

کتاب کودک، خانواده، انسان

ادل فیبر، ایلین مزلیش

ترجمه گیتی ناصحی

بخش اول: و در آغاز کلام بود

خلاصه شده توسط امین آرامش



از صفحه ۱۳ تا ۲۸

این خلاصه، نکاتی است که به نظر من از سایر مطالب کتاب مهمتر بودند و به هیچ وجه شما را از خواندن کل کتاب بی‌نیاز نخواهد کرد و صرفاً می‌تواند به عنوان یادآور بعد از خواندن کتاب مورد استفاده قرار گیرد.

برخی تداعی‌های ذهنی‌م را در پانویس نوشته‌ام.

اگر هر کاری می‌کردم درست بود، پس چرا هنوز این همه مشکل وجود داشت؟ چرا علی‌رغم تعاریف از فرزندم باز هم دخترم اینقدر به خود بی-اعتماد بود؟ چرا وقتی توضیح منطقی و با دلیل به پسر می‌دادم شروع به جر و بحث میکرد؟ چرا با بحال خود گذاشتن پسر دیگرم با هدف به خود متکی شدنش، منجر به آویزان شدن به من و نق زدن میشد؟ چرا من که قرار بود مادر نمونه باشم و اشتباهات والدینم را تکرار نکنم مثل همانها داد و بیداد میکردم و حرفهای نامناسب به فرزندم می‌زدم؟

تجربه زیاد از جلسات تربیت کودک با کلی‌گویی‌های بی‌فایده.

دکتر جینات:

- زبانی که من برای سخن گفتن با کودکان بکار می‌برم، ارزیابی نمی‌کند. من از کلماتی که شخصیت و توانایی بچه را مورد قضاوت قرار دهد پرهیز میکنم. حتی از کلمات توصیفی مثبت هم استفاده نمی‌کنم. ماجرای توصیف نقاشی و عدم تعریف از آن و تمایل بچه به بهتر شدن، در صورتی که اگر می‌گفتیم عالی است، دیگر تمایلی به بهتر شدن نداشت. کلماتی که توصیف می‌کنند بچه‌ها را آزاد می‌گذارند.
- ماجرای توصیف شیر که ریخته و دادن پارچه به بچه‌ها برای تمیز کردن. کلمات توصیفی را به این دلیل می‌پسندم که آنها کودک را به حل مسائل خود دعوت می‌کند.
- اگر بچه را توبیخ کنیم و بگوییم: «احمق تو همه چیز را می‌ریزی» تمام انرژی‌اش را بجای صرف راه حل برای دفاع از خود بکار می‌گرفت و بهانه‌هایی مثل «تقصیر داداشم بود» یا «من نبودم، سگه بود» برای ما می‌آورد.

این تصور که کسی را که دوست داریم میتوانیم هر چیزی به او بگوییم و هر برخوردی بکنیم کاملاً اشتباه است. مثال خرابکاری فرضی زن در مهمانی و با لحن محبت آمیز دست و پا چلفتی خطاب شدن توسط شوهرش!

دکتر جینات:

- برای اینکه محبت ما برای فرزندمان فایده‌ای داشته باشد، باید یاد بگیریم که چگونه آن را به کلمات کوچک‌تری تقسیم کنیم تا لحظه لحظه به آنها کمک کند. حتی زمانی که عصبانی هستیم میتوانیم کلماتی بکار گیریم که به افراد مورد علاقه ما صدمه نزند.
 - خشم بدون توهین توسط والدین مجاز و حتی برای تخلیه آنها ضروری است. برای این کار باید از کلماتی استفاده کنیم که توصیف می‌کنند و نباید شخصیت بچه را زیر سوال ببریم. «وقتی می‌بینم همه چیز روی زمین ریخته خیلی عصبانی میشوم! دلم می‌خواد پنجره را باز کنم و همه چیز را بیرون بریزم!» بجای: «چرا تو انقدر شلخته‌ای!» یا «تو هرگز از وسایلت مراقبت نمی‌کنی!»
 - من اعتماد زیادی به افراد «معمولی» دارم، چه کسی بیشتر از والدین به فکر فرزندانشان هستند و مشتاقند برای آینده بهتر آنها مهارت‌هایی را یاد بگیرند؟
 - نظریه «وکیل مدافع» فرزند وقتی بچه‌ها به اندازه کافی «قاضی، دادستان یا شاکی» دارند، پدر و مادرها می‌توانند وکیل مدافع کودک باشند.
 - پذیرفتن همه احساسات کودکان و پرهیز از شیوه‌های محکوم به شکست مانند: طعنه زدن، هشدارهای مکرر و قول دادن.
- همین که کلمات را به صورت چاپ شده از کتاب «رابطه میان والد و فرزند» از دکتر جینات داشتیم، وسیله‌ای پیدا کردیم که به آن اتکا کنیم. داستان اصرار بچه که امشب نرین سینما و پیش من بمونید! و نگاه به کتاب و این نوشته که «والدین برای خوش بودن نیاز به اجازه کسی ندارند» و گفتم این جمله به خیال راحت به پسر: «عزیزم، میدانم که تو دلت نمی‌خواهد امشب بیرون بروم. تو دلت می‌خواهد ما پیشت بمانیم، اما من و

پدرت خیال داریم برویم سینما و از یک فیلم خوب لذت ببریم.» شاید حرفهایم مثل یک خطابه بود، ولی به هر حال به آسانی و بدون تحمل صحنه‌های ناخوشایند از خانه بیرون آمدیم.

داستان عدم تعریف از بچه‌ها وقتی کار خوب میکنند و گفتن جملات توصیفی بعد از درست کردن گرفتگی فاضلاب توسط بچه و تمجید زیبای بچه از خودش بعد از این توصیف من.

ماجرای تشنگی بچه توی ماشین و استفاده از شیوه توصیفی بجای آوردن دلایل منطقی و همراه شدن بچه و ختم به خیر شدن موضوع.

بعد از این آموزشها، کمتر با بچه‌ها چانه میزدیم. دکتر جینات:

- تا جایی که ممکن است چند جمله را با یک جمله و جمله را با کلمه و کلمه را با حرکت جایگزین کنید.

هنگام مجادله بچه‌ها بحای گرفتن طرف یکی، گفتیم: بچه‌ها من مطمئنم شما میتوانید راه حل خوبی برای این موضوع پیدا کنید. جنگ اعصاب خودم بسیار کمتر شد و بعد از ۵ دقیقه آنها واقعا خودشان راه حلی مناسب که بر آن توافق داشتند پیدا کردند.

گفتن جملات کوتاه و توصیفی در جواب نق زدن بچه که: همیشه به برادرم توجه میکنی و اصلا برای من کاری نمیکنی!، من این جمله را گفتم: میخوای وقت بیشتری را با تو بگذرانم؟ خودم هم از این کار خوشحال تر خواهم شد.

در ابتدا با گفتن جملاتی بد از همان سبک قبلیمان، همه زحماتمان را تباه میکردیم.

نباید در استفاده از مهارت‌ها افراط کرد، مثلا استفاده زیاد از جمله «من عصبانی نیستم» منجر شد که دخترم برای اولین بار بگوید: «خب به من چه؟»

چالشهای جدید کم کم بروز کرد: «اگر اجازه بدهم پسرم احساسش را به درستی بیان کند و بگوید که از برادر کوچکش متنفر است، چه باید بکنم؟» دیدن پیشرفت‌هایی از طرف بچه‌ها مثل وقتی پسرم به برادرش گفت: «دلَم میخواید یکی محکم بکوبم توی سرت، ولی این کار را نمی‌کنم»

زیر فشار بچه‌ها ما مجدد به روش‌های قدیمی بازمی‌گشتیم. بعد از یک دوره دوری از جلسات دکتر جینات و استیصال مجدد سر کلاس رفتیم و برگشت به عقبمان را به او گفتیم. دکتر جینات:

- هدف بزرگ ما این است که راهی بیابیم که کمک کند فرزندانمان را راسخ و انسان بار بیاوریم. چه حسنی دارد که بچه پاکیزه، مودب و خوش‌مشربی داشته باشیم که نظاره‌گر مشقت انسان‌ها باشد اما بی‌تفاوت بماند؟

- آیا واقعا بچه‌هایی می‌خواهیم که چنان با محیط سازگار باشند که با یک موقعیت نامطلوب هم بسازند؟ مثل مردم در زمان نازی‌ها؟

- آیا درست است که کودکی باهوش و ممتاز داشته باشیم اما هوش و ذکاوتش را برای سوء استفاده از انسان‌ها بکار گیرد؟

- من مخالف پاکیزگی و علم نیستم. ولی از چه شیوه‌هایی برای رسیدن به این منظور استفاده میشود؟ ناسزا و تهدید؟ در این صورت ما هم به او آموخته‌ایم که برای سازگاری با محیط از همین ناسزا و تهدید و حمله استفاده کند.

- در عوض اگر شیوه‌های انسانی را به آنها بیاموزیم. چیزی به مراتب والاتر از مفاهیم انتزاعی به آنها یاد داده‌ایم و به او آموخته‌ایم چگونه شان و قدرت یک انسان را داشته باشد.

فهمیدیم که وقتی توصیف میکنیم شیر ریخته و به او دستمال میدهیم، در واقع در سطحی عمیق‌تر به او میگوییم:

- تو را در مقام کسی که قادر است خودش را اداره کند می‌بینیم.
- در رفتاری‌ها یکدیگر را سرزنش نمی‌کنیم و فرمان را بر چاره متمرکز میکنیم.
- در رفتاری‌ها به یکدیگر دست کمک دراز میکنیم.

متوجه شدیم شیوه برخورد امروز ما چقدر بر آینده بچه‌هایمان تاثیر دارد و متوجه مسئولیت بزرگمان شدیم.

کار ما ساختن بچه‌هاست، آجرمان پاسخ‌های روزمره‌مان و سرپناهمان به ثمر رساندن انسانیت به طور کامل به کودکانمان است.