

کارستن یورت پیدرسن

Carsten Hjorth Pedersen

چه تربیتی برای فرزندان ما مناسب ترین است

موضوع: تربیت بچه در دانمارک

Hvad er bedst for børnene?

Om at opdrage børn i Danmark



سازمان تربیت و تعلیم مسیحیان

Kristent Pædagogisk Institut

فهرست

Indhold

معرفی جزوه 3 Præsentation af hæftet

والدین همیشه بهترین ها را برای فرزندان
خود انتخاب می کنند 5 **1 Forældre vil deres børn det bedste**

تربیت کودکان در دانمارک 6 Børneopdragelse i Danmark

کنترل والدین و کنترل فرزندان 8 Forældrekontrol og selvkontrol

کفالت سالم روی بچه ها چگونه است 12 **2 At være en sund autoritet**

عشق و محبت ورزیدن، در ارتباط بودن، توجه نمودن 14 Kærlighed, kontakt og opmærksomhed

چهارجوبها، قوانین و نظم روزانه 16 Rammer, regler og rutiner

تشویق کردن، راهنمایی کردن و دور نگاه داشتن از کارهای اشتباه 19 Ros, vejledning og afledning

وضوح در رفتار و گفتار والدین در بچه ها ایجاد 21 **3 Tydelige forældre giver trygge børn**

احساس امنیت بیشتری میکند ...

شرایط گذاشتن، نصیحت کردن، ایراد گرفتن 21 Formaning, krav og kritik

سرزنش کردن و نتایج آن 23 Skældud og konsekvens

وقتی بچه ها حرف گوش نمی کنند 24 Når børn er ulydige

فصل چهارم: در باره کودکان در سن بلوغ و کودکان بالغ 27 **4 Om teenagere og voksne børn**

وقتی کودکان بالغ می شوند 30 Når børnene bliver voksne

پدر بودن و مرد بودن به چه معناست 32 **5 At være mand og far**

پدرها باید تلفن همراه را کنار بگذارند و بیشتر 33 Læg mobiltelefonen væk og vær nærværende

نزدیک به بچه هایشان باشند

تربیت بچه ها در فرهنگ مسیحیت 35 **6 Kristen børneopdragelse**

لینک سایت های مربوطه 38 Relevante links

در باره نویسنده 39 Om forfatteren

Præsentation af hæftet

Dette hæfte er skrevet til forældre, der kommer fra et andet land og skal opdrage børn i Danmark. Det kan nemlig være en udfordring. For der er stor forskel på, hvordan man opdrager børn fra den ene kultur til den anden. Børneopdragelsen er en dybt indgroet del af et lands kultur. Man kan derfor som forældre blive usikker og forvirret, når man skal opdrage børn i en fremmed kultur. Også fordi børnene – som regel – hurtigere tager den nye kultur til sig.

Det drejer sig ikke om, at der kun er én måde at opdrage børn på, når man bor i Danmark. For der skal være frihed til at gøre det på forskellige måder. Også at gøre det på måder, der er præget af den kultur, man kommer fra. Men det drejer sig om at gøre det, som er *bedst for børnene*, når de nu skal vokse op i Danmark – og ikke i det land, som forældrene eller bedsteforældrene kommer fra.

Lad os blot indrømme, at det er svært. For når man kommer til Danmark som flygtning eller indvandrer, har man lidt nogle tab. Man har fx tabt alt det gode og kendte

معرفی کتاب

این جزوه برای والدینی نوشته شده که از یک کشور دیگر به دانمارک آمده‌اند و باید فرزندانشان را در دانمارک تربیت کنند. این می‌تواند مشکل باشد چون در فرهنگهای مختلف تفاوت زیادی در چگونه تربیت کردن بچه‌ها وجود دارد. تربیت بچه‌ها ریشه عمیقی در فرهنگ هر کشور دارد. به همین دلیل والدین می‌توانند نامطمئن و آشفته شوند، زمانی که باید بچه‌ها را در یک فرهنگ دیگر تربیت کنند. این بدین معنی نیست که در دانمارک و برای کسانی که در دانمارک زندگی می‌کنند، فقط یک شیوه تربیتی وجود دارد. چون باید برای تربیت فرزندان به روش‌های مختلف، آزادی وجود داشته باشد. همچنین تربیت فرزندان باید برگرفته از فرهنگ خود والدین باشد.

اما منظور این است که کاری انجام شود که برای بچه‌ها بهترین باشد، حالا که در دانمارک بزرگ می‌شوند - و نه در کشوری که والدین یا پدر بزرگها و مادر بزرگهای بچه‌ها به آن تعلق دارند.

بیا باید فقط بپذیریم که این سخت است، وقتی شخصی که به عنوان پناهنده یا مهاجر به دانمارک می‌آید، یک چیزهایی را از دست می‌دهد. به عنوان مثال شخص بسیاری از چیزهای خوب و آشنا مربوط به کشوری که در آن بزرگ شده است را از دست داده است. در واقع می

fra det land, hvor man er vokset op. Man har på en måde mistet sin identitet, og man skal til at opbygge en ny. Den slags tager tid, og det kan være hårdt. Både for børn og forældre.

Hæftet her er et forsøg på at række en hjælpende hånd i denne svære, lange proces.

Det er inddelt i seks kapitler, der hver afsluttes med et eller to spørgsmål – til personlig overvejelse eller til samtale med andre forældre.

شود گفت که هویت خود را از دست داده و باید یک هویت جدید برای خود بسازد. و این مسائل زمان می برد و می تواند هم برای کودکان و هم برای والدین سخت باشد. این جزوه تلاش دارد که در این پروسه سخت دست یاری به سمت شما دراز کند. این جزوه به شش بخش تقسیم شده که هر فصل با یک پرسش پایان می یابد که می تواند هم مورد بررسی و تعمق شخص شما یا مورد تبادل نظر با دیگر والدین قرار گیرد. این جزوه حاصل همکاری نزدیک نویسنده و تیم فرهنگی میسیون لوتري است.

فصل ۱. والدین همیشه بهترین ها را برای فرزندان خود انتخاب میکنند.

Kapitel 1. Forældre vil deres børn det bedste

Som forældre vil vi det bedste for vores børn! Men vi magter ikke altid at gøre det, som er bedst for dem. Det gælder alle forældre. Men forældre, der kommer fra et andet land, har også den vanskelighed, at de ikke bare kan opdrage deres børn i Danmark på samme måde, som de selv blev opdraget.

Det kan gøre forældrene usikre. Det er, som om de skal spille et spil, de ikke kender reglerne for. Tænk fx at skulle spille skak, hvis ikke man kender reglerne! Så bliver man usikker. Men usikkerhed er ikke et godt udgangspunkt for at give sine børn en god opdragelse.

Når forældrene så tilmed har rigeligt at se til med at lære sprog, komme i arbejde eller uddannelse, ja, med at finde sig til rette i et fremmed land, kan det være hårdt, at børneopdragelsen også volder vanskeligheder.

Det er også svært for børnene, for de vil på den ene side gerne være, som far og mor ønsker. Men på den anden side vil de ikke være alt for forskellige fra kammeraterne i børnehaven eller skolen. Derfor er det meget vigtigt, at man som forældre prøver at sætte sig i barnets sted og forstå, at det

pdr و مادر همیشه بهترینها را برای فرزندان خود انتخاب میکنند.

ولی بعضی اوقات، انتخاب و اجرا بهترینها از عهده ما خارج است. این چیزی است که در مورد همه والدین صدق میکند، بخصوص برای انهاى که از یک کشور دیگر به دانمارک میآیند. برای این افراد تربیت کردن فرزند بهمان شیوه ای که خود تربیت شده اند، غیر ممکن است. درست مثل این است که یک بازی را که نمیشناسید بازی کنید. تربیت فرزند در یک کشور بیگانه میتواند در شما تردید ایجاد کند. مثلا فرض کنید که دارید شطرنج بازی میکنید، بدون اینکه قوانین شطرنج را بدانید.

تردید در تربیت اطفال، برای انها شروع مناسبی نیست، بخصوص که پدر و مادر انها، خود دست بگریبان خواندن زبان، کار و یا تحصیل باشند. یافتن شیوه درست زندگی در کشوری غریبه میتواند کار دشواری باشد، و تربیت فرزند همزمان مزید بر علت میگردد و این کار را دشوارتر میکند.

از زاویه دید فرزندان نیز مشکلاتی وجود دارد، زیرا که همه بچه ها میخواهند از یک سو بر طبق خواست پدر و مادر خود رفتار کنند، از سوی دیگر نمیخواهند که با همشاگردانش تفاوت زیادی داشته باشند. بنابراین ما بعنوان پدر و مادر موظف هستیم که فرزندان خود را درک کنیم و انها را تحت فشار نگذاریم.

ofte kan føle sig klemmt. Barnet bliver nogle gange af forældrene presset i én retning, mens danske venner, lærere og fodboldtrænere m.fl. presser dem i den modsatte retning. Det er ikke let for et barn at være i klemme dér.

For at tage et par eksempler: Hvis det er forbudt at tale om seksuelle ting derhjemme, mens børnene bliver tvunget til det i skolen, kan børnene blive utrygge. Eller hvis små børn derhjemme fra er vant til, at der næsten ingen regler sættes for dem, kan børnene godt komme ud for mange vrede blikke og hårde ord i bussen eller i kirken, hvis de opfører sig på måder, som danskerne ikke bryder sig om.

Børneopdragelse i Danmark

Hertil kommer, at det i nogle kulturer slet ikke er normalt at tale om børneopdragelse. Man har "blot" en måde at gøre det på; men man har ikke sprog for, hvordan og hvorfor man gør det. Sådan er det ikke i Danmark. Her taler forældre meget om børneopdragelse. Så det skal man jo også lige vænne sig til, hvis man kommer fra et andet land.

Hvis man dertil lægger, at flere voksne og børn kommer til Danmark med store vanskeligheder i bagagen, bliver det rigtig svært. Hvis far eller mor fx har posttraumatisk stress syndrom (PTSD), vil det nogle gange være nødvendigt med særlig psykolog-behandling for de voksne – måske også børnene – inden man kan få overskud til at arbejde med, hvordan man

består nogle gange. Enkelte børn oplever også nogle gange, at deres forældre kommer på en anden måde end de forventer. For eksempel kan det være, at forældre kommer på den måde, som barnet ikke har brug for. Hvis et barn har brug for støtte og omsorg, kan det være svært at få det. Hvis et barn har brug for hjælp til at håndtere sine følelser, kan det være svært at få det. Hvis et barn har brug for hjælp til at håndtere sine problemer, kan det være svært at få det. Hvis et barn har brug for hjælp til at håndtere sine konflikter, kan det være svært at få det. Hvis et barn har brug for hjælp til at håndtere sine følelser og problemer, kan det være svært at få det. Hvis et barn har brug for hjælp til at håndtere sine konflikter og følelser, kan det være svært at få det. Hvis et barn har brug for hjælp til at håndtere sine konflikter og følelser, kan det være svært at få det. Hvis et barn har brug for hjælp til at håndtere sine konflikter og følelser, kan det være svært at få det.

Tribit frزند در دانمارک

در برخی از کشورها در مورد تربیت فرزند صحبت بحث و گفتگوئی صورت نمیگیرد. تربیت فرزند یک شیوه خاص خودش را دارد که در این کشورها بطور عادت صورت میگیرد بدون آنکه بر روی ان اسمی گذاشته شود. در صورتی که در دانمارک پدر و مادرها بطور دائم راجع به تربیت اطفال صحبت و تبادل نظر میکنند. این نیز چیزی است که باید به ان عادت کنید. علاوه بر این اگر در یک خانواده افراد بالغ نیز با مشکلات روحی دست بگریبان باشند مسئله تربیت فرزند کاملا پیچیده میگردد. مثلا اگر پدر و مادر دچار عوارض روحی بعد از بحران و فاجعه باشند لازم است که اول پدر یا مادر و یا حتی فرزند خود تحت معالجه روحی قرار بگیرند تا بعد بتوانند تربیت فرزند خود را در کشوری بیگانه آغاز کنند.

یکی از جاهائی که پناهندگان و مهاجرین با تربیت به شیوه دانمارکی مواجه هستند در مهد

opdrager sine børn i en fremmed kultur. Et af de steder, hvor mange indvandrere eller flygtningeforældre støder sammen med den danske måde at opdrage børn på, er i børnehaven eller skolen. Altså de steder, hvor ens børn er sammen med danske børn. Vær fx forberedt på, at danske børnehaver og skoler gør meget for at inddrage jer forældre i dagligdagen. Ikke blot omkring det faglige, men også omkring børnenes trivsel og forhold til kammeraterne. Det er altså ikke noget, man gør særlig i forhold til jer. Tag imod dette samarbejde som en udstrakt hånd og deltag i det.

Til gengæld er det også vigtigt, at I som flygtninge- og indvandrereforældre frimodigt spørger – og evt. protesterer – hvis der er noget, I ikke forstår, eller som I er uenige i. Meld ud, hold jer ikke tilbage, vær åben og nysgerrig. Derved hjælper I også de danske pædagoger eller lærere, som kan være usikre på situationen. Lyt til det, de siger, men forvent også, at de lytter til jer. Det er jo jer, der kender barnet bedst.

Flygtningefamilier bor ofte på meget lidt plads. Det gør det bl.a. svært for børnene at have kammerater med hjem. Men prøv alligevel at være åben for, at børnene får nogle få kammerater med hjem og vær positiv, hvis dit barn inviteres til at komme med hjem til en kammerat fra børnehaven eller skolen. Det gør det som regel lettere for barnet at falde til det nye sted.

Det er normalt i Danmark, at piger og dren-

kodek og morse frزندانشان است. یعنی جائی که فرزندانشان با بچه های دانمارکی در تماس هستند. در اینجا اما دگی این را داشته باشید که شما را به عنوان پدر و مادر در برنامه روزانه فرزندتان دخالت دهند. مثلاً نه تنها در مورد نحوه و مواد آموزشی شما را فرا میخوانند بلکه در مورد رابطه فرزندتان یا همکلاسی هایشان و اینکه به فرزند شما در مدرسه چطور میگذرد شما را به همکاری دعوت میکنند. که این منحصر به فرزند شما نمیباشد. از این فرصت که مهدکودک و مدرسه به شما میدهد بعنوان یک کمک استفاده کنید و در جلسات شرکت نمائید. شما حتی میتوانید در این جلسات از فرصت استفاده کنید بعنوان والدین مهاجر و یا پناهنده مسائلی را که درک نمی کنید را پرسید و حتی اگر در چیزی ایرادی مبینید و یا با چیزی موافق نیستید بگوئید. کنجکاوی شما میتواند به معلمان و مربیان کمک کند که در کار خود بطور مطمئن و جدی پیش بروند. به آنچه آنها میگویند گوش فرا دهید و انتظار داشته باشید آنها هم به شما گوش فرا دهند چرا که شما فرزند خود را بهتر میشناسید. خانواده های پناهنده اغلب در جای کوچکی زندگی میکنند و این باعث میشود که فرزند شما به سختی بتواند دوستانش را دعوت کند با این حال تعداد کمی از دوستان فرزند خود را با روی باز بپذیرید و به فرزندتان اجازه دهید که بدیدن دوستانشان بروند. این به فرزند شما کمک میکند که راحت تر در کلاس جذب شود. در دانمارک خیلی عادی است که دخترها و پسرها با هم بازی کنند بنابراین اگر دختر شما به خانه همکلاسی پسر و یا پسر شما به خانه همکلاسی دخترش دعوت شد تعجب نکنید. سعی کنید که فرزند شما به جشن تولدی که دعوت شده برود اما با خیال راحت اعلام کنید مثلاً اگر فرزند شما گوشت خوک نمی خورد. رفت و آمد با خانواده های دانمارکی، بخصوص

ge leger med hinanden eller er kammerater. Så bliv ikke overrasket, hvis din datter inviteres med en dreng hjem at lege, eller din søn inviteres til at lege hjemme hos en pige. Sats også på, at dit barn kommer til de børnefødselsdage, som det inviteres til, men meld også frimodigt ud, hvis dit barn fx ikke må spise svinekød.

Det kan være en stor hjælp at have venskabskontakter med danske familier, gerne familier, som har børn på samme alder og med nogle af de samme interesser eller fælles skole. På den måde kan man lettere se, hvordan danske forældre opdrager. Og man kan tale med danske forældre om børneopdragelse, få gode råd og vejledning. Ikke fordi man skal gøre det på præcis den samme måde, men for bedre at kunne træffe sine egne valg om, hvordan ens børn skal opdrages, når familien nu bor i Danmark.

Lige en ting mere: Brug ikke dine børn som tolk, når du fx skal til lægen eller på rådhuset, selv om de måske er bedst til dansk. Børn skal ikke på den måde indvie i sager og stof, som kun er for voksne.

Forældrekontrol og selvkontrol

I Danmark lægger vi stor vægt på, at børn skal vokse op og blive selvstændige. Også i forhold til den familie, religion og kultur de kommer fra. Det betyder selvfølgelig ikke, at de skal fravælge familien eller familiens religion. Men de skal som unge og voksne *frivilligt* vælge – eller evt. fravælge – familiens traditioner og tro. Det hænger sam-

agr bage hæier anha her sn o sal ba beæ ha y
sma asnd o ya be klas o fealait msærk brond
mitoand kæk bzzgi basd brai sma ka beær
biinid aldin danarki æåone frزندانشان را
تریبب میکند.

بدین ترتیب شما میتوانید با والدین دانمارکی در مورد تربیت فرزندان صحبت کنید و مشاوره و راهنمایی خوبی بگیرید.

منظور این نیست که شما فرزندان را دقیقاً همانند آنها تربیت کنید، بلکه بهتر بتوانید در انتخاب روش و شیوه تربیت آزادی عمل داشته باشید. با در نظر گرفتن این حقیقت که زندگی فرزندان در دانمارک خواهد بود.

یک مطلب مهم دیگر اینکه، هرگز از فرزندانان بعنوان مترجم، در مطب دکتر یا در رابطه با مشاور اجتماعی، و غیره استفاده نکنید، چراکه بچه ها نایستی در رابطه با مسائل و مشکلاتی که مربوط به والدینشان میشود، دخالت داده شوند.

کنترل والدین، کنترل فرزند

در دانمارک تاکید بر این است که بچه ها بایستی در آینده، بطور کامل روی پای خود بایستند. حتی در انتخاب فرهنگ و مذهب بایستی با اتکا به خود تصمیم بگیرند. این بدان معنا نیست که آنها بایستی از فرهنگ و مذهب خانوادگی خود چشم پوشند. بلکه آنها بایستی آزادانه بعنوان نوجوان و تازه بالغ، بتوانند رسومات فرهنگی و مذهب خود را انتخاب کنند. بدین ترتیب، حفظ

men med, at familiens ære ikke betyder nær så meget for danske familier, som den gør for mange flygtninge og indvandrere.

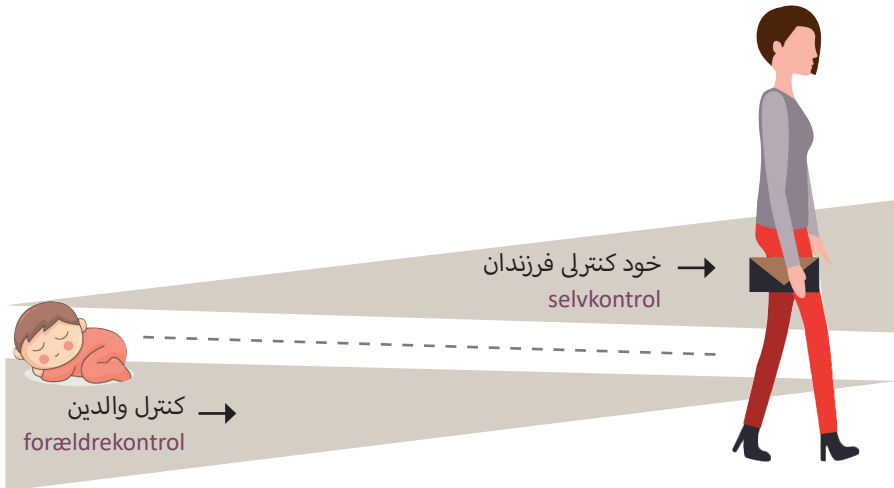
I Danmark får små børn ikke så megen frihed som store børn. Til at begynde med sættes der faste rammer for de små børn. Faste sengetider og spisetider. Ikke for meget slik. Begrænset brug af iPad og mobiltelefon. Selv om flere danske forældre også har svært ved at bestemme på vegne af de små børn, er det fortsat et ideal, at forældrene bestemmer meget mere i forhold til små børn end i forhold til store børn.

Efterhånden som børnene bliver ældre, får de selv lov til at bestemme mere. Forældrekontrollen bliver mindre, efterhånden som børnene modnes, og selvkontrollen bliver større. Man kan illustrere det sådan:

کردن ارق خانواده در دانمارک، به اندازه حفظ کردن ارق خانواده در زندگی مهاجرین، اهمیت ندارد.

در دانمارک بچه های کوچکتر آزادی عمل بچه های بزرگتر را ندارند. در آغاز میتوانید برای فرزندان کوچکتر مرزهای زیادی بگذارید. مثلا ساعت معین برای خواب، خوراک، محدودیت در خوردن شیرینیجات، محدودیت در استفاده از تلفن و بازیهای کامپیوتری، هر چند بسیاری از پدر مادرهای دانمارکی نیز در گذاشتن اینچنین محدودیتهایی برای فرزندشان مشکل دارند، ولی بهر شکل بهتر است که سعی کنید برای بچه های کوچکتر مرز بگذارید.

وقتی که فرزندان کم کم بزرگ میشوند، میتوانند بیشتر برای خود تصمیم بگیرند، و کنترل پدر و مادر بروی آنها کم کم کاهش می یابد. وقتی که بچه ها در سن بلوغ هستند و آمادگی بیشتری پیدا میکنند، کنترل آنها بیشتر میشود. این تصویر بهتر نشان میدهد که منظور چیست.





Det betyder, at det er meget vigtigt, at forældrene er sunde autoriteter for deres børn. Især de små børn. Inden børnene er to år, skal de helst have lært, at det er far og mor, der bestemmer. Det handler ikke om, at forældrene skal tyrannisere deres børn. Det handler derimod om, hvad der er *godt* for det lille barn. Små børn har brug for den tryghed, som det er, at et voksent, modent menneske tager ansvar for, at det får sin nattesøvn, får børstet sine tænder, får sund mad, får rørt sig. Og at barnet ikke får flere valgmuligheder, end det kan overskue. Og at det lærer høflighed.

Forældrene skal selvfølgelig fortsat bestemme meget for børnene, når de kommer i skolealderen, og når de bliver teen-

این تصویر نشانگر کفالت سالم پدر و مادر، روی فرزند خود است، بخصوص در مورد بچه های کوچکتر.

فرزندان شما بایستی تا قبل از دو سالگی یاد بگیرند که پدر و مادر تصمیم گیرنده هستند، البته نه بصورت یک دیکتاتور، بلکه بچه بایستی حس کند که شما بهترینها را برای او میخواهید. اطفال کوچک احساس امنیت بیشتری دارند وقتی که بزرگترها برایشان تصمیم میگیرند، مخصوصا در مورد ساعات خواب، مسواک زدن، خوردن غذای سالم، فعالیتهای ورزشی، و غیره. این مهم است که آنها بیشتر از آنچه که میتوانند، خودشان حق انتخاب نداشته باشند. در ضمن به آنها می آموزد که به بزرگترها احترام بگذارند. البته والدین بایستی تصمیم گیرنده باشند وقتی که بچه ها به سن مدرسه رفتن و بعدها به سن بلوغ میرسند. ولی بمرور بایستی به آنها اجازه دهیم که در گرفتن بعضی تصمیمات شرکت

agere. Men mindre og mindre. Ganske langsomt, skridt for skridt, efterhånden som barnet modnes, skal det slippes fri til at kunne mere og mere på egen hånd og til at bestemme mere og mere. Frem til barnet bliver 18 år – eller måske før, hvis det er modent til det – hvor det også i samfundets øjne er selvstændigt og fx kan få kørekort og stemme til Folketingsvalget. Det betyder selvfølgelig ikke, at man ikke kan eller må sige noget til sine store børn. Selv når de er voksne, har vi som forældre naturligvis ret til at sige, hvad vi mener, også om deres valg og beslutninger. Men vi kan ikke bestemme over dem længere. Det, vi siger og mener, når de er blevet store, har de lov til at forholde sig frit til.



Overvej eller tal om

Tænk over eller tal om forholdet mellem *forældrekontrol* og *barnets selvkontrol* – både i den danske kultur og i den kultur, du kommer fra.



کند. کم کمر و همزمان با رشد جسمی و فکریشان، بایستی به آنان آزادی بیشتری دهیم تا روز بروز در گرفتن تصمیمات زندگی بهتر شوند، تا در سنین بلوغ یعنی 18 سالگی بتوانند روی پای خود بایستند.

بعضی از بچه ها زودتر از سن 18 سالگی میتوانند روی پای خود باستند، به آنان هم بایستی آزادی عمل داد. بچه ها از چشم اجتماع دانمارک، از سن 18 سالگی میتوانند تصدیق رانندگی بگیرند، در انتخابات شرکت کنند، وغیره، این بمعنی آن است که آنها به رشد فکری لازم رسیده اند.

آلبته منظور این نیست که ما هیچ وقت نمیتوانیم به فرزندان بالغمان چیزی بگوییم، چرا که ما بعنوان والدین همیشه میتوانیم نظر خود را ابراز کنیم، حتی در مورد تصمیمات فرزند بزرگتر و تصمیمات آنها در مورد زندگی، ولی آنچه که ما به فرزند بزرگترمان میگوییم، آنها حق دارند بطور کاملا آزاد بپذیرند یا رد کنند.



تبادل نظر، بحث و تعمق کنید

راجع به کنترل والدین بر روی بچه ها و دادن اختیار بدست خود بچه ها تعمق و بحث کنید. این تعمق از طریق بحث و گفتگو بایستی از زاویه فرهنگ دانمارکی و فرهنگی که خودتان از آن آمده اید باشد.



فصل دوم. کفالت سالم روی بچه ها چگونه است

Kapitel 2. At være en sund autoritet

Jeg ved, at mange forældre, der er kommet til Danmark som flygtninge eller indvandrere, kan føle, at de mister magt over deres endnu ikke voksne børn. Og det er naturligvis meget svært. Man kan føle sig ydmyget som forældre, fx fordi børnene har lært sproget meget hurtigere.

Nogle forældre kommer også ud for, at børnene truer med at gå til kommunen eller politiet med anklager mod forældrene. Så føler man sig afmægtig og ydmyget som forældre, og man fristes til at forsøge at få magt over sine børn på ny ved hjælp af (trusler om) tæsk og vold. Eller man kan som forældre fristes til at opgive kampen. Man giver efter og lader børnene få alt for megen magt.

Begge dele er en dårlig ide. I det første tilfælde bruger man ligesom sin autoritet for meget. I det sidste tilfælde opgiver man den autoritet, som børnene faktisk har brug for, at man udøver.

I Danmark er det forbudt ved lov at slå sine børn. Så det er ikke nogen farbar vej at prøve at få magt over sine børn ved at slå dem eller bruge vold over for dem. Man må godt bruge sin fysiske magt som foræl-

midanimer, der er kommet til Danmark som flygtninge eller indvandrere, kan føle, at de mister magt over deres endnu ikke voksne børn. Og det er naturligvis meget svært. Man kan føle sig ydmyget som forældre, fx fordi børnene har lært sproget meget hurtigere.

Nogle forældre kommer også ud for, at børnene truer med at gå til kommunen eller politiet med anklager mod forældrene. Så føler man sig afmægtig og ydmyget som forældre, og man fristes til at forsøge at få magt over sine børn på ny ved hjælp af (trusler om) tæsk og vold. Eller man kan som forældre fristes til at opgive kampen. Man giver efter og lader børnene få alt for megen magt.

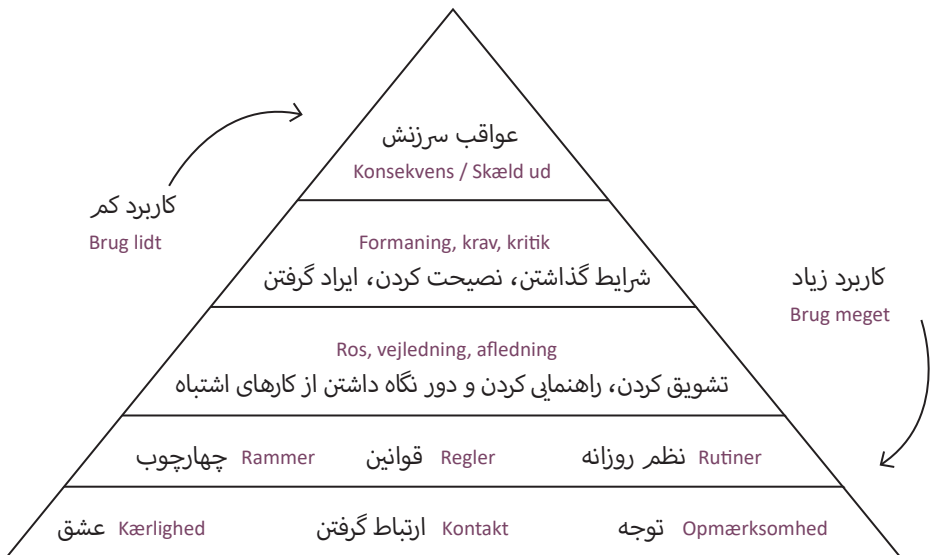
Begge dele er en dårlig ide. I det første tilfælde bruger man ligesom sin autoritet for meget. I det sidste tilfælde opgiver man den autoritet, som børnene faktisk har brug for, at man udøver.

I Danmark er det forbudt ved lov at slå sine børn. Så det er ikke nogen farbar vej at prøve at få magt over sine børn ved at slå dem eller bruge vold over for dem. Man må godt bruge sin fysiske magt som foræl-

dre og fx forhindre sit barn i at gøre noget farligt eller dumt. Man må også fastholde sit lille barn, hvis det er meget ophidset, indtil det er faldet til ro igen.

I stedet for at bruge vold, gælder det derimod om at være en god autoritet. Børn har nemlig brug for, at forældrene er sunde, stærke autoriteter. Det læres ikke på et øjeblik, men har nøje sammenhæng med, at man øver sig – over lang tid – på opdragelsens omsorgspyramide, der ser sådan ud:

استفاده کنی که بخواهی فرزندت را از انجام حرکتی که به خود و یا دیگران ضربه بزند جلوگیری کنی. پدر و مادر همچنان میتوانند فرزند خود را محکم نگه دارند اگر فرزند کوچکشان بطور غیر قابل کنترل عصبانی شده باشد. نگه داشتن تا وقتی مجاز است که بچه آرام بگیرد. آنها میتوانند بجای استفاده از خشونت از اختیاراتی که به آنها بعنوان والدین داده شده استفاده کنند. بچه ها در واقع به پدر و مادر سالم و قوی و تصمیم گیرنده نیاز دارند. ایجاد چنین شرایطی به زمان نیاز دارد. به هرم مراقبت و تربیت زیردقت کنید که چنین است.



Det, der er nederst i pyramiden, skal man bruge meget. Det, der er i toppen, skal kun bruges lidt. Lad os se på pyramiden lag for lag:

استفاده از قدرت و اختیار بیشتر در قسمت پائین هرم کاربرد دارد و مجاز است در صورتی که در بالای هرم زور و قدرت کاربردی ندارد. بیایید با هم به این هرم نگاهی بنندازیم و هر لایه آنرا بررسی کنیم.

Kærlighed, kontakt og opmærksomhed

Det vigtigste i børneopdragelsen er at skabe en kærlig, varm og tillidsfuld kontakt til sine børn. Det gælder for både moderen og faderen.

Det helt lille barn er meget afhængigt af en god, tryk øjenkontakt og opmærksomhed, fx ved puslebordet eller i sofakrogen, når barnet har fået noget at spise. I nogle kulturer er det ikke tilladt for et barn at have øjenkontakt med en myndig person. I Danmark er det tværtimod vigtigt.

Barnet får nemlig sin første fornemmelse af, at livet er værd at leve, gennem en tryk, varm kontakt med sine forældre. Det bygger ligesom en tryk platform under barnet, som det kan udvikle sig på.

Det kan være uvant for nogle mænd at have denne nære kontakt med sit helt lille barn, men man kan og bør øve sig på det. Også som far.

Til den kærlige kontakt og opmærksomhed hører også, at forældre tager ansvar for at forhindre det, som er farligt eller ødelæggende, og at forældre holder fast ved det, som er vigtigt og godt for barnet. Derved får det lille barn en stærk fornemmelse af, at forældre vil det noget godt.

Helt praktisk: Det lille barn må med et strengt blik og en fast stemme få besked om ikke at røre ved den varme tekande eller det levende lys. Og barnet må med fasthed og konsekvens fjernes fra farlige situationer.

Når det lille barn har fået sine første tænder, skal det også lære at få børstet dem,

عشق و محبت ورزیدن، در ارتباط بودن، توجه نمودن

در تربیت فرزند مهم‌ترین چیز، ایجاد یک رابطه و تماس محبت آمیز و سرشار از اعتماد با فرزند است. این هم در مورد پدر و هم مادر صدق میکند.

اطفال کاملاً «کوچک» به توجه و تماس واضح و اعتماد آمیز از طریق نگاه وابسته هستند، مثلاً هنگام عوض کردن، یا وقتی گوشه مبل با شکم سیر نشسته اند. در برخی فرهنگها، نگاه مستقیم در چشم بزرگترها، برای بچه ها جسارت تلقی میشود.

در دانمارک، این امر کاملاً برعکس است. طفل در واقع اولین درک خود را از اینکه زندگی ارزش زیستن را دارد، از طریق نگاه مهربان و اطمینان آمیز والدین، دریافت میکند. این ارتباط چشمی، همچون پایگاهی مطمئن، جایگاهی میشود، که طفل از آنجا تکامل میابد.

تماس از طریق نگاه، در بعضی فرهنگها بخصوص برای مردها دشوار و غیر عادی میباشد، لیکن کاملاً ضروری است.

توصیه میشود که بخصوص پدرها در این زمینه تمرین کنند.

مراقبت محبت آمیز و دلسوزانه شامل این است که پدر و مادر، فرزند خود را از انجام کار خطرناک منع کنند و اجازه ندهند که کودک به خود و یا دیگران لطمه بزنند. پدر و مادر همچنین موظفند که فرزند خود را در جهت هدایت کنند که به نفع کودک باشد. به این ترتیب کودک حس میکند که پدر و مادرش، در هر زمان و در هر شرایطی خیر و صلاح فرزندش را میخواهد.

بطور مثال کودک بایستی با یک نگاه قاطع و یا یک صدای مصمم بفهمد که نباید به قوری داغ و یا یک شمع روشن دست بزند. بدین ترتیب باید بتوانیم طفل را از یک موقعیت خطرناک

selv om det er ubehageligt. Om nødvendigt må man holde barnet fast, indtil det har lært, at man altså skal have børstet tænder to gange om dagen. Små børn skal også mødes med mange opmuntringer. God børneopdragelse er ikke primært at sige nej til det negative (selv om det ikke kan undværes), men at sige ja til det positive. Som forældre bør man gøre positive ting sammen med barnet: gå på legeplads, se TV sammen, tage i byen, finde et spil frem, lege tumlelege. Den slags er ikke spildtid. Det er tværtimod meget vigtig tid, hvor barnets kan spejle sig i mor og far for at finde ud af, hvordan man kan og bør leve. Man kan selvfølgelig ikke vie sit barn udelte opmærksomhed dagen lang. Det har barnet heller ikke brug for. Det er tværtimod meget vigtigt for barnet at erfare, at det ikke kan dreje sig om barnet selv hele tiden. Der kan være søskende, og mor og far skal på sprogscole eller på arbejde. Eller forældrene kan bare være trætte og trænge til at hvile sig. Efterhånden som barnet bliver ældre, er det meget vigtigt at lære dette. Men når vi så er sammen med barnet, skal vi være nærværende. Hellere give barnet ti minutters koncentreret opmærksomhed og så forlange, at det passer sig selv eller leger med andre bagefter, end at vi kun er halvvejs nærværende hele tiden og konstant småskælder på barnet. En meget vigtig ting i børneopdragelsen i Danmark er åbenhed og ærlighed. Det er vigtigt, at et barn lærer høflighed; men

بطور قاطع دور کنیم. وقتی فرزند شما اولین دندانهایش را در میآورد، بایستی یاد بگیرد و عادت کند که مسواک بزند. حتی اگر لازم شد، میتوان او را محکم نگه داشت، و تا وقتی که یاد نگرفته که دو بار در روز مسواک بزند، باید همین کار را تکرار کرد. اطفال کوچک همچنین به این نیاز دارند که در طول روز چندین مرتبه با روچیه شاد و برخورد مثبت از آنها استقبال شود. تربیت صحیح فقط این نیست که همیشه جواب منفی بگیرد (هر چند که در اغلب موارد ضروری است) بلکه به چیزهای مثبت بایستی جواب مثبت داد. پدر و مادر موظفند که با فرزندان خود فعالیتهای شاد و مثبت انجام دهند. مثلاً « رفتن به پارکهای بازی که در هر محله ایجاد شده، تماشای تلویزیون با بچه ها، رفتن به گردش و تفریح در شهر، انجام بازی های سرگرم کننده وغیره. این نوع تفریحات بی ثمر نیست، بلکه اوقات پر بهائی است که بچه با مشاهده پدر و مادر خود رفتار آنها را فرا میگیرد و در زندگی استفاده میکند. البته نمیتوان تمام روز کودک را مورد توجه قرار داد، این کار در ضمن غلط میباشد، چرا که کودک بایستی بفهمد که فقط او نیست که مرکز توجه قرار میگیرد، بلکه برادر و خواهر نیز در این خانواده وجود دارد، و یا پدر و مادر بایستی به کلاس زبان و یا سر کار بروند و یا خسته از کار روز به استراحت احتیاج دارند. درک این مطلب برای بچه بخصوص وقتی بزرگتر میشود ضروری است. وقتی با فرزند خود هستید بایستی کاملاً» به او توجه داشته باشید. بهتر است که ۱۰ دقیقه با توجه کامل با فرزندتان فعالیت داشته باشید و سپس از او بخواهید که تنها یا با دیگران بازی کند، تا اینکه همه روز با او باشید بدون اینکه به او توجه کنید، چراکه این باعث میشود که تماس

ærlighed er trods alt vigtigere. Det er altså ikke nok, at barnet tillægger sig en ydre, korrekt facade for at tilfredsstille far og mor – eller fordi det er bange for far eller mor.

Det er fx meget vigtigt, at barnet kan fortælle ærligt, hvis det er bange for noget uden at blive gjort til grin eller slået. Det er vigtigt, at børn – også drenge – har lov til at græde, når de er kede af det.

Det er også vigtigt, at børns naturlige interesse for det seksuelle ikke bliver gjort skamfuld. Selvom det kan være svært for nogle forældre, må man under hele opvæksten prøve at tale naturligt og værdigt om de disse spørgsmål ud fra den seksualmoral, som man har.

Hvis børn har svære oplevelser med fra fortiden, er det særlig vigtigt, at forældrene lytter, hvis barnet fortæller om det. Også de triste og tunge følelser. Og vær tålmodig. Barnet kan have brug for at fortælle om de vanskelige oplevelser flere gange.

Rammer, regler og rutiner

Børn har brug for rammer, regler og rutiner for at være trygge. Især i vores tid, hvor TV, internet, mobiltelefon og meget andet får det til at flimre for os alle sam-

ma اغلب منفی و سرشار ازدعوا کردن او باشد. یکی از موازین مهم تربیت اطفال دردانمارک صداقت داشتن و روراست بودن در تماس ما با آنهاست.

این مهم است که فرزند شما احترام گذاشتن به دیگران را فرا گیرد، لیکن صداقت مهمترین است. این اشتباه است که کودک یاد بگیرد که ظاهری نیکو فقط جهت رضایت و یا از ترس پدر و مادر داشته باشد. بسیار مهم است که فرزند شما اگر از چیزی میترسد با صداقت بتواند با شما در باره آن صحبت کند، بدون ترس از اینکه مورد تمسخر قرار گیرد و یا کتک بخورد. واجب است که اگر فرزند شما غمگین یا ناراحت است، بتواند گریه کند، حتی اگر پسر باشد.

بسیار مهم است که فرزند شما به نیازهای طبیعی مثلاً «مسائل جنسی از زاویه شرم و گناه نگاه نکند و هر چند برای بسیاری از پدر و مادرها، بسیار دشوار است، لیکن ضروری است که در تمام مدت رشد بچه، سعی شود که بطور طبیعی و با توجه به ارزش گذاشتن به شخصیت فرزند، در مورد مسائل جنسی او با وی صحبت کرد. اگر فرزندان در گذشته تجربه تلخی داشته باشد، واجب است که با دقت به او گوش فرا دهید، و هر چند مطالبی که او میگوید، برای شما میتواند ناراحت کننده باشد، بایستی که امکان گفتن داشته باشد.

بعضی وقتها بچه نیاز دارد راجع به تجربه تلخی که در گذشته داشته، چندین مرتبه صحبت کند، بنابراین این لازم است که با بردباری به تمام گفته هایش گوش فرا داد.

چهارچوب، قوانین، و نظم روزانه

بچه ها به چهارچوب؛ قوانین و نظم روزانه نیاز دارند، تا آرامش و امنیت را در محیط زندگی احساس کنند. بخصوص امروزه که تلویزیون، اینترنت، تلفن همراه و غیره همه ما را تحت



men. Derfor er det vigtigt med gode regler for sengetider, udetider, legetider, måltider, medietider og alle de andre tider. Man kan ikke lave et skema for, hvilke rammer, regler og rutiner et hjem skal have. Det må far og mor i det enkelte hjem finde ud af, og så holde fast i det, de har bestemt. Naturligvis må den slags ændres, når børnene bliver ældre. Børnene bør også have indflydelse på, hvordan det bliver. Men i sidste ende er det far og mor,

تأثیر قرار میدهد. بنا بر این گذاشتن قوانین ضروری است. گذاشتن قوانین در مورد ساعات خواب، ساعات بازی، ساعات بیرون بودن، وقت غذا خوردن، وقت استفاده از شبکه اجتماعی و غیره الزامی است. نمیتوان بطور عمومی برای همه خانوادهها قوانین استاندارد توصیه کرد. این وظیفه پدر و مادر است که با توجه به موقعیت خانواده، چنین قوانین و برنامه هائی را طرح کنند و این برنامه ها را بطور جدی اجرا کنند. طبیعتاً قوانین و برنامه های خانواده با رشد و

der bestemmer.

Det er bedre med få regler, som man gør meget for at overholde, end at have en masse regler, man alligevel ikke kan håndhæve.

Det er også helt i orden, at børn fra ca. seksårsalderen, indtil de flytter hjemmefra, har nogle faste pligter i løbet af ugen. Det kan være at rydde op, at sætte i opvaskemaskinen eller vaske wc'et. Som forældre må man selv vælge hvilke og hvor mange opgaver. Men på den måde får børnene også et sundt medansvar for familiens daglige liv.

Det vigtigste, for at børn finder ind i gode rammer, regler og rutiner, er, at forældre er gode forbilleder: At forældrene holder, hvad de lover, og at forældrene passer på ikke at love mere, end de kan holde. At forældrene ikke lyver, når børnene ikke må lyve. At far også selv tørre op, hvis han har spildt, hvis børnene skal tørre op, når de har spildt. At forældrene også indrømmer, når de begår fejl. Osv.

Vi skal kort sagt være rollemodeller for vores børn. Det gælder også for det at være pige og dreng. Piger ser på deres mor – og andre kvinder – for at finde ud af, hvordan en rigtig kvinde er. Drengene ser på deres far – og andre mænd – for at finde ud af, hvordan en rigtig mand er.

Det er nemlig sådan med børn, at de i langt højere grad gør, hvad vi gør, end hvad vi siger, de skal gøre!

nkامل بچه ها بایستی تغییر کند، و بچه کم کر میتواند در تنظیم اینگونه برنامه ها شرکت کند، لیکن در نهایت پدر و مادر هستند که تصمیم گیرنده میباشند.

بهتر است که قوانین محدود، لیکن قابل اجرا باشند و بتوان بطور جدی به آن عمل کرد، تا آنکه تعداد زیادی قانون باشد، که در عمل قابل اجرا نباشند و رعایت آنها دشوار باشد. برای بچه های شش سال به بالا، تا وقتی که از خانواده جدا میشوند، بهتر است که یک سری وظایف تعیین کرد. این وظایف میتواند پر و خالی کردن ماشین ظرفشویی باشد، جمع اوری کردن، شستن توالت و دستشویی و غیره. بدین ترتیب بچه ها احساس مسئولیت سالم در قبال زندگی خانوادگی خود پیدا میکنند.

مهمترین شیوه‌های که بچه ها را وادار به احترام گذاشتن به روال، چهار چوب و قوانین خانواده میکند این است که خود پدر و مادرها سر مشق خوبی برای آنها باشند، و قوانین منزل را رعایت کنند. بایستی که پدر و مادرها به قولی که میدهند عمل کنند و مواظب باشند که بیشتر از آنچه که در توان دارند قول ندهند، دروغ نگویند. پدر خانواده نیز بعد از استفاده از چیزها، پشت سر خود را تمیز کند، اگر پدر یا مادر اشتباهی کرده باشد به اشتباه خود اعتراف کند و غیره.

سخن کوتاه، ما بایستی الگوی خوبی برای فرزندان خود باشیم، این امر هم در مورد فرزند دختر و هم در مورد فرزند پسر صدق میکند. دخترها به مادر خود و خانمهای دیگر نگاه میکنند، تا بیاموزند که یک زن چگونه رفتار میکند. پسرها به پدر خود و مردهای دیگر نگاه میکنند، تا بیاموزند که یک مرد چگونه رفتار میکند. در واقع بچه ها اغلب و در بسیاری از موارد از رفتار والدین تقلید میکنند و می آموزند، تا آنچه ما با به آنها سعی میکنیم که بیاموزیم.

Ros, vejledning og afledning

Man må også benytte sig af ros, afledning og vejledning i børneopdragelsen, for at børnene oplever far og mor som kærlige, gode autoriteter.

Bemærk, at "ros" ikke ligger i det nederste lag i pyramiden på side 9, for det er langt vigtigere, at børnene oplever, at de er elsket, som de er, end at de skal *fortjene* forældres kærlighed, fx ved at klare sig godt i skolen eller være søde. Børn skal vide, at de er elsket af forældrene uanset, hvordan de klarer sig eller opfører sig.

Men det betyder ikke, at man slet ikke må rose (eller kritisere) sit barn. Det er vigtigt, at børn får tydelige signaler fra os voksne om, hvad der er godt eller skidt i deres adfærd. Så ros endelig dit barn, når det gør noget godt eller klarer sig fint eller laver noget flot. Men ubetinget kærlighed er det vigtigste.

Børn har også brug for megen vejledning. Hvordan skal de ellers finde vej i en stor, forvirrende og farlig verden? Vejledning er at vise sit barn vejen – først og fremmest gennem sit eget gode eksempel, men også ved at vejlede det om internetbrug, iPad, færdselsregler, sprogbrug og omgang med andre børn.

Men husk, at der er grænser for, hvor meget børn kan klare ad gangen. Pas derfor på ikke at hælde alt for megen vejledning på børnene. Men vær sikker på, at de nok skal prøve at leve sådan, som du lever!

"Afledning" vil sige, at man leder børnene bort fra en uønsket adfærd. Hvis børn er

تشویق کردن، راهنمایی کردن و دور نگاه داشتن از کارهای اشتباه

از تشویق کردن فرزند خود، راهنمایی کردن او و دور نگه داشتنش از کارهای بد دریغ نبایستی کرد. چرا که بدینگونه به آنها نشان میدهیم که پدر و مادر در جهت خیر و مصلحت فرزند خود تصمیم میگیرند.

اگر دقت کنید تشویق در لایه پایین هرم قرار ندارد، چرا که تشویق نشان دهنده آن است که بچه ها همانگونه که هستند برای پدر و مادر قابل دوست داشتن هستند و نیازی ندارند که با حرکات شیرین و یا مثلاً با کسب موفقیت در مدرسه، خود را مستحق عشق و محبت پدر و مادر کنند.

به بچه ها بایستی این اطمینان را داد که بدون در نظر گرفتن رفتارشان و میزان موفقیتشان در امور، مورد عشق و محبت پدر و مادر قرار دارند.

این البته بدان معنا نیست که برای کار خوب یا بدی که انجام میدهند، نبایستی آنها را تشویق یا تنبیه کرد.

این مهم است که بچه بطور واضح، از برخورد و رفتار ما بفهمد که چه کاری خوب و چه کاری بد است.

بنا بر این وقتی که بچه کار درستی انجام میدهد و یا با موفقیت از عهده وظایفش بر می آید، نبایستی که از تشویق کردن دریغ کنیم، لیکن مهمتر از همه، دوست داشتن بی قید و شرط آنهاست.

بچه ها به راهنمایی احتیاج دارند، در غیر اینصورت چگونه میتوان انتظار داشت که در این دنیای پر خطر و گیج کننده، راه درست را پیدا کنند.

این راهنمایی ها ابتدا از رفتار خوب و درست خود ما شروع میشود. این راهنمایی ها شامل استفاده صحیح از اینترنت، تابلت، آموزش قوانین عبور و مرور، استفاده از کلمات خوب و درست،

ved at komme op at skændes, kan man tilbyde at spille et spil eller sætte sig ned ved bordet og finde papir og farveblyanter frem, så konflikten evt. kan "opløses" i lidt hygge ved spisebordet. Nogle forældre er rigtig gode til at aflede børn på en god måde. Det kan også dreje sig om, at man prøver at få gang i noget fodbold i stedet for, at de halvtstore drenge hænger ud med dårlige kammerater.

Man skal bare ikke tro, at *alle* problemer kan løses på den måde. Nogle gange må man tage en konflikt med børnene. For hvis de ikke lærer at løse konflikter som børn, kan det blive svært at lære det senere i livet.



Overvej eller tal om

- Hvorfor er det vigtigere at lære sine børn ærlighed end høflighed?
- Hvad er de tre vigtigste regler i dit hjem – og hvad vil du gøre for at fastholde netop de tre regler?



رعایت دیگران و غیره است. نیابست فراموش کرد که ظرفیت بچه ها و حوصله آنها در امر یادگیری محدود است، بنا بر این بایستی هر بار به میزان محدودی به آنها چیز آموخت. شک نکنید که آنها بطور اجتناب ناپذیر، رفتار و راه زندگی والدین خود را امتحان میکنند و میاموزند.

دور کردن حواس بچه، با مشغول کردن او از ادامه کار ناپسند و زشت، امکان پذیر است. مثلاً اگر بچه در حال جدل و دعوا با کسی است، میتوان او را با یک بازی سرگرم کرد و یا با نقاشی کردن او را از ادامه بحث و جدل دور کرد. برخی از پدر و مادرها در تغییر دادن تمرکز بچه از رفتاری ناپسند، به انجام کاری مشغول کننده، تبحر خاصی دارند. مثلاً میتوان فرزند خود را بجای اینکه با رفقای نا باب بگردد، با بازی فوتبال سرگرم کرد.

البته نیابستی انتظار داشت که تمام مشکلات تربیتی با این شیوه حل میشود. بسیاری از مشکلات را بایستی با شرکت دادن خود فرزند، در یافتن یک راه حل، از بین برد، این کار به او میاموزد که در آینده بهتر بتواند مشکلاتش را خودش حل کند، و در زندگی از این توانایی استفاده برد.



تبادل نظر، بحث و تعمق کنید

چرا در تربیت بچه ها، روراست بودن و راستگو بودن از با ادب بودن مهمتر است؟ مهمترین قانون در خانه شما چیست و شما چه اقداماتی میتوانید بکنید تا بتوانید این قوانین را محکم نگه دارید؟



فصل سوم. وضوح در رفتار و گفتار والدین در بچه ها ایجاد احساس امنیت بیشتری میکند.

Kapitel 3. Tydelige forældre giver trygge børn

Jeg ved, at nogle forældre, der er flygtninge eller indvandrere, er bange for at være tydelige og konsekvente over for deres børn. Måske fordi de oplever, at nogle danske forældre ikke er det over for deres børn. Men selv om der er forskel på små og store børn, er det vigtigt for *alle* børn, at deres forældre er tydelige og konsekvente.

Derfor vil vi nu se på de to øverste lag i pyramiden, som blev vist på side 9.

Formaning, krav og kritik

Mens ros, vejledning og afledning mest handler om at sige *ja* til noget, handler formaning og kritik mest om at sige *nej* til noget. Børnene har brug for begge dele. Også, at vi nogle gange siger nej.

Børn skal fx ikke have lov til at se *alt* i fjernsynet eller på internettet. De skal ikke indvies i de voksnes verden for tidligt. Der er nemlig meget på internettet og i TV, som er skadeligt for børn, så vi gør vores børn en tjeneste, når vi siger nej til den slags. – Selv om børnene ofte protesterer, når vi siger nej.

من بر این مطلب واقفم که بعضی از پدر و مادرهای مهاجر و پناهنده، جرات ندارند که بطور قاطع و واضح با فرزند خود برخورد کنند، تا قوانین را به آنها یادآوری کنند.

شاید بخاطر اینکه به تجربه شاهد این بوده اند، که برخی از پدر و مادرهای دانمارکی، خود قوانین منزل را در مورد بچه ها جدی نمیگیرند. بهر دلیل، بایستی بدون در نظر گرفتن اینکه، بچه کوچک است یا بزرگ، مهم است که قوانین در مورد بچه ها رعایت و اجرا گردد. بهمین دلیل اکنون به بالاترین لایه هرم که قبلا تصویر انرا دیده اید توجه کنید.

شرایط گذاشتن، نصیحت کردن، ایراد گرفتن

هنگامی که تشویق، راهنمایی، و سرگرم کردن بچه جهت پرت کردن حواس او از انجام کارهای غیر معقول، نوعی جواب مثبت دادن به او در مورد چیزبست، نصیحت کردن و انتقاد کردن بیشتر راجع به جواب منفی دادن به چیزی میباشد. در اصل بچه ها هم به گرفتن جواب مثبت و هم به گرفتن جواب منفی نیاز دارند. بعنوان مثال، بچه ها بایستی همه چیز را در تلویزیون و یا اینترنت مشاهده کنند. در حقیقت قبل از رسیدن وقت آن، بایستی بچه ها را به دنیای بالغین وارد کرد.

بسیاری از چیزهایی که در اینترنت و تلویزیون نشان داده میشود برای بچه ها مضر است. وقتی

Børn har også godt af, at der bliver stillet krav til dem. Selvfølgelig er der forskel på, hvilke krav man skal stille til små børn og til store børn. Men den treårige kan godt hjælpe med at rydde op. Og man kan godt kræve af den tiårige, at han ikke lyver.

Hvis børnene ikke gør det godt nok, fx med pligterne derhjemme, må vi også udsætte dem for kritik. Men vi skal altid tage højde for barnets modenhed og evner. Man skal ikke kritisere en toårig for at spilde, for den toåriges motorik er endnu ikke udviklet til at holde på en kop. Man må heller ikke kritisere et barn, der er venstrehåndet for, at det holder blyanten i "den forkerte hånd". Hvis lærerne klager over et barn i skolen, skal forældrene selvfølgelig følge op på det og irrettesætte barnet. Men kritikken af barnet skal rettes imod det, det har gjort forkert eller har undladt at gøre. Barnet må ikke få det indtryk, at "hele mig" er forkert.

Vi skal selvfølgelig også påtale det, når børn gør noget forkert eller dumt. De må ikke være med til at mobbe andre. De må ikke lyve. De må ikke tage noget, der tilhører andre.

Men som jeg skrev tidligere: Det er endnu vigtigere, at vi har god kontakt til vores børn og viser vores kærlighed til dem, end at vi siger *ja* til det rigtige og *nej* til det forkerte.

Ma آنها را از دیدن اینگونه چیزها منع میکنیم، به آنها خدمت میکنیم. هر چند بچه ها اغلب با شنیدن جواب منفی ما اعتراض میکنند.

در نظر گرفتن یک وظیفه و انتظار انجام آن کار از بچه برای او مفید است. البته فرق میکند که چه وظیفه ای بعهده آنها گذاشته میشود، و وظیفه بچه ها بایستی با سن آنها مطابقت کند. مثلا از یک طفل سه ساله میتوان انتظار داشت که جمع آوری کند، یا مثلا از او انتظار داشت که دروغ نگوید. اگر بچه وظایف خود را انجام ندهد، میتوان از او ایراد گرفت. وقتی که از او ایراد میگیرید بایستی در نظر بگیرید که بچه تا چه حد قادر به انجام کار است و تا چه حد از عهده انجام کاری که به عهده او گذاشته اید بر میآید. مثلا نمیتوان از یک بچه دو ساله ایراد گرفت، اگر چیزی از دستش بریزد، چرا که سیستم موتوریک او تکامل نیافته است که بتواند یک فنجان را در دست نگه دارد. مثال دیگر اینکه از بچه ای که چپ دست است، نمیتوان ایراد گرفت که چرا مداد را در دست اشتباهی گرفته است.

اگر معلم از بچه انتقاد کند، البته بایستی ایرادی را که معلم از او گرفته رفع کرد و بچه را هدایت کرد تا آن ایراد تکرار نگردد، یا کاری را که بایستی انجام میداده، انجام دهد. وقتی که از بچه ایراد میگیرید، بایستی از همه چیز اوانتقاد کنید، تا او فکر نکند که همه کارهایش اشتباه، یا چیزی در شخصیت او غلط است.

البته بایستی که از بچه ایراد گرفت وقتی که او کار اشتباه یا احمقانه ای انجام میدهد. بچه ها بایستی در اذیت کردن بچه های دیگر شرکت کنند، آنها بایستی دروغ بگویند، یا چیزی را که متعلق به آنها نیست بردارند.

همانگونه که قبلا نوشتیم، از همه مهمتر آن است که در کنار فرزندان خود باشیم و به آنها محبت کنیم، تا اینکه به درخواستهای غلت آنها جواب

منفی و به درخواست های درست آنها جواب مثبت دهیم.

سرزنش کردن و نتایج آن

بعضی وقتها پدر و مادر مجبور میشوند بچه های خود را دعوا کنند. لیکن نبایستی اینطور باشد که بچه تمام روز کما بیش در حال دعوا شدن باشد. چرا که این باعث میشود که به رابطه بین والدین و بچه لطمه وارد شود. دعوا کردن مداوم بچه از طرف والدین، موجب میشود که بچه نسبت به اختیاراتی که بعنوان پدر و مادر دارید، کمتر اهمیت دهد، با اصلا اهمیت ندهد. رفته رفته بچه نمیفهمد که چه موقع بطور جدی مورد انتقاد قرار میگیرد. اگر بخاطر چیزی بچه خود را دعوا میکنید، این کار را به انجام رسانید، تا دوباره با او یک فضای دوستانه برقرار کنید. همیشه نکات زیر را در نظر بگیرید.

اگر بچه به اشتباه خود پی برده است، او را دعوا نکنید، حال چه کار بدی کرده باشد، چه وظیفه خود را انجام نداده باشد و چه کلمات زشتی به زبان آورده باشد.

حتی الامکان بچه ها را در حضور غریبه ها دعوا نکنید.

دعوا کردن بچه، هرگز نبایستی به داد و فریاد و جدل ختم شود. چرا که شخص بالغ به بزرگتر بودن خود بایستی ارج بگذارد.

بمحض اینکه دعوا کردن بچه تمام شد، او را دوباره ببزیرید و در جمع خودتان وارد کنید، با این کار او بخشش و آغازی دوباره را یاد میگیرد. بچه به این ترتیب، دعوا شدن را به حساب بد ذاتی پدر و مادر نمیگذارد، بلکه بر عکس به حساب عشق و محبت نسبت به خودشان میگذارند. به همین دلیل واجب است که بعد از تنبیه، او را ببخشیم و بخود نزدیک کنیم. در صورتی که بفهمید که او حق داشته و بیخود

Skældud og konsekvens

Man kan blive nødt til at skælde børn ud ind i mellem. Det må bare ikke være sådan, at mor eller far går dagen lang og skælder lidt ud hele tiden. Det går nemlig ud over den varme, kærlige kontakt med børnene. Hvis man småskælder hele tiden, undergraver man også sin egen autoritet, for børnene ved ligesom ikke, hvornår man for alvor påtaler noget.

Er der noget, dit barn skal skældes ud for, så få det gjort, så luften bliver rensset, men husk følgende ting:

Skæld ikke barnet ud, hvis det allerede har erkendt det forkerte i sine handlinger, ord eller forsømmelser.

Undgå så vidt muligt at skælde barnet ud i fremmedes påhør.

Skældud må ikke ske i ukontrolleret raseri. Den voksne skal bevare sin værdighed, hvis han skælder ud.

Hvis du har skældt ud, så inddrag hurtigst muligt barnet på ny.

Lad ønsket om tilgivelse og ny begyndelse altid ligge bagved. Vi skælder nemlig ikke ud for at være onde imod barnet. Tværtimod. Vi vil have det forkerte frem i lyset, så det kan tilgives og glemmes.

Du må være villig til at give dit barn en undskyldning, hvis det viser sig, at barnet i virkeligheden ikke havde fortjent at blive skældt ud.

Af og til kan det også være nødvendigt at

draget på en anden måde, inden man kom til Danmark. Måske var det tilladt at slå børn i det land, man kommer fra, og børnene havde lært at adlyde, fordi de ellers blev slået. Og nu er man i Danmark, hvor man ikke må slå børn, og så er det ligesom umuligt at få børnene til at lystre. Resultatet er desværre ofte, at forældre føler sig magtesløse og giver op.

Men hvad kan man gøre som far og mor, hvis børn fx ikke vil have børstet tænder eller ikke vil lægge i Paden væk? Lad os tage de to eksempler:

1. En dreng på syv år får at vide, at han skal gå ud og børste sine tænder. Men det vil han ikke. Mor eller far siger det meget vredt til ham igen. Men han gør det stadig ikke. Da er det let enten at give op eller at bruge vold imod ham, selv om man ikke må.

I stedet for skal man som forældre træffe en fast beslutning om, at han skal have børstet sine tænder. Forældrene skal derfor sige til ham: Hvis ikke du gør det nu, går jeg med dig ud på badeværelset og ser på, at du får det gjort. Hvis han stadig ikke vil, kan far holde ham fast, mens mor børster hans tænder. På den måde vil han i løbet af få dage lære, at det med at få børstet tænderne er så vigtigt for mor og far, at jeg ligeså godt kan gøre det selv.

Men det kræver udholdenhed og fasthed fra forældrenes side. Og indøv kun én ting ad gangen!

شاید در کشوری که شما از آنجا آمده اید، کتک زدن بچه مجاز و متداول باشد، و بچه فقط بخاطر کتک نخوردن، به حرف گوش میداده. حال که به دانمارک آمده اید، والدین مجاز نیستند که بچه را کتک بزنند. بدین ترتیب غیر ممکن است که بتوان بچه را وادار کرد که به حرف گوش دهد.

متأسفانه اغلب به اینجا ختم میشود که پدر و مادر از تربیت بچه عاجز و ناامید میشوند. در این شرایط چه کاری از دست پدر و مادر بر میآید، اگر بچه مثلاً نخواهد که مسواک بزند یا تابلتش را کنار بگذارد. بیایم این دو مثال را بررسی کنیم.

به پسر هفت ساله گفته میشود که بایستی مسواک بزند. ولی او این کار را نمیکند. پدر و مادر با عصبانیت دوباره به او میگویند، ولی او هنوز به حرف گوش نمیدهد.

این بسیار ساده است که از مسواک زدن بچه صرف نظر شود، و یا با اعمال خشونت، او را وادار کرد که مسواک بزند، کاری که در دانمارک مجاز نیست. بجای این کارها بایستی بعنوان پدر و مادر یک تصمیم قاطع گرفت.

او باید مسواک بزند، بنا بر این باید به او گفت که اگر الآن خودش مسواک نزند، با او به دستشویی مآیید، و منتظر میمانید، تا او مسواک بزند، اگر هنوز هم گوش نداد، پدر میتواند او را محکم بگیرد و مادر دندانهای او را مسواک بزند. به این ترتیب در ظرف چند روز بچه متوجه میشود که مسواک زدن آنقدر مهم است که بهتر است خود او بدون جدل مسواک بزند. مقاوم بودن، قاطع بودن و تحکم از طرف پدر و مادر در این شرایط بسیار ضروری است. فراموش نکنید که هر دفعه میتوانید فقط روی یک چیز تمرکز و تمرین کنید.

یک بچه ده ساله در یکی دو ساعت گذشته در سالن نشسته و با تابلت خود بازی میکند. کم کم

2. En dreng på ti år har siddet i stuen de sidste par timer og spillet på sin iPad. Nu synes far og mor, at det er nok, så de siger, at han skal slutte, fordi de vil lave noget sammen i familien. Men drengen stopper ikke. Måske far så tager iPaden fra drengen, men så går han bare ind på sit værelse og fortsætter på computeren. Men forældrene har bestemt, at de vil holde fast i deres krav. Derfor går de med drengen ind på værelset og siger stop. Hvis han alligevel spiller videre på computeren, må de slukke for den. Drengen har nemlig brug for et klart signal om, at dette er så vigtigt, at forældrene følger sagen til dørs og fører deres vilje igennem. Selvfølgelig skal man være klog og ikke afbryde drengens spil midt i en bane. Man skal også prøve at lade være med at råbe og skrig, og det er fint, hvis man kan tilbyde drengen en anden aktivitet i stedet for. Men grundlæggende gør man sit barn en tjeneste ved at være tydelig og konsekvent.



Overvej eller tal om

- Hvordan kan man skælde sit barn ud på en *god* måde?
- Hvad *kan* eller *bør* du gøre, når dit barn ikke gør, hvad du forlanger?



بنظر پدر و مادر میاید که مدت بازی کافی است و به او میگویند که باید تبلت را خاموش کند و یک سرگرمی دست جمعی را با هم شروع کنند. ولی آن پسر گوش نمیدهد. ممکن است که پدرش بتواند بزور تبلت را از پسرش بگیرد. ولی این نتیجه مطلوبی نمیدهد و پسرش به اتاق خودش میرود و به بازی با کامپیوتر ادامه میدهد. پدر و مادر تصمیم گرفته اند که سر حرف خود باستند و به همین دلیل با پسرشان به اتاق او میروند و به او میگویند که بایستی کامپیوتر را خاموش کند.

این پسر بایستی حس کند که موضوع برای پدر و مادرش آنقدر جدی است که تا لحظه نهایی سر حرفشان ایستاده اند. البته عاقلانه است که به بچه اجازه دهند که تا آخر آن گیم را بازی کند، همچنین والدین بایستی از داد و فریاد زدن امتناع کنند. بهتر است که اگر امکان داشته باشند، به پسرشان یک سرگرمی دیگر پیشنهاد کنند. لیکن در نهایت و بخاطر پسرشان، بهتر است که بطور واضح درخواستشان را به او اعلام کنند و سر حرفشان باستند.



تبادل نظر، بحث و تعمق

چگونه میتوان فرزند خود را بشکلی ملایم تنبیه کرد؟ وقتی که بچه شما به حرف شما گوش نمیدهد، چکار میتوانید بکنید؟



فصل چهارم. در مورد بچه هایی که در سن بلوغ هستند و بچه های بالغ

Kapitel 4. Om teenagere og voksne børn

Det rummer nogle særlige udfordringer at være forældre til teenagere. For når piger og drenge kommer i puberteten, øges deres trang til selvstændighed og selvbestemmelse. De kommer ind i fase af deres liv, hvor de både er børn og voksne. Teenage-årene er ligesom en bro fra barndommen til voksenlivet. Men den kan være særlig vanskelig at gå over for både børn og forældre, når man ikke har boet i Danmark hele sit liv, men måske kun nogle få år.

På den bro må forældrene stadig være tæt på deres børn, men forældrene skal også vove at give mere og mere slip på dem. Det er nemlig grundlæggende sundt og godt, at børnene bliver selvstændige. Det kan imidlertid slå nogle gnister, mens det sker, for det er en løsrivelsesproces, de skal igennem.

Nogle børn markerer selvstændigheden i form af råb, gråd og smækken med dørene. Andre teenagere gør det i form af, at de indtager helt andre holdninger og standpunkter end forældrenes.

Nogle af disse reaktioner kan blive endnu stærkere for teenagere, hvis forældre

for پدر و مادری که بچه هایی در سن بلوغ دارند، چالش های بسیاری وجود دارد. وقتی که پسر ها و دختر ها به سن بلوغ میرسند، احتیاج زیادتری دارند که خودشان تصمیم بگیرند. آنها در وضعیتی قرار میگیرند که هم بزرگسال هستند هم بچه. دوران بلوغ مانند پلی است مابین بچگی و بزرگسالی.

این دوره هم برای بچه و هم برای والدین، دوره بسیار دشواری میتواند باشد. بخصوص برای آن دسته از بچه هایی که تمام دوران بچگی و بلوغ را در دانمارک نگذرانده باشند و فقط چند سالی در دانمارک گذرانده باشند.

برای گذشتن از این پل، والدین بایستی همچنان در کنار فرزند خود باشند.

پدر و مادر باید جرات آن را داشته باشند که فرزند خود را کم کم رها کنند تا او بیشتر به خودش متکی شود.

این مرحله برای بچه ضروریست، تا او بتواند در آینده روی پای خودش بایستد.

اینکه بچه کم کم از والدین جدا می شود، میتواند برخورد های ناملایمی بین آنها وجود آورد.

بعضی از بچه ها خودمختاری خود را بصورت داد زدن، گریه کردن و یا در را محکم کوبیدن نشان میدهند.

بعضی دیگر از بچه ها عقایدی کاملا متفاوت با والدین خود، بخود میگیرند. در بچه هایی که از یک کشور دیگر آمده اند این عکس العمل

kommer fra et andet land. For disse teenagere har også den udfordring, at de skal finde ind i et voksenliv, der er (meget) anderledes end deres forældres. Det er helt normalt, at teenagere er forvirrede og usikre. Det kan give sig udtryk i, at de i det ydre virker meget sikre og afgjorte. Men er man også flygtning eller indvanderer, kan man blive endnu mere usikker i det *indre*, mens man *ud ad til* måske er meget sikker og provokerende. Det kræver megen tålmodighed af forældrene!

شدیدتر دیده میشود. برای بچه هایی که از کشورهای دیگر به دانمارک آمده اند این چالش بزرگتر است. آنها بایستی الگوهای کاملاً متفاوت با والدین خود را در بین بزرگسالان پیدا کنند. این بسیار عادی است که بچه ها در سنین بلوغ نامطمئن و سر در گم هستند. این سر در گمی بظاهر بصورت اعتماد بنفس زیادی و اطمینان غلوآمیز بروز میکند. این بخصوص در مورد بچه هایی که بعنوان پناهنده و مهاجر به اینجا آمده اند صدق میکند. این کمبود در اعتماد بنفس بیشتر بصورت قاطع بودن بیش از حد و تحریک کردن مردم بروز



Teenagere har brug for at kunne trække sig tilbage fra forældrene. De har brug for at få forældrene lidt på afstand, så de kan se, hvem de egentlig er. Hidtil har forældrene været så tæt på, at børnene ikke har kunnet forholde sig til dem. Teenagerne har brug for at finde ud af, hvem de selv er i forhold til mor og far, som har været de to vigtigste personer i deres liv indtil nu.

De skal til for alvor at bygge sig selv op af mange elementer fra forældrene, men også af elementer fra andre. Og noget skal de lægge afstand til, fordi det ikke er dem. Det sker ved, at de afprøver mange forskellige holdninger, udseender, væremåder og kammerater i løbet af teenageårene.

Nogle kulturer håndterer dette problem ved at kræve, at teenageren skal være på én bestemt måde. Men sådan er det ikke i Danmark. Her skal teenagere have en vis frihed til at finde ud af, hvem de er, og hvad de vil. Som forældre bør man have omsorg for sine teenagere, men ikke hele tiden overvåge dem.

Forældre, som kommer fra en anden kultur, står i en vanskelig situation her. For på den ene side vil de jo gerne give deres store børn nogle værdier og traditioner – måske også en tro – som de selv er vokset op med. På den anden side er det ikke rimeligt at forlange, at børnene skal overtage *hele* forældrenes levevis.

Derfor er det vigtigt, at flygtninge og indvandrere finder en balance mellem at give deres teenagere værdier med fra oprindelseskulturen; men at de også tillader

dem at gøre det på deres egen måde. Dette kan være en stor udfordring for forældre, der kommer fra en anden kultur, fordi de måske har svært ved at forstå, at deres børn har brug for at finde ud af, hvem de selv er, og hvad de vil.

Teenagere har brug for at kunne trække sig tilbage fra forældrene. De har brug for at få forældrene lidt på afstand, så de kan se, hvem de egentlig er. Hidtil har forældrene været så tæt på, at børnene ikke har kunnet forholde sig til dem. Teenagerne har brug for at finde ud af, hvem de selv er i forhold til mor og far, som har været de to vigtigste personer i deres liv indtil nu.

De skal til for alvor at bygge sig selv op af mange elementer fra forældrene, men også af elementer fra andre. Og noget skal de lægge afstand til, fordi det ikke er dem. Det sker ved, at de afprøver mange forskellige holdninger, udseender, væremåder og kammerater i løbet af teenageårene. Nogle kulturer håndterer dette problem ved at kræve, at teenageren skal være på én bestemt måde. Men sådan er det ikke i Danmark. Her skal teenagere have en vis frihed til at finde ud af, hvem de er, og hvad de vil. Som forældre bør man have omsorg for sine teenagere, men ikke hele tiden overvåge dem. Forældre, som kommer fra en anden kultur, står i en vanskelig situation her. For på den ene side vil de jo gerne give deres store børn nogle værdier og traditioner – måske også en tro – som de selv er vokset op med. På den anden side er det ikke rimeligt at forlange, at børnene skal overtage *hele* forældrenes levevis. Derfor er det vigtigt, at flygtninge og indvandrere finder en balance mellem at give deres teenagere værdier med fra oprindelseskulturen; men at de også tillader dem at gøre det på deres egen måde.

Teenagere har brug for at kunne trække sig tilbage fra forældrene. De har brug for at få forældrene lidt på afstand, så de kan se, hvem de egentlig er. Hidtil har forældrene været så tæt på, at børnene ikke har kunnet forholde sig til dem. Teenagerne har brug for at finde ud af, hvem de selv er i forhold til mor og far, som har været de to vigtigste personer i deres liv indtil nu.

De skal til for alvor at bygge sig selv op af mange elementer fra forældrene, men også af elementer fra andre. Og noget skal de lægge afstand til, fordi det ikke er dem. Det sker ved, at de afprøver mange forskellige holdninger, udseender, væremåder og kammerater i løbet af teenageårene. Nogle kulturer håndterer dette problem ved at kræve, at teenageren skal være på én bestemt måde. Men sådan er det ikke i Danmark. Her skal teenagere have en vis frihed til at finde ud af, hvem de er, og hvad de vil. Som forældre bør man have omsorg for sine teenagere, men ikke hele tiden overvåge dem. Forældre, som kommer fra en anden kultur, står i en vanskelig situation her. For på den ene side vil de jo gerne give deres store børn nogle værdier og traditioner – måske også en tro – som de selv er vokset op med. På den anden side er det ikke rimeligt at forlange, at børnene skal overtage *hele* forældrenes levevis. Derfor er det vigtigt, at flygtninge og indvandrere finder en balance mellem at give deres teenagere værdier med fra oprindelseskulturen; men at de også tillader dem at gøre det på deres egen måde.

– eller i det mindste affinder sig med – at deres teenagere kommer til at leve med delvist andre værdier end forældrenes, fordi de vokser op i Danmark. I hvert fald hvis de skal være i landet i mange år.

Og det er jo en af vanskelighederne: Forældre og børn ved i mange tilfælde ikke, hvor længe de kan eller skal blive i Danmark. Vidste man, at man fik permanent opholdstilladelse, ville det være lettere. Det kan derimod være vanskeligt at slippe danske værdier ind, hvis man frygter for at blive sendt tilbage til hjemlandet eller til et andet land.

I alle tilfælde er det vigtigt, at forældrene også lytter til deres teenagere. De må prøve at sætte sig i deres sted og se verden fra teenagerens synspunkt. Dermed mener jeg ikke, at forældrene ikke skal modsige eller udfordre deres teenagere. Det har de brug for. Platformen skal bare være, at de voksne prøver at forstå de unge og støtte dem i det, der er bedst for dem.

Når børnene bliver voksne

I Danmark er piger og drenge ligestillede. De har fx samme rettigheder til at få uddannelse og til at bestemme selv, når de er blevet 18 år.

For nogle forældre, som er flygtninge og indvandrere, er det skræmmende, hvis deres 18-årige vil flytte hjemmefra. Især hvis det er en pige. De oplever det ydmygende, og de er nervøse for, hvad der kan ske deres datter, hvis hun ikke bor hjemme, indtil

sentehtayi خوب را انتقال دهند، و همزمان به بچه ها اجازه دهند که ارزشهای دیگری نیز در شخصیت خود جا دهند، که با والدین خود متفاوت است. چرا که این بچه ها در دانمارک بزرگ شده اند و ممکن است تا مدت زیادی یا برای همیشه در اینجا زندگی کنند.

یکی دیگر از مشکلات این است که والدین و بچه ها در بعضی موارد نمیدانند که تا چه مدتی در دانمارک زندگی میکنند. این مشکل با گرفتن اجازه اقامت دایم تا حدی حل میگردد. اما اگر همیشه ترس آن باشد که کل خانواده را بعد از مدتی به کشورشان بازگردانند، یاد گرفتن فرهنگ دانمارکی و ارزشهایی که در فرهنگ دانمارک است بسیار دشوار میشود.

بهر شکل لازم است که والدین به فرزندان خود که در سن بلوغ هستند گوش فرا دهند. مهم است که والدین گاهی اوقات خود را بجای فرزند نوجوان خود بگذارند و دنیا را از چشم آنها ببینند. این بدان معنا نیست که والدین ناپستی مخالف فرزند خود حرفی بزنند و آنها را به چالش نکنند، چرا که آنها برای تکامل شخصیت خود به چالش احتیاج دارند. والدین بایستی مانند یک سکوی مطمئن، فرزند نوجوان خود را در آنچه برای او بهتر است، درک و حمایت کنند.

وقتی که بچه ها بالغ میشوند

در دانمارک ارزش دختر و پسر کاملاً با هم برابر است. بعنوان مثال، وقتی که هر دو به سن بلوغ میرسند یا هیجده ساله میشوند، در زمینه انتخاب رشته تحصیلی، هر دو دارای حقوق برابر هستند. برای بعضی از والدین مهاجر یا پناهنده، ممکن است این موجب وحشت باشد، وقتی که فرزند هیجده ساله از خانواده جدا میشود. بخصوص اگر فرزندشان دختر باشد. ممکن است که این باعث شود که والدین احساس شرمندگی کنند، آنان ممکن است که نگران باشند که چه بر سر

hun fx skal giftes.

Naturligvis må forældrene og andre tale med deres voksne datter eller søn om, at de vil flytte hjemmefra. Måske kan man udskyde det et år eller to; men forældrene må også forstå, at det er naturligt her i Danmark, og at de ikke har ret til at forhindre deres barn i at flytte, når de er blevet 18 år.

Så måske er det en bedre ide at tale med datteren eller sønnen om, hvordan man så kan holde en god kontakt, når de flytter hjemmefra. Fx ved at man hyppigt ringer til hinanden eller besøger hinanden. Men husk, at I som forældre – på den lange bane – får den bedste kontakt til jeres voksne børn ved at vise dem tillid og ved at give dem ret til selvstændighed. De værdiser, jeres hjem har været præget af, tager de altid med sig, hvis forholdet har været præget af gensidig respekt.



Overvej eller tal om

- Hvad indebærer det, at drenge og piger er ligestillede i Danmark?
- Hvad vil du gøre, hvis din 18-årige datter siger, at hun vil flytte hjemmefra?



dextrshan خواهد آمد. معتقدند که دختر بایستی تا سن ازدواج در خانه پدر و مادر بماند. طبیعتا والدین میتوانند که با فرزند بالغ خود در مورد جدا شدن از خانواده صحبت کنند، و شاید بدین ترتیب بتوانند، رفتن او را تا یکی دو سال بتاخیر بیاندارند. ولیکن والدین بایستی بدانند که حق قانونی ندارند که فرزند بالغ خود را از جدا شدن از خانواده منع کنند. بهترین راه این است که با فرزند دختر و پسر خود صحبت کنند تا بتوانند به توافق برسند که بعد از رفتنشان، چطور با والدین تماس خوبی داشته باشند. مثلا تماس روزانه از طریق تلفن و یا بیدار یکدیگر رفتن یکی دو بار در هفته. فراموش نکنید که شما بعنوان پدر و مادر بهترین تماس را با فرزند خود خواهید داشت، وقتی که به آنان اعتماد کنید و به آزادی آنها بعنوان یک شخص بالغ احترام بگذارید.

بخاطر داشته باشید که فرزندان، ارزشهایی را که شما تحت آن زندگی میکنید را بهتر می پذیرد ، وقتی که احترام گذاشتن به ارزشها دو جانبه باشد.



تبادل نظر، بحث و تعمق کنید

اینکه پسر و دختر در دانمارک یکسان هستند و از حقوق یکسان برخوردارند به چه معناست؟ اگر دختر هیجده ساله میداشتید که به شما بگوید، من میخواهم جدا از شما زندگی کنم، چکار میکردید؟



فصل پنجم. پدر بودن و مرد بودن به چه معناست؟

Kapitel 5. At være mand og far

Det kan være særlig vanskeligt at finde sin rolle som mand eller far. I Danmark er der nemlig kønsligestilling, hvilket betyder, at mænd eller fædre ikke har større magt over børnene, end kvinder eller mødre har. Flere mænd fra andre kulturer har heller ikke altid stor tillid til pædagoger, lærere og sagsbehandlere, altså dem fra det offentlige system, der bl.a. tager sig af børnene. Mange fædre føler, at den position, de havde i det land, de kommer fra, bliver taget fra dem i Danmark. Det kan en mand let blive frustreret og vred over. Hvis det så også er konen, der tjener pengene i familien, kan man som mand føle sig overflødig og værdiløs. Man føler sig ydmyget og afmægtig. Den indstilling er ikke god, hvis man vil gøre noget godt for sine børn. Som mand kan man fristes til at være voldelig, hvis man har tabt sin gamle position. Men der findes desværre også en del eksempler på, at mænd eller fædre vælger en anden strategi, nemlig at være fraværende. De giver op. De overlader alt det med børnene til kvinderne eller mødrene. Det er en dårlig ide, fordi både drenge og piger har brug for, at der er en nærværen-

brå for en mand og på den anden side for en kvinde, der ikke har været i Danmark før. Det er vigtigt, at vi alle har et klart billede af, hvad det betyder at være far og mor, og at vi alle har mulighed for at lære af hinanden. I Danmark er der et stort interval mellem det, som mænd og kvinder lærer i skole og på arbejdspladsen, og det, som de lærer om at være far og mor. I mange familier er der ikke nogen, der har været far og mor, og derfor er der en stor mangel på erfaring og viden. Det kan være svært at være far eller mor, hvis man ikke har nogen, der kan hjælpe og vejlede. Derfor er det vigtigt at have adgang til information og råd om, hvordan man bedst muligt kan være far og mor. Det kan være en fordel at deltage i forældreuddannelse eller møder for forældre, hvor man kan møde andre forældre og høre om deres erfaringer og råd. Det kan også være en fordel at søge hjælp til at håndtere de forskellige problemer, der kan opstå i familien. Der er mange forskellige ressourcer til rådighed, og det er vigtigt at bruge dem på en måde, der passer til ens egen situation. Det er også vigtigt at huske på, at det er okay at søge hjælp og støtte, og at det ikke er et tegn på svaghed. Det er faktisk et tegn på styrke og ansvarlighed.

de, kærlig og myndig far i familien. Derfor er det vigtigt for mændene at finde en *ny værdi*; for fædre, der føler sig værdiløse, har ikke meget positivt at give deres børn. Denne nye værdi finder fædre ved at øve sig på at være den myndige og omsorgsfulde forælder, som jeg skrev om i begyndelsen. Nogle steder i landet er der også "far-skoler" – Baba – hvor man kan få hjælp til dette.

Læg mobiltelefonen væk og vær nærværende

Det handler ikke bare om at forhindre drenge kriminelle løbebane, men også om at give ikke-kriminelle drenge et sundt og godt liv. Det, med at finde en *ny værdi* som mand og far, kan være svært, fordi det kræver, at man begynder at se på sig selv på en ny måde. Det handler især om, at man ikke har sin position i kraft af en traditionel

darnd, ke zndyky w mhr w mchb w w ahsas knnd. be hmy dlyl zrvry ast ke ddr ha, ke wjod wd w dr trbyt frznd wd wd by ar mbynd, nqsh ddyd wd w rya dda knnd. ddr hapy ke nqsh wd w dr trbyt afdalshan by arzsh mfdand, chy mbyy be bchy hay wd w azafe nmyknd.

ayn arzsh ddyd be ddrhapy ke schy mkynd w tmyr nmyknd, chygh w arzshy ahdw mkynd, ke mn dr abnda dr ayn knabyche twsyf krye am. ddrha mbywand az klashapy ke dr gowsh w knar kshwr byr ay kmk be ddr ha tshkyd shde, astfae knnd w kmk bykrynd.

ددرها باید تلفن همراه را کنار بگذارند و بیشتر نزدیک به بچه هایشان باشند

mzb ayn nyyst ke fqy bchy ha ra az xyd kladfary ddr sazrym, blke mzwoc ayn ast ke chy be bchy hay kladfaryman nyz yk zndgy wyb w salm ahdw knym.

aynke ddr ha bbywand nqsh mtfawqy byr ay wd bysaznd, kar sady ay nyyst. chy ke baysty be wd, bcywand yk ddr w yk mrd, ba dyd tazh ay ngeh knym. baysty bcywand yk mrd, mwz



mandlig kønsrolle, men at man skal gøre sig fortjent til at være en autoritet ved at være tillidsvækkende og omsorgsfuld.

Derfor er det vigtig, at far lægger mobiltelefonen væk og er nærværende med børnene, når han er hjemme. Det er vigtigt at lege og at tale med sit barn, og det er vigtigt at gøre ting sammen med barnet. Enten bare far og barn, eller også i den samlede families daglige aktiviteter: Indkøb, rengøring, sengelægning osv. Husk også at tage på tur med dit barn, og husk at spille spil med det eller tage slåskampe med det. Ved at få denne tætte kontakt til barnet er det meget lettere at blive en sund autoritet.

Familiens drenge på 10-12 år skal ikke være ude på byens pladser og fortove indtil kl. 11 om aftenen. Her har faderen også en særlig vigtig opgave, dels ved at fortælle, at sådan vil han ikke have det, dels ved igennem mange år at have opbygget et trygt og varmt hjem. For hvis børnene synes, det er rart og godt derhjemme, mister de også lysten til at løbe ude om aftenen – eller hvis de løber ude, at de så af sig selv kommer hjem igen i ordentlig tid.

جدیدی سوای نقشی که در فرهنگ و سنت های قدیمی به پدر ها داده شده جستجو کنیم. یک پدر و مرد امروزی، بایستی خود را در عمل مستحق داشتن نقش یک پدر دلسوز و فداکار سازد.

بهمین دلیل مهم است که یک پدر تلفن همراه خود را، در خانه کنار بگذارد و به بچه های خود نزدیک شود.

مهم است که یک پدر با بچه های خود صحبت کند و با آنها بازی کند. مهم است که کارهایی را با فرزند خود انجام دهید. چه بعنوان پدر و فرزند، یا همچنین (به عنوان عضو خانواده) در فعالیتهای روزانه جمعی خانواده مانند خرید، تمیز کاری، تعویض روکش تخت، و غیره ایجاد کند.

سرگرمی هایی از قبیل قدم زدن، بازی کردن، و کشتی گرفتن با بچه ها را فراموش نکنید. با ایجاد چنین رابطه نزدیکی با فرزندان آسان میتوانید بر روی آنها بعنوان یک بالغ تسلط داشته باشید. بچه های ده تا یازده ساله نیابستی تا ساعت یازده شب در محل های مختلف در شهر باشند. در اینجا نیز پدرها وظیفه مهمی بعهده دارند، یکی اینکه به بچه ها بگویند که این کار مجاز نیست، دوم اینکه در طی سالها، محفل گرمی برای خانواده در منزل ایجاد کنند، تا بچه حس کند که محفل خانواده لذت بخش است، و هرگز بر سر کوچه و گذر اقامت نکنند. اگر هم برای کاری بیرون بروند، در وقت مناسبی به خانه باز گردند.



Overvej eller tal om

- Hvorfor er det både vanskeligt og vigtigt at være en myndig, omsorgsfuld far?



تبادل نظر، بحث و تعمق کنید

- چرا یک پدر مسول و دلسوز بودن هم مشکل است هم مهم؟



فصل ششم. تربیت بچه در فرهنگ مسیحیت

Kapitel 6. Kristen børneopdragelse

Hvis I som flygtninge- og indvandrerforældre er kristne og kommer i en kristen menighed, er der også noget med Gud og Bibelen i forbindelse med børneopdragelsen. Det er i sig selv et stort tema, men blot nogle få ting her:

Når man som kristne forældre vil sine børn det bedste, indebærer det også, at man vil videregive troen på Gud Fader, Søn og Helligånd til sine børn. Ganske vist kan I som forældre ikke skabe troen i jeres børns hjerter, men I kan sætte børnene i forbindelse med Gud ved at fortælle om ham, og ved at tage børnene med i kirke og den slags.

Bibelen er ikke en bog om børneopdragelse. Men der står nogle ting i den, som har betydning for opdragelsen:

For det første understreges det i Bibelen, at børn er en gave fra Gud, men også en opgave, som forældrene skal tage sig af. Det er altså Gud, der har sat os til at opdrage vores børn, så han vil støtte og hjælpe os i den opgave. Vi kan fx komme til ham i bøn og både takke for alt det dejlige i forbindelse med vores børn og tale med ham om det, der er svært.

For det andet siger det fjerde bud: "Du skal

agrø شما یک خانواده مسیحی هستید که به دانمارک مهاجرت کرده اید یا پناهنده شده اید، خداوند و مسیحیت نیز در تربیت فرزند شما نقش دارد.

این خود مطلب بزرگی است، لیکن در اینجا بطور کاملا کوتاه به چند نکته اشاره میکنم. وقتی که ما بعنوان یک مسیحی، بهترینها را برای فرزند خود میخواهیم، مهم است که ایمان به خدای پدر، پسر و روح القدس را به آنها انتقال دهیم.

واضح است که شما نمیتوانید ایمان را در دل آنها ایجاد کنید. لیکن میتوانید بچه هایتان را با خود به کلیسا ببرید و از خداوند برای آنها صحبت کنید. کتاب انجیل راجع به تربیت بچه نیست، لیکن مطالبی در آن نوشته شده که در تربیت بچه تاثیر دارد.

مثلا در انجیل یادآوری شده که فرزندان نه تنها هدیه ای از طرف خداوند هستند، بلکه یک وظیفه مهمی است که خداوند بر روی دوش پدرها و مادرها گذاشته است. بنا بر این خداوند در این وظیفه مهم ما را کمک و یاری خواهد کرد. ما مثلا میتوانیم از لذتی که خداوند از داشتن فرزند در وجود ما اهدا کرده تشکر کنیم. همچنین در دعاهایمان میتوانیم از او بخواهیم که در رابطه با مشکلاتی که فرزندانمان برایمان دارند، ما را کمک و حمایت کند. در چهارمین فرمان آمده است: «تو بایستی که



ære din far og din mor”. Det betyder, at vi skal lære vores børn at have respekt for os som voksne. Men Bibelen understreger også, at forældre skal være rimelige imod deres børn: ”Fædre, I må ikke tirre jeres børn, så de mister modet”, skriver Paulus. Der er altså tale om en balance, hvor I som forældre både skal lære jeres børn respekt og lydighed, men I skal også respektere børnene som ligeværdige medmennesker, der skal blive selvstændige.

Det tredje, jeg vil nævne, som Bibelen understreger, er, at kristne forældre skal oplære deres børn i den kristne tro. Jesus siger: ”Gå derfor hen og gør alle folkeslagene til mine disciple, idet I døber dem i Faderens og Sønnens og Helligåndens navn, og idet I lærer dem at holde alt det,

» mave ser afrazi برای پدر و مادرت باشی. « این بدان معناست که ما بایستی به فرزندانمان بیاموزیم که به والدین خود احترام بگذارند. در کتاب مقدس نیز آمده است که والدین بایستی نسبت به فرزندان خود منصف باشند. پولس میگوید: « ای پدرها، نایستی بچه ها را چنان ساکت کنید که آنها از ابراز وجود کردن ترس داشته باشند.»

این بدان معناست که شما بایستی یک تعادل در وجود فرزندانان ایجاد کنید، که هم به شما احترام بگذارند و هم اعتماد بنفس خود را حفظ کنند. به عبارتی دیگر، با آنها به چشم انسانی برابر که زمانی میتوانند روی پای خود بایستند، نگاه کنید. سومین چیزی که میخواهم تاکید کنم این است که: پدر و مادر های مسیحی بایستی فرزندان خود را با ایمان به مسیحیت تربیت کنند. عیسی گفته است: « برو تمام اقوام را پیروان من کن، هم وقتی که فرزندان خود را در نام خدای

som jeg har befalet jer. Og se, jeg er med jer alle dage indtil verdens ende.”

Hvis børnene er blevet døbt som små, skal de lære ham at kende, som de blev døbt til at tilhøre. Og selv om børnene først bliver døbt senere i livet, skal de også lære Gud og Bibelen at kende. Denne oplæring i den kristne tro indebærer fx:

- At I fortæller om Gud og det, der står i Bibelen, fx ved at læse op fra en børnebibel.
- At I beder til Gud sammen med jeres børn, så de lærer, at de også kan bede til Gud.
- At I tager børnene med i kirke eller til kristne møder, hvor der forhåbentlig også er noget for dem.
- At I opmuntrer og hjælper jeres børn til at komme i søndagsskole eller kristen børne/juniorklub.
- At I har et lille ritual, når børnene lægges i seng, hvor I fx synger en sang og beder Fadervor.
- At I taler med andre kristne forældre om, hvordan man kan oplære børnene i den kristne tro.



Overvej eller tal om

- Hvordan vil du og din evt. ægtefælle skabe et *kristent* hjem for jeres børn?



pdr, pser v ruc qdqs, gsl tcmld mldm v hm wqtl kv b Anan qzhppl r mlymzlm kv mn b sma twsvh kvrd am. v bdanld kv mn ta Aqr dnla ba sma hstmr.»
Aqr frznd sma dr tfvlpltl v ya dr snln bala gsl tcmld kvrd, b Anan dr mord xdaund v anqll bymzld.
Amurz dr ayman mla شامل ln mlyshd kv:

- az xdaund bray frzndantn bqvld, mla ba xvaundn az kvab anqll bqv ha.
- hmar ba Anan dca kvnd, ta Anan nly bymznd kv b xdaund dca kvnd.
- ba bqv ha b kllysa v ya mjamc mslly brvld, jal kl srgrmy hpl nly bray bqv ha v vud dard.
- Anan ra tshvq kvnd kv b mdrsh ykshnb ha brvnd v ya dr klvplal bqv ha v nvvnan mslly shrkt kvnd.
- yk rsm aylad kvnd kv wqtl bqv ha ra mly xvaanld, mla srud mzhly v dcal pdr Asmani ra ba Anan bxvaund.
- ba vldln mslly dlqr dr gftngv v tbadl nqr bashld, kv qkvne Anan frzndan xvdr ra dr ayman b msllyt trlyt mlynd.



Tبادل نظر، بحث و تعمق کنید

qkvne sma v achmala sma v hmsrtan mlyanld yk mlyp v mly mslly bray frzndantn aylad kvnd.



لینک های مفید:

Relevante links

www.mindspring-grupper.dk/gruppedeltagere

در این کلاسها راجع به زندگی در دانمارک و همچنین راجع به تربیت اطفال میآموزند. این کلاسها برای بچه ها، نوجوانان و بزرگسالان است.

Et mindspring-kursus giver hjælp til at forholde sig til og leve i Danmark, også i forhold til børneopdragelse. Der er kurser for både børn, unge og voksne.

www.adamogeva.dk

آموزشهای بدون پیش داوری و خالصانه برای بچه ها و نو جوانان، در مورد بدن، احساسات، و سوالات جنسی. همچنین برای والدین، جهت کمک به آنها برای پاسخ دادن به سوالات بچه ها.

Ærlig og fordomsfri oplysning og vejledning for børn og unge om krop, følelser og seksualitet. Kan også hjælpe forældre til at forstå og tale med deres børn om disse emner.

www.flygtning.dk/frivillig

از جمله اطلاعات در مورد سازمان مشاورین داوطلب برای پناهندگان در دانمارک، که میتواند در مورد قوانین و نحوه تماس با اداره های دولتی به شما مشاورت دهد.

Har blandt andet oplysning om Dansk Flygtningehjælps Frivilligrådgivning, som kan give råd og vejledning om lovgivning og kontakt til offentlige myndigheder.

www.dlm.dk/lm-danmark/integration

اتحادیه مسیحیان در دانمارک که میتواند اطلاعاتی در مورد تماس با مجامع دوستانه و داوطلبانه مسیحی به شما بدهد. در این جوامع خانواده ها با بچه های هم سن بچه های شما شرکت میکنند که میتوان با آنان در مورد تربیت بچه ها تبادل نظر کرد..

LM's tværkulturelle konsulenter hjælper gerne med at formidle venskabskontakter til familier med jævnaldrende børn, hvor man kan dele erfaringer og udfordringer omkring børneopdragelse.

در باره نویسنده

Forfatteren



کارستن پترسن متولد ۱۹۵۵
مدیر موسسه تربیتی از سال ۱۹۹۹
تحصیلات : معلم و دانشیار علوم تربیتی
نویسنده کتابهای بسیاری در زمینه تربیت کودکان دارای همسر
'الن' و سه فرزند بزرگسال

Carsten Hjorth Pedersen, født 1955.
Daglig leder af Kristent Pædagogisk Institut siden 1999.
Uddannet lærer og førstelektor i pædagogik.
Forfatter til flere bøger om børneopdragelse.
Gift med Ellen. Far til tre voksne børn.

کارستن یورت پیدرسن

Carsten Hjorth Pedersen

چه تربیتی برای فرزندان ما مناسب ترین است؟

در باره تربیت فرزندان در دانمارک

Hvad er bedst for børnene?

Om at opdrage børn i Danmark

این نوشته حاصل همکاری نزدیک نویسنده با تیم

فرهنگی میسیون لوتری است

Hæftet er blevet til i nært samspil mellem forfatteren

og Luthersk Missions tværkulturelle team.

© سازمان تعلیم و تربیت مسیحیان

© Kristent Pædagogisk Institut 2017

آدرس: Åbuen 28, 3400 Hillerød

تلفن: 28 40 53 14

ایمیل: kpi@kpi.dk

آدرس سایت: www.kpi.dk

طراح: Layout: Helle Høeg / Amalie Puggaard Poulsen

صحافی: Omslag: Freepik.com

تصاویر: Foto: Freepik.com, sxc.hu, unsplash.com

گرافیک: Illustrationer: Freepik.com

نویسنده: اتان آرا Oversættelse: Ethan Ara