

بسم رب

جلسه پانزدهم مقدماتی

... من می‌خوام بچه‌ام جزء اولیاء خدا باشه. باز هم باید از همین مسیر بریم. کسی که کریم داشته می‌شه (کریمانه باهش برخورد می‌شه) با دیگران با کرامت برخورد میکنه. داستان بینوایان از کجا شروع شد؟ اون فرد دزد که ظاهراً آدم نمی‌شد. داستان هم مربوط به دورانیه که بین زور بازو و قانون دعوا شده. شخصیت اصلی داستان وقتی داشته دزدی می‌کرده، با یک برخورد عزت مآبانه و کریمانه، شروع به تغییر می‌کنه. هر چی بخواین بگین، از همین مسیر می‌ره.

سؤال: معلم بچه من می‌گه این بچه استعداد داره. باید باهش کار کنین. این روی من فشار می‌یاره و کار به دعوا می‌کشه. من این یک هفته آخر سال تحصیلی رو چه کار کنم؟

پاسخ: شما این یک هفته رو هم کار کنید که مردود نشه! ولی ما نگفتیم با بچه کار بکنید یا نکنید، این روش ما که بچه رو تحت فشار می‌ذاره و من خونه رو، من خانواده رو، من آرامش‌بخش رو تبدیل می‌کنه به من مدرسه یا اوی مدرسه، اوی معلم یا اوی امتحان، آرامش رو از بین می‌بره. بله، بچه من نیاز داره و ما هم تو خونه هر روز بهش مبتلاییم، هر روز هم ممکنه لازم باشه تو رفتار تون یک خلق جدیدی کنین. اما مثلاً امشب، بچه کمی خسته‌تره. شما می‌فهمین که اگه یک آرمیوه جدیدی باشه یا یک بازی جدیدی باشه... او هم، همراهی کنارش می‌بینه و در این همراهی درصدی تصمیم می‌گیره بیشتر بخونه. ما نگفتیم کاری نداشته باشید، گفتیم روش‌های قبلی که بچه رو تحت فشار می‌داشت، در جایگاه خانواده نیست. مدل کار خانواده نیست. ولی همراهی و تعامل که خیلی کار خوبیه! روش رو باید تغییر داد و وقتی از شما بپرسن چرا این کار رو می‌کنید بینی و بین‌الله، باید بتونین جواب روشنی بدین. چرا داری این کار رو می‌کنی؟ «چون می‌بینم بچه‌ام خسته است و هنوز درسش مونده»، مستقیم هم، نمی‌خوام عمل کنم. چرا داری بچه رو تو برنامه‌های آموزشی می‌ذاری؟ چون هر چی فکر می‌کنم می‌بینم اگر استعدادش در این مقطع شکوفا نشه، ممکنه بعداً فرصتی نداشته باشه. گاهی ممکنه اگه در این مقطع شکوفا نشه، فرصت‌های دیگه‌ای هم خواهد داشت.

اون جا، می‌ریم سراغ اولویت‌های دیگه. «چرا داری می‌ذاریش کلاس خلاقیت؟ چون فکر می‌کنم بچه‌ام در این قسمت ضعیف‌تره، بالانس نیست.» جاهایی هم که بچه‌هاتون بیشتر دارن، یعنی خودشون استعداد دارن، معمولاً اون جاها جلو می‌رن. اون جا معمولاً راهشون به سختی تخریب می‌شه. اما ما بیشتر نگرانی‌م که قسمت‌هایی که داره جلو می‌ره و قسمت‌هایی که عقب‌تره، بچه رو تبدیل کنه به کاریکاتور. معلم می‌گه که بچه شما استعدادهای زیادی داره. بفرمایند در چی استعداد داره؟ پنج تا شو بگن. اگر معلم پنج تا استعداد بچه شما رو گفت، یعنی معلمی است که حرفش رو می‌فهمه. می‌فهمه چی داره می‌گه.

بنابراین ما با رفتار خودمون، با محیط‌آرایی همراهی می‌کنیم. زمان امتحانات، آیا محل میز تلویزیون و صندلی‌ها، بدون اجبار تغییر می‌کنه؟ آیا شیوه و زمان رفت و آمد تغییر می‌کنه؟ چطور می‌شه که شما تغییر نمی‌کنید، در و دیوار تغییر نمی‌کنه، هیچی تغییر نمی‌کنه؛ ولی بچه کلاس اولی تون باید تغییر کنه؟! می‌تونین بگین طبق کدوم فرمول؟

- همه چی رو باید کنسل کنیم؟

- نگفتم کنسل، گفتم تغییر. تغییری که شما تو نظرتونه شاید زندگی تون رو تعطیل می‌کنه. و این تغییر رو تو کتاب گفته انجام ندین، چون خیلی از تون انرژی می‌گیره. اتفاقاً ما با چیزی که زندگی شما رو کنسل می‌کنه مخالفیم. ما می‌گیم تغییرات جزئی، تغییرات ساده که از شما کم انرژی و وقت می‌گیره. (فصل ۲) ولی ما داریم جوری بار می‌یایم که هیچی رو نمی‌خوایم تغییر بدیم؛ ولی می‌خوایم خروجی تغییر کنه.

=====

معرفی کتاب

=====

چند نکته

چهار تا چرخ برای ماشین وجود گفتیم. چرخ فکر(پردازش)، چرخ فیزیولوژی که گفتیم برین دانشگاه یاد بگیرین، چرخ احساس که از روز اول مرتب داریم صحبت می‌کنیم، اساسی‌ترین فصل که فصل

همدلیه، براساس چرخ احساسه. الان می‌خوایم درباره رفتار صحبت کنیم. اغلب، سؤالاتی که از من یا از خودتون می‌پرسید برمی‌گرده به یک رفتاری از کسی یا فرزندتون. اما همه می‌دونیم که قبل از اینکه یک رفتاری پیش بیاد، پیش رفتار یا پیش‌درآمد رفتار وجود داره.

بچه شما، قبل از اینکه داد بزنه یا چیزی رو پرت کنه، یک پیش‌رفتار داره. شما هم قبل از اینکه منفجر بشی، یک پیش‌رفتار دارید. گاهی از من می‌پرسین: «وقتی آدم اون قدر عصبانیه، مگه می‌شه...؟» من می‌گم چقدر عصبانی؟ سی ثانیه قبلش چقدر؟ می‌شه پیش‌درآمدها شو شناخت و جلوی این اتفاق رو گرفت. پس یک بحث، پیش‌درآمده. یک بحث هم پیامد.

پس، رفتار یا پیامد، در ادامه یک رفتار. گاهی وقت‌ها، به‌ویژه در بحث ارتباط با کودک، پیامد رو جدا می‌کنیم و دچار چالش می‌شیم.

فصل تنبیه به شما گفت که اجازه بدین بچه با پیامد رفتار خودش مواجه بشه. این مواجهه خودبه‌خود، باعث پخته‌تر شدن او می‌شه و باعث می‌شه، رفتارهای مناسب بیشتر بشه و رفتارهای نامناسب کمتر. ما چه کار می‌کنیم؟ ما معمولاً می‌یایم این‌ها رو از هم جدا می‌کنیم. بچه‌ای که در درس خوندن ضعیفه، معلمش برایش نوشته که اگر این جور پیش بره، من فکر می‌کنم باید دوباره کلاس اول رو بخونه. تو خونه چه کار می‌کنید؟

-: بیشتر باهش کار می‌کنیم.

-: گذاشتین بچه با پیامد رفتار خودش مواجه بشه؟

-: ناراحتی مون رو بهش نشون می‌دیم.

-: ناراحتی و نگرانی والدین هم، می‌تونه یکی از پیامدهای رفتار بچه باشه. اما بچه می‌ره تو خیابون، والدین نگران می‌شن. بچه یک چیزی می‌شکنه، والدین نگران می‌شن. بچه نمره نمی‌یاره، والدین نگران می‌شن و ...

این فرآیند، نسبت به پیامد طبیعی رفتار، یک فرایند عمومیه. او خودش باید پیامد طبیعی رفتار رو ببینه.

پیش‌رفتار چی می‌گه؟ می‌گه بچه شما، قبل از اینکه بخواد اینجا یک نمره کم بگیره، یک پیش‌رفتار

داشته.

موضوع درس پیچیده است. بریم سراغ موضوعات ساده تر و فصل یکی تر. بچه من، اینجا نشسته، یک دفعه می خواد یک کارد رو پرت کنه. آیا این هیچ مقدمه ای نداره؟ یک مقدماتی داره. آیا رنگ کارد در جلب توجه بچه مؤثره یا نه؟ آیا زرق و برقش مؤثره یا نه؟ آیا پُر یا خالی بودن ظرف توجه بچه، مؤثره یا نه؟ گرسنگی یا سیری چطور؟ اینا می تونه پیش درآمد نسبی باشه. اگر ما اینا رو جدا کنیم و فقط، رو خود رفتار کار کنیم، بگیم «برای بچه ای که چیزی پرت می کنه چه کار کنیم؟!» در هر حالت ممکنه به یک دلیل، این ماجرا پیش اومده باشه. برای خودمون هم، همینه. مادر که خیلی عصبانیه و نمی تونه خودش رو کنترل کنه. بهش می گم امروز برو. فردا قبل از اینکه برسی به آستانه غیر قابل کنترل. می تونی؟ دیدین ما کخ داریم؟ من خیلی اهل تمیزی ام. بچه دستاش سیاهه، اومده تو آشپزخونه می ماله به در یخچال. من دوست دارم بیشتر بینمش و هی حرص بخورم. می تونم برم بیرون دور بزنم. می تونم دو دقیقه از خونه برم بیرون. اینا مثاله. اما دوست ندارم از اون جا جدا شم. به بچه گفتم به یک چیزی دست نزن و بعد مثل عقاب رصدش می کنم. بچه هه هم یاد گرفته. خوشش می یاد. مثلا گفتیم به پنکه دست نزن. می ره کنار پنکه، می ایسته. هی دستش رو می بره نزدیک پنکه. بعد پا شو می زنه به پنکه. من دارم حرص می خورم. او هم داره توجه دریافت می کنه. من مثل آهو تو گل می مونم که این دست به پنکه می زنه؟... پا به پنکه می زنه؟... چه کار می کنه؟ برای هر رفتار، پیش رفتاری وجود داره و پیامدی. تو کتاب این حرف رو به شکل دیگه ای گفته. گفته که اگر بتونی کاری کنی که فرزندت فکر کنه تا حد زیادی آزادی و اختیار داره (که اسمش رو گذاشتیم فصل ۴) احتمال اینکه به رفتارهای پرخطر یا قشقرق ساز برسیم، کمتره. به نوعی می خوایم فصل چهاری عمل کنیم. بچه شما اومد اینجا، سوار صندلی شد، صندلی هم افتاد. ممکنه اینجا امر و نهی خیلی ضرورت نداشته باشه. حالا این رو مقایسه کنید با خطر برق. بهتره من فصل یک و دو رو نگه دارم برای جایی مثل خطر برق، یا جایی مثل صندلی؟ این می شه پیش درآمد.

می شه فصل ۴. برای خودتون هم همینه. مامان ها نسبت به آقایون خیلی صرفه جو هستن. اگر باباها بخوان غذا بپزن، بیشترش وسط راه، ذره ذره چشیده می شه. خانم ها، اغلب غذا رو به سفره می رسونن.

غافل از اینکه از صبح که درگیر بودن ممکنه کمتر لقمه‌ای دهن خودشون گذاشته باشن. یا به خودشون فرصت پردازش داده باشن. در آستانه ورود بچه‌ها به خونه، هر دو با هم دویِ ماراتن داشتن. مامان تو خونه، بچه‌ها تو مدرسه. بعد یک‌دفعه، مقابل هم قرار می‌گیرن. بعد هم می‌گن: «آقای دکتر، زن نشدی ببینی چه جوریه! خیلی سخته. شیش تا کار رو باید با هم انجام بدی.» باشه، ولی آیا پیش‌درآمدهات رو کنترل کنی بهتره؟ یا وایسی تا منفجر بشی؟ گاهی وقتا قبل از ورود بچه‌ها، با دو لقمه غذا خوردن، یا دو تا نفس عمیق کشیدن یا کمی توجه کردن به فرآیند ورود بچه‌ها، موضوع، زمین تا آسمون فرق می‌کنه. من تقریبا دستم اومده که روزایی که بچه‌ها ورزش دارن، دست شستشون بلافاصله بعد از ورود به خونه، تقریبا غیر ممکنه. یک‌راست می‌رن سر یخچال. حالا من که دست شستن برام مهمه، براشون آبمیوه می‌گیرم یا تو دو تا قوطی آبمیوه، شربت سنتی می‌ریزم. تا اومدن، می‌ذارم دم در. همون جا دراز می‌کشن قورت قورت می‌خورن. این جور کارها تا ۸۰-۹۰ درصد برای اون‌ها آرامش و برای شما فرصت ایجاد می‌کنه.

فصل چهار می‌گه به خودت آزادی بده. «بد بختی! چی درست کنم؟» هم بدبختی، هم خودش و گذاشته تو اجبار. این همه امکانات. چیزهای مختلف می‌شه درست کرد. خودت رو بذار تو اختیار. مگه اختیار زمینه رشد مناسب آدم نبود؟

فصل چهار می‌گه به پیش‌درآمدها دقت کنید. یک‌جا بهتون گفتیم که ۵۰ تا ۸۰ درصد زندگی تو فصل ۴ باشه. و جالب اینه که تو این فصل ۴ زندگی، این جوری نیست که بقیه نباشه. چون این می‌کشه تا آخر. بچه ممکنه صندلی رو بندازه، خودش هم اون رو بر می‌داره یا بر نمی‌داره. یعنی پیش‌درآمد و رفتار و پیامدش رو تو فصل ۴ زندگی داشت. اما مخاطره جدی براش نداشت.

رفتارها که اغلب مورد سؤال شماست بیشتر در فصل یک و دوئه. که کنش و واکنش هاست. البته این باز ادامه پیدا می‌کنه. فصل سه هم که ادامه فصل دو بود. فصل ۳ در طولانی مدت یک تمرکزی داره بر پیامدها. یک‌جور دیگه مثال می‌زنیم. اگر یادتون باشه در توضیح تنبیه گفتیم که در طبیعت، اغلب چیزها جوری خلق شده که از پیش‌درآمدها، جلوی خطر گرفته می‌شه که آسیب نبینیم. مثلا پرتگاه اغلب به شکلیه که نمی‌ذاره شما بهش نزدیک بشین. برین روی یک بلندی طبیعی بایستید

که جلوتون کوهه، زیر پاتون هم صد متر خالیه. از دو متری اون جا می لرزین نمی تونین نزدیکتر بشین. اما چالۀ آسانسور، این جووری نیست. به شما برای خطر، پیش درآمدی نمی ده. همین طور مثال آتیش. بخاری، آتیش رو به بچه، نشون نمی ده. پریز، خطر برق رو نشون نمی ده. اما تو طبیعت این جووری نیست. اون جا هر چی به آتیش نزدیک تر می شیم حرارتش بیشتر می شه و اجازه نمی ده شما بری سراغش. به این، می گن پیش درآمد. پیش درآمد یا پیامدها می تونه ما رو برای بیشتر یا کمتر شدن اون رفتار، ترغیب کنه یا از ما ممانعت کنه.

در فصل تنبیه به نوع دیگه ای اشاره کردیم. گفتیم اگر چیزی پیامد طبیعی یک رفتار نباشه، می تونه جزو تنبیه قرار بگیره. (گفتیم تنبیه چیزیه که ۱- تحمیل و ۲- پیامد طبیعی یک موضوعی نیست). فرض کنید طرف داره می ره سمت آتیش، بعد به جای سوختن، گرسنه اش بشه. به هم ربطی نداره. «پسرم مشقات و که بنویسی برات بلیط موجهای آبی می گیرم». چه ربطی داشت؟! بهترین مدل رفتار سازی، دقت به پیامد ماجراست. اگر بچه ای که برای اولین بار می خواد بلند شه، دستش رو به صندلی بگیره و بیفته، دفعه بعد، با دقت بیشتری دستش و می گیره؛ چون خودش پیامدش رو دیده. حالا اگر من بچه رو از این پیامدهای قشنگ محروم کنم، احتمال خطر براش زیاد می شه. و ما بسیاری از وقتا اجازه ندادیم بچه ها پیامدهای طبیعی رفتار خودشون رو ببینن.

بچه: علی با من قهر کرده.

مامان: فدای سرت!

چرا گفتی فدای سرت؟ او اومده بود که بگه و در این خیمه خانواده آرام بشه. یک گوشی حرفش رو بشنوه. دو دقیقه بعد، می یاد می گه که می خوام با علی بازی کنم. چه کار داری که باز چیزی می گی؟ این چرخه داره او رو بزرگ می کنه. چرا این چرخه رو می شکنی؟ نمی ذاری خوب بچرخه. بعد وقتی که خوب نچرخه، رشد کافی هم حاصل نمی شه.

پس هر رفتاری، یک پیش درآمد داره و یک پیامد. بهترین مثالش طبیعته. مثل آتش. حیواناتی که مخاطره دارن، اغلب رنگ هاشون رنگ های برحذر دارنده است. که بشر هم از اون رنگ ها استفاده می کنه. رنگ زرد و قرمز چراغ راهنمایی هشدار دهنده است و اغلب این رنگ ها، از دل طبیعت

انتخاب شدن. یعنی می‌گه جلو نیا. همین‌طور حیوانات. کمتر حیوانی است که بدون هیچ پیش‌درآمدی بخواد حمله کنه.

سؤال: با توجه به این، بچه‌ای که داره مشق می‌نویسه رو تشویق کنیم یا نه؟ توصیف کنیم؟ پاسخ: من با تشویق به صورت عام موافق نیستم و آموزه‌ها هم، موافق نیست. بهترین اتفاق برای رشد، که اسمش رو هم الزاما تشویق و تنبیه نمی‌ذاریم، بهترین مسیر برای رشد، همون مسیری است که پروردگار در من و تعاملاتم گذاشته، که می‌شه این چرخه. حالا اگر بگیم تشویق و تنبیه (به معنای عامش)، چون تنبیه رو گفتیم چیزی که تحمیلی باشه و پیامد طبیعی رفتار نباشه، با این تعریف، تشویق هم در مقوله تنبیه قرار می‌گیره. گاهی اوقات، تشویق‌های ما هم تحمیله. منتها تحمیل به معنای اجازه انتخاب ندادن یک بحثه، تحمیل به معنای به زور قبولوندن یک بحث دیگه. و هر دو تا تحمیله. شما فکر می‌کنید بچه‌تون در یک زمینه‌ای استعداد داره. می‌بریدش سالن ژیمناستیک. او ژیمناستیک کارها رو می‌بینه و خوشش می‌یاد. شروع می‌کنه به ادامه دادن. شما هم می‌گین: «بارک الله...» بعد، بچه جایزه می‌گیره و مقام می‌یاره. بعد مقام استانی. بعد مقام کشوری. یک سؤال: آیا این جزء چیزهایی بود که بچه شما باید می‌رفت دنبالش؟ آیا برایش اولویت داشت؟ اگر اولویتش نبوده شما با تشویق گذاشتینش تو فرآیندی که خودش نمی‌دونه بهش تحمیل شده. اما ممکن بود جزء انتخاب‌های خودش باشه یا نباشه. جزء اولویت‌های خودش ممکن بود باشه یا نباشه. حالا اگر حس کردید جایی تشویق لازمه، یعنی چرایی تون رو جواب دادین، دلیلش رو گفتین و محکم هم بود، حالا کتاب، فصلی داره به اسم «تحسین». ما به روش مناسب، نمی‌گیم «تشویق». البته تشویق کار خوبیه. یعنی به شوق آوردن. اما روش درستش رو تو کتاب، بهش می‌گیم «تحسین». وقتی گفتیم «محرومیت و محدودیت» یعنی روش درست (فصل ۳). وقتی گفتیم «تحسین»، یعنی روش درست (فصل ۵) و وقتی گفتیم «تشویق»، یعنی چیز غیر پیامدی. و این رو قبول نداریم. بعد تو فصل «تحسین» به شما گفته که بهترین کار، توصیفه. اما:

وقتی شما شروع می‌کنید به توصیف، در کتاب کلبه آرام باغبان، بچه‌ای که داره سعی می‌کنه سوار دوچرخه بشه، مادرش فقط توصیف کرده. ولی شما قبول کنید که اگر مادرش برایش دوچرخه

می خرید، این قدر برایش لذت بخش نبود. با دو چرخه خوشحال می شه. یک ماه باهاشه، دو ماه باهاشه، یک سال باهاشه. اما اون نگاه مادر رو تو قلبش نگه می داره و وقتی اینجا نگه داشت، یک عمر ازش بهره برداری می کنه. وقتی شما با روش تحسین فصل ۵ که توصیف داره، با یک بچه مواجه می شین، چه اتفاقی می افته؟

یادتونه که گفتیم فکر، دنیای پردازشگره. شما یک تحسینی رو وارد دنیای پردازشگر بچه کردید. نگفتین: «آفرین، صد آفرین، هزار آفرین...» اما آمدید توصیف کردید و بچه، این توصیف رو پردازش می کنه. از دلش یک «من...» می یاره بیرون. این کمترینشه. از این کمتر نمی شه. و این رو خودش درون جوش تولید کرد. این باعث می شه بچه توانمند بشه. اگر شما به بچه بگین «تو موفق شدی» یک وصله چسبوندین رو پیشونیش. اگر یک دفعه موفق نشه آزار می بینه. اگر خودش بگه «من موفق شدم» این کلی گویی، برای دنیای بچه، مثل این می مونه که می گه: «من دیگه با علی بازی نمی کنم». بعد چی می شه که دو دقیقه بعد با علی بازی می کنه؟ دنیای بچه ها مثل دنیای من و شما نیست. کلی گویی این جور کمتر داره. ما این جوریشون می کنیم. خیلی راحت از کنار همه این ها عبور می کنه. بعد موفقیت یا عدم موفقیت، تونستم یا نتونستم، ... همه این ها به کنار. چه کسی پردازش کرده؟ خودش. می شه پیامد طبیعی رفتار خودش. و آرام آرام چه کار می شه؟ یک روزی یک جایی گفتیم کاری کنید که بچه مسؤول کارهای خودش باشه. همون جا گفتید که دکتر چقدر ریزگام می گه! بعد یک جایی یک ریزگام دیگه گفتیم که کاری کنید که بچه مسؤول کارها، مسؤول جزئیات، مسؤول «من موفق شدم» خودش باشه. کم کم، می گه «من خیلی تلاش کردم ولی موفق شدم یا نشدم» خودش شروع می کنه جزئیات رو می چینه: «مامان، دفعه بعد خواستم دو چرخه سوار شم فهمیدم که... دفعه بعد که بخوام برم خونه علی باید یک چیزی با خودم ببرم...» شد مسؤول جزئیات. چه کسی پردازش کرد؟ مادر می گه: «مامان جون، این بار که خواستی بری خونه علی یک اسباب بازی با خودت ببر. دوست نداره اسباب بازی ها شو بهت بده» اینجا چه کسی پردازش کرد؟ مامان جونش. بعد اگه بشه، چه کسی برنده است؟ مامان جون. اغلب هم که نمی شه. چون دعوا بین بچه ها عمومیه. چه کسی بازنده است؟ همه.

سؤال: یعنی بهش هیچی نگیم که اسباب بازی بردار؟

پاسخ: «هیچی» که قدیمیه.

سؤال: بعضی فرآیندها سخته که بچه بخواد به دست بیاره. مثلاً بچه کلاس اولی که درس نمی‌خونه و نمرات پایین می‌گیره. بگذاریم این قدر بگذره تا یک سال از درس عقب بمونه. پیامدهاش سنگین می‌شه.

آقای دکتر: یک سال عقب بمونه خیلی پیامد سنگینیه؟

-: تو دور و زمونه الان بله. هم به بچه برمی‌خوره. هم اطرافیان که بشنون.

آقای دکتر: روز اول مدرسه چند ساعته؟ فرض کنید دو ساعت. روز دوم؟ روز سوم؟... در طی یک سال حساب کنید بچه چند ساعت مدرسه رفته که شما می‌خواین همه رو با هم جمع کنید؟ ما در این یک سال، لحظه لحظه، پیش‌رفتار داشتیم. لحظه لحظه، رفتار داشتیم و لحظه لحظه پیامد. اگر یک نفر این‌ها رو خوب عمل کرده و بچه‌اش در سال اول مردود شده یا بچه مشکل داره و خارج از منحنی توزیع نرماله یا مدرسه آفسایده. مگه بچه بدش می‌یاد تو مدرسه «آفرین، صدآفرین و...» بگیره؟ از اینکه براش دست بزنن بدش می‌یاد؟ چطور شده از همه این‌ها گذشته و رسیده به مردودی سال اول؟ خیلی زمان بوده. برای همین من گفتم موضوع مدرسه رو بذارین کنار و مثال‌های ساده‌تری بزنین. اما بچه شما راجع به لحظه لحظه رفتارش این جور چیزها رو داره. بچه شما اومده اینجا و می‌خواد این مازیک رو برداره. این رو بر می‌داره. شما هم نگرانید. چرا می‌خواین بهش چیزی بگین؟ چون حواس دیگران پرت می‌شه. دیگه...؟ حالا چه جوری می‌خواین بهش چیزی بگین که حواس دیگران پرت‌تر نشه؟

-: نگران اینیم که مازیک رو بیره رو دیوار خط بکشه.

-: باشه. الان این بچه، اینجا ایستاده. چی می‌گین بهش؟ بگین. ایشون می‌گن بهش شکلات می‌دیم. زمینه‌سازی می‌کنن تا قشقرق تولید نشه. محیط‌آرایی می‌کنن. حرف من سر این چرایی هاست. چرا وارد یک ارتباط می‌شین. این رو پیدا کنید. بعد این چرایی ربط داشت به چهارچرخ دو طرف. تا این چهارچرخ دستمون نیاد خیلی نمی‌تونیم وارد ماجرا بشیم.

=====

وقتی توصیف می‌کنید دیده شدن افراد خیلی مهمه. ظرف توجهشون رو پر می‌کنید. وقتی شما دارین می‌گین که: «تو پارک داشتم نگاه می‌کردم، دیدم تنها کسی که داره دوچرخه‌اش رو درست می‌کنه تو بودی». یعنی من لحظه لحظه تو رو دیدم. یا «خیلی برام جالبه که تو این پارک هر کی دوچرخه‌اش خراب می‌شه دنبال تو می‌گرده». این دیده می‌شه و اگر ببینیش... ما با یک نوجوانی تو پارک از بس که دیدیمش رفیق شدیم. این دیده شدن ظرف توجهش رو قبل از اینکه به پیامدی بکشونه پر می‌کنه. حالا فرض کنید کسی این رو نبینه. بعد روزی که سیگار می‌کشه ببینه. کدوم تقویت می‌شه؟

سؤال: فرض کنین که ما قصد داریم برای بچه یک چیزی بخریم. مثلا کفش. آیا مجازیم از این موقعیت سوء استفاده کنیم و بگیم: «اگر... امشب برات کفش می‌خریم» یا نه آماده بشیم و بریم بخریم؟

پاسخ: چون جلسه آخره خیلی واضح ازتون می‌پرسم: همسرتون می‌خواد برای شما یک چیزایی بخره. همین حرف رو به شما می‌زنه... کافی بود؟ خودتون می‌گین «سوء استفاده».

- این جووری که تحمیل باشه نمی‌گم. می‌گم «مامان، بیا چند تا نقاشی بکش. من هم کارهامو بکنم. اگه وقت کنیم می‌ریم برات کفش بخریم»

- این از یکی قبلی بهتر شد. ولی فرض کنید همسرتون به شما همین جووری بگه. می‌گه اگه غذا تو خوب بپزی، من وقت کنم امشب با هم بریم... همسرتون می‌گه: «خانم، یک چیزی من رو اذیت می‌کنه یادته چند سال پیش یک تیکه طلا برات خریدم، شما خیلی خوشت اومد. یک پولی دستم مونده بود. مونده بودم چه کار کنم که خمسش رو ندم، برای تو یک چیزی خریدم.» خیلی حال کردین، نه؟ چرا کار رو خراب می‌کنید؟ شما می‌یاین خونه به بچه یا همسرتون می‌گین: «داشتم این شکلات رو می‌خوردم. دیدم خیلی خوشمزه است. آوردم خونه با هم بخوریم.» چقدر می‌ارزه؟ چقدر اثربخشه؟ به جاش: «داشتم یک بستنی می‌خوردم. خیلی کیف کردم. بعد فکر کردم برای تو

هم یک مداد بخرم». اصلاً به هم نمی‌خوره. ما اینقدر چیزهای به هم نخور جلوی بچه گذاشتیم که حالمون به هم بخوره. می‌شه: «ببین عزیزم، اگه دَرَسِتِ رو بخونی برات جوجه می‌خرم». این چه پیامد طبیعی داره؟! «اگر جوجه‌ات بمیره، دیگه برات دوچرخه نمی‌خرم». اینا حرفاییه که هر روز داریم می‌شنویم.

سؤال: در مورد تحمیل، مثال کلاس ژیمناستیک بردین. یعنی اون اشتباهه که ما یک فضایی رو فراهم کنیم که بچه موفق بشه؟ یعنی صرفاً چون تحمیل بوده خوب نیست؟ به هر حال ما باید در فضا قرارش بدیم.

-: چگونه قرارش دادین؟ با تحمیل یا...؟ یک موقع بچه داره زندگی شو می‌کنه. می‌بینه اینجا فوتباله، یک‌جا والیباله، یک‌جا ژیمناستیکه و بچه نشسته پای تلویزیون و شما هم هیچ تصمیمی هم ندارید. موتور سواری می‌بینه می‌گه: «آخ جوون! من هم می‌خوام موتور سوار شم» این رو که دیدید. آقای دکتر مظلومی می‌گه که هیچی هم اگر راجع به بچه‌ها نمی‌دونین یک ضبط صوت بذارین کنارشون، ببینین چه کلماتی استفاده می‌کنن. روی همونا یک کم تمرکز کنین.

حرف من اینه: تحمیل، کار رو ضعیف می‌کنه. اما نگفتم که مطلقاً کار رو بد می‌کنه. کلاس ما می‌گه روش‌های دست راستی و دست چپی فرقش اینه: دست راستی کار رو خراب‌تر می‌کنه، دست چپی رشد بیشتری می‌ده. منطقه سه حرف‌زدن، شما و بچه‌تون رو ضعیف می‌کنه، منطقه یک قوی می‌کنه. **انتخاب قوی می‌کنه.** بچه‌ شما که رفته یک ورزشی و نفر اول کشور شده شاید اگر فرصت انتخاب داشت، در یک رشته دیگه نفر اول دنیا می‌شد. همه با **شایده**. اگر بچه‌ من پزشک شده و در شهر ما پزشک موفق‌تری هم هست، شاید اگر انتخاب می‌داشت یک منجم تراز اول دنیا می‌شد. ما می‌گیم که نمی‌خواد خیلی به این فکر کنید. فقط زمینه رو ساده بچینید و در لحظه‌ای که هستید زندگی کنید. ما اون لحظه رو فدای یک گذشته ویژه و یک آینده لولو می‌کنیم. تا بچه می‌یاد می‌گه: «من دوست ندارم درس بخونم» تا کجا فکر می‌کنید؟... فقط یک کلمه گفت! واقعا باید اینقدر می‌رفتیم جلو؟ همون لحظه. همون لحظه بهترین کار چی بود؟ همدلی. فقط همین. مفهوم رو منتقل کنید.

«یاد خودم افتادم. فکر کردم که من هم چند بار این حرف رو به مامانم گفتم!». «عجب تصمیمی!... جالبه! فکرهاتو کردی، یک تصمیم ویژه گرفتی.» همین حرفا رو می‌شه زد. اغلبش می‌شه دست چپی. این مدل گفت و شنود اجازه می‌ده خودش فرصت سازی کنه. اما مدل تحمیلی نه. بخصوص تو جامعه ما که تا وارد یک خط می‌شن، با تقدیر و تشویق و ... هولش می‌دن. یک عده زیادی سرخورده می‌شن و یا اگر بره ممکنه از استعداد واقعی خودش دور بشه.

یک نکته: یادتونه گفتم اگر بخوایم دایره‌ها به هم نزدیک بشه باید چه کار کنیم؟ مدیریت کنیم. یعنی باید چطور مدیریت کنیم؟ لحظاتی که حس مشترک دارین، دارین به سمت هم نزدیک می‌شین. حس مشترک، خوشایند و ناخوشایند نداره. ما دو تا یک‌جا بودیم و به شدت با هم ترسیدیم. به سمت هم بزرگ شدیم.

-: موقع سیل، موقع جنگ و... . آدما به هم نزدیک می‌شن.

-: چند سال پیش یک انیمیشن جالب گذاشته بود. رعد و برق می‌زد و دو تا گربه بودن. یکی از گربه‌ها به اون یکی گفت: می‌شه بیای با هم بترسیم؟ بعد هم با هم ترسیدن و کلی کیف کردن. شما رو سوار ترن هوایی می‌کنن. بهترین شهر بازی دنیا، بهترین ترن هوایی، مطمئن هم هستید که ریلاش نمی‌شکنه و سقوط هم نمی‌کنید. فقط می‌گن که تنها برین! تنهای تنها. خیلی حال می‌ده؟ فیلم‌های وحشتناکی که با هم می‌بینین و با هم می‌ترسین.

لحظاتی که هم‌حسی وجود داره، ولو با یک شکلات. دیدین بچه‌های کوچیک با هم آب‌نبات چوبی می‌خورن؟ یک لیس این می‌زنه، یک لیس اون. چقدر کیف می‌کنن؟ جالبه که شما هم که می‌بینید اغلب، کیف می‌کنید. بعد می‌گین: اگر بهداشت دهان و دندان‌ش! ولی اغلب اول کیف می‌کنید بعد ممانعت می‌کنید. یا پستونک‌هاشون رو دهن هم می‌ذارن. لحظاتی که هم‌حسی دارین، مهم‌ترین لحظات رشد به سمت همدیگه است. ممکنه چیزهای دیگه‌ای هم پیدا کنید ولی بهتر از این چیزی پیدا نمی‌کنید.

سؤال: می‌گین انتخاب بده. بچه می‌خواد تو بالکن بخوابه. یا موقع بیرون رفتن دوست نداره شلوار بیرون بپوشه، یا تو مهمونی، نمی‌رفت تو دستشویی شون، من مجبور بودم ببرمش تو حمام. این رو انتخاب کرده بود. آیا من باید گوش کنم؟

پاسخ: اینا رو ببرین تو فصل ۴. به اون شکل نگاه کنید. اما حرف اینه: آیا بچه شما با این کار تونست زودتر بر کنترل دفع خودش مسلط بشه یا نه؟

-: من هم همین تو ذهنم بود. می‌دیدم اینجوری زودتر یاد می‌گیره.

-: سؤال اینه که اگر این کار رو نمی‌کردید چه کار می‌شد؟ نمی‌دونیم چه اتفاقی می‌افتاد. ممکن بود همراهی کنه ولی اغلب اوقات همراهی نمی‌کرد. بعد تعداد زیادی از بچه‌هایی که در این موقعیت تحت فشار زیادی قرار گرفتن، بعدها در سنین بالا دچار یبوست و مشکلات مختلفی می‌شن. که شما خوشبختانه به احتمال زیاد به اون فرایند دچار نمی‌شین. دوره‌اش هم دو، سه هفته است.

-: قدیم، بچه‌ها رو یک سال، یک سال و نیمگی از پوشک می‌گرفتن. الان اینقدر دیر.

-: من بچه اولم رو تو دو سال و نیمگی از پوشک گرفتم. قبلش چند بار تلاش کرده بودم ولی موفق نشدم. بچه دومم رو تلاش نکردم. ولی همون دو سال و نیمگی به یک هفته از پوشک گرفتم.

آقای دکتر: چرا می‌خواستین از پوشک بگیرین؟

بچه‌های کلاس: به خاطر هزینه‌اش و ...

آقای دکتر: خدا خیرتون بده. به خاطر هزینه‌اش. دیگه چی؟ این که می‌گم چرا؟ به این دلیل که شما برای توانمندی بچه، برای اینکه خودش رو کنترل کنه، پیش‌درآمدهایی می‌بینید. اگر این علائم رو دیدید باید به استقبال این علائم برید. همین‌طور که برای خوردن بچه، پیش‌درآمدهایی می‌بینید که دستش رو به سمت قاشق دراز می‌کنه.

حالا یک وقت می‌گین: چند سالگی بچه رو از پوشک بگیرم؟ این فرمول کلیه. شما اختصاصیش رو بچینید. علاوه بر این، بودن بچه‌ها با هم، به شما پیش‌درآمدهای واقعی‌تری رو نشون می‌ده. یعنی اگر بچه‌ها در سنی که قراره از پوشک گرفته بشن، چند تا دور هم باشن، ببینن یکی داره مستقل می‌ره دستشویی و می‌یاد، حس کنن که او یک راحتی بیشتری داره و بزرگ‌تر شده، بچه‌ها خودشون

بیشتر استقبال می‌کنن. تا اینکه اغلب بچه‌ها با توجه به تعداد کم بچه‌ها تو خونه و رعایت‌هایی که ما می‌کنیم الگو ندارن. حالا بچه‌ای که الگو نداره و تا حالا مامانش عوضش می‌کرده، می‌ره تو دستشویی و چشمش می‌افته به... خودش. گاهی اوقات می‌ترسن. خیلی چیزهای اینجوری داره. اما تمام اینها در بودن بچه‌ها کنار خودشون حل می‌شه. بچه‌تک فرزند رو حدود سی جلسه برده بودن پیش روان‌شناس. از آخر هم مسئله‌اش به این راحتی حل نشد. بردن پیش روان‌شناس چون از مدفوع خودش می‌ترسه. تا حد لرزیدن. و گاهی اوقات اینا بسیار ساده قابل حله. همین بچه مسئله‌اش وقتی حل شد که با چند تا بچه‌دیگه رفتن بیرون شهر و اونجا دستشویی کردن بچه‌ها رو دید. حل شد.

سؤال: بچه‌شش ساله‌ای که پیش‌رفتار ناراحت بودن نشون می‌ده، اگر ظرف توجهش خالیه یا عصبانیه یا... اینا رو مادر درک کرده. اینا حل شده. توجه، همدلی و... با این وجود سر سفره بزرگ‌ترین ظرف غذا رو بر می‌داره، یک ظرف خورش رو می‌ریزه تو بشقابش، ماستش رو هم قاطی می‌کنه. بعد سر سفره می‌گن: «هر کی از همه تمیزتر غذا خورده باشه بهش جایزه می‌دیم» عصبانی بلند می‌شه. همه چی رو به هم می‌ریزه و... هر چی هم بهش می‌گم: «می‌دونم که عصبانی‌ای. همه دوستت دارن» وضع خراب‌تر می‌شه. بهش می‌گم: «بیا خط خطی کنیم» تا آروم بشه، فایده نداره. می‌گم: «بیا بشکنیم» فایده نداره. آخر سر یکی سرش داد می‌زنه و اون آروم می‌شه. و این ادامه داره.

پاسخ: در توضیحی که ایشون دادن ما نفهمیدیم رابطه‌ی مادر و فرزند چه جور رابطه‌ای است. اما یک مثال براتون می‌زنم: یک بچه‌ای رو می‌گفتن غذا نمی‌خوره و منحنی رشدش داره می‌یاد پایین. ما به این خانواده توصیه کردیم با گروه همسفران برین بیرون و در برنامه‌های باغ بازی شرکت کنید. جالب بود که مربی باغ بازی می‌گفت: این بچه وقتی مامانش رو می‌بینه چیزی نمی‌خوره. و اتفاقاً وقتی چیزی خورد که رفته بود کنار دستشویی جای کلبه‌ی بالا. مربی‌ها ظرف میوه پوست‌کنده و تنقلات رو گذاشته بودن اونجا. مربی می‌گفت: رفت اونجا. یک کم دور بر رو نگاه کرد و بعد با ولع شروع کرد به چیزی خوردن. ما هنوز این رابطه‌ها رو کشف نکردیم. ممکنه مقابله‌ای باشه. سنش

سن مقابله نیست ولی ممکنه مقابله‌ای شده باشه. ما در داستان شما نفهمیدیم کجاییم. عکس به عکس دیدیم ولی از چهارچرخ دو طرف چیز زیادی نفهمیدیم. اگر هم چهارچرخ لحظه‌ای رو فهمیدیم، چهارچرخ کلی رو متوجه نشدیم.

فرض کنید ما رفتیم تو یک رستورانی و من می‌بینم که بچه من حساسه به اینکه بگن: «غذای بچه». چه کار می‌کنم؟ مدتی کمتر می‌رم رستوران یا حواسم به این موضوع هست. دو سه بار کنترل کنید، بچه از این فاز عبور می‌کنه. چون تو یک فاز می‌گی من. می‌گی من هم می‌خوام. اما اگر بخواین اینجا نگهش دارین به جای دو سه هفته و دو سه بار می‌شه یک عمر. این بچه دفعه بعد تا پاشو بذاره تو رستوران می‌گی: «برای من غذای بزرگا رو بیارن» به اینجا که برسه فرمول‌های کتاب به راحتی جواب نمی‌ده چون دیگه خواسته شده. جنس فکر شده. در بدترین حالت، می‌شه حالت مقابله‌ای. کار تخصصی می‌خواد؛ ولی می‌دونم سخته. بخصوص تو جمع.

بچه‌های ما دو، سه سال غذاشون می‌موند. حالا دیگه نمی‌مونه. من یواش یواش غذا می‌خوردم. بعد هم غذای اونا رو بازیافت می‌کردم. گاهی وقتا هم واقعا سخت بود. اون روز بچه کوچیکترم که کلاس دومه، ساندویچ کراهش رو چنان دستمالی کرده بود که اجرام مدرسه توش دیده می‌شد! ساندویچ رو برداشتم، یک لحظه نزدیک بود بندازمش. بچه‌های من به جز یکبار، دیگه نگفتن «من غذای بچه نمی‌خوام» و الان هم معمولا تو بشقابشون چیزی نمی‌مونه. یک فرآیند طولانی می‌خواد. من یک مثال زدم در مورد رستوران رفتن و اومدن. تو خونه ماجرا یک چیز دیگه است. جای دیگه ماجراش فرق می‌کنه. اغلب هم با محیط‌آرایی اتفاق می‌افته. چند وقت پیش، رفته بودیم رستوران. با بچه‌های خودم سر یک میز ننشسته بودم. رفتم سر یک میز که هفت، هشت تا بچه ننشسته بودن. ظرف بچه‌های من تهش چیزی نمونده بود. اغلب بچه‌ها و حتی بزرگترها ته ظرفشون مونده بود. با وجود اینکه غذا کشیدنی بود. این می‌شه یک فرآیند. باید فرآیندی بهش نگاه کرد. من تو این مسئله هنوز چهارچرخ کلی رو متوجه نشدم. به نظرم حالتی از مقابله است. باید روش کار بشه.

یک بحث دیگه: گفتیم که چرخهای جلو فکر و رفتار بود. ما فکر رو تقسیم کردیم به دنیای خودآگاه و ناخودآگاه. گفتیم داریم یک روش‌هایی رو اتخاذ می‌کنیم، شما هم اگر همین روش‌های کتاب رو

که انجام بدین، خودآگاه و ناخودآگاه، اثراتی که باید رو وجودمون گذاشته بشه آرام آرام گذاشته می‌شه. اما یک نکته که تلنجر جدی نزدیم اینه: بعضی وقتها افکاری داریم که در دنیای خودآگاهه، فکر هم می‌کنیم نوع نگاه خوبیه. رویکرد خوبیه. این حرف، حرف درستیه و خیلی وقتا پای اون حرف رو می‌خوریم. مثل این: شنیدین که بعضی وقتا به بچه می‌گیم: «مرد که گریه نمی‌کنه... حرف مرد یکیه» اینا از کجا اومده؟ حالا بعضی وقتا تو دنیای خودآگاه چیزایی تو ذهنمونه که ممکنه خیلی به ما لطمه بزنه. مثل

من مسؤول تربیت فرزندم هستم.

من مسؤول موفقیت فرزندم هستم

من مسؤول عاقبت به خیری فرزندم هستم

خیلی فکرای قشنگیه که در دنیای خودآگاه و ناخودآگاه، به ویژه خودآگاه ما دور می‌زنه؛ ولی با روش‌هایی که ما تو کلاس گفتیم تمامش زیر سؤال می‌ره. پس شما مسؤول چی هستید؟ من مسؤول تلاش هستم. مسؤولم که تلاش کنم برای تربیت، موفقیت، عاقبت به خیری.

تلاش درست چی بود؟ همین روش‌های کتاب. بهترین مدلی که شما می‌تونین تلاش کنین برای عاقبت به خیری فرزندتون، روش باغبانیه. اگر یک روز اومدین اینها رو برای خودتون گنده کردین یاد این حرف فرعون بیفتین که گفت: «انا ربکم الاعلی». می‌خواین این ادعا رو بکنین؟ خود دانید. ولی این‌ها چاله‌هایی است که تو دنیای خودآگاه برای خودمون درست می‌کنیم و جالب‌تر اینه که پروردگاری که هی می‌گه سعیکم نه نتیجتکم و... نه. اصل کار ما باغبانیه. جالبه که اگه بچه نمره صفر بگیره، مادریه جعبه دستمال کاغذی رو تموم می‌کنه. بیست بگیره، مامانه ذوق می‌کنه.

سؤال: این همون ایده‌آل نگریه؟

پاسخ: اون هم هست ولی اونا عادت‌ها بود، اینجا اشاره کردم به چیزی که تو فکرتون و در دنیای خودآگاهتون حتی ازش دفاع می‌کنید. می‌گین: «پس بچه من رو کی باید تربیت کنه؟» پس چرا

می‌گی «رب اعلیٰ»؟ یک جزء کوچیکی رو به تو دادن. وقتی گفتین من مسؤولم، آشفتگی زیادی تولید می‌کنه؛ ولی گفتن: «سعیکم مشکورا»
حالا «آقای دکتر این روش درسته؟» نخیر. درصد بالایی احتمال می‌دم که درست باشه. چون طی ده، پونزده سال تجربه‌اش رو داریم، داریم ارائه می‌کنیم. می‌گه: مطمئن مطمئنی؟ نه.
من این کار رو بکنم درست می‌شه؟ نمی‌دونم.
داریم کاری می‌کنیم که ضریب خطامون با توکل به پروردگار بیاد پایین. اگر هم اشتباه بکنیم یکی هست که تو باغبانی، دست ما رو بگیره و ما رو هم باغبانی کنه. دو تا مادر با نیت درست هر دو دارن کار انجام می‌دن، با اصول کتاب. یکی می‌یاد ثابت می‌کنه که طبق اصول کتاب روش مادر الف درسته و روش مادر ب اشتباهه. هر دو مسیر خودشون رو چیدن. چی نتیجه کار رو تعیین می‌کنه؟ تو داستان «خیر، خوبی، زیبایی» پروردگار تعیین می‌کنه. می‌گه: «سعیکم مشکورا» مگه ما کم اشتباه می‌کنیم؟ مهم اینه که ما تلاش خودمون رو بکنیم. دقت کنین تو چاله بعضی از فکرا نیفتین. داستان فرعون رو یادتون باشه. ما خیلی وقتا این ادعا رو می‌کنیم. نه فقط برای خودمون، برای همسرمون.
می‌گه: من می‌خوام همسر رو درستش کنم.

=====

سخن آخر

این روزها حرف انتخابات زیاده. اگر همین صفحه آخر رو با هم عمل کنیم مهم نیست که به چه کسی رأی می‌دین. مهم اینه که تلاش خودتون رو کردین که با شاخص‌ها و خط‌کش‌های درست به نتیجه برسید. یادمه اول انقلاب تو خانواده‌های مذهبی خیلی بحث می‌شد. آقای بنی‌صدر بود و آقای قطب‌زاده و جلال‌الدین فارسی و آقای مدنی و آقای حبیبی و آقای طباطبایی. دو، سه تاشون خیلی مطرح بودن. قطب‌زاده و مدنی و بنی‌صدر و دکتر حبیبی. یک عده به اینا رأی دادن. کم کم تو زرد در می‌اومدن. جالبه، بنی‌صدر که رفت، تو خانواده می‌گفتن: «دیدین این که شما بهش رأی دادین اینجوری شد؟!» بعد برای قطب‌زاده و مدنی هم همین اتفاق افتاد. ببینید، این مهم نیست. شما تلاشتون رو کردین برای شناخت درست. برین به او رأی بدین. قراره کی کمک کنه که مملکت

خوب بگرده؟ اگر شما تلاش کنید، چون «سعیکم مشکورا»، خداوند درست می‌کنه. تو خونه هم همینه. حالا این که به الف رأی بدین یا به ب، اون بحث دیگه ایه. حالا من می‌خوام به زور و با خط‌کش‌های خودم شما رو متقاعد کنم. این کار درستیه؟ مگر وقتی که چیزایی که اینجا هست اتفاق بیفته. چی هست؟

«ما می‌خواهیم راهی را بیابیم که در زندگی با دیگران، نسبت به خود احساس خوبی داشته باشیم و کمک کنیم که دیگران هم نسبت به خودشان این احساس را داشته باشند.»

وقتی راجع به هر موضوعی بحث کردین و احساستون شروع کرد به منفی شدن، یاد این فرمایش پیامبر بیفتین که فرمودن: «مجادله نکن، هر چند حق با تو باشه». چی شما رو به هم نزدیک می‌کرد؟ هم حسی. حس بد و مجادله شما رو از هم دور می‌کنه.

«ما می‌خواهیم راهی پیدا کنیم که بدون سرزنش و بدگویی، زندگی کنیم.»

«ما راهی بیابیم که نسبت به احساسات دیگران حساس باشیم.»

یک نفر اومده می‌خواد به آقای «الف» رأی بده و تو اون جمع تنه‌است. رعایت می‌کنیم؟ یک بزرگتری هست که فکر می‌کنه آقای «ب» خیلی خوبه. بزرگتر شماست. چه کار دارین که هی بنده‌خدا رو تحت فشار بذارین که اذیت بشه؟ «نسبت به احساسات دیگران حساس باشیم». اما اگر مطالبه کرد بگین که: «من فکر می‌کنم...» بهترین مدل منطقه یک صحبت کردنه.

«ما می‌خواهیم راهی پیدا کنیم که رنجش و ناراحتی‌های خود را بدون صدمه زدن به دیگران ابراز کنیم»

جالبه که کتابی که باعنوان تربیت فرزند شروع شد، سر از کجا درآورد؟ جامعه. این جامعه «رحماء بینهم» هست یا نه؟ شما در بحث‌های سیاسی، اجتماعی یا خانوادگی... امشب دو جا می‌خوان برین. خونه اقوام خانم یا آقا. هی بحث می‌کنید که کجا واجب‌تره و به نتیجه هم نمی‌رسید. یکی شون می‌گه: «چون برام مهمه، می‌خوام بدونم حسست چیه؟»

اون یکی جواب می‌ده که مثلاً «خونه اینا». چقدر لذت بخشه؟ یکی می‌تونه این حلقه رو بشکنه.

-: معمولاً خانم‌ها خونه اقوام خودشون رو دوست دارن و آقایون هم اقوام خودشون.

-: کدوم خانم نامردیه که اگه پنج بار همسرش گفت «به خاطر حس تو می ریم اونجا» یک بار نره

اون ور؟

با بچه این کار رو می کنید. بچه حاضر نیست این چرخه حس رو ادامه بده؛ ولی اگر مجادله بشه، ادامه می ده. و اگر زورش نرسه که ادامه بده، می یاد خونه اونا کوفت شما و کوفت خودش می کنه. و این صفحه آخر کتاب خیلی مهمه. رسوند به جایی که ما می خوایم انسان باشیم.

اللهم صل علی محمد و آل محمد