

اشاره

در شماره‌های پیشین گفتیم که شیوه‌های تربیتی والدین می‌تواند بر شخصیت آینده‌ی فرزندان تأثیرگذار باشد. در سراسر دنیا یکی از پذیرفته‌شده‌ترین باورها در امر تربیت، مربوط به تأثیر استفاده والدین از اقتدار و موقعیت خود برای کنترل و راهنمایی فرزندان است. تصور غالب این است که والدین عاقل ترند و فرزندان به کنترل آن‌ها نیاز دارند. اما برای بررسی این باور لازم است در مورد معنای تسلط موشکافی دقیقی به عمل آید. والدین به خوبی در مورد ضرورت تسلط و کنترل، سخنرانی می‌کنند؛ اما نمی‌توانند حدود و ماهیت این تسلط و حتی منبع آن را تعریف و مشخص کنند.

به این گفتمان توجه کنید: «ما می‌دانیم که چه چیزی برای تو بهتر است.» یا «وقتی بزرگ‌تر شوی می‌فهمی که درست گفته‌ایم.» در حالی که همین والدین در بسیاری از مسائل خود درمانده‌اند، نتیجه‌ی این گفتمان، احساس حقارت، بی‌ارزشی، ترس از والدین و احساس گناه نسبت به خطاها و اشتباهات است

تصویر کودکان از والدین خود


کودکان درباره‌ی والدین خود تصویری آرمانی دارند. آن‌ها والدین خود را هم بزرگ‌تر و قوی‌تر و هم داناتر و شایسته‌تر می‌دانند. آن‌ها صفات، ویژگی‌ها و قدرت‌هایی را به والدین نسبت می‌دهند که بیش از آن‌که واقعیت داشته باشد، ناشی از تصویر آرمانی‌شان است، در حالی که دانایی همیشه به سن بستگی ندارد. خیلی از اوقات بزرگ‌ترها به خرافاتی اعتقاد دارند که مخالف دانایی است. اما برای والدین اغلب مشکل است که بپذیرند و اذعان کنند که چیزی را نمی‌دانند. بنابراین در حالی که خود کودکان میان خود و والدینشان اختلاف زیادی می‌بینند، پدران و مادران هم به این پندار دامن می‌زنند. به این گفتمان توجه کنید: «ما می‌دانیم که چه چیزی برای تو بهتر است.» یا «وقتی بزرگ‌تر شوی می‌فهمی که درست گفته‌ایم.» در حالی که همین والدین در بسیاری از مسائل خود درمانده‌اند، نتیجه‌ی این گفتمان، احساس حقارت، بی‌ارزشی، ترس از والدین و احساس گناه نسبت به خطاها و اشتباهات است. والدین حتی حاضر نیستند به تجارب گذشته‌ی خود برگردند و اشتباهات امروز فرزندان‌شان را عیناً در گذشته‌ی خود ببینند. استفاده والدین از این

اهرم قدرت (چون کودکان آن‌ها را منبع پراهمیتی می‌دانند) برای تأثیرگذاری بر فرزندان نوعی تسلط کاذب است.

سوءاستفاده از منبع تسلط

اما منبع دیگر تسلط که واقعی‌تر است، از آن‌جا ناشی می‌شود که والدین مالک چیزهایی هستند که کودکانشان به آن‌ها نیاز دارند. والدین به دلیل وابسته بودن کودک برای ارضای نیازهایش، بر فرزندان خود تسلط دارند. به همین دلیل والدین قدرت پاداش دادن دارند. این منبع تسلط می‌تواند برای کودکان دو ناراحتی ایجاد کند (در صورت ارضا نکردن نیازها به عنوان تنبیه). پدر و مادر با ارضا نکردن نیازهای کودک می‌توانند او را به انجام رفتاری تشویق و از رفتار خاصی بازدارند. این کاری است که غالباً والدین برای تغییر رفتار کودک انجام می‌دهند. در واقع پدر و مادر از تسلط خود برای مجبور ساختن کودک به انجام کاری یا بازداشتن او از انجام کاری دیگر استفاده می‌کنند. این روش در سنین پایین که دامنه‌ی رفتاری کودک محدود است، برای شکل‌دهی رفتار مؤثر است. چون پدر و مادر مجبور نیستند که صبر کنند تا رفتار موردنظر به‌طور خودبه‌خودی اتفاق بیفتد و سپس آن را تشویق کنند. آن‌ها می‌توانند با گفتن این که

ساختاری پیشنهادی
برای آموزش خانواده
شیوه‌های فرزندپروری:
روش استبدادی و سلطه‌گرانه



والدین مالک چیزهایی هستند که
کودکانشان به آن‌ها نیاز دارند. والدین
به دلیل وابسته بودن کودک برای ارضای
نیازهایش، بر فرزندان خود تسلط دارند.
به همین دلیل والدین قدرت پاداش دادن
دارند. این منبع تسلط می‌تواند برای
کودکان دو ناراحتی ایجاد کند

براساس نظریه‌ی خود رهبری (ریان و
دسی، ۲۰۰۰) وقتی نیازهای فرد برای
رقابت، وابستگی و خودمختاری ارضا
می‌شود، احتمالاً انگیزش درونی برانگیخته
می‌شود افراد دارای انگیزش درونی، در
انجام فعالیت‌های خود، توجه، هیجان و
اعتماد به نفس بیشتری دارند

کاری را انجام دهد که ناشی از کمبود و آرزوی خود آن‌هاست و به نیازها و توانایی‌های کودک مربوط نیست.

✓ والدین باید از پاداش و تنبیه‌هایی استفاده کنند که برای کودک جذابیت داشته باشد تا ضامن عمل باشد و این مستلزم این است که مدام در این مورد فکر و برنامه‌ریزی کنند. در حالی که این فکر و برنامه‌ریزی را می‌توانند در زمینه‌ی روش‌های مثبت‌تر تربیتی به کار گیرند.

✓ والدین باید مدام، سلطه‌گری خود را حفظ کنند؛ یعنی کودک را در حالتی از ضعف، محرومیت و وابستگی نگه‌دارند و گرنه دیگر این روش کارایی لازم را نخواهد داشت. به این گفتمان والدین توجه کنید: «ما تأثیر خود را بر فرزندمان از دست داده‌ایم. او قبلاً خیلی به ما احترام می‌گذاشت. اما دیگر نمی‌توانیم بر او کنترل داشته باشیم. دیگر نمی‌توانیم فرزندمان را مجبور کنیم که به حرف‌های ما گوش دهند.»

✓ فرزندان وقتی کنترل شدید باشد، در دوران نوجوانی و حتی از آغاز کودکی درمی‌یابند در صورتی که لجبازی کنند، قشقرق به راه اندازند، داد و فریاد کنند و بر خواسته‌ی خود پافشاری کنند، والدین خسته خواهند شد و از موضع خود عقب خواهند نشست. در این صورت در واقع فرزندان راهی را کشف کرده‌اند که رفتار والدین را کنترل کنند. این شیوه‌ی رفتاری به شکل‌گیری شخصیتی ضداجتماعی منجر می‌شود.

✓ اما تأثیر به خصوصی که سلطه و کنترل والدین بر فرزندان می‌گذارد - که در این گفتار ما بر آن تمرکز کرده‌ایم - شکل‌گیری انگیزش بیرونی و در واقع کانون کنترل بیرونی است. انگیزش بیرونی، افراد را به انجام دادن کارهایی سوق می‌دهد که نتایجش خوشایند است و یا موجب می‌شود که از رفتاری ناخوشایند دوری کنند یعنی مبتنی بر ادراک افراد از پاداش و تنبیهی است که پی‌آمد فعالیت است. اما در انگیزش درونی، فرد بر اساس علاقه‌ی

اگر این کار را بکنی تشویق می‌شوی، بر کودک تسلط یابند.

آثار سلطه‌گری و کنترل کودکان

✓ مهم‌ترین اثر سلطه‌گری این است که کودک فرصت شناخت نیروهای درونی خود را از دست می‌دهد. چرا که اگر بر طبق خواسته‌ی والدین عمل کند در واقع از توانمندی‌های درونی و امکانات خود فاصله گرفته و با واقعیت خود بیگانه شده است و اگر طغیان کند، دارای شخصیتی دفاعی و واکنشی خواهد شد که مدام در برابر تهدیدهای احساس شده، باید از خود دفاع کند. در واقع مهم‌ترین موهبت الهی انسان آزادی اوست. مخلوقات به نسبت مرتبه‌ی وجودی خود از آزادی بیشتری برخوردارند. جمادات آزادی ندارند. گیاهان به نسبت جمادات آزادی بیشتری دارند. آن‌ها رشد می‌کنند. حیوانات آزادی حرکت دارند اما نمی‌توانند خارج از چهارچوب غرایز خود، به انتخاب شیوه‌ی زندگی بپردازند. انسان دارای این آزادی است و کسی که بخواهد در مقام تربیت با سلطه‌گری و کنترل رفتار، انسان را در جهت خاصی شکل دهد، مخالف مسیر خلقت و آفرینش عمل می‌کند. کودکان وقتی احساس کنند آزادی عمل ندارند، نسبت به کسانی که آزادی آن‌ها را سلب کرده‌اند، احساس خصومت و دشمنی می‌کنند. به همین علت استفاده از سلطه و کنترل برای شکل‌دهی رفتار، کودکان را به انسان‌هایی عصبی و مضطرب تبدیل خواهد کرد.

✓ پدران و مادران خیلی از اوقات وعده‌ها و وعیدهایی را که برای شکل‌دهی رفتار به فرزندان داده‌اند، فراموش می‌کنند و این موجب می‌شود که کودک یاد بگیرد بین پاداش و تنبیه (یا وعده‌ها و وعیده‌ها) و رفتار او ارتباط چندانی وجود ندارد.

✓ همه‌ی پدرها و مادرها کمبودها، تعصبات و آرزوهایی دارند که ممکن است آن‌ها را وادارد از سلطه‌گری خود استفاده و فرزند خود را وادارند،

انگیزش درونی در اثر تنبیه، تهدید به تنبیه شدن و ارزشیابی‌های تحت فشار (مثل امتحانات سخت) و قرار دادن ضرب‌الاجل برای فرد و حتی رهنمود دادن، تضعیف می‌شود

کودک در سال‌های اولیه، دارای انگیزش درونی است. اما به مرور فعالیت‌های خودانگیزخته توسط کنترل‌های والدین، معلمان، همسالان، همکاران، آداب و رسوم و قوانین، از بین می‌رود

خود به فعالیت می‌پردازد.

بر اساس نظریه‌ی خود رهبری (ریان و دسی، ۲۰۰۰) وقتی نیازهای فرد برای رقابت، وابستگی و خودمختاری ارضا می‌شود، احتمالاً انگیزش درونی برانگیخته می‌شود. بنابراین اگر خودمختاری فرد ارضا نشود، به سطح انگیزش درونی نخواهد رسید. افراد دارای انگیزش درونی، در انجام فعالیت‌های خود، توجه، هیجان و اعتماد به نفس بیشتری دارند. این افراد در انجام تکالیف، از عملکرد، خلاقیت و پشتکار بهتری برخوردارند و عزت نفس و سلامت ذهنی بالاتری را گزارش می‌دهند. این جنبه‌ها حتی در صورتی که افراد با انگیزش درونی و بیرونی از شایستگی و کفایت یکسان برخوردار باشند، هم‌چنان مشاهده می‌شود.

انگیزش درونی در اثر تنبیه، تهدید به تنبیه شدن و ارزشیابی‌های تحت فشار (مثل امتحانات سخت) و قرار دادن ضرب‌الاجل برای فرد و حتی رهنمود دادن، تضعیف می‌شود. یافته‌ها نشان می‌دهند که حتی پاداش (به ویژه اگر به‌عنوان عاملی برای کنترل رفتار تلقی شود) انگیزش درونی را کاهش می‌دهد؛ چون احساس خودمختاری فرد را کاهش می‌دهد.

کودک در سال‌های اولیه، دارای انگیزش درونی است. اما به مرور فعالیت‌های خودانگیخته توسط کنترل‌های والدین، معلمان، همسالان، همکاران، آداب و رسوم و قوانین، از بین می‌رود. چگونه می‌توان بدون کنترل و سلطه‌گری رفتار کودکان را شکل داد؟

کودکان به دلیل طبیعت خودانگیخته، بازیگوشند. اما زندگی اجتماعی مستلزم یادگیری کنترل بعضی از تکنه‌ها و به نظم درآوردن آن‌هاست. در تعلیم و تربیت و شیوه‌های فرزندپروری ما مخالف شکل‌دهی رفتارهای قانون‌مند و ایجاد انضباط نیستیم، آن‌چه مورد مخالفت واقع می‌شود شیوه‌هایی است که واکنشی منفی در کودکان ایجاد می‌کند یا کودک را از استعدادها و توانمندی‌های

بالتوجه با می‌دارد:

✓ بهترین شیوه برای شکل‌دهی رفتارهای مثبت، الگودهی منظم و با ثبات است؛ بدون این که نیاز به گفتار و سخنرانی باشد. کودکان خواهناخواه با مشاهده‌ی والدین رفتارها را یاد می‌گیرند. اگر می‌خواهیم کودکانمان رفتارهای مثبتی داشته باشند، این رفتارها را برای آنان الگودهی کنیم. الگودهی بر خودمختاری افراد تأثیر منفی ندارد.

به غیر از الگودهی شیوه‌های زیر واکنش‌های منفی را به حداقل می‌رسانند:

۱. بیان انتظارات والدین باید به‌صورت صریح و مشخص باشد.
۲. مقررات و قوانین باید با جملاتی کوتاه و بدون جر و بحث و سخنرانی بیان شوند.
۳. تعداد مقررات نباید آن‌قدر زیاد باشد که کودکان را کلافه کند یا کودک آن‌ها را فراموش کند.
۴. مقررات باید واقع‌گرایانه و با توانایی‌های کودک هماهنگ باشند.
۵. خود والدین به نحوی مقررات را رعایت کنند. مثلاً مادر، مقرراتی مشابه آن‌چه برای فرزندان وضع می‌کند، برای خود وضع و به آن‌ها عمل کند.
۶. در اجرای مقررات باید جدی و قاطع اما خشن و سرزنش‌گر بود.
۷. تا حدودی باید در برابر تخلفات از انتظارات چشم‌پوشی کرد. اما پس از مشاهده‌ی یکی دو مورد، دوباره انتظارات والدین بیان شوند و به نقض موارد، ابتدا به صورت غیرمستقیم و به صورت غیرانتقادی و بعد به صورت مستقیم اشاره شود. مثلاً پدر به مادر می‌گوید (در حالی که فرزند می‌شنود): «می‌بینم حامد، اخیراً خیلی دیر می‌خوابد. قرار است تماشای برنامه‌های تلویزیون، بیش از ۲ ساعت وقت او را نگیرد.» (غیرمستقیم) و در صورت ادامه‌ی نقض، این مسئله با خود حامد با لحنی غیرانتقادی و به صورت گزارش آن‌چه پدر دیده است، در میان گذاشته شود.

والدین در بسیاری از مسائل خود درمانده‌اند، نتیجه‌ی این گفتمان، احساس حقارت، بی‌ارزشی، ترس از والدین و احساس گناه نسبت به خطاها و اشتباهات است

۸. وقتی نقض مقررات تکرار شد، بدون حمله به شخصیت کودک، و یا هر گونه سرزنش، تنبیه و سخنرانی، عمل را به شدت تقبیح و رنجش یا خشم خود را بیان کنید.

۹. بگذارید کودک نتیجه‌ی کار خود را ببیند. مثلاً وقتی بازیگوشی می‌کند و تکلیف را نمی‌نویسد، فرصت اضافی به او ندهید و بگذارید پیامد کارش را تجربه کند. بسیاری از اوقات، مادران خود تحمل نمی‌کنند که کودکان عواقب کارش را ببیند. بنابراین به او فرصت می‌دهند و خودشان مقررات مربوط به انجام تکالیف و خواب را نقض می‌کنند.

۱۰. مسئله را به‌صورت شکل موجود با فرزند مطرح کنید و نظرات او را بخواهید، که چگونه می‌توان این مشکل را حل کرد. تمام پیشنهادها را بدون اظهارنظر یادداشت کنید و در مورد تک‌تک آن‌ها گفت‌وگو کنید. موارد نامناسب را با نظر فرزند خود حذف و موارد مناسب را نگه دارید و سپس اجرا کنید. مسئله همیشه باید به‌صورت مشکلی قابل حل تعریف شود نه چیزی که در درون شخصیت فرزند است و ثبات دارد. وقتی به فرزندتان آن‌گونه نگاه کنید که او دارای این عیب است، فرصت تغییر را از او می‌گیرید.

منبع

۱. گوردون، تامس (۱۳۸۰). فرهنگ تفاهم در رابطه با فرزندان (پریچر فرج‌دیی، مترجم). تهران: انتشارات آیین تفاهم، سال انتشار به زبان اصلی: ۱۹۸۵.
2. Ryan, R. & Deci, E. (2000). Self-determinism theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologists*, 55:68-78.