



بر خوردهای دوگانه والدین در تربیت بچه‌ها

## توقع تلاش از فرزندانى که لای‌پنبه بزرگ شده‌اند!

■ دار بوش یوسف‌وند\*

اهمال کاری یا سهل‌انگاری با عدم پذیرش مسئولیت؛ مسئله‌ای بسط یافته در بطن زندگی نوجوانان و جوانان امروز است. در واقع والدین سختی کشیده نسل قبلی نسل فعلی را با تعارض مواجه کرده‌اند. از طرفی سختی‌هایی که خود متحمل شده بودند را به صورت افراطی از دوش فرزندان خود کم کردند، دوم اینکه به صورت دوسوگرایى متعارضی رفتار کردند که از یک طرف فرزندان خود را به سمت افراط در رفتار و کنترل و نصیحت و به رخ کشیدن تجارب سخت زندگی خود و مقایسه مواجه کرده‌اند، از طرفی به دلیل تجارب سخت زندگی و مشکلات و تحمل رنجی که خود داشته‌اند راهی بیش از

■ والدین یا فرزندان، متهم کیست؟

اهمال کاری، افراط، طغیان، خشم مهارنشده و آسیب‌رسانی عاطفی، محصول تعارضات والدینی است که در این زمینه به پروژه تلخ و شیرین قدرت و حقارت خود روی فرزندان خروجی داده‌اند. از طرفی زمانی که فرزند اهمل‌کار رشد می‌یابد، سرزنش‌هایی از سوی والدین صورت می‌گیرد که خشم و بی‌کفایتی را در فرزندان پرورش می‌دهد، از طرف دیگر اطمینان به سرویس‌دهی به فرزند داده می‌شود که او را از انجام تلاش منجر به شکوفایی بازمی‌دارد. در واقع نوعی تقسیم کردن در فرزند رخ می‌دهد که خشم شدید و عشق و وابستگی شدید نسبت به والدین را تجربه می‌کند. نکته‌ای دیگر درباره نگاه والدین با سیستم انتظاری از فرزندان و نسل جدید به نوعی جای تأمل دارد. پدری که تمام وقت خود را صرف کار و تلاش شبانه‌روزی کرده و معتقد به کار فیزیکی است ممکن است در دنیای پست‌مدرنیته با فرزند خود که کارآمدی فعالیت‌های بدنی پدر را در زمان کوتاهی از طریق فضای مجازی انجام می‌دهد و وقت آزاد بیشتری دارد و بیشتر به رفاه خود می‌پردازد مورد سرزنش و اتهام اهمال کاری قرار گیرد. در واقع اینجا نقش پدر از دو زاویه دارای اشکال است. در نگاه اول، سبک زندگی فردی والدین که مبتنی بر رنج، درد، تلاش، کار و کوشش بدنی سنگین بوده است و از طرف دیگر دفاع در برابر تحولات تکنولوژیک که همان خروجی فعالیت‌ها را در بر دارند و در زمان کوتاه‌تر و دقیق‌تر انجام

### سبک رفتار

■ **مه‌ری مرادی\***

با نگاهی به جوانان اطرافمان و شیوع تنبلی در میان آنان این سؤال پیش می‌آید که با توجه به حجم زیاد انرژی در میان جوانان چرا تنبلی در میان آنان اپدمی شده و گرمیانشان را گرفته است؟ بی‌عدالتی در جامعه، اختلاس‌های متعدد، حقوق‌های نجومی و نامانی اقتصادی از یک طرف و عادت کردن به راحتی و نداشتن برنامه منسجم از طرف دیگر، انگیزه کافی را به جوانان در جهت تلاش و کوشش کم‌رنگ کرده و زمینه‌ساز تنبلی مزمن در آنها شده است.

وقتی در جامعه صحبت از نامانی می‌شود شاید تهدیدهای جانی مثل زورگیری‌ها، بزهکاری‌ها و دیگر جنایت‌ها به ذهن متبادر شود اما نامانی اقتصادی و نبود امنیت اجتماعی ارتباطی دوسویه دارند. وقتی امنیت در حوزه‌ای بر جامعه حاکم باشد غالب مردم از خود رفتار بهنجار نشان می‌دهند و این امر آرامش را به دنبال خواهد داشت. سرزندگی در جامعه خودنمایی خواهد کرد، امید به زندگی افزایش یافته و انگیزه کافی برای کار و تلاش به وجود خواهد آمد.

وقتی امنیت در هر حوزه‌ای به خصوص امنیت اقتصادی به هم بریزد باعث شدن شدن فعالیت اجتماعی خواهد شد که این کند شدن فعالیت اجتماعی نیز خود، نامانی را در همه حوزه‌ها افزایش می‌دهد و ما را درگیر سبک‌ معیوبی می‌کند که یکی از خروجی‌های آن می‌تواند تنبلی باشد که گرمیان خیلی از جوانان را گرفته است. گسترش شکاف طبقاتی در جامعه می‌تواند منجر به خشونت شود. کوشش‌هایی که مدام از عدالت سخن به

باشند که علاوه بر توسعه صنعتی، باور تبلیغاتی را نیز در انحصار خود داشته باشند. این مهم در فرآیند تحولی دنیای تکنولوژی با بازی‌های رایانه‌ای به سرعت در حال بسط یافتن است و اساسی‌ترین پارامتر آن سوق‌یافتگی نئش بین فردی در رابطه والدین با فرزندان می‌شود.
■ **نقش پیام‌های رسانه‌ای و تبلیغاتی**

بدون شک پارادوکس‌های رفتاری والدین از عوامل اصلی تنش‌های فرزندان و اهمال کاری آنان است اما در این میان نقش رسانه‌ها را نمی‌توان نادیده گرفت. در واقع صنعت تبلیغاتی یا انفجار اطلاعات موجب نوعی گسستگی نتیجه‌گرا و اختلال در مسیر یابی هدفمند منجر به شکوفایی در نسل نوجوان و جوانان شده است. هر منبع خبری و انتشار اطلاعات‌اعم از فیلم، موسیقی، بازی، متن و... حاوی پیامی است که دو پارامتر را در بر دارد. پارامتر اول، برون‌داد یافت ذهنی و شناختی نشردهنده است. پارامتر دوم که دارای اهمیت بیشتری است هدف از انتشار است که در عمده داده‌ها اطلاعات منتشرشده با هدف خاصی در جهت سوق دادن تفکر مخاطب به سمت و سویی از پیش تعریف شده، انجام می‌شود. در چنین فضایی طبعاً یکی از پارامترهای رقابت در دهکده جهانی سیطره بر باورها و افکار توده‌هاست که تعیین‌کننده مسیر جوامع است. این مسیر می‌تواند سمت و سوی اهداف سیاسی یاسیطره اقتصادی و فکری بر جوامع را به دنبال داشته باشد.

زمانی اقتصاد آلمان، چین، امریکا و... می‌توانند موفق

## سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۹۴۷۱

### نگاه

۷ راهکار برای گریز از تنبلی

### هر چه باکار و تلاش پیش آید، خوش آید!

■ مینا محمد دوست

همه ما طی زندگی روزمره احساسی به نام تنبلی را تجربه کرده‌ایم. تنبلی در اصل به معنای مسامحه و به تعویق انداختن کارها بوده و به حذف برخی فعالیت‌ها بعد از تصمیم‌گیری اطلاق می‌شود. این حالت معضلی است که با روند ماشینی شدن جوامع چهره پررنگ‌تری به خود گرفته و پیامدهای آن محدوده شخصی و محیط اطراف و جامعه را در بر گرفته است. براساس تحقیقات انجام شده میزان تنبلی ایرانیان بعد از کشورهای عربی و آفریقایی از متوسط جهانی بالاتر است. در کنار فرهنگ غنی پیشینیان سرزمینمان، گاهی ردپای این احساس را حتی در ضرب‌المثل‌ها و کنایه‌ها هم مشاهده می‌کنیم، مثل هر چه پیش آید خوش آید. در برداشت مثبت شاید این جمله حاکی از پذیرفتن رویدادها بنا به مشیت حاکم به فرمان الهی باشد، اما نوعی سستی نیز در این جمله به چشم می‌خورد. زمانی هر چه پیش آید، خوش تواند بود که با فکر مناسب مبنی بر تحلیل درست یا اقدام خردمندانه همراه باشد. در غیر این صورت با دست روی دست گذاشتن هر پیشامدی قطعاً به خودی خود خوش نخواهد بود. تنبلی می‌تواند محصول عوامل فردی یا اجتماعی باشد. از عوامل تنبلی در حیطه شخصی برخی بیماری‌ها مانند کم‌کاری تیروئید، کم‌خونی، عوامل روحی و شخصیتی مانند افسردگی، مشکلاتی که در محدوده باورهای ما وجود دارد و همچنین جنبه اکتسابی، به معنای آنچه که ما از خانواده کسب می‌کنیم، می‌توان اشاره کرد. ازسویی گاهی در خانواده‌ها شاهد روندی از تنبل‌پروری هستیم. مثل زمانی که خانواده با زیاده‌روی در حمایت از فرزندان مانع از فعالیت کودکان در محدوده‌های لازم می‌شوند و با به عهده گرفتن مسئولیت‌هایی که انجام آنها توسط فرزندان مسبب رشدشان است به سستی آنها دامن می‌زند. به هر حال صرف‌نظر از عوامل متعدد در این زمینه پرسش اساسی این است که راه‌حل‌رهایی از تنبلی چیست؟

۱- خودشناسی برای غلبه بر تنبلی
خودشناسی تأثیر ژرفی بر نگرشمان از فلسفه زندگی و به تبع آن اقدام در جهت فعالیت‌های ما دارد و چه زیباست که این امر مقدمه خداشناسی معرفی شده است. خودشناسی می‌تواند در دایره شناخت نقاط ضعف و قوت باشد. گاه سستی‌ها به دلیل تجربه ناکامی‌های بیبای در مسیر اهداف است. خود این امر می‌تواند در شرایطی پیش آید که مسیر ما، مسیر جهت‌دار در راستای توانایی‌ها و امکاناتمان نباشد. قدم گذاشتن در مسیر خواسته‌ها بدون شناخت از خود همانند کوهنوردی بدون تجهیزات و راهنماست. نقاط قوت شخصیتی ما به منزله پشتوانه‌ای برای به ثمر رسیدن تلاش‌های جهت‌دارمان است. نتیجه‌بخش بودن فعالیت‌ها مشوقی در جهت سوق دادن برای ادامه مسیر می‌شود. پس یکی از راه‌های غلبه بر تنبلی شناخت کافی از خود است.



۲- پرهیز از تک‌بعدی نگریستن به مسائل
در مواجهه با رویدادها، یکی از راه‌های مناسب این است که یاد بگیریم راه‌حل‌ها را بررسی کنیم نه یک راه‌حل را. دیدن ابعاد امور با زوایای مختلف منجر به تلاش بیشتر ما می‌شود. خوب است بدانیم می‌توان کارها را با شنسویه‌های مختلف انجام داد. از طرفی تنوع در انجام کارها مغایر یکخواختی است. انسان امروزی خیلی وقت‌ها دچار یکخواختی و در بی آن تنبلی است. از جانب دیگر دیدن زوایای متفاوت از یک موضوع باعث فعال بودن ذهن می‌شود. این امور دست به دست هم داده و تنبلی را از ما دور می‌کند و مهم‌تر اینکه ذهن ما یساک می‌گیرد اگر راهی به بن‌بست رسید مراحل دیگر را بیازماید و در جا نزند و این به معنای حرکت است و حرکت یعنی ما در راه تلاش هستیم، نه در بستر امن تنبلی.

۳- با ترس‌هایمان اصولی روبرو شویم
بر کسبی پوشیده نیست که ترس منطقی عاملی برای محافظت از ماست. اما اگر این احساس به شکل افراطی و غیر منطقی باشد، نیرویی بازدارنده محسوب می‌شود. حال آن که برای حرکت و مقابله با تنبلی ضروری است قدم برداریم. در بطن زندگی به خصوص در راستای پیشروی چه بخواهیم چه نخواهیم ترس یکی از عواملی است که حتماً با آن روبرو شو خواهیم شد. چنانچه بیهوشیم بر خوردی مناسب و روشی عملی در رویارویی با این احساس داشته باشیم، قطعاً این حالت نمی‌تواند مانع حرکت ما شود. در غیر این صورت ترس به شکل کاملاً خرنده در رفتار ما رسوخ کرده و طی زمان تنبلی پیشروی خواهد بود. چنانچه اجازه دهیم ترس‌های بی‌اساس در جای شخصیتمان نفوذ کنند در این صورت حکم تنبلی خود را امضا کرده‌ایم. زیرا این نوع از ترس مساوی با سکن بودن است.

اندازه برای فرزندان خود فراهم و عقده‌های مبتنی بر نیاز خود را در فرزندان خود با بیش بها دادن فرافکن کرده و در نتیجه آنها را در زمینه رشد فردی با احساس دوگانه گناه و خشم به دلیل به رخ کشیدن سختی‌ها و تجارب منفی، برای فرزندان خود و از طرفی تزریق باور و احساس بی‌مسئولیتی مواجه کرده‌اند. در واقع والدین بچه‌ها را لای‌پنبه بزرگ می‌کنند و در عین حال از آنان توقع تلاش و سختکوشی دارند. این تنها نمونه‌ای از برخورد پارادوکسی (متضاد) با فرزندان است و بی‌شک مشابه این برخوردها موجب سردرگمی فرزندان و شکل‌گیری شخصیت‌های دوگانه با تبعات جبران‌ناپذیر در آنان می‌شود.

نیازمند کسب دانش حرفه‌ای است. بنابراین در این مسیر اکثراً شکست و آسیب متوجه نوجوانان فعال در این حوزه می‌شود.

■ **دور تسلسلی که همچنان ادامه دارد**

پارادایم آخری که در این فرآیند جای پرده‌اش دارد عدم رشد فردیت و اتکای به خود است. این آسیب‌دامتگیر نسل کنونی است. تسلی که همیشه راه‌گریزی برای جبران عدم شایستگی حضور در دانشگاه را نداشته است دانشگاه‌های دارای سطح علمی پایین آنها را پذیرفته‌اند؛ زمانی که شایستگی فعالیت در یک شرکت تخصصی را نداشته‌اند فرآیند پارتی‌سازی آنها را در موقعیت‌های خاصی قرار داده است؛ زمانی که دارای مشکل تأمین هزینه‌های شخصی بوده‌اند پدر و مادر با افزایش ساعت کاری خود، به جبران نقض‌های آنها پرداخته‌ند و...

این دور تسلسلی است که همچنان ادامه دارد تا حدی که مسئولیت زندگی را بعد از ازدواج نیز به دوش خود احساس نمی‌کنند و به راحتی وارد فرآیند طلاق و سپردن مسئولیت فرزندان خود به پدربزرگ و مادر بزرگ می‌شوند. در واقع والدین نسل‌های گذشته در فرآیند تحولی سنت به پست‌مدرنیته، مسئولیت‌پذیری را در برنامه پرورشی و تربیتی فرزندان خود قرار نداده‌اند و بیشتر فرزندان محصول آسیب‌ها و پاتولوژی‌های ناکام‌شده والدینی آسیب‌دیده‌اند که با تحول تکنولوژی عجین شده است.

■ **روانشناس بالینی و مدرس دانشگاه**

وقتی مقایسه کردن‌ها انگیزه کار و تلاش را در جوانان از بین می‌برد

## نمایش ثروت و تنبلی طبقاتی

میان می‌آید، در جامعه‌ای که شعارهای اخلاقی و عدالت محور را در هر جایی مشاهده می‌کنیم، بی‌عدالتی انگیزه فعالیت را در میان افراد جامعه به خصوص جوانان که از تجربه کافی برخوردار نیستند از بین می‌برد. از سویی شاهد این هستیم خواسته یا ناخواسته تفکر لیبرالیستی بر بخشی از جامعه حاکم شده است؛ تفکری که انسان‌ها را آزاد می‌گذارد که به خود حق دهند بیشتر مصرف کنند و بر این باور باشند که دیگران لیاقت ندارند پس حق مصرف هم ندارند. این تفکر باعث ایجاد تنفر در میان قشر ضعیف و قشر مرفه می‌شود، بدین صورت که



■ **پژوهشگر اجتماعی**