

## کودکان تان را مسئولیت‌پذیر بار بیاورید

تقویت حس مسئولیت‌پذیری در فرزندان، آنها را در آینده خلاق، مستقل و با اعتماد به نفس بار می‌آورد...



تقویت حس مسئولیت‌پذیری در فرزندان، آنها را در آینده خلاق، مستقل و با اعتماد به نفس بار می‌آورد  
کودکان تان را مسئولیت‌پذیر بار بیاورید

یکی از دغدغه‌های امروز در مباحث روان‌شناسی، شکل‌گیری مسئولیت‌پذیری در خانواده‌ها و بخصوص پذیرفتن آن از جانب کودکان است. خانواده‌های ایرانی در دهه‌هایی که سپری کرده‌اند با حرکت به سمت فرزندسالاری، حوزه مسئولیت‌پذیری فرزندان را عملاً از دست دادند. متأسفانه این تصور در جامعه ما رو به افزایش است که کودکان را به کار و مسئولیت وادار کردن، نشان‌دهنده خشونت رفتاری و آگاهی نداشتن والدین نسبت به علوم رفتاری و تربیتی است.

خانه تکانی فکری - فرهنگی بزرگی که در جامعه ایرانی باید روی دهد، تغییر شیوه نگرش والدین در تصحیح رابطه میان مسئولیت و کودکان است که اگر این‌گونه شود در آینده شاهد فرزندانی خلاق، مستقل و با اعتماد به نفس خواهیم بود؛ فرزندانی که نقطه اتکای خود را از دیگران برداشته و به سمت قدرت درونی خود معطوف می‌کنند.

دکتر حکیمه آقایی، روان‌شناس در گفت‌وگو با «جام جم» به جزئیات این موضوع اشاره می‌کند و بیان می‌دارد: همه ویژگی‌های شخصیتی افراد در دوران کودکی یعنی از بدو تولد تا شش هفت سالگی شکل می‌گیرد. کودک با والدین یا مراقبت‌کنندگان مختلف از جمله پدر بزرگ، مادر بزرگ یا نهادهای مراقبت‌کننده بی‌سرپرست زندگی می‌کند که نقش بسیار مهمی در شکل‌گیری رفتارهای مسئولانه او ایفا می‌کنند.

دوران کودکی همانند لوح سفید و نانوخته‌ای است که می‌تواند تحت تاثیر دیده‌ها، شنیده‌ها و اعمالی که قابل تجزیه و تحلیل است، قرار گیرد. بنابراین مراقبان به عنوان اولین الگوهای تربیتی و رفتاری می‌توانند در شکوفایی شخصیت کودک و یاد دادن بسیاری از اصول و امور مهم تربیتی و همچنین رشد معنوی او نقش مهمی ایفا کنند. والدینی که هنگام مواجهه با بحران‌های خانواده به شیوه‌های پرخاشگرانه روی می‌آورند ناخودآگاه آن را به عنوان الگوی رفتاری برتر هنگام مواجهه شدن با مشکلات به کودکان معرفی می‌کنند.

### رابطه توقعات زیاد و مسئولیت‌گریزی

دکتر آقایی معتقد است، در نظر گرفتن سن کودک برای آموزش مهارت مسئولیت‌پذیری بسیار حائز اهمیت است. گاهی حتی لازم است برای انجام امور مهمی با کودکانمان مشورت داشته باشیم. از یاد نبرید کودکانی که بدرستی مسئولیت‌پذیر نیستند برای فرار از آنچه بر عهده‌شان است به راه‌های مختلفی از جمله پرسیدن پرسش‌های فراوان، ایراد گرفتن، خود را به مریضی و فراموشی زدن و مقصر جلوه دادن دیگران دست می‌زنند که همه اینها ناشی از اعتماد به نفس پایین، تنبلی و تن‌پروری، انتظارات زیاد، سرزنش والدین و تشویق نکردن آنهاست. والدین همواره باید جانب اعتدال را در این باره نگه دارند. بیش از اندازه تشویق کردن فرزندان همان قدر غلط است که کم جلوه دادن اموری که بدرستی از پس انجام آن بر آمده‌اند.

گاهی اوقات فرزند ما کاری را نادرست یا با بازدهی کم انجام می‌دهد. در اینجا برخی والدین با به کار بردن القاب و الفاظ نادرست از جمله «دست و پاچلفتی»، «کودن» یا «بی‌عرضه»، باعث شکل‌گیری تصویر ذهنی نازیبا از مسئولیت در ناخودآگاه کودک می‌شوند. این کودک به احتمال زیاد در بزرگسالی با بحران هویتی روبه‌رو خواهد شد. فراموش نکنیم جملات منفی و ناامیدکننده مانع می‌شود افراد به انجام کارهای بزرگ اقدام کنند. وقتی به فرزندتان می‌گویید «تو قابل اتکا و قابل اعتماد هستی» یا «وقتی چیزی به من می‌گویی می‌توانم حرفت را باور کنم» یا «من روی تو حساب می‌کنم» در واقع او را شایسته تحسین می‌دانید.

### محیط آموزشی، مسئولیت‌آفرین یا مسئولیت‌گریز

مسئولیت‌پذیری، ویژگی شخصیتی اکتسابی است. اگر مراقبان کودک رفتارهای خود را مسئولانه انجام دهند کودک نیز می‌آموزد در مقابل آنچه می‌گوید، می‌شنود و می‌بیند مسئول باشد.

محیط مهمی که این متخصص علوم روان‌شناسی در مسئولیت‌پذیری فرزندان بر آن تکیه می‌کند، محیط‌های آموزشی است به این معنا که بعد از والدین در محیط اجتماعی، این معلمان مدرسه هستند که با رفتار و نحوه برخورد خود با محصلان می‌توانند آنها را در مقابل انتخاب مناسب شغل آینده‌شان یاری رسانند. در واقع انتظار از مدارس آن است که به کودکان مختصات یک فرد مسئولیت‌پذیر را یاد دهند و به او گوشزد کنند چطور در شرایط بحرانی باید خونسرد بود و درست تصمیم گرفت، چون تصمیم درست پایه و زیربنای عمل منطقی و سنجیده است، اما برعکس اگر معلمی به عنوان الگوی رفتاری دانش‌آموز، مسئولیت‌مشکلی را که به وجود آمده و خود او در آن سهیم بوده، را به گردن دیگری بیندازد عملاً به او یاد می‌دهد هر گاه با مشکلی روبه‌رو شد، از پذیرش مسئولیت‌شانه خالی کند.

### توانمندی کوچک نوجوان‌ها را بزرگ ببینید

فرزندان ما پس از دوران کودکی وارد نوجوانی - حدود سیزده تا چهارده سالگی - می شوند. این دوره از لحاظ تربیتی و کسب هویت بسیار حائز اهمیت است. برخی اوقات درگیری والدین با فرزندانشان در این برهه از زندگی بسیار بالاست. والدین اذعان می کنند ما نمی توانیم فرزند خود را کنترل کنیم. او از پس انجام هیچ کاری بخوبی بر نمی آید. بسیار سر به هوا و بی خیال است. پدران و مادران باید به این موضوع باور داشته باشند که به نوجوان خود اعتماد کنند. اگر او کاری را مطابق انتظارات و خواسته های شما انجام نمی دهد توهین نکنیم و فرصتی فراهم آوریم که او اشتباهات خود را جبران کند.

دکتر حکیمه آقایی معتقد است: والدین در کنار کاستی ها باید قوت ها را هم ببینند. اغلب موارد نوجوانان ما در طول روز بخش قابل توجهی از مسئولیت هایشان را درست انجام می دهند، اما متأسفانه والدین نیمه خالی لیوان را نگاه می کنند و درست همان کاری را مورد سرزنش و خطاب قرار می دهند که فرزند ما برخلاف انتظاراتمان انجام داده است. وقتی فهرستی برای خرید به نوجوانان می دهیم و او یکی از اقلام را فراموش می کند ما همان یک قلم را مرتب به رخس می کشیم و حتی او را با دیگر افراد و دوستانش مقایسه می کنیم. به جای محکوم کردن فرزندمان بهتر است اول از او قدردانی کنیم. بهتر است بگوییم: «ممنونم پسر که خرید کردی، البته یک قلم را جا انداخته ای. اگر خسته نیستی برو و آن یک قلم را هم بخر.»

وقتی ارتباط ما با نوجوان توأم با احترام و محبت باشد، فرزند ما آن را درک خواهد کرد و کار مورد نظر را انجام خواهد داد یا این که می گوید پدر یا مادر من فعلاً خسته ام ولی یکی دو ساعت دیگر می خرم.

اگر حرف زدن ما با فرزندمان همراه با اهانت و تنش باشد، او نیز مقابله به مثل می کند. والدین برای فرزندانشان خود نماد محسوب می شوند. اگر آنها به نظم و انضباط در کارشان اهمیتی نمی دهند چطور انتظار دارند فرزندشان در کارهایش منظم رفتار کند. والدین باید برنامه منظمی برای خود تدارک ببینند به این شکل که تقویمی تهیه کرده، کارهایی را که بدرستی و مطابق برنامه انجام می شود، تیک بزنند. به دنبال آن فرزند ما هم یاد می گیرد تمام کارهای خود را مطابق یک برنامه از پیش تعیین شده جلو ببرد و در قبال آن مسئولانه رفتار کند. پدر و مادر در هر شغلی که باشند، باید از برنامه مشخصی پیروی کنند. حتماً نیاز نیست ما یک مهندس یا یک دکتر باشیم تا کارهایمان را مطابق آنچه در ذهن داریم و یادداشت کرده ایم پیش ببریم؛ حتی یک مکانیک، نجار یا کسی که شغل آزاد دارد، می تواند منظم رفتار کند.

#### والد مسئول باید مصمم رفتار کند

گاهی یکی از والدین، رفتار مسئولانه ای در خانه دارد، اما والد دیگر این گونه رفتار نمی کند و بسیار بی قید و بند است. در این شرایط، والد مسئول مدام نگران است که فرزندش نیز به والد بی مسئولیت نگاه کرده، رفتارهای نامناسبی داشته باشد. در اینجا بنا به شرایط سنی کودک با او صحبت کنید و ضررهایی را که متوجه والد دیگر شده به او یادآور شوید. والدی که مسئولیت پذیر است باید تا جایی که می تواند به عنوان الگوی متعهد با اشتیاق و مصمم به امور خود و خانه رسیدگی و به فرزند خود ثابت کند اگر پدر یا مادر تو وظایف خود را بخوبی انجام نمی دهد، این رفتار جزو صفات شخصیتی اوست که از دوران کودکی در او شکل گرفته و ضررهای اقتصادی یا اجتماعی زیادی را متحمل شده است. البته تمام این صحبت ها باید به گونه ای باشد که احترام والد دیگر در نگاه و ذهن فرزند از بین نرود یعنی علاوه بر صفات منفی والد بی مسئولیت از صفات مثبت شخصیتی او هم صحبت به میان آوریم و این را به بچه واگذار کنیم که اکنون نسبت به والد خود چگونه قضاوتی خواهد داشت. به فرزندتان بگویید پدر یا مادر تو نیز از این گونه رفتارهای غیرمسئولانه خود زجر می کشد ولی چون از شکل گیری این رفتار و نهادینه شدن آن زمان طولانی می گذرد تغییر آن برای او سخت است.

#### تشویق درست، برگ برنده والدین

والدین برگ برنده ای به نام تشویق در اختیار دارند و در صورت استفاده صحیح از آن می توانند از این اهرم برای آموزش و تفویض مسئولیت به کودکان بهره برداری کنند. پژوهش ها نشان داده است تزریق انگیزه به کودکان تکرار رفتار مثبت را در آنها افزایش می دهد، اما باید به یاد داشت تشویق صرفاً پاداش مادی یا کلامی نیست و والدین می توانند با خلاقیت، ماده اولیه تشویق را به سمت آموزش و مسئولیت پذیری ببرند.

بسیاری از آدم هایی که در بزرگسالی نمی توانند شکست هایشان را هضم کنند، به آنها در کودکی یاد داده نشده که آدمی هر لحظه ممکن است در معرض شکست باشد. پس به کودکان باید یاد داد، اگر برای رسیدن به اهدافشان با شکستی روبه رو شدند، از تجربیات به دست آمده برای موفقیت هایشان استفاده کنند. کودکانی که از روی ترس از تنبیه به والدین و متولیان جامعه احترام می گذارند، عقده حقارت در آنها شکل می گیرد. آنها به خاطر فرار از تنبیه و ترس هایی که به دنبال آن به وجود می آید، قانون را نپذیرفته اند. بنابراین در روابط آینده خود عزت نفس پایینی را تجربه خواهند کرد.

شکوفه شبیانی / جام جم