



روابط والدین و فرزندان، نظام و شبکه‌ی درهم پیچیده‌ای است که در اثر کنش متقابل شکل می‌گیرد. این نظام با نظام‌های گسترده‌تر مثل محله، جامعه و کشور در ارتباط است و به صورت مستقیم و غیرمستقیم از طریق روش‌های تربیتی روی فرزندان تأثیر می‌گذارد. در این میان تأثیر خانواده، بر فرایند رشد بسیار بارز می‌باشد. جو حاکم بر خانواده و رفتار والدین در چگونگی احساس فرد از خود و توانایی‌هایش مؤثر است.

در واقع فرزندپروری کار ساده‌ای نیست. این فرایند مستلزم تلاش و پشتکار، صرف وقت، شکیبایی، آمادگی مداوم برای پذیرش خطا و تعدیل رفتار تربیتی، باز بودن در برابر تجرب حاصل از نتایج و پیامدهای شیوه‌های تربیتی،

وقتی انتظارات و توقعات والدین یعنی آرمان‌های آنان در مورد فرزندان‌شان با توجه به واقعیت وجودی آنان باشد، تصویری که کودک از خود می‌آفریند، بسیار غنی و سازنده است و همین عامل موجب ایجاد اعتماد به نفس در فرزندان می‌شود

راهبردهای راهنمایی و آموزش خانواده | **شماره ۴۴** |
دوره‌ی پنجم / شماره‌ی ۲ / زمستان ۸۸

شیوه‌های فرزندپروری

آسیبه شریعتمدار

دانشجوی دکترای مشاوره

کلید واژه‌ها: انتظارات والدین،

شیوه‌های فرزند پروری،

والدین سخت گیر،

والدین سهل گیر



یادگیری و گاه راهنمایی و مشاوره و بالاخره کسب خودآگاهی است. مگر یادگیری حروف الفبا یا هر مهارت دیگری بدون تلاش مداوم ممکن است؟ شیوه‌های تربیتی فرصتی است که فرزندان بتوانند، در شرایط موجود به وسیله‌ی ارزیابی روابط خود با دیگران تصویری مثبت از خویش بیافرینند. وقتی انتظارات و توقعات والدین یعنی آرمان‌های آنان در مورد فرزندان نشان با توجه به واقعیت وجودی آنان باشد، تصویری که کودک از خود می‌آفریند، بسیار غنی و سازنده است و همین عامل موجب ایجاد اعتماد به نفس در فرزندان می‌شود. از طرف دیگر، سطح انتظار کودک از خود و دنیای اطراف هم به شیوه‌های تربیتی خانواده برمی‌گردد.

مهارت‌های فرزندپروری شامل یادگیری مطالبی درباره‌ی چگونگی رشد و رفتار کودکان و درک این که در هر سنی چه رفتاری را از آن‌ها باید انتظار داشت، یادگیری راه‌های مثبت و مؤثر برای کنار آمدن با رفتارهای ناشایست، کسب مهارت در اطمینان خاطر دادن و محبت کردن به فرزندان و یادگیری خوب گوش دادن و صریح و قاطع صحبت کردن می‌شود.

پیش از ورود به شیوه‌های فرزندپروری، برای کسب خودآگاهی در مورد کاربرد شیوه‌های زیر در ارتباط با فرزندان ببینید:

– آیا شما محدودیت‌های غیرمنطقی اعمال می‌کنید، به کودکان آزادی نمی‌دهید یا آزادی کمی می‌دهید؟

– آیا آزادی بدون قید و شرط و محدودیت به آن‌ها می‌دهید و آن‌ها را به حال خود می‌گذارید تا همه‌چیز را خود تجربه کنند؟

– آیا بین آزادی و محدودیت تعادلی ایجاد می‌کنید؟

دانشمندان علوم تربیتی در بررسی شیوه‌های فرزندپروری، رفتار والدین را به دو دسته تقسیم می‌کنند: الف – پذیرش، محبت و گرمی در برابر طرد و خصومت، ب – سهل‌گیری، آزادی و خودمختاری دادن در برابر سخت‌گیری، کنترل، استبداد و توقع بالا داشتن. با توجه به این موضوع،

شیوه‌های فرزندپروری و پیامدهای آن در سه طبقه قرار می‌گیرد:

– والدینی که دایم دستور می‌دهند و فرزندان خود را طرد می‌کنند، موجب می‌شوند که فرزندان نشان یا دعوا و رقابت را در پیش گیرند یا به این باور برسند که راه دستیابی به احساس تعلق، رئیس بودن است.

– والدینی که اهل تسلیم هستند و گاه کودک را به حال خود رها می‌کنند و گاه او را مورد توجه افراطی قرار می‌دهند، سبب می‌شوند فرزندان به این باور برسند که فقط آن‌چه به او مربوط است، اهمیت دارد و خواسته‌های هیچ‌کس دیگری مهم نیست.

– والدینی که به فرزندان حق انتخاب می‌دهند و با آن‌ها با محبت و صمیمیت رفتار می‌کنند و در عین حال محدودیت‌های معقول ایجاد می‌نمایند، به فرزندان خود یاد می‌دهند که همکاری با مردم راهی برای با هم زیستن است. فرزندان چنین والدینی به این باور می‌رسند که همه‌ی مردم مهم هستند

این شماره را به شیوه‌ی اخیر یعنی شیوه‌ی فرزندپروری متعادل اختصاص می‌دهیم و در دو شماره‌ی بعد شیوه‌های دیگر را بررسی خواهیم کرد.

شیوه‌ی فرزندپروری متعادل

گفتیم یکی از ابعاد شیوه‌های فرزندپروری، محبت والدین به فرزندان است. اگر والدین فضایی ایجاد کنند که فرزندان بتوانند در منزل احساس آسودگی، آرامش و امنیت کنند، به والدین اعتماد خواهند کرد و مسائل خود را با آنان در میان خواهند گذاشت. تهدید، سرزنش، تکیه بر نقاط ضعف و گوش به زنگ بودن در مقابل خطاهای فرزندان در آنان احساس ناامنی ایجاد می‌کند. برعکس خانواده‌ی با محبت، نوازشگر، مهربان و آرام موجب احساس امنیت و ایجاد جوی مبتنی بر اعتماد به یکدیگر می‌شود. اگر والدین هر روز هم به فرزندان بگویند که دوستش دارند به او آسیبی از حیث لوس شدن وارد نمی‌کنند.

والدین موفق به فرزندان نشان می‌دهند که او برای آن‌ها منبع شادی و خوش‌بختی است. یافتن نقاط قوت و ستایش صمیمانه‌ی فرزند، در جایی که واقعاً استحقاق آن را داشته باشد نیز به او احساس دلگرمی و امنیت می‌دهد. پژوهش‌ها نشانگر رابطه‌ی بین میزان ابراز محبت والدین به فرزندان و تعادل و سازگاری روانی آنان است.

این تصور غلطی است که ابراز محبت به فرزندان موجب لوس شدن آنان می‌شود. برعکس، لوس شدن ناشی از دادن امتیازات به جای محبت، چشم‌پوشی مدام از خطا، داشتن انتظارات اندک از فرزند و خرید هدیه‌های لوکس و تشویق مکرر مادی است. وقتی والدین حدودی برای فرزندان قائل نمی‌شوند یا به خاطر مهربان جلوه‌دادن خود انتظارشان را از آنان کم می‌کنند یا اسباب‌بازی و جایزه را جایگزین محبت واقعی، خالصانه و بی‌شائبه می‌نمایند، کودک آسیب می‌بیند. اما چنانچه فرزندان احساس کنند که والدین صادقانه آنان را دوست دارند احساس امنیت و بی‌نیازی از دیگران می‌کنند. متأسفانه گاهی والدین آن‌قدر درگیر رشد ذهنی و درس فرزندان می‌شوند (و باز هم متأسفانه گاهی مدارس و جامعه این شیوه‌ها را

دانشمندان علوم تربیتی در بررسی

شیوه‌های فرزندپروری، رفتار والدین را به

دو دسته تقسیم می‌کنند: الف – پذیرش،

محبت و گرمی در برابر طرد و خصومت، ب

– سهل‌گیری، آزادی و خودمختاری دادن

در برابر سخت‌گیری، کنترل، استبداد و

توقع بالا داشتن

تشویق یا تحمیل می‌کنند) که نیازهای اساسی‌تر از قبیل امنیت، توجه و محبت را نادیده می‌گیرند. نتیجه، ایجاد روابطی متقابل است که مدام به احساس ناکامی والدین و فرزندان منجر می‌شود.

در گروه اول شیوه‌های فرزندپروری، علاوه بر محبت، ستایش پیشرفت‌ها و موفقیت‌های فرزندان نیز مهم است و سبب اعتماد به نفس و دلگرمی آنان می‌شود. ستایش باید متوجه محصول کار و

دستاوردهای فرزند شود؛ نه اینکه به خاطر کاری که کرده است نسبت به او بیشتر اظهار محبت گردد. چون در این صورت در مورد او قضاوت شده است. فرزندان نباید احساس کنند محبت و دوست داشتن منوط به موفقیت آنان می‌باشد. به علاوه، بهتر است ستایش معطوف به تلاش و موفقیت فرزند باشد نه خصوصیات ذاتی و طبیعی او. اگر فرزند را مثلاً به خاطر هوشش ستایش کنیم، ممکن است او را دچار غرور کرده و این موهبت ذاتی را ضایع کنیم. اما اگر فرزند به خاطر سخت‌کوشی و تلاش زیاد ستایش شود، در صورت شکست‌های احتمالی، مسئله را به ویژگی‌های ذاتی معطوف نمی‌کند و به خودش می‌گوید، دفعه‌ی بعد بیشتر تلاش خواهم کرد.

گروه دیگر از شیوه‌های فرزندپروری، آسان‌گیری در برابر سخت‌گیری و یا در واقع نحوه‌ی پرداختن به امر انضباط و میزان محدودیت‌های اعمال شده است. والدین کارآمد انتظاراتی از فرزندان دارند و مایلند فرزند مطابق آن انتظارات عمل کند. به منظور تحقق این هدف، انتظارات باید روشن و قابل درک باشند. اگر انتظارات به روشنی بیان نشوند، احتمال دارد کودک یا نوجوان تصور کند، همان کاری را می‌کند که والدین از او انتظار دارند. انتظارات باید برای فرزند قابل درک باشند. در غیر این صورت او همواره در حال تلاش برای رسیدن به اهداف دست‌نیافتنی خواهد بود. این امر موجب جریحه‌دار شدن احساسات او می‌شود.

بچه‌ها در تمام سنین، حتی وقتی به نوجوانی رسیده باشند، نیاز به راهنمایی‌ها و دستورالعمل‌های

بچه‌ها در تمام سنین، حتی وقتی به نوجوانی رسیده باشند، نیاز به راهنمایی‌ها و دستورالعمل‌های مشخص و روشن دارند. والدین در تشریح انتظارات خود، لازم است انتظارات را با تمام جزئیات شرح دهند

مشخص و روشن دارند. والدین در تشریح انتظارات خود، لازم است انتظارات را با تمام جزئیات شرح دهند. علت دیگر روشن نبودن انتظارات این است که آن انتظارات برای خود والدین هم روشن نیستند. در این صورت هیچ راهی وجود ندارد تا فرزند بفهمد آن‌ها چه می‌خواهند. مثلاً وقتی که والدین عادت دارند فرزند خود را با دیگران مقایسه کنند، انتظاراتشان روشن نخواهد بود. آن‌ها هرگاه در کودکی دیگر برتری نسبت به فرزند خود می‌بینند، به سرزنش فرزند خود می‌پردازند. این کار به پرخاشگری یا خشم پنهان و احساس ناکامی در کودک منجر می‌شود.

هدف از ایجاد محدودیت و بیان انتظارات، هدایت فرزندان به سوی مسئولیت‌پذیری و آموزش انضباط خودکار است. آنان با این کار یاد می‌گیرند با دیگران همکاری کنند و به حقوق آنان احترام بگذارند. یاد می‌گیرند که هم نیازهای دیگران مهم است و هم نیازهای آنان و نباید جهت ارضای نیازهای خود، حقوق و نیازهای دیگران را نادیده بگیرند.

شیوه‌های غالب والدین برای اعمال انضباط، توسل به محرومیت و تنبیه و دادن پاداش است. در حالی که تنبیه به کودکان می‌آموزد که از والدین بترسند و از آن‌ها بدشان بیاید و این مغایر با بعد محبت و دلگرمی دادن است. تنبیه به رابطه‌ی سالم خدشه وارد می‌نماید و عزت‌نفس فرزندان را کم می‌کند. تنبیه به فرزندان یاد می‌دهد که خودشان هم می‌توانند دیگران را مثلاً از راه قلدری کردن تنبیه کنند.

پاداش هم شیوه‌ی پهنه‌ی ایجاد انضباط نیست. پاداش به کودکان یاد می‌دهد که چیزی به دست آورند، نه این‌که اهل همکاری باشند. پاداش، مدام باید افزایش یابد و گرنه اثرش از بین می‌رود. در اعمال محدودیت، باید احترام فرزندان رعایت شود. هنگام ایجاد محدودیت لازم است به فرزندان حق انتخاب داده شود و محدودیت مطلق و صددرصد نباشد. برای رسیدن به این

هدف والدین باید به جای نهي مداوم از کاری که انتظارش را ندارند، حد و مرز را به صورت مثبت اعمال کنند. مثلاً به جای آن که بگویند الان نمی‌گذارم تلویزیون تماشا کنی، می‌توانند بگویند پس از انجام تکالیف مدرسه می‌توانی تلویزیون تماشا کنی. در این موارد لحن والدین بسیار مهم است. والدین باید قاطع و مهربان باشند. قاطع بودن حاکی از آن است که آنان انتظار همکاری دارند و در ضمن برای شخص مقابلشان ارزش قائلند. لازم است در صدا و لحن والدین آرامش و صمیمیت وجود داشته باشد. جهت ایجاد حد و مرز، شیوه‌ی مناسب این است که والدین کمتر حرف بزنند و بیشتر عمل کنند. بنابراین چنانچه فرزند مثلاً تکالیف خود را نمی‌نویسد، سرزنش، تهدید و تذکر مداوم مفید نیست. در عوض اجرای پیامد رفتار، احتمال وقوع رفتار مطلوب را در آینده بیشتر می‌کند. والدین نباید با فرزند دعوا کنند و سپس تسلیم آن‌ها شوند. گاهی فرزندان یاد می‌گیرند که با جر و بحث و نق زدن یا لجبازی کردن والدین خود را وادار به تسلیم شدن کنند. این کار موجب ضایع شدن حد و مرزها می‌شود. والدین باید به فرزند احترام بگذارند و گاهی در موقعیت مناسب با او تبادل نظر کنند و به حرف‌هایش گوش دهند. این کار به فرزند می‌آموزد که در صورت موافق نبودن با حد و مرزها به جای لجبازی، با والدین صحبت کند. این گفت‌وگوی فرزند با والدین، نامناسب بودن برخی حد و مرزها را مشخص می‌کند و این امکان را به والدین می‌دهد که آن‌ها را تعدیل نمایند.

منابع

۱. اشتاینبرگ، لارنس. (۱۳۸۷). ده اصل ثابت فرزندپروری، (مهرنوش عابر، مترجم). تهران: انتشارات رشد.
۲. دینک میر، دان؛ مکی، گری و دینک میر، دان (پسر). (۱۳۸۶). راهنمای فرزندپروری موفق، (مجید رئیس دانا، مترجم). تهران: انتشارات رشد.
۳. مهرابی‌زاده، مهناز؛ نجاریان بهمن؛ بحرینی، شهناز. (۱۳۷۹). رابطه‌ی شیوه‌های فرزندپروری با سلامت روانی و هماهنگی مؤلفه‌های خودپنداشت. مجله روان‌شناسی، شماره ۱۳، صص ۹۵ - ۸۳.