

آموزش خانواده

(مفهوم بنیادی)

لیدا کاکیا

زهرا بابایی

www.ketab.ir

سرشنامه	: کاکیا، لیدا ۱۳۴۹
عنوان و نام پدیدآور	: آموزش خانواده (هفت مفهوم بنیادی) / لیدا کاکیا، زهرا بابایی
مشخصات نشر	: تهران: طلوع دانش، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	: ۲۵۶ ص.
شابک	: 978-964-8445-83-1
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۲۲۹-۲۳۵.
یادداشت	: واژه نامه
موضوع	: خانواده ها - جنبه های روانشناسی
موضوع	: خانواده ها - جنبه های مذهبی - اسلام
شناسه افیسده	: بابایی، زهرا، ۱۳۴۴
رده بندی کنگ	: HQ۷۴۳/ک۱۷۱۸ ۱۳۹۳
رده بندی دیویی	: ۳۰۶/۸۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۴۴۹۰۰۰

آدرس: تهران، میدان خاندان، روبروی ایستگاه مترو شیخ الرئیس، کوچه ی رستمی،
پلاک ۱ تلفکس: ۰۲۶۴۶۸۰۱ / ۰۲۶۴۶۸۰۱ - ۸۸۳۴۵۶۸۲ - ۳۳۷۸۹۵۱۵ همراه: ۰۹۱۳ ۲۳۴۰۲۲۸

E-mail: Tolooedaneshe@yahoo.com



- عنوان: آموزش خانواده (هفت مفهوم بنیادی)
- مؤلفان: لیدا کاکیا- زهرا بابایی
- ناشر: طلوع دانش
- ویراستار ادبی: لیدا کاکیا
- ویراستار تخصصی: دکتر ابوالفضل بختیاری (عضو هیات علمی سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی)
- پیش گفتار: دکتر عباس معدن دار آرائی (عضو هیات علمی دانشگاه لرستان)
- طراح و صفحه آرایی: تندیس تقوی
- نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۳
- لیتوگرافی: موج نوین
- چاپ و صحافی: صاحب کوثر
- شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه
- قیمت: ۱۴۰۰ تومان
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۶۳۷-۸۳-۱

ISBN: 978-600-6637-83-1

حق چاپ محفوظ و در اختیار ناشر است.

فهرست مطالب

پیش‌گفتار	۱۳
مقدمه	۲۹
فصل ۱ / ادبی و نشاط	۳۳
۱. رویکرد نظری	۳۵
تعریف ادبی و نشاط	۳۵
عوامل مؤثر بر اخوندی و خوش‌بختی	۳۶
علائم و نشانه‌های فرد شاد	۴۰
روش‌های ساده برای رسیدن به شادمانی	۴۱
۲. رویکرد دینی	۴۸
نظر قرآن درباره‌ی شادی و نشاط	۴۸
روایات و احادیث درباره‌ی شادی	۴۹
۳. رویکرد ادبی	۵۲
شعر	۵۳
طنز	۶۲
۴. رویکرد عملی	۶۵
فصل ۲ / آرامش	۶۹
۱. رویکرد نظری	۷۱
تعریف آرامش	۷۱
عوامل مؤثر بر آرامش	۷۲
علائم و نشانه‌های فرد آرام	۷۷
روش‌های ساده برای آرام‌زیستن	۷۸
۲. رویکرد دینی	۸۲
نظر قرآن درباره‌ی آرامش	۸۲

روایات و احادیث درباره‌ی آرامش.....	۸۵
۳. رویکرد ادبی.....	۸۷
شعر.....	۸۷
طنز.....	۹۱
۴. رویکرد عملی.....	۹۴

فصل ۳ / افسردگی.....	۹۷
۱. رویکرد نظری.....	۹۹
تعریف افسردگی و اندوه.....	۹۹
۲. پیدایش افسردگی.....	۱۰۰
علائم و نشانه‌های افسردگی.....	۱۰۴
روش‌های درمان افسردگی.....	۱۰۵
۲. رویکرد دینی.....	۱۰۹
نظر قرآن درباره‌ی افسردگی، اندوه و غم.....	۱۰۹
نظر روایات و احادیث درباره‌ی افسردگی و اندوه.....	۱۱۲
۴. رویکرد ادبی.....	۱۱۴
شعر.....	۱۱۵
طنز.....	۱۲۰
۴. رویکرد عملی.....	۱۲۴

فصل ۴ / حسادت.....	۱۲۹
۱. رویکرد نظری.....	۱۳۱
تعریف حسادت.....	۱۳۱
علل پیدایش حسادت.....	۱۳۱
علائم و نشانه‌های حسادت.....	۱۳۴
روش‌های درمان حسادت.....	۱۳۵
۲. رویکرد دینی.....	۱۳۶
نظر قرآن درباره‌ی حسادت.....	۱۳۶
نظر روایات و احادیث درباره‌ی حسادت.....	۱۳۷
۳. رویکرد ادبی.....	۱۳۸

۱۳۹	شعر
۱۴۵	طنز
۱۴۷	۴. رویکرد عملی

فصل ۵ / دروغ و دروغ‌گویی ۱۵۱

۱۵۳	۱. رویکرد نظری
۱۵۳	تعریف دروغ‌گویی
۱۵۶	علل پیدایش دروغ‌گویی
۱۵۸	علائم و نشانه‌های دروغ‌گویی
۱۶۱	روش‌های درمان دروغ‌گویی
۱۶۲	۲. رویکرد دینی
۱۶۲	نظر قرآن درباره دروغ و دروغ‌گویی
۱۶۵	روایات و احادیث دینی در باب دروغ‌گویی
۱۶۷	۳. رویکرد ادبی
۱۶۸	شعر
۱۷۳	طنز
۱۷۵	۳. رویکرد عملی

فصل ۶ / خشم و پرخاشگری ۱۷۹

۱۸۱	۱. رویکرد نظری
۱۸۱	تعریف خشم و پرخاشگری
۱۸۴	علل پیدایش خشم و پرخاشگری
۱۸۶	علائم و نشانه‌های خشم
۱۸۸	روش‌های درمان خشم، غضب و پرخاشگری
۱۸۹	۲. رویکرد دینی
۱۸۹	نظر قرآن درباره‌ی خشم و پرخاشگری
۱۹۱	نظر روایات و احادیث درباره‌ی خشم
۱۹۴	۳. رویکرد ادبی
۱۹۴	شعر
۱۹۸	طنز

۲۰۰..... ۴. رویکرد عملی

۲۰۳..... فصل ۷ / اضطراب و ترس

۲۰۵..... ۱. رویکرد نظری

۲۰۵..... تعریف ترس و اضطراب

۲۰۷..... علل پیدایش اضطراب و ترس

۲۱۰..... علائم و نشانه‌های ترس و اضطراب

۲۱۱..... روش‌های درمان ترس و اضطراب

۲۱۳..... ۲. رویکرد

۲۱۳..... نقش قرآن در بازه‌ی اضطراب و ترس

۲۱۷..... نظر روایت‌های مختلف در باره‌ی اضطراب

۲۱۸..... ۳. رویکرد ادبی

۲۱۸..... شعر

۲۲۵..... طنز

۲۲۷..... ۴. رویکرد عملی

۲۲۹..... فهرست منابع

۲۲۹..... منابع بیش‌گفتار

۲۳۱..... منابع کتاب

۲۳۵..... منابع اینترنتی برای مطالعه بیشتر

۲۴۲..... واژه‌نامه

پیش‌گفتار

قرن بیست و یکم بیش از یک دهه است که به اتمام رسیده است، ولی هنوز ابعاد اثرگذار تحولات آن مورد انعکاش و بررسی عمیق قرار نگرفته است. با این وجود آشکارا باید اذعان کرد که تاکنون ابناء بش‌العج دهرای را همچون این سده تجربه نکرده‌اند که حجم عظیمی از تغییر و تحول کمی و کیفی در سبک زندگی، غیر قابل تصور باشد. نهادهای اجتماعی و به‌ویژه نهاد خانواده در ایران نیز از تحول و پیوستگی بی‌پایان‌های آن بی‌نصیب نبوده‌اند. این نصیب، زمانی سریع و گاهی با تانی و تاخیر رخ داده است. دهرای از حوزه‌ها، ایرانی به سرعت گام‌های اولیه را برداشته و تلاش کرده تا از کاروان پیشرفت عقب نماند (کاتوزیان، ۱۳۷۹). زمانی نیز ملت، شتر خود را در آخرین ردیف‌های قافله پیوسته است. شسته است به نظاره دیگران، تا او را نیز با خود ببرند. حال روزگار دیگری است.

طبیعی است که تحول در ظواهر مادی زندگی نمود بیشتری دارد. با این وجود، راحتی و آسایش به آسانی میسر نمی‌گردد. هر تغییر، لوازم و مضامین دارد که باید مدنظر مردمان قرار گیرد (گیدنز به نقل از ثلاثی، ۱۳۷۷). در غیر این صورت تغییر ظاهری لزوماً منتج به تحول در خلیات و روحیات نمی‌گردد. ناهماهنگی بین ظاهر و باطن، باعث می‌شود که بسیاری از علمای اجتماعی بر تفکیک رشد "Growth" با توسعه "Development" اصرار ورزند (عظیمی، ۱۳۷۳). این البته خود حدیث کهنه‌ای است به زبانی نو. تقریباً هفدهم میلادی و در آغاز طلوع تمدن نوین بشری، ژان ژاک روسو دریافت که تغییر در انسان باید ملازم با تحول در فرهنگ باشد (نقیب‌زاده، ۱۳۷۷). بروز تمدن بدون تحول در فرهنگ، سردرگمی و آشفتگی می‌زاید و انسان در پی رفاه، آدمیت را فرو می‌گذارد. اینکه غربیان تا چه حد انداز روسو را به جد گرفتند، موضوع دیگری است که در حال ایرانی امروز، توفیری ایجاد نمی‌کند. علائم موجود مبین آن است که آموزه‌های روسو می‌تواند علیرغم گذشت چندین قرن، بسیار به کار خانواده، دولت، و نظام تربیتی ایران آید. هدف پیش‌گفتار حاضر

با نگاهی به تحولات زمانه، بررسی سبک زندگی و مبانی مدرن اخلاقی آن، با تاکید بر نقش مهارت‌های زندگی در ایران امروز است.

ضرورت طرح مسئله: سبک زندگی

چگونه می‌توان برای ایرانی، سربلندی و برای این سرزمین، سعادت آفرید. این سوالی ساده است که همچون پرسش‌های فیلسوفان، جواب‌های پیچیده‌ای دارد. بسیاری در گام نخست، با نگاهی به تحولات زمانه و منش دیگران در برابر آن، بر اقتباس سبک زندگی تاکید می‌کنند. شاید تجربه‌ی در طی چندین دهه گذشته نشان داد که آنان شیوه درستی را پیش گرفته‌اند و واقعاً پیشرفت‌های مادی - به عنوان دستاورد آشکار تمدن نوین - همچون سیل، همه و همه و حتی زندگی سنتی را درنورید. این سیل، ویرانگر نبود. علیرغم آنکه معدود افرادی به دیویدن نوین بویژیک از گذشته و خاطرات آن یاد می‌کنند، ولی واقعیت این است که در مقام عمل هیچ‌کس خواهان برگشت به دوران سختی‌ها و مشقت‌های دیروز نیست. انسان‌ها هر روز بیشتر پیش به زندگی مدرن و مظاهر آن همچون تلویزیون، اینترنت، هواپیما، اتومبیل و صد چیز دیگر عادت کرده‌اند. به همین دلیل والدین این زمانه با نگاهی مقایسه‌ای به کودکی دیرین خود و زمانه امروز فرزندان شان، در کمال تعجب و حسرت می‌بینند چه اندازه آنان از آسایش و راحتی برخوردارند. در واقع خانواده ایرانی در طی چندین دهه اخیر به شدت چهره ظاهری و سبک زندگی خود را بی در پی تغییر داده است. با این وجود، تغییر در تمدن - به معنای رشد و بهایی مادی زندگی - تحول در فرهنگ - به مفهوم توسعه ابعاد رفتاری - را در پی نداشته است (حاج‌پوری، ۱۳۷۰). چگونه می‌توان ثابت کرد که همزمانی رخ نداده است. اگرچه شواهد تجربی، وازدات آری و حس مشترک زندگی اجتماعی در ایران امروز، پشتیبان این موضوع است (پهلوان‌زاده، ۱۳۹۰)، ولی نشانگر اصلی "درجه گسترش مبانی اخلاق مدرن" در روابط آدم‌ها است. این نشانگر طریق بروز و فراوانی رفتارهای اجتماعی درست و نادرست، قابل اندازه گیری است. نزول اخلاق در روابط اجتماعی به آسانی ثابت می‌کند تا چه حد فرهنگ پایه پای تمدن، تعالی نیافته است. نگاهی به آمار آسیب‌های مختلف اجتماعی نشان می‌دهد که فراوانی بروز برخی از نابسامانی‌ها - که به طور مستقیم یا غیرمستقیم بر اخلاق تاثیرگذار است - روندی صعودی را طی می‌کند. نابسامانی‌هایی همچون سرقت، قتل، بیکاری رو به رشد، اعتیاد، اختلاس و فساد اداری، ارتشا و جعل، صدور چک بلامحل، طلاق و ده‌ها موضوع دیگر، "جلوه‌های

توجه به آموزه‌های روسو متأثر از درک این نکته است که جوامع در حال توسعه- همچون ایران- درست در بزنگاهی تاریخی قرار گرفته‌اند که سالیان سال است دیگران از آن گذشته‌اند. روسو بر عدم کاربست روش‌های ضد اخلاقی تأکید می‌ورزید که شیوع آن در جامعه امروز ایران بر همگان آشکار است. دعوت روسو در بازگشت به "انسان طبیعی غیر متمدن" آنگونه که ولتر - فیلسوف معروف و دشمن فکری روسو - تصور می‌کرد، برگشت به جنس و تبعیت از سبک زندگی دیروز نبود. آرزوی روسو، برگشت به گذشته پر صداقتی بود که در آن اخلاق بر مادیات برتری داشت. بازگشت به گذشته غیر ممکن است و روزگار نو، اخلاق را نیز نمی‌طلبد. ضرورت اخلاق مدرن به منزله نفی ارزش‌های انسانی گذشته نیست، که از تعریف و کارکرد جدیدی از ارزش‌ها، برای انسان امروزی است.

مبانی اخلاق مدرن به گونه‌ای متفاوت، ارزش‌ها را مورد واریسی خویش قرار می‌دهد. این بررسی متمایز در بدنه امر، کیف متفاوتی از ارزش‌ها ارائه می‌دهد. برای مثال به موضوع "خودخواهی" توجه کنید. در اخلاق قدیمی اخلاق، هر نوع خودخواهی مذموم تلقی می‌شد؛ ولی در مبانی مدرن اخلاق این نیست. خودخواهی اگر زبانی به دیگران نرساند و در چارچوب و قواعد معینی باشد، نه تنها مجرم نیست، بلکه امر خوبی هم هست. در واقع، بزرگ‌ترین دستاورد مبانی مدرن اخلاق مفهوم پارادایم "همه‌نگی منافع فردی و جمعی" است (غنی‌نژاد، ۱۳۷۹). اگر همه نهادهای جوامع مدرن را نگاه کنید، خواهید دید که بر بنیان این پارادایم درست شده‌اند، رقابت، احزاب، مطایع و نظام پارلمانی، و دموکراسی. لذا رویکرد انسان مدرن به "اخلاق" متحول شده است. اینک خود اخلاق تغییر کرده باشد.

مبانی مدرن اخلاق معتقد است که جامعه‌ای می‌تواند با اخلاقیات دست یابد که به رفاه برسد. در مبانی جدید، اخلاق به معنی احترام به حقوق دیگران است به این معنی که آنچه به خود روا نمی‌داری، به دیگران روا مدار. رعایت این حقوق، بنیان اخلاقی است و نقض آن، نفی اخلاق. اگر از این زاویه به مسائل اجتماعی نگاه کنیم، خواهیم دید که اخلاق در جوامع پیشرفته، بیشتر از دیگر جوامع رعایت می‌شود. آشکار است که نهادهای مدرن، روابط فردی و پارادایم منافع فرد- جمع را به گونه‌ای حل و فصل کرده‌اند که دیگر مردمان، احتیاجی به کاربرد ابزارهای غیر اخلاقی برای تحقق امیال خود نداشته باشند (وینسنت به نقل از بشیریه، ۱۳۷۱). در جوامع مبتنی بر اخلاق مدرن، همه چیز علنی و شفاف دیده می‌شود و به عنوان مثال کسی رباکاری نمی‌کند؛ چون نفعی برایش ندارد. دیگر شیوه‌های

ضد اخلاقی نیز در همین وضعیت‌اند.

بی‌شک اخلاق هم خاستگاه دینی دارد و هم از عرف، فرهنگ، و تاریخ جوامع بشری مایه می‌گیرد. اما در دوران قدیم همه این امور، از مجاری دین قابل فهم و درک بودند. آموزه‌های دینی، بنیادی‌ترین مؤلفه‌های اخلاقی متعالی به شمار می‌آمدند و منشأ فعل اخلاقی و میزان داوری ارزش‌ها بودند. اما در دنیای امروز، «مدرنیته» چنین جایگاهی یافته است. تجدد، امروز مایل به نوعی روش شده است که حتی مؤمنان ادیان الهی هم در عمل، بدان پای بندند. بعضی حتی اگر در نظر، مخالف تجدد باشند، در عمل در فضای آن تنفس می‌کنند. سبک زندگی آنان، این را به وضوح نشان می‌دهد. بر این اساس هم دولت و هم ملت، داوری‌های اخلاقی را به بیان معیارهای دنیای جدید می‌سجند. بدیهی است که هدف تکرار طرح مباحث بین‌علمای اخلاق نیست. در این میان اگرچه آموزه‌های اسلام مبتنی بر "مطلق بودن ارزش‌ها" و فراغت آنها از زمان و مکان است. با این وجود، تعارضی بین "مطلق بودن اخلاق" و بیان جدید آن وجود ندارد. آموزه‌های اسلام، از انسان گرسنه توقع اخلاق و ایمان ندارد. این عمل نیست. نادیده گرفتن آن، به منزله عدم درک واقعیت‌های حاکم بر زندگی مادی و ارائه سبک زندگی مدرن است.

ایران، امروز از وادی گذشته خارج شده است. محله‌ها، خیابان‌ها، کوچه‌ها و خانه‌ها، همه و همه مبین تغییرند. این تغییرات، عمدتاً خود را در جلوه‌های مادی به نمایش می‌گذارند. طبیعی است که ایرانی امروز- حتی اگر بخواهد- دیگر نمی‌تواند همچون گذشته زندگی کند. بر این اساس رفاه، هم شرط لازم و هم شرط کافی برای تحقق اخلاقیات است. از این منظر، همه آسیب‌های اجتماعی نیز قابل تفسیر و تبیین هستند. به هر حال حاصل تغییرات، تحول در سبک زندگی خانوادگی و اجتماعی است که مردم ایران، من‌اینجا "وضعیتی پیچیده" به ارمغان آورده است. برای حل و کاهش پیامدهای منفی این وضعیت پیچیده و نهادینه سازی اخلاق مدرن در روابط اجتماعی باید چاره‌ای اندیشید. پیش‌گفتار حاضر، توجه به نقش سه نهاد خانواده، دولت و آموزش و پرورش و تاثیر متراکم بر سبک زندگی است.

خانواده، دولت و آموزش و پرورش

نخست اجازه دهید از نهاد خانواده شروع کنیم. خانواده نهادی است که از یک سو همواره از دگرگونی‌های جامعه تاثیر می‌پذیرد، و از سوی دیگر توانایی پایداری در برابر تغییرات و

اثرگذاری بر آنها را دارد. بروز پدیده‌هایی همچون شهرنشینی، افزایش سطح سواد، اقتصاد صنعتی، توسعه نظام اداری، افزایش شیوه‌های ارتباطی و توسعه شبکه حمل و نقل به شدت ماهیت و وضع خانواده ایرانی را تغییر داده است (آزاد ارمکی، مدیری و وکیلی، ۱۳۸۹). این تغییرات منجر به ایجاد پاره‌ای از تحولات در ابعادی همچون شیوه‌های فرزند آوری و فرزند پروری، روابط زن و شوهر با یکدیگر، ارتباطات نسبی و سببی، و نقش‌های شغلی و اجتماعی جنین شده است. اما علیرغم بروز و شیوع این تغییرات، شیوه‌های رفتاری و کنش‌های خانوادگی و اجتماعی افراد چندان تغییر نکرده است. مثال بارز آن، حجم انبوه پرونده‌های تنهایی در حقه مسائلی همچون طلاق، حق حضانت کودک، کودک آزاری، ارث، و خشونت بر علیه زنان است. این موارد مبین عدم تغییر در شیوه‌های رفتاری افراد خانواده‌ها با یکدیگر و نسبت ارزشی مبتنی بر اخلاق در جامعه دیروز ایران است.

در خصوص این موضوع باید گفت "الناس علی دین ملوکهم"، تکلیف مردم را مشخص کرده است. علمای روان‌شناسی اجتماعی نیز دریافته‌اند که افراد تابع گرایش جمعی بوده و به شدت متأثر از عملکرد اقل قوی سیاست هستند (آرونسون، ویلسون و آکرت، ۲۰۰۵ به نقل از شیخ الاسلام، ۱۳۸۴). این پیروی محدود به اطاعت مردم از قوانین و مقررات نشده و به حوزه اخلاق نیز سرایت می‌یابد. رابطه سیاست با اخلاق در دو سطح قابل بررسی است. اول در سطح کلان و در رابطه با دیگر دولت‌ها، که در این سطح معمولاً اخلاق، تابع منافع ملی است و دوم در سطح خرد و در رابطه با ملت خویش. ایمان قلبی داریم که ظهور دولت اخلاق محور، منوط به وجود مومنان اخلاقی مدار است. با این وجود، تاریخ و تجربه در ایران - حداقل در یک صدساله اخیر - نشان می‌دهد دولت موضع برتری دارد، چرا که "ماهی از سر گنده گردد نی ز دم". البته بسیاری می‌دانند که ایمان خویش را و رای رابطه با ارباب سیاست تعریف کرده‌اند. در واقع در ایران بعد از اسلام، مردم به ویژه نزد متفکران مسلمان، جوهر اندیشه‌های اخلاقی، مبتنی بر آموزه‌هایی است که از یک نظام دینی نشأت می‌گیرد. در آیین اسلام، همیشه پیوند وثیقی میان دین و اخلاق وجود داشته است (قادری، ۱۳۷۰). در سنت فکری مسلمانان، فرامین اخلاقی، همان اوامر الهی‌اند که منشا خوبی‌ها، کمالات و فضائل‌اند. معیار فضیلت و غایت کنش‌های اخلاقی، فلاح و رستگاری و وصول به مقام قرب الهی و خلیفه الهی است که حیات معنوی انسان را در برمی گیرد و از جنس ایمان است. با تکیه بر این بنیان معرفتی است که پیوند اخلاق با سیاست

درک می‌شود؛ چرا که این پیوند برای ایجاد نظم در اجتماع فاضله است. بدین گونه بود که غزالی، سیاست را وسیله تربیت و هدایت مردم و رستگاری آنان می‌دانست. فارابی نیز با طرح مدینه فاضله برای عبور از جامعه تہی از فضیلت‌های اخلاقی و بحران زده، از فیلسوف یا رئیس اول که به سعادت انسان و هدایت جامعه به کمال مقصود داناست، سخن رانده است (فارابی به نقل از سجادی، ۱۳۵۸). در مجموع، سامان سیاست نزد اندیشمندان مسلمان باید در دل اهداف اخلاقی جستجو کرد. اما در یک صد ساله اخیر و هر چه جلوتر رفته‌ام، هدف دولت در ایران از تربیت اخلاقی، فاصله گرفته و تدارک و ساماندهی بنیان‌های زندگی، ارج و قرب بیشتری یافته است. بر این منوال، دولت مردان در روندی طبیعی درصدی از خدمات مربوط به جاده، خیابان، مدرسه، بیمارستان، پارک، سینما، موزه، مسکن، دانشگاه، کارخانه، شغل و غیره برآمده‌اند. اینکه تا چه حد نیازهای اولیه برآورده شده‌اند، بحث بسیار دیگری می‌طلبد، ولی آشکار است که سبک زندگی جدید ایرانی، طالب دوندگی بسیار برای رفع نیازهای روزافزون خانواده و اطرافیان است. در این وضعیت است که رقابت جای اخلاق را گرفته و آن را کمرنگ می‌سازد. هم چنین فضای رقابت‌های سیاسی می‌تواند مبین این باشد که چه اندازه دولت مردان از مبانی اخلاق جدید در این صحنه فیض می‌برند و تا چه اندازه در پیویه‌های غیر اخلاقی نظام‌های سیاسی گذشته، هنوز رواج دارد. اگر رهبران جامعه به زور فضائل آراسته نباشند، توقع از مردم به جایی نخواهد برد.

در این بین نظام آموزشی می‌تواند و باید از افراط و تفریط مردم‌ان و توسل آنان به ابزارهای ضد اخلاقی - برای پیشبرد منافع شخصی - جلوگیری کند. هدف تربیت باید پرورش انسان مدرن برای جامعه متحول باشد. در واقع بروز رفتارهای ضد اخلاقی، مبین فقدان آموزش‌هایی است که لازمه زندگی در دنیای مدرنیته است. رویکرد به تعلیم و تربیت باید پرورش انسان‌هایی باشد که بتوانند با "مدیریت اخلاقی آرمان‌ها" برای خویشتن، آنها را تحقق بخشند. اما نظام آموزشی ایران در تحقق این رسالت گرفتار دو مشکل است. نخست اینکه زمان حضور کودکان، نوجوانان و جوانان در مدارس اندک است. در برآوردی خوش بینانه آنان هر روز بیش از ۶ ساعت در اختیار نظام آموزشی نیستند. دوم آنکه در این زمان اندک نیز تاکید بیش از حد بر ارائه اطلاعات و دانش نظری، دانش آموزان را از یادگیری مهارت‌های ضروری زندگی مدرن محروم می‌سازد. به این دو دلیل ما هر گاه

در جامعه‌ای که آمار رسمی، باسوادان آن را بیش از ۸۰ درصد اعلام می‌کند، می‌بینیم یا می‌شنویم که بسیاری از مردم، دائما از نابسامانی‌های اخلاقی و شیوع روزافزون آن می‌نالند، تعجب نمی‌کنیم. چرا که آنان، آموزشی و مهارتی فرا نگرفته‌اند که حال بخواهند در اجتماع، بدان عمل کنند. پیام این پیش‌گفتار در این اینجا به وضوح بیان می‌شود. دولت مردان برای اعتلاء ایران و سعادت مردم آن، سال‌ها به گسترش وجوه کمی زندگی توجه کردند. ثبات سرمایه‌گذاری بر پرورش ذهنی و اخلاقی انسان‌ها است. این سرمایه‌گذاری مبین توجه ویژه به چهار مهارت اساسی زندگی در هزاره جدید است. ایرانی باید توانایی تفکر، دانسته، توانا، برقراری روابط بین فردی سازگارانه، توانایی همدلی با دیگران و توانایی رویارویی با هیجانات را فرا بگیرد. رسالت نوین هر سه نهاد خانواده، دولت و نظام آموزشی، آموزش اخلاقی و مهارت است تا ایرانی بتواند سبک زندگی منطبق بر سه واقعیت مسلمان بودن، ایرانی بودن و جهانی شدن، برای خود تدارک ببیند.

مهارت‌های زندگی

مهارت‌های زندگی، مهارت‌های شخصی اجتماعی است که کودکان و نوجوانان باید آنان را فرا گیرند تا بتوانند در مورد خود و دیگران به نحو موثر، شایسته و انسانی عمل کنند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که مهارت‌های زندگی می‌تواند به طور نظام دار و از طریق موقعیت‌های یادگیری یاد گرفته و تقویت شوند (کاکیا و صبری مطلق، ۱۳۹۲). مهارت‌های زندگی یعنی ایجاد روابط بین فردی مناسب و موثر، انجام مسئولیت‌های اجتماعی، تصمیم‌گیری صحیح، و حل تعارضات و کشمکش‌ها بدون توسل به اعمال ضد اخلاقی (کلینکه به نقل از محمد خانی، ۱۳۸۴). آموزش مهارت‌های زندگی، افزایش توانایی‌های روانی اجتماعی، پیشگیری رفتارهای آسیب‌رسان به سلامت، و ارتقای سطح روانی افراد است. هم‌چنین مطالعات بسیاری در مورد تأثیر برنامه آموزش مهارت‌های زندگی در ابعاد مختلف سلامت روان انجام گرفته است. نتایج این مطالعات نشان می‌دهند که آموزش این مهارت‌ها سبب افزایش عزت نفس، بهبود رفتارهای اجتماعی و سازگاری اجتماعی، افزایش رضایت از نظام خانوادگی و سازگاری با افراد آن، افزایش مهارت حل مسائل شخصی و بین فردی و افزایش مهارت‌های مقابله‌ای شده است (میدوز، ۱۳۹۱، خیرا، ۱۳۸۷، هوواری و فیشر، ۱۳۸۸، شچمن، ۱۳۹۱، به پژوه، ۱۳۹۱). آموزش مهارت‌های زندگی برای مقابله و سازگاری صحیح فرد با مسائل و مشکلات موجود در خانواده و بهبود

زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی انسان امروز بخش مهمی از برنامه درسی اکثر نظام‌های آموزشی دنیا برای دستیابی به سبک زندگی بهتر را تشکیل می‌دهد. هدف از آموزش مهارت‌های زندگی ارتقا سازگاری فرد ابتدا با خود، سپس با خانواده و محیطی است که در آن زندگی می‌کند. این مهارت‌ها به ما می‌آموزد که در طول زندگی به‌ویژه در موقعیت‌های پرخطر چگونه عاقلانه و صحیح رفتار کنیم تا شخصیت خودمان و خانواده مان دستخوش تحولات ناسامان نشود. از طرفی مهارت‌های زندگی، سازگاری فرد را با اعضای خانواده افزایش و کشش‌های خانوادگی را به حداقل رسانده و موجب تامین سلامت جسمی، بهداشتی و تربیتی و تربیت یک شهروند متعادل می‌شود.

الف) توانایی نقد و نقادانه

نقد، شمشیری دودم است که یک سو نقدشونده، تاب و تحمل ندارد و از سوی دیگر، ناقد یا حریم و حرمت نگه نمی‌دارد. امروزه همه قرار می‌گیرد. در هر دو صورت، نتیجه هر چیزی است جز اصلاح امور. هم چنین این امر هم در سطح کلان - رابطه دولت با ملت - و هم در سطح خرد - رابطه افراد با یکدیگر - مانند مسائل را حل می‌کند. تاریخ ایران نشان می‌دهد عموم دولت‌ها، تحمل نقد مردم را نداشته و به تبعی اعتنائی کرده‌اند (کاتوزیان، ۱۳۷۹). مردم نیز در کوتاه یا بلند مدت، واکنش‌های قهری نشان می‌دهند. آستانه تحمل نقد در افراد پائین است و نقادی با دشمنی و خصومت شخصی منطقی شود. چرا این چنین است. پاسخ روشن است، فقدان آموزش. دولتیان و مردم، تافته جدایی‌ناپذیری از اجتماع نبوده و همگی محصول نظام فکری و فرهنگی همین جامعه هستند. طبعاً هر شخصی پیدا شود که طاقت و تحمل نقد را داشته باشد، مایه تعجب است. به همین دلیلی و به همین روش از نقد و پیامدهای آن، بسیاری از ایرانیان از کارهای گروهی و تیمی دوری گزیده و کناره‌گیری می‌کنند. پژوهش‌های بسیار توأم با شواهد تجربی مبین آن است که با آموزش در روش‌های تفکر انتقادی و هنر استدلال و ارزی، شعله سوزان برخی از روحیه‌های مخرب و عقب‌انداز، کم فروغ گردیده و زمینه بروز استعداد عقلانی و حق‌پذیری در افراد ایجاد می‌گردد (کاکیا، جوان بخت اول و کیانی، ۱۳۸۷؛ حکمتی، ۱۳۸۸). تندخویی و تنش‌آفرینی، تعصب و لجاجت، یقه‌گیری، غیب‌جویی و دوری از تفکر منطقی و سخن حق به جانب، رخت بر بسته و نوعی «آرامش‌بررسی» و «انعطاف کلامی و رفتاری» بر فضای جامعه و نهادهای آن حاکم می‌شود. توانائی تفکر نقادانه، فرد را برای تعامل با محیط

خانوادگی، اجتماعی، شغلی و کنترل سطح تعارض‌ها و مدیریت هیجانات یاری می‌کند. از جنبه تربیتی، آموزش تفکر انتقادی به تدریج افراد را از سقوط به ورطه افراط و تفریط "ساده باوری و شکاکیت" بازداشته و به ریشه شناسی و ریشه یابی علاقمند می‌سازد، به نحوی که آنان «قول سدید» را بر ظن و گمان و «برهان» را به مشهورات و پیش فرض‌های بررسی نشده و نامستدل، برتری دهند. آموزش تفکر نقادانه، هنر خوب شنیدن و خواندن در نقد را بی‌زبونی داده و قدرت داوری او را بیشتر می‌کند، در این وضعیت یک منتقد تربیت یافته اگر پرسشی نماید، هدفمند است برای دانستن، و اگر نقد کند، روشمند است و منظم. سوالات خوب را خوب می‌پرسد و سئوالات مبهم را خوب تحلیل می‌کند، و با این «درست پرسیدن» می‌تواند دانش را از آن خود می‌سازد. جدل را می‌شناسد و برای غلبه بر حریف، از هر وسیله‌ای برای حلالی کمک نمی‌گیرد و به تدریج بر عادت عام و رایج بددفاع کردن از ارزش‌ها و باورهای خود می‌اندیشد. یک فرد مجهز به توانایی نقادی، در جستجو و بررسی‌های خویش، استراتژی و رویکرد مشخص دارد. او در مباحثه و گفتگو، روند نتیجه بخشی را پیش گرفته و نقادی را با خصومت در نمی‌آمیزد. این همه باعث می‌شود که فرد با نگرشی مبتنی بر آگاهی، تعادلی واقعی بین آرمان‌های شخصی با منافع اجتماعی برقرار سازد. انسانی که دارای تفکر انتقادی است، راه‌های را یکی پس از دیگری می‌آزماید (Lamb & Sternberg, 1990). در این حالت پاسخ‌ها، او را آگاهی، ذهنی، عاطفی و بی‌اساس نیست، بلکه از متن واقعیت بر می‌خیزد. لذا تفکر نقادانه، اساسی برای زندگی در زمانه پیشرفت است. این توانایی، فرد را قادر می‌سازد که در بدو امر به نقادی رفتار و عملکرد خویش بپردازد و سپس به نظاره رفتار دیگران بنشیند. آموزش تفکر انتقادی در ایران در آغاز راه است و نظام آموزشی خود مصداق ذات نایافته از هستی بخشی این نام، تحول در ساختار درسی و فعالیت‌های فوق برنامه و پرورشی مدارس است. گام دوم تربیت معلمان آگاه، خلاق و نقادی است که بتوانند به خوبی، کودکان را به توانایی تفکر انتقادی مجهز سازند. سومین گام توجه به تجارب ملت‌های پیشرفته و بهره‌گیری از آن و گام چهارم توجه به آموزش این مهارت با عنایت به پیش زمینه‌های ذهنی و عادات زبانی جامعه ایرانی است.

ب) توانایی برقراری روابط بین فردی سازگارانه

ارتباط به معنای برخوردهای متفاوت با اشخاص متفاوت است، اما بعضی از مردم در این زمینه دچار گرفتاری‌هایی شده و ناچار برای حل و فصل آن متوسل به رفتارهای ضد

اخلاقی می‌شوند. آنچه که باید در برقراری روابط بین فردی مبتنی بر سازگاری مدنظر قرار داد، درک این موضوع است که "ارتباط موثر با دیگران، نیاز به خلاقیت دارد" (کاکیا، ۱۳۸۴). در چگونگی برقراری ارتباط، متقاعد نمودن دیگران، هنر بدست آوردن حمایت و همکاری افراد و فراهم سازی شرایطی که افراد بر اساس میل و خواسته شما رفتار کنند، عناصری اصلی و تعیین‌کننده هستند. برای برقراری ارتباط موثر با اطرافیان، سه راه حل کلی وجود دارد. شواهد تجربی نشان می‌دهد که علیرغم ظاهر ساده و آشنای این راه‌حل‌ها، کاربست آنها برای کثیری از مردمان به آسانی میسر نیست:

اول: در خوش‌گوش دادن؛ روابط سازگارانه بین فردی، حاصل تعامل فعال بین زبان گوینده با گوش شنونده است. دنیای رقابتی امروز - که آدمی فکر می‌کند دائما در آن با کمبود وقت روبه‌رو است - مجالی به افراد نمی‌دهد. بر این بنیان، همگان تلاش دارند که فقط هر چه سریع‌تر خواهش‌های خود را به دیگران منتقل کنند. تسلط منافع شخصی مجالی برای گرفتن، چشیدن مضامین و تحلیل سخن فرد روبرو به ما نمی‌دهد. لذا گوش دادن موثر به کیمیایی نایب بین شنونده و شنونده مبدل می‌شود.

دوم: هنر خوب سخن گفتن؛ اگرچه سخن فاسی، شکر است ولی بسیاری تلخی گفتار را - برای رسیدن به مقصد - بر حلاوت آن ترجیح می‌دهند. علاوه بر این، بسیاری با این ظرفیت و توان مندی زبان مادری چندان آشنا نیستند. البته این هنر را آفتی اخلاقی تهدید می‌کند که باید بدان توجه کرد. هنر خوب سخن گفتن، تکیه بر ترفندها و چابلوسی‌های رایج بسیار متفاوت است. برخی سعی دارند با تملق به اهداف خود دست یابند. تملق یقینا تباه‌کننده هر رابطه مثبت است. بیان واقعیات لزوماً همخوانی با تاملی‌ان ندارد. توانایی برقراری روابط بین فردی سازگارانه به معنای دوست داشتن همه‌سازها و بهیچ‌از حربه تهدید، گوشه و کنایه و زخم زبان است. مجدداً باید اذعان نمود شواهد تجربی مبنی بر وفور این رفتارهای غلط در بین بسیاری از افراد امروز جامعه ماست که گویا مبدل به "یک زندگی" آنان شده است.

سوم: هنر سازگار بودن؛ سازگاری با سازش همخوانی ندارد چرا که اولی توام با شعور و دومی همراه با زور است. سازگاری در روابط فردی، بروز رفتار صمیمانه، حفظ روحیه، رها کردن خود از شر سوء تفاهم‌ها و خالی کردن ذهن از گلایه‌ها است. هر یک از اینها، تلاشی مضاعف همراه با تربیت می‌طلبد. آدمی در حالت طبیعی، موجودی وحشی است که عنان

خویش را در اختیار ذهن و جسم منفعت گرا و راحت طلب قرار می‌دهد. این احساسی مشترک بین همه انسان‌ها است که خود را محق می‌دانند. به مردم قدرت روحی بدهید، تا محبت بی‌ریای خود را نصیب‌تان کنند. آنگاه می‌بینید که بسیاری شاد بودن را بر محق بودن ترجیح می‌دهند.

(ج) توانایی همدلی با دیگران

بر روی شیوع رفتارهای ضد اخلاقی در رفتار افراد بارزترین نشانه فقدان نهادینه سازی مفهوم عالی "همدلی از همزبانی خوش‌تر است" در فراگرد تربیت مردم یک جامعه است. در چنین جامعه‌ای همزبانان و همدردان بسیارند، و همدلان اندک. از طریق توانایی همدلی، شخص می‌تواند متوجه شود که دیگران هم افراد ارزش مندی هستند که باید به آنها احترام گذاشت. افراد می‌توانند که احترام و قدردانی از دیگران مانند احترام به خود است. مهارت همدلی دربردارنده مهارتی همچون احترام و علاقه داشتن به دیگران، تحمل رفتار افراد مختلف، رفتار بین فردی فاقد خشنگری، و تلاش برای دوست داشتن و دوست داشته شدن است. همدلی شما را پس از و آشوب نگاه می‌دارد تا دیگران احساس کنند که از آنان چیزی می‌آموزید (کارلسون برنس، سرفی درآمدی، ۱۳۸۰). اجازه دهید مردم به این نتیجه برسند که نفوذ پذیر هستید. برای نفوذ بر دیگران، آنها ابتدا باید به این نتیجه برسند که می‌توانند روی شما نفوذ کنند. از زبان اوملا و همیشه از منطق سرچشمه نمی‌گیرد. آدمی، دلی پر احساس نیز دارد که بیشتر رفتار او به زبان آن با شما سخن می‌گوید. همدلی، نوازش کودک درون همدیگر است (کروم، ۱۳۸۲). لذا در جامعه همدلانه، قانون ابزاری بیش نیست که فقط چارچوبه‌های عقلانی را تعیین می‌کند. وقتی دل با دل است، چشمه درک، فوران می‌کند و مرداب دروغ، تریاک و بی‌ت، رشوه‌دهی، تندخویی، تعصب، لجبازی، عیب جویی و ریا خشک می‌شود تا انسان‌ها از این باهم به رفاه و سعادت دست یابند.

(د) توانایی روبرویی با هیجان‌ها

احساس و هیجان یکی از مهم‌ترین اجزای درونی انسان هستند. برخی از احساسات از نوع واکنش‌های ابتدایی‌اند که ارتباطی با تفکر ندارند و بخشی، انعکاسی از تحلیل فکر در ارتباط با موقعیت. بسیاری از احساسات، غیر واقعی و غیر منطقی‌اند. یعنی بی‌دلیل و خود به خود

یا بر اساس افکار غلط منتج از سوابق، کج فهمی‌ها، ترس، امید یا نیاز بروز می‌کنند. احساس، زمینه ساز بروز هیجان در اشکال مختلفی همچون خشم، ترس، عصبانیت، شادی، غم، و اضطراب است. اگر با حالات هیجانی درست برخورد نشود، آنها می‌توانند در بدو امر، اثرات منفی بر سلامت جسمانی و روانی فرد گذاشته و هم چنین پیامدهای منفی گوناگونی برای دیگران داشته باشد. لذا توانایی رویارویی با هیجان، انسان را قادر می‌سازد تا تسلط هیجان بر خود و دیگران را تشخیص داده و واکنش‌های مناسبی به هیجان‌های مختلف نشان دهد. این توانایی اجزایی دارد که عبارتند از:

- ◆ ساخت هیجان‌های خود و دیگران
- ◆ درک از لحاظ هیجان‌ها با احساسات، تفکر و رفتار
- ◆ مقابله با هیجان‌های شدید (مصطفوی و ابراهیمی، ۱۳۸۸)

بر همگان آشکار شده است که جامعه امروز ایران، جامعه‌ای هیجان زده است. آمار حوادث و تجربه شخصی، خود "آفتاب آید دلیل آفتاب" شده است تا این امر را به راحتی باور کنیم. غلبه احساس و هیجان بر عقلانیت در روابط خانوادگی، سازمانی و شغلی و در صحنه‌های روزمره زندگی مبین آن است که هیجان اجتماعی هر روز بیش از پیش با مخاطرات آلوده می‌گردد. فهرست بلند بالایی می‌توان از علل و دلایل برشمرد تا صحنه گردانی هیجان را امری طبیعی جلوه دهد. مهاجرت، حاشیه نشینی، شهرنشینی، بیکاری، آلودگی‌های زیست محیطی، فشارهای اقتصادی نامتعارف، تعصب فرهنگی و ده‌ها علت ریز و درشت دیگر، راه چاره بهتر، آسان‌تر و سریع‌تر برای انسان در حل فشار باقی نمی‌گذارد. انسان طبیعی در فضایی غیر طبیعی، واکنش‌هایی طبیعی بروز می‌دهد. اینجا است که فغان روسو، فریاد امروز مربیان تعلیم و تربیت سرزمین ایران شده است.

نتیجه‌گیری

جامعه ایران در طی یک صد ساله اخیر به ویژه شاهد تغییر و تحول در همه ارکان خود بوده است. این، روندی جهانی است که عمدتاً حاصل تأثیر تمدن نوین بر همه جوامع است. از این دگرگونی‌ها، گریزی و گزیری نیست و جنگیدن با آن، شنا بر خلاف جهت سیلی بنیان برانداز، جای بسی خوش بختی است که تجربه نشان می‌دهد در بسیاری از مواقع مردم با هوش ذاتی خویش، ضرورت تغییر را درک و به استقبال آن رفته‌اند. به هر حال هم

ذات تغییر و هم ماهیت وجودی انسان، دگرگونی را به امری دشوار مبدل ساخته است که لازمه آن تغییر در رفتار انسان‌ها است. دگرگونی‌های یک سده اخیر عمدتاً و در بدو امر، وجوه مادی زندگی را تحت تاثیر قرار دادند. تغییر مادی، تحول در سبک زندگی، در طرز فکر، رویه‌ها، روابط اجتماعی و ساختار فرهنگی را اجتناب ناپذیر می‌سازد. انسان دیروزی باید تعریفی نو از تفکرات خویش ارائه دهد. این یک روی سکه. روی دیگر آن اینکه طی سه دهه اخیر در ایران، دولت‌ها عمده همت خویش را مصروف بازسازی و نوسازی زندگی مادی و اقتصادی ملت کرده‌اند. در دهه ۷۰ شمسی اقتصاددان و نظریه پرداز توسعه مرحوم دکتر حسین عظیمی آرانی، برآورد کرد که ایران از لحاظ تعداد ماشین آلات صنعتی در ردیف ۲۰ کشور اول دنیا قرار دارد. اینکه آیا این حجم از سرمایه گذاری مادی (اقتصادی) به دست تئو آتلا ایران و ایرانی را تضمین کرده است از حوصله بحث حاضر، خارج است. با این وجود آشکار است که نشانگرهای بسیاری وجود دارد که نشان می‌دهند این سرمایه گذاری‌ها، شرط لازم نه کافی برای توسعه انسانی‌اند. اینک پیام مشخص این است که امروز، زمانه‌ای است که دولت باید از صرف میلیون‌ها تومان برای ظواهر مادی زندگی دست کشیده و اخلاق و رفتار و سبک زندگی‌های خود قرار دهد.

یکی دیگر از نشانگرهایی که می‌تواند بین همزمانی رشد کمی اقتصادی با توسعه کیفی انسانی باشد، وجود جامعه‌ای اخلاقی انسان است. هر چه رفتارهای حاکم بر انسان سالم در جامعه رواج داشته باشد، با اجتماعی سالم‌تر روبه‌رو هستیم. در سال‌های اخیر رفتارهای اخلاقی مبتنی بر دین و انسانیت، روندی رو به افول در مناسبات اجتماعی پیدا کرده‌اند. مردمان خود شاهدهی بر این مدعايند و بسياری از مردم نگران اين زهر. راه چاره چیست. اول درک واقعیات حاکم بر نقش اقتصاد در سبک زندگی و انسان مدرن توسط دولت و تلاش برای شفاف سازی بیشتر مناسبات اقتصادی، دوم تغییر در بنیان نهاد خانواده در امر تربیت اخلاقی از بدو کودکی و سوم برقراری نظام تربیتی مبتنی بر آموزش مهارت‌های زندگی با عنایت به مبانی اخلاق مدرن.

پیشنهاده‌ها

با عنایت به آنچه گفته شد معتقدیم نقطه ضعف اساسی ایرانی امروز که می‌تواند سعادت او را متزلزل سازد، عدم آشنائی واقعی با مهارت‌های زندگی مدرن و شرائط و لوازم حاکم بر آن است. بر عکس ایمان قلبی ما این است که دولت باید برای اعتلاء بیشتر ملت به

پیشنهادهای زیر عنایت ورزد:

- ♦ تهیه و تدارک سرمایه‌های مادی / مالی بیشتر برای نظام آموزشی
- ♦ تغییر در نظام برنامه درسی و تاکید بیشتر بر فعالیت‌های زندگی محور
- ♦ تربیت نیروی انسانی برای آموزش مهارت‌های زندگی
- ♦ تهیه و تدوین منابع مدرن برای آموزش مهارت‌های زندگی کاربردی و مفید
- ♦ رایج‌ساخت مهارت‌های زندگی در دیگر حوزه‌های زندگی همچون ازدواج، تربیت فرزند، و شغل
- ♦ بررسی و مطالعه تطبیقی آموزشی مهارت‌ها و سبک‌های زندگی در کشورهای مختلف

اثر حاضر که نورالدین فرهنگ و فرهیخته خانم‌ها لیدا کاکیا و زهرا بابایی نگاشته و به زیور طبع آراسته شده است از منظر و جایگاه اخلاق در نظام خانواده به هفت مفهوم بنیادی اشاره می‌کند. دو مفهوم بنیادی «آرامش» و «آرامش»، سازنده شخصیت، خانواده و جامعه سالم می‌باشند. فقدان این دو عامل به عنوان وجود و حضور فعال متغیرهای نامناسبی همچون افسردگی، حسادت، دروغ‌گویی، خشم، بی‌کفایتی، اضطراب و ترس در روابط شخصی، خانوادگی و اجتماعی است. تشخیص، آگاهی و ضرورت توجه به این مفاهیم و نقش آنها در نظام خانواده نشانگر آگاهی و بصیرت نویسندگان حاضر از اوضاع جاری زمانه است. لذا اینجانب مطالعه اثر حاضر را به کلیه پدران و مادران تربیت، معلمان آموزش خانواده و دست‌اندرکاران نظام تربیتی جامعه که خواهان پرورش انسان‌های سالم هستند، توصیه می‌کنم.

عباس معدن‌دار آرانی

استادیار دانشگاه لرستان

در دنیای امروز، پدران و مادران برای تربیت فرزندان خویش با چالش‌های بی‌شمار و دشواری روبه‌رو هستند. امکانات عصر تکنولوژی - که دسترسی همگان به اطلاعات و قدرت ناشی از آن را افزایش داده است - مدیریت سنتی و کنترلی والدین را با چالش‌های جدیدی روبرو کرد. به علت عدم آمادگی بسیاری از والدین برای انطباق با شرایط جدید، گونه‌ای حس درماندگی و ناامیدی به وضوح در سطح آنان تجربه می‌شود. این درحالی است که وجود و پرورش فرزند، تجربه‌ای بالقوه لذت‌بخش و غالباً ناشی از انتخاب خود والدین می‌باشد. در واقع در دنیای امروز پدران و مادران سوار بر میان کوشا و با دقت کسانی هستند که نسبت به تغییر و تنزل نقش خویش به عنوان "رمانده‌ی مقتدر خانواده" آگاهی دارند. اکثریت والدین بدون آمادگی و آموزش لازم در این مسیر گام می‌نهند و از طریق آزمون و خطا به تربیت فرزندان خویش همت می‌گذارند. از سوی دیگر نمی‌توان ادعا داشت که برای تربیت فقط یک مسیر صحیح وجود دارد، لذا این حق است که والدین و مادران که ارزش‌ها، مهارت‌ها و رفتارهای مطلوب خود را در فرزند تقویت و به نسل‌های بعد صحیح می‌دانند با رفتارهای نامطلوب مقابله کنند.

در این مسیر برخی از والدین به این اشتباه دچار می‌شوند که تربیت صحیح را به معنای حضور پررنگ وی در تمام زوایای زندگی می‌پندارند، درحالی که پرورش فرزندان در شرایطی راحت‌تر صورت خواهد گرفت که به نحو مؤثر استرس‌های زندگی تحت کنترل قرار گرفته و آرامش بیشتر برای همه اعضای خانواده فراهم گردد. در چنین شرایطی فراهم‌سازی محیط امن، جذاب و برخوردار از فرصت‌های یادگیری به رشد سازنده‌ی کودکان کمک می‌نماید.

در واقع جامعه‌ی امروز، جامعه‌ی دیروز نیست و بعضی از روش‌های تربیتی گذشته دیگر با شرایط فعلی تناسب ندارد. در جامعه‌ی کنونی و فردا، مسیر موفقیت با اعتماد به نفس،

استقلال شخصیت و محاسبات خوشایند هموار می‌شود. برای توانایی در برقراری روابط اجتماعی و تسلط بر هیجان‌ها نیز اهمیت با مهارت‌های ادراکی است. برای آن که در زندگی شخصی هم، مانند زندگی شغلی موفق شویم، باید برای خود و کارهای با ارزشی که انجام می‌دهیم، قدر و منزلت قائل شویم. تنها، پرورش عقلی کودک کافی نیست، بلکه باید به هوش هیجانی وی هم توجه کنیم. باید به بعضی رفتارهای کودک اگرچه جزئی و مختصر راجع نماییم. هیچ پدر و مادری تاب نمی‌آورد که فرزندش در خشونت، مکر و حيله، دروغ، خدات، کبر و خودپسندی، نفاق و درویی، افسردگی، اضطراب و ترس غرق شود. چگونه بچه ایمان را در برابر این اغواگری‌ها مسلح کنیم، در حالی که می‌دانیم خشونت در همه جا وجود دارد و تسلیح هم می‌شود و جوانان کم‌سن و سال دچار افسردگی و یأس می‌شوند.

چگونه به فرزندانمان اعتماد به نفس، آرامش درونی، شادابی و نشاط منطقی، تعادل و استقلال شخصیت بدهیم. و با عنایت به وضع زمانه و به مسائل و مشکلات رفتاری که ممکن است در بین کودکان، نوجوانان و جوانان وجود داشته باشد بر آن شدیم تا توجه والدین را به نقش و جایگاه مثبت بهبود بنیادی شادابی و نشاط، آرامش، افسردگی و غم، حسادت، دروغ، خشم و پرخاشگری، اضطراب و ترس در آموزش اعضای خانواده معطوف نماییم. ساختار حاکم بر اثر حاضر بدینگونه است که در بدو امر با رویکردی نظری ضمن ارائه تعریف برای هر مفهوم به عوامل مؤثر در شکل‌گیری آن، علائم و نشانه‌ها و شیوه‌های بسط یا ممانعت از بروز آن اشاره می‌گردد.

در مرحله دوم با رویکرد مذهبی، هر مفهوم مورد توجه قرار گرفته است. رویکرد ادبی، نشانگر توجه دنیای غنی ادب و فرهنگ ایران به هر مفهوم است. رویکرد نهایی توجه به رهنمودهای عملی با عنایت به هر مفهوم بنیادی است.

اثر حاضر هم چنین به شیوه‌ای طراحی شده است تا همکاران و محققان محترم آموزش خانواده بتوانند در چندین جلسه و همراه با کاربست و مشارکت فعال شرکت‌کنندگان- به‌ویژه بهره‌گیری از اطلاعات مذهبی، ذوق ادبی و تجربه عینی و عملی آنان- مفاهیم مورد نظر را آموزش دهند. هم چنین نویسندگان تلاش کرده‌اند با پرهیز از ارائه مباحث پیچیده علمی و آکادمیک- که بیشتر مناسب کلاس‌های دانشگاهی است- و با توجه به الزامات دوره‌های آموزش خانواده و ویژگی‌های شرکت‌کنندگان، با زبانی روان و ساده مفاهیم بنیادی را توضیح دهند. ایمان قلبی داریم که پرهیز از افسردگی، حسادت، دروغ‌گویی، خشم،

