، حیوانات فقط حیوان نیستند، جنگل‌ها فقط سبزه و درختان نیستند، آب‌ها فقط رودخانه‌ها نیستند بلکه همه‌ی این‌ها آینه‌ی «شعور توسعه و عقل جمعی» ماست و اگر این منابع رو به زوال روند، زوال عقل جمعی و شعور توسعه خود را در آن ببینیم. هر حیوان و گونه محیط‌زیستی در هر حال انقضای نیز از این منظر، نشان انقراض شعور توسعه و کیفیت حکمرانی ماست. وای بر ما اگر منابع طبیعی و زیر زمینی و... را جدی نمی‌گیریم که این نتیجه عدم تربیت صحیح و علمی و خودمحورانه کودکان است.

نامه آبراهام لینکن عصاره‌ای شیرین از باید و نبایدها و اهداف تربیتی است که برای معلم

فرزندش می‌نویسد: «به پسرم درس بدهید؛ او باید بداند که همه‌ی مردم عادل و صادق نیستند. اما به او بیاموزید که به ازای هر شیاد، انسان صدیقی نیز وجود دارد.... می‌دانم وقت می‌گیرد اما به او بیاموزید که اگر با کار و ذکاوت یک دلار را به دست آورد بهتر از آن است که جایی ۵ دلار به دست آورد... به او بگویید که در مدرسه بهتر است که مردود شود اما با قلب به قبولی نرسد... به پسرم یاد دهید که همه‌ی حرف‌ها را بشنود و سخنی را که به نظرش درست است را انتخاب کند. به او بیاموزید که در اوج اندوه تبسم کند و از اشک ریختن خجالت نکشد. به او بیاموزید که برای فکر و شعورش مبلغی را تعیین کند؛ اما قیمت گذاری برای دل بی‌معناست. به او بگویید که تسلیم هیاهو نشود و اگر خود را بر حق می‌داند پای سخنش بایستد و با تمام قوا بجنگد. هنگام تدریس با پسرم ملایمت به خرج دهید اما از او یک ناز پرورده نسازید. به او بیاموزید که به مردم اعتقاد داشته باشد. توقع زیادی است اما پسرم کودک کم سن و سال بسیار خوبی است.»

در فرهنگ جهانی که شهروندان آن نسبت به گذشته، ثروتمندتر و سالم‌تر و مجهزتر شده‌اند، متاسفانه کودکان زندگی سالم و شاد را از دست داده و هر ساله بر وخامت اوضاع افزوده شده است. مطالعات صورت گرفته نشان می‌دهند مشکلات رفتاری نوجوانان نسبت به سی سال گذشته دو برابر شده و مشکلات هیجانی آنها ۷۰٪ افزایش یافته است. انجمن روانشناسی آمریکا تخمین می‌زند یک پنجم کودکان و نوجوانان از مشکلات مربوط به بهداشت روانی رنج می‌برند و سازمان جهانی بهداشت تخمین می‌زند که تا سال ۲۰۲۰، اختلالات روانی و عصبی کودکان تا ۵۰٪ افزایش خواهد یافت. به نظر پالمر، دنیای مدرن امروزی در حال نابودی فرزندان ماست و بایستی برای نجات کودکان و ساختن آینده‌ای روشن برای آنها هرچه سریع‌تر دست به کار شد. او به این نتیجه رسیده است که راه برون رفت از این مشکلات در یک عامل خلاصه نمی‌شود و راه حل ساده‌ای ندارد. در این خصوص، نمی‌توانیم صرفاً والدین یا مربیان را سرزنش کنیم و برای آنان نسخه‌های یکسان و همگون بپیچیم؛ بلکه این مشکل، یک مشکل و گاه بحران فرهنگی پیچیده است که به سرعت غیر قابل باور به پیشرفت بشر، مرتبط است و چون سرعت بشر در زمینه علم و تکنولوژی به موازات رشد بیولوژیکی او، صورت نگرفته است؛ بنابراین، تضاد بین این دو، باعث شده است که کودکان ما توانایی فکر کردن، یادگرفتن و خوب رفتار کردن را از دست بدهند.

در یک جامعه متمدن، انتظار آن است که انسان‌ها، رفتار متمدنانه داشته باشند. اما از آن جهت که رشد بیولوژیکی انسان، همگام با رشد تکنولوژی او صورت نگرفته است لذا، مسایل و مشکلات عدیده‌ای را برای او به بار می‌آورد. از نظر سوزان پالمر، کودکان برای رشد سالم و دور ماندن از آفت‌های دنیای مدرن، بایست سه چیز را یاد بگیرند: نخست اینکه یاد بگیرند تا به چیزی که حتی مورد علاقه شان نیز نمی‌باشد، توجه نکنند. چنانچه آنها قادر نباشند توجه خود را به چیزی که

به آنها گفته می‌شود متمرکز نمایند، قادر به یادگیری نیز نخواهند بود. در این میان، تلویزیون که پدیده‌ی دنیای مدرن است فراخنای توجه کودکان را به شدت پایین آورده است. لذا یکی از وظایف والدین در دنیای امروزی، برنامه ریزی صحیح برای تماشای تلویزیون، توسط بچه هاست. دوم اینکه کودک باید یاد بگیرد که ارضاء آنی و فوری نیاز کار درستی نبوده و لازم است گاهی اوقات، ارضاء نیازهای خود را به تعویق بیندازد و این بنفع آنهاست. والدین بایست به کودکان خود بفهمانند که همیشه قرار نیست در برابر کاری که انجام داده اند، فوراً پاداش دریافت کنند. بلکه گاه لازم است برای رسیدن به امیال و نیز پاداش، کار تکراری و خسته کننده‌ای را انجام بدهند. سوم اینکه باید بدانند زندگی اجتماعی، ایجاب می‌کند که تنها به فکر رفع نیازهای شخصی خود نباشند که چنین چیزی با توجه به ماهیت زندگی بشر میسر نبوده و تبعات منفی در پی دارد.

کودکانی که دچار اختلالات رشد هستند کیفیت زندگی آنها دچار مشکل می‌شود و قادر به درک مسائل فوق نبوده و لاجرم، رفتار آنها به صورت بدوی، باقی می‌ماند. با وجود دخالت عوامل متعدد در به وجود آمدن وضعیتی دشوار و مخرب برای کودکان، مسئولیت عمده تربیت، مثل همیشه، برعهده والدین بوده و برای مقابله با آسیب‌های دنیای فعلی باید مسئولانه برسطح دانش فرزند پروری خود، بیفزایند. بدون تردید، پیشرفت مطلوب یک جامعه و مصونیت آن از گرفتار آمدن به ویرانگری، خشونت، اعتیاد، انحراف، جرم، جنایت و عقب ماندگی به تربیت نسل سالم، وابسته است که در این میان، والدین و متولیان فرهنگی جامعه، مسئولیتی بس سنگین بر دوش دارند.

این کتاب که حاصل مطالعه، گفت و گو، مباحثه‌های فراوان و نیز جمع آوری داده‌هایی پر ارزش، مهم و ضروری از اصول آموزش و تربیت کودکان از منابع متعدد آموزشی و تربیتی است و در آن اطلاعاتی مفید و گسترده در باب روش‌های تربیت کودکان امروز و فردا وجود دارد بی شک از نقصان بری نبوده و بر آن نقدها رواست. امید آنست که با مطالعه و توجه به این کتاب با توجه به آنکه ۸۵٪ شخصیت کودکان تا پایان دوره ابتدایی یا همان دوره بنیادین شکل گرفته و تاکید کتاب نیز بر همین دوره مهم است از میزان فرزند پروری‌های ناموفق، کاسته و بر تعداد فرزند پروری‌های موفق، افزوده شود. فرزندان ما شایسته آن اند که از زندگی بهتری برخوردار باشند و کتاب حاضر تنها و تنها از برای هموار نمودن بستری برای این هدف به رشته تحریر درآمده است. در مجالی که این کتاب را ورق می‌زنید، پاسخ بخش بزرگی از سئوال‌ها، چالش‌ها و دغدغه‌های خویش در باب تربیت فرزند را می‌یابید و با پیشنهادهایی مواجه خواهید شد که با توسل به هجا هجای آنان می‌توانید از مشکلات آینده پیشگیری کنید. در هر بخش اصولی برای پرورش فرزند تعبیه گردیده که کمک می‌کند، بدانید فرزندان شما به رفتار شما چه عکس العملی نشان می‌دهند. عدم آگاهی از دانش و شیوه‌های صحیح فرزند پروری، هزینه‌ها و پیامدهای زیان باری را هم بر فرد و هم بر

پیکره‌ی جامعه، تحمیل خواهد کرد.

همه‌ی کسانی که در تألیف و تدوین این کتاب ما را یاری داده اند، بواقع چراغ راهنمای ما بوده اند و جای آن دارد که حمایت‌های همه آنان، خاصه قصه گوی بزرگ کودکان کوچک؛ حجت الاسلام اسماعیل آذری نژاد؛ روحانی جوانی که تمام زندگی اش را مصروف آموزش و پرورش کودکان آفتاب و سرما سوخته‌ی روستاهای محروم استان کهگیلویه و بویر احمد می‌کند و همچنین همکاری‌های بی دریغ نشر ارسطو (چاپ و نشر ایران) را ستود و سپاسگزار بود.



فصل اول

کلیات (راهبردهای مهم

فرزند پروری والدین)



مقدمه

امروزه پدر، مادر یا هر دوی آنها بخش بزرگی از وقت روزانه خویش را صرف کار کردن در بیرون از محیط خانواده می‌کنند و این امر محمل آن می‌شود که خسته، کم‌رمق و نه‌آنگونه با نشاط به خانه بازگردند. بعد از استراحتی کوتاه مشغول تفریحات شخصی از قبیل وقت‌گذرانی در شبکه‌های اجتماعی یا تماشای شبکه‌های ماهواره‌ای می‌شوند و کمتر فرصت و زمان مفیدی را برای تربیت فرزندان خود سپری می‌کنند. نهایت آنکه بیشتر بر امورات درسی و تحصیلی فرزند خود متمرکز می‌شوند تا در آینده بتواند در رشته خوب و پردرآمدی ادامه تحصیل دهد و آینده خوبی را برایش تصور کنند. اینگونه است که از وجه تربیتی و اجتماعی پرورش فرزند خود غافل شده و این مهم را به دست توفان‌های جامعه و محیط اجتماعی می‌سپارند. جامعه‌ای که خود دچار بحران هویت و چند پارگی فرهنگی است و نمی‌تواند راهگشا و راهنمای مناسبی برای دریافت الگوهای تربیتی باشد. از این روست که اکنون با نسلی از کودکان و نوجوانانی مواجهیم که ویژگی‌های بارزشان زیاده‌خواهی، خود بزرگ بینی، لجاجت، انزوا، راحت طلبی، انفعال و عدم صبوری در زندگی است. در چرایی بروز و نمود این ویژگی‌ها در نسل جدید فرزندان می‌توان به سرخوردگی‌ها و ناکامی‌های آنان در عدم تطابق خواسته‌های بی‌پایان و نامحدود در مواجهه با منابع و امکانات محدود و ناچیز والدین اشاره کرد. فرزندانی که به لطف اینترنت و ماهواره خواسته‌ها و تفریحات موردعلاقه شان در حد و اندازه جهانی و دنیای غرب بزرگ شده و پر کشیده، لیک زنجیر جبر جغرافیایی و خانوادگی به آنان اجازه دستیابی به آرزوها و انتظاراتشان را نمی‌دهد. نتیجه آنکه این نسل سرخورده و در عین حال زیاده‌خواه، عصیانگر و سرکش شده و تمامی اصول اخلاقی اولیه و بدیهی را به کناری نهاده است. دیگر بزرگ و کوچک سرشان نمی‌شود و اگر نسل‌های قبلی به خود اجازه نمی‌دادند که پیشان را جلوی بزرگتر دراز کنند این نسل ابایی ندارد از اینکه پایش را در حلقوم هر کسی که بر

سر دستیابی به خواسته‌هایش قرار می‌گیرد فرو کند! نسلی زیاده خواه و مصرف‌گرا که هدف برایش وسیله را توجیه می‌کند. نسلی که با وجود سن کم حتی برای ارضای امیال خویش به خود اجازه می‌دهد خودخواهانه و به سان حیوان به حقوق دیگران تعرض کند. نسلی که برخلاف نسل‌های قبلی که بازی‌هایشان بر مبنای همکاری و دوستی و ساختن بود؛ حتی بازی‌هایش پر از خشونت و کشتار و نابودی است. براستی مقصر بوجود آمدن چنین شرایطی کیست؟ قطعاً پاسخ را نه در این فرزندان سرکش که فرزند زمانه خویش اند بلکه در پدران و مادرانی باید جستجو کرد که بدون آنکه شرایط و قابلیت‌های لازم برای فرزندآوری را داشته باشند اقدام به بچه دار شدن کرده‌اند. والدینی که فرصت، حوصله و آگاهی‌های لازم برای تربیت فرزند را ندارند و تفریحات شخصی‌شان بر تربیت فرزندشان ارجحیت دارد. والدینی که خود هنوز بزرگ نشده‌اند اما عهده دار سرپرستی فرزندان نگون بخت شده‌اند. این کار به سه گروه آسیب‌می‌رساند: اول خود همان فرزندان که بدون تربیت صحیحی بزرگ می‌شوند و وارد جامعه‌ای می‌شوند که پذیرای اشکالات عدیده تربیت آنها نخواهد بود و بنابراین آنها را طرد خواهد کرد و به انزوا و تباهی می‌کشاند. دوم خود والدینی که در آینده باید بار سنگین فرزندان را بدوش بکشند که گزیده پرورش نیافته و چه بسا بار سرافکنندگی فرزندان بزهکار و مجرم را تحمل نمایند. سوم جامعه‌ای که باید بار سنگین و پر دردسر نسلی زیاده خواه و فاقد تربیت صحیح را تحمل کند و هزینه‌های پیدا و پنهان آن را بپردازد. بنابراین پدر یا مادر بودن یعنی مراقبت، محافظت، آموزش، نظارت و راهنمایی کودکان و نوجوانان. در عین حال پدر یا مادر خوب بودن پدیده‌ای نیست که به طور اتفاقی و یا طبیعی پیش آید. باید گفت بالا بردن سطح دانش، مهارت‌ها و ارتقاء نگرش‌های مورد نیاز در جهت رشد فیزیکی و تکامل عاطفی کودکان نیاز به زمان دارد. دیدگاه هر پدر و مادری می‌تواند تحت تأثیر دیدگاه پدر و مادر خود، تجارب زندگی، دیدگاه‌های اقوام و دوستان و داده‌های دیدنی و خواندنی در رسانه‌های جمعی باشد. پدر یا مادر بودن شدیداً تحت تأثیر باورها و انتظارات والدین (از خودشان و فرزندشان) می‌باشد. اگر چه اکثر والدین دغدغه‌های مشترکی دارند، اما هر خانواده مشکلات و مسائل خاص خود را بر دوش می‌کشد. راه حل واحدی برای حل مشکلات پدران و مادران وجود ندارد و بهترین کار برای شما با توجه به شرایط اجتماعی و اقتصادی خانواده خویش یافتن شیوه‌ای است که شما نسبت به آن احساس خوبی داشته باشید و تصور کنید که آنها می‌توانند برای خانواده شما مؤثر باشد. در این فصل به اصول مهم کلیات فرزند پروری و ابعاد آن پرداخته می‌شود.

ابعاد فرزندپروری والدین

فرزند پروری والدین دارای ابعادی است که می‌بایست این ابعاد با هم هماهنگ باشند. در این میان چهار بعد آن بیشتر اهمیت دارد: کنترل، محبت کردن و عشق ورزیدن، ارتباط برقرار کردن و مسئولیت‌پذیری.

۱- کنترل: ممکن است این معنی به ذهن خطور کند که کنترل نوعی محدودیت است. ولی به معنای محدودیت‌ها نیست. کنترل به معنای داشتن قوانین و چهارچوب‌ها و نظارت بر اجرای قوانین و چهارچوب‌ها می‌باشد. در خانواده می‌بایست بین والدین و فرزندان، قوانین و باید و نبایدها وجود داشته باشد. این قوانین با هم‌فکری هم ایجاد می‌شود و افراد خانواده مکلف به اجرای آن می‌باشند و نظارت بر اجرای آنها صورت می‌گیرد. نکته مهمی که در این مورد می‌بایست اجرا شود، اتفاق نظر پدر و مادر در مورد قوانین و اجرای عملی از طرف خود آنها می‌باشد. در صورت عدم اتفاق نظر والدین در بعضی از موارد از اجرای آنها سر باز می‌زنند و از اختلافات والدین سوء استفاده می‌کنند.

۲- محبت کردن و عشق ورزیدن: محبت لازمه رشد عاطفی کودک است. محبت این نیست که کودکان هرچه خواستند به آنها بدهیم و آنها هیچ وقت نباید ناراحت شوند، بلکه والدین بعضی اوقات می‌بایست به فرزندانشان نه بگویند و آنها تحمل کمبود را داشته باشند. نکته مهمی که والدین در محبت کردن به کودکان بایستی به آن توجه داشته باشند، وضع اعتدال را رعایت کردن است.

۳- ارتباط برقرار کردن: منظور از ارتباط برقرار کردن، ایجاد درک و فهم و تفاهم در تعاملات والدین با کودک است. یعنی ارتباطات به صورت صریح و آشکار باشد و مسائلی که در بین والد و کودک رایج است، هیچگونه ابهامی نداشته باشد تا اینکه پیامی که والدین می‌دهند با آن چیزی که از طرف کودکان درک می‌شود مثل هم باشد و بین آنها ارتباط ایجاد گردد.

۴- مسئولیت‌پذیری: والدین برای اینکه در آینده کودکانی مسئولیت‌پذیر داشته باشند، باید از زمانی که کودک توانایی‌هایی پیدا کرد مسئولیت‌هایی از او بخواهند که شامل مسئولیت‌های فردی و جمعی باشد. مسئولیت فردی کودک، یعنی خود کودک غذا بخورد و از هنگامی که توانایی لازم را بدست آورد، لباس‌هایش را بپوشد و کارهای شخصی خود را انجام دهد و مسئولیت جمعی از ۴ یا ۵ سالگی در کارهای خانه از او کمک بگیرند و می‌بایست تحمل کارهای اشتباه آنها را داشته باشند تا بتوانند در آینده کودکان مسئولیت‌پذیری بار بیابند.

انواع شیوه‌های فرزند پروری

درباره انواع جو خانوادگی، شیوه‌های تربیتی والدین و تاثیر آن‌ها بر رفتارها و شخصیت کودکان تحقیقات زیادی صورت گرفته است. بر اساس این تحقیقات خانواده‌ها بر اساس دو بعد محبت و کنترل به چهار دسته زیر تقسیم می‌شوند:

۱- **خانواده‌های مستبد:** در این خانواده‌ها پدر و مادر همانند یک فرد مستبد عمل می‌کنند. یعنی از کودکان توقع اطاعت همه جانبه و بی چون و چرا دارند، ولی هیچ گونه گرمی، محبت و عاطفه‌ای نسبت به فرزندان اعمال نمی‌کنند. در این خانواده‌ها پدر و مادر تصمیم گیرنده اصلی اند و کودکان و نوجوانان هیچ گونه نقشی در تصمیم گیری ندارند. ضمن آن که والدین خود را موظف نمی‌دانند برای فرزندان خود دلایل محدودیت‌ها و ممنوعیت‌ها را که وضع کرده اند، توضیح دهند. برای مثال، یک پدر مستبد از نوجوان خود می‌خواهد که از رفتن به گردش و تفریح با دوستان خودداری کند و دلیل قانع کننده‌ای هم در این زمینه برای او مطرح نمی‌کند.

۲- **خانواده‌های سهل انگار یا غافل:** این نوع خانواده‌ها از نظر هر دو بعد محبت و کنترل در سطح پایینی قرار دارند. در این خانواده‌ها فرزندان آزادند که هر گونه خواستند عمل کنند و هر کجا خواستند بروند. فرزندان این خانواده‌ها مجبور نیستند قواعد و مقرراتی را رعایت کنند. در این خانواده‌ها توجه و محبت به فرزندان در حد بسیار پایین است. در واقع، چنین پدر و مادرهایی وجود فرزندان خود را نادیده گرفته، توجهی به آنها ندارند.

۳- **خانواده‌های آسان گیر:** در این خانواده‌ها محبت و عاطفه فراوان است، اما میزان کنترل و نظارت بسیار پایین است. این خانواده‌ها بر عکس خانواده‌های مستبد رفتار می‌کنند. یعنی بدون آن که از کودکان انتظار رفتارهای خاصی داشته باشند، آن‌ها را حمایت می‌کنند. این والدین برای فرزندان خود هیچ گونه قانون و مقرراتی در نظر نمی‌گیرند و آن‌ها آزادند هر گونه خواستند عمل کنند. به عبارت دیگر، در هر شرایطی، پدر و مادر بدون انتظار از فرزندان، به دلگرمی و محبت آن‌ها می‌پردازند.

۴- **خانواده‌های قاطع:** در این خانواده‌ها محبت و دلگرمی نسبت به تک تک فرزندان وجود دارد و در عین حال نظارت و مراقبت سازنده نیز اعمال می‌شود. والدین از کودکان خود انتظارات و توقعاتی دارند و این خواست‌ها را به طور روشن و واضح برایشان مطرح می‌کنند. یعنی در این قبیل خانواده‌ها هم مثل خانواده‌های مستبد، کنترل و نظارت، و به عبارتی قواعد و مقررات وجود دارد، اما مهم ترین وجه تمایز والدین قاطع از مستبد آن است که والدین قاطع دلیل و استدلال مربوط به وجود قواعد و مقررات را برای بچه‌ها بیان می‌کنند و آن‌ها نیز این قواعد را می‌پذیرند. در خانواده‌های

قاطع، محبت و عاطفه موجود بین پدر و مادر و فرزندان سبب می‌شود که کودکان در ارتباط با این قواعد و مقررات توجیه شوند. نوع اخیر سبک و فرزند پروری در زمینه‌های مختلف مورد بررسی قرار گرفته است. مثلاً نیک منش (۱۳۸۶) نشان داد که فرزندان این گونه خانواده‌ها کمتر به رفتارهای مخاطره‌آمیز مانند اعتیاد، مسائل جنسی، پرخاشگری و خودکشی مبتلا می‌شوند.

مراحل اساسی و مهم فرزند پروری مثبت با هدف آگاهی بخشی به والدین

به طور کلی دانش و سواد والدین منجر به تربیت فرزند نمی‌شود، بلکه نوع ارتباط آنها با فرزند است که باعث تربیت موثر و فرزند پروری درست می‌شود. از نظر علمی، فرزند پروری از ۵ مرحله اساسی و مهم تشکیل می‌شود که جهت شکل‌گیری شخصیتی سالم باید گذر از مراحل به درستی اتفاق بیفتد که شامل دوره‌های (تولد تا یک سالگی، یک و نیم تا سه سالگی، سه تا شش سالگی، شش تا یازده سالگی و یازده تا هجده سالگی) که در این نوشتار به این دوره‌های رشد پرداخته می‌شود.

اصول مهم فرزند پروری در دوره تولد تا یک سالگی

مهم‌ترین اصل در تربیت فرزند و فرزند پروری این است که در فرایند تربیت و آموزش کودک به آهنگ رشد او توجه ویژه‌ای شود. در این دوره مهم‌ترین نیاز کودک تا یک سالگی امنیت است. هر چه در دوران جنینی رابطه پدر و مادر با هم قوی‌تر باشد فرزند سالم‌تر است. اگر کودک اجباراً تا دو سالگی پدر نداشته باشد، خیلی آسیب نمی‌بیند اما اگر مادر نداشته باشد به شدت برایش آسیب‌زا است. بعضی از مادران به دلایل شغلی حضور موثری ندارند و این کار قطعاً به کودک صدمه می‌زند و کودک در این سن برای اینکه اعتماد و ثبات کسب کند نیاز به مادر باثبات دارد نه مهد کودک. با ثبات بودن مادر به این معنا نیست که فقط مادر یکی باشد، بلکه پاسخ‌های مادرانه به نیازهای کودک یکی باشد، منظور ثبات پاسخ‌های عاطفی و حضور عاطفی است. در واقع در این دوره حساس سنی، محیط کودک باید کاملاً با ثبات و پیش‌بینی پذیر باشد، در غیر این صورت کودک در فرایند کسب امنیت خود با مشکل روبرو می‌شود. به طور کلی در این دوره امنیت - اعتماد - حمایت عاطفی، به طور خاص مادر نقش بسیار مهمی دارد و در صورتی که انجام نپذیرد منجر به ناامنی کودک در دوره بزرگسالی خواهد شد.

پیامدهای فرزند پروری نامناسب در دوره تولد تا یک سالگی

ناامنی می‌تواند خودش را قبل از شش سالگی به صورت گوشه‌گیری، ناخن جویدن، شب‌اداری

و هم چنین در اوایل مدرسه به صورت اضطراب جدایی نشان دهد و کودک همیشه به مادرش می‌چسبد و از او جدا نمی‌شود که همین مساله نیز در بزرگسالی به صورت اضطراب امتحان خود را بروز می‌دهد و دانش آموز علی‌رغم آمادگی و توانایی کافی، در امتحانات موفق عمل نمی‌کند. در مراحل بعدی و بالاتر، کمرویی در دوره نوجوانی ایجاد می‌شود و در دوره بزرگسالی هم به صورت اضطراب فراگیر و شخصیت پارانویید خود را نشان می‌دهد و اینکه فرد خصوصا در ازدواج مشکلاتی پیدا خواهد کرد و نمی‌تواند به کسی اعتماد پیدا کند و در حوزه شغلی نیز دچار استرس‌های کاری می‌شود و در دوران سالمندی نیز اضطراب مرگ پیدا می‌کند. به طور کلی خیلی از افراد در این مرحله گیر میکنند و درمان فقط به آنها کمک خواهد کرد تا به زندگی خود بهتر ادامه بدهند؛ در واقع هر چه ناکامی در مرحله ابتدایی تر و پایین تر رخ بدهد قابلیت ماندگاری بسیار بیشتری دارد. گذراندن موفقیت آمیز این مرحله حساس سنی، زمینه ساز بسیاری از اختلالات است که نشأت گرفته از ناامنی در این دوره است. والدین موفق در دوره تولد تا یک سالگی فقط یک وظیفه خیلی مهم دارد و آن هم، دادن تجربه‌های خوب، آرامش و محبت به فرزند است و اینکه والدین کم کاری‌های عاطفی خود را با عوامل مادی در آینده جبران نکنند.

اصول مهم فرزند پروری در دوره ۱ تا ۳ سالگی

این دوره به استقلال و اعتماد بنفس کودک مربوط می‌شود، کودک شروع به ساز مخالف زدن می‌کند و نقش پدر بسیار مهم است و اگر درست اتفاق نیفتد منجر به بی‌کفایتی در فرزندتان خواهد شد. بنابراین در این دوره کودک مهمترین نیازش به استقلال است. به طور کلی تفسیر والدین در این مرحله رشدی این است که کودک سرکش شده است و اذیت می‌کند، به طور مثال کودکی را که غذا نمی‌خورد، والدین به زور به او غذا می‌دهند و با این کار استقلال کودک را از او می‌گیرند، در صورتی که والد آگاه و توانا که جز دو خصیصه مهم والد موفق است، این نیاز مهم کودک را می‌شناسند و این اجازه را به او می‌دهند. در این سن نقش مادر کم رنگ تر می‌شود و در رابطه والد فرزندی، پدر باید نقش بسیار پر رنگ تری داشته باشد، بخاطر اینکه به لحاظ روانی پدر نماد استقلال و اعتماد بنفس برای کودک است و از این دوره سنی به بعد هست که به لحاظ روانی کودک به پدر نیاز شدید پیدا میکند. همانند دوره تولد تا یک سالگی که کودک به مادر باثبات نیاز داشت، در این دوره نیز کودک، به پدری نیاز دارد که حضور باثبات عاطفی و فیزیکی داشته و پیش‌بینی پذیر باشد و رفتارش همخوان باشد.

به طور کلی واقعیت بیرونی کودکان را مضطرب نمی‌کند، بلکه ادراک او مهم است، در این

مرحله حضور مادر هر چه که کودک به سه سالگی نزدیک می‌شود، نه تنها خیلی لذت بخش نیست، بلکه با استقلال کودک در تضاد است، همانطور که در دوره قبل نطفه امنیت توسط مادر شکل می‌گرفت، در این دوره نیز بذر استقلال و اعتماد بنفس توسط پدر شکل می‌گیرد. در این دوره کودک پی می‌برد که من عامل این کار هستم و والدین باید احساس عامل بودن به او بدهند و اعتماد بنفس او را تقویت کنند. در این مرحله سنی کودک قدرت تصمیم‌گیری در آینده را در خود شکل می‌دهد و اینجاست که اگر والدینی که خودشان اعتماد بنفس کافی نداشته باشند، این مساله ریشه اعتماد بنفس را در وجود کودک نیز می‌خشکاند.

پیامدهای فرزند پروری نامناسب در دوره یک تا سه سالگی

اگر کودک نتواند از این مرحله با موفقیت عبور کند، با ترس شدید از تجربه کردن در دوره بزرگسالی، گوشه‌گیری، فقدان خلاقیت، ترس از انتخاب کردن و احساس بی‌کفایتی می‌کند و در نهایت هم در هر مرحله از زندگی این فرد حتی بعضاً در خرید لباس در بزرگسالی نیز پدر و مادر تصمیم‌گیرنده نهایی خواهند بود. در دوره بزرگسالی نیز، این شخص موقع ازدواج به دنبال کسی خواهد گشت که بر او تسلط پیدا کند و مادر و یا پدرش باشد و حمایتش کند، در واقع این شخص نمی‌تواند خودش را از نماد مادر یا پدر جدا کند. والدین در این سن باید احساس عاملیت به کودک داده و بگذارند هر کاری که دلش می‌خواهد بکند، حتی خرابکاری‌های مختلف، و فقط در این صورت است که کودک شما این مرحله رشدی را به درستی سپری خواهد کرد.

اصول مهم فرزند پروری در دوره سه تا شش سالگی

این دوره مرحله‌ای است که کنجکاوی و سوال کردن را در بر می‌گیرد و هوش کودک شکل می‌گیرد و نقش هر دو والدین بسیار مهم است و فرزند نقش کاملاً تقیید محوری نسبت به والدین و بزرگترها را دارد. کودکان در این سن بمب انرژی اند، بسیار پرحرف و فضول اند و دایماً در حال صحبت کردن و سوال کردن و کنجکاوی اند و به همه چیز گیر می‌دهند و می‌خواهند که از همه چیز سر در بیاورند. کودکان در این دوره تمایل دارند از مادر جدا شوند و به همسالان بپیوندند که نقش والدین هر دو در این مرحله پر رنگ است. مجموعه‌ای از ظرفیت‌های کلامی، حرکتی و تصویر سازی ذهنی در این دوره مهم تربیت فرزند و فرزند پروری شکل می‌گیرد. در این دوره هوش کودک شکل می‌گیرد، اگر چه هوش از قبل در حال شکل‌گیری بود ولی در این مرحله هوش به شدت جهش پیدا می‌کند (این دوره باید جهت توانایی‌های هوشی کودک، والدین باید آنها را دریابند). فرزند پروری در این دوره از آنجایی که هوش کودکان جهش پیدا میکند، باید تجربه‌های جدید در اختیارشان قرار داد

و آنها را تحریک کرد و حواس پنج گانه کودکان را به شدت تقویت کرد. از نظر فرزند پروری، در این دوره سنی کودک باید به مهد کودک برود، بخاطر اینکه در این سن نیاز به پرتحرکی و شلوغی دارد. والدین حتما کودکشان را به مهد کودکی ببرند که لوازم و ابزار بیشتری در اختیار دارند و محیط بزرگتری نیز داشته باشد و اگر کلاسهای آموزشی که والدین برای کودکان ترتیب می دهند با هدف یادگیری باشد، کاملا اشتباه است، اما اگر هدف از فرستادن به کلاسهای مختلف آموزشی و ... تقویت حواس کودک باشد بسیار مفید خواهد بود.

در این سن نباید به کودکان آموزشهای ساختار یافته و منظم داد، بخاطر اینکه کودک حافظه دارد اما توان یادگیری بالا ندارد. هر اندازه که والدین توان دارند باید کودک را در این دوره سنی به مکانهای شلوغ ببرند تا خوب ببینند، بشنوند و حس کنند و اگر اسباب بازی برای کودکان تهیه می کنند باید محرک کنجکاوی آنها باشد و اسباب بازیهای پیچیده‌ای باید برایش در نظر بگیرند. باید به کودکان اجازه کشف و دستکاری داده شود تا قوای حسی - حرکتی آنان تقویت شود، در واقع فهم کودک از نوع فهمی است که قابل حس و لمس باشد. در واقع این سن، سن خرابکاری است، چرا که این کار لازمه باهوش شدن است. کودکانی که از بازی با یک شی خاص و کنجکاوی با آن زود خسته شده و سراغ چیز دیگری می روند، از ظرفیت هوشی بالاتری برخوردار خواهند شد. در این دوره باید خلاقیت کودکان را تحریک کرد. از نظر علم فرزند پروری، به لحاظ روانی در این سن کودکان نیاز به آموزش ندارند و این اقدام برای آنها آسیب زا خواهد بود. بر اساس پژوهش‌های علمی، تا سن پنج سالگی هفتاد درصد از خلاقیت‌های کودکان از بین می‌رود و این مسولیت به عهده والدین خواهد بود که در واقع با یاد دادن فرضیه‌های ذهنی خود به کودکان مانع از خلاقیتشان می‌شود. برای افزایش خلاقیت در این دوره از تفکر واگرا استفاده شود نه همگرا: توضیح دهید - استدلال کنید - مقایسه کنید - تبیین کنید - داستانهای ناتمام گفتن و ارتباط با دنیای واقعی برقرار کردن نه مجازی و غیره. کودکان را در این سن باید تشویق کنند تا سوال بپرسند و بعد والدین پاسخ همگرا بدهند.

کنترل رفتاری در سنین ۳ تا ۶ سالگی

در برابر کج رفتاری‌ها در این دوره سنی میتوان از تکنیک‌های مواجهه رفتاری و محرومیت زمان مند استفاده شود. مانند: ۱- قرار دادن کودک در محیط کسل کننده ۲- منفی بودن رفتار را برای کودک توضیح داده شود. ۳- مجازات‌ها را برایش شرح بدهید

اصول مهم فرزند پروری در دوره شش تا یازده سالگی

این دوره، مرحله آموزش کودک است و مجموعه‌ای از آموزش‌های رسمی و غیر رسمی را شامل می‌شود و اگر نتواند خوب آموزش‌های لازم را ببیند به احساس حقارت او منجر می‌شود. کودکان تا سن شش سالگی هر چیزی که برایشان به صورت عینی باشد را می‌پذیرند، حافظه وجود دارد اما ظرفیت یادگیری انتزاعی وجود ندارد. تا سن شش سالگی هر مساله و مشکلی در کودک، به غیر از مشکلات زیستی و پزشکی، مسئولش والدین هستند. در واقع والدین در سنین پایین نقش خود را حذف می‌کنند و خود کودک را عامل می‌دانند در صورتی که کودک در آن دوره سنی به شدت ارتباط محور است. به عنوان مثال، یک کودک مضطرب قطعاً والدین درگیری در فضای خانه و خانواده دارد. اگر قرار باشد برخی اصول اخلاقی در این سن به کودک آموخته شود، باید در این دوره سنی به او آموزش داده شود. از نظر عاطفی در این سن کودکان مطیع اند و سن رام شدنشان است و از ظرفیت‌های یادگیری بسیار بالایی برخوردار اند، اما چون هوششان عینی است، آموزش هم باید عینی باشد تا اثربخش باشد و اگر آموزش انتزاعی باشد فقط حفظ میکنند و یاد نمی‌گیرند، به طور مثال وقتی کودکی ریاضی را به طور عینی و درست یاد نگرفته و به روشهای مرسوم آموزشی فقط حفظ کرده باشد، بنابراین این کودکی که ریاضی را بلد نیست. هیچ چیز در فضای خانواده برای کودک در این دوره سنی، مخرب تر از قواعد تربیتی ناهماهنگ و رفتار متناقض اولیاء نیست و برای کودک در آینده مشکل و تزلزل شخصیتی ایجاد میکند.

کنترل رفتاری در سنین ۶ تا ۱۱ سالگی

از سنین ۳ سالگی به بالا می‌توانید در برابر کج رفتاری‌ها از تکنیک‌های مواجهه رفتاری و محرومیت زمان مند استفاده کنید و هر چه سن کودک از مرز ۶ سالگی که گذشت نیز شعاع کنترل رفتارها نیز بیشتر می‌شود نظیر:

- پیامدهای طبیعی در نظر گرفتن
- پیامدهای طبیعی خطرناک در نظر گرفتن: پیامد منطقی بین جرم و مجازات باشد.
- جریمه رفتاری در نظر گرفتن: بین حکم و مجازت رابطه‌ای وجود ندارد. (مثلاً اگر کودکی تکالیفش را انجام ندهد از رفتن به استخر خبری نخواهد بود).
- استفاده از قانون مادر بزرگ: انجام یک کار ناخوشایند، موقعی که پیامد خوشایند دارد. این قانون برای رفتارهای است که جز وظایف کودک هست اما انجام دانش برای او خوشایند نیست و با این اقدام چون کودک به منبع پاداش خود فکر میکند خیلی سختی را احساس

نخواهد کرد.

از سن ۶ تا ۱۱ سالگی است که شخص به سمت شخصیت ضد اجتماعی شدن، خود شیفتگی و سلوک و... پیش می‌رود و در صورتی که هنجارهای اجتماعی درونی سازی نشود مشکل ساز میشود و در نظر گرفتن تنبیه احتمالی باید با رشد و تربیت کودک منجر شود. در واقع تنبیه تخلیه خشم نیست و تنبیهی که برای کودک ترس ایجاد کند مفید نبوده و نقش مخرب به خود می‌گیرد.

اصول مهم فرزند پروری در دوره نوجوانی از سن ۱۱ تا ۱۸ سالگی

در این دوره، فرزند وارد مرحله بی ثباتی و هویت یابی خواهد شد و مجموعه‌ای از استقلال طلبی‌ها سهم خواهی‌ها و مسولیت پذیری‌ها را در بر می‌گیرد. نوجوان در این دوره برای کسب هویت تلاش می‌کند. من کیستم؟. به طور کلی بخش هویت یابی فی نفسه چالش برانگیز است. در تربیت و فرزند پروری اصلی بسیار مهم وجود دارد و آن استمرار و تکرار پذیری است. در این دوره دو دسته تغییرات مهمی برای نوجوان اتفاق می‌افتد: فیزولوژیکی و هورمونی - روانشناختی. در این دوره سرعت رشد نوجوان غیرقابل پیش بینی و نامتناسب است و بی تناسبی در روان او اتفاق می‌افتد، چون در این دوره بی ثباتی روانی رخ میدهد، پرخاشگری، گوشه گیر، تنبلی و... ایجاد می‌شود که وجود همه این تغییرات در نوجوان کاملاً طبیعی است.

دام‌های مشترک والدین

دام‌های موجود برای والدین، مشابه آنچه در ذیل آمده، به استرسی که والدین تجربه می‌کنند می‌افزاید و وظیفه تربیت فرزندان را دشوارتر می‌سازد.

دام «پدر و مادر منفی»: منظور گرفته شدن جنگ قدرت مکرر با فرزندان است که معمولاً والدین نسبت به رفتار نامناسب فرزند با نكوهش و تهدید برخورد می‌کنند. به طور مثال مادر می‌گوید: «علی چرا دست از سر برادر کوچکت بر نمی‌داری؟» و با تهدید می‌گوید: «اگر یک بار دیگر این کار را بکنی خودت می‌دانی!» و یا فریاد می‌زند: «علی ولش کن!». اینگونه رفتار و عصبانیت منجر به دلخوری و جدال بیشتری خواهد شد و در ضمن والدین در دامی خواهند افتاد که تنها نتیجه آن تذکر و واکنش دائم نسبت به رفتار مشکل آفرین فرزندان است. باید گفت که اتفاقاً این عکس العمل، رفتار نامناسب را تقویت خواهد کرد.

دام «توجه نکردن به فرزند»: این موضوع ارتباط نزدیکی با موضوع فوق دارد و منظور این

است که فرزند رفتار مناسبی دارد، از سوی والدین مورد توجه و تشویق قرار نمی‌گیرد. اگر رفتار مثبت ندیده گرفته شد به طور طبیعی کمتر هم تکرار خواهد شد.

دام «پدر و مادر ایده آل»: منظور اینست پدر و مادر می‌کوشند تا از هر لحاظ ایده آل باشند در حالیکه هدف ایده آل بودن نیست و تنها یک پدر و مادر با کفایت و به معنای تمام «خوب» هدف ماست. همه پدر و مادرها انسانند و انسان هم جازز الخطاست و از آنجا که هیچکس ایده آل نیست لذا کوشش برای یک پدر و مادر ایده آل بودن نتیجه‌ای جز استرس، ناامیدی، سرخوردگی و احساس گناه ندارد.

دام «فرزند ایده آل»: انتظار والدین از اینکه فرزندشان ایده آل باشند هم، انتظاری غیر واقعی است و نتیجه آن هم احساس ناامیدی و شکست و جدال دائم با فرزندان است. همه بچه‌ها گاهی گریه می‌کنند، نق می‌زنند، غز می‌زنند و به حرف والدینشان گوش نمی‌دهند و البته گاهی هم نارحت و افسرده می‌شوند. نحوه برخورد والدین با این مشکلات، می‌تواند مشکلات را همان طور حفظ کند، اوضاع را بدتر کند و یا مشکلات را در طول دوران رشد کودک افزایش دهد.

دام «همه چیز تقصیر من بود»: گاهی والدین به خاطر اشتباه فرزندانشان خود را سرزنش می‌کنند. می‌توان کودک را راهنمایی کرد و مهارت‌ها و ارزش‌های اجتماعی را به او آموخت اما غیر ممکن است که بتوان تمام رفتارها و شیوه‌های برخورد او را کنترل کرد. ممکن است والدین گاهی احساس گناه و افسردگی کنند چرا که فکر می‌کنند دائم فرزندشان را بابت کارهای اشتباهی که می‌کند سرزنش می‌کنند و همین باعث می‌شود که نتواند صبور و آرام و منطقی برخورد کند.

دام «همه چیز تقصیر آنهاست»: این تفکر، سرزنش در مورد اشتباهات و بدرفتاری‌ها را تماماً متوجه کودک می‌کند مثلاً مادری می‌گوید: فرزندم بسیار لجباز است، هیچوقت کاری را آن طور که به او گفتم انجام نمی‌دهد. این برخورد باعث می‌شود که والدین دلخور و ناراحت شده و واکنشی بیشتر از آنچه که باید، از خود نشان دهند و دقت و توجهی هم نسبت به نحوه برخوردشان با رفتار نامناسب کودک نداشته باشند. گفتنی است که بسیاری از مشکلات نتیجه شیوه گفتگو و ارتباط کودکان و والدین با همدیگر است.

دام «خود را هلاک کردن»: شاید واژه عجیبی باشد ولی هنگامی مصداق پیدا می‌کند که والدین به حدی خود را درگیر مسائل اصطلاحاً «والد و فرزندی» می‌نمایند که نیازهای طبیعی خودشان را به طور مثال زمان تفریح، اوقات فراغت، نیاز به تنهایی و به طور کلی همه «سرگرمی‌هایشان» را نادیده می‌گیرند که نتیجه آن عدم لذت و رضایت از روابط مشترک (با همسر و دیگران) و سرخوردگی خواهد بود. وظیفه والد بودن زمانی از کیفیت خوب برخوردار خواهد بود که در

آن رعایت تعادل شده باشد و والدین زندگی خودشان را هم مد نظر داشته باشند. به اصطلاح «خودکشی کردن» به هیچ عنوان نشانه کیفیت بالای عمل والدین نخواهد بود.

دام «فقط به خاطر بچه‌ها»: این واژه زمانی مصداق پیدا می‌کند که والدین بجای فراگرفتن شیوه‌های مناسب حل مشکلات به خاطر فرزندانشان فقط، بودن در کنار هم را با ناخوشایندی تجربه می‌کنند. کودکانی که در این گونه خانواده‌ها که درگیری و نابسامانی فراوان در آن وجود دارد پرورش می‌یابند، بیشتر از کودکان دیگر در معرض مشکلات احساسی و رفتاری قرار می‌گیرند. مشکلات جدی در ارتباطات نباید نادیده گرفته شود. درگیری‌های والدین با هم بر سایر مشکلات فرزندان، موجب عدم ثبات بین آنها و نهایتاً مشکلات رفتاری کودک را تشدید می‌کند.

دام «خودشان خوب می‌شوند»: واژه دیگری است که بسیار هم معمول است گذر از مسائل کودک است. بعضی افراد مشکلات رفتاری کودکشان را گذرا می‌پندارند و انتظار دارند که با رشد کودک این مشکلات مرتفع گردد. در حالی که مسائل رفتاری نیازمند بررسی در مراحل اولیه است مبادا که در آینده به مشکلات پیچیده تری بدل شود. والدینی که این طرز تفکر را دارند در پیدا کردن علت مشکل، یافتن راه حل آن، ایجاد تغییر و یا دریافت کمک با مشکل روبرو می‌شوند. طرز تفکر مثبت باعث می‌شود که والدین در دام این مشکلات نیفتند، مثلاً بیاموزیم که وقتی کودکان رفتار بجایی دارند، چگونه با تشویق در آنها ایجاد انگیزه مثبت نماییم و یا چگونه رفتار آنها را بدون متوسل شدن به دعا و تنبیه بدنی اصلاح کنیم و نکته مهم آنکه با همسرمان در مورد مسائل مشترک کودکمان تشریک مساعی کنیم.

نکات مهم در ارتباط با مشکلات والدین

شکل و اندازه خانواده‌ها با هم تفاوت دارد. خانواده‌های مختلف در ارتباط با مسئله «والد بودن» مشکلات مختلف دارند. اداره خانواده با یک والد به تنهایی و با حمایت محدود، کار ساده‌ای نیست. البته اینکه در این امر دو والد از دو خانواده متفاوت و با دو راهکار مختلف به یک روش ثابت و مورد توافق طرفین برسند نیز ممکن است مشکلاتی داشته باشد. در خانواده‌هایی هم که فرزندخواندگی به چشم می‌خورد طبیعتاً در کنار آمدن با هم و یادگیری شیوه با هم زیستن، بروز اختلاف طبیعی است. حال صرف نظر از اشکال مختلف خانواده، نکات ذیل می‌تواند ارتباط والد و فرزند را تسهیل کند.

۱- انتظارات واقع بینانه داشته باشید: انتظار از خودتان، واقع گرایانه باشد و تصور نکنید چون

پدر یا مادر هستید باید تمام اصول و قواعد را تمام و کمال بدانید. همانطور که می‌آموزید که چگونه یک والد خوب باشید و در ضمن با مشکلات جدیدی رو به رو می‌شوید، همواره به یاد داشته باشید که خطا و یادگیری در طول زمان برای همه والدین طبیعی است. انتظاراتان از همسران نیز واقع بینانه باشد چون او هم مانند شماست. بکوشید تا اشتباهات او را درک کنید و هیچگاه تقاضاهای غیر منصفانه از او نداشته باشید. انتظاراتان از فرزندتان نیز واقع بینانه باشد. مراقب باشید که تقاضاهایتان از او، (انجام وظایف و استانداردهای رفتاری) متناسب با سن و توانایی‌های او باشد. بد نیست بدانید آیا والدین دوستان فرزند شما همگی این انتظارات را از فرزندشان دارند یا خیر. به طور کلی انتظار رفتارهای معقول را از فرزندتان داشته باشید نه انتظار بهترین را....

۲- از فرزندتان لذت ببرید: در پاره‌ای خانواده‌ها، دید و بازدید، گرفتاری‌های کاری، مدرسه، تکالیف منزل، فعالیت‌های خارج از مدرسه، کارهای خانه، برنامه‌های تلویزیونی مورد علاقه همگی باعث مشغله افراد خانواده خواهد شد، اما بکوشید در هر روز زمانی را هم برای لذت بردن از همراهی فرزندتان و داشتن اوقات فراغت با او کنار بگذارید. از او بپرسید در طول روز چه کارهایی کرده و از کارهای خودتان هم برای او تعریف کنید. گذراندن زمان با فرزندتان در روابط شما با او بسیار مؤثر خواهد بود و به او نشان می‌دهد که برایش اهمیت قائلید.

۳- از خودتان مراقبت کنید: پدر یا مادر شدن شما بدان معنا نیست که دیگر توجهی به نیازهای خودتان نداشته باشید. اگر به خواسته‌های خود توجه کنید، راحت تر می‌توانید نیازهای او را هم پاسخ داده و از او مراقبت کنید. اگر برایتان سخت است که زمانی را به خود اختصاص دهید، با حداقل یک مورد در روز که از آن لذت می‌برید، شروع کنید. نیم ساعت در روز تغییر چشم‌گیری در زندگی‌تان بوجود خواهد آورد. هر پدر و مادری احتیاج دارد که زمانی را دور از فرزندش باشد. این کاملاً طبیعی و دور از اشکال است. وقتی از فرزندتان خوب مراقبت می‌کنید هیچ‌گونه خدشه‌ای به روابط شما وارد نخواهد آمد اگر مقداری از زمان را هم صرف خودتان کنید.

۴- از درگیری در حضور فرزندتان بپرهیزید: از بحث و درگیری در حضور فرزندتان جداً بپرهیزید چرا که به شدت غمگین می‌شوند و در ضمن از رفتارهای شما الگو برداری می‌نمایند. کودکانی که ناظر جدال‌های پدر و مادرند در مقابله با مشکلات راه‌های نامناسبی را فرا گرفته و بکار می‌گیرند. غالباً واکنش آنها در برابر مشکلات جیغ زدن و فریاد کشیدن است و یا حتی برخوردهای عصبی دارند. کودکانی که در خانواده‌هایشان درگیری و برخورد زیادی دیده می‌شود، مشکلات رفتاری زیادی داشته و در برخورد با دیگران به دردمس می‌افتد. در اکثر این کودکان رفتارهای عصبی، مداخله جویانه، سرخوردگی و اضطراب دیده می‌شود.

۵- کمک بگیرید: هر فردی برای بزرگ کردن فرزند خود به حمایت و کمک احتیاج دارد. خانواده، دوستان و همسایگان می‌توانند جزء این افراد باشند. غالباً در دفتر تلفن‌ها و یا روزنامه‌ها هم می‌توان مؤسساتی را پیدا کرد که کارشان کمک رسانی، پرستاری و مراقبت از کودکان، سالمندان و اینگونه مسائل باشد. دیدار با والدینی که شرایط شما را دارند، تماس‌های اجتماعی تان را افزایش داده و موقعیتی فراهم می‌آورد که شما در مورد تجارب و نظرات تان با آنها تبادل نظر کنید. همچنین حفظ ارتباطتان با دوستان و آشنایانی که موقعیت‌های یکسانی دارند نقش حمایتی تان از یکدیگر را افزایش داده و هم صحبتی و یاری گرفتن از آنان برایتان خوشایند خواهد بود.

۶- نقش هایتان را با هم تقسیم کنید: اگر کمک داشته باشید و با همسران بر سر روش‌های قانون گذاری برای فرزندان به توافق رسیده باشید، کارتان سهل تر خواهد بود. مهم است که با همسران هماهنگ باشید. در به توافق رسیدن بر سر مسائل فرزندان، نظرات تان را در مسائل مختلف به بحث گذارده و در حل مورد رفتارهای کودکان با هم تبادل نظر کنید. به یاد داشته باشید که هم شما و هم همسران در قانون گذاری و اجرای آن در منزل مسئولیت دارید. والدین باید بلافاصله با رفتار نابهنجار کودک خود برخورد کنند. مراقبت از فرزندان را تقسیم کنید و در تصمیم گیری‌های مهم با هم تبادل نظر کنید. شاید گهگاهی نیاز باشد که روند کارها را با هم چک کنید و مطمئن باشید که تقسیم کار به درستی انجام شده است.

۷- شدیداً مراقب ارتباطتان با یکدیگر باشید: والدینی که مشغله زیاد دارند چون وقت کافی برای با هم بودن ندارند کم کم نسبت به هم بی اعتنا و بی اهمیت می‌شوند. بسیار مهم است که والدین مراقب ارتباطشان با یکدیگر باشند. احترام و توجه به یکدیگر را فراموش نکنند و بکوشند همانطور که قبل از بچه دار شدن از با هم بودن لذت می‌بردند، موقعیت‌های خوشایندی فراهم آورند. به گونه‌ای عمل کنید که نشان دهد به همسران توجه دارید مثلاً به او بگویید: دوستت دارم، یا یک فنجان چای برایش درست کنید، وقتی کار دارد کمکش کنید، بخاطر کارهایش از او تشکر کنید. حتماً بکوشید که هر روز وقتی برای خلوت کردن با همسران، گفتگو با او و بودن با او اختصاص دهید. گهگاه زمانی داشته باشید که کارهای مورد علاقه تان را با هم انجام دهید. مثلاً با هم روی یک پروژه کار کنید و یا به مناسبتی با هم بیرون بروید. نظرات و تجاربتان را برای هم بیان کنید و همیشه از اینکه روزش را چگونه گذرانده با خبر شوید و در آخر اجازه دهید همسران از قدرانی شما از تلاش او برای بهبود روابط و یا بهبود وظائف والدینی اش آگاه باشد.

۸- در حل مشکلات باهم باشید: اجازه دهید فرزندان ببینند که چگونه شما با آرامش مشکلات را حل می‌کنید. وقتی در حضور فرزندان در مورد مسئله‌ای بحث می‌کنید از طرح قسمت‌هایی از آن که پیچیده تر است و رفع آن مشکل تر به نظر می‌رسد و یا موضوعاتی که بر سر آن اختلاف و یا

عدم توافق دارید، پرهیزید وقتی فرزندتان حضور ندارد، به موارد اختلاف بپردازید. اگر نگران رفتار فرزندتان هستید و یا نمی‌دانید چگونه موقعیت‌های خاصی را در محیط خانواده سر و سامان بخشید به رهنمودهای افراد متخصص گوش داده و برای ایجاد تغییر، هدف گذاری را فراموش نکنید.

افزایش مشارکت والدین و تقویت مثبت

والدین باید رابطه عاطفی نزدیکی با فرزندانشان داشته و بیشترین تقویت مثبت را اعمال نمایند. آنها همچنین باید با صرف وقت و ایجاد حس پیوند تعامل خود را با فرزندانشان افزایش دهند. والدینی که چنین عمل می‌کنند مسلماً فرزندان سازگارتر و متعادل تری خواهند داشت.

تعامل و تقویت مثبت چیست؟

اکثر کارشناسان کودک و خانواده همگی بر این باورند که تعامل، یعنی گذراندن وقت و ایجاد یک رابطه عاطفی قوی بین پدر، مادر و فرزند، اهمیت بسیاری در رشد روانی کودک دارد. اما اغلب والدین، تعامل مناسبی نداشته و از لحاظ عاطفی با فرزندانشان بسیار فاصله دارند. این مورد بخصوص در مورد والدینی صادق است که دارای فرزندان مبتلا به مشکلات رفتاری هستند و گذراندن وقت با آنها چندان لذت بخش نمی‌باشد. اما باید بدانیم که عدم تعامل والدین و فاصله عاطفی بین پدر و مادر و فرزند باعث بروز مشکلات در کودک و خانواده و تشدید روزافزون آن می‌گردد.

تقویت مثبت به معنای توجه و تشویق رفتارهای درست کودکان می‌باشد. در برخی از تحقیقات انجام گرفته بر روی کودکان مبتلا به مشکل رفتاری و کودکان طبیعی مشخص شده است که در خانواده کودکان مبتلا به مشکلات رفتاری آنقدر که به رفتارهای منفی دقت و توجه می‌شود به رفتارهای خنثی یا مثبت کودکان اعتنایی نمی‌شود. بنابراین در خانواده کودکان طبیعی این قضیه برعکس است. در حقیقت تقویت مثبت یک رفتار خوب رابطه مستقیم با داشتن یک کودک سالم دارد. دانستن اینکه کدام یک از این دو مسئله سبب دیگری است دشوار می‌باشد (یعنی مشخص نیست که تقویت مثبت والدین سبب انجام کارهای درست می‌شود یا رفتار درست کودک باعث تقویت والدین می‌گردد؟)؛ اما به هر حال ارتباط مستقیم آنها غیر قابل انکار است. بسیاری از درمانگران بر ایجاد یک رابطه پدر / مادر - فرزندی خوب تأکید دارند و بخشی از برنامه‌های درمانی خود را به آموزش تقویت مثبت به والدین اختصاص داده‌اند.

برنامه ریزی فعالیت‌های مثبت

برای بهبود تعامل و ارتباط مثبت پدر / مادر - فرزندی می‌توان برنامه ریزی نمود. در این برنامه ریزی، والدین وقت مشخصی را به انجام فعالیت‌هایی که مورد علاقهٔ فرزند است می‌گذرانند و در عین حال برای بهبود ارتباط تلاش می‌کنند. هدف از این کار افزودن فعالیت‌های تعاملی در طول هفته و تغییر رفتار والدین به منظور ایجاد ارتباط بهتر با فرزند می‌باشد. برای رسیدن به این مقصود می‌بایست چهار مرحله را طی کرد. بهترین روش آن است که با کودکان بنشینید و با مشورت یکدیگر برنامه را تنظیم کنید.

مرحله ۱- فهرست فعالیت‌ها را تهیه کنید: تمام کارهایی را که دوست دارید به همراه فرزندان انجام بدهید و فکر می‌کنید ظرف ۳۰ دقیقه یا کمتر پایان می‌پذیرد در یک فهرست قرار بدهید. اجازه دهید فرزندان این کارها را انتخاب کند. چند نمونه از این کارهای مفید به قرار زیرند: ۱- قدم زدن در خارج از خانه ۲- دوچرخه سواری ۳- کارت / عروسک بازی ۴- دست رشته بازی کردن ۵- بسکتبال دو نفره ۶- حرف زدن ۷- ماشین سواری کردن ۸- توپ بازی کردن ۹- کارهای مبتکرانه انجام دادن ۱۰- ساختن چیزهای مختلف ۱۱- غذا یا شیرینی پختن

مرحله ۲- با کودک «قرار» بگذارید: به همراه کودک خویش برای یک یا چند مورد از فعالیت‌های فوق که تمایل دارید در طول هفته انجام دهید ساعت، تاریخ و روز دقیق را (به مدت ۳۰ دقیقه یا بیشتر) مشخص نمایید. باید حتماً از موافقت فرزندان در مورد این زمانبندی اطمینان داشته باشید و در تقویم خود آن را علامت بزنید. اگر اتفاقی افتاد که باعث به هم خوردن این برنامه شد حتماً دوباره برنامه ریزی کنید.

مرحله ۳- رفتار انضباطی خود را در جریان فعالیت‌ها تغییر بدهید: در طول این فعالیتها به فرزندان اجازه بدهید که کار را هدایت بکند و خودتان نیز سعی کنید رفتار مسئولانه داشته باشید. در حالی که فرزندان بازی را هدایت می‌کند شما هم توصیف کردن و تشویق کلامی و لمسی را فراموش نکنید.

در زیر چند نمونه از این رفتارها را بیان می‌کنیم؛

۱. تشویق؛ به صورت کلامی، فرزندان را در طول بازی تشویق کنید. «خوب است»، «کار جالبی کردی»، «آفرین پسر خوب»، «آفرین دختر خوب»، «عالی است!»
۲. توصیف؛ در طول بازی برای فرزندان توضیح بدهید که دارد چه کار می‌کند؛ چه احساسی ممکن است داشته باشد، کجاست و چه تجربه‌ای به دست می‌آورد. «داری به اسباب بازی‌ها نگاه می‌کنی»، «توپ را گرفتی»، «خیلی خوشحالی»، «داری قایم می‌شوی»، «انگار داری فک می‌کنی».

۳. لمس کردن؛ هرگونه تماس جسمی مثبتی با کودک در طول بازی می‌توانید داشته باشید. «بغل کردن»، «بوسیدن»، «شانه‌ها را گرفتن»، «به سر دست کشیدن».

هنگام ارتباط با کودکان سعی کنید سؤال کردن، دستور دادن و انتقاد کردن را از یاد ببرید.

مثال‌هایی از این نوع فعالیت‌ها:

۱. سؤال کردن؛ در طول بازی از فرزندتان نپرسید دارد چه کار می‌کند، چرا این کار را می‌کند و غیره «چرا توپ را پرت کردی؟»، «نظرت در مورد بازی چیست؟»، «چرا اینقدر عصبی شده‌ای؟»

۲. دستورات؛ در طول بازی به فرزندتان نگوئید چه کاری باید بکند. «عروسک‌ها را در خانه بگذار»، «طاس‌ها را تکان بده»، «تو توپ را بزن من می‌گیرم».

۳. انتقاد؛ در حین بازی از رفتارهای نامناسب کودک انتقاد نکنید. «آن کار درست نبود»، «من می‌گویم چطور این کار را درست انجام بدهی»، «بار دیگر بیشتر تلاش کن»، «قرار است این کار را این طور انجام بدهی».

مرحله ۴- تأثیر فعالیت‌ها را ارزیابی کنید: پس از هر فعالیت، بهتر است با فرزندتان در مورد تجربه و احساسی که در طول بازی داشته‌اید صحبت کنید. سعی کنید با دقت به حرف‌های فرزندتان گوش بدهید. در مورد تجربیات و اتفاقات کودک با او به صحبت بنشینید. فضایی را برای بیان راحت و آزادانه هر آنچه که در ذهن فرزندتان می‌گذرد به وجود آورید. به نحوی عمل کنید که فرزندتان در مورد اینکه چه کار می‌کند، به چه چیزهایی علاقه دارد، چه احساسی دارد، و اخیراً چه مشکلاتی داشته یا چه موفقیت‌هایی کسب کرده است براحتی با شما براحتی صحبت کند. در طول این گفتگوهای اختصاصی، باید کاملاً به فرزندتان توجه کنید و به درک احساسات او علاقه نشان دهید. و حتی الامکان به او پاسخ مثبت دهید. چند هفته این کار را انجام دهید تا اوضاع روبه راه شود. پس از آن، ارتباط مثبت در طول بازی و فعالیت‌های خاص برای شما و فرزندتان به صورت یک امر عادی و خودکار در می‌آید.

توجه به رفتارهای مثبت کودک

بسیار تعجب آور است که والدین اغلب به رفتارهای مثبت فرزندشان توجهی نمی‌کنند، در حالی که این کار نه تنها باعث افزایش رفتارهای مثبت کودک می‌شود؛ بلکه رابطه فرزند و والدین را تقویت می‌کند. راه بسیار ساده‌ای برای توجه به رفتارهای مثبت کودک و اطمینان از این که او متوجه این رفتار پدر / مادرش شده است وجود دارد. «جعبه رفتار خوب» روش بسیار سودمندی

برای تأیید رفتارهای مثبت فرزندان است. یک جعبه را روی یخچال، پیشخوان، میز یا هر جای دیگری در خانه قرار بدهید و روی آن نام «جعبه رفتار خوب» بگذارید. هر گاه متوجه رفتار خوبی از سوی کودکان شدید یک تکه کاغذ بردارید و آنچه را که دیده اید روی آن بنویسید و در جعبه بیندازید. شاید ترجیح بدهید به فرزندان بگویید که یک کار خوب در جعبه انداخته اید. در پایان روز همراه با فرزندان تمام این کاغذها را از جعبه بیرون آورده و بخوانید و مطمئن شوید که فرزندان توجه شما را به رفتار مثبت خویش درک کرده و نسبت به رفتار خود آگاهی بیشتری پیدا کرده است.

پنج زبان عشق برای تربیت شهروندانی مطلوب

فرزندان ما برای آنکه شهروندانی شایسته بار آیند، در زندگی خود انسانهایی مقبول، جامعه پذیر باشند و در چارچوب ارزش‌ها نقش خویش را به خوبی در بستر جامعه ایفا کنند بایست مخزن عشق برای آنان پر گردد. زبان اصلی عشق هر یک از انسان‌ها متفاوت است. پنج زبانی که بی شک اگر مطلوب از سوی اولیاء و آموزگاران نسبت به فرزندان به کار گرفته شوند کمترین خطرات را متوجه آنها خواهیم دید. پنج زبان عشق کلیدی است طلایی که با آگاهی از آنان و ارائه آن توسط والدین نسبت به هم نیز می‌توان زندگی‌ای پر از آرامش و با کمترین مخاطره را شاهد بود. در زیر به پنج زبان عشق برای کودکان و راه‌های کشف زبان اصلی عشق کودکان اشاره شده است.

۱- نوازش جسمی: نیاز به نوازش، از بدو تولد در ما وجود دارد و تا لحظه‌ی مرگ نیز همراه ما می‌ماند. اگرچه، شکل آن تغییر می‌کند اما در تمام دوره‌های زندگی اتم از کودکی، نوجوانی، جوانی، میان سالی و پیری این نیاز احساس می‌شود. حس لامسه و پوست بدن کودک، اولین حسی است که می‌تواند عشق و محبت را دریافت کند. همان طور که گوش‌ها نیاز به شنیدن محبت دارند، و چشم‌ها، محبت را می‌بینند، حس لامسه کودک هم قادر خواهد بود، محبت را درک و لمس کند و به آن پاسخ دهد. لزوم نوازش در کودکان بیشتر از بزرگسالان به چشم می‌خورد؛ زیرا کودکان راه‌های ارتباط با دنیای بیرون را به درستی نمی‌دانند. بخش بسیار زیادی از نیاز کودک به محبت، از طریق نوازش، در آغوش گرفتن و خاصه بوسه تامین می‌شود. تاثیر نوازش کودک بر سلامت روح و جسم او انکار ناپذیر است. کودکی که نوازش کافی دریافت نمی‌کند، رفتار پرخاشگرانه، تهاجمی و عصبی از خود بروز خواهد داد و از نظر رشد در سطح پایین تری نسبت به همسالان خود قرار می‌گیرد و کودکانی که به دلایل مختلفی مانند طلاق یا نبود پدر و مادر و یا نادیده انگاری از سوی والدینشان، نوازش جسمی کمتری را دریافت می‌کنند، احساس امنیت، محبت و عشق کمتری