

#### سبک تربیت



حکایت والدینی که نسلی تنبل تحویل جامعه می دهند

# تنبل پروری ممنوع!

#### ■ ننگین خلج سرشکی

چند روز پیش وقتی از زروه‌روی مدرسه‌ای راهنمایی عبور می کردم با صحنه تأمل برانگیزی مواجه شدم. مادری که کوله‌پشتی نوجوان خود را به دوش می کشید و نوجوان دائم در حال غر زدن بود که چرا برای ناهار فلاں غذا را درست نکرده‌ای، آفتدر دیدن ضعف و ناتوانی مادر برای من عجیب بود که سر جای خود برای چند دقیقه‌ای خشک شده؟
نماگان با بوق خودرویی به خود آدمم. اما طی مسیر با خودم فکری می کردم که چرا باید یک مادر کوله‌پشتی فرزند خود را حمل کند وقتی خود آن نوجوان توانمند است؟ همین گونه رفتارها باعث می شوند که آن نوجوان در آینده وقتی وارد جامعه شد، دیگران را بر ده خود بدانند. چرا باید یاد بگیرد که دیگران حمل‌کننده وظایف او هستند؟ چرا اجازه می دهیم به دیگران که ما را حمال زندگی خود بدانند؟ حمال بودن که فقط به جابه‌جا کردن وسایل نیست. ما با تحمیل وظایف دیگران به خود و انجام مسئولیت آنها به جای خودشان به حمال ابدی زندگی آنها تبدیل می شویم و این حق به جانی چیزی است که آنها از کودکی یاد گرفته‌اند و دیگران برای مقابله با آنها هیچ کاری نکرده‌اند. مادامی که ما به افراد تنبل کولی‌بدیم آنها هرگز نیازی به تغییر رفتار خود احساس نمی‌کنند. ■ ■ ■

#### ■ خطابه‌ای برای تنبل‌ها

ای انسان‌های تنبل اراده شما کجا رفته است؟ آدم‌های دیگر به شما لطف می‌کنند و در محبت را باز گذاشته‌اند، اما شما هم کمی اراده از خود نشان دهید. درست است

### قصه زندگی

#### ■ سلما سلطانی

یه روز رو کرد و بهم گفت: «میدونی چیه. به نظر من تمام اتفاقات بد و تلخ دنیا فقط و فقط به دلیل داره. آن هم خودخواهییه. آدم‌ها اگر خودخواهی را کنار بگذارن، خیلی از مشکلاتشون حل میشه.» همین طور که ازوم و لبخند‌زنان راه می‌رفت ادامه داد: ریشه مشکل اینجاست که اغلب آدم‌ها نگاهشون پازلی و شبکه‌ای نیست. میدونی یعنی چی؟ سرمو به نشونه نفی تگون دادم و فتمت: «نه.»

گفت: «وقتی به پازل را می‌بینی، باید به همه قطعات پازل نگاه کنی، اگه نگاهت پازلی باشه، همه قطعه‌ها رو با هم می‌بینی. در کنار هم می‌بینی، ولی اونایی که نگاهشون قطعه‌ها، فقط از خودم، میبینن، در نتیجه درک درستی از کل پازل زندگی خودشون و دیگران ندارن. اینجور آدم‌ا وقتی می‌خونن تو را شناسن، فقط یکی یا بعضی از رفتارهای تو رو بررسی می‌کنن، نه همه ت رو، اما وقتی می‌خونن قضاوت کنن با همون رفتارها و قطعه‌های گزینش شده کل تو را قضاوت می‌کنن. اصلاً بسزای کمی علمی‌تر توضیح بدم.»

مثل یک استناد دانشگاه که با صبر و حوصله برای دانشجوهایش با مثال و نمونه، مسئله مهمی رو اونایز می‌کنه، بدون اینکه ببینه دارم تند و تند گفته‌هاشو تدریاری می‌کنم، لذتیخش داشت. به مثال زند و توضیح دادن ادامه می‌داد: در نظریات مربوط به جامعه‌شناسی ارتباطات، موضوعی به اسم منطق موزاییکی داریم که به جورایی بسا همون نگاه پازلی و توضیح دادن منطق موزاییکی میگه آدم‌ها در جامعه مثل موزاییک‌کنه روی زمین کنار هم می‌چینی، هستن. هیچ موزاییکی، موزاییک اطرافش رو نمیبینه، و هیچ کدوم از موزاییک‌های اطرافش بسه غیر از چهارتایی که بهشون چسبیده شده رو، حس نمی‌کنه. این آدم برای اینکه جایگاه و موقعیت خودشون رو

نمی‌شود، بلکه باید از قدم‌های کوچک شروع کرد تا به سطحی بزرگ‌تر رسید. قدم‌های بزرگ از همان ابتدا به سکوی بزرگ ختم نمی‌شوند، اما احساس نیاز به تغییر هم یکی از آن ویژگی‌هایی است که والدین باید در کودک خود پرورش دهند تا این ویژگی در بزرگسالی به داد آدم برسد.

#### ■ وظایف کودک را شما انجام ندهید

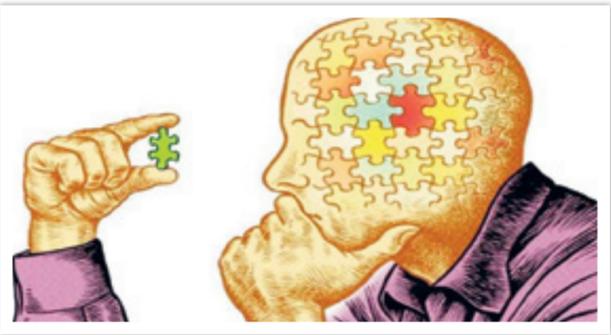
والدینی که وقت کودک خود را بسا واقعیت‌های رفتاری‌اش رویه‌رو نمی‌کنند و اجازه نمی‌دهند کودک نتیجه تنبلی و کم‌کاری خود را ببیند پس به او یاد می‌دهند، وقتی بزرگ شدی هم نیاز نیست مسئولیت‌پذیر و عهده‌دار کارهای خود باشی. آنها را ندیدم بگیری بهتر است! این روزها با اینترنتی شدن دروس و مدرسه‌ها هم والدین به نوعی دیگر در حق کودک خود زیر آن کمر زندگی شما خواهد شکست.

#### ■ علت تنبلی را در یابیم تا نتیجه تغییر کند

درست است که گاهی پیش می‌آید تنبل‌ها کارهای عقب افتاده خود را انجام می‌دهند و تمام می‌کنند، اما چون باور آنها تغییر نکرده است باز هم با تلی از کارهای عقب افتاده روبه‌رو خواهند شد. آنها باور دارند مهم این است که کار انجام شود، حالا هر زمانی که بشود. گاهی هم پیش می‌آید که بعضی از تنبل‌ها دوست دارند، تغییر کنند و از این وضعیت خارج شوند. نمی‌شود همه آنها را با یک چوب راند. آنها وقتی کارهای عقب افتاده را سر و سامان می‌دهند، پر از انرژی می‌شوند و فکر می‌کنند که توانسته‌اند این بار بر تنبلی خود پیروز شوند، اما دو روز بعد به سر جای اول باز می‌گردند، زیرا به جای علت بر نتیجه تمرکز کرده‌اند. ابتدا باید علت را حل کرد تا نتیجه تغییر کند. چنین تغییر بزرگی هم یک شبه حاصل

### حذف خودخواهی همه چیز را درست می کند

## اول بانگاه پازلی ببینیم، بعد قضاوت کنیم



## درد

وقتی به پازل را می‌بینی، باید به همه قطعات پازل نگاه کنی. اگه نگاهت پازلی باشه، همه قطعه‌ها رو با هم می‌بینی. در کنار هم می‌بینی، ولی اونایی که نگاهشون قطعه‌ها، فقط یک قطعه رو میبینن، در نتیجه درک درستی از کل پازل زندگی خودشون و دیگران ندارن. اینجور آدم‌ا وقتی می‌خوونن تو را شناسن، فقط یکی یا بعضی از رفتارهای تو رو بررسی می‌کنن، نه همه تو رو، اما وقتی می‌خونن قضاوت کنن با همون رفتارها و قطعه‌های گزینش شده کل تو را قضاوت می‌کنن

# سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۸۴۷۱

## درد

والدینی که هیچ وقت کودک خود را با واقعیت‌های رفتاری‌اش رویه‌رو نمی‌کنند و اجازه نمی‌دهند کودک نتیجه تنبلی و کم‌کاری خود را ببیند بسه او یاد می‌دهند، وقتی بزرگ شدی هم نیاز نیست مسئولیت‌پذیر و عهده‌دار کارهای خود باشی. آنها را ندیدم بگیری بهتر است! این روزها با اینترنتی شدن دروس و مدرسه‌ها هم والدین به نوعی دیگر در حق کودک خود ظلم می‌کنند. آنها فکر می‌کنند اگر تکالیف و تحقیق‌ها و امتحان‌های او را راست وریست کنند بهترین والد جهان هستی هستند

تا نشان دهند آن فرد تنبل چقدر در انجام دادن کاری در زمان مناسب کوتاهی می‌کند. اما حداقل قدیم‌ها تنبل‌ها جمعه به مکتب می‌رفتند و تکالی به خود می‌دادند، اما الان همان هم تعطیل شده است! تنبل‌ها هم به روز شده‌اند، دیگر هیچ تکالی به خود نمی‌دهند. کار را دیرتر از زمان مناسب که هیچ، اصلاً انجام نمی‌دهند. انسانی که از کودکی با باربری دیگران رشد کرده است و دیگران را مسئول زندگی خود می‌داند، در بزرگسالی هم جامعه و مسئولان را مسبب همه سختی‌ها و دشواری‌های زندگی خود می‌داند. درست است که در هر قشری از جامعه تنبل و از زیر کار در رو وجود دارد، اما هر کسی مسئول بدبختی‌ها و مشکلات خود است. هستند انسانی‌هایی که با تمام محدودیت‌های جامعه تلاش می‌کنند و به بهترین مرتبه‌ای می‌رسند، اما نباید حقیقت را هم زیر پا گذاشت که برخی از جوانان در خانه نشسته‌اند و فکر می‌کنند باید کار از آسمان نازل شود.

روی سخن با تمامی والدینی است که تنبل پرور هستند، حتی روی سخن با تمام کسانی است که از زیر کار در می‌روند. روی سخن با کسانی است که از اضافه وزن خود ناراضی و مشکلات و قضا با دیدن انسان‌های خوش فرم در صفحات اینستاگرام حسرت آنها را می‌خورند. با کارمندهایی است که صفحه اینستاگرام آنها در ساعات کاری پرکارتر از خود آنهاست. با تمام شاگردهایی است که معلم در آن طرف تلفن همراه را خنک و ساده لوح می‌پندارند.

بعد از خواندن این مطالب از جای خود بلند شوید، قلم و کاغذی بردارید، فهرستی از کارهای عقب افتاده خود را بنویسید و زندگی خودی را بنویسید. روی سخن با تمامی والدینی است که تنبل پرور هستند، حتی روی سخن با تمام کسانی است که از زیر کار در می‌روند. روی سخن با کسانی است که از اضافه وزن خود ناراضی و مشکلات و قضا با دیدن انسان‌های خوش فرم در صفحات اینستاگرام حسرت آنها را می‌خورند. با کارمندهایی است که صفحه اینستاگرام آنها در ساعات کاری پرکارتر از خود آنهاست. با تمام شاگردهایی است که معلم در آن طرف تلفن همراه را خنک و ساده لوح می‌پندارند.

بعد از خواندن این مطالب از جای خود بلند شوید، قلم و کاغذی بردارید، فهرستی از کارهای عقب افتاده خود را بنویسید و زندگی خودی را بنویسید. روی سخن با تمامی والدینی است که تنبل پرور هستند، حتی روی سخن با تمام کسانی است که از زیر کار در می‌روند. روی سخن با کسانی است که از اضافه وزن خود ناراضی و مشکلات و قضا با دیدن انسان‌های خوش فرم در صفحات اینستاگرام حسرت آنها را می‌خورند. با کارمندهایی است که صفحه اینستاگرام آنها در ساعات کاری پرکارتر از خود آنهاست. با تمام شاگردهایی است که معلم در آن طرف تلفن همراه را خنک و ساده لوح می‌پندارند.

بعد از خواندن این مطالب از جای خود بلند شوید، قلم و کاغذی بردارید، فهرستی از کارهای عقب افتاده خود را بنویسید و زندگی خودی را بنویسید. روی سخن با تمامی والدینی است که تنبل پرور هستند، حتی روی سخن با تمام کسانی است که از زیر کار در می‌روند. روی سخن با کسانی است که از اضافه وزن خود ناراضی و مشکلات و قضا با دیدن انسان‌های خوش فرم در صفحات اینستاگرام حسرت آنها را می‌خورند. با کارمندهایی است که صفحه اینستاگرام آنها در ساعات کاری پرکارتر از خود آنهاست. با تمام شاگردهایی است که معلم در آن طرف تلفن همراه را خنک و ساده لوح می‌پندارند.

به خودشون، موقعیتشون، جزئیاتشون و مخصوصاً اطرافیانشون نگاه کنن. این دقیقاً خودخواهی ما آدم‌هاست که چسبیدیم به خودمون و هیچ چیز جز خودمون رو نمیبینیم و نمی‌خوایم ببینیم. حال و هوا و موقعیت هیچ کسسی جز خودمون هم برامون مهم نیست.

به فکر فرو رفتیم و دقیق به همه حرف‌هاش فکر کردم و سعی کرد در واقعیت زندگی خودم صدقاً حرف‌هاش رو پیدا کنم، واقعاً درست میگفت. اگه کمی دقیق به خاطرات تلخ و اتفاقاتی که در زندگی برای هر کدام مان افتاده فکر کنیم، رد پررنگی از خودخواهی کردم، بارها شروع خودر دها می‌فقط از سمت آدم‌هایی بودم که فقط و فقط نوک دماغشون رو می‌دیدن و موقعیت خودشون براشون مهم بود نه بقیه. از درس و تحصیلات بگیر که ممکن بود یک هم‌کلاسی داشته باشی و جزوه یا مطلبی رو با تو به اشتراک نذار، اما متقابلاًزت بخواد. این مثال رو بگیر و برو تا رفتاتی که فقط و فقط بابت منفعت و طی کردن پله‌های ترفی، آن هم تنهایی برای خود طرف بود. از هم‌کار بگیر که فقط رشد و سود خودش رو میدیدن نه یک سود دسته جمعی و قاعده برد برد، تا زندگی و روابط عاطفی که طرف مقابل فقط آرامش خودش براش مهم بود و بس تنها گیرنده محبت بود و نه دهنده اون. البته از خودم فاصله گرفتم و از دور خودم دیدم و متوجه شدم، بوده مواردی که من هم ناخودآگاه دچار این اشتباه بودم. شاید اولین درس‌هایی که در بچگی به ما داده شده رو فراموش کردیم: «هر چه برای خود نمی‌پسندی برای دیگران هم میسند» و آموختن اینها، قبل از آموختن آموزش حرام بودن دروغ بود. بیابید خودخواهی رو بذاریم کنار، تابلو وجودمون رو از دور ببینیم، تا بتونیم با نگاه جامع‌تری به خودمون و دیگران نگاه کنیم تا قضاوت‌هامون رنگ خودخواهی نگیره.

#### سبک ارتباط



هر چه فقیر تر باشی، بیشتر به صفحه گوشی‌ات نگاه می کنی

### رابطه انسانی

## تبدیل به کالایی لوکس می‌شود!

#### ■ تلخیص: حسین گل محمدی

وقتی فقیر باشید، همیشه نگران هستید که نتوانید کار کنید. دوران بیری برای فقرا مشکلات دوجندانی دارد: مسائل مالی و جسمی از یک سو و تنهایی از سوی دیگر، اما شرکت‌هایی که نمی‌خواهند هیچ انسانی در رنج باشد، برای این مشکل فقراي کهشنال هم راه‌حلی ساخته‌اند: بر نامه‌های کامپیوتری که با آنها حرف می‌زند، ولی بیره‌های پولدار همچنان با «آدم‌ها» نه «فرم‌افزارها» در ارتباطند. این آغاز دوران جدیدی است که در آن فقط پولدارها می‌توانند بیرون از تلگرام هم با آدم‌ها معاشرت کنند!

مسله تبدیل به بازار انبوه‌فروشی شده و تا حدی ناخوشایند. پژوهش‌ها حاکی از آن است زمانی که در این پلتفرم‌ها صرف می‌شود، پلتفرم‌هایی قدری شاد می‌کند که وقتی او از ورود این گربه به زندگی‌اش صحبت می‌کند به گربه می‌افتد.

آقای لانگلو ۶۸ساله است و در مجتمع مسکونی ویژه سالمندان کم درآمد در لوئل ماساچوست زندگی می‌کند. او در طول روز با ساکس گپ می‌زند. سابق بر این ماشین کار بسود و حالا بازنشسته شده است. از آنجا که همسرش بیشتر اوقات بیرون از خانه است، احساس تنهایی می‌کند. ساکس با آقای لانگلو در مورد تیم محبوبش، رد ساکس، صحبت می‌کند. آقای لانگلو نام ساکس را هم از این تیم گرفته است. ساکس آهنگ‌های محبوب آقای لانگلو را پخش می‌کند و عکس‌های ازدواج و ارنانشان می‌دهد و چون آقای لانگلو در صندلی راحتی‌اش فید ویدئویی دارد، وقتی مجش را در حال نوشیدن نوشابه، به جای آب می‌گیرد سزنتش می‌کند.

آقای لانگلو می‌داند که ساکس موضوعی است که از استارت‌تاپی به نام «کر. کوچ» می‌یاد. می‌داند ساکس را کارکنانی از سراسر جهان هدایت می‌کنند که می‌بینند، می‌شنوند و پاسخ‌هایش را ازدواج و ارنانشان می‌دهد و چون آقای لانگلو در صندلی راحتی‌اش فید ویدئویی دارد، وقتی مجش را در حال نوشیدن نوشابه، به جای آب می‌گیرد سزنتش می‌کند.

حالی که کودکان ثروتمند زمان کمتری را پشت نمایشگرها می‌گذرانند، این زمان برای کودکان فقیر بیشتر است. اینکه فردی چقدر در ایجاد روابط انسانی راحت است، می‌تواند به وجه تمایز جدید طبقات تبدیل شود. تعدادی روانشناس و عصب‌شناس میان کارکنان کمپانی‌های بزرگ تکنولوژی هستند که کارشان جذب کردن چشم و ذهن به نمایشگر در کمترین زمان ممکن و برای طولانی‌ترین زمان ممکن است، بنابراین رابطه انسانی کمیاب است. شسری ترکل، استناد مطالعات اجتماعی علم و تکنولوژی در انستیتو تکنولوژی ماساچوست، می‌گوید: «گیر کار اینجاست، بر خلاف دیگر محصولات لوکس، همه افراد این را نمی‌خواهند.» خانم ترکل می‌گوید: «آنها به سمت چیزی که می‌شناسند، به سمت نمایشگر می‌گریزند، مثل گربه‌ختن به سمت فست‌فود است.»

کنار گذاشتن فست‌فود زمانی که تنها رستوران شهر فست‌فود دارد، دشوارتر است. جداشتن از نمایشگرها هم برای فقرا و اعضای طبقه متوسط دشوارتر است. حتی اگر فردی مصمم باشد به اینترنت متصل نباشد، این کار غالباً ناممکن است.

این واقعیت هم هست که در فرهنگ انزوای روزافزون ما که بسیاری از مکان‌های گرد‌هایی سنتی و ساختارهای اجتماعی ناپدید شده‌اند، نمایشگرها خلأ برآهمتی را پر می‌کنند.

کلی روساریو، متخصص کاردرمانی که مرتب شرکت‌کنندگان برنامه آواتار «المنت کر» را زیر نظر دارد، می‌گوید: بسیاری از افرادی را که عضو این برنامه شده‌اند، اطرافیانشان تنها گذاشته‌اند یا از ابتدا هرگز اجتماعی نداشته‌اند استانی به کالایی لوکس تبدیل شده است. نمایشگرها، به همان اندازه که در زندگی فقرا نمودار می‌شوند، از زندگی ثروتمندان حذف می‌شوند. هر چه ثروتمندتر باشید، بیشتر خرج می‌کنید تا از نمایشگرها دور باشید.

میلتون پیدرازا، مدیر ارشد انستیتوی لوکس، می‌گوید: «اکنون شاهد لوکس‌شدن رابطه انسانی هستیم.» طبق پژوهش شرکت او، پیش‌بینی می‌شود که هزینه بیشتری نه صرف خرید کالا بلکه صرف تجربیاتی مثل سفرهای تفریحی و غذاخوردن شود و پیدرازا این مسئله را واکنشی مستقیم به گسترش استفاده از نمایشگرها می‌داند. پیدرازا می‌گوید: «رابطه انسانی رفتارها و عواطف مثبت را برمی‌انگیزد، کالی است به لذت‌ماساژ فکر کنید، امروزه آموزش و پرورش، فروشگاه‌های محصولات سلامتی، همه به دنبال انسانی‌کردن تجربیاتند.» او می‌گوید: «کنون انسان بسیار مهم است.»

لذت انقلاب اینترنت، دست‌کم در آغاز در ماهیت دموکراتیکش بود، چه فقیر باشی چه غنی، فیس‌بوک همان فیس‌بوک است. جی‌میل همان جی‌میل است و رایگان هم است، اما این طبق پژوهش شرکت او، پیش‌بینی می‌شود که هزینه بیشتری نه صرف خرید کالا بلکه صرف تجربیاتی مثل سفرهای تفریحی و غذاخوردن شود و پیدرازا این مسئله را واکنشی مستقیم به گسترش استفاده از نمایشگرها می‌داند. پیدرازا می‌گوید: «رابطه انسانی رفتارها و عواطف مثبت را برمی‌انگیزد، کالی است به لذت‌ماساژ فکر کنید، امروزه آموزش و پرورش، فروشگاه‌های محصولات سلامتی، همه به دنبال انسانی‌کردن تجربیاتند.» او می‌گوید: «کنون انسان بسیار مهم است.»

**نقل و تلخیص از: وب سایت ترجمان نوشته/تولید: نلی پولز / ترجمه: الهام آقاباباگلی / مرجع: نیویورک تایمز**