گروه مردمی مجنا
کمیته آموزش و پژوهش

چگونه به کودکان یاد بدهیم از خود دفاع کنند؟

مهرجویان نیکوکار ایرانیان
کد ثبت: ۴۹۱

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

مقدمه

کودکانی که نمی‌توانند از خودشان دفاع کنند

بازی کردن کودک با بزرگ تر از خودش

یکی از این گروه کودکانی هستند که با بزرگتر از خودشان همبازی می‌شوند و اختلاف سنی بین آنها بیشتر از ۲ سال است؛ این کودکان در طول بازی با کودکان بزرگتر از خودشان اختلاف نظر پیدا و در برابر کودکان بزرگتر از خودشان احساس ناتوانی می‌کنند بنابر این نمی‌توانند از خودشان دفاع کنند

عدم تعامل کودک با دیگران

دلیل بعدی تعامل کم بچّه‌ها با همسالان خود است. زمانیکه کودک، تعامل کمی با دوستان و هم بازی های خود دارد و همین امر باعث می‌شود که او تنها بزرگ شود؛ بچّه‌هایی که تنها بزرگ می‌شوند، تعاملات ضعیفی در جامعه دارند. کودکانی که تک فرزند هستند به علت اینکه همبازی مناسب سن خودشان را ندارند اغلب نمی‌توانند از خودشان دفاع کنند همچنین خواهران و برادرانی که بین آن‌ها خیلی حسادت وجود دارد رقیب یکدیگر می‌شوند، یکی از این فرزندان در دسته کودکانی قرار می‌گیرد که نمی‌تواند از خودش دفاع کند. همپنین زندگی‌های آپارتمان نشینی، محیطی است که ممکن است این محدودیت ها را برای کودک به وجود آورد

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

وابستگی کودک

کودکانی که در انجام کارهای خود به مادرشان وابسته هستند به علت رسیدگی زیاد مادر استقلال فردی ندارند بنابراین قادر به دفاع از خود نیستند

تربیت نادرست والدین برای دفاع کودک از خود

با او بازی نکن

به کار بردن عباراتی مثل «ولش کن بیا کنار من بشین»، «با او بازی نکن» نمونه هایی از آموزش غلط والدین به کودکان است بنابراین کودکانی که این آموزش ها را دریافت می‌کنند موفق به دفاع از خود نیستند

تو هم بزن

متاسفانه یکی از جملات شایع والدین، زمانیکه کودک نمی‌تواند از خود دفاع کند، اینست که تو هم او را بزن. یعنی به او آموزش می‌دهید اگر کسی کار بدی کرد تو هم آن‌را تکرار کن. باید به این نکته توجه کنید کودکی که کتک می زند نیز آسیب می بیند زیرا احساسات منفی در او جمع می‌شود. یعنی به کودک در چنین موقعیت‌هایی کینه، خشم و مجازات را آموزش می‌دهید. آموزش همدلی، نحوه بیان ناراحتی به شکل درست به کودک کمک می کند تا مهارت‌های اجتماعی خود را بهبود بخشد و بتواند در محیط خود موفق تر عمل کند. و به طرز درستی ابراز وجود داشته باشد

محترمانه صحبت کردن را به کودک بیاموزید

والدین همچنین باید محترمانه صحبت کردن را از حدود سه سالگی به کودکانشان آموزش دهند کودکان در برابر آنهایی که مودبانه صحبت می‌کنند اغلب زور گویی نمی‌کنند همچنین اگر در بین بستگان و اعضای فامیل کودکی زورگو وجود دارد والدین باید ارتباطشان را با چنین فردی تا حد امکان کاهش دهند تا دوران کودکی فرزندشان سپری شود؛ کودکان اغلب در سن ۴ سالگی که هیجانات منفی آنها زیاد است تمایل به زورگویی دارند

به کودک یاد دهید چگونه بر ترس خود غلبه کند

بیان داستان و قصه‌ی کسانی که توانستند در موقعیتهای مختلف بر ترس و اضطراب خود غلبه کنند و شجاعت نشان دهند، نیز موثر است. از کارتون‌های مناسب نیز می توانید بهره‌ی لازم را ببرید

به تقویت اعتماد به نفس کودک بپردازید

اعتماد به نفس و ابراز وجود او را بالا ببرید. زمانیکه کودک اعتماد به نفس لازم را داشته باشد خودش می تواند تصمیم بگیرد در موقعیت کدام نوع رفتار را انجام دهد؛ ترک محیط، برخورد قاطعانه یا بی توجهی. زمانیکه کودک از روش‌های پرخاشگرانه برای ارتباط استفاده می‌کند مهارت‌های اجتماعی لازم را کسب نمی‌کند. به کودک در محیط خانه اجازه دهید با رعایت احترام و از حد

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

خود دفاع کند

کودکی که در خانه به موقع از خود دفاع می‌کند در بیرون هم اینگونه است. محبت و عشق خود را به فرزندتان انتقال دهید. کودکی که احساس کند مورد محبت و عطوفت خانواده است در ارتباط برقرار کردن با دیگران موفق تر است. شایستگی و مهارت‌های او را افزایش دهید. علاوه بر این در محیط خانه مسئولیت متناسب با سن به او واگذار کنید. چنین فعالیت‌های کمک می‌کند تا اطمینان به خود را پیدا کند و در موقعیت‌های مختلف مقتدرانه تر رفتار کند

ارتباط اجتماعی کودک را گسترش دهید

در ابتدا به این مسئله اشاره کردیم که یکی از عوامل مهم عدم توانایی دفاع از خود در کودکان، تعامل کم با دیگران است. ارتباط اجتماعی کودک را گسترش دهید و او را در موقعیت‌های مختلف قرار دهید؛ بعنوان مثال در کلاس‌های تابستانی ثبت نام کنید و دامنه دوستی او را گسترش دهید. پارک ببرید تا بتواند با کودکان دیگر تعامل داشته باشد و در زمینه نحوه‌ی حضور در اجتماع، کنار آمدن با دیگران و دفاع از خود تجربه کسب کنند

شما چگونه با کودک خود رفتار می کنید؟

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR