



FARSI.JEALOUSY

## حسادت و دعوا

احساساتی مانند حسادت، رقابت، و نفرت عادی است. والدین می توانند به فرزندانشان کمک کنند تا بر این احساسات غلبه نمایند.

«نحوه رفتار شما با آنها به منزله نحوه رفتار آنها با شما و یکدیگر است»

### نوزادان جدید

برخی از کودکان با ورود فرزندی جدید به شدت واکنش نشان می دهند. بعضی از آنها به شدت عصبانی می شوند، برخی دیگر شروع می کنند خودشان مثل نوزادان رفتار کنند و بقیه با عشق و محبت تمام با خواهر یا برادر کوچولوی خود رفتار می کنند.

تعجبی ندارد که کودکان خردسال این گونه رفتار کنند، به ویژه اگر آنها یکی یک دانه یا ته تغاری خانواده باشند. ممکن است آنها با تولد برادر یا خواهر جدیدشان احساس کنند که موقعیت شان به خطر افتاده و کسی دیگر آنها را دوست ندارد و به ایشان توجه نمی کند.

آماده شدن برای تولد نوزاد جدید چیزی است که می توانید با هم انجام دهید. به این ترتیب، فرزندان احساس مشارکت در خانواده و نیز احساس اهمیت خواهد کرد.

«وقتی نوزاد را وادار می کنم آروغ بزند، باید «جو»  
(Joe) را نیز وادار کنم آروغ بزند»

## آماده شدن برای تولد نوزاد جدید

- چند ماه قبل از تولد، نوزاد شروع کنید راجع به این موضوع صحبت نمایید. این اقدام زمانی که بارداری به تدریج خود را نشان می دهد مؤثر است.
- با صداقت به سوالات پاسخ دهید.
- از فرزندان بخواهید راجع به نام نوزاد جدید و وسایلی که می خواهید برای او بخرید اظهار نظر کنند.
- قبل از آنکه نوزاد متولد شود، تغییراتی اساسی ایجاد کنید. به عنوان مثال، انتقال فرزند بزرگتر از رختخواب یا اتاق خواب مخصوص کودک خردسال به اتاق خواب دیگر.
- راجع به محل تولد نوزاد صحبت کنید و بگویید شاید لازم باشد یکی دو روز در بیمارستان بمانید.

«ما با هم برای تولد نوزاد جدید آماده شدیم. من چارپایه ای را در کنار میز قرار دادم، با هم کلیه لباس های نوزاد را در کشوها قرار دادیم. با هم تعداد زیادی کتاب راجع به نوزادان خواندیم. او اولین روزی که نوزاد متولد شد، او را نگه داشت.»

«قبل از تولد نوزاد جدید، فرزند بزرگتر خود را از رختخواب مخصوص کودک خردسال به رختخواب دیگری انتقال دهید.»



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

## هنگامی که نوزاد جدید متولد می شود

- وقتی فرزند/فرزندان دیگر شما به دیدن نوزاد می آیند، نوزاد را در تختخواب قرار دهید نه در آغوشتان.
  - اجازه دهید هر چه زودتر نوزاد را ننگه دارند و با او عکس بگیرند.
  - وقتی به خانه بر می گردید، از فرزند بزرگتر بخواهید در اموری مانند استحمام نوزاد، آوردن حوله حمام و غیره به شما کمک کنند – البته اگر مایل به انجام این کار نباشد، او را مجبور نکنید.
  - وقتی شما از نوزاد مراقبت می کنید، ممکن است فرزندتان از داشتن یک عروسک قابل شستشو و نگهداری از آن لذت ببرد.
  - از فرزندتان بپرسید به نظر او نوزاد باید چه چیزی را بپوشد (گزینه های زیادی ارائه نکنید – مثلاً بپرسید «پیراهن زرد رنگ یا آبی»).
  - هر روز مقداری از وقت خود را با فرزندتان بزرگتر سپری کنید؛ می توانید برای آنها کتاب بخوانید، و یا راجع به یک برنامه تلویزیونی با ایشان گفتگو کنید.
  - اگر فرزند بزرگتر عصبانی شد و به نظر برسد که می خواهد به نوزاد آسیب برساند، راجع به این مسئله با او صحبت کنید. از او بپرسید چه احساسی دارد و به او بگویید که حسادت امری عادی است، اما صدمه زدن به کودک کار خوبی نیست.
  - راجع به اتفاقات زمان تولد و دوران نوزادی او صحبت کنید. عکس های دوران نوزادیش را به او نشان دهید.
- برای کودکان مهم است که احساس کنند در همه امور مشارکت داده می شوند. آنها نیاز دارند احساس اهمیت و مسئولیت کنند.



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

## دعوا

همه برادرها و خواهرها با هم دعوا می کنند، اما برخی بیشتر از دیگران. درست مثل هر رفتار دیگری، حد و مرزهایی لازم است تا از کنترل خارج شدن امور پیشگیری شود. دعاها معمولاً زمانی روی می دهند که کودکان خسته، گرسنه یا بی حوصله هستند، و یا نیاز به توجه دارند یا کسی می خواهد به وسایل و اسباب بازی های آنها دست بزند. کودکان خردسال تر از مهارت های لازم برای حل مشکل برخوردار نیستند و ممکن است کار به دعوا بکشد. کودکان باید یاد بگیرند که چگونه اختلافات خود را با دیگران حل کنند. والدین می توانند با تشویق کودکان به ارتباط و حل مشکل نقش مؤثری را در این زمینه ایفا کنند.

«من وقت زیادی را صرف رفع و رجوع دعوی بین پسرهایم می کنم. برای اونا محوطه های بازی جداگانه تعیین می کنم. اگر «الکس» (Alex) بخواد تنهایی بازی کنه، ما دروازه ای را جلوی اتاق او تعبیه می کنیم تا برادر کوچکترش چیزهایش را به هم نریزد؛ سعی می کنم به او یاد بدم که به جای راندن برادرش از خود، یکی از اسباب بازی هایش را به او بده تا با آن بازی کنه.»

«اگر با هم دعوا می کنند، به آنها فرصت دهید خودشان آن را حل و فصل کنند»

«به نظر من باید عصبانیت را امری طبیعی تلقی کنیم - مهم نحوه برخورد والدین با آن است»

### چند دیدگاه

- اگر فرزندانان جر و بحث می کنند، به اتاق دیگری بروید و به آنها فرصت دهید تا خودشان آن را حل و فصل کنند. اگر اختلافات بدون مداخله شما حل و فصل شد، آنها را به خاطر این کار خوبشان تشویق کنید. به آنها مقداری توجه کنید.
- بررسی کنید ببینید آیا خسته، بی حوصله و یا گرسنه هستند. کار دیگری را به آنها واگذار کنید تا آن را انجام دهند.
- سعی کنید مقداری توجه شخصی نسبت به فرزندانان داشته باشید تا مبدا احساس کنند که باید با یکدیگر رقابت کنند. هنگام تشویق بچه ها، مساوات را رعایت کنید.
- اسباب بازی ها را به گونه ای دسته بندی کنید که هر کودک اسباب بازی های خاص خود را داشته باشد و فرزندان مجبور نباشند مشترکاً از یک اسباب بازی استفاده کنند. خوب است فرزند بزرگتر اسباب بازی مخصوصی داشته باشد که مایل نیست برادر یا خواهر کوچکترش آن را خراب کنند.
- فرزندانان را تشویق کنید راه حل های خلاقانه ای را پیدا کنند. اگر به خاطر مداد شمعی دعوا می کنند، به جای اینکه دنبال دعوا بگردید، پیشنهاد کنید هر کدام سه عدد مداد شمعی انتخاب کنند.
- دنبال این نگردید که چه کسی دعوا را شروع کرد. از آنها بپرسید آیا می توانند روشی را برای حل مشکل پیدا کنند.
- بدون تنبیه آنها را از هم جدا کنید - به عنوان مثال، پیشنهاد کنید که یکی از فرزندان در اتاق بازی کند و دیگری در انجام کاری به شما کمک کند.
- از مقایسه کودکان با هم و یا ستودن یکی از آنها و سرکوفت زدن به دیگری بپرهیزید، اما سعی کنید زمینه ای فراهم نمایید که هر یک از آنها احساس کند که ویژه و منحصر به فرد است.
- به جای گفتن عبارت «با هم استفاده کنید» بگویید «نوبت ... است».



S.K.I.P

skip.org.nz

facebook.com/SKIPcommunity

«اسکیپ» (Skip) از والدین و مراقبت کنندگان جهت تربیت صحیح و اصولی کودکان حمایت می کند.  
برای کسب اطلاعات بیشتر به وب سایت زیر مراجعه کنید: [www.skip.org.nz](http://www.skip.org.nz)

ایمیل: [info@skip.org.nz](mailto:info@skip.org.nz) ، یا با این شماره تلفن تماس بگیرید: 04 916 3300

برای کسب اطلاعات بیشتر راجع به حمایت از والدین، به وب سایت [www.familyservices.govt.nz](http://www.familyservices.govt.nz) مراجعه و روی National Directory کلیک کنید.



S . k . I . P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)  
[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)