



یکی از موضوع های مهمی که والدین در تربیت فرزندشان به آن اهمیت می دهند، احترام گذاشتن به دیگران و عذرخواهی کردن است. خصوصا اگر یک میهمانی رسمی باشد که پدر و مادر خیلی رودربایستی دارند.

بسیاری از والدین هرگز به رفتارهای بد فرزندشان واکنش نشان نمی دهند و کم سن بودن او را توجیه کننده رفتارهایش می دانند. در مقابل، پدر و مادرهایی هستند که فرزندشان را در مقابل هر خطای کوچکی وادار به عذرخواهی می کنند. در این باره با دکتر محمدرضا خدایی، روان پزشک و عضو هیات علمی دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی گفت و گو کردیم.

□ از چه سنی باید به بچه ها آموزش دهیم که عذرخواهی کنند؟

هر انسانی باید از مراحل مختلف رشدی عبور کند تا به بزرگسالی برسد. این مراحل رشد شامل رشد جسمی، جنسی، روانی و اجتماعی است. اگر دوران شیرخوارگی را کنار بگذاریم، کودک از ۳ سالگی تا ۷ سالگی و بعد از ۷ تا ۱۱ سالگی در دوران کودکی به سر می برد.

از ۳ تا ۷ سالگی یعنی سنین پیش از دبستان کودک تفکر شهودی دارد، فکرهای عمیق ندارد و در کارهای خود، بی منطق است. علاوه بر این خودش را مرکز عالم می داند و تصور می کند همه باید مطیع او باشند و همه چیز را از آن خود می داند. نکته مهم تر اینکه کودک خوب و بد را به صورت انتزاعی در نظر نمی گیرد و کارهایی را که انجام می دهد خطا نمی داند.

اما از سن ۶ سالگی به مرور زمان خوب و بد را می شناسد و منطق کم کم در افکار و اعمالش شکل می گیرد. در سنین کودکی، بچه ها همه چیز را بزرگ تر از حد واقعی اش در نظر می گیرند و به بیان دیگر همه چیز در نظر بچه ها غلو شده است بنابراین والدین باید بدانند در این سنین بچه ها را زیاد تنبیه یا تشویق نکنند چون بسیار مضر است.

□ با توجه به ویژگی هایی که از دوران کودکی ذکر کردید، کودکان بسیاری از کارهای خود را بد نمی دانند، بنابراین چگونه باید به آنها یاد بدهیم که عذرخواهی کنند؟

بچه ها در سنین کودکی بیشتر به رفتار پدر و مادرشان توجه دارند به عنوان نمونه اگر پدر پشت تلفن به دوستش دروغ بگوید، دروغ گفتن برای بچه نهادینه می شود و احساس نمی کند اگر دروغ گفت باید عذرخواهی کند. والدین لازم است جلوی فرزندشان به صورت غیرمستقیم عذرخواهی کنند تا بچه یاد بگیرد اگر کار بدی انجام داد لازم است عذرخواهی کند. البته این عذرخواهی باید به صورت معقول باشد نه غلو شده.

اگر کودک، کاری کرده که در جامعه عرف نیست و کار بدی تلقی می شود والدین باید بدون اینکه شخصیت بچه را زیر سوال ببرند یا احساس منفی به کودک منتقل کنند به عنوان نمونه به جای بیان الفاظی مانند «تو بچه بدی هستی»، «دیگر دوستت ندارم» به کودک خود بگویند «تو خوبی ولی این کارت اشتباه بوده» یا «اگر من جای تو بودم، می گفتم ببخشید».

علاوه بر این والدین باید در نظر داشته باشند همان طور که نباید شخصیت کودکان را زیر سوال ببرند نباید نسبت به رفتار او بی تفاوت باشند و هر کاری کرد به رویش نیاورند. روش های غیرمستقیم دیگر که والدین باید از آن طریق به کودکان عذرخواهی کردن را بیاموزند، «نقاشی کشیدن» و «داستان اسباب بازی ها» است.

در روش نقاشی کردن، اتفاقی که سبب شده کودک کار زشتی انجام دهد را نقاشی می کنیم. به عنوان نمونه اگر کودک در مدرسه با دوستش دعوا کرده و او را کتک زده، این اتفاق را با کمک بچه نقاشی می کشیم و یک کودک گریان را ترسیم می کنیم و از کودک می پرسیم: «اگر بخواهیم دوستت لبخند بزند باید چه کار کنی؟» و آن زمان عذرخواهی را به او یاد می دهیم.

در روش داستان اسباب بازی ها نیز مشابه نقاشی کردن، از شخصیت های داستانی استفاده می کنیم و یک داستان تعریف می کنیم و از فرزندان می خواهیم در مورد آن کار بد قضاوت کند. ممکن است پاسخ کودک، عذرخواهی نباشد. والدین باید به او کمک کنند تا به این نتیجه برسد.

□ در چه زمانی باید از کودک به صورت مستقیم بخواهیم عذرخواهی کند؟

اگر کودک با روش های غیرمستقیم که در بالا ذکر شد، عذرخواهی کرد لازم است او را تشویق و یک هدیه کوچک

برایش تهیه کنید. اما اگر کودک واکنش مثبتی نشان نداد یا سن کودک در حدی بود که خوب و بد را تشخیص بدهد و کارش خیلی بد بود به صورت مستقیم از او بخواهید که عذرخواهی کند.

اما والدین باید توجه داشته باشند که این تقاضا همراه با خشم و خرد کردن شخصیت کودک نباشد. به عنوان نمونه «تو بچه خوبی هستی ولی انتظار من از تو این نبود» یا «من تو را دوست دارم اما این رفتار خیلی زشت بود باید عذرخواهی کنی» یا «حتما خسته بودی یا حواست نبوده که چنین رفتاری را مرتکب شدی» بعد از کودک بخواهید که عذرخواهی کند و سپس بگویید از دوست می پرسم عذرخواهی کردی یا نه!

□ گاهی اوقات بچه ها در میهمانی، کار خطایی را انجام می دهند و والدین در جمع از آنها مصرانه می خواهند که عذرخواهی کنند. آیا این رفتار صحیح است؟

نکته مهم در مورد عذرخواهی این است که نباید غلو شده یا کم باشد. پدر و مادر باید توجه داشته باشند برای یک اشتباه کوچک فرزندشان نباید از او بخواهند یک عذرخواهی جدی انجام دهد و او را سرزنش کنند. یا برعکس اگر کودک کار بسیار بدی انجام داده، بی تفاوت باشند و هیچ واکنشی نشان ندهند.

بنابراین اگر کودک در میهمانی یک کار بدی انجام داد و این کارش عمدی بود باید خیلی محکم و نه با احساس خشم و تنفر، از او بخواهید که عذرخواهی کند. اما اگر کار کودک غیرعمدی بود و درک درستی از آن کار نداشت باید به صورت غیرمستقیم از او بخواهید که عذرخواهی کند. به عنوان نمونه بگویید: «خاله، من به جای پویا می گویم ببخشید، حواسم نبود» اما گاهی اوقات بچه ها متوجه کاری که می کنند نیستند یا سن آنها به درک خیلی مسایل نمی رسد.

به عنوان نمونه اگر یک کودک ۴ یا ۵ ساله پایش را در جمع دراز کرد نباید او را دعوا کنید و از او بخواهید از همه افراد حاضر در جمع با یک احساس منفی عذرخواهی کند. این کار باعث می شود اعتماد به نفس او کم شود و احساس حقارت کند و حالت وسواس گونه در رفتارش به وجود آید.

در برخی از موارد نیز پدر و مادر عذرخواهی کردن را به فرزندشان یاد نمی دهند اما در جمع برای اینکه دیگران نگویند چه پدر و مادر بی تفاوتی، از کودکشان سوءاستفاده می کنند و در مورد هر اشتباه کوچک فرزندشان او را وادار به عذرخواهی می کنند. این کار نیز اشتباه است و کودک را دچار عقده می کند.

□ آیا باید تفاوتی بین عذرخواهی کودک از والدین خود با دیگر افراد وجود داشته باشد؟

در وهله اول کودک باید احترام گذاشتن را یاد بگیرد و بداند هر شخص چه جایگاهی دارد. پدر و مادر باید به فرزند خود بیاموزند که پدر و مادر یک حرمتی دارند، دوست یک حرمتی دارد، معلم جایگاه ویژه ای دارد، خواهر و برادر نیز از جایگاهی برخوردارند و این احترام را کودک از والدینش می آموزد.

زمانی که کودک جایگاه اشخاص را درک کرد، نحوه برخوردش با افراد مختلف نیز تفاوت می کند. بنابراین والدین باید در کنار رفتار مناسب خود، با بیان مثبت و دوستانه، احترام گذاشتن و عذرخواهی کردن از دیگران را به فرزندشان یاد بدهند.