

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

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

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

Ношир

МУНДАРИЧА

Се назария	1
Фарзияҳои тарбияи фарзанд, ки мубтани бар тархвораҳоянд	2
Сабқҳои тарбияи фарзанд, ки аз назари Луис зараррасон аст	9
Ниёз ба амният (пазириш ва пайвандҷӯӣ)	12
Ниёзи худгардонӣ (худмухторӣ)	16
Ниёзи маҳдудиятгузинии мантиқӣ	20
Ниёзи интизорҳои воқеъбинона аз кӯдак	25

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 монанди такрор, 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, муҳолифат 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, мураббииён ва бузургтарҳо набояд мустақим ба кӯдакон омӯзиш диҳанд, балки бояд табиати кӯдаки ӯро ҳидоят кунанд. Руссо тарбиятро **ду тарафа** медонист (пайдошаванда

аз даруни кӯдак ва дар ҳамкорӣ бо муҳит).

Фарзияҳои тарбияи фарзанд, ки муҳтани бар тарҳвораҳои

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

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

2. Тарҳвораҳои ҳуди 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 ҷубронӣ** 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 қонун тан намедихад ва бо гиряву бераҳм унвон кардани модар тарҳвораҳои *ӯро ғаъол мекунад* ва модар планшетро пас медихад. Пас мумкин аст, тарҳвораҳои *Хештантаҳаввулнаёфта* (UNDEVELOPED SELF), *Худшифтагӣ* (ENTITLEMENT) ва *Чалби таваҷҷуҳ* (APPROVAL-SEEKING) дар фарзанд эҷод шавад.

Волиде, ки дорои тарҳвораи *Боздори ҳаяҷонӣ* (EMOTIONAL ENHANCEMENT) аст: наметавонад эҳсосоти мусбат ва манфиро иброс кунад. Хусусан, падарҳо дар иброси ҳаяҷонот мушкил доранд.

Масалан, кӯдак бо завқ наққошии кашидаашро ба падар нишон медиҳад, ниҳоятан вокуниши падар “Офарин!” гуфтан аст.

Волиде, ки тархвораи *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 тархвораҳои *Бекифоятӣ* (INCOMPETENCE), *Меъёрҳои сахтгирона* (UNRELENTING STANDARDS), *Раҳошудагӣ* (ABANDONMENT) ва ғайра шавад.

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

Волиде, ки тархвораи *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 ҳиётан, бачадорӣ ҷиноят» доранд. Фарзандон дар чунин муҳит эҳтимолан дучори тархвораҳои *Беэтимодӣ* (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 тамоми муддат дар ҳадамоти фарзанд аст. Чунин волид ниёзи маҳрумияти воқеъбинона ва худмухториро наметавонад ирзоӣ кунад.

Ё фард волиде дошта, ки дар масъалаҳои молӣ ҳасис буда аст. Ҳоло бовар дорад, ки “бача даҳон боз кунад, бояд ниёзҳои бароварда шавад”.

4. Фаъол шудани тархвораҳои волидон боиси бемехрӣ,

бетаваҷҷухӣ (mindlessness) мешавад.

Чун тархвораҳо дар системаи амигдала (amygdala) кодгузорӣ мешаванд ва ҳар чӣ тархвора қавитар бошад, робитаи байни амигдала (маркази ҳаяҷонот) ва фронтал (Frontal lobe – маркази истидлол) заифтар аст, ки ин боиси адами бакоргирии 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 тархвораҳо бошем, бисёр кӯмаккунанда аст.

5. Барои тарбияи муассири фарзанд бояд робитаи солим бо ҳамсар дошта бошед.

Чаро носозгориҳои заносӯӣ дар тарбияи фарзанд муассир аст?

а) Амнияти равони кӯдакро зери соя қарор медиҳанд.

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

б) Беэтимодии кӯдак ба тавонмандиҳои 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 заносӯӣ 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.

Хоб ва системаи эминии кӯдак дучори мушкил мешавад ва ҳатто дар мизони рушди мағзӣ низ таъсиргузор аст.

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

Волидони камолгаро масмумияти ҳаяҷонӣ эҷод мекунанд ва бо фидокорӣ ва хидматгузориҳои беш аз ҳад кӯдакро масмум ва худро маҷруҳ мекунанд. Волидоне, ки дучори синдроми *МОДАРИ ХУБ* ҳастанд, ба кӯдак ин фурсатро на медиҳанд, 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 чое ба мо «Ҷоми модари бартар» бидиҳанд.

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 вуҷуд доранд, ки волидон ва баҳусус модарро фарди фидокор ва ҳамеша меҳрубон медонанд. Дар сурате, ки робитаи волид ва фарзанд монанди ҳар робитаи дигаре шомили эҳсосоти манфӣ монанди ғам, стресс, беҳавсалагӣ ва ғайра аст. Муҳим ин ки волидон ин эҳсосотро бипазиранд ва мудирӣ кунанд.

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

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

Масалан, падар ворида 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 қор аст, ин паёмро мерасонад, ки “қор аз хонавода муҳимтар аст”. Ё модаре, ки солҳост барои ҳудаш чизе нахарида аст, ин паёмро мунтақил мекунад, ки “модари фидокор касе аст, ки ба ҳудаш аҳамият намедиҳад”.

Кӯдак мушоҳидагари забардаст ва тафсиргари хомдаст аст.

9. Волидгарӣ ниёзманди ин маридҳо 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 чоро ба ҳам рехта, ангушташро ҳам бурида аст, ҳоло ҷӣ тавр ба самти кӯдак меравем? Аксаран, волидон бо ҳашму стресс ба самти кӯдак мераванд. Дар бисёр ҳолатҳо вақте иттифоқе барои кӯдак меафтад, ҳоли ҳуди 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 сармоядорӣ имрӯза барои волидгарӣ саҳми зиёде қоиладост.

Масалан, занҳо фикр мекунанд, фарзанд доштан кори бефоида ва беҳуда аст. Ҳатто ба навъе таҳқир маҳсуб мешавад. Мардон нигоҳдори 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. Бузургсолон ҳангоми сӯҳбат бо кӯдакон бо забони интизоӣ (мавҳумӣ, абстрактӣ) бо кӯдак сӯҳбат мекунанд.

10. Баҳисобгирии як нусхаи тарбиятӣ барои тамоми кӯдакон ноқоромад аст ва ҳуҷу хӯ, сабки тарбия фарзандро таҳти таъсир қарор медиҳад.

Ҳуҷу хӯ:

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

Абъоди (андозаи) ҳуҷу 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 ҳеҷ нияти бад ба фарзандон мезананд.

Ба таври ҳулоса 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 хичолатзада мекунанд ва эҳсоси гуноҳ ба ӯ медиҳанд:

– Бад аст, ки гиря мекуни.

– Шарм намедорӣ, ки аз торикӣ метарси?

– 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 мехоҳӣ 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 меҳоҳанд ҳеҷ иттифоқи баде барои 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 мебарад, 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 заносӯй ҳастанд. Волидоне, ки бо ҳам ҳамоҳанг нестанд.

6. Сабки волидони бешҳимоятгар:

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

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

7. Сабки волидони бадбин:

Ин волидон аҳли ғур задан, бадбин ва ояи яъс хоҷдан 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 пайвандчӯӣ)

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

Амният, яъне кӯдак нисбат ба волидон ва хона эҳсоси 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 беэътимодӣ	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	Шоиствагӣ
5	11–18	Ягонагии хувият 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 беэътимодӣ

Навзоди инсон бисёр нотавон ба дунё меояд ва барои тамоми ниёзҳои худ ба дигарӣ мӯҳтоҷ аст. Навзод мутаваҷеҳи ин хорӣ дар худ мешавад. Аз тариқи иртиботи амн бо сужаи ишқе, ки аксаран модар мебошад, ин эҳсос коҳиш 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 меҳаҷӣ?

– 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 ҷаҳон ба унвони 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, гӯштингири кардан ва ғайра);

– Даъват аз кӯдак барои анҷоми бозии мавриди алоқаи ӯ;

– Анҷоми фаъолиятҳои муштарак бо кӯдак (монанди анҷоми корҳои хона);

– Табиатгарди;

– Бо ҳам будани аъзои хонавода (мисли хӯрдани хӯроки шом бо ҳам);

– Халлоқият дар анҷоми бозӣ ва корҳои лаззатбахш (мисол савори метрову автобус шудан, шона кардани мӯйҳои ҳам ва ғайра);

2. Рафтани ба ресторан ва қаҳвахона ҳамроҳи кӯдак;

3. Бо ҳам дидани филми тасвири;

4. Замонери дар ихтиёри кӯдак будан (Масъалан, “Ман ҳар рӯз соати аз 6 то 7 дар ихтиёри ту ҳастам”).)

5. Фурсат додан ба кӯҷковии 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 атрофиро кашф кунад, на ин ки ба утоқи пур аз бозича таъбид (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. Ёддоште ё наққоше, 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 интиҳоби 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 ҳочатхона 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 хушбин аст ва тарси зиёде надорад, вале бар асари даҳлат ва танзими волидон ин вижагӣ коҳиш меёбад. Контрол ва мувозеби беш аз ҳад, кӯдакро ба ҷаҳон бадбин мекунад ва эҳсоси нотавониро 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. Мехоҳад 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;

Контролгарии волидон навъҳои гуногуне дорад:

- Контроли ғизоӣ: 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 хушмаза нест, ман имтиҳон кардам; Мо ҳар ду бе ҳам мемирем; Хеле пеши дӯстат намон, охир ман танҳо бе ту наметавонам” ва ғайра истифода мекунад. На модар ва на кӯдак вижаҳои фардӣ надоранд.

- **Контрол дар тасмимгирӣ ва тафаккур:** Волидон ақидаҳои худро ба фарзандон дикта мекунад 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 ашёро интиҳоб кардааст, ки кайфияти хубе надоштааст, волидон мудом сарзанишаш мекунад.

Роҳу усулҳои ирзои ниёзи худмухторӣ

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

Масалан, барои хариди либос барои кӯдаки 5 сола бояд чанд либос аз тарафи волидон интиҳоб шавад ва сипас ба кӯдак иҷозаи интиҳоб аз байни онҳо дода шавад, вале дар мавриди навҷавон интиҳоб ба сурати комил ба ӯҳдаи худаш мебошад. Кӯмак кунем кӯдак интиҳоб кунад, сипас масъулияти интиҳобашро 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 хогири либоси камат набуд? Ба назарат кадом либос беҳтар буд?” Ва ғайра. Аз тариқи ҳамдили бо кӯдак кӯмак кунем, то ҷавоби саволҳоро пайдо кунад.

2. Пешгири аз мустақил шудани зудҳангом ё дерҳангоми кӯдак:

Мустақил шудани зудҳангом, мисли он чӣ дар гузашта иттифоқ меафтод ва кӯдакон аз синни поён ворида дунёи бузурттарҳо 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 афтадааст, 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 руҳ диҳад, чун ин кӯдакон ором ва созгор ҳастанд, имкон дорад, то вақте ки кӯдак эътироз ва шикоят накунад, волидон суроғаш нараванд.

Зикри ин ниёз:

Волидон масъули кӯдак ҳастанд 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 интизори ро барои расидани навбати савор шудан ба василаи бозӣ дар шаҳрибозӣ таҳаммул кунад; ё метавонад барои ҳозир шудани хӯрокаи сабр кунад; метавонад таҳаммул кунад, то модар қорашро тамоми кунад ва бо ҳам бозӣ кунанд.

3. Доштани устуворӣ;

Назму барномарезӣ барои анҷоми корҳои дорад ва аз шикасти хӯрдан ноумед намешавад. Масалан, кӯдаке, ки нав дар як синфи хунарӣ ё варзишӣ ширкат карда аст ва рӯзҳои аввал чун тозагор аст шикастро таҷриба мекунад, вале боз ҳам меҳақад 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, кӯдак қудратнамоӣ ва эъмоли контрол бар дунёи худро дорад,

ки аз тариқи баъзе аз бозиҳо ва дигар додуситади иҷтимоӣ оғоз мекунад. Кӯдаконе, ки ин марҳиларо бо муваффақият мегузаронанд, ҳисси тавоноии шахсӣ ва қобилияти роҳбарии дигаронро пайдо мекунад. 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, ҳамдардӣ ва ёрӣ ба дигарон ҳастанд. Ин афрод мебуданд, ки салоҳашон ба салоҳии дигарон бастагӣ дорад. Онҳо дарк мекунад, ки бо дигарон кореро бикунанд, ки бо худ мекунад.

Кӯдаконе, ки ниёзи маҳдудияти мантиқиро таҷриба кардаанд тавоноии дарк ва ҳамдилии дигаронро доранд ва мебуданд 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 тавоноииҳои кӯдак бошад;
- Қабл 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 ҳашм қонун гузошта нашавад;

– Барои иҷрои қонунҳо кӯдак ташвиқ шавад;

– Қонунҳо бояд паёмад дошта бошанд.

2. Паёмад гузоштан барои қонунҳо

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

Навъҳои паёмад:

Паёмади табиӣ – паёмади қарордодӣ.

Паёмади табиӣ: 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 роҳалро 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 қонунеро иҷро намекунад, 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, партовхоро, 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 ҷумла бояд 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 наодан, 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 ӯро ворида бозии эҳсосӣ накунед. Масалан, “Ин қадар ин корро идома бидеҳ, то сардард бигирам”.

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

– 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 накунед.

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 бешфаъоли;
- Ба сабаби ҳодисаҳои нороҳаткунанда, мисли даъво дар мактаб.

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

- *Худшифтагӣ ва Бузургманишӣ* (ENTITLEMENT / GRANDIOSITY)
- *Бекифоятӣ* (INCOMPETENCE)
- *Пазиришҷӯӣ 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 ҳуқуқи хӯи кӯдак бошад.

Масалан, кӯдаке, ки мушкили тамаркуз дорад наметавонад дар як соат тамоми саволҳои риёзиро ҳал кунад; Ё кӯдаке, ки тибқи ҳуқуқаш 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 тавоноии кӯдак бошад.

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

3. Бархоста аз ниёзҳои ҳуди волидон набошад.

Масалан, волидоне, ки мехоҳанд дар ҷамъи дида шаванд ба кӯдак фишор меоваранд, то наққошии бикашад, ё шеъре бихонад. Волиде, ки васвос дорад, интизор дорад кӯдакаш мисли ҳудаш 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 интихоб ба кӯдак дар ҳавзаи интизорҳо.

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

Ҷамъоваранда: Доктор Фотима Рамазонӣ

Сарчашмаҳо:

- Фарзандпарварии бокифоят (бо рӯйкарди тархворадармонӣ), 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 Нюхорт, тарҷумаи Мино Аъзамӣ.
- Рӯйкарди навин дар фарзандпарварӣ (аз дарун ба берун), навиштаи Донил Ч. Сигл, тарҷумаи Меҳрноз 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.