

## سبک آموزش



مهارت‌های گفت‌وگو و ارتباط را به فرزندانمان بیاموزیم

# بچه‌ها بزرگ نمی‌شوند اگر ما بزرگ نشویم

مریم ترابی

یکی از خصلت‌های بارز انسان حرف زدن است. فکر کردن و صحبت کردن دربراه موضوعی، یکی از ویژگی‌های انسان است که او را از سایر موجودات متمایز می‌کند. آدم‌ها در طول شبانه‌روز کلمات و واژه‌های بسیاری استفاده و به‌راحتی و بدون هیچ مشکلی با دیگران گفت‌وگو می‌کنند، اما برخی از همین آدم‌ها در جایی که باید صحبت

دومینوی آموزش در خانواده‌ها

بدون شک والدین مهم‌ترین نقش را در آموزش فرزندانشان بر عهده دارند، اما پریشانی‌جاست که آیا خود والدین آموزش‌های لازم را از خانواده و جامعه خود گرفته‌اند؟ آیا والدین چگونگی رفتار و تعامل بافرزندانشان را بلدند؟ آیا پدر و مادر همین والدین نیز از والدینشان آموزش‌های لازم را دیده‌اند؟ همینطور که به عقب برویم مثل یک دومینو همه به هم وصل می‌شوند و اگر یکی از این ستون‌ها محکم و سالم نباشد به ترتیب بقیه را هم خراب می‌کند. اگر یکی از والدین در این دومینو نتوانسته باشد نقش خود را به‌خوبی ایفا کند، قطعاً به نسل‌های بعدی خود این رفتار ناصحیح را انتقال داده است. البته در جامعه‌امروزی ما با پیشرفت علم و دانش و تغییر در روابط اجتماعی و همچنین حضور پررنگ‌تر زنان در جامعه و عوامل دیگر، برخی از والدین هم از والدین خود این رفتار صحیح با فرزندان را آموزش ندیده باشند سعی می‌کنند با تکیه بر علم و تجربیات دیگران رفتار صحیح با فرزندان را یاد بگیرند و به آنها آموزش‌های لازم در این قالب رفتار و اخلاق صحیح انتقال دهند.

خوب شنیدن حرف‌های بچه‌ها

یکی از ایسن آموزه‌هایی که والدین در ابتدا باید یاد یاد گرفته باشند، روش صحیح صحبت کردن است. چگونه صحبت کنیم که فرزند ما به ما گوش دهد و یاد بگیرد یا ما صحبت کند. اینکه بچه‌ها با پدر و مادر خود حرف بزنند و به آنها اعتماد داشته باشند یکی از

## سبک تربیت

## حد و حدود آزادی بچه‌ها تا کجاست؟

کسری محمدیان

همه افراد در هر سن و جایگاهی که باشند انسان‌های آزادی هستند، اما این آزادی اگر در چارچوب و حد و حدود مشخصی نباشد جامعه را به سمت انحطاط و نابودی می‌کشاند. تمام جوامع دنیا، برای آزادی افراد خود قوانین را تصویب و در واقع می‌توان گفت برای آزادی افراد حد و حدودی را تعریف کرده‌اند. همانطور که قانون‌گذارها برای کنترل جامعه قوانینی را فرزندان خود باید قوانین را تصویب و آنها را اجرا کنند، زیرا کودکان برای درک بهتر آزادی و اختیارات خود از بهترین الگوی خود که همان والدین هستند، تقلید می‌کنند. پدر و مادری که حدود آزادی خود را بدانند و آن را در عمل و رفتار خود بروز دهند مناسب‌ترین الگو برای فرزندان خود هستند. دکتر علی قانمی امیری جامعه‌شناس در کتاب خود با عنوان «حدود آزادی در تربیت» از آزادی و حد و مرزهای آن صحبت می‌کند.

مرزهای آزادی در ۳ دوره ۷ساله

دکتر قانمی، عمر انسان را به سه دوره تقسیم می‌کند و آزادی و محدودیت را در این مراحل مورد بررسی قرار می‌دهد؛ اول در مورد هفت سال اول زندگی و مرزهای آزادی در آن است که از آن به دوران سیادت یاد می‌کند. فصل دوم در مورد دوران کودکی یعنی هفت سال دوم است که در سال آخر آن دوران نوجوانی است. فصل سوم در مورد نوجوانی و جوانی یعنی هفت سال سوم عمر است که در آن نیز پس از ذکر ویژگی‌های این سن از نیازهایشان در این مرحله و اصول و ضوابط کنترل و منع و اعطای آزادی صحبت می‌کند.

۷سال نخست، کودک را آزاد بگذاریم

هفت سال اول زندگی مهم‌ترین سال‌های تربیت کودک‌کان است. در واقع خست‌های زندگی هر فردی در این سال‌ها گذشته می‌شود. با هفت سال اول دوران زندگی بهتر است بسیار آزانانه برخورد کنیم تا کودکان بتوانند توانایی‌های

# سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۹۴۷۱

## د

ما والدین تصور می‌کنیم همیشه فرزند ما کودک است و نیاز به مراقبت دارد. پس تا سن ازدواجشان فقط درگیر آنها هستیم و به جای آنها تصمیم می‌گیریم، به جای آنها صحبت می‌کنیم و در نهایت به جای آنها زندگی می‌کنیم. بزرگ‌ترین ظلمی که والدین به فرزند خود می‌کنند محبت و دلسوزی بیش از حد نسبت به آنهاست

## جسارت را به ما آموزش می‌داد خانواده است. خانواده بزرگ‌ترین آموزشگاه زندگی برای هر فردی است. تمام انسان‌ها با هر نژاد و رنگ پوستی که هستند اساسی‌ترین آموخته‌های خود را از خانواده خود گرفته‌اند. بعد از خانواده مدرسه و بعد جامعه است که افراد را به یک انسان کامل تبدیل می‌کند، ولی پایه تمام این آموزش‌ها از خانواده شروع می‌شود.

نه تنها با این حساسیت‌های بیش از حد خود فرزندان را می‌توانیم بلکه او را از خود دور می‌کنیم. وقتی این اتفاق می‌افتد فرزند ما به ما اعتماد ندارد و دیگر هر اتفاقی هم که ایده یا کار جدیدی که می‌خواهیم انجام بدهیم با دیگران ما تخریب‌کننده نیست قطعاً ما را به فکر فرو می‌برد و کار صحیح و علاقه‌هم می‌ان است که از زاویه دید جدیدی به این کار و ایده نگاه و بعد آن را اجرائی کنیم، ولی ما را از کار خود باز نمی‌دارد. یک کودک کنه هنوز این توانایی را ندارد که بتواند مخالفت‌های ما را تفکیک کند و به انزوای خود پناه نبرد.اگر با منطق و صحبت کردن با کودک خود او را قانع نکنیم که چرا با او مخالف هستیم، بدانیم که اعتماد فرزندان را از دست می‌دهیم.

صحبت‌ها می‌با فرزندانمان چراغ راه آنهاست. قرار نیست ما به جای آنها در مسیر زندگی‌شان قدم برداریم و زندگی آنها را ما زندگی کنیم. ما مسیر زندگی خود را طی کرده‌ایم پس نباید در مسیر زندگی آنها دخالت کنیم. ما باید با روش‌های صحیح تربیتی خود این مسیر را بردن آنها هموار کنیم. اگر از کمترین کودکی با فرزند خود به گونه‌ای صحیح رفتار کرده باشیم در سال‌های بلوغ فرزندان، با او کمتر دچار مشکل می‌شویم. اگر این حس اعتماد را در فرزند خود ایجاد کرده باشیم طی دوران کودکی بسیار راحت و دلیل امری را می‌پذیرد بدون اینکه فرزندمان خواهد بود، اما اگر هر اتفاق و موضوع جدیدی پیش می‌آید ما با هیجان بیش از حد با آن برخورد کنیم

## فرزندانی آزاد در چارچوب مقررات

آموزش‌ها و امر و نهی‌ها بسیار عادی و صمیمانه باشد و مسائل و دشواری‌ها بسیار دوستانه و منطقی بدون اعمال زور و قدرت حل شود. اعمال محدودیت‌ها را با خواست او باید منطبق کرد و تصمیم‌گیری‌ها را به خود او واگذار کنید و والدین و مربیان فقط در نقش ناظر و هدایت‌گر باشند.

۷سال سوم، باور کنیم کودکانمان بزرگ شده‌اند. دوره سوم زندگی دوران نوجوانی و جوانی فرزندان ما است. در این دوران هر چه را که در هفت سال اول کاشته‌ایم و در هفت سال دوم پرورش داده‌ایم در این دوران آن را برداشت می‌کنیم. اگر هفت سال اول را دوره پایه‌گذاری تربیت بدانیم، هفت سال دوم دوران تشکل و هفت سال سوم دوران قوام است. در این دوران با دوران پرماجرایی جوانی روبه‌رو هستیم. بسیار متفاوت از هر دوره‌ای است. نوجوان و جوان با محدودیت‌پذیری نیستند و خطرات بسیاری از آنها را تهدید می‌کند. آنان در این سن بسیار عاطفی و احساسی و بسیار مغرور هستند و امر و نهی‌ها را نمی‌پذیرند و وابسته دوستان خود هستند. این دوران سن تخریب و تهاجم و آزادی خواهی است. برخی از والدین و مربیان هنوز با تصور اینکه او هنوز جاهل است و درک کافی ندارد او را به حساب نمی‌آورند درحالیکه این خطای بسیار بزرگی است. فرزند ما در این دوران نیاز به تمرین مسئولیت‌پذیری دارد زیرا که از همین سن به‌ویژه در آینده از عضوی از جامعه‌ای است که در آن زندگی خواهد کرد. در محیط کاملاً محدود کنترل شده رشد و مسئولیت‌صورت خواهد گرفت و عواطف و احساسات با جنبه‌های تعلقی در خواهد آمیخت. کنترل باید غیرمستقیم باشد زیرا بسیار مغرورند و اگر متوجه شوند کنترل می‌شوند از خود عکس‌العمل نشان می‌دهند. به پدر و مادرها باید حد داد که در ازای رنج و زحمتی که برای فرزندان خود متحمل شده‌اند از آنان توقع زیادی نداشته باشند ولی اگر قصد اصلاح فرزندان است باید توقعات را نادیده بگیرند و راهی را هر پیش بگیرند که دست نوجوان و جوان آنها به نامشان وصل باشد. اگر این وصل از والدین جدا گردد به سوی چه کسانی روی خواهد آورد؟ آیا آن کسان دلسوتر از پدر و مادرها خواهند بود؟

## سبک رفتار



رفتار دوگانه ما در هزینه کردن به خاطر چیست؟

## شما از حق کارگر بزنید، شاید ارزانی شود!

حسین گل‌محمدی

مرد میانسال‌ی با ظاهری خسته و در کسوت پیک موتوری از در شرکت وارد می‌شود. اسم یکی از همکار‌ها را می‌برد و بستن‌ای را به دست او می‌دهد. همکار محترم بسته را تحویل می‌گیرد و وجه پرداختی را می‌برد. سر می‌رسد. مرد میانسال مبلغ ۱۵ هزار تومان را عنوان می‌کند. مرد همکار با صدای بلند به نشانه اعتراض می‌گوید: این مبلغ زیاد است و با لحنی آمیخته به تمسخر می‌گوید من با ۱۲ هزار تومان از اینجا با موتورهای پیکتی تا ته تهران می‌روم حال برای این مسافت کوتاه ۱۵ هزار تومان پرداخت کنم؟! مرد پیک‌سوار می‌گوید دست من نیست و این مبلغ را شرکت داده است. آقای همکار با کمی بحث و جدل زیر بار پرداخت این مبلغ نمی‌رود. به نغم اعتراض مرد پیک‌سوار، فقط مبلغ ۱۲ هزار تومان را پرداخت می‌کند و می‌گوید: «همین شش‌ماه هستید که قیمت‌ها را بالا می‌برید! باید جلوی شماها ایستاد تا فکر نکنید می‌توانید همینطوری برای خودتان گرانی ایجاد کنید!» آن مرد کسمی فکر می‌کند و سپس به همکار می‌گوید: «شما از حق من بزنید شاید ارزانی شود!»

را نیز در جیبش بگذارد. اما جماعتی از این مردم هستند که ۵۰ هزار تومان برای همان نان و پنیر ساده اما با عنوان اروپایی را به خاطر چشم و هم‌چشمی و کلاس پرداخت می‌کنند و آن را با عکس‌های مختلف در اینستاگرام و فیسبوکشان پست می‌کنند تا هزاران لایک بگیرند و به همه نشان دهند که آدم‌های باکلاسی هستند ولی برای پرداخت حق یک کارگر ساده‌زحمتکش دچار بیماری زورگویی می‌شوند. مثال دیگر مواقعی است که می‌خواهیم از یک دستفروش چیزی بخریم. خیلی خوب می‌دانیم که بر فرض این دسته گلی که یک دستفروش سر چهارراه می‌فروشد نصف قیمت مغازه است، با این حال اصرار داریم او را ارزان‌تر بخریم، ولی اگر در مغازه باشیم بدون چانه پول را می‌دهیم و کالا را می‌خریم.

این خصلت قدرت‌نگری و تن دادن به قدرت در برابر آدم قوی‌تر از سویی و متقابلاً ابراز قدرت در برابر آدم‌های ضعیف‌تر از سویی دیگر، موجب بروز رفتارهایی در ما می‌شود که از اخلاق انسانی به دور است. انگار در وجود همه انسان‌ها یک نیروی قدرت و زورگویی وجود دارد که هر جایی نمی‌تواند آن را خرج کند و فقط این قدرت به زور را می‌تواند در مواجهه با افراد ضعیف‌تر از خودش بروز دهد. در هر جایگاهی که باشند به همان نسبت این حس قدرت‌طلبی خود را ارضای می‌کنند. این حس زورگویی و حق‌کنشی همان تحقیرهایی است که انسان‌ها در مقاطع مختلف زندگی خود دیده‌اند. این تحقیرها به مرور در وجود انسان به عقده تبدیل می‌شود. عقده‌هایی که در زمان‌ها و موقعیت‌های مختلف خود را نشان می‌دهد. عقده‌هایی که به دلیل کاستی‌ها و کمبودهایی که فرد در زندگی داشته است به صورت تظاهرات مختلف عیان می‌شود. به ضعیف‌تر از خود زور می‌گوید. به دیگران فخر می‌فروشد و البته به قوی‌تر از خود احترام می‌گذارد.

اما یک سؤال: آیا در این زورگویی و حق‌کنشی لذتی فراموشی وجود دارد که در دستگیری و کمک کردن این لذت وجود ندارد؟ شمایی که این حس را تجربه کرده‌اید برای لحظه‌ای پیش خود دو حس زور گفتن و کمک کردن را ندانعی کنید؛ کدامیک بهتر است؟ آیا لذتی که در دستگیری از نیازمندان است فراتر از لذت زورگویی نیست؟

این نکته را نباید فراموش کنیم که زندگی همیشه درس‌های خودش را به ما می‌دهد.

زندگی به ما هیچ ارفاقی نمی‌کند. زندگی هیچ‌یک از کارهای ما را فراموش نمی‌کند.

همان اندازه که پاداش کارهای خوب و مثبت ما را می‌دهد جزای کارهای بد ما را هم می‌دهد. فقط باید چشم‌های خود را روی حقیقت‌ها همیشه باز کنیم. حقیقت‌ها همانطور که هست ببینیم. همین آقای همکار ما صبح وقتی با مرد پیک‌سوار آن رفتار را کرد عصر همان روز با یک فرد دیگری همان رفتار را نسبت به خود دید. همیشه روزگار این را به ما گفته است از همان دستی که بهدید از همان دست هم می‌گیرد. ۳ هزار تومان در شرایط امروزی جامعه اصلاً ارزش آن همه سسر و صدا و قیل و قال را نداشت. آیا ما می‌توانیم با حق‌کنشی‌های خود و چانه‌زنی با قشر ضعیف جلوی گرانی را بگیریم؟ ما اگر زورمان می‌رسد جلوی زورگوها بایستیم. حق یک کارگر ساده را ندان هیچ لذتی ندارد.

## د

دسته گلی که یک دستفروش سر

چهارراه می‌فروشد نصف قیمت

مغازه است. با این حال اصرار

داریم از او ارزان‌تر بخریم، ولی

اگر در مغازه باشیم بدون چانه

پول را می‌دهیم و کالا را می‌خریم.

این خصلت قدرت‌نگری و

تن دادن به قدرت در برابر

آدم قوی‌تر از سویی و متقابلاً

ابراز قدرت در برابر آدم‌های

ضعیف‌تر از سویی دیگر، موجب

بروز رفتارهایی در ما می‌شود

که از اخلاق انسانی به دور است