

چطور بچه‌هایی عزیز تربیت کنیم؟

اگر هم قرار باشد که مدام در حال امر و نهی کردن باشند همه‌چیز خسته‌کننده و تربیت بی‌فایده می‌شود. الگوهای تربیت دینی می‌خواهند کودکان را با عزت نفس تربیت کنند...



فاطمه محمدصالحی: پدر و مادرها همیشه با بچه‌ها نیستند.

اگر هم قرار باشد که مدام در حال امر و نهی کردن باشند همه‌چیز خسته‌کننده و تربیت بی‌فایده می‌شود. الگوهای تربیت دینی می‌خواهند کودکان را با عزت نفس تربیت کنند که خودشان توانایی تشخیص راه درست و غلط را داشته باشند. تربیت نفس عزیز، وظیفه هر پدر و مادری است. عزت از اسم عزیز خدا گرفته شده و معنی آن شکست‌ناپذیری در برابر موضوعات و خواسته‌های بی‌ارزش است.

زندگی آینده بچه‌ها وقتی می‌تواند موفقیت‌آمیز باشد که آنها توانایی عبور از خطرات و پیشنهادهای اشتباه را داشته باشند و این قدرت مقاومت در برابر راه‌های خطا، هدف‌های بی‌ارزش و آسیب‌های اجتماعی نیاز به واکنشی به نام عزت نفس دارد. عزت نفس اگرچه شباهت زیادی به اعتماد به نفس دارد اما مهم‌تر و کلی‌تر از آن است. اعتماد به نفس باور به توانایی‌ها، قدرت استفاده از آنها و سهم خود را در موفقیت مهم‌تر از بقیه عوامل محیط دانستن است اما عزت نفس احساس درونی محترم بودن و کارا بودن و ارزشمند بودن خود، بقیه افراد و محیط است. با عزت‌ها در برابر مشکلات زندگی زود تسلیم نمی‌شوند و نیازی نیست فشار قانون آنها را از کاری منع کند بلکه خودشان به نفس و شخصیت خود احترام می‌گذارند و از رفتارهای ناپسند دوری می‌کنند.

برای عزتمند شدن همیشه فرصت هست اما هیچ دوره‌ای در ایجاد صفت عزت به اندازه دوران کودکی مهم نیست. موفق بودن آدم‌های عزتمند در زندگی شخصی، اجتماعی، معنوی و... بهانه خوبی برای مرور سبک زندگی حضرت فاطمه (س) در نحوه تربیت فرزندان عزتمند است.

ریشه‌های عزت نفس در کجاست؟

اغلب ما اگر بخواهیم به یاد یکی از جمله‌های با عزت امام حسین (ع) بیفتیم، این جمله «مرگ با عزت بهتر از زندگی با ذلت است» به ذهنمان می‌رسد. اینکه قدرت عزت نفس امام حسین (ع) از کجا آمده را خودشان در بیانی، ناشی از دامنی می‌دانند که در آن رشد کرده‌اند که مانع از عمل نادرست می‌شود. این یعنی ریشه عزت نفس را باید در خانواده‌ها پیدا کرد. قطعاً خاندان اهل بیت با عزت‌ترین افرادی هستند که سبک زندگی‌شان به عنوان الگو به دست ما رسیده است. حضرت زهرا (س) هم مادر فرزندان معصوم و هم فرزندان غیرمعصوم بودند اما نحوه تربیت ایشان، هرکدام از آنها را در نقش خود بهترین کرد.

در خصوص خود حضرت زهرا (س) می‌بینیم که احساس عزت نفس و خود ارزشمندی ایشان به آنجا رسیده که در برابر يك فرد نابینا حجاب می‌گیرند و وقتی پدرشان دلیل آن را می‌پرسند می‌گویند: او مرا نمی‌بیند، من که او را می‌بینم؛ یعنی ملاک رفتار ایشان جایگاه و احترامی است که برای خود و باورهایشان قائل هستند. با این شیوه تربیت، دیگر بچه‌ها نیازی به تذکر دائمی و توبیخ و تشویق ندارند.

روش‌های تربیت فرزند عزتمند حضرت زهرا (س) چیست ؟

نام ما، راه ما

از نخستین برنامه‌ریزی‌های مادر اهل بیت برای فرزندان، انتخاب نام نیکو بود زیرا نام افراد می‌تواند برای آنها احترام، احساس

خوشایند و پایه قضاوت خوب و درست بقیه آدم‌ها را ایجاد کند و یا موجب تحقیر و احساس بی‌تفاوتی دیگران شود. اسم هر کودکی نخستین اثرات را روی نگرش او به خودش به جای می‌گذارد و تکرار دائم آن نام، می‌تواند کم‌کم به باور و راه و اخلاق کودک تبدیل شود. دقت کرده‌اید بعضی از افراد مهم وقتی به دوران خاص زندگی خود رسیده‌اند نام‌شان را عوض کرده‌اند؟ برای احساس خودارزشمندی یا عزت‌نفس اسم بچه‌ها باید جدی گرفته شود. گاهی اسم‌هایی وجود دارند که نه معنای مهمی دارند و نه معنای ناپسندی، این اسم‌ها از توان اثرگذاری که می‌توانستند داشته باشند بی‌بهره مانده‌اند و کمک خاصی به پرورش احساس خود ارزشمندی نمی‌کنند.

محبت وقت نمی‌شناسد

بچه‌هایی که از محبت دیدن سیراب شده‌اند، کمتر برای جلب رضایت دیگران از ارزش‌های خود دست می‌کشند. ابراز محبت کلامی و غیرکلامی در تربیت حضرت زهرا(س) به وفور پیدا می‌شد. حدیث کسا را بخوانید؛ حضرت زهرا کلمات محبت‌آمیزی چون نور دیده‌ام، میوه دلم و... را برای بچه‌های خود به کار می‌بردند؛ آن هم به صورت یکسان. نوع رفتار و محبت و احترامی که در خانواده برای بچه‌ها وجود دارد به آنها می‌گوید که چه کسی هستند و چه نوع رفتاری در شأن آنهاست.

بچه‌ای که با محبت‌های منطقی و رفتار احترام‌آمیز خانواده خود را بشناسد، خود را قابل افتخار کردن می‌داند، بنابراین آسیب‌های اجتماعی مانند اعتیاد که اغلب دامن افراد شکست‌خورده و آدم‌های بدون اعتماد به نفس را می‌گیرد از این بچه‌ها دور می‌شود. دقت موشکافانه حضرت زهرا(س) در برنامه‌ریزی برای عزت‌نفس بچه‌هایشان را حتی در نوع لایه‌های محبت‌آمیز ایشان هم می‌توان پیدا کرد. لایه‌ی یا نغمه‌های مادرانه برای بچه‌های کوچک می‌تواند در قالب جملات با بیانی زیبا و محبت‌آمیز به آنها بگوید که شبیه چه کسی باش، بندگی کن و... این نوع استفاده از محبت، نشان‌دهنده اثرپذیری روح بچه‌ها حتی در نوزادی است.

به عمل کار برآید

بچه‌های عزیز و با عزت نیاز به احساس واقعی مفید بودن دارند. یعنی نیاز دارند؛ کارایی داشته باشند. حضرت زهرا(س) برای بچه‌ها شخصیت قائل بودند و اگر قرار بود کار مهم و باارزشی را مثل سرکشی به خانواده شهدا و رسیدگی به آنها انجام دهند، بچه‌ها را به کسی نمی‌سپردند و آنها را هم همراه خود می‌بردند. بچه‌ها دیر یا زود متوجه کارهای با ارزش و مهم پدر و مادر می‌شوند. این کارها به آنها هم احساس خود ارزشمندی می‌دهد. اگر بچه‌ها را دائم در حد بازی‌ها و دوران کودکی نگه دارید، مسیر پخته شدن آنها کند می‌شود.

حضرت زهرا(س) اگر توصیه به احترام و حقوق همسایه داشتند، خودشان هم نیمه‌شب در تنهایی‌شان ابتدا همسایه‌ها را دعا می‌کردند و دیدن این صحنه توسط امام حسن(ع) تبدیل به یک اتفاق اثرگذار می‌شود. گاهی کمی برنامه‌ریزی که پول هم نمی‌خواهد می‌تواند به بچه‌ها این پیام را بدهد که شما در خانواده اثرگذار و مهم هستید. فرزندی که بخواهد کارایی بیشتری داشته باشد نیاز به تجربه و فرصت دارد.

حضرت فاطمه(س) که مشغله‌های خانه و کمک به زنان شهر و... را داشتند با خلاقیتی زیبا توانسته بودند بدون آنکه مدام به مسجد بروند، هم از صحبت‌های جدید و هر روز پیامبر(ص) استفاده کنند، هم فرصت رشد اعتماد به نفس، احساس خودارزشمندی و رشد قدرت کلامی را به فرزندشان می‌دادند. ایشان امام حسن(ع) را که خیلی کوچک بودند به مسجد می‌فرستادند تا به صحبت‌های پیامبر(ص) گوش کنند. بعد، امام حسن(ع) روی بلندی می‌نشستند و برای مادر سخنرانی می‌کردند. این تجربه خوب می‌تواند در همه خانه‌های امروزی تکرار شود و به دوستی بیشتر بچه‌ها و خانواده هم کمک کند. این مشارکت دادن بچه‌ها در کارهای مهم، ارتباط نزدیکی با رشد استقلال، اعتماد به نفس و عزت‌نفس آنها دارد.

خودتان چطورید ؟

اگر شما عزت‌نفس نداشته باشید، رفتارهای شتابزده، مضطرب و کم‌رویی داشته باشید نمی‌توانید الگوی خوبی برای عزت‌نفس بهتر فرزندان باشید. بچه‌های حضرت زهرا(س) مادری را می‌دیدند که اگر منافع شخصی‌اش لطمه می‌خورد شاید کنار می‌آمد اما از ظلم به دین و مردم مظلوم نمی‌گذشت. تکیه‌گاه عزت نفس این مادر، دارایی‌ها و زیبایی ظاهری نبود. حضرت به رسم قرآن، عزت را مخصوص خدا، رسول و مومنان می‌دانستند پس همه تلاش‌شان برای رشد عزت‌نفس خود و بچه‌هایشان با تلاش برای رشد ایمان همراه بود. ایمان، آدم‌ها را قوی و به آنها برای رسیدن به اهداف خوبشان کمک می‌کند.

نوشتن عزت‌نفس با شادی

عزت نفس در محیط‌های شاد بهتر می‌تواند رشد کند. . در خانه ساده حضرت فاطمه (س) بازی و نشاط بچه‌ها جایگاه مهمی داشت. از مسابقه‌ها و بازی بچه‌های حضرت توصیفات زیادی رسیده که شاید بخش مهمی از این شادی‌های کودکانه را بتوان به‌خاطر داشتن همبازی در خانه امیرالمومنین (ع) دانست. اگر امروز بسیاری از بچه‌ها تمایل دارند مدام با موبایل و تبلت بازی کنند، به‌خاطر تنهایی و نداشتن همبازی است. بازی‌های کودکان با هم علاوه بر تخلیه هیجانات آنها که فرصت رشد عقل را پیش می‌آورد، قدرت حل مشکلات، رقابت سالم و تجربه پیروزی یا شکست واقعی را هم ممکن می‌کند.

گاهی نگاه پدر و مادرها به بچه‌داری هم می‌تواند از شادی دوران بچگی فرزندان کم کند. اگر مراقبت از بچه‌ها کاری خسته‌کننده، تکراری یا بی‌فایده به حساب بیاید، ممکن است یکی از دلایل نیاز پیدا کردن به پرستار و مهدکودک و... هم فراهم شود اما در شیوه تربیت فرزند حضرت فاطمه (س)، وقتی سلمان سؤال می‌کند که من آرد آسیاب کنم یا بچه‌ها را نگه دارم؟ حضرت می‌فرمایند من به آرام کردن بچه‌هایم اولی هستم. سپردن بچه‌ها به محیط‌هایی غیر از خانواده می‌تواند یکی از همان دلایل کم شدن شادی بچه‌ها باشد.

کارشناس ارشد روانشناسی