

«والدین و ارتباط با کودک»

زمانی که کودکان وارد موقعیت‌های مدرسه، همسالان و جامعه می‌شوند، رابطه والد-فرزند تغییر می‌کند. در عین حال، سلامت کودکان به کیفیت تعامل خانواده بستگی دارد.

در اواسط کودکی (۶ تا ۱۱ سال) مدت زمانی که کودکان با والدین می‌گذرانند به نحو چشمگیری کاهش

می‌یابد. استقلال فزاینده کودک به معنی آن است که والدین باید با مسائل تازه‌ای سروکار داشته باشند. هنگامی که کودکان نشان می‌دهند که می‌توانند از عهده فعالیت‌های روزمره و مسئولیت‌ها برآیند، والدین کارآمد به تدریج کنترل را به کودک محول می‌کنند. این بدان معنی نیست که آنها کودک را کاملاً به حال خود می‌گذارند. در عوض آنها به **تنظیم مشترک** می‌پردازند. یعنی نوعی سرپرستی انتقالی که به موجب آن نظارت کلی بر کودکان دارند و در عین حال به آنها اجازه می‌دهند مسئولیت تصمیم‌گیری‌های خود را بر عهده گیرند.

تنظیم مشترک از رابطه یاری‌بخش بین والد و فرزند بر اساس احترام متقابل به وجود می‌آید. والدین باید از دور هدایت و نظارت کنند و وقتی با فرزندان خود هستند انتظارات خویش را به اطلاع آنها برسانند و کودکان باید والدین را از محل، فعالیت‌ها و مشکلات خود آگاه سازند تا آنها بتوانند در صورت لزوم مداخله کنند. تنظیم مشترک به کودکان کمک و از آنها محافظت می‌کند و در عین حال آنها را برای نوجوانی آماده می‌سازد یعنی دوره‌ای که خودشان تصمیمات مهمی خواهند گرفت.

کودکانی که والدین آنها از روش تربیت مقتدرانه استفاده می‌کنند، در مورد خود احساس خیلی خوبی دارند. تربیت محبت‌آمیز و مثبت به کودکان امکان می‌هد تا بدانند که به عنوان فردی ارزشمند و شایسته مورد قبول هستند و انتظارات جدی اما مناسب که با توضیحات همراه باشند، به کودکان کمک می‌کنند تا رفتارهای خویش را در برابر معیارهای معقول ارزیابی کنند.

والدین کنترل‌کننده-همان‌هایی هستند که اغلب به فرزند خود کمک کرده یا برای او تصمیم می‌گیرند-احساس بی‌کفایتی را به کودکان انتقال می‌دهند که با عزت نفس پایین ارتباط دارد. در مقابل، والدینی که بیش از حد اغماض می‌کنند باعث می‌شوند که فرزندان آنها عزت نفسی داشته باشند که به طرز نامعقولی بالاست و در حال رشد آنها را تحلیل می‌برند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند

که کودکان از تعریف و تمجیدی که بر دستاورد واقعی استوار نیست، سودی نمی‌برند. در عوض بهترین راه برای تقویت کردن خودانگاره مثبت و ایمن، این است که کودکان را ترغیب کنیم برای هدف‌های ارزشمند تلاش کنند. به مرور زمان، رابطه‌ای دو جهتی آشکار می‌شود: موفقیت عزت نفس را تقویت می‌کند و عزت نفس به نوبه خود موجب عملکرد بهتر می‌شود.

آگاهی‌هایی در مورد رشد شناختی و هیجانی کودکان ۶ تا ۱۱ سال برای شناخت و مواجهه کارآمدتر والدین با کودکان.

سن	رشد شناختی	رشد هیجانی/اجتماعی
۶ تا ۸ سالگی	<ul style="list-style-type: none"> * تفکر منطقی‌تر می‌شود؛ نگهداری ذهنی، گنجاندن در طبقات، و ردیف کردن آن را نشان می‌دهند. * آگاهی از مفاهیم فضایی بهبود می‌یابد به طوری که توانایی آدرس دادن منظم و روشن، و کشیدن و خواندن نقشه آن را نشان می‌دهد. * توجه انتخابی‌تر سازگارانه‌تر و برنامه‌دار می‌شود * از راهبردهای مرور ذهنی و سازمان‌دهی استفاده می‌کند. * ذهن را به صورت عامل فعال و سازنده در نظر می‌گیرد که می‌تواند اطلاعات را تغییر شکل دهد. * آگاهی از راهبردهای حافظه و تاثیر عوامل روان-شناختی (مانند متمرکز کردن توجه) بر انجام دادن تکالیف بهبود می‌یابد. 	<ul style="list-style-type: none"> * خودپنداره، صفات شخصیت و مقایسه‌های اجتماعی را شامل می‌شود. * عزت نفس متمایز می‌شود، و به سطح واقع بینانه‌تری کاهش می‌یابد. * هیجان‌های خودآگاه، غرور و گناه تحت تاثیر مسئولیت شخصی قرار می‌گیرند. * تشخیص می‌دهد که افراد می‌توانند در هر لحظه بیش از یک هیجان را تجربه کنند. هنگام تعبیر کردن احساس‌های دیگرانه نشانه‌های صورت و موقعیتی توجه دارد. * می‌فهمد که افراد ممکن است دیدگاه‌های متفاوتی داشته باشند زیرا که به اطلاعات متفاوتی دسترسی دارند. * مسئول‌تر و مستقل‌تر می‌شود. تعامل همسالان نوع‌دوستانه‌تر شده و پرخاشگری کاهش می‌یابد.

۹ تا ۱۱ سالگی	<ul style="list-style-type: none"> * تفکر منطقی کماکان به موقعیت‌های عینی وابسته است. * راهبردهای حافظه مرور ذهنی و سازمان‌دهی کارآمدتر می‌شوند. * در یک زمان می‌تواند از چند راهبرد حافظه استفاده کند. * خودگردانی شناختی بهبود می‌یابد. 	<ul style="list-style-type: none"> * عزت نفس بالا می‌رود. * توانایی، تلاش و شانس را در انتساب‌های مربوط به موفقیت و شکست تشخیص می‌دهد. * برای تنظیم کردن هیجان، یک رشته راهبردهای سازگارانه دارد. * می‌تواند خود را از دیدگاه یک فرد دیگر در نظر بگیرد. * قواعد اخلاقی و میثاق‌های اجتماعی را مرتبط می‌کند. * آگاهی از حقوق فردی گسترش می‌یابد.
---------------	---	---

* گروه‌های همسال نمایان می‌شود.
 * روابط دوستی بر اعتماد متقابل استوار هستند.
 * از کلیشه‌های جنسی بیشتری آگاه می‌شوند.
 رقابت خواهر-برادرها افزایش می‌یابد.

منبع: روان‌شناسی رشد تالیف لورا برک.
 حسن پیرزاد-کارشناس ارشد مشاوره