

چطور پدر و مادری هستیم؟

فرزندپروری؛ به مجموعه رویکرد و رفتارهایی گفته می‌شود که والدین از ابتدا در برخورد با کودک خود پیش می‌گیرند. بر همین اساس ما پنج نوع والد داریم؛ والد مقتدر، والدین سهل‌انگار، مستبد، والدین وابسته و خودخواه و والدین طردکننده.

والدهای مقتدر برای مطیع‌سازی از استدلال و منطق بهره می‌جویند

والدین مقتدر، واقعیت‌ها را به کودکان‌شان منتقل می‌کنند. این والدین اغلب برای مطیع‌سازی از استدلال و منطق بهره می‌جویند و به این منظور با کودکان‌شان گفت‌وگو می‌کنند. والدین مقتدر به تلاش‌های کودکان برای جلب حمایت و توجه پاسخ می‌دهند. آنها در بُعد محبت هم عملکرد خوبی دارند و در ابراز محبت و علاقه‌شان دریغ نمی‌کنند. آنها حقوق ویژه خود را به عنوان یک بزرگسال می‌شناسند و از علایق فردی و ویژگی‌های خاص کودک خود آگاهی دارند.

کودگانی که توسط والدین مقتدر تربیت می‌شوند، فعال، دارای اعتماد به‌نفس، استقلال رای، واقع‌گرا، باکفایت و خشنود، توصیف شده‌اند. این کودکان به دلیل اینکه والدین‌شان فرصت‌های زیادی در تصمیم‌گیری و انتخاب در اختیارشان قرار می‌دهند و به این خاطر که مورد عشق و محبت بودند از نوعی احساس امنیت عاطفی برخوردارند.

والدهای سهل‌گیر در مواجهه با بهانه‌جویی کودک سر تسلیم فرود می‌آورند

والدین سهل‌گیر، کنترل کمتری بر کودکان‌شان اعمال می‌کنند. مهرورزی و محبت این والدین در حد متوسطی قرار دارد. البته فعالیت خانواده، نامنظم و اعمال مقررات، اهمال‌کارانه است. این والدین به ندرت به فرزندان‌شان اطلاعات صحیح یا توضیحات دقیق ارائه می‌دهند. اگرچه والدین سهل‌انگار زورگو و سرکوبگر هستند ولی در بیشتر موارد در مواجهه با بهانه‌جویی و شکایت کودک، سر تسلیم فرود می‌آورند. مادران سهل‌انگار به عنوان تنبیه، کودک را از محبت‌شان محروم می‌کنند. کودکانی که توسط والدین سهل‌انگار تربیت می‌شوند، متکی به خود، نیستند یا از استقلال رای اندکی برخوردارند. این کودکان به صورت افرادی نسبتاً ناپخته توصیف شده‌اند که هنگام مواجهه با ناملایمات، تمایل به واپس روی (روی‌گردانی) دارند. این کودکان نسنجیده عمل می‌کنند و به فعالیت بی‌هدف می‌پردازند. پرخاشگر و فاقد اعتماد به‌نفس هستند و رفتارهای به‌کارانه از خود نشان می‌دهند.

والدین مستبد، کمترین مهرورزی و محبت را از خود نشان می‌دهند

نمایش قدرت والدین مستبد، اولین عاملی است که این شیوه را از دو شیوه دیگر متمایز می‌کند. این والدین بسیار پرتوقع‌اند و پذیرای نیازها و امیال کودکان نیستند. پیام‌های کلامی والدین یک‌جانبه و فاقد محتوای عاطفی است. والدین مستبد، نسبت به دیگر والدین در میزان مرعوب شدن در برابر رفتارهای نامطلوب، در حد متوسطی قرار دارند. والدین متمایل به شیوه استبدادی، کمترین مهرورزی و محبت را از خود نشان می‌دهند. آنها به ندرت در رابطه‌ای که به خشنودی کودک منجر شود، شرکت می‌کنند. آنها اغلب نسبت به تلاش‌های کودکان برای جلب حمایت و توجه بی‌تفاوت‌اند. این والدین برای کنترل کودکان‌شان از شیوه‌های ایجاد ترس استفاده می‌کنند و هیچ‌گونه تفاهمی بین والدین مستبد و فرزندان‌شان وجود ندارد.

بر اساس تحقیقات، فرزندان والدین مستبد نسبت به فرزندان والدین مقتدر در برقراری رابطه با همسالان و داشتن موقعیت فعال و نیز استقلال رای در سطح پایینی قرار می‌گیرند. این کودکان همچنین افرادی خشمگین، منزوی، غمگین و آسیب‌پذیر نسبت به استرس هستند و محتاط توصیف می‌شوند.

والدین وابسته و خودخواه، دمدمی مزاج و غیرقابل پیش‌بینی هستند

والدین وابسته و خودخواه، والدینی هستند که برای ارضای نیازهای‌شان از کودک سوءاستفاده می‌کنند. این والدین دمدمی مزاج و غیرقابل پیش‌بینی هستند. آنها به کودکان وظایف فراتر از توانمندی‌ها و انتظارات‌شان تحمیل می‌کنند. اصطلاح معروف «کودک والدگونه» مصداق این کودکان است. کودکان این والدین، خشم ناشی از کودکی نکردن را دارند چون نیازهای اساسی آنها تأمین نشده است.

والدین طردکننده، معتقدند بچه‌ها خودشان بزرگ می‌شوند

والدین طردکننده، آن دسته از والدینی هستند که توجه بسیار کمی به فرزند خود دارند. آنها معتقدند بچه‌ها خودشان بزرگ می‌شوند. در این شیوه فرزندپروری، فرزندان نه تنها از سوی والدین هدایت نمی‌شوند، بلکه توجه بسیار کمی را هم دریافت می‌کنند. والدینی که این شیوه را پیش می‌گیرند، آگاهی اندکی درباره رشد و پرورش کودک دارند و قادر به رسیدگی نسبت به نیازهای عاطفی و جسمی کودک نیستند. این روش تربیتی، بیش از دیگر روش‌ها آسیب‌زننده است و فرد را با مشکلات جدی روبه‌رو می‌کند.

کودکان این والدین، اغلب اعتماد به‌نفس اندکی دارند و در برخورد با اجتماع نمی‌توانند با قاطعیت رفتار کنند یا تصمیم بگیرند. آنها اغلب به افسرده‌خویی، دوری از دیگران و عدم برقراری ارتباط با افراد دیگر دچار می‌شوند و برای جلوگیری از طردشدن دوباره، به رابطه جدیدی ورود نمی‌کنند. احساس کم‌ارتز بودن نیز از دیگر پیامدهای روش تربیتی والد طردکننده است.



«شهروند» تاثیر شیوه تربیت والدین را بر آینده فرزندان بررسی می‌کند

بر سر دوراهی حمایت یا هدایت

«لیلا مهداد» خانواده اولین مکانی است که کودک در آن رشد و نمو دارد، بنابراین از آنجایی که کودکان تحت‌تاثیر خانواده‌شان هستند، می‌توان گفت کانون خانواده برای کودکان تعیین‌کننده و سرنوشت‌ساز است. البته نکته‌ای که نباید از نظر دور داشت این است که خانواده می‌تواند هم سازنده باشد و هم تباہ‌کننده. درواقع محیط خانواده، محلی است که کودکان در آن برابر مسائل را از پدرش می‌آموزد.

با همه این تفاسیر باید گفت، فرزندپروری اهمیت بالایی دارد چون والدین با به‌کارگیری روش‌های متفاوت در ارضای نیازها، یادگیری، رفتار و عملکرد، طرز تفکر، مواجهه اجتماعی، ارتباطات و به طور کلی تربیت فرزند نقش دارند. نکته‌ای که باید مورد توجه قرار بگیرد این است که سبک و روش فرزندپروری والدین، بخش مهمی از سلامت روان کودکان را شکل می‌دهد.

پیش از فرزندآوری مشکلات هیجانی، نگرشی و رفتاری خود را درمان کنید

سمانه حقیری، روانشناس کودک با اشاره به اینکه بی‌تردید اولین تماس کودک با خانواده است، بنابراین سطح دانش و آگاهی خانواده تأثیر مستقیمی بر زندگی، بینش و رفتار کودک در آینده خواهد داشت، به «شهروند» می‌گوید: «آگاهی از زمینه‌های چندگانه رشد اعم از رشد جسمانی، رشد ذهنی، رشد هیجانی و رشد اجتماعی کودک به ما کمک می‌کند تا با آگاهی به عرصه والدگری پای بگذاریم.»

بنابراین حقیری، نیاز است والدین پیش از فرزندآوری به مشکلات هیجانی، نگرشی و رفتاری خود دقت کرده و در زمینه ترمیم و درمان آسیب‌های فردی خود را متخصصان سلامت روان کمک بگیرند.

او با تأکید بر این مسأله که اغلب والدین درون‌شان یک کودک آسیب‌دیده دارند، عنوان می‌کند: «این کودک آسیب‌دیده البته تبعات شیوه تربیتی والدین این پدر و مادرها بوده که با بالا رفتن سن‌شان همچنان رشد کرده، بنابراین قبل از پدر و مادر شدن باید این کودک آسیب‌دیده درمان شود.»

زیربنای اختلالات روانی در کودکی افراد رقم می‌خورد

بنابر گفته‌های حقیری، والدین هر کدام براساس روش تربیتی که در کودکی پشت‌سر گذاشتند، شیوه تربیتی را برای تربیت کودکشان در پیش می‌گیرند، می‌گویند: «والدینی که در کودکی محبت ندیده‌اند اغلب برای کودکان‌شان سهل‌گیرند چون باورشان این است که کودکی نکرده خود را جبران کنند.» این روانشناس کودک و نوجوان با اشاره به اینکه بهترین شیوه تربیتی والد مقتدر مهربان است به این معنی که در عین اقتدار همدلی و دلسوزی را هم داشته باشد، عنوان می‌کند: «والدینی که از کودکشان توقع هیچ کاری را ندارند، کودکان بی‌مسئولیت پرورش می‌دهند. این کودکان در آینده هم نمی‌توانند استقلال داشته باشند.»

او ادامه می‌دهد: «کودگانی که با مفهوم شکست روبه‌رو نشده‌اند در بزرگسالی خیلی از کارها را انجام نمی‌دهند چون ترس از شکست دارند. البته رفتارهای معقول و متناسب با سن‌شان را هم انجام نمی‌دهند. این کودکان قاطع نیستند و وابسته تربیت می‌شوند. این کودکان چون توانایی انجام کاری را به تنهایی ندارند اعتماد به‌نفسشان پایین می‌آید.»

حقیری با تأکید بر این مسأله که همه ما باید الگویی برای یادگیری داشته باشیم و در دوران کودکی اهمیت الگوهایمان پدر و مادرمان هستند، بیان می‌کند: «کودکان وابسته اغلب اضطراب اجتماعی پیدا می‌کنند چون انتقادپذیر نیستند و با کوچکترین انتقادی می‌رنجند.» او ادامه می‌دهد: «زیربنای شخصیت، احساس امنیت است. کودکی که این حس امنیت را دریافت نکند دچار اختلالات روانی و اضطراب می‌شود. درواقع زیربنای اختلالات روانی در کودکی افراد رقم می‌خورد.»

والد بودن مانند هر کاری نیاز به کسب مهارت دارد

این روانشناس کودک با اشاره به اینکه برخی تصور دارند فرزندآوری و والدگری کار ساده‌ای است و نیاز به آموزش ویژه‌ای ندارد، عنوان می‌کند: «عدم توجه به ابعاد مختلف رشد کودکان چه به دلیل فقدان دانش والدین یا بی‌مسئولیتی آنها باشد یا حتی به دلیل واقف نبودن به امر حیاتی فرزندپروری یا عدم آمدگی لازم برای فرزندآوری صورت بگیرد در نهایت منجر به غفلت، سهل‌انگاری در والدگری، نادیده گرفتن نیازهای اساسی فرزند و اهمیت ندادن به جنبه‌های رشد در فرزندان خواهد شد.» او ادامه می‌دهد: «بی‌توجهی به جنبه‌های مختلف رشد کودک و غفلت در امر والدگری و فرزندپروری عواقب ناگواری را به دنبال دارد. درواقع والد بودن هم مانند هر کار دیگری نیاز به کسب مهارت دارد.»

هرگونه مبالغه در اصولی تربیتی، مشکلات بیشتری را در پی خواهد داشت

به گفته شیوا دولت‌آبادی، روانشناس کودک به «شهروند» تربیت فرزند یا به عبارت دیگر فرزندپروری در دو بال استوار است؛ یکی حمایت و دیگری هدایت.

شیوا دولت‌آبادی؛ نتیجه سهل‌انگاری در تربیت فرزندان می‌تواند به جنبه‌های عاطفی، هیجانی و... که باعث قوام شخصیتی کودک می‌شود آسیب بزند. کودکی که روش تربیتی درستی نداشته است، و این احساس را داشته که مورد حمایت و محبت نیست و دوست داشته نمی‌شود، بی‌شک در آینده نمی‌تواند انتخاب‌های درستی داشته باشد و روابط اجتماعی درستی را شکل بدهد