

فرزند پروری هوشمندانه

بخش دوم: نظم و قانونمندی



۴. وقتی فرزندتان تمایل پیدا می کند اوقاتی را بیرون از خانه بگذراند نظارت روشن بر رفتارش ضروری می شود.

مهم ترین عاملی که از به در دسر افتادن کودکان پیشگیری می کند این است که والدینشان فعالیت ها و دوستان و مکان هایی که به آنجا رفت و آمد دارند را بشناسند و در هر زمان بتوانند به این سه پرسش پاسخ دهند که:

- فرزندم کجاست؟
- با چه کسی است؟
- مشغول چه کاری است؟

والدین می بایست نظارت بر فرزندان را قبل و بعد از هر کاری انجام دهند، باید از برنامه های فرزندان مطلع باشند و بدانند وقتی فرزندان در خانه نیست چه بر او می گذرد.

فرزندم می داند که به او اعتماد دارم ولی باید قوانین خانواده را رعایت کند.

آیا هر زمان که فرزندم بیرون از خانه است، می دانم که کجاست، چه می کند و با چه کسی وقت میگذراند؟

شما می توانید با شرکت در جلسات فرزند پروری که در مراکز خدمات جامع سلامت برگزار می شود توانمندی خود را در این زمینه افزایش دهید.

۶. عواقب قانون شکنی را دقیق رعایت کنیم: اگر رابطه خوبی با فرزندمان داشته باشیم و قوانین را هم خوب توضیح داده باشیم آنها عواقب قانون شکنی و تنبیه را هم بهتر می پذیرند. تنبیه هایی مانند گذراندن وقت کمتر با کامپیوتر، محروم کردن از رفتن به استخر و... برای این منظور مناسب است.

توجه: به هیچ وجه از محروم کردن فرزندان از نیازهای ضروری مثل وعده غذایی اصلی، خواب و ... یا تنبیه بدنی، تحقیر و... به عنوان عواقب قانون شکنی استفاده نکنید.

نظارت:

یکی از وظایف مؤثر والدین زیر نظر داشتن فعالیت فرزندان است. نظارت بر فعالیت های فرزندان عامل مهمی است که می تواند از بروز آسیب در نوجوانان پیشگیری کند.

۱. والدین باید همیشه آگاه باشند که فرزند نوجوان آنها کجا و مشغول چه کاری است.
۲. آموزش به فرزندان در خصوص نحوه انتخاب دوستان و چگونگی برخورد با آنها مهم است.
۳. لازم است که والدین با دوستان فرزندان خود آشنا باشند و مقاومت در برابر فشار جمع را به آنها آموزش دهند.

چگونه قانون گذاری کنیم؟

۱. قوانین روشن وضع کنیم: وضع قوانین واضح و شفاف و بیان انتظارات از فرزندان، یکی از عوامل مهم برخورداری از خانواده‌ای سالم است.

۲. قوانین وانتظارات خود را پیشاپیش با فرزندمان در میان بگذاریم.

۳. بگوییم چرا لازم است در خانواده قانون داشته باشیم و هر قانون چه فایده‌ای دارد. لازم است والدین درمورد دلایل ممنوع بودن یا نبودن چیزی با فرزند خود صحبت کنند.

۴. تفهیم کنیم قانون شکنی یا نادیده گرفتن آن چه عواقبی دارد.

۵. تشویق رعایت قانون: فراموش نکنیم که رعایت قانون را تشویق کنیم تشویق‌های کلامی و دادن امتیازاتی مثل گذراندن وقت بیشتر با کامپیوتر، نیم ساعت دیرتر به رختخواب رفتن، تهیه بلیط استخر، تهیه یک خوراکی مناسب و مورد علاقه و...

ایجاد و حفظ رابطه خوب با فرزندان می‌تواند منجر به کاهش مقاومت فرزندان در پذیرش قوانین گردد.



مهم‌ترین چیزهایی که بچه‌ها از والدینشان می‌خواهند اول محبت و سپس نظم است. یکی از اصلی‌ترین روشهای ایجاد نظم در زندگی فرزندان تعیین انتظارات مربوط به رفتار مناسب و نیز محدودیتهایی است که برای آزادی آنها تعیین می‌کنند. همه فرزندان ما صرف نظر از سن و سال به مقررات و محدودیت‌هایی نیاز دارند. نظم‌می که از طریق قانونمندی و تعیین حد و حدود اعمال می‌گردد، احساس بدی به بچه‌ها نمی‌دهد. وجود نظم باعث می‌شود فرزندان احساس امنیت کنند. دلایل زیادی برای ضرورت وجود مقررات و قانونمندی خانه وجود دارد ولی دلیل اصلی آن این است که مقررات به مرور زمان به فرزندان کمک می‌کند که بیش از پیش بر رفتارشان تسلط و کنترل پیدا کنند و خویش‌انداری را از طریق مقرراتی که توسط والدین بر رفتارشان اعمال می‌شود فرا گیرند.

قانون گذاری:

پدر و مادر خردمند متناسب با هر مرحله از رشد فرزند خود، مقرراتی را که او باید از آنها اطاعت کند، وضع می‌کنند و به اجرای این مقررات پافشاری دارند. پس باید قاطع باشید. ولی یادتان باشد انصاف را هم زیاد نبرید و این ترکیبی است که مؤثرترین و تأثیرگذارترین کاربرد را دارد.