



میسلم

مثل مسئولیت پذیری

دکتر علی صادقی سرشت

فوت مسئولیت پذیر کردن

مسئولیت پذیری، عزت نفس (احساس ارزشمندی درباره خود) را در فرزندان بالا می برد؛ زیرا کودک و نوجوانی که مسئولیت پذیر است، از سوی اطرافیان درباره خود رفتارهای مثبت با بازخوردهای مثبت مواجه خواهد شد و همین مطلب به مرور، احساس عزت نفس را در او پرورش داده و مستحکم تر می سازد.

اما چگونه می توان فرزندان مسئولیت پذیر تربیت کرد؟ می توان در پاسخی کوتاه به این پرسش مهم گفت: «مسئولیت پذیر شدن فرزندان نیازمند مسئولیت دهی و سپس پاداش دهی به آنها است. این کار سبب می شود فرزندان مسئولیت های سپرده شده را درست انجام دهند یا در برابر شکست های احتمالی، اقدام به اصلاح و جبران کنند».

اولین نشانه ای که با دیدن آن احساس می کنیم فرزندمان دارد کم کم بزرگ می شود و می توان به تدریج به او استقلال عمل بیشتری داد، مسئولیت پذیر شدن است. فرزندی که بدون نیاز به تذکرات گاه و بی گاه کارهای شخصی خود را انجام می دهد، خودش اتاقش را مرتب می کند، نسبت به خواندن درس ها و انجام وظایف تحصیلی از خود پشتکار و پیگیری نشان می دهد و تصمیم گیری های بی نقص یا کم نقص دارد، در انتخاب دوستان و مدیریت روابط دوستانه اش منطقی تصمیم می گیرد، اشتباهاتش را بدون توجیه کردن یا پشت گوش انداختن به گردن می گیرد و برای جبران آنها به صورت واقعی عذرخواهی و تلاش می کند و... اعتماد والدین خود را جلب می کند. در این لحظات است که پدر و مادر احساس می کنند فرزندشان «مسئولیت پذیر» شده است! اگر کودک یا نوجوانی به این مرحله برسد، مؤثرترین گام را در راه استقلال برداشته و والدین خود را مجاب کرده است تا دیگر مثل گذشته خیلی نگران او نباشند!



● ایجاد حس مسئولیت‌پذیری در کودک و نوجوان به معنای ایجاد احساس بدهکاری افراطی به دیگران و جامعه و شکل‌دهی احساس گناه بی‌مورد در آن‌ها نیست.

● مسئولیت‌پذیری به معنای تقلید کورکورانه و بدون حق انتخاب از بزرگ‌ترها نیست؛ بلکه باید خود کودک برای نحوه انجام وظایفش در حد ممکن اختیاراتی داشته باشد تا احساس نکند صرفاً ماشین کوکی بزرگ‌ترهاست.

● از قانون توان ۱+ برای دادن مسئولیت‌ها به فرزند خود استفاده کنید. این قانون هم به مسئولیت‌پذیر شدن فرزندان کمک می‌کند و هم حس عزت نفس او را به صورت بسیار مناسبی افزایش می‌دهد. تصور کنید فرزند سه چهار ساله شما برای کمک در محیا کردن سفره، به آشپزخانه می‌آید. شما به او چه می‌دهید که سر سفره برود؟ معمولاً والدین می‌گویند: «این قاشق، چنگال، یک لیوان، یک سبب سبزی و... را ببر». این والدین از قانون معیوب توان ۱- استفاده می‌کنند؛ یعنی کمتر از آنچه توان فرزند است، در این همکاری به او مسئولیت می‌دهند. این باعث می‌شود، فرزند به صورت ناخودآگاه تصور کند ماهیت تکالیف زندگی هم همین است؛ یعنی «توان ۱-» یعنی آسان. از این رو به محض سخت شدن تکلیف، از زیر بار مسئولیت شانه خالی می‌کند؛ اما اگر به جای این وسایل به آن‌ها چهار، پنج بشقاب چینی بدهید که وقتی سر سفره می‌برند، دستشان بلرزد، ولی بشقاب‌ها نیفتند؛ یعنی توان ۱+. چنین فرزندان از درون متوجه می‌شوند که این تکلیف سخت است و وقتی که بشقاب‌ها را سر سفره می‌گذارند، فکر می‌کنند قلۀ قاف را فتح کرده‌اند و از درون احساس توانمندی بسیار زیادی می‌کنند. این نحوه مسئولیت‌دهی سبب می‌شود هم عزت نفس (من می‌توانم) در آن‌ها خیلی خوب، مؤثر و درونی رشد کند و هم وقتی که کمی تکالیف زندگی (مثلاً تکالیف مدرسه در مقاطع بالاتر تحصیلی) سخت شد، به این راحتی‌ها از زیر بار انجام مسئولیت شانه خالی نکنند.

● اشتباه یک بخش جدا نشدنی از ما انسان‌های معمولی است. فرزندان ما نیز همین‌گونه‌اند و هرچند بخواهند طبق انتظارات معقول والدین عمل کنند، اما دچار اشتباهات ریز و درشت خواهند شد. این اشتباهات کلاس سرزنش نیست؛ بلکه کلاس فرصت است برای آموزش مجدد و عمیق‌تر؛ بنابراین با این دید به اشتباهات فرزند خود نگاه کنید تا فشار روانی کمتری را متحمل شوید و در نتیجه بتوانید به جنبه‌های آموزشی اتفاقی که افتاده است، توجه داشته باشید. آنچه در اینجا مهم است، ارائه روشن و واضح دلایل شکست در فضایی محترمانه و همراه با هم‌فکری به فرزندان است. همچنین در صورت ناکارآمد بودن راه نخست

برای انجام انتظارات، بررسی راهکارهای ممکن و احتمالاً مؤثر دیگر نیز باید در دستور کار قرار گیرد.

● مسئولیت‌پذیری پذیر کردن فرزند خود را قبول کنید. مسئولیت‌پذیر کردن فرزند نیاز به صبر و حوصله دارد. والدینی که می‌گویند: «مالیات اعصاب! اصلاً خودم انجام می‌دم، این طوری راحت‌ترم»؛ در واقع به صورت غیرمستقیم می‌پذیرند که فرزندشان وظایفش را انجام ندهد. البته این کار دو ضرر مهم دارد: الف) به مرور حس تنفر و سردی را در والدین نسبت به فرزند ایجاد می‌کند. این احساس تلنبار می‌شود و می‌تواند در موقعیت‌های غیرقابل پیش‌بینی در قالب چالش‌های شدید والد-کودک خود را نشان دهد. ب) به مرور فرزندان را به فرار از مسئولیت عادت می‌دهد. آن‌ها یاد می‌گیرند باید منابع قدرت را به ستوه بیاورند تا بتوانند از زیر کارها در برونند!

● خودتان مسئولیت‌پذیر باشید! والدینی که در منزل به گونه‌ای غیرمسئولانه، از قبول تکالیفی که از نقششان انتظار می‌رود، شانه خالی می‌کنند، در واقع الگوی عملی فرار از مسئولیت برای فرزندان خود هستند. سفارشات دینی ما هم روی این مطلب صحنه می‌گذارند که با عمل دیگران را به مسیر خیر دعوت کنید و نه صرفاً زبان.

● یکی از دروازه‌های غیرمستقیم و مؤثر برای آموزش مسئولیت‌پذیری به فرزندان، «بازی» است. این روش به خصوص برای فرزندان پیش‌دستانی مؤثر و کاربردی است و به تناسب موقعیت، برای کودکان ابتدایی نیز قابل اجرا است. مسئولیت جمع کردن اسباب‌بازی‌ها بعد از بازی را در نظر بگیرید. به جای بیان انتظار خود در مرتب کردن اتاق، به کودک خردسالی که انجام این مسئولیت برایش سخت است، بگویید: «الان وقت خونه‌بازی‌ه! هر اسباب‌بازی‌ای باید بره خونه خودش. هر کی بتونه زودتر اسباب‌بازی‌ها رو به خونه‌شون برسونه، برنده است و جایزه داره». بعد از مدتی می‌توان از کودک خواست همین بازی را نه فقط برای لذتش، بلکه برای کمک به مادر انجام دهد؛ چون مادر گرفتار است و الان نمی‌رسد همراه شما بازی کند. بعد از مدتی که کودک به این کار عادت کرد و سنش بالاتر رفت، می‌توان این کار را به عنوان یکی از مسئولیت‌های او معرفی کرد و از او خواست که آن را انجام دهد. از بازی برای القای قدرت تصمیم‌گیری که الفبای مسئولیت‌پذیری است هم می‌توان استفاده کرد. برای مثال می‌توان به کودک گفت: «الان دوست داری در حمام چه بازی کنی؟ یا حالا که می‌خواهیم خاله‌بازی کنیم، دوست داری کدام لباس را بپوشی؟ یا الان که می‌خواهیم برایت قصه بخوانم، دوست داری چه قصه‌ای برایت بخوانم؟»

”

به جای بیان انتظار خود در مرتب کردن اتاق، به کودک خردسالی که انجام این مسئولیت برایش سخت است، بگویید: «الان وقت خونه‌بازی‌ه! هر اسباب‌بازی‌ای باید بره خونه خودش.»