

روان‌شناس برای مدیریت اختلافات و دعوای بین فرزندان

راهکاری کلیدی

فهم لازم بود ورود کنیم قضاوت ارزشی میان آنها ممنوع است

اختلافات مان را به حداقل برسانیم و اگر هم مجبور به دخالت شدیم این دخالت به شکل غیرمستقیم باشد. قطع به یقین اگر از دوران کودکی رفتار و مدیریت درستی در قبال نزاع و اختلافات بین فرزندانمان نداشته باشیم، این مسأله می‌تواند به شکل گیری اختلاف جدی بین ما و فرزندانمان و همچنین میان خود آنها منتهی شود. بنابراین باید حواس مان باشد که چگونه درست‌ترین تصمیم در دعوا و نزاع بین فرزندانمان اتخاذ کنیم. موضوعی که در ادامه در گفت‌وگو با دکتر نجمه سادات مشهدی روان‌شناس و مشاور خانواده‌ایم مورد بررسی قرار داده‌ایم.



بر بخورم و بتوانم به راحتی این مشکلات را حل کنم نوجوان ما همین مادر با یکدیگر به مشکل برمی‌خورند این قدرت را داشته باشند که آن خود یاد نداده‌اند. بنابراین ما باید به فرزندانمان آموزش دهیم و اختلافی پیش آمد چگونه این مشکلات را حل کنند. اینجا باید ما دست را پیدا کرده و ماجرا را حل کنیم و بچه‌های ما باید این را یاد بگیرند.

آموزش می‌بینند. پدر و مادر وقتی باید با همدیگر تصمیمی نالت داشته باشند و باید طوری عمل و با هم صحبت کنند؛ چون ناخودآگاه فرزندان ما نسبت به ما عرق می‌بینند که پدر یا مادر ظلم می‌کند و زور می‌گوید، برای دفاع از یکی از والدین که احساس می‌کند مورد گیرد!



گرفتن راه حل از خود بچه‌ها

تصور کنید در حال حاضر فرزند ما از مدرسه یا مهد کودک می‌آید و اختلافی با دوستش پیدا کرده؛ وقتی با ما صحبت می‌کند نباید به او بگوییم تو هم باید دوستت را می‌زدی! هیچ وقت نباید این‌گونه برخورد کنیم بلکه باید با او صحبت کرده و از خودش نظر بخواهیم و بگوییم شما فکر می‌کنید چه راه حلی بهتر است؟ یعنی باید از خود بچه‌ها راه حل بگیریم و راه حلی که خود بچه مطرح می‌کند را پروبال بدهیم تا فرزند ما یاد بگیرد باید مسأله‌اش را خودش حل کند.

دوران کودکی را دریابیم

اگر تربیت در این زمینه در کودکی درست پیش برود ما در نوجوانی اصلاً با بچه‌ها مشکل نخواهیم داشت، چون خودشان خیلی راحت می‌توانند مشکلاتشان را با دیگران حل کنند. در نهایت هم اگر نتوانستند از ما کمک می‌گیرند. اگر در کودکی این آموزش حل مسأله به درستی اتفاق نیفتد، ما در دوره نوجوانی با مشکلات زیادی مواجه خواهیم شد. به خصوص مواقعی که جنسیت بچه‌ها فرق می‌کند این مسأله تشدید می‌شود و ممکن است بچه‌ها احساس کنند چون جنسیتشان متفاوت است مورد توجه پدر و مادر قرار نمی‌گیرند.

جبران مافات با آموزش

حتی اگر در دوران کودکی هم به درستی عمل نکرده‌ایم حالا این آگاهی را به دست آورده‌ایم که فرزندان ما دوران نوجوانی خود را می‌گذرانند و دختر و پسر ما با یکدیگر کنار نمی‌آیند! آیا این مسأله قابل جبران است و می‌توانیم رفتار بین آنها را مدیریت کنیم؟ بله قابل جبران است. هر زمان مشکلاتی به وجود بیاید و بچه‌ها سن بالایی هم باشند این قابل جبران است اما این جبران نیازمند آموزش است.

ورود بدون قضاوت

اما اگر بچه‌ها از گروه بزرگسال و سنین بالای هشت سال باشند، در سنی هستند که عقل بچه کامل شده و به راحتی می‌تواند تشخیص دهد و قدرت آنالیز مسائل را دارد. اینجا پدر و مادر ورود پیدا می‌کنند اما باز هم ورودشان بدون قضاوت است؛ در چنین شرایطی باید با دوطرف صحبت کنند و نباید در حضور دوطرف یکی را متهم کنند. بلکه باید به گونه‌ای رفتار کنند که بچه‌ها خودشان به این نتیجه برسند کدام طرف مقصر بوده، نه این که پدر و مادر، مقصر را تعیین کنند.

خط قرمز قضاوت ارزشی

در حل اختلافات بین بچه‌ها یک خط قرمز جدی داریم و آن هم قضاوت ارزشی میان آنهاست. به هیچ عنوان درباره فرزندانمان نباید قضاوت ارزشی و اخلاقی بکنیم فقط باید به عنوان یک قاضی باشیم. مخصوصاً درباره نوجوانان که رفتار پدر و مادر برایشان بسیار مهم است و آسیب می‌بینند، مثلاً وقتی ببینند ما از یکی از خواهر و برادرها حمایت می‌کنیم، آن قدر آسیبش بالاست که بچه هم نسبت به ما تنفر پیدا می‌کند، هم گارد می‌گیرد و هم آسیب‌های روانی پیدا می‌کند، چراکه احساس می‌کند تنهاست و این بسیار در تربیتش تأثیرگذار است، پس بهترین چیز آموزش است. برای آموزش حل مسأله و حل اختلافات باید با فرزندانمان صحبت کنیم و به آنها بگوییم بهترین راه حل چیست اما به هیچ وجه هیچ‌کدام‌شان را مورد اتهام قرار ندهیم.