



دکتر محمدرضا شرفی

سؤال ۱ - همسرم خیلی علاقه داشت که در رشته مهندسی ساختمان ادامه تحصیل دهد ولی بنا به دلایلی نتوانست و در حال حاضر از پسر جوانم مصرا نه می‌خواهد که به این رشته وارد شود و در آینده چنین شغلی داشته باشد. دائماً او را با فرزندان فامیل مورد مقایسه قرار می‌دهد. مقایسه‌ای که طرف بازنده‌اش پسر من می‌باشد. و یا در جمع او را مورد سرزنش و استهزا قرار می‌دهد زیرا پسر من برخلاف خواسته او می‌خواهد در علوم انسانی ادامه تحصیل دهد. لطفاً مرا راهنمایی کنید.

(مهری - ف از تهران)

پاسخ: با سلام و آرزوی موفقیت برای شما و خسانواده گرامیتان، علائق و استعداد های فرزندان ما لزوماً با والدین آنها یکی نیست و از تفاوت‌های قابل ملاحظه‌ای برخوردار است. از جمله آنها تفاوتی است که میان گرایش‌های شغلی دو نسل وجود دارد. نادیده گرفتن این تفاوت‌ها و تحمیل آرزوی ناکام والدین به فرزندان، موجب مشکلاتی می‌شود که ما، در ذیل به پاره‌ای از آنها اشاره می‌کنیم.

تعمیق فاصله عاطفی دو نسل

والدین به لحاظ محدود نمودن حق انتخاب برای آینده تحصیلی و شغلی نسبت به فرزند، به تدریج، او را از خودشان، دورتر و بیگانه‌تر می‌یابند و متقابلاً اگر فرزند چنین احساسی را در خود می‌یابد، فاصله بین نسل‌ها بیشتر و عمیق‌تر می‌شود.

- تقویت حس ناکامی و بی‌کفایتی -

به اندازه‌ای که فرد را از مسیر استعداد و توانایی‌اش، خارج کنیم. احساس بی‌ارزشی را در او رشد داده‌ایم، زیرا امکان موفقیت در چنین حالتی به شدت کم می‌شود و متقابلاً امکان شکست در او افزایش می‌یابد. تقویت احساس شکست و ناکامی در موارد مشابه به آن اندازه قدرت دارد که برای همیشه فرد را در زندگی و روابط اجتماعی با تلخکامی ناشی از بی‌کفایتی مواجه سازد.

- نفی احساس مسئولیت شخصی -

یک روی سگ تحمیل، نارضایتی، و روی دیگر آن فقدان مسؤلیت است. به این جهت که ما در قبال امری که خود برگزیده‌ایم، احساس مسؤلیت می‌نماییم ولی در برابر موضوعی که خارج از اراده ما بوده و بر ما تحمیل شده، احساس مقاومت می‌کنیم. و به‌طور طبیعی بار مسؤلیت را بر شانه‌های آنها می‌افکنیم که ما را در برابر مساله انجام شده‌ای قرار داده‌اند.

- ترویج فرهنگ بی‌تفاوتی و

روزمرگی - معمولاً در هر شغل و حرفه‌ای، خلاقیت و ابتکار از آنها صادر می‌شود که خود با تکیه بر علاقه قلبی و گرایش شخصی، دست به گزینش زده‌اند و در غیاب چنین ویژگی‌هایی، به جای رشد نوآوری، شاهد گسترش روحیه باری به هر جهت بودن و کاری در حد ارائه دادن خواهیم بود. و چنین فرهنگی پاسخگویی نیازهای رو به گسترش

نسل بالنده نمی‌باشد.

مشاور تربیت

- توجه دادن همسران به آثار و عواقب چنین رفتاری، تأثیر قابل ملاحظه‌ای در تغییر رفتار ایشان خواهد داشت، به‌ویژه اگر بیان مؤثر و ملایمی از جانب شما ارائه گردد. به‌خصوص اگر به ایشان یادآور شوید که هر نوع مقایسه‌ای میان فرزندان و دیگران، او را به تدریج نسبت به منبع مقایسه کننده (والدین یا پدر)، رنجیده خاطر و مأیوس ساخته و نسبت به مورد مقایسه (جوانان دیگر)، احساس بی‌زاری و تنفر را در او به‌وجود می‌آورد و نسبت به شخصیت خویش، احساس ناپاوری و بی‌ارزشی را رشد می‌دهد، این آگاهی و شناخت نیز می‌تواند در تعدیل رفتار پدر با پسر نوجوان مؤثر واقع شود.

و در نهایت، اگر همسران به این نکته واقف شوند که انتقاد از شخصیت نوجوانان و جوانان، آنها را در شرایط ناراحت کننده‌ای قرار می‌دهد و زمینه تخریب شخصیت آنان را فراهم می‌سازد، چنین عملی را تکرار نخواهند نمود.

نقش شما در اطمینان دادن به فرزندان از زمینه‌های موفقیتی که در انتظار اوست و فرصت برای همدلی را مهیا نمودن، بسیار چشمگیر و تعیین کننده است. تا آن اندازه که او کمبودهای شخصیتی خود را در پرتو روش‌های سازنده و برخورد‌های سنجیده‌تان، به‌نحو مطلوبی جبران نماید.

سؤال ۲ - صاحب دو فرزند دختر ۱۲ و پسر ۹ ساله هستم. آنها به هیچوجه با هم سازش ندارند و درگیری مداومی میان آنها جریان دارد. دخترم احساس تبعیض می‌کند و مرتب این جمله را تکرار می‌کند که مابین او و برادرش فرق قائل می‌شویم و او را آنچنانکه باید نپذیرفته‌ایم. به درس توجه ندارد و با اینکه استعداد خوبی دارد، نتیجه مطلوبی به‌دست نمی‌آورد. مدام

عصبی است و بلند حرف می‌زند. لطفاً بگویید چه باید کرد؟

(بهرام - ح از گرگان)

پاسخ سؤال ۲ - یکی از فرمایشات گهربار

پیامبر اکرم (ص)، سفارش ایشان در حق دختران و زنان است به‌گونه‌ای که تاکید نموده‌اند، دخترتان را قدری بیش از پسران مورد توجه عاطفی قرار دهید ولی نه تا جایی که منجر به حسادت پسر گردد. زیرا فرمودند، دختر کانون پرلطف و احساس در قلب خویش دارد و باید به این لحاظ برخورد سنجیده‌تر و مناسب‌تری معمول گردد. و حتی فرمودند اگر برای فرزندان، هدیه‌ای خریدید، ابتدا آن را به دختر و سپس به پسران بدهید تا دختر احساس امنیت و پذیرش عاطفی مناسب و معقولی داشته باشد.

توصیه‌ای برای شما مطرح می‌نمایم

- در اولین موردی که پسران را به دلایلی تشویق می‌کنید به مناسبتی نسبت به دخترتان نیز چنین رفتاری را در پیش گیرید تا او در مقایسه با برادرش، احساس کمبود و بی‌ارزشی ننماید.

- تا جایی که مقدور است تشویق فرزندان را در حضور دیگری انجام ندهید. زیرا در دیگران انتظاراتی می‌آفریند که تأمین آنها همیشه مقدور نمی‌باشد. همانگونه که در موارد انتقادی، در خلوت نسبت به فرزندان، تذکراتی می‌دهید، در برخی از موارد تشویقی نیز، اینگونه عمل نمایید، مطلوب‌تر خواهد بود.

- در مواردی، هدایایی را که برای فرزندان خود تهیه می‌کنید، از دست فرزند دیگری تا به دیگری داده شود تا خاطره و احساس خوب و مثبتی از یکدیگر در دل و قلب خود داشته باشند. - گاهگاهی، در خانواده، جلسه مشورتی ترتیب دهید که فرزندان

همسران در آن شرکت کنند و موضوعاتی را مطرح کنید که حق اظهار نظر برای یکایک آنها محفوظ ماند و از این طریق همگی احساس کنند که دارای شخصیت قابل قبول و مثبتی بوده و شما آنها را یکسان پذیرفته‌اید.

- در مورد بلند سخن گفتن فرزندان نیز یادآوری می‌کنیم که چنانچه مدتی سعی کنید هنگام گفتگو با ایشان، آرام و شمرده و با تأنی سخن گویند و به او تفهیم نمایید که از این شیوه بهتر می‌تواند به نتیجه مطلوبی دست یابد، اثر قاطعی در آرام سخن گفتن وی خواهد داشت.

- استفاده از گفتار درمانی نیز برای ایجاد حالت متعادل در سخن گفتن فرزندان، توصیه می‌شود.

سؤال ۳ - مادری هستم که فرزند نوجوان

۱۶ ساله‌ای دارم. گرچه همسرم با من هماهنگی نسبی دارد و مشکلی ندارم ولی می‌خواستم بدانم چطور با فرزندمان برخورد کنیم که ما را دوست خود بداند و جذب دوستان ناباب نشود؟

پاسخ: در ابتدا یادآوری می‌کنیم که باید دید چه شرایطی باعث می‌شود که فرزند نوجوان ما با کسی دوست شود؟ آن شرایط را بشناسیم و همان ویژگی‌ها را در خود و رفتارمان ایجاد کنیم تا نتیجه مطلوبی عایدمان شود. برخی از شرایط انتخاب دوست را ذیل یادآور می‌شویم - دوست معمولاً کسی است که

بیشتر به جنبه‌های مثبت آدمی توجه دارد، ما هم به این امر اقتدا کنیم و در روابطمان با فرزند نوجوان، بیشتر به جنبه‌های سازنده و قابل ستایش او توجه کنیم تا به ما هم به چشم یک دوست بنگرد و ما را در کنار خود، همچون یک دوست تلقی نماید

- دوست، معمولاً کسی است که کمتر به جنبه‌های منفی آدمی توجه دارد و اگر هم به این نقاط ضعف دقت

نماید از جنبه اصلاح رفتار است نه از حیث به‌رخ کشیدن جنبه‌های منفی و تحقیر شخصیت آدمی، پس ما هم برای احراز شرایط دوستی نوجوان باید حتی‌المقدور تلاش نماییم، باب انتقاد را کمتر در روابطمان بگشاییم و در صورت ضرورت انتقاد به صورت ملایم و سازنده ارائه دهیم تا خصومت و مقابله او را با خود برنیاکنیم.

- از هنر خوب شنیدن یا فن گوش کردن فعال در روابطمان بهره می‌بریم زیرا استفاده از این ویژگی، اعتماد هر فرد را نسبت به آدمی برمی‌انگیزد و اعتماد به نفس گوینده را نیز افزایش می‌دهد.

- دوست از لذت مصاحبت با هم صحبت خود بهره می‌برد. از نقطه مشترکی گفتگو را آغاز می‌کند و با تفاهم آن را پیش می‌برد، چه مانعی دارد ما هم به این رفتار تأسی نموده و از علاقه خاصی که در نوجوان است، گفتگو را شروع نموده و جریان گفتگو را دوستانه و خردمندانه هدایت کنیم. در این صورت می‌توان هر نوجوانی را جذب خانواده کرد و از گرایش او به دوستان ناباب پرهیز نمود، مشروط بر آنکه بینش کافی و آگاهی‌های ضروری در زمینه مناسبات و روابط اجتماعی را در وی ایجاد کرده باشیم

سوال ۴- دانش‌آموز سال آخر دبیرستان و فرزند اول خانواده‌ام. هم خودم و هم خانواده‌ام به موفقیت من می‌اندیشند ولی برای رسیدن به موفقیت و یا بهتر بگویم مرزهای موفقیت، نمی‌دانیم از کجا باید شروع کرد و چه نکاتی را باید مدنظر داشت. خواهشمندم مرا در این زمینه راهنمایی فرمایید. قبلاً از پاسخی که به پرسش من خواهید داد، سپاسگزار می‌کنم.

(یاسر - ۱۳ از ساری)

پاسخ: دوست نوجوان با سلام و آرزوی

بهر روزی برای شما و همه نوجوانان میهن اسلامیمان. لازم است ابتدا با ذکر سه مقدمه کوتاه، موفقیت را کمی روشنتر مورد بررسی قرار داده و سپس به عوامل ایجادکننده آن بپردازیم.

الف - موفقیت امری نسبی است و مطلق نیست زندگی ما رونوشت زندگی دیگری نیست و در حقیقت موفقیت هر فرد با توانایی‌های ذاتی، شرایط زندگی و میزان اراده خودساز شخصیت او بستگی دارد.

ب - موفقیت، در حقیقت، تحقق یافتن هدف‌های زندگی است چنانچه به این هدف‌ها بتوانیم دستیابی پیدا کنیم، گامی در مسیر موفقیت خود برداشته‌ایم

ج - موفقیت، در معنای تکمیلی خود به مفهوم سازگار نمودن خود با شرایط دشوار زندگی است. موفقیت از ریشه وفق می‌آید، یعنی سازگاری و مدارا با موقعیت‌های غیرمنتظره و پیش‌بینی نشده، در اینصورت موفقیت یا درجه سازگاری آدمی تناسب دارد. اینک به بیان برخی از عوامل موفقیت اشاره‌ای گذرا می‌نماییم:

۱ - برای موفقیت، باید هدف‌های خود را در زندگی در حوزه قابل دسترس و عملی تعقیب نماییم. هدف‌های خیلی دور و غیرممکن، آدمی را با ناکامی مواجه می‌سازد

۲ - روند زندگی انسان موفق باید نمایانگر یک سیر متعالی باشد به این مفهوم که شاهد افزایش کمی درست خویشتن و رویش جوانه‌های استعداد خود باشیم.

۳ - تماس و آشنایی با اندیشه‌های مهم، ظرفیت‌های بیشتری را در آدمی ایجاد می‌کند. و این مهم از طریق مطالعه در زندگی‌نامه‌ها و شرح حال

انسان‌های برجسته و خود ساخته امکان‌پذیر خواهد بود.

۴ - از توانایی‌های نخبه و پنهان خود بهره‌گیریم و این امر از طریق شناخت بیشتر نفس فراهم می‌شود. شناخت نفس، موجب گسترش نفس می‌شود

۵ - پالایش درون، عامل مهم دیگری برای احراز موفقیت است. برای رفع اضطراب‌ها و نگرانی‌های خود، سعی کنیم از فرصت هم‌دلی با دیگران به‌ویژه افرادی که قابل اعتمادند، بهره‌گیریم تا دریچه‌هایی برای خروج فشارهای درونی خویش بگشاییم.

۶ - از خلوت شخصی به شکل مطلوبی بهره‌گیرید. در ساعتی از شبانه روز، دقایقی برای خود اختصاص داده و سعی کنید سفری ولو کوتاه به اعماق درون خویش داشته باشید و در این سفر کوتاه جنبه‌های مثبت و منفی روح خویش را بهتر و بیشتر بشناسید. تا زمینه خودآگاهی شما رشد یابد.

۷ - قدرت جلب اعتماد دیگران را در خود افزایش دهید و با پذیرش مسئولیت‌های دقیق و ایفای وظیفه در آن موارد، زمینه اعتماد ارزشمند دیگران را به خود رشد دهید.

۸ - از معنویت و ارتباط عمیق با خداوند در گستره هستی به‌نحو مطلوبی بهره‌گیرید، زیرا لحظاتی که روح آدمی اوج می‌گیرد و به ارتباط سازنده با خداوند می‌پردازد، دقایق فراموش نشدنی زندگی را به وجود می‌آورد. و احساس وجود خداوند به‌عنوان بهترین تکیه‌گاه جهان هستی، وجود آدمی را سالامال از آرامش و اطمینان قلبی می‌نماید. لحظاتی که آدمی خود را در بهترین حال روحی و نقطه اوج روانی می‌بیند و با دیدی وسیع‌تر و سعه‌صدری فراتر از توصیف به تفسیر معنوی جهان می‌پردازد.