



امروزه یکی از منسوخ ترین روشهای تربیت کردن اطفال کتک زدن یا تنبیه بدنی است ، راههای بهتر و عملی تر و موثرتری برای تربیت فرزندان وجود دارد...

۱ - سعی کنید طبع و مزاج طفل خود را بهتر بشناسید :بعضی بچه ها در مقابل گرسنگی و یا سر و صدا و یا هرگونه تغییر فیزیکی دیگر بیش از سایر اطفال حساسیت نشان می دهند و اینها گروه بچه های مشکل را تشکیل می دهند وعده های غذای این اطفال و حتی دفعات شیر خوردن آنان در زمان شیر دهی باید مکررتر و نزدیک تر باشد بعلاوه میزان سر و صدای منزل و منجمله صدای رادیو و تلویزیون را باید بسیار کوتاه نمود و در اینصورت از بد خلقی و خشم آنان کاسته خواهد شد .

2 - گاهی اوقات پدر مادر ممکن است دچار مشکلاتی مانند اختلال کنترل تکانه (افرادی که نمی توانند غرایز و خشم خود

را کنترل کنند) باشند در اینصورت طرف مقابل رل میانجی را بر عهده خواهد داشته و هنگامیکه علائم از کوره در رفتن را در همسر خود درک می کند باید به نحوی فعال تر نگهداری طفل را برعهده گیرند تا وی خونسردی خود را بدست آورد.

۳ - پدر و مادر باید در ایجاد انضباط در طفل همسو باشند. هنگامیکه طفل عملی ناهنجار انجام می دهد باید هر دو یک جور قیافه بگیرند، مثلاً اگر طفل چیزی را پرتاب کرده یکی از والدین عصبانیت نشان داده و دیگری لبخند بزند مسلماً عمل خطا تکرار خواهد شد.

۴ - موثرترین و بحرانی ترین زمان ایجاد انضباط در اطفال بین $1/5 - 3$ سالگی است که معنای بله و نه در آنان شکل می گیرد بهترین واکنش بعمل خطا مانند پرت کردن اشیاء و کتک زدن و هل دادن اطفال، پس از آنکه با بی توجهی اولیه رفتار ناهنجار باز هم ادامه پیدا کرد، ابراز قیافه ای اخمو عصبانی و احیاناً با صدای بلند (نه در حد داد زدن) خطاب کردن اوست و بالعکس در مورد اعمال خوب مانند بازی با دیگران و دادن اشیاء به والدین (به قصد کمک) پاسخ با آوای دلنشین و ملایم و لبخند مناسب و تشویق او به صورت کلامی (آفرین دختر عزیزم) خواهد بود.

۵ - هرگز نباید به قصد رهایی از دست جیغ زدن طفل سعی در بر آوردن خواسته وی بنحو فوری نمائیم مثلاً اگر طفل مکرراً پا به زمین کوبیده و یک شی خطرناک یا شکستنی را درخواست می نماید و یا می خواهد خوراکی دلخواه خود را در ساعت نامناسبی بدست آورد نباید تسلیم وی شده و مطابق خواسته او رفتار نمائیم زیرا در اینصورت الگوی نامناسب رفتاری ایجاد شده و کودک سعی میکند در مراحل بعدی نیز از این طریق مشکلش را حل کند.

۶ - اصل تربیت رفتار بالینی بر مداومت و تکرار استوار است طفل باید درک کند که پاسخ ما به رفتار ناهنجار وی ثابت است. (یعنی والدین به قوانینی که وضع میکنند معتقد و متعهدند)

۷ - هرگاه پدر و مادر خود را عصبانی حس می کنند باید بلافاصله هر وسیله ای که در دستشان است بر زمین بگذارند اکثر صدماتی که در طی مراحل خشم بر اطفال وارد می شود ناشی از ابزار و وسائل مانند کمر بند و خط کش و امثالهم می باشد.

۸ - فرق رشوه و جایزه: هیچگاه نباید خوراکی یا شئی دلخواه را پیشاپیش به طفل بدهیم که او قول بدهد بچه خوبی باشد این روش در رفتار درمانی مطرود شناخته شده است

۹ - نباید کودک را بخاطر انجام عملی زشت در حضور دیگران، خجالت بدهیم زیرا این روش نوعی سوء رفتار به حساب می آید

هرگز نباید به دلیل عملی بد یا سستی در انجام وظایف، خواهر و برادر و اطفال دیگر را به رخ او بکشیم زیرا این کار هم اتکاء به نفس وی را پائین می آورد.

بچه های بیش فعال از قربانیان درجه اول کتک خوردن می باشند و اثبات گردیده است که هرچه بیشتر آنان را در معرض محیطهای باز مانند پارک قرار دهیم از میزان پرتحرکی مخربشان کاسته شده و رفتار مناسب تری پیدا میکنند.

ممکن است یک پدر و مادر افسرده شیطننت طبیعی بچه را نا فرمانی و بی ادبی تلقی نمایند و در نتیجه او را بدلیل بی حوصلگی خودشان کتک بزنند افسردگی جرم و جنایت نیست بلکه یک بیماری قابل درمان است که درمان آن ناجی والدین و طفل خواهد بود.

اگر فقط بخواهیم فهرست وار مروری بر عواقب تنبیه جسمانی و یا کتک زدن بچه ها بیافکنیم موارد ذیل قابل ذکرند :

۱ - تنبیه جسمانی خیلی زود اثر آگاه کننده خود را از دست می دهد.

۲ - مجازاتگر که در غالب موارد مادر و پدر طفل می باشد مجبور است هر بار بر شدت آن بیافزاید که طفل از مجازات دچار ترس و اضطراب گردد و دیگر ، عمل بد خود را تکرار نکند یعنی هدفی که تنبیه کننده به دنبال آن است.

۳ - در اثر این تشدید مجازات در اکثر موارد مجازاتگر عنان اختیار را از دست داده و لطمات شدیدی در حین حمله خشم بر طفل وارد می سازد که همان معنای abuse یا سوء استفاده را زنده کرده و در نتیجه در بسیاری موارد بچه آنچنان صدمه خواهد دید که دیگر قابل جبران نخواهد بود (مانند خونریزیهای جمجمه ، شکستگیها و سوختگیها و فلجی و عقب افتادگی عقلانی و صدها مصیبت دیگر) و یا به مرگ طفل خواهد انجامید .

۴ - طفل کتک خورده از زمان طفولیت می آموزد که راه حل مشکلات ، منازعه و ابزار خشم به دیگران است (قانون گذارد می جای بر خود از More abuser نسل Abuser نسل Child abuse

۵ - پایین آمدن اتکا به نفس : من بچه بدی هستم ، من کسی نیستم ، من لیاقت ندارم مفاهیمی است که با رشد روند تفکری در ذهن طفل ایجاد شده و خود را پایین تر از دیگران خواهد پنداشت زیر مکررا در حین کتک خوردن این جملات را از دهان والدین خود شنیده است.

۶ - معنای انتقام بجای آگاهی و عبرت در ذهن وی شکل می گیرد و باعث می گردد بر منفی کاری خود بیافزاید.مثلا طفلی را در نظر بگیرید که او را کتک می زنند که برادر و خواهر شیرخوار کوچک خود را اذیت نکند ، در اینصورت مسلم بدانید که او این شیرخوار کوچک را که باعث کتک خوردنش شده است مخفیانه و بیشتر از سابق اذیت خواهد کرد.

۷ - عدم اعتماد به دنیا : بالاخص در شیرخوارانی که در زیر یک سالگی از والدین کتک می خورند و یا با خشم با آنان رفتار می کنند (مثلا مادرانی که شیرخواران بد خلق و نق نقی را به شدت تکان داده و یا روی بالش پرت می کنند) معنای دنیا = مکان نا امن شکل می گیرد زیرا مجازات از سوی افرادی اعمال شده است که اولین مراحل اتکاء و اعتماد را در انسان شکل می دهند یعنی مادر و پدر.

عواقب جسمی و روحی تنبیه جسمانی در این مقوله نمی گنجد فقط ذکر این نکته لازم است که که ایجاد افسردگی ، فرار از مدرسه ، فرار از منزل ، روی آوری به فحشا و اعتیاد (در سنین بالاتر و بالاخص نوجوانی) شکست های شغلی ، بزهکاری و اعمال ضد اجتماعی و خلاف قانون و طلاق در خانواده افراد در معرض سوء رفتار بسیار شایعتر است.

اما هر گاه شما با این والدین مجازاتگر بحث کنید خواهید شنید : آقا شما دستی از دور بر آتش دارید ، باور کنید از نصیحت و قربان صدقه و جایزه و تهدید و داد زدن و غیره هر کاری که بگویید کرده ایم و دست آخر مجبور شدیم که کتکش بزنیم . چقدر بگوییم برادر کوچک را اذیت نکن تو آقا شده ای و او کوچک است ، چقدر داد بزنیم توپ را به دیوار زن یا در مورد اطفال در سنین مدرسه (چند بار جلوی ناظم و معلم خجالت بکشم و قول بدهم در مدرسه شیطننت نخواهد کرد و باز هم ما را به آنجا بکشد ، آیا شما راه دیگری بجز کتک زدن به ذهنتان میرسد ؟

واقعا روش های قاطع تر و بهتری از کتک زدن وجود دارند که بتواند یک انسان با شخصیت سالم و بهنجار تربیت نماید و نه یک موجود ضد اجتماع و انتقام جوی سوء استفاده گر . به طور خلاصه باید دانست که برای برخورد با رفتار های بد کودکان در ابتدا از پرت کردن حواس کودک ، بی توجهی به آن رفتار (که باعث خاموش شدن رفتار غلط میشود) سپس

تذکر و کاهش پاداشها، و پس از آن از تنبیه های ساده مثلا جدا کردن وی در گوشه ای از اتاق، در مراحل شدید تر استفاده از حبس در اتاقی امن در مدتی محدود (برای 1-2 دقیقه) البته پس از اینکه ابتدا به وی تذکر دادید که اگر به رفتار ناشایستش ادامه دهد با او این عمل انجام میشود.

اگر در اتاق باز هم به پر خاشگری ادامه داد باید با او اتمام حجت شود و به وی گفته شود که برای اینکه او بتواند بر خودش تسلط پیدا کند و کمتر آسیب ببیند، او را به تخت خواهید بست (در این مواقع رعایت ایمنی کودک لازم است و حتما یک پا و یک دست او باید آزاد باشد و بیشتر از چند دقیقه نباید طول بکشد و مرتب به او سر بزنید، به هیچ وجه کودک تحقیر نشود).

یادتان باشد که قبل از اینکه به تنبیه کودک فکر کنید باید به تشویق کودک و تقویت رفتارهای بهنجاروی بپردازید.