

راهبردهای رو بارویی  
با مشکلات کودکان  
و نوجوانان

**کلیدواژه‌ها:** مسئولیت‌پذیری، استقلال، مسئولیت.

**مقدمه**

آموزش مسئولیت، برجسته‌ترین هدیه‌ای است که می‌توانیم به فرزندانمان ارزانی داریم. چنین آموزشی آنان را قادر می‌سازد که از خویشتن مراقبت کنند و در آینده به عنوان بزرگسالانی مسئول، وظایف خویش را برعهده گیرند.

کودکان، انعطاف پذیرند. آنان برای تن در دادن به آنچه ما والدین و مربیان، با حسن نیت در حقشان انجام می‌دهیم، ناچارند چنین باشند، این نهال‌های نورسته همان گونه بار می‌آیند که ما می‌پروریم. مشکل این است که ما برای ارزیابی حاصل تلاش‌هایمان ناگزیریم سال‌های زیادی تا بزرگ شدن آنان، در انتظار بمانیم. باید به خویشتن و فرزندانمان ایمان داشته باشیم و با کاربرد روش‌هایی که مؤثر بودنشان ثابت شده است، با خاطری آسوده‌تر این دوران را سپری کنیم.

## چگونه فرزندانمان مستقل پرورش دهیم؟

مریم صیاد شیرازی  
کارشناس ارشد روان‌شناسی

## تعریف مسئولیت

مسئولیت چیست؟ واژه‌ی مسئولیت از لحاظ لغوی به معنای توانایی پاسخ دادن، و در عرف عام به مفهوم تصمیم‌گیری‌های مناسب و مؤثر است. منظور از تصمیم‌گیری مناسب، این است که کودک در چارچوب هنجارهای اجتماعی و انتظاراتی که معمولاً از او می‌رود، به انتخابی دست بزند که سبب ایجاد روابط انسانی مثبت، افزایش ایمنی، موفقیت و آسایش خاطر وی شود.

پاسخ مؤثر پاسخی است که کودک را قادر سازد به هدف‌هایی که باعث تقویت عزت‌نفسش می‌شوند، دست یابد؛ مثلاً هنگامی که کودکی می‌خواهد به ملاقات دوستش برود، باید از حیث اجازه‌ی والدینش مطمئن شود. اگر او بدون مباحثه و به نحوی صادقانه از آنان خواهش کند، بسیار احتمال دارد که پاسخی مثبت دریافت کند. همه‌ی والدین زمانی که با آداب‌دانی کودک مواجه می‌شوند، به خواسته‌هایش پاسخ مثبت می‌دهند.

علاوه بر این، لازم است کودکان از نیازها و هدف‌های خویش آگاه باشند. کودک زمانی فردی مسئول به‌شمار می‌آید که با در نظر گرفتن هدف‌های خویش و نیازهای سایرین عمل کند.

## تکامل مسئولیت

مسئولیت ارثی نیست و باید از طریق تجربه آموخته شود. حس مسئولیت هنگامی در کودک به وجود می‌آید که:

- به او مسئولیت داده شود.
- در مورد اثربخشی پاسخ‌های خویش، بازخورد دریافت کند.
- در مورد راه‌های گوناگونی که در سایر موقعیت‌ها مناسب‌اند، اطلاعاتی داشته باشد.

## ضرورت مقررات

هدف از ایجاد انضباط و مقررات، ایجاد فردی مطیع و سربراهی نیست که چون غلام حلقه به گوش هر دستوری را بدون چون و چرا اجرا کند بلکه غرض آن است که ضوابط و قواعدی حاکم بر اندیشه و تمایلات او باشد که در پرتو آن‌ها بتواند از زندگی و مزایای آن به نحوی شایسته بهره گیرد. در واقع، اصل مهم، آشنایی کودک با وظایفش است.

این اطاعت تا زمان خاصی لازم است و پس از رسیدن به بلوغ عقلی، والدین دیگر نقش فرمانده را ندارند و در آن هنگام به عنوان مشاور عمل می‌کنند.

کودک باید تا این سن یاد گرفته باشد که خودش تصمیم بگیرد؛ آن هم تصمیم صحیح، چرا که اگر همه جا نیاز به حضور و امر و نهی ما داشته باشد، و وظایف خود را از ما دستور بگیرد، فردی وابسته بار خواهد آمد و در سنینی که به استقلال نیاز دارد، نمی‌تواند به‌طور مستقل عمل کند و او همواره چشمش به دهان بزرگ ترهاست. پس باید با راهنمایی کودک او را در رسیدن به این توانایی کمک کنیم و با در اختیار گذاردن اصول و قوانین، راه را بر او هموار نماییم. البته این مقررات نباید مانع آن باشد که کودک از تجربیات شخصی خود استفاده کند.

## روش‌های آموزش مسئولیت

### ۱. طرح قصه

گاهی اوقات می‌توان با طرح قصه و نمایش، کودک را با وظایفش آشنا کرد. کودکان اغلب دوست دارند تصورهایی در مورد خود بشنوند و خود قهرمان اول قصه باشند. می‌توان در جریان قصه رفتارهای درست و غلط آن‌ها را به ایشان نشان داد و

منظور از تصمیم‌گیری مناسب، این است که کودک در چارچوب هنجارهای اجتماعی و انتظاراتی که معمولاً از او می‌رود، به انتخابی دست بزند که سبب ایجاد روابط انسانی مثبت، افزایش ایمنی، موفقیت و آسایش خاطر وی شود

از آنان نتیجه‌گیری خواست.

### ۲. نمایش رفتارش به او

گاهی پیش می‌آید که کودک درخواستی دارد و برای آن داد و فریاد می‌کند. در آرامش و زمان مناسب می‌توان رفتار او را با نوعی تقلید به او نشان داد و آن وقت است که او شرمند خواهد شد.

### ۳. طرح سؤال

گاهی اوقات طرح سؤالی مناسب برای متوجه کردن او به وظیفه‌اش مناسب است. مثلاً وقتی از خریدن نان ترمز می‌کند، می‌توان سؤال کرد که این کار در خانه به عهده‌ی چه کسی است؟

### ۴. دعوت به مسابقه

گاهی اوقات می‌توان کودک را به مسابقه دعوت کرد: بچه‌ها، تا ۵ دقیقه وقت دارید اسباب‌بازی‌ها را جمع کنید. هر کسی اسباب‌بازی‌های بیش‌تری جمع کرده باشد، برنده است.

### ۵. تذکر در قالب شوخی

گاهی نیز روال وظیفه‌اش را در قالب شوخی به او تذکر دهید.

**هنگامی که والدین احساس می کنند «برایم آسان تر است خودم انجام دهم»، کودکان متضرر می شوند؛ زیرا فرصت یادگیری آن چه را که موجب تکامل کفایتشان می شود، از دست می دهند**

#### ۶. استفاده از یادداشت

گاهی با زدن یک یادداشت روی آینه یا در حمام می توان وظیفه ی او را تذکر داد. «لطفاً در پس از استفاده ببندید، متشکرم»، «لطفاً روی من خط نکشید».

#### ۷. دادن انگیزه

دادن انگیزه بهترین و مؤثرترین روش است. می توان تنبلی را، که علت اصلی سرپیچی کودکان از اوامر ماست، به آقای تنبلی تشبیه کرد که درون ماست و اجازه نمی دهد کار کنیم. سپس با دادن انگیزه برای مبارزه با آن آقا تنبل، کودک را تشویق به انجام دادن امور مربوط به خودش کنیم: «بچه ها، آقا تنبلی رو بزنین زمین و رختخوابتان را جمع کنید».

#### ۸. تهیه ی فهرست

آخرین راه پیشنهادی، تهیه ی فهرستی از عیوب برای مبارزه با آن هاست. به این ترتیب که پس از مشورت با کودکان خود، هفته ای را به هفته ی مبارزه با یک عیب (مثلاً ناسزاگویی) نام گذاری می کنیم. در این هفته افراد سعی می کنند از حرف های زشت خودداری کنند. در آخر هفته می توانیم در صورت موفقیت در اصلاح این عیب، جشن بگیریم.

نکته ی مهم این است که کودک یاد بگیرد بدون هیچ گونه فشار و اجباری خود را موظف به رعایت قوانین و مقررات کند.

## موانع موجود در آموزش مسئولیت پذیری کودکان

### ۱. احساس گناه والدین

احساس گناه زمانی به وجود می آید که معتقد می شویم آن چه را که انجام می دهیم، و نحوه ی انجام دادن آن، به سطح انتظاراتی که از خویش داریم، نمی رسد. برای کاهش دادن احساس گناه، باید انتظارات خود را تا سطح معقولی پایین بیاوریم یا عملکرد خویش را بهبود بخشیم، یا هر دو را به طور هم زمان انجام دهیم.

### ۲. دشوار بودن تنبیه برای والدین

برای والدینی که به زحمت می توانند کودکان خویش را تنبیه کنند، آموزش مسئولیت پذیری دشوار است؛ زیرا آن ها فاقد توان اعمال زور برای مسئولیت دادن به فرزندان خود هستند.

### ۳. کودکی والدین بر رفتارشان تأثیر می گذارد.

بسیاری از والدین در زمان کودکی خود، دشواری هایی را به علت بی عاطفگی و بدزبانی والدین خویش تجربه کرده اند؛ از این رو، هنگامی که می کوشند از روش نامطلوب والدین خود پرهیز و برعکس آنان عمل کنند، از افراط به تفریط می گریند.

### ۴. برایم راحت تر است که خودم انجامش دهم!

هنگامی که والدین احساس می کنند «برایم آسان تر است خودم انجام دهم»، کودکان متضرر می شوند؛ زیرا فرصت یادگیری آن چه را که موجب تکامل کفایتشان می شود، از دست می دهند و دیگر مسئول انجام دادن وظیفه های که از آن ها انتظار می رود، نیستند.

یکی از انگیزه های مهم در «خودم انجامش می دهم»، تمایل به پرهیز از کشمکش است. بسیاری از والدین از

کشمکش با فرزندان خویش پرهیز می کنند و برایشان آسان تر است که همه ی مسئولیت ها را خود برعهده گیرند.

### چه زمانی می توان گفت که کودکان مسئول بار آمده اند.

کودک هنگامی فردی مسئول محسوب می شود که

• وظایف مقرر خویش را بی آن که نیازی به یادآوری داشته باشد، انجام دهد.

• برای هر کاری که انجام می دهد، بتواند دلایلی را معین کند.

• سایرین را در حد افراط مقصر قلمداد نکند

• بتواند از بین راه های مختلف، راهی را برگزیند.

• بدون احساس ناراحتی زیاد، بتواند به تنهایی کاری را انجام دهد یا بازی کند.

• بتواند تصمیماتی بگیرد که با تصمیمات سایر افراد گروهش متفاوت باشد.

• هدف ها و علایق گوناگونی داشته باشد که برای وی جالب توجه باشند.

• بدون جر و بحث زیاد به محدودیت هایی که والدین برایش قائل می شوند، احترام بگذارد و آن ها را رعایت کند.

• بتواند بی آنکه چندان احساس سرخوردگی کند، مدتی توجه خویش را روی وظایف پیچیده متمرکز سازد.

• آن چه را که قول انجامش را می دهد، به پایان برساند.

• بدون دلیل تراشی افراطی به اشتباهات خویش اعتراف کند.

#### منابع

۱. پورنقشبند، زهرا؛ اطاعت و حرف شنوی در کودک، انتشارات علامه طباطبایی، ۱۳۷۳.

۲. آ. اس. نیل، کودکانی آزاد و مستقل تربیت کنیم، مترجم: عبدالرضا صرافان، انتشارات دستان.

۳. هریس کلمز - رینولوبین؛ آموزش مسئولیت به کودکان، مترجم: پروین علی پور، انتشارات آستان قدس رضوی.