

حمایت بهینه از فرزندان

حمایت زمانی معنایی پیدا می‌کند که شرایط به لحاظ عاطفی یا موقعیتی از روال خارج است؛



حمایت زمانی معنایی پیدا می‌کند که شرایط به لحاظ عاطفی یا موقعیتی از روال خارج است؛ بنابراین اگر مشکل حادی پیش آمده و فرزند ما نیز در آن نقش داشته و اشتباه کرده است، نیاز به حمایت بیشتر احساس می‌شود.

آگاهی تنها جاده یک طرفه ای است که امکان دور زدن یا دنده عقب گرفتن و بازگشت به دوران ناآگاهی در آن وجود ندارد. انسان با آگاهی پیوندی دیرین دارد و هر فرد، خواه یا ناخواه به این حس، میل و کشش دارد؛ خاصه آنکه بخواهد فرزند را به این دنیا بیاورد یا اکنون دارای فرزند یا فرزندان باشد؛ چراکه در طلب آن است تا با افزایش آگاهی خود و انتقال آن به نسل بعد، آینده ای روشن تر و شکوفاتر بسازد.

اما جاده آگاهی انتها ندارد؛ هرچه بیشتر بیاموزیم و آگاه تر شویم به ناآگاهی های خود بیشتر پی می‌بریم؛ از همین روی در فرهنگ تاریخی و دینی ما بر «ز گهواره تا گور دانش بجوی» تأکید فراوانی شده است. پرورش فرزند نیز نیازمند دانش است و هرچه آگاهی ما والدین در این حوزه افزایش یابد قطعاً روزگار کم چالش تر و فرزندان بالنده تری را خواهیم داشت.

خبرگزاری ایکن در راستای رسالت خود مبنی بر آگاهی بخشی، مجموعه بسته های مشاوره ای را منتشر خواهد کرد که درباره «چالش های کودکی و نوجوانی» برای مخاطب والدین است و مزگان هوشیار، روانشناس حوزه کودک و نوجوان در این مجموعه هر بار به موضوعی خاص می‌پردازد تا با راهکار های کارشناسانه، مسیر والدگری را برای والدین تسهیل کند. در ادامه گفتار هفدهم با عنوان «انواع حمایت از فرزند» را مطالعه می‌کنید.

قبل از آنکه وارد بحث نیازها و نحوه پاسخ به آنها شویم بهتر است به مقوله حمایت بپردازیم. حمایت زمانی معنایی پیدا می‌کند که شرایط به لحاظ عاطفی یا موقعیتی از روال خارج است؛ بنابراین اگر مشکل حادی پیش آمده و فرزند ما هم در آن نقش داشته و اشتباه کرده است در اینجا نیاز به حمایت بیشتر احساس می‌شود.

یادمان باشد حمایت هم نقاط قوت و هم نقاط ضعف را شامل می‌شود اما از آنجایی که جامعه همیشه از نقاط قوت حمایت می‌کند؛ نقش ما والدین در حمایت از نقص ها و پذیرش آنها از جانب ما و فرزندانمان پررنگ تر است.

باور پررنگ فرزندان نسبت به والدین باید این باشد: «آنجایی که هیچ کس حمایت نخواهد کرد، والدینم در کنارم هستند و من تنها نیستم.» این حضور والدین می‌تواند فیزیکی و عاطفی باشد. حمایت در واقع رفتار و گفتاری است که ما در مورد دیگران به کار می‌گیریم تا آنها بتوانند تصمیم بگیرند و در زمان اجرای تصمیم در کنار آنها هستیم.

بنابراین طبق تعریف مشخص است که ما جای دیگران تصمیم نمی‌گیریم. قرار است از اصول بگوئیم، فرد را از پیامدهای احتمالی تصمیم آگاه کنیم و فرد با آگاهی به این موارد تصمیم بگیرد، اما فرد باید متوجه باشد که خود به تنهایی مسئولیت انتخابش را بر عهده دارد. چنانچه ما در کنار هم تا این مراحل هم قدم بوده باشیم انتظار می‌رود که فرزندانمان، فرزندان مسئولی باشند.

اگر تصمیم فرزند ما آن چیزی نیست که ما انتظار داریم؛ همچنان کنارش خواهیم بود و در مسیر او را همراهی خواهیم کرد. در نظر داشته باشیم، از تصمیمی صحبت می‌کنیم که به خود فرد، دیگران و محیط آسیب نرساند. حمایت عاطفی

حمایت با حفظ دو شرط بالا به انواع مختلف دسته بندی می‌شود. اولین نوع حمایت عاطفی است که در رابطه والد و فرزند مهم‌ترین نوع حمایت است و از درجه اهمیت بسیار بالایی برخوردار است. حمایت عاطفی به فرزندان ما احساس امنیت را ارمغان می‌دهد، به این معنا که فرزند من بدانند دوست داشتنی است، برای خانواده و جهان هستی موهبتی است، همیشه در هر شرایطی دوست داشته خواهد شد و فرصت اشتباه کردن را به او می‌دهیم.

قرار نیست انسان کاملی باشد و با تمام نقص هایش مورد احترام است. هرگاه فرزندان احساس نقص کرد و خودش را به خاطر اشتباهاتش شمتت کرد وظیفه ما والدین است که با حمایت عاطفی حالش را بهبود ببخشیم و به او اعتماد بدهیم که از عهده

آن بر خواهد آمد و ما همیشه و در هر شرایطی کنارش خواهیم بود.

وقتی می‌گوییم فرزند ما منحصر به فرد است و در جهان هستی موهبت است به معنای خودپسندی نیست از آنجایی که افراد به لحاظ ویژگی‌های فردی، ژنتیکی، ظاهری و... با هم متفاوت هستند لذا هرگز ما والدین و خود فرزندان مجاز نیستیم تا خودمان را با دیگران مقایسه کنیم.
حمایت ملموس

دومین نوع، حمایت ملموس است که ما به صورت روزمره انجام می‌دهیم و در طول شبانه روز ما یا فرزندان نیاز داریم تا برای رفع نیازهایمان به یکدیگر کمک کنیم و مشکلات و مسائل را به صورت مشارکتی حل کنیم؛ مثلاً لازم است در کارهای خانه به مادر خانواده کمک شود تا کمتر خسته شود و خانواده فرصت پیدا کنند در کنار هم تفریح کنند.
حمایت تعلق

نوع بعدی حمایت تعلق است که فرد نیازمند آن است که احساس کند گروهی از افراد جامعه از او پشتیبانی می‌کنند و یا به محیطی امن تعلق دارد که می‌تواند در کمال امنیت در آن زندگی کند. فرزندانمان برای آنکه به محیط خانه، مدرسه، کار و... احساس تعلق داشته باشند، می‌توانیم با مشارکت دادن آنها در اداره کردن، تصمیم‌گیری و... احساس تعلق را در آنها ایجاد کنیم.

تجربه کرده ایم که کودکان در جشن‌های مدرسه به خاطر مشارکت در جشن یا مراسم احساس تعلق بیشتری به مدرسه و حتی کلاسشان دارند. ما والدین اگر مشتاقیم که فرزندان نسبت به خانه احساس بهتری داشته باشد و آنجا را محیط امن بدانند با حفظ آرامش، آنها را در کار منزل مشارکت بدهیم. تعامل با خانواده مادر و پدر به فرزند این باور را می‌دهد که به گروه بزرگی تعلق دارد و روابط خانوادگی و افراد خانواده به مرور زمان جایگاه و موجودیتشان را از دست نمی‌دهند؛ اینکه افرادی وجود دارند که همیشه در کنارم هستند و مرا دوست دارند به کودک ما احساس امنیت می‌بخشد.
حمایت اجتماعی

نوع چهارم حمایت اجتماعی است که ما به فرد کمک می‌کنیم تا در جامعه جایگاه خود را پیدا کند و بتواند وارد فضای بزرگ اجتماعی شود. ورود به اجتماع و تعاملات انسانی کار پرچالشی است و نیاز به آموختن پاره‌ای از مهارت‌ها دارد و در جایگاه والدین وظیفه داریم این مهارت‌ها را به فرزندانمان بیاموزیم؛ البته در مورد فرزندان باید آگاه باشیم که این مهارت‌ها در روند رشد تحولی به فرزندانمان آموخته شود. اگر این مهارت‌ها تدریجی و در مسیر رشد آموخته نشوند، یادگیری آن در سنین بالا دشوارتر خواهد بود؛ بنابراین بهتر است از ابتدا در تعاملاتمان سهم و نقش فرزندانمان را جدی‌تر بگیریم و آنها را اجتماعی تربیت کنیم.

نکته بسیار مهم در تربیت اجتماعی این است که کودک ما به درک علاقه اجتماعی برسد به این معنا که ما در جامعه سهم برابر داریم و همگی قابل احترام هستیم و این اجتماع از آن همگی ماست و در بالندگی آن سهم داریم.

تمرین این بخش این است که تمرکزمان را بر روی این بگذاریم که چقدر این حمایت‌ها را در برابر افراد خانواده خود به کار می‌گیریم و از امروز حمایت‌های خود را آگاهانه به کار بگیریم و تئیرات آن را مشاهده کنیم.