

عوامل مؤثر بر رشد

Pragmatism22@

تندرستی ۷۲

شادکامی ۷۳

نگرش والدین ۷۴

نوبت تولد کودک در خانواده ۷۶

جنسیت ۷۸

شخصیت ۸۰

همدلی ۸۱

ناسازگاری ۸۳

آسیب‌پذیری ۸۴

امنیت عاطفی ۸۵

فشار روانی ۸۷

جدایی والدین و طلاق ۸۹

عوامل مؤثر بر رشد

هرچند در برخی مقاطع ممکن است رشد کودک شما بی‌قاعده و گسیخته به نظر برسد، هدف همواره یکسان است: تحقق کامل استعدادها یا خودشکوفایی کامل. همه کودکان از بدو تولد تمایل ذاتی دارند که تلاش کنند تا بهترین فرد ممکن باشند؛ هم از نظر جسمانی و هم از نظر ذهنی کودک شما به این سمت گرایش دارد که کاری را انجام دهد که کاملاً با آن تناسب دارد، تا شاد و سازگار باشد. برای این منظور باید فرصت لازم جهت نیل به این گرایش را در اختیار کودک گذاشت.

رسیدن یا نرسیدن کودک شما به این هدف، به موانعی که با آنها روبرو می‌شود و میزان موفقیت او در غلبه بر آنها بستگی دارد. این موانع ممکن است در محیط کودک یا در نفس او باشند، مثلاً او ممکن است به علت انتقاد یا مقایسه شدن با دیگران، از تلاش برای آنچه که قادر به انجام آن است، هراس داشته باشد.

نقش شما برای کمک به کودکان در تحقق یافتن استعدادهای بالقوه او بسیار حیاتی است. شما نه تنها باید از عوامل مختلفی که بر این امر اثر می‌گذارند آگاه باشید، بلکه باید آن‌گونه که شایسته است برای به حداکثر یا حداقل رساندن تاثیر این عوامل تلاش کنید. اگر از رهنمودهایی که در ادامه ارائه خواهد شد پیروی کنید، خواهید دید که این کار بسیار ساده‌تر می‌شود.

تندرستی

از میان عواملی که به کودک شما برای رسیدن به خودشکوفایی کمک می‌کنند، تندرستی از همه مهمتر است زیرا به کودک کمک می‌کند با قدرت بیشتری، نسبت به وقتی که سلامتی او مختل باشد، با مشکلات دست و پنجه نرم کند. عاری بودن از هرگونه نقص جسمانی جدی که کودک را در تلاشهای خود زمین‌گیر می‌کند، یک امتیاز است.

بیشتر ما آن‌گونه که باید متوجه تندرستی کودکان خود نیستیم، ولی این موضوع نقش بسیار مهمی در رشد و تکامل آنها دارد. این مسئله را می‌توان با نگاهی به آثار شایع عدم سلامتی دریافت. با وجود اینکه بیماریهای معمول دوران کودکی به ندرت اثر دائمی بر رشد و تکامل کودک دارند، ولی یک بیماری شدید و طولانی، اگر همزمان با دوره‌ای از رشد سریع رخ دهد، ممکن است سبب وقفه این روند شود.

اکثر کودکان در زمان بیماری غیرفعال می‌شوند و ممکن است عضلات قسمتی از توان خود را از دست بدهند و به سادگی خسته شوند، بنابراین احتمال دارد رشد و تکامل کودک موقتاً متوقف گردد.

بیماری تقریباً همیشه کودک را تحریک‌پذیر می‌کند و احتمال اینکه مضطرب شود و کج خلقی کند افزایش می‌یابد. بیماری و نقاهت غالباً با محدودیت فعالیت همراه است و این امر کودک را بسیار سرخورده می‌کند. تا جایی که بعضی اوقات اعتماد به نفس خود را به عنوان یک فرد و نیز در ارتباط با دیگر کودکان از دست می‌دهد.

بیماری غالباً نقطه شروعی برای ناسازگاریهایی مثل بهانه‌گیری در غذا خوردن و سایر مشکلات رفتاری می‌باشد. این موضوع بخصوص هنگامی که بیش از حد به بچه توجه شود صادق است، زیرا در آن صورت ممکن است نگرش نادرستی نسبت به ارزش و اهمیت خود پیدا کند. کودک ممکن است آنقدر به توجه خاص عادت کند که پس از بهبودی، حالت تهاجمی و طلبکار پیدا کند. اگر این رفتار استمرار یابد، مسلماً بر رشد و تکامل او در همه زمینه‌ها و به‌ویژه در زمینه ارتباط با دیگران، تأثیر می‌گذارد.

بیماریهای مزمن، خصوصاً مواردی مانند صرع و دیابت، در صورتی که برخورد مناسبی با آنها نشود، عمدتاً به خاطر اینکه سبب بی‌ثباتی عاطفی و گاهی احساسات منفی نیرومند می‌شوند، می‌توانند در رشد کودک مانع ایجاد کنند. این بیماریها به این دلیل که سبب وابستگی عاطفی به سایر اعضای خانواده می‌شوند، می‌توانند بر رشد کودک اثر منفی بگذارند.

برخی از عوارض جسمانی خاص مثل خستگی و کوفتگی بیش از حد ممکن است کودک را تحریک‌پذیر و ستیزه‌جو سازند، که قطعاً بر واکنشهای او نسبت به مردم و واکنش مردم نسبت به او تأثیر می‌گذارد. سوء تغذیه و نداشتن رژیم غذایی متعادل ممکن است سبب کاهش سطح انرژی شود که نه تنها فعالیتهای جسمانی و خصوصیات از قبیل کنجکاوی و ماجراجویی را کاهش می‌دهد، بلکه قدرت، استقامت، و در نتیجه شادکامی و یادگیری را نیز کم می‌کند. سوء تغذیه و فقدان توازن غذایی همچنین ممکن است سبب کمرویی، تحریک‌پذیری، افسردگی و رفتار ضداجتماعی شود. یک ناراحتی جزئی مانند آگزما یا سایر بشورات پوستی می‌تواند سبب تحریک و رنج جسمانی شود که این خود ممکن است باعث واکنشهای احساسی افراطی، ناتوانی در تمرکز، و فقدان اراده برای تعقیب یک موضوع تا به آخر یا انجام کامل کارها شود.

شادکامی

کودکان شاد معمولاً سالم و پرانرژی هستند و شادکامی به خودی خود انگیزه نیرومندی برای انجام کارهاست. روی هم رفته کودکان شاد با آرامش بیشتری ناکامیها و موانع را می‌پذیرند و سعی می‌کنند راهی برای عبور از آنها پیدا کنند. شادکامی مطمئناً مشوق همه نوع تماسها و فعالیتهای اجتماعی است، زیرا مردم معمولاً واکنش مثبتی نسبت به شادابی از خود نشان می‌دهند و شادکامی باعث می‌شود کودک چهره دوستانه‌ای داشته باشد که خود نقطه شروع خوبی برای انواع ارتباطات شخصی است.

از طرف دیگر اندوه و ناراحتی توان و انرژی کودک را تحلیل می‌برد و سلامت جسمانی عمومی او را کاهش می‌دهد. این امر به نوبه خود مانع از این می‌شود که انرژی او صرف فعالیتهای هدفدار شود، زیرا کودکان اندوهگین انرژی خود را با در خود فرو رفتن، رویاپردازی، و تأسف برای خود هدر می‌دهند، و کودک ناشاد گرایش به گوشه‌گیری و به خود مشغول شدن دارد. ناشاد بودن انگیزه، عزم، و میل به موفقیت را خاموش می‌کند. کج خلقی و رفتار بازدارنده در کودکان ناشاد بسیار شایعتر است و مانع از آن می‌شود که آنها از تجربیات چیزی بیاموزند.



شادی می‌تواند به یک عادت تبدیل شود و وظیفه شما است کاری کنید که کودک شما این عادت را کسب کند. به همین ترتیب ناشاد بودن هم می‌تواند به یک عادت تبدیل شود و شما وظیفه دارید مانع آن شوید. البته داشتن دوران کودکی شاد تضمین‌کننده زندگی موفق در دوران بزرگسالی نیست، ولی حداقل فایده آن این است که زیربنای موفقیت را می‌سازد، در حالی که ناشاد بودن اساس ناکامی را بنا می‌کند.

نگرش والدین

نگرش کلی شما نسبت به وظیفه پدر و مادری تأثیر زیادی بر آنچه بر کودک شما در حین رشد می‌گذرد دارد و رشد و تکامل او را تحت تأثیر قرار می‌دهد. اکنون که صاحب فرزند شده‌اید، شاید بهترین آغاز برای او این باشد که نگرش مثبتی نسبت به اینکه پدر یا مادر او هستید داشته باشید.

برخی از مردم بچه‌های زیاد می‌خواهند و بعضی دیگر کم یا هیچ. خیلی از مردم هنوز احساس می‌کنند که ازدواج بدون وجود بچه ناقص است و برخی دیگر معتقدند که کودکان مانعی بر سر راه موفقیت شغلی و پیشرفت آنها هستند. اگر شما از گروه دوم هستید، بعید است بتوانید نمره خوبی از نظر معیارهای پدر یا مادر خوب بودن به دست آورید. اگر میل دارید پدر یا مادر خوبی باشید، فهرست پایین صفحه که نمایانگر مفهوم والدین خوب از نظر کودکان است، می‌تواند به شما کمک کند.

یک پدر یا مادر خوب

- فرزند خود را تشویق می‌کند دوستان خود را به منزل بیاورد
- علاقه دارد جو منزل شاد باشد
- به کودکش به تناسب سن و سال او استقلال می‌دهد
- انتظار پیشرفتهای نامعقول ندارد

■ برای فرزندش کار انجام می‌دهد

■ فرزندش می‌تواند به او تکیه کند

■ در حد معقول آسان‌گیر و سخاوتمند است

■ از نظر انضباطی منصف است

■ به فردیت کودک خود احترام می‌گذارد

■ الهام‌بخش عشق است نه ترس

■ الگوی مناسبی است

■ با فرزندش رفیق است و کارهایی را همراه با او انجام می‌دهد

■ بیشتر مواقع خوش اخلاق است

■ به کودک خود محبت می‌کند

■ وقتی فرزندش صدمه می‌بیند یا به دردسر می‌افتد، با او همدردی می‌کند



به طور کلی والدین مستتر نقش پدر و مادری خود را بیشتر از صمیم قلب می پذیرند تا افراد جوانتر. در صورتی که والدین انتظار تصویر اغراق شده ای را که غالبا وسایل ارتباط جمعی از رابطه کودک با والدین نشان می دهند نداشته باشند، در ایفای نقش خود موفقتر خواهند بود. داشتن چنان انتظاری از کودک واقع بینانه نیست و داشتن تصور بسیار ایده آل از کودک، مثلا اینکه یک کودک «استثنایی» باشد، ممکن است واقعا خطرناک باشد و فقط باعث می شود با دیدن اینکه کودکان برآورنده انتظارات شما نیست دچار یاس و رنجش شوید.

چگونه می توانید به کودک خود کمک کنید

بیشترین اعتماد به نفس را کودکی دارد که خود را بپذیرد، و ایجاد این تصور مطلوب از خود تا حد زیادی بستگی به نگرش و برخورد شما نسبت به او دارد. چنین کودکی می تواند با تمام مشکلاتی که زندگی بر سر راه او قرار می دهد روبرو شود.

یکی از مهمترین کارهایی که می توانید برای کودک خود انجام دهید این است که او را در دنیای واقعیات نگه دارید و اهداف واقع بینانه ای برای او تعیین کنید تا از ناکامیها اجتناب شود و تصور او از خود لطمه ای نبیند. از طرف دیگر، وظیفه شماست که نقاط ضعف کودک خود را علاوه بر نکات قوت او، البته همیشه با تکیه بر نقاط قوت، به او نشان دهید تا با درک کاملی از خویشتن و اطلاع از محدودیتهایش بزرگ شود.

کاری کنید محیطی که برای کودکان می سازید فرصتهای یادگیری او را محدود نکند، زیرا اگر فرصتها محدود شوند، او قادر نخواهد بود به توان بالقوه خود به تمامی دست یابد.

سعی نکنید کودک خود را در یک قالب از پیش تعیین شده بگنجانید، زیرا زندگی در چنین محیطی او را به شدت سرخورده خواهد کرد. آنچه کودک به آن نیاز دارد تشویق برای شکل گیری فردیت خود اوست. با کمک به او برای روبرو شدن و دست و پنجه نرم کردن با مسائلی که دشوارتر از آن است که به تنهایی حل کند، به او درس اتکاء به نفس و مصمم بودن می دهید.

همچنین به یاد داشته باشید که برای رسیدن به رشد تمام و کمال، باید ظرفیتهای ذاتی کودک خود را در زمانی که آمادگی آن را دارد تحریک و تشویق کنید. بنابراین زمان بندی اهمیت اساسی دارد. هر قدر هم که کودک برای یادگیری تلاش کند، تا زمانی که از نظر مرحله ای از رشد که در آن قرار دارد آمادگی نداشته باشد، یاد نخواهد گرفت. ولی وقتی آماده شد، سرعت رشد او اعجاب انگیز خواهد بود، بخصوص اگر شما علایق و تلاشهای او را با تشویق کردن تقویت کنید.

بسیاری از اوقات متوجه می شوید که کودک شما در سیر رشد و تکامل خود به یک مرحله موقتا بدون پیشرفت رسیده است و بسیار محتمل است نتیجه بگیرید که او به آخرین حد توانایی خود رسیده است. در نتیجه کودک شما کمتر تلاشی برای یادگیری بیشتر می کند و در همان سطح باقی می ماند، در حالی که با کمی تشویق از طرف شما، با این اعتقاد که دستیابی به موفقیت بیشتر همیشه ممکن است، می تواند به سطوح بالاتر نیز برسد.

یک مسئولیت مهم دیگر شما به عنوان پدر یا مادر این است که به کودک خود بیاموزید با دیگران ارتباط برقرار کند و نسبت به آنها توجه داشته باشد، یعنی نسبت به افراد غیر از خودش گرایش داشته باشد. با این کار تضمین می کنید که پیدا کردن دوست برای او آسان باشد و دچار انزوا و تنهایی نشود. اگر با رفتار غیر اجتماعی کودک خود برخورد نکنید، او هرگز در اجتماع پذیرفته نخواهد شد. اصلاح این رفتارها قبل از اینکه به صورت عادت درآید و شانس او برای آمیختن با دیگران را به مخاطره بیندازد، حائز اهمیت است.

نوبت تولد کودک در خانواده (اینکه او فرزند چندم است)

نمی‌توان گفت بهترین موقعیت را در خانواده، فرزند چندم دارد. فرزند ارشد خانواده در محیطی رشد می‌کند که کودک در مرکز آن قرار دارد و در آن، نسبت به بچه‌هایی که بعداً به دنیا می‌آیند، فعالیت‌های خانواده بیشتر بر روی او متمرکز است. فرزند اول خانواده در جریان رشد و تکامل خود از راهنمایی و کمک بیشتری برخوردار است، در طی طفولیت زبان پیچیده‌تری را از والدینش می‌آموزد، و به علت فشار پدر و مادر بر او، معمولاً بیش از بچه‌های بعدی به موفقیت دست می‌یابد. فرزند اول معمولاً بهتر توسط بزرگترها پذیرفته می‌شود، و چون هماهنگی بیشتری با انتظارات اجتماعی دارد، آمادگی بیشتری برای پذیرش نقش رهبری دارد. از طرف دیگر مهارت والدین در مورد نقش پدر و مادری خود در ارتباط با فرزند اول کمتر و تمایل آنها به مداخله، اجبار، محدود کردن، و استفاده بیشتر از انضباط اجباری و تنبیهات مختلف نسبت به بچه‌های بعدی بیشتر است. این امر ممکن است منجر به این شود که فرزندان اول احساس اضطراب بیشتری را از والدین خود دریافت کنند، به عبارت دیگر دائماً از خود می‌پرسند «آیا کار من درست است؟». با این حال تقریباً شکی وجود ندارد که اگر فرزندان بعدی هم به اندازه فرزند اول مورد راهنمایی و توجه قرار گیرند، احتمالاً به همان اندازه موفق و از نظر اجتماعی مقبول خواهند بود.

تأثیر جایگاه کودک در خانواده به سرعت پایدار می‌شود و تأثیر شگرفی بر سازگاری شخصی و اجتماعی کودکان در سنین بالاتر می‌گذارد. به عنوان مثال، شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد فرزندان اول بیشتر از فرزندان بعدی به سلامتی خود توجه دارند و در بزرگسالی بیشتر به پزشک مراجعه می‌کنند. آنها همچنین معمولاً محتاط‌ترند و کمتر ریسک می‌کنند.

مشخص شده است که جایگاه کودک در خانواده تأثیر بسزایی در نحوه سازگاری بزرگسالان در امر زناشویی دارد. دلیل این امر این است که ما در دوران کودکی یاد می‌گیریم نقش‌های معینی را در خانه ایفا کنیم و پس از ازدواج هم آن نقش‌ها را ادامه می‌دهیم. به عنوان نمونه، بهترین سازگاری زناشویی در مواردی دیده شده است که شوهری که بزرگترین برادر در خانواده خود بوده با زنی که از خواهران کوچکتر خانواده خود بوده است ازدواج می‌کند. اگر این جایگاه معکوس شود ممکن است سبب ایجاد اصطکاک گردد زیرا در این صورت زن دوست دارد بر شوهرش چنانکه در مورد برادر کوچکتر خود عمل می‌کرده است، مسلط باشد. در ازدواجی که زن و شوهر هر دو فرزند اول هستند، امکان دارد رابطه‌ای پربرخورد در اثر تلاش هر یک برای تسلط بر دیگری، شکل بگیرد.

تعداد کودکان خانواده

تعداد کودکان خردسال در خانواده تأثیر مهمی بر رشد و تکامل کودک دارد. کودکانی که چند خواهر و برادر خردسال دارند، مجبورند توجه والدین را با آنها قسمت کنند. اگر کودکی ضعیف‌تر باشد ممکن است سهم اصلی توجه والدین نصیب او شود و سایرین نسبت به «نورچشمی» بودن او حساس شوند. در این صورت رقابت، چشم و هم‌چشمی، احساسات منفی، و رنجش در بین بچه‌ها اوج می‌گیرد. به علاوه، ممکن است کودک ضعیف‌تر گرفتار یک الگوی شخصیتی تابع، همراه با احساس بی‌کفایتی و مظلومیت گردد، در حالی که فرزند قوی‌تر ممکن است احساس کند نسبت به او تبعیض شده و یاد می‌گیرد نقش رهبر را ایفا کند.

رابطه خصوصیات شخصیتی با ترتیب تولد

فرزند اول

- ☐ شک و تردید
- ☐ حساس بودن
- ☐ عدم اعتماد
- ☐ میل به موفقیت خود
- ☐ احساس ناامنی
- ☐ نیاز به ارتباط و وابستگی
- ☐ زرنگی
- ☐ خساست
- ☐ وابستگی
- ☐ مسئولیت پذیری
- ☐ قدرت طلبی
- ☐ حسادت
- ☐ محافظه کاری
- ☐ تلقین پذیری
- ☐ تحریک پذیری



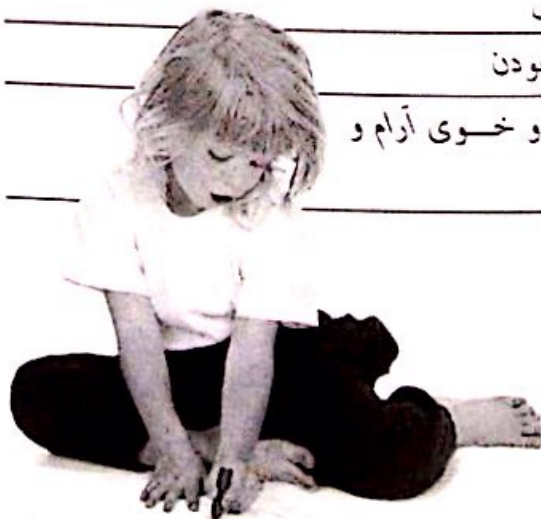
فرزند سوم

- ☐ پر خاشگری
- ☐ حواس پرتی
- ☐ میل شدید به اظهار محبت
- ☐ حسادت
- ☐ مملو از احساسات نادیده گرفته شدن از طرف والدین
- ☐ حقارت
- ☐ بی کفایتی
- ☐ مستعد اختلالات رفتاری



فرزند دوم

- ☐ استقلال
- ☐ پر خاشگری
- ☐ برونگرایی
- ☐ علاقه به سرگرمی
- ☐ جمع گرایی
- ☐ قابل اتکا بودن
- ☐ خلق و خوی آرام و خونسرد



فرزند آخر

- ☐ احساس امنیت
- ☐ غبطه و حسادت
- ☐ اطمینان
- ☐ بی مسئولیتی
- ☐ بی فکری
- ☐ شادکامی
- ☐ خوش قلبی
- ☐ سخاوت
- ☐ لوس شدن
- ☐ ناپختگی
- ☐ برونگرایی
- ☐ توانایی همدلی کردن
- ☐ احساس بی کفایتی
- ☐ حقارت
- ☐ رقابت با خواهر و برادر



در خانواده‌های پرجمعیت فضا و امکانات کمتری وجود دارد. بچه‌ها دائما با یکدیگر آمیخته‌اند و انتظار می‌رود با یکدیگر بازی کنند، اسباب‌بازیها و دوستان مشترک داشته باشند. و لباس یکسان بپوشند حتی اگر یکی پسر و دیگری دختر باشد. این امر آشکارا رشد شخصیت و فردیت کودک را سرکوب می‌کند. فاصله‌گذاری بین بچه‌ها ضروری است. در صورت امکان، زمان مطلوب که کودک بایستی قبل از تولد خواهر یا برادر دیگر، به تنهایی با والدین خود سپری کند ۲ تا ۲/۵ سال است.

جنسیت

جنسیت دو اثر عمده دارد. اولین اثر، تأثیر مستقیم جنسیت بر رشد است و ناشی از هورمون‌هایی است که بدن پسرها و دخترها در طول سالهای کودکی به مقدار بسیار کم ترشح می‌کند. هر دو جنس، هورمون جنسی مردانه یعنی آندروژن و هورمون جنسی زنانه یعنی استروژن را ترشح می‌کنند، ولی پسرها بیشتر آندروژن و دخترها بیشتر استروژن تولید می‌کنند. غلبه هورمون جنسی مربوطه منجر به اختلاف رشد دو جنس می‌شود.

تأثیر غیرمستقیم جنسیت بر رشد ناشی از شرایط محیطی است. از لحظه‌ای که کودکان متولد می‌شوند، فشارهای اجتماعی نیرومندی بر آنها اعمال می‌شود تا با الگوهای پذیرفته شده فرهنگی مربوط به جنسیت خود هماهنگ شوند. شخصیت پسرها و دخترها در تمام دوران کودکی ابتدا توسط خانواده و سپس گروههای همسالان و مدرسه‌ای، و بعدها توسط معلمان و اجتماع مطابق با الگویی که برای جنسیت کودک مناسب شناخته می‌شود، شکل داده می‌شود.

اختلاف جنسیت در فراگیری مهارتها

با اینکه اختلاف بین کودکانی که همجنس هستند بیشتر از اختلاف بین دخترها و پسرهاست، اکثر والدین تایید می‌کنند که اختلافات مربوط به جنسیت نه تنها بر سرعت کسب برخی مهارتها بلکه بر نوع آنها نیز اثر می‌گذارد. به عنوان نمونه، در زمینه رشد جسمانی به نظر می‌رسد دخترها در تمام طول رشد و نمو خود حرکت سریعتری نسبت به پسرها دارند و در نوجوانی زودتر از پسرها بالغ می‌شوند. به علاوه رشد جسمانی دختران منظمتر و قابل پیش‌بینی‌تر از پسرهاست و جهشهای غیریکنواخت کمتری دارد. تا آنجا که به قدرت و سرعت مربوط می‌شود، تا زمان بلوغ اختلاف کمی بین پسرها و دخترها وجود دارد، اما در آن زمان پسرها هم قویتر و سریعتر می‌شوند و هم حجم عضلانی و استخوانی آنها بیشتر و چربی آنها کمتر می‌شود. چنانکه انتظار می‌رود، در زمان بلوغ پسرها صاحب قلب و ریه بزرگتری می‌شوند تا از عهده ظرفیت بالاتر حمل اکسیژن در خون که برای توده بزرگتر عضلات و استخوانهای آنها لازم است، برآیند.

در سالهای پیش از دبستان، دخترها از نظر پریدن، لی‌لی کردن (جهیدن روی یک پا)، و حرکات هماهنگ و تعادلی برتری دارند. بعدا پسرها در فعالیت‌هایی که نیازمند دویدن، پریدن، و پرتاب کردن است، برتری می‌یابند، در حالی که برتری دخترها در لی‌لی کردن به قوت خود باقی می‌ماند. از نظر رشد ذهنی، هنگام انجام آزمونها بهره هوشی، فرقی بین پسرها و دخترها دیده نمی‌شود. اما آنجا که پای مهارتهای کلامی به میان می‌آید، دخترها در بعضی از جنبه‌های یادگیری اولیه زبان اندکی سریعترند.

اکثراً دخترها زودتر از پسرها صحبت می‌کنند و تقریباً تمام دخترها کلمات را بهتر و زودتر از پسرها برای تشکیل جملات طولانیتر به رشته درمی‌آورند، آن هم نه فقط هنگام شروع به صحبت کردن، بلکه در سنین بالا نیز همین طور است. دخترها معمولاً زودتر از پسرها می‌خوانند و می‌نویسند و دستور زبان و املا را هم بهتر است. دخترها همچنین از نظر تسلط بیان و تلفظ کردن نیز برتری دارند و کمتر در دوران نوجوانی دچار مشکل در خواندن می‌شوند. دخترها در استدلال کلامی نیز از پسرها برترند. اختلالات زبانی در دختران کمتر است.

تا زمان نوجوانی، دخترها در حساب کمی از پسرها بهترند، ولی پس از نوجوانی، پسرها از نظر کارهایی که نیازمند استدلال ریاضی است، اندکی بالاتر از دختران قرار می‌گیرند. پسرها تقریباً در تمام سنین از نظر تجسم فضایی برتری دارند؛ آنها می‌توانند اجسام سه‌بعدی را در ذهن خود بچرخانند و روابط موجود در دنیای فیزیکی را بهتر درک کنند. این اختلاف با دخترها، هر چه به نوجوانی نزدیکتر می‌شوند، چشمگیرتر و پایدارتر می‌شود.

از نظر اجتماعی پسرها در تمام زمینه‌ها بسیار پرخاشگرتر و سلطه‌جوتر از دخترها هستند؛ این خصیصه از هنگامی که کودک نوپایی هستند شروع می‌شود و تا دوران نوجوانی ادامه می‌یابد، و اگر کنترل نشود تا سنین بالاتر نیز استمرار می‌یابد. پسرها رقابت‌جوتر نیز هستند، ولی این اختلاف به اندازه پرخاشگری زودرس نیست. خوشبختانه غالباً هیچ‌گونه اختلافی از نظر میل به تربیت میان دو جنس وجود ندارد.

دخترها، بدون تردید، به محض دست یافتن به آگاهی اجتماعی، اجتماعی‌تر می‌شوند و دوستیهای صمیمانه‌تری ایجاد می‌کنند که در طول نوجوانی و بزرگسالی استمرار می‌یابد. همچنین به نظر می‌رسد دخترها در اوایل کودکی نسبت به درخواستهای بزرگترها مطیع‌ترند. احتمال اینکه پسرها نسبت به فشار روانی آسیب‌پذیریهای جسمانی، عاطفی، و ذهنی و نیز مشکلات رفتاری فراوانتری را نشان دهند، بیشتر است.

آگاهی از این اختلافات ناشی از جنسیت به والدین کمک می‌کند نقاط قوت طبیعی کودکان خود را به حداکثر برسانند و نقاط ضعف آنها را تقویت کنند. مثلاً شما می‌توانید پسر خود را از سن پایین با کتاب آشنا کنید و به تدریج که بزرگتر می‌شود با او بازی با کلمات، با توجه خاص به تلفظ کلمات، انجام دهید. در مورد دختر، می‌توانید حس فضایی او را در خردسالی به وسیله تابلو شکل، پازل، مار و پله، و در سنین بالاتر با تخته‌نرد و شطرنج بهبود بخشید. وقتی به اندازه کافی بزرگ شد از مکعب روبیک استفاده کنید.

تأثیر تصورات قالبی

تصورات قالبی در مورد نقش مذکر و مؤنث اگر نسبت به آنها حساسیت نشان ندهیم و اقدام لازم برای اجتناب از آنها را به عمل نیاوریم، قطعاً روی کودکان در حال رشد ما تأثیر می‌گذارد. کودکان ما خیلی زود تحت تأثیر مفاهیم کلیشه‌ای مربوط به ظاهر انسان از جمله ساختمان بدنی، مشخصه‌های صورت، و لباسها و مفاهیم کلیشه‌ای رفتار و ایفای نقش، مثل گفتار قابل قبول، طریقه بیان احساسات و عواطف، نقش زناشویی، کسب معاش، و غیره قرار می‌گیرند.



اگر می‌خواهیم کودکانمان از تصورات قالبی نجات یابند، والدین بایستی هشیار باشند. تصورات قالبی خطرناک‌اند؛ هنگامی که پذیرفته شوند به صورت معیارهایی برای قضاوت در مورد کودکان به کار می‌روند، خوب و بد، موفق و ناموفق، مناسب و نامناسب؛ در حالی که ما باید مشوق فردیت و اصالت کودکان خود باشیم.

بدتر از آن، ممکن است تصورات قالبی به صورت رهنمودهایی برای تربیت کودکان به کار روند، به نحوی که کودکان از اوان طفولیت یاد می‌گیرند هم‌جهت با یک الگوی کلیشه‌ای فکر کنند، احساس کنند، و عمل کنند که در نتیجه رشد فردی آنها سرکوب می‌شود. یکی از بدترین جنبه‌های تصور قالبی، معتقد بودن به نقشهای غالب و مغلوب است که اولی تقریباً همیشه مذکر و دومی مؤنث است.

تصورات قالبی سنتی مربوط به نقش جنسیت، ارزشی ندارند که آنها را قابل توصیه سازد، در حالی که یکسان‌نگری جنسیتها افقهای وسیعی برای خودشکوفایی و این اعتقاد فراهم می‌آورد که هر کودکی، بدون توجه به جنس او، باید مورد تشویق قرار گیرد تا به تمام استعدادهای بالقوه خود در هر زمینه‌ای و کسب رضایت بدون احساس گناه، با استفاده از تواناییهای خود برسد.

به عنوان یک پدر یا مادر اگر می‌خواهید دختر خود را تشویق کنید باشهامت و قوی باشد یا پسر مهربان و بامحبت داشته باشید که نقش انسانی صلح‌دوست را ایفا کند، بایستی از روز نخست بادقت عمل کنید، زیرا ثابت شده است رفتار ما و حتی آهنگ صدای ما در برخورد با کودکان دختر و پسر تفاوت دارد.

شخصیت

می‌توان گفت شخصیت کودک شما از سه جزء اصلی تشکیل شده است: هیجانی بودن که عبارت است از اینکه کودک معمولاً به راحتی و شدیداً ناراحت و درمانده شود. آرام کردن چنین کودکانی بسیار مشکل است. دوم فعالیت یعنی مقدار فعالیتی که یک کودک از نظر حرکت و سرعت صحبت کردن نشان می‌دهد، یا مقدار انرژی که صرف فعالیت‌های مختلف و بی‌قراری می‌کند. و سوم اجتماعی بودن، به معنای طلب اقناع از ثمرات تماس اجتماعی. چنین کودکانی ترجیح می‌دهند با دیگران باشند و فعالیت‌های مشترک را دوست دارند. آنها به دیگران پاسخ می‌دهند و همین انتظار را هم از آنها دارند.

شخصیت کودک شما مخلوطی از این سه جزء به مقادیر مختلف است. حتی از همان روزهای اول زندگی می‌توانید دریابید که کودک شما به یک جهت بیشتر متمایل است یعنی بیشتر هیجانی، فعال، یا اجتماعی است. کودکان هیجانی زیاد گریه می‌کنند و آرام کردن آنها آسان نیست؛ کودکان فعال بی‌قرارند و زیاد نمی‌خوابند؛ کودکان اجتماعی می‌توانند عاطفه خود را از بدو تولد نشان دهند، به این صورت که به در آغوش گرفته شدن پاسخ می‌دهند و به راحتی ساکت می‌شوند.

اگر کودک شما در یکی از این خصوصیات افراط دارد، وظیفه شما این است که ضمن پاسخ به آن، کودک خود را به حرکت در جهت دوتای دیگر تشویق کنید. مثلاً اگر کودکی بسیار هیجانی دارید، می‌توانید با اطمینان بخشیدن، حمایت، راهنمایی، و کمک دقیق او را یاری کنید احساس ایمنی کند و کمتر هیجانی باشد.

به همین ترتیب اگر به نظر می‌رسد کودک شما همیشه عجله دارد، می‌توان تعجیل او را با مهار ملایم و توجه زیاد، کاهش داد. بازی کردن با یک کودک فعال او را به تمرکز حواس تشویق می‌کند و گستره توجه او را افزایش می‌دهد.

رشد شخصیت

همه پدر و مادرها دوست دارند کودکان با شخصیتی متعادل بزرگ شود. آگاهی از مراحل مختلفی که کودک شما ضمن رشد طی می‌کند، در این زمینه شما را یاری خواهد کرد. به عنوان نمونه تا یک سالگی تمام سعی کودک شما این است که دریابد آیا دنیای اطراف قابل اعتماد است یا نه. نتیجه ایده‌آل این است که کودک شما یاد بگیرد به مادر یا شخصی که از او مراقبت می‌کند اعتماد کند. او همچنین باید به توانایی خود برای خلق رخدادهای نیز اعتماد پیدا کند. عنصر اصلی این امور آن است که کودک شما بتواند یک امنیت عاطفی زودرس نسبت به شما یا شریک زندگیتان یا هردو برقرار سازد.

از دو تا سه سالگی، که کودک به تدریج از قدرت اراده خود مطلع می‌شود و از امکان غلبه بر دیگران از طریق جنگ اراده‌ها آگاهی می‌یابد، شخصیت کودک سریعاً گسترش پیدا می‌کند. همزمان، این مسئله با شرم و تردید خرنده‌ای که برآیند دو عامل ناتوانی جسمانی و کنترل جسمانی است، متعادل می‌شود. یادگیری راه رفتن، چنگ زدن به اشیاء، و سایر مهارت‌های جسمانی منجر به روحیه انتخاب آزاد می‌شود، و به تدریج که کنترل عضلات تنگ‌کننده مقعد به دست می‌آید کودک مفهوم کنترل را می‌آموزد، ولی اگر گاهی خود را کثیف کند و مورد سرزنش قرار گیرد ممکن است احساس شرمساری کند.

در سنین چهار و پنج سالگی کودک مشغول آموختن ابتکار عمل در مقابل احساس گناه است. در این سنین کودک شما قادر می‌شود فعالیت‌هایی را در ارتباط با یک هدف خاص سازماندهی کند، و با جرأت‌تر و پرخاشگرتر می‌شود، بخصوص اگر پسر باشد. کودک شما همچنین دچار نوعی تعارض با والد هم‌جنس خود می‌شود (پسر با پدر و دختر با مادر)، و این موضوع ممکن است منجر به احساس گناه شود. بعدها کودکان همت خود را صرف کوشا بودن می‌کنند ولی باید به مقابله با احساس حقارت پردازند.

همدلی

همدلی یعنی فکر کردن در مورد دیگران و اینکه اگر دیگری احساس خاصی دارد آن احساس به ما نیز دست دهد. کودکان سالم از همان اوایل زندگی همدلی نشان می‌دهند. در طی سال اول متوجه خواهید شد که کودک شما به نحوی عام نسبت به آنچه در اطراف او رخ می‌دهد واکنش نشان می‌دهد. مثلاً اگر ببیند کسی خیلی غمگین است، ممکن است حالت صورت او را تقلید کند، یا اگر کسی حالت احساسی خیلی شدیدی نشان دهد، او هم همان احساس را بروز خواهد داد. مثلاً ممکن است به صرف شنیدن صدای گریه نوزادی دیگر، گریه کند. شیرخواران اگر ببینند فرد دیگری گریه می‌کند، غالباً شروع به گریه می‌کنند.



در حدود ۱۲ تا ۱۸ ماهگی که کودک شما درک نسبتاً واضحی از خود دارد، ممکن است نسبت به ناراحتی شخص دیگری با نشان دادن ناراحتی خود پاسخ دهد. او حتی ممکن است سعی کند به آن شخص دیگر با دادن چیزی که فکر می‌کند بیش از هر چیز دیگری خودش را آرام می‌کند کمک کند. بسیار اتفاق می‌افتد که اگر کودک ۱۸ ماهه شما شاهد صدمه دیدن کودک دیگری باشد، شما را برای کمک ببرد.

اندکی بعد بین سنین دو و سه سالگی، کودک شما با احساسات یک فرد دیگر همدلی خواهد کرد و به شیوه‌ای پاسخ می‌دهد که بیشتر ناشی از درک موقعیت آن فرد دیگر است تا ارتباط دادن آن با خود. در طی سالهای پیش‌دبستانی همچنانکه کودک به تدریج عواطف دیگران را بهتر می‌فهمد، پاسخهای همدلانه او هم کم‌کم ظریفتر می‌شوند.

حدود چهار یا پنج سالگی واکنش همدلانه کودک شما کاملاً پیچیده می‌شود، از آن جهت که ممکن است پاسخگوی عواطف متناقضی در یک زمان باشد. مثلاً اگر پسر کوچک شما شاهد زمین خوردن و صدمه دیدن دوستش باشد، نه تنها با صدمه دیدن بلکه با احساس شرم یا دلخوری که دوست او احتمالاً دچار آن می‌شود نیز همدلی می‌کند، و ممکن است به جای اینکه به کمک او بشتابد، خود را عقب بکشد، زیرا می‌داند دوستش ترجیح می‌دهد به او کمک نشود. یک درک کلی از احساسات سایر مردم نیز که صرفاً مربوط به وضعیت موجود نیست، شکل می‌گیرد. مثلاً شاید متوجه شوید اندوه و همدردی کودک شما نسبت به مشکلات بلندمدت دوستش بیشتر از آن مشکلاتی است که فقط مدت کوتاهی طول می‌کشند.

اولین مشکل یا بحران در سال اول زندگی، هنگامی که کودک شما در حال به‌دست آوردن حس اعتماد به پیش‌بینی‌پذیری دنیای اطراف و توانایی خود در تأثیرگذاری بر وقایع اطرافش است، رخ می‌دهد. رفتار شما در حل موفق یا ناموفق این بحران توسط کودکان نقش اساسی دارد. کودکانی که سال اول را با حس محکمی از اعتماد پشت سر می‌گذارند، آنهایی هستند که والدینشان بامحبت و باتوجه هستند و به‌صورتی قابل پیش‌بینی و قابل اعتماد واکنش نشان می‌دهند. کودکی که احساس اعتماد در او شکل گرفته است، با تکیه بر این حس به برقراری ارتباط با دیگران خواهد پرداخت. البته مهم است که کودک شما مقداری سوءظن سالم نیز داشته باشد و یاد بگیرد که بین موقعیتهای خطرناک و ایمن فرق بگذارد.

همچنان که تحرک کودک شما بیشتر می‌شود، احساس استقلال و خودمختاری در او شکل می‌گیرد. حال اگر شما تلاشهای کودکان در جهت مستقل شدن را به‌دقت هدایت نکنید، ممکن است مکرراً شکست بخورد یا مورد استهزا قرار گیرد که منجر به از دست دادن روحیه و اعتقاد او به عدم موفقیت خود می‌گردد. در نتیجه به‌جای داشتن احساس کنترل نفس و عزت نفس، ممکن است احساس شرم شدید از ناتوانی خود در انجام کارهایی که شما به او محول می‌کنید به او دست دهد.

چگونه می‌توانید به کودک خود کمک کنید

کودک چهارساله شما قادر است برای اقدام در انجام کارها و تا حدودی برای پذیرش مسئولیت، کمی برنامه‌ریزی کند. به تدریج که کودک شما این مهارت‌های جدید را می‌آزماید و سعی می‌کند بر دنیای اطراف پیروز شود، پرخاشگر خواهد شد. خطری که وجود دارد این است که کودک شما ممکن است در این زمینه زیاده‌روی کند و شما احساس کنید که باید او را مهار و تنبیه کنید. اعمال بیش از حد هر یک از این دو موجب عدم توازن می‌شود و باعث می‌گردد کودک شما احساس گناه کند.

وقتی کودک شما شش ساله می‌شود به سخت‌کوشی و ابراز کفایت و صلاحیت می‌پردازد. و اکنون این قابلیت را دارد که به کار معتاد شود. وظیفه شما ایجاد مجموعه‌ای از تواناییها در اوست که به فرزند شما کمک کنند به بهترین شکل از عهده خواستهای اجتماع برآید.

ناسازگاری

برخی صفات شخصیتی نامطلوب به شکلی در تمام کودکان تظاهر می‌یابند. این صفات وقتی ظاهر می‌شوند به نظر بی‌خطر می‌آیند و ما معمولاً بدون اینکه تلاش جدی برای اصلاح آنها بکنیم، اجازه می‌دهیم استمرار یابند. هیچ صفتی از این نوع اگر به تنهایی، یا حتی همراه با چند صفت معدود دیگر، دیده شود نباید به خودی خود موجب نگرانی شود. جدول زیر برخی از صفات کودکان ناسازگار را به ترتیب کاهش فراوانی نشان می‌دهد.

صفات مشخصه کودک ناسازگار

☐ فعالیت بیش از حد (منظور فعالیت بی‌هدف است نه فعالیت هدفدار و طبیعی)

☐ کارها را به پایان نمی‌رساند

☐ وول می‌خورد

☐ نمی‌تواند سر غذا آرام بنشیند

☐ بازیها را تا انتها انجام نمی‌دهد

☐ اسباب‌بازیها و اثاثیه را از فرط دستکاری خراب می‌کند

☐ زیاد حرف می‌زند

☐ فرامین را اطاعت نمی‌کند

☐ بی‌دست و پا است

☐ با بچه‌های دیگر دعوا می‌کند

☐ دمدمی مزاج است

☐ دیگران را آزار می‌دهد

☐ انضباط‌پذیر نیست

☐ خودش را به دردسر می‌اندازد

☐ مشکلات گفتاری دارد

☐ کج خلقی می‌کند

☐ به تمام داستان گوش نمی‌دهد

☐ لجباز است

☐ به سختی به رختخواب می‌رود

☐ عصبی مزاج است

☐ بی‌احتیاط است

☐ بین همسالان خود

☐ محبوبیتی ندارد

☐ ناشکیباست

☐ دروغ می‌گوید

☐ مستعد حوادث است

☐ تشک خود را

☐ خیس می‌کند

☐ مخرب است



اما اگر بیش از چند ناسازگاری در یک کودک دیده شود، می‌توان او را دارای شخصیت ناسازگار و این علائم را به عنوان علائم خطر در مورد دردهای آینده محسوب کرد. به عنوان مثال بیشتر بچه‌ها وول می‌خورند و بدن خود را تکان می‌دهند. این امر به خودی خود نبایستی باعث نگرانی شود مگر اینکه علائم دیگری، مثل ناتوانی در تمرکز حواس، ناشکیبایی، بی‌فکری و نسنجیده عمل کردن، یا فعالیت افراطی بی‌هدف، نیز در کودک دیده شود. وجود مجموعه این صفات باید موجب نگرانی شود زیرا همه آنها نشانگر ضعف سازگاری فردی و اجتماعی هستند.

ولی به صرف اینکه کودک شما احتمالا در زمانهای مختلف دچار یک یا چند مورد از این صفات شود، نباید برچسب کودک مشکل‌دار به او زد. عادات بدی مثل اینها آنقدر شایع هستند که بسیاری از آنها را، به‌ویژه اگر فقط به مدت کوتاهی دوام داشته باشند، باید قسمتی از رشد و تکامل طبیعی کودک دانست. به عنوان مثال از بین کودکان هفت ساله، ۱۰ تا ۲۰ درصد هنوز تشک خود را لااقل گاهی اوقات خیس می‌کنند، ۳۰ درصد کابوس می‌بینند، ۲۰ درصد ناخنهای خود را می‌جوند، ۱۰ درصد شست خود را می‌مکند، و ۱۰ درصد آنقدر بددهنی می‌کنند که بتوان آن را یک مشکل محسوب کرد. در حدود ۳۰ درصد نیز دچار کج خلقی می‌شوند.

آسیب‌پذیری

آسیب‌پذیری اصطلاحی است که کارشناسان برای مشخص کردن میزان انعطاف‌پذیری کودک به کار می‌برند. بهتر است آن را بر اساس محیطی تعریف کنیم که حمایت کافی برای رشد مطلوب را از کودک به عمل می‌آورد. کودک انعطاف‌پذیر کودکی است که محدوده وسیعی از محیطهای مختلف برای رشد مطلوب او مناسب و حمایتگر خواهند بود. به عبارت خیلی ساده، کودک انعطاف‌پذیر کودکی است که ناملايمات مختصر موجب وقفه رشد مطلوب او نخواهد شد. از طرف دیگر کودک آسیب‌پذیر کودکی است که محیطهای بالقوه حمایت‌گر برای او، دارای محدوده‌ای باریک است. تنها محرکترین، پاسخ‌دهنده‌ترین، و منطبق‌ترین محیطها، حمایت‌گر چنین کودکی خواهد بود. به عبارت خیلی ساده، تقریبا همه چیز بایستی برای او خوب پیش برود. وقتی محیط چنین کودکی خارج از محدوده مناسب قرار گیرد، احتمال ضعیف بودن نتیجه بسیار افزایش می‌یابد.

برخی از اطفال از همان بدو تولد آسیب‌پذیرهای خاصی را دارا می‌باشند. به عنوان مثال، اطفال دارای وزن کم در زمان تولد، اطفال دچار سوء تغذیه در دوران جنینی، یا اطفال عصبی مزاج، فقط در محیطهای بسیار حمایت‌گر شکوفا می‌شوند. به نظر می‌رسد پسرها آسیب‌پذیرتر از دخترها باشند، زیرا از فشار روانی، بیشتر رنج می‌برند.

به همین ترتیب ممکن است کودکانی از همان بدو تولد انعطاف‌پذیری بیشتری داشته باشند. مطالعه جالبی که در هاوایی آمریکا انجام شده است، نشان می‌دهد کودکانی که در محیط فقر پرورش یافته ولی سرانجام خوبی پیدا کرده‌اند، احتمالا اطفالی با خلق و خوی خوب یا ملایم و احتمالا فرزند اول بوده‌اند. بنابراین شاید خلق و خوی مطبوع یکی از خصوصیات ذاتی باشد که انعطاف‌پذیری کودک شما را افزایش می‌دهد. از بین سایر عوامل محافظت‌کننده می‌توان امنیت عاطفی، تحمل بالا در مقابل ناکامیها، و توانایی بهبود سریع بعد از اختلالات را نام برد.

چگونه می‌توانید به کودک خود کمک کنید

با همه اینها، یک نگرش فهیمانه از سوی والدینی بامحبت در تمام شرایط به کودک کمک می‌کند.

درک آسیب‌پذیری کودکان باید سبب شود در مورد رشد و تکامل او به‌نحوی مصمم فکر کنید، زیرا حتی یک کودک آسیب‌پذیر هم در صورتی که محیط رشد او بهتر شود به‌خوبی رشد خواهد کرد. همیشه جا برای بهتر کردن شرایط وجود دارد و این کار همواره در حوزه توانایی شما قرار دارد.

مطلب دیگری که به همین اندازه حائز اهمیت می‌باشد، این است که کیفیتهای محیطی که برای رشد و تکامل مطلوب کودک شما حیاتی هستند همراه با بزرگتر شدن کودک تغییر می‌کنند. به نظر می‌رسد در مدت زمان بین شش تا هجده ماهگی، پاسخ‌دهی و تعامل صمیمانه با والدین به‌طور اخص اهمیت اساسی دارد و بین یک تا چهار سالگی، غنا بخشیدن به تحریکات ذهنی و عقلی با استفاده از اسباب‌بازیها، بازیها، داستانها، آواها، و توجه والدین نقش اساسی دارد. در سنین بالاتر، فرصت تمرین مهارت‌های اجتماعی با همسالان، شرکت کردن در بازیها، استفاده مشترک از اسباب‌بازیها، و دوست پیدا کردن اهمیت پیدا می‌کند.

آنچه که بیش از هر چیز باید مورد توجه والدین قرار بگیرد این است که کودک غیر آسیب‌پذیر، کودک انعطاف‌پذیر، و کودکی که به نظر می‌رسد بعدها قادر خواهد بود بدون اینکه دچار مشکلات رفتاری جدی شود، به بهترین شکل ممکن با فشارهای روانی زندگی مقابله کند، کودکی است که یک امتیاز بسیار بزرگ در زندگی داشته است، و آن اینکه چنین کودکی تقریباً همیشه حداقل یک رابطه محکم و مطمئن با یکی از والدین یا فرد دیگری که از او مراقبت می‌کند، داشته است. کودکانی که از چنین امتیازی برخوردار بوده‌اند در ایجاد ارتباط با همسالان خود موفق‌ترند، رویکرد بهتری به حل مشکلات دارند (حتی در سن طفولیت)، و بهتر از عهده فشارهای روانی زندگی مثل طلاق والدین یا مرگ یکی از اعضای خانواده برمی‌آیند.

به نظر می‌رسد این امنیت عاطفی زودرس، کودک را در مقابل مسائل و مشکلات زندگی عادی محافظت می‌کند. از این نظر، امنیت عاطفی یکی از بهترین ابزارهایی است که می‌توان برای کنار آمدن با زندگی در اختیار کودکان گذاشت. یکی از نکات اساسی که والدین باید به‌یاد داشته باشند این است که اگر بخواهیم کودک بتواند بدون نشان دادن مشکلات رفتاری جدی، فشارهای روانی زودگذر را تحمل کند، باید نوعی دلبستگی نزدیک داشته باشد، ولی لزومی ندارد این همان نخستین دلبستگی او در طفولیت باشد. این دلبستگی ممکن است بعد از یک‌سالگی با فرد دیگری غیر از پدر یا مادر شکل بگیرد. این یکی از دلایلی است که چرا پرستاران بچه، ناپدری یا نامادری، پدر و مادر بزرگ، خاله‌ها، دایی‌ها، عموها، عمه‌ها، و حتی خواهران و برادران بسیار بزرگتر می‌توانند نقش بسیار مهمی در بار آوردن کودکان مطمئن و دلشاد داشته باشند.

امنیت عاطفی

تحقیقات بسیار زیادی انجام شده است که نشان می‌دهد کودکی که امنیت دارد تقریباً از هر نظر بهتر از کودکی رشد می‌کند که احساس امنیت ندارد. محققین این کودکان را «دارای امنیت عاطفی» نامیده‌اند. متأسفانه تعداد زیادی از کودکان در سالهای طفولیت فاقد امنیت عاطفی هستند. حتی در خانواده‌های باثبات، خوشبخت، و طبقه متوسط، یک‌سوم تمام کودکان فاقد امنیت می‌باشند.

کودک دارای امنیت عاطفی به شما «نمی‌چسبد»، ولی از طرف دیگر در برابر تماس، اگر شما شروع‌کننده آن باشید، مقاومت نمی‌کند. کودک دارای احساس امنیت، اگر پس از مدتی غیبت دوباره نزد او بیایید، با روی باز شما را می‌پذیرد و اگر ناراحت باشد، حضور و تماس با شما او را آرام می‌کند. چنین کودکی همیشه شما را به یک غریبه ترجیح می‌دهد. از طرف دیگر، کودک فاقد امنیت عاطفی معمولاً از تماس با مادر خود، بخصوص اگر پس از مدتی غیبت او را دیده باشد، اجتناب می‌کند. کودکی که از این هم احساس امنیت کمتری داشته باشد، هنگام جدایی از مادر بسیار آشفته می‌شود و برای مادر غیرممکن است وقتی باز می‌گردد، کودک را آرام کند. چنین کودکی حتی ممکن است هنگام بازگشت مادرش عصبانی هم بشود و در مقابل تلاش برای آرام کردن، چه از سوی مادر و چه از سوی یک فرد بیگانه، مقاومت می‌کند. یک کودک شدیداً ناایمن ممکن است وحشت‌زده و آشفته باشد و دوست ندارد به کسی نزدیک باشد، هرگز تماس چشمی برقرار نمی‌کند و هرگز ابراز احساس نمی‌کند.

آثار مثبت امنیت عاطفی را به‌سادگی می‌توان در کودکان دوساله مشاهده کرد. به‌عنوان نمونه کودکان ایمن در این سن وسعت توجه بیشتری در بازی دارند، در تلاش برای یافتن راه‌حل کارهایی که ابزار در آنها دخالت دارد اعتماد به نفس بیشتری دارند، و غالباً به راحتی از مادر خود به‌عنوان منبع کمک و حلال مشکلات استفاده می‌کنند. در سن هجده تا سی ماهگی، کودکان ایمن حالت رشد یافته‌تر و پیچیده‌تری در بازی کردن دارند که نشان می‌دهد اجتماعی‌تر، از نظر عقلی جلوتر، و از نظر درک جهان بهتر از دوستان ناایمن خود هستند. کودکان ایمن در سن پیش‌دبستانی، تعامل سریع‌تر و روان‌تری با یک بزرگسال بیگانه مثل معلم برقرار می‌کنند. کودکان ناایمن اختلالات رفتاری خیلی بیشتری مثل کج خلقی و رفتار پر خاشگروانه از خود نشان می‌دهند. این گونه کودکان به دیگران می‌چسبند و طالب توجه‌اند، در مدرسه رفتار خوبی ندارند، و با شیطننت توجه دیگران را جلب می‌کنند.

کودکان ایمن همدلی بیشتری با سایر بچه‌ها و بزرگترها نشان می‌دهند. آنها از ناراحتی سایر مردم لذت نمی‌برند؛ در حالی که کودکان ناایمن به ناراحتی دیگران می‌خندند. در حدود سن چهار و پنج سالگی، کودکان دارای امنیت عاطفی از نظر رویکرد انعطاف‌پذیر به زندگی و کاردانی، برتر از کودکان ناایمن هستند و عزت نفس آنها در همان سن نیز بسیار بیشتر است. در سن پنج و شش سالگی نیز کودکان ایمن رفتار دوستانه‌تری دارند و نزد همسالان خود از محبوبیت بیشتری برخوردارند.

چرا و چگونه برای کودک امنیت عاطفی ایجاد کنیم

از هر نظر به نفع شماست که در کودک احساس امنیت و دلبستگی مطمئن نسبت به خود ایجاد کنید. الگوهای رفتاری معینی برای والدین وجود دارد که سبب ایجاد امنیت عاطفی می‌شوند، و شما باید از این الگوها تبعیت کنید. والدینی کودکان دارای امنیت عاطفی دارند که رفتار خود را با رفتار کودک منطبق می‌کنند، یا به عبارت دیگر از آهنگ رفتار و اعمال کودک تبعیت می‌کنند. همچنین به نظر می‌رسد والدین این‌گونه اطفال از نظر عاطفی با کودکان خود دوستانه‌تر رفتار می‌کنند. آنها بیشتر لب‌خند می‌زنند، بیشتر از آهنگ گفتار خود استفاده می‌کنند، و صدای خود را به شکلی گویاتر به کار می‌برند. آنها بیشتر کودکان خود را لمس می‌کنند و در آغوش می‌گیرند.

برعکس، مادران اطفال نایمن، «از نظر روانشناختی غیرقابل دسترس» خوانده می‌شوند. این مادران ممکن است افسرده باشند و از تماس با اطفال خود در ماههای اول زندگی بیزارند، تمایلی به توجه کردن به اطفال خود ندارند و حتی شاید آنها را نپذیرند و از آنها دوری کنند.

فشار روانی

بسیاری از اوقات، سرعت زندگی امروزه باعث «شتابزده شدن» کودکان می‌شود زیرا آنها را مجبور می‌کند زودتر از آنکه به راحتی توانایی آن را داشته باشند، با جداییها و موقعیتهای پریشان‌کننده دست به گریبان شوند. کودکان خردسال این نوع «شتابزدگی» را به منزله طرد خود و دلیلی بر اینکه والدینشان واقعا اهمیتی به آنها نمی‌دهند، تلقی می‌کنند. واقعا نیز اینکه به نحوی شتابزده هر روز مراقب کودک را تغییر دهیم، انتظار بیش از حد از او داشته باشیم، او را به موفقیت‌های تحصیلی مجبور کنیم، یا تصمیماتی بگیریم که خارج از توان اوست، نوعی طرد کردن است. این کار، طرد تصویری است که کودک از خود دارد و طرد آن چیزهایی است که قادر است با آنها سازگاری یابد و انجام دهد. شتابزدگی هم بر سلامت عاطفی کودک و هم بر سلامت جسمانی او اثر می‌گذارد. شتابزدگی مانع بزرگی بر سر راه رشد و تکامل فردی و تا حدی رشد جسمانی کودک نیز می‌باشد.

کودک چهارساله‌ای را در نظر بگیرید که پدر و مادرش کار می‌کنند. او را در یک مهد کودک خصوصی ثبت‌نام کرده‌اند و چون والدین او صبح زود از خانه خارج می‌شوند، هر روز صبح او را نزد همسایه می‌گذارند. همسایه، کودک را آماده می‌کند تا کسی که امروز قرار است او را به مهد ببرد بیاید و قبل از ساعت ۹ او را ببرد. در پایان روز تمام این مراحل به صورت معکوس انجام می‌شود. وقتی کودک به منزل می‌رسد، حدود دوازده ساعت خارج از خانه بوده و مجبور بوده است با افراد و اماکن مختلفی سازگاری یابد. برای یک کودک چهارساله، این فشاری شدید است و کودک برای انجام آن باید از تمام ذخیره انرژی خود استفاده کند. پس تعجبی ندارد که در مهد کودک کمی غرغرو و بهانه‌گیر است و به نظر نمی‌رسد چندان علاقه‌ای به بازی با سایر بچه‌ها داشته باشد. گاهی اوقات یک جا می‌نشیند و به فضای خالی خیره می‌شود. واضح است که توان او به نهایت خود رسیده و از بار ناشی از تغییرات زیاد رنج می‌برد.

همه ما فکر می‌کنیم که فقط ما بزرگسالان هر روز باید با فشارهای روانی فراوانی دست و پنجه نرم کنیم، ولی در زندگی کودکان نیز فشار روانی وجود دارد و آن را می‌توان اندازه گرفت (به صفحه ۸۸ مراجعه کنید). نمره سالانه کمتر از ۱۵۰ در حد میانگین قرار دارد، ولی کودکانی که نمره فشار روانی آنها بین ۱۵۰ و ۳۰۰ است تقریباً به طور قطع علائمی از فشار روانی مثل چسبیدن به پدر و مادر، مشکلات رفتاری، بی‌خوابی، عدم توانایی در تمرکز، شیطنت در مدرسه، و غیره نشان می‌دهند. اگر نمره فشار روانی کودک شما بالاتر از ۳۰۰ باشد، به احتمال بسیار قوی با یک ناراحتی جسمانی یا عاطفی شدید دست به گریبان است و نیاز به مشاوره تخصصی دارد.

به یاد داشته باشید که بازی کردن کودکان شیوه‌ای است که طبیعت برای مقابله با فشار روانی به آنان آموخته است. به عنوان پدر یا مادر شما می‌توانید با تهیه اسباب‌بازیها و بازیچه‌هایی که بیشترین میدان را برای قوه تخیل کودک فراهم می‌آورند، به او کمک کنید.

همچنین به یاد داشته باشید که کودک شما همواره در حال یادگیری از شماست، به ویژه اعمال و برخوردهای شما. بنابراین اگر توجه خود را روی زمان حال متمرکز کنید و با آن چیزی که در حال حاضر باعث نگرانی کودک شما شده است برخورد کنید، احتمالاً کودکی شما هم همین کار را خواهد کرد. اگر شاغل هستید، از وقتی که با کودک خود صرف می‌کنید لذت ببرید و سعی کنید آن را با فکر کردن یا صحبت در باره ساعاتی که در منزل نیستید خراب نکنید و در مورد جدایی بعدی نیز صحبت نکنید. با نگرانی در مورد گذشته و آینده، زمان حال را از دست می‌دهید و کودکان شما حتی وقتی هم که واقعا با آنها هستید شما را در کنار خود احساس نمی‌کنند.

نمره فشار روانی

۲۹	رفتن خواهر یا برادر بزرگتر از خانه	۱۰۰	مرگ پدر یا مادر
۲۹	مشکل با پدر بزرگ یا مادر بزرگ	۷۳	طلاق والدین
۲۸	موفقیت بزرگ	۶۵	جدایی والدین
۲۶	نقل مکان به شهری جدید	۶۳	مسافرت‌های شغلی یکی از والدین
۲۶	نقل مکان به محل دیگری از شهر	۶۳	مرگ عضو نزدیکی از خانواده
۲۵	دریافت یا از دست دادن حیوان خانگی	۵۳	بیماری یا جراحی کودک
۲۴	تغییر عادات شخصی	۵۰	ازدواج مجدد یکی از والدین
۲۴	مشکل با معلم	۴۷	اخراج پدر یا مادر از کار
۲۰	تغییر ساعاتی که با پرستار می‌گذراند	۴۵	زندگی والدین بدون وجود عشق و علاقه واقعی بین آنها
۲۰	نقل مکان به خانه جدید	۴۵	رفتن مادر به سر کار
۲۰	تغییر مدرسه	۴۴	بیماری یکی از اعضای خانواده
۱۹	تغییر عادات بازی	۴۰	باردار شدن مادر
۱۹	تعطیلات با خانواده	۳۹	مشکلات مدرسه
۱۸	تغییر دوستان	۳۹	تولد خواهر یا برادر جدید
۱۷	رفتن به اردوی تابستانی	۳۹	تغییر معلم یا کلاس
۱۶	تغییر عادات خواب	۳۸	تغییر وضعیت مالی خانواده
۱۵	بیشتر یا کمتر شدن گردهم‌آیهای خانوادگی	۳۷	صدمه دیدن یا بیماری دوست نزدیک
۱۵	تغییر عادات غذایی	۳۶	فعالیت فوق برنامه جدید
۱۳	تغییر مقدار تماشای تلویزیون	۳۵	تغییر تعداد دفعات دعوا با خواهر و برادر
۱۲	جشن تولد	۳۱	ترس از خشونت در مدرسه
۱۱	تنبيه به خاطر دروغ گفتن	۳۰	سرقت اموال شخصی
		۲۹	تغییر مسئولیتها در خانه

جدایی و طلاق والدین

کودکان نیز ممکن است دچار فشار عاطفی شوند، مثلاً به دلیل جدا شدن از افرادی که آنها را دوست دارند یا به آنها اعتماد دارند. البته کودکان باید با تلخی جدایی آشنا شوند و این امر جزئی از رشد سالم و طبیعی است، ولی جدایی مکرر فشار روانی بیش از حدی به کودک وارد می‌سازد.

جدایی و طلاق والدین کودکان را «هول‌زده» می‌کند زیرا آنها را مجبور می‌سازد با جداییهایی مواجه شوند که نمی‌بایستی تا سنین بالاتر، یعنی نوجوانی یا جوانی، با آن روبرو شوند، و بدین ترتیب باعث خروج زودرس آنها از عالم کودکی می‌شود. جداییهای دیگری که می‌توانند همین اثر را داشته باشند عبارت‌اند از: نقل مکان به خانه‌ای جدید، دوستان جدید، و مدرسه جدید. طلاق فشار روانی شدیدی بر کودک می‌آورد زیرا ممکن است از نظر انتخاب بین شما و همسران، که هر دو نیز سعی می‌کنید او را از دیگری بگیری، دچار مشکل شود. امروزه از آنجایی که طلاق خیلی شایع است، گاهی حتی احساس احتمال آن نیز سبب فشار روانی بر کودکان می‌شود.

در طلاق تقریباً همیشه پسری که از پدر خود جدا می‌شود و دختری که از مادر خود جدا می‌شود بیشتر رنج می‌برد تا کودکانی که پس از طلاق با پدر یا مادر همجنس خود زندگی می‌کنند. اگر پدر خانه را ترک کند، دختر هنوز مادر را دارد که با او همسان‌سازی کند، ولی پسری که پدر ندارد ممکن است هرگز روند همسان‌سازی را به درستی طی نکند، و سرانجام تصور بسیار مغشوشی از نقش خود داشته و فاقد اعتماد به نفس و اطمینان به نفس باشد.

همه کودکان پس از جدایی والدین در کوتاه‌مدت احساس درماندگی می‌کنند. در دو سال اول پس از طلاق، کودکان نوعاً منفی‌تر، لجبازتر، افسرده‌تر، عصبانی، و پرخاشگر می‌شوند. وضعیت تحصیلی آنها افت می‌کند و ممکن است بیشتر بیمار شوند. این وقفه ممکن است مدتی طول بکشد. در یک بررسی دیده شده است که پنج سال پس از طلاق، حدود یک سوم کودکان هنوز اختلالات چشمگیری مثل افسردگی را نشان می‌دهند.

**چگونه می‌توانید به
کودک خود کمک
کنید**

به نظر می‌رسد آثار جدایی در پسرها، بخصوص در کوتاه‌مدت، بیشتر باشد. پسرها همیشه درماندگی، رفتار منفی و انحرافی، و مشکلات درسی بیشتری نسبت به دختران خانواده‌های مشابه دارند. با این حال تمام مطلب به این بدی نیست. بر اساس تحقیقات به عمل آمده به نظر می‌رسد در بعضی شرایط، تأثیر جدایی روی کودکان کمتر یا زودگذرتر است. اگر والدین قبل از طلاق کمتر مشاجره آشکار داشته باشند و پس از آن هم مراعات ادب را نسبت به یکدیگر بنمایند، ناراحتی کودکان در بلندمدت کمتر خواهد بود. توافق والدین در مورد تربیت و انضباط بچه‌ها پس از طلاق و امکان اینکه کودک پدر یا مادری را که با او زندگی نمی‌کند به‌طور منظم ببیند و در نتیجه رابطه‌ای مثبت را با او حفظ کند، به این امر کمک می‌کند. به نظر می‌رسد حفظ یک سبک زندگی پایدار از جنبه‌های مختلف، به سازگاری کودک با طلاق کمک می‌کند. این پایداری شامل حمایت و امنیت مالی و عاطفی برای پدر یا مادری که از کودک نگهداری می‌کند (معمولاً مادر) می‌باشد. همچنین ماندن در همان خانه و همان مدرسه، تا کودک مجبور نباشد همزمان با چند تغییر سازگار شود، بهتر است.