

یادداشتی از مدیرمسئول مؤسسه آموزشی تیزهوشان :

دکتر مهدی شاگردی: اجازه دهید کودکان پیامد اشتباهاتشان را تجربه کنند؛ شکست کوچک، پل مسئولیت پذیری بزرگسالی

دکتر جولیا لیتکات هیمز، استاد دانشگاه استنفورد و نویسنده کتاب «چگونه یک بزرگسال تربیت کنیم؟» پس از سالها مواجهه با دانشجویان هجده ساله‌ای که دروس دانشگاهی را با نمرات عالی پشت سر می‌گذارند اما ساده‌ترین مهارت‌های زندگی را بلد نیستند، به این نتیجه رسیده که ریشه این مشکل، به دوران کودکی بازمی‌گردد. او معتقد است والدینی که به جای پرورش استقلال، دائماً بر زندگی فرزندان خود نظارت مستقیم دارند و مشکلات آنها را قبل از خودشان حل می‌کنند، در واقع، آنها را برای زندگی واقعی آماده نمی‌کنند. در این گزارش، ده راهکار کلیدی برای تربیت فرزندان مسئولیت‌پذیر ارائه شده است که از جمله آنها می‌توان به سپردن استقلال عملی، واگذاری مسئولیت‌های خانگی و ... اشاره کرد.

به گزارش شبکه خبری تیزهوشان، دکتر مهدی شاگردی (دکتر شاکری) - پزشک و پژوهشگر هوش و شخصیت / مدیرمسئول مؤسسه آموزشی تیزهوشان - چندین سال پیش، زمانی که قصد یک سخنرانی با موضوع «بهترین پدر و مادرهای دنیا» را داشتم نام یک شخصیت علمی برایم بسیار جلوه کرد. خانم دکتر «جولیا لیتکات هیمز» شخصیتی که مدت‌ها در بخش آموزش دانشگاه استنفورد مسئول امور دانشجویان ورودی سال اول بود. او نویسنده کتابی است به نام «چگونه یک بزرگسال تربیت کنیم؟» که در نظر دارد توضیح دهد، چگونه فرزندانمان را پرورش دهیم که وقتی به سن بزرگسالی می‌رسند، علاوه بر فیزیک ظاهری افرادی با توان تصمیم‌گیری، برنامه‌ریزی و مقاوم در برابر مشکلات زندگی بدون وابستگی به والدین خود باشند.

واقعیت آن بود که خانم دکتر هیمز سال‌ها با جوانان هجده، نوزده ساله‌ای رو به رو می‌شد که با ظاهری بزرگسالانه با وجود اینکه رتبه‌آوران اول دانشگاهی بودند اما ساده‌ترین مهارت‌های زندگی را بلد نبودند و قدرت تصمیم‌گیری، حل مشکل و برنامه‌ریزی نداشتند، به تعبیر ساده‌تر، منظور آن شخصیت علمی این بود که چگونه بزرگسالانی مسئولیت‌پذیر تربیت کنیم.

مقدمه بالا سرآغازی بود به منظور تأکید بر اینکه اگر می‌خواهیم فرزندان موفق به معنای واقعی در آینده داشته باشیم، فرزندان که بتوانند برای خود تصمیم بگیرند مشکلات خود را حل کنند و برای زندگی خود با استقلال تمام یک برنامه مناسب و موفق داشته باشند، چاره‌ای نیست جز اینکه از همین دوره کودکی سعی کنیم آنها را مسئولیت‌پذیر تربیت کنیم. بدین‌منظور، این ده راهکار پیشنهادی می‌تواند راه‌گشای شما اولیای محترم در این مسیر باشد.

۱. در انجام کارها به فرزندتان استقلال دهید

اگر کودکی تا هشتاد یا نود درصد کاری را می‌توانست انجام دهد بگذارید بقیه را خودش با کمی تلاش انجام دهد. مثلاً اگر دستش به دستگیره در می‌رسد فقط لازم است با کمی تلاش درب اتاق را باز کند، دیگر برای او درب را باز نکنید. در نظر داشته باشید سعی و تلاش در کودکی باعث سرعت بخشی در اتصالات سلول‌های عصبی مغز خواهد شد و این یعنی تسریع رشد ذهنی. بگذارید بچه‌ها کارهای شخصی، همچون پوشیدن لباس، مرتب کردن کیف و میز را خودشان انجام دهند.

۲. به بچه‌ها از همان کودکی در خانه مسئولیت بسپارید

بچه‌ها را مسئول کارهای کوچک در منزل کنید. جمع کردن بخشی از ملزومات میز بعد از صرف ناهار یا شام، جمع کردن لباس‌ها از روی بند، مرتب کردن اتاق شخصی و هر مسئولیتی که می‌توانند از عهده آن برآیند، به آنها بسپارید. به قول پزشک و روانشناس برجسته اتریشی آلفرد آدلر: بگذارید بچه‌ها احساس کنند عضو مؤثری در خانواده هستند این احساس خوشایند تأثیر بسیار زیادی در مسئولیت‌پذیری بزرگسالی آنها خواهد گذاشت.

۳. در مسیر سپردن مسئولیت‌ها به بچه‌ها آنها را برای تلاش تشویق کنید، نه برای نتیجه

مراقب باشید زمانی که بچه‌ها مسئولیتی را قبول کردند برای سعی و تلاش آنها ارزش و احترام قائل شوید نه صرفاً برای نتیجه. به آنها اطمینان دهید که سعی و تلاش بچه‌ها برای پذیرش مسئولیت دارای ارزش است. هر چند شاید گاهی با وجود تلاش در انجام یک مسئولیت، نتیجه حاصل نشود. در این حالت شما به آنها درس شکست‌ناپذیری را هم خواهید داد.

۴. والدین ذره‌بینی نباشیم

عده‌ای از والدین به ویژه بعضی مادرها به جای نظارت از راه دور، در تمام امور بچه‌ها به طور مستقیم دخالت می‌کنند. روانشناسان به آنها «والدین هلیکوپتری» می‌گویند، والدینی که مراقب تمام تصمیم‌های بچه‌ها هستند و مشکلات آنها را قبل از اینکه خودشان به حل آن بپردازند، حل می‌کنند. اجازه تجربه شکست‌های کوچک را به بچه‌ها نمی‌دهند و با معلم و مدرسه هم به جای آن‌ها صحبت می‌کنند.

این دسته اولیا باید در نظر داشته باشند اگر چه فرزندانشان ظاهراً موفق به نظر بیایند، اما هرگز بزرگانی توانمند مستقل و تصمیم‌گیر نخواهند شد. همانطور که جین نلسون روانشناس آمریکایی در کتاب «انضباط مثبت در خانواده» می‌گوید، به جای گرفتن ذره‌بین و کنترل مدام رفتارهای بچه‌ها،

مهارت خود کنترلی را به آنها آموزش دهید و به جای جایگزینی خود در جایگاه بچه‌ها و پرداختن به حل مشکل آنها، به کودکانان مهارت حل مسئله را آموزش دهید.

۵. بگذارید بچه‌ها خودشان برنامه‌ریزی کنند

به بچه‌ها کمک کنید، برنامه‌ریزی را به آنها یاد دهید اما هرگز برای آنها برنامه نریزید. بگذارید خودشان انتخاب کنند. کودکی که دیگران برایش تصمیم می‌گیرند، در آینده توان تصمیم‌گیری مستقل را نخواهد داشت.

۶. بگذارید بچه‌ها پیامد اشتباه خود را تجربه کنند

اگر فرزندان تکلیف خود را انجام نداد یا فراموش کرد دفتر یا کتاب خود را به مدرسه ببرد، سعی نکنید با تماس و مراجعه به مدرسه اشتباه و ضعفِ فرزند خود را بپوشانید. اجازه بدهید بچه‌ها پیامد اشتباهات خود را تجربه کنند. قرار است شما فرزندان مسئولیت‌پذیر تحویل اجتماع دهید.

۷. هرگز در مسیر سپردن مسئولیت، بچه‌ها را مقایسه نکنیم

امروزه کمتر پدر و مادری است که از تأثیرات منفی مقایسه بچه‌ها بی‌اطلاع باشد. حاصل مقایسه بچه‌ها با دیگران حتی با برادر و خواهر به خاطر تفاوت‌های فردی کار مناسبی نیست و رهاوردی جز نگرانی و اضطراب نخواهد داشت. اگر می‌خواهید فرزندان مسئولیت‌پذیر تربیت کنید در مقام سنجش آنها را فقط با گذشته خودشان مقایسه کنید. به آنها بگویید هرچقدر که بزرگ‌تر شده‌اید، مسئولیت‌پذیرتر شده‌اید و این اتفاق چقدر خوشحال‌کننده است.

۸) به بچه‌ها مسئولیت‌های مالی بسپارید

بدون ترس و نگرانی به بچه‌ها از همان دوره کودکی، سهمی در مسئولیت خرید مایحتاج خانواده بسپارید. به جای نگرانی به آنها آموزش‌های مورد نیاز امنیت اجتماعی را بدهید اما بگذارید حتماً به سوپرمارکت و نانوايي رفته و خرید و معاملات خرد را تجربه کنند. در بسیاری از کشورهای پیشرفته متولیان اقتصادی تأکید دارند برای حفظ جامعه‌ای موفق و پویا به بچه‌ها سواد مالی یاد دهید.

همیشه بدانید، در آموزش سواد مالی، به بچه‌ها یک نکته کلیدی میزان مصرف است. اینکه بچه‌ها یاد بگیرند از پول‌هایی که به دست می‌آورند پول توجیبی یا عیدی یا هدیه نزدیکان حد مصرف را تا حداکثر ۵۰٪ محدود کنند و بقیه را پس‌انداز یا سرمایه‌گذاری و البته موضوع مهم‌تر اینکه بخشش کنند. در سواد مالی تأکید می‌شود به بچه‌ها یاد دهید حداقل ده درصد دارایی خود را بخشش کنند. این رفتار، فرزندان بزرگی را خواهد ساخت که در گرمای روزگار به غیر از خود و اطرافیان نسبت به اجتماع و دیگران نیز احساس مسئولیت داشته باشند.

۹) به اجرای قوانین خانه و خانواده مقید باشید

روانشناسان اجتماعی معتقدند یک خانواده پویا در درون، دارای قوانین محدود و انگشت‌شمار، اما روشن و ثابت است و همه به ویژه والدین به اجرای آن مقیدند. در واقع ثبات در اجرای قوانین مربوط به خانه یکی از بهترین روش‌های تربیت مسئولیت‌پذیری است. به قول جین نلسون روانشناس آمریکایی در کتاب «انضباط مثبت در خانواده»: کودکانی در بزرگسالی احساس مسئولیت‌پذیری را به خوبی درک می‌کنند که پیامد منطقی رفتار خود در خانواده را تجربه کرده باشند.

۱۰) الگوی مسئولیت‌پذیری باشیم

همیشه رفتار ما در بچه‌ها تأثیرگذارتر از حرف‌های ما خواهد بود. اگر می‌خواهید فرزندان مسئولیت‌پذیر داشته باشید، سعی کنید برای آنها الگوی مسئولیت‌پذیری باشید و مسئولیت‌پذیری را به یک ارزش خانوادگی تبدیل کنید. به بچه‌ها آموزش دهید که هر کدام از ما در خانواده نقش و مسئولیتی داریم و انجام درست آن وظایف، نشانه بلوغ و رشد شخصیتی ما خواهد بود.