

# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

با کودکی که بر روی خواسته هایش  
پافشاری می کند چه رفتاری باید کرد؟



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

زمانی که کودک روی کارهایی که می‌خواهد انجام دهد پافشاری می‌کند عکس العمل و رفتار شما بسیار مهم است. پافشاری کودک یک مسئله طبیعی است، اما برخی از کودکان در این موارد رفتارهای ناشایستی مانند لگد زدن، جیغ زدن، گریه کردن، پرت کردن اشیاء و... را از خود نشان می‌دهند و تا زمان رسیدن به خواسته هایشان آرام نمی‌گیرند. این دسته از کودکان باعث بهم ریختن اوضاع و احوال والدین می‌شوند. زیرا هر چیزی را که بخواهند، انتظار دارند در همان لحظه به دست بیاورند و رفتارهای خود را به قدری ادامه می‌دهند تا به چیزی که می‌خواهند برسند.

از سوی دیگر، اگر شما به خواسته های بی چون و چرا بله بگویید و تسلیم او شوید؛ ممکن است در آینده ای نزدیک بر زندگی شما حکمرانی کند. شما باید به فرزندتان بیاموزید با دیدن چیزهای زیبا و جذاب، گاهی بدون داشتن احساس مالکیت از آنها لذت ببرد و همچنین بیاموزد در زندگی گاهی نیاز است که خلاف خواسته هایش عمل کند.

زمانی که کودک روی کارهایی که می‌خواهد انجام دهد پافشاری می‌کند عکس العمل و رفتار شما بسیار مهم 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

مثلا حمام کردنش تمام شده، مدتی هم در وان حمام بازی کرده اما باز هم بیرون نمی آید و اصرار دارد که در وان به بازی ادامه دهد و شما کارهای مهم تری دارید و نمی توانید به خواسته او تن دهید یا بعد از خوردن بستنی می خواهد باز هم بستنی بخورد و بعد از قبول نکردن شما شروع به جیغ زدن می کند تا شما به او بگویید باشد فقط سر و صدا نکن یا انقدر گریه می کند تا شما دلتان به رحم آید و قبول کنید اما این دقیقا همان رفتار نادرست است و شما نباید به خواسته او توجه کنید باید به او یک ” نه ” قاطع بگویید. هرگز فکر نکنید با این کار از مهر و محبت شما کم کم شود یا باعث خدشه دار شدن رابطه عاطفی شما می شود

اگر به خواسته او تن دهید از نظر روانی کودک شما یاد می گیرد همیشه برای رسیدن به هدف خود، داد و فریاد و بدقلقی را پیش بگیرد. هر چه مدت زمان بیشتری بگذرد این رفتار در او بیشتر تقویت می شود

زمانی که کودک پا به سنین ۲ و ۳ سال می گذارد. راه رفتن، صحبت کردن و اداب دستشویی رفتن و... را می آموزد. در چنین مواقعی حتما برایتان پیش می آید که وقتی با کودک به فروشگاه می روید یا برای کاری بیرون هستید. کودک اعلام می کند که تشنه 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

در چنین مواقعی نیازی که شما سریعاً به دنبال تهیه آب باشید. می‌توانید این کار را با کمی تعامل، انجام دهید. مثلاً آب را ۱۰ دقیقه بعد برای کودک تهیه کنید. این مثال می‌تواند در همه موارد مثل خرید لباس، اسباب بازی، خوراکی یا هر خواسته دیگری از سوی فرزندتان باشد.

اگر شما از همان روزهای ابتدایی همیشه خواسته‌های کودک را در لحظه برآورده کنید. او در سنین بالاتر انتظار دارد تمام خواسته‌هایش در لحظه انجام شود. در حالی که این به تأخیر انداختن‌های کوتاه، در نیازهای اولیه کودک به رشد فروتنی مغز کودک کمک می‌کند تا بتواند در سنین بالاتر به دور از تکانش و هیجان عمل کند.

**رفتار درست در برابر پافشاری کودک چیست؟**

**قبل از خروج از منزل به کودکان بگویید قرار است چه چیزی بخرید.**

به عنوان مثال اگر به بازار می‌روید، به فرزندتان بگویید: "امروز به بازار می‌رویم تا کیف مهد کودک بخریم، شاید لباس هم بخریم اما چیز دیگری قرار نیست بخریم" زمانی که به بازار رفتید و کودکان کفش خواست، بدون سرزنش کردن به او یاد آوری کنید که برای چه چیزی آمده‌اید و چرا کفش نمی‌خرید. مثلاً بگویید: «چه کفش زیبایی خیلی قشنگ است اما ما برای خرید کیف آمده ایم نه کفش»

**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

## یک لیست از خواسته های فرزندتان تهیه کنید.

یک لیست برای فرزندتان تهیه کنید و آن را همراه خود داشته باشید. زمانی که چیزی از شما درخواست می کند به او بگویید: «کدام رنگش را بیشتر دوست داری؟» و بعد چیزی که درخواست کرده را با جزئیات در لیست خود اضافه کنید و به او بگویید: «من چیزی که خواستی را به فهرست تو اضافه کردم. هر وقت بخواهم برایت هدیه ای بخرم این مورد را فراموش نمی کنم. هرگز علایق فرزندتان را سرکوب نکنید و به خواسته های او ارزش قائل شوید. ارزش قائل شدن به آن معنی نیست که به هر چیزی که علاقه داشت شما باید خریداری کنید. مثلا اگر به فروشگاه رفتید و کودکتان چند تا اسباب بازی یا وسیله را می خواستید که برایش بخرید به او بگویید اگر اینجا فروشگاهه بود که هر چیزی را می خواستی مجانی به ما میداد دیگر چه چیزهایی در سبد می گذاشت؟ و از او بخواهید در ذهنش در یک سبد بردارد و از وسیله هایی که دوست دارد پر کند. در نتیجه هم کودک با یک بازی خیالی سرگرم می شود و هم می داند خرید تمام خواسته های او ممکن نیست. برای داشتن بعضی چیزها باید صبور باشد، برخی از خواسته هایش به کل دستیافتنی نیست و برخی را هم در لحظه به دست خواهد آورد

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

## نسبت به رفتار او بی‌اعتنایی کنید

شما باید در ابتدا با کودک خود صحبت کنید و به او بگویید که قرار نیست خواسته اش برآورده شود. اگر بعد از صحبت شما باز هم به اصرار خود ادامه داد، نسبت به رفتار او بی‌توجه باشید و در برابر گریه‌ها و جیغ و فریادهای او بی‌اعتنا باشید تا بداند که قرار نیست کار خود را با این چنین رفتارهایی پیش ببرد. این کار شما مهر و محبت شما به عنوان والدین را زیر سوال نمی‌برد. تمام مراحل تربیت یک کودک با لبخند و شادی همراه نیست و گاهی کمی سفتی و سرسختی نیاز است

دقت کنید که در راه، یک بار، فقط یک بار نه بیشتر، باید به کودک توضیح دهید که کاری که می‌خواهد انجام نخواهید داد و دلیل آن را نیز برایش توضیح دهید. و سپس، باید خود را نسبت به رفتار او بی‌تفاوت نشان دهید به عنوان مثال مشغول آشپزی شوید

نکته قابل توجه این است که زمانی که کودک شروع به رفتارهای خطرناک می‌کند، نمی‌توان این روش را اجرا کرد. مثلاً شاید شیء تیز یا سنگینی را به سمت تلویزیون یا اشخاص پرتاب کند

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

## آینه وار رفتار کنید

این را دقیقا برعکس روش قبلی است. هر بار که کودک تقاضای خود را تکرار می کند، شما هم باید یک پاسخ منفی را تکرار کنید. این روش برای زمانی مناسب است که کودک باید کاری را انجام دهد اما سر باز می زند و می خواهد کار دیگری انجام دهد. به عنوان مثال: زمان خواب کودک رسیده و او می خواهد تلویزیون تماشا کند. در این مواقع شما باید با هر بار درخواست کودک تکرار کنید: « الان زمان خوابیدن توست باید به رختخواب بری » درست مثل یک آینه در برابر رفتار فرزندتان این جمله را تکرار کنید تا زمانی که او متوجه شود راهی جز پیروی از شما ندارد

چیزی که در چهار روش گفته شده مهم است، این که نباید کسی که در نهایت کوتاه می آید شما باشید. زیرا اگر کودکان بر اساس تجربه بفهمد که با مقاومت و طولانی شدن زمان لج بازی یا گریه به هدف خود می رسد، همچنان به کار پافشاری خود ادامه خواهد داد

بنابر این وقتی قرار است در برابر چیزی به کودک خود "نه" بگویید از قبل همه جوانب را بسنجید تا بتوانید تا آخر پای حرفتان باشید و "نه" سر سری که قرار است به زودی از آن کوتاه بیاید نگویید

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

**نکته مهم:** با سایر افراد خانواده در نه گفتن به کودک هماهنگ باشید؛ آن طور نباشد که وقتی پدر بر روی مسئله ای نه گفته مادر بله بگوید

**سوال**

خب چطور میتوانم هوشمندانه این کار را انجام بدهم که نتیجه معکوس ندهد؟ چون خود من خاطره خوبی از این حرکت در خانواده ام ندارم و همین شیوه باعث شده که الان حتی قدرت لحظه ای صبر را نداشته باشم؟

**پاسخ**

چه واژه درستی به کار بردید. " هوشمندانه " رفتار کردن هست که در این موارد بسیار مهم است

ببینید مهمترین ابزاری که یک والد می تواند با آن رابطه اش را با هر مختصات کودک و با هر شرایطی جلو ببرد، بازی است ۴۹  
در صورتی که شما با راه انداختن بازی (وابسته به شرایطی که داخلش هستید) خواسته کودک را به تعویق بندازید، هم اینکه به تقویت فروتنی کودک کمک کردید و از طرف دیگر کودک شما وارد مجادله با شما نخواهد شد

شما چه راهکاری دارید؟

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

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

