

بعضی سبک‌های فرزندپروری، با برخی از سبک‌های ارتباطی کودکان، ارتباط و سازگاری بیش‌تری دارند اما گاهی نیز این سبک‌ها با یکدیگر ناسازگارند. وقتی در زندگی خانوادگی‌تان چنین وضعیتی پیش‌می‌آید، بهتر است به بررسی علل آن بپردازید.

وقتی سبک فرزندپروری خود را مورد بررسی قرار می‌دهید، در موقعیتی قرار می‌گیرید که باید بعضی دیدگاه‌ها و رفتارهای خود را تقویت یا حذف کنید. آن‌چه در پی می‌آید، نگاهی‌ست بر الگوهای تعاملی که احتمالاً در خانواده‌ها رخ می‌دهد. این اطلاعات به شما کمک می‌کنند پویایی‌های منفی که مانع حرکت رو به پیش شما می‌شوند را شناسایی کنید. اگر هریک از الگوهای ذکر شده در مورد شما مصداق داشت، به راهبردهایی که در انتهای توضیحات مربوط به هر الگو درج شده است، توجه خاصی مبذول نمایید. با کمک این راهبردها می‌توانید افکار و رفتارهای خود را تغییر دهید.

شما سبک فرزندپروری

سازگاری یا ناسازگاری سبک‌ها را
کنترل کنید!

کشمکش‌های والدین مستبد و کودکان نافرمان، رنگ و بوی بحث و جدل به خود می‌گیرد. در این صورت هر دو طرف بازنده‌اند چون با یکدیگر درگیر می‌شوند و نمی‌توانند مشکل را حل کنند. در چنین وضعیتی، شما هیچ‌کاری نمی‌توانید انجام دهید چون همیشه با فرزندان سرشاخ هستید. وقتی بحث و جدل می‌کنید، نمی‌توانید مشکل را حل نمایید. هرچه بیش‌تر فشار آورید، فرزندان نیز متقابلاً بیش‌تر فشار خواهد آورد.

برای رهایی از این وضعیت و حل مشکلات باید:

- عصبانی نشوید، صدای‌تان را بلند نکنید و از هشدار دادن به فرزندان خودداری کنید.
- به حرف‌های فرزندان گوش دهید و اطمینان حاصل کنید که او نیز به حرف‌های شما گوش می‌دهد، گفت‌وگوی دوجانبه از اهمیت به‌سزایی برخوردار است.
- تا حد امکان در برخورد با بدرفتاری‌های فرزندان، آرامش خود را حفظ کنید.
- سعی کنید از شیوه‌های فرزندپروری «مساوات‌طلب» استفاده کنید که جوی از همکاری و مشارکت را در خانواده ایجاد می‌کند و سبب می‌شود فرزندان دست از جنگ قدرت بردارند و به سمت فعالیت‌های

سبک فرزندپروری مستبد/ نافرمان:

اگر سبک فرزندپروری غالب شما سبک «مستبد» و سبک ارتباطی فرزندان سبک «نافرمان» است، مدام گرفتار جنگ قدرت هستید. شکی نیست که وجود این دو سبک در کنار یکدیگر، کنترل و مدیریت روابط را بسیار دشوار می‌کند. بیش‌تر تعارضات و اختلافات در چنین خانواده‌هایی بر سر قدرت است، چون هم والدین مستبد و هم کودکان نافرمان در طلب قدرت و کنترل هستند. هر دو سعی دارند با توسل به زورگویی و غیرمنطقی‌بودن، طرف غالب تمامی تعاملات باشند. کودکان نافرمان برای به‌دست‌آوردن قدرت، به شیوه‌های مختلفی چون بدرفتاری، ایجاد دلهره و نگرانی، از کاه کوه‌ساختن و جلب توجه متوسل می‌شوند. این کودکان وقتی کنترل امور را به‌دست می‌گیرند و به آنان توجه می‌شود، احساس اهمیت می‌کنند. آنان دوست دارند والدین‌شان را به جنگ بطلبند؛ این کار سبب می‌شود هم احساس قدرت کنند و هم احساس کنند روی والدین‌شان نفوذ دارند. اعمال قوانین و محدودیت‌های زیاد، کودکان نافرمان را ناراحت می‌کند و در این صورت، ممکن است قوانین را زیر پا بگذارند.

وسعت درک

کودکی که لنگه کفشش را امواج از او گرفته بود، روی ساحل نوشت :
«دریا، دزد است!»

مردی که از دریا ماهی گرفته بود، روی ساحل نوشت :

«دریا، سخاوتمندترین سفرهی هستی است!»

موج دریا آمد و جملات را با خود محو کرد و این پیام را به جا گذاشت :

«برداشت دیگران در مورد خود را در وسعت خویش حل کنیم!»



سازنده‌تری مانند بازی، ورزش، انجام تکالیف مدرسه یا مطالعه و... برود. در این صورت، خیلی بهتر می‌توانید در صدد حل مشکلات برآیید.

■ وقتی می‌خواهید به فرزندتان دستور دهید، به زمان و مکان توجه داشته باشید.

■ شیوهی مصالحه و توافق کردن، احترام متقابل، همکاری و تصمیم‌گیری مشترک را یاد بگیرید.

سبک فرزندپروری مستبد / مشارکت طلب:

اگر از سبک فرزندپروری «مستبد» استفاده می‌کنید و فرزند «مشارکت طلب» دارید، باید تاحدودی انتظار تعارض و اختلاف نظر را داشته باشید، چون این کودکان گرایش به تقسیم قدرت دارند و مایل‌اند در تصمیم‌گیری‌های خانوادگی و حل مشکلات، مشارکت داشته باشند. در این صورت، اگر اصرار داشته باشید که حرف آخر را شما بزنید، فرزندتان از این بابت ناراحت خواهد شد. همچنین این کودکان دوست دارند به آنان مسؤولیت‌هایی داده شود اما والدین مستبد معمولاً از این کار، اکراه دارند.

توصیه‌هایی که می‌توانیم در این زمینه ارائه دهیم، عبارتند از:

■ سعی کنید از شیوه‌های فرزندپروری مساوات طلب استفاده کنید و فرزندتان را بیش‌تر در تصمیم‌گیری‌ها دخالت دهید؛ برای نمونه می‌توانید از فرزندتان بپرسید دوست دارد پیش از شام به حمام برود یا پس از شام؟ اگر به فرزندتان فرصت انتخاب بین دو گزینه را بدهید، او تاحدودی احساس استقلال می‌کند و شما نیز تاحدودی کنترل اوضاع را به‌دست خواهید داشت.

■ بیش‌تر در زندگی فرزندتان مشارکت کنید. این کودکان واکنش خوبی به مشارکت والدین در زندگی خود نشان می‌دهند. این کار به شیوه‌های مختلفی مانند حضور یافتن در بازی‌های آنان، رفتن به سینما به همراه آنان، بررسی تکالیف مدرسه، انجام کارها، همراهی آنان و صحبت کردن با آنان، امکان‌پذیر است. مهم این است که تا جایی که می‌توانید، کارها را با هم و با همکاری یکدیگر انجام دهید.

■ بیش‌تر به نظرات فرزندتان گوش دهید و اجازه دهید که آنان نیز راه‌حل‌های خود را برای مشکلات بیان کنند.

■ سعی کنید در روابط خود با آنان، تشویق‌شان کنید. بیش‌تر به موفقیت‌های‌شان توجه کنید و به‌خاطر پیشرفت‌های‌شان، به آنان پاداش دهید و حمایت‌شان کنید. با این کار، فضای مناسب‌تری را برای فرزندتان به‌وجود می‌آورید و موجب شکوفایی آنان می‌شوید.



دکتر محمد مهدی شریعت باقری

روان‌شناس و عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد

mahdi_sh_fk@yahoo.com