

چگونه به کودک خود نه بگوییم

تهیه یک برنامه انضباطی ایمن، منطقی و کارآمد
برای کودک نه ماهه تا سه ساله

دکتر ویل ویلکاف

فهرست مطالب

.....
۵	سخن ناشر
۷	فصل اول: اهمیت «نه»
۱۷	فصل دوم: چرا گفتن یک «نه» ساده، مؤثر نیست
۲۸	فصل سوم: از کجا باید شروع کنیم
۴۹	فصل چهارم: کاربرد عملی «نه» و سایر روشهای کنترل و مدیریت رفتار
۷۸	فصل پنجم: هنر تعیین حد و مرزها
۹۴	فصل ششم: وقفه را چگونه به کار گیریم تا مؤثر شود
۱۱۰	فصل هفتم: تهدیدها و هشدارها
۱۱۷	فصل هشتم: همسانی و ثبات
۱۲۸	فصل نهم: عملی کردن برنامه
۱۴۹	فصل دهم: مکانهای عمومی
۱۶۲	فصل یازدهم: چگونه در زمان بیماری فرزندتان «نه» بگویید
۱۷۱	فصل دوازدهم: چگونه هنگام صرف غذا «نه» بگویید
۱۷۶	فصل سیزدهم: انضباط و مهدکودک
۱۹۵	فصل چهاردهم: «اون اول منو زد!»
۲۰۹	فصل پانزدهم: یادگیری تأخیری استفاده از توالت
۲۲۶	فصل شانزدهم: نتیجه گیری: نقشه ج
۲۳۳	نمایه

سخن ناشر

خواننده محترم، کتابی که پیش روی دارید، یک جلد از کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان است.

کتابهای این مجموعه، علی‌رغم ارتباط موضوعی، هرکدام از نظر مطلب مستقل هستند. آمادگی برای زایمان، روشهای مناسب و صحیح شیر دادن، تولد فرزند دوم، نقش پدر در تربیت کودک، پرورش کودک تیزهوش، آموختن به کودکان دربارهٔ خدا، سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان، پرورش فرزندان امیدوار و موفق، کلیدهای رفتار با نوجوانان و نیز مطالب متنوع و جالب دیگری که به روشها و مشکلات تربیتی کودکان و نوجوانان تا سنین بلوغ می‌پردازد، موضوع کتابهای این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نویسندگان این کتابها، آموزش شیوه‌های عملی به والدین است. در نتیجه، هرکتاب از فصلهای متعددی تشکیل شده است که هر فصل به توضیح یک روش کلیدی می‌پردازد. مجموعه کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان، علاوه بر پشتوانه علمی و معتبر خود، از زبانی ساده برای توضیح مطالب و انتقال آنها به خواننده استفاده کرده است که برای عموم مادران و پدران جوان قابل استفاده خواهد بود.

اهمیت «نه»

آیا به مطالعه این کتاب نیاز داریم؟

هریک از ما با مجموعه منحصربه‌فردی از تواناییها و ضعفهای شخصی، دارای فرزند می‌شویم. الگوی شخصیتی تمام کودکان یکسان نیست و هر یک از ما باید از روش تربیتی متناسب با سن و شخصیت کودک خود، بهره بگیریم. تنوع سرشت و خلق‌وخوی کودک و شخصیت والدین، به قدری زیاد است که هیچ نویسنده‌ای نمی‌تواند پیشنهادهای مؤثری برای تمام موقعیتهای و نیز برنامه و راهکار مناسبی برای تمام والدین ارائه دهد.

در هر حال، در طول سی سال خدمت به عنوان پزشک متخصص اطفال و تماس با هزاران خانواده، دریافته‌ام که والدین موفق در کنترل و مدیریت رفتارهای نادرست فرزندانشان، یک نقطه مشترک دارند و آن اینکه ایشان، چه صیاد و چه استاد دانشگاه، در زمان نوپایی فرزندانشان، رمز «نه» گفتن به آنان را کشف کرده‌اند. البته این کار ساده نیست. این گروه از والدین، چالشها و تلاشهای خود را با من در میان گذاشته‌اند و ما به اتفاق یکدیگر، راه‌حلهایی برای مشکلاتشان یافته‌ایم. در اینجا چند نمونه از رایج‌ترین مشکلات آنان شرح داده می‌شود. چنانچه شما نیز با پاره‌ای از این مسائل برخورد داشته‌اید، پاسخ مشکل خود را در این کتاب خواهید یافت.

وقتی می‌گوییم «نه»، فرزندم خنده کنان فرار می‌کند. چند ماه است که با کودک خود بازی کرده‌اید. حالا او باید بپذیرد که شما در مواردی بسیار جدی هستید.

من و همسرم، دربارهٔ چگونگی واکنش به رفتار نادرست کودکان، با یکدیگر توافق نداریم. ثبات رأی و استمرار، عامل مهمی در کنترل و مدیریت رفتار فرزندان است. در هر حال، این عدم توافق بین شما و همسران امری طبیعی است. روشهای متعددی برای برطرف کردن این ناهماهنگی قابل پیش‌بینی، در مسیر تربیت فرزندان وجود دارد.

مربی مهد کودک فرزندان، از تهاجمی بودن بیش از حد او شکایت می‌کند و چنانچه این رفتار او تصحیح نشود، ممکن است از ما خواسته شود مهد دیگری برای او پیدا کنیم. امروزه که اشتغال پدر و مادر در بیرون از منزل، به صورت امری عادی درآمده است، کنترل و مدیریت رفتار کودک، کاری نیست که فقط به خانه منحصر شود. برای این مشکل پیچیده، راه‌حلهای ساده‌ای وجود دارد.

من برای وادار کردن فرزندم به رفتار درست، سر او داد می‌زنم. این کار به ندرت مؤثر واقع می‌شود و شخصاً هم آن را دوست ندارم. با استفاده از کلمات و نیز اعمال خود، می‌توانید رفتار ناشایست کودک را بدون داد و فریاد کردن، کنترل و تصحیح کنید.

با شرمندگی اقرار می‌کنم که برای متوقف کردن رفتار نادرست فرزندم، به او پشت‌دستی زده‌ام. شما در حین انجام این کار، از نادرستی آن آگاه بوده‌اید، اما در شرایطی آنی چاره دیگری نداشته‌اید. برای تغییر شرایط، برنامه‌ها و راههای مؤثر دیگری وجود دارد که به کمک شما خواهد آمد.

در جایی خوانده‌ام برای تغییر رفتار فرزند نوپایم، در شرایط دشوار باید توجه او را به مسیر دیگری جلب کنم و برای رفتار صحیح او، تقویت‌کننده‌های مثبت در نظر بگیرم. این روشها را آزموده‌ام، اما او همچنان

به رفتار نادرست خود ادامه می‌دهد. هرچند این روش، می‌تواند بخشی از یک برنامه موفقیت‌آمیز کنترل و مدیریت رفتار کودک باشد، بدون مجموعه‌ای از مجازاتها برای رفتارهای ناشایست، به ندرت مؤثر خواهد بود. در این کتاب، چگونگی ایجاد محدودیتهای متناسب با سن کودک و نیز به‌کارگیری مجازاتهای ایمن، مشفقانه و مؤثر به شما نشان داده خواهد شد.

ما روش وقفه^۱ را آزموده‌ایم، اما نتیجه‌ای نداشته‌است. روش وقفه هنوز هم ایمن‌ترین و مؤثرترین روش بازداشتن کودک از انجام کارهای نادرست است. اما بسیاری از والدین، نظیر خود شما، باید نکات ریز و دقیق این روش را بیاموزید تا تلاشهایتان نتیجه‌بخش باشد.

از بعضی والدین شنیده‌ام که تلاش می‌کنند با صحبت کردن، فرزندشان را به رفتار درست وادارند. این گفت‌وگوها بیهوده به نظر می‌رسند و رفتار نادرست را متوقف نمی‌کنند. گفت‌وگو با فرزندان و یافتن محرکهای رفتاری او، اهمیت زیادی دارد، اما سرانجام بحث و گفت‌وگو دربارهٔ وضعیت پیش‌آمده را باید متوقف کرد و وارد عمل شد. وقتی لازم شد که دست‌به‌کار شوید، راههای ایمن و توأم با مهربانی و محبت، برای گذر از مرحلهٔ گفت‌وگو وجود دارد.

به نظر می‌آید که کودک ما به طور طبیعی رفتارهای درستی دارد، ولی ما میل داریم برای زمانی که او می‌خواهد محدوده‌های ما را آزمایش کند، آماده باشیم. شما از نعمت داشتن فرزند برخوردارید که - در حال حاضر - به نظر می‌رسد نه به محدودیت نیاز دارد و نه به مجازاتهای گوناگون، اما همان‌گونه که خودتان هم احتمال می‌دهید، این بادکنک بالاخره روزی

۱. time-out: قرار دادن کودک در محیطی مانند اتاق خواب یا روی یک صندلی برای زمانی معین، به منظور تنبیه و انحراف توجه او.

خواهد ترکید. این مرحله ورود به زندگی واقعی، چنانچه برای آن برنامه داشته باشید، بسیار ساده تر خواهد بود.

* * *

در این کتاب، با یک برنامه و طرح بسیار وسیع، همه جانبه و پیچیده که تمام جزئیات دشوار آن باید از ابتدا تا انتها، برای رسیدن به موفقیت عملی شود، روبه رو نیستید. مطالب این کتاب، مجموعه ای از نظریات جمع آوری شده طی سی سال، از هزاران پدر و مادری است که در کنترل و مدیریت رفتار فرزندشان موفق شده و یا شکست خورده اند. فصلهای این کتاب از توالی منطقی برخوردارند، اما مطالعه آن بر اساس اولویتهای فردی و خانوادگی نیز اشکالی ندارد.

اطمینان دارم که در این کتاب، به موارد لازم برای برنامه ریزی یک راهکار مؤثر و مناسب، به منظور کنترل رفتار فرزندتان، دست خواهید یافت؛ از ایجاد عادت به زودتر خوابیدن در شب گرفته تا در نظر گرفتن محدودیتهای متناسب با سن کودک یا نحوه استفاده از روش وقفه و ...

کوشیده ام مطالب کتاب، موجز و مختصر و به گونه ای نوشته شود که در یک یا دو شب قابل مطالعه باشد. بر اساس تجربه می دانم که بعضی فصلها را باید هنگام شروع رفتارهای چالش برانگیز جدید، بارها بازخوانی کرد. امیدوارم مباحث مطرح شده، برای شما مفید باشد. در این صورت، آموخته های خود را با دیگر والدین در میان بگذارید. پرورش و تربیت فرزند، کار مشکلی است و هریک از ما گاهی به کمی حمایت و دلگرمی نیاز داریم.

* * *

واقع گرایی رفتاری یا رفتارگرایی واقع گرایانه؟ یک بار یکی از مستقدان این کتاب، مرا فردی رفتارگرا نامید و من فکر می کنم اگر مجبور به نشستن

در گوشه ای از مطب روان شناسی می شدم، روی سردر مطب تابلوی «درمانگر رفتارگرا» را نصب می کردم؛ زیرا معتقدم با تقویتهای مثبت و یا منفی، می توانیم رفتار افراد را تغییر دهیم. اما چنانچه می توانستم عنوانی برای خود انتخاب کنم، ترجیح می دادم به عنوان «واقع گرا» شناخته شوم. آنچه در این کتاب مطالعه می کنید، بر اساس فرضیه و تئوری بنا نشده، بلکه پایه و اساس آن تجربیات واقعی است. با ارزش ترین بخش تحصیلات و آموزه های من در روان شناسی کودک، در آخرین سال تحصیل در دانشکده پزشکی، هنگام تولد اولین فرزندمان شروع شد و طی سی سال بعد، همزمان با مشاهده رشد دخترم و بیش از پنج هزار کودک دیگر و رسیدن آنان به بزرگسالی، آنچه را برای من و همسرم و نیز سایر والدینی که با مهربانی و محبت تجربیات خود را با من در میان می گذاشتند، مفید و مؤثر یا غیر مؤثر و ناکارآمد بود، شاهد بوده ام و چالش بزرگ کردن کودک نوپا توسط والدین بدون تجربه را درک کرده ام. بنابراین، توقع ندارم چیزی را که خود نیازموده و یا شاهد استفاده موفقیت آمیز سایر والدین از آن نبوده ام، شما انجام دهید و درست همان طور که از شما می خواهم از فرزند خود انتظاراتی در حد توانش داشته باشید، توقعات من از شما نیز مبتنی و منطبق بر واقعیت است. نصایح من اگرچه ویژگیهای رفتارگرایانه دارد، همیشه عملی و واقع گرایانه است.

هم اینک زمان یادگیری چگونگی «نه!» گفتن است

خیلی زود نیست. فرزند نوپای شما، از نه ماهگی و حتی شاید قبل از آن، می تواند این موضوع را درک کند که «نه» یعنی «این کار را نکن!» اما شاید مانند بسیاری از والدین، خیلی دوست ندارید این مسئله را تأیید کنید که او هشدارها و تذکرها را درک می کند؛ چون بالاخره او هنوز خیلی خردسال است.

به عبارت دیگر، شما احتمالاً توانایی او را در درک کلمات تشویق کننده دست کم گرفته‌اید. شما از اولین لحظه مشاهده ضربان قلب فرزندتان در سونوگرافی، با او حرف زده‌اید، از او پرسشهایی کرده‌اید، برایش داستان گفته‌اید و ماهها قبل از مشاهده واکنش آشکار در چهره او، احساسات خود را با او در میان گذاشته‌اید.

اگرچه حتی قبل از یک‌هفتگی نوزاد، به خاطر آنچه به گمان شما لبخندی بر چهره‌اش بوده، ممکن است نوزادتان را تحسین کرده باشید، بدون شک در شش‌هفتگی، او در واکنش به خنده مضحک و قهقهه شما، لبخند خواهد زد. در دو یا سه ماهگی، لودگیهای شما می‌تواند باعث یک خنده واقعی و از ته دل کودک شود و در شش ماهگی، رفتارهای متقابل شما و فرزندتان، به سطح تقلید حرکات لبها و صداهای بین لبها در فرزندتان، ارتقا می‌یابد. این حرکات واقعی ولی اغلب اوقات مکالماتی خاموش و بی‌صداست؛ زیرا هریک از شما در انتظار واکنشی نسبت به صداهایی که تولید می‌کرده‌اید، بوده و آن واکنش را از طرف مقابل خود دریافت کرده‌اید. این گفت‌وگوهای کوتاه، بسیار شاد و مثبت است و پایه‌های روابطی مستحکم‌تر را در آینده می‌سازد. حتی از شش ماهگی کودک، او می‌توانسته است ارتباطی بین گفته شما، چگونگی بر زبان آوردن آن و پیامدهای بعدی برقرار کند.

حالا که نوزادتان «قد کشیده» و به جست‌وجوی خطر پرداخته است، دیگر برای درک منظورتان از کلمه معینی (مثلاً «نه») که با لحن مخصوصی در صدایتان ادا شده است، خیلی خردسال نیست و می‌تواند منتظر عواقب منفی کارهایش باشد.

نوزاد یا حتی کودک نه‌ماهه‌ای که خزیدن روی چهار دست و پا را شروع کرده، بسیار باهوش است. آزمایشها نشان داده است که جوجه‌ها می‌توانند دانه برچیدن در شرایط آزمایشی را بیاموزند و یا موشها قادر به

دویدن بدون اشتباه در هزارتوهای ماریچ هستند. بنابراین، کودک یک ساله شما هم آمادگی کامل دارد تا منظور شما را از «نه» گفتن درک کند. او ممکن است با «نه» گفتن در واکنش به بسیاری از پرسشهای شما، توانایی خود برای درک این مفهوم را نشان داده باشد. فرآیند مرتبط ساختن کلمات با مجازاتها، ساده است، ولی متأسفانه ارتباط دادن آن به رفتار فرزند خردسالتان، همیشه آسان نیست و این امر دلیل نوشتن این کتاب است.

باز هم تأکید می‌کنم: مسلماً خیلی دیر نیست. کتاب چگونه به کودک خود نه بگوییم، شامل راهکارها و اصولی است که برای کودکان پیش‌دبستانی هم می‌تواند به کار برده شود. حتی اگر شما سالیان دراز درباره چگونگی و زمان «نه» گفتن، متناقض و بی‌برنامه عمل کرده باشید، باز فرصت برای یادگیری روشهای استفاده مفید از این کلمه وجود دارد.

کودک یک تا پنج ساله شما، هنوز بسیار تربیت‌پذیر است و فقط در چند روز یا حداکثر چند هفته، به عملکرد شما واکنش نشان خواهد داد و موفقیت حاصل خواهد شد. در حقیقت، من با بسیاری از والدین کودکان چهار یا پنج ساله‌ای که بعد از یک یا دو تغییر ساده در روشهای کنترل و مدیریت رفتار، یک‌شبه شاهد موفقیتها و تغییرات مهمی در رفتار فرزندانشان بوده‌اند، صحبت کرده‌ام. هرگز برای تغییر رفتار و روش و چگونگی گفت‌وگو با فرزندتان، به نحوی که او جدی بودن شما را درک کند، دیر نیست.

اما هرچه بیشتر تأمل کنید، کار سخت‌تر می‌شود. در مقایسه با دوران بلوغ، سالهای کودکی بسیار ساده‌تر و دارای پیچیدگی کمتری هستند. موقعیتهایی که باید به فرزند دو ساله خود «نه» بگویید، بسیار ساده‌اند. «تو خیابون جلوی ماشینا نپرا!»، «با سیمهای کامپیوتر بازی نکن!»، «از

کابینت آشپزخونه بالا نرو!» و ... خطرهای در زندگی کودک نوپا بسیار واقعی و پیامد بعضی رفتارهای نادرست، به اندازه رانندگی حین مستی جدی و خطرناک است. با وجود این، در دوسالگی فرزندان، شما ناچار نیستید با فشارهای شدید گروه همسالان و یا کنجکاویهای جنسی دوران بلوغ که بر اثر تغییرات هورمونی ایجاد می شوند، درگیر شوید.

از طرفی، به خاطر داشته باشید که فرزند نوپای شما، در حدود دوازده کیلو وزن دارد. شما می توانید او را بلند کنید و به محیط ایمن تری ببرید و اگرچه ممکن است به نفس نفس بیفتید، همچنان می توانید بهتر از او بدوید و کنترل فیزیکی رفتار و امنیت محیط زندگی او را در دست دارید. تا زمانی که او به سن رفتن به دوره راهنمایی برسد و یا حتی خیلی قبل از آن شما باید متکی به کلمات خود برای ارتباط با او باشید. البته اگر سابقه خوبی از ثبات کلام در دوران نوپایی فرزندان داشته باشید، زمان رسیدن او به نوجوانی، کلمات و گفته های شما بسیار مؤثرتر خواهند بود.

اگرچه بحث و گفت وگویی همزمان در مورد رفتار نادرست در دوران بلوغ و رفتارهای ناشایست دوران نوپایی، ممکن است عجیب به نظر برسد، این دو مقوله عملاً چندان بی ارتباط به هم نیستند. چنانچه کودک دوساله اعتماد به گفته های شما را آموخته باشد و بتواند وعده ها و همچنین تهدیدهایتان را باور کند، وقتی بزرگتر می شود و مسائل فی مابین پیچیده تر که می گردد، در برقراری ارتباط با او مشکلات کمتری خواهید داشت. البته سوء برداشت نشود، شخصاً نمی توانم به شما اطمینان دهم که در صورت مطالعه این کتاب، هیچ مشکلی در گفت وگو با نوجوان خود نخواهید داشت، اما مسلم می دانم که اگر در گفتن «نه» به روشی قابل درک برای فرزندان مهارت نیافته باشید، دوران بلوغ بیش از حد مشکل خواهد بود؛ برای هر دوی شما.

ایمنی حرف آخر است. هرچند هیچ یک از ما دوست نداریم به عنوان والدین کودک «لوس» از ما یاد شود، ایمنی و امنیت کودک قانع کننده ترین دلیل برای یادگیری فوری «نه» گفتن به فرزند نوپایمان است و نه ترس از مشهور شدن او به لوس بودن. کودک شاید از طریق فرآیند آزمون و خطا، بیاموزد در فر داغ است و دستش را می سوزاند و یا بازی با سیم برق ممکن است موجب برق گرفتگی شود، ولی مطمئناً شما ترجیح می دهید فرزندان این موارد خطر را درک کند و بدون ایجاد شدن ضایعه ای برای او بر اثر این آزمون و خطاها، پا به دوران بلوغ بگذارد.

سازماندهی مطالب کتاب

با مطالعه سرفصلهای مختلف کتاب، احتمالاً متوجه خواهید شد مطالب مربوط به کنترل و مدیریت رفتار که از نظر والدین، مشکل ترین بخش مسئله است، مانند به کارگیری مجازاتها، در اواخر کتاب آمده است. دلیل این نوع سازماندهی و ترتیب مطالب، تعلل و دفع الوقت نیست. بسیاری از رفتارهای نادرست را با توجه دقیق به علل و موقعیتهای بروز آنها، می توان تعدیل و از آنها اجتناب کرد و یا این رفتارها را کاملاً از بین برد. این بدان معناست که با ایجاد پاره ای تغییرات ساده و آسان در برنامه روزانه خانواده، ممکن است هرگز به مجازاتهای شدیدتری که برای اغلب والدین ناراحت کننده است، نیاز نباشد.

به این دلیل، ما بحث را با تعمق بیشتر درباره دلیل مشکل بودن گفتن «نه» شروع می کنیم. سپس به اتفاق، برای یافتن دلایل رفتار نادرست کودک، در محیط زندگی او بررسی و کندوکاوی می کنیم. در ضمن، درباره نقش احتمالی شما در ایجاد و پیدایش این گونه رفتارها سؤالاتی خواهیم پرسید و به عنوان اولین قدم در پیشگیری و ساده تر کردن کار، ابتدا رفتارهای ناشایست را اولویت بندی می کنیم.

در مرحله بعد، یک طرح و نقشه کلی در اختیار شما قرار می‌دهیم تا براساس آن، محدوده انضباطی متناسب با شخصیت ذاتی و میزان رشد و پیشرفت کودکتان، تعیین شود. این روند ایجاد حد و حدود، در تمام طول دوران کودکی فرزندان ادامه خواهد یافت، ولی نظیر خانه مسکونی شما، گاهیگاهی نیازمند تغییر و تحول و دگرگونی است تا نیازهای متغیر خانواده‌تان برآورده گردد.

با در نظر گرفتن این محدودیتها در موارد و موقعیتهای مناسب، به فهرست واکنشهای ممکن، نگاهی می‌اندازیم و برای شما شرح خواهیم داد چرا در طول دوره سنی سالی ارتباط با کودکان و والدینشان، وقفه به عنوان ایمن‌ترین و مؤثرترین مجازات و پیامد رفتار بد کودک، شکل گرفته است. در این بررسی، ما دلایل احتمالی بی‌تأثیر بودن آن را برای شما، در گذشته جست‌وجو خواهیم کرد و سپس با چند تغییر مهم، این روش را مجدداً خواهیم آزمود.

در دنباله، مطالبی که در اولویتهای بعدی هستند، مورد بحث قرار خواهند گرفت. ما به عنوانی از قبیل نکات مهم در تهدید کردن، کنترل و مدیریت رفتار ناشایست در خارج از منزل و اقدامات ممکن، در صورت مؤثر نبودن تهدیدهای انجام شده نیز نگاهی خواهیم انداخت. آخرین فصل کتاب، شامل مثالهایی است که شما را با چگونگی استفاده از اصول مطرح شده کنترل و مدیریت رفتار، در زندگی واقعی و هنگام برخورد با رفتارهای ناشایست کودک نوپا، آشنا خواهد کرد.

پسرها پسرند، اما... برای آن‌عده از ما که همه روزه با کودکان ارتباط داریم، واضح است که پسرچه‌ها، نسبت به دخترچه‌ها معمولاً چالشهای انضباطی بیشتری پیش روی ما قرار می‌دهند. محققان بالینی دریافته‌اند که پسرها عموماً سرکش‌ترند اما متأسفانه این نتایج، برای والدین دخترچه سه‌ساله‌ای که به نظر نمی‌رسد «نه» گفتن والدینش را درک کند، مایه آرامش خاطر نیست.



چرا گفتن یک «نه» ساده، مؤثر نیست

چرا نه گفتن مشکل است؟

بدون شک همین‌طور است. اغلب ما، مقابله و دعوا با دیگران را دوست نداریم و ترجیح می‌دهیم به هر قیمتی از آن اجتناب کنیم و شاید به همین دلیل است که برای حل اختلافاتمان، فوراً به سراغ وکیل و حقوقدان می‌رویم. هنگام پیش آمدن مشاجره، فشار خون ما بالا می‌رود و کف دستهایمان عرق می‌کند. برخورد و رویارویی، به هیچ عنوان جالب توجه و سرگرم‌کننده نیست.

دیدن شادی دیگران، موجب خوشحالی ما می‌شود و مخصوصاً اگر این فرد شاد فرزندمان باشد، خوشحالی ما بیش از حد می‌گردد. اما تجربه نشان داده است که گاهی داشتن اوقاتی خوش، ممکن است خطرناک باشد. مثلاً خوب به خاطر داریم که بالا و پایین پریدن روی تخت فنری، تا چه حد موجب شعف ما شده است، اما اینک می‌دانیم که در صورت بالا و پایین پریدن کودک نوپایمان روی تخت، او دیر یا زود با سر بر زمین خواهد خورد و نیز می‌دانیم که منع او از این کار، آتش یک قشقورق^۱ یا خشم شدید را در او شعله‌ور خواهد کرد و یا دست‌کم، موجب ورچیدن لب و اخم‌کردنی خواهد شد که پانزده تا بیست دقیقه به طول خواهد

1. tantrum