

فهرست مطالب

۸	پیشگفتار
۱۵	فصل ۱. آموزش فرزندپروری مانند یک بازی
۱۹	فصل ۲. شناخت بازیکنان
۱۹	شناخت بازیکنان: فرزند
۲۱	شناخت بازیکنان: والدین
۲۳	فصل ۳. قوانین بازی فرزندپروری
۲۴	قانون اول، قانون امنیت
۲۴	قانون دوم، قانون آگاهی
۲۵	قانون سوم، قانون استقلال
۲۵	قانون چهارم، قانون رفتار انسانی
۲۷	فصل ۴. تاکتیک تشویق
۲۷	تکنیک توجه مثبت
۳۳	فصل ۵. تاکتیک پیشگیری از تنبیه
۳۹	فصل ۶. تاکتیک تنبیه
۴۴	مرحله اول
۴۵	مرحله دوم
۴۶	مرحله سوم
۴۶	مرحله چهارم
۴۷	مرحله پنجم
۵۱	فصل ۷. تاکتیک احساس
۵۵	یک تجربه
۶۵	فصل ۸. تاکتیک استقلال
۷۳	فصل ۹. تاکتیک آگاهی
۸۹	فصل ۱۰. خطاها در فرزندپروری
۸۹	خطای تو بدی
۸۹	خطای تو مهم نیستی

۹۰	خطای انتظار
۹۱	خطای نادیده گرفتن
۹۳	خطای سوءاستفاده از قدرت
۹۳	خطای دخالت
۹۴	خطای دروغ
۹۴	خطای اختلاف والدین
۹۵	خطای برچسب
۱۰۳	فصل ۱۱. تکنیک‌ها در بازی فرزندپروری
۱۰۳	تکنیک پاکش کن
۱۰۴	تکنیک پاکش کن. خودت چی فکر می‌کنی و بی توجهی فعال
۱۰۵	تکنیک یادم بده
۱۰۶	تکنیک و کیل مدافع
۱۰۷	تکنیک نقش بازی کردن
۱۱۰	تکنیک مراسم سازی
۱۱۰	مراسم رئیس خانه
۱۱۰	مراسم گزارش بازرسی
۱۱۱	مراسم مسابقه
۱۱۲	تکنیک ایست
۱۱۲	تکنیک یادداشت
۱۱۳	تکنیک صندوق پستی
۱۱۳	تکنیک یادداشت جادویی
۱۱۴	تکنیک جادو
۱۱۴	تکنیک آرزو
۱۱۵	تکنیک نقاشی
۱۱۶	تکنیک داستان و تکنیک خاطره
۱۱۷	تکنیک خاطره آرزویی
۱۱۹	فصل ۱۲. تمرین تکنیک‌ها

تقدیم به

همه مسافر کوچولوهای جدید و قدیم

پیشگفتار

این کتاب، کتابی است برای آموزش مهارتی به نام تربیت فرزند. یا شاید بهتر بگوییم، روش ارتباط برقرارکردن با فرزند به منظور تربیت او. روشی که نام «تکنیک‌های فرزندپروری» به خود گرفت. پس جا دارد در آغاز، یعنی در مقدمه آن، نخست به معرفی این روش و سپس، به نحوه استفاده از این کتاب پردازم.

تکنیک‌های فرزندپروری نام روشی است که با کمک آن، والدین می‌توانند بهتر و مؤثرتر با فرزندان‌شان ارتباط برقرار کرده، بر آنها کنترل بیشتری داشته، به رشد شخصیت سالم و پیشگیری از مشکلات روانی در آنها کمک کنند. این روش ویژگی‌های خاصی دارد.

اولین ویژگی این روش تشبیه تربیت فرزند به یک بازی است. بازی‌ای که یک سوی آن، والدین هستند و سوی دیگر آن، فرزندان آنها. با این تشبیه، توضیح نحوه استفاده از این روش در تربیت فرزند در قالب تکنیک‌ها، تاکتیک‌ها، خطاها و ... همانند هر بازی دیگری، کار را برای والدین ساده می‌کند.

در واقع، استفاده از این تشبیه و بکارگیری زبان و اصطلاحات بازی‌هایی چون فوتبال، نحوه تربیت فرزند را برای والدین ملموس‌تر کرده، آنها را در موقعیتی قرار می‌دهد که بهتر و ساده‌تر می‌آموزند که چگونه با فرزندشان در موقعیت‌های مختلف رفتار کنند. یعنی از کدام تاکتیک استفاده کنند، چه تکنیکی برای چنین موقعیتی مناسب‌تر است و چه رفتاری خطاست و اگر در بازی خطا کنند، مثل هر بازی دیگری، چه نتیجه‌ای عایدشان می‌شود و ...

اگر استفاده از این تشبیه، درک کلی این روش را ساده کرده است، نگاهی گذرا به اسامی تکنیک‌های بازی، حاکی از سادگی استفاده و به خاطر سپاری اسامی تکنیک‌های فرزندپروری است. تکنیک‌هایی که نام‌های ساده‌ای چون «خودت چی فکر می‌کنی» «گوش کردن ساده» «آماده‌ای صحبت کنیم» و ... دارند. این ویژگی خاص، این روش را ساده و قابل درک برای هر سطحی از تحصیلات می‌کند.

علاوه بر ویژگی سادگی، ویژگی مهم دیگر این روش، نگاه انسانی به تربیت فرزند است. از یک سو، نگاهی انسانی به والدین و فرزندان و از سویی دیگر، نگاهی انسانی به ارتباط بین آنها. نگاهی که نه تنها فرزند را حیوانی دست‌آموز و

شوهری که با اختلاف خانوادگی مراجعه می‌کنند و اختلاف آنها ناشی از رفتارهایی چون لجبازی، خشونت خانگی، بی‌مسئولیتی یکی یا هر دو آنها است. یا اختلاف آنها ناشی از ناتوانی‌شان در کنترل والدینی (مثلا مادرشوهری) است که همانند بچه‌ها پرتوقع و ... شده‌اند، یا اختلاف آنها ناشی از خستگی ناشی از بار مسئولیت تربیت فرزندان دشوار و متعدد است. تکنیک‌های فرزندپروری مداخله‌ای موثر، در کنار سایر مداخلات لازم، برای این طیف وسیع از مشکلات درون روانی، بین فردی و خانوادگی در روش تحلیل خانواده است.^۱

«تکنیک‌های فرزندپروری» کتابی مهارت آموزی است. یعنی تلاش دارد تا مهارتی را به خواننده خود بیاموزد. اما چگونه ممکن است مهارتی چون بازی فوتبال را با توضیح آن درون یک کتاب، آموزش داد؟ اعتراف می‌کنم که کار مشکلی است، اما برای استفاده بهتر و تسلط بیشتر بر تکنیک‌های فرزندپروری چند توصیه دارم.

نخست مروری بر کل کتاب داشته باشید تا با نحوه نگاه به موضوع آشنا شوید. تا طرحی کلی از آنچه تکنیک‌های فرزندپروری نام گرفته است در ذهنتان نقش بندد. این مرور کلی، ذهنتان را با ذهنیت بکار رفته در کتاب، همسو کرده، درک و بکارگیری تکنیک‌ها را ساده می‌کند.

در مرحله بعد، همه تکنیک‌ها را یکجا بکار نگیرید و سعی نکنید یکباره برای رفع مشکلی چون درس نخواندن فرزندان اقدام کنید. در عوض، سعی کنید هر تکنیکی را که می‌خوانید، مثلا تکنیک تشویق توصیفی را، چندین بار بر روی خود، همسر، دوستان و حتی فرزندان بکار گیرید تا به آن مسلط شوید. تکنیک‌ها را با از بر کردن نمی‌توانید به خاطر بسپارید. آنها را تجربه کنید. در عمل بکار ببرید. آنها را تجربه کنید تا در خاطرتان بماند.

راه بهتر اما دشوارتر، نوشتن مکالمه‌ای واقعی یا خیالی بین خودتان و فرزندان، مشابه مکالمه‌های بکار رفته در متن کتاب است. مکالمه‌ای که در آن، شما با استفاده از تکنیک‌های فرزندپروری، با فرزندان گفتگو می‌کنید. ضبط مکالمه انجام شده با فرزند هم به همین شکل مفید و کمک‌کننده است.

۱. توضیح بیشتر در خصوص نحوه بکارگیری تکنیک‌های فرزندپروری به عنوان یک مداخله درمانی را در کتاب «روش تحلیل خانواده، از نظریه تا عمل» با مخاطب دانشگاهی، خواهم آورد.

نوشتن خیالی یا واقعی مکالمه‌ها (یا ضبط مکالمه‌ای واقعی) به شما این امکان را می‌دهد که متن نوشته شده خود را چندبار بازخوانی کنید. تکنیک‌های دیگر و بهتر و مناسب‌تری در آنها بکار ببرید و با همسر و دوستان دربارۀ سلیقه خودتان در بکارگیری این یا آن تکنیک همفکری و مشورت نمایید.

وقتی تکنیک‌ها را یکی یکی، هر بار یکی را، بکار گرفته، تجربه کردید، یعنی در عمل با آنها آشنا شدید، آنگاه آنها را با هم، بسته به کاربردشان، در حین گفتگو با فرزندان (یا همسر یا دوستان و ...) بکار گیرید. منظورم از این تاکید، این نیست که اگر مسلط نباشید، ممکن است به فرزندان آسیبی برسد. نه، هرگز. من نگران شما هستم. می‌ترسم تکنیک‌ها را بد اجرا کنید و خودتان دل‌سرد شوید. از زمانی که به آموزش تکنیک‌های فرزندپروری مشغولم، شاهد بوده‌ام که برخی از والدین، خیلی سریع تکنیک‌ها را می‌آموختند و می‌توانستند آنها را بر روی فرزندان بکار گیرند. برخی نیاز به کمک بیشتر داشتند. اینکه کدام ویژگی‌ها در والدین، آموختن این روش به آنها را تسریع می‌کند، سوال مهمی است که نیاز به پژوهش کنترل شده و مدونی دارد. در هر صورت، نمی‌دانم شما از کدام گروه هستید. سریع یا کند، فراموش نکنید که مانند هر بازی دیگری، تمرین بیشتر کار را ساده‌تر می‌کند و شما را ماهرتر و فرزندپروری را شیرین‌تر. تسلط بر تکنیک‌ها، همانند تسلط بر هر مهارت دیگری، نیاز به تمرین مستمر، هم‌آموزی و کار گروهی دارد. پیشنهاد می‌کنم، بخصوص به آنها که مایلند بیشتر بر تکنیک‌های فرزندپروری مسلط شوند، در گروه‌های فرزندپروری شرکت کنند. منظورم شرکت در کلاسی است که همانند گروه درمانی اداره می‌شود و مادر و پدرها مشکل با فرزندان را طرح می‌کنند و یا متن مکالمه‌ای با فرزندان را می‌خوانند تا نظر و سلیقه سایر والدین را بدانند.

این گروه‌ها می‌توانند با حضور یک روانشناس مجرب و یا به شکل گروه‌های خودیاری اداره شوند. گروه‌های خودیاری، بخصوص از نوع ۱۲ قدمی، گروه‌هایی هستند کاملاً رایگان و بدون حضور متخصص. این گروه‌ها تنها با استفاده از کتابی چون این کتاب، در مقیاسی وسیع، امکان هم‌آموزی و مبادله تجربه والدین با تجربه‌تر و والدین کم‌تجربه‌تر را فراهم می‌کنند.

طرح نحوه اداره گروه‌های فرزندپروری، مشابه گروه‌های خودیاری ۱۲ قدمی، ایده‌ای است که هنوز مراحل اولیه شکل‌گیری خود را می‌گذراند و تا رشد و گسترش آن، زمان زیادی باقی است. به نظر من، این گروه‌های خودیاری، تاثیر

زیادی بر رشد شخصیت سالم (و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی و مشکلات روانی) در فرزندان ما، بخصوص اقشار محروم و آسیب‌پذیر جامعه که دسترسی کمتری به متخصصان دارند، خواهد داشت.

تا آن موقع، اگر امکان شرکت در این گروه‌ها را دارید، یا می‌توانید چنین گروهی را راه‌اندازی کنید، حتما در آنها شرکت کنید. شنیدن تجربه موفق و ناموفق والدینی که تکنیکی را در موقعیتی با فرزندشان بکار برده‌اند، در چنین گروه‌هایی، یعنی مشاهده بازی والدین با بچه‌ها، گاه همانند مشاهده بازی فوتبال، پرهیجان و غیر قابل پیش‌بینی است.

بر خود لازم می‌دانم تا هر چه زودتر، کتاب حل تمرین تکنیک‌های فرزندپروری را هم به خوانندگان عزیز عرضه کنم. در انتهای این کتاب، برخی از تمرین‌های آن کتاب را، به عنوان نمونه آورده‌ام تا با آنها آشنا شوید. فکر می‌کنم کتاب حل تمرین تکنیک‌های فرزندپروری برای تمرین هر چه بیشتر این تکنیک‌ها و تسلط بیشتر بر آنها و فرزندپروری هر چه بهتر، لازم باشد و البته، برخی نواقص کتاب حاضر را رفع کند.

از همه همکاران عزیز، خوانندگان کتاب و فعالین حوزه آموزش و تربیت کودکان تمنا دارم این روش تربیت فرزند و این روش آموزش به والدین را از تیغ تیز نقد خود مصون ندارند. این تیغ نقد است که تکنیک‌های فرزندپروری را کاربردی‌تر و مؤثرتر خواهد کرد. سایت خانواده ایران [Http://www.Iranfamily.ir](http://www.Iranfamily.ir) برای ارتباط بهتر با این عزیزان، آموزش بیشتر تکنیک‌های فرزندپروری به والدین و پشتیبانی مستمر از گروه‌های ۱۲ قدمی خودیاری فرزندپروری راه‌اندازی شده است. آنجا منتظر نقدها و نظریاتان هستم. نحوه نگارش کتاب ممکن است برای برخی سوال برانگیز باشد. پس بد نیست توضیحی مختصر در مورد آن بدهم. تاکید بر سادگی، انسانی و کاربردی بودن که از ویژگی‌های این روش و این کتاب است، باعث شد تا در نگارش آن، از نثر شکسته استفاده کنم. استفاده از این نثر خواندن آن را برای برخی، در آغاز، دشوار می‌کند، اما معتقدم که این شیوه نگارش، با تداعی گفتگویی صمیمانه و خودمانی بین دو انسان، یعنی نویسنده کتاب و مخاطب آن، احساس نزدیکی بیشتری بین آنها ایجاد کرده، فضا را برای آموزش به والدین مناسب‌تر خواهد کرد.

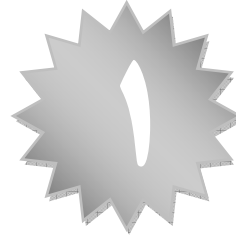
حتی، تلاش کردم شیوه بیان مطالب و نمایش‌ها به نحوی باشد که مخاطب بتواند تجسم واضح و روشنی از روند داستانی کتاب داشته باشد. انگار خواننده

مشغول تماشای فیلم مستند آموزشی است. سلام و خداحافظی من در ابتدا و انتهای کتاب هم به همین منظور است.

جا دارد در همینجا، از دکتر محسن حافظی، روانپزشک، دوست و همکار عزیزم که با معرفی کتاب «به بچه‌ها گفتن، از بچه‌ها شنیدن»^۱ زمینه‌ساز تنظیم تکنیک‌های فرزندپروری و نگارش این کتاب بود، تشکر و قدردانی کنم. همچنین از دوستان و همکارانی تشکر کنم که پیشنهاد کتاب را مطالعه کردند، در گروه فرزندپروری در کلینیک روانشناسی من شرکت کردند و یا با توصیه‌ها و نقدهای سازنده‌شان، این روش را تکمیل و آن را بهبود بخشیدند. از همه آنها ممنونم. و البته، از دکتر محسن ارجمند، مدیریت انتشارات ارجمند و کارکنان محترم آن که زحمت چاپ و نشر این کتاب را تقبل نمودند، بسیار سپاسگذارم. در خاتمه، این کتاب را به همه مادران، پدران و فرزندانشان تقدیم می‌کنم. مادران و پدرانی که، تکنیک‌های فرزندپروری، حاصل مشاهده رفتار و گفتار آنها با فرزندانشان بود. بخصوص از همسر سمیرا، پدر و مادرم و پدر و مادر همسر که نمونه‌ای از این مادران و پدران هستند. و البته از فرزندم دانیال متشکرم. مسافر کوچولویی که با روح بزرگ و انسانی، خلق نیکو، درایت و همکاری‌اش، اعتماد به نفس لازم را برای نوشتن کتابی در باب تربیت فرزند به من داد. او باعث افتخار من است.

سعید جهانشاهی ۱۳۸۹

۱. فایر، آدل؛ مازلیش، آیلین؛ ترجمه عباسی، فاطمه (۱۳۷۸) «به بچه‌ها گفتن، از بچه‌ها شنیدن»، جلد ۱ و ۲. نشر دایره. تهران.



فرزندپروری مانند یک بازی

به نام خدا، سلام، من دکتر جهانشاهی هستم. پزشک و روانشناس بالینی. اینجا، یعنی در این کتاب، می‌خواهم در مورد نحوه رشد شخصیت سالم در فرزندانمون و تکنیک‌هایی که می‌شه با کمک اونها بهتر و راحت‌تر با بچه‌ها ارتباط برقرار کرد، براتون توضیح بدم.

قبل از شروع باید به چند سؤال جواب بدم. سؤالهایی که ممکنه بخواین قبل از شروع مطالعه کتاب جواب اونها رو بدونین.

سؤال اول: اینجا چی رو آموزش می‌دیم؟

جواب: این کتاب برای آموزش نحوه پرورش شخصیت سالم در فرزندان ماست، پس تأکید اصلی من روی نحوه ساختن شخصیت سالمه. تأکید روی تربیت خوب فرزندمونه. تا خوب رشد کنه، سالم زندگی کنه و بیمار نشه.

سؤال دوم: اگه فرزند من مشکل روانی خاصی داشته باشه، این کتاب به من کمک می‌کنه مشکل حل بشه؟

جواب: خیلی از مشکلات رفتاری کودکان از مشکلات کلی زندگی زناشویی پدر و مادرشون نشأت می‌گیره. اگه فرزند شما دچار مشکلات روانی، افسردگی و مواردی از این قبیله، حتماً با یک متخصص مشورت کنین. این کتاب برای درمان بیماری‌های روانی کودکان تهیه نشده. برای پیشگیری از بروز اونهاست.

۱۶ • تکنیک‌های فرزندپروری

سؤال سوم: بچه من بیماری خاصی نداره، اما مثلاً لجبازی می‌کنه یا درس نمی‌خونه. آیا این کتاب به من کمک می‌کنه این مشکلاتش رو کنترل کنم؟

جواب: بله. در خیلی از موارد، مشکلات رفتاری کودکان مربوط به رفتار نامناسب ما پدر و مادرهاست. مثلاً آگه بچه لجبازی می‌کنه، شاید به خاطر اینه که لجش رو در می‌آریم. آگه درس نمی‌خونه، شاید به خاطر اینه که نمی‌دونیم چطور به درس خوندن تشویقش کنیم یا چطور مسئولیت درس خوندن رو برعهده خودش بذاریم که به خاطر خودش درس بخونه نه به خاطر ما. آگه اینطور باشه، این کتاب می‌تونه خیلی به شما کمک کنه.

سؤال چهارم: همسرم به این چیزها عقیده نداره. آگه اون همکاری نکنه، فایده‌ای داره من اینها رو یاد بگیرم؟

پاسخ: آگه همسرتون این کتاب رو مطالعه نمی‌کنه و نمی‌خواد تکنیک‌های فرزندپروری رو یاد بگیره، بهش حق بدین. او هنوز به این تکنیک‌ها و تأثیر این کتاب اعتماد نداره. اما شما تکنیک‌ها رو به تنهایی اجرا کنین. نتیجه خواهید گرفت. باور کنین، تازه از این مهمتر ...

سؤال پنجم: بعضی وقت‌ها حس می‌کنم همسرم بچه شده، مثل بچه‌ها لجبازی می‌کنه و مثل بچه‌هایی که درس نمی‌خونن، به وظیفه‌اش عمل نمی‌کنه. آیا این کتاب برای آدم بزرگایی که بچه می‌شن هم کاربرد داره؟

پاسخ: بله، تأثیر داره. این تکنیک‌ها برای فرزندپروریه، حتی وقتی همسرتون، پدر و مادرتون، همکارتون و هر فرد دیگه‌ای بچه می‌شه. همه ما کودکی در درون داریم که می‌تونیم این تکنیک‌ها رو در موردش بکار ببریم. می‌پرسین چطور؟ صبور باشین. توضیح می‌دم.

سؤال ششم: اینجا به ما یاد می‌دین چه ساعتی بچه باید بخوابه، یا بازی کامپیوتری براش خوبه یا نه؟

فصل ۱. فرزندپروری مانند یک بازی • ۱۷

پاسخ: نه، اینجا در این موارد توضیح نمی‌دیم. اینجا می‌خوایم روش تربیت کردن بچه‌ها، بخصوص گفتگو کردن با بچه‌ها رو یاد بدیم. می‌خوایم تکنیک‌ها و روش‌هایی رو بگیریم که در حین گفتگو با فرزند، روی اون اثر کنه و بالاخره این بچه با اونها بخوابه، یا پدر و مادر بتونن، اگه می‌خوان بچه کامپیوتر بازی کنه، بکنه، اگه نمی‌خوان، بازی نکنه. اینجا نمی‌گیریم کدوم کار درسته، کدوم غلط.

اما این روش‌ها و تکنیک‌هایی که در موردش صحبت کردم چی هستن؟ بهتره دیگه وارد موضوع اصلی بشیم، یعنی توضیح بدیم که فرزندپروری چیه و چطور می‌خواهیم آموزشش بدیم؟

در این کتاب، نحوه پرورش شخصیت سالم در فرزندان یا همون فرزندپروری رو مثل آموزش یک بازی، آموزش می‌دیم. مثل بازی فوتبال. شاید بگم مثل بازی فوتبال، باعث بشه پدرها بیشتر مایل بشن به مطالعه این کتاب ادامه بدن. خوشبختانه این روزها، هم خانمها فوتبال دوستن هم آقایون. هم خانمها به بچه‌داری علاقه دارن، هم آقایون.

فرزندپروری مثل بازی فوتباله. توپ، توی بازی فوتبال، مثل حرف‌ها و کارهای ما و فرزندمون توی بازی فرزندپروریه. وقتی این کار رو می‌کنیم، مثل اینه که توپ به این سمت می‌ره و بچه متناسب با کاری که کردیم (تویی که فرستادیم) جواب می‌ده، یعنی انگار توپ رو می‌زنه و بر می‌گردونه.

بیاین با کمک این تشبیه، ببینیم چطور می‌شه خوب و تکنیکی فرزندپروری بازی کرد؟ اما قبل از اون، بهتره به این سؤال جواب بدیم که «چه شباهتی بین بازی فوتبال و بازی فرزندپروریه؟»

فرزندپروری هم مثل فوتبال قانونهایی داره. اگه توپ رو با دست بگیریم، اونوقت فوتبال بازی نکردیم، دیگه اسمش بسکتباله. مثل بازی فوتبال، اگه قانون‌های بازی فرزندپروری رو رعایت نکنیم، فرزندپروری بازی نکردیم. اینجا هم بازی تاکتیک داره. تو فوتبال تاکتیک ضدحمله رو داریم، اینجا تاکتیک تنبیه یا تاکتیک تشویق و از این قبیل.

اونجا تکنیک داریم و یک بازیکن خوب تکنیکی خیلی خوب بازی می‌کنه. اینجا هم یک پدر تکنیکی که به تکنیک‌های فرزندپروری مسلطه، خوب می‌تونه

۱۸ • تکنیک‌های فرزندپروری

بیچ‌اش رو بخوابونه، برای درس خوندن تشویقش کنه و البته مثل بازی فوتبال و هر بازی دیگه‌ای، اینجا هم داوری داریم و خطا. اگه تو بازی فرزندپروری خطا کنین، بازی خراب می‌شه. خطاها در بازی فرزندپروری رو می‌دونین؟ نکته خطا می‌کردین و نمی‌دونستین اینها خطا بوده؟ بیچاره همبازی تون.

پس به ترتیب روی این موضوع‌ها کار می‌کنیم:

۱. شناخت بازیکن‌ها
 ۲. قانون‌های بازی
 ۳. تاکتیک‌های بازی
 ۴. خطاها در بازی
 ۵. تکنیک‌های بازی
- با مورد اول شروع می‌کنیم.



شناخت بازیکنان

شناخت بازیکنان: فرزند

شاید به نظر شما ساده‌ترین بخش آموزش فرزندپروری، شناخت بازیکنه، چون شما بهتر از هر کسی بچه‌هاتون رو می‌شناسین. اما واقعیت اینه که شناخت بازیکن‌ها سخت‌ترین کاره. پس خواهش می‌کنم این بخش رو جدی بگیرین. بیاین فرزند رو بشناسیم. راستی می‌دونین اونها از کجا به دنیا می‌آن؟

بچه: بابا، بچه‌ها از کجا به دنیا می‌آن؟

پدر: عزیزم، جواب این سؤال خیلی سخته، چطور برات بگم، بین ما آدمها از دو جنس زن و مرد هستیم. هر کدام با اون یکی ازدواج می‌کنه، بعد آ آ آ نمی‌دونم چطور برات توضیح بدم، بین، ... اصلاً ببخشید، پاکش کن، خودت چی فکر می‌کنی؟

بچه: دوستم گفت بچه‌ها مسافر کوچولوهایی هستن که از بهشت به این دنیا اومدن و پیش پدر و مادرشون امانت هستن. گفت اونها باید ما بچه‌ها رو خیلی خوب مواظبت کنن و بدونن به سؤالای ما چطور جواب بدن. گفت اینها رو باباش بهش گفته، راست می‌گه بابا؟

بابا: آره عزیزم.

بچه: می‌دونستم تو هم جواب سؤالام رو درست می‌دی.

کودک آماده تولد بود. نزد خداوند رفت و پرسید: «می‌گویند شما مرا به زودی به زمین می‌فرستید، اما من به این کوچکی و بدون هیچ کمکی، چگونه می‌توانم برای زندگی به آنجا بروم؟» خداوند می‌فرماید: «نگران نباش، از میان فرشتگانم، دو فرشته را برای تو در نظر گرفته‌ام. آنها از تو نگهداری خواهند کرد.»



اما کودک هنوز نگران بود. گفت: «اینجا در بهشت کاری جز خندیدن و آواز خواندن ندارم و اینها برای من کافی هستند.» خداوند لبخند زد و گفت: «دو فرشته‌ات برای تو آواز خواهند خواند و هر روز به تو لبخند خواهند زد. تو عشق آنها را احساس خواهی کرد و شاد خواهی شد.»

کودک ادامه داد: «چطور می‌توانم بفهمم مردم چه می‌گویند وقتی زبان آنها را نمی‌دانم؟» خداوند او را نوازش کرد و گفت: «دو فرشته تو زیباترین و شیرین‌ترین واژه‌هایی را که ممکن است بشنوی در گوش تو زمزمه خواهند کرد و با دقت و صبوری به تو یاد خواهند داد که چگونه صحبت کنی.» کودک با ناراحتی گفت: «وقتی می‌خواهم با شما صحبت کنم، چه کنم؟» خداوند برای این پرسش هم پاسخی داشت: «آن دو فرشته دستهایت را کنار هم قرار می‌دهند و به تو یاد خواهند داد که چگونه دعا کنی.»

کودک سرش را گرداند و پرسید: «شنیده‌ام انسانهای بدی هم در زمین زندگی می‌کنند. من از آنها می‌ترسم. چه کسی از من محافظت خواهد کرد؟» خداوند فرمود: «دو فرشته‌ات از تو مواظبت خواهند کرد، حتی اگر به قیمت جانشان تمام شود.»

کودک با نگرانی ادامه داد: «آیا من می‌توانم باز هم شما را ببینم؟» خداوند لبخند زد و گفت: «آن دو فرشته درباره من با تو سخن خواهند گفت و راه بازگشت نزد من را به تو خواهند آموخت. گرچه من همیشه نزد تو خواهم بود.» در آن هنگام بهشت آرام بود، اما صداهایی از زمین به گوش می‌رسید. کودک می‌دانست که وقت سفر نزدیک است. پس از خداوند آخرین پرسش خود را پرسید. «خداوندا، نام آن دو فرشته من چیست؟» خداوند شانه‌های کوچک او را نوازش کرد و پاسخ داد: «نام آن دو فرشته اهمیتی ندارد. تو می‌توانی به راحتی آنها را بابا و ماما صدا کنی.»

فصل ۲. شناخت بازیکنان • ۲۱

به نظر من همه بچه‌ها مسافر کوچولو‌هایی هستند که از بهشت اومدن. اونها امانتهایی هستند که به واسطه ما به دنیا اومدن تا به وظیفه‌شون در این دنیا عمل کنن. تا در این دنیا خوب زندگی کنن. این نکته خیلی مهمه.

مهمه بدونیم که اونها مهمون ما نیستن که مدام ازشون پذیرایی کنیم. یک حیوان دست‌آموز نیستن که هر طور خواستیم بارشون بیاریم. کمک کارمون نیستن که مثل پادو مغازه ازشون کار بکشیم. اونها مسافر کوچولو هستند.

اما این مسافر کوچولوها برای چی به دنیا اومدن؟

خداوند اونها را به امانت به ما سپرده تا تربیتشون کنیم. تا برای زندگی توی این دنیا آماده‌شون کنیم. آماده‌شون کنیم تا بتونن خوب زندگی کنن. سالم بار بیان. توی اجتماع مسئولیت پذیرن. خانواده تشکیل بدن و ...

اگه شما هم مثل من، باور دارین که فرزندتون، مسافر کوچولویی که از بهشت اومده و با چنین هدفی به ما سپرده شده و فرزندپروری یعنی تربیت چنین فرزندی با چنین خصوصیتی و هدفی، پس با من باشین تا آموزش بازی فرزندپروری رو ادامه بدیم.

شناخت بازیکنان: والدین

یادمون نره، بازیکن خودی رو هم باید بشناسیم. منظورم شناختن پدر و مادرهاست. شاید فرصت نکرده بودین در مورد اینکه فرزندتون از پیش خدا اومده فکر کنین. شاید هم یادتون رفته بود. اما خودتون رو که یادتون نرفته؟ به خودتون نگاه کردین؟ شما چی هستین؟ کی هستین؟ از کجا اومدین؟

آیا فکر می‌کنین پدر و مادرها، فرشته‌هایی هستند که خداوند برای نگاه‌داری بچه‌ها قرار داده؟ نه هرگز، من موافق نیستم. حداقل خودم می‌دونم که من یک فرشته نیستم. من یک انسانم.

به نظر من پدر و مادرها هم مسافر کوچولو‌هایی هستند که از بهشت اومدن. اونها هم امانتی نزد پدر و مادرهاشون بودن و هستن. ما پدر و مادرها به نسبت بچه‌هامون کوچولو نیستیم، اما برای پدر و مادرهامون، همیشه همون مسافر کوچولوییم. باور نمی‌کنین؟ از پدر و مادرهاتون بپرسین.

مهمه بدونیم ما هم مسافر کوچولو هستیم. چون ما هم تابع همون قوانینی هستیم که در تربیت مسافر کوچولوها بکار می‌ره. اگه به همون زیون بهشتی با مسافر

• ۲۲ تکنیک‌های فرزندپروری

کوچولوها مون حرف بزنیم، بچه‌ها بهتر می‌فهمن. زبون بهشتی، همون زبون انسانی، چون همه‌مون انسان هستیم.

یک نکته رو همینجا اضافه کنم. بازی فرزندپروری که اینجا گفته می‌شه، بازی‌ای برای تربیت مسافر کوچولوهاست، چه کودکمون باشه، چه کودک درون خودمون، چه کودک درون همسرمون، چه کودک درون مادر و پدرمون و اصلاً هر جا انسانی رو دیدین، می‌شه از این تکنیکها براش بکار برد. چرا؟ چون همه‌مون مسافر کوچولویم، همه‌مون انسانیم.