



فرزندپروری مثبت (شماره ۴)



کودکان و مسئولیت پذیری



گروه مخاطب: والدین

تهیه و تنظیم:

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشت درمانی آذربایجان غربی

معاونت امور بهداشتی

گروه سلامت روانی اجتماعی و اعتیاد

بامدادان باشد کودکان رد پای ما را تعجب می کنند، نه نصیحت هایمان را

بهترین راه برای بار آوردن کودکان مسئولیت پذیر این است که خودتان الگوی خوبی برای وی باشید. اگر از او می خواهید وسایلی را سر جایش بگذارد، لباس هایش را مرتب کند، اسباب بازی هایش را جمع کند، مطالعه نمایید، رفتار مبادی آداب داشته باشد، خودتان بایستی این کارها را انجام دهید.



والدین عزیز، جهت شرکت در دوره های تخصصی مهارت های فرزندپروری، می توانید به کارشناس سلامت روان نزدیک ترین مرکز خدمات جامع سلامت محله خود، مراجعه نمایید.

منابع:

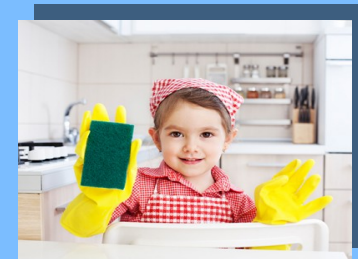
۱. مجموعه کتب فرزندپروری وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
۲. والدین موثر، فرزندان مسئول، دی مک کی، گری
برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت معاونت امور بهداشتی - گروه سلامت روانی اجتماعی و اعتیاد - به آدرس زیر مراجعه فرمایید:
<http://www.phc.umsu.ac.ir>

از نتایج طبیعی و منطقی رفتار استفاده کنید

یکی از موارد اساسی در آموزش مسئولیت پذیری به کودکان، استفاده از عواقب طبیعی و منطقی رفتارهاست. در آموزش مسئولیت، کودک باید بیاموزد که انتخاب کند و از انتخاب خود درس بگیرد و برای آموزش این امر استفاده از نتایج طبیعی و منطقی می تواند کمک مهمی را بکند. کاری کنید که «عواقب» تبدیل به جریان طبیعی «تقصیر» یا «کم کاری» شوند.

برخی از عواقب طبیعی و منطقی رفتارها عبارتند از:

- ✓ مجتبی ۳ ساله، از عصبانیت بیش از حد ماشین خود را خراب می کند، ماشین نوی دیگری برایش خریده نمی شود.
- ✓ ناصر ۴ ساله، ناهار نمی خورد، تا وعده ی غذایی بعدی باید گرسنگی بکشد.
- ✓ محمد ۵ ساله، از جمع کردن اسباب بازی هایش در اتاق پذیرایی سرباز می زند، اسباب بازی های او به مدت ۲ روز از دسترس او دور نگه داشته میشود.
- ✓ سارا ۸ ساله، در حین دعوا با خواهرش دست عروسک خواهرش را می شکند، او باید از پس انداز خود برای خواهرش عروسک جدیدی بخرد.



راهکارهای آموزش مسئولیت پذیری به کودکان

مسئولیت دادن به کودک، فرمول مشخصی ندارد و باید با توجه به توانمندی و شناختی که از کودک داریم، به او مسئولیتی واگذار کنیم. مثلاً ممکن است توانمندی یک کودک ۴ ساله از یک کودک ۸ ساله بیشتر باشد، برای همین سن تعیین کننده نیست اما نکته ای که در این میان بسیار مهم است، این است که باید به کودک بیاموزیم مسئولیت کاری را که انجام می دهد، به عهده بگیرد چون این کار باعث افزایش توانمندی و قدرت او می شود.



واگذار کردن برخی از امور شخصی و حتی کارهای خانه به کودکان با توجه به میزان توانمندی هایشان از جمله روش های موثر در آموزش و تقویت حس مسئولیت پذیری در کودکان است. در این صورت است که کودکان حس مشارکت و همکاری را تجربه می کنند و



از این که می توانند مهارت هایشان را برای کمک به شما به کار گیرند، به خود میبالند و احساس مهم بودن می کنند، اما دادن وظایف کوچک به کودکان فوت و فن های ظریفی دارد.

- ۱- کودکان را دست کم نگیرید: اغلب والدین کارهایی را که کودکان قادر به انجام شان هستند پایین تر از حد واقعی در نظر می گیرند.
- ۲- وظایفی را واگذار کنید که مناسب سن کودکان باشد: اگر وظیفه ای که به او می دهید برای سنش مشکل باشد، ناامید و دلزده خواهد شد. اما اگر کارها طوری باشند که کودک از عهده انجام آن ها به خوبی برآید، به این ترتیب تشویق می شود و می خواهد کارهای بیشتری انجام دهد.
- ۳- دقیقاً مشخص کنید انتظار دارید چه کاری انجام دهد: در واقع به او نشان دهید چگونه این کار را انجام دهد.

۴- تا جایی که ممکن است کارهای او را اصلاح نکنید: تصحیح کردن، ناخودآگاه این پیام را به کودک منتقل می کند که تلاشش به اندازه کافی خوب نبوده است. بنابراین به جای توجه به مقدار کاری که انجام داده است، به "تلاشش" توجه کنید و از سرزنش کردن او نیز بپرهیزید. سرزنش کردن سبب می شود کودک تصور کند هرگز نمی تواند شما را راضی نگه دارد بنابراین دست از تلاش بر می دارد. به یاد داشته باشید با گذشت زمان، کودک در کارهایش مهارت پیدا می کند، بر آن ها مسلط می شود.

۵- به جای جملات منفی از جملات

مثبت استفاده کنید:

مثلاً به جای «اگر لباس های

مهمانی را در نیآوری...»

از این عبارت استفاده کنید: «اگر

میخواهی بازی کنی اول باید لباس های مهمانی را در آوری».

بدین ترتیب اگر چند بار این جملات را تکرار کنید، انجام این

کارها برای کودک به شکل عادت در می آید.