



برای همه چیز وقت داریم جز بچه‌هایمان

# باباهای آخر هفته نباشیم

■ **حجت‌الاسلام مهدی حسین پور**

رسول خدا(ص) به بعضی از کودکان نگاه کردند و فرمودند: **وای بر فرزندان در آخرالزمان از دست پدرانشان (والدین).** سؤال شد: **یا رسول‌الله، آیا پدرانشان مشرکند؟ فرمودند: نه، وای بر فرزندان آخرالزمان از دست پدران مؤمنشان!** چون به فرزندان خود هیچ چیزی از واجبات دین را آموزش ندهند و زمانی هم که دیگران بخواهند احکام دین را به فرزندان آموزش دهند، آنها را منع کنند!

■ **والدینی که وقت نمی‌گذارد**

وقتی از دانش آموزی درباره رابطه‌اش با پدر و مادرش سؤال کردم، در پاسخ گفت: من فقط آخر هفته‌ها پدرم را می‌بینم! چون هر شب تا دیر وقت سر کار است و زمانی که برمی‌گردد، من خواب برده‌ام است. دانش‌آموز دیگری گفت: پدر من هر شب به هیئت می‌رود و وقتی برمی‌گردد که من خوابیده‌ام و فقط یک شب در هفته در خانه می‌ماند که البته فرصت و حوصله حرف زدن ندارد.

البته پاسخ آن دختر بچه برابرم خیلی جالب بود که گفت: حاج آقا! دلخاها عاشق حرف زدن و درد دل کردن هستند. ولی من در خانه کسی را ندارم که با او حرف بزنم و از مدرسه برایش تعریف کنم. پدر و مادرم هر دو کار می‌کنند و زمانی که برمی‌گردند خسته‌اند و می‌خواهند که هیچ وقت برای من وقت نماند، دوست دارم فقط پنج دقیقه با آنها حرف بزنم ولی حیف که نمی‌شود. تک‌فرزند بودن هم دردی شده برای ما. از همه بدتر اینکه پدر و مادرم هر کجا که می‌روند از خودشان تعریف می‌کنند که ما خیلی به فرزندانم می‌رسیم و هر چه که می‌خواهد برایش فراهم کرده‌ایم! دوست دارم فریاد بزنم که من هیچ چیزی نمی‌خواهم. من فقط شما را می‌خواهم پدر و مادر، همین.

■ **با بچه‌ها همراهی نکنیم**

بر اساس آیات و احادیث معصومین(ع) تربیت کردن نیاز به همراهی والدین دارد. رسول خدا(ص) می‌فرمایند: **الولد سید سبع سنین، و عبد سبع سنین، و وزیر سبع سنین؛** با توجه به این روایت و چند نمونه دیگر، سه دوره هفت ساله برای زندگی فرزند، تعریف شده است که این سه دوره، شرایط مخصوص به خود را دارد. طبق فرمایش رسول الله فرزند در هفت سال اول سید و آقااست. در هفت سال دوم عبد و شاگرد است. در هفت سال سوم نیز وزیر است.

این که فرزند در هفت سال اول، سید و آقااست، به این معنا نیست که هر چه بخواهد برایش تهیه کنیم! بلکه باید فرزند ما در این دوران، بازی کند و سرگرم باشد و ما والدین همچون حضرت زهرا(س) که با فرزندانم بازی می‌کرد و مفاهیم عمیق دینی را در قالب بازی و شعر آموزش می‌داد، باید برای فرزندانم وقت گذاشته و با آنها بازی کنیم.

همراهی والدین در بازی با فرزندان، از بسیاری از آسیب‌ها پیشگیری خواهد کرد. البته بعضی از پدر و مادرها، از این فرصت غفلت کرده و با تهیه بازی‌های رایانه‌ای، همچون موبایل و تبلت و... فرزندان را از خود دور می‌کنند و امر تربیت او را به افراد بازی‌ساز می‌سپارند. البته باید در جای خود به مضرات بازی‌های رایانه‌ای، از جمله هابط‌در چای خورد و پر خاشاگری اشاره



دین اسلام برای تربیت فرزندانی سالم و صالح، دستورات و سفارشات بسیار دقیق و مفیدی ارائه داده است. ولی ما به جای آنکه از قرآن و احادیث و مسجد و روحانیت کمک بگیریم، کور کورانه از دستورات و برنامه‌های غربی‌ها پیروی می‌کنیم

کرد. هفت سال دوم که بسیار دوره مهمی است زمان تربیت مستقیم فرزند است. از این دوره تعبیر شده به هفت سال عبد و شاگرد بودن. یعنی پدر و مادر باید در این دوره، زبانی‌ها و زشتی‌های زندگی را به فرزندان بی‌شناسانند. باید همچون یک عبد او را با آداب و تعلیم اسلامی آشنا سازند و ادب که بهترین میراث است را در وجودش نهادینه کنند.

ادب کردن باید بر اساس یک سری دستورات منظم و مداوم صورت گیرد. لازمه آن حضور مستقیم والدین و نظارت آنان است. دوره هفت سال سوم که مستقیم به وزیر بودن فرزند شده، دوره استقلال شخصیتی فرزند است. باید همچون یک وزیر با او مشورت کرد و برای او احترام قائل شویم. باید فرزند را بزرگ شمرده و کرامت نفس او را حفظ کنیم و از تخریب شخصیت او در مقابل دیگران، شدیداً پرهیز کنیم. چراکه با توجه به احادیث وارد شده، کسی که مورد توهین واقع شود و شخصیتش از بین برده شود، از شر او در امان نخواهد بود.

■ **آغاز تربیت قبل از تولد فرزند**

اگر خواندند مدیریت خانه و تربیت فرزندان را بر عهده زن نهاده است، به خاطر این است که تربیت فرزند نیاز به حضور و نظارت مستقیم دارد. بنابراین می‌بینیم که رسول خدا کارهای بیرون از خانه را به حضرت علی و کارهای داخل منزل را به دخترشان زهرا(س) می‌سپارند.

نفس مادر، شیر مادر، گفتار و رفتار مادر، سازنده است. یک پدر و مادر خوب، تربیت فرزندان را ماهه‌ها قبل از تولد، شروع می‌کنند و به طور مداوم پیگیر هستند. غذای پاک و حلال، تلاوت قرآن با صدای بلند در دوران حاملگی، شیر دادن با وضو به فرزند، برقراری ارتباط بین خانه و مسجد، مشورت گرفتن از روحانی و عالم محل، نظارت بر رفتار فرزند در منزل و پیگیری آن در مدرسه، معرفی الگوهای برتر، پاسخ دادن به سؤالات شرعی و دینی فرزند قبل از اینکه از دیگران یا اینترنت جست و جو کند و مورد سوءاستفاده قرار گیرد، همراه بردن فرزند در مجالس روضه و عزاداری، آموزش قرآن و بسیاری از موارد دیگر که در امر تربیت فرزندان بسیار مؤثر هستند.

اگر س سری بزنیسم به نامه ۳۱ نهج البلاغه که امیرالمؤمنین(ع) با فرزندان امام حسن(ع) سخن گفته‌اند، اهمیت بحث تربیت روشن تر خواهد شد. امیر

و از امور مادی برای فرزندان به مقدار ناچیزی راضی شوند. پس من (رسول خدا) از آنان بیزارم و آنها هم از من بیزارند! به راستی وای بر فرزندان از روش ناصحیح پدر و مادرشان. وای بر والدینی که تمام تلاششان فقط برای امور مادی و اقتصادی فرزندان است و از وضعیت تربیتی و تعلیم دینی فرزندان خود غافلند. فراموش نکنیم افراد جامعه همان افراد پرورش یافته در خانواده هستند.

اگر خانواده‌ها در مسیر درست گام بردارند و برای تربیت

مؤمنان به عنوان یک پدر، تنها به سخن گفتن اکتفا نکرده، بلکه نامه‌ای را به یادگار می‌گذارد تا فرزندش هر زمان که بخواهد، آن را بارها و بارها مطالعه کند. حضرت می‌فرمایند: توای فرزندم، بدان که تمام وجودم هستی و اگر به تو مصیبتی برسد، آن مصیبت برای من هم هست و گویا مرگ تو، مرگ من است. ایشان اشاره دارند که ای فرزندم، قبل از اینکه هوای نفس و دنیا و دنیاپرستان بر من سبقت بگیرند و تو را تحت تأثیر قرار دهند، می‌خواهم به تربیت تو مشغول شوم و قبل از اینکه نصیحت‌ناپذیر شوی، می‌خواهم در همین سنین کودکی خصلت‌های نیکو را در تو نهادینه کنم.

امیرالمؤمنین به عنوان یک پدر، تربیت را از کتاب خدا و تعلیم احکام حلال و حرام شروع می‌کنند. امر تربیت و نظارت مستقیم و پیگیری مداوم والدین را می‌طلبد. تا زمانی که یک مادر متوجه نشود که امر تربیت و خانه‌داری، مهم‌ترین و اصلی‌ترین وظیفه اوست و تا زمانی که یک پدر متوجه نشود که نیازهای معنوی فرزند، از نیازهای مالی و اقتصادی فرزند مهم‌تر هستند، امر تربیت به روش صحیح امکانپذیر نخواهد بود.

■ **تربیت فرزند را واگذار نکنیم**

شرایط حال حاضر در جامعه و خانواده‌های ایرانی، بسیار بحرانی شده و تنها چیزی که به آن توجه نمی‌شود، تربیت و ادب در فرزندان است. فرزندانمان سه دوره هفت ساله مهم زندگی‌شان را به سادگی پشت سر نهاده و بهر ه اندکی از تربیت صحیح اسلامی می‌برند.

مادر خانواده وقت ندارد. پس تربیت فرزندش را به مهدکودک‌ها می‌سپارد تا فرزندش را به سلیقه خود تربیت کنند! پدر خانواده وقت ندارد، بنابراین با خرید وسایلی از قبیل ماهواره و اینترنت و کامپیوتر و تبلت و گوشی موبایل، فرزند دلبندهش را سرگرم می‌کند تا مزاحم استراحت او نشود و در شبکه‌های اجتماعی تربیت و ادب را فراموش!

فرزند عزیز هم، در مدرسه، به جای زنگ قرآن و دینی، ریاضی و فارسی تمرین می‌کند تا با‌های تربیت اسلامی خود را که در خانواده کامل نشده، تقویت کند! بعد از مدرسه هم، فرزندان دلبندهمان، ادامه بحث تربیت را در شبکه پویا، پیگیری می‌کنند! هر چقدر که خانواده‌های ایرانی اسلامی، در امر تربیت سهل‌انگار و بی‌توجهی به خرج دهند، فیلمسازان و بازی‌سازان و برخی افراد خودروخته غربی، برای ثانیه ثانیه زندگی ما و فرزندانمان برنامه دارند.



# سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۸۴۷۱

نگاهی به سبک‌های تعاملی والدین با فرزندان

## فرزندم! یا حرف بز نیم

■ **فرزانه حسن‌زاده‌نمین\***

الگوهای ار تباطی که کودکان و نوجوانان در خانواده یاد می‌گیرند، بدون تردید در ارتباطات آینده آنها در گستره زندگی تأثیر بسیاری دارد. روابط درون خانواده علاوه بر اهمیتی که در رشد کودکان دارد، در جلوگیری از مشکلات رفتاری آنان نیز نقش بسزایی دارد. بر این مبنا تعامل والد – کودک از جنبه‌های گوناگون قابل بررسی است. سبک‌های تعاملی والدین با فرزندان بر سلامت روان آنان تأثیر بسیاری دارد و آنچه کیفیت این تعامل را شکل می‌دهد سبک فرزندپروری است.

■ **در جست‌وجوی سبک فرزندپروری**

فضای خانواده می‌تواند مهرورزانه، پذیرنده، مسئولانه‌و درکننده‌یاطردکننده‌باشد. فضای خانواده بهترین پیش‌بینی کننده رفتارهای غیر انطباقی و بزحاکانه افراد در سنین نوجوانی است. نحوه ارتباط والدین با کودک و روش والدین در حل تعارض‌ها یکی دیگر از جنبه‌های تعاملی است.

تمامی والدین و تمامی کودکان، بدون استثنا شیوه‌ای برای تعامل با یکدیگر دارند. در بعضی موارد این تعاملات مثبت و سازنده و در بعضی موارد دیگر منفی و مخرب است. سبک‌های ارتباطی شما و اینکه آیا سبک ارتباطی فرزندان شما هنگی دارد یا خیر بر پویایی‌های ارتباطی در خانواده شما و میزان موفقیت‌تان به عنوان یک والد و یک خانواده تأثیر گذار است.

توانایی حل مسائل خانوادگی فرمول جادویی ندارد و محدود به عده خاصی نیست، بلکه مستلزم آن است که سبک و شیوه فرزندپروری خود را بشناسید و روشی را در پیش بگیرید که متناسب با طرز رفتار فرزندان باشد و سبب هماهنگی میان شما شود. اگر واقعا می‌خواهید در خانواده‌تان تغییر ایجاد کنید، این کار کاملاً ضروری است.

سه سبک، شیوه، یا سطح مدیریتی عمده در ارتباط والدین با فرزندان وجود دارد. اگر چه هر یک از ما یک سبک فرزندپروری غالب داریم اما باید گفت که هیچ یک از این سبک‌ها دائمی و بی‌تغییر نیستند و می‌توانند در تناسب با تعاملات خانوادگی تغییر کنند. به دیگر سخن ممکن است ما در شرایط و موقعیت‌های مختلف، سبک‌های فرزندپروری مختلفی را اتخاذ کنیم.

سبک فرزندپروری را به عنوان منظومه‌ای از نگرش‌ها و رفتارها تعریف کرده‌اند که جو عاطفی



باید برای فرزندانمان وقت گذاشته و با آنها بازی کنیم.

همراهی والدین در بازی با فرزندان، از بسیاری از آسیب‌ها پیشگیری خواهد کرد. البته بعضی از پدر و مادرها، از این

فرصت غفلت کرده و با تهیه بازی‌های رایانه‌ای، همچون موبایل و تبلت و...

فرزندشان را از خود دور می‌کنند و امر تربیت او را به افراد بازی‌ساز می‌سپارند

فرزندانشان اهمیت و ارزش قائل شوند، در آن زمان خواهد بود که هم خانواده و هم مردم جامعه از زندگی کردن لذت خواهند برد. تربیت فرزندان بسیار آسان است، ولی لازم است تا والدین، کمی بیشتر برای فرزندانمان وقت بگذارند.

به و یژه پدرها که این روزها برای فرزندانمان تبدیل به باباهای آخر هفته شده‌اند، آن هم فقط چند ساعت در روزهای جمعه، پای تلویزیون...!

مؤمنان به عنوان یک پدر، تنها به سخن گفتن اکتفا نکرده، بلکه نامه‌ای را به یادگار می‌گذارد تا فرزندش هر زمان که بخواهد، آن را بارها و بارها مطالعه کند. حضرت می‌فرمایند: توای فرزندم، بدان که تمام وجودم هستی و اگر به تو مصیبتی برسد، آن مصیبت برای من هم هست و گویا مرگ تو، مرگ من است. ایشان اشاره دارند که ای فرزندم، قبل از اینکه هوای نفس و دنیا و دنیاپرستان بر من سبقت بگیرند و تو را تحت تأثیر قرار دهند، می‌خواهم به تربیت تو مشغول شوم و قبل از اینکه نصیحت‌ناپذیر شوی، می‌خواهم در همین سنین کودکی خصلت‌های نیکو را در تو نهادینه کنم.

امیرالمؤمنین به عنوان یک پدر، تربیت را از کتاب خدا و تعلیم احکام حلال و حرام شروع می‌کنند. امر تربیت و نظارت مستقیم و پیگیری مداوم والدین را می‌طلبد. تا زمانی که یک مادر متوجه نشود که امر تربیت و خانه‌داری، مهم‌ترین و اصلی‌ترین وظیفه اوست و تا زمانی که یک پدر متوجه نشود که نیازهای معنوی فرزند، از نیازهای مالی و اقتصادی فرزند مهم‌تر هستند، امر تربیت به روش صحیح امکانپذیر نخواهد بود.

■ **به برنامه تربیتی دقیق اسلام رجوع کنیم**

دین اسلام برای تربیت فرزندانی سالم و صالح، دستورات و سفارشات بسیار دقیق و مفیدی ارائه داده است. (از خواب و غذا و درس و سخن و...) که سعادت دنیا و آخرت را در پی و رضایت فرزند و پدر و مادر و جامعه را به دنبال دارد. ولی مسا به جای آنکه از قرآن و احادیث و مسجد و روحانیت کمک بگیریم، کور کورانه از دستورات و برنامه‌های غربی‌ها پیروی می‌کنیم.

اکنون به این حدیث شریف از امام باقر، شکافنده علم، توجه کنیم: حدیثی بسیار دقیق و پر مغز. ایشان می‌فرمایند: وقتی فرزند سه ساله شد، به او کلمه «لااله الا الله» را هفت مرتبه بگویند و آموزش دهند. سپس رهایش کنید و صبر کنید تا سه سال و هفت ماه و ۲۰ روز او کامل شود.

بعد از گذشت این زمان، به او «محمد رسول الله» را هفت مرتبه آموزش دهید و صبر کنید تا چهار سال او کامل شود. بعد از چهار سال به او هفت مرتبه «صلی الله علی محمد و آله» را آموزش دهید و صبر کنید تا پنج سال کامل شود. سپس جهت‌ها را به او آموزش دهید. سمت راست، سمت چپ، شمال و جنوب. زمانی که جهت‌ها را آموخت، روی او را به سمت قبله کنید و بگویند که سجده کند و صبر کنید تا هفت سال تمام شود.

وقتی هفت سال فرزند کامل شد، به او بگویند تا صورت و دست‌هایش را بشوید و بگویند تا نماز بخواند و صبر کنید تا ۹ سال او کامل شود. وقتی کامل شد، وضو گرفتن را به طور کامل به او آموزش دهید و او را امر کنید به وضو گرفتن و نماز خواندن و در این امر پیگیر شوید. هنگامی که فرزند وضو و نماز را فراگرفت، خداوند فرزند و پدر و مادر را مورد رحمت و بخشش خود قرار می‌دهد. اسلام با این ظرافت و دقت برای تمام لحظات زندگی ما و فرزندانمان برنامه دارد تا در یک دوره ۹ ساله، فرزندانمان، توحید و نبوت و امامت و قبله و وضو و نماز را فراگیرند و با نظارت مستقیم پدر و مادر در آن ثابت‌قدم شوند.

دین اسلام برای تمام نکاتی که برای یک تربیت صحیح لازم است، برنامه دارد. تنها کافی است به اهل آن مراجعه کنیم و از آنان بخواهیم تا ما را راهنمایی کنند. ما امید روزی که بزرگ‌ترین و باارزش‌ترین سرمایه‌های زندگی‌مان را به این آسانی و سهول‌انگاری از دست ندهیم و رهایشان نرنامه دارند.



شکل دهی و تغییر رفتار کنونی و آینده کودک است. آنها‌جازه می‌دهند تا جایی که ممکن است کودک خودش فعالیت‌هایش را تنظیم کند، از اعمال کنترل می‌پذیرند و کودک را به اطاعت از استانداردهای تعیین شده تشویق نمی‌کنند.

■ **توصیه‌هایی برای سبک فرزندپروری موفق**

نگرشی باز و پذیرا اتخاذ کنید و برخوردی معقول و منطقی با فرزندان داشته باشید و حرف‌های آنها را بشنوید. وقتی فرزندانم می‌خواهند با شما ارتباط برقرار کنند، تمام توجه خود را به آنان معطوف کنید. سعی کنید به آنچه می‌گویند واقعا گوش کنید تا پاسخ‌ها و واکنش‌هایتان از نظر آنها مربوط تلقی شود و مورد توجه قرار گیرد. سعی کنید نیازی که باعث شده فرزندان با شما ارتباط برقرار کرده و صحبت کند را درک کنید.

باز رفتن آنها را قابل فعالیت گفت‌وگو کنید. زیرا این کار باعث می‌شود که او احساس توی چشم بودن و تحت فشار بودن نکند. با فرزندان وقتی مشغول بازی، پیاده‌روی یا رانندگی هستید صحبت کنید. هر وقت امکان داشت کمی تمرین کنید تا همیشه به‌روز باشید. اگر با گفته‌های فرزندان موافق نیستید جرئت آن را داشته‌باشید که دیدگاه‌شان را به شیوه‌ای منصفانه و متعادل پاسخ دهید. اشتباهات و نقاط ضعف خود را بپذیرید. در هر فرصتی ویژگی‌های مثبت فرزندان را به او خاطر نشان کنید. از فرزندان بخواهید تا در حل و فصل یک موقعیت مشخص به شما کمک کند. آنها را شریک خود قرار دهید. درباره مشکلات و مسائل فرزندان به طور خصوصی باوی صحبت کنید. هرگز با فرزندان در حضور دوستان و خواهران و برادرانش یا سایر بستگان در این باره صحبت نکنید. اگر می‌خواهید فرزندان رفتار مناسبی داشته باشد اول باید معیارهای رفتار مناسب را تعیین کنید. باید دقیقاً مشخص کنید از فرزندان انتظار چه رفتاری دارید. همیشه بهترین راه بر خورد با کودکان این است که به ویژگی‌های مثبت آنها توجه کنیم.

■ **سبک فرزندپروری اقتدارگرا**
سبک فرزندپروری اقتدار گرا سبکی شایسته است، زیرا نیازهای کودک برای کنترل و فردیت را شناسایی کرده و با دبدی مکمل به حقوق و وظایف کودک و والدین نگاه می‌کند. همچنین نسبت به توانایی‌ها و تکالیف تحولی که کودک با آن مواجه می‌شود حساس است. به طور کلی می‌توان ویژگی‌های والدین اقتدار گرا را در سه مؤلفه اصلی خلاصه کرد که عبارت‌اند از: پذیرش، کنترل رفتاری و نظارت.

این گروه از والدین کنترل سفت و سخت اما قابل تحملی را بر فرزندان خود اعمال می‌کنند. این والدین به عنوان والدینی پاسخگو، متوقع، گرم و صمیمی شناخته می‌شوند و انتظار اشان از کودک متناسب با تحول وی است. این والدین کود کانشان را توسط ابزار کلامی و جسمانی حمایت می‌کنند. آنها از کودکانان با محبت و روابط نزدیک مراقبت می‌کنند و انتظار اشان با توانایی‌های کودکان تناسب دارد.

■ **روانشناس خانواده و کودک**