

به نام خالق خیر، خوبی، زیبایی

دوره مقدماتی ۹۳-۹۴

جلسه پنجم

● سوالات مطرح شده:

■ پرسش: این چرخ احساس که در توصیف خودمان گفتید چهار چرخ را توصیف کنید، این احساسات یک چیزهای روتینی هستند که هرکس هم در زندگی خودش همان احساسات را تجربه می‌کند. یعنی چیزی نیست که مخصوص یک آدم باشد. این چه جور توصیف می‌شود؟ یعنی علی‌الظاهر دامنه وسیعی ندارد.

■ پاسخ: در بحث احساس اگر احساسات خودتان را بشمارید می‌بینید که به سرعت احساسات شما تمام می‌شود. در حالی که در زندگی یک بحث فوق‌العاده مهمی است. حالا نکته ای که شما می‌گویید این است که ببینید این بحث ظاهراً نیاز به توصیف ندارد. خیلی مشخص است. ما می‌گوییم که یک بحث این است که آیا نیاز به توصیف هست یا نه؟ که جواب روشن است که نیاز به توصیف هست. ولو ۲ تا باشه، ۳ تا باشه دوم اینکه آیا این نیازی که وجود دارد من به درستی انجام می‌دهم؟ توصیف‌هایی که ما انجام می‌دهیم یا خواسته است یا ناخواسته. گاهی وقتها رفتار شما یک چیزی را بیان می‌کند که این توصیف معادل واقعی شما ممکن است نباشد. پس توصیف که می‌گوییم فقط به زبان نیست به رفتار هم برمیگردد. و اتفاقاً اگر یادتان باشد گفتیم اگر در مقام مقابله با هم قرار بگیرند رفتار خیلی مؤثرتر از کلام عمل می‌کند. پس وقتی حواستان به توصیف باشد که مشخص‌ترین قسمت توصیف شما اتفاقاً رفتار شماست. قسمت دوم می‌شود کلام. حال می‌گوییم آیا نیاز هست در این قسمت مهارت پیدا کنیم؟ بله. چون اتفاقاً قوی‌ترین قسمتی که شما را با کسی مرتبط می‌کند دنیای احساسی شماست. نه دنیای منطقی و فکری شما. مودت و رحمت بیشتر از جنس احساس است یا فکر؟ از جنس احساس است. بسم الله الرحمن الرحیم بیشتر به شما حس می‌دهد یا فکری را درون شما به وجود می‌آورد؟ بیشتر به شما حس می‌دهد. پس احساس یک دنیای بسیار وسیعی است و دارای قابلیت بالای ارتباطی است. ولو کلمات محدود باشد. ۱۵ تا ۲۰ احساس می‌توانید پیدا کنید که تقریباً در تمام دنیا جاری است. کلمات محدود است ولی شیوه بیان آن زیبایی که به ساختار رفتار ما می‌هد اصل است و خود آن در ارتباط جزو زیبایی شناسی قرار می‌گیرد. بنابراین روش توصیف احساس این اهمیت را دارد که به آن توجه کنیم. نکته بعدی اینکه شما طیف دارید. اینگونه نیست که شما عصبانی باشید یا عادی باشید. شما از فاز عادی به عصبانیت که می‌روید می‌توانید در خانواده خودتان سه قسمت بچینید. یک نفر ده قسمت بچینید یک نفر دو قسمت. ولی کمترین چیزی که می‌توانید بچینید این است که دارم عصبانی می‌شوم، کمی عصبانیم، عصبانیم، خیلی عصبانیم. پس می‌توانید طیف بچینید و این هم در توصیف می‌آید. پس شما برای هر کلمه ای هم که می‌گویید ظاهراً یکسان است، می‌توانیم این مراحل را بچینیم. اگر اینگونه بچینیم بچه اینگونه نمی‌بیند که یکدفعه پدر و مادرش ترکیدند. اما در واقع ما خیلی وقتها یکدفعه می‌ترسیم. چون حتی برای خودم هم توصیف نکرده ام کجا دارم می‌روم. تحمل کردم... حاشا کردم... ندیده گرفتم... یکدفعه منفجر می‌شوم.

■ پرسش: جاده ای که در جلسات قبل گفته شده را در کل زندگی در نظر بگیریم یا در هر شرایط لحظه ای و موردی که در زندگی پیش می‌آید به عبارتی باید به صورت لحظه ای نیز جداگانه در نظر بگیریم؟

■ پاسخ: نکته ای که شما اشاره می‌کنید با دقت به این نکته روشن می‌شود، ما چون می‌خواهیم تمرین کنیم از جای ساده شروع می‌کنیم. جای ساده کجاست؟ جای ساده این است که در وقایع روزمره که دم دست ماست و همه چیز آن را کاملاً می‌بینیم جای خودتان را فرض کنید. اما در کنار این فرض، ما یک افق بلند مدت را هم می‌توانیم کنار آن بگذاریم که آسمان آن را رویکرد گذاشته ایم. شما می‌توانید فرض کنید که اگر معنی زندگی این است که من رضایت پروردگار را حاصل کنم، افق بلند مدت من یعنی آن جایی که می‌خواهم به آن برسم رضای پروردگار باشد، حالا این هم در هر کار کوچکی دیده می‌شود و هم در یک افق بلند مدت. پس قاعدتاً من برای خودم یک رویکرد باید داشته باشم. یا رضای پروردگار است، یا انجام وظیفه است، یا اینکه به کسی آزار نرسانم، یا مقام‌های انسانی.... هر کدام از

اینها باشد می‌شود یک رویکرد شما. یک رویکرد داریم به علاوه اینکه جزء به جزء کارهایمان را می‌توانیم روی آن به عنوان یک جاده در نظر بگیریم. ببینیم ماشین وجودم کجاست. اینگونه نگاه کنیم کمتر آشفته می‌شویم. اگر بخواهید روزهای اول همه چیز را اینگونه نگاه کنید و تمرین کنید کار سخت می‌شود. به عبارتی می‌گوییم از آن جایگاه می‌فهمید و ساده تر است شروع کنید که ماشین من در مسیر هست یا نه. حالا شما می‌گویید بعضی چیزها ساخته. می‌گوییم بعضی چیزها ساخته قبول. اما ماشین شما گرسنه است یعنی چرخ فیزیولوژی آن دارد می‌چرخد. می‌خواهد یک غذایی بخورد. همین فرض کوچک را نگاه کنید ببینید چگونه این مسیر را طی می‌کند. این فرض کوچک راحتتر است چون فیزیکی است. فرض جسمی است. می‌روید جایی مثلاً یک مهمانی. خسته اید و انتظار دارید از شما پذیرایی شود یا خانه شما مهمان آمده است. همین تکه‌های کوچک را نگاه کنید. این تکه‌های کوچک به شما مهارت می‌دهد وقتی این مهارت کوچک را داشتیم در جاده بزرگ زندگی هم احتمال موفقیت بالاتر است. ما نمی‌خواهیم به هیچ عنوان بحث‌های اینجا خیلی فکری درگیرکننده باشد ما می‌خواهیم در درجه اول (۱) آرامش ما با این بحثها بیشتر شود که گفتیم با نگاه پروردگاری است. (۲) از همین نکات که گفته شد یک مهارت هایی را از جاهای ساده شروع کنیم. وقتی جای ساده را مهارت پیدا کردیم گواهینامه گرفتیم برویم تو جاده های سخت حرکت کنیم.

■ پرسش: آموزه هایی که داخل کتاب است یا در دوره گفته می‌شود را از چند سالگی فرزند باید شروع شود؟
■ پاسخ: در بحثهای روانشناسی کلیت تربیت کودک را ۳ تا ۱۲ سال بیان می‌کنند. بحث دینی تربیت قبل از تولد شروع می‌شود. اما اگر بخواهیم مهارتی آن را بگوییم حدود ۳ تا ۱۲ سال، سن نسبتاً راحت تری است. یعنی در این بازه اجازه دارید مهارت کسب کنید. از بچه ۱ ساله مهارت کسب کردن با این آموزه‌ها گاهی وقتها اعصاب شما را خرد می‌کند و ضریب شکست بالاست. به خصوص روزهای اول شما را اذیت می‌کند. پس جایی که می‌توانیم مهارت کسب کنیم ۳ تا ۱۲ سال است.

■ پرسش: در شرایطی که فرزند زیر ۲ سال داریم باید چکار کنیم تا پیش زمینه ای شود برای تربیت از ۳ سال به بعد؟
■ پاسخ: به این مسئله در بحثهای کلی اشاره می‌کنیم. وقتی می‌گوییم کودک در این سن (کل ۷ سال اول) یک نقش بزرگوار دارد یعنی وقتی این بزرگوار به منزل شما می‌آید شما سعی نمی‌کنید با امر و نهی یا اخم بر روی او اثر بگذارید. از چه روشی اثر می‌گذارید؟ محیط آرایشی. شما وقتی یک آدم بزرگوار به منزلتان می‌آید حتماً جای صندلی‌ها را یک بازبینی می‌کنید. حتماً کف منزل را یک بازبینی می‌کنید/ کاری می‌کنید که وقتی نشست او حداکثر آرامش ممکن را داشته باشد. کمترین امر و نهی نیاز داشته باشد. نگوئیم ببخشید سید بزرگوار از اینجا بلند شوید آن طرف بنشینید. دقیقاً مصداق این است. بعد میرسیم که در همه سنین حتی بزرگترها حتی برای خودتان در منزل محیط آرایشی و فضا سازی اصل ماجراست. این فضا سازی و محیط آرایشی که فصل ۴ کتاب را برای ما تلقی می‌کنند می‌شود روال عادی زندگی. در این روال عادی زندگی تنش و برانگیختگی کم است و بعضی وقتها یک موقعیتهای پیش می‌آید که ما یک برانگیختگی میبینیم (چرایی) و باید یک ارتباطی با هم داشته باشیم (فصل اولی یا دومی یا سومی)، بنابراین تعدادش خود به خود کم می‌شود.

● مروری بر جلسات گذشته

■ **برگه ارائه شده در جلسه اول:** در این برگه آسم سایت را نوشتیم و یک سری نکات مهم را خدمت عزیزان متذکر شده‌ایم. دندان سر جگر گذاشتن و گام به گام پیش رفتن برای بدست آوردن یک پختگی حداقلی برای ورود به میدان عمل لازم است و هشدار می‌دهیم که گفتیم وارد عمل نشوید. آنجاییکه رفتار فی نفسه خود به خود تغییر کرده است و شما تصمیمی برای تغییر نگرفته اید اشکالی ندارد. گردن ما و این آموزه‌ها. آنجاییکه تصمیم می‌گیرید که از فردا یا از همین الان می‌خواهیم اینگونه عمل کنیم چون مقام فکری دارد آنجا گردن خودتان و این کار را نکنید.

- شما آمده اید این آموزه‌ها و رویکردها را شنیده اید و مثلاً می‌خواهید به فرزندتان بگویید «دست نزن دیگه» ناخود آگاه به ذهن‌تان می‌رسد کلمه دیگری می‌گوی‌اید. این اشکال ندارد. ناخودآگاه بوده است. اما اینکه بگویید از حالا من به بچه ام این جوری می‌گوی‌ام، خوب در این رفتار تصمیم گرفتید در رفتار بعدی چه؟ بعدی؟ بعدی؟ این قیافه جدید را با قیافه قدیمی چگونه می‌خواهید جلوی بچه جابجا کنید که بچه گیج نشود؟ فرض کنید یک ماسک گرفتید دستتان گاهی جلو صورت شماست گاهی خودتان هستید. حالا اگر بازی باشد شاید بچه بخندد ولی تحمل طولانی مدت این حالت را ندارد. پس به این دلیل گفتیم تغییر ندهید.
- همچنین گفته شد چون کلاس‌ها گام به گام است بخصوص جلسات اول، حتماً خلاصه جلسات مطالعه شود تا نکته و یا آموزه ای جا نیفتد و برای جلسات بعدی خلأیی نباشد.
- بحثمان را به صورت کلی مرور کردیم که **عنوان اصلی** بحث ما چیست. اشاره ای داشتیم به اینکه بحث ما از جنس تربیت است و تربیت نیز معنایش را گفتیم پروردن است. یک جایی همین معنای پروردن را به عنوان رویکرد، گفتیم رویکرد باغبانی. بعد گفتیم رویکرد باغبانی به جای رویکرد مجسمه ساز. مجسمه ساز چه رویکردی است؟ مجسمه ساز یک چیزی تو ذهن خودش دارد و با یک ماده ساختنی می‌خواهد به آن چیزی که در ذهنش هست برسد. این رویکرد مجسمه ساز است. اغلب ما در تربیت برای خودمان و دیگران رویکردمان فی الواقع مجسمه ساز است. شعارمان رویکرد باغبانی است ولی رویکردمان مجسمه ساز است. وقتی خودم را خیلی راحت با دیگران مقایسه می‌کنم یعنی رویکردم دارد به سمت مجسمه ساز پیش می‌رود. من خودم را باید با چه کسی مقایسه کنم؟ با استعدادها و توانایی های خودم. این می‌شود رویکرد باغبانی. حالا برای بچه مان که به طریق اولی آرزوها و ایده آل های خودمان را در او می‌خواهیم بگذاریم. رویکرد باغبانی رویکردی است که از مبانی دینی به راحتی می‌توان گرفت. خود آسم " رب " به نوعی معنایش داستان باغبانی یا پروردگاری را تداعی می‌کند. حداقل یک اشاره کردیم برای داستان حضرت مریم (س) آیه ای در قرآن است که پروردگار خودش را به کسی که نبات وجود حضرت مریم را باغبانی کرده است تشبیه می‌کند. وَأَنْبَتَهَا نَبَاتًا حَسَنًا آیه قرآن است. ببینید چه تعبیر زیبایی کرده است. وجود نازنین حضرت مریم بحث خیلی مهمی است وقتی پروردگار خودش را اینگونه تفسیر می‌کند که من پروردگار مثل یک باغبان این نبات حسن را پرورش دادم نشانگر اهمیت و صحت رویکرد باغبانی است.
- **کودک:** گفتیم کودک کسی است سن تقویمی ندارد. برخلاف آن چیزی که تا ما می‌گوی‌ام کودک توی ذهنمان سن می‌آید. کودک کسی بود که حال و احساسش بزرگتر از برنامه و آینده‌اش است. لحظه حال و احساسش مهم تر است. کودک کسی است که به جای اینکه او سوار بر مسئله باشد، مسئله‌اش بر مدیریتش سوار است و اصلاً موضوع عجیب و غریبی نیست. مثلاً در یک صحنه رانندگی که تصادف می‌کنید در آن لحظاتی که گیج هستید یقیناً مسئله شما از مدیریت شما بزرگتر است. یک امداد گر آموزش دیده وقتی سر صحنه ترسناکی میرسد به سرعت مسئله بر مدیریتش سوار می‌شود. برای همین به او آموزش داده اند که چکار کند و چگونه مجدد خود را بر مسئله سوار کند. پس خیلی سریع گاهی وقتها اینها جابجا می‌شوند و ما می‌خواهیم مدیریت بر مسائلمان حاکم باشد نه مسائلمان بر مدیریتمان. پس با این نگاه ما هر لحظه ممکن است کودک باشیم. پس با این نگاه تربیت کودک خیلی معنایش متفاوت می‌شود.
- سپس گفتیم خلاصه داستان تربیت کودک می‌تواند بشود «**خودآگاهی، خانواده و ارتباط مؤثر**» و اگر بخواهیم خیلی خلاصه کنیم خودآگاهی همه اینها درونش هست. پس خلاصه بحث ما شد داستان خودآگاهی. در ادامه بحث گفتیم انسان خودآگاه بدون سؤال نیست. اتفاقاً انسان خودآگاه سؤالات زیادی نیز دارد و در راستای پاسخگویی به سؤالاتش متناسب با شرایطی که دارد، گام به گام پیش می‌رود. یکی از سؤالات اصلی این است که تربیت کننده اصلی ما کیست؟ که گفتیم پروردگار متعال است. این عقیده کلی بسیار مهم است و اگر نتواند در این آموزه‌ها به من و شما آرامش و پشتوانه ای بدهد اصلاً کلاسها را نیاییم. چون اگر نمی‌تواند این بحث به من و شما آرامش بدهد انگار ریشه اصلی این کلاسها در دست من و شما نیست. باید برویم یک زمانی بیاییم که این مفهوم را بفهمیم. این مفهوم را فهمیدیم ان شاء ... یک نخ تسبیح می‌شود که همه آموزه‌ها را می‌توانیم حول این نخ تسبیح بگردانیم.

- **اشاره دیگری** داشتیم به اینکه بحثهای ما مبنایی دارد، ساختاری دارد و شیوه‌هایی. گفتیم کتاب، کتاب شیوه‌هاست. ما می‌ترسیم از اینکه شیوه را بدون داشتن مبنا به دست کسی بدهیم. چون احتمال خطا بالاست. ما گفتیم اینجا نمی‌خواهیم چیزی را از بر کنیم. می‌خواهیم بفهمیم، تفکر و تدبیر کنیم. نه اینکه بگوییم چون این کتاب گفته قبول. حتی خود قرآن در مقام بلندی که دارد می‌گوید در مورد حرفهای من تفکر کنید. با توجه به این مسئله می‌خواهیم مبانی را بدانیم که براساس مبانی بتوانیم شیوه‌ها را بسنجیم و محک بزنیم.
- یکی از مبانی «**اختیار**» است. مسئله‌ای که انسان خیلی با آن جایگاه دارد و خیلی هم مهم است و نشانه آزادی انسان است. انسان توانایی تشخیص حق از باطل را دارد و بر خلاف همه موجودات می‌تواند حق را ببیند ولی به سمت حق حرکت نکند. چون این توان را دارد شما در بحث تربیت با این نگاه نمی‌توانید اختیار را نادیده بگیرید و هر کسی این مسئله را نادیده بگیرد به مقام انسانی توجه نکرده است. حالا اگر یک راهی به شما داده شد که این را باعث شد شما با سرکوب آزادی و اختیار فرد و نابود کردن قدرت انتخاب فرد به ثمری برسید، هر ثمری به که به دست آوردید با این آموزه‌ها همخوانی ندارد و عقیده داریم به ثمره مناسبت نمی‌رسد. جمهوری کمونیستی یکی از دلائل مشخص نرسیدن به این قضیه است. چون جمهوری کمونیستی کلاً فرض بر مبنای گرفتن بسیاری از اختیارات، یکسان کردن آدمها و... است. هر چه ما بتوانیم فرد را با داشتن اختیار مناسب به سمت مناسب حرکت دهیم آنجا قدرت ما در رویکرد باغبانی بیشتر است.
- **در اینجا اشاره دیگری** نیز کردیم، که رویکرد دیگر ما باید کنترل درونی باشد. اگر رویکرد کنترل درونی است با این نگاه عکسهای دست راست کتاب اغلب تصمیم گیرنده، تحکم کننده والدین است و در سمت چپ اغلب راه حل پیدا کننده، انتخاب کننده و از بن بست در آمدن کار بچه است.
- **یک نکته دیگر** را اشاره کردیم که خانواده انگار تنه درختی است که مبانی را به شیوه‌ها وصل می‌کند. و گفتیم اگر فرد یا مؤسسه‌ای ادعا کرد که فرزندان را برای تربیت به ما بسپارید با مبانی ما سازگاری ندارد. چون سهم خانواده در تربیت حداقل باید $50\% + 1$ باشد. اگر جایگاه خانواده را بشناسیم و بفهمیم و ساختار خانواده $50\% + 1$ باشد، آنگاه با ریشه قوی مودت و رحمت می‌تواند در بسیاری از طوفان های زندگی فرزند ما را حفظ کند.
- **اگر** به یک انسان نگاه کنید از بیرون به درون که می‌روید دیدنی ترین قسمت انسان همین اعمال و رفتار اوست. بعد حالات. حالات ظرافتهای رفتاری است. آن چیزهایی که به راحتی دیده نمی‌شود. در این انسان اگر بین دیدنی تر و محسوس تر با نادیدنی تر و نا محسوس تر دعوا شود دیدنی ترها پیروز می‌شود. یعنی مثلاً اگر بچه‌ها در حال سر و صدا بودند و من با فریاد گفتم ساکت، رفتار من پیروز است نه گفتار من. اینجا است که دین می‌گوید مردم را با رفتارت بخوان. قرآن می‌گوید چرا می‌گوی اید ولی عمل نمی‌کنید. چرا مردم را می‌خوانید و خودتان عمل نمی‌کنید.
- **هفت سال اول**، دوم و سوم را گفتیم. به نعمتهای تربیت اشاره کردیم. گفته شد متناسب با سن تقویمی هرچه سن پایین تر می‌آید باید همین طور از جزءهای محسوس تر و دیدنی تر استفاده کنیم. مثلاً در شرایطی که بچه حس و حال صبر کردن ندارد به جای اینکه بگوییم ده دقیقه صبر کن بگوییم این عقربه ساعت تا اینجا بیاید صبر کن. برای کودک محسوس تر است و ارتباط بهتر برقرار شده است. این محسوس تر کردن در بحثهای رفتاری و ارتباط با کودک فوق العاده می‌تواند جایگاه داشته باشد.
- **مراحل رشد** گفته شد. تولد سادگی است. وجود نازنین پیامبر اکرم (ص) که گل سر سبد خلقت هستند آنقدر ساده بودند که به ایشان می‌گفتند گوش است. یعنی فکرش خیلی کار نمی‌کند و هرچه می‌گفتند به سادگی گوش می‌کردند. اما این اذن و گوش بودن را پروردگار خلق کریم می‌گوید. بچه نیز بی تکلف است، راحت است. این نکته را گفتیم تا (۱) سادگی را درک کنیم (۲) خوراک سطح بالاتر برای سطح پایین تر سم است. (مثال سلمان و ابوذر). اگر بچه من الان نیاز دارد از رفتار و اعمال من ببیند و من بیایم یکم بالاتر به او بدهم دارم او را مسموم می‌کنم. کودک هم سن تقویمی نداشت. به این دلیل در بحثهای بعدی چهار چرخ را مطرح کردیم تا با توجه به

چهار چرخ بفهمیم کودک در چه سنی است. آیا چهار چرخش بالانس است؟ بالانس نیست؟ در چه سنی است؟ فقط نگاه نکنید چهار سالش است. او الان گرسنه است، خوابش می‌آید، سنش یک سال هم شاید نباشد. بعد مثلاً می‌گویم دیروز یادت هست قول دادی؟ داریم از یک مقام دیگر استفاده می‌کنیم و در حال مسموم کردن کودک هستیم. بعد قشقرق به وجود می‌آید...

■ **به ابزارهای تربیت اشاره شد.** مهمترین نکته در ابزارهای تربیت که شامل هنر، بازی و ادبیات بود این بود که اینها دارای این ویژگی‌ها هستند: (۱) غیر مستقیم هستند (۲) همراه با احساس آزادی و آزادگی هستند.

■ **بحث خانواده** را مطرح کردیم. گفتیم خانواده محلی است برای مودت و رحمت که از جنس احساس هستند. یعنی پروردگار فی نفسه یک انرژی قوی را برای ما هم بودن گذاشته است. با توجه به اینکه خانواده قدرت خیلی عظیمی دارد و انرژی قوی مودت و رحمت می‌تواند به ما قدرت حرکت دهد، پس مودت و رحمت جایش داخل خانواده است.

○ مثال: بچه از مدرسه به خانه می‌آید و با ذوق و شوق می‌گوید: مامان امروز ۲۰ گرفتم.

سه برخورد متفاوت می‌توان نشان داد:

- شق القمر نکردی. خودم دیشب تا ساعت ۲ نصف شب باهات کار کردم

- آفرین بچه تیزهوش من... ما شاء الله... می‌دونستم موفق میشی

- از صبح منتظر بودم بیای ببینمت. دلم برات تنگ شده بود. یک جای گذاشتم تا با هم بخوریم.....

■ **رویکرد مودت و رحمت** در جمله سوم بیشتر است و رویکرد همدلی در جمله دوم بیشتر است. این مثال را مطرح کردیم تا تفاوت رویکردها را متوجه شوید. اما یقیناً بچه باید متوجه شود وجود خودش از نمره مهم تر است. حالا شیوه برخورد من با بچه ام بر می‌گردد به چهار چرخ من و او. آیا او امروز نیاز دارد مودت و رحمت بیشتری ببیند یا نیاز دارد همدلی ببیند. آیا بچه تکرار ۲۰ دارد یا اولین ۲۰ است. این مثالها ذکر شد تا رویکرد را بفهمیم و الگوی رفتاری ما کماکان کتاب است. شما شوق دارید شوقتان را نشان دهید اشکالی ندارد ولی با شوق نشان دادن نباید اتفاقی بیافتد که جای مودت و رحمت را بگیرد. البته این جملات فی نفسه کامل نیست و هر کدام جای بحث دارد و فقط مثالی بود برای فهم رویکرد.

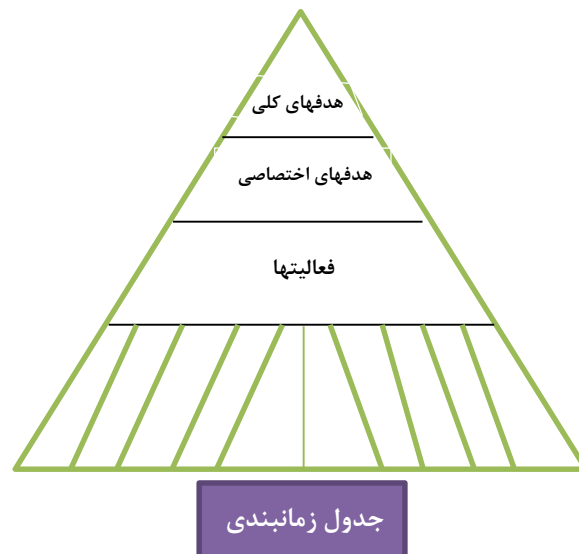
■ **سبک زندگی** گفته شد. سبک زندگی روال عادی زندگی است که با کمترین صرف انرژی انجام می‌شود. سبک زندگی پر از عاداتهای فکری، رفتاری و کلامی است.

■ اشاره ای به **رویکرد** داشتیم. رویکرد یعنی افق دید، چشم انداز. و بر اساس این چشم انداز راحت ترین مدل تغییر را انسان برای خودش می‌تواند ترسیم کند. رویکرد با میزان کمترین صرف انرژی شما را به نتیجه بسیار بیشتری می‌رساند.

■ در داستان خیر خوبی زیبایی که داستان مفصلی بود گفتیم **مسیر تربیت** از سمت زیبایی به سمت خیر است و مسیر مسئولیت از سمت خیر به سمت زیبایی. زیبایی را گفتیم کشش، جاذبه. هر موقع راجع به خیر خوبی زیبایی فکر کردید مثال راهگشای غذا را به خاطر داشته باشید. کشش های غذا جزو زیبایی آن است. حال اگر خواستید مسیر تربیت را طی کنید با توجه به هفت سال اول و دوم و سوم باید زیبایی شناسی یک چیز را در نظر آن فرد رصد کنید. مثلاً زیبایی نماز برای بچه دو ساله یا برای بچه چهار ساله... یا مثلاً زیبایی غذا خوردن قشنگ در یک مهمانی برای بچه چیست؟ پس من وقتی زیبایی و کشش‌ها و جاذبه‌ها را فهمیدم می‌توانم بچه را از سمت زیبایی به سمت خیر حرکت بدهم. خیر دنیای ارتباطات درونی و بیرونی است. ارتباطات درونی مثل نیت.

■ **منحنی توزیع نرمال:** در منحنی توزیع نرمال گفته می‌شود در طبیعت، در سیستم‌هایی که توسط بشر دستکاری نشده است اغلب اشیاء در میانه منحنی قرار دارند. یعنی مثلاً قد اغلب ما یک حد مشخص است. برگهای یک درخت اغلب شبیه همدیگرند. ما می‌خواهیم از این منحنی در رفتارهایمان استفاده کنیم. وقتی می‌گوییم ام‌چهره رفتارشان تغییر نکند می‌خواهیم بگوییم اغلب رفتارهای ما نیز باید در منطقه میانی توزیع نرمال باشد.

- **قانون ۲۰-۸۰:** در بحث مدیریت گفته می‌شود که شما می‌توانید ۲۰٪ از کارهای یک موضوع یا زندگی یا محیط اداری را انجام دهید که ۸۰٪ در آن اداره اثرگذار باشد. به عبارتی ۲۰٪ از مسئله‌های شما می‌تواند ۸۰٪ از مسائل را حل کند. و می‌توانید بروید سراغ ۸۰٪ از مسئله‌هایی که ۲۰٪ بیشتر از آن نتیجه نگیریم. ما اعتقاد داریم رویکرد جزو ۲۰٪ مؤثر است. ما می‌خواهیم از جایی شروع کنیم که جزو ۲۰٪ مؤثر باشد. قدرت تصور که در فصل ۱ کتاب گفته شده است جزو ۲۰٪ مؤثر تأثیر گذار در من و شماست.
- **تناسب خیر خوبی زیبایی.** گفتیم پروردگار وقتی در قالب خیر خوبی زیبایی تجلی پیدا کرد ما نعوذ ما نمودا در هر کار یا شیئی میتوانیم آنرا ببینیم و بسنجیم. در غذا می‌بینید خیر غذا با خوبی غذا با زیبایی غذا تناسب دارد. در غذای پروردگاری ۸۰٪ غذاها طبق منحنی نرمال اینگونه هستند. غذای تلخ هم داریم که برای ما مفید است اما این جزء ۱۰٪ است. ولی اغلب تو منحنی توزیع نرمال پروردگار اینگونه خلق کرده است. حالا اگر چیزی پیدا کردیم زیبایی آن خیلی بالا بود و خیرش کم جای سؤال است. یا دستکاری است یا استثناء. کالباس جزء آن دسته است که خیر خوبی زیبایی آن با دستکاری انسان به هم ریخته است.
- یک اشاره ای کردیم به یک بحث **مدیریتی**. گفتیم داز نظر مدیریتی در مثال جاده ایرادی که کلی گوی‌ای دارد این است که ما را در جاده بی علامت قرار میدهد. بی تابلو، نمی فهمیم کجا هستیم. بعد گفتیم در بحث مدیریتی هم می‌گوی‌اند:
- اهداف کلی قابل سنجش نیست ولی **اهداف اختصاصی** باید قابل سنجش باشد. سپس یک برنامه دقیق داشته باشیم تا بتوانیم کنترل کنیم که دور شدیم یا نزدیک. در مثالهای دینی هم گفتیم اگر گفته می‌شود بگوئید لا اله الا... قابل سنجش نیست. کلی است. در بالاست. از بالا که به پایین آمده است گفته شده تیک بزنید: نماز صبح، نماز ظهر، نماز عصر، ببینید چقدر قابل سنجش شده است. ما چقدر از تصمیماتی که می‌گیریم قابل سنجش است؟ یا حرفهایی که به فرزندان می‌زنی‌ام می‌تواند برای خودش تیک بزند؟



- **شکارچی** عادت‌های خودمان باشیم. از جمله عادت‌های فکری رفتاری کلامی...
- **نکات خاص:**
 - (۱) بحث ما در حیطه خانواده است و مرتبط با مهد کودک و مدرسه نیست. ریشه‌اش مأل خانواده است. جایی که مودت و رحمت است. بچه شما وقتی مدرسه می‌رود آن مودت و رحمت داخل خانواده دیگر آنجا نیست. مدرسه اول باید دانه بپاشد، همدلی ایجاد کند اما در خانواده که اینگونه نیست. این ریشه قوی هست. پس بحث‌های ما اصلش به خانواده تعلق دارد.

۲) مباحث ما یک مباحث کلی است و اختصاصی شدن مباحث هنر شما در خانواده است. چهار چرخ اختصاصی بچه شما در خانواده هنر شماسست. نمی شود کپی کرد. با توجه به این نکات آموزه هایی که گفته می شود مآل حدود سن تقویمی ۳ تا ۱۲ سال است. سنی که توصیه می کنیم می توان وارد این بحثها شد ۳ تا ۱۲ سال است. قبل از ۳ و بعد از ۱۲ پیچیدگی های خاص خودش را دارد. ۳) این نکات در شرایط نرمال مطرح می شود. شرایط عادی، طبیعی. اگر یک کودکی نیاز به یک کار اصلاحی داشت احتمالا در آموزه های ما ممکن است قرار نگیرد. یک اصطلاحی داریم کودکان اصلاحی در مقابل کودکان عادی. این آموزه ها برای کودکان عادی است. یک مقداری فرمولها بعضی جاها فرق می کند. مثلا راجع به بچه بیش فعال که ما آن را خیلی هم غیر عادی تلقی نمی کنیم، شما باید دامنه فرکانسی ارتباطتان خیلی به هم نزدیک باشد که او حرف شما را بفهمد. دیگر به یک کلمه خوب، بله می فهمم شاید جواب ندهد.

۴) تمام حرفهایی که زده می شود منجر به این می شود که ضریب خطا کاهش پیدا کند. یعنی در همه موارد این اصول به نتیجه دلخواه و مد نظر نمی رسانند، ضریب خطا کاهش پیدا می کند. روشهای قدیم نیز همه آنها بد نیست، ضریب خطایشان بالاست. با توجه به منحنی توزیع نرمال روشهایی که می گویام تا ۸۰٪ موارد ضریب خطا را کاهش می دهد

• تلنگر:

۱) اگر نگران نبود وقت برای یادگیری و عمل بر طبق این آموزه ها هستید به فرمول زیر توجه کنید:

زمان گذاشته شده × برکت الهی = ؟

پاسخ چیست؟ بنابراین خیلی نگران وقت گذاشتن یا نگذاشتن نباشید. به آن فرمولهایی که گفتیم توجه کنید. به بسم رب توجه کنید. رویکرد مجسمه ساز را کنار بگذارید. رویکرد اینکه من یقه پروردگار را بگیرم که بچه من این بشود را کنار بگذارید. پروردگارا کمک کن من باغبان خوبی بشوم را در کار بیاورید. اینگونه نگاه کنید قضیه خیلی فرق می کند.

۲) کودکان از ما الگو می گیرند. یعنی کودکان از کل زندگی ما در حال الگوبرداری هستند. اتفاقا مواقعی که ما به فکرش نیستیم. یعنی تربیت وقتی اتفاق می افتد که حواسمان نیست. پس واقعا باید کار را به پروردگار بسپاریم و از او کمک بگیریم.

• نکات کتاب با توجه به مقدمه:

- ۱) این کتاب دوم نویسندگان است و کتاب اول کودک، خانواده، انسان نام دارد.
- ۲) در کتاب اول تنها داستان هایی که اتفاق افتاده بیان شده است.
- ۳) از کتاب اول برای الهام گیری در زندگی می توان استفاده کرد و کپی برداری غلط است.
- ۴) اثر این کتاب در تغییر روش زندگی است. آنهایی که موفق بودند توانسته بودند با الهام گیری از کتاب اول روش زندگی را تغییر دهند.
- ۵) کتاب دوم برای عده ای نگاشته شده است که می خواهند مهارتها را گام به گام بیاموزند. پس این کتاب، کتاب گام به گام آموزش مهارتهاست. یعنی تا فصل ۱ را نخوانده اید به فصل ۲ نروید و... اما کتاب اول اینگونه نیست. از هر قسمتی می توان یک الهام گرفت.
- ۶) در استفاده و مطالعه کتاب کودک خانواده انسان مراقب باشید خلاقیت شما در ارتباط با فرزند کاسته نشود. چه خوب است که شما بتوانید حداقل یکی دو جمله برای کودکان خلق کنید تا از روی کتاب کپی کنید.

• سؤالات پایانی:

در برخورد با کودک محتاط باید چگونه عمل کنیم؟

یک جواب ساده. در بحث جسم من به دنیا آمده ام و یک دستم ضعیف تر از دست دیگر من است. شما چه می کنید؟ سعی می کنیم بیشتر به دست ضعیف تر توجه کنیم. شبیه کاری که برای تنبلی چشم انجام می دهیم. در اخلاق نیز همین است. یک خانواده ای زود از کوره در می روند. من هدایت کلی ام باید به سمت آرامش باشد. اما این تصمیم را نمی گیرم خانواده آرامی درست کنم. چون ضد و نقیض

می‌شود. به سمت تعادل حرکتش می‌دهم اما مستقیم نیست. با همین روشهایی است که گفتیم. مثلاً همیشه بچه من بی محابا از خیابان رد می‌شود و اصلاً حواسش به خیابان نیست. یکدفعه اگر دیدم که یک مکث یک ثانیه ای کرد می‌گوی‌ام من دیدم علی با چه سرعتی به خیابان رسید یکدفعه ایستاد. من به این می‌گوی‌ام کنترل. به این بچه این طوری می‌گوی‌ام. اما آن بچه ای که هر دفعه می‌خواهد رد شود دائماً خیابان را نگاه می‌کند و دچار وسواس شده است، اگر یکدفعه رد شد می‌گوی‌ام عجب سرعتی از خیابان رد شدی. هر دو را به تعادل می‌رسانیم. افراد را به میانه نزدیک می‌کنیم. اما تصمیم نمی‌گیریم آدم خشن را ملایم و یا آدم ملایم را خشن کنیم. افراط تفریطی نه. به سمت تعادل تا حدی که مناسب او باشد و با روش غیر مستقیم. روش غیر مستقیم همین توصیف و روشهای داخل کتاب است.

• تمرین:

مطالعه کامل و دقیق فصل اول کتاب- یادداشت سوالات، ابهامات و... تا پایان صفحه ۴۰

• عنوان جلسه ششم:

○ مدیریت ارتباط - حل مسئله

○ مرور و بیان نکات تا پایان صفحه ۴۰

دی‌ماه ۱۳۹۳ - www.Niktinat.ir