

## سوءاستفاده عاطفی " عامل کاهش اعتماد به نفس کودکان / چگونه مشکلات رفتاری کودک مان را درمان کنیم؟

به گزارش پایگاه خبری بنیاد تحول اجتماعی و به نقل از نسیم، آسیه خالقی با اشاره به اهمیت توجه خانواده‌ها به موضوع سوءاستفاده عاطفی از کودکان اظهار کرد: سوءاستفاده عاطفی مجموعه‌ای از رفتارهاست که روی رفتار و اعتماد به نفس افراد اثر می‌گذارد اما توجه چندانی به تبعات آن نشده است؛ متأسفانه بسیاری از خانواده‌ها، آگاهی کمی نسبت به سوءاستفاده عاطفی دارند.

وی با ارائه مثال‌هایی از سوءاستفاده عاطفی افزود: هنگامی که کودک از مهدکودک یا مدرسه به خانه می‌آید و در جمع والدین می‌خواهد موضوعی را با ذوق و شوق تعریف کند، به او می‌گوییم اول دست و صورتت را بشو و بعد بیا حرف بزن! این کودک از لحاظ خودارزشی دچار مشکل خواهد شد زیرا این حس را به او القا می‌کنیم که شستن دست‌ها، موضوعی مهمتر از احساسات و حرف‌های اوست.

وی ادامه داد: سوءاستفاده هیجانی عاطفی مصادیق دیگری نیز دارد برای مثال اگر خانواده‌ای تمکن و توان دارد که امکانات رفاهی را در اختیار کودکش قرار دهد اما این کار را نکند یا اگر مادری دو فرزند دارد، تمام تمرکزش را روی فرزند کوچکتر خود بگذارد و از فرزند اول غافل شود؛ این مسائل از مصادیق سوءرفتار عاطفی به شمار می‌آید و احساس امنیت و شادی را از کودک می‌گیرد.

وی درباره تبعات سوءاستفاده عاطفی گفت: چنین رفتارهایی باعث می‌شود کودک احساس کند که با ارزش نیست یا اعتماد به نفس او کاهش می‌یابد و احساس شادابی و شادی از کودک گرفته می‌شود.

خالقی بروز مشکلات رفتاری در کودکان را از دیگر تبعات رفتار نادرست والدین با کودک عنوان و تصریح کرد: مشکلات رفتاری به دو دسته درونی و بیرونی تقسیم می‌شوند؛ برای مثال اضطراب یک مشکل درونی است که تنها خود فرد را اذیت می‌کند اما پرخاشگری یک مشکل رفتاری بیرونی است که به دیگران آسیب می‌زند.

وی با ارائه مثالی ادامه داد: لجبازی، کتک زدن بچه‌های دیگر، کشیدن موی همکلاسی‌ها، پرخاشگری کردن و ... از مصادیق مشکلات رفتاری کودکان هستند.

وی با بیان این‌که صحبت کردن با کودکان یکی از راهکارهای مؤثر در کاهش مشکلات رفتاری آنها است، متذکر شد: والدین باید روزانه حداقل نیم ساعت با کودک خود صحبت کنند و با کودک خود بازی‌های مورد علاقه‌اش را به طور مداوم و همیشگی انجام دهند؛ این بازی‌ها باید تعاملی و دو طرفه باشد؛ بدمینتون، توپ بازی، مسابقه نقاشی و ... می‌تواند جزو بازی‌های تعاملی به شمار بیاید؛ این بازی‌ها باعث می‌شود تا کودک حضور والدین خود را در زندگی‌اش احساس کند و باعث کاهش مشکلات رفتاری در آنها می‌شود. در این گفت‌وگوها و بازی‌ها، والدین باید به عنوان یک دوست و همبازی، کودک را همراهی کنند.

خالقی با بیان اینکه گفت‌وگو و انجام بازی‌های تعاملی با کودکان، غذای روح آنهاست، خاطرنشان کرد: برخی از مادران گلایه دارند که کودک آنها پرجنب و جوش یا کم‌صحبت است؛ بخشی از این رفتار به خلق و خوی بچه بازمی‌گردد یعنی ممکن است ذاتاً کودک کم‌صحبت یا پرجنب و جوش باشد اما بخش عمده با تعامل والدین با کودک، برطرف می‌شود.

وی با بیان اینکه امر و نهی کردن بیش از حد به کودک، راهکار حل مشکل نیست، توضیح داد: امر و نهی کردن سد ارتباط با کودک است و باعث کاهش اعتماد به نفس او و بروز مشکل در بزرگسالی می‌شود؛ برای مثال باعث می‌شود زمینه‌های ارتباط صمیمانه بین والدین و فرزند فراهم نشود و در این صورت نباید انتظار داشته باشیم که فرزندمان در نوجوانی همه حرف‌ها و کارهایش را با خانواده در میان بگذارد یا از راهنمایی‌های خانواده در مسیر ازدواج کمک بگیرد.

این دکترای تخصصی روانشناسی کودکان تأکید کرد: مادر و پدر از دو خانواده متفاوت و با ویژگی‌های مختلف در کنار هم قرار گرفته و خانواده تشکیل داده‌اند و بنابراین باید نسبت به خود و همدیگر، شناخت کافی داشته باشند تا بتوانند فرزند خود را به درستی تربیت کنند

---

نویسنده : مدیر سایت، تاریخ ارسال : چهارشنبه 16 آذر 1401 ساعت 12:01 بعد از ظهر