



همکاری راهبردی ERASMUS + VET

8 - IENE توانمندسازی خانواده‌های مهاجر و پناهجو از طریق آموزش مهارت‌های والدگری

ابزار آموزشی فشرده شماره ۱۴

مرزهای رشد کودک (۲ تا ۶ سالگی)

ایرنا پاپادوپولوس و رونا لاتزارینو

دانشگاه میدلسکس

اوت ۲۰۱۹



National and Kapodistrian
University of Athens



منابع مالی این پروژه با کمک کمیسیون اروپا تأمین شده‌اند.
این اثر صرفاً بازتاب‌دهنده دیدگاه‌های نویسنده یا نویسندگان است و کمیسیون اروپا مسئولیت کاربردهای احتمالی
اطلاعات ارائه‌شده در آن را به عهده نمی‌گیرد.



Erasmus+

مرزهای رشد کودک	3
اهداف آموزشی	3
تعریف مرزهای رشد کودک	3
نکات کلیدی	3
فعالیت	5
تأملی بر یکی از مسائل مهم مطرح در این ابزار آموزشی فشرده	5
خودارزیابی	5
منابع	5
صاحبان اثر (عکس‌ها و تصاویر)	6

در این درس فشرده، مرزهای سالم رشد کودک و تأثیر خاص آن‌ها بر رابطه بین کودکان و والدین پناهجو معرفی می‌شوند. در ادامه، توصیه‌هایی نیز برای تعیین و حفظ این مرزهای سالم ارائه می‌شود.

اهداف آموزشی

1. ارائه تعریفی اجمالی از مرزهای سالم به‌ویژه در خانواده‌های پناهجویی که وضعیت پناهندگی‌شان هنوز مشخص نیست
2. ارائه دلایلی برای اثبات اهمیت مرزهای سالم در خانواده‌های پناهجویی که وضعیت پناهندگی‌شان هنوز مشخص نیست
3. پیشنهاد راه‌هایی برای تعیین و حفظ مرزهای سالم

تعریف مرزهای رشد کودک

مرزها به محدودیت‌ها یا توافق‌هایی درباره رفتارهای قابل‌قبول و غیرقابل‌قبول اشاره دارند. در روابط بین والدین و کودکان، بزرگسالان مرزهای سالم را تعیین و حفظ می‌کنند و هدف‌شان از این کار هدایت کودکان و محافظت از آن‌هاست. این مرز بین‌نسلی نقشی محوری در سلامت روابط والدین و کودکان دارد. در این روابط، نقش والد و نقش کودک کاملاً مجزا و شفاف هستند.



خانواده‌های پناهجویی که وضعیت پناهندگی‌شان هنوز مشخص نشده است اغلب با مشکل اختلال در ساختار خانواده و نقش‌ها، ارزش‌ها و شیوه‌های والدگری مواجه می‌شوند. شرایط حاد و منحصربه‌فرد خانواده‌های پناهجو ریسک از دست دادن هویت و کنترل را در والدین افزایش می‌دهد. علاوه بر این، پریشانی هیجانی والدین می‌تواند سبب شکل‌گیری مرزهای ناسالم شود و پیامدهایی را به‌دنبال داشته باشد که حمایت بیش از حد، سخت‌گیری و وارونه شدن نقش والد و کودک از جمله آن‌ها هستند. کودکان پناهجو با مشکلات رفتاری مرتبط با درونی‌سازی و برونی‌سازی روبرو هستند و حل این مشکلات مستلزم تعیین محدوده‌هایی خاص و ایجاد حس تحت حمایت بودن در آن‌هاست. در نهایت، شرایط زمانی و مکانی عدم قطعیت و خطرات پیش روی خانواده‌های پناهجوی آواره تعیین مرزهای محافظت‌کننده را ضروری می‌سازد. همه این دلایل نشان‌دهنده اهمیت بالای تعیین مرزهای سالم در خانواده‌های پناهجو هستند.

نکات کلیدی

انواع مرزها: مرزهای مهم روابط والد و کودک عبارتند از:

1. مرزهای فیزیکی. این مرزها ماهیتی فیزیکی و ملموس دارند. بدن شخص نمونه‌ای از مرزهای فیزیکی است. کودک باید یاد بگیرد فقط خودش مالک بدنش است و با تعریف «لمس متعارف» آشنا شود. گفتن جملاتی مانند «بدن بابا برای خودش است» و «بدن تو هم برای خودت است» می‌تواند نقطه شروع خوبی برای توضیح این مسأله به کودکان باشد. می‌توان اطلاعات بیشتری را به مرور زمان به این مکالمه اضافه کرد. برای مثال، می‌توان کودکان را با تعریف دقیق لمس متعارف آشنا کرد و به آن‌ها یاد داد، در صورت مواجهه با پیشنهادات یا رفتارهایی که ممکن است از سوی بزرگسالان سر بزیند و موجب رنجش یا خجالت‌شان شوند، موضوع را با والدین یا معلم‌های‌شان در میان بگذارند. سایر مرزهای فیزیکی ممکن است با تعیین محل بازی کودکان سر و کار داشته باشند. برای مثال، کودکان ممکن است فقط مجاز به بازی جلوی چادر باشند.

2. مرزهای هیجانی. وقتی به کودکان یاد می‌دهیم نباید حرف‌های آزردهنده به دیگران بزنند در حال تعیین مرزهای هیجانی هستیم. مسخره کردن می‌تواند یکی دیگر از راه‌های نقض مرزهای هیجانی دیگران باشد. در مقابل، احترام و مهربانی نگرش‌های مثبتی هستند که باید به کودکان آموزش داده شوند.



3. مرزهای رفتاری. مرزهای رفتاری می‌توانند دو نوع مرزی را نیز که پیش از این توصیف شدند در بر بگیرند. این مرزها به رفتارهای مناسب یا آیین‌نامه‌هایی اخلاقی اشاره دارند که اغلب با امنیت کودکان مرتبطند. باید به کودکان کمک کنید تا یاد بگیرند رفتارهایی مانند نوشیدن آب از چاله، پرتاب سنگ و عبور از خیابان بدون نظارت بزرگسالان می‌توانند زندگی‌شان را به‌خطر بینانند.

تعیین مرزها

همه ما از مرزهایی برای محافظت از کودکانمان استفاده می‌کنیم و می‌خواهیم آن‌ها را از آسیب و خطر دور نگه داریم. البته، نکته مهم این است که به کودکان بگویید چرا آن‌ها را از این کارها «نهی» می‌کنید. برای مثال، اگر آن‌ها را از آتش دور می‌کنید، باید دلیل این کارتان را برای‌شان توضیح دهید.

اکثر کودکان، طی فرایند رشد، محدوده‌های مرزهایی را که برای‌شان تعیین کرده‌اید محک می‌زنند. این رفتار کاملاً عادی است. بعد از این که کودکان بزرگ می‌شوند، ممکن است نیاز به تغییر یا اصلاح این مرزها داشته باشید تا بازتاب‌دهنده رفتارها و تجربیات متفاوت یا جدید باشند. با بزرگتر شدن کودکان، بهتر است بخش‌هایی از مسئولیت‌های‌تان در قبال امنیت‌شان را به خودشان واگذار کنید.



با این کار، کودک را نیز در این فرایند مشارکت می‌دهید و می‌توانید با یکدیگر درباره مرزهای جدید مذاکره کنید. اگر تعداد مرزها بیش از اندازه زیاد باشد، ممکن است کودک را از خودتان متنفر کنید یا حفظ مرزها برای‌تان غیرممکن شود. مرزهایی را که واقعاً برای‌تان مهم هستند از مرزهای قابل‌چشم‌پوشی جدا کنید. باید یاد بگیرید، بدون تنگی، عصبانیت یا کلافگی و در نهایت صبوری، قاطعیت‌تان را به کودکان نشان دهید. همیشه به کودکان قدرت انتخاب بدهید و قواعد را دلسوزانه تعیین کنید. البته، بگذارید کودکان عواقب نقض قواعد توافقی را هم

بچشند.

مرزها؛ پناهگاهی برای همه

فراموش نکنید که تعیین مرزها گاه می‌تواند باعث ایجاد حس امنیت در کودکان پناهجو و والدین‌شان شود. این مسأله به‌ویژه در شرایطی صادق است که اوضاع جهان در ظاهر به‌هم‌ریخته و از کنترل خارج شده باشد. انتظارات باید واضح و مثبت باشند. مسلماً، این مسأله در خانواده‌های پناهجوی آواره‌ای که زندگی‌شان کاملاً مختل شده است اهمیت خاصی دارد. برای مثال، تعیین روال‌های کاری روزانه و خانوادگی، که همه اعضای خانواده بر سرشان به توافق رسیده‌اند، می‌تواند به همه دل‌گرمی و اطمینان خاطر بدهد. این روال‌ها و قواعد پذیرفته‌شده سبب استمرار عادات فرهنگی می‌شوند و، هم‌زمان، حریم زمانی و مکانی همه اعضای خانواده را محترم می‌شمارند. تقویم یا پوستری تصویری، که همه روال‌های کاری، امور روزانه و قواعد در آن ترسیم شده باشند، می‌تواند بسیار مفید باشد و، البته، تهیه‌اش هم می‌تواند فعالیتی سرگرم‌کننده محسوب شود.



سعی کنید برنامه یا امور روزانه یا هفتگی یا قواعد و ارزش‌های خانواده را در قالب پوستری تصویری و خلاقانه تهیه کنید. این فعالیت را نوعی تفریح و سرگرمی در نظر بگیرید و، در انجام آن، با کودکان و همه اعضای خانواده‌تان همراه شوید. جوایزی را برای نتایج و عملکرد مثبت کودکان در نظر بگیرید.



تأملی بر یکی از مسائل مهم مطرح در این ابزار آموزشی فشرده

خودارزیابی

نادرست	درست	مرزها ارتباط چندانی با خانواده‌های پناهجویان ندارند.
نادرست	درست	کودکان بزرگتر اغلب تلاش می‌کنند مرزهای تعیین‌شده توسط والدین‌شان را محک بزنند.
نادرست	درست	تشریح قواعد برای کودکان نوپا مهم نیست چون درکی از این قواعد ندارند.
نادرست	درست	چانه زدن بر سر مرزها نشان‌دهنده از دست رفتن کنترل والدین است.
نادرست	درست	برنامه‌های زمانی تصویری می‌توانند به کل خانواده در انجام روال‌های کاری کمک کنند و موجب کاهش تعارض‌ها شوند.

- <https://www.familylives.org.uk/advice/early-years-development/behaviour/setting-boundaries-for-toddlers-and-preschool-children/>
- <https://childdevelopmentinfo.com/development/set-your-child-up-for-success-by-teaching-healthy-boundaries/#gs.u0efpp>
- https://www.canr.msu.edu/news/boundaries_and_expectations_are_important_parenting_tools

صفحه ۳، عکاس: رجا عبدالرحیم، وال استریت ژورنال
صفحه ۴، عکاس: جاهی چیکونديو، واشنگتن پست، گتی ایمجز
صفحه ۵، تصویرپرداز: لورن کت وست