



اجازه بدهیم گاهی کودک هم برای خودش تصمیمی بگیرد.

به من زور نگو

● شاهد شفیعی

دانشجوی دکتری تخصصی مشاوره
مشاور رابطه والد-کودک

فرض کنید که شما کوچک شده باشید! هم از نظر سنی و هم قد و اندازه! میتوانستید حس کنید که چقدر توان بدنی تان هم کمتر شده و احتمالا کسانی می توانستند به شما زور بگویند و شما را مجبور کنند تا به دستوراتشان عمل کنید و هیچ کاری بجز آن انجام ندهید. می شود حدس زد که چنین اتفاقی چقدر می تواند برای ما بزرگسالان سخت باشد حتی اگر بدانیم این وضعیت موقتی است!

احتمالا آرزوهایی که داریم را در خطر می بینیم، برایمان دشوار است که به حرف دیگران تن بدهیم و خودمان سهمی در گذران زندگی مان نداشته باشیم. حال در نظر بگیرید که این وضعیت تقریبا طولانی و دائمی باشد و ما حالا حالا ها کوچک باشیم!

چه شرایط سختی!

این وضعیت کودکان ماست وقتی باید روزهای متمادی به حرف ما تن بدهند و معلوم هم نیست که ما چه وقت می خواهیم تغییر رویه بدهیم. اگر هم به آنها فرصت انتخابی می دهیم، برای موضوعاتی ست که برایشان کم اهمیت است مثلا نظرشان را درباره غذا می پرسیم و تازه شاید به جوابشان کمتر عمل کنیم. جنبه دیگر ماجرا این است که شاید ما در صورت سرپیچی کودکان ما را از عشق خودمان محروم کنیم و از او دوری کنیم. رویمان برگردانیم، تهدیدش کنیم که دیگر دوستش نداریم یا دیگر از فعالیت مورد علاقه اش خبری نیست! تا کی؟ حتما حدس می زنید! باز هم تا هروقت که ما بخواهیم!

این یعنی به سر بردن در یک شرایط ناپایدار و خطرناک که کودک قدرتی برای تغییرش ندارد!

من هم حرفی دارم!

در چنین شرایطی یکی از نیازهای اساسی کودک یعنی «خودمختاری» به شدت تضعیف می شود و پیامد سنگینی دارد که معمولا برای والدین نگران کننده و نخواستنی ست.

بی پاسخ ماندن «نیاز خودمختاری» به تدریج احساس ارزشمندی کودک را تضعیف می کند و پیامهایی از این دست را در او جا می اندازد که: «تو نمیتوانی تصمیمی بگیری، تو معمولا اشتباه می کنی، دیگران بهتر از تو می دانند و...».

شاید این جملات حسها و خاطراتی را در ما بیدار کرده باشد. شاید این جمله ها را در بزرگسالی هم می شنویم! اما نه از دیگران! بلکه از خودمان!

آن هم با صدایی بلندتر از قبل و تکرار شونده تر!

اگر اینگونه است می شود به ما تریک گفت!

چون همدلانه تر و عمیق تر می توانیم به اهمیت نیاز به آزادی و اختیار در کودک پی ببریم و شاید تصمیم مان برای تغییر دادن فضای کنترل و انتخاب به جای کودک محکم تر و آگاهانه تر باشد.

این کار آسان نیست!

البته تردیدی نیست که بعضی وقتها برایمان سخت است که مرز بهینه اختیار و آزادی دادن به کودک را پیدا کنیم.

کودکان کمتر می توانند آینده نگری و تحلیل موقعیت کنند و ممکن است نتوانند مسئولیت پیامد تصمیمهایشان را بپذیرند. این موضوع می تواند ما را نگران کند و از دادن اختیار به کودک خودداری کنیم.

اما دانستن یکی دو اصل کافی ست تا تعادل را رعایت کنیم. ما زمانی باید خودمان تصمیم بگیریم یا مانع از فعالیت آزادانه کودک شویم که اقدام یا تصمیم او:

● به خودش آسیب بزند. مثل کار کردن با وسایل برقی نالین و خطرناک یا پریدن از بلندی، لزوم استفاده از دارو در زمان بیماری.

بی پاسخ ماندن «نیاز خودمختاری» به تدریج

احساس ارزشمندی کودک را

تضعیف می کند و پیامی به او می دهد

که: «تو نمیتوانی تصمیمی بگیری»

● به حریم دیگران و امنیت آنها خدشه وارد کند

● به اموال عمومی یا خانواده آسیب بزند

در این موارد که کودک نمیتواند مسئولیت پیامدها را بپذیرد. شرایط مدیریت کند، قطعا مسئولیت به عهده ماست و سپردن انتخاب و اقدام به کودک در نظر نگرفتن حقوق او و به خطر انداختن امنیتش محسوب می شود.

مشاهده اش کنیم...

کودک با توجه به مرحله رشدی و تجارب گذشته می تواند توانایی ها و مهارتهایی را کسب کند یا آنها را بهبود دهد.

در این مرحله هم ما مسئولیتهایی داریم.

می توانیم با مشاهده کودک به علایق او پی ببریم و زمینه را برای افزایش مهارتها در جهت تجربه و نزدیک شدن به هدفی که خودش انتخاب کرده، فراهم کنیم.

این مسئولیت از نیاز به آزادی کودک حمایت می کند و به او این امکان را می دهد تا به داشتن یک والد حمایتگر اطمینان کند. کسی که کودک می تواند به او تکیه کند، از او نترسد، برای برآوردن نیازهایش به او رجوع کند و در نتیجه احساس رهایی و آزادی در رفتن به طرف مطلوبهایش را تجربه کند.

چند نکته در گوشه...

معلوم است که همیشه نمی توانیم زمینه فراهم کنیم، همراهی کنیم، فرصت بدهیم و از همه مهم تر تصمیم درست بگیریم.

ما اشتباه هم می کنیم.

گاهی به اشتباه آزادی می دهیم و گاهی به اشتباه محدود می کنیم. مهمترین اتفاق این است که برگردیم و اثر رفتارهایمان را بررسی کنیم. اگر نا به جا محدود کرده ایم، خط قرمزهایمان را جابجا کنیم و فضای بیشتری به کودک بدهیم. اگر مسئولیت ما این بوده که همراهی کنیم تا کودکان به مهارت جدیدی دست پیدا کند و بعد به او آزادی بیشتر بدهیم، در تصمیم و بررسی موقعیتهای تجدید نظر کنیم.

تنها با تجربه کردن والدگری آگاهانه است که به تدریج می توانیم فضای فعالیت مناسب را به نفع پاسخ به نیازهای کودکان پیدا کنیم!