



توقف موقت بازی، تکنیکی است که والدین و معلمان در واکنش به رفتارهای ناپسند کودکان از آن استفاده می کنند. این تکنیک شامل دور کردن کودک از محیط و فعالیت ها، هنگامی است که رفتار نامناسب و ناپسندی انجام می دهد، و قرار دادن او در مکانی خاص به مدت زمانی مشخص است تا ساکت باشد و به رفتار خود بیندیشد.

توقف موقت بازی، تکنیکی انضباطی است که در آن از تنبیه جسمانی استفاده نمی شود. متخصصان گزارش می کنند، اجتناب از تنبیه جسمانی ممکن است به پیشگیری از یادگیری این نکته در کودکان کمک کند: «خشونت یا تحمیل درد فیزیکی برای دستیابی به نتایج مطلوب آن ها مناسب است.»

به این ترتیب، کودکان می آموزند که از توقف موقت بازی، به وسیله ی متوقف کردن رفتارهایی که باعث توقف موقت بازی قبلی شده اند، یا آن چه نتیجه ی چنین هشدارهایی است، اجتناب کنند.

توقف موقت بازی

ترجمه: زهرا گیتی پسند

تکنیکی برای مواجهه با رفتارهای ناپسند کودکان

اطلاعات

چگونه از تکنیک توقف موقت بازی استفاده کنیم؟

۱. مکانی را در خانه بیابید که برای این کار مناسب باشد. یک صندوق در راهرو یا گوشه ای از خانه مناسب است. این مکان نباید خیلی بسته، تاریک یا ترسناک باشد. هم چنین باید به گونه ای باشد که امکانی برای سرگرمی نداشته باشد. برای مثال، در مقابل تلویزیون یا رایانه، یا در یک محل بازی نباشد. اشیای موجود در محل باید برای کودک شما کسل کننده باشند و او را نترسانند.

۲. یک زمان سنج که صدای بلندی دارد، برای مشخص کردن زمان سپری شده در توقف موقت بازی، تهیه کنید. زمان این کار با توجه به سن کودک، بین یک تا پنج دقیقه پیشنهاد شده است و به کار می رود.

۳. وقتی که کودک شما رفتار بدی را به نمایش گذاشت، از رفتار غیر قابل پذیرش او، توضیحی به دور از ابهام و عینی ارائه دهید و به او بگویید که آن را متوقف کند. به کودک هشدار دهید، پیامد متوقف نکردن رفتارش این است که روی یک صندوق برای توقف موقت بازی بنشیند. اگر کودک شما رفتار ناپسند را متوقف کند، شایسته ی تحسین است.

۴. اگر کودک شما مستحق یک توقف موقت بازی است، به او بگویید که محل توقف موقت بازی برود و دلیل آن را برایش شرح دهید. مطمئن باشید که او قوانین را می فهمد.

با فریاد کشیدن و غرغر کردن، در واقع نشان می دهید که به او توجه زیادی دارید. پس از این کار اجتناب کنید. اما ممکن است نیاز باشد، او را با نیروی جسمانی زیادی به محل توقف موقت بازی هدایت کنید (حتی با شتاب او را ببرید و روی صندوق قرار دهید). هرگز ضربه ای به پشت باسن یا هیچ ضربه ی جسمی دیگری به فرزندان نزنید. اگر در صندوق نماند، باید او را از پشت نگه دارید، اما با او صحبت نکنید؛ زیرا مثل این است که هنوز دارید به او توجه می کنید.

۵. زمان سنج را تنظیم کنید. اگر او سر و صدا به راه انداخت یا بد رفتاری کرد، دوباره زمان سنج را تنظیم کنید. اگر صندوقی را ترک کرد، او را برای نشستن روی صندوق هدایت، و دوباره زمان سنج را تنظیم کنید. باید ساکت باشد و رفتار خوبی داشته باشد تا زمان به پایان برسد.

۶. بعد از این که زمان سنج زنگ زد، ممکن است کودک شما با انرژی برخیزد و دوباره فعالیت ها را شروع کند.

ناخشنود نباشید و اجازه دهید به بازی ادامه دهد. کودک شما، زمان توقف را سپری کرده است و بنابراین نیازی به ادامه ی مشاخره در خصوص رفتار ناپسندش نیست.

