

مرکز آموزشی نیایش قوچان

عنوان :

ارتباط کلامی متناسب با سن کودک

جمع آوری کننده : محمد زمانی مقدم

آدرس وبلاگ : www.niayesh581.blog.ir

و

www.nutrition.blog.ir

ارتباط کلامی متناسب با سن کودک

شیوه گفتگو با کودکان برحسب سن آنان متفاوت است. آگاهی از توان درک کلامی در کودکان که براساس مراحل رشدی ایشان صورت می‌پذیرد، باعث می‌شود انتظارات والدین از کودک منطقی‌تر باشد. از سوئی شناخت پیام‌های نهفته در پرسش‌های کودکان و ریشه‌یابی بحث‌ها و مجادلات آنها، زمینه ارتباط کلامی مؤثرتری را در خانواده فراهم می‌نماید. به این گفتگو توجه کنید:

- پدر: کدوم شلوارتو دوست داری، آبی یا قرمز؟

- کودک: هیچ کدوم، اصلاً امروز نمی‌خوام برم مدرسه!!

روشن است که هر شیوه ارتباطی، در زمان و مرحله خاصی کارکرد مثبت دارد. مشکل اینجاست که وقتی تازه درمی‌یابید چه‌طور باید با فرزندتان صحبت کنید او بزرگتر شده است و متأسفانه شیوه پیشین صحبت شما دیگر نتیجه نمی‌دهد. از این رو، شایسته است الگوهای گفتگوی والدین با کودکان، متناسب با مراحل رشد و ویژگی‌های شخصیتی آنان تغییر یابد. آنچه در پی می‌آید، شیوه‌های ارتباط کودکان با محیط از بدو تولد تا ۱۱ سالگی و الگوهای مناسب توجیه شده برای ارتباط والدین با کودک براساس سنین موردنظر می‌باشد.

● بینش از سنی تا سن دیگر

شیرخواران و نوپایان (تولد - ۲ سالگی)

کودکان چگونه ارتباط برقرار می‌کنند:

(۱) گریه اولین شیوه برقراری ارتباط با پیرامون از طریق اصوات است.

از ۴ هفتگی گریه‌های نوزاد بنابر نوع نیاز او (مانند گرسنگی، درد، خیس بودن جا و دوری از مراقب) حالت‌های خاصی پیدا می‌کند. در عرض چند ماه کودک شروع به آغوم کردن همراه با شادی و تعجب می‌کند. ظرف سه چهار ماه کودک هنگام صدا درآوردن از خود متوجه واکنش اطرافیان می‌شود، زمانی که مراقب شیرخوار به گریه او پاسخ نشان می‌دهد، کودک کم کم به ابزار ارتباطی خود اعتماد پیدا می‌کند چرا که نیازش برآورده شده است. در شش ماه دوم شیرخواران شروع به غان و غون کردن مطابق با زبان خانواده می‌کنند.

(۲) کودکان کلمات را خارج از بافت و زمینه آن متوجه نمی‌شوند. اطفال زیر ۲ سال کلمات را در همراهی با وضعیت بدنی، لحن صدا و حالت صورت شما متوجه می‌شوند.

۳) در ۲۴-۱۸ ماهگی، کودکان شروع به استفاده از کلمتی می‌کنند که اعمال را نشان می‌دهند. این کلمات آنچه را آنها می‌بینند یا می‌خواهند بیان می‌کنند، و از صفات و سایر قوانین دستور زبان استفاده نمی‌کنند. آنها ممکن است عباراتی کوتاه را مانند: "مامان میره"، "کفش پیوشم" به کار ببرند. آنها در ضمن از طریق ژست‌ها و لحن صدا صحبت می‌کنند. آنچه آنها به صورت بدنی نشان می‌دهند به اندازهٔ همان که بر زبان می‌آورند اهمیت دارد.

۴) کودکان کلمات و جملات کوتاه را به کار می‌برند تا قاطعیت پیدا کنند. کودک از "نه" و "مال خودمه" استفاده می‌کند تا معنی محدودهٔ خود باشد و دنیای جدید خود را در اختیار بگیرد. کاربرد این کلمات از نظر تکاملی برای یک شیرخوار اهمیت دارد. به دست آوردن عدم وابستگی، یک قدم نیمه‌ابتدائی به سمت "آدم خود شدن" می‌باشد. فردی مستقل از شما.

● شما چگونه ارتباط برقرار کنید

۱) به عنوان اولین گام ارتباطی، آنها را لمس کنید، در آغوش بگیرید، نوازش کنید، برایشان زمزمه کنید. زمانی که بچه‌ها گریه می‌کنند شما می‌توانید آنها را با حضور خود و لحنی ملایم و آرامش‌بخش دلگرم سازید. نوزادان قادر هستند نسبت به عواطفی که شما نشان می‌دهید با نگرستن، گوش دادن یا حس کردن واکنش نشان دهند. آنان نسبت به غمگینی، عصبانیت، شادی یا رضایت شما والدین پاسخ نشان می‌دهند.

۲) بدانید که لحن و پیام‌های بدنی شما روی شیرخواران تأثیر می‌گذارد. گاهی کودک وقتی می‌شنود که به او می‌گوئید: "بسه!" گریه می‌کند، چرا که او به آمرانه و بلند بودن دستور شما واکنش نشان می‌دهد. به همین ترتیب یک "شب‌بخیر" نرم و عاشقانه وقتی که او را در بسترش می‌گذارید، کودک را به دلیل لحن آرام‌بخش آن خشنود خواهد کرد.

۳) به عنوان راهی برای برقراری رابطه با کودک، با او تماس جسمانی داشته باشید. کودکان دوست دارند به والدین خود نزدیک باشند. کنار خود نگاه داشتن، آرامش و اطمینان را به آنان منتقل می‌کند، استفاده از یک آغوش گرم به شما کمک می‌کند تا ضمن نزدیک بودن با او به کارهای زندگی خود نیز برسید.

۴) زیاد متعجب نشوید اگر وقتی با تلفن صحبت می‌کنید، کودک شما گریه سر می‌دهد. بچه‌ها به خوبی می‌دانند چه موقع به آنها توجه نمی‌کنید و اینکه چه طور توجه شما را به خود معطوف سازند. در شرایط غیرمعمول مثل مجالس و مهمانی‌ها معمولاً گریه و ناراحتی شیرخوار تشدید می‌شود. در این موقعیت‌ها با آگاه بودن از علتی که باعث واکنش کودک شده است، می‌توانید آرامش خود را حفظ کنید و به موقع با وضعیت فوق‌مدارا کنید.

۵) کلام کودک را به سمت مکالمه دوطرفه سوق دهید. خواندن و زمزمه کردن ترانه‌های کودکانه او را تشویق می‌کند تا پاسخ دهد. او ترغیب می‌شود تا جریان خوشایندی از اصوات را تولید کند که نهایتاً به تکلم منتهی می‌گردد.

۶) گسترش و بسط صداها و کلمات مهارت‌های کلامی را تقویت می‌کند. اگر کودک می‌گوید: "بریم خونه!" بگوئید، "می‌خواهی بری خونه؟ چند دقیقه دیگه با هم می‌ریم."

۷) حتی اگر مطمئن نیستید کودک شما چقدر از حرف‌های شما را متوجه می‌شود با او صحبت کنید. حرف زدن به اندازه در آغوش گرفتن و بوسیدن برای حفظ ارتباط با کودک مهم است. صحبت با کودک کمک می‌کند تا او بتواند احساسات و افکارش را با اصوات پیوند بزند.

● سنین پیش از مدرسه (۵-۲ سالگی)

▪ کودکان چگونه ارتباط برقرار می‌کنند:

۱) در ۲-۳ سالگی بسیاری از کودکان شروع به استفاده از جملات پیچیده‌تر می‌کنند. البته این بدان معنی نیست که همه کلمات بزرگسالان با مفاهیم انتزاعی را متوجه می‌شوند. درک و فهمشان از افکار بسیار عینی می‌باشد. بسیاری تازه شروع می‌کنند تا به شیوه منطقی فکر کنند و ترتیب وقایع را متوجه شوند.

۲) کودکان به مرور کلام والدین و نفوذ آن را بر زندگی خویش دریافته‌اند و به تدریج این درک را پیدا می‌کنند که کلام خودشان نیز قابلیت تغییر دادن شرایط را دارد. آنان با استفاده از گنجینه کلامی رو به رشدی که دارند معانی غنی‌تری را خلق می‌کنند.

۳) "نه" و "چرا" در گفتار کودکان پیش از دبستان کلمات شایعی هستند. "نه" گفتن روشی است که کودک پیش‌دبستانی به وسیله آن استقلال خود را طلب می‌کند. "چرا" گفتن نشان‌دهنده اشتیاق او برای فهم بهتر جهان پیرامون است. همچنین "چرا" کلمه‌ای است که اقتدار دیگران را زیر سؤال می‌برد. در پس این "چرا" آنان می‌پرسند: "چرا وقتی می‌خواهم خودم‌داری‌ام را به دست آورم جلوی مرا سد می‌کنی؟"

۴) کودکان علاقه‌مند به مشارکت در تصمیم‌گیری‌ها هستند. تصمیم‌گیری به کودکان احساس تسلط و استقلال می‌دهد. آنان ممکن است این‌طور فکر کنند: "اگر بگویم چه چیزی می‌خواهم دیگر بچه بزرگی می‌شوم" یا "من می‌توانم تکالیفم را از مادرم جدا کنم و دوست دارم که این‌طور باشد."

۵) کودکان پیش‌دبستانی عاشق تقلید کلمات دیگران هستند. آنان اغلب توصیه‌ها، عبارات و جملات را تقلید می‌کنند. گاهی خصوصاً هنگام نقش بازی کردن عبارات را به صورت نادرست به کار

می‌برند. مثلاً ممکن است کودک به عروسک خود بگوید: "این قدر بدی که باید ۱۰۰ سال تو زندون بمونی".

۶) کودکان دوست دارند یک قضیه را بارها و بارها بشنوند و توصیف کنند. با گفتن و شنیدن قصه‌ها، آنان باورهای خود را نسبت به جهان شکل می‌دهند و اینکه چگونه با آن انطباق حاصل کنند. آنها می‌گویند: "بازم تعریف کن"، چرا که شنیدن پیاپی یک داستان آنان را امن و آرام می‌سازد. و تصور یک داستان جدید را برای کودک ممکن می‌کند.

۷) کودکان دوست دارند بتوانند خودشان توضیح بدهند، این مسئله به معنی‌دار شدن آنچه تازه سعی در فهمیدنش کرده‌اند کمک می‌کند. برای مثال ممکن است یک کودک پیش‌دبستانی اندوهش را از پایان یافتن زمستان این‌طور عنوان کند: "وقتی برف آب می‌شه، یعنی داره گریه می‌کنه".

۸) در محدوده ۳ تا ۵ سالگی درک کودکان از رابطه علت و معلولی تصحیح می‌شود. پیش‌دبستانی‌های بزرگتر، توضیحات ساده روابط علی را می‌فهمند، مانند: "دارو کمک می‌کنه تا بهتر بشی" یا "اگر غذای سالم بخوری، زودتر بزرگ و قوی می‌شوی".

۹) کودکان با استفاده از بدن، بازی و هنر خود صحبت می‌کنند. در واقع در این سن ارتباط کلامی هنوز شیوه غالب ادراک دنیا و ابراز خود نیست.

● شما چگونه ارتباط برقرار کنید

۱) به کودک خود توجه کامل داشته باشید. حتی یک رابطه سریع اما با توجه می‌تواند نیاز کودک شما را به ارتباط برآورده سازد. اگر او می‌گوید: "با من بازی کن" اما این کار در آن لحظه ممکن نیست. چراییش را برای او توضیح دهید یا بگوئید: "امروز کارم خیلی سخت بود، دو سه دقیقه صبر کن تا خستگی‌ام در بره. بعدش باهات بازی می‌کنم". آنها می‌توانند - به درجاتی - احساس شما را درک کنند پس صراحت شما را تحسین خواهند نمود.

۲) از لحن کلام خود خبر باشید. به دلیل تازه‌کار بودن کودکان در جمله‌سازی، آنها حساسیت زیادی به لحن صدا و پیام‌های بدنی شما دارند.

۳) عواطف ناگفتنی کودکان را منعکس کنید. بدین ترتیب به کودک کمک می‌کنید احساساتش را به کلام درآورد. اگر در پارک، نوبت تاب به کودک شما نرسیده می‌توانید بگوئید: "می‌خواستی سوار تاب بشی، مگه نه" یا "خیلی عصبانی به نظر می‌آی!"

۴) از کودک برای تبیین مشکلات کمک بخواهید برای مثال ممکن است بگوئید: ”تو اون فیلم چیزی تو رو ترسوند؟“ ”اگر کودک جواب نداد، می‌توانید این طور ادامه دهید: ”شاید قیافه آقاهه ترسناک بوده!“.

۵) به کودک کمک کنید تا هشیاری عاطفی در او رشد پیدا کند. حتی اگر کودک بد رفتاری کرده است شما می‌توانید درباره کارش با او صحبت کنید. اکثر بچه‌های پیش‌دبستانی توانائی درک چنین جملاتی را دارند، ”من بعضی اوقات خیلی عصبانی می‌شم، اگه برم یه اتاق دیگه و چند تا نفس عمیق بکشم خیلی آروم‌تر می‌شوم“.

۶) انتخاب‌هائی را که توصیه می‌کنید محدود سازید. کودکان پیش از دبستان وقتی خودشان تصمیم می‌گیرند احساس تسلط بر اوضاع پیدا می‌کنند. می‌توانید بگوئید: ”می‌خوای اول لباس بیوشی یا اول صبحانه بخوری؟“

۷) جمله خود را با کلمه ”باشه؟“ تمام نکنید مگر اینکه آماده باشید نه گفتن کودک خود را بپذیرید اگر از کودک درخواستی بکنید که منوط به موافقت او باشد در دام بحث‌های طولانی و حتی جنگ قدرت گرفتار می‌شوید. مثلاً به جای ”الان وقت خوابه، برو تو جات بخواب!“ اگر بگوئید ”برو بخواب عزیزم. باشه؟“ کودک فرصتی برای چون و چرا کردن خواهد یافت. ۸) با استفاده از خیال‌پردازی کودک به آرزوهای او بهاء بدهید. اگر کودک شما از این غمگین است که باید عروسکش را با دیگری شریک شود، می‌توانید به او بگوئید: ”دوست داشتنی این عروسک فقط مال خودت بود؟ فکر کن باهاش چه کار می‌کردی؟“ با توصیف آرزوی کودک و صحبت در مورد آن. حتی در صورت عدم تحقق آرزو، کودک به تدریج آرام می‌گیرد.

۹) فرصت‌های امنی برای بیان احساسات شدید بچه‌ها فراهم کنید. به‌عنوان مثال، اگر کودک شما بی‌نهایت عصبانی است به جای گفتن ”داد نزن دیگه!“ بهتر است بگوئید: ”برو تو حمام و یه دقیقه هر چه قدر می‌تونی بلند داد بزن!“

۱۰) زیادی توضیح ندهید. اثربخشی توضیحات ساده معمولاً بیش از بحث‌های طولانی است. وقتی کودک قشقرق راه انداخته است. او را نزدیک خود نگه داشت... یا حتی کنار او ماندن... می‌تواند بیش از هر کلام دیگری که می‌توانستید بگوئید مؤثر باشد.

● سنین مدرسه (۱۱-۶ سالگی)

کودکان چگونه ارتباط برقرار می‌کنند

۱) کودکان مدرسه رو شروع می‌کنند تا جهان را به شیوه‌های پیچیده‌تری نگاه کنند. در این مرحله. کودکان اغلب از تفکر عینی به سوی تفکر انعکاسی پیش می‌روند. نسبت به حوادث جهان

منطقی‌تر می‌اندیشند، گرچه هنوز چشم‌اندازشان از محیط جنبه‌ی شخصی دارد. شروع می‌کنند تا دنبال دلایل بگردند و سؤالات چالش‌برانگیزی می‌پرسند.

(۲) در سنین ۱۱-۶ سالگی کودکان هدفمند می‌شوند. آنها از پیش درباره‌ی چیزی که می‌خواهند فکر می‌کنند و یا اغلب برای رسیدن به آن نقشه می‌ریزند.

از آنجائی که شیوه ارتباطی آنان تکانشی و منطبق با نیازهایشان است درون دوست‌داشتنی عمیق و خردمند آنان را پوشیده نگاه می‌دارد.

(۳) بچه‌های مدرسه رو به تناوب نسبت به والدین خود احساس استقلال، وابستگی، مقاومت یا حتی سرکشی دارند. این رفتار گیج‌کننده می‌تواند برای والدین کاملاً آزاردهنده باشد. کودکان گاهی روزها وابستگی خود را نشان می‌دهند و بعد ناگهان قشقرق راه می‌اندازند. اگر احساس کنند بچه‌گانه با آنان رفتار شده آزرده‌خاطر می‌شوند. با این حال آنها ترجیح می‌دهند همان دختر یا پسر کوچولوی مامان باشند.

(۴) سؤالات بچه‌مدرسه‌ای‌ها والدین را به شک می‌اندازد و از آنها انتقاد می‌کند. آنها دیگر فکر نمی‌کنند والدین یگانه‌مظاهر قدرت هستند. این نوع پرسش کردن طبیعی و نشانه‌ی رشد تفکر نقادانه در آنها است. به نظر می‌رسد کسانی را که بیش از همه دوست می‌دارند طرد می‌کنند یا از آنان دور می‌شوند.

(۵) کودکان الگوهای ارتباطی خود را در تعامل با محیط شکل می‌دهند. کودکان خردسالتر معمولاً به یک شیوه بحث می‌کنند بدون اینکه در نظر بگیرند کجا یا با که هستند. با بزرگتر شدن و دور شدن از خانه، الگوهای گفتاری آنها با تبعیت از دوستان، رسانه‌ها و مجامع عمومی تنوع می‌یابد.

(۶) بچه‌های مدرسه رو افکارشان را خصوصی می‌دانند. در این دوره حتی وقتی روابط مثبتی میان کودک و والدین وجود داشته باشد، کودک تلاش می‌کند افکارش را برای خود نگاه دارد. اینک زمانی است که زندگی خارج از خانه با زندگی خانوادگی او رقابت می‌کند.

(۷) حس شوخ‌طبعی در کودکان ۱۱-۶ ساله بیشتر شکل می‌گیرد. آنها از گفتن مطالب خنده‌دار و سر به سر گذاشتن و بازی‌های پیچیده‌تر لذت می‌برند آنها می‌توانند مطالب پیچیده‌تر رسانه‌ها را درک کنند و قواعد و اصول بازی‌ها را تجلیل نمایند.

● شما چگونه ارتباط برقرار کنید

(۱) وقتی را پیدا کنید تا با او حرف بزنید، در مقایسه با یک کودک پیش‌دبستانی شما فرصت زیادی برای صحبت کردن با کودک دبستانی خود ندارید. یا بزرگتر شدن کودک، او کمتر به سراغ شما می‌آید، بنابراین شما باید تلاش مخصوصی به عمل آورید تا بتوانید اوقاتی را با او بگذرانید.

۲) با کودکان سنین مدرسه بالغانه صحبت کنید. آنها دوست دارند بزرگ شدنشان را تأیید کنیم. به آنها برمی‌خورد اگر احساس کنند مانند بچه‌ها با آنها صحبت می‌شود (حتی اگر مانند کودکان رفتار کنند) به جای "چند بار باید بهت بگم مشقت را بنویس؟! " بگوئید: "فکر کنم مشق داشته باشی، کی می‌خوای اونها را شروع کنی؟"

۳) با کودک خود محترمانه برخورد کنید. یک راه برای درک کودک و نیازهایش کمک گرفتن از خود اوست. اگر شما تصدیق کنید که فرزندتان اطلاعاتی دارد که شما ندارید، او خواهد فهمید که به او احترام می‌گذارید. یا اینکه تصمیم گیرنده نهائی شما هستید.

۴) از کودکان مدرسه رو به‌جای سؤالات کلی، پرسش‌های مشخصی بپرسید. به‌جای پرسیدن سؤالاتی مثل: "مدرسه چه‌طور بود؟" می‌توانید بپرسید: "معلمتون راجع به تحقیقت چیزی گفت؟" همچنین از پرسیدن سؤالات جهت‌دار بپرهیزید، به‌جای: "فکر می‌کنی این‌جوری صحبت کردن با یک بزرگتر درسته؟" بگوئید: "خیلی عصبانی می‌شم وقتی با این لحن با من حرف می‌زنی"

۵) به حرف‌های کودک گوش فرا دهید بدون آنکه آنها را تکذیب کنید. به‌جای اینکه بگوئید: "چه مسخره!" به سادگی می‌توانید بگوئید: "هوم!" یا "واقعاً" سپس سؤالات مشخصی را بر مبنای موقعیتی که کودک توصیف کرده است بپرسید.

۶) آنچه کودک می‌گوید تکرار کنید، اما بالغانه‌تر، شما می‌توانید جملات او را به شکل یک سؤال منعکس کنید. به این‌صورت که: "آیا من درست فهمیدم؟" با این روش شما به هوش و فهم کودکان احترام گذاشته و باعث شده‌اید احساس کند او را می‌فهمید و تشویقش می‌کنید تا بیشتر صحبت کند.

۷) کمی بخندید و اشتباهات خود را بپذیرید. گاهی، شوخ‌طبعی بهترین راه برای رفع یک درگیری، یا واکنش نشان دادن به خواسته یا ناراحتی کودک است همچنین می‌توانید از فرزند خود کمک بخواهید تا مشکل رفع شود. بچه‌ها عاشق این هستند که از والدین بشنوند که اشتباه کرده‌اند وقتی خطائی مرتکب می‌شوید اقرار کنید و بگوئید: "خرابکاری کردم، نه؟ می‌شه با هم کمک کنیم تا به جوری اوضاع را درست کنیم؟"

۸) برای قانونگذاری و تعیین محدودیت‌ها برای کودک از خود او کمک بگیرید. وقتی لازم است به او "نه" بگوئید از گفتن نهراسید اما با ذکر دلیل، او نیز می‌تواند قوانینی را وضع کند. برای مثال از کودک بخواهید تا ساعت موجهی را برای انجام تکالیف مدرسه مشخص کند. دکتر گیلیان مک نامی توصیه می‌کند از کودک بخواهید رئیس تصمیم‌گیری در این مورد باشد که (با توجه به

دستورات آموزگار) چه کمکی باید به او شود، چه قدر و کی. به این ترتیب، کودک احساس می‌کند بر دنیای خود تسلط دارد.

۹) ارتباط کلامی خود را با فرزندتان حفظ کنید. حتی وقتی او تمایلی ندارد. دکتر مایکل تامپسون می‌گوید: "ممکن است گاهی شما احساس کنید نزد فرزندتان بی‌اعتبار هستید." در چنین شرایطی اگر سکوت کنید، یا شخصاً واکنش‌های تکانشی بروز بدهید اوضاع خیلی بدتر پیش می‌رود. اما به یاد داشته باشید آنها اغلب دارند سعی می‌کنند استقلال خود را تثبیت کنند.