

چرا تغییر می کنیم؟

شکوه تقدیسبان

کارشناس ارشد مدیریت آموزشی

مانند واکنش‌های غیرکلامی، گریه کردن، قهر کردن و افسرده شدن. این رفتارها از شخصیت کودک، سرچشمه می‌گیرد و حاکی از ضعف و ناتوانی ماست. نتیجه شخصیت کودک در انسان، دو چیز است: من خوب هستم (بچه‌ای که از پدر و مادر محبت دیده و تقویت شده است)، من خوب نیستم (بچه‌ای که طرد شده و بی‌دلیل تنبیه و سرزنش شده و یا پدر و مادر را در نزاع دیده و اسم خودش را در این درگیری شنیده است).

۲. بخش والد: این بخش از شخصیت، نتیجه‌ی پند و اندرزها و دستورات والدین است، به اضافه‌ی رفتارهایی که از آنان شاهد بوده‌ایم. مجموعه‌ی این حرکات، شخصیت «والد» را به وجود می‌آورد که بخش کور و متعصب و بی‌چون و چرای هر انسان است.

شخصیت والد، از ۱۱ ماهگی شکل می‌گیرد و تا پنج-شش سالگی ادامه می‌یابد. این بخش تا پایان عمر با ماست. در دوره‌ی کودکی شخصیت والد حافظ زندگی ماست: «به چاقو دست نزن»، «این حیوان کثیف است» و «مواظب پله‌ها باش». با تداوم آن، قسمت کور شخصیت ماست که ما را به صورت افرادی انعطاف‌ناپذیر درمی‌آورد.

۳. بخش بالغ: از یازده ماهگی بعد شخصیت بالغ در ما بروز می‌کند. در این سن کودک می‌بیند که می‌تواند حرکت کند و فاصله‌ی خود را با محرک‌ها کم کند. دنیای او توسعه پیدا می‌کند و توانایی‌هایش بیشتر می‌شود. گفت‌وگوهای پدر و مادر و بگومگوهای آن‌ها را درک می‌کند و مقایسه انجام می‌دهد. با خود می‌گوید: «همه‌ی آن‌چه پدر و مادرم می‌گویند، درست نیست». حالا بخشی از شخصیت او شکل می‌گیرد؛ بخشی که قادر است مقایسه کند، و این روحیه تا اواخر نوجوانی و جوانی ادامه دارد.

اجتماعی انسان را نشان می‌دهند، اما این گونه رفتارهای عاطفی تحت تأثیر چه عواملی هستند و چه انگیزه‌های موجب بروز آن‌ها می‌شود؟ روان‌شناسان امریکایی **اریک برن** می‌گوید: «مغز و انسان مانند ضبط صوتی است که تمام تحریکات بیرونی را از بسته‌شدن نطفه، تا آخرین لحظه زندگی حفظ می‌کند و در موقعیت‌ها و شرایط خاص، آن‌ها را بروز می‌دهد. همه‌ی این محرکات ضبط شده در مغز، در آن محیط شگفت‌انگیز، با میلیاردها سلول عصبی صورت می‌گیرد.

پنج حس ما محرکات خارجی را می‌گیرد و به مغز می‌فرستد. آن‌چه در وهله‌ی اول ما را تحریک می‌کند، جنبه‌ی فیزیکی و مادی دارد، اما وقتی در مغز و حافظه رفت، جنبه‌ی روانی پیدا می‌کند.

آیا هرگز به این موضوع فکر کرده‌اید که چرا واکنش، نسبت به وقایع و حوادث با یکدیگر متفاوت است و چرا شخصیت‌های متنوع و متفاوتی مشاهده می‌شود؟

به اعتقاد اریک برن، ساختار شخصیت انسان شامل سه قسمت است: «کودک، والد و بالغ».

۱. بخش کودکی: شامل مجموعه احساسات و واکنش‌هایی است که از بدو تولد در مغز ما ثبت شده است، مانند برخوردهایی که با پدر و مادر و اعضای خانواده داشته‌ایم. این قدیمی‌ترین بخش شخصیت ماست که موجب بروز رفتارهای کودکانه می‌شود؛

یادگیری رفتاری شناختی است که نه تنها در شناخت از محیط مؤثر است بلکه در شخصیت ما هم تأثیر دارد. یادگیری‌ها، هوش و استعداد، رفتارهای شناختی هستند. در مدرسه هم مربیان به رفتارهای شناختی دانش‌آموزان توجه دارند. یادگیری مواد



عکس: ناعظم لاریجانی

درسی، مهارت در نوشتن، سخن گفتن، تحلیل و نتیجه‌گیری از آموخته‌ها، جنبه‌ی شناختی دانش‌آموزان است، اما در انسان ابعاد دیگری هم وجود دارد. ابعاد عاطفی مجموعه رفتارهای ثابت و پایداری هستند که موفقیت و پیشرفت‌های

ضمیمه

ویژه‌نامه‌ی هم‌سوسازی برنامه‌ها و کتاب‌های درسی پایه‌ی دوم ابتدایی با برنامه‌ی درسی ملی جمهوری اسلامی ایران

هم‌سوزان



اغلب ما وضع روحی متغیری داریم که بسته به فعال شدن هر قسمت از طرح کلی **والد، بالغ، کودک** ماست و در طرز فکر و رفتار ما تأثیر می‌گذارد. بعضی روزها احساس خوب بودن داریم و بعضی روزها نه.

آمدن فصل پاییز برای عده‌ای آکنده از بوهای مطبوع است که با احساس خوب بودن همراه است؛ مانند بچه‌هایی که با کیف و کتاب و دفتر و مدادهای نو به مدرسه برمی‌گردند. برای عده‌ای دیگر همین بوهای پاییز ممکن است احساس گرفتگی تولید کند. احتمالاً آن‌ها را به یاد چیزهایی می‌اندازد که در گذشته و در پاییز و روزهای مدرسه اتفاق افتاده است. بسیاری از ضبط‌های گذشته‌های دور، با بازخوانی ممکن است احساس‌های خوب یا گرفتگی را که اغلب تجربه می‌کنیم، در ما تولید کنند.

دلایل تغییرات وضع روحی ما اگرچه نامشخص و فریبنده‌اند، می‌توانیم با اندکی تحقیق در «بالغ» خود کشف کنیم. بیشتر ما می‌توانیم بگذاریم این گرفتگی‌ها و غم‌های موقتی روحی به سادگی بگذرند و در عوض از خوبی‌های زندگی لذت ببریم؛ زیرا در ما «بالغ» تحت کنترل می‌ماند و رفتار ما را مناسب اوضاع نگه می‌دارد.^۲

می‌کند. اما شخصیت والد زمانی طرد می‌شود که پدر یا مادری ظالم، بدخلق و خودخواه داشته باشد. چنین شخصی سعی می‌کند شخصیت والد را طرد کند و در نتیجه تبدیل به آدمی می‌شود که وجدان اخلاقی ندارد و روابط انسانی برایش بی‌تفاوت است.

ما همه‌ی معتقدات اخلاقی را از والدین خود می‌گیریم. اگر والد را طرد کنیم، آدمی می‌شویم که فاقد وجدان اخلاقی است. این حالت‌های شخصیتی اغلب زاینده‌ی محیط و اجتماع است.

۵ «شخصی که بالغ طرد شده دارد، در حقیقت یک روان‌پریش است. بالغ او کار نمی‌کند و او تماس خود را با واقعیت از دست می‌دهد، اما جنبه‌های «والد» و «کودک» در او قوی هستند.»^۱

۶ با طرد بالغ و حالت دیگر قدرت را در دست می‌گیرند. اگر شخصیت کودک غالب باشد، آدمی خوش‌حال، سرحال و اجتماعی است. اگر قدرت را شخصیت والد بگیرد، حالت انزوا و افسردگی ایجاد می‌شود. در روان‌شناسی حالت اول را «مانیک» و حالت دوم را «دپرسیو» می‌نامند. «مانیک - دپرسیو» به گروهی از بیماران اطلاق می‌شود که از خود شخصیت دوگانه بروز می‌دهند. گاهی سرحال و شاداب و گاهی افسرده و غمگین‌اند. «شخصی که دارای شخصیت «والد» ثابت «کودک» یا «والد» ثابت است، که در حقیقت در هر مورد دو قسمت دیگر شخصیت را از دور فعالیت خارج می‌کند و نسبت به وقایع اطراف خود و انگیزه‌ها، همیشه به صورتی ثابت، یک‌نواخت و پیش‌بینی شده پاسخ می‌دهد. وضع روحی او ثابت است.

۴ شخصیت بالغ در اثر تجربیات جدید امکان دارد تغییر کند. وقتی به بچه‌ها دستور می‌دهیم، شخصیت والد ماست که عمل می‌کند. در حقیقت، این گذری است به گذشته و تقلیدی است از رفتار والدین.

• بچه‌ها حق دارند بازی کنند. (شخصیت بالغ)

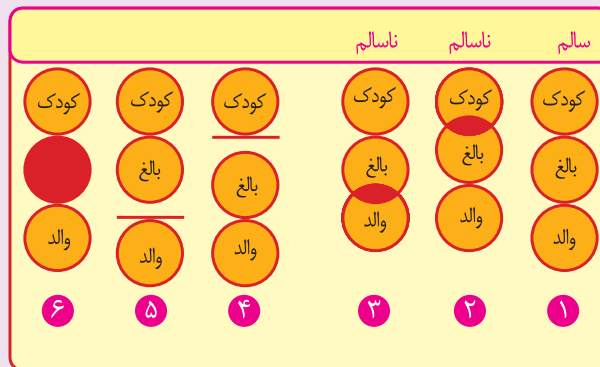
• وقتی با بچه‌ها بازی می‌کنیم. (شخصیت کودک)

۲ شخصیت بالغ منطقی و واقع‌گراست و میانجی بین دو شخصیت است. گاهی شخصیت کودک با شخصیت بالغ تداخل پیدا می‌کند، در این حالت شخصیت ما کودکانه می‌شود. از تاریکی و شکست می‌ترسیم، اکثر ترس‌ها جنبه‌ی انعکاسی دارد و نتیجه‌ی تداخل شخصیت بالغ و کودک است.

۳ اگر تداخل بین بالغ و والد باشد، یک آدم قشری، متعصب و بدون تفکر منطقی به‌وجود می‌آید. البته حالت‌های دیگری هم وجود دارد و آن زمانی است که یکی از شخصیت‌ها طرد شده و ارتباط قطع می‌شود. زمانی که شخصیت کودک طرد می‌شود، با آدمی روبه‌رو می‌شویم که از تفریح لذت نمی‌برد و ارزشی برای آن قائل نیست. در خود فرو می‌رود و با محیط کمتر ارتباط برقرار می‌کند. چنین فردی قادر نیست فرزندان خوبی تربیت کند یا معلم خوبی باشد.

۴ خشن و بی‌اعتفاف است. رفتار چنین شخصی ریشه در تجارب تلخ دوران کودکی دارد. از پدر و مادر محبت ندیده، بی‌سبب تنبیه شده و تحت فشارهای خانواده بوده است.

بنابراین، مسئله‌ای در ذهنش پیدا شده که: «من خوب نیستم»، او، من کودکی را طرد



پی‌نوشت

۱. تامس، آهریس؛ وضعیت آخر، مترجم: اسماعیل فصیح. نشر نو، صفحه ۱۲۸. تهران، ۱۳۸۰.
۲. همان، صفحه ۱۳۱.