

ادل فیبر ❖ ایلین مزلیش

کودک، خانواده، انسان

روش تربیت کودک بر اساس نظرات دکتر هایم جینات

ترجمه گیتی ناصحی



نشرنی

فهرست مطالب

۷	پیشگفتار چاپ دوم
۹	پیشگفتار چاپ اول
۱۱	مقدمه
۱۳	۱. «... و در آغاز کلام بود»

کودکان انسان‌اند

۳۱	۲. احساسات کودکان برای آنها واقعی است
۴۰	۳. احساسات و جلوه‌های مختلف آن
۴۵	۴. وقتی کودک به خود اعتماد می‌کند
۴۵	احساس‌ها واقعیت دارند
۴۶	دو یا چند احساس ضدونقیض می‌توانند در آن واحد وجود داشته باشند
۴۶	احساسات هر کودک ویژه خود اوست
	زمانی که احساسات، شناخته و پذیرفته می‌شوند،
۴۷	کودکان نیز احساسات خود را بهتر درک می‌کنند
	وقتی والدین احساسات کودکان را می‌پذیرند، بچه‌ها نیز یاد می‌گیرند
۴۷	که احساسات خود را بپذیرند و به آنها احترام بگذارند
۵۰	۵. رها شدن بحثی درباره استقلال

۶۳	۶. «آفرین!» کافی نیست: روش جدید تمجیدکردن
۷۹	۷. نقش‌هایی که به کودکان تحمیل می‌کنیم
۷۹	۱. آقای غمگین
۸۸	۲. شاهزاده‌خانم
۹۹	۳. آقای تو تقو
۱۰۳	۴. نقشی نو برای اندی
۱۱۲	۵. کودک به دوست نیاز دارد
۱۱۷	۶. اندی و پدرش
۱۲۴	۷. پدر و پسرها
۱۲۹	۸. ضیافت شام در کلوب فارغ‌التحصیلان دانشگاه تد
۱۳۲	۸. شخصیت را تغییر ندهید: حالت را عوض کنید
۱۳۹	پاک کن
۱۴۱	«مایکل» و کانگارو

پیشگفتار چاپ دوم

پس از گذشت شش ماه از چاپ نخست این کتاب، هنوز مورد تشویق خوانندگان این کتاب قرار می‌گیرم. کسانی که از نزدیک با آنها در تماس هستم اغلب از سادگی زبان کتاب و محتوای غنی آن سخن می‌رانند. عده‌ای نیز می‌پرسند آیا ممکن است چنین روشی را در درازمدت به کار بست؟ آیا می‌توان «زبان جدید ایجاد رابطه با کودکان» را چنان آموخت که برای والدین، طبیعی جلوه کند و بخشی از وجودشان شود؟ و از همه مهم‌تر، آیا این روش نو در جامعه ما نیز قابل پیاده شدن است؟

همان‌طور که در مقدمه چاپ نخست اشاره شده است، روش دکتر جینات محتوایی عام دارد، ولی جزئیات رفتار والدین با فرزندان به‌طور قطع باید تحت‌تأثیر فرهنگ و جو سرزمینی که والدین و کودک در آن زندگی می‌کنند باشد. پس چنانچه از جزئیات امر بگذریم، کل روش در هر جای عالم قابل اجراست. توصیف کردن، به جای متهم کردن، راهنمایی کردن، به جای سرکوفت و مؤاخذه، همدردی کردن، به جای خفه کردن و نفی احساسات، همه اینها به هر زبانی و در هر کشوری می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد. حتی با زبان اشاره هم می‌توان آن را به کار بست. تنها، عزم راسخ و پشتکار، ضامن موفقیت شخص در اجرای درست این روش است و بس. روش استفاده‌شده در کتاب، نه تنها در مورد کودکان کارایی دارد، بلکه در برخورد با بزرگسالان و در روابط اجتماعی نیز می‌تواند از کشمکش‌های بیهوده و زاید پیشگیری کند و از تلف شدن انرژی و وقت گرانبهای انسان‌ها جلوگیری نماید.

والدین نیز انسان‌اند

۱۴۷	۹. هر چه احساس می‌کنیم، واقعی است
۱۴۷	شاید همیشه انسان نداند چه احساسی دارد!
۱۵۶	«من حقیقتاً این کار را نمی‌خواهم!»
۱۶۰	۱۰. حمایت از من، از آنها - از همگی ما
۱۶۷	۱۱. احساس گناه و عذاب
۱۷۹	۱۲. خشم
۱۷۹	۱. هیولای درون
۱۸۸	۲. تطبیق دادن پیام با حالت روحی
۱۹۳	۳. وقتی کلمات اثر ندارند
۱۹۸	۴. عمل و محدودیت‌های آن
۲۱۴	۵. باز هم منفجر می‌شویم
۲۲۰	۶. راه بازگشت
۲۳۰	۱۳. چهره نوین یک والد

«... و در آغاز کلام بود»

اگر هر کار می‌کردم درست بود، پس چرا هنوز این همه مشکل وجود داشت؟ شک نداشتم که اگر از بچه‌هایم تمجید و تعریف می‌کردم – یعنی به آنها می‌فهماندم که چقدر برای تلاش‌هایشان ارزش قائلم – آنها خودبه‌خود متکی به نفس بار می‌آیند. پس چرا دختر کوچکم جیل^۱ این همه به خود بی‌اعتماد بود؟ اطمینان داشتم که اگر با بچه‌ها با دلیل و منطق صحبت کنم، یعنی همه چیز را آرام و با دلیل توضیح دهم، آنها نیز واکنشی معقول خواهند داشت. پس چرا هر بار که چیزی را برای پسر دیوید^۲ توضیح می‌دادم او شروع به جروبحث می‌کرد؟ من اعتقاد داشتم که اگر بگذارم بچه‌ها، خود کارهایشان را انجام دهند، یاد می‌گیرند که متکی به خود باشند. پس چه می‌شد که پسر کوچکم اندی^۳ مدام به من آویزان می‌شد و تق می‌زد؟

دیگر همه اینها اعصابم را خرد می‌کرد. ولی رفتار خودم این اواخر بیش از همه نگران‌کننده بود. بامزه بود: من که قصد داشتم مادر نمونه قرن بشوم و همواره خود را از آن مادران پرسروصدایی که فرزندشان را در فروشگاه‌ها با تغییر به دنبال خود می‌کشیدند برتر می‌دانستم؛ من که مصمم بودم هرگز اشتباهات پدر و مادرم را در

1. Jill

2. David

3. Andy

محبت، امنیت، انعطاف، برخورد جدی و یکسان، و باز هم محبت و ... برخوردار باشند، خسته شده است.

او گفت آخرین باری که به چنین جلساتی رفته، تا چند روز پس از آن، با حالتی عصبی در اتاق‌ها قدم می‌زده و مقدار ابراز محبتش را نسبت به بچه‌هایش تخمین می‌زده، و هنوز از آن تجربه قبلی چنان رهایی نیافته که خود را در معرض یک سلسله کلی‌گویی‌های اضطراب‌آور جدید قرار دهد.

صدای فریادی از آن سوی تلفن به گوشم رسید:

— الان به مادر می‌گم، الان به مادر می‌گم!

— اگر بگی من هم دوباره می‌کنم!

— ماما! «بیلی»^۱ یک چیزی به طرف من پرت کرد!

— اون انگشت‌های من رو لگد کرد!

— نخیر، من نکردم! تو دروغگوی بزرگی هستی! ...

— ...

هلن نالید: خدایا! باز افتادند به جون هم! ای خداکی از دست شماها خلاص می‌شم!

پس از این مشاجره با بچه‌ها، به نظر آمد که راضی شد به سخنرانی بیاید.

ساعت هشت به منزل هلن رفتم تا با هم به سخنرانی برویم. سخنران آن شب، دکتر «هایم جینات»، روان‌شناس کودک و مؤلف کتابی جدید به نام رابطه میان والد و فرزند^۲ بود. او سخنرانی خود را با یک پرسش آغاز کرد:

در زبانی که من برای سخن گفتن با کودکان به کار می‌برم چه چیز جدیدی وجود دارد؟

همه با تعجب به هم نگاه کردیم. او ادامه داد:

زبانی که من به کار می‌برم ارزیابی نمی‌کند. من از کلماتی که شخصیت و

مورد فرزندانم تکرار نکنم؛ من که تصور می‌کردم چیزهای زیادی از قبیل محبت، صبر، شور زندگی و ... می‌توانم به فرزندانم تقدیم کنم؛ بله، همین من، صبح وقتی وارد اتاق بچه‌ها شدم با دیدن کمی رنگ که کف اتاق ریخته بود، چنان فریادی کشیدم که خریداران پرسروصدای داخل فروشگاه‌های بزرگ در مقابلم مانند فرشته‌ای بودند.

ولی بدتر از همه، چیزهایی بود که بر زبان راندم: «حال آدم به هم می‌خورد ... کثافت‌ها ... یک دقیقه نمی‌توانم به شماها اعتماد کنم؟»

اینها دقیقاً حرف‌هایی بود که در کودکی خود شنیده بودم و از آنها تنفر داشتم. پس آن همه صبر و حوصله کجا رفته بود؟ کجا رفت آن همه شوق که می‌خواستم با خود به خانه بیاورم؟ چطور این همه از رؤیاهای خود دور شده بودم؟ در این وضع روحی بودم که چشمم به نامه‌ای از طرف کودکان افتاد که از والدین دعوت کرده بود در جلسه سخنرانی یک روان‌شناس کودک شرکت کنند. خیلی خسته بودم، ولی می‌دانستم که باید در آن جلسه شرکت کنم. آیا می‌توانستم دوستم «هلن»^۱ را هم راضی کنم با من بیاید؟ شک داشتم. هلن اغلب گفته بود که به متخصص‌ها بی‌اعتماد است. او ترجیح می‌داد که به «عقل سلیم و غریزه طبیعی» اتکا کند. برخلاف من، او در مقام یک مادر، توقع زیادی از خود ندارد و چندان نگران بچه‌ها و اهداف بلندمدت آنها نیست. شاید علت این باشد که او مجسمه‌ساز است و سرگرمی‌هایی در خارج از منزل دارد. در هر حال گاهی به آسان‌گیری او و اعتماد به نفسش حسادت می‌کردم. همیشه به نظر می‌رسد که همه چیز را در کنترل دارد. البته این اواخر او هم از بچه‌هایش گله‌مند بود و با آنها درگیری داشت. گویا هر کاری هم که می‌کرد مؤثر نمی‌افتاد. ظاهراً، نه «غریزه طبیعی و نه عقل سلیم» برای حل دعوای هر روزه آنها کافی نبود.

در حالی که شماره تلفن هلن را می‌گرفتم، فکر کردم شاید با وضعیتی که پیش آمده تعصبش را در مورد متخصص‌ها کنار بگذارد و با من بیاید. وقتی با او صحبت کردم، لجاجت کرد و گفت حتی اگر خود زیگموند فروید هم امشب سخنرانی کند، باز نخواهد آمد، و دیگر از موعظه‌های تکراری درباره اینکه چطور باید بچه‌ها از