

Тарбияи фарзанд

Доктор Фотима Рамазонӣ

Баргардонанда ба сирилик
Диловар Султонӣ

Тарбияи фарзанд

Доктор Фотима Рамазонӣ

Баргардонанда ба сирилик
Диловар Султонӣ





Тарбияи фарзанд

Нависанда: Доктор Фотима Рамазонӣ

Сол: 2020

Тарҷумон: Диловар Султонӣ

Логотип: Маҷид Один

Тарроҳ: Маҳсо Бузургумед

Ношир: Мактаби равоншиносии Лондон

Мақтаби равоншиносии Лондон,
як ташкилоти ғайритиҷоратӣ буда,
ҳадафаш тарбияи муаллимони
равоншиносӣ чиҳати омӯзиши
асосҳои равоншиносӣ барои оромӣ шу
шодии бештари ҳамагон аст.

Давраҳои омӯзиши шашмоҳаи ин
мактаб ба забони форсӣ (тоҷикӣ) ё
англисӣ буда, ба шакли ҳузурӣ ё онлайн
тариқи ройгон «баъд аз марҳилаи
пазириши донишҷӯ» баргузор
мешавад. Матни ҳозир «Тарбияи
фарзанд» аст, ки дарси даҳуми ин
давра мебошад.

Ношир

МУНДАРИҶА

Се назария	1
Фарзияҳои тарбияи фарзанд, ки мубтани бар тарҳвораҳоянд	3
Сабкҳои тарбияи фарзанд, ки аз назари Луис зараррасон аст	16
Ниёз ба амният (пазириш ва пайвандҷӯӣ)	21
Ниёзи худгардонӣ (худмухторӣ)	28
Ниёзи маҳдудиятгузинии мантиқӣ	36
Ниёзи интизорҳои воқеъбинона аз кӯдак	46

Се назария

Назарияи пешсохтгарой

Кӯдаконро ба шакли намунаи хурдшуда аз фарди калонсол медонистанд. Дар зиндагии иҷтимоӣ ҳам бо кӯдакон мисли бузургсолон бархурд мешавад. Кӯдаконро дар синини 7–8 солагӣ барои кор ва шогирдӣ ба шахрҳо ва деҳаҳои дигар мефиристанд. Тафреҳ, навъи пӯшока, хӯрока ва ғайра монанди бузургсолон буд. Таълиму тарбият ҳам ба синну сол рабт надошт. Кӯдакони бо синну соли гуногун дар канори ҳам илмҳоро омӯзиш мегирифтанд.

Назарияи муҳитгароии Чон Лок

Чон Лок мӯтақид буд шахсияти инсонҳо тавассути муҳит шакл мегирад ва истилоҳи “лавҳаи сафед” – ро матраҳ кард. Дар бораи мафҳуми ёдгирӣ мӯтақид буд, ёдгирӣ бояд

ором ва тадриҷӣ бошад. Мафҳумҳои монандитакрор, тақлид, ассотсиативӣ, ташвиқу тарбиятро барои ёдгирӣ унвон кард, ки системаи таълиму тарбиятиро дар ҷаҳон шакл дод. Бар асоси ин назария тарбият як тарафа ва аз берун ба дарун мебошад.

Назарияи табиатгароии Жан-Жак Руссо

Руссо бо ин ақидаи Лок, ки кӯдакон ҳамчун зарфи холӣ ҳастанд, ки бо омӯзишҳои калонсолон пур мешаванд, мухолифат кард. Руссо бовар дошта, ки кӯдакон зарфи холӣ нестанд, балки шеваҳои эҳсосу тафаккури хоси худро доранд ва табиати даруни онҳо дорой марҳилаҳои гуногун бо қобилиятҳои гуногун аст. Руссо аввалин касе буд, ки барои рушди кӯдак марҳилаҳоро дар назар гирифт. Руссо рушдро аз дарун ба берун медонист. Аз нуқтаи назари ин мактаб, мураббӣ ва бузургтарҳо набояд мустақим ба кӯдакон омӯзиш диҳанд, балки бояд

табиати кӯдаки ӯро ҳидоят кунанд. Руссотарбиятро дутарафамедонист (пайдошанванда аз даруни кӯдак ва дар ҳамкорӣ бо муҳит).

Фарзияҳои тарбияи фарзанд, ки мубтани бар тарҳвораҳоянд

1. Саломати равонии волидон нақши инкорнопазире дар тарбияи фарзанд дорад.

Мушкилоти равоншинохтӣ монанди изтироб, таҳрикпазирӣ, афсурдагии пас аз зоямон ва ғайра бояд мавриди таваҷҷуҳ қарор бигирад.

2. Тарҳвораҳои худӣ волидон нақши муҳиме доранд.

Ба мисоли зер дар заминаи нақши тарҳвораҳо дар тарбияи фарзанд таваҷҷуҳ кунед:

Волиде, ки тарҳвораи *Маҳрумияти ҳаяҷонӣ* (EMOTIONAL DEPRIVATION) дорад: мумкин аст дар эҷоди дилбастагӣ ба мушкилӣ бархурд

кунад, агар сабки чубронӣ дошта бошад, фарзанд дучори тарҳвораи *Вобастагӣ* (DEPENDENCE) мешавад. Агар сабки таслим дошта бошад, фарзанд дучори тарҳвораи *Маҳрумияти ҳаяҷонӣ* (EMOTIONAL DEPRIVATION) мегардад.

Волиде, ки тарҳвораҳои *Итлоат* (SUBJUGATION) ва *Исор* (SELF-SACRIFICE) дорад: наметавонад ниёзи маҳрумиятҳои воқеъбинонаро баровард кунад. Ба таври мисол, барои бозӣ бо планшет маҳдудияти замонӣ мегузорад, вале дар иҷро дучори мушкил мешавад, чун фарзанд ба қонунтаннаме диҳад ва бо гиряву бераҳм унвон кардани модар тарҳвораҳои *ӯро фаъол мекунад* ва модар планшетро пас медиҳад. Пас мумкин аст, тарҳвораҳои *Хештантаҳавулнаёфта* (UNDEVELOPED SELF), *Худшифтагӣ* (ENTITLEMENT) ва *Ҷалби таваҷҷуҳ* (APPROVAL-SEEKING) дар фарзанд эҷод шавад.

Волиде, ки дорои тарҳвораи *Боздори*

ҳаяҷонӣ (EMOTIONAL ENHABITION) аст: наметавонад эҳсосоти мусбат ва манфиро иброз кунад. Хусусан, падарҳо дар ибрази ҳаяҷонот мушкил доранд. Масалан, кӯдак бо завқнаққошии кашидааш роба падар нишон медиҳад, ниҳоятан вокуниши падар “Офарин!” гуфтан аст.

Волиде, ки тарҳвораи *Меъёрҳои сахтгирона* (UNRELENTING STANDARDS) дорад: чунин волид ҳаққи чандоне барои шодиву бозӣ ва озодии кӯдак дар назар намегирад ва мудом аз муваффақият ва беҳтарин шудан ҳарф мезанад. Фарзанд мумкин аст дучори тарҳвораҳои *Бекифоятӣ* (INCOMPETENCE), *Меъёрҳои сахтгирона* (UNRELENTING STANDARDS), *Раҳошудагӣ* (ABANDONMENT) ва ғайра шавад.

Волиде, ки тарҳвораи *Худшифтагӣ* (ENTITLEMENT) дорад: мудом аз паси беҳтарин будан ҳаст. Чунин волид тарҳвораҳои *Боздории ҳаяҷонӣ* (EMOTIONAL ENHABITION) ва *Итоат* (SUBJUGATION)–ро дар фарзандаш эҷод мекунад.

Волиде, ки тарҳвораи *Манфигароӣ* / *Бадбинӣ* (NEGATIVITY / PESSIMISM) дорад: чунин волид доим аз саҳтиҳо ва нокомиҳои зиндагӣ менолад ва аз ин ки дорои фарзанде шуда аст, ибрази нохушнудӣ мекунад. Масалан, ҷумлаҳои мисли «Оиладорӣ хиётан, бачадорӣ ҷиноят» доранд. Фарзандон дар чунин муҳит эҳтимолан дучори тарҳвораҳои *Беэътимодӣ* (MISTRUST), *Раҳошудагӣ* (ABANDONMENT) ва *Вобастагӣ* (DEPENDENCE) мешаванд.

3. Мушкилоти волидон бо падару модари худашон монеъи тарбияи муассири фарзанд аст.

Мисол худи волид падари нолоиқу безарфият дошта аст: ҳоло табдил ба волиди бешҳимоятгар мешавад, ки тамомимуддат дар хадамоти фарзанд аст. Чунин волид ниёзи маҳрумияти воқеъбинона ва худмухториро наметавонад ирзоӣ кунад.

Ё фард волиде дошта, ки дар масъалаҳои молӣ хасис буда аст. Ҳоло

бовар дорад, ки “бача даҳон боз кунад, бояд ниёзҳояш бароварда шавад”.

4. Фаъол шудани тарҳвораҳои волидон боиси бемехрӣ, бетаваҷҷухӣ (mindlessness) мешавад.

Чун тарҳвораҳо дар системаи амигдала (amygdala) кодгузорӣ мешаванд ва ҳар чӣ тарҳвора қавитар бошад, робитаи байни амигдала (маркази ҳаяҷонот) ва фронтал (Frontal lobe – маркази истидлол) заифтар аст, ки ин боиси адами ба коргирии дониш ва маҳорат мешавад.

Мисол, волиде баён мекунад «Медонам, набояд бачаамро занам, наметавонам. Медонам, бояд ҳоло ба оғӯшаш гирам, вале танбеҳаш мекунам».

Роҳу усулҳои *Майндфулнесс* ва *Танзими ҳаяҷонӣ* барои ин ки мутаваҷҷеҳи тарҳвораҳо бошем, бисёр кӯмаккунанда аст.

5. Барои тарбияи муассири

фарзанд бояд робитаи солим бо ҳамсар дошта бошед.

Чаро носозгориҳои заносиҷӯӣ дар тарбияи фарзанд муассир аст?

а) Амнияти равони кӯдакро зерин соя қарор медиҳанд.

Баҳсу даъво ва дилхӯрӣ ё сардӣ отифиро кӯдакон хеле зуд пай мебаранд.

б) Беэтимодӣ кӯдак ба тавонмандии волидон.

Замоне, ки волидон доиман дар масъалаҳои мисли молӣ–пулӣ, рафту омад, тафреҳот, вазифаҳои ҷонибҳо ва ғайра дучори ихтилоф ҳастанд фарзандон нисбат ба тавоноии волидон барои ҳалли масъалаҳо ноумед мешаванд.

в) Гоҳе носозгориҳои заносиҷӯӣ боиси сарфи вақти кам ё зиёд бо фарзанд мешавад.

Вақте фазои хона ва робита бо ҳамсар

барои шахс қобили таҳаммул нест ё канорагирӣ намуда, саъй мекунад камтарин замонро дар хона ҳамроҳи аҳли хонавода бошад ё баръакс бештарин замонро барои фарзанд ва хона сарф мекунад, ки дар ҳар ду сурат ба фарзанд садама мезанад, чун волид даргири ниёзҳои худаш аст.

г) Вақте волидон бо ҳам носозгорӣ доранд, то ҳадде, ки ризоиятмандӣ ва кайфияти зиндагиро таҳти шуоъ қарор медиҳанд.

Фарзандон эътимод ва эътиқод ба мафҳумҳои мисли самимият, ишқу дӯст доштанро аз даст медиҳанд.

д) Носозгориҳои давомдор саломати ҷисмии кӯдакро таҳдид мекунад.

Хобвасистемаи эминии кӯдакдучори мушкил мешавад ва ҳатто дар мизони рушди мағзӣ низ таъсиргузора аст.

6. Волидон бояд Good Enough (дар ҳадди кофӣ) бошанд.

Волидони камолгаро масмумияти ҳаяҷонӣ эҷод мекунанд ва бо фидокорӣ ва хидматгузори беш аз ҳад кӯдакро масмум ва худро маҷруҳ мекунанд. Волидоне, ки дучори синдроми *МОДАРИ ХУБ* ҳастанд, ба кӯдак ин фурсатро намедиханд, ки ҷаҳони воқеиро таҷриба кунад. Мо ба *Волидони кофӣ* (Good enough Parents) ниёз дорем; волидоне, ки ба ниёзҳои худ низ фикр мекунанд, волидоне, ки гоҳе бад ҳастанд. Қарор нест ҷое ба мо «Ҷоми модари бартар» бидиханд.

7. Тарбияи фарзанд заруратан бо эҳсосоти мусбат ҳамроҳ нест. Мо эҳсосоти манфиро ҳам таҷриба мекунем.

Фарде, ки меъёрҳои саҳтгирона дорад, фикр мекунад, ки бояд ҳамеша нисбат ба фарзандам эҳсоси мусбат дошта бошам. Ҳамчунин клишеҳои фарҳангӣ вучуд доранд, ки волидон ва бахусус модарро фарди фидокор ва ҳамеша меҳрубон медонанд. Дар сурате, ки робитаи волид ва фарзанд

монанди ҳар робитаи дигарешомили эҳсосоти манфӣ монанди ғам, стресс, беҳавсалагӣ ва ғайра аст. Муҳим ин ки волидон ин эҳсосотро бипазиранд ва мудирият кунанд.

8. Фарзандон тавоноии болое доранд, ки паёмҳои волидонро дарунӣ кунанд.

Ҳамеша ёдгирӣ аз тариқи паёмҳое, ки гуфта мешаванд иттифоқ намеафтад. Паёмҳое, ки ба сурати каломӣ гуфта намешаванд, қудрати бештаре дар интиқол доранд.

Масалан, падар вори ди хона мешавад ва лабханд аз рӯи сурати модар маҳв мегардад. Кӯдак ин паёмро дарёфт мекунад: «мард ё падар одами хубе нест». Ё падаре, ки то дервақт сари кор аст, ин паёмро мерасонад, ки “кор аз хонавода муҳимтар аст”. Ё модаре, ки солҳост барои худаш чизе нахарида аст, ин паёмро мунтақил мекунад, ки “модари фидокор касе аст, ки ба худаш аҳамият намедиҳад”.

Кӯдак мушоҳидагари забардаст ва тафсиргари хомдаст аст.

9. Волидгарӣ ниёзманди ин маридаҳо аст:

● Гароиш ба самти кӯдак

Вақте ҳоли волидон хуб аст ба кӯдак наздик мешаванд. Масалан, кӯдак дар утоқ машғули бозӣ ё дарс хондан аст ва волидон бо кӯдак шӯҳӣ мекунанд, бӯс мекунанд ва ғайра.

Манзур аз гароиши ба самти кӯдак замоне аст, ки ҳоламон бад аст. Масалан, кӯдак харобкорӣ карда, ҳама ҷоро ба ҳам рехта, ангушташро ҳам бурида аст, ҳоло чӣ тавр ба самти кӯдак меравем? Аксаран, волидон бо хашму стресс ба самти кӯдак мераванд. Дар бисёр ҳолатҳо вақте иттифоқи барои кӯдак меафтад, ҳоли худӣ волидон бадтар аст. Дар ин сурат кӯдак эҳсоси тарс ва ноумедӣ мекунад. Вале волидоне, ки тавоноии мудирияти ҳаяҷонӣ доранд ва бо хунсардӣ ва меҳрубонӣ суроғи

кӯдак мераванд, боиси эҷоди ҳисси пазириш ва умед дар кӯдак мешавад.

● Чӣ қадар аз тарбияи фарзанд лаззат мебаред?

Аз модар ё падар будан эҳсоси ризоият мекунед? Системаи сармоядории имрӯза барои волидгарӣ саҳми зиёде қоил нест. Масалан, занҳо фикр мекунанд, фарзанд доштан кори бефоида ва беҳуда аст. Ҳатто ба навъе таҳқир маҳсуб мешавад. Мардон нигоҳдорӣ аз кӯдакро навъи таҳқир медонанд.

● Системхонии кӯдак

- Ман чӣ қадар метавонам дунёро аз зовияи кӯдакам бубинам?

- Пушти рафтори кӯдак чӣ ангезае аст?

- Оё метавонам ангезаро пайдо кунам?

Забони кӯдак забони айнӣ аст. Забони айнӣ, яъне забони содда, равшан ва мусбат. Бузургсолонҳангомисӯҳбат бо кӯдакон бо забони интизой (мавҳумӣ,

абстрактӣ) бо кӯдак сӯҳбат мекунанд.

10. Баҳисобгирии як нусхаи тарбиятӣ барои тамоми кӯдаконнокоромад аст ва хулқу хӯ, сабки тарбия фарзандро таҳти таъсир қарор медиҳад.

Хулқу хӯ:

Абъоде аз шахсият, ки таҳти таъсири меросбарӣ ва биоложик аст.

Абъоди (андозаи) хулқу хӯ:

- Иҷтимоъпазирӣ (Sociability) (дарунгарой–берунгарой);
- Сатҳи фаъолият;
- Невроз (пархошгарӣ, андӯх, нигаронӣ ва изтироб);
- Таҳрикпазирӣ (ҳассос будан ба тағйироти муҳит ва равонӣ...);
- Истодагарӣ, тамаркуз, ниёз ба озодӣ;

11. Особҳое, ки волидон бе ҳеч нияти бад ба фарзандон мезананд.

Ба таври хулоса метавон гуфт, ки тарбияи фарзанд, ки мубтани бар тарҳвораҳо аст, дорои 4 буъд мебошад:

- Робита бо падару модари волидон
- Робита бо ҳамсар
- Робита бо хулқу хӯй кӯдак
- Робита бо кӯдак.

Сабкҳои тарбияи фарзанд, ки аз назари Луис зараррасон аст

1. Сабки ночиз доништан, кам баҳо додан (беарзиш кардан):

Волидоне, ки тавоноҳои кӯдакро камарзиш медонанд.

Мисол, диққат кунед ба ин ҷумлаҳо:

– Боз ҳам вайрон кардӣ. Сад даъфа гуфтам, кори ту нест.

– Як гапро чанд бор ба ту гӯянд.

– Охираш ҳам як балое ба сари худат меорӣ.

Ё ин ки бачаро хиҷолатзада мекунанд ва эҳсоси гуноҳ ба ӯ медиҳанд:

– Бад аст, ки гиря мекуни.

– Шарм намедорӣ, ки аз торикӣ метарсӣ?

- Хар ҳам буд, то ҳол ёд гирифта буд.
- Толеъ надорам, ин ҳам бачаи ман аст.
- Гапнодаро.
- Писари бад ё духтари бад.

2. Сабки волидони камолгаро ва шартгузоранда:

Бача барои ин ки дӯст дошта шавад, бояд дастоварде дошта бошад:

- Агар меҳоҳӣ модарат дӯст дошта бошад, бояд хӯрокатро тамом кунӣ.
- Агар меҳоҳӣ падарат бошам, бояд фалон корро анҷом бидиҳӣ.
- Бачаи бад ҳастӣ, дигар модарат намешавам.

Ин волидон хеле қаҳр мекунанд:

- Дигар бо ту гап намезанам, аслан меравам модари дигар кас мешавам.

3. Сабки волидони контролгар:

Ин волидон мехоҳанд ҳеҷ иттифоқи бадебарои кӯдакашон наафтад ва дар талош ҳастанд, ки ба қавли маъруф “байни пари қу бузург шавад”. Ин сабк боиси коҳиши таҷрибаи кӯдак барои зиндагӣ ва шиканандагии беш аз ҳадди ӯ мешавад. Масалан модаре, ки ҳатто вақте меҳмонӣ меравад, хӯрок барои кӯдак мебаррад, мабодо кӯдак хӯроки меҳмониро нахӯрад ё барояш муносиб набошад.

4. Сабки волидони танбеҳгар:

Тамоми дағдағаи ин волидон *дуруст* ва *нодуруст* аст. Қонуне доранд, ки кӯдакон ҳатто камтарин нақше дар онҳо надоштаанд. Мисол:

- Касе набояд дар хонаи ман беадабӣ кунад.
- Касе набояд дурӯғ гӯяд.
- Дигар набинам, ки аз ин корҳо карда бошӣ.
- Ба забонат қаланфур мегузорам.

То вақте ҳама чиз тибқи қонун аст, ин волидон коре надоранд. Фақат замоне суроғи кӯдак мераванд, ки хатое карда бошад. Эҳтимолан ин навъи рафтор боиси шаклгирии тарҳвораҳои *Маҳрумияти ҳаяҷонӣ*, *Боздории ҳаяҷонӣ* ва *Итоат дар кӯдакон* мешаванд.

5. Сабки волидони бесубот, бемеҳр:

Волидони дамадмимизоҷ ва ғайри қобили пешбинӣ ҳастанд. Волидоне, ки хулқу хӯйи босубот надоранд. Ошуфтаву парешон ҳастанд. Дучори мушкилоте мисли эътиёд, носозгориҳои хонаводагӣ ва заносӣ ҳастанд. Волидоне, ки бо ҳам ҳамоҳанг нестанд.

6. Сабки волидони бешҳимоятгар:

Ин волидон хизматгор ва мувоқибӣ фарзандон ҳастанд. Масъалан, ин навъ волидон мегӯянд:

– Ту фақат дарс бихон ва ба ҳеч коре кор надошта бош.

7. Сабки волидони бадбин:

Ин волидон аҳли ғур задан, бадбин ва ояи яъс хондан ҳастанд. Аз ҳама чиз норозиянд, ҳатто аз фарзандор шудан.

8. Сабки волидони бепарвои ифротӣ:

Волидони бемасъулият ва бемеҳре ҳастанд, ки ҳадди ақали замон ва энержиро барои фарзандон сарф мекунанд. Ва аз мушкилот, майлу хоҳиш ва ниёзҳои кӯдакашон хабар надоранд.

Ниёз ба амният (пазириш ва пайвандҷӯӣ)

Ниёз ба амният шомили се ниёз: *дилбастагӣ, тафреҳ* ва *озодӣ* мебошад, ки Ҷеффри Янг дар тархворадармонӣ матраҳ карда аст.

Амният, яъне кӯдакнисбатбаволидон ва хона аҳсоси муҳаббат ва дилбастагӣ дошта бошад ва новобаста аз тамоми эродҳое, ки дорад пазируфта шуда ва ишқи бидуни шарту шароит дарёфт кунад.

Равоншиносе бо номи Эриксон марҳилаҳои зиндагиро ба давраҳои мухталифи синну солӣ тақсим карда аст. Ва барои ҳар давраи синну сол вазифаҳои хос дар назар гирифта аст. Дар сурати анҷоми дурусти ин вазифаҳо, шахс дастоварде хоҳад дошт.

№	Синну сол	Вазифаҳо	Дастовард
1	0–2	Эътимод дар муқобили безътимодӣ	Умед
2	2–3	Худмухторӣ дар муқобили эҳсоси шарм	Ирода
3	3–5	Ташаббус дар муқобили эҳсоси гуноҳ	Ҳадаф
4	6–11	Сахткӯшӣ дар муқобили эҳсоси ҳақорат	Шоиस्ताгӣ
5	11–18	Ягонагии ҳуният дар муқобили сардартумӣ	Вафодорӣ
6	18–35	Самимият дар муқобили ҷудой	Ишқ
7	35–55	Зояндагӣ дар муқобили руқуд	Муроқибат
8	55 ба боло	Ягонагии худ дар муқобили ноумедӣ	Хирад

ЭЪТИМОД дар муқобили БЕЪТИМОДӢ

Навзоди инсон бисёр нотагон ба дунё меояд ва барои тамоми ниёзҳои худ ба дигарӣ мӯҳтоҷ аст. Навзод мутаваҷҷеҳи ин хорӣ дар худ мешавад. Аз тариқи иртиботи амн бо сужаи ишқе, ки аксаран модар мебошад, ин эҳсоскоҳиш меёбад ва навзод умедвор мешавад, ки тавоноии зиндагӣ дар ҷаҳонро бо вучуди тамоми нуқсҳои худ ва мушкилоти дунё дорад. Бо ҳар сабабе, агар дилбастагӣ дар кӯдак садама бинад, кӯдак эҳсоси ноумедӣ мекунад ва нисбат ба худ, дигарон ва ҷаҳон ноумед мешавад ва эҳсоси адами амният пайдо мекунад.

Волидон бояд ба кӯдакон кӯмак

кунанд то ин ҷаҳонро кашф кунанд. Кашфе, ки пур аз дарди сар аст (ба замин афтодан, гиря кардан, даъво бо ҳамсолон, ноком шудан ва ғайра). Беҳтарин замон барои эҷоди эҳсоси амният дар кӯдакон замонест, ки кӯдак дучори ҳаяҷонҳои манфӣ шудааст. Мутаассифона волидон бо гуфтани ҷумлаҳои зер (мисол) кӯдакро ноумед мекунанд:

– Чӣ шуд? Охир чӣ мехоҳӣ?

– Мондаам кардӣ, ором шав.

– Ҳар коре дӯст дорӣ, анҷом бидех, фақат овозат набарояд.

– Чанд бор гуфтам, агар ин корро анҷом диҳӣ азият мешавӣ, ҳоло бикаш.

Дар шароите, ки ниёз ба амният дар кӯдак бароварда шавад, кӯдак дорои вижагиҳои зер мегардад:

Эътимод: Ба ҷаҳонбаунвони маконе, ки имкони зиндагӣ дар он вучуд дорад нигоҳ мекунад.

Самимият: Тавоноии барқарории робитаи отифӣ бо дигаронро дорад.

Пазириши худ: Худро бо вучуди нуқсҳо комил медонад ва аз паси камолгарой нест.

Ва боварҳои зер дар ӯ шакл мегиранд:

– Ман дӯстдоштанӣ ҳастам.

– Ман арзишмандам.

– Ман тавонмандам.

– Метавонам аз ӯҳдаи масъалаҳоям бароям.

– Волидонам бо ман ифтихор мекунанд.

Зикри ин ниёз:

Муҳимтарин вазифаи волидон амният аст, на тарбият.

Роҳу усулҳои ирзои ниёзи амният

1. Сари вақт бо кайфият

- Бозӣ бо кӯдак (Бозӣ коре аст, бе ҳеҷ ҳадаф ва лаззатбахш, мисли давидан, гӯштингирӣ кардан ва ғайра);
 - Даъват аз кӯдак барои анҷоми бозии мавриди алоқаи ӯ;
 - Анҷоми фаъолиятҳои муштарак бо кӯдак (монанди анҷоми корҳои хона);
 - Табиатгардӣ;
 - Бо ҳам будани аъзои хонавода (мисли хӯрдани хӯроки шом бо ҳам);
 - Халлоқият дар анҷоми бозӣ ва корҳои лаззатбахш (мисол савори метроруавтобусшудан, шонакардани мӯйҳои ҳам ва ғайра);
2. Рафтн ба ресторан ва қаҳвахона ҳамроҳи кӯдак;
 3. Бо ҳам дидани филми тасвирӣ;
 4. Замонеро дар ихтиёри кӯдак будан (Масъалан, “Ман ҳар рӯз соати аз 6 то 7 дар ихтиёри ту ҳастам”.)

5. Фурсат додан ба кучковии кӯдак (Кӯдакон тамоюли кашфи ҷаҳонро доранд ва бозӣ бо бозичаҳо дар синну соли хеле поён барояшон ҷаззобият надорад. Имкон диҳед, то кӯдак асбобу ашё ва атрофашро кашф кунад, на ин ки ба утоқи пур аз бозича таъйид (депортатсия) шавад.)

6. Барои ёфтани ҷавоби саволҳо ба кӯдак кӯмак кунед (Кӯдакон фарояндмеҳвар ҳастанд, на натиҷамеҳвар, пас зарурате надорад, ки ҷавоби ниҳоиро дар ихтиёраш қарор диҳед. Дар фароянди ҷустуҷӯ ҳамроҳи ӯ бошед.)

7. Бо ҳам кордастӣ дуруст кунед.

8. Вақте кӯдак ғарқи коре ҳаст, суроғашро бигиред.

9. Ёддоштеёнаққоше, ки баёнкунанда аз он аст, ки шумо ӯро дӯст медоред, барояш тақдим кунед.

10. Ҳар чанд вақт як бор ба ӯ бигӯед: “Аз туро доштан хушҳол ҳастам”.

11. Достони интихоби номашро барояш таъриф кунед.

12. Кӯмак кунед, эҳсосоти нохушояндашро бозгӯ кунад.

13. Кӯмак кунед, рӯи эҳсосоташ ном бигзоред.

14. Дар ҳаяҷоноти манфии кӯдак дастур содир накунад.

15. Ба кӯдак гӯш диҳед.

Ниёзи худгардонӣ (худмухторӣ)

Кӯдаке, ки ин ниёз дар ӯ бароварда шуда бошад, вижагиҳои зерро дорад:

1. Дорои амалкарди мустақил аст ва ба мавқеъ низ кӯмак мегирад;

Кӯдак мутаносиб бо синну солаш дорои истиқлол аст. Мисол кӯдаки 11 сола худаш вазифаи хонагиашро анҷом медиҳад. Кӯдаки 9 сола медонад, бояд чӣ соат бихобад. Кӯдаки 6 сола метавонад танҳои ҳоҷатхона равад ва барои анҷоми ин корҳо лозим нест фарде мудом ёдрасонӣ кунад.

2. Хушбин аст;

Хушбинӣ, яъне талош кунам шояд битавонам. Хушбинӣ аз зудбоварӣ ё соддалавҳӣ фарқ мекунад. Кӯдак

дар солҳои аввалияи зиндагӣ бисёр хушбинастватарсизии денадорад, вале бар асари даҳлат ва танзими волидон ин вижагӣ коҳиш меёбад. Контрол ва мувозеби беш аз ҳад, кӯдакро ба ҷаҳон бадбин мекунад ва эҳсоси нотавањиро дар кӯдак шакл медиҳад.

Тибқи марҳилаҳои рушди Эриксон 2 то 4 солагӣ синни тақлифи худмухторӣ дар муқобили шарм аст, ки дастоварди ин тақлиф ирода мебошад. Кӯдак дар ин синну сол мудом аз калимаи «Ман» истифода мекунад. Меҳоҳад ҳама чизро имтиҳон ва кашф кунад. Волидон бо саҳтгирӣ, нигаронӣ ва истифода аз ҷумлаҳои мисли “Нарез; Ҷамъ кун; Вайрон кардӣ; Бигзор ба ту ёд диҳам; Ин кор дуруст нест; Ин кор бад аст; Духтар/писари хуб бош ва ғайра” пеши шаклгирии иродаи кӯдакро мегиранд.

3. Алоқа ба дигарон;

4. Қудрати муқобилият ба мушкилоти зиндагиро пайдо

мекунад, чун эҳсоси контроли дарунӣ дорад;

5. Тобоварӣ дорад:

Тобоварӣ, яъне мушкилотро чолиш медонад, на таҳдид. Мисол, қабул нашудан дар озмунро поёни зиндагӣ намедонад, ё ба сабаби рад шудан ё шикаст хӯрдан дар коре дучори дармондагӣ ва афсурдагӣ намешавад.

Масъалаҳое, ки боис мешаванд ин ниёз бароварда нашавад:

1. Контролгарӣ;

Контролгарию волидон навъҳои гуногуне дорад:

- Контроли ғизой: Ин мушкили бисёре аз волидони имрӯза аст, ки мудом нигарони хурду хӯроки кӯдак ҳастанд. Кӯдаконе, ки дар ин замина контрол мешаванд дучори ин мушкилиҳо дар оянда мешаванд:

- Коҳиши худмухторӣ;

- Хатари гирифтӣ ба бемории

хурду хӯрок, монанди беиштиҳои асабӣ ё пурхӯрии асабӣ;

– Хатари гирифтӣ ба рафторҳои эътиёди даҳонӣ, монанди сигор кашидан ва машруб хӯрдан;

– Коҳиши худконтролӣ

● **Контроли ҷисмӣ:** Нигаронӣ дар мавриди саломати ҷисмии кӯдак ва тафтиш кардани мудом мушкилоти ҷисмӣ. Масалан модар дар чор фасли сол ҳамеша ҳам либоси гарм, ҳам либоси хунук барои кӯдак ҳамроҳ дорад, то мабодо ҳаво тағйир кунад; Ё агар кӯдак хурдтарин мушкили ҷисмӣ пайдо кунад, ба тамоми пизишкони мутахассис муроҷиат мекунад ва мудом дар интернет чизҳои марбут ба саломатиро пайгирӣ мекунад ва парастории беш аз ҳад дорад.

● **Контроли отифӣ:** Часбандагии беш аз ҳад ба кӯдак ба ҳадде, ки тамоми эҳсосоти модару кӯдак яке аст. Лаҳзаҳои танҳои кӯдакони бисёр

кам аст. Ин модарон аз ҷумлаҳои мисли: “Агар ин корро бикунӣ, ман хушҳол мешавам; Бачагон ин хӯрок хушмазза нест, ман имтиҳон кардам; Мо ҳар ду бе ҳам мемирем; Хеле пеши дӯстат намон, охир ман танҳо бе ту наметавонам” ва ғайра истифода мекунанд. На модар ва на кӯдак вижагиҳои фардӣ надоранд.

- **Контрол дар тасмимгирӣ ва тафаккур:** Волидон ақидаҳои худро ба фарзандон дикта мекунанд ва ба ҷои ӯ тасмим мегиранд. Ва ҳеч навъ муҳолифатеро аз тарафи кӯдак намепазиранд. Ин волидон мӯътақиданд, ки фарзандон идомадиҳандаи роҳи онҳо ҳастанд.

2. Муҳити бесубот;

Бесуботӣ дар хона монанди бемори ҷисмӣ ё равонии яке аз аъзои хонавода, бесуботӣ дар ҷома монанди ҷанг боис мешавад кӯдак эҳсоси дармондагӣ кунад ва нисбат ба тавоноии худаш ноумед шавад.

3. Танқид кардан оиди тасмимҳои кӯдак;

Волидон иштибохро намепазиранд. Масалан кӯдак либос пӯшида аст, ки боиси сармохӯриаш гаштааст, ё асбобу ашӯро интихоб кардааст, ки кайфияти хубе надоштааст, волидон мудом сарзанишаш мекунанд.

Роҳу усулҳои ирзои ниёзи худмухторӣ

1. Додани ҳаққи интихоб ба кӯдак бар асоси синну сол:

Масалан, барои хариди либос барои кӯдаки 5 сола бояд чанд либос аз тарафи волидон интихоб шавад ва сипас ба кӯдак иҷозаи интихоб аз байни онҳо дода шавад, вале дар мавриди навҷавон интихоб ба сурати комил ба ўҳдаи худаш мебошад. Кӯмак кунам кӯдак интихоб кунад, сипас масъулияти интихобашро бипазирад. Масалан, кӯдаке, ки дар ҳавои хунук либоси тунук пӯшида, касал шудааст. Ба ҷои сарзаниш

метавон ба ӯ гуфт: “Фикр мекуни чаро касал шудӣ? Ба хотири либоси камат набуд? Ба назарат кадом либос беҳтар буд?” Ва ғайра. Аз тариқи ҳамдигар бо кӯдак кӯмак кунем, то ҷавоби саволҳоро пайдо кунад.

2. Пешгирӣ аз мустақил шудани зудҳангом ё дерҳангоми кӯдак:

Мустақил шудани зудҳангом, мисли ончӣ даргузаштаиттифоқмеафтодва кӯдакон аз синни поён вориди дунёи бузургтарҳо мешуданд, зараррасон мебошад. Кӯдаконе, ки кор мекунанд ва ё маҷбур ба ниғаҳдорӣ аз хоҳару бародарони хурдсолтарашон ҳастанд, ё бо сабабҳои кору вазифаҳои хона ба дӯши онҳо афтодааст, аз лаззатҳои даврони кӯдакӣ маҳрум мемонанд, ки боиси ноумедии онҳо мегардад.

3. Раҳо накардани кӯдакон ба ҳоли худ:

Барои бачаҳои осон (Easy Child) мумкин аст ин иттифоқ рух диҳад, чун

ин кӯдакон ором ва созгор ҳастанд,
имкондорад, то вақте ки кӯдак эътироз
ва шикоят накунад, волидон суроғаш
нараванд.

Зикри ин ниёз:

*Волидон масъули кӯдак ҳастнд на
молики ӯ.*

Ниёзи маҳдудиятгузинии мантиқӣ

Кӯдаконе, ки ин ниёз дар онҳо бароварда шуда аст дорои ин вижагиҳо ҳастанд:

1. Меъёрҳои дуруст ва ғалатро мефаҳманд;

Масалан, мефаҳмад субҳҳо бояд дар соати муайяне дар мактаб ҳозир бошад. Медонад чӣ замоне истироҳат кунад ва чӣ замоне суроғи машқҳои биравад.

2. Афзоиши таҳаммул ва созгорӣ;

Масалан, метавонад интизорию барои расидани навбати саворшудан ба василаи бозӣ дар шаҳрибозӣ таҳаммул кунад; ё метавонад барои ҳозиршудани хӯрокаи сабр кунад; метавонад таҳаммул кунад, то модар

корашро тамоом кунад ва бо ҳам бозӣ кунанд.

3. Доштани устуворӣ;

Назму барномарезӣ барои анҷоми корҳоро дорад ва аз шикаст хӯрдан ноумед намешавад. Масалан, кӯдаке, ки нав дар як синфи ҳунариёварзишӣ ширкат карда аст ва рӯзҳои аввал чун тозагор аст шикастро таҷриба мекунад, вале боз ҳам мехоҳад идома диҳад.

4. Эҳсоси шоистагӣ;

Тибқи назария марҳилаҳои рушди Эриксон, саввумин вазифаи зиндагӣ ташаббуси амал дар муқобили эҳсоси гуноҳ аст, ки дастовардаш ҳадафмандӣ мебошад. Эриксон ин давраро “синни бозӣ” меномад ва бовар дорад, ки кӯдак дар ин давра шадидан иҷтимоӣ шуда аст. Дар солҳои пеш аз мактабӣ, кӯдакон қудратнамоӣ ва эъмоли контрол бар дунёи худро доранд, ки аз тариқи баъзе аз бозиҳо ва дигар додуситади

иҷтимоӣ оғоз мекунанд. Кӯдаконе, ки ин марҳиларо бо муваффақият мегузаронанд, ҳисси тавоноии шахсӣ ва қобилияти роҳбарии дигаронро пайдо мекунанд. Ва онҳое, ки дар ба даст овардани ин маҳоратҳо ноком мемонанд, ҳисси гуноҳ, шакку шубҳа ба худ ва камбудии ташаббус дар онҳо боқӣ мемонад.

5. Алоқаи иҷтимоӣ;

Касоне, ки алоқаи иҷтимоии болое доранд, дар ҳоли ишқ, варзидан, ҳамдилӣ, ҳамдardӣ ва ёрӣ ба дигарон ҳастанд. Ин афрод медеонанд, ки салоҳашон ба салоҳии дигарон бастагӣ дорад. Онҳо дарк мекунанд, ки бо дигарон кореро бикунанд, ки бо худ мекунанд.

Кӯдаконе, ки ниёзи маҳдудияти мантиқиро таҷриба кардаанд тавоноии дарк ва ҳамдилиии дигаронро доранд ва медеонанд қарор нест ҳамеша ҳама чиз тибқи майли онҳо бошад.

Роҳу усулҳои ирзои ниёзи
маҳдудиятҳои мантиқӣ

1. Қонун доштан дар хона

Қонунҳо бояд вижагиҳои зерро
дошта бошанд:

– Мутаносиб бо тавоноии кӯдак
бошад;

– Қабла аз иҷро кӯдак дар ҷараён қарор
бигирад ва имкони назар доданро
дошта бошад;

– Ба сурати равшан, возеҳ ва мусбат
бошад;

– Занҷирай набошад;

– Ҳангоми баёни қонунҳо аз баҳс
кардан бо кӯдак канорагирӣ шавад;

– Қонунҳо дар утоқи фикр ва дар
хунсардӣ ва бо ҳамоҳангӣ бо дигар
аъзои хонавода тадвин шаванд;

– Ҳангоми ҳаҷм қонун гузошта
нашавад;

– Барои иҷрои қонунҳо кӯдак ташвиқ шавад;

– Қонунҳобоядпаёмаддошта бошанд.

2. Паёмадгузоштан барои қонунҳо

Беҳтарин роҳи эҷоди маҳдудият ба бачаҳо ин аст, ки бо паёмади рафторашон рӯбарӯ шаванд.

Навъҳои паёмад:

Паёмадитабӣ–паёмади қарордодӣ.

Паёмади табӣ: Паёмаде, ки агар даҳлат накунем иттифоқ меафтад. Масалан, паёмади иҷро накардани вазифаи хонагӣ сарзаниш шудан тавассути муаллим аст. Ё паёмади даъво бо ҳамсинфон дилхӯрӣ аст. (Албатта волид бо ин эҳсосҳо ҳамдардӣ карда, ба кӯдак кӯмак мекунад, то роҳҳалро пайдо кунад.)

Бисёре аз волидон, бахусус волидони контролгар аз ин ки кӯдак ин паёмадҳоро таҷриба кунад, пешгирӣ

мекунанд ва иҷоза намедиханд, кӯдак бо паёмадҳои амалхояш рӯбарӯ шавад. Масалан модар худаш вазифаи хонагии кӯдакро менависад, ё ба ҷои кӯдак суроғи ҳамсинфаш барои дилҷӯӣ меравад.

3. Паёмади қарордодӣ: Паёмаде, ки волидон ва кӯдак бо тавофуқ вазъ кардаанд.

Навъҳои паёмадҳои қарордодӣ:

Маҳрум кардан – ҷуброн кардан.

Маҳрум кардан: Вақте қонуноро иҷронамекунад, барои муддати кӯтоҳ ва муайяне аз масоиле, ки барояш лаззатбахш аст, маҳрум мешавад. Масалан, ним соат иҷоза надодан барои тамошои филми тасвирӣ.

Ҷуброн кардан: Вақте кӯдак ба касе ё чизе осебе расонд, бояд ҷуброн кунад. Масалан, партовҳоеро, ки ба замин рехта аст бояд ҷамъ кунад, ё зараре, ки зада аст бо пардохт аз пули кисагиаш ҷуброн кунад.

Наҳваи иҷрои паёмадҳо:

– Кӯдак бояд мутаваҷҷеҳ шавад, ки ин паёмадҳо марбут ба рафтори ӯст, на шахсияташ. Пас, қабл аз иҷро ин ҷумлабояд ба ӯ гуфта шавад: «Худатро дӯст дорам, вале ин рафторатро не».

– Қабл аз иҷрои паёмад ба кӯдак иттилоъ ва замон дода мешавад, то кӯдак битавонад корро анҷом диҳад (Ҳадди ақал се бор ва ҳар бор 30 сония фурсат дода мешавад). Дар ҳолати анҷом надодан, паёмад баён гардида, иҷро мешавад.

– Паёмадҳо бояд кӯтоҳмуддат ва ҳатто имконпазир барои ҳамон рӯз бошанд, то кӯдак фурсати ҷуброн ва ёдгирӣ дошта бошад. Масалан, барои маҳрум кардан аз филми тасвирӣ, ним соат барои ҳамон рӯз кофӣ аст ва ниёзе ба мудати як ҳафта чамъ кардани системаи телевизион нест (Ҳеҷ касро ба хотири дуздӣ ба қатл намерасонанд.)

– Дар вақти иҷро бояд бо эҳтиром

бо кӯдак рафтор шавад. Ҳаргиз набояд дар ҳоли муошират ва иҷрои паёмадҳо хушунатомез бархӯрд шавад. Вақте бо хашму фарёд қонунҳо ва паёмадҳо иҷро мешаванд, кӯдак эҳсоси тард ва хашм мекунад ва паёмадҳо таъсире нахоҳанд дошт. Волидоне муваффақ ҳастанд, ки паёмадҳоро дар камоли хунсардӣ ва эҳтиром ба кӯдак иҷро мекунанд.

– Пас аз иҷрои паёмад дар бораи он сӯҳбат накунед ва кӯдакро зеро эҳсоси шарму гуноҳ нагузоред.

– Барои ин ки кӯдак қонунро иҷро кунад ўро ворида бозии эҳсосӣ накунед. Масалан, “Инқадаринкорро идома бидеҳ, то сардард бигирам”.

– Барои иҷрои қонунҳо ва паёмадҳо волидон бояд ҳамоҳанг бошанд ва қонунҳои ҳамдигарро нақснакунанд.

– Ба ҷуз волидон каси дигар иҷозаи иҷрои паёмадҳоро надорад.

– Пас аз поёни замони танбеҳ аз паси рафтори мусбат дар кӯдак бошед

ва ташвиқ кунед, то заҳри эҳсоси нохушоянд, ноши аз паёмад, хунсо шавад.

– Ҳаргиз рафторҳои манфии кӯдакро барои дигарон бозгӯ накунад.

3. Пай бурдан ба ангезаҳои пушти рафтори кӯдак

Бадрафторӣ дар кӯдакон мумкин аст ба сабабҳои зер бошад:

– Таваҷҷуҳталабӣ;

– Қудратталабӣ ва контроли волидон;

– Қасосҷӯӣ;

– Ба сабаби беморӣ;

– Ба сабаби гуруснагӣ ва беҳобӣ;

– Ба сабаби нотавонӣ, мисли мушкилиҳо дар ихтилоли бешфайлӣ;

– Ба сабаби ҳодисаҳои нороҳаткунанда, мисли даъво дар мактаб.

Дар ҳолате, ки ин ниёз дуруст ирзо нашавад, имкони шаклгирии тарҳвораҳои зер вучуд дорад:

- *Худшифтагӣ ва Бузургманишӣ* (ENTITLEMENT / GRANDIOSITY)
- *Бекифоятӣ* (INCOMPETENCE)
- *Пазиршиҷӯӣ ва ҷалби таваҷҷуҳ* (APPROVAL-SEEKING / RECOGNITION-SEEKING)

Ниёзи интизорҳои воқеъбинона аз кӯдак

Рӯихате аз интизороте, ки аз кӯдаки худ дар замони ҳол ва барои оянда доред, таҳия кунед.

**Шартҳои интизороти
воқеъбинона:**

1. Мутобиқ бо хулқу хӯи кӯдак бошад.

Масалан, кӯдаке, ки мушкили тамаркуз дорад наметавонад дар як соат тамоми саволҳои риёзиро ҳал кунад; Ё кӯдаке, ки тибқи хулқаш шабҳо дер мехобад, наметавонад, ҳамеша сари соати нуҳ хоб равад; Ё кӯдаке, ки дарунгарост, наметавонад дар тамоми ҷамъҳо шеър бихонад.

2. Мутобиқ бо истеъдодҳо ва тавоноҳои кӯдак бошад.

Масалан, кӯдаке, ки ҷуссаи хурде дорад, наметавонад дар тамоми варзишҳо муваффақ бошад. Ё кӯдаке, ки ҳуши каломии қавитар дорад дар риштаҳои фаннӣ муваффақияти камтаре хоҳад дошт.

3. Бархоста аз ниёзҳои худ волидон набошад.

Масалан, волидоне, ки мехоҳанд дар ҷамъидаи шаванд ба кӯдак фишор меоваранд, то наққошии бикашад, ё шеър бихонад. Волиде, ки васвос дорад, интизор дорад кӯдакаш мисли худаш бошад.

Хонаводаҳое, ки вижагии зерро доранд, наметавонанд аз фарзандон интизороти воқеъбинона дошта бошанд:

- хонаводаҳои рақобатталаб;
- хонаводаҳои муқоисагар;
- хонаводаҳое, ки тавоноии нигоҳдории мувозинат байни кор ва истироҳатро надоранд;

- хонаводаҳои худшифта;

**Роҳу усулҳои ирзои ниёзи
интизорҳои воқеъбинона**

1. Қадрдони аз рафторҳои мусбати кӯдак.

2. Додани ҳаққи интиҳоб ба кӯдак дар ҳавзаи интизорҳо.

Масалан, интизор доред утоқашро ба тартиб дарорад, вале ин ки ба чӣ шакле ва чӣ замоне ба интиҳоби худ кӯдак аст.

**Ҷамъоваранда: Доктор Фотима
Рамазонӣ**

Сарчашмаҳо:

- Фарзандпарварии бокифоят (бо рӯйкарди тарҳворадармонӣ), навиштаи Чон Филип Луис, Каран Мак Доналд Луис, тарҷумаи доктор Саид Меҳди Мусавӣ.
- Тарбияти бидуни муборизаи қудрат, навиштаи Сюзан Стив Лемон, тарҷумаи доктор Чаҳоншоҳ Мирзобегӣ.
- Вақти фарзандонро беш аз андоза назорат мекунем, навиштаи Ден Нюҳорт, тарҷумаи Мино Аъзамӣ.
- Рӯйкардинавиндарфарзадпарварӣ (аз дарун ба берун), навиштаи Донил Ч. Сигл, тарҷумаи Меҳрнос Шаҳророй, Марям Исфорӣ.
- Ишқи модарона (таъсири шагарфи ишқи волидон бар амалкарди мағзи кӯдак), навиштаи Сугар Ҳарт, тарҷумаи доктор Таваккалӣ ва доктор Туробӣ.

– Модари кофӣ, навиштаи Ч. Ай. Фрост, тарҷумаи Маҳбад Иброҳимӣ.

– Назарияҳои рушд (Мафоҳим ва корбурдҳо), навиштаи Уилям Кристофер Карин, тарҷумаи Ғуломризо Хавинажод.

– Коргоҳи фарзандпарварии доктор Ҳамидпур ва доктор Қудратӣ.