

اشاره

از کارکردهای برجسته‌ی مشاوره‌ی مدرسه‌ای مشورت‌گری در مشورت‌دهی به خانواده‌های دانش‌آموزان و آموزش خانواده‌ها در طول دوره‌های راهنمایی تحصیلی و متوسطه به‌انگیزه‌ی هدایتگری خانواده‌ها و ارتقاء سطح خودراهبری، مسئولیت‌پذیری، احساس‌تعلق و... در فرایند رشد همه‌جانبه‌ی دانش‌آموزان است. اقدام‌اخیر مشاوران مدارس در پیشگیری از آسیب‌ها و فرهنگ‌سازی در نقش‌گذاری‌های سالم و موفق در آینده‌ی نسل‌ها اثر بخشی فراوان دارد. مقاله‌ی زیر حاوی تحلیل مسئله است.

نقش‌گذاری در روابط والدین و فرزندان

مهدی حاج‌اسماعیلی
کارشناس ارشد روان‌شناسی

دیگران تحمیل کنیم. این دیدگاه احترام به افراد و حق انتخاب را در نظر می‌گیرد و به فرزندان در تحول الگوهای رفتاری، که فطری، سازنده، موجه، مسئولانه، جامع و فراگیر باشند، کمک می‌کند.

وقتی دیدگاه‌های مذکور همراه با تشویق و پیامدهای رفتاری، به کار گرفته شوند، والدین درمی‌یابند بازخوردهایی که دائماً با عدم اطمینان، ترس، شک، عصبانیت و حتی یأس در برابر فرزندان بروز می‌کند، به لذت، اطمینان، رضایت و خودارزش‌مندی تبدیل می‌شود. بازخوردها نتیجه یا پیامد

کلیدواژه‌ها: جلسه‌ی خانوادگی،

سلامت روان، احترام متقابل، مسئولیت‌پذیری، هدایت‌گری، انتخاب.

درآمد

برخی رویکردها بهبود ارتباط متقابل بین والدین و فرزندان را طرح می‌کنند. وقتی والدین می‌توانند از جر و بحث به مثابه اولین تنش‌جولوگیری کنند و به‌صورت موفقیت‌آمیز از روش‌های تشویقی و پیامدهای رفتاری بهره‌گیری کنند، بهبود چشم‌گیری در رفتار فرزندان پدید می‌آید و به همین ترتیب، بهبود اعتمادبه‌نفس، مسئولیت‌پذیری، مشارکت و استقلال در آن‌ها آغاز می‌گردد.

روابط والدین-فرزندان در یک جامعه‌ی سالم، باید بر پایه‌ی احترام متقابل، برابری اجتماعی، مشارکت و مسئولیت‌پذیری تحلیل شود.

روزگاری که والدین می‌دانستند چه چیز برای فرزندان «بهترین» است و برای دستیابی به آن‌ها پاداش و تنبیه تعیین می‌کردند، سپری شده است. امروز دیگر نمی‌توانیم ارزش‌های خود را به

روش‌های به کار گرفته شده‌اند. این کافی نیست که در برابر بچه‌ها فقط بازخوردهای خوشایند داشته باشیم. وقتی دائماً از دست فرزندان خود عصبانی، ناراحت، تحریک و گیج می‌شویم، چگونه می‌توانیم چنین بازخوردهایی داشته باشیم؟ والدین به روش‌های کاربردی پرورش فرزند نیاز دارند که بازخوردهای خوشایند توصیف شده از آن نتیجه می‌شود.

انتخاب الگوهای سالم

با تحول انتخاب الگوهای سالم، قدرت بزرگسال تضعیف می‌شود و جای خود را به قدرت گروه می‌دهد. هیچ کس نیست که حق داشته باشد دیگری را مجبور به اطاعت کند. والدین بهتر است بدانند که امروزه نقش آنان بیش‌تر نقش «هدایت‌گری» است تا «رهبری». این نقش آنان را ملزم خواهد کرد که در روابط با فرزندان به جای آن که از بیرون بر آن‌ها فشار آورند، بر انگیزش درونی مبتنی بر فطرت خدادادی تأکید کنند.

موفقیت والدین تا حد زیادی به توانایی آنان در جمع کردن و هماهنگ کردن اعضای خانواده، در حالی که رقابت نفی می‌شود، وابسته است. رقابت، حالتی است که مانع می‌شود همه‌ی فرزندان جایگاهی در قبال فعالیت‌های مشابه در خانواده داشته باشند. در زمان حاضر، بیش‌تر خانواده‌ها با رقابت مواجه‌اند و فاقد وحدت و یک‌پارچگی هستند. فرزندان با دیگران مقایسه می‌شوند.

هر تلاش درست فردی شکست می‌خورد؛ مگر این که تمامی اعضای خانواده را دربرگیرد. در این صورت هر یک از والدین یا هر دوی آن‌ها مسئول بچه‌ها نیستند بلکه گروه سه یا پنج نفره‌ی خانواده مسئول تمامی اعضای گروه خانواده است. رفتار اثربخش خانواده بسیار نیرومندتر از والدین است. بنابراین، ضروری است

والدین بیاموزند که برای کمک به رفتار بچه‌ها از خانواده استفاده کنند. این موضوع هرگز فقط مشکل مادر یا پدر یا مسئله‌ی فرزندان نیست، بلکه همیشه مشکل تمامی اعضای خانواده است.

خانواده و مشارکت

به طور خلاصه، نظریه‌ی خانواده و مشارکت گروهی موارد زیر را دربرمی‌گیرد: الف) توانایی و قدرت گروه جای‌گزین فرد بزرگسال شده است.

ب) خانواده بیش از والدین مسئول رفتار اعضاست.

پ) والدین، هدایتگران خانواده هستند و وظیفه‌ی آن‌ها یک‌پارچه کردن خانواده برای اهداف مشترک است.

ت) همکاری و تعاون، لازمه‌ی کارکردهای هماهنگ موجود درون خانواده است و فقط می‌تواند در یک خانواده‌ی هماهنگ و منسجم به دست آید.

مؤثرترین شیوه برای والدین جهت رسیدن به یک خانواده‌ی هماهنگ و منسجم که در آن اعضا احساس تعلق خانوادگی خوبی داشته باشند و مشتاق به پذیرش مسئولیت باشند، استفاده از «جلسه‌ی مشورتی خانوادگی» است. این جلسه‌ی خانوادگی نامی است برای یک گروه تصمیم‌گیرنده‌ی خانوادگی که به‌طور منظم با بحث‌های ایجاد شده‌ی مربوط به خانواده روبه‌رو می‌شوند. نوع موضوع مطرح شده ممکن است مربوط به قوانین هم‌زیستی باشد؛ مانند: وقت خواب، کارهای مربوط به خانه، خروج اعضای خانواده، تماشای تلویزیون، وقت نهار، پول توجیبی، خرید خانواده و مسائل اساسی مشترک متداول. نکته‌ی اصلی این است که بچه‌ها به قواعد و مقررات نیازمندند اما خواهان صدایی هستند که آن‌ها را هدایت کند.

از جمله مباحث «جلسه‌ی خانوادگی» تعیین وقت خواب اعضا، اختصاص دادن

مسئولیت‌ها، مشکلات شخصی اعضای خانواده (مثلاً شلوغی جاده درهنگام رانندگی برای پدر)، جدال‌های مداوم درباره‌ی تماشای تلویزیون بچه‌ها برای مادر، شکست تحصیلی و برداشتن پول از خانه بدون اطلاع دیگران است.

فرض کنید یک مورد از مباحث خانوادگی مربوط به وقت خواب باشد. مادر درباره‌ی وقت خواب «امیر» سؤال می‌کند و می‌گوید: «امیر، تو حالا هشت ساله هستی. سال گذشته تو ساعت هفت و نیم بعدازظهر می‌خوابیدی. فکر می‌کنی حالا که کمی بزرگ‌تر شده‌ای و با توجه به این که سن تو کمی بیش‌تر شده است، چه

والدین بهتر است بدانند که امروزه نقش

آنان بیش‌تر نقش «هدایت‌گری» است تا

«رهبری». این نقش آنان را ملزم خواهد

کرد که در روابط با فرزندان به جای آن که

از بیرون بر آن‌ها فشار آورند، بر انگیزش

درونی مبتنی بر فطرت

خدادادی تأکید کنند

ساعتی برای خواب تو مناسب‌تر است؟ بعد از کمی بحث، بر روی ساعت هشت توافق می‌شود. آیا فکر می‌کنید «امیر» در ساعت هشت بعدازظهر خواهد خوابید؟ البته که چنین است. بچه‌ها معمولاً تصمیماتی را که در اخذ آن مشارکت دارند، می‌پذیرند. این فرایند را با تصمیم‌گیری در این مورد در یک خانواده‌ی سنتی مقایسه کنید؛ خانواده‌ای که در آن یکی از والدین با قدرت برای وقت خواب بچه‌ها تصمیم می‌گیرد. اگر مادر بگوید: «امیر، تو ساعت هشت خواهی خوابیدی.» آیا امیر احتمالاً بدون تذکرات تهدیدآمیز مکرر و حتی تنبیه، در آن ساعت می‌خوابد؟

مسئولیت پذیری با انتخاب نقش

اختصاص دادن «مسئولیت پذیری با انتخاب نقش» مورد دیگری است که در جلسه‌ی خانوادگی مطرح می‌شود. بچه‌ها در زندگی خانوادگی ملزم به پذیرش مسئولیت هستند اما کار عاقلانه آن است که در این مسئولیت‌پذیری تا حدی به آن‌ها حق «انتخاب» بدهیم. ممکن است کارهای منزل برای توجیه فهرست‌بندی شوند: ظرف‌ها شسته شود، آشغال‌ها برداشته شود و میز چیده شود. سپس هریک از اعضای خانواده یکی از آن کارها را برای انجام دادن

مؤثرترین شیوه برای والدین جهت رسیدن به یک خانواده‌ی هماهنگ و منسجم که در آن اعضا احساس تعلق خانوادگی خوبی داشته باشند و مشتاق به پذیرش مسئولیت باشند، استفاده از «جلسه‌ی مشورتی خانوادگی» است

انتخاب می‌کند. آن‌ها از این به بعد زودتر از زمان مقرر می‌دانند که چه کارهایی باید انجام دهند و در نتیجه می‌توانند در مورد وقتشان برنامه‌ریزی کنند. اگر فرزندی در انجام دادن کاری که به او سپرده شده است شکست بخورد، پیامدهای آن عینی است. برای مثال؛ «ندا» پیشنهاد می‌کند که ظرف‌ها را بشوید. روز سه‌شنبه او در انجام دادن این کار با شکست مواجه می‌شود. پیامد آن چیست؟ خوب، چون هیچ بشقاب تمیزی برای کشیدن غذا وجود ندارد، هیچ اثری از صبحانه‌ی فردا نیست.

شاید شما فکر کنید که این برای اعضای خانواده غیرمنصفانه است. چیزی

که بچه‌ها باید بیاموزند این است که کار آن‌ها مانند چرخ‌های یک وسیله‌ی نقلیه است و چنان‌چه هریک از چرخ‌ها به‌خوبی کار نکند، ماشین صدمه می‌بیند و دچار مشکل می‌شود. در این مورد نیز هنگامی که یکی از بچه‌ها کارش را به‌خوبی انجام نمی‌دهد، خانواده دچار مشکل می‌شود و آسیب می‌بیند. این فعالیت‌ها یک موقعیت واقعی برای یادگیری فرزندان ایجاد می‌کند و به شما اطمینان می‌دهد که اگر فرزندان امروز مسئولیتی را با رضایت بپذیرد، در آینده نیز تعهدات خود را به‌خوبی و با رضایت انجام می‌دهد. در این صورت ما با بچه‌هایی که به آن‌ها «احترام» می‌گذاریم و به همکاری آن‌ها نیازمندیم، ارتباط داریم. صرف‌نظر از کارهای روزمره به قلمرو مهم دیگری می‌پردازیم که در جلسه‌ی خانواده مطرح می‌شود و باعث نگرانی است و آن، مشکلات شخصی اعضای خانواده است. همه حق دارند مشکلاتی را که با آن‌ها درگیرند، مطرح کنند.

مثلاً مادر این مشکل را مطرح می‌کند: «من با جدال‌های مداوم درباره‌ی تماشای تلویزیون اذیت می‌شوم. هر شب احسان و ندا درباره‌ی این مسئله که چه برنامه‌ی جدیدی را انتخاب کنند، بحث دارند. در این مورد چه می‌توانیم بکنیم؟ بعد از این بحث‌ها، موافقت می‌شود که بچه‌ها به نوبت تلویزیون تماشا کنند. ندا برنامه‌های قبل از شام روزهای دوشنبه و احسان هم روزهای سه‌شنبه را انتخاب می‌کنند و اگر این روند به‌طور رضایت‌بخش اجرا نشود، این مسئله دوباره در جلسه‌ی خانوادگی بعدی مطرح می‌شود.

شکست تحصیلی یکی دیگر از مسائلی است که ممکن است در مورد آن بحث شود. در یک خانواده با دو فرزند، مثلاً سارا ۱۰ ساله که فعالیت‌های مدرسه را به‌خوبی

انجام می‌دهد و حامد ۸ ساله که به‌طور ضعیف عمل می‌کند، پدر ممکن است به حامد بگوید: «آیا درست است فکر کنیم که تو احساس می‌کنی هیچ شانس در مدرسه نداری چون سارا کارهایش را خوب انجام می‌دهد؟ اگر در همان لحظه برای چند ثانیه حامد را مشاهده کنید، خواهید دید که او با تکان دادن سر نشان می‌دهد که از مشکل خود آگاه است. پس پدر به سارا می‌گوید: آیا درست است فکر کنیم که در مدرسه خوب عمل می‌کنی فقط به این خاطر که از حامد بهتر باشی؟ بعد از چند ثانیه سارا هم با تکان دادن سر نشان می‌دهد که او هم از این موضوع آگاه است که در شکست و عدم موفقیت حامد سهمی دارد. پدر می‌گوید: «سارا، آیا تو قصد داری به حامد کمک کنی؟ یک اصل بسیار مهم در این جا وجود دارد. تو مراقب برادر خود هستی و چون هر جنبه‌ی نامطلوب رفتار تو بر دیگران تأثیر می‌گذارد، پس تو هم در مورد بسیاری از کارها مسئول هستی.» سارا ممکن است پاسخ دهد: «بسیار خوب، من بیش‌تر شب‌ها تکلیفی ندارم و می‌توانم یک ساعت قبل از شام در روزهای سه‌شنبه و پنج‌شنبه به حامد کمک کنم.» در یک خانواده‌ی رقابتی، حامد نمی‌تواند موفق شود؛ زیرا سارا کارهایش را در مدرسه خیلی خوب انجام می‌دهد و لسی وقتی خانواده به خانواده‌ای تبدیل شود که در آن همکاری و مشارکت وجود دارد، هریک از فرزندان می‌توانند در قلمرو مورد علاقه‌ی خود موفقیت کسب کنند.

دزدی مشکل دیگری است که فقط در جلسه‌ی خانوادگی می‌تواند حل شود. فرزند خانواده برای انتقام و کینه‌جویی دزدی می‌کند؛ چرا که احساس می‌کند او را دوست ندارند و از طرف دیگران طرد شده است و به جایی تعلق ندارد. در یک

جلسه‌ی خانوادگی مادر این سؤال را مطرح می‌کند که چرا «افشین» ۸ ساله احساس می‌کند دزدیدن پول از اعضای دیگر خانواده کار درستی است. در مورد کودکانی که به اسباب‌بازی‌ها و اموال دیگری صدمه می‌زنند نیز دیدگاه مشابهی وجود دارد. این بحث‌ها بر جنبه‌های اخلاقی دزدی متمرکز نیست؛ چرا که خود بچه‌ها می‌دانند که دزدی کاری نادرست و نامطلوب است. تمرکز روی هدف رفتارهاست با سؤال‌هایی از این قبیل: چرا بعضی‌ها می‌خواهند دزدی کنند؟ آیا شما دزدی می‌کنید تا به دیگران آسیب برسانید؟ آیا می‌خواهید به مردم صدمه بزنید چون فکر می‌کنید از شما متنفرند؟ آیا این مسئله که افشین احساس می‌کند ما او را دوست نداریم، می‌تواند درست باشد؟ آیا ما می‌توانیم به او نشان دهیم که او را دوست داریم؟ از طریق انواع این بحث‌ها، عضو مورد نظر از هدف‌هایش آگاه می‌شود و می‌تواند آن‌ها را تغییر دهد. بنابراین، افشین ممکن است نتیجه بگیرد که به اشتباه تصور کرده است که مردم او را دوست ندارند؛ پس هیچ لزومی ندارد که او با دزدی به آن‌ها صدمه بزند. خانواده تنها گروهی است که می‌تواند به طور مؤثر با انواع این مشکلات مقابله کند.

من تعجب می‌کنم چرا «هادی» احساس می‌کند باید بیش‌تر اوقات با «علی» دعوا کند؟ من تعجب می‌کنم چرا ما صبح‌ها مشکلات زیادی برای بلند کردن حسن از خواب داریم. این‌ها مشکلات مشخصی است که در جلسات خانوادگی مطرح می‌شود. اگرچه باید توجه داشت که این نشست‌ها صرفاً جلسه‌های شکایت و نق زدن به یک‌دیگر نیست. برای مثال، می‌توان این‌گونه تفسیر کرد: «من می‌خواهم به این نکته اشاره کنم که وقتی بچه‌ها به من کمک می‌کنند»، سر کار رفتن چه قدر

برایم آسان‌تر است.» موارد درستی را که اتفاق می‌افتد، همان قدر باید لحاظ کنیم که مشکلات را در نظر می‌گیریم.

نتایج مشارکت

استفاده از نتایج مشارکت گروه‌های خانوادگی، فشار وارد بر مادر را کاهش می‌دهد. در حال حاضر مادران به دلیل این‌که همه‌ی مسئولیت‌ها را برای اداره‌ی خانه و خانواده قبول می‌کنند، موقعیت مناسب و دل‌خواهی ندارند. آن‌ها انتظار دارند کارها به خوبی انجام شود و همیشه از بچه‌ها مراقبت می‌کنند تا از بزرگ شدن آن‌ها مطمئن شوند. نقش مادران تقریباً شبیه به پلیس‌های زن است. مادران بر کارهایی چون شستن دست‌ها، مسواک زدن دندان‌ها، دور ریختن برخی اشیاء، شانه کردن موها، انجام دادن تکالیف، برخاستن از خواب، نیایش (نماز)، فراهم کردن سرویس مدرسه، رفتن به موقع به رختخواب، درست غذا خوردن و نظایر آن اصرار دارند. آن‌ها نباید خود را درگیر مشغولیت‌های دیگران کنند بلکه باید مشکلات را در بحث‌های خانوادگی طرح کنند یا به خانواده و بچه‌ها اجازه دهند که نتایج و پیامدهای غفلت از کارها را تجربه کنند.

اداره‌ی یک جلسه‌ی خانوادگی

رهنمودهایی برای هدایت یک جلسه‌ی خانوادگی مؤثر و مفید:

۱. جلسات به‌طور منظم و در وقت معین و مورد توافق همه برگزار شود تا همه‌ی اعضای خانواده برای شرکت در آن از قبل برنامه‌ریزی کنند.
۲. با همه‌ی اعضا به‌طور مساوی و یک‌سان برخورد شود و همه فرصت ابراز مشکلات، بیان پیشنهادها و بروز احساسات خود را داشته باشند.

۳. تبادل نظر و بحث و گفت‌وگو با تمرکز بر روی موضوع صورت گیرد و همه موضوع اصلی را همواره در نظر داشته باشند تا بحث از موضوع اصلی خارج نشود و به موضوعات دیگر و در نتیجه، جار و جنجال و جدل نینجامد.

۴. تصمیمات گرفته شده دست‌کم تا زمان برگزاری جلسه‌ی بعدی معتبر می‌مانند و شکایت‌های اعضا تا آن زمان دریافت و نگه داشته می‌شود.

۵. به همان اندازه که به مشکلات و مسائل روزمره پرداخته می‌شود، بر

استفاده از گروه‌های خانوادگی، فشار وارد بر مادر را کاهش می‌دهد. در حال حاضر مادران به دلیل این‌که همه‌ی مسئولیت‌ها را برای اداره‌ی خانه و خانواده قبول می‌کنند، موقعیت مناسب و دل‌خواهی ندارند

جنبه‌های مثبت خانواده و اعضای آن نیز باید تمرکز کرد.

۶. در مورد طول زمان جلسه تصمیم‌گیری به‌عمل آید و جلسه در همان حد زمانی برگزار شود.

۷. اگر خانواده نتوانست درباره‌ی موضوع خاصی به توافق برسد، آن را تا جلسه‌ی بعد به تعویق می‌اندازد و تصمیم‌گیری‌ها نه براساس اکثریت آرا بلکه با جلب توافق همه‌ی اعضا صورت می‌گیرد.

۸. در پایان جلسه، خلاصه‌ی تصمیمات گرفته شده و مسئولیت‌های پذیرفته شده توسط هر فرد، بیان شود.

۹. هدف یک جلسه‌ی خانوادگی این است که در مورد امور و علایق افراد خانواده، که با هم زندگی می‌کنند، تصمیماتی گرفته شود. یکی از والدین نیز به تنهایی می‌تواند به‌طور مؤثر و با کفایت جلسه را اداره کند. عدم حضور یکی از والدین نمی‌تواند مانع هدایت موفقیت‌آمیز جلسه شود. از فواید این‌گونه جلسات این است که به‌زودی شخص غایب نسبت به ارزش این روش متقاعد می‌شود.

۱۰. نکته‌ی آخر این که گفت‌وگو بین والدین و فرزندان فرصتی است برای با هم بودن و خوشحال بودن و لذت بردن از تعامل با یک‌دیگر و تبادل تجربیات. «در حال حاضر بیش‌تر گفت‌وگوهای خانوادگی ماهیت انتقادگونه و توبیخی دارند که در آن بچه‌ها به خاطر شکست در انجام دادن کارهای روزمره سرزنش می‌شوند و به خاطر نقص یا کم‌کاری در امور یا موارد

دیگر نصیحت می‌شوند. استفاده از جلسات خانوادگی این روش منفی را به حداقل می‌رساند و از بین می‌برد. اگر والدین یا فرزندان به دلیلی در زندگی خانوادگی ناراحت و ناراضی می‌شوند، این مسئله را در جلسه‌ی خانوادگی ابراز می‌کنند. در اوقات دیگر، گفت‌وگو بین اعضای خانواده فعالیت‌های خوشایند و رضایت‌بخش و به دور از هرگونه شکایت و انتقاد خواهد بود؛ برای مثال، فرزندان را در هنگام غذا خوردن به خاطر یک نکته‌ی منفی سرزنش نکنید بلکه آن مسئله را برای موقعیت و فرصت مقتضی، که همان جلسه‌ی خانوادگی است، نگه دارید و در آن مطرح کنید.

در جلسات خانوادگی بچه‌ها زندگی کردن به روش مردم‌سالارانه را تجربه می‌کنند و تجارب ارزش‌مندی را در زمینه‌هایی مانند چگونگی تصمیم‌گیری، مسئولیت‌پذیری، مشارکت، انضباط و آگاهی از احساسات و علایق دیگران به‌دست می‌آورند. این تجربه‌ی ارزش‌مندی است که باعث می‌شود اعضای خانواده به هم نزدیک‌تر شوند و مسئولیت‌های خانه و خانواده را با یک‌دیگر تقسیم کنند.

با تغییر در الگوی مردم‌سالارانه عدم

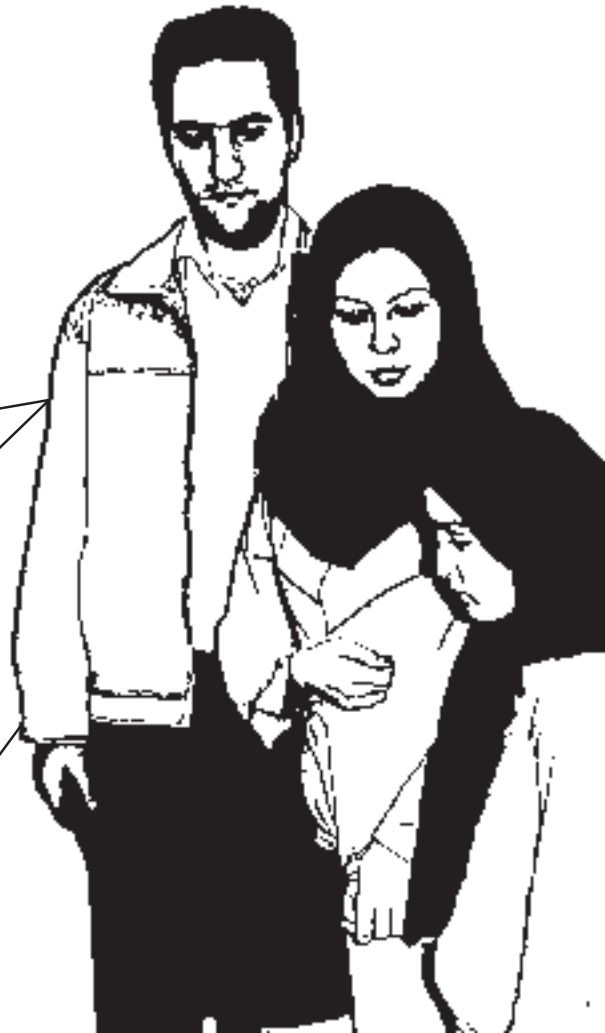
اقتدار، رفتار والدین به سادگی آزادمنشانه‌تر می‌شود. پیامد این امر، آن است که بچه‌ها آن‌چه را دوست دارند انجام می‌دهند و والدین نتیجه رویکرد مشارکت‌پذیرانه را مشاهده می‌کنند؛ بدون این که متحیر و گیج شوند. آزادی بدون نظم نمی‌تواند وجود داشته باشد اما نظم بدون آزادی نیز به همان اندازه آسیب‌زاست.

موقعیتی که ما برای آن تلاش می‌کنیم، آزادی همراه با نظم و انضباط و الگوی ارتباط متقابلی است که در آن احترام به یک‌دیگر موضوع اصلی و محوری است.

ارتباط با فرزندان

فرزندانی که دچار مشکل می‌شوند، به گفت‌وگو با والدین خود نیازمندند. وظیفه‌ی والدین این است که با بچه‌ها ارتباط برقرار کنند تا از چگونگی احساس آن‌ها آگاهی یابند و به آن‌ها در تنظیم راه‌حل برای مقابله با مشکلات کمک کنند. یک پسر بچه ممکن است به مادرش بگوید: «کاش من یک سگ داشتم؛ بازی کردن با یک سگ خیلی جالب و سرگرم‌کننده است». مادری که دقیقاً متوجه منظور بچه‌اش نشده باشد، ممکن است پاسخ دهد: «نگهداری و مراقبت سگ‌ها مشکلات زیادی دارد». یعنی، در اصل جواب او به خواست پسرش «نه» است. این پاسخ برای بچه کمک‌کننده و مفید نخواهد بود و ممکن است به بحث منتهی شود. اما مادری که اصول ارتباط متقابل را درست به کار می‌برد، مقصود بچه را درک می‌کند و به او جواب می‌دهد: «تو فکر می‌کنی با نداشتن سگ چیزی را از دست داده‌ای؟» با انعکاس احساس بچه، شما به او نشان می‌دهید که او را درک می‌کنید و تمایل دارید در پیدا کردن یک راه‌حل قابل قبول به او کمک کنید.

در جلسات خانوادگی بچه‌ها زندگی کردن به روش مردم‌سالارانه را تجربه می‌کنند و تجارب ارزش‌مندی را در زمینه‌هایی مانند چگونگی تصمیم‌گیری، مسئولیت‌پذیری، مشارکت، انضباط و آگاهی از احساسات و علایق دیگران به‌دست می‌آورند



احترام به حق تصمیم‌گیری فرزندان

احترام به چه معناست؟ تا زمانی که در ارتباط متقابل، نظرها و ارزش‌های خود را به دیگران تحمیل نمی‌کنید، در واقع به دیگران احترام می‌گذارید.

ما باید یاد بگیریم به حقوق بچه‌ها احترام بگذاریم تا بتوانند انتخاب کنند اما مراقب باشیم که نتیجه یا پیامد انتخاب خود را تجربه کنند. اگر آن‌ها نخواهند سبزی بخورند چون گرسنه نیستند، شیرینی هم به دست نخواهند آورد. اگر آن‌ها انتخاب کنند که بخوابند، دیر به مدرسه رسیدن را تجربه خواهند کرد. اگر نزاع و دعوا را انتخاب کنند، از طرف والدین هیچ دخالتی وجود نخواهد داشت. اگر درست از دستگاه ضبط صوت استفاده نکنند، از اتاق ضبط صوت دور نگه داشته می‌شوند. اگر این روش را قبول کنیم، بچه‌ها در معرض شیوه‌های مناسب رفتاری رشد خواهند کرد.

والدینی هستند که می‌دانند چه گونه به بچه‌ها احترام بگذارند؛ بدون این که نظر خود را به آن‌ها تحمیل کنند. آن‌ها با متانت و آرامش با فرزندان‌شان رفتار می‌کنند.

والدین می‌توانند به جای این که به بچه‌ها بگویند چه کاری باید انجام دهند، بهتر است از آن‌ها بپرسند که خودشان قصد دارند چه کاری انجام دهند.

چندان نگران مشکلات رفتاری کودکان نباشید

بچه‌ها اشتباه می‌کنند یا به‌طور نامطلوب و نامناسب رفتار می‌کنند؛ چون مهارت ندارند یا می‌خواهند شما را درگیر با خود نگه دارند. در چنین مواردی، اصلاح یا تصحیح شما برای بهبود آن‌ها زیان‌آور است. اگر بچه فاقد مهارت باشد، اصلاح

کردن شما او را از تجربه‌ی تمرین‌ها در آینده دل‌سرد می‌کند. اگر او در رفتار خود مصمم و جدی باشد، شما به سادگی نقص را تقویت می‌کنید یا شدت می‌بخشید.

اگر شما برای «تصحیح» یا «اصلاح» موقعیت دخالت کنید، آن چه به کودک یاد می‌دهید این است که برای حل کردن همه‌ی مشکلات خود به شما تکیه کند.

بسیاری از والدین به کودک خود این پیام یا باور را آموزش می‌دهند؛ «من به مراقبت از خود احتیاجی ندارم؛ این وظیفه‌ی پدر یا مادر است».

والدین باید همیشه به طبیعی بودن مشاجرات توجه داشته باشند تا مستقیماً درگیر آن نشوند. باید به بچه‌ها کمک کنید تا بفهمند چه‌طور می‌توان روابط نادرست را حل کرد و چه‌طور می‌توان برای بهبود آن کارهایی انجام داد.

همواره به یاد بیاورید که بچه‌ها برای حل مشکلات خود توانایی لازم را دارند. ما با دقیق گوش دادن به آن چه می‌گویند، با کمک به آن‌ها در جست‌وجوی راه‌حل، به آن‌ها یاری می‌رسانیم تا راه‌حل‌ها را بررسی کنند. به آن‌ها کمک می‌کنیم چه‌گونه با تعارضات بین‌فردی یا اجتماعی کنار بیایند. تعارضات همیشه وجود دارند و لازم است که در فضایی با احترام متقابل و همکاری، یا مشارکت بررسی و حل و فصل شوند.

با برقراری ارتباط با کودکان و توجه کردن به کارها و عادت‌های نامطلوب آن‌ها، هم‌چنین با اعتقاد به این که آن‌ها می‌توانند از عهده‌ی کارهای خود برآیند، می‌توانیم این رفتارهای نامناسب را اصلاح کنیم. رفتارهایی که در غیر این صورت، می‌توانند به‌طور کامل گسترش پیدا کنند.

والدین می‌توانند با روش زیر بچه‌ها را نسبت به اهداف رفتارشان آگاه سازند؛ کیان عادت دارد وسایل خود را گم کند

و والدین مجبورند وقتی آن اشیا پیدا نمی‌شوند، چیزهایی را جای‌گزین آن‌ها کنند. در یک جلسه‌ی خانوادگی یکی از والدین باید بگوید: من فکر می‌کنم دلیل این که تو وسایلت را گم می‌کنی این است که پدر یا مادر دنبال آن بگردند؟ آیا درست فکر می‌کنم؟ کیان قبل از این که قیافه‌اش عوض شود و چشم‌هایش بخندد و پوزخند ساده‌ای بزند که نشان‌دهنده‌ی درک احساس والدین از هدف اوست، چند ثانیه‌ای به فکر بررسی دوباره‌ی کارهای خود می‌افتد.

والدین خیلی ساده و راحت می‌توانند هدف بچه را مشخص کنند. هدف‌هایی مثل افراد را مشغول کردن، ثابت کردن یا نشان دادن قدرت، صدمه زدن یا نشان دادن عدم کفایت و ناتوانی. بچه‌ها از اهداف رفتارهایی که به گونه‌ای خاص بروز می‌کند، هیچ آگاهی و ایده‌ی خاصی ندارند. ما می‌توانیم آن‌ها را به تشخیص دادن هدفی که از ابراز رفتار نادرست دارند، تحریک و ترغیب کنیم. «مریم، والدین تو به من گفته‌اند که موفق نمی‌شوند تو را شب‌ها به موقع به رختخواب بفرستند؛ آیا این درست است؟ بله. آیا دلیل این که تو به موقع به رختخواب نمی‌روی این است که می‌خواهی به والدین خود نشان دهی آن چه را که خود می‌خواهی انجام دهی، نه کارهایی که آن‌ها می‌خواهند؟» خنده‌ی کودک نشان‌دهنده‌ی درستی تعبیر است و اکنون زمینه‌ی احتمال تغییر رفتار ایجاد می‌شود.

منبع

Title: **Becoming Better Parents, 4th Edition.** Author: **Balson, Maurice.** Publisher: **ACER.** ISBN-10: 0864311524 ISBN-13: 9780864311528. Year Published: 1994.

