



پدر و مادر عزیز، شما از کدام سبک فرزندپروری استفاده می‌کنید؟!*

وز محبت مس‌ها زرین شود
وز محبت، دُردها شافی شود
وز محبت، سرکه‌ها مُل می‌شود
وز محبت بار، بختی می‌شود
وز محبت خانه، روشن می‌شود
وز محبت دیو، جوری می‌شود
بی محبت روضه، گلخن می‌شود
وز محبت غول، هادی می‌شود
بی محبت شیر، موشی می‌شود
وز محبت قهر، رحمت می‌شود
وز محبت شاه، بنده می‌شود
کی گزافه بر چنین تختی نشست

«مولوی»

از محبت، تلخ‌ها شیرین شود
از محبت، دُردها صافی شود
از محبت، خارها گل می‌شود
از محبت دار، تختی می‌شود
از محبت سجن، گلشن می‌شود
از محبت نار، نوری می‌شود
از محبت سنگ، روغن می‌شود
از محبت خُزن، شادی می‌شود
از محبت نیش، نوشی می‌شود
از محبت سُقَم، صحت می‌شود
از محبت مرده، زنده می‌شود
این محبت هم نتیجه دانش است



دکتر احمد به‌پژوه
استاد روان‌شناسی دانشگاه تهران

چند سؤال:

- شما از کدام سبک فرزندپروری برای تربیت فرزندتان استفاده می‌کنید؟
- شما چگونه با رفتار و گفتار خود به فرزندتان نشان می‌دهید که او را دوست دارید؟
- کودکی که به قدر کافی از محبت برخوردار بوده است، چه ویژگی‌هایی دارد؟
- کودکی که از محبت محروم بوده است، چه ویژگی‌هایی دارد؟
- کودکی که بیش از حد از محبت برخوردار بوده است، چه ویژگی‌هایی دارد؟
- شما چگونه به فرزندتان محبت می‌کنید؟

مقدمه

یکی از اصول مهم و ضروری فرزندپروری، محبت ورزیدن به فرزند است و اساس یک ارتباط سالم و درست میان پدر و مادر و فرزند، محبت کردن، دوست داشتن و مبادله مهر و عطفوت بین آنها قلمداد می‌شود. یک نگاه محبت‌آمیز یا یک دست محبت‌آمیز معجزه می‌کند و موجب رشد کودک و نوجوان می‌شود و او را به سوی رفتار مطلوب تغییر جهت می‌دهد. پدر و مادر بهتر است بدون تبعیض و به‌طور مساوی به همه فرزندانشان محبت کنند.

■ هر کودکی، طالب محبت و توجه است.

■ هر کودکی، از طرد شدن و تحقیر شدن ناراحت می‌شود. افزون بر تأثیر فرهنگ، مذهب، جامعه و جنسیت؛ عوامل تأثیرگذار دیگری هستند که در تربیت کودکان دخالت دارند. متخصصان تعلیم و تربیت و روان‌شناسان خاطر نشان می‌کنند که سبک‌های متفاوتی برای فرزندپروری وجود دارد. آنها عقیده دارند سبک‌های فرزندپروری را می‌توان بر حسب دو عامل عمده کنترل و محبت پدر و مادر، به چهار دسته تقسیم کرد:

الف- کنترل زیاد، محبت کم

برخی از پدران و مادران عقیده دارند سخت‌گیری نسبت به فرزندان، بهترین شیوه تربیتی و ضامن موفقیت آنها در آینده است. برای مثال، برخی از مادران و پدران در گذشته می‌گفتند «بچه به چشم خوار و به دل عزیزا!». در نتیجه، برخی از پدران و مادران رفتارهای فرزند خود را بسیار کنترل می‌کنند و مرتب می‌گویند: «دست نزن!، راه نرو! تکان نخور! نفس نکش!»، و فراموش می‌کنند که هر کودکی به‌طور طبیعی تمایل به تجربه کردن، کنجکاوی، آزادی و استقلال عمل دارد. کنترل و سخت‌گیری بیش از حد، روح آزادی را در کودک از بین می‌برد و این فکر نادرست را در او به وجود می‌آورد که آزاد و مستقل بودن، نامطلوب است و همیشه باید تابع و پیرو بود! در حالی که در دنیای پر رقابت امروز، کودک باید بتواند مستقل عمل کند و اعتماد به نفس لازم را داشته باشد که این هم تنها از طریق حمایت و پشتیبانی والدین به دست می‌آید (رجوع کنید به فصل پنجم کتاب خانواده و کودکان با نیازهای ویژه تحت عنوان خانواده و روش‌های تقویت اعتماد به نفس در کودکان).

محبت کردن یک تقویت‌کننده مثبت است، اما باید متوجه بود که کجا، کی، به چه میزان و چگونه از این تقویت‌کننده استفاده می‌شود. بدیهی است روش و میزان محبت باید با سن و سایر ویژگی‌های فرد تناسب داشته باشد. اگر کودک در دوران رشد به قدر کافی دوست داشته شود، یاد می‌گیرد خود و دیگران را دوست بدارد (به‌پژوه، ۱۳۶۰).

شایان ذکر است که مانند هر امر دیگری نباید در محبت کردن افراط و تفریط کرد. محبت کردن باید بدون قید و شرط باشد تا در درون کودک احساس امنیت به وجود آورد. به فرزندتان اطمینان بدهید که وجود او را با تمام ویژگی‌هایش دوست دارید، چه پسر باشد و چه دختر، چه نمره بیست بگیرد و چه نمره بیست نگیرد! چه درس بخواند و چه درس نخواند!

از سوی دیگر باید متذکر شد که محبت کردن به معنای تسلیم شدن در مقابل خواست‌های غیرمنطقی کودک و تحقق کودک سالاری و فرزند سالاری نیست!

سبک‌های فرزندپروری

کیفیت رشد و سلامت روانی کودکان به شیوه تعامل و سبک فرزندپروری والدین بستگی دارد. با وجود این که همه والدین در آرزوی تربیت فرزند خود به بهترین وجه هستند، اما ممکن است برخی از آنان ندانند که چگونه باید فرزند خود را تربیت کنند و دچار افراط و تفریط شوند؛ چون هنوز روش منحصر به فردی برای تربیت فرزندان ابداع نشده است. علت این مسئله آن است که هیچ کودکی شبیه کودک دیگر نیست. تفاوت بین کودکان بیش از آن است که ما به‌طور معمول تصور می‌کنیم. اگر چه باید اذعان کرد که کودکان بیشتر از آنچه متفاوت باشند، شبیه هم هستند. روان‌شناسان و متخصصان تعلیم و تربیت بیش از حد به تفاوت‌های فردی تکیه می‌کنند، در حالی که باید به شباهت‌های فردی نیز توجه کرد (به‌پژوه، ۱۳۹۷). برای مثال:





به او اطمینان و آرامش می‌بخشد. تماس بدنی بین مادر و کودک در دوران رشد، مطمئناً نخستین شاخص عشق و محبت نزد فرزند محسوب می‌شود. همچنان که کودک بزرگ‌تر می‌شود، لایه‌ها و کلمات اطمینان‌بخش مادر، جای آغوش گرم او را می‌گیرد. ذکر این نکته خالی از لطف نیست که توجه به نیازهای روانی کودک، ابراز عشق و محبت، ضرورتی قطعی برای رشد سالم فرزند است و در غیاب آن، شخصیت کودک دچار اختلال خواهد شد. افرادی که در دوران کودکی، دچار فقر و محرومیت هیجانی و عاطفی بوده‌اند، نمی‌توانند در آینده شخصیت مطلوبی داشته و شریک خوبی در زندگی زناشویی باشند، زیرا پیوند موفق بین دو فرد از طریق مبادله عشق و محبت برقرار می‌شود. بنابراین، هیجان‌های کودک باید به شیوه قابل قبولی تنظیم، کنترل و مدیریت شوند. کنترل مناسب توسط والدین و مشخص کردن مرزها، راهنمایی‌های لازم برای بیان احساسات و هیجان‌ها را در اختیار فرزندان قرار می‌دهد. همچنین ساختار لازم را که احساسات باید در چهارچوب آن بروز داده شوند، در اختیار می‌گذارد. بدیهی است سبک فرزندپروری کنترل کم و محبت کم، مطلوب نیست. به همین دلیل است که روان‌شناسان این نوع فرزندپروری را «سبک باری به هر جهت» و «سبک غفلت و بی‌مبالاتی» می‌نامند.

ج- کنترل کم، محبت زیاد

این سبک، سبکی دیگر از فرزندپروری است که در آن، پدران و مادران عشق و محبت بیش از اندازه و بدون کنترل‌های لازم را اعمال می‌کنند. این‌گونه والدین، تحت تأثیر این کج‌فهمی و سوء برداشت قرار دارند که «روان‌شناسان با تنبیه مخالفند»، و در نتیجه از به کار بردن هر نوع انضباط و تنبیهی اجتناب می‌کنند. در حالی که کودکان بر حسب نوع رفتار و اعمالشان، به تشویق و توجه مناسب نیاز دارند. تشویق رفتارهای مطلوب و توجه به رفتارهای درست، تنها

در این سبک فرزندپروری که پدر و مادر بیشتر سخت‌گیر هستند و اعمال کنترل می‌کنند، فرزندان اعتماد به نفس خود را از دست می‌دهند و در تصمیم‌گیری‌های زندگی‌شان ناکام می‌مانند؛ زیرا همیشه این پدر و مادر بوده‌اند که برای آنها تصمیم گرفته‌اند و به آنها بکن و مکن گفته‌اند! روان‌شناسان به این سبک، فرزندپروری قدرت‌طلبانه و مستبدانه می‌گویند. کودکانی که والدین مستبد و قدرت‌طلب دارند، استقلال لازم را به دست نمی‌آورند و در شرایطی که نیازمند تصمیم‌گیری باشند، دچار اضطراب می‌شوند. این‌گونه کودکان تمایل دارند در تمام فعالیت‌ها، نقش یک فرد پیرو و تابع را بازی کنند. این کودکان در بزرگسالی نمی‌توانند نقش رهبری را بر عهده بگیرند و این احتمال وجود دارد که در تمام زمینه‌ها احساس حقارت کنند. در واقع، آنان نخواهند توانست به هدف‌های مورد نظر خود در زندگی دست یابند.

ب- کنترل کم، محبت کم

کودک در این سبک فرزند پروری نمی‌تواند در خلأ عاطفی، رشد یابد. اگر والدین هیچ‌گونه عشق و محبتی به فرزند خود نشان ندهند، رشد و سلامت روانی کودک به خطر می‌افتد، درون کودک ناامن می‌شود و در نتیجه زندگی برای کودک بی‌ارزش و بی‌ثمر می‌گردد. کودکان به‌طور طبیعی بیشتر هیجانی و احساسی هستند تا عقلانی و منطقی؛ در حالی که رشد صحیح شخصیت در پرتو ترکیب هماهنگ این دو عامل صورت می‌گیرد. هنر ترکیب این دو عامل، تنها در صورتی به دست می‌آید که والدین بتوانند محبت و کنترل را به نسبت صحیح و متعادل اعمال کنند و به فرزندشان نشان دهند. هنگامی که والدین، رفتار فرزند را در حد متعادل کنترل می‌کنند، او درک می‌کند که این کنترل و انضباط برای یک زندگی اجتماعی آرام، کاملاً ضرورت دارد، همان قدر که فرزندان به محبت نیاز دارند. هنگامی که فرزند احساس خطر می‌کند، آغوش گرم مادر

او را به خاطر همان رفتار تشویق نمی‌کنند! کودکان در این سبک تربیتی تکلیف خود را می‌دانند و با مرزها و هنجارها آشنا می‌شوند و آنها را درک می‌کنند.

مهم‌ترین نکته در این سبک فرزندپروری این است که هنگامی که کودک از انجام رفتاری منع شد، درک می‌کند که پدر و مادرش هنوز به او به عنوان یک فرد عشق می‌ورزند و او را دوست دارند. نقطه مقابل این، هنگامی است که والدین به‌طور کلی فرزند خود را سرزنش و طرد کنند. در این وضعیت، هنگامی که فرزند حس کند والدین او را به‌طور کامل از خود رانده‌اند، احساس تنهایی و درماندگی خواهد کرد. این امر می‌تواند موجب کاهش اعتماد به نفس کودک شود و به افسردگی و پرخاشگری او بینجامد.

اکنون توصیه می‌شود سبک فرزندپروری خودتان و ویژگی‌های فرزندتان را بر اساس چهار سبک فرزندپروری متفاوتی که ارائه شد، با دقت و صادقانه بررسی و ارزیابی کنید و ملاحظه نمایید که شما از کدام سبک فرزندپروری استفاده کرده‌اید یا می‌کنید؟ و فرزند شما چگونه فرزند است؟

اگر می‌خواهید فرزند (کودک و نوجوانی) با نشاط و سالم داشته باشید، اعمال و رفتارهای فرزندتان را در حد مناسب کنترل و به قدر کافی به او محبت کنید و به نیازهای روانی او توجه نمایید (به‌پژوه، ۱۳۹۶).

به‌پژوه، احمد (۱۳۶۰). کودکان چگونه رفتار می‌کنند؟ همان گونه که با آنها رفتار می‌شود (پوستر آموزشی). تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان به‌پژوه، احمد (۱۳۹۷).

خانواده و روش‌های تقویت اعتماد به نفس در کودکان در: خانواده و کودکان با نیازهای ویژه (چاپ سوم). تهران: انتشارات آوای نور.

به‌پژوه احمد (۱۳۹۴). ازدواج موفق و خانواده سالم، چگونه؟ (چاپ چهارم). تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان

به‌پژوه، احمد (۱۳۹۶). اصول برقراری رابطه انسانی با کودک و نوجوان (با تجدید نظر و اضافات) (چاپ یازدهم). تهران: نشر دانژه.

مولانا جلال‌الدین محمد بلخی (مولوی) (۱۳۷۰). مثنوی معنوی (دفتر دوم). به کوشش رینولد نیکلسون. تهران: انتشارات امیر کبیر.

شیوه‌ای است که موجب می‌شود کودک به تدریج بین رفتارهای درست و نادرست یا مطلوب و نامطلوب تفاوت قائل شود. بر اثر تشویق والدین است که هنجارها، موازین و ارزش‌های فرهنگی یاد گرفته می‌شوند. یکی از اشتباه‌های معمول والدین این است که آنان هنگام بروز رفتارهای نامطلوب و ناسازگار، به کودک توجه می‌کنند و واکنش‌های نامناسب نشان می‌دهند و در نتیجه رفتارهای نامطلوب کودک تقویت می‌شود.

اشتباه دیگر این است که در برخی خانواده‌ها، کودک در یک موقعیت، برای رفتار نامطلوب و کار نادرستی که انجام داده است، توبیخ می‌شود و در موقعیت دیگر، انجام همان رفتار یا کار، نادیده گرفته می‌شود و یا گاهی حتی مورد تشویق قرار می‌گیرد. این نوع واکنش والدین، کودک را گیج می‌کند و در درون او تعارض ایجاد می‌نماید.

از سوی دیگر، برخی از والدین، حتی در شرایطی که کودک باید از انجام کاری منع شود، از این کار سر باز می‌زنند و معتقد هستند که کودک را باید آزاد گذاشت!! و در این وضعیت است که کودک لوس و نر و از خود راضی می‌شود و احتمالاً در آینده الگوهای رفتاری ضد اجتماعی و مجرمانه از خود نشان می‌دهد.

د- کنترل مناسب، محبت مناسب

از آنچه تاکنون گفته شد کاملاً روشن است که بهترین شیوه و سبک فرزندپروری آن است که پذیرش فرزند و محبت به او در حد اعتدال و در عین حال توأم با رعایت مرزها و آموزش هنجارها باشد. این سبک تربیتی به کودک این حس را القا می‌کند که والدین دوستش دارند، اما برخی رفتارها و اعمال او را تأیید نمی‌کنند. والدین باید بین کودک به عنوان یک انسان از یک سو و رفتارهای کودکانه او از سوی دیگر، تفاوت قائل شوند. در این سبک تربیتی، والدین تفاوت بین کودک و اعمال نامطلوب او را درک می‌کنند. آنها کودک را به خاطر رفتارهای مطلوب و پسندیده‌اش تشویق و به خاطر اعمال ناپسند و نامطلوب، منع و کنترل می‌کنند. این گونه والدین رفتاری سازگار و همخوان در ارتباط با فرزندانشان دارند. آنها یک روز رفتار نامطلوب فرزندشان را نادیده نمی‌گیرند و در یک روز دیگر

