

ماهی را بگیر؛ تازه است

این جمله را شنیده‌ای؟ این که می‌گویند بچه‌های هر نسل تنبل‌تر از نسل قبل هستند. مادر بزرگ یا پدر بزرگت این را برایت گفته‌اند که چه طور با خانواده همکاری می‌کردند؟



این جمله را شنیده‌ای؟ این که می‌گویند بچه‌های هر نسل تنبل‌تر از نسل قبل هستند. مادر بزرگ یا پدر بزرگت این را برایت گفته‌اند که چه طور با خانواده همکاری می‌کردند؟

حالا یکی بیاید بگوید پدر و مادرها هم از ما کار نمی‌خواهند. یکی بگوید من هم دلم می‌خواهد این همه وابسته نباشم. برای شستن لباس‌ها، اتو کشی، غذا و....

دکتر نادر بلوچ نژاد روان‌شناس و مشاوره به پرسش‌های ما پاسخ می‌دهد:

#8226& کمک کردن مهارت است؟

اگر راجع به دلایل و انگیزه‌ها و علت منطقی کمک کردن فکر کنیم، بله، مهارت است. این که آدم دلیل قابل قبولی برای خودش داشته باشد و این که وجودش به کاری بیاید، مهارت است. اما خود عملکرد کمک کردن، تحت الشعاع فکر و نیت و تصمیم است.

#8226& گاهی بچه‌ها می‌گویند خانواده‌ها از ما کاری را می‌خواهند که دوست نداریم. در این گونه موارد چه طور برخورد کنیم؟
ما دوست نداشتن را یک علت منطقی نمی‌دانیم. وقتی قرار بر این است که در یک حرکت دسته جمعی مثل آماده شدن برای تعطیلات یا برای رفتن به سفر و.. شرکت کنیم؛ وقتی بودن با این جمع، برای ما مفید و لذت بخش است و با بودن در این جمع به ما خوش می‌گذرد، ما هم باید گوشه‌ای از کار را به عهده بگیریم.

اگر دقت کنیم می‌بینیم وقتی آدم در این جمع شرکت کند قبل از این که نفعش به دیگران برسد خودش احساس آرامش می‌کند. در زندگی عادی هم همین طور است. در این جور همکاری‌ها، قبل از این که نتیجه را ببینیم به یک حس رضایت قوی می‌رسیم که بسیار ارزشمند است.

با دوست ندارم، راه را بر این تجربه‌ی ارزشمند می‌بندیم. مثل بعضی از غذاها که بچه‌ها می‌گویند دوست نداریم، اما با کمی تمرین و با یادآوری فواید و از کم شروع کردن و خوردن غذا، کم کم خوردن غذایی که دوست ندارند، عادت می‌شود.

این‌جا هم وقتی می‌گویند دوست نداریم، می‌روند به این سمت که به جای فعالیت کردن، خسته شدن و انرژی صرف کردن برای جمع، می‌خواهند فیلم ببینند، ورزش کنند یا ترجیح می‌دهند پای رایانه باشند.

#8226& این همکاری‌های کوچک بر رفتارهای اجتماعی آینده افراد هم تأثیری دارد؟
تأثیرش قطعی است. خیلی از جوانانی که پیش ما می‌آیند می‌بینیم آن چه در دوره کودکی و نوجوانی یا ابتدای جوانی برایشان اتفاق افتاده به طور مستقیم در زندگی شخصی و روابط اجتماعی‌شان اثر گذاشته است.

#8226& فواید این همکاری‌ها چیست؟

فاصله‌ها را نزدیک می‌کند. در یک جمع دوستانه هم وقتی برای تفریح و گردش می‌روند، همین که هر کسی یک گوشه‌ی زیرانداز را می‌گیرد هم بر ارتباطات دوستانه‌شان اثر دارد و هم جنبه‌ی لذت بخش بودن آن را تمرین می‌کنند. در خانه به دلیل مسائل دیگر و رقابت‌هایی که هست می‌گویند: **#8226& 171**؛ دوست ندارم، کار دیگری دارم و... « در نتیجه این لذت از دست می‌رود.

در بعضی خانواده‌ها وقتی قرار است شام سبک‌تر باشد، قرار می‌گذارند نوبتی هر شب یک نفر شام را تهیه کند. خوب این آدم وقتی وارد زندگی مستقل خودش شود، روحیه‌ای را تجربه کرده که به کمکش می‌آید. این یک مهارت است که آدم یاد بگیرد بخشی از خانه یا اتاق را خودش مرتب کند. فرد وقتی مستقل شود این مهارت به کمکش می‌آید.

#8226& گاهی خانواده‌ها از ما کمک نمی‌خواهند، آن‌جا چه طور برخورد کنیم؟
این غلط است و متأسفانه در جوامع رو به رشد این شکل را داریم که خانواده‌ها برای این که به بچه‌ها سخت نگذرد و گاه به بهانه‌ی

درس خواندن، اجازه نمی‌دهند آن‌ها در کارها کمک کنند. تجربه‌های مدارس نشان می‌دهد بچه‌هایی که سن‌شان کم‌تر است، بیش‌تر این‌طوری هستند. کودکان و نوجوانان مصرف‌کننده‌اند و فرصت این تجربه را که مفید و اثرگذار باشند، از دست می‌دهند و با این کار در واقع بچه را از این حس محروم می‌کنیم.

در این موارد بچه‌ها چه کار کنند؟#8226&

اگر مایل باشند می‌توانند در محدوده‌ی مسائل جاری خودشان کمک کنند. معمولاً بسیاری از نوجوانان یک جایی خودشان متوجه می‌شوند و از همان موقع، می‌توانند آن خطا را جبران کنند و کار را شروع کنند. می‌گویند ماهی را هر وقت از آب بگیری تازه است یا جلوی ضرر را از هر جا بگیری منفعت است. من بچه‌هایی را می‌شناسم که بعد از تصمیم‌گیری درباره‌ی استقلال‌شان در امور شخصی، با این‌که در خانه‌شان لباسشویی بود، بعضی از لباس‌های‌شان را خودشان می‌شستند و اتو می‌زدند یا دکور اتاقشان را عوض می‌کردند.