

# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## چگونه دعوای بین فرزندان را مدیریت کنیم؟



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## مقدمه

اگر بیش از یک فرزند داشته باشید احتمالاً دعوا، جروبحث و رقابت فرزندان خود را تجربه کرده‌اید. حقیقت این است که حتی بهترین و گرم‌ترین روابط بین خواهرها و برادرها هم می‌تواند گاهی با دعوا و رقابت همراه شود. دعوای بین فرزندان، اجتناب‌ناپذیر (غیر قابل پیشگیری) است و فقط باید یاد بگیرید آن را به بهترین شکل مدیریت کنید

## چرا باید دعوای بین فرزندان را کنترل کرد؟

جروبحث و ناسازگاری بین فرزندان، کاملاً طبیعی است و در هر خانه‌ای اتفاق می‌افتد. اگر این جروبحث‌ها بیش از اندازه افزایش پیدا کند، می‌تواند به دشمنی و کینه‌های عمیق منجر شود و آرامش خانه را بر هم بزند. قبل از اینکه رابطه‌ی بین بچه‌ها سرد شود، باید به‌عنوان والدین آن‌ها قدم پیش بگذارید و مشکل را حل کنید

وقتی روابط گرم و صمیمی و سازنده بین خواهرها و برادرها شکل بگیرد، بچه‌ها یاد می‌گیرند که چطور در دنیای بیرون از خانه با مشکلات مختلف کنار بیایند. بچه‌ها در محیط خانه یاد می‌گیرند که چطور با اختلافات کنار بیایند و آن را حل و فصل کنند

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## دلایل رایج دعوی بین فرزندان

برای مدیریت کردن این شرایط ابتدا باید تشخیص دهید که چرا این دعاواها و رقابتها ایجاد می‌شود. هر دعوا و جروب‌بحث ممکن است دلیل متفاوتی داشته باشد؛ مثلاً اینکه نوبت چه کسی است تا اتاق را مرتب کند یا نوبت چه کسی است تا درباره‌ی دیدن فیلم در تلویزیون تصمیم بگیرد. اما ریشه‌ی اصلی این اختلافها ممکن است یک مسأله‌ی عمیق‌تر و مهم‌تر باشد

در برخی از مواقع، مشکل اصلی ممکن است تفاوت شخصیتی باشد. گاهی هم ممکن است یک احساس رقابت حل‌نشده بین فرزندان وجود داشته باشد؛ به عنوان مثال، یک کودک ممکن است احساس کند که مادر یا پدر به خواهر یا برادر او توجه بیشتری دارند. کودک دیگری ممکن است احساس رنجش کند زیرا فکر می‌کند به دلیل کوچک‌تر بودن نمی‌تواند کار زیادی انجام دهد یا اختیارات بیشتری در خانه داشته باشد. یا یکی از خواهر و برادرها ممکن است دوست داشته باشد که محیط خانه ساکت‌تر و آرام‌تر باشد؛ در حالی که دیگری در پی فعالیت‌های پرسروصدا و ماجراجویی است

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## چطور دعوای بین فرزندان را مدیریت کنیم؟

مهم نیست که علت دعوای بین فرزندان چه باشد؛ والدین باید تمام تلاش خود را به کار بگیرند تا رابطه‌ی خوبی بین بچه‌ها برقرار شود و مطمئن شوند که این جروب‌ها به رابطه‌ی گرم و خانوادگی آنها آسیبی نمی‌رساند. اگر به‌عنوان والدین چند فرزند، در این موقعیت قرار گرفتید، از روش‌های زیر برای کنترل شرایط استفاده کنید

### ۱- آموزش دادن به کودکان

قبل از هر چیز باید به فرزندان خود یاد بدهید که این جروب‌ها را با شیوه‌ای مثبت بین خودشان مدیریت کنند

کودکانی که به آنها آموزش داده شده است که چگونه اختلافات را به شیوه‌ای سازنده مدیریت کنند؛ مثلاً با گوش دادن به نظرات خواهر و برادرشان یا عدم نشان دادن رفتارهای نادرست مثل فحاشی، چارچوب ذهنی بهتری برای حل و فصل اختلافات و عبور از دعوا خواهند داشت

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

## کمیته آموزش و پژوهش

یکی از مزیت‌های آموزش این مهارت این است که کودکانی که یاد می‌گیرند چگونه از اختلافات با خواهر و برادرشان پیشگیری و آن را حل کنند، در مذاکره و سازش در روابط آینده، هم در محل کار و هم در خانه، عملکرد بهتری خواهند داشت. یادگیری نحوه‌ی رسیدگی به اختلافات با برادران و خواهران، به کودکان کمک می‌کند تا به بزرگسالانی تبدیل شوند که در حل اختلافات مهارت دارند و

در مدیریت روابط با دیگران، بهتر عمل می‌کنند

### ۲- نشان دادن اهمیت روابط خواهر و برادری

شما به‌عنوان والدین باید به بچه‌ها یادآوری کنید که گرم بودن روابط بچه‌ها، چقدر برای کل خانواده اهمیت دارد. به بچه‌ها توضیح بدهید که خانوادگی شما درست مثل یک تیم است. برای اینکه یک تیم به موفقیت برسد، همه‌ی اعضای آن شامل پدر و مادر و بچه‌ها، باید با هم همکاری کنند، محیطی آرام داشته باشند و همدیگر را دوست داشته باشند. هر جروبخت و مشاجره‌ای که بین اعضای تیم ایجاد شود، می‌تواند به کل خانواده آسیب بزند

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## ۳- مداخله کردن

برخی از والدین بر این باورند که بهتر است به کودکان اجازه دهیم به تنهایی از پس مشکلات و جروب‌های خود برآیند. این نکته می‌تواند تا حدی درست باشد؛ اما تا زمانی که کودکان ابزارهایی برای مدیریت اختلافات به شیوه‌ای سازنده، مثبت و صلح‌آمیز داشته باشند. اگر مشاجره به شدت افزایش پیدا کرد یا جروب‌های کلامی یا فیزیکی در گرفت، والدین باید فوراً مداخله کنند. اگر در زمان مشاجره حضور نداشتید، بعداً زمانی را به آن‌ها اختصاص دهید و درباره‌ی آنچه اتفاق افتاده صحبت کنید و روشن کنید که پرخاشگری از هر نوعی، در خانه‌ی شما قابل‌پذیرش نیست.

## ۴- گوش دادن به هر دو طرف دعوا

در هر دعوی خواهی و برادری، دو طرف وجود دارد و شما وظیفه دارید که به صحبت‌های هر دو طرف توجه کنید و ماجرا را از دید هر دو طرف ببینید. کاری کنید که هر کودک، احساس کند که به حرف‌های او بدون قضاوت توجه می‌شود. معمولاً بچه‌ها بعد از صحبت کردن با مادر یا پدر درباره‌ی مشکل خود، احساس بهتری دارند، به‌ویژه وقتی احساس می‌کنند که می‌توانند موضع خود را بیان کنند و به‌طور منصفانه مورد توجه قرار بگیرند.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## ۵- تعیین قوانین برای جروبحث‌های خانوادگی

برای جروبحث‌های خانوادگی قوانینی تعیین کنید و آن را به همه گوشزد کنید. هیچ‌گونه فحاشی، خشونت کلامی و فیزیکی در دعوای خانوادگی قابل پذیرش نیست. به بچه‌ها یاد بدهید که تحت هیچ شرایطی از این قانون تخلف نکنند و از آن‌ها بخواهید با طرف مقابل همان‌طوری رفتار کنند که دوست دارند با خودشان رفتار شود

## ۶- پیدا کردن ریشه‌ی مشکل

از بچه‌ها بخواهید که دقیق و واضح، مشکل اصلی خود را مطرح کنند. از آن‌ها بخواهید تا تمرکز کنند و دقیقا آن چیزی را که باعث عصبانیت و ناراحتی‌شان شده عنوان کنند. وقتی بچه‌ها به جای تمرکز کردن روی رفتار خواهر و برادرشان، مشکل اصلی را پیدا و بازگو کنند، حل کردن مشکل برای شما هم بسیار راحت‌تر می‌شود. مثلا فرض کنید یکی از فرزندان شما برای انتخاب بازی مشترک، قلدری می‌کند و می‌خواهد که حرف، حرف خودش باشد خواهر یا برادر او اگر به جای انتقاد از این رفتار، از شما بخواهد که قانونی برای انتخاب عادلانه‌ی بازی در نظر بگیرید، مشکل به راحتی حل می‌شود. شما می‌توانید آن‌ها را ملزم کنید که نوبتی تصمیم بگیرند که چه بازی و سرگرمی‌ای داشته باشند و خودتان روی رعایت این نوبت نظارت کنید

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## ۷- درخواست پیشنهاد از طرف خود فرزندان

در این شرایط می‌توانید از خود بچه‌ها بخواهید تا یک راه‌حل پیشنهاد کنند. آن‌ها را تشویق کنید تا دنبال راه‌حلی بگردند که منصفانه باشد و هر دو طرف دعوا را راضی کند. از آن‌ها بخواهید تا خودشان را به‌جای طرف مقابل بگذارند و با توجه به شرایط فرد مقابل، پیشنهادی را ارائه کنند

## ۸- الگو بودن برای فرزندان

شما خودتان باید در رفتارها و مهارت‌های حل مسأله، الگویی برای فرزندان باشید. بچه‌ها رفتارهای والدین را می‌بینند و از آن‌ها یاد می‌گیرند. با همسرتان درباره‌ی این مهارت‌ها و رفتار درست در جروب‌های خود صحبت کنید و یک روش مناسب پیدا کنید. رفتار شما با همسر، والدین و فرزندان، نحوه‌ی رفتار کودکان را هم شکل می‌دهد

اگر شما موقع جروب‌ها و دعوا، به دیگران احترام بگذارید و بتوانید در آرامش، موقعیت را کنترل کنید، بچه‌ها هم این رفتار را از شما یاد می‌گیرند. آن‌ها مهارت‌های حل مسأله و مدیریت کردن بحث را با دیدن، یاد می‌گیرند و خودشان هم در زندگی، چه در کودکی و چه در آینده، به کار می‌برند

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## عادات‌های روزمره برای تقویت روابط بین فرزندان در خانه

برای اینکه دعوی بین فرزندان کاهش پیدا کند و آن‌ها روابطی گرم‌تر و صمیمانه‌تر داشته باشند، باید عادات‌هایی را در منزل جا بیندازید. والدین نقش مهمی در قوی‌تر کردن روابط خواهر و برادری و کاهش دعوا و رقابت بین آن‌ها دارند. با انجام فعالیت‌هایی که فرزندان را به همکاری و مشارکت تشویق می‌کند، به آن‌ها یاد بدهید که رفتاری سازنده داشته باشند و اختلاف‌نظرهای خود را با شیوه‌های بهتری به‌جای دعوا کردن، حل کنند.

فرقی نمی‌کند که فرزندان شما چقدر با خواهر و برادر خود تفاوت رفتاری و شخصیتی داشته باشند. شما به‌عنوان والدین، با به‌کار بستن نکات زیر می‌توانید رابطه‌ی بین فرزندان خود را گرم‌تر کنید.

مهرجویان نیکوکار ایرانیان  
کد ثبت: ۴۹۱

### ۱- مقایسه نکردن فرزندان

هرگز بچه‌های خود را با یکدیگر مقایسه نکنید. مثلاً جمله‌هایی شبیه این را هرگز به فرزندان خود نگویید: تو چرا مثل برادرت به حرف ما گوش نمی‌کنی؟ تو چرا مثل خواهرت در کارهای خانه کمک نمی‌کنی؟

یکی از مهم‌ترین عادات‌هایی که باعث گرم‌تر شدن روابط فرزندان می‌شود و رقابت و دشمنی بین آن‌ها را کمتر می‌کند، مقایسه نکردن آن‌ها با خواهر و برادرشان است.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## ۲- شناسایی علت اصلی جروبحثها

اگر فرزندان شما زیاد با هم جروبحث و دعوا می‌کنند، احتمالاً این رفتار آنها یک دلیل پنهان و عمیق‌تر از دلایل ظاهری دعواها دارد. شاید آنها برای به دست آوردن توجه بیشتر شما رقابت می‌کنند. شاید وقتی خسته و بی‌حوصله اند بیشتر دعوا می‌کنند.

وقتی توانستید الگویی را که منجر به ایجاد تنش بین فرزندان می‌شود پیدا کنید، حل کردن آن مشکلات اصلی، باعث کم شدن دعوای بین فرزندان می‌شود. مثلاً تلاش کنید تا برای تمام فرزندان خود به اندازه‌ی یکسان و به صورت انفرادی وقت بگذارید تا بچه‌ها مجبور نباشند برای به دست آوردن توجه بیشتر، با هم بحث کنند.

## ۳- پذیرش تفاوتها

به فرزندان خود یاد بدهید که تفاوت‌های یکدیگر را بپذیرند. خودتان هم باید پذیرای تفاوت فرزندان با یکدیگر باشید. وقتی فرزندان با هم تفاوت دارند، مثلاً یکی عاشق ساکت نشستن و کتاب خواندن و دیگری عاشق فعالیت‌های شلوغ و پر جنب و جوش است، اختلافات بین فرزندان زیاد می‌شود.

جهت مشاهده بیشتر بروشورهای رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

در این صورت باید به فرزندان خود یاد بدهید که به این تفاوتها احترام بگذارند و بدانند که فقط یک چیز است که بیشتر از همه اهمیت دارد؛ دوست داشتن یکدیگر در محیط خانواده

اگر آنها در تفریحات خانوادگی اختلاف نظر دارند، به فرزندان خود یاد بدهید که با هم یک راه حل پیدا کنند یا نوبتی، برای تفریحات خانوادگی تصمیم بگیرند

## ۴- وادار کردن به همکاری

سعی کنید بچه‌ها را برای انجام کارهای روزمره به همکاری کردن تشویق کنید. یکی از مهم‌ترین چیزهایی که حس همدلی را در بین فرزندان تقویت می‌کند، انجام کار گروهی برای رسیدن به یک هدف است. مثلا اگر اتاق خود را با همکاری هم تمیز کنند، برای آنها پاداشی در نظر بگیرید  
برای این منظور یک پروژه را در نظر بگیرید؛ تمیز کردن اتاق، تمیز کردن باغچه و حیاط، یا هر فعالیتی که متناسب با توانمندی‌ها و سن و سال آنها باشد. این کار آنها را ناخودآگاه وادار می‌کند که برای رسیدن به نتیجه‌ی مطلوب با هم همکاری کنند

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## ۵- افزایش مهارت شنیدن

تلاش کنید به بچه‌ها بیاموزید که مهارت شنیدن را یاد بگیرند. توانایی گوش دادن به حرف‌های دیگران یکی از مهم‌ترین مهارت‌هایی است که کودک باید یاد بگیرد. با یادگیری مهارت شنیدن، بچه‌ها مهارت‌های دیگری را هم یاد می‌گیرند؛ مثلاً اینکه خودشان را جای طرف مقابل بگذارند و دنیا را از دید او و شرایط او ببینند. به فرزندان خود یاد بدهید که در مواقع بروز اختلاف، ابتدا سعی کنند که با هم صحبت کنند و نظر طرف مقابل را بپرسند و در آرامش به آن فکر کنند

## ۶- آموزش اهمیت احترام

اهمیت احترام متقابل بین اعضای خانواده را به کودکان خود یاد بدهید. گوش دادن به دیگران هم یکی از جنبه‌های احترام است. احترام، هر رابطه‌ای را تقویت می‌کند؛ فرقی نمی‌کند رابطه‌ی بین فرزندان یک خانواده باشد یا رابطه‌ی بین والدین، دوستان، همکاران

به بچه‌ها یادآوری کنید که با دیگران طوری رفتار کنند که دوست دارند با آن‌ها همان‌گونه رفتار شود. این احترام می‌تواند جنبه‌های مختلفی داشته باشد؛ مثلاً صحبت کردن با هم بدون خشونت و فحاشی، بدون داشتن تن صدای ناخوشایند، بی‌توجهی نکردن به نظرات دیگران، توجه به حریم شخصی و خواسته‌های دیگران

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## ۷- آموزش مخالفت کردن بدون بی‌احترامی

حتی افرادی که یکدیگر را دوست دارند گاهی اوقات ممکن است با هم اختلاف نظر داشته باشند؛ این یک واقعیت انکارنشده‌ی در زندگی است. اما نحوه‌ی برخورد ما با این اختلافات مهم است. به فرزندان خود بیاموزید که ممکن است همیشه با هم اتفاق نظر نداشته باشند اما نباید به هم بی‌احترامی کنند یا اجازه دهند مشاجره بر تعاملات مثبت آنها تأثیر بگذارد و مهم‌تر از همه، دچار درگیری فیزیکی نشوند.

## ۸- تاکید بر روابط خانوادگی

به فرزندان خود توضیح دهید و مرتب به آنها یادآوری کنید که خانواده، به ویژه خواهر و برادر، نوعی عشق و حمایت تزلزل‌ناپذیر دارند که به راحتی قابل جایگزینی با روابط دیگر نیست.

به فرزندان خود یادآوری کنید که اگرچه ممکن است در حال حاضر همراهی با دوستان خود را به برادر یا خواهرشان ترجیح دهند، اما با بزرگتر شدن، برای یکدیگر اهمیت بیشتری پیدا خواهند کرد.

اگرچه ممکن است آنها هنوز به طور کامل اهمیت روابط خواهر و برادر را درک نکرده باشند، این پیامی است که ارزش تکرار کردن دارد و در نهایت با بزرگتر شدن، به آن پی خواهند برد.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## ۹- مشخص کردن زمانی برای خوش گذرانی

تفریحات و سرگرمی‌های خانوادگی، فرصت خوبی برای تقویت روابط بین اعضای خانواده است. غیر از سرگرمی‌ها و تفریحاتی که هرکسی با دوستان و همسالانش دارد، زمانی را برای با هم بودن در نظر بگیرید. در این دوره‌ها و با هم بودن‌ها می‌توانید روابط فرزندان را تقویت کنید و اهمیت خانواده را برای آن‌ها روشن کنید



شما چگونه دعوای بین فرزندان را مدیریت می‌کنید؟

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)

