

آسیه شریعتمدار  
دانشجوی دکترای مشاوره

## ساختاری پیشنهادی برای آموزش خانواده

### اشاره

یکی از نقش‌های مهم مشاوره مدرسه، ایجاد ارتباط میان خانواده و مدرسه است. جلسات آموزش خانواده، می‌تواند در ایجاد این پل ارتباطی به نحو موفقیت‌آمیزی عمل کند. اگر مشاور برای آموزش خانواده‌ها هدف و روش‌های سازمان‌یافته‌ای را در نظر داشته باشد و هر سال جلسه‌های آموزش خانواده را زنجیره‌وار (و نه بدون ارتباط باهم) در جهت رسیدن به هدف‌ها، برنامه‌ریزی کند، احتمال توجه به جلب همکاری خانواده‌ها بیشتر می‌شود. در این بخش برآنیم برای آموزش خانواده‌ها، ساختاری پیشنهادی ارائه کنیم که ابتدا به ایجاد خودآگاهی بیشتر نسبت به روش‌های تربیتی موجود می‌پردازد و سپس شیوه‌های جایگزین را ارائه می‌کند.

### مقدمه

در سال گذشته ساختاری پیشنهادی برای آموزش خانواده با محورهای خانواده و ابعاد فردی، اجتماعی و تاریخی ارائه کردیم. امسال ساختار آموزش خانواده را تمرکز بر شیوه‌های فرزندپروری خانواده و تأثیر آن بر رشد و سلامت فرزندان، قرار خواهیم داد. اما پیش از آن که وارد بحث آموزش خانواده شویم، جهت ترغیب شما مشاوران به کسب خودآگاهی بیشتر نسبت به شیوه‌های عملکردتان سوالاتی را مطرح می‌کنیم:

وقتی قصد دارید رفتاری را در دیگران شکل دهید؛ از چه شیوه‌هایی استفاده می‌کنید؟ آیا با آموزش شیوه درست رفتار موافقت می‌کنید؟ آیا از آن دسته افرادی هستید که اعتقاد دارند افراد باید با کسب تجربه، آزمون و خطا رفتارهای جدید را بیاموزند؟ آیا برای شکل‌دهی رفتار یا عادت‌ها به ایجاد مرزبندی و محدودیت قائلید؟ آیا از آن دسته افرادی هستید که برای شکل‌دهی رفتار با هر فرد براساس ارزیابی سن، میزان توانایی و استعداد، ظرفیت و موقعیت فرد، برخورد می‌کنید؟ سبک تربیتی شما چیست؟ در عمل چه قدر توانسته‌اید با ایجاد محدودیت، رفتاری را در دانش‌آموزان شکل دهید؟ در اعمال شیوه‌های تربیتی چه قدر قاطعیت و انعطاف دارید؟ نگرش شما در این زمینه‌ها احتمالاً بر اهداف و شیوه‌های آموزش خانواده‌ها تأثیر گذار خواهد بود.

مشاوران مدرسه در ارتباط با خانواده بارها در برابر این سؤال قرار می‌گیرند که من با فرزندم چه رفتاری داشته باشم؟ چه قدر برای او محدودیت ایجاد کنم؟ امروزه غالب والدین عقیده دارند که نوجوانان و کودکان، آزادی بی‌حد و حصری می‌خواهند، در حالی که این آزادی برای آنان خطرناک است. آنان عقیده دارند ایجاد محدودیت، بهترین راه است چون فرزندان آمادگی خودمختاری را ندارند. و در صورت ایجاد فضایی

آزاد، مشکلات رفتاری بروز می‌کند. شما مشاوران حتماً با والدین درممانده‌ای برخورد کرده‌اید که از دست فرزند خود به تنگ آمده‌اند و نمی‌توانند به هیچ عنوان رفتارهای او را بپذیرند؛ و فرزندشان نیز به هیچ وجه تابع مقررات خانواده نیست، چه می‌توانیم بکنیم که بین هر نسل، نزدیکی بیشتری برقرار کنیم؟ آیا این گسیختگی نسلی گریزناپذیر است و شیوه‌های تربیتی که به این الگو منجر می‌شوند، کدامند؟ چگونه می‌توان از طریق شیوه‌های صحیح تربیتی این شکاف نسلی را به حداقل رساند؟

پیش از آن که پاسخ والدین به صورت مستقیم داده شود، ابتدا آنان را ترغیب کنید تا خودآگاهی بیشتری نسبت به شیوه‌های تربیتی خود کسب کنند و بین رفتارهای تربیتی و رفتارهای فرزندشان رابطه‌ای برقرار سازند. اگر والدین بجای آن که ذهن خود را به رفتار نامطلوب فرزند متمرکز کنند، نسبت به رابطه‌ی رفتار خود با عکس‌العمل فرزندشان خودآگاهی پیدا کنند، دیگر نسبت به فرزند خود احساس خشم ندارند و از رابطه خود با او احساس درماندگی نمی‌کنند. بنابراین جلسات آموزش و راهنمایی خانواده را با این سوالات (و سوالات دیگری که در جریان برخورد با خانواده‌ها به نظرتان می‌رسد) آغاز کنید:

من در طول رشد فرزندم چه محدودیت‌هایی را برای او ایجاد کرده‌ام؟ در دوران مختلف رشد، او در انجام چه کارهایی و گرفتن چه تصمیم‌هایی آزاد بود. آیا در دوران رشد او تغییراتی در محدودیت‌ها و روش‌های تربیتی خود اعمال کرده‌ام؟ آیا آزادی‌هایی که به او داده‌ام به دنبال لجبازی‌ها، قشقورق به‌پا کردن‌ها و پیروی نکردن کودک از دستورات و مقررات بوده است و من مجبور به تسلیم و واگذاری اختیارات شده‌ام یا براساس یک جست‌وجوی واقع‌بینانه و مبتنی بر حس غریزی هماهنگ

با نیازهای فرزندم به او استقلال و اختیارات لازم را داده‌ام، وقتی می‌بینم روش‌ها به نتیجه‌ی مناسب و دلخواه منجر نمی‌شود آیا دایره‌ی مرزبندی‌ها را محدودتر می‌کنم؟ آیا بر روش‌های گذشته همچنان پافشاری می‌کنم و نسبت به فرزندم که مرا به بن‌بست کشانده است احساس خشم پیدا می‌کنم یا به بررسی علت عدم موفقیت می‌پردازم و تغییر رویه می‌دهم؟ دیدگاه‌های من در مورد فرزندم چه قدر با دیدگاه اطرافیان، معلمان و... هماهنگ است؟ آیا درک من از او مطابق واقعیت بیرونی است یا ناشی از هیجانات منفی درونی من نسبت به اوست؟ آیا درک من از فرزندم متغیر، پویا و سیال است و همراه با تجارب جدید به شناخت تازه‌ای از فرزندم می‌رسم یا ثابت است و غیرقابل تغییر؟

از طرف دیگر شیوه‌های تربیتی پدر و مادر ما با ما چگونه بوده است و ما چه احساسی نسبت به آن شیوه‌ها داریم؟ آیا هنوز از روش‌های تربیتی پدر و مادرم دلخوری‌هایی داریم؟ آیا از آن گله‌مندیم؟ جنبه‌ی سومی که باید قبل از آموزش خودآگاهی، والدین را نسبت به آن برانگیزانیم اعتقادات و باورهای فرزندان ما و رابطه‌ی این باورها با محیط تربیتی خانواده است. آیا فرزند ما شانس، سرنوشت، اتفاقات و رویدادهای بیرونی را باور دارد؟ آیا برای رسیدن به هدفش تلاش می‌کند؟ آیا دارای انگیزه‌ای قوی برای پیشرفت و شکوفایی است یا فردی بی‌تفاوت، بی‌تحرک، متوقع و ناراضی است؟

## آیا تغییر سبک فرزندپروری ممکن است؟

شما مشاوران به این سؤال چگونه پاسخ می‌دهید؟ آیا بدون این که بر دانش خود تکیه کنید شخصاً به امکان تغییر کردن، اعتقاد دارید؟ آیا می‌توان سبک فرزندپروری و خلق و خویهای

والدین را که در طی سال‌ها شکل گرفته و جزئی از منش فرد شده است، تغییر داد؟ نگرش شما در این مورد بر نحوه‌ی آموزش و برخورد شما با والدین تأثیرگذار خواهد بود. اگر شما شخصاً به تغییر قائل باشید حتماً تجاربی دارید که آن‌ها را به والدین انتقال دهید. اما اگر فقط براساس دانش روان‌شناختی خود به آموزش سبک‌های فرزندپروری اقدام کنید، تنها به انتقال دانش خود پرداخته‌اید؟ با آگاهی یافتن از نگرش خود می‌توانید در صورت لزوم همین نگرش را هم تغییر دهید. نگرشی که بر ثبات رفتارها، خلق و خو و منش اصرار می‌ورزد نمی‌تواند امید به تغییر را در دیگران القا کند.

برای ایجاد تغییر در سبک فرزندپروری سه گام لازم است: الف- خودآگاهی نسبت به شیوه‌ی موجود، درک ضرورت ایجاد تحول و تصمیم‌گیری برای تغییر ب- تغییر هدف والدین مثلاً از این که هدفشان وادار کردن فرزند به تبعیت از والدین باشد به این سمت تغییر کند که شکوفایی و بالندگی را در فرزند خود تقویت نمایند یا از مبارزه‌ی قدرت با فرزند به سمت ابراز عواطف مثبت و جلب و جذب و همراهی با او تغییر هدف دهند و ج- تغییر احساسات به این صورت که والدین بررسی کنند تا به حال با نتیجه گرفتن از شیوه‌های والدین نسبت به فرزندشان چه احساسی پیدا کرده‌اند؟ در خلوت و سکوت با خود چه می‌گویند؟ آیا در مورد خود احساس ناتوانی و گناه دارند؟ آیا خود و فرزندشان سرزنش می‌کنند؟ این احساسات مانع تغییرند و لازم است برای تغییر آن‌ها افکار زیربنایی این احساسات را کندوکاو کنیم و آن‌ها را تغییر دهیم: آیا من مادر بدی هستم؟ آیا آدم بی‌عرضه و کم‌طاقتی هستم؟ آیا می‌توانم نسبت به خود نگرش مثبت‌تری پیدا کنم؟ برای این کار از کجا باید شروع کنم؟ (دینک میرودینک میر دینک میر و دینک میر و گری مکی، ۱۳۸۶)

## هماهنگی در شیوه‌های فرزندپروری

پدر و مادرها همیشه در مورد روش پرورش فرزندشان توافق نظر ندارند و اختلافات آن‌ها با بزرگتر شدن فرزندشان شدت می‌یابد. اختلافات شدید پدر و مادرها در این زمینه تأثیرات سوئی بر سازگاری کودکان خواهد گذاشت. در صورت وجود اختلاف در این زمینه، فرزندپروری والدین چندان مؤثر و کارآمد نخواهد بود. پدر و مادرهایی که در مورد شیوه‌های فرزندپروری اتفاق نظر ندارند، غالباً از روش‌های نامناسبی استفاده می‌کنند. آن‌ها با پدر و مادرهای کارآمد اختلاف نظر دارند. در واقع آن‌ها با هیچ‌کس اتفاق نظر ندارند. تولستوی داستان‌نویس بزرگ روسی، می‌گوید تمام خانواده‌های خوشبخت شبیه یکدیگرند ولی هیچ خانواده‌ی بدبختی شبیه دیگری نیست (به نقل از کاپلان، ۱۳۸۱).  
نه تنها هماهنگی بین پدر و مادر در شیوه‌های فرزندپروری ضروری است بلکه باید بین نهادهای مختلف تربیتی هم، هماهنگی وجود داشته باشد. بنابراین مشاوران در کنار آموزش خانواده خوب است جو تربیتی مدرسه را هم مد نظر قرار دهند. اگر قرار است در خانواده جوی استبدادی وجود نداشته باشد، لازم است این جو در مدرسه هم حاکم نباشد و گرنه تعارض میان خانواده و مدرسه باز هم مشکلاتی را ایجاد خواهد کرد که در جای خود به این امر خواهیم پرداخت.  
در شماره‌های آینده به شیوه‌های فرزندپروری و تأثیر آن‌ها بر فرزندان خواهیم پرداخت.

### منابع

۱. دینک میر، دان؛ مکی، گری و دینک میر، دان (پسر). (۱۳۸۶). راهنمای فرزندپروری موفق، (مجید رئیس‌دانا، مترجم)، تهران: انتشارات رشد.
۲. کاپلان، پاول. (۱۳۸۱). روان‌شناسی رشد، سفر پرماجرایی کودک، (مهرداد فیروزبخت، مترجم)، تهران: انتشارات رسا (تاریخ انتشار به زبان اصلی، ۲۰۰۰)