

چگونه زیستن را از تو می‌آموزم مادر...

مقدمه

از رشد و تحول کودک خود چه می‌دانید؟... دانستن اطلاعاتی در زمینه رشد کودک و ویژگی‌های او به چه درد شما می‌خورد؟...

– آخه این سؤال‌ها چیه؟ مگه فرقی هم می‌کنه؟... خوب بچه، بچه است دیگه کوچک و بزرگش چه اهمیتی داره سن او چه توفیری می‌کنه؟... ما همین که بتونیم شکم آنها را سیر کنیم و لباس بپوشانیم و به مدرسه بگذاریمشان، کار شق القمری کرده‌ایم... چیزهای دیگه پیشکش و...»

– نه جان من تند نرو، آهسته کن بذار تا با هم بریم... مسلمنه که فر می‌کنه، تا حالا شده فکر کنی چرا بچه حیوانات خیلی زود به دنیا می‌آیند و خیلی زود بزرگ می‌شوند؟ ولی بچه انسان ۹ ماه در شکم حمل می‌شود، ۲ سال شیرخوار است و تا ۲۰ سالگی، هنوز به او بالغ نمی‌گویند؟» نه جداً تا حالا به این موضوع فکر کردی؟

چند بار تا حالا شنیدی که انسان در طول رشد خودش چندین مرحله را پشت سر می‌گذارد؟

– مراحل؟

– خوب بله... درست شنیدید. مراحل مثل اعتماد، استقلال، ابتکار، تحقق عمل، احراز هویت، صمیمیت یا مردم‌آمیزی، تولید و شکفتگی که البته وارد هیچ مرحله‌ای نمی‌شوید مگر آنکه مراحل قبلی را به خوبی پشت سر بگذارید؟

– دوست داری...؟ دوست داری بدانی دانستن هر مرحله و ویژگی‌های مربوط به آن به چه درد شما می‌خورد؟ چه باری را از دوش شما بر می‌دارد؟ پس با ما همراه شده و سلسله بحث‌های ما را در این خصوص دنبال کن و سؤالاتت را هم با ما در میان بگذار.

بنابراین مشخص شد که در اولین گام، سعی داریم به بررسی رشد و تحول انسان بپردازیم. در اینجا به سراغ مرحله اول یعنی «اعتماد اساسی» می‌رویم:

«يك لحظه چشم هاتون رو ببندید و تصور کنید خانم همسایه صاحب دو فرزند، یکی شاگرد کلاس اول و دومی ۶ ماهه است. کارهای منزل از يك طرف، خرید بیرون از طرف دیگر به همراه سرو کله زدن با کودک مدرسه باعث شده بود به گریه‌های نوزاد وقعی نگذارد، با خود فکر می‌کرد دیگه اعصاب برام نمونده - دیوونه شدم همه‌اش کار کار و کار هیچکس به داد آدم نمی‌رسه چقدر به خواهر شوهرش گفته بود این بچه را بغلی نکن ولی کو گوش شنوا حالا نتیجه‌اش هم این است، دائماً صدای گریه نوزاد به گوش می‌رسد.»

او کارمند يك شرکت خصوصي است و مدتي است که مرخصي زايمان او به پايان رسیده و مجبور شده کودک را به مهد کودک بسپارد - نمي داند به حرف چه کسي گوش کند. يکي مي گويد بچه را نبايد بغل کرد، بغلي مي شود، ديگري مي گويد بايد همه کارهايت را رها کنی و تنها به کودک خود برسي - عمل کردن به نسخه هاي جورواجور خانم هاي همسايه و همکار باعث سردرگمي او شده و مثل اينکه خودش هم به ياد نمي آورد کودک اول خود را چگونه بزرگ کرده، درست مثل کسي که هيچ تجربه اي در بچه داري ندارد گيج و سرگردان است و همين رفتارهاي او موجب شده دائماً صدای ونگ ونگ شيرخوار به گوش برسد و حتي همسايه ها از دست گريه هاي بي امان او به تنگ آمده اند.

وقتي عرصه به مادر تنگ مي شود، با عصبانيت کودک را تکان مي دهد و اگر منعش نکنی نيشگوني از لاي پاي او مي گيرد و داد مي زند. چته؟ چرا اينقدر ونگ مي زنی؟ خسته ام کردي، نه شب دارم و نه روز و به اين ترتيب بر صدای گريه شيرخوار هر لحظه افزوده مي شود در اينجاست که مادر دست و پاي خود را گم مي کند، دچار احساس گناه مي شود بر خود لعنت مي فرستد و مي گويد: بچه است عقلش نمي رسد پس پستان را در دهان کودک مي چپاند و سپس همه چيز تمام مي شود و سکوت همه جا را فرا مي گيرد.

حالا از شما مي پرسيم کجاي کار خانم همسايه اشتباه بود؟ آيا اصلاً اشتباهي در کار بود و يا همه چيز روال طبيعي و عادي خود را سپري مي کرد؟ کودک شيرخوار چه احساس مي کند و چرا دائم مشغول گريه است؟ بيمار است - يا گريه او عادي است و تنها مشکلش اين است که بغلي شده و ...

پيش از آنکه به اصل مطلب بپردازيم نزد خودتان پاسخ سؤالات بالا را بدهيد و در آخر ببينيد تا چه اندازه درست انديشیده ايد؟...

حالا ما مي پردازيم به پاسخ مطرح شده. اينکه علت گريه دائمي شيرخوار چيست؟ مي توان گفت گريه او دال بر عدم اطمينان و اعتمادش نسبت به محيط و اطرافيان است.

- «يعني چه مگر بچه اين چيزها حاليش مي شود؟ پناه بر خدا چه حرف هاي قلمبه سلمبه اي راجع به کودک 6 ماهه مي شنويم!»

- اجازه دهيد تا بر ايتان توضيح بدهم. کودک وقتي چشم باز مي کند و با دنياي جديد اطرافش آشنا مي گردد، نياز پيدا مي کند که با ديگران به خصوص «مادر» رابطه برقرار نمايد تا از اين راه نيازهاي خود را تأمين کند.

معمولاً کودک نخستين رابطه را با مادر برقرار مي سازد تا بتواند در کنار او «احساس ايمني» بدست آورد.

- «احساس ايمني از نظر بچه يعني چه؟»

پس بنا به گفته شما گريه و بي قراري کودک به دليل بي اعتمادي او به اطرافيان است

- سؤال خوبی کردید، یعنی این احساس را که مادر دائماً برای ارضای نیازهایی او در کنارش قرار داد . مراقبت‌هایی منظم و محبت‌آمیز او برای ایجاد احساس اعتماد در کودک ضروری است . این مراقبت‌ها هر روز و هر ساعت تکرار می‌شود و در نتیجه به نیازهایی کودک پاسخ مثبت می‌دهد و او را بی‌نیاز می‌گرداند .

- «اجازه بدهید...، آیا من منظور شما را درست فهمیدم. یعنی احساس ایمنی وقتی به وجود می‌آید که رفتار اولاً دائمی باشد دوماً نتیجه آن ارضاء نیازهایی کودک باشد؟»

- آفرین دقیقاً منظورم همین بود پس وقتی کودک احساس ایمنی کرد می‌تواند در مقابل ناکامی‌هایی موقت از خود تحمل نشان دهد به عبارت دیگر می‌تواند ارضای فوری نیاز خودش را کمی به تعویق بیندازد، چرا که به «مادر» اعتماد کرده و می‌داند هر کجا که باشد حتماً بلافاصله خودش را می‌رساند و نیاز او را برطرف می‌کند .

- «می‌توانید بیشتر توضیح بدهید.»

- البته . تصور کن قضیه برعکس باشد یعنی مواظبت‌ها و مراقبت‌ها مادر پایدار نباشد به این صورت که ممکن است تعویض پوشک او همیشه با تأخیر انجام گیرد طوری که کودک مجبور باشد به خاطر سوختن پاهایش مدت‌ها گریه سر دهد تا مادر متوجه منظور او بشود و یا شیردادن آنقدر به تعویق بیافتد که گرسنگی امان او را ببرد در این صورت کودک می‌فهمد برای رسیدن به حرفش که همان ارضای نیازهایش باشد تنها وسیله گریه زیاد است در این صورت احساس عدم اعتماد و اطمینان نسبت به اطرافیان به خصوص «مادر» در او ایجاد می‌شود و رشد می‌کند در نتیجه او با دلهره و اضطراب نسبت به ناکامی‌هایی هر چند موقت از خود واکنش نشان می‌دهد و تحمل یک دقیقه تأخیر را هم نخواهد داشت و با شروع نیاز او داد و قال راه می‌اندازد تا بالاخره یکی به دادش برسد . ریشه اصلی از اینجا ناشی می‌شود .

- «پس بنا به گفته شما گریه و بی‌قراری کودک به دلیل بی‌اعتمادی او به اطرافیان است؟! یعنی احساس ایمنی در او ایجاد نشده، پس یعنی رفتار یا دائمی نبوده و یا منجر به ارضاء نیاز کودک نشده، درست فهمیدم؟...»

احسنت - مثل اینکه براتون جالبه؟ تا حالا فکر نمی‌کردید ممکن است رفتار مادر روی کودک اینقدر تأثیری بگذارد؟

- «بله من هیچ وقت به این موضوع فکر نکرده بودم که هر رفتار ما برای کودک معنی به خصوصی داره و همینطور رفتارهایی او نیز برای ما معنی به خصوصی داشته باشد»

- حالا من می‌خواهم بحث رو گسترده‌تر کنم و بگویم این مطالبی که گفته شد یعنی منظورم احساس ایمنی و اعتماد و اطمینان و... فقط مربوط به نوزاد نیست، بلکه در بزرگسالان هم به همین ترتیب است .

- نه نه خواهش مي‌کنم ادامه ندهيد. من هنوز در کودکی گیر کرده‌ام، بیشتر از این گیجم نکنيد!»!

- خوب برايتر توضيح مي‌دهم. بين گذشته از این که رفتار يك مادر و پاسخ به نیازهاي کودک مي‌تواند روي ايجاد احساس ايمني و اعتماد کودک تأثیر بگذارد روي آینده او نیز بي تأثیر نخواهد بود. منظورم این است که وقتی کودکی اعتماد پيدا مي‌کند يعني روي مادر حساب مي‌کند. به عبارت ديگر او مطمئن است اگر مشکلي داشته باشد قبل از آنکه مشکل او را از پاي در بياورد مادر به داد او مي‌رسد و مشکلكش را رفع مي‌کند و نیاز او را پاسخ مثبت مي‌دهد. و چون مادر اولين موجودي است که کودک مي‌شناسد بنابر این مادر براي او حکم يك کانال ارتباطي را بازي مي‌کند که او را به دنياي بيرون مرتبط مي‌کند، پس مادر براي کودک حکم «دنيا» را دارد. بنابر این اگر کودک بتواند روي مادر حساب کند و به او اعتماد داشته باشد يعني روي مادر حساب باز کرده، به دنيا اعتماد پيدا کرده، در دنيا احساس ايمني و راحتی مي‌کند و از دنيا نمي‌هراسد...

...پس اگر من آدمي خوش بين، قابل اعتماد و مطمئن هستم به خاطر تلاشها و فعاليتها و هشياراي مادرم مي‌باشد.

- «حالا دارم کم کم متوجه مي‌شوم مرحله اعتماد اساسي که گفتيد يعني در این مرحله اگر رفتار اطرافيان اعتماد برانگيز باشد کودک مي‌آموزد به دنيا اعتماد کند و روي آن حساب باز کند. فکر کند در دنيا نقشي دارد و صاحب جاگاهي است.»

- درسته، آفرين...

- حالا متوجه ارتباط بين مرحله اعتماد و عنوان مقالات شما «چگونه زيستن را از تو مي‌آموزم» شدم.

- خوب؟

- يعني من به عنوان يك مادر با رفتار خودم در سال اول زندگي به او مي‌آموزم که دنيا چگونه جايي است و او در دنيا چه کاره است و چه نقشي دارد.

- خوب آموختي!

- واي چه جالب و چه خطير...!

- خطير؟

- آخه اينطور که شما مي‌گوئيد...

- اشتباه نکن اينرا من نمي‌گويم بلکه علم روانشناسي ثابت کرده است.

- خوب اینطور که علم روانشناسی می‌گوید پس وظیفه یک مادر خیلی سنگین است.

احساس ایمنی یعنی اینکه مادر دائماً برای ارضای نیازهای کودک در کنارش قرار دارد

- و مقدس...

- بلکه سنگین و مقدس چرا که اگر من آدمی خوش‌بین، قابل اعتماد و مطمئن هستم به خاطر تلاش‌ها و فعالیت‌ها و هشیاری مادرم می‌باشد.

- و بالعکس

- بله و خدای نکرده بر عکس

- و... حالا می‌خواهم برایت بگویم که این احساس ایمنی و اعتماد در بزرگسالان...

- نه ترا به خدا نه، خیلی تند می‌روید اجازه بدهید مدتی راجع به آن فکر کنم، تجربه کنم، از تجربیات دیگران بپرسم - رفتار مادران را با کودکان یک ساله شان زیر نظر بگیرم تا خوب مطلب برآیم جا بیفتد.

- باشد هر طور میل شماست چون قرار بود شما به ما بگوئید که چه کنیم پس ادامه بحث باید برای جلسه بعد... ..

ناهید نوری M.S روانشناسی