

بزرگترین هدیه پدران و مادران

يك راهنمایی ارزنده ، درباره چگونگی هدایت کودکان
سوی اعتماد به نفس و آینده ای درخشان و پیروز!

* * *

چندتن از مادران ، بر سر میز غذا نشسته بودند و از هر دوی سخن می گفتند ، یکی از آنها اظهار داشت :

«فرزندم می تواند در برابر فلج ، کزاز ، آبله و... مایه کوبی شود ، آیا جالب نیست اگر پزشکان می توانستند واکسنی بسازند که او را بر ضد «عجز و نومهیدی» نیز واکسینه کنند؟!»

این کلمات ، بصورت نیمه مزاح ، بر زبان مادری جاری شد . اکنون نیز که « استانی کوپر اسمیث» (۱) استاد روانشناسی در دانشگاه «کالیفرنیا» تحقیقاتی جالب در این باره انجام داده است ، کاملاً در همان حد باقی است ، او یگانه عاملی را که به نظر می رسد بیشتر مردان و زنان بزرگ ، بطور مشترک دارا هستند ، مورد تجزیه و تحلیل قرار داده است. این عامل ، همان وضع خاص روحی است که «اعتماد به نفس» نامیده میشود. رمز کامیابی و پیروزی مردان و زنان بزرگ همین است و بمنزله «واکسنی» است که باید دید چگونه در آنان تلقیح شده است؟! «کوپر اسمیث» می گوید : «ما از مدتها پیش به چگونگی وجود قدرت حیاتی «اعتماد به نفس» در زندگی برخی از افراد پی برده ایم ولی چرا درحالی که یکی از این نیرو بر خوردار است ، افراد هموعش از آن ، محرومند؟!»

«کوپر اسمیث» ۱۷۴۸ طفل میان حال و معمولی را با خانواده هایشان برای مدت شش سال ، مورد مطالعه قرار داد ، این کار پیش از بلوغ اطفال شروع شد و تا جوانی آنها ادامه یافت وی دریافت که پدران و مادرانی که دارای نیروی «اعتماد به نفس» هستند قادرند که طفل را نیز از آن برخوردار سازند ، طبقه اجتماعی یا زمینه نژادی ، برای بوجود آوردن آن ، کم اثر است توجه اطفال به ارزش و کفایت خویش ، چیزی است که در محیط خانه فرم گرفته است . همانظوری که والدین بچها می بینند و یا بچه فکر می کند که والدین او را می بینند ، او نیز مایل است که خود را ببیند ، این تحقیقات اگر چه درباره پسران انجام شده است ، نتایج آن درباره دختران نیز قابل تعمیم است .

بر طبق مطالعات « کوپر اسمیت»، محیط کودکی افراد کامیاب و متکی بخود، دارای سه خاصیت مشترک است :

نخست اینکه : در خانواده آنها عشق و محبت ، حکومت میکرده است، آنهم نه فقط عشق و محبتی که بصورت بوسه و درآغوش کشیدن جلوه کند، بلکه آن عشق و محبتی که بصورت احترام و علاقه بطفل نمودار شود ! . هنگامی که طفل کشف می کند که مورد توجه عمیق و مایه فخر و غرور والدین است، کم کم این احساس باودست می دهد که دارای شخصیتی است که پاره ای از ارزشها را واجد است .

دوم اینکه: پدران و مادرانی که دارای نیروی اعتماد به نفس هستند، باین نکته اهمیت می دهند که کمتر بفرزندان خود اجازه دهند که بحال خود و بامید سر نوشت سرگردان بمانند، بعکس، آنهایی که از این نیرو برخوردار نیستند، کمتر باین نکته اهمیت می دهند، اطفال چنین افرادی ناگزیرند که تصمیماتی خارج از حدود فهم و تجاربشان، آنهم بصورتی غیر معقول اتخاذ کنند، در نتیجه نسبت بپدران و مادران، این بدگمانی را پیدا می کنند که آنها قواعد و قوانین زندگی را بطور ساده اجرا نکرده اند، بخاطر اینکه زیاد دقت نکرده اند که چه اتفاقات و حوادثی برای فرزندان نشان پیش خواهد آمد .

سوم اینکه: در این خانوادهها دموکراسی و آزادی بطور قابل ملاحظه ای وجود داشته است، والدین درحالی که قانونی برای طرز رفتار خود نسبت بفرزندان، وضع و حدود اختیارات خود را در چهارچوبه این قانون مشخص کرده اند، طفل را تشویق میکنند که تمایل خود را نسبت به بحث و مذاکره، پیرامون پاره ای از مسائل، ظاهر سازد. آنها عقاید طفل را هر قدر هم که اشتباه باشد، در صورت امکان، با احترام و ادب، بمرض امتحان درمی آورند .

« کوپر اسمیت » می گوید: همه ما بعنوان پدر و مادر، تصورهائی داریم ولی اکثر ما می توانند بهتر از آنچه اکنون انجام می دهیم و هستیم، انجام دهند و باشند . بعقیده او طفلی که از پرورش « اعتماد به نفس»، قصور دارد، علامت یا علائمی از خود نشان می دهد که در حقیقت استغاثه هایی است برای کمک و حمایت !

ترس و کمرویی !

دراویل دوره دبستان، حالت ترس و کمرویی، تا حدی طبیعی و معمولی است ولی اگر تا سن ۱۱ تا ۱۲ سالگی بر جای بماند وضع خطرناکی پیدامی کند، خطر این است که امکان دارد پدران و مادران کاری کنند که زیاده از حد طبیعی طفل باشد و هنوز برای چنان مرحله ای آمادگی پیدا نکرده باشد .

« کوپر اسمیت » اخطار می کند که : « بچه ها را پیش از آمادگی، در اماکن اجتماعی

داخل نسازند. در صورتی که روابط فامیلی خوب باشد، طفل هر گاه که تمایل داشته باشد می تواند در میان افراد فامیل حاضر شود تا برای اردوی مدرسه و شرکت در امور اجتماعی و... آمادگی پیدا کند.

تهدید و لاف زنی!

وضع طفلی که لاف زنی و تهدید و سروصدا راه انداختن را وسیله دست یافتن بمقاصد خود می داند، این است که همچون کانون یا مرکز از ضعف و سستی و تردید است که بوسیله تغییر قیافه و خشونت و... محاصره شده است. معمولاً بچه ها به توجه، نیازمند هستند، پدری می گفت: «من از يك لاف زن، متنفرم و هر گاه فرزندم بلا لاف زنی و داد و فریاد اقدام می کند، اورا می گیرم و به سختی مجازات می کنم ولی به نظر می رسد که این کار سودی ندارد!» این پدر، شغلش دلالی مواد خام بود و از کثرت مشاغل بیشتر اوقات خود را در خارج از منزل می گذراند، فرزندش از اینکه مورد توجه پدر قرار گیرد مأیوس شده بود. تهدید و لاف زنی، تنها راه بسیار مطمئنی بود که باعث جلب توجه پدرش می گردید، این توجه حاصل شد و بالاخره بهتر از هیچ بود! بعقیده «کوپراسمیث» آنچه که پدرها و مادرها می توانند انجام دهند این است که بچه را کمک کنند تا راه های سودمند و صحیح جلب توجه دیگران را، پیدا کنند، ولی این کار بوسیله پدری که از خانواده غایب است، انجام پذیر نیست!

عجز از تصمیم!

پدران و مادرانی که از حالت دودلی و تردید رنج می برند، برای طفل الگوهای هستند که باعث بدبختی و خاموش شدن شعله های درونی او میشوند. اگر طفلی، تصمیمی غلط اتخاذ کند و با ترش رویی مورد سرزنش قرار گیرد، برای استنتاج آنکه سالم ترین و آسانترین راه برای جلب رضایت والدین، این است که هرگز تصمیمی نگیرد، آمادگی پیدا می کند! «کوپراسمیث» خاطر نشان می کند که اتخاذ تصمیمات غلط، بطور مسلم علامت درماندگی و شکست نیستند، بلکه آشکارا طفل از آنها درس می آموزد.

همچنانکه طفل رشد می کند، بایستی بحثهای خانوادگی بطور آزادانه پیرامون مسائل مهم زندگی برایش مطرح شود، هر گاه اتفاقاً والدین یک تصمیم غلط اتخاذ کنند، باید بچه ها را نیز در جریان بگذارند تا بعلل اشتباه آنها پی برند، درحقیقت باید به طفل فهمانید که هیچکس بآن مرحله از کمال نرسیده است که از خطا مصون باشد. سپس باید او را تشویق کرد که اجرای يك سری از تصمیمات کوچک را که ممکن است در پاره ای از آنها دچار اشتباه شود، برعهده گیرد. بگذارید کتابهایی انتخاب کند و بکتابخانه مقروض شود، اجازه اش دهید زحمت لباسهای مدرسه اش را خود متحمل شود و برای شام، اوهم غذایی انتخاب کند!

قسمت عمده «اعتماد به نفس» در گرو اجرای همین تصمیمات کوچک است. بدون توسعه

ایمان به اینکه اومی توان اطراف و جوانب مسأله‌ای را برای رسیدن بیک نتیجه قابل قبول ارزیابی کند، جرأت و خوش بینی، استقامت، در برابر مسائل سخت تری که مخصوصاً در سالهای آینده زندگی برایش پیش می‌آید، نخواهد داشت.

انتظار شکست!

برخی از اطفال به آسانی می‌توانند، تصمیماتی را در حدود توانایی خود اتخاذ کنند ولی بگرفتن تصمیماتی غیر واقعی دست می‌زنند، آنان هدفهایی را ردیف می‌کنند که اغلب از حدود توانایی‌شان خارج است، همین کار هم به تشویق پدران و مادرانی بستگی دارد که میخواهند بدون توجه با استعداد فرزندان، آنها را برای پیشرفت و ترقی بکار وادارند. نمونه واقعی آن پدری است که آرزو داشت فرزندش بدان نگاه راه پیدا کند، اگر چه وی استعداد و آمادگی برای آن نداشته باشد. نتیجه این میشود که بعد از چند شکست غیر قابل اجتناب، جوان در هر پروژه‌ای که برعهده می‌گیرد، منتظر شکست می‌نشیند!

بهترین است که پدر از تحریک بیمورد و اجبار فرزند، خودداری کند، والدین نمی‌توانند طفل را با جبار به پیروزی و کامیابی برسانند ولی آنها می‌توانند او را برای داشتن هدفهای صحیح، دلگرم و برای او روشن سازند که شکست و پیروزی او بخود او - فقط بخود او - بستگی دارد! این کار طفل را از توهم اینکه بوسیله والدین، زیر فشار قرار گرفته است تا هدفهای آنها - نه هدفهای خودش - را تحقق بخشد، آسوده خاطر می‌سازد.

خودداری از اظهار عقیده!

برخی از اطفالی که شخصیتی خجالتی و انفعالی از خود نشان می‌دهند، ظاهر آدم محیط خود، تحت توجه قرار نگرفته و مطرح نشده‌اند. آنها مشاهده کرده‌اند که عقایدی که بانیرومندی اظهار شده اغلب منجر به بحث و درددورنج شده است و آنها میخواهند از همه اینها اجتناب کنند، آنها ممکن است در باطن دارای عقایدی باشند ولی از اظهار آن از بیم آن که مبدا مستلزم دفاع باشد، خودداری میکنند و همین امر سبب پژمردگی تدریجی قوا و استعدادهای آنها میشود و «اعتماد به نفس» را از آنها سلب می‌کند.

معمولاً این حالت، در موردی اتفاق می‌افتد که والدین درباره عقایدشان متزلزل و مردد بوده و از شرکت در میدان نبرد عقاید و آرا، تنفر دارند، چنین پدرها و مادرها فشار زیادی روی آسایش و مطابقت سلیقه‌ای و فکری خانواده، اعمال می‌کنند، آنها دنیارای جایگاهی مخوف می‌بینند و فرزندان شان توصیه می‌کنند که از خطر گرفتاریها اجتناب ورزند.

طفلی را فرض می‌کنیم که در جریان توسعه میزانی، از «اعتماد به نفس» است. او در محیط خانواده نیازمند است به اینکه بتواند عقاید خود را ابراز دارد و بی‌پرده در باره آنها سخن گوید و مشتاق است که بدافع از آنها پردازد، او مجادله را بعنوان راه آزمایش خویش انتخاب

می کند ، ولی پدر و مادری که نطفهٔ چنین نیاز و اشتیاقی را در طفل خفمی کنند ، در حقیقت طفل را خلع سلاح میکنند و سلاح برنده‌ای را که سخت در زندگی مورد نیاز اوست ، از وی دریغ می‌دارند . این سلاح همان عقیدهٔ بلند پایه‌ای است که او در بارهٔ خودش و دربارهٔ اینکه می‌تواند با موفقیت از خویشتن دفاع کند ، دارد ، عقیده باینکه او و مردانی مثل او ، می‌توانند وضع دنیا را بهبود بخشند .

توجه بدنیای خارج !

یک جوان در دوره‌های متوسط زندگی بطور روزافزونی به محیط زندگی چشم می‌دورداگر نیروی «اعتماد به نفس» در او ضعیف است ، آینده‌را با بیم و هراس در چشم انداز خود ، قرار می‌دهد ، او بخودش می‌گوید که دنیا دارای وضعی درهم و برهم و پریشان است و به نظر نمی‌آید که کسی دربارهٔ اصلاح و نظم آن ، کاری انجام داده باشد ، اگر پدر و مادر و اجداد من ، نتوانستند دنیا را منظم سازند ، مسلماً ، هیچکس نمی‌تواند از من انتظار داشته باشد که در این دنیای آشفته ، دست به کاری بزنم ، چه کار پر درد سری است رفتن به مدرسه ! چرا انسان جاه طلب باشد و دم از همت عالی بزند ؟ !

والدین نمی‌توانند بی‌نظمی‌های جهان انسانیت را باشند ، تکذیب کنند بلکه باید اعتراف کنند که همواره کم‌و بیش چنین بوده است ، آنها باید توجه طفل را از دنیای خارج بدرون دنیای خانواده و فامیل جلب کنند و باو بفهمانند که باید در پی نظم ، امنیت و محبت ، در محیط خانواده و فامیل ، باشد . یکبار که طفل متوجه میشود که بخاطر امری در میان خانواده ، بعنوان فردی با اهمیت ، بحساب آمده است ، اشتیاق پیدامی‌کند که تاخت و تازهایی در داخل دنیای خارج ، داشته باشد تا مورد بحث و توجه مردم واقع شود . در حقیقت موفقیت طفل ، از محیط کوچک خانواده ، آغاز میشود و بمحیط بزرگ اجتماع سرایت میکند .

طفل را نباید برای فعالیتهای اجتماعی مجبور نمود . پدران و مادران ، فقط می‌توانند طفل را تشویق و در مسیری که ترجیح می‌دهند ، هدایت کنند . ولی یک گرفتاری هر قدر در آغاز ساده باشد ، می‌تواند در کاری بزرگ و بزرگتر ، منتج واقع شود ، پدری باتصمیم پسرش ، نسبت به ترك تحصیل و مدرسه ، رو برود ، او برای پسرش يك شغل تـا بـستـانی در يك «سوپر-مارکت» پیدا کرد . در مدت تابستان ، بوضع کالاها آشنایی پیدا کرد و بارزش واقعی «پرورش و آموزش» پی برد در نتیجه ، برای اول پاییز ، داوطلبانه بمدرسه بازگشت .

«کوپر اسمیث» مطالعات خود را ده سال پیش شروع کرد . بیشتر اطفال مورد آزمایش او ، تا کنون بالغ شده و دارای الگویی از لحاظ زندگی شده‌اند ، اغلب جوانان کامیاب و مستقل از آن خانواده‌هایی برخاسته‌اند که بالاترین مراقبت و مسئولیت را بعهده فرزندان گذاشته‌اند جالب این است که همه اینها جوانانی هستند که دقیقترین و صمیمانه‌ترین روابط خانوادگی را ادامه داده‌اند .