

## شیوه صحیح تشویق و تنبیه کودکان

**شیوه تشویق:** یکی از مهمترین و کارآمدترین ابزار های تربیتی، تشویق کردن است. از آنجا که کودک تمایل بسیار زیادی به جلب توجه و تاییدشدن دارد، به تشویق و تحسین واکنش مثبت نشان می دهد و به او اطمینان خاطر می دهد که مورد توجه قرار گرفته است. از این رو تشویق کردن، نه تنها موجب تقویت و پرورش رفتارهای مثبت می شود بلکه آرامش و نشاط کودک را در پی خواهد داشت. تشویق گاهی زبانی است که والدین با دلجویی و بیان جملات محبت آمیز، رفتار و گفتار کودک را مورد تشویق قرار می دهد و کودک را دلگرم و امیدوار می‌کنند و گاهی والدین با به آغوش گرفتن کودک، نوازش او، نگاه توأم با لبخند ، خرید شکلات، اسباب بازی، لباس ، گردش و... او را به خاطر عملی که انجام داده است، می ستایند. تشویق به جا و به موقع باعث رشد اعتماد به نفس در کودکان می شود. تشویق بر خلاف تنبیه از عوامل باز دارنده می باشد و از عواملی است که به کودکان نیرو می دهد. کودکی که تشویق می شود از کار خود احساس رضایت می کند. اصولا تشویق در نهاد کودک تاثیر فوق العاده ای دارد و او را به انجام کارهای نیکوتر و بهتر سوق می دهد. اگر کودک با انجام دادن کارهای خوب مورد تحسین قرار گیرد به آن کارها تمایل می شود و بر عکس.

### برای تشویق کودکان می توان از روش های مختلف پاداش دادن استفاده کنید

**پاداش کلامی:** در سنین خردسالی می توان از پاداش های کلامی بهترین استفاده را برد یعنی در زمانی که کودک رفتار مطلوبی در را انجام می دهد با کلام محبت آمیز و نیکو او را موردتشویق قرار دهید مثل: به به، آفرین متشکرم و... اگر پاداش های کلامی با توصیف کردن رفتار خوب کودک همراه باشند نتیجه خیلی بهتری خواهند داشت. چرا که کودک کاملا متوجه کار درستی که انجام داده می شود مثلا زمانی که کودک بعد از ورود به خانه کفش هایش را در جای مخصوص کفش گذاشت به او بگویم آفرین از اینکه کفش هایت را سر جایش گذاشتی متشکرم. سعی کنید در زمان گفتن جملات تشویقی این جملات را با احساس و هیجان بیان کنید یعنی طرز بیانتان شاد و پرانرژی باشد.

**پاداش غیرکلامی:** پاداش های غیر کلامی شامل پاداش هایی هستند که از کلام استفاده نمی گردد و با رفتارهایی ساده مثل با دست پشت کودک زدن، دست روی شانه او گذاشتن یا چشمک زدن مشخص می شوند. به طور مثال: زمانی که فرزندتان در جمع دوستانش هست و می خواهید او را به دلیل رفتار مناسبی که انجام داده تشویق کنید می توانید با چشمک زدن این کار را انجام دهید. بهتر است این نوع اظهار محبت و علاقه را به دفعات بیشتری با کودک داشته باشید و فقط به عنوان پاداش از آنها استفاده نکنید. گاهی می توان کارهایی را که کودک واقعا علاقمند به انجام آنها می باشد را به عنوان جایزه در نظر گرفت این کارها ممکن است شامل انجام یک بازی خواندن یک داستان رفتن به سینما و یا یک گرد دسته جمعی باشد گاهی از وسایل و اشیا مورد علاقه کودک برای پاداش دادن استفاده می کنیم مانند اسباب بازی مثال: اگر اتاقت را امروز عصر مرتب بکنی آن اسباب بازی که دوست داری برایت می خرم.باید توجه داشت که این نوع پاداش ها با باج خواهی تفاوت دارد چرا که این پاداش ها در مقابل انجام کار درست و افزایش انگیزه داده می شود در حالی که باج یا قبل از انجام رفتار داده می شود و یا در مقابل انجام کار غلط و نادرست پرداخت می شود .

**اصول مهم در پاداش دادن:** پاداش باید بلافاصله پس از رفتار مطلوب باشد به طوری که همان لحظه که کودک رفتار مناسب را انجام داد همان لحظه با پاداش های کلامی و بسته به نوع رفتار با انواع دیگر پاداش ها او را در مورد تشویق قرار دهیم. پاداش باید در شروع رفتار مطلوب توسط کودک داده شود و برای تکرار رفتار مناسب تا زمانی که رفتار مطلوب ثابت شود باید تشویق کودک ادامه یابد. فقط به رفتار های مطلوبی که می خواهیم ادامه پیدا کند پاداش دهیم. در تشویق کلامی بهتر است تشویق با توصیف آن رفتار همراه باشد مانند از اینکه اینقدر زیبا می نویسی خیلی خوشحالم. زمانی که می خواهیم کودک یک رفتار جدید را شروع کند استفاده از پاداش کاربرد زیادی داشته و باعث تقویت یادگیری رفتار می شود.

### اما چند نکته در تشویق:

۱ – علت تشویق باید برای کودک مشخص باشد. یعنی کودک شما باید بفهمد که به چه علت مورد تحسین والدین قرار گرفته است.

۲ – تشویق باید هر چند وقت یکبار و در برابر کارهای برجسته ی کودک باشد، نه به صورت همیشگی و برای هر کاری. زیرا در این صورت تاثیر خود را از دست می دهد و برای کودک مثل رشوه گرفتن است نه پاداش.

۳ – به استعداد های کودکان توجه کنید اگر کودکان در زمینه ی خاصی توانایی دارد حتما آن را شناسایی کنید و با تشویق آن باعث ایجاد پشتکار و میل به تمرین بیشتر او شوید.

۴ – باید عمل یا اخلاق نیک کودک را تحسین کرد نه خود او را. او باید بفهمد که کارش ارزش دارد و او جدای از کارش ارزنده نیست.

**شیوه تنبیه:** تنبیه در لغت به معنی آگاه کردن و در اصطلاح نوعی تحریک عاطفی از غیر راه مهرورزی و گاهی با خشونت و امری قابل تشویق است. این تحریک که صورت هشدار و در نهایت نتیجه بازدارندگی از انجام و ادامه یک عمل را دارد ممکن است بصورت نشان دادن حالت نارضایتی و غم و اندوه و تأسف از عمل باشد و یا بصورت وارد آوردن ضربه بر بدن با دست یا با وسیله‌ای دیگر. همچنین ممکن است به صورت اجرای برنامه‌ای آزاردهنده باشد بدین گونه که او را از شیئی مورد علاقه‌اش محروم کرده و از دستیابی به هدف دوست داشتنی او را باز دارند. کودک تنبیه را برای خود، برخوردی ناروا می‌شناسد و آن را برای خود هشدار یا خطری بحساب می‌آورد. تنبیه همه گاه بدنی نیست در موارد بسیار می‌تواند صورت اخلاقی، روانی و عاطفی داشته باشد، این سخن بدان خاطر است که برخی از والدین و مربیان تصور دارند که تنها با چوب و فلک و شلاق باید کودک پیش رفت کند و کودک حتماً باید کتک بخورد تا آن کار تنبیه بحساب آید. باید توجه داشته باشید که تنبیه‌های قهری و راهنمایی به دور از نصیحت، از بهترین روش‌های تربیتی کودک هستند. برای مثال اگر کودکی رفتار ضد ارزشی از خود نشان داد، والدین بدون اینکه از تنبیه بدنی استفاده کنند می‌توانند با روش‌های قهری مانند محرومیت کودک از چیزهایی که به آن علاقه دارد استفاده کنند. در نوجوانان نیز بهترین روش برقراری رابطه دوستانه است طوری که فضایی آماده باشد تا فرزند مشکلات خود را به والدین بگوید و

به نام دوست دار کودکان

## شیوه صحیح تشویق و تنبیه کودکان



خانه کودک جهان اندیش

پدر و مادر با مشارکت فرزند و بدون تحمیل نظر خودشان راه‌هایی برای رفع مشکل پیش روی او بگذارند. از نظر تربیتی تنبیه وسیله‌ای است حساس و خطرناک و باید سعی شود تا حدود امکان آن را به کار نگیرند، مگر آنگاه که فرد در مسیر لغزش و انحراف باشد و سدّ راه او جز از آن طریق امکان‌پذیر نباشد. و یا می‌خواهیم طفلی را به راه صلاح آوریم و شیوه‌ای جز این شیوه در اختیار نباشد. آنگاه که از تنبیه برای اصلاح و بازداشتن فرد از کاری استفاده می‌شود باز هم باید اندیشید و از روی حساب باشد. درباره کیفیت و میزان و شیوه عمل باید فکر کنید که صدمه جدیدی بر کودک وارد نیاید و وضع او را از بد بدتر نکند.

در طول زندگی همه ی رفتارها و عملکرد کودکان مناسب و مورد رضایت ما نیست . حتی گاهی رفتارهایی از کودکانمان سر می زند که لازم است با آن برخورد جدی صورت گیرد اما نکته مهم این است که چگونه باید کودکان را از یک عمل باز داشت . کودکان باید بیاموزند که کردارشان توام با نتایج و عواقبی است. بدون این عواقب کودکان افرادی خودخواه بار می آیند و این وظیفه والدین است که به یک کودک بیاموزد که شخصی مهربان ، منصف، صادق و درستکار باشد. از آنجایی که بیشترین یادگیری کودکان از طریق الگوها و نمونه هاست اینکه ما از به کار بردن کلمات خشن و تنبیه های غیر انسانی استفاده نکنیم بسیار حایز اهمیت است. لذا مرزها و محدودیتهایی را مقرر کنید. والدین باید بدانند که چه نوع محدودیت هایی ختم به چالش همیشگی و دایمی کودک می شود. والدین لازم است به حرف خودشان عمل کنند آنچه که حالا خوب و پسندیده نیست فردا و پس فردا هم نباید پسندیده باشد. هیچ گونه انحرافی از مقررات نباید داشته باشید و الا کودک گیج و سردر گم خواهد شد.

**تنبیه باید متناسب با جرم باشد:** تنبیه های کوچک برای بد رفتاری های کوچک و تنبیه های بزرگ برای بد رفتاری های بزرگ.

**خونسرد و آرام باشید:** والدین باید بسیار تلاش کنند که تعادل خود را از دست ندهند زیرا ممکن است حرفها و یا کارهایی انجام دهند که در آینده ختم به پشیمانی گردد. از همه اینها گذشته آنها فقط کودک هستند و کودکان اشتباهات زیادی مرتکب می شوند و البته گاه ارتکاب این رفتارها صرفا برای آزمایش اطرافیان است.

**امتیازات و حقوق ویژه را قطع کنید:** اگر کودکی کاری بسیار ناشایست را انجام داد، امتیازات خاصی مانند حق تماشای تلویزیون و بازی های کامپیوتری و .. را از او سلب کنید. مدت تنبیه از روی میزان نادرستی عمل انجام شده مشخص می شود.

**تذکر دادن:** برخی از اشتباهات در حد تنبیه نیستند بلکه لازم است به کودک اخطار داده شود که اگر به این رفتار ادامه دهد تنبیه خواهد شد. اطمینان حاصل کنید که به طور واضح و با لحنی قاطع به کودک تذکر داده اید که اگر ادامه دهد تنبیهش خواهید کرد مثلا اگر کودکان موقع صرف شام خودسری می کند به او بگویید که اگر ادامه دهی تو را به اتاق انزوا خواهم برد و اجازه شام خوردن دسته جمعی را نداری. اطمینان حاصل کنید که متوجه تذکر شما هست و گرنه در آینده هم شما را جدی نمی گیرد.