



مهارت‌های پدری و مادری

قوانین تکمیلی

گردآوری، تدوین و تالیف: دکتر حسام فیروزی

شکل‌گیری فیلترها

روان انسان از سه بخش تشکیل شده است؛ اولین بخش روان که با او متولد می‌شود غریزه (id) است. در این بخش از ساختار روان، تنها چیزی که تولید می‌شود «خواسته» است. خواسته‌هایی که نیازهای پایه‌ای او مانند گرسنگی و خواب و دفع و... را برآورده می‌کنند. کودک انسان در این مرحله از رشد، با هیچ واقعیتی آشنا نیست. آرام آرام با ۵ حسی که در اختیار دارد ساختار دیگری در او شکل می‌گیرد به نام «من» (ego) که او را به آهستگی با واقعیت آشنا می‌کند. این بخش قادر خواهد بود نیازهای او را به تعویق انداخته یا از اجرای آنها جلوگیری به عمل آورد. به عنوان مثال کودک انسانی در دوران نوزادی به محض اینکه احساس کند ادرار دارد، عمل تخلیه را بی‌درنگ انجام می‌دهد زیرا که هیچ ساختاری در آن برهه از زندگی، او را از این کار منع نمی‌کند. همین نوزاد بعد از اینکه مهارت توالیت رفتن را آموزش دید، قادر خواهد بود برای زمان کوتاهی این عمل را به تعویق اندازد. کمی بزرگتر که شد برای دقایقی و سپس انسان بالغ برای حتی چند ساعت قادر خواهد بود دفع خود را به تاخیر بیندازد. به تعویق انداختن و جلوگیری کردن از انجام کاری توسط همین ساختار دوم (من) ایجاد می‌شود. در واقع «من» می‌تواند با فیلتر کردن خواسته‌های غریزی، جلو بروز آنها را بگیرد یا آنها را به تعویق بیندازد.

تصور کنید کودکی که به مهمانی می‌رود و در آن جا به شیئی بر می‌خورد که از آن خوشش می‌آید. به محض اینکه غریزه (id) او به او بگوید «این را می‌خواهم» کودک آن را برای خود برخواهد داشت. تا اینجا رفتار این کودک با یک انسان بالغ که دزدی می‌کند هیچ فرقی ندارد. در هر دو اینها ساختار «من» شکل نگرفته تا بتواند از خواسته آنها که با واقعیت هم‌خوانی ندارد جلوگیری کند.

در واقع شکل‌گیری این بخش «فیلتر گذار» در کودک تنها با تربیت شکل خواهد گرفت. این بخش «فیلتر گذار» قادر است خواسته‌های ما را با واقعیت تطبیق داده، یا این خواسته‌ها را به تعویق بیندازد یا کلاً از بروز آنها جلوگیری به عمل آورد. در واقع تربیت کودک یعنی کمک به شکل‌گیری پوسته روانی انسان، انسانی که در بدو تولد تنها غریزه است و بس.



همانطور که دیدیم در فرد بزرگسالی که دزدی کرد این بخش (من) شکل نگرفته بود تا بتواند از خواسته‌ای که بر واقعیت منطبق نبود (برداشتن چیزی که متعلق به او نیست) جلوگیری کند.

کودکی که تربیت نشود در آینده قادر نخواهد بود خواسته‌های خود را با واقعیت انطباق دهد و دچار مشکلات اساسی خواهد شد.

هنر پدری و مادری باعث می‌شود انسان بتواند بدون سرکوب‌گریز و تنها با در چهار چوب قرار دادن آنها و استفاده صحیح و به‌جا از غرایز بر پایه شئونات انسانی از زندگی خود لذت برده و احساس امنیت و آرامش کند. در واقع **تربیت باعث تولید انسان متمدن می‌شود.**

عمده ترین عامل بروز معضلات اجتماعی مانند اعتیاد و... از توقف مراحل رشد روانی ایجاد می‌گردد و عامل اصلی آن عدم آگاهی پدران و مادران از مراحل رشد روانی کودک و آسیبی است که در پی آن به کودک وارد می‌شود.

متأسفانه امروزه وقتی ما صاحب فرزندی می‌شویم بدون اینکه کوچکترین اطلاعی از کلیدهای تربیتی داشته باشیم به روش **آزمون و خطا** تربیت کودک را شروع می‌کنیم و در اصل کلیدهای رفتاری آنرا آنقدر دستکاری می‌کنیم تا به آن تسلط یابیم. غافل از اینکه تسلط آن هم به هر شیوه‌ای، تمام ساختار روانی کودک را در هم شکسته و از او هر چیز خواهد ساخت جز انسانی با روان سالم. این امر باعث می‌شود ما انسانی باشیم با سن ده، بیست، سی یا پنجاه ساله در حالی که روان ما در مراحل ابتدایی رشد به دلیل صدمات وارده، متوقف شده و از رشد باز ایستاده و دو، سه یا پنج ساله باقی مانده است. این عدم تعادل بین رشد جسمی و روانی عامل شکل‌گیری معضلات اجتماعی خواهد شد.

خود کنترلی یا خویشتن داری

خویشتن‌داری یا خود کنترلی یعنی توانایی کودک در **به تاخیر انداختن نیاز** برای رسیدن به چیز بهتری در آینده. برای این کار می‌توان **به میزان بزرگی کارها، به کودک پاداش‌های بزرگتری بدهیم.** کودک یاد می‌گیرد پاداش بزرگتر را به پاداش کوچکتر ترجیح دهد. مثلاً کودکی که در خیابان اظهار گرسنگی یا دفع می‌کند می‌توان در حد معقول، با پیشنهاد یک پاداش که مورد علاقه کودک است از وی خواست که کمی صبر کند تا به مکان مناسبی برسید. کودک برای رسیدن به آن پاداش بزرگتر، فعلاً از لذت کوچکتر (دفع) صرف نظر می‌کند. کودکی که **خود کنترلی** ضعیف دارد کم‌طاقت، هواس پرت است و صبر و تحمل کمی دارد. البته به یاد داشته باشید که **افراط** در تکنیک خود کنترلی به کودک آسیب خواهد زد.



کودکانی که توسط والدین مجبور به خود کنترلی بیش از حد می‌شوند، خجالتی می‌شوند، نمی‌توانند احساسات خود را بیان کنند در نتیجه خواسته‌هایشان را غیرمستقیم می‌گویند. دروغگو و پنهان‌کار می‌شوند.

اقتدار و محبت

دو موضوع مهم و کاملاً جدا از یکدیگر در مسئله parenting وجود دارد؛ یکی **اقتدار** است، یکی **محبت**. تداخل این دو با یکدیگر باعث خواهد شد تا پدر و مادر دچار احساس گناه شده و عملاً از مسیر تربیت صحیح خارج شده و با دست خود کودک بزهکار به جامعه تحویل دهند. **اقتدار و محبت هر دو لازمه تربیت هستند و این دو بال‌های راست و چپ رشد روانی یک کودک به حساب می‌آیند.**

اقتدار به مفهوم زور، ترس و یا خشونت نیست. اقتدار به این مفهوم است که کودک فاصله خود را با والدین حس نماید و بداند با بزرگ شدن آرام آرام هم‌سطح آنها خواهد شد، بداند نفر اول خانواده نیست، همچنین والدین اگر محدودیت‌هایی مانند ساعت خواب یا ندیدن برنامه تلویزیونی مخصوص بزرگسالان یا بستن کمر بند و... را اعمال می‌کنند کودک آنها را اجرا نماید. به یاد داشته باشید که چند عامل در اقتدار نقش مهمی دارند:

۱- قبل از آنکه مجازاتی را اعمال کنید به این موضوع فکر کنید که آیا قادر به اجرای آن هستید یا نه

۲- مجازات را متناسب با جرم در نظر بگیرید

۳- مجازات در نظر گرفته شده را حتماً اعمال کنید.

۴- از داد و بیداد کردن بپرهیزید.

اگر این موارد را بدون داد و فریاد اعمال کنید کودک اقتدار شما را حس خواهد کرد. در غیر این صورت کودک احساس می‌کند که پدر و مادر ضعیفی دارد و امنیت لازم را از شما کسب خواهد کرد در عین حال دائماً با او در حال مشاجره و بحث و جدل خواهید بود.

چند عامل باعث می‌شود والدین، خصوصاً مادر نتواند اقتدار لازم را در تربیت فرزندش داشته باشد این موارد شامل :

- والدین معمولاً اقتدار را با **بی‌رحمی** اشتباه می‌گیرند این در حالی است که اقتدار همراه با خشونت است که بی‌رحمی محسوب می‌شود، اقتدار به‌تنهایی برای رشد روانی **ضروری** است.
- ترس از اینکه کودک دیگر آنها را دوست نداشته باشد.



- احساس می‌کند پدر و مادر خشن و بی‌رحمی شده‌اند.
- ترس از اینکه به شخصیت کودک آسیبی برسد.
- چون خودشان در کودکی تنبه شده‌اند از تنبیه واهمه دارند.
- گاهی هم از بروز اختلاف در خانواده می‌ترسند.

در اول ما باید این دو موضوع مهم را از هم بتوانیم تفکیک کنیم. کودک ما یک باک (مخزن) عاطفی دارد که با «توجه» پر می‌شود. در واقع بنزین کودک ما «توجه» والدین است. توجه مهمترین نیاز کودک است؛ زیرا که اگر توجه از سوی والدین به کودک نشود او قادر به ادامه حیات نخواهد بود. حال ببینیم این «توجه» از چه موادی تشکیل شده است.

مواد تشکیل دهنده «توجه»:

- عشق
- محبت
- احترام (فاکتوری که در زمان سنت زیاد به آن اهمیت داده نمی‌شد)

این عشق و محبت همراه با احترام را چگونه باید ترکیب کرد تا توجه واقعی از آن بدست آید؟ بازی یکی از جاهایی است که کودک می‌تواند در آن سوخت‌گیری کند. تعجب نکنید خود شما هم اگر به کودکتان برگردید بهترین خاطراتتان و شیرین‌ترین خاطراتتان درست زمانی است که یک بزرگتر با شما در حال بازی بوده، حال چه رسد به بازی که کودک خود قوانین حاکم بر آن را وضع کرده باشد. (بازی نفر اولی)

از دیگر موادی که باعث تولید بنزین در باک عاطفی کودک است، تکنیک گوش دادن به حرف کودک، گفتن جملات محبت‌آمیز و حمایتی، در آغوش گرفتن کودک و بوسیدن اوست. این اعمال باعث می‌شود از سوی والدین به کودک توجه لازم اعمال گردد و والدین در هنگام برقراری نظم و اصول و قوانین احساس گناه نکرده و با قاطعیت همراه با عدالت، قوانین را اجرا نمایند.

والدین باید بدانند یک کودک خردسال در ابتدا ضوابط اجتماعی را نمی‌شناسد. او طبق رانش‌های درونی خود عمل می‌کند و تنها اصل لذت و احساس قدرت مطلق است که او را پیش می‌برد. او برای تبدیل شدن به یک انسان متمدن کم کم باید روش برخوردش را تغییر دهد. در این مسیر اعمال اقتدار از سوی والدین بر کودک امری اجتناب‌ناپذیر است. در غیر این صورت کودک شما پس از گذران این دوران و مواجه نشدن با قوانین و حد و حدودها متاسفانه وقتی به عنوان یک فرد مستقل وارد جامعه شد و با قوانینی که تا به امروز با آنها روبرو نبوده مواجه شد، راهی جز فرار از آنها را نخواهد داشت و شاید این فرار او را به دامان اعتیاد کشانده تا رنج و درد مواجهه با این معضل را از خود دور نماید.



فردای کودکان شما، امروز است؛ به جای اینکه در آینده به دنبال حل معضل اعتیاد فرزند خود باشید، امروز در دوران کودکی با رعایت قوانین پدری و مادری از آن جلوگیری کنید.

کودکان در انتخاب کردن ظرفیت محدودی دارند

والدینی که برای محبت کردن به کودک اجازه می‌دهند فرزندشان در رختخواب آنها بخوابد یا به جای محدود کردن حق انتخاب کودک و متناسب کردن آن با ظرفیت پذیرشش به او حق انتخاب بیش از ظرفیت کودک می‌دهند، به اشتباه بنزین را جایی خارج از باک عاطفی کودک می‌ریزند. چنین کودکانی به دلیل اینکه سوخت کافی را از والدین خود دریافت نمی‌کنند برای دستیابی به آن، خود دست به کار می‌شوند و آنها راهی جز جلب توجه به شیوه منفی (لجبازی و قشقرق و مخالفت و...) نمی‌شناسند. انتخاب با شماست یا با تکنیک‌های گفته شده می‌توانید به کودک خود «توجه» را عرضه کنید یا کودک از راه‌هایی که خود می‌شناسد این توجه را از شما خواهد گرفت.

به یاد داشته باشید کودک همیشه سعی دارد قوانین را در هم شکسته و خود را رها در مقابل رانش‌های درونی و امیالش قرار دهد. این هنر پدری و مادری است که با تکنیک‌های صحیح بدون آسیب رساندن به روان کودک از بروز آن جلوگیری کنند.

حق انتخاب

به دو منظور به کودکان حق انتخاب باید داد:

۱. جلوگیری از «نه» گفتن‌های اضافی و قشقرق

۲. افزایش اعتماد به نفس

اگر به کودکان بیش از ظرفیتشان حق انتخاب بدهید شبیه آن است که به آنها اعلام جنگ کرده‌اید. کودک توانایی انتخاب بین تعداد زیادی اشیاء را ندارد و قادر نیست از بین تعداد زیادی، انتخاب کند. به همین دلیل دست به کارهایی می‌زند که ما آنرا لجبازی تعبیر می‌کنیم. حق انتخاب به کودک به این مفهوم است که ابتدا کودک را بین «دو» انتخاب قرار دهید؛ یعنی برای لباس پوشیدن «دو» لباس را انتخاب کنید سپس از او بخواهید یکی از آن «دو» را انتخاب کند. یا در هنگام خرید برای کودک دو چیز را برای او انتخاب کنید بعد از او بخواهید بین آن دو یکی را انتخاب کند. مدتی که بگذرد و کودک شما به توان انتخاب بین دو چیز دست پیدا کرد، می‌توانید بین سه چیز برای او حق انتخاب قائل شوید و بدین‌گونه حق انتخاب‌های او را بیشتر و بیشتر کنید.

بیاد داشته باشید پایه رشد بر نابرابری است و کودک باید بین خود و شما فاصله‌ای را احساس کند. این فاصله به او انگیزه خواهد داد تلاش کند و خودش را به سطح شما برساند.



کودکی که خود را مساوی پدر و مادر بداند دیگر انگیزه‌ای برای رشد نخواهد داشت زیرا که بطور کاذب احساس می‌کند رشد کرده و اینجاست که رشد روانی او متوقف شده و بیش از آن رشد نخواهد کرد. دو فاکتور در کاهش فاصله کودک با شما دخیل است:

۱- افزایش سن

۲- مسئولیت‌پذیری

یعنی کودک با افزایش سن، مسئولیت‌های بیشتری را می‌پذیرد و والدین به نسبت آزادی‌های بیشتری به او می‌دهند. مثلاً ساعت خواب کودک را دیرتر تعیین می‌کنند، حق انتخاب بیشتری به او می‌دهند و...

این نکات رادر مورد اقتدار همیشه بیاد داشته باشید

در زمان‌هایی که با اقتدار با کودک رفتار می‌کنید و کودک شما را متهم به «نا مهربانی» می‌کند با او اینگونه سخن بگویید:

«من تو را دوست دارم و به همین دلیل آینده تو برای من مهم است؛ گاهی برای محافظت از تو، باید تو را از چیزهایی منع کنم. وقتی بزرگ‌تر شدی خواهی فهمید که من برای تو کار بزرگی انجام داده‌ام.»

ما از کودک نمی‌خواهیم مطیع ما باشد تنها از او می‌خواهیم ضوابطی را که به او یادآوری می‌کنیم رعایت کند.

احترام به دیگران با احترام گذاشتن به والدین شروع می‌شود. احترام هیچگاه نمی‌تواند یک طرفه باشد، به همین دلیل برای اینکه به کودک احترام گذاشتن به دیگران را بیاموزیم، قبل از هر چیز باید با او با احترام رفتار کنیم. عشق ورزیدن به کودک بدون فاکتور احترام نمی‌تواند پاسخ‌گوی نیاز کودک باشد.

فرمولی برای بر آورده کردن خواسته های کودک

هنگامی که کودک خواسته‌ای دارد، ابتدا به کودک اجازه دهید تقاضا کند، سپس خواسته‌اش را طبق این فرمول اجابت کنید.

به این فرمول توجه کنید:

نیاز ← تلاش ← امتیاز ← خواسته

کودک شما باید ابتدا احساس نیاز کند و برای احساس نیازش آنقدر انگیزه داشته باشد که تلاش کند. البته بسیاری از اوقات تلاش به تنهایی ما را به خواسته نمی‌رساند زیرا که امتیاز لازم را ممکن است به دست نیاورده باشیم. پدر و مادری که از روی دلسوزی تلاش و امتیاز را از این فرمول حذف نمایند و کودک خود را از «نیاز»، مستقیماً به «خواسته» برسانند در حق کودک خود بی‌رحمی می‌کنند.



وابستگی مادر و کودک

کودک انسانی دارای سه بند ناف است یکی بند نافی که پس از زایمان پاره می‌شود، دیگری بند ناف، و وابستگی که تا دو سالگی بین مادر و کودک وجود دارد و بند ناف عاطفی که تا دوازده سالگی باید جدا شود.

این بند ناف وابستگی تا دو سالگی لازم است وجود داشته باشد تا کودک امنیت لازم را از مادر بگیرد ولی بعد از آن باید آن را با جدا کردن کودک از اتاق خواب والدین همچنین فرستادن او به مهد کودک از دو و نیم - سه سالگی در حد روزی دو- سه ساعت پاره نمود.

یکی دیگر از بهترین راه‌های افزایش فاصله وابستگی مادر و کودک، رابطه‌ی نزدیک پدر و فرزند است. به این معنا که پدر در حمام کردن، لباس پوشیدن، غذا دادن و یاری کردن با کودک مشارکت فعال داشته باشد، تا مادر بتواند نقش همسری خود را دوباره از سر گیرد. سپردن کارهایی که کودک قادر به انجام آنهاست به او کمک خواهد کرد تا این فاصله را با مادر ایجاد کند.

به کودک فرصت دهید مراحل رشد را به تدریج طی کند، یعنی یاد بگیرد، غذا بخورد، ادرار و مدفوعش را کنترل کند و لباسش را بپوشد. اضطراب والدین می‌تواند، هر یک از این مراحل را به بحرانی برای خانواده مبدل سازد.

اگر کودک متوجه شود، با برآورده نکردن خواسته‌ها و انتظارات والدین قادر به جلب توجه آنها می‌باشد، به شدت از انجام این امور خودداری کرده، اضطراب مادر را افزایش خواهد داد. احساس گناه در مورد این که شاید من مادر کاملی نیستم در شما ایجاد اضطراب می‌کند و این اضطراب مستقیماً به کودک انتقال می‌یابد، در نتیجه بی‌تابی‌های کودک افزایش یافته و به دنبال آن بر احساس گناه و اضطراب مادر افزوده می‌شود و کودک نیز کماکان به شما وابسته خواهد ماند. مطمئن باشید، اکثر مادران در ابتدا همین احساس نگرانی را داشته‌اند، ولی موفق شده‌اند، به خودتان شک نکنید.

مادر کافی مادریست که بدون اضطراب و به موقع توجه نشان می‌دهد، به‌جا بی‌اعتنایی می‌کند، اقتدار لازم را اعمال می‌کند، در عین حال به فرزند خود عشق می‌ورزد و احترام می‌گذارد و نقش‌های مادری، همسری و اجتماعی خود را به درستی ایفا می‌کند.

به یاد داشته باشید بیشترین عاملی که باعث می‌شود کودک بند ناف عاطفی خود را با مادر حفظ کند، خود **مادر** است. برخی مادران به دلیل احساس نا امنی و همچنین کمبود اعتماد به نفس، تمام کارهایی را کودک قادر است خود انجام دهد، انجام می‌دهند و کودک را وابسته به



خود نگه می‌دارند و به نوعی کودک را **سرباز** خود می‌کنند. همچنین کنترل بیش از حد باعث خواهد شد کودک مستقل نشده، وابسته بماند و مسئولیت‌پذیری در او شکل نگیرد.

کودک از هشت مرحله در دوران رشد روانی خود عبور می‌کند تا به عشق سالم برسد

- ۱- **همزیستی:** کودک تا چهار ماهگی حتی تفاوتی بین دست خودش و مادر نمی‌شناسد و توانایی این تشخیص و تفکیک را ندارد و با جهان و طبیعت اطراف یکی است. خودش را همه دنیا و دنیا را خودش می‌انگارد.
- ۲- **چسبندگی:** در حدود یک سالگی به مادر می‌چسبد به همین دلیل است که اضطراب جدایی در این مرحله (۶ تا ۱۸ ماهگی) اتفاق می‌افتد. و کودک نمی‌تواند مادر را در کنار خود نداشته باشد.
- ۳- **اعتیاد:** حدود سه سالگی کودک به نوعی معتاد مادر می‌شود بدین معنی که همه چیز را زیر پا می‌گذارد تا به آن چیزی که به آن وابسته است برسد و وقتی که ارضا شد برای مدتی آن را رها می‌کند و دوباره در وقت نیاز به او می‌چسبد.
- ۴- **عادت:** حدود پنج سالگی کودک به این مرحله می‌رسد و ترجیح می‌دهد که با مادر باشد ولی نبودن با مادر را تا حد کمی تحمل می‌کند.
- ۵- **وابستگی:** از حدود هشت سالگی کودک به خاطر رفع نیاز و احتیاج به مادر می‌چسبد نه بخاطر محبت و دوستی. به همین دلیل است که بزرگترین اضطراب در این دوران ترس از مرگ پدر و مادر است.
- ۶- **جدایی:** این مرحله بین هشت تا دوازده سالگی اتفاق می‌افتد بدین گونه که کودک در این دوران باید از پدر و مادر جدا شود و در دوازده سالگی به این نتیجه برسد که من بدون پدر و مادرم هم زنده‌ام هم خوب و خوش و چنین توانی برای کودک در این سن ضروری است. این مرحله پاره شدن سومین بند ناف کودک است.
- ۷- **استقلال و آزادی:** حدود ۱۸ سالگی اتفاق می‌افتد که کودک روی پای خود ایستادن را تجربه می‌کند.
- ۸- **همبستگی:** به این معنی که در عین حال که ما مستقل از یکدیگر هستیم و نیازی به هم نداریم ولی در کنار هم می‌توانیم آرامش بگیریم. این مفهوم همبستگی که می‌توان از آن بعنوان عشق سالم یاد کرد و به این معنی است که چون من به تو مشتاقم و تو را دوست دارم دایم با تو باشم نه به خاطر اینکه به تو محتاجم و برای بر آورده کردن نیازهایم.

مهربانی با دلسوزی متفاوت است



همه انسانها به «مهر» نیازمندند اما «دلسوزی» مانع رشد است و دلسوزی آن زمانی است که ما به کودک اجازه نمی‌دهیم تجربه کند.

تجربه کردن مهمترین بخشی است که در ذهن کودک حک می‌شود و با کوشش و خطاست که کودک به مهارت دست می‌یابد. جلوگیری از تجارب کودک یادگیری او را به تعویق می‌اندازد. اجازه دهید کودک از هوش خود استفاده کند به یاد داشته باشید که در این راه ممکن است آسیب‌های جزئی به کودک وارد شود ولی آیا خود ما که تا به امروز به اینجا رسیده‌ایم هیچ آسیبی ندیده‌ایم؟! عبور از رودخانه بدون خیس شدن امکان‌پذیر نیست.

پدر و مادری که شخصیت کمال‌گرا دارند و معتقدند کارها را باید بی‌عیب و نقص انجام گیرد متأسفانه کودکان بی‌مسئولیتی را تربیت می‌کنند. این گونه والدین به جهت اینکه کودکشان ممکن است کارها را نتواند آن طور که باید و شاید انجام دهد سعی بر آن دارند که کارهای کودک خود را انجام دهند. انسانی که نتواند در کودکی مسئولیت‌های کوچک را بپذیرد در بزرگسالی نیز قادر نخواهد بود انسان مسئولیت‌پذیری باشد.

ما انسان‌ها در دوران کودکی، بزرگسالی خود را تمرین می‌کنیم اگر مسئولیت‌پذیری را تمرین نکرده باشیم، مسئولیت‌پذیر نخواهیم شد.

باید به کودک از همان اوایل نوپایی که هسته‌های استقلال و اعتماد به نفسش با انجام کارهای ساده‌ای چون غذا خوردن، از پله بالا و پایین رفتن، پوشیدن کفش، در آوردن جوراب و لباس پوشیدن در حال شکل‌گیری است، اجازه انجام این گونه کارها را داد. در غیر این صورت انسانی وابسته، بی‌مسئولیت که از اعتماد به نفس کافی برخوردار نیست، تربیت خواهیم کرد.

مراحل رشد اخلاقی

طبق نظریه «کلبِرگ» کودک در مسیر رشد اخلاقی از چهار مرحله عبور می‌کند:

۱. کودک خوب و بد را براساس عواقب کار انجام می‌دهد.

این مرحله که حدوداً از ۳ تا ۶ سالگی ادامه دارد مفهوم خوب و بد برای کودک بدین گونه است: در قبال کاری که انجام می‌دهد اگر تنبیه شود آن کار را بد تلقی خواهند کرد. وقتی در این دوره به کودک بگویید چرا دروغ بد است خواهد گفت چون تنبیه می‌شوم و درک دیگری از کار بد ندارد.

۲. کودک خوب و بد را بر اساس پاداش گرفتن تشخیص می‌دهد.

این مرحله نیز در ۳ تا ۶ سالگی رخ می‌دهد و کودک در قبال کاری که انجام می‌دهد تنها به پاداش گرفتن فکر می‌کند.

کودک در این دو مرحله به چیزی فرا تر از تشویق و تنبیه توان فکر کردن ندارد!

۳. کودک مفهوم خوب و بد را بر اساس تایید دیگران می‌انگارد.



اگر مراجع قدرت (والدین و اطرافیان) کاری را تایید کنند، آن کار خوب و اگر تایید نکنند بد خواهد بود. کودک از ۷ تا ۱۳ سالگی کارها را بر اساس «بچه خوب»، «بچه بد» انجام می‌دهد. مثلا دزدی را به این دلیل بد می‌داند که آدم‌های بد دزدی می‌کنند. در این مرحله بیشتر نگاه کودک مقبولیت در اجتماع یا به معنای دیگر «آبرو» است.

۴. مفهوم خوب و بد به دلیل نفس کار بد و خوب تعریف می‌شود.

یعنی دزدی بد است چون اموال دیگران از آن خوشان است و حق ما نیست. و این بالاترین رشد اخلاقی است.

حال ببینید در جامعه عبور از چراغ قرمز یا ریختن آشغال در خیابان بر اساس کدامیک از مراحل رشد اخلاقی صورت می‌گیرد؟

باید والدین به کودک کمک کنند تا به مرحله چهارم رشد اخلاقی دست یابد.

مفاهیم در ذهن کودک

این نکته را هرگز فراموش نکنید که کودک زیر شش سال با مفاهیم قرض، شراکت، قول دادن همکاری، مشارکت و... آشنا نیست مگر اینکه متناسب با سنشان آنهم در بازی‌های خاص این مفاهیم را آرام آرام به آنها آموزش دهیم.

همچنین مفاهیمی مانند خدا، ترس، مرگ و جنسیت در ذهن آنها با آنچه در ذهن ماست تفاوت دارد. والدین باید آموزش ببینند که کی و چگونه این مفاهیم را برای آنها روشن کنند و گرنه به کودک آسیب خواهند زد.

گریه شبانه کودک نوپا

در خصوص گریه شبانه، والدین باید ابتدا اندکی تأمل کرده تا معنای گریه را درک کنند، بعد از شیوه کنترل گریه استفاده کنند.

شیوه کنترل گریه شبانه:

- اندکی صبر کرده تا نوع گریه را تشخیص دهید
- به سراغ او بروید ولی چراغ اتاق را روشن نکنید
- به هیچ وجه با او صحبت نکرده و نگاه خود را به چشمان او نیاندازید
- اندکی پشت یا شکم او را با دست ماساژ دهید و با صدای ش..ش...ش او را آرام کنید
- ملافه یا پتوی او را مرتب کرده و اتاق را ترک کنید
- دفعه‌ی دوم که دوباره گریه کرد، دو برابر دفعه‌ی قبل صبر کنید و بعد به سراغ او بروید و همان کارها را انجام دهید



- پشتکار داشته باشید و کار را نیمه تمام رها نکنید
- اگر کودک به تخت شما مراجعه کرد او را به آرامی به اتاقش باز گردانده و روی تخت خود بخوابانید.

بیرون آمدن از رختخواب

- کودک شما ممکن است پس از مدتی از رختخواب خود بیرون آمده و با بهانه های مختلف (گرسنه ام، تشنه ام، سردم است، گرمم است، خواب بد دیده ام،) بخواهد در کنار شما بخوابد.
- ابتدا سعی کنید بهانه های کودک را خنثی کنید. مثلا لیوان آب را در کنار او بگذارید. قبل از خواب او را به دستشویی ببرید.
- درباره دلیل بیدار شدن با وی بحث و جدل نکنید
- اولین بار که از رختخواب بیرون آمد او را تا تختش همراهی کنید
- به او بگویید وقت خواب است، او را در آغوش گرفته ببوسید و بعد اتاق را ترک کنید
- دومین بار به او بگویید: وقت خواب است عزیزم، او را به رختخواب برده، ببوسیدش، شب به خیر گفته و اتاق را ترک کنید.
- دفعات بعد به همین شیوه ولی بدون حرف زدن ادامه دهید.
- به یاد داشته باشید این کار بی‌رحمی نیست، صرفاً آموزش خواب به کودک است.
- به ازای هر شبی که او به اتاق شما نمی‌آید به او ستاره در جدول تربیتی بدهید.

خواباندن کودک در رختخواب خودتان چند مشکل به وجود می‌آورد.

- کودک تصور می‌کند چون دنیا جای خطرناکی است پس ما هر سه باید به هم بچسبیم و در کنار هم بخوابیم!
- چون زندگی عاطفی، جنسی شما با همسران دچار مشکل می‌شود، رابطه زناشویی شما در معرض خطر قرار خواهد گرفت.
- کابوس‌های شبانه گهگاه اتفاق می‌افتد. ولی اگر فرزند شما هر شب بیدار می‌شود و می‌گوید خواب بد دیده است، روش مناسبی را جهت جلب توجه شما انتخاب نموده است.

تکنیک پول تو جیبی

۱. پول تو جیبی از بسیاری از قشقرق‌ها و زیاده‌خواهی‌های کودک جلوگیری می‌کند و به او اعتماد به نفس می‌دهد.
۲. پول تو جیبی به پولی اطلاق می‌شود که کودک می‌تواند با آن خرید روزانه (تنقلات) خود را انجام دهد.



۳. پول تو جیبی شامل تنبیه نمی‌شود.
۴. می‌توان از ۴ سالگی برای کودک پول تو جیبی در نظر گرفت.
۵. والدین ابتدا پول تو جیبی را روزانه، سپس هفتگی، بعد هر پانزده روز و در آخر، ابتدای هر ماه به کودک پرداخت نمایند.
۶. هر سال در روز بعد از جشن تولد کودک، این پول را **افزایش دهید** و از روزانه به هفتگی، پانزده روزه و ماهانه تبدیل نمایید.
۷. کودک این حق را دارد که خود، برای خرج کردن آن پول تصمیم بگیرد.
۸. اگر پول کودک تمام شد پول بیشتری به او **پرداخت نکنید**. با این کار چگونگی مدیریت پول را به او خواهید آموخت.
۹. البته می‌توانید گاهی که کودکان پول بیشتری نیاز دارد ستاره‌های جدول تربیتی او را خریداری کنید و به جای آنها به او پول پرداخت کنید.
۱۰. این تفکر که برخی از والدین مایل نیستند کودکان با مقوله پول آشنا شود تفکری منطقی نیست. زیرا که پول **واقعیت دنیای امروز ماست** و نباید چشم را به روی واقعیت‌ها بست. با این تکنیک بدون چشم‌پوشی از واقعیت، مدیریت صحیح استفاده از پول را به او آموزش می‌دهد.

نکاتی پیرامون آموزش توالیت رفتن

۱. آموزش توالیت رفتن از دو تا دو و نیم سالگی شروع می‌شود، سعی نکنید این کار را زودتر انجام دهید.
۲. آموزش توالیت باید بدون خجالت و تنفر از ادرار و مدفوع همراه باشد. به یاد داشته باشید آموزش توالیت بی‌شک شامل بهداشت آن هم می‌شود.
۳. معمولاً آموزش توالیت رفتن حدود دو تا سه هفته به طول می‌انجامد.
۴. پشتکار و استمرار داشته باشید و اگر نتیجه رضایت‌بخش نبود نا امید نشوید، آموزش را به همان شکل ادامه دهید.
۵. به نشانه‌ها و علائم نیاز کودک به دستشوئی دقت کنید و در طول روز بارها و بارها از او بپرسید: «جیش نداری؟» کودک اول به احساس بعد از دفع، سپس به احساس حین دفع و در آخر به احساس قبل از دفع دست پیدا خواهد کرد. این علائم می‌توانند به شما بگویند آیا کودک آمادگی آموزش دیدن دارد یا خیر.
۶. حتماً از لگن استفاده کنید. اول می‌توانید آنرا خارج از توالیت و بعد از مدتی داخل توالیت ببرید.
۷. گاهی موارد که با شکست روبرو می‌شوید نیاز است آموزش را به تعویق بیندازید.



- اگر کودک متوجه شود که این مسئله برای شما مهم است از آن به عنوان ابزاری برای کنترل شما استفاده خواهد کرد.
- ماندن در این مرحله می‌تواند آسیب‌های شدیدی به کودک بزند بهتر است برای جلوگیری از آسیب دیدن کودک که می‌تواند در شکل‌گیری شخصیت او تاثیر بسزایی داشته باشد توسط یک متخصص آموزش ببینید.

داد زدن کودک

هنگامی که کودک شما با صدای بلند چیزی را از شما مطالبه می‌کند متقابلاً شما با صدای بلند با او حرف نزنید. صداها را رنگ‌بندی کنید مثلاً بگویید این صدا قرمز است و من به صداهای قرمز جواب نمی‌دهم یا اینکه آفرین الان این صدا آبی شد و من جواب می‌دهم بیاد داشته باشید که لحن شما باید آرام باشد تا کودک با آرامش حرف زدن را یاد بگیرد. به هیچ وجه هنگام داد زدن کودک شما داد نزنید. هر چه او تن صدایش را بالاتر می‌برد شما لحنتان را آرام‌تر کنید. این تکنیک به خوبی به کودک شما می‌آموزد که به آرامی خواسته‌های خودش را مطالبه کند. امیدوارم شما جزء آن دسته از والدین نباشید که بر سر کودک خود با داد کشیدن از او بخواهید که «دادن ک ش !!»

بیاد داشته باشید در رفتارهای آزار دهنده کودک بهترین و شاید گفت تنها تکنیک موجود تکنیک بی‌اعتنایی است.

نکاتی پیرامون تغذیه

- کودک نو پا به مرور متوجه می‌شود که هنگام غذا خوردن می‌تواند توجه شما را جلب کند. در نتیجه به محض نزدیک شدن قاشق، دهان خود را می‌بندد.
- اغلب مشکلات مربوط به تغذیه با حفظ آرامش برطرف می‌شود. اگر آرامش خود را حفظ نکنید و کودک متوجه شود غذا خوردن او برای شما مهم است. **غذا خوردن تبدیل به ابزاری برای تسلط فرزندتان بر شما خواهد شد.**
- زمانی که کودکان نوپا قادر است خود غذا بخورد، اجازه دهید به تنهایی این کار را انجام دهد.
- استقلال طلبی کودکان نو پا را تشویق کنید، حتی اگر بخواهند با دست غذا بخورند. مراقب باشید هسته‌های اعتماد به نفس کودکان از همین دوران در حال شکل‌گیری است.
- در موقع غذا خوردن کودک نوپا تعداد لقمه‌های او را با او بشمارید و از او تعریف و تمجید کنید.



۶. هیچگاه پرخوری کودکان را تشویق نکنید، او خود می‌داند کی باید دست از غذا بکشد. البته اگر شما توجه نکنید!
۷. سه مشکل عمده در غذا خوردن کودک:
 - انتظار نامتناسب با سن کودک
 - نوع و مقدار غذا نامتناسب با سن کودک
 - توجه به غذا خوردن کودک که منجر به کشمکش شود
۸. حداقل روزی یک وعده غذایی را خانواده باید دور هم بخورد.
۹. عدم رعایت نظم در غذا دادن به کودک باعث می‌شود قند خون کودک نوسان پیدا کرده و پیامد آن **بد اخلاقی** کودک است.
۱۰. به کودکان بیاموزید در موقع غذا خوردن تلویزیون باید خاموش باشد.
۱۱. تنها دلیلی که کودک اجازه دارد از سر غذا بلند شود، **دستشویی رفتن** است.
۱۲. با کودک در آماده کردن و چیدن سفره مشارکت کنید و وقتی کمک کرد او را تشویق کنید و از او سپاسگزاری کنید.
۱۳. از او بخواهید بعد از غذا خوردن از پدر و مادر تشکر کنند، سپس او را تشویق کنید.
۱۴. **اجبار کودک به خوردن غذایی که دوست ندارد کار نادرستی است.** از کودکان بزرگتر بخواهید لیست غذاهایی را که دوست ندارد به شما بگویند ولی اجازه ندهید هر روز به آن لیست اضافه کند.
۱۵. اگر به طور ناگهانی علاقه به غذایی در کودک از دست رفت به هیچ وجه حساسیت نشان ندهید. و چند روز بعد دوباره آن غذا را تهیه نمایید. کودک نوپا در مورد علاقه‌هایش ثبات ندارد. ولی اگر شما رفتار مناسبی نشان ندهید این علاقه‌ها در او تثبیت می‌شود. ولی مطمئن باشید با حساسیت نشان ندادن، این رفتارها اصلاح می‌شود.
۱۷. در مورد غذا و لباس به یاد داشته باشید نباید چند نوع را به کودک پیشنهاد دهید، چون تبدیل به دردرس می‌شود.
۱۸. غذا را با وعده‌ی شکلات و بیسکویت به کودکان ندهید و بهتر است پاداش غذا خوردن را تنقلات نگذارید.
۱۹. می‌توانید ممنوع کردن خوردن تنقلات را یک ساعت قبل از غذا به عنوان قانون در آورید.
۲۰. اگر کودک غذایش را زودتر از بقیه اعضای خانواده تمام کرد به او اجازه ترک سفره را بدهید.
۲۱. هیچگاه کودک را به خاطر نخوردن غذا تنبیه نکنید.



۲۲. کودک نو پا دیگر نوزاد نیست که شما برای غذا خوردن او تصمیم بگیرید. غذایی که کودک با میل خود می خورد - هرچند کم - میزان جذبش بسیار بیشتر از غذایی است که شما به زور به او می خورانید.

نکاتی پیرامون خجالتی بودن و ترس کودک

۱. خجالتی بودن کودک خصوصا در دوران نوپایی حالتی طبیعی است، به کودکان برچسب خجالتی بودن نزنید، اندکی خجالتی بودن مشکل محسوب نمی شود، البته گاهی بچه های بزرگ تر برای جلب توجه، خجالت را به کار می برند.
۲. هیچ گاه خجالتی بودن کودک را امری مهم و غیرطبیعی جلوه ندهید.
۳. قبل از این که کودک را به جمع دیگران ببرید برایش توضیح دهید آن جا قرار است با چه کسانی دیدار کنید تا خود را آماده کند و دچار اضطراب نشود.
۴. تشویق کردن و گفتن انتظاراتان، اعتماد به نفس کودک را افزایش می دهد.
۵. ترس های خیالی و غیر منطقی از ویژگی های رشد کودکان خردسال است، زیرا آنها بین واقعیت و تخیل تفاوتی قائل نمی شوند، سعی نکنید با منطق آن ترس ها را از آنها دور کنید.
۶. از خاطرات ترسیدن دوران کودکی خود برای او صحبت کنید و ترس را برای او عادی جلوه دهید و از «اسپری گرگ کش» استفاده نمایید.
۷. به کودک خود بگویید که همه در دوران کودکی می ترسند ولی با بزرگ شدن کم کم ترسهایشان تغییر می کند.
۸. اگر فرزندتان نیمه شب به علت خواب ترسناک یا تصویر شیء وحشتناک به اتاق خوابتان آمد او را به رخت خوابش برده و به او اطمینان دهید که تحت حمایت شماست.
۹. هیچ گاه به کودک اجازه ندهید به دلیل ترس شب را در رخت خواب شما بخوابد.

نکاتی پیرامون سوار شدن در خودرو:

- نشستن در صندلی مخصوص کودک و بستن کمربند ایمنی باید جز قوانین خدشه ناپذیر به حساب آید، به محض این که کودک از صندلی خارج شد یا کمربند



ایمنی را باز کرد بلافاصله توقف کنید و به او بگویید تا کمربند بسته نشود ماشین حرکت نمی‌کند.

- با لحنی قاطع - قبل از رفتن - اهمیت بستن کمربند را برایش توضیح دهید.

برای جلوگیری از بد رفتاری‌های کودک در خودرو:

- اسباب‌بازی دلخواهش را به او بدهید.
- از نوار قصه در ماشین برای او استفاده کنید.
- اشیاء جالب را در طول مسیر به او نشان دهید.
- از او بخواهید ماشین‌های فلان رنگ را برای شما پیدا کند.
- شمارش اعداد را به او آموزش دهید.
- یک کتاب با اشکال گوناگون برای او تهیه کنید.

مهمانی:

کودک در آغاز به اسباب‌بازی‌های خود دلبسته است، سپس به هم‌بازی و دوستان. بیشتر مواقع ترجیح می‌دهد که به مهمانی‌ها نرود یا اگر تصمیم به رفتن دارد اسباب‌بازی‌هایش را با خود ببرد. متأسفانه در مهمانی بزرگترها، کودکان خسته می‌شود و حوصله آنها سر می‌رود چرا که آنچه میان بزرگسالان رد و بدل می‌شود برای بچه‌ها قابل فهم نیست. بهتر است یا هم‌بازی داشته باشند یا اسباب‌بازی‌هایشان را با خود ببرند. تعدادی از اسباب‌بازی‌ها را در محلی مخفی کنید و زمانی که احساس می‌کنید که خسته شده یکی از آنها را به او بدهید. هر از چند گاهی نیز از صحبت با دوستان دست بکشید و با کودک حرف بزنید یا با او بازی کنید. در مهمانی و در جلو دیگران نه تنها باید از تنبیه کردن کودک بپرهیزید بلکه دائماً از کودک تعریف کرده و نکات مثبتش را برای دیگران شرح دهید.

رفتن به خرید و فروشگاه

۱. در هنگام خرید در فروشگاه، «روش مشارکت در خرید» را برای او به کار ببرید
۲. پیش از رفتن به فروشگاه برای او توضیح دهید که در فروشگاه قصد چه کاری را دارید
۳. دو لیست تهیه کنید، یکی برای خودتان و یکی برای کودک‌تان. در فروشگاه دائماً به او یاد آوری کنید که مسئول خرید چه وسایلیست، از او بپرسید: هنوز فلان چیز را ندیده‌ای؟ سعی کنید خرید یکی دو قلم از اجناس کودک را در پایان انجام دهید.
۴. هنگامی که با کودک به خیابان یا پارک می‌روید قبلاً برای او توضیح دهید که قرار است چه کاری را انجام دهید و چه چیزهایی را خرید کنید.



۵. همچنین می‌توانید از اتفاقاتی که در حال انجام است به او توضیح دهید. مثلا حالا باید از خیابان رد شویم، حالا باید دست هم دیگر را بگیریم و...
۶. زمانی که کودک شما زیاده‌خواهی می‌کند بهترین تکنیک «نه» گفتن و در ادامه بی‌اعتنایی به رفتارهای اوست. نیازی نیست برای کودک توضیح زیاد بدهید.
۷. تکنیک پول تو جیبی به شما در خرید، کمک زیادی می‌کند.

رفتن به پارک و شهر بازی

در پارک واضح و روشن به او بگویید تا چه حدی می‌تواند از شما دور شود، مثلا «تا آن نیمکت» و اگر تمرد کرد قوانین را با قاطعیت برای او بازگو کنید. قبل از رفتن به پارک به او نشان دهید که عقربه ساعت به این نقطه که رسید یعنی زمان پارک تمام شده است و به یاد داشته باشید که قبل از پایان آن زمان مشخص درست شبیه گزارشگر فوتبال دقیقه به دقیقه نزدیک شدن به لحظه اتمام را به او گوشزد کنید. سعی کنید برای رفتن به پارک از کودک بخواهید امتیاز لازم را در جدول تربیتی کسب کند. و پس از پارک به او بگویید که این پارک حاصل تلاش او و گرفتن امتیاز لازم بوده است. در زمان رفتن به پارک یا شهر بازی یکی از سه محدودیت زیر را می‌توانید قائل شوید:

- محدودیت زمانی
- محدودیت تعداد بازی
- محدودیت پولی

به کودک قبل از رفتن به پارک یا شهر بازی بگویید که قرار است چه مدت یا چه تعداد بازی یا چه مبلغ پول را خرج نماید. استمرار و پشت کار در اجرای قوانین مهم‌ترین ارکان پدری و مادریست، در ضمن به یاد داشته باشید که قاطعیت با خشونت و عصبانیت هم‌خوانی ندارد. هیچ‌گاه تسلیم نق‌ها و بهانه‌گیری کودکان نشوید. در زمانی که مشغول انجام کاری هستید با مشارکت دادن کودک در کار از رفتارهای نامناسب او جلوگیری کنید.

کامپیوتر و تلویزیون

در تماشای تلویزیون و بازی‌های کامپیوتری محدودیت قائل شوید. جهت تماشای تلویزیون و بازی کامپیوتری کودک باید امتیاز لازم را از جدول تربیتی کسب کرده باشد. دو تا چهار ساعت را می‌توانید برای تماشای تلویزیون و کامپیوتر برای کودک اختصاص داد.



البته تلویزیون همان طور که تاثیر بد می تواند داشته باشد، سودهای فراوانی نیز برای کودک دارد و می تواند رشد اجتماعی او را افزایش دهد (علی رغم اینکه رشد ذهنی را افزایش نمی دهد).
تلویزیون اولین رسانه ای است که کودک از همان بدو تولد از طریق آن اطلاعات کسب می کند.

دو چیز را باید در مورد تلویزیون دیدن کودک در نظر داشته باشیم:

۱. مخاطب این برنامه کیست؟ کودک، نوجوان یا بزرگترها.

به دلیل اینکه کودک هنوز قدرت تجزیه و تحلیل کافی ندارد دیدن برنامه های مخصوص بزرگترها به او آسیب می رساند و ترس، اضطراب، هراس و نگرانی در او ایجاد می کند.

۲. آیا این برنامه تلویزیونی جنبه آموزش، اطلاع رسانی یا سرگرم کننده دارد.

نباید صرفاً جنبه آموزشی برنامه مد نظر والدین باشد و کودک را فقط مجاز به دیدن برنامه آموزشی کنند. کودکان بیشتر نیاز دارند برنامه های سرگرم کننده ببینند.

نقش تلویزیون مفید است اگر:

- دیدن تلویزیون با صدای آهسته، دقت کودک را افزایش می دهد. همان چیزی که بعدها در دیکته نویسی به آن احتیاج دارد.
- بعد از دیدن برنامه تلویزیونی از کودک خود سئوالاتی را در مورد آن برنامه بپرسید. این کار دقت و حافظه کودک را افزایش خواهد داد.
- کودک در تلویزیون نقش های مختلف مانند نقش های زنانه، مردانه و مشاغل مختلف را می بیند و درک می کند. شخصیت های بد و خوب را با دیدن نقش های کارتونی آموزش می بیند.
- همراهی والدین در دیدن تلویزیون مفید است زیرا می توانید در مورد آن فیلم و شخصیت های آن با هم صحبت کنید و به شکل غیر مستقیم به آنها اطلاعات بدهید.
- گرد هم آوردن خانواده نیز از تاثیرات خوب تلویزیون است.

نقش تلویزیون مخرب است اگر:

- از تلویزیون بعنوان پرستار کودک استفاده نکنید. در خانواده های آشفته و متشنج کودک بیشتر خود را سرگرم تلویزیون می کند. در واقع تلویزیون جایگزین والدین می شود.



- علی‌رغم این که جمع خانوادگی را ایجاد می‌کند ارتباط و تبادل و گرمی را کاهش می‌دهد مگر بعد از آن در مورد آنچه دیده اند صحبت کنند.
- تلویزیون تحرک را در کودک کم کرده، باعث کندی حرکتی شده و چون نیاز به خوردن را افزایش می‌دهد می‌تواند عامل چاقی باشد.
- دیدن فیلم‌های پلیسی و فیلم‌هایی که پرخاشگری و خشونت را نشان می‌دهد و یا صحنه‌های جنسی دارد برای کودک مضر است. بهتر است دیدن این گونه فیلم‌ها را محدود کرده و یا در کنار آنها فیلم‌های لطیف‌تری نیز کودک مشاهده کند.
- گاهی تلویزیون فعالیت‌های گروهی را در کودک کاهش می‌دهد و باعث اختلال در شکل‌گیری روابط اجتماعی کودک می‌شود. مثلاً بخاطر دیدن تلویزیون به مهمانی نمی‌آید.

برای مطالعه مقالات بیشتر به سایت انجمن حمایت از حقوق کودکان مراجعه کنید.