

## وقتي والدين مقصرد

برخي والدين به دليل نابهنجاريهاي رفتاري، صلاحيت لازم براي تربيت کودکان را ندارند ...



برخي والدين به دليل نابهنجاريهاي رفتاري، صلاحيت لازم براي تربيت کودکان را ندارند  
وقتي والدين مقصرد

جام جم آنلاين: کودک در خانواده آيينه رفتار والدين است و رفتار مثبت و منفي را از آنان ياد مي‌گيرد. کودکان علاوه بر احتياجات فيزيكي، نياز به تغذيه روعي دارند و نيز احتياج دارند که به احساسات و خواسته‌هايشان احترام گذاشته شود. آنان صحبت‌هاي والدين را مي‌شنوند، حرکاتشان را نگاه مي‌کنند و از آنان تقليد مي‌کنند.

بنابراين والدين آيينه تمام‌نماي رفتار کودکان هستند. امروزه کودکان داراي اختلال، از خانواده‌هايي هستند که خود در تعامل‌هاي روزانه به رفتارهاي مختل بسيار زياد درگير هستند. مشاهده خانواده‌هاي داراي کودکان ناآرام و پرخاشگر نشان داده که اعضاي خانواده‌هاي اين کودکان در مقايسه با خانواده‌هاي کودکان بهنجار به احتمال زياد خود آغازگر رفتارهاي پرخاشگرانه بوده‌اند و به طور متقابل به آن پاسخ مي‌دهند. بنابراين به نظر مي‌رسد خانواده‌هاي کودکان مبتلا به مشکلات رفتاري، محيط مساعدي براي يادگيري رفتارهاي نابهنجار دارند. کودکان پرخاشگر به طور مکرر شاهد درگيري والدين هستند و به آنان امر و نهي زياد مي‌شود همچنين کودکان افسرده احتمالاً والدين افسرده دارند.

### افسردگي مادر، افسردگي کودک

عموما يکي از حيطه‌هاي سازگاري والدين در مورد آسيب‌شناسي رواني کودک که به طور گسترده مورد بررسي قرار گرفته، افسردگي مادر است. کودکان مادران افسرده در مقايسه با کودکان مادران غيرافسرده، مشکلات هيچاني، جسماني و رفتاري بيشتري دارند. به دليل تأثيري که رفتار پدر و مادر بر کودکان دارد، محققان معتقدند که کودکان بايد توسط والدين لايق و باکفايتي تربيت شوند که رفتارشان جهت صحيح پيدا کرده و اشتباهاتشان را بفهمند و انضباط را ياد بگيرند بدون اين که تنبيه بدني شوند يا از نظر روعي آسيب ببينند، والديني که چنين صلاحيتي ندارند &#171;والدين ناسالم» هستند، والدين ناسالم معمولاً خصوصيات اخلاقي مناسب ندارند و آنان گاهي آنقدر مشکلات دارند که خود محتاج رسيدگي فرزندانشان هستند. با توجه به تأثيري که اين دسته از والدين (ناسالم) در زندگي فرزندانشان دارند در ذيل بيشتري به آن مي‌پردازيم.

### دسته‌بندي &#171;والدين ناسالم»

معمولاً برخي از رايج‌ترين والدين ناسالم به شرح زير هستند:

والدين کنترل‌کننده: والدين کنترل‌کننده که يکي از انواع والدين ناسالم هستند که رفتار آنها با کودکان مثل اين است که آنان (کودکان) هيچ موقع کاري را نمي‌توانند به درستي و کامل انجام دهند و احساس بي‌لياقتي را در آنها پرورش مي‌دهند. کارهاي خود را بزرگ و مهم و کارهاي فرزندانشان را بي‌ارزش جلوه مي‌دهند و از طريق کوچک کردن آنها، خود کنترل امور را به دست مي‌گيرند. از ديگر رفتارهاي ناشايست والدين کنترل‌کننده اين است که يکي از بچه‌ها را با بچه ديگر مقايسه مي‌کنند، مدام آن يکي را به رخ اين يکي مي‌کشند و به او مي‌فهمانند که مورد مهر و محبت آنها نيست. اگر اين بچه بخواهد عزيز آنها باشد، بايد بيشتري تلاش کند و مثل ديگري شود. اين امر باعث مي‌شود که بچه هر کاري را که والدين از او مي‌خواهند انجام دهد تا بتواند آنها را راضي و خشنود کند. در واقع وقتي اسير والدين کنترل‌کننده هستيم، عکس‌العمل ما به دو طريق خواهد بود؛ تسليم يا سرپيچي و عصيان. در هر صورت از نظر رواني با آنها بيگانه شده و فاصله مي‌گيريم.

والدين کمال‌گرا: والدين کمال‌گرا نيز انتظارات بي‌حد و غيرممکن از فرزندان خود دارند. کودکان اين والدين بايد کارها را کامل و بدون نقص انجام دهند وگرنه تحقير يا تنبيه مي‌شوند. اين دسته از والدين خود نيز کارها را بسيار دقيق انجام مي‌دهند. آنها فکر مي‌کنند اگر فرزندانشان نيز اينچنين رفتار کنند، يک فاميل کامل خواهند بود. غافل از اين که بچه‌ها بايد اشتباه کنند تا خودشان زندگي را

تجربه کرده و یاد بگیرند با هر اشتباهی دنیا به آخر نمی‌رسد. معمولاً فرزندان خانواده‌های کمال‌گرا یکی از این دو راه را انتخاب می‌کنند؛ گروه اول سعی می‌کنند بهترین باشند و توجه والدین را به خود جلب کنند. این گروه همیشه بیش از توانشان فعالیت می‌کنند و هیچ موقع کاری برایشان کامل و بی‌نقص نیست و گروه دوم چون مطمئن هستند نمی‌توانند کارها را عالی انجام دهند از اول شروع نمی‌کنند.

افراط و تفریط در آزادی دادن به کودک می‌تواند باعث مشکلات رفتاری وی شود، فرزندان با آزادی‌های بی‌حد و حصر معمولاً افرادی بی‌بند و بار خواهند شد

والدین کمک‌کننده: نوع دیگر والدین ناسالم #171؛ والدین کمک‌کننده هستند. در خانواده‌هایی با این مشخصه، پدر یا مادر شرایطی به وجود می‌آورند که فرزندان به آنها نیاز داشته باشد. والدینی که این گونه فرزندان را زیر نظر خود درمی‌آورند، مثل این است که با فشارهایی به اصطلاح محبت‌آمیز خود آنها را زیر منگنه قرار می‌دهند. این گونه والدین ناخواسته به فرزند عزیزشان که دوست دارند مدام به او کمک کنند، ضربه وارد می‌سازند.

والدین با نقش رقیب: تعدادی از والدین ناسالم نقش رقیب را در مورد فرزندان اعمال می‌کنند. آنان برای نشان دادن لیاقت خود، بی‌لیاقتی فرزندان را به رخ او می‌کشند. برای مثال مادر وقتی دخترش به سن شکوفایی می‌رسد، ناراحت می‌شود چرا که به جای مادر، دختر جلب توجه کرده و مادر احساس پیری می‌کند. معمولاً والدین، سالم و طبیعی بزرگ شدن فرزندان را با شادمانی استقبال می‌کنند، ولی این دسته از والدین در این مرحله احساس محرومیت، نگرانی و ترس دارند. آنان همیشه باید مطمئن باشند که فرزندان کاری را بهتر از آنها انجام نمی‌دهد. معمولاً در خانواده‌هایی با والدین ناسالم، افراط و تفریط در شش معیار، نقش مهمی را در مشکلات رفتاری کودکان ایفا می‌کند:

پذیرفتن یا طرد کامل: اگر جو یا فضای کل خانواده، هر حرکت و رفتار کودک را به‌رغم درست یا نادرست بودن آن پذیرا باشد، کودک به احتمال زیاد دچار اختلالات رفتاری می‌گردد، زیرا تفاوت بین رفتارهای درست و نادرست را نمی‌آموزد و از دیگران نیز انتظار دارد که همچون مادر و پدرش، هرگونه رفتار او را با گرمی و صمیمیت بپذیرند و چون چنین چیزی امکان‌پذیر نیست، مشکلات و درگیری‌های اجتماعی او شروع می‌شود.

توجه یا بی‌توجهی بیش از حد: افراط و تفریط در میزان توجه و مراقبت نسبت به اعمال و رفتار کودک می‌تواند موجبات اختلالات رفتاری وی باشد. برای مثال محافظت و مراقبت بیش از حد کودک هنگامی که او می‌تواند وظایف و مسوولیت‌هایی را شخصاً برعهده گیرد، سبب دشواری‌های رفتاری کودک می‌شود. به این معنا که او احتمالاً متکی به دیگران بار می‌آید. همچنین بی‌توجهی به رفتارهای کودک و غفلت از آنچه او انجام می‌دهد نیز می‌تواند زبربنای مشکلات رفتاری وی شود.

آزادی یا دیکتاتوری بیش از حد: افراط و تفریط در آزادی دادن به کودک می‌تواند باعث مشکلات رفتاری وی شود، فرزندان با آزادی‌های بی‌حد و حصر معمولاً افرادی بی‌بند و بار خواهند شد. نقطه مقابل، خانواده‌ای که در آن کودک هیچ‌گونه آزادی و اختیاری متناسب با نقش‌اش ندارد و آنچه را خانواده دیکته می‌کند، باید بدون این که به منطبق آن آگاه باشد، بی‌چون و چرا بپذیرد و حق هیچ‌گونه اظهارنظر، دخالت یا تصمیم‌گیری را ندارد چنین فردی با ویژگی‌هایی چون ناراضی‌تبی، درون‌گرایی و بی‌اعتمادی نسبت به دیگران پرورش می‌یابد. پرتوقعی یا بی‌توقعی بیش از حد: داشتن انتظارات و توقعات نامتناسب با رشد و توان جسمی، ذهنی، عاطفی، اخلاقی، اجتماعی کودکان یا نداشتن هیچ‌گونه توقعی از آنان هنگامی که باید توقع داشت، باعث اختلالات رفتاری آنان می‌شود.

والدینی که از فرزندان خویش هیچ‌گونه انتظار و توقعی هنگامی که باید توقع داشته باشند، ندارند، پرورش‌دهندگان فرزندان با مشکلات رفتاری و روانی هستند. تشویق کودک به کارهای نادرست یا خلاف: از دیگر معیارهای موثر در اختلالات رفتاری کودکان، تشویق آگاهانه یا ناآگاهانه فرزندان توسط والدین به انجام کارهای نادرست و غیراخلاقی است. برای مثال کودکی که برای اولین بار مداد یا تراش یا وسیله کودکان دیگر را برمی‌دارد و این مساله با بی‌توجهی یا تشویق غیرمستقیم خانواده روبه‌رو می‌شود، کم‌کم یاد می‌گیرد که می‌تواند وسایل گران‌تر و بزرگ‌تر را نیز بردارد.

توجه بیش از حد مادر: نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که توجه افراطی مادر به کودک که متناسب با سن و وضعیت رشد فرزند نباشد، باعث تضعیف اعتماد به نفس، نبود بلوغ عاطفی و نیز اضطراب در کودک می‌شود. در این راستا معمولاً مادران به 2 دسته تقسیم می‌شوند: مادرانی که بسیار لوس‌کننده هستند و به کوچک‌ترین درخواست کودک خود پاسخ می‌دهند و لذا کودکان آنان هیچ‌گونه محرومیتی را تجربه نمی‌کنند و دسته دوم از مادران که بسیار غالب و مسلط هستند. با توجه افراطی و کنترل شدید خود، کودک را از خودمختاری و اعتماد به نفس و اتکا به خود بی‌بهره می‌سازند. هر کدام از این مادران با دخالت‌ها و مواظبت‌های بیش از حد خود اجازه رشد و نمو طبیعی روانی را از کودکان خود سلب می‌کنند.

ناهنجاری‌های ارتباطی

اصولا قوانین محدودکننده در خانواده‌ها، منجر به 4 اختلال عمده در ارتباط بین اعضای خانواده می‌شود. شما زمانی که از بیان مستقیم منع شده باشید، ناگزیر به انکار، حذف، جایگزینی یا بیان ناهمساز جنبه‌های مختلف تجربه‌هایتان روی می‌آورید.

### ناهنجاری‌های ارتباطی

انکار: در این روش افراد مایلند آنچه را که از بیانش هراس دارند، انکار کنند. شما ممکن است، نیازها یا احساساتتان را صراحتاً یا به طور ضمنی انکار کنید. انکار صریح با جملاتی نظیر: «#171؛ برایم مهم نیست»، «#171؛ هرچه تو خواهی» و... نمود پیدا می‌کنند. انکار ضمنی را سخت‌تر می‌توان تشخیص داد، اما نشانه‌های آن معمولاً بی‌اعتنایی، صحبت با لحنی یکنواخت، قوز کردن یا ارتباطی منفعلانه هستند و پیام این است «#171؛ مهم نیست، من چیزی احساس نمی‌کنم.»

حذف: حذف به معنای جا انداختن بخش‌هایی از یک پیام است، بخصوص بخش‌هایی که به طور مستقیم بیان‌کننده نیازها و تجربیات شما هستند. با استفاده از شیوه حذف، شما ناچارید همه چیز را به طور غیرمستقیم بیان کنید. در این روش در گفته‌ها به شخص، چیز، زمان یا مکان مشخصی اشاره نمی‌شود.

جایگزینی: احساسات را باید هرازچندگاه بروز داد که با استفاده از شیوه جایگزینی می‌توان این کار را به صورت ایمن‌تر یا در حضور شخص قابل اعتمادتر انجام داد. شیوه جایگزینی به شما این امکان را می‌دهد تا احساساتتان را به طور غیرمستقیم بیان کنید. به عنوان مثال اگر دعوا کردن با همسران از نظر شما مردود است، ممکن است بر سر وظایف پسران با او مرافعه‌ای راه بیندازید.

### بیان‌های ناهمساز

ارتباط ناهمساز زمانی رخ می‌دهد که پیام نهفته در حالت چهره، ژست، لحن و آهنگ صدایتان با آنچه می‌گویید همخوان نباشد، مثلاً مادری به دخترش می‌گوید: «#171؛ از این که تا دیروقت بیرون ماندی ناراحت نیستم.» اما صدای او خشن و لرزان است و سریع صحبت می‌کند. در این نوع پیام کلمات با آنچه که زبان اندام‌ها و لحن صدا می‌گویند، تضاد آشکاری دارد.

### همدستی‌ها

همدستی‌های خانوادگی به این دلیل شکل می‌گیرند که به شما کمک می‌کنند تا احساسات و خواسته‌های ممنوع‌تان را بر زبان بیاورید. مثلاً زمانی که نوعی همدستی میان مادر و پسر شکل می‌گیرد، پدر احساس تنهایی بیشتری می‌کند چرا که او نمی‌تواند خشم و رنجش خود را بروز بدهد و از هرگونه محبت و حمایت نیز بی‌بهره است. پدر که احساس طردشدگی روزافزون می‌کند، ممکن است بکوشد تا به نوبه خود با دخترش همدستی کند و پنهانی تبانی می‌کنند تا در مشکلات خانوادگی از هم حمایت کنند.

### معصومه اسدی / جام‌جم