

درخانه شما چه کسی رئیس است؟

به من می‌گوید که چه کفشی بپوشم یا اصرار می‌کند که باید رنگ اتاق ناهار خوری را عوض کنیم. یا این که حتی یک روز دیگر سعی می‌کند اسباب و اثاثیه منزل را به سلیقه خودش جابه‌جا کند و تغییر دکوراسیون دهد. او زمانی که با دوستانش بازی می‌کند همیشه باید خودش حرف اول را بزند و ستاره مجلس باشد، اگر کارها مطابق سلیقه او پیش نرود، عصبانی می‌شود و از کوره در می‌رود.

بعضی از بچه‌ها به طور مادرزاد رئیس‌اند. آن‌ها یک نیاز درونی برای تصمیم‌گیری، اداره کردن محیط دور و بر خود و رهبری دارند تا این که بخواهند دنباله رو و مطیع کسی باشند.

ترجمهٔ رویا جلی سینیکی

کارشناس مترجمی زبان انگلیسی

وقتی که موازنه قدرت در خانه شما به هم می‌خورد، چه باید بکنید؟

مری بت وایت شش ساله، ساکن ولینگتن، صبح‌ها قبل از این که حتی از رختخوابش بیرون بیاید پشت سر هم شروع به دستور دادن و امر و نهی به والدینش می‌کند:

– «برای صبحانه تخم مرغ می‌خواهم.»

یا – «می‌خواهم ببینم چه چیزی برای ناهار توی کیفم می‌گذارد؟»

یا – «بعد از مدرسه چند تکه مرغ بگیریم. پس اول به خانه بیایم تا من لباس‌هایم را عوض کنم، بعد با هم به فروشگاه برویم.»

والدین مری بت مدام درگیر سر و کله زدن او هستند. مادر او که یک دختر کوچک‌تر هم دارد، می‌گوید: «خیلی خوب است که بچه با برنامه و منظم باشد و نظریات خودش را بیان کند، اما مشکل زمانی پیش می‌آید که مری بت خیلی زیاده‌روی می‌کند.» (به قول معروف پا از گلیم خودش فراتر می‌گذارد.)^۱ برای مثال، او



مادر استفان جکسون از نیوجرسی شمالی می‌گوید: عملکرد او تحت لوای این نظریه است که: آن چه مال من است، مال من است و آن چه مال توست، باز هم مال من است. یک روز دو تا شمشیر نورانی بازی جنگ ستارگان برای بچه‌ها خریدم، اما بعداً دیدم که هر دو تا دست استفان است، در حالی که برادرش با یک شمشیر شکسته بازی می‌کند.

راسل ای بارکلی، پروفیسور روان‌پزشکی دانشگاه پزشکی کارولینای جنوبی و نویسنده مشترک کتاب «بچه نافرمان شما» می‌گوید: اگر در یک خانواده بگردیم، احتمالاً یک پدر بزرگ، مادر بزرگ، عمه، خاله، دایی، عمو یا پسر خاله پر مدعا و ارباب منش در یک نسل پیدا می‌کنیم، چرا که این صفت و ویژگی موروثی است.

سایر بچه‌ها به طور تدریجی تمایل دارند که حاکم و مسلط باشند تا خلاء قدرت را در محیط خانواده پر کنند، و این امر درست زمانی اتفاق می‌افتد که احساس می‌کنند والدینشان ضعیف‌اند یا افکار آن‌ها متضاد است، یا افکار و اعمال آن‌ها با هم تناقص دارد یا این که با هم ناسازگارند و کشمکش بر جو خانه حاکم است.

روان‌شناس خانواده، جان اف تیلور می‌گوید: «ترس، ریشه تعداد زیادی از رفتارهای ارباب منشانه و برتری جویانه است.» او در کتاب خود به نام «از ستیزه جویی تا همکاری و توافق» می‌گوید: «در درون بچه‌ها احساس‌های پنهان ضعف و ناتوانی و نیز نیاز به احساس امنیت وجود دارد. این وظیفه اولیاست نه بچه‌ها که این امنیت را در جو خانواده فراهم کنند.» وقتی که یک کودک ارباب منش محدودیت‌ها را در خانه یاد نمی‌گیرد، بستری برای مشکلات خارج از خانواده برای او شکل می‌گیرد. حاصل این امر، بچه‌ای بیش از حد خودسر و لجوج، یکدنده، سمج و غیرقابل انعطاف است که برای مثال ممکن است در گوش دادن به حرف‌های معلم و مربی یا در دوست‌یابی و سازش با دوستان دچار مشکل شود. اگر اطرافیان یک فرد پر قدرت هیچ کدام از روش‌های سلطه‌جویانه و برتری طلبانه او را نپذیرند، این امر نمی‌تواند نتیجه‌ای جز تنهایی به همراه داشته باشد.

بارکلی که رفتارهای ارباب منشانه را بیش از سی سال مورد مطالعه قرار داده می‌گوید: «من می‌بینم که برخی از والدین تمایل دارند از وظایف و مسئولیت‌های خود شانه خالی کرده، از خود سلب مسئولیت کنند.» این اولیا خیلی کوتاه می‌آیند،

چرا که نمی‌خواهند به سختگیری والدین خودشان باشند. اما در ضمن آن‌ها حس می‌کنند که نسبت به والدین خود کفایت و لیاقت کم‌تری در ارتباط با مهارت‌های تربیتی دارند. در نتیجه، بچه‌های آن‌ها تشویش و اضطراب بیش‌تری احساس می‌کنند. چطور امکان دارد که دوباره والدین احترام و آرامش را در محیط خانواده حاکم کنند بدون این که تحت فشار قرار گیرند و این مسئله از طرف بچه‌ها پذیرفته شود؟ پیش‌نهادهای زیر به شما کمک می‌کند تا باز هم تعادل و توازن قدرت در خانه حکمفرما شود.

متحد و یکی شوید

بچه‌های سرسخت و ارباب منش به طور خارق‌العاده‌ای زود فهم، سریع‌الانتقال، سرزنده، با استعداد و خلاق‌اند. لازم است که والدین در ارتباط با این بچه‌ها بسیار دقیق و محتاط عمل کنند و هوشیار و گوش به زنگ باشند و آماده و مشتاق تا فعالانه از عهده کنترل و برنامه‌ریزی برای این بچه‌ها برآیند. در غیر این صورت بچه‌های کوچک و حتی بچه‌های نوپا سریعاً خلاء را احساس می‌کنند. والدین هوشیار باید سعی کنند که این فرصت را برای سوء استفاده آن‌ها ایجاد نکنند. بارکلی

اشاره می‌کند که: «بچه‌های ارباب‌منش و پر ادعا بیش‌تر تمایل دارند که توسط مادر ترغیب و تشویق شوند، اما مهم این است که هم پدر و هم مادر به این امر توجه کنند و در مورد قوانین کلیدی و اصولی حاکم بر مدیریت خانواده توافق داشته باشند و مهم‌تر این که از همدیگر در جهت اجرای صحیح این قوانین حمایت و پشتیبانی کنند.»

وقتی می‌توانید بله بگویید، این کار را بکنید

بچه‌ها زمانی که اضطراب داشته باشند یا در جوی قرار گیرند که عصبانیت بر آن حاکم باشد، چیزی یاد نمی‌گیرند. قبل از این که بتوانید تغییری ایجاد کنید لازم است آتش خصومت‌های خانوادگی را خاموش کنید و بعد علت و منبع درگیری، کشمکش و نزاع را بررسی و ارزیابی کنید. بچه‌ها تمایل دارند که به کشف حقایق در محیط اطراف خود پردازند و زمانی که والدینشان بیش از حد لایحه‌های

عمل و حرکت کوچک آن‌ها کنترل داشته باشند و مته به خشخاش بگذارند، آن‌ها در جواب، نافرمانی و سرکشی می‌کنند. برای مثال، هنگامی که شما موبه‌موردر این که چه چیزی بپوشند یا بخورند، نظر بدهید.

بار کلی پیش‌نهاد می‌کند که: «در مورد قوانین حاکم بر خانواده آرام، اما قاطع عمل کنید.» برای مثال اگر فرزند شما دوست دارد برای صبحانه ماست بخورد اما شما برای او خاگینه درست کرده‌اید، اجازه بدهید یک بار این کار را بکند، اما مهم این است که کارها را اولویت‌بندی کنید.

توجه کنید

مطالعات نشان می‌دهد که بچه‌های ستیزه‌جو کم‌تر مورد توجه و تأیید دیگران قرار می‌گیرند و نسبت به بچه‌های مطیع و سر به راه بیش‌تر تنبیه می‌شوند. عقب‌نشینی والدین از موضع خود در مورد یک زورگویی کوچک توسط بچه‌ها، یک واکنش طبیعی است اما این کار به ترس‌های کودکان دامن می‌زند و در نتیجه تلاش‌های بیش‌تری برای کنترل انجام می‌دهد. بچه‌ها نیاز دارند که عشق و محبت والدینشان را درونی کنند و تجربه کنند و در این صورت است که احساس امنیت و آرامش می‌کنند.

جیل وایت می‌گوید: «زمانی که من تمام توجه خود را (حداقل برای ۲۰ دقیقه در روز) معطوف به مری بت می‌کنم، او با من بسیار هماهنگ و همگام است.» این مدت، زمانی است که می‌توانم برای او جوی مناسب برای فکر کردن و توافق با هم فراهم کنم. به تازگی بر سر پوشیدن لباس با هم مشکل داشتیم.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات
پیشرفته علوم انسانی

شأن و مقام خود را به دست آورید و جایگاه خود را محکم کنید
حتی اگر سعی می‌کنید در مورد نکته‌ای ملاحظه‌کار، متواضع، سازگار و مؤدب باشید، دقت کنید که در مورد وظایف اصلی پدر و مادری تسلیم نشوید و در این امور اساسی کوتاه نیایید و در عوض، در مصدر قدرت، محکم و با اقتدار عمل کنید و با به کارگیری ارتباط‌های غیرکلامی و بصری به فرزند خود بگویید که چه کسی مسئول است (رئیس است). هم‌چنین از ابراز مداوم مزیت‌هایی که یک فرد بزرگسال را متمایز می‌کند، دوری کنید، مثلاً: «این سندلی مال پدر است، یکی دیگر را بردار.»

قوانین را به سرعت و با اطمینان اعمال و اجرا کنید. برای مثال: «نیم ساعت دیگر وقت خواب است. بازی را تمام کن تا با هم یک داستان بخوانیم.» اما برای برکسی نشان دادن حرف خود، صحبت را به جر و بحث نکشید و فقط رأس ساعت مقرر برای خواب بچه، چراغ را خاموش کنید. بچه‌های ارباب منش می‌توانند از این حالت خارج شده، به فردی محبوب و پرطرفدار یا رهبری مصمم و با اراده یا برعکس، به فردی غمگین، گوشه‌گیر و نگران تبدیل شوند. آن‌ها به والدین خود به عنوان الگویی برای نقش پدر و مادری خود در آینده نگاه می‌کنند، کسانی که نشان خواهند داد چطور از استعداد و توان بالقوه خود بهره‌برداری و استفاده کنند.

به او گفتم: «تو دوست داری لباس‌هایت را خودت انتخاب کنی، اما من می‌خواهم به تو بگویم که برای رفتن به کلیسا چه لباسی بپوشی. حالا به نظر تو چه راه حلی برای این مشکل وجود دارد؟» او گفت: «برای این کار بعضی روزها شما نظر بدهید و روز شما باشد و بعضی روزها، روز من.»

احترام دو جانبه را در محیط حاکم کنید

اجرای طرح‌ها و روش‌های نو و تازه، سیاستی ضروری در خانواده است. سعی کنید کلماتی مانند «لطفاً» و «متشکرم» را به عنوان کلماتی مهم برای اعضای خانواده جا بیندازید و با نمونه و مثال به طور عملی به بچه‌ها نشان دهید که چطور پیش نهاد و درخواست، بهتر و بیش‌تر از دستور دادن‌های پرسر و صدا و نامناسب می‌تواند غرور و خودانسانی ما را حفظ و به پیشبرد خواست ماکمک کند. این مسئله هم‌چنین مهارت‌های اجتماعی لازم برای رعایت حقوق دیگران و شاد ساختن دوستان و اطرافیان را ایجاد می‌کند.

سعی کنید از بچه‌های خود بخواهید کاری، هر چند بسیار کوچک، برای شما انجام دهند یا لطفی در حق شما بکنند. بعد هم واکنش خوبی به این کار نشان دهید و به این کار خوب جایزه بدهید. برای مثال فرزند خود را در آغوش بگیرید و به او بگویید: «متشکرم که به حرف من گوش می‌کنی. من تو را خیلی دوست دارم.» اجرای روش‌های مناسب و خوب، لذت و رضایت را به همراه خواهد داشت.

منبع:

بی‌نوشت:

۱- مترجم