

## چگونه کودکی مسئول و متعهد تربیت کنیم؟



ایسنا/آذربایجان شرقی مشارکت کودکان و نوجوانان در امور منزل به عنوان یکی از مؤثرترین روش‌های تربیتی، نقش مهمی در شکل‌گیری شخصیت مسئول و متعهد در فرزندان دارد.

ایسنا/آذربایجان شرقی مشارکت کودکان و نوجوانان در امور منزل به عنوان یکی از مؤثرترین روش‌های تربیتی، نقش مهمی در شکل‌گیری شخصیت مسئول و متعهد در فرزندان دارد. امروزه تربیت نسلی مستقل، منظم و مشارکت‌جو، یکی از اهداف اصلی خانواده‌ها و نظام آموزشی به شمار می‌رود. در این میان، آشنا کردن کودکان با وظایف روزمره خانه از سنین پایین می‌تواند آنان را برای زندگی آینده آماده کند.

انجام کارهایی مانند مرتب کردن اتاق، چیدن سفره، کمک در آشپزی، مراقبت از وسایل شخصی و مشارکت در برنامه ریزی‌های خانوادگی، به فرزندان احساس ارزشمندی و تعلق می‌دهد. این فرایند، ضمن افزایش حس همکاری، زمینه‌ساز تقویت مهارت‌های اجتماعی، کنترل هیجانات، نظم فردی و احترام به قوانین جمعی است.

تحقیقات نشان می‌دهد کودکانی که در خانه مسئولیت‌هایی برعهده دارند، از نظر عزت نفس، انگیزه پیشرفت و توانایی حل مسئله، عملکرد بهتری نسبت به همسالان خود دارند. از طرفی، مشارکت در امور خانه باعث کاهش بار مسئولیت والدین و تقویت روحیه همکاری در فضای خانوادگی می‌شود.

مسئولیت واگذار شده متناسب با سن کودکان باشد

یک روانشناس با بیان اینکه مشارکت فرزندان در امور خانه، یکی از مهم‌ترین ارکان رشد شخصیتی و اجتماعی کودکان است، گفت: طبق بررسی‌های صورت گرفته، کودکانی که در فعالیت‌های خانه نقش دارند، از اعتماد به نفس و عزت نفس بالاتری برخوردارند و حس استقلال بیشتری در آنان شکل می‌گیرد.

سینا باقرپور اسکویی در گفت‌وگو با ایسنا ادامه داد: مشارکت در امور خانه به کودکان کمک می‌کند تا در آینده، هنگام مواجهه با مشکلات، رفتار مناسب‌تری از خود نشان دهند و مهارت حل مسئله قوی‌تری داشته باشند. این مشارکت نه تنها به پرورش مسئولیت‌پذیری کمک می‌کند، بلکه موجب می‌شود فرزندان در آینده منتظر دیگران برای انجام کارهایشان نباشند.

وی افزود: متأسفانه در برخی خانواده‌ها، نوجوانان حتی از انجام امور شخصی خود امتناع می‌کنند و این وظایف را به دوش والدین می‌اندازند. این موضوع ریشه در دوران اولیه تربیت کودک دارد، والدین باید از همان سال‌های ابتدایی زندگی کودک، قوانین مشخصی برای مشارکت در امور خانه وضع کرده و با ثبات و استمرار، آن‌ها را اجرا کنند.

وی با بیان اینکه نکته مهم در این مسیر آن است که وظایف واگذار شده به کودکان، متناسب با سن و توانایی‌شان باشد، اظهار کرد: والدین می‌توانند وظایف را به گونه‌ای طراحی کنند که برای کودک جذاب و غیر خسته‌کننده باشد. همچنین بهتر است در زمان‌های مشترک کاری، هر فرد وظیفه خود را برعهده بگیرد تا روحیه تیمی و همکاری نیز تقویت شود.

باقرپور، آشنایی والدین با اصول فرزند پروری مقتدرانه را امری ضروری دانست و یادآور شد: در این سبک تربیتی، ضمن حفظ اقتدار والدین، به نیازهای روانی، هیجانی و فردی کودکان نیز توجه می‌شود.

وی ادامه داد: در شرایط کنونی جامعه، برخی از جوانان در سن ۲۶ سالگی هنوز از انجام کارهایی که نوجوانان ۱۶ ساله در گذشته به راحتی انجام می‌دادند، ناتوان‌اند. این مسئله نشان می‌دهد که تربیت و آموزش مهارت‌های زندگی باید در کنار آموزش رسمی و تحصیلی مورد توجه جدی قرار گیرد.

وی افزود: یکی از گلیه‌های رایج نوجوانان، تأکید بیش از حد والدین بر مسائل درسی و بی‌توجهی به دیگر جنبه‌های رشد فردی آن‌هاست.

وی با بیان اینکه اولویت اصلی در تربیت فرزندان، ایجاد مهارت‌های فردی، تقویت مسئولیت‌پذیری و درک متقابل والدین از دنیای کودکان و نوجوانان است، اظهار کرد: آن‌ها توصیه می‌کنند که والدین همچون اعضای یک تیم، در کنار فرزندان خود قرار گیرند و با

محبت، زمینه رشد همه جانبه و مسئولانه آن‌ها را فراهم کنند.

## تشویقی متعادل و واقع‌گرایانه

یک روانشناس دیگر نیز در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: بسیاری از والدین تصور می‌کنند که آموزش مفاهیمی مانند نظم، تعهد یا مسئولیت‌پذیری باید از مدرسه آغاز شود، در حالی که بذر این ویژگی‌ها از همان سال‌های ابتدایی زندگی در فضای خانه کاشته می‌شود.

ابوالفضل محمدیان ادامه داد: اگر کودک در خانه یاد بگیرد که رفتار و عملکردش اثر دارد، به تدریج این حس را درون خود رشد می‌دهد که باید پاسخ‌گویی اعمال خود باشد.

وی با بیان اینکه نیازی نیست برای آموزش مسئولیت‌پذیری منتظر سن خاصی ماند، گفت: حتی کودکان خردسال هم می‌توانند وظایف ساده‌ای مانند جمع کردن اسباب‌بازی‌هایشان، بردن بشقاب‌هایشان به آشپزخانه یا کمک در چیدن میز غذا را برعهده بگیرند. همین فعالیت‌های ساده، تمرینی واقعی برای حس‌تعلق و نقش‌پذیری در کودک است.

این روانشناس افزود: تشویق، زمانی مؤثر است که متعادل و واقع‌گرایانه باشد. افراط در تحسین، می‌تواند اثر معکوس داشته باشد و کودک را به وابسته بودن به تأیید دیگران عادت دهد. به جای جملات اغراق‌آمیز، بهتر است از عباراتی مانند «خیلی خوب شد که بدون اینکه بهت بگم، خودت اتاقت رو مرتب کردی» استفاده شود.

## نقش قوانین خانگی در رشد حس‌نظم و مسئولیت‌پذیری

محمدیان با اشاره به نقش قوانین خانگی در رشد حس‌نظم و مسئولیت‌پذیری گفت: کودکان به قوانینی نیاز دارند که منسجم و روشن باشد. برای مثال، تعیین ساعت خواب مشخص، مانند ۱۰ شب، و پایبندی به آن، به کودک می‌آموزد که زمان بندی و تعهد، بخش مهمی از زندگی است. اما این قوانین باید با آرامش، نه با خشونت، اجرا شوند.

وی یادآور شد: فضای گفت‌وگو محور در خانه می‌تواند تأثیرات بسیار عمیقی بر رشد مسئولیت‌پذیری کودک داشته باشد. به جای توبیخ یا سرزنش، بهتر است وقتی کودک وظیفه‌ای را فراموش می‌کند، با او صحبت کنیم. مثلاً بپرسیم: «چه شد که یاد رفت؟ به نظرت چطور می‌تونی دفعات بعد بهتر یادت بمونه؟» این نوع ارتباط، به کودک یاد می‌دهد که مسئولیت را نه با ترس، بلکه با آگاهی بپذیرد.

محمدیان خاطرنشان کرد: وقتی کودک احساس کند در کنار والدین یک عضو مؤثر از خانواده است، نه صرفاً دریافت‌کننده فرمان، انگیزه بیشتری برای ایفای نقش و پذیرش مسئولیت پیدا می‌کند.