

رشد شخصیت و هیجانات کودکان و نوجوانان و راهکارهای رویارویی مربیان با این دوران

عزیزه نیدی^۱، مریم نیری^۲

^۱ استادیار دانشگاه فرهنگیان استان بوشهر

^۲ کارشناس ارشد، آموزگار دوره ابتدایی

چکیده

کودکان و نوجوانان ویژگی‌های گوناگون جسمانی، شناختی، اجتماعی، هیجانی، عاطفی و ... دارند. اگر چه این ابعاد وسیع است و نیاز به تخصص‌های ویژه دارد ولی کسانی که وظیفه تعلیم و تربیت آن‌ها را برعهده دارند، بایستی از اصول رشد و تکامل، معیارهای رشد شخصیت و بالندگی و هیجانات و رغبت‌های کودکان و نوجوانان شناخت اجمالی داشته باشند. بی شک مطالعه کتاب‌ها و مقالاتی که در این زمینه به نگارش درآمده، بسیار مفید خواهد بود. این پژوهش تلاش دارد به شیوه کتاب‌خانه‌ای و با روش توصیفی، تبیین و تفسیر، جهت‌ها و اصول رشد و تکامل شخصیت و عوامل برانگیزاننده احساسات و هیجانات کودکان و نوجوانان را مورد مطالعه و بررسی قرار دهد و برای رویارویی با این احساسات و هیجانات با توجه به نظریات صاحب نظران مختلف، راهکارهایی ارائه دهد. نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که توجه به رغبت‌ها و هیجانات کودکان و نوجوانان و برخورد صحیح بزرگسالان می‌تواند در رشد شخصیت آن‌ها تأثیر مهمی بگذارد. بی شک کودک برای رسیدن به رشد شخصیت، نیازمند آن است که خود را ارزشمند بداند، مسئولیت گفتار و کردار خود را بپذیرد و از قوت و ضعف خود آگاه باشد. دستیابی به این امر، نیازمند راهنمایی و تشویق دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت و اولیا و مربیان است.

واژه‌های کلیدی: شخصیت، هیجانات، رفتار، کودکان، نوجوانان.

مقدمه

والدین، معلمان، مربیان و همه کسانی که با کودکان و نوجوانان سروکار دارند، لازم است، شناختی از دنیای آن‌ها داشته باشند. این شناخت کمک می‌کند تا آن‌ها در رویارویی با مسائل و مشکلات کودکان و نوجوانان راهکارهایی داشته باشند و شرایط بهتری را برای رشد و نمو و شکل‌گیری شخصیت انسانی کودکان و نوجوانان فراهم آورند. «والدین در نسل‌های گذشته بر روی زمینه‌های محدودتری با فرزندانشان کار می‌کردند ولی اکنون نیازهای اجتماعی پیچیده‌تر شده است و ما برای اینکه فرزندمان را آگاه کنیم که با این نیازها برخورد صحیح نمایند؛ باید بار مسئولیت سنگین‌تری بر دوش بکشیم. به اقتضای نیازهای روز اگر شما مثلاً حالا فرزندتان را برای فراگیری کامپیوتر تشویق نکنید وقتی وارد اجتماع یا دانشگاه می‌شوند، مشکل خواهند داشت. مثال دیگری می‌توان مطرح کرد. دنیای ما دنیای آشفته‌گی و ناراحتی‌های روانی است. اگر شما فرزندتان را وادار به آموختن روش‌های ویژه‌نماید که دارای اثرات آرامش‌زا و تعادل‌بخش است؛ او فردا در مواجهه با فشارها، پایداری بیشتری خواهد کرد.» (شرفی، ۱۳۷۱: ۸۶)

روان‌شناسان و متخصصان علوم تعلیم و تربیت تحقیقات فراوانی در زمینه رشد شخصیت، هیجانات و اصلاح رفتار انجام داده‌اند. «در دهه ۱۹۵۰ شرح اصول رفتاری و ارزیابی شیوه‌های اصلاح رفتار با مردم آغاز شد ... از زمان آغاز تحقیق در حوزه اصلاح رفتار با انسان‌ها در دهه ۱۹۵۰، هزاران مطالعه اثربخشی اصول و شیوه‌های اصلاح رفتار را ثبت کرده‌اند.» (میلتن برگر، ۱۳۹۲: ۱۱)

همان‌طور که بیان شد، مطالعات و نظریات زیادی در زمینه رشد شخصیت و هیجانات کودکان و نوجوانان وجود دارد اما از آنجا که نظریه «اریکسون» اصول روان‌شناختی و رشد اجتماعی را به هم ربط می‌دهد، برای روشن شدن مطلب، ابتدا اصول اندیشه او را بیان می‌کنیم. اریکسون معتقد است: «۱. مردم به طور کلی دارای نیازهای پایه یکسانی هستند. ۲. مانند پیازه معتقد است که رشد، طی مراحل صورت می‌گیرد. ۳. او معتقد است که هر مرحله به وسیله یک بحران یا یک مسئله روانی - اجتماعی مشخص می‌شود. ۴. او معتقد است که مراحل مختلف رشد منعکس‌کننده تفاوت‌ها در انگیزش هر فرد است.» (کریمی، ۱۳۸۸: ۴۵-۴۶)

در اینجا لازم است واژه «بحران» را معنی کنیم. از نظر اریکسون «بحران» عبارت از زمانی است که شخص در برابر یک چالش روان‌شناختی خاص آسیب‌پذیر است و این چالش وابستگی نزدیکی به روابط اجتماعی دارد. یافتن یک راه حل قابل قبول برای یک بحران بدین معنی است که نسبت مطلوبی از صفات روانی - اجتماعی مثبت به صفات منفی حاصل شده است. در حالی که یک بحران هیچ‌گاه به طور کامل حل نمی‌شود. حل مثبت بحران در هر مرحله منجر به یک شخصیت کاملاً کارآمد، یعنی شخصیتی دارای کنترل نفس، درک صحیح از خود در فرهنگ و یکپارچه کردن این دو می‌شود. در حالی که حل منفی بحران می‌تواند رشد را در مراحل بعدی عقب انداخته، شخصیت را دچار آسیب کند.» (همان: ۴۶)

در این مقاله تلاش می‌شود به سؤالات ذیل پاسخ داده شود:

۱. کودکان و نوجوانان در هر مرحله از رشد، از چه ویژگی‌های هیجانی و عاطفی برخوردارند؟
۲. راهکارهای رویارویی با هیجانات و عواطف کودکان و نوجوانان در سنین مختلف چیست؟

رفتار و هیجانات

| | |
|----------------------------|---------------------------|
| از محبت تلخ ها، شیرین شود | از محبت مس ها، زرین شود |
| از محبت دردها، صافی شود | از محبت دردها، شافی شود |
| از محبت مرده، زنده می کنند | از محبت شاه، بنده می کنند |

این محبت هم نتیجه دانش است کی گزافه بر چنین تختی نشست (مولوی، دفتر دوم، ابیات ۱۵۲۹ الی ۱۵۳۲)

اساس تربیت بر محبت است. «میکله بوربا» روان شناس تربیتی در این باره می نویسد: «اخلاق، بر اساس عشق بنا نهاده می شود. وقتی ما رابطه ای بر پایه عشق را با فرزندانمان بنا می نهیم، راهی برای تأثیرگذاری بر آن ها می گشاییم. سپس در دنیایی که آن ها را با الگوهای بد احاطه کرده است، ما برای عمیق تر و پایدارترین تأثیر به بهترین الگو تبدیل می شویم. وقتی با مردم مصاحبه می کنم و از آن ها در باره تأثیری که والدینشان بر زندگی و منش آن ها نهاده اند سؤال می کنم، بیشتر آن ها الگوهای والدینشان را مثال می زنند. مری که مادر چهار فرزند است، این گونه از پدرش یاد می کند: پدرم همیشه نامه هایش را با این جمله به پایان می برد، سخت کوش باشید و بسیار دعا کنید. این ادعای او، هیچ گاه گزافه به نظر نمی رسید، زیرا او خودش همواره این طور عمل می کرد. او تمام عمرش سخت کار کرد و...» (بوربا، ۱۳۹۱: ۲۱)

تربیت یا پرورش و برخورد مناسب با رفتار و هیجانات کودکان و نوجوانان «دارای مبانی، روش ها، اصول و شرایطی است که بسیار از آن گفته و نوشته اند. تربیت تا حد زیادی واجد خصوصیات اعمال اخلاقی است؛ عدالت است، ایثار است و در عین حال، احسان و ایثار، یعنی همکاری وجدان هاست؛ زیرا مبین مسئولیت مشترکی که بزرگسال و خردسال در یک زمان به عهده می گیرند، بزرگسال خود را در سطح و در خدمت کودک قرار می دهد و کودک سعی می کند با احراز صلاحیت لازم به جرگه بزرگسالان درآید و تربیت بدین طریق به نوعی عشق ورزی و محبت تبدیل می شود و تربیت به نوعی تحکیم روابط است.» (شرفی، ۱۳۷۱: ۱۲)

اگر بخواهیم ساده تر در این باره صحبت کنیم و به یک امر مهم در نحوه رفتار بزرگ ترها به خصوص والدین در تربیت فرزندان اشاره کنیم، باید بگوییم که: «تربیت یک کودک به تجربیات زیادی هم احتیاج ندارد و تنها نکته ای که در شروع کار باید به آن توجه داشته باشید، این است که روحیه ای دوستانه و مسالمت آمیز داشته باشید. هیچگاه از خونسرد بودن و طبعی موافق داشتن نترسید. در همه حال خونسردی خود را حفظ کنید، آرامش و خونسردی به مراتب از سختگیری های بیجا و شدت عمل و خشونت های غیرسازنده بهتر است. با خونسردی قادر خواهید بود که بزرگ ترین مشکلات فرزند خویش را حل کنید. فرزند شما وقتی از شما بترسد هیچ وقت مشکلاتی را که برایش به وجود آمده با شما در میان نخواهد گذارد... کودک شما باید احساس کند، بهترین حامی او در زندگی شما هستید. وقتی چنین شد، آنچه را در دل دارد برای شما شرح خواهد داد و مطمئن باشید که از او دروغی نخواهد شنید، اگر در موردی دست یاری به طرف شما دراز کرد، آن را با صمیمیت بفشارید. هرگز دست نیاز او را پس نزنید. چون در بیرون از منزل افرادی هستند که به دلایل مختلف به او کمک می کنند و زمانی شما متوجه این موضوع خواهید شد که کار از کار گذشته و دیگر نخواهید توانست، او را به سوی خود جلب کنید.» (سعیدی، ۱۳۶۸: ۱۱ و ۱۲)

یکی از اهداف مطالعه رفتار کودک و نوجوان، شناخت احساسات او در موقعیت های گوناگون و عوامل برانگیزاننده و شیوه های برخورد مناسب با هیجانات اوست. «هر انسانی دو پرونده، زیستی و اجتماعی دارد و شناخت راستین و مطمئن، تنها از راه مطالعه این پرونده ها به دست می آید. مربیانی که به این شناخت نرسند، نمی توانند برنامه هایی مناسب و فضایی خوشایند برای رشد و تکامل دانش آموزان فراهم سازند که خود را ارزشمند ببینند و یادگیری برایشان دلپذیر شود.» (نعمت الهی و همکاران، ۱۳۸۳: ۱۰) در اینجا بهتر است تعریفی از «رفتار» داشته باشیم. «رفتار، دربرگیرنده اعمال یک فرد است، یعنی آنچه افراد انجام می دهند یا می گویند. رفتار را افعال کنشی توصیف می کنند. رفتار خصوصیات ثابت یک فرد نیست. اگر بگویید که فردی عصبانی است، شما رفتار آن فرد را تعیین نکرده اید، بلکه فقط به آن فرد برچسب زده اید. اگر تعیین کنید آن فرد هنگام عصبانیت چه چیزی می گوید یا چه کاری انجام می دهد، رفتار را تعیین کرده اید. به عنوان مثال: جنیفر سر مادرش فریاد زد، به طبقه بالا دوید و در اتاقش را به هم کوبید. این توصیفی از رفتار است که می تواند به عنوان عصبانیت برچسب بخورد.» (میلتن برگر، ۱۳۹۲: ۲)

بعضی از روان شناسان مراحل رشد روانی - اجتماعی را طبقه بندی کرده و برای هر سن ویژگی های خاصی را در نظر گرفته اند «نظر به این که همه روان شناسان رشد، طبقه بندی دوره زندگی را نمی پذیرند و هر ویژگی دوران کودکی و نوجوانی را فقط جزئی از اجزای یک نظام قلمداد می کنند.» (نعمت الهی و همکاران، ۱۳۸۳: ۱۰) در اینجا با توجه به نظر هر دو گروه از دانشمندان و متخصصان روان شناسی و علوم تربیتی، ویژگی های هیجانی و عاطفی کودکان و نوجوانان از تولد تا هجده سالگی بررسی و راهکارهای رویارویی با آن ارائه می گردد.

ویژگی های رفتاری و هیجانی مراحل کودکی، نوجوانی و جوانی

اعتماد در برابر بی اعتمادی (تولد تا یک سالگی): «ایجاد احساس اعتماد نخستین چالش روان شناختی است که همه مردم با آن رو به رو می شوند و ایجاد این احساس به ویژه برای نوزادان به خاطر وابستگی کامل آنان به دیگران، بسیار مهم است. نوزادی که تحت مراقبت مداوم و قابل پیش بینی والدین قرار دارد، یک حس اعتماد در او ایجاد می شود، نوزادانی که به حال خود رها می شوند تا گریه کنند و مراقبت از آن ها مداوم و قابل پیش بینی نیست، در آن ها عدم اعتمادی اساسی پیدا می شود که منجر به ترس و سوءظن نسبت به دیگران و جهان به طور کلی می شود. کودکی که دائماً شکایت دارد که در مدرسه بچه های دیگر بی خودی به او گیر می دهند و نمی تواند با معلمان خود ارتباط لازم را برقرار کند، کودکی است که نتوانسته است بحران اعتماد - عدم اعتماد را حل کند.» (کریمی، ۱۳۸۸: ۴۶)

باید توجه داشت که عشق و محبت شما به فرزندتان، حال در هر دوره سنی که باشد، باعث احساس امنیت و عزت نفس او می شود و فرزند شما از این طریق می تواند با دنیای خارج با اعتماد به نفس بیشتری برخورد نماید.

خودمختاری در برابر شرم و شک (یک تا سه سالگی): «کودکانی که وابستگی توأم با امنیت به والدین خود داشته اند، در این مرحله با این چالش رو به رو می شوند که باید کارهایشان را خودشان انجام دهند. آن ها خود شروع به غذا خوردن و لباس پوشیدن می کنند و آموزش توالی رفتن آن ها آغاز می شود. در این دوره آن ها شروع به ارتباط برقرار کردن به صورت کلامی می کنند. آن ها دیگر میل ندارند به طور کامل وابسته به دیگران باشند. در این مورد لازم است که والدین، کودکان را برای انجام کارهایی نظیر سعی در پوشیدن کفش خود مورد تشویق قرار دهند و به آن ها اطمینان خاطر بدهند، حتی اگر چه

پوشاندن کفش به آن‌ها بسیار آسان تر باشد. والدین محدودکننده و کسانی که رویدادهای اتفاقی نظیر پخش و پلاکردن غذا هنگام غذاخوردن یا شب ادراری کودکان را مورد تنبیه قرار دهند، کودکان را نسبت به توانایی‌های خود دچار شک می‌کنند یا در آن‌ها نسبت به بدنشان احساس شرم ایجاد می‌کنند.» (همان: ۴۷-۴۸)

کودک در این سن اگر چه دلش می‌خواهد مستقل باشد ولی نمی‌توان او را کاملاً آزاد گذاشت که همه کارهای خودش را به تنهایی انجام دهد ولی می‌توان او را آزاد گذاشت که مثلاً کارهای ساده نظیر کفش و لباس پوشیدن را خودش انجام دهد. باید توجه داشته باشید که در این دوران، شما هنوز همه دنیای او و تنها تکیه گاهش هستید.

ابتکار در برابر احساس گناه (سه تا شش سالگی): «این سنی است که مادر فرزند خود را کله پا در کشوی میز با ظرف و ظروف و قابلمه و غیره در دور و برش و در واقع او را داخل هر چیزی پیدا می‌کند. با رشد احساس خودمختاری در مرحله قبل، کودکان اکنون آماده اند تا کنجکاوی خود را گسترش داده و به آن پاسخ بدهند. این مرحله ای است که در آن کودکان جهش‌های شناختی بزرگی انجام می‌دهند و این توانایی‌های توسعه یافته، نطفه اکتشافات در همه زمینه‌ها در زندگی آن‌ها را می‌بندد. وقتی کودکی پیشنهاد می‌کند که به مادرش در پختن غذا کمک کند، نیاز به اطمینان یافتن از این مطلب را دارد که کمک او مورد استقبال واقع شده و ارزشمند تلقی می‌شود. والدینی که ابتکار کودک را مورد انتقاد یا تنبیه قرار دهند، باعث می‌شوند تا کودکان در باره فعالیت‌های خود آغازگرانه‌شان دچار احساس گناه شوند. کودکی که در مدرسه فاقد ابتکار و اقدام به عمل بوده و خود را از جمع کنار می‌کشد، دارای مشکلی در این مرحله است.» (همان: ۴۸)

این دوره که با رسیدن به سن مدرسه رفتن، به پایان می‌رسد. «پرورش قوه تخیل، پاسخ گفتن به کنجکاوی‌ها و پرورش نیروی تفکر و تعقل، پرورش منش و شخصیت فردی کودک از مهم‌ترین پایه‌های تربیت او به حساب می‌آید. نشانه‌های اجتماعی شدن در این سن کودک را به تعامل با دیگران دعوت می‌کند و کم‌کم گفت و گوهای کودک از لذت جویی و تکرار به تکلم اجتماعی تبدیل می‌شود.» (قزل ایاغ، ۱۴۰۰: ۱۴)

سازندگی در برابر حقارت (شش تا دوازده سالگی): «بحران در این مرحله تلویحات یا اشارات فراوانی برای معلمان دارد. چالش در اینجا برای یک حس سازنده بودن است که از طریق موفقیت و پیشرفت تحقق می‌یابد. از آنجا که کودکان در این مرحله وقت و انرژی فراوانی را در مدرسه صرف می‌کنند، نفوذ معلمان و همسالان در این مرحله بسیار مهم است. اگر چالش‌ها خیلی دشوار باشند و منجر به شکست شوند. کودک ممکن است احساس حقارت پیدا کند. موفقیت، علاوه بر این که پیشرفت دانش آموز را افزایش می‌دهد، عزت نفس یادگیرنده را نیز بالا می‌برد. محققان بر مبنای نتایج تحقیقی خود معتقدند که سطح بالای موفقیت در یک محیط یادگیری سبب ایجاد خودپنداره قوی در دانش آموزان می‌شود. از این رو برای ساختن خودپنداره مثبت، معلم باید محیطی فراهم کند و تکالیف را به نحوی تعیین کند که دانش آموزان بتوانند سطوح بالایی از موفقیت را تجربه کنند.» (کریمی، ۱۳۸۸: ۴۸-۴۹)

در یک جمع بندی می‌توان پایه‌های تربیت این دوره را چنین عنوان کرد: «۱. تعلیم مفاهیم اساسی که شرط نیل به فکر منطقی و علمی است. ۲. بیداری ذوق که نخستین گام در تربیت حس زیبایی شناسی است. ۳. تربیت اجتماعی و خوی و خصلت که بر اخلاق مبتنی بر قاعده استوار است.» (شکوهی، به نقل از قزل ایاغ، ۱۴۰۰: ۱۶)

هویت در برابر سرگشتگی (نوجوانی): «در دوره نوجوانی، دانش آموزان تغییرات جسمی، عقلی و عاطفی مهمی را پشت سر می گذرانند. بسیاری جهش های رشد و نمو را طی می کنند و هماهنگی آن ها با بدنشان همگام نیست. مقدار تغییرات جسمی در اوایل بلوغ تنها با دوره نوزادی قابل مقایسه است. نوجوانان احساسات جنسی تازه ای پیدا می کنند و نمی دانند چگونه باید به آن پاسخ بدهند. آن ها مکرراً دچار سرگشتگی می شوند، به آنچه دیگران در باره آنان فکر می کنند بسیار توجه دارند و به ظاهر و زیبایی خود بسیار اهمیت می دهند. از یک سو در وضعیت دشوار طلب استقلال قرار می گیرند و از سوی دیگر مایل به حفظ ثبات ساختار و نظم و انضباط هستند.» (کریمی، ۱۳۸۸: ۵۰)

به سبب قرار گرفتن دانش آموزان در مرحله تغییرات رشد و دوران بلوغ، این دوره را می توان دوران «بحران هویت» معرفی کرد. درک نوجوانانی که در این دوره هستند به مربیان کمک می کند تا به رفتارهای آن ها پاسخ مناسب بدهند. «درک نوجوانانی که دارای رشد عاطفی هستند، به معلمان کمک می کند تا به رفتارهای به ظاهر دمدمی وار آن ها پاسخ مناسب بدهند، مثلاً آرایش عجیب موها و لباس های عجیب و غریب در برخی از نوجوانان منعکس کننده تمایل شدید آن ها به تعلق و همانند سازی با یک گروه است. در حالی که با همان حال در جست و جوی فردیت خود هستند. صرف وقت برای بحث در باره موضوع های مورد توجه و علاقه دانش آموزان، از قبیل حقوق آن ها در ارتباط با بزرگسال صاحب قدرت، می تواند مفید و سازنده باشد. معلمان تنها با صحبت کردن باز، رک و صریح و شرافتمندانه با دانش آموزان می توانند کمک زیادی به آن ها بکنند.» (همان: ۵۰-۵۱)

در این دوره لازم است: «۱. پاداش، ستایش و قدردانی از رفتار پسندیده آنان بیشتر شود. ۲. کلاس، اتاق کار و محیط زندگی برای آنان خوشایند و دلپذیر گردد. ۳. زمینه حضور آنان در تصمیم گیری های انضباطی و مدیریتی فراهم شود. ۴. برخی از مسئولیت های اداره مدرسه به آنان واگذار گردد. ۵. الگوهای قابل احترام به آنان معرفی شود. ۶. روش های آموزش فعال و گروهی به کار گرفته شود و ...» (نعمت الهی و دیگران، ۱۳۸۳: ۱۷)

صمیمیت در برابر انزوا (جوانی): «شخصی که دارای احساس هویت محکمی باشد، آماده از خودگذشتن به خاطر دیگران بر مبنای چیزی غیر از نیازهای اساسی است. بخشش به خاطر خود بخشش، بدون انتظار دریافت چیزی در مقابل، ویژگی و وجه مشخصه حل بحران در این مرحله است. برعکس، افرادی که نتوانند این بحران را حل کنند، از نظر عاطفی منزوی می مانند و نمی توانند آزادانه به ابراز و دریافت محبت پردازند.» (کریمی، ۱۳۸۸: ۵۱)

حساسیت های دوران بلوغ: در این دوره، رشد جسمی دختران و پسران کامل می شود و همه آن ها بالغ می شوند. «احتمال نابسامانی و کجروی های جنسی وجود دارد، از این رو راهنمایی غیرمستقیم آنان در مسئله ها و رابطه های جنسی، ضرورت پیدا می کند. مطالعه داستان های خانواده های موفق در این وضعیت بسیار سودمند است.» (نعمت الهی و دیگران، ۱۳۸۳: ۱۸)

همه صاحب نظران حساسیت دوران بلوغ چه در مرحله نوجوانی و چه در دوران جوانی را گوشزد کرده اند، دورانی که به نظر همگان سختی آن بر شانه های فرزند و والدین سنگینی می کند. «۱. یکی از علائم بلوغ، ایجاد مهر و محبت و عشق است که نوجوانان نسبت به دیگران احساس می کنند. بنابراین یکی از علل عمده ارتباط روحی نوجوان با دیگران برخاسته از همین احساسات و عواطف می باشد. ۲. والدین نقش مهمی در این مرحله بر دوش دارند زیرا: دوران بلوغ زمینه ساز و پایه ای برای

مراحل مختلف زندگی است. عدم ارائه اطلاعات کافی و درست در مورد بلوغ، باعث می شود که نوجوان از منابع دیگر که معمولاً انحرافی است، اطلاعات لازم را به دست آورد و این اطلاعات غلط می تواند او را به انحراف کشاند. ۳. اولین گام برای ارتباط با نوجوان پذیرش اوست. ۴. روابط منطقی والدین، تشویق و تنبیه مناسب محیط دوستانه و آرام خانه از عوامل پیشگیری و تقلیل مشکلات رفتاری کودکان است. ۵. مقایسه کردن کودک با سایر کودکان و داشتن انتظار و توقع بیش از اندازه از او، موجب عدم اعتماد به نفس، احساس حقارت و خودکم بینی و بروز اختلالات رفتاری در کودک می شود. ۶. والدین باید مشکلات کودکان و نحوه برخورد با آن ها را بیاموزند. ۷. عدم توجه والدین به مشکلات و مسائل روانی - عاطفی دوران نوجوانی و اجازه ندادن به نوجوان به صحبت پیرامون مشکلات خود موجب می شود که وی مشکل خود را با افراد دیگر در میان بگذارد و بسیاری از انحرافات اخلاقی و یا اعتیاد، در اثر صحبت و هم نشینی با افراد ناآگاه، در آن ها شکل می گیرد. ۸. کودکان و نوجوانان قربانی اصلی سیگار در سال های اخیر هستند... ۹. نکات مهم دوران بلوغ را غیرمستقیم به آنان آموزش دهید.» (عطاری کرمانی، ۱۳۸۳: ۲۸۴-۲۸۵)

یکی از نکاتی که برای یک نوجوان در دوران بلوغ لازم است، خواندن کتاب های روان شناسی است: «در نوجوانی خصوصاً دوران بلوغ، نیاز نوجوان به کتاب های روان شناسی بیشتر می شود. همان طور که او لازم است از ماهیت تحولات جنسی و فیزیکی که در او صورت می گیرد، مطلع باشد تا بتواند خود را برای رویارویی با آن ها آماده کند، نیاز به کتاب هایی که به دگرگونی های عاطفی و روانی او بپردازد نیز ضروری است. متأسفانه طرح مباحث روان شناسی بلوغ و نوجوانی که باید برای خود نوجوان مطرح شود، بیشتر خطاب به والدین و احیاناً مربیان است.» (قزل ایاغ، ۱۴۰۰: ۲۵۵)

علاوه بر این توجه به هنر و اشتیاقی که کودکان و نوجوانان برای شناختن و تجربه کردن در این زمینه دارند نیز راهگشا است. «آشنایی با هنرهای گوناگون و تجربه کردن این عرصه ها علاوه بر بالا بردن سواد هنری کودکان و نوجوانان بلکه در تلطیف عواطف و احساسات آن ها و کمک در غلبه بر آشفتگی ها و فشارهای روانی بسیار مؤثر است. تحقیقات نشان می دهد به خصوص نوجوانانی که در یکی از عرصه های هنر فعال هستند با تکیه بر هنر خویش کمتر فشارها و آشفتگی های دوران بلوغ را حس می کنند.» (همان: ۲۷۶)

ویژگی های رفتاری و هیجانی دیگر در دوران کودکی و نوجوانی

رویارویی در برابر مخالفت کردن های کودکان: بعضی از رفتارهای کودکان به نظر والدین ناخوشایند به نظر می رسد، از جمله، مخالفت کردن های آن ها با درخواست های والدین است «در دوران سه سالگی، کودکان بیشتر دوست دارند موجودیت خود را با مخالفت نشان دهند و اصرار دارند که هر آنچه می خواهند، انجام شود و بیشتر از کلمه «خیر» استفاده می کنند. اگر چه این نوع رفتارها گاهی ناخوشایند به نظر می رسند، با این حال، چنین رفتارهایی محاسن خاصی نیز دارد، از جمله این که اولاً، با صراحت و روشنی روی نیازهای خود تکیه می کنند. ثانیاً، این روش باعث می شود که کودکان عقاید خود را مطرح کنند. ثالثاً، احتمال کمتری دارد که در حال حاضر و در زندگی آینده، از طرف دیگران مورد آزار و اذیت قرار بگیرند. با این حال، آن ها باید بدانند که در خانه و مدرسه کارها و اموری را که از او خواسته می شود، باید انجام بدهد.» (کوپر و دیگران، ۱۳۹۰: ۲۴)

برای رویارویی و کاهش این نوع مخالفت کردن ها، می توان کارهای مذکور را انجام داد. «مواردی که کودک در آن مقاومت از خود نشان می دهد، در نظر بگیرید. بنابراین، بعضی از موارد ارزش جر و بحث با کودک را ندارد، پس باید خواسته کودک برآورده شود، ولی بعضی موارد مثل پوشیدن لباس در موقع سرما، باید کنترل شود و کودک آن ها را اجرا نماید. مواردی را که برای اجرا و انجام دادن به کودک می گوئید باید کاملاً روشن، مشخص، منطقی و منصفانه باشد. منطقی بودن را به طور ساده برای کودک مشخص کنید. به عنوان مثال، باید توضیح دهید که چون هوای بیرون خیلی سرد است، باید لباس اضافی و مناسب پوشید، اگر شما پافشاری کنید، او اجرا خواهد کرد.» (همان: ۲۴)

کمرویی کودکان و راهکارهایی برای آن: معمولاً کودکان خلق و خواها و شخصیت های مختلف دارند، بعضی آرام و بعضی دیگر پر سروصدا هستند و این یک مسئله طبیعی است. «در بین کودکان سه ساله آن هایی که خجالتی اند، دوست دارند به تنهایی ولی در کنار کودکانی که فعال و از لحاظ شخصیتی، اجتماعی اند، بازی کنند. ویژگی خجالتی بودن نمی تواند به عنوان یک مشکل به حساب آید، بلکه در واقع انعکاسی از خلق و خوی کودک است. به نظر می رسد که خجالتی بودن، جنبه ژنتیکی داشته باشد. اگر شما خودتان فرد خجالتی هستید، به احتمال خیلی زیاد، فرزند شما هم خجالتی خواهد بود. این امر هم می تواند ژنتیکی باشد و هم این که می توان گفت فرزند شما تمام رفتارها و حرکات شما را تقلید می کند. بعضی از پدر و مادرها که فرزندان خجالتی دارند در مورد دوست پیدا کردن و ایجاد روابط با آن ها احساس ناراحتی کرده و نگران هستند. آن ها معتقدند که فرزندان خجالتی آن ها نیاز به کمک بیشتری دارند تا بتوانند با دیگران ارتباط برقرار کرده و با اعتماد به نفس بیشتری با موقعیت های جدید مواجه شوند.» (همان: ۲۷)

علاوه بر مورد طبیعی و ژنتیکی فوق، می توان گفت: «علت بزرگ کمرویی طفل به خاطر محدودیت بیش از اندازه ای است که پدر و مادرش برای او به وجود می آورند، به طوری که قدرت هر گونه خودنمایی را از او سلب می سازند. پدر و مادری که با کوچک ترین حرکت فرزند خود به خاطر هر چیزی که باشد، مخالفت می کنند و دائم به او دستور می دهند که این کار را نکن، آن کار را بکن ... نمی دانند با این امر و نهی بیش از حد و بی جهت طفل خود را در چنان حالتی قرار می دهند که از خود کوچک ترین اراده ای نخواهد داشت. چنین بچه ای حتی در بزرگی نیز کمر و گوشه گیر است و هیچ کاری را بدون دستور دیگران نمی تواند انجام دهد.» (سعیدی، ۱۳۶۸: ۸۵)

اگر می خواهید کودکان کمر و خجالتی نشود. «باید به او فرصت بدهید، باید به او کمک کنید، باید زمینه ای برایش فراهم کنید که بتواند وجود خودش را نشان بدهد. اگر می خواهد حرفی بزند ولی آهسته آن را بر زبان می آورد، باید تشویقش کنید که آنچه را می خواهد بگوید با صدای بلند بیان کند و مطمئن باشد که شما به آن گوش می دهید. اگر می خواهد کاری را انجام بدهد باید کمکش کنید. البته نه این که خودتان تمام کار را به عهده بگیرید بلکه به او یاری نمایید تا خودش آنچه را می خواهد انجام بدهد.» (همان: ۸۷)

همچنین، برای رویارویی و کمک به کودکان خجالتی می توان راهکارهای مذکور را در نظر گرفت: «شما می توانید با دعوت کردن کودکان همسن و سال فرزند خود، ترتیب فعالیت های و تشویق آن ها به بازی، رابطه دوستانه او را بیشتر کنید. این امر کمتر از ملاقات کردن کودکان در مهد کودک و کودکان باستان باعث خجالت و ناراحتی او می شود. وقتی اعتماد به نفس کودک افزایش یابد، حالت شرم و خجالت او نیز کاهش می یابد. در ضمن وقتی کودک با کودکان دیگر بازی و همکاری می کند، می توانید با تشویق و جایزه دادن به او باعث کاهش شرم و خجالت او شوید.» (کوپر و دیگران، ۱۳۹۰: ۲۷-۲۸)

بعضی از فعالیت های هنری مثل شرکت در گروه سرود، نمایش و ... نیز به کاهش خجالتی بودن کودکان کمک کند. «یادگیری هنرهای نمایشی به کودکان خجالتی کمک می کند که از ترس و خجالت رهایی یابند و احساس مثبت بیشتری داشته باشند. هنرهای نمایشی باعث می شود که کودکان باهوش هم فرصتی برای صرف انرژی خود پیدا کنند و بتوانند خلاقیت خود را بروز دهند.» (همان: ۱۹۴)

میل به بازی و کار در کودکان: بازی با دنیای کودک عجین است، به طوری که اگر کودکی را ببینیم که در مقایسه با کودکان دیگر بازی نمی کند یا میل به بازی کردن ندارد، متعجب می شویم و این کار او را غیرطبیعی یا نشانه بیماری قلمداد می کنیم. بازی کردن، مهارت هایی را به کودکان می آموزد و عامل مهمی در ایجاد احساس مسئولیت در کودک است. «بازی، به فعالیت هایی اطلاق می شود که کودکان به سبب نوع احساس خود انجام می دهند. بازی را می توان پاسخی به آرزوها، تمایلات و خواسته ها دانست. کار، شامل فعالیت هایی است که کودکان علی رغم نوع احساس خود انجام می دهند. این فعالیت ها مستلزم آن هستند که کودکان برای انجام تعهداتی که نسبت به دیگران دارند، از لذت شخصی چشم پوشند و از آنچه دوست دارند در آن موقع انجام دهند، منصرف شوند. والدین و بعدها معلمان ناگزیرند که در طول رشد کودکان، تعادلی بین کار و بازی آنان برقرار نمایند. با وجود آن که بازی می تواند فرایندها و مهارت هایی را به کودکان بیاموزد، آنان باید به انجام تکالیفی غیر از بازی نیز ملزم شوند. اگر فعالیت های کودکان با مهربانی، گرمی و شوخی بزرگ ترها توأم شود، کارها برای آنان به صورت سرگرمی و تفریح درمی آید... جمع کردن اسباب بازی ها، فشردن دکمه های جاروبرقی، کمک به پدر در بردن زباله ها و غیره، پس از مدتی از شکل سرگرمی و بازی خارج می شود و به صورت کار درمی آیند. بنابراین حالت تفریحی خود را از دست می دهند. مهارت مهم والدین و معلمان در آن است که بدانند گذر از بازی به کار را به نحوی ترتیب دهند که کودکان به راحتی حس مسئولیت داشتن نسبت به خود، خویشان و اطرافیان را تکامل بخشند.» (کلمز و بین، ۱۳۷۵: ۳۰-۳۱) بازی کردن، شخصیت کودکان را شکل می دهد و آنان را به رشدی مطلوب می رساند. پیازه یکی از پرآوازه ترین روان شناسان قرن بیستم عقیده دارد «رشد عقلی و اخلاقی کودک معلول کنش و واکنش متقابل او و محیط عادی و به ویژه محیط اجتماعی است. بنابراین، هدف عمده تربیت (اجتماعی کردن کودک) باید از راه زندگی اجتماعی (بازی، کار و نظایر آن) و برای زندگی اجتماعی صورت گیرد. (کاردان و دیگران، ۱۳۸۰: ۲۳۴) پیازه همچنین معتقد است: «بسیاری از یادگیری های کودک در باره زبان، اخلاق، زمان و عدد در خلال بازی او انجام می گیرد.» (قزل ایاغ، ۱۴۰۰: ۱۴)

علت عقده ای شدن کودک و راه های پیشگیری از آن: محبت کردن به فرزندان توسط والدین از نیازهای اساسی آنان است. والدین باید از همان دوران نوزادی به فرزندان خود محبت کنند و به آن ها عشق بورزند. با این محبت ورزی، آن ها عشق و محبت را می آموزند و اعتماد به نفس پیدا می کنند. بنابراین بر روی این نکته مهم و توجه کردن به شخصیت کودک باید دقت و توجه کافی شود. «اگر مادر ناز بچه اش را نکشد، اگر پدر مواظب رفتارش نباشد، اگر اطرافیان کودک را نوازش نکنند، کودک عصیانگر و خطاکار باری آید. اگر به شخصیت او خدشه وارد شود، بزهکار بار می آید. مثلاً کودک چهار یا پنج ساله در جلسه ای نشسته و یک دفعه به او بگویند، بلند شو! گم شو! برو بیرون! این لفظ گم شو! یک عقده درونی به وجود می آورد. خفه شو! یک جنایت کار می پروراند و ... اگر به بچه ای که برای شادی شما می خندد تا شما شاد باشید، بگویید، خفه شو! یک روانی تربیت می کنید.» (عطاری کرمانی، ۱۳۸۳: ۴۴)

بی توجهی به شخصیت کودکان یا تخریب شخصیت آن‌ها عوارض و پیامدهای ناگواری دارد «دمل‌های سرطانی و عقده‌های چربی و تاول‌های سوختگی در کودک قابل جبران است اما عقده‌های روانی مدت‌ها او را رنج خواهد داد و در ضمیر ناخودآگاهش لانه و در بزرگی سرباز می‌کند. آن‌گاه که کودک به سنین رشد واقعی رسید، عقده‌های روانی به منزله افساری او را به هر راهی می‌کشاند و این‌گونه کودکان در بزرگی ناسازگار خواهند شد و کودکان بزهکار جزو این گروهند.» (همان: ۴۳-۴۴) والدین در مواجهه با کودک باید کاملاً مواظب رفتار و برخورد خود باشند. نباید این‌گونه تصور کرد که کودک چیزی نمی‌فهمد و ما به عنوان والدین می‌توانیم هر چه می‌خواهیم به او بگوییم و یا هر طور شده با او رفتار کنیم. «برخی از والدین و مربیان سعی دارند از راه تمسخر کردن‌ها، کودک را به راه‌آوردند و سبب آن‌گردند که او تن به تنبلی و عقب‌ماندگی ندهد، در حالی که مسخره کردن در مواردی سبب بروز عقده‌ها برای کودک شده و سردرگمی‌های او را بیشتر خواهد کرد. کثرت مسخرگی‌ها سبب می‌شوند که کودک مختصر روحیه خود را هم ببازد و تصورش این‌شود که وقتی آب از سر ما گذشته چه یک وجب، چه صد وجب.» (برتون، ۱۳۷۵: ۷۹)

چه کودکانی لوس هستند؟ محبت کردن به کودک و نوجوان یکی از نیازهای اساسی آنان است، کودکان و نوجوانانی که محبت نمی‌بینند، نمی‌توانند مراحل رشد خود را به‌طور طبیعی طی کنند. اما خانواده متعادل، خانواده‌ای است که در مسئله محبت به فرزندان از افراط و تفریط پرهیز کنند. «برای این‌که واکنش کودک طبیعی باشد، والدین باید به‌گونه‌ای به او مهر و محبت داشته باشند که جنبه افراط و زیاده‌روی به خود نگیرد. کودک از نرمی و ملامت والدین و اطرافیان به خوبی می‌تواند، بهترین سوء استفاده‌کننده باشد، پس به خوبی درمی‌یابد، از چه طریقی با حرکات و شگردهای خاص تقاضای خود را به کرسی بنشانند. به ویژه اگر غیر از والدین، حامیان دیگری چون پدر یا مادر بزرگ و خاله و دایی و ... را در کنار خود احساس کند. در این صورت کنترلی بر خواسته‌هایش ندارد زیرا تصور می‌کند، هر آنچه اراده کند باید مهیا شود. با چنین فرزندان باید به دور از هر گونه خشونت به‌گونه‌ای عمل کنید که کودک عملاً یاد بگیرد که هر چه اراده کرد نمی‌تواند در اختیارش قرار داد، بلکه هر آنچه لازم باشد به او خواهند داد. با این‌گونه فرزندان گاهی اگر پدر یا مادران سردی و سرسختی روا دارند بسیار به موقع و سازنده خواهد بود، به شرط آن‌که اگر مادر یا پدر هر کدام از این ابزار استفاده کنند، مورد انتقاد دیگری قرار نگیرند.» (عطاری کرمانی، ۱۳۸۳: ۶-۷)

این‌که والدین بدانند تا چه اندازه باید به فرزند خود محبت کنند تا او لوس نشود، امر مهمی است. «گاهی کودکان از این‌که هر چه می‌خواهند به دست می‌آورند، لوس و نر می‌شوند. به همین دلیل لازم است که ما با امتناع از خریدن آنچه آن‌ها دوست دارند، مانع از نر و لوس شدن آن‌ها بشویم. در عوض، به او توضیح دهید که گاهی پس‌انداز کردن بسیار مفید است. در ضمن، باید بدانید که گاهی منتظر شدن برای به دست آوردن چیزی، یکی از مهارت‌های مهم زندگی است. این امر باعث می‌شود که کودکان در زندگی خود بتوانند بر دخل و خرج خود کنترل داشته باشند.» (کوپر و دیگران، ۱۳۹۰: ۱۴۴)

اضطراب در کودکان: بعضی از والدین گمان می‌کنند که چون کودکان نگرانی‌های زندگی ندارند، بنابراین دچار اضطراب هم نمی‌شوند. اصولاً والدین باید بدانند که وجود عوامل بیرونی مختلف بر روی کودکان، آن‌ها را دچار اضطراب و ناراحتی می‌کند، بنابراین قبل از این‌که این عوامل بیرونی تأثیر منفی روی سلامتی کودکان داشته باشد، باید اقدامات لازم انجام شود. «کودکان مانند بزرگسالان، مسئولیت‌های زیادی ندارند. با این حال، آن‌ها همیشه آن‌طور که باید و شاید آزاد و بی‌قید نیستند. فرزند شما ممکن است در مورد روابط دوستانه خود، مدرسه، امتحانات یا تغییر و تحول موجود در خانه از قبیل تغییر

خانه یا تضاد و کشمکش پدر و مادر، نگرانی داشته باشد. اضطراب و نگرانی می تواند باعث به وجود آمدن علائم و نشانه های جسمانی باشد که نتیجه آن فعال شدن مکانیزم فشار روانی بدن می شود. این جریان باعث می شود غده آدرنال، هورمون آدرنالین و کورتیزول ترشح کنند.» (همان: ۱۶۱)

کودکانی که دچار اضطراب می شوند، نشانه های شایعی دارند که عبارتند از: «سررد، سایر دردها و ناراحتی ها مخصوصاً درد شکم، از دست دادن اشتها، تهوع و استفراغ، اسهال، مشکلات خواب، دندان قروچه کردن، تیک های عصبی و تشنج از قبیل چشمک زدن. بسیاری از این علائم و نشانه ها می توانند باعث به وجود آمدن ناراحتی های دیگری نیز بشوند. اگر این نوع علائم ادامه داشته باشند، برای کنترل و بررسی بیشتر باید با پزشک خانوادگی تماس بگیرید.» (همان: ۱۶۲)

والدین در قبال نگرانی و اضطراب فرزندانشان باید روش هایی را در پیش بگیرند. «روش ساده برای فائق آمدن بر ترس و اضطراب کودکان این است که به کودک فرصت انتخاب و عمل و اعتماد و اطمینان داده شود که هیچ گونه واقعه ای در زندگی شان روی نمی دهد. همچنین حس اعتماد به نفس را کاملاً در کودک تقویت کنید و از حساسیت او هر چه می توانید، بکاهید و ضریب اطمینان و قدرت و قوت او را افزایش دهید و از آنچه لذت می برد، بیشتر بهره بگیرید.» (عطاری کرمانی، ۱۳۸۳: ۱۱۵)

معایب و محاسن اینترنت برای کودکان و نوجوانان: امروزه استفاده از اینترنت ضرورتی اجتناب ناپذیر برای دانش آموزان است. «اینترنت مهم ترین و مؤثرترین منبع اطلاعاتی برای فرزند شماسست و او می تواند در زمینه تکالیف مدرسه، بازی های کامپیوتری و تماس با دوستان از آن استفاده کند.» (کوپر و دیگران، ۱۳۹۰: ۱۷۶) با این وجود استفاده از اینترنت می تواند خطراتی برای کودکان و نوجوانان داشته باشد. «استفاده از اینترنت می تواند معایبی از قبیل آزار و اذیت های اینترنتی، دسترسی به سایت های بزرگسالان و افراد بزرگسالی که قصد آزار و اذیت دیگران را دارند، داشته باشد. برای ایمنی و اطمینان بیشتر به عنوان پدر و مادر باید بتوانید در زمینه استفاده از اینترنت کنترل بیشتری داشته باشید و بدانید چگونه می توان در زمینه تحقیق و بررسی از آن استفاده کرد. شما باید همیشه بر استفاده کودکان از اینترنت نظارت داشته باشید و کامپیوتر را به جای این که در اتاق خواب کودک قرار بدهید، در اتاق نشیمن یا جایی که همه می توانند به آن دسترسی داشته باشند، قرار دهید.» (همان: ۱۷۶)

متخصصان و روان شناسان که در حوزه کودک و نوجوان فعالیت می کنند، در زمینه معایب و محاسن اینترنت اظهار نظرهای زیادی دارند. در کتاب ادبیات کودکان و نوجوانان و ترویج خواندن نوشته شده: «کودکان در عصر سلطه رسانه های الکترونیکی پیچیده در معرض دو خطر بزرگ قرار دارند، اول این که به دلیل بمباران اطلاعاتی و قرار گرفتن در معرض انواع تجربه هایی که به دنیای بزرگسالان تعلق دارد، به تدریج کودکی خود را از دست می دهند؛ به عبارت دیگر فاصل میان جهان کودک و جهان بزرگسال از میان برداشته می شود و از طرف دیگر در برابر رسانه های صوتی و تصویری قدرت خواندن و حتی شنیدن خود را از دست می دهند و صرفاً به یک بیننده بدل می شوند.» (پست من به نقل از قزل ایاغ، ۱۴۰۰: ۹۶)

مسلماً والدین با آگاهی از معایب و محاسن اینترنت برای کودکان و نوجوانان، می توانند فرزندانشان را از خطرات استفاده از اینترنت آگاه کنند و بر این امر نظارت داشته باشند. «مکالمه اینترنتی (چت روم) و پیامک بدین معنی است که فرزند شما می تواند با دوستان خود مکالمه کرده و با آن ها پیام هایی رد و بدل کند. این امر گاهی مورد استفاده افراد ناجور واقع می شود. در چنین مواردی، به شدت او را تحت کنترل داشته باشید و به او توضیح دهید که به احساسات افراد بیگانه ای که با آن ها گفت

و گو می کنند، اهمیت ندهند، مخصوصاً اگر به مدت طولانی با آن ها گفت و گو کرده باشند. به فرزند خود توضیح دهید که ممکن است آن ها در گفته های خود صادق نباشند. علاوه بر این، موقعیتی را ایجاد کنید که او هر چه را که در گفت و گوها مطرح می شود یا مستلزم ارائه اطلاعات شخصی یا ملاقات حضوری است، فوراً به شما اطلاع بدهد.» (کوپر و دیگران، ۱۳۹۰: ۱۷۶)

استفاده از تلفن همراه برای کودکان: در اجتماعات امروز، استفاده از تلفن همراه به صورت یک ضرورت درآمده و بسیاری از ارتباطات مردم از این طریق انجام می شود. بدون شک فرزند شما نیز به عنوان یک فرد از اجتماع علاقه مند به داشتن تلفن همراه است و برای داشتن آن، شما را تحت فشار قرار خواهد داد. باید دانست که استفاده از تلفن همراه برای کودکان به دلیل شرایط جسمی و روحی آن ها قدری متفاوت خواهد بود. «خطر داشتن تلفن همراه برای کودکان ناشناخته بوده و از موارد بسیار بحث برانگیز است. با توجه به این که مغز کودکان در حال رشد است و تلفن های همراه الکترومغناطیس بسیار قوی ای ایجاد می کنند، ممکن است بین استفاده ممتد از آن و تأثیرات منفی، رابطه وجود داشته باشد. همچنین بعضی از تحقیقات نشان داده اند که امواج تلفن های همراه باعث بالا رفتن درجه حرارت مغز می شود. در نتیجه، این امر می تواند برای سلامتی فرد مضر باشد، البته این مسئله کاملاً قطعی نیست. با این حال ممکن است استفاده طولانی مدت از تلفن های همراه تأثیراتی داشته باشد. با وجود این، در این زمینه تحقیقات بیشتری نیاز است.» (همان: ۲۲۴)

محققان در زمینه استفاده از تلفن همراه توصیه هایی ارائه کرده اند: «انجمن ملی حمایت از اشعه ایکس انگلستان توصیه می کند که بهتر است کودکان را از استفاده از تلفن همراه منع کنیم. استفاده از وسایل جانبی که موجب می شوند، ضرورتی نباشد که تلفن همراه را نزدیک گوش قرار دهیم، شاید تأثیر کمتری روی مغز داشته باشد. در این مورد نیز بحث سر این است که ممکن است سایر قسمت های بدن در معرض خطر قرار بگیرد. فرستادن پیام های کوتاه به جای مکالمه، می تواند کمتر آسیب رسان باشد ولی باید به یاد داشته باشید که فرستادن پیام های کوتاه به طور مکرر و زیاد نیز می تواند همان تأثیر منفی را روی بدن بگذارد. به همراه داشتن این نوع تلفن، آزادی بیشتری را به فرزند شما می دهد و باعث می شود که شما به آسانی با هم در ارتباط باشید ولی استفاده از تلفن همراه در اماکن عمومی خطر دزدی را نیز به وجود می آورد و فرزند شما آماج دزدان قرار می گیرد. شما باید مطمئن باشید که فرزندان شیوه استفاده از آن و مسئولیت نگهداری آن را می داند و نباید آن را در اختیار کودکان دیگر قرار بدهد. استفاده از تلفن همراه همانند سایر وسایل جدید الکترونیکی باید تحت کنترل و مراقبت شما باشد. به عنوان مثال شما مقرر کرده باشید که در موقع صرف غذا یا در موقع انجام تکالیف درسی، تلفن همراه نباید روشن باشد.» (همان: ۲۲۴-۲۲۵)

ایجاد انگیزش در یادگیرندگان: گاهی کودکان و نوجوانان علاقه و انگیزه ای برای یادگیری ندارند و این عدم علاقه و انگیزه بر پیشرفت تحصیلی آن ها اثر منفی خواهد گذاشت. ضعف پیشرفت تحصیلی نیز متقابلاً بر علاقه و انگیزه آن ها تأثیر منفی خواهد گذاشت. «به قول بلوم: عاطفه مربوط به یادگیری آموزشی دانش آموز، پیشرفت آموزشی او را تحت تأثیر قرار می دهد و پیشرفت آموزشی او، به نوبه خود، بر عاطفه مربوط به یادگیری آموزشی او اثر می گذارد.» (بلوم، به نقل از سیف، ۱۳۷۷: ۳۵۴)

بی شک علاقه و انگیزه داشتن دانش آموزان و دانشجویان علاوه بر این که باعث پیشرفت تحصیلی آن ها خواهد شد، در کسب موفقیت آن ها نیز نقش به سزایی دارد. در اینجا نظریه های مهمی را که باعث ایجاد انگیزش در یادگیرندگان می شود، بیان

می‌گردد. «پژوهش‌های انجام شده نشان داده‌اند، یادگیرندگانی که از هدف‌های درس و آموزش مطلع نمی‌شوند، به خوبی یادگیرندگانی که معلم پیش از آغاز درس دقیقاً به آن‌ها می‌گوید که چه انتظاراتی از آن‌ها دارد، در پیشرفت تحصیلی موفق نمی‌شوند. علاوه بر این مطلب، معلمان باید در ضمن دادن هدف‌های آموزشی به یادگیرندگان در آن‌ها نسبت به نتایج یادگیری انتظارات مثبتی ایجاد کنند.» (سیف، ۱۳۷۷: ۳۵۷)

همچنین، لازم است معلمان ضمن این که در امر یادگیری، از تقویت مثبت و تشویق‌های به جا با اظهاراتی مثل: خیلی خوب، عالی، آفرین استفاده کنند، از پیامدهای منفی در جریان آموزش بکاهند. عوامل منفی می‌تواند شامل «۱. از دست دادن اعتماد به نفس در نتیجه شکست در حل کردن مسائل و یا انجام فعالیت‌های یادگیری ۲. گرفتن نمره کم در امتحانی که معلم محتوای آن را قبلاً آموزش نداده است ۳. اجبار در انجام تکالیفی که سطح دشواری آن‌ها خارج از توانایی‌های یادگیرنده است ۴. مجبور ساختن یادگیرنده به رقابت با کسانی که از او توانایی بیشتری دارند و ... باشد.» (همان: ۳۶۱)

نکته حائز اهمیت دیگری که در امر ایجاد انگیزش در یادگیرندگان وجود دارد این است که مطالب درسی به صورت معنادار و در ارتباط با موقعیت‌های واقعی زندگی ارائه شود. «روان‌شناسان انسان‌گرا معتقدند که انگیزه واقعی انسان‌ها در یادگیری، انگیزه درونی و خودجوش آن‌هاست. بر طبق این نظر، افراد بشر درصدد کشف اطلاعات و درک معانی امور هستند و این امر موجب یادگیری آن‌ها می‌شود. لذا هر چقدر مطالب معنی‌دارتر و منطقی‌تر جلوه کند، کنجکاوی فرد را بیشتر تحریک می‌نماید. بنابراین، معلم باید هم مطالب یادگیری را معنی‌دار جلوه دهد و هم فرصت یادگیری اکتشافی را برای دانش‌آموزان فراهم کند تا دانش‌آموزان خود به کشف معنی مطالب بپردازند.» (همان: ۳۶۲)

آموزش مسائل جنسی: همه انسان‌ها به طور طبیعی دارای غرایز جنسی هستند و کودکان همزمان با رشد بدنی، عاطفی، اجتماعی و شناختی، رشد جنسی را هم سپری می‌کنند. لازم است والدین مسائل جنسی را به طور غیرمستقیم به فرزندان خود آموزش دهند. اگر والدین به این وظیفه خود عمل نکنند، ممکن است فرزندان، اطلاعات خود را از کانال‌های دیگر بگیرند و به دام دوستان ناباب افتند و به انحراف کشیده شوند. «فرزندان خواسته یا ناخواسته از طریق رایانه‌ها و ماهواره‌ها بمباران جنسی می‌شوند، پس وظیفه والدین و مربیان کمک به نوجوانان و فرزندان‌شان می‌باشد که در این باره آموزش لازم را به آن‌ها بدهند. زیرا نوجوانانی که اطلاع قبلی از تحول بلوغ نداشته باشند و تنها شایعات و کنایه‌های مبهمی را شنیده باشند، به آشفتگی و پریشانی و نگرانی دچار می‌شوند و ممکن است از شدت وحشت هیجانات بلوغ، راه‌خطا در پیش گیرند. سکوت والدین و مربیان در این باره بر وحشت و ترس آنان اضافه می‌کند و پرسش‌های بی‌شمار آنان را بی‌پاسخ می‌گذارد و به حس اعتماد متقابل نوجوانان صدمه حتمی می‌زند.» (عطاری کرمانی، ۱۳۸۳: ۲۷۱)

همان‌طور که بیان شد، والدین و مربیان باید نوجوانان و فرزندان‌شان را در باره مسائل جنسی راهنمایی کنند، اما این راهنمایی باید چگونه باشد؟ «دختران و پسران هر دو شاهد تغییرات شدیدی در بدن‌شان می‌شوند و آن‌ها کنجکاو می‌شوند، می‌خواهند بدانند مربوط به چه می‌شود. با نوجوانان نباید آنقدر کلی حرف بزنیم که هیچ چیزی را متوجه نشوند و نه آنقدر جزئی که حریم صحبت پدر و مادر و فرزند شکسته شود، چون این مسائل بدآموزی هم دارد. برخی خانواده‌ها متأسفانه فکر می‌کنند برای اینکه در فرزندشان عقده ایجاد نشود و حساسیت‌های روحی پدید نیاید، باید همه چیز را بی‌پرده به او بگویند. این مسئله نه تنها با معیارهای فرهنگ ما مطابق نیست بلکه او دچار پدیده نامطلوب بلوغ زودرس می‌شود. بلوغ خودش در زمان ویژه خود بروز خواهد کرد و این درست نیست که ما با شوک‌های فرهنگی این پدیده را به سنین پایین‌تر منتقل کنیم.

مسئله حاد بلوغ زودرس متعلق به فرهنگ هایی است که عوامل محرک و مهیج جنسی را در خانواده دامن می زنند. شما می توانید به ویدئوها و فیلم های مخرب روابط مرد و زن در ساعاتی که تصور می کنند، فرزندشان خوابیده است و چنین نیست، به عنوان عوامل بلوغ زودرس توجه کنید.» (شرفی، ۱۳۷۱: ۹۸)

البته باید بدانیم که افراط و تفریط در مورد رویارویی خانواده ها با مسائل جنسی فرزندان، نتایج مطلوبی به بار نخواهد آورد. «مثلاً پدر و مادری که دختر یا پسر خود را در دوران بلوغ که دوران اواخر راهنمایی و اوایل دبیرستان می باشد، در خانه حبس می کنند و یا از تلفن و اینترنت محروم می سازند که مبادا با کسی تماس بگیرد، آگاهانه و ناآگاهانه خشت ساختمان فکری او را کج گذاشته، عملاً درس دروغگویی و دورویی را به او می دهند. ناخواسته و جاهلانه او را به مسیری نادرست هدایت می کنند و بدترین نوع تربیتی را اعمال می دارند. در حالی که آنان وظیفه دارند، ضمن احترام به عقاید و رفتار فرزندشان غیرمستقیم او را راهنمایی و هدایت نمایند، زیرا پند و اندرز رویارو و مرتب موجب ملال و افسردگی او خواهد شد و نتیجه بخش و کافی نخواهد بود ولی تذکر و راهنمایی به موقع موجب آگاهی و دانایی وی خواهد شد.» (عطاری کرمانی، ۱۳۸۳: ۲۷۳)

اصولاً والدین بالاترین نقش را در پرورش حیات جنسی فرزندان خود دارند. بنابراین «خانواده ها، مسئولیت حفاظت دختران و پسران خویش را همچون امری مهم و حساس باید تلقی کنند. از تنها گذاشتن آنان در منزل خودداری کنند. به افراد نوجوان و جوان فامیل و بستگان دور و نزدیک و کسانی که با آن ها رفت و آمد خانوادگی دارند، بیش از حد خوش بین نباشند و اعتماد زیادی نکنند و احتیاط های اخلاقی و روحی لازم را در نظر داشته باشند تا ثمره زندگی آن ها برای یک عمر دچار آسیب های اخلاقی و روحی نشود. به ویژه در خصوص رفت و آمد کودکان و نوجوانان خود به منازل دوستان همسال و همسایه، مراقبت های ویژه ای به عمل آورند.» (شرفی، ۱۳۷۲: ۲۲۹)

از جمله راهنمایی و اقداماتی که اولیا برای رویارویی با مسائل جنسی فرزندانشان می توانند انجام دهند این است که مثلاً «وقتی به او گفتیم، بلوغ این نشانه ها را دارد و تو می توانی برای تعدیل آن ورزش کنی یا نماز بخوانی و ... در مقابل شهوات قدرت کنترل پیدا می کند. می توان پس از توضیح دادن مسائل بلوغ به نوجوان، از او خواست که تمام اوقات فراغتش را پر کند تا اثرات غریزه و شدت آن تعدیل شود. یکی از مسائلی که به انحرافات غریزه جنسی در دوران بلوغ دامن می زند، تنها ماندن نوجوان و بی برنامه بودن او در منزل است. در اکثر مواقع که نوجوان در خانه تنهاست و برنامه ای برای پرکردن این لحظات ندارد، دست به اقداماتی می زند که نامناسب است. تنبیه کردن بدنی نوجوانان یکی دیگر از علل اقدام نوجوانان به اعمال نامناسب است.» (شرفی، ۱۳۷۱: ۱۰۰)

البته نقش اولیای مدرسه و آموزش و پرورش را نیز نباید در این زمینه نادیده گرفت، زیرا آن ها در این زمینه نقش بسیار مهمی ایفا می کنند. «ریورز می گوید: آموزش و پرورش بیشترین نقش را در کاهش معضلات جنسی جوانان دارد، چون مدارس می توانند با تقویت باورهای مذهبی و تقویت سوابق و پیشینه فرهنگی افراد بهترین راهنمای آنان باشند. نباید جوانان را به علت وجود حالات جنسی اکتسابی مورد شماتت و سرزنش قرار داد چرا که این گونه حساسیت ها و شماتت ها منجر به بروز مشکلات جنسی و تهاجمی در جوانان می شود. تحقیقات نشان می دهد که ضرورت وجود محیط امن تحصیلی برای جوانان و نوجوانان زمانی آشکار می شود که آن ها در سنین بزرگسالی گرفتار همجنس گرایی می شوند و سرچشمه بروز این مشکلات به ناامنی محیط تحصیلی آن ها برمی گردد.» (ریورز، به نقل از شارب و کاوی، ۱۳۷۹: ۱۱۲-۱۱۳)

نویسنده کتاب «این گونه فرزندان را تربیت کنید» در بخش سوم قسمت شش کتاب، نکات ذیل را برای آموزش های مستقیم و غیرمستقیم مسائل جنسی مفید می داند. ۱. آموزش کافی والدین ۲. نظارت و کنترل دوستی ها ۳. پیشگیری از انزوای نوجوان ۴. پیشگیری از پوشیدن لباس های تنگ در خانه توسط والدین و جنس مخالف ۵. آموزش مریبان ۶. تکریم شخصیت نوجوان ۷. پرکردن اوقات فراغت وی ۸. تغذیه درست ۹. تقویت اراده او ۱۰. تقویت ایمان او ۱۱. پرورش حس غرور و فعالیت وی ۱۲. استفاده از دوش آب سرد ۱۳. کاهش نگرانی و اضطراب وی ۱۴. جلوگیری از سرخوردگی نوجوان ۱۵. توجه به نیازهای او ۱۶. توجه غیرمستقیم به فعالیت های او ۱۷. تشویق به ورزش و تفریح و جلوگیری از گوشه گیری ۱۸. تشویق به مطالعه و ایجاد انگیزه و امکانات برای او.» (عطاری کرمانی، ۱۳۸۳: ۳۵۰-۳۵۱)

کنترل پرخاشگری در کودکان: گاهی اوقات بداخلاقی و سوءرفتارهایی از بچه ها رخ می دهد. مثلاً مقررات حاکم بر خانه را رعایت نمی کنند یا رفتار و گفتارشان مؤدبانه نیست. اصولاً تسلیم شدن در برابر بداخلاقی و سوء رفتارهای بچه ها، باعث می شود این رفتارهای نادرست در آن ها تقویت شود و تداوم یابد. پس چه باید کرد؟ «بدون این که داد و فریاد کنید یا خشمگین بشوید، سعی کنید با فرزند خود محکم و قاطع باشید و اگر احساس عصبانیت می کنید تا شماره ده بشمارید. این روش می تواند خیلی مفید و کارساز باشد. عصبانیت و کتک زدن نه تنها مفید و کارساز نیست، بلکه باعث صدمه و آسیب فرزندان می شود. بر خلاف نظر نسل گذشته، تحقیقات نشان داده اند که تنبیه بدنی چیز مثبت و مفیدی به کودکان یاد نمی دهد. تنبیه و توبیخ برای جرایم جنایی تنظیم شده است. برای کاهش رفتارهای بد کودکان باید، چیزهایی را که مورد علاقه آن هاست محدود کرد. به عنوان مثال محدود کردن استفاده از کامپیوتر. همیشه باید فرزند خود را دقیقاً از آنچه را که از او انتظار دارید، آگاه سازید... به یاد داشته باشید که همیشه سعی کنید، رفتارهای خوب او را مورد تشویق و تحسین قرار دهید و همیشه به صحبت های او با دقت گوش کنید.» (کوپر و دیگران، ۱۳۹۰: ۱۹۹)

باید توجه داشته باشیم که نمی توانیم به جنب و جوش هایی که مربوط به دوران کودکی است، لقب پرخاشگری و سرکشی بدهیم، بلکه باید علت ها را بشناسیم. «اصولاً هدف از پرخاشگری کودک ناشی از این است که اومی خواهد، سخن خود را به کرسی بنشانند و آنچه را می خواهد به دست آورد، ولی می ترسد که به چنگ نیآورد و برآورده نشود. از آنجا که کودک تحمل ناکامی را ندارد، می خواهد به طریقی توجه والدین را جلب کند. بنابراین بهترین راه را پرخاشگری می داند. برای جلوگیری از آن والدین باید ۱. با یکدیگر تفاهم کامل داشته باشند. ۲. قاطعیت به خرج دهند. ۳. آرام و شکیبا باشند. ۴. عوامل و موجبات پرخاشگری کودک را شناسایی نمایند. ۵. با درایت لازم با رفتار کودک سازگاری برقرار کنند و تسلیم پرخاشگری کودک نشوند که او جسارت و جرأت بیشتری پیدا می کند و راه و روش پیروزی را خواهد شناخت.» (عطاری کرمانی، ۱۳۸۳: ۱۰۱)

علاوه براین، برای جلوگیری از رفتارهای پرخاشگرانه باید توجه کنیم که «شوخی هایی از قبیل ضربه زدن به صورت طفل یا شوخی هایی که تمایلات پرخاشگرانه را در آن ها تقویت می کند، مضر است و برعکس تا آنجا که امکان دارد باید راه و رسم دوست داشتن و محبت کردن به اطرافیان را به فرزند خود بیاموزیم.» (سعیدی، ۱۳۶۸: ۵۴)

باید به این نکته اذعان کرد که احساس خشونت و پرخاشگری در دوران نوجوانی و بلوغ در بچه ها شدت می گیرد. «اما کودکی که به خوبی تربیت شده باشد، آن را به صورت فعالیت های ورزشی، شرکت در مسابقات و بازی و شوخی و تفریح های سالم با دوستان خود بروز می دهد.» (همان: ۳۶۲) نگاه کردن بچه ها به فیلم ها، کارتون ها و بازی های خشونت آمیز نیز مضر است و روحیه پرخاشگری را در کودکان تقویت می کند. یکی از آموزگاران پرتجربه کودکستان بازگو می کرد: «کودکان امروزه آن

مؤسسه خیلی بیش از گذشته، ناگهان بر سر و کول هم پریده و به طرز وحشتناکی با هم به کتک کاری می پردازند و هر وقت که او ایشان را از این کار بازمی دارد و مورد نکوهش قرار می دهد، آن ها معترضان می گویند، خوب این همان کاری است که در فیلم هایی که شب ها از تلویزیون پخش می شود، انجام می گیرد و آن ها فقط ادای هنرپیشه های آن فیلم ها را درمی آورند. این وضع و این طرز رفتار، البته نشانه یک نقص شدید شخصیت و یا انحراف جدی خصوصیات اخلاقی این بچه ها نبود اما برای من دلیل بسیار خوب و قانع کننده ای بود که تماشای فیلم های پرحادثه و بزبزن تا چه اندازه در رفتار و کردار بچه ها می تواند مؤثر باشد.» (همان: ۷۸-۷۹)

عوارض دروغگویی در کودکان و راه های پیشگیری از آن: دروغگویی یعنی بیان چیزی که حقیقت ندارد. «دروغ از جلوه های نادرستی و حقه بازی افراد است که ماهرانه یا ناشیانه از کودکان سر می زند و ماهیت آن یک سیر قهقرایی از شخصیت و نوعی عقب نشینی در جنبه فطری، احساسی، تفکر و رفتار است... اصولاً راستگویی حاصل آمادگی ذهنی و استواری عصبی است و به هنگامی که فرد ناراحت و مضطرب باشد و در باره امری احساس خطر کند، طبیعی است که از دروغ سردرآورد و در این امر والدین بیش از هر کس مقصرند.» (قائمی، ۱۳۶۹: ۸۵)

باید به این نکته توجه داشته باشیم که نباید آنچه کودکان خردسال بیان می کنند و از نظر ما خلاف واقع است را دروغ به حساب آوریم، زیرا «کودکان خردسال بین حقیقت و مجاز، بیداری و رؤیا، تخیل و واقعیت فرقی نمی گذارند. به همین نظر آنچه را که می گویند، نباید انتظار داشته باشیم، راست و درست باشد... والدین و مربیان باید بدانند در سنین پنج و حتی شش، این سخنان دروغ نیست بلکه ادعایی ناشی از تخیل قوی است. کودکان تا این سن هنوز نمی توانند بین دنیای تخیل و واقعیت فرق بگذارند. او در دنیای تصور و خیال زندگی می کند و به اندیشه و رؤیاها و افکار خود وجود خارجی می بخشد، حتی اشیاء بی جان را جاندار به حساب می آورد.» (همان: ۸۶-۸۷)

دروغگویی عوارض زیان بخش فراوان برای فرد و جامعه دارد. «دروغگویی مانعی است برای خودشناسی و وسیله ای است برای تثبیت حالت بی اعتمادی در خود. اعتماد به نفس را از بین می برد و ذهن و فکر را در مسیری ناصواب قرار می دهد. واکنش های عضلانی، ناراحتی های تنفسی، خودنمایی وجود فریبی، تظاهرات رفتاری تصنعی، رنگ پریدگی، برافروختگی چهره، هیجانانگ، تناقض گویی ها، ضربان شدید قلب، لکنت زبان و ... از عوارض آن برای فرد است. دروغ در روابط فرد با دیگران نیز عارضه ایجاد می کند. اعتماد دوجانبه را از میان می برد، فضای اخلاقی حتی اقتصادی خانه، مدرسه و اجتماع را فاسد و آلوده می سازد، بدبینی را در بین افراد پدید می آورد، ریشه فضیلت ها را می خشکاند. دروغ، دوستی ها را از بین می برد، شرف خانوادگی را در معرض غارت و تخریب قرار می دهد. مجادلات و کشمکش هایی را موجب می گردد. دیگران بی جهت متهم می شوند و آبروها بی حساب در معرض آسیب و گزند قرار می گیرد. ضد و نقیض های دروغگو او را هم عاقبت به رسوایی می کشاند و موجبات بسیاری از مفاسد دیگر می شود.» (همان: ۹۸-۹۹)

برای پیشگیری از دروغگویی کودکان، نکات مهمی قابل ذکرند که بخشی از آن بدین قرار است: «۱. در محیط زندگی طوری عمل کنید که طفل، برای زندگی در کنار شما نیازی به دروغگویی نداشته باشد. ۲. کودک در محیط خانواده از احترام کافی و پذیرش برخوردار باشد و برای او ارج و قربی قائل باشید. ۳. جنبه الگویی شما فراموش نشود، به خصوص در رابطه با کودک حتی شوخی دروغ هم نداشته باشید. ۴. سعی کنید که برای هر لغزش کوچکی، طفل را مؤاخذه نکنید که این خود از عوامل دروغگویی است. ۵. همیشه از کودک بخواهید جرأت داشته باشد و حرف حق را بگوید. ۶. از عواملی که مایه ترس، عجز، و

احساس حقارت کودک می شوند، او را دور دارید. ۷. در ضمن برخوردها، طوری موضع بگیرید که طفل مطمئن شود جز از طریق راستی نمی تواند به هدف برسد. ۸. کودک را از محیط بدآموز و فریب کاری ها دور دارید، به خصوص از معاشرت ناروا که عامل مهمی در فساد افراد است. (همان: ۱۰۴-۱۰۵)

فشار همسالان: در یک دوره سنی که معمولاً از دوازده تا شانزده سالگی است، توجه کودکان از بزرگسالان به همسالان معطوف می شود. نوجوان «سؤال هایی بی شمار دارد که پاسخ های دیگران او را قانع نمی کند. به جای بزرگسالان به همسالان تمایل نشان می دهد و از آن ها پیروی می کند... نوجوان زودرنج، حساس و تشخص طلب است، می خواهد او را به رسمیت بشناسند، نسبت به آنچه بزرگسالان می گویند و می کنند، اعتراض دارد و می خواهد بندهای وابسته به آن ها را بگسلد.» (فزلی ایغ، ۱۴۰۰: ۱۶) باید در نظر داشت «نیاز به تعلق به گروه یکی از نیازهای مهم انسان است و همبستگی مشخص با گروه در ایجاد نگرش های او تأثیر حتمی دارد.» (کریمی به نقل از فزلی ایغ، ۱۴۰۰: ۹۶)

مسلماً نوجوان، این مرحله طبیعی از رشد را طی خواهد کرد و به تدریج در روابط خود با بزرگسالان تجدید نظر می کند. «صبر و شکیبایی بزرگسالان، به رسمیت شناختن حق او برای آزادی و روی پای خود ایستادن، حمایت از او و همدلی، اعتماد به او، اجازه ابراز وجود دادن به او کمک می کند تا از حالت ابهام و تضاد که به گفته روان شناسان نوعی دوگانگی روانی و برزخ به شمار می آید خارج شود.» (فزلی ایغ، ۱۴۰۰: ۱۷)

اعتقاد و پایبندی خانواده به اصول و ارزش های اخلاقی بسیار مهم است. زیرا این امر سبب می شود، پایه های اخلاقی و ارزشی فرزند شما از کودکی شکل بگیرد و در سال های آینده از آن ها استفاده نماید. بنابراین بسیار مهم است که باورهای خود را در زمینه های مختلف اعم از امور پسندیده مانند، صداقت و امانت داری و غیره تا امور ناپسند، مثل لاپالی گری و ... را از همان دوران کودکی به فرزند خود به طور واضح و روشن مشخص کنید و از باورهای خود به خوبی دفاع کنید.

در مورد فشار همسالان در امور ناپسند و غیراخلاقی «مبارزه و رفتار شما باید متکی بر اصولی باشد که بتوانید فرزند خود را به ارزش های مثبت و قوی وفق دهید، به طوری که بتواند در مقابل وسوسه داشتن مسائلی مانند رابطه جنسی، مصرف مواد مخدر و مصرف نوشیدنی های غیرمجاز مقاومت کند. شاید او به این علت که بعضی ها این کارها را انجام می دهند، وسوسه و اغوا شود. باید به او یادآوری کنید که به عنوان یک انسان دوست دارید، تأیید و تحسین همسالان خود را داشته باشد، چنانچه دیگران نیز دوست دارند مورد تحسین واقع شوند. در این دوره سنی، انطباق با همسالان کشش بسیار نیرومندی است. به همین دلیل تکرار مکرر باورهای شما اهمیت خاصی پیدا می کند. بنابراین با ذکر مثال های مختلف، نقطه نظرهای خود را با صداقت و اعتقاد واقعی مطرح کنید. چنانچه در این زمینه با بعضی از مخالفت ها و جر و بحث های فرزند خود مواجه شدید، تعجب نکنید. گاهی بحث های شیرین و امیدوارکننده ای هم بین شما اتفاق خواهد افتاد. بار دیگر تکرار می کنیم که فرزندان تحت تأثیر همسالان خود، رویکردها و نقطه نظرهایی خواهد داشت که ممکن است با ارزش ها و اصول اخلاقی یا طرز تفکر حتی با گرایش های سیاسی شما متضاد باشد... چنانچه شما بگویید که روش و دیدگاه او غلط است یا این که او جوان تر از آن است که این مسائل را درک کند، احتمالاً او رابطه و تعامل خود را با شما قطع خواهد کرد.» (کوپر و دیگران، ۱۳۹۰: ۲۸۲-۲۸۳).

نتیجه گیری:

دست یافتن به ویژگی های انسانی و انسان شدن فقط از راه تعلیم و تربیت صحیح امکان پذیر است. تربیتی که کلیه ابعاد ذهنی و رفتاری انسان را در نظر بگیرد و هدف اصلی آن بهره مندی از زندگی سالم و جامعه سالم باشد. هر کودک یا نوجوان، یک موجود منحصر به فرد است که خصایص ویژه ای دارد. اگر چه انسان ها از جنبه های رشد جسمانی مشترکات فراوانی دارند ولی از لحاظ شخصیتی متفاوتند. عواملی مانند وراثت، محیط طبیعی، اجتماعی و فرهنگی و نوع تعلیم و تربیت و ... شخصیت انسان را می سازند. بی شک تأثیر تعلیم و تربیت بر رشد شخصیت انسان ها امری انکار ناپذیر است. شرط لازم برای به کمال رسیدن انسان این است که والیان امر مهم تعلیم و تربیت شناخت لازم از مراحل رشد و هیجانات کودکان و نوجوانان داشته باشند و در این راه از او حمایت کنند و ابزار لازم را در اختیارش بگذارند. در واقع این ما نیستیم که شخصیت آن ها را می سازیم، ما فقط سبب ساز هستیم و در امر خطیر تعلیم و تربیت او را یاری می دهیم تا او، خودش را بسازد و به موجودیت کمال یافته و مستقل دست یابد. سعدی شاعر ایرانی قرن هفتم در کتاب بوستان باب هفتم وظیفه والدین در قبال تربیت فرزندان را هنرمندانه سروده است: پسر را نکو دار و راحت رسان / که چشمش نماند به دست کسان / هر آن کس که فرزند را غم نخورد / دگر کس غمش خورد و بدنام کرد / نگه دار از آمیزگار (همنشین) بدش / که بدبخت و بی ره کند چون خودش.

منابع و مأخذ

۱. برتون، ماشاءالله، (۱۳۷۵). رشد، تربیت و آموزش کودک. تهران: اردیبهشت.
۲. بوربا، میکله. (۱۳۹۱). پرورش هوش اخلاقی. ترجمه فیروزه کاوسی. تهران: رشد.
۳. سعدی شیرازی، مصلح الدین. (۱۳۷۲). بوستان سعدی. تهران: ققنوس.
۴. سعیدی، احمد. (۱۳۶۸). روان شناسی و پرورش کودک. تهران: بنیاد.
۵. سیف، علی اکبر. (۱۳۷۷). روان شناسی پرورشی. تهران: آگاه.
۶. شارپ، سونیا و کاوی، هلن. (۱۳۷۹). مشاوره و حمایت از کودکان در برابر ناملایمات. ترجمه سوسن آقاجانگللو. تهران: آتیه.
۷. شرفی، محمدرضا. (۱۳۷۱). با فرزند خود چگونه رفتار کنیم. تهران: جهاد دانشگاهی دانشگاه تهران.
۸. _____ (۱۳۷۲). دنیای نوجوان. تهران: تربیت.
۹. عطاری کرمانی، عباس. (۱۳۸۳). این گونه فرزندتان را تربیت کنید. تهران: آسیم.
۱۰. قزل ایاغ، ثریا. (۱۴۰۰). ادبیات کودکان و نوجوانان و ترویج خواندن. تهران: سمت.
۱۱. قائمی، علی. (۱۳۶۹). خانواده و مشکلات اخلاقی کودکان. تهران: امیری.
۱۲. کاردان، علیمحمد و دیگران. (۱۳۸۰). فلسفه تعلیم و تربیت. تهران: سمت.
۱۳. کریمی، یوسف. (۱۳۸۸). روان شناسی تربیتی. تهران: ارسباران.
۱۴. کلمز، هریس و بین، رینولد. (۱۳۷۵). آموزش مسئولیت به کودکان. ترجمه پروین علی پور. مشهد: آستان قدس رضوی.
۱۵. کوپر، کارول و دیگران. (۱۳۹۰). رفتار با کودکان و نوجوانان. تهران: روان.
۱۶. میلتن برگر، ریموند. (۱۳۹۲). اصول و روش های تغییر و اصلاح رفتار. ترجمه شهناز محمدی و کبری جمشیدی. تهران: ارسباران.
۱۷. مولانا، جلال الدین بلخی. (۱۳۷۷). مثنوی معنوی. تألیف کریم زمانی. تهران: اطلاعات.
۱۸. نعمت اللهی، فرامرز و دیگران. (۱۳۸۳). ادبیات کودک و نوجوان. تهران: شرکت چاپ و نشر کتاب های درسی ایران.