10

نه گفتن محترمانه به درخواست‌های نادرست همسالان

بردیا در حیاط مدرسه در محاصره دو هم‌کلاسی‌اش قرار گرفته بود که اصرار داشتند زنگ تفریح از دیوار کوتاه حیاط بالا بروند تا توپ افتاده در کوچه را بیاورند، و او از ترس طرد شدن با پاهایی لرزان آماده بالا رفتن بود.

پدر با خشم بر او نتاخت و او را بزدل نخواند؛ او متوجه شد که این تسلیم خاموش، ریشه در ترس شدید کودک از بی‌اعتنایی همسالان و کمبود جسارت برای گفتن یک نه قاطع اما مؤدبانه دارد.

توانایی نه گفتن سنگر حفظ هویت، عزت نفس و امنیت اخلاقی کودک در جامعه است و انسانی که نتواند در برابر فشار همسالان ایستادگی کند، در نوجوانی و بزرگسالی طعمه آسیب‌های جبران‌ناپذیر خواهد شد.

پدر دست‌های بردیا را میان دستانش گرفت، نگاهش را مستقیم به چشمان او دوخت و گفت: «دوست واقعی کسی است که به خط قرمزهای تو احترام بگذارد؛ یک نه محکم و باادب به کار غلط، نشان‌دهنده اراده آهنین و شجاعت واقعی توست.»

بردیا با به یاد آوردن صدای اطمینان‌بخش پدر، نفس عمیقی کشید، سرش را بالا گرفت و با لحنی قاطع و بدون ترس به دوستانش گفت: «من این کار خطرناک را انجام نمی‌دهم، ولی می‌توانیم با هم به ناظم بگوییم توپ را بیاورد.»

تحلیل روانشناس

جرئت‌ورزی و ایستادگی در برابر فشار همتایان حاصل تمایزیافتگی هویت و اعتماد به نفس است؛ والد با پذیرش احساس ترس کودک و تجهیز او به جملات مرزبندی روشن، قدرت مهار فشار گروهی را در او پایدار می‌سازد.

جعبه‌ابزار کلمات در لحظه بحران

اگر کاری خطرناک است یا حس بدی به تو می‌دهد، با افتخار و محکم بگو: نه، من این کار را نمی‌کنم.

تو برای راضی نگه داشتن دیگران به دنیا نیامده‌ای؛ نه گفتن به کار اشتباه، یعنی حفظ ارزش‌های خودت.

پروتکل روزمره

در خانه سناریوهای فرضی بسازید و بازی کنید؛ به کودک نقش بدهید تا در برابر پیشنهادهای غلط شما، نه قاطعانه و محترمانه تمرین کند.

در گفتگوهای روزمره هرگاه کودک به درستی با موضوعی مخالفت محترمانه کرد، نظرش را بپذیرید تا بداند کلمه نه قدرت اثرگذاری دارد.

Daneshyar

محتوایی که مطالعه فرمودید یک بخش از محتوای ۵۳ بخشی است

برای دانلود نسخه کامل محتوا ی لطفا به وبسایت دانشیار

www.fd49.irمراجعه فرمایید .

با توجه به اهمیت آموزش مهارتهای زندگی برای کودکان و نوجوانان و نقش بدون تردید آن در ساختن جامعه سعادتمند و بالندگی فرزندان این سرزمین ،لطفا این محتوا را با عزیزانتان و سایر هموطنان به اشتراک بگذارید

Daneshyar