



# دموکراسے و تربیت

دستنامہ راہنما برای پیوند دموکراسی و کودکی

ماتیو هیبرت

به سفارش و ترجمه آموزشکده توانا



# دموکراسی و تربیت

دستنامه راهنما برای پیوند دموکراسی و کودکی



# دموکراسے و تربیت

دستنامہ راہنما برای پیوند دموکراسی و کودکی

ماتیو هیبرت

به سفارش و ترجمه آموزشکده توانا





---

## دموکراسی و تربیت

### دستنامه راهنما برای پیوند دموکراسی و کودکی

نویسنده: ماتیو هیبرت  
به سفارش و ترجمه آموزشکده توانا

---

چاپ اول: واشنگتن، ۲۰۱۷  
توانا (آموزشکده آنلاین برای جامعه مدنی ایران) پروژه‌ای از:

**e-collaborative**  
*for civic education*

Bethesda, Md, USA • [www.eciviced.org](http://www.eciviced.org)  
[www.tavaana.org](http://www.tavaana.org) • [info@tavaana.org](mailto:info@tavaana.org)



---

نقاشی روی جلد: Joan Miro, Birthday 2, 1968

---

حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است

© E-Collaborative for Civic Education 2017

## e-collaborative for civic education

ECCE (E-Collaborative Civic Education) یک سازمان غیرانتفاعی در ایالات متحده آمریکا، تحت ۵۰۱(c)(۳) است که از فن آوری اطلاعات و ارتباطات برای آموزش و ارتقای سطح شهروندی و زندگی سیاسی دموکراتیک استفاده می‌کند.

ما به عنوان بنیانگذاران و مدیران این سازمان اشتیاق عمیق مشترکی داریم که شکل دهنده ایده‌های جوامع باز است. همچنین برای ما، شهروند، دانش شهروندی، مسئولیت و وظیفه شهروندی یک فرد در محافظت از جامعه سیاسی دموکراتیک پایه و اساس کار است؛ همان‌طور که حقوق عام بشر که هر شهروندی باید از آن‌ها برخوردار باشد، اساسی و بنیادی هستند. ECCE دموکراسی را تنها نظام سیاسی قادر به تأمین طیف کاملی از آزادی‌های شهروندی و سیاسی برای تک تک شهروندان و امنیت برابری و عدالت می‌داند. ما دموکراسی را مجموعه‌ای از ارزش‌ها، نهادها و فرایندها می‌دانیم که مبشر صلح، توسعه، تحمل و مدارا، تکثرگرایی و جوامعی شایسته‌سالار است که به کرامت انسانی و دستاوردهای انسانی ارجح می‌گذارند.

ما پروژه اصلی ECCE یعنی «آموزشکده توانا: آموزشکده مجازی برای جامعه مدنی ایران» را در سال ۲۰۱۰ تأسیس کردیم. آموزشکده توانا در ارائه منابع و آموزش در دنیای مجازی در ایران، یک نهاد پیشرو است. توانا با ارائه دوره‌های آموزشی زنده در حین حفظ امنیت و با ناشناس ماندن دانشجویان، به یک جامعه آموزشی قابل اعتماد برای دانشجویان در سراسر کشور تبدیل شده است. این دروس در موضوعاتی متنوع مانند نهادهای دموکراتیک، امنیت دیجیتال، حقوق زنان، و بنویسی، جدایی دین و دولت و توانایی‌های رهبری ارائه می‌شوند. آموزشکده توانا آموزش زنده دروس و سمینارهای مجازی را با برنامه‌هایی مثل مطالعات موردی در جنبش‌های اجتماعی و گذارهای دموکراتیک، مصاحبه با فعالان و روشنفکران، دستورالعمل‌های خودآموز، کتابخانه مطالب توصیفی، ابزارهای کمکی و راهنمایی برای آموزشگران ایرانی و حمایت مداوم و ارائه مشاوره آموزشی برای دانشجویان تکمیل کرده است.

تلاش ما برای توسعه توانایی‌های آموزشکده توانا متوجه گردآوردن بهترین متفکران ایرانی و صدهای حذف شده است. به همین ترتیب، به دنبال انتشار و ارتقای آثار مکتوب روشنفکران ایرانی هستیم که ایده‌های آنان در جمهوری اسلامی ممنوع شده است.

یکی از نقاط تمرکز تلاش توانا، ترجمه متون کلاسیک دموکراسی و مقالات معاصر در این باره و نیز ترجمه آثار مرتبط با جامعه مدنی، حقوق بشر، حاکمیت قانون، روزنامه‌نگاری، کنشگری و فن آوری اطلاعات و ارتباطات است. امید ما این است که این متون بتواند سهمی در غنای فردی هموطنان ایرانی و برساختن نهادهای دموکراتیک و جامعه‌ای باز در ایران داشته باشد.

سپاسگزار بازتاب نظرات و پیشنهادهای شما

مریم معمارصادقی  
M. Memar Sadeghi

اکبر عطری  
Akbar Atri



## فهرست

---

|    |  |
|----|--|
| ۱۱ | مقدمه  |
| ۱۵ | <b>بخش اول: پنج روش تربیت کودک</b>             |
| ۱۶ | تربیت غافلانه                                  |
| ۱۸ | تربیت اقتدارگرا                                |
| ۲۰ | تربیت فریبکار                                  |
| ۲۲ | تربیت آسان‌گیر                                 |
| ۲۵ | تربیت دموکراتیک                                |
| ۲۷ | نظرات  |
| ۲۹ | <b>بخش دوم: اصول دموکراسی</b>                  |
| ۲۹ | دموکراسی چیست؟                                 |
| ۳۰ | انواع دموکراسی                                 |
| ۳۱ | شهروندی دموکراتیک                              |
| ۳۲ | حقوق بشر و حقوق کودک                           |
| ۳۳ | دموکراسی و زندگی خانوادگی                      |
| ۳۵ | <b>بخش سوم: دموکراسی برای والدین و فرزندان</b> |
| ۳۵ | روش دموکراتیک                                  |
| ۳۷ | اهداف تربیت دموکراتیک                          |
| ۴۳ | پرورش کودک و پرورش شخصیت                       |



|    |                                      |
|----|--------------------------------------|
| ۴۵ | بخش چهارم: دموکراسی و عرصه‌های کودکی |
| ۴۵ | چشم‌انداز                            |
| ۴۶ | احساسات و افکار درونی کودک           |
| ۵۴ | جنبه‌های اجتماعی تجربه‌ی کودک        |
| ۶۴ | جنبه‌های فیزیکی تجربه‌ی کودک         |
| ۶۹ | جنبه‌های نهادینه شده‌ی تجربه‌ی کودک  |
| ۸۴ | آموزش مستقیم در زندگی کودک           |
| ۹۱ | سخن آخر                              |
| ۹۳ | پیوست: کنوانسیون حقوق کودک           |

## کودکان آنچه را تجربه کنند یاد می‌گیرند

اگر کودکان سرکوفت را تجربه کنند، محکوم کردن را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان خصومت را تجربه کنند، جنگیدن را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان ترس را تجربه کنند، بیمناک بودن را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان ترحم را تجربه کنند، احساس تاسف برای خود را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان تمسخرشدن را تجربه کنند، کمرویی را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان حسودی را تجربه کنند، حسد ورزیدن را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان شرم را تجربه کنند، احساس گناه را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان تشویق را تجربه کنند، اعتماد به نفس را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان تحمل را تجربه کنند، صبوری را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان تحسین را تجربه کنند، قدردانی را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان پذیرفته شدن را تجربه کنند، عشق ورزیدن را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان تأیید را تجربه کنند، یاد می‌گیرند که خود را دوست بدانند.  
اگر دستاورد کودکان تحسین شود، یاد می‌گیرند که داشتن هدف امر خوبی است.  
اگر کودکان اشتراک را تجربه کنند، سخاوت را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان صداقت را تجربه کنند، حق‌گویی را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان انصاف را تجربه کنند، عدالت را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان مهربانی و مراعات را تجربه کنند، احترام را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان امنیت را تجربه کنند، ایمان داشتن به خود و اطرافیان‌شان را یاد می‌گیرند.  
اگر کودکان دوستی را تجربه کنند، یاد می‌گیرند که دنیا مکان خوبی برای زندگی است.



## مقدمه

برای ما بزرگسالان فراموش کردن حس کودکی کار آسانی است. حتی آن عده از ما که خوشبینانه بر این باوریم که در قلبمان هنوز جوان مانده‌ایم هم واقعاً توانایی بازگشت به گذشته و تجربه‌ی چیزها برای اولین بار را نداریم؛ تجربه‌ی چیزها از چشم و گوش یک کودک سه ساله، یا کودک هشت ساله، یا یک نوجوان. اما وقتی به گذشته می‌نگریم، می‌توانیم با بینش و خردی که طی سال‌ها تجربه و تأمل اندوخته ایم به کودکی خود نگاه کنیم. می‌توانیم ببینیم که چطور بسیاری از وقایعی که در زمان خود ظاهراً مهم یا بی‌اهمیت بودند، مجموعاً کودکی ما را شکل دادند، و در آن زمان به ما شکل دادند. همانطور که شعر آغازین این راهنما به زیبایی نشان داده است، مجموع آن تجربیات بر پرورش ما تأثیری عظیم دارد. می‌توانیم رابطه‌ی میان ماهیت آن تجربیات با اینکه به چه نوع افرادی تبدیل شده‌ایم، و قوت‌ها و چالش‌هایی که امروزه داریم را مشاهده کنیم.

پدر و مادر بودن همیشه کار ساده‌ای نیست. کودک بودن هم همینطور. هر دو تجربه مملو از اتفاقات، چالش‌ها، و تجربیاتی غیر قابل پیش بینی هستند که هیچکس نمی‌تواند ما را برای آن‌ها آماده کند. بزرگ کردن یک کودک از شخصی‌ترین شغل‌هایی است که می‌توان تصور کرد. در بهترین شرایط و بدترین شرایط خود به این کار مشغول هستیم. با نیاز به مذاکره و انتخاب کردن میان نیازها و آرزوهای خودمان و نیازها و آرزوهای فرزندانمان روبرو می‌شویم. مرزهای تحملمان مورد آزمایش قرار می‌گیرند، چهره‌ی واقعی خود را می‌بینیم، و مجبوریم که کماکان

بیشتر تلاش کنیم. اما این شغل شادی بخش و هیجان‌انگیز هم هست. می‌کوشیم تا برای فرزندان خود بهترین فرصت‌ها را فراهم کنیم، و از پیشرفت آنان خوشنود می‌شویم.

پیشرفت فرزندان ما به مرور زمان انباشته می‌شود، و به زودی و آرام آرام متوجه می‌شویم که نقش ما نقشی بی‌طرف نیست. ممکن است کم کم متوجه بازتاب‌هایی از شخصیت خودمان - جوانب خوب و بد ما! - در فرزندانمان شویم. ممکن است با نظارت بر تعامل کودکانمان با دیگران، دلایلی برای مداخله کردن پیدا کنیم. ممکن است از چیزی که فرزندمان می‌گوید یا می‌کند غافلگیر یا وحشت‌زده شویم. و به عنوان والدین تازه‌کار، احتمالاً برای برخورد با آنچه نیاز به برخورد دارد یا اصلاح آنچه نیاز به اصلاح دارد راهکاری در دست نداریم. ممکن است تمایل به فریاد زدن یا نصیحت کردن داشته باشیم. ممکن است با تعجب خود را در نزاعی برای قدرت در مقابل کودکی دو ساله بیابیم و در حال شکست خوردن باشیم!

این کتاب راهنما برای یاری رساندن به والدین در این چالش‌ها، و با درس گرفتن از ارزش‌ها و آرمان‌های دموکراسی نوشته شده است. بسیاری از مردم نظراتی مبهم درباره‌ی دموکراسی دارند؛ یعنی به عنوان یک روش مدیریت امور از طریق رای دادن. اما دموکراسی بسیار بیش از این‌ها است. آرمان‌های دموکراتیک بر تمامی گونه‌های تعاملات بشری تاثیر می‌گذارند؛ و از طریق آن‌ها می‌توانیم درباره‌ی پرورش شخصی و هر گونه رابطه‌ی بین اشخاص - که رابطه‌ی والدین و کودک را نیز شامل می‌شود - بصیرت و آگاهی پیدا کنیم. این کتاب راهنما چنین هدفی دارد.

نقطه‌ی آغازین این کتاب، احترام و علاقه‌ی خالصانه به کودکانمان، و توجه به جامعه‌ای است که در آن زندگی می‌کنند. دموکراسی به عنوان منبعی الهام بخش غنی و فلسفه‌ای عملی وارد میدان می‌شود و هدف آن محافظت از بهترین فرصت‌ها به منظور شکوفایی توانایی کودکانمان است، به همراه باقی کودکان که همین هدف را دارند. اگرچه این کتاب راهنما نمی‌تواند تمامی جوانب تربیت و کودکی را مورد بررسی قرار دهد، اما پر از مثال‌ها و پیشنهادهای برای چگونگی درک کودکی و سرپرستی و واکنش‌های مرتبط با آن از دیدگاه دموکراتیک است. این کتاب به چهار بخش تقسیم شده است:

**بخش اول:** پنج روش تربیت فرزند، که در آن سبک‌های متفاوت تربیت توصیف و

مقایسه می‌شوند.

**بخش دوم:** اصول دموکراسی، که در آن درباره‌ی اصول بنیادین دموکراسی بحث می‌شود.

**بخش سوم:** دموکراسی برای والدین و فرزندان، که در آن اصول دموکراسی در ارتباط با زندگی خانوادگی مورد بحث قرار می‌گیرد، و اهداف تربیت دموکراتیک شرح داده می‌شود.

**بخش چهارم:** دموکراسی و عرصه‌های کودکی، که در آن اصول و شیوه‌های تربیت دموکراتیک مرتبط با جوانب مختلف تجربیات روزانه‌ی کودکان با جزئیات بیشتری توضیح داده می‌شود.



## بخش اول

# پنج روش تربیت کودک

همه نوع والدینی را در دنیا دیده‌ایم. والدینی را دیده‌ایم که بر سر کودکانشان جیغ و داد می‌زنند و آن‌ها را تهدید می‌کنند و می‌ترسانند. حتی والدینی را دیده‌ایم که فرزندان‌شان را کتک می‌زنند. همچنین والدینی را می‌شناسیم که به فرزندان‌شان رشوه می‌دهند و التماس می‌کنند و در آزاد گذاشتن آن‌ها افراط می‌کنند. و والدینی را هم می‌بینیم که در واقع بی‌توجه، غایب، بی‌اعتنا، و غافل هستند. گه‌گاه والدینی را می‌بینیم که هم به فرزندان‌شان احترام می‌گذارند و هم مورد احترام آن‌ها هستند؛ والدینی که به نظر می‌رسد به جای اینکه علیه فرزندان‌شان باشند با آن‌ها همکاری می‌کنند. این راهنما درباره‌ی چنین شیوه‌ای از تربیت فرزند است.

هر روش متفاوت تربیت فرزند و رابطه سرپرست و کودک، نتایج متفاوتی دارد. این نتایج کوتاه‌مدت و بلندمدت هستند. در کوتاه‌مدت ممکن است بلند کردن صدا یا رشوه دادن به کودک، روش موثری برای والدین باشد تا به این طریق کودک از خواسته آنان اطاعت کند. اما به مرور این روش‌ها می‌توانند نتیجه‌ی معکوس داشته باشند. این بخش پنج روش متفاوت تربیت فرزند را شرح می‌دهد: غافلانه، اقتدارگرا، فریبکار، آسان‌گیر و دموکراتیک.



## تربیت غافلانه

تضاد ذاتی در ایده‌ی تربیت غافلانه وجود دارد. چنین تربیتی در واقع یعنی عدم تربیت فرزند، یا به عبارتی دیگر عواقب منفی سرپرستی غیر فعال. تربیت غافلانه زمانی اتفاق می‌افتد که والدین مشغول‌تر از آن هستند که برای تعامل با فرزندان خود وقت صرف کنند؛ وقتی که به نیازهای کودکان بی‌توجه هستند، وقتی که دائماً حواسشان از کودکان پرت می‌شود، یا کلاً پیش آن‌ها نیستند. غفلت می‌تواند اشکال بسیاری داشته باشد و در موارد شدید، فرزندان والدین غافل ممکن است دچار سوء تغذیه، یا دچار آسیب‌های روحی مشابه با موارد آزار فیزیکی شوند. در موارد غفلت عاطفی که شدت کمتری دارند، عواقب آن کماکان می‌تواند تاثیرات جدی و شدیدی بر سلامت و پرورش کودک بر جای بگذارد.

والدین بی‌توجه لزوماً از نظر فیزیکی از فرزندانشان دور نیستند. یک خانه می‌تواند پر از بی‌توجهی باشد وقتی که کودک بیش از حد به حال خود رها می‌شود، یا جلوی تلویزیون، یا صفحه‌ی کامپیوتر قرار داده می‌شود. تعامل انسانی مستقیم برای کودک منافع فوق‌العاده‌ای دارد، خصوصاً تعامل با والدین. آن‌ها در ابتدا به صورت ناآگاهانه تلاش می‌کنند تا درکی از خود و حس تعلق داشتن را پرورش دهند؛ و اگر نتوانند حس ارتباط با والدینشان و این حس که چه کسی هستند و نقششان در خانواده چیست را پرورش دهند، این تمایلات بنیادین اغلب برآورده نمی‌شوند. بدرفتاری‌هایی مانند بداخلاقی، پرخاشگری، اذیت کردن دیگران، و غیره، معمولاً از نشانه‌های تلاش کودک برای ارضای تمایل بنیادین او به مورد توجه قرار گرفتن است.

والدین بسیار کمی ممکن است عمداً به فرزندان خود بی‌توجهی کنند، اما در واقعیت بسیاری از والدین به خاطر خواسته‌های دیگری که در آن لحظه ممکن است فوری‌تر یا مهمتر به نظر برسند از فرزندانشان غفلت می‌کنند. اما تنها امور فوری و مهم نیستند که والدین را از فرزندانشان دور می‌کنند. اغلب وقتی که خود والدین دارای نظم و یا درگیر زندگی خانوادگی نباشند به سمت چالش‌های ساده‌تری گرایش پیدا می‌کنند، مانند ساعات کار اداری بیشتر، یا وقت‌گذرانی از طریق نگاه کردن مداوم به تلفن، مجله، تلویزیون یا سایر منابع سرگرمی. در مواقع دیگر والدین ممکن است در مسئولیت‌های سرپرستی خود غرق شده باشند و شاید نسبت به

خواستگاره‌های کودک از آنان حس منفی داشته باشند. در این موارد والدین احتمالاً هیچ وقت به طور کامل نقش تیمارداری که کودک نیاز دارد را نپذیرفته‌اند. فرزندان از تأثیرات تمامی این موارد رنج می‌برند، و اگر والدین به طور مداوم بی‌توجه باشند به مرور زمان ممکن است فرزندان رفتار خود را تا حدی تشدید کنند، که تبدیل به امری اضطراری و غیر قابل چشم‌پوشی شود. برخی از عواقب بی‌توجهی مداوم به کودک را در اینجا ذکر می‌کنیم:

- **تأخیر در رشد ذهنی و فیزیکی:** در موارد شدید خصوصاً وقتی غفلت فیزیکی مطرح باشد، کودکان ممکن است از سوء تغذیه رنج ببرند و به آسیب‌های عاطفی جدی دچار شوند. این نوع از آزار می‌تواند منجر به تأخیر در رشد فیزیکی و ذهنی کودک شود، و در نهایت می‌تواند برای رشد استخوان‌ها و عضلات، و اعصاب مشکل ایجاد کند، و منجر به بیماری‌های مزمن شود.
- **بدرفتاری:** ممکن است بیشتر از کودکان دیگر بدخلقی کنند تا مورد توجه والدین خود قرار بگیرند. به علاوه احتمال مشکل پیدا کردن آن‌ها با افرادی که در موضع قدرت هستند بیشتر می‌شود، چون والدین آن‌ها به اندازه‌ی کافی به آنان حدود و مرزهای مناسب را آموزش نداده‌اند یا پیش از شدت گرفتن بد رفتاری دخالت نکرده‌اند. این‌ها با عدم خویشتن‌داری و فقدان نزاکت همراه می‌شوند، زیرا کودکان احتمالاً از مزایای راهنمایی معمولی و تصحیح شدن برای پرورش این مهارت‌ها رفتاری بی‌بهره بوده‌اند.
- **متوقع بودن:** ممکن است کودکان خصوصاً متوقع، غرغرو، زیاده‌خواه، یا به طور کلی لجوج باشند تا از این طریق توجه‌ی دیگران را به خود جلب کنند. ممکن است در مورد انجام امور خاصی برای خودشان لجاجت کنند، تنها برای این که والدین براین انجام این کارها با آن‌ها کمی وقت صرف کنند.
- **بی‌کفایتی / اعتماد به نفس پایین:** ممکن است احساس بی‌کفایتی کنند یا احساس کنند که لیاقت عشق و یا توجه دیگران را ندارند. به علاوه با آگاهی از اینکه تنها به خاطر رفتار منفی و بدشان به آن‌ها توجه می‌شود، ممکن است احساس گناه کنند. این ممکن است منجر به سکوت، بی‌تفاوتی، انفعال، و به طور کلی مطیع شدن کودک شود.
- **افسردگی:** یکی دیگر از عواقب بالقوه‌ی غفلت است، که با حس

بی‌کفایتی، اعتماد به نفس پایین، و گناه ارتباط دارد. بسته به استقامت کودک این امر می‌تواند کم و بیش شدید باشد، اما افسردگی می‌تواند دیر اتفاق بیفتد و به دوران بزرگسالی کودک هم کشیده شود.

• **احساس ناامنی:** از آنجا که به این کودکان به خوبی توجه نمی‌شود، بسیاری از آن‌ها احساس ناامنی دارند که ممکن است خود را به صورت اضطراب نشان دهد. علاوه بر این، در شرایط تحت فشار طاقت و سازگاری کمتری از خود نشان می‌دهند.

• **گوشه‌گیری:** نوجوانانی که در خانواده‌های بی‌توجه بزرگ می‌شوند معمولاً گوشه‌گیر هستند، خصوصاً از زندگی خانوادگی. ارتباط با دیگران به طور کلی ممکن است برای آن‌ها دشوار باشد، و ممکن است به محبت و واکنشی نشان ندهند. امتحان کردن مواد مخدر، به راه انداختن دعوا، یا تقاضای جنسی در نوجوانانی که مورد بی‌توجهی قرار گرفته‌اند احتمال بروز بیشتری دارند.

## تربیت اقتدارگرا

والدین اقتدارگرا آن‌هایی هستند که تلاش می‌کنند تا فرزندانشان را به طور مستقیم، خصوصاً از طریق روش‌های بالا به پایین و مستبدانه کنترل کنند. این‌ها والدینی هستند که صدای خود را بالا می‌برند، فریاد می‌زنند، و فرزندانشان را تهدید می‌کنند. والدین اقتدارگرا فرزندان خود را وادار می‌کنند تا خواسته‌های آنان را اطاعت کنند و این کار را از طریق ارباب، تهدید (اغلب مستبدانه)، تحقیر، یا حتی زور فیزیکی انجام می‌دهند. رفتارهای دیگری که به والدین اقتدارگرا مرتبط است، شامل این‌ها می‌شود: انتقاد و سرزنش مداوم کودک؛ تندخویی؛ تحقیر کودک؛ زور گفتن به کودک؛ ترساندن؛ دریغ کردن برخی نیازهای اساسی مانند جلوگیری از رفتن کودک به دستشویی، یا فرستادن آنان به تخت خواب بدون شام؛ خشونت یا پرخاش، مانند کتک زدن، فریاد زدن، فحش دادن، تحقیر، و تنبیهات سخت.

این روش والدین را به رقابت علیه کودک وادار می‌کند و صدا و نظرات کودک را از او می‌گیرد، و با این وجود بسیاری از والدین حتی متوجه نیستند که چنین روشی را در پیش گرفته‌اند. در بسیاری از موارد والدین نمی‌خواهند این گونه رفتار کنند، اما مهارت‌ها و راهکارهای دیگری ندارند، در نتیجه وقتی فرزندانشان با آن‌ها همکاری

نمی‌کنند، آنان از سر ناچاری به روش‌های اقتدارگراییه رو می‌آورند. با این حال، در نهایت این امر شرایط را بدتر می‌کند، از آنجا که این روش اصل مهم همکاری را زیر پا می‌گذارد، و با اعمال کنترل بیرونی مداوم بر فرزندان، هیچ کمکی به رشد انگیزه‌های درونی مثبت در کودک نمی‌کند. این روش موجب وابستگی به کنترل بیرونی در کودک و منجر به یک فضای خانگی عصبی، خشک، سرکوب‌کننده، و سلطه‌گر می‌شود.

وقتی کودک در یک محیط اقتدارگرا بزرگ می‌شود، این چیزها را یاد می‌گیرد:

چند کلمه درباره کتک زدن: کتک خوردن کودک مستقیماً با عوارض افسردگی و اختلالات روانی او در بزرگسالی مرتبط است. کودکانی که کتک می‌خورند علائم فزاینده‌ای از رفتار خلاف و ضد اجتماعی از خود بروز می‌دهند و احتمال بیشتری برای بد رفتاری با فرزندان یا شریک زندگی خود در بزرگسالی دارند. به علاوه، وقتی کودکان در نتیجه‌ی رفتار ضد اجتماعی کتک می‌خورند، آن رفتار به جای کاهش عموماً افزایش پیدا می‌کند.

- **خشم:** آنان بخش عمده‌ای از وقت خود را به حس خشم، نفرت، ترس، ضعف، و حتی خصومت علیه والدین اقتدارگرا اختصاص می‌دهند. این خصومت به مرور زمان رشد می‌کند، و آن‌ها (از طریق رفتار والدین) یاد می‌گیرند که استفاده از خشونت و تهاجم

برای برخورد با شرایط دشوار امری قابل قبول است. یاد می‌گیرند سرخوردگی خود را از طریق فحش، فریاد، پرخاشگری، یا کتک زدن ابراز کنند. ممکن است برای رسیدن به آنچه می‌خواهند به دیگران آسیب یا آزار برسانند.

- **مطابقت:** کودکان در خانواده‌های اقتدارگرا خصوصاً در سنین پایین برای جلب توجه نکردن و مورد انتقاد یا بدتر از آن قرار نگرفتن، تلاش می‌کنند تا در محیط حل شوند و یا تطبیق پیدا کنند.

- **عدم صداقت:** آن‌ها در ترس زندگی می‌کنند و تلاش می‌کنند تا از نقد شدن بگریزند. ممکن است دروغ بگویند یا چیزها را مخفی کنند تا از تنبیه فرار کنند.

- **اعتماد به نفس پایین:** آن‌ها اغلب تصویر نامطلوبی از خود دارند و از اعتماد به نفس پایین رنج می‌برند، چون دائماً مورد نقد و تحقیر قرار می‌گیرند. در

مقابل به جای اینکه مسئولیت اعمال خود را بپذیرند، سعی می‌کنند برای فرار از دردرسر تقصیر را به گردن دیگران بیاندازند.

- **مهارت‌های اجتماعی ضعیف:** آنان مهارت اجتماعی ندارند، چون سرپرست به جای اینکه به آنان اجازه دهد خودشان تجربه کسب کنند به کودکان دیکته می‌کند که چه باید بکنند و چطور باید رفتار کنند. آن‌ها اغلب تمایلی به همکاری ندارند، و معمولاً با بقیه به رقابت می‌پردازند تا مورد تایید و ستایش قرار بگیرند. یاد می‌گیرند چگونه از نظر اجتماعی کناره‌گیر باشند، و یاد می‌گیرند که افکار و احساسات خود را با دیگران در میان نگذارند. از ترس اینکه خودشان در اشتباه باشند، برای تصمیم درست به دیگران نگاه می‌کنند.

- **انفعال:** آن‌ها معمولاً منفعل هستند، و به ندرت برای کاری پیش قدم می‌شوند، زیرا دائماً از این کار منع یا بابت آن تنبیه شده‌اند. فاقد انگیزه و کنجکاوی هستند، چون تصمیمات همیشه توسط دیگران برای آنان گرفته شده‌اند. اغلب احساس ضعف یا بی‌کفایتی می‌کنند و عموماً توانایی خویشتن‌داری و مدیریت خود را ندارند، چون به کنترل بیرونی عادت کرده‌اند. حداقل تا زمانی که تمایلشان به خودگردانی آنان را وادار به طغیان علیه قدرت بکند، کورکورانه و بدون بازبینی یا انگیزه‌ی درونی اطاعت می‌کنند.

- **طغیانگری:** وقتی کودکان در خانواده‌های اقتدارگرا به نوجوانی می‌رسند، به شورش علیه این محیط سرکوبگر تمایل پیدا می‌کنند، که این شورش اغلب با قدرت و گاه پرخاشگرانه انجام می‌شود. در جهت ارضای نیازهای برآورده نشده‌ی تعلق اجتماعی، محبت، پذیرفته شدن، امنیت، و خودگردانی آنان در خطر رفتارهای نگران‌کننده‌ای هستند، مانند: فرار از خانه، دعوا راه انداختن، امتحان کردن مواد مخدر، وقت گذراندن با افراد ناباب، و عموماً آزمون حدود و مرزها.

## تربیت فریبکارانه

تربیت فریبکارانه از بسیاری جهات به تربیت اقتدارگرا شبیه است، و برخی عواقب آن‌ها نیز به یکدیگر شباهت دارد. تربیت فریبکار همانند تربیت اقتدارگرایانه، بر کنترل کودکان با ابزارهای بیرونی تمرکز دارد. با این حال به جای روش ارباب

در تربیت اقتدارگرایانه، تربیت فریبکارانه بیشتر با کنترل مادی و عاطفی کودک سر و کار دارد. به جای خشونت و بدرفتاری آشکار والدین فریبکار از پاداش‌ها و تنبیهات - اغلب به صورت رشوه - برای رسیدن به آنچه می‌خواهند استفاده می‌کنند. این روش می‌تواند برای کودکان گیج‌کننده باشد، چون آنان اغلب بابت رفتارهایی پاداش می‌گیرند که رفتار متعارف محسوب می‌شوند، و نتیجه‌ی آن تشدید ناپایدار پاداش‌ها و عواقب است.

والدین فریبکار علاوه بر پاداش و تنبیه از کنترل عاطفی نیز استفاده می‌کنند، این کار از طریق ابراز یا دریغ کردن محبت صورت می‌گیرد که می‌تواند ستایش، عشق، توجه، در آغوش گرفتن و غیره باشد. والدین فریبکار از محبت به عنوان ابزار معامله استفاده می‌کنند، و کودکان چنین والدینی به جای اینکه بتوانند همانطور که حقشان است از والدین خود انتظار عشق و توجه بدون قید و شرط داشته باشند، یاد می‌گیرند که محبت یا عدم محبت را با رفتار خود پیوند دهند. از اینجا به سادگی می‌توان دید که چطور کودکان در این بستر از نظر عاطفی احساس ناامنی می‌کنند. دیگر راهکارهای معمول والدین فریبکار شامل این موارد می‌شود: منزوی کردن کودک؛ انتقاد یا تحقیر آنان؛ احساس گناه دادن به آن‌ها؛ پاداش‌ها یا تنبیهات بی‌منطق؛ دریغ کردن حقوق و آزادی‌ها؛ و نصیحت‌های طولانی.

کودکی که در محیطی فریبکار بزرگ می‌شود چنین چیزهایی را می‌آموزد:

#### • احساس عدم امنیت:

اینکه والدین محبت خود را از فرزندان دریغ کنند برای کودک آسیب‌های روانی به دنبال دارد و به مرور زمان آنان یاد می‌گیرند که به دیگران بی‌اعتماد باشند و در صداقت و صمیمیت آنان شک کنند. ممکن است در ایجاد دوستی‌های

#### چند کلمه درباره پیامدها:

پیامدها زمانی بیشترین اثر را دارند که:

- به جای مجازات رفتار منفی، رفتاری مثبت را تشویق کنند.

- به موقع باشند (بلافاصله پس از اتفاق)

- از نظر منطقی یا ذاتی به رفتاری که تشویق می‌کنند مرتبط باشند.

- به ندرت و در کنار سایر روش‌ها برای مدیریت رفتاری استفاده شوند.

- صمیمی دچار مشکل شوند، چون درک آنان از محبت مخدوش شده است.
- **نفرت:** کودکانی که دائما فریفته می‌شوند، اغلب حس درک نشدن و سردرگمی دارند. این می‌تواند باعث شود آنان به اضطراب خواستن پاداش، و ترس از تنبیه دچار شوند و به مرور زمان احساس بازیچه شدن پیدا می‌کنند و از کسانی که آنان را بازیچه خود می‌کنند متنفر می‌شوند.
  - **فریبکاری:** عجیب نیست که کودکانی که دائما بازیچه می‌شوند خود نیز فریبکاری را یاد می‌گیرند. آن‌ها تنها زمانی به توجه و همکاری می‌پردازند که به نفعشان باشد. یاد می‌گیرند برای اجتناب از تنبیه و به منظور گرفتن پاداش چطور دروغ بگویند و دیگران را فریب دهند. در نهایت این کودکان والدین فریبکار هستند که اغلب به کنترل والدین خود می‌پردازند، به جای اینکه توسط آنان کنترل شوند؛ و برای این کار از روش‌هایی مانند اطاعت، سرپیچی، یا حتی پرخاشگری برای رسیدن به آنچه می‌خواهند استفاده می‌کنند.
  - **عدم انضباط شخصی:** کودکان خانواده‌های فریبکار، همانند کودکان خانواده‌های اقتدارگرا اغلب از عدم انضباط رنج می‌برند. انگیزه آنان یا پاداش و تنبیه، یا وعده و ترس است که همگی آن‌ها بیرونی هستند. به همین دلیل عموماً مکانیسم‌های طبیعی برای مدیریت رفتار خود در آنان شکل نمی‌گیرد، حال چه برای عبور از چالش‌ها یا اجتناب از وسوسه‌ها.
  - **گوشه‌گیری عاطفی:** وقتی کودکان خانواده‌های فریبکار به نوجوانی می‌رسند، به گوشه‌گیری عاطفی تمایل پیدا می‌کنند؛ که بخشی از آن به این خاطر است که والدین آنان منابع غیر قابل اعتمادی برای محبت و پذیرش بوده‌اند. اغلب شورش می‌کنند و به جستجوی محبت و توجه در جاهای دیگر می‌پردازند. برقرار کردن ارتباط در این مرحله دشوار می‌شود؛ زیرا کودک یاد نگرفته است که چگونه در موضوعات عاطفی به صورت صادقانه ارتباط برقرار کند.

## تربیت آسان‌گیر

تربیت آسان‌گیر در این طیف نقطه مقابل روش‌های کنترلی اقتدارگرایانه و فریبکارانه محسوب می‌شود. در حالی که روش‌های قبلی برای تسلط بر کودک یا بازی دادن، یا کنترل او تلاش می‌کنند، والدین آسان‌گیر فاقد کنترل هستند و معمولاً نفوذ و

تاثیر معناداری بر رفتار فرزند خود ندارند. در بعضی موارد این ممکن است از آن رو باشد که: والدین عمدتاً بیشترین فضای ممکن را به کودک می‌دهند، محیطی بی‌حد و مرز را ترجیح می‌دهند، یا شاید فقط می‌خواهند «مهربان» باشند. عموماً ابزارهای محدود کردن رفتار کودک در طیفی منطقی را ندارند. نزد والدین آسان‌گیر آشوب حکم‌فرما است. خانه‌های آسان‌گیر معمولاً شلوغ و بی‌نظم هستند، در برنامه‌ریزی‌ها، انتظارات، و یا بقیه‌ی جوانب زندگی روزمره ثبات و انسجام وجود ندارد. قوانین اعمال نمی‌شوند، و به طور کل به اقتدار بزرگسالان، نظم، یا مرزها احترام کم و یا ناچیزی گذاشته می‌شود. برای والدین آسان‌گیر «نه» گفتن به فرزندانشان یا به طور کلی محدود کردنشان دشوار است. وقتی هم که حدودی تعیین می‌کنند، فرزندانشان اغلب بدون عواقب خاصی آن‌ها را زیر پا می‌گذارند. روش‌های والدین آسان‌گیر شامل این موارد می‌شود: استدعا، التماس، چانه‌زنی، غر زدن، انعطاف، ایثار، و تسلیم مداوم در برابر هوس‌های کودک یا دادن پاداش برای دریافت ذره‌ای همکاری.

پس امر عجیبی نیست که والدین آسان‌گیر اغلب احساس خستگی شدید و ناتوانی می‌کنند. همچنین ممکن است حس ناسپاسی، درماندگی و حتی نفرت از کودکانشان داشته باشند. کودکانی که به نظر می‌رسد مدام به آنان بی‌احترامی می‌کنند، حتی وقتی والدین سعی می‌کنند خواسته‌های آنان را برآورده کنند! این شرایط تا اندازه‌ای از عقل سلیم به دور است و اغلب به گردابی منفی ختم می‌شود که در آن والدین آسان‌گیر فرزندان خود را لوس می‌کنند، بیش از حد به آنان توجه می‌کنند، همچون خدمتکار آنان هستند، و رفتار آنان را توجیه می‌کنند. والدین آسان‌گیر ممکن است برای اصلاح رفتار فرزندانشان به آنان غر بزنند (بدون هیچ عواقبی)، یا آنان را نصیحت کنند، یا ممکن است در نهایت از کوره در برونده و از سر ناچاری و درماندگی به روش‌های اقتدارگرایانه مانند فریاد زدن برای جلب همکاری فرزندشان روی بیاورند. هر چند که هر نوع همکاری در چنین بستری معمولاً عمر کوتاهی دارد، زیرا به جای اینکه از انگیزه‌ی درونی کودک سرچشمه بگیرد، بر اساس نوعی توافق مذاکره شده انجام شده است.

کودکی که در محیطی فریبکار بزرگ می‌شود چنین ویژگی‌هایی خواهد داشت:

• **خودخواهی:** وقتی خواسته‌های نامعقول کودک مدام برآورده شوند، خصوصاً



### چند کلمه درباره حدود:

کودکان به صورت بیولوژیک برای اکتشاف جهان اطرافشان برنامه‌ریزی شده‌اند. مشتاق هستند که بدانند چه چیزی خوب است یا خوب نیست، و چه چیزی موجب می‌شود دیگران به آنان لبخند هدیه کنند. وقتی کودکان بدانند که چه انتظاری از آنان وجود دارد، واقعا احساس امنیت پیدا می‌کنند. از آنجا که آنان دائما در حال رشد و اکتشاف و تلاش برای رفع نیازهای گوناگون خود هستند، اینکه بخواهند حدود خود را امتحان کنند امری طبیعی است. اما اگر این حدود به طور واضحی برای آنان مشخص و صبورانه مستحکم شوند، اکثر کودکان از رعایت آن‌ها کاملا راضی خواهند بود.

وقتی که برآورده کردن آن‌ها به هزینه‌ی دیگران باشد، مثلا وقتی والدین باید راحتی یا برنامه‌ریزی خود را به خاطر کودک قربانی کنند، کودکان فرصت نمی‌کنند تا واقعا مراعات دیگران کردن را یاد بگیرند.

• **پرتوقع بودن:** کودکانی که رفتاری مانند مورد بالا را تجربه می‌کنند و به این شکل خواسته‌هایشان

برآورده می‌شود معمولا متوقع تر می‌شوند، که با خصوصیات دیگری چون غر زدن، سماجت، و وابستگی به دیگران همراه است.

• **بی ادبی/بی احترامی:** وقتی محدودیت آشکاری برای رفتار کودکان وجود نداشته باشد، آنان این فرصت را پیدا نمی‌کنند که هنجارها و قراردادهای رفتار مودبانه را یاد بگیرند و به آن‌ها عادت کنند. این ممکن است خود را به صورت بی‌احترامی به موضع اقتدار نشان دهد، چون آنان در دوران کودکی درک مناسبی از موضع اقتدار پیدا نکرده‌اند.

• **تصمیمات ناگهانی:** کودکانی که در بستر هرج و مرج بزرگ می‌شوند که هیچ محدودیت یا قید و بندی برای رفتار قابل قبول یا تحمل وجود ندارد، به این خاطر که کارکرد اجرایی خویش‌تنداری و پرهیز در آنان توسعه نیافته و درونی نشده است، معمولا در خارج از منزل رفتاری غیر قابل کنترل تر از خود نشان می‌دهند و در برخی موارد ممکن است از هنجارهای اجتماعی برای رفتار مناسب آگاه نباشند.

• **بی نظمی/بی مسئولیتی:** تعجب آور نیست که وقتی کسی از کودکان انتظار رعایت استانداردهای رفتاری را ندارد، احتمال درونی کردن خصوصیتی مانند

سازماندهی و مسئولیت شخصی در آنان پایین می‌آید. از آنجا که آنان حتی وقتی انتظارات مناسب برای رفتار، بهداشت، و غیره را رعایت نمی‌کنند هم اغلب با مخالفتی روبرو نمی‌شوند، ممکن است فاقد مهارت‌های اساسی زندگی باشند.

- **رام کننده:** کودکانی که در خانواده‌های آسان‌گیر بزرگ می‌شوند معمولا در تحریک عاطفی والدین خود ماهر هستند و از پرخاشگری منفعلانه و رفتار فریبکار برای مجبور کردن والدینشان به موافقت استفاده می‌کنند.

- **احساس ناامنی:** از آنجا که والدین آسان‌گیر گاه از سر درماندگی محض به رفتار اقتدارگرایانه مانند فریاد زدن یا تنبیه کودکان روی می‌آورند، کودک ممکن است از این تغییر ناگهانی رفتار و شخصیت والدین احساس سردرگمی یا ناامنی پیدا کند. همچنین ممکن است کودکان احساس گناه، و یا بی‌کفایتی کنند، و زمانی که همسالانشان به خودگردانی می‌رسند ولی آنان همچنان به دیگران وابسته هستند، ممکن است هویت خود را بر اساس ضعفها و نارسایی‌هایشان تعریف کنند.

- **بی‌اعتنایی:** نوجوانانی که در محیط‌های آسان‌گیر بزرگ شده‌اند احتمالا نسبت به موضع اقتدار و هر نوع عقوبت احتمالی اعمالشان بی‌اعتنا هستند. این بی‌اعتنایی تا حدی به این دلیل است که آنان با درکی غیر واقعی از دنیای اطرافشان بزرگ شده‌اند. به آزادی عادت کرده‌اند، اما ممکن است با این آزادی غیرمسئولانه رفتار کنند، زیرا احتمالا مسئولیت‌هایی که با این آزادی می‌آید برای آنان قابل درک نیست. این امر ممکن است در نهایت موجب شود آنان با نمادهای قدرت دچار مشکل شوند.

## تربیت دموکراتیک

تربیت دموکراتیک به روش‌های تربیتی که پیش‌تر ذکر شد شباهتی ندارد. به جای تلاش برای فریب دادن و کنترل کودکان، یا آزاد گذاشتن آنان به حال خود، تربیت دموکراتیک از طریق شکل دادن روابط قوی و محترمانه، نظم و همکاری را در رابطه‌ی بین سرپرست و کودک برقرار می‌کند. این کار از طریق برقراری یک حس درک و ارتباط، ایجاد انتظارات واضح و منطقی، و ارتباط فکری انجام می‌دهد.

وقتی روابط میان والدین و فرزندان محکم باشد، این امر درک دلایل اصلی رفتارهای آنان را ممکن می‌سازد و تضمین می‌کند که کودک احساس تاثیرگذار بودن داشته باشد. کودکانی که احساس مشارکت داده شدن، مورد احترام بودن، و شنیده شدن می‌کنند، احتمال همکاری نکردنشان بسیار پایین تر است.

تربیت دموکراتیک باعث می‌شود محیط خانه آرام، باز، سرشار از اعتماد، منظم و دارای انعطاف باشد. در این روش ابراز محبت و عشق والدین نسبت به فرزندانشان بدون قید و شرط است، و از آن برای پاداش یا تنبیه استفاده نمی‌شود. عشق آنان بی‌قید و شرط است و به همراه الگو بودن، آموزش، تشویق، گوش دادن، و گفتگو با فرزندانشان عرضه می‌شود. وقتی کودکان بدرفتاری می‌کنند والدین پیش از واکنش تلاش می‌کنند تا دلایل این بدرفتاری را با توجه به نیازهای اساسی فیزیکی و عاطفی کودک درک کنند. وقتی برای بدرفتاری تنبیهی در نظر گرفته می‌شود این تنبیه معمولاً منطقی و در ارتباط با خود رفتار است.

کودکی که در محیط دموکراتیک بزرگ شود چنین چیزهایی را یاد می‌گیرد:

- **انضباط شخصی:** از آنجا که کودکان از بیرون کنترل نمی‌شوند اما کماکان از آن‌ها انتظار می‌رود که هنجارهای رفتاری را مراعات کنند، آنان این هنجارها را برای خود درونی می‌کنند.
- **خویشتن‌داری:** آگاهی آنان درباره‌ی چارچوب‌های مناسب رفتاری، و مهارت‌های خویشتن‌داری / خودسنجی لازم برای غلبه بر تصمیمات ناگهانی گسترش می‌یابد.
- **مسئولیت شخصی:** آنان یاد می‌گیرند که پای رفتار خود بایستند و مسئولیت آنچه می‌گویند و می‌کنند را بپذیرند.
- **احترام:** حس احترامی در آنان شکل می‌گیرد که بر مبنای ترس نیست، بلکه بر اساس توجه به نیازها، دیدگاه‌ها و تجربیات دیگران است.
- **مهارت‌های ارتباطی:** به خاطر الگوی ارتباطی والدین دموکراتیک، کودکان یاد می‌گیرند که صادقانه و صریح، با لحنی محکم (به جای لحن تهجمی، بی‌خیال، یا از خود راضی) ارتباط برقرار کنند.

- **قدردانی:** از آنجا که آنان نسبت به نیازها، دیدگاه‌ها، و تلاش‌های دیگران درک بیشتری پیدا کرده‌اند، کودکانی که در خانه‌های دموکراتیک بزرگ می‌شوند به جای اینکه همیشه توقع بیشتری داشته باشند، معمولاً قدردانی و حق‌شناسی بیشتری به دیگران نشان می‌دهند.
- **مهارت‌های گفتاری:** کودکان یاد می‌گیرند چطور درباره‌ی موضوعات مختلف به صورت منصفانه و صریح بحث کنند. (بدون فریب، بدون تهاجم)
- **احترام و اعتماد به والدین:** نوجوانانی که در بستر دموکراتیک بزرگ می‌شوند یاد می‌گیرند که به هدایت و راهنمایی والدین خود اعتماد کنند. از آنجا که آنان الگوهای ارتباطی سالم و آشکاری با والدین خود ایجاد کرده‌اند، و احساس احترام و تاثیرگذاری در امور خانواده می‌کنند، احتمال شورش، کناره‌گیری، یا جلب توجه به روش‌های نامناسب در آنان پایین‌تر است. به طور خلاصه آنان یاد می‌گیرند که به راهنمایی ارائه شده از سوی والدینشان ارزش بدهند و اعتماد کنند.

## نظرات

پنج شیوه‌ی تربیتی ذکر شده در این بخش در بعضی حوزه‌ها هم‌پوشانی دارند، و در واقع اکثر والدین بسته به محل، شرایط و احساسشان در آن لحظه، بین دو یا چند روش در نوسان هستند. این امری طبیعی است. وقتی حال خوبی داریم ممکن است آسان‌گیرتر باشیم، و زمانی که خسته و یا عصبی هستیم احتمالاً اقتدارگرایانه‌تر رفتار می‌کنیم. چنین امری ممکن است منجر به احساس سردرگمی و ناامنی در کودک شود، و همیشه درباره‌ی انتظارات و پیامدها مردد بمانند، زیرا آنان به وضعیت عاطفی والدینشان وابسته هستند. در نظر گرفتن دیدگاه کودک در این امر اهمیت بسیاری دارد. آنان برای بقا کاملاً به والدین خود وابسته هستند و به همین دلیل به شدت نیازمند احساس ارتباط با والدین خود هستند. باید احساس کنند که تعلق دارند و نزد والدین خود دارای جایگاهی هستند و نیازمند این هستند که بتوانند به داوری والدین خود اعتماد و بر آن تکیه کنند.

کتاب راهنمای حاضر ایده‌ی تربیت دموکراتیک را به عنوان جذاب‌ترین گزینه ارائه شده پیشنهاد می‌کند، چه از نظر نتایج پرورشی برای کودک، و چه از نظر

احساس رضایتی که برای والدین بین موارد بالا فراهم می‌شود. والدین اقتدارگرا در نهایت قدرتشان در برابر شورش به پایان می‌رسد؛ والدین آسان‌گیر در نهایت خسته و مغلوب خواهند شد؛ والین فریبکار بازیچه‌ی فرزندان خود خواهند شد؛ و والدین بی‌توجه از کل این روند غافل می‌مانند. در مقابل، والدین دموکراتیک به پرورش فرزندان خود و تبدیل آنان به شهروندانی مسئول کمک می‌کنند، و به عنوان والدین نیز پاداش این امر را درو می‌کنند. دموکراسی آرمانی بسیار انسانی است. دموکراسی با تمایلات و غرایز ذاتی افراد به خوبی همکاری می‌کند و در شرایط رقابت میان منافع، بهترین فرصت‌ها را برای منفعت متقابل به وجود می‌آورد.

بخش بعدی این کتاب راهنما به بررسی عمیق‌تر ایده دموکراسی می‌پردازد تا از این طریق برای بحث‌های آینده درباره‌ی تربیت دموکراتیک بنیان محکمی فراهم کند.

## بخش دو

# اصول دموکراسی

### دموکراسی چیست؟

توصیف دموکراسی با عباراتی ساده امری دشوار است، زیرا دموکراسی معنای متعددی دارد و این معانی مداوما مورد بحث قرار می‌گیرد. دموکراسی می‌تواند یک نوع حکومت باشد؛ یک روش تصمیم‌گیری باشد؛ یک ایدئولوژی باشد؛ مجموعه‌ای از ارزش‌ها باشد؛ یا درکی از حقوق، مسئولیت‌ها و روابط باشد. خوشبختانه دموکراسی به ایده‌یاب رابری اجتماعی اشاره دارد، اما برخی اصول دیگر نیز با آن به شدت گره خورده‌اند، از جمله: حقوق و مسئولیت‌ها، آزادی‌های سیاسی، حکومت قانون و همچنین هنجارها و قراردادهای دیگری که به پیوستگی جامعه‌ای متشکل از شهروندان آزاد و برابر کمک می‌کنند. دموکراسی در زمینه‌ی سیاست خود را به راه‌های مختلفی بروز می‌دهد، که در آن‌ها اعضای یک گروه سازمانی می‌توانند در توازن و کنترل آن سازمان تاثیر گذار باشند. به طور کلی این امر به روشی از حکومت منجر می‌شود که در آن افرادی که از تصمیمات در زندگی‌شان متاثر می‌شوند، خود مشارکت معناداری در آن تصمیم‌گیری‌ها دارند.

نکات زیر ممکن است در شکل دادن به چارچوب سنجش کمک کنند:

- دموکراسی رشته‌ای خطی از وقایع پشت سرهم نیست، بلکه فرآیندی بی‌پایان است؛

- دموکراسی پیچیده است و منافع، علائق، و شیوه‌های گوناگونی را در بر می‌گیرد؛
- دموکراسی با قدرت در ارتباط است و در هر تحلیلی از دموکراسی باید معضل نابرابری‌های اجتماعی مد نظر قرار گیرد؛
- دموکراسی نیازمند مشارکت و دخالت شهروندان در تمام سطوح است؛
- دموکراسی امری بسیار فراتر از انتخابات و رای دادن است.

اگرچه ممکن است همه‌پرسی و انتخابات ویژگی‌های برجسته‌ی اکثر دموکراسی‌ها باشند، ایده‌ی دموکراسی به هیچ وجه به انتخابات محدود نمی‌شود. در واقع اگر بحث دموکراسی بیش از حد بر انتخابات متمرکز شود، می‌تواند مابقی اجزای بنیادین اکثر دموکراسی‌ها را به حاشیه براند؛ اجزایی مانند: حقوق و مسئولیت‌های فردی، از قبیل آزادی بیان؛ رسانه‌های آزاد و مستقل؛ استقلال قضایی؛ ساز و کاری‌های رسیدگی به دغدغه‌های اقتصادی-اجتماعی، مانند فقر و تبعیض؛ حکومت قانون؛ و روند عادلانه و شفاف قانون‌گذاری و اعمال قانون. در دموکراسی سالم باید این موضوع را درک کرد که مشارکت در زندگی دموکراتیک بسیار فراتر از مشارکت در انتخابات است.

## انواع دموکراسی

دموکراسی در کشورها و سازمان‌های مختلف سراسر جهان شکل‌های متفاوتی به خود می‌گیرد، و مجموعه‌ای از سیاست‌ها و روش‌های مشخص به منظور عملی کردن این آرمان وجود ندارند. ناظران منتقد اشاره خواهند کرد که در بسیاری از سیستم‌های «رسمی» دموکراتیک ممکن است عناصر غیر دموکراتیک وجود داشته باشند، همانطور که برخی روش‌های بسیار دموکراتیک ممکن است در سیستم‌های نسبتاً استبدادی وجود داشته باشند. گوناگونی مفاهیم ذیل به توصیف تنوع روش‌های مرتبط با دموکراسی کمک می‌کند و نشان می‌دهد که آن‌ها تا حد زیادی با یکدیگر هم‌پوشانی و وابستگی دارند:

- دموکراسی نمایندگی شامل انتخاب دموکراتیک از طریق رای دادن یا روندهای مشارکتی دیگر توسط نمایندگانی است که به نمایندگی از گروهی بزرگتر تصمیم می‌گیرند.

- دموکراسی انتخابی گونه‌ای از دموکراسی نمایندگی است که به وسیله‌ی حکومت قانون از آزادی‌ها و مالکیت فردی حمایت می‌کند.

- دموکراسی مشروطه بر اساس یک قانون اساسی اداره می‌شود که حدود فعالیت‌های سیاسی مانند فعالیت‌های نمایندگان منتخب را مشخص می‌کند.
- دموکراسی پارلمانی گونه‌ای از دموکراسی نمایندگی است که در آن تصمیمات اجرایی توسط اعضای منتخب در پارلمان گرفته می‌شوند.
- دموکراسی مستقیم به جای انتخاب نمایندگان میانجی، شهروندان را در تصمیم‌گیری‌ها به طور مستقیم مشارکت می‌دهد.
- دموکراسی مشارکتی به سیستم‌هایی اشاره دارد که در آن‌ها شهروندان در اشکال گوناگون تصمیم‌گیری و مشورتی مشارکت دارند.
- دموکراسی اجماعی به جای حکومت اکثریت، بر مبنای تفاهم و اجماع استوار است.

## شهروندی دموکراتیک

در بستر اکثر دموکراسی‌های مستقر، این اصطلاح به سیستمی سیاسی اشاره دارد که در آن تصمیمات یا به طور مستقیم از طریق همه‌پرسی توسط شهروندان گرفته می‌شوند، یا از طریق نمایندگانی که توسط شهروندان انتخاب شده‌اند. با این حال، مفهوم دموکراسی از سیستم‌های رسمی سیاسی فراتر می‌رود، و تا جامعه‌ی مدنی نیز گسترش پیدا می‌کند، جامعه‌ای که در آن شهروندان می‌توانند نظرات خود را بیان کنند و در روندهای مشورتی که به پیشرفت و تصمیم‌گیری کمک می‌کنند مشارکت کنند. این امر همچنین شامل نهادهای فراوان دیگری که برای دوام حکومت دموکراتیک ضروری هستند نیز می‌شود؛ مانند سیستم آموزشی قدرتمند برای پرورش شهروندانی که آگاه، فعال، و دارای ذهنی منتقد هستند، و همچنین رسانه‌ای مستقل، برخی تفکیک‌ها در سطوح قوای حکومت، و غیره.

مبنای دموکراسی بر فرض مشارکت آگاهانه و فعال شهروندان در تصمیماتی که بر زندگی آنان تاثیر می‌گذارد، قرار گرفته است. این شامل مشارکت در روندهای رسمی مانند انتخابات و همه‌پرسی می‌شود. رای دادن به قدری اساسی است که در برخی از دموکراسی‌ها پیش شرطی قانونی برای این جنبه از مشارکت دموکراتیک وجود دارد. با این وجود همانطور که در بالا اشاره شد انتظار از شهروندان برای مشارکت در دموکراسی‌ها بسیار فراتر از این روندهای رسمی است. حقوق و آزادی‌هایی که



شهروندان دموکراتیک از آن‌ها بهره‌مند هستند مشروط به این است که شهروندان مسئولیت‌هایی فراتر از حداقل فعالیت قانونی بپذیرند. در جوامع دموکراتیک سالم شهروندان از افشار مختلف در مناظره‌های عمومی درباره‌ی قوانین و سیاست‌های جدید شرکت می‌کنند، خود را سازمانده‌ی می‌کنند تا نیازهای جمعی آنان مورد توجه و رسیدگی قرار گیرد، در تظاهرات مسالمت‌آمیز شرکت می‌کنند، بر دولت و شرکت‌های خصوصی نظارت می‌کنند تا مسئولیت‌پذیری آنان را تضمین کنند، و غیره. مشارکت مدنی در شکل‌های گوناگون برای کارکرد سالم یک دموکراسی، و به طور کل برای فرآیند دموکراتیزه شدن امری بنیادین محسوب می‌شود.

## حقوق بشر و حقوق کودک

حقوق بشر در میان آن دسته از اصول همراه با آرمان‌های دموکراسی است که بیشتر از همه مورد دفاع قرار می‌گیرد. با اینکه ایده‌ی حقوق بشر به طور ذاتی با ایده‌ی دموکراسی گره نخورده است، در کشورهای غیر دموکراتیک برخی از این حقوق آنچنان به صورت گسترده‌ای زیر پا گذاشته می‌شوند که دفاع از حقوق بشر در جنبش دموکراسی‌خواهی تبدیل به هدف اصلی شده است.

حقوق بشر حوزه‌های بسیاری وسیعی را در بر می‌گیرد، و در بستر خانواده‌ها، موضوعات مرتبط با حقوق کودکان را مطرح می‌کنند. به طور کلی این موضوع باید درک شود که کودکان نیز از حقوق بنیادین مشابه بزرگسالان برخوردارند. هر چند که برخی از حقوق بشر مانند حق ازدواج تا زمان رسیدن به سن قانونی شامل آنان نمی‌شوند. یکی از نتایج ایده‌ی حقوق کودک فهم این موضوع است که والدین بر فرزندان خود قدرت مطلق ندارند. کودکان اموال محسوب نمی‌شوند، و از این دیدگاه والدینی که حقوق بشر را از کودکان خود دریغ می‌کنند مشمول قوانین جزایی مانند قوانین مرتبط با کودک‌آزاری و غفلت از کودک می‌شوند. قوانین و هنجارهای اجتماعی مشخص در هر کشوری متفاوت است، اما از نقطه نظر دموکراسی، حقوق بشر و حقوق کودک و وظایف افراد مسوول (آنان که وظیفه‌ی حفاظت از حقوق دیگران را دارند) اموری با قابلیت اجرای جهانی محسوب می‌شوند.

از آنجا که کودکان به طوری ویژه آسیب‌پذیر هستند، کودکان از حقوق خاصی

برخوردارند که برای محافظت از حق پرورش و رشد آنان تحت سرپرستی والدین یا در صورت لزوم دولت در نظر گرفته شده‌اند. از جمله این حقوق می‌توان به حق محافظت اشاره کرد، که به خاطر وابستگی کودک مسئولیت محافظت از او را در برابر خطراتی که وی را تهدید می‌کند برعهده‌ی والدین و در مرحله‌ی بعد اجتماع می‌گذارد. این حقوق همچنین شامل حق توانمندسازی نیز می‌شوند که مجموعه‌ی شرایطی را در بر می‌گیرد که نقش مثبتی در پرورش کودک به عنوان یک شخص خودگردان دارند. این ممکن است برای برخی تعجب برانگیز باشد، اما این حقوق شامل اصولی همچون حق نام (بند ۷) و هویت (بند ۸)، و همچنین حق بیان عقاید درباره‌ی اموری که برایشان اهمیت دارد، و جدی گرفته شدن آن عقیده (بند ۱۲)، و حتی حق بازی و استراحت (بند ۳۱) می‌شود. متن کامل کنواسیون حقوق کودک سازمان ملل متحد برای رجوع خواننده در پیوست الف آمده است.

## دموکراسی و زندگی خانوادگی

در بستر زندگی اجتماعی که بیش از حد سیاسی نباشد - مانند روابط خانوادگی - آرمان‌های دموکراتیک به روش‌های متفاوتی ابراز می‌شود. آرمان برابری از طریق روش‌های برخورد اعضای خانواده با یکدیگر، روش تصمیم‌گیری، و نحوه‌ی اعمال قدرت نشان داده می‌شود. آرمان‌های آزادی و خودمختاری توسط رابطه‌های محترمانه و با اعتمادی که از طریق آن‌ها اعضای خانواده یاد می‌گیرند فردیت خود را بدون تجاوز به حقوق دیگران ابراز کنند، نشان داده می‌شوند. بعضی اوقات این امر نیاز به انعطاف، ذهن باز، و صبر دارد که همه آن‌ها در جوامع دموکراتیک جایگاه خود را دارند. آرمان‌های دیگر مانند مشارکت، فعالیت، و گفتگوی مدنی در روش‌های وقت‌گذرانی خانواده‌ها، نوع گفتگوهای آنان، و روش استفاده از رسانه بروز پیدا می‌کند.

به طور خلاصه با اینکه بحث‌های مربوط به دموکراسی عموماً بر ساختار سیاسی و موضوعات شدیداً سیاسی تمرکز دارند، خود آرمان‌های دموکراتیک در تمامی تعاملات انسانی کاربرد دارند. زندگی خانوادگی ممکن است چندان سیاسی نباشد، اما اگر با عینک سیاسی به آن نگاه کنیم به سادگی می‌بینیم که چطور برخی خانواده‌ها مانند دموکراسی‌ها عمل می‌کنند، در حالی که بقیه مانند رژیم‌های

---

سرکوبگر هستند. به علاوه وقتی کودکانی را که در آن خانواده‌ها بزرگ می‌شوند در نظر می‌گیریم و به فرآیند اجتماعی شدن این کودکان در دوران نوجوانی و بزرگسالی توجه می‌کنیم، عواقب سیاسی زندگی خانوادگی بیش از پیش آشکار می‌شوند.

بخش سوم

## دموکراسی برای والدین و فرزندان

### روش دموکراتیک

دموکراسی را می‌توان شکلی از سازمان‌دهی و روابط اجتماعی توصیف کرد که بر توازن میان برابری اجتماعی و خودمختاری فردی تأکید می‌کند. این کتاب راهنما بر این موضع است که به کارگیری آرمان‌های دموکراتیک در زندگی خانوادگی می‌تواند منافع بسیاری برای والدین و فرزندان، و به طور کلی برای خانواده‌ها در پی داشته باشد. اگر چه دموکراسی ممکن است ارزشی ذاتی داشته باشد، ارزش آن همچنین در کاربرد عملی آن است. روش دموکراتیک از قضا روشی بسیار موثر برای ایجاد روابط اجتماعی بهینه است. تنها به خاطر جذابیت‌های فلسفی نیست که این کتاب راهنما روش دموکراتیک را تجویز می‌کند، بلکه به خاطر ارزش عملی آن است. روش‌های دموکراتیک سابقه‌ای درخشان در توازن موثر نیازها و منافع فرد و جمع، چه در مقیاس کوچک (دوستی‌های عمیق بر مبنای عمل متقابل، اعتماد، انصاف و توجه)، و چه در مقیاس بزرگ (اقتصادهای موفق جهان با شهروندانی آزاد و فعال) دارند. در ذیل برخی فواید مرتبط با به کارگیری روش دموکراتیک در زندگی

خانوادگی ذکر شده است.

## فواید برای والدین:

- مدیریت فرزندان آسان تر می شود و بیشتر همکاری می کنند
- افزایش احترام صادقانه
- ارتباطات بازتر و صمیمانه تر می شود
- منابع اختلاف را به حداقل می رساند و از شدت درگیری ها می کاهد
- حس امنیت به خاطر آگاهی از اینکه نیازها و انگیزه های درونی کودکان شما برآورده می شوند
- حس توانمندی و احساس امنیت بیشتر درباره ی مهارت های سرپرستی (تربیتی)
- روابط خانوادگی مطلوب بر مبنای اعتماد، انصاف، احترام، و مسئولیت فردی
- احساس رضایت با مشاهده ی پرورش یافتن فرزندان و تبدیل شدن آنان به افرادی صادق، خودگردان، و اجتماعی

## فواید برای فرزندان:

- پرورشی جامع، که وجوه اجتماعی و روانی و همچنین فیزیولوژیکی و فکری را در بر می گیرد؛
- احساس مورد احترام و انصاف قرار گرفتن به عنوان یک فرد؛
- شکل گرفتن حس احترامی سالم برای افراد بالادست، و در مقابل داشتن حس عدالت؛
- رشد حس مسئولیت و پذیرفتن نتایج اعمال خود؛
- شکل گیری حس نزاکت که شامل درونی سازی انتظارات و هنجارهایی اجتماعی می شود، که به آنان برای تعامل با دیگران و موفقیت در زندگی خارج از واحد خانواده کمک می کند؛
- پرورش حس هویت فردی قوی که موجب بهره برداری از افکار، احساسات، و دیدگاه های شخصی خودشان می شود؛

- پرورش حس اعتماد به نفس سالم، از جمله احساس خودکار بودن؛
- تبدیل شدن به افرادی خودمختار با حس کنترل بر رفتار، افکار، و احساسات خود.

## فواید برای خانواده‌ها:

- توازن موثر میان نیازهای افرادی مختلف درون خانواده
- کاهش استرس و به حداقل رساندن درگیری‌ها در عین تشویق روابط منصفانه و مثبت
- به وجود آوردن امکان برقراری ارتباط صحیح و شکل‌گیری روابط مطلوب

## اهداف تربیت دموکراتیک

با اینکه فهرست فواید بالا نقطه‌ی آغاز مناسبی برای اندیشیدن به اهداف تربیت دموکراتیک است، فهرستی دقیق‌تر از اهداف به ما کمک می‌کند تا فکر خود را متمرکز کنیم و روش‌هایی نظام‌مند شکل دهیم که برای دستیابی به آن اهداف مفید باشد.

اگر ایده‌ی دموکراسی را لحظه‌ای کنار بگذاریم، پرداختن به اصول اساسی مفید خواهد بود؛ اینکه دوست داریم چه چیزهایی در فرزندمان پرورش پیدا کند؟ این فهرست احتمالاً شامل مواردی مانند این‌ها خواهد بود: حس امنیت؛ خودکفایی و اعتماد به نفس سالم؛ مهارت‌های ارتباطی خوب؛ ذهنی هشیار؛ توانایی مراقبت از خود، و از این شمار.

جالب اینکه این ویژگی‌ها برای جوامع دموکراتیک نیز امور مطلوبی هستند. اگر موارد بیشتری به فهرست چیزهایی که برای کودکانمان می‌خواهیم اضافه کنیم باز هم این امر صادق خواهد بود: زندگی رضایت‌بخش؛ روابط معنادار؛ برداشتی خوب از درست و غلط؛ و مشارکت در زندگی اجتماعی.

آنچه برای افراد مفید است، از این نظر که به آنان کمک می‌کند تا توانایی‌های خود را شکوفا و به خوبی در میان دیگران زندگی کنند، معمولاً به طور کلی برای جامعه نیز مطلوب است و این شالوده‌ی ارزش‌های لیبرال - دموکراتیک محسوب می‌شود.

وقتی خود والدین ارزش‌های دموکراتیک را می‌پذیرند، معمولاً هم‌پوشانی قابل توجهی بین آنچه آنان برای فرزندان خود می‌خواهند و آنچه خود دموکراسی برای کارکرد بهینه‌ی نیاز دارد به وجود می‌آید. شایان ذکر است که تمرکز این امر بر وجوه نسبتاً عمیق شخصیت و خصوصیات کودک است. می‌توانیم آن‌ها را خصوصیات شخصیتی، ویژگی‌های فردی، یا اخلاق شخصی بخوانیم. تربیت دموکراتیک تأیید می‌کند که شکل‌گیری این وجوه شخصیتی فرد در خانه آغاز می‌شود. قطعاً با بزرگتر شدن کودک سپهرهای اجتماعی متفاوت مانند مدرسه نیز قابلیت تأثیرگذاری پیدا می‌کنند، اما برای اکثریت کودکان خانه نقطه‌ی مرکزی زندگی آنان است و رابطه‌ای که با والدینشان دارند مهمترین تأثیر را در پرورش آنان دارد. در حالی که کودکان در منزل به یادگیری درباره‌ی دنیایشان (معلومات) و چگونگی انجام کارها (مهارت‌ها) می‌پردازند، تربیت دموکراتیک بر سطحی عمیق‌تر از پرورش - شخصیت آنان - تمرکز می‌کند، زیرا در دراز مدت بسیار تأثیرگذارتر و سازنده‌تر است.

بحث بالا به برخی شرایط مرتبط با مبحث پرورش شخصیت در جامعه‌ای دموکراتیک اشاره می‌کند، اما بحث آن کاملاً غیر رسمی است. برای داشتن تمرکز شفاف در بحث درباره‌ی اینکه اهداف تربیت دموکراتیک چیست، و چه راهکارهایی می‌توانند در این فرآیند کمک کنند، لازم است که یک مجموعه اهداف نظام‌مندتر ارائه شود. در پایین مجموعه‌ای از هشت وضعیت که اجمالاً می‌توان آن‌ها را اهداف تربیت دموکراتیک تلقی کرد ذکر شده است. این فهرست توصیف جامعی از تمامی اهداف تربیت دموکراتیک نیست، بلکه تنها زاویه‌ی دیدی است به موضوع، با این امید که اهداف تربیت دموکراتیک را در ایجاد تفکر نظام‌مند و ساختاربندی تعاملاتمان در خانه شفاف‌تر کند. اهداف مذکور به این ترتیب هستند:

- خودگردانی
- حس عدالت و دلسوزی
- صداقت
- معامله به مثل
- منطقی بودن
- احترام مدنی
- مشارکت مدنی

## • حس تعلق به اجتماع

**خودگردانی**

خودگردانی امری اساسی برای حق زندگی معنادار فرد و همچنین برای بسیاری از منافع جمعی یا اجتماعی است. زیرا خودگردانی هم به معنای صلاحیت انتخاب درباره‌ی زندگی شخصی و همچنین ظرفیت درک و احترام به سبک زندگی انتخابی دیگران است. خودگردانی شامل کسب صلاحیت‌های فردی به منظور تصمیم‌گیری انتقادی برای خود درباره‌ی امور مهم و معنادار، و همچنین ظرفیت دنبال کردن و اجرای آن تصمیم‌ها می‌شود. والدین می‌خواهند فرزندانشان خودگردان باشند تا بتوانند مسیر خود را در زندگی انتخاب کنند و وابسته و حقیر دیگران نباشند. به علاوه فرزندان و خصوصا نوجوانان میلی درونی به خودگردانی دارند و اگر فرصت‌های مربوطه برای آنان فراهم نشود این امر تبدیل به منبعی برای اختلافات خواهد شد.

وقتی درباره‌ی ایده‌ی خودگردانی در بستر روابط والدین-کودک بحث می‌کنیم، مهم است که ایده‌ی بردگی اخلاقی را نیز در نظر بگیریم. بردگی اخلاقی یعنی وضعیتی که نتوان به طور جدی برای ارزش‌ها و باورهای خود جایگزینی پیدا کرد. این ممکن است به خاطر بی‌خبری از دیگر روش‌های تفکر، یا فقدان بازبینی انتقادی در باورها و ارزش‌های شخصی باشد. (خصوصا وقتی که با دیدگاهی عمیقا متعصبانه نسبت به باقی روش‌های تفکر همراه شود). اگر کودکان با شستشوی مغزی درباره‌ی یک سیستم اعتقادی بزرگ شوند، برده‌ی اخلاقی افرادی خواهند بود که آنان را بزرگ کرده و آموزش داده‌اند، زیرا هیچ‌گاه فرصت کافی برای اندیشیدن جدی به باورهای دیگر یا نقد باور خود نداشته‌اند. غلبه بر بردگی اخلاقی یکی از پیش شرط‌های خودگردانی کامل است، و این امر یکی از نقاط تنش‌زا برای والدینی است که (منطقا) می‌خواهند فرزندانشان باورها و ارزش‌هایی مشابه خودشان داشته باشند.

**حس عدالت و دلسوزی**

حس عدالت یکی از پیش‌نیازهای اساسی برای استدلال اخلاقی است و به مفاهیمی مانند انصاف چیست، درست چیست، و خوب چیست در زندگی اجتماعی پاسخ می‌دهد که در هر فرهنگ متفاوت است. والدین می‌خواهند فرزندانشان در خود حس



عدالت را پرورش دهند و افرادی ملاحظه‌گر باشند، زیرا این‌ها پیش شرط‌های روابط معنا دار و قابل اعتماد، و سبک زندگی منصفانه و قانون‌مدار هستند. مفهوم عدالت جنبه‌ی فردی نیز دارد، و به همین دلیل پرورش حس عدالت باید همچنین استدلال از دیدگاه‌ها و تفاسیر متفاوت در بسترهای مختلف اجتماعی را نیز به همراه داشته باشد. این امر بویژه در بستر تکثرگرایی یا شهروندی جهانی، که در آن عدالت اغلب امری میان-فرهنگی است اهمیت پیدا می‌کند. عدالت و دلسوزی با یکدیگر همراه هستند، زیرا در حالی که عدالت ممکن است تا حدی غیر شخصی به نظر برسد، مفهوم دلسوزی بر نیاز به همدردی و درک دیگران تاکید می‌کند.

## صداقت

صداقت به همسویی میان باورها و اعمال فرد اشاره دارد؛ با این پیش شرط که آن باورها و اعمال منطقی باشند. بی‌اعتمادی به کسی که حرفی می‌زند و خلاف آن عمل می‌کند، یا کسی که رفتارش در بسترهای مختلف متناقض است امری طبیعی محسوب می‌شود. جوامع دموکراتیک برای افراد دارای دیدگاه‌های اخلاقی متفاوت فضایی را فراهم می‌کنند که بتوانند به طور کلامی و از طریق کنش سیاسی خود را بروز دهند؛ البته در محدوده‌ی رفتار و سخنان منطقی و یا حداقل قابل تحمل. صداقت در این بستر حسن محسوب می‌شود، زیرا وقتی شهروندان توسط تمایلاتی مانند عدالت و دلسوزی هدایت می‌شوند و در چارچوب اخلاقی منطقی کار می‌کنند، به بهبود جامعه کمک می‌کنند.

## معامله به مثل

کودکان از فرهنگ‌های مختلف جهان با شنیدن «قانون طلایی» بزرگ می‌شوند: اینکه باید با دیگران همانگونه رفتار کنیم که می‌خواهیم با ما رفتار شود. اگرچه ایده‌ی عمل متقابل به آن سادگی نیست که در ابتدا به نظر می‌رسد. عمل متقابل اخلاقی در واقع توازن داوطلبانه‌ی منافع شخصی فرد با به رسمیت شناختن حقوق منطقی دیگران برای پیگیری منافع خود است. شهروندان دموکراتیک باید این تمایل به توازن منافع خود و منافع دیگران، و اصلاح قوانین برای همکاری منصفانه‌تر را در خود پرورش دهند. والدین می‌خواهند که فرزندان‌شان عمل متقابل را در خود

پرورش دهند، زیرا چنین رابطه‌ای برای شکل‌گیری روابط سالم و منصفانه، مورد سوءاستفاده قرار نگرفتن (و هم نرفیفتن دیگران)، و درکی کلی‌تر از قراردادهای نانوشته‌ی اجتماعی امری اساسی محسوب می‌شود.

## منطقی بودن

در جامعه‌ای آزاد و دموکراتیک یکی از محدودیت‌های افراد خودمختار این است که باید به نحوی رفتار کنند که برای دیگران قابل اعتراض نباشد. مفهوم منطقی بودن به تعریف شخصی و بستر آن وابسته است و به همین دلیل حدود رفتار منطقی از محلی تا محل دیگر تغییر زیادی می‌کند. مهم است که کودکان شروع به درک چیزهای منطقی و چیزهای غیر منطقی در بسترهای گوناگون بکنند تا بتوانند در آن بسترها بدون مشکل پیش بروند.

## احترام مدنی

افراد منطقی در جامعه‌ی آزاد ممکن است درباره‌ی ارزش‌ها و تجربیات مختلف اختلاف نظر داشته باشند، اما باید به دیدگاه‌های اخلاقی و سیاسی متفاوت افراد منطقی دیگر احترام بگذارند، که شامل احترام به ارزش‌ها، آیین‌ها، و چارچوب‌های اخلاقی فرهنگ‌های گوناگون می‌شود. با این وجود هر حدودی هم که برای منطقی بودن مشخص کنیم همیشه منطقه‌ای بین آنچه منطقی محسوب می‌شود و آنچه رسماً غیر قابل تحمل است وجود خواهد داشت. چگونگی رفتار ما با افراد در این منطقه موضوع احترام مدنی متقابل است. چنین خصوصیتی از تحمل فراتر است، یعنی نه تنها از مجبور کردن افرادی که با موافق نیستند خودداری می‌کنیم، بلکه آنان و نظراتشان را جدی می‌گیریم. «تحمل کردن» شخص یا گروهی دیگر در حالی که نفرت یا احساسات منفی دیگری نسبت به آنان در خود دارید می‌تواند وضعیتی متقابلاً آسیب‌رسان باشد، و به شکل‌های گوناگون تبعیض آشکار یا مخفیانه، و در نهایت زیان فردی و یا جمعی منجر شود.

## مشارکت مدنی

دموکراسی‌های سالم دارای جوامع مدنی فعالی هستند که در آن‌ها افراد دیدگاه‌های

سیاسی خود را به عنوان بخشی از فرآیند رسمی / و یا غیر رسمی مشورتی بیان می‌کنند، که از طریق آن‌ها جوامع و نهادهای دموکراتیک امکان تکامل پیدا می‌کنند. در مورد کودک در خانواده و جامعه و اجتماع، مشارکت مدنی اصولاً با احساس توانمندی و داشتن دیدگاهی درباره‌ی اموری که به آنان مربوط می‌شود و مطرح کردن آن دیدگاه‌ها در ارتباط است؛ از این طریق حس می‌کنند که نظر آنان اهمیت دارد و اعتماد به نفس و توانایی تاثیرگذاری مثبت در دنیای اطراف خود را خواهند داشت. در سنین پایین این امر ممکن است خود را به صورت کمک در کارهای منزل نشان دهد. وقتی کودکان بزرگتر می‌شوند، سطح مشارکت آنان نیز افزایش پیدا می‌کند.

### حس تعلق به اجتماع

کودکان همان‌طور که به خودگردانی تمایل دارند، مایل به پرورش حس هویت و تعلق داشتن نیز هستند؛ و بخشی از کودکی مربوط به یافتن توازن سالم میان استقلال و وابستگی است. وضعیت‌هایی که قبلاً ذکر شد بنیانی برای اجتماع‌سازی هستند، اما مستقیماً به آن حس وحدت و همراهی که مطلوب اکثر خانواده‌ها است نمی‌پردازد. حس تعلق درون خانواده، و حس هویت به عنوان یکی از اعضای خانواده برای پرورش کودکان اهمیت دارد، زیرا این‌ها با برخی از منافع اساسی آنان مرتبط هستند. این موضوع همچنین شدیداً با آرمان‌های دموکراسی سازگار است، زیرا خود دموکراسی تلاشی جمعی است که در آن افراد با هویت‌های منحصر به فرد به خاطر ارزش‌های مشترک گرد هم جمع می‌شوند. هر خانواده منحصر به فرد است و تاریخچه، ارزش‌ها، و تجربیات مشترک خود را دارد. میل کودکان به هویت و تعلق داشتن از طریق پرورش این حس که خانواده‌اش خاص است و با شکل دادن به نقش خود درون خانواده برآورده می‌شود، و هم زمان خواست والدین به درک و پیوستگی بین نسل‌ها را پاسخ می‌دهد. با بزرگتر شدن کودکان و خودمختارتر شدن آنان و با گسترش حلقه‌های اجتماعی آنان، این حس اجتماع نیز بزرگتر می‌شود، اما بنیان آن در دوران کودکی در خانواده گذاشته شده است.

## پرورش کودک و پرورش شخصیت

### غذا و عشق

«اولین دردی که ما می‌فهمیم درد گرسنگی است. باعث می‌شود گریه کنیم. هر بار که کسی موجب می‌شود ما از گرسنگی خلاص شویم احساس خوشبختی می‌کنیم. کم کم دیدن و شنیدن از کسی که به ما غذا می‌دهد اسباب آرامش ما می‌شود. اطمینان از اینکه وقتی گرسنه ایم کسی می‌آید و ما را تغذیه می‌کند آغاز پرورش حس عشق است و اعتماد.»

– فرد راجرز Fred Rogers ، مدافع حقوق کودک

پرورش کودک روندی جالب توجه است. کودکان تنها در طی چند سال از نوزادانی کاملاً وابسته به دیگران و ناتوان از برآورده کردن ابتدایی‌ترین نیازهای خود، به افرادی خود مختار، متحرک و سخنگو تبدیل می‌شوند که شخصیت‌ها،

دیدگاه‌ها، و نظرات متمایزی دارند. برای ما به عنوان افراد بزرگسال آسان است که فراموش کنیم چه سردرگمی‌ها و فشارهای سنگینی به کودک وارد می‌شود تا بتواند به این حجم عظیم از تجربیات و اطلاعات جدید که هر روز بر سرش می‌بارد معنایی ببخشد. با بزرگ شدن کودکان دنیای آنان نیز بزرگ می‌شود. در ابتدا دنیای آنان شکل خاصی ندارد، اما به مرور زمان شروع به ربط دادن شکل‌ها، صداها، و بوها با غذا، گرما، و غیر آن می‌کنند. کم کم کنترل عضلاتشان را به دست می‌آورند و شروع به استفاده از حالات چهره و سپس زبان می‌کنند تا بتوانند احساسات خود را با پیچیدگی فزاینده‌ای ابراز کنند. سینه خیز رفتن و سپس راه رفتن را یاد می‌گیرند، و شروع به اکتشاف در دنیای اطراف خود می‌کنند. در مورد همه چیز کنجکاو هستند، و به طور طبیعی به آزمایش و اکتشاف می‌پردازند، که گاه والدینشان با روش‌های آنان موافق نیستند و به مرور زمان روش‌های بهتری برای اکتشاف، حل مشکلات، به دست آوردن معلومات و مهارت‌های جدید و غیره یاد می‌گیرند.

پرورش شخصیت کودک روندی پیچیده است که به همراه پیشرفت عمومی ظرفیت‌های شناختی و جسمانی آنان اتفاق می‌افتد. هر کودک با ویژگی‌های منحصر به فرد خود به دنیا می‌آید، اما این تنها آغاز ماجراست. عوامل مختلف در محیط آنان تاثیر مهمی بر این جنبه از پرورش آنان دارد، همانطور که رژیم غذایی آن‌ها در پرورش جسمانی آنان تاثیر می‌گذارد. آن‌ها از طریق تعامل با محیط اطرافشان سرخوردگی یا تحریک شدن را تجربه می‌کنند، یا در تلاش برای برآورده کردن

نیازهای خود به روش‌های مختلفی پاداش می‌گیرند. در طی این روند، شخصیت آنان به مرور شکل می‌گیرد. برخی جنبه‌های رفتاری آنان تبدیل به عادت می‌شوند، و همچنین برخی از دیدگاه‌ها، استراتژی‌ها، و فرضیات آنان هر روز پیچیده‌تر و به مرور زمان درونی می‌شوند.

## بخش چهارم

# دموکراسی و عرصه‌های کودکی

### چشم انداز

طیفی گسترده و گوناگون از عوامل در پرورش کودک تاثیرگذار هستند. این عوامل با محیط اطراف کودکان، بستر اجتماعی، انواع فعالیت‌های روزمره، و امور فراوان دیگری ارتباط دارند. این بخش تلاش می‌کند تا برخی از این حوزه‌های مختلف را بررسی کند و به این موضوع بپردازد که این حوزه‌ها چگونه با دموکراسی و پرورش شهروندی دموکراتیک مرتبط هستند، و به والدین برای وارد کردن ارزش‌ها و اصول دموکراتیک در این جنبه‌های زندگی فرزندشان توصیه‌هایی ارائه کنند. می‌توانیم به این جنبه‌های تجربه‌ی کودک به‌عنوان عرصه‌های کودکی نگاه کنیم -حوزه‌ها، فعالیت‌ها، و جنبه‌های دیگر زندگی کودکان که اهمیت و معنای برجسته‌ای دارند.

تمرکز این بحث در این بخش بر آنچه در خانه اتفاق می‌افتد خواهد بود. کودکان در منزل مهم‌ترین درس زندگی خود را می‌آموزند؛ اینکه چطور با دیگران زندگی کنند و کنار بیایند. این بخش حول پنج جنبه‌ی مختلف از تجربه‌ی کودک بنا شده است:

- احساسات و افکار درونی کودکان
- وجوه اجتماعی تجربه کودکان
- وجوه فیزیکی تجربه کودکان

- وجوه نهادینه شده‌ی تجربه کودکان
- یادگیری صریح و مستقیم کودکان

## احساسات و افکار درونی کودک

اولین مجموعه عواملی که باید در نظر بگیریم عوامل درونی هستند که با افکار، احساسات، نیازها، و انگیزه‌های درونی کودکان ارتباط دارند. در سنین خردسالی، کودکان سرشار از انگیزه هستند. تجربیات جدید برای آن‌ها امری عادی محسوب می‌شوند، و این موضوع موجب پدید آمدن احساسات تازه‌ای در آن‌ها می‌شود که ممکن است برایشان گیج‌کننده یا غیرقابل کنترل باشد. آنان هنوز از منافع راهنمایی‌های شما بهره‌مند نشده‌اند، و هنوز توانایی کنترل خود را ندارند. همدردی و درک این موضوع در تربیت دموکراتیک اهمیت بسیاری دارد. بخش حاضر به برخی از این عوامل درونی می‌پردازد و بر این موضوع تمرکز خواهد داشت که والدین چگونه می‌توانند به شیوه‌ی دموکراتیک و محبت‌آمیز از پرورش فرزند خود پشتیبانی کنند.

### نیازهای اساسی کودکان

وقتی کودکان به دنیا می‌آیند، از نظر بیولوژیکی ابزارهای یادگیری، تقلید، و درخواست توجه از والدین را در اختیار دارند و برای آن برنامه‌ریزی شده‌اند. آزاردهنده بودن صدای گریه‌ی کودکان دلیل مشخصی دارد: دلیل آن غریزه‌ی کاملاً تطبیق یافته‌ی کودکی است، و تضمین می‌کند که کودک مورد بی‌توجهی قرار نگیرد یا فراموش نشود. آن‌ها در واقع می‌گویند: «من اینجا هستم و نیازهایی دارم!» هرچه آنان بیشتر پرورش می‌یابند راه‌های مناسب‌تر دیگری را برای برقراری ارتباط و برآورده شدن نیازهایشان یاد می‌گیرند، اما نیازهای اساسی آنان در طول دوران کودکی تداوم خواهند داشت.

دموکراسی از مردم می‌خواهد که تا اندازه‌ای به یکدیگر احترام بگذارند و دیدگاه‌ها و نظرات متفاوت را درک کنند. تربیت دموکراتیک این موضوع را به حوزه‌ی کودکی گسترش می‌دهد و اهمیت درک نیازها و انگیزه‌های کودکان را به رسمیت می‌شناسد. این نیازها می‌توانند به اشکال گوناگونی بروز پیدا کنند، اما معمولاً حداقل پنج دسته‌ی اصلی را شامل می‌شوند: نیازهای فیزیولوژیکی؛ نیاز به امنیت؛ عشق و

احساس تعلق؛ اعتماد به نفس؛ شکوفایی فردی.

**نیازهای فیزیولوژیکی:** نیازهای فیزیولوژیکی لازمه‌های فیزیکی بقای کودک هستند: مانند غذا، آب، خواب، و حتی لباس در بسیاری از شرایط آب و هوایی. بدون این‌ها بدن انسان کارکرد مناسبی نخواهد داشت و به مرور ضعیف خواهد شد و از کار خواهد افتاد.

**نیاز به امنیت:** اگر نیازهای فیزیولوژیکی کودک برآورده شوند، معمولاً تمایل به ایمنی و امنیت بر رفتار آنان غالب می‌شود. ایمنی و امنیت می‌توانند در سنین و مراحل متفاوتی از رشد، معانی مختلفی داشته باشند و عموماً هرچه کودک بزرگتر می‌شود این معانی پیچیده‌تر و انتزاعی‌تر می‌شوند. در کودکان خردسال، نیازهای امنیتی ممکن است ارتباطی نزدیک با دسته‌ی بعدی، یعنی عشق و احساس تعلق، داشته باشند. زیرا خردسالان برای امنیت و بقای خود کاملاً به بزرگسالان وابسته هستند. اگر حس ایمنی و امنیت وجود نداشته باشد، کودکان ممکن است نشانه‌هایی از نگرانی، اضطراب، بیخوابی، و رفتارهای مشابه از خود بروز دهند.

**عشق و احساس تعلق:** اگر نیازهای اساسی تر کودکان برآورده شوند، توجه آن‌ها به احساسات میان افراد، مانند محبت و احساس تعلق متمرکز خواهد شد. اگر کودک احساس محبت یا تعلق داشتن نکند، ممکن است به رفتارهایی برای جلب توجه یا پذیرفته شدن دست بزند. همچنین ممکن است به روش‌هایی نامناسب یا ناسالم برای کسب محبت تلاش کند، یا برای پذیرفته شدن در گروهی از همسالان خود که والدینش آنان را نامطلوب می‌دانند تلاش کند.

**اعتماد به نفس:** اعتماد به نفس به میل بنیادین فرد برای پذیرفته شدن توسط دیگران و ارزشمند بودن برای آنان ارتباط دارد، یعنی احساس مورد احترام بودن و احترام به خود. عدم اعتماد به نفس ممکن است خود را به صورت بی‌حوصلگی، انفعال، مطیع بودن، یا افسردگی نشان دهند. میل به مورد احترام دیگران بودن و حس کارآمد بودن، ممکن است موجب شود کودکانی که در سایر حوزه‌های زندگی خود (مانند تحصیل) مورد تایید قرار نمی‌گیرند، به بدرفتاری، دعوا، مسخره کردن، یا رفتارهای دیگری بپردازند تا شاید به نحوی مورد تایید گروه مشخصی از همسالان خود قرار گیرند.



**شکوفایی فردی:** شکوفایی فردی مربوط به دستیابی فرد به توانایی‌های خود است، و اینکه فرد حداکثر استعدادهای خود را شکوفا کند. برای نوجوانان این امر با ایده‌ی استقلال آغاز می‌شود. کودکانی که در خانه‌های محدودکننده، سرکوبگر، یا اقتدارگرا بزرگ می‌شوند ممکن است با وضعیت خود به مبارزه بپردازند؛ زیرا آنان میل دارند به افرادی مستقل تبدیل شوند، استعدادهای خود را شکوفا کنند، خودشان کارهای خود را انجام دهند، ریسک کنند، وحد و مرز توانایی‌های خود را پیدا کنند.

این مبارزه ممکن است به رفتار شورشی و نزاع در منزل منجر شود. برای درک این نیازها و انگیزه‌ها می‌توان آن‌ها را به یک سلسله مراتب تشبیه کرد که در آن قوی‌ترین تمایلات، برآورده‌کننده‌ی اساسی‌ترین و بنیادی‌ترین نیازها هستند، یعنی نیازهای فیزیولوژیکی. وقتی مجموعه‌ای از نیازها برآورده شوند، کودک معمولاً بر ارضای نیازهای سطح بعدی متمرکز می‌شود. این امر لزوماً فرآیندی خطی نیست. نکته‌ی مهم این است که هر نیاز با تمایلات فیزیولوژیکی و بیولوژیکی مختص خود همراه است، و اگر این نیازها برآورده نشوند معمولاً عواقبش خود را در رفتار کودک و تلاش او برای برآورده کردن آن نیازها (به روش‌های مناسب یا نامناسب) نشان خواهند داد.

### دلایل بدرفتاری

بسیاری از بدرفتاری‌های شدید و اکثر نابهنجاری رفتار کودکان را می‌توان از منظر سلسله مراتب نیازهای بالا درک کرد. به والدینی که در تلاش برای درک رفتار و احساسات کودک خود هستند پیشنهاد می‌شود از منظر این نیازها به جستجو برای سرنخ‌ها بپردازند. سرنخ‌های دیگر ممکن است در اصول و روش‌های دیگری که در این بخش مطرح شد وجود داشته باشند. اصل مهمی که والدین هنگام روبرو شدن با کودک بدرفتار باید به خاطر داشته باشند این است که ابتدا حتماً موقعیت را ارزیابی کنند، و تنها پس از این کار به آن پاسخ دهند. یعنی نباید واکنش فوری نشان داد. بلکه اول باید در نظر گرفت که کودک چه چیزی را تجربه کرده که منجر به این رفتار شده است. تلاش برای اصلاح فوری رفتار کودک از طریق تهدید، رشوه، ارباب، یا مذاکره ممکن است در کوتاه مدت مفید باشد، اما در دراز مدت نتیجه‌ی معکوس خواهد داشت، مگر اینکه به دلایل اصلی این بدرفتاری پرداخته شود.

در نتیجه اولین قدم در تربیت دموکراتیک عادت کردن به ارزیابی وقایع در هر موقعیت است، یا ارزیابی وقایعی در گذشته که ممکن است منجر به بدرفتاری در وضعیت کنونی شده باشند. ما به عنوان والدین که سرپرستان اصلی کودک هستیم باید این تمایل و آمادگی را داشته باشیم که منتقدانه به خود نگاه کنیم و اشتباهات احتمالی خود را پیدا کنیم.

برخی دلایل متداول بدرفتاری از قرار زیر هستند:

- **نیازهای برآورده نشده:** اولین قدم در بررسی بدرفتاری کودک همیشه باید در نظر گرفتن این موضوع باشد که آیا نیاز مشروعی بی‌پاسخ مانده است یا خیر. وقتی کودکان نیاز برآورده نشده‌ای دارند، حتی خودشان نیز ممکن است به وضوح از آن آگاه نباشند یا نتوانند آن را برای شما توضیح دهند. سلسله مراتب نیازهایی که پیشتر ارائه شد نقطه‌ی شروع خوبی برای اندیشیدن به این موضوع است. نیازهای مرتبط دیگر از جمله نیاز به توجه، محبت، استقلال، استراحت، شفا یافتن، تغذیه‌ی سالم، محرک‌های مناسب، یا بروز خلاقیت هستند. اگر کودکی بیش از حد تحریک شود و یا روزی هیجان‌انگیز و طولانی را سپری کند، ممکن است فقط به اندکی فضا و زمان تنهایی برای آرام شدن نیاز داشته باشد. برای کودکان سنین بالاتر و نوجوانان ممکن است نیاز به کسب اطلاعات بیشتر وجود داشته باشد، به عنوان مثال، ممکن است اطلاعات مناسبی درباره‌ی انتظارات و فرآیندها نداشته باشند.

- **اضطراب:** اگر کودک مملو از فشار، تنش، و رنج‌های فیزیکی یا عاطفی باشد تفکر او دچار مشکل خواهد شد. زمانی که کودک احساسات سنگینی مانند ترس، خشم، غم، نفرت، ناامیدی، گناه، و یا تنهایی را تجربه می‌کند، بدرفتاری و عدم همکاری او با والدین کاملاً عادی است. این امر با نیازهای برآورده نشده که قبلاً ذکر کردیم در ارتباط است، اما جای آن دارد که به تنهایی نیز مورد توجه قرار گیرد. زیرا کودکان موقعیت‌های چالش برانگیز و تجربیات دشوار را برای اولین بار و در دورانی از سر می‌گذرانند که هنوز مانند بزرگسالان مهارت‌های سازگاری با این امور و تحمل آن‌ها را در خود پرورش نداده‌اند. در نتیجه اضطراب فیزیولوژیکی و عاطفی معضلاتی جدی در دوران کودکی

محسوب می‌شوند.

• **الگوسازی:** کودکان از طریق مثال چیزها را یاد می‌گیرند. اولین الگوهای رفتاری آنان معمولاً والدین و برادران و خواهرانشان هستند. هرچه آنان بزرگتر می‌شوند، دوستان، همکلاسان و معلمانشان نیز شروع به تاثیرگذاری بر آنان می‌کنند؛ همچنین شخصیت‌های داستان‌ها، سریال‌های تلویزیونی و غیره نیز بر آنان تاثیر می‌گذارند. جستجو و تلاش برای پیدا کردن الگوهای بالقوه‌ی بد رفتاری کودک می‌تواند امری مفید باشد. اطمینان حاصل کردن از اینکه به میزان کافی الگوهای رفتاری مثبت برای کودک وجود دارند نیز به همان اندازه دارای اهمیت است.

• **تربیت:** اگرچه ایده‌ی تربیت کردن کودکان خیلی مد روز نیست، باید بپذیریم که تربیت در پرورش عادات کودکان و یادگیری شیوه واکنش نشان دادن به موقعیت‌های متفاوت تاثیرگذار است. والدین ممکن است ناخودآگاه عاداتی بد را در کودک تقویت کنند یا در ایجاد هنجارها و عادات رفتاری مثبت شکست بخورند. باید به تجربه‌ی روزمره‌ی کودک به عنوان یک نوع تربیت و روند هنجارساز اندیشید؛ انگار که نحوه‌ی رفتار روزمره‌ی ما، از طرف کودک جذب و درونی می‌شود، زیرا اغلب همینطور است.

هدف این بحث، کوچک کردن یا بی‌اهمیت شمردن رفتار کودکان نیست، بلکه می‌خواهد برای اندیشیدن به نیازها و دیدگاه‌های آنان مرجعی ارائه کند و برخی توضیحات ممکن برای رفتار خوب یا بد آنان را در اختیار شما بگذارد.

### رفتار غریزی

کودکان با توانایی کنترل رفتار خود به دنیا نمی‌آیند، بلکه اتفاقاً در واقع خلاف این امر صادق است. در هفته‌ها و ماه‌های اولیه، آن‌ها در درجه‌ی اول براساس غریزه رفتار می‌کنند. سرشار از نیاز هستند و غیر از گریه ابزارهای بسیار کمی برای آگاه کردن والدینشان از نیازهای خود در اختیار دارند. اما هر چه که بزرگتر می‌شوند وضعیت تغییر می‌کند. شخصیت آنان و همچنین رفتارها و نیازهایشان می‌یابد. کودکان خردسال سرشار از احساسات هستند. این احساسات می‌توانند گیج‌کننده و خارج

از حد توان آنان باشند، مخصوصاً زمانی که هنوز تجربه‌ی کافی برای درک آن‌ها یا حتی زبان مناسب برای ابراز آن‌ها ندارند. کودکان برای یافتن راه‌های مناسب برای ابراز احساسات و برآورده شدن نیازهایشان به کمک بسیاری نیاز دارند.

پرتوقع بودن، ترسو بودن، و گاه حتی پرخاشگری بخشی عادی از فرآیند رشد کودکان است. این‌ها روش‌های کودکان برای کاوش و آزمودن تعاملات اجتماعی هستند. آنان در پی حل مشکل و تلاش برای پیدا کردن راه‌هایی برای ارضا، یا درک، یا رسیدگی به آنچه در درونشان می‌گذرد هستند. نحوه‌ی واکنش والدین به این رفتار غریزی در یادگیری و پرورش کودک نقشی اساسی دارد. کودک هر پاسخی از سوی والدین را به خاطر می‌سپارد، خواه این واکنش یک لبخند یا درآغوش گرفتن باشد، کلامی نرم باشد، یا نگاهی خشم‌آلود. آنان یاد می‌گیرند که هر رفتارشان چه نوع واکنش متفاوتی را در شما برمی‌انگیزد؛ و در مقابل، واکنش شما در آنان چه حسی به وجود می‌آورد. والدین در هر مورد باید با ملایمت و بردباری کودک را به سمت رفتارها و نحوه‌ی تفکر مناسب در آن موقعیت هدایت کنند. حفظ آرامش در چنین موقعیت‌هایی همیشه کار ساده‌ای نخواهد بود، اما به خود یادآوری کنید که کودک شما تنها مشغول به رفتاری است که تمام کودکان از خود بروز می‌دهند، و این برای آنان فرصتی برای یادگیری چیزی جدید است.

### سرکشی

سرکشی با میل به استقلال رابطه‌ای نزدیکی دارد. این امر ممکن است زمانی آغاز شود که کودکان تنها دو سال دارند، و ممکن است تا دوران بزرگسالی، یا تا زمانی که میل آنان به آزادی و استقلال برآورده نشده است، در آنان تداوم داشته باشد. «نه» گفتن به چیزها، راحت‌ترین و طبیعی‌ترین راه آزمودن قدرت فردی در تعامل اجتماعی است. زمانی که کودک به والدین خود «نه» می‌گوید، این در واقع بخشی از تقلای او برای «خود بودن» است. آنان در حال پرورش حس هویت خود هستند و کم‌کم خود را به صورت افرادی مستقل می‌شناسند. وقتی که آنان «نه» می‌گویند در حقیقت راهی است برای گفتن این‌که: «من یک فرد هستم». آنان در حال آزمودن هستند. ممکن است یک روز با چیزی موافق باشند و روز دیگر با آن مخالفت کنند؛ حتی شاید تنها به این دلیل که در آن لحظه خسته، یا گرسنه، یا بیش از حد تحریک

شده‌اند، یا شاید فقط به این خاطر که می‌خواهند حس «نه» گفتن را تجربه کنند. در سال‌های اولیه‌ی زندگی کودک، درک این موضوع که سرکشی از کجا سرچشمه می‌گیرد و همچنین صبور بودن در برابر آن، اهمیت بسیاری دارد. کودک شروع به پرورش افکار و دیدگاه‌های خود می‌کند، و می‌خواهد درباره‌ی موضوعاتی که در زندگی او اهمیت دارند اطلاعات کسب کند. در تربیت دموکراتیک ما نمی‌خواهیم بیش از حد کودکان را راحت بگذاریم و به هر خواسته‌ی آنان تسلیم شویم، ولی همچنین نمی‌خواهیم آنان را با اعمال قدرت کاملاً سرکوب کنیم. هر دوی این روش‌ها تنها موقعیت را بدتر می‌کنند.

در اینجا چند راهکار برای برخورد دموکراتیک با سرکشی ذکر شده است:

- «نه» گفتن آنان را به رسمیت بشناسید و به آن احترام بگذارید. گاه این تمام آن چیزی است که کودک می‌خواهد. به خاطر بسپارید که بخشی از سرکشی آنان فقط برای اعلام "فرد" بودن آنها است.
- فعالانه همراهی کنید. از آنجا سرکشی با نیاز به استقلال درارتباط است، سعی کنید فرصت‌هایی به کودکان بدهید تا انتخاب کنند، در تصمیم‌گیری‌ها مشارکت کنند، و از بین چند گزینه یکی را برگزینند.
- از زبان ملایم اما قاطع استفاده کنید. با آرامش حرف خود را تکرار کنید. اگر نیاز باشد از تنبیه منطقی استفاده کنید. نگذارید یک سرپیچی ساده‌ی کودک تبدیل به یک نزاع قدرت یا مذاکره شود چون هر دوی این‌ها جنگ‌هایی محکوم به شکست هستند.
- نشان دادن اقتدار در بسیاری از موارد نه تنها ایرادی ندارد، بلکه دارای اهمیت است. بویژه در برخورد با کودکان خردسال تر هیچ اشکالی ندارد که با خونسردی بگویید: «من احساس تو را می‌فهمم، ولی ما باید این کار را انجام دهیم.» با اینکه سرپیچی کردن روش سالمی برای تمرین استقلال کودکان است، درک این موضوع که آنان مرکز دنیا نیستند نیز برایشان امری ضروری است.

## ترس‌ها

ترس‌ها در کودکی امری متداول هستند. آن‌ها با نیاز کودک به ایمنی و امنیت، و نگاه او به دنیا ارتباط دارند. بزرگسالان به سادگی فراموش می‌کنند که دنیا از نگاه کودک چه شکلی دارد. کودکان خردسال با اسرار و ناشناخته‌های بسیاری روبه‌رو می‌شوند. آن‌ها هنوز تفاوت بین واقعیت و تخیل را تشخیص نمی‌دهند.

ترس‌های کودکان می‌توانند ریشه‌های بسیار و متفاوتی داشته باشند. ممکن است از چیزهایی ناشناخته بترسند، مانند مکان‌های جدید و ناآشنا، یا آنچه ممکن هنگام خواب زیر تخت شان باشد. ترس آنان ممکن است بر اساس تجربیات جدیدی باشد که تلاش می‌کنند آن‌ها را تفسیر کنند. به عنوان مثال پس از شنیدن آژیر ممکن است ترس‌هایی مرتبط با جرم، آتش سوزی، و یا آسیب دیدن عزیزانشان داشته باشند. ممکن است از چیزهای ترسناکی که در فیلم‌ها یا داستان‌ها دیده یا شنیده‌اند وحشت داشته باشند. یا ممکن است ترس‌هایی کاملاً واقعی و منطقی بر اساس موقعیت‌هایی خطرناک از خود بروز دهند. کودکان علیرغم تمایلی که به استقلال دارند، معمولاً به خوبی از آسیب‌پذیری‌های خود آگاه هستند.

در اینجا چند پیشنهاد برای کمک به کودکان در برخورد با ترس‌هایشان ذکر شده است:

- احساسات کودک را با آرامش و بردباری به رسمیت بشناسید، به سخنانشان گوش کنید و بگذارید متوجه شوند که ترس آنان را درک می‌کنید. احساسات آنان را با تمسخر یا گفتن اینکه «چیزی برای ترسیدن وجود ندارد» بی‌اهمیت نشان ندهید. برای کودک، ترس امری واقعی است.
- به آنان کمک کنید که احساس امنیت کنند، و بگذارید بدانند که شما نزدیکشان هستید و از آنان مراقبت می‌کنید. به آنان قوت قلب بدهید و اگر منبع ترسشان تخیلی است این موضوع را به آنان بگویید. برایشان این موضوع را روشن کنید که شما اطمینان دارید که دلیلی برای ترسیدن از آن موضوع ندارند.
- آنان را آگاه کنید که در این احساس تنها نیستند و بسیاری از کودکان (و حتی بزرگسالان) از چیزهایی وحشت دارند، حتی اگر آن را به زبان نیاورند.
- منابع احتمالی ترس را خصوصاً در خردسالی به حداقل برسانید؛ مانند قرار

گرفتن کودک در معرض داستان‌های ترسناک یا اخبار و فیلم‌های مربوط به بزرگسالان که ممکن است وقایع ترسناکی را به تصویر بکشند.

- از مجبور کردن آنان به انجام کاری که از آن وحشت دارند پرهیز کنید. اصرار و تشویق قطعا به آنان کمک خواهد کرد تا به مرور بر ترس‌های خود غلبه کنند، اما مجبور کردن آنان به انجام کاری ترسناک ممکن است نتیجه‌ی معکوس داشته باشد.

- روش‌ها و راهکارهای غلبه بر ترس را با آنان آموزش دهید، مانند تکرار کردن جملات قوت قلب دهنده در ذهن خود، تنفس آرام، روشن کردن چراغ‌ها برای دیدن اینکه آیا واقعا هیولایی زیر تخت وجود دارد یا خیر، و مثل آن.

- آنان را برای غلبه بر ترس‌ها و پذیرفتن ریسک‌های کوچک تمرین دهید، و خودتان برای کمک کردن به آنان در صورت شکست خوردنشان حضور داشته باشید. آنان از این طریق اعتماد به نفس پیدا می‌کنند.

## جنبه‌های اجتماعی تجربیات کودکان

جنبه‌های اجتماعی دوران کودکی در شکل دادن کودکان و همچنین آگاه کردن آنان نقش بسیار مهمی دارند. زمانی که کودکان به دنیا می‌آیند، از زبان، درک هنجارهای اجتماعی، و مفهوم چگونه ارتباط برقرار کردن با دیگران بی‌بهره هستند. آنان در محدوده‌ای بسیار کوتاه زمانی شدیداً تعامل‌گرا می‌شوند و شروع به رد و بدل کردن نگاه، کنش و کلمات با افراد پیرامونشان می‌پردازند.

این بخش به برخی از جنبه‌های مهم محیط اجتماعی کودکان می‌پردازد و از دیدگاه تربیت دموکراتیک توصیه‌هایی ارائه می‌کند.

### نشان دادن توجه؛ ارتباط پیوندی

اگرچه شکلی از ارتباط در هر نوع خانواده‌ای وجود دارد، ذات و میزان ارتباط بین فرزندان و والدینشان در هر خانواده تفاوت قابل ملاحظه‌ای دارد. برخی خانواده‌ها خونگرم و اجتماعی هستند، در حالی که برخی دیگر سکوت و گوشه‌گیری را ترجیح می‌دهند. ویژگی‌های زندگی خانوادگی مانند سلسله مراتب، احترام متقابل، محبت، و اضطراب همگی خود را در شیوه‌ی ارتباط نشان می‌دهند. شیوه‌ی ارتباطی قالب

در یک خانواده، تاثیر عظیمی بر کودکان برای یادگیری ایجاد ارتباط دارد. آنان نه تنها روش‌ها و الگوهای گفتاری را که در خانه می‌شنوند یاد می‌گیرند، بلکه از ذات رابطه‌ی بین والدین خود نیز، که در شیوه‌ی گفتارشان با یکدیگر بروز پیدا می‌کند، عمیقا تاثیر می‌گیرند.

توانایی توجه نشان دادن به دیگران برای یک دموکراسی سالم امری بنیادین محسوب می‌شود، و همزمان یکی از ویژگی‌های کلیدی ارتباط در تربیت دموکراتیک است. می‌توان به این موضوع به عنوان ارتباط مراقبتی، یا ارتباط پیوندی نگاه کرد، زیرا بر تداوم ایجاد رابطه با دیگران تاکید می‌کند. ارتباط پیوندی شامل توجه و دلسوزی و همچنین برقراری ارتباط می‌شود؛ یعنی برقراری رابطه به نحوی که کلمات، زبان بدن، و لحن صدای شما پلی ایجاد کند که به فرزندان نشان دهد شما در حال تلاش برای درک او هستید. کودکان شدیداً نسبت به دنیای پیرامون خود حساس هستند. داشتن پیوندی محکم از طریق رابطه می‌تواند برای آنان یک پناهگاه امن و مجرای خروجی فراهم می‌کند که از طریق آن می‌توانند واکنش‌های خود را ابراز کنند، تجربیات جدید را تفسیر و پردازش کنند، و به آرامش برسند. ارتباط پیوندی از طریق همدردی تضمین می‌شود و شامل امور ذیل است:

- معطوف کردن توجه کامل خود به آنان؛
  - گوش دادن فعال، از طریق سر تکان دادن و تکرار سخنانشان برای نشان دادن درک آن‌ها؛
  - به کار بردن کلمات محبت‌آمیز و ملایم؛
  - بردباری و ملاحظه کردن؛
  - به کار بردن لحنی محبت‌آمیز و محترمانه.
- نقش دلسوزی و توجه در این فرآیند بسیار مهم است، زیرا می‌خواهیم کودکان در برقراری ارتباط با ما احساس ایمنی و امنیت کنند. یعنی باید تلاش کنیم تا وضعیت آنان را در آن لحظه احساس کنیم، و واکنشی به آن‌ها نشان دهیم که به برقراری ارتباط کمک کند، و به آنان نشان دهد که درکشان می‌کنیم. کودک باید توجه دلسوزانه شما را احساس کند و در حضور شما احساس امنیت داشته باشد. موارد زیر را در نظر بگیرید:
- اگر کودک شما خوشحال است، در شادی او همراه شوید.



- اگر کودک شما کنجکاو است، سوالاتی بپرسید که نشان دهند شما هم کنجکاو هستید.
- اگر کودک شما ترسیده است، به او قوت قلب بدهید.
- اگر کودک شما هیجان زده است، از خود علاقه نشان دهید.
- اگر کودک شما خشمگین است، بردبار باشید.
- اگر کودک شما بیش فعال است، با خونسردی تمرکز کنید.
- اگر کودک شما کج خلقی و بدرفتاری می‌کند، آرام و بردبار بمانید، اما محکم باشید.

وجه اشتراک تمام موارد بالا این است که شما به عنوان سرپرست کودک در حال برقراری رابطه با احساسات او هستید و توجه خود را به کودک از طریق کلمات و رفتار یا زبان بدن خود نشان می‌دهید. نقطه‌ی مقابل این خواهد بود که به احساسات کودک اهمیتی ندهید یا آن‌ها را زیر سوال ببرید. اگرچه ممکن است به نفع ما باشد که وقتی کودک مثلاً عصبانی یا غمگین است، احساس او را تغییر دهیم، اما معمولاً مخالفت و زیر سوال بردن مستقیم چنین احساساتی نتیجه‌ی معکوس دارد. به جای آن بهتر است که ابتدا به تجربه‌ی کودک احترام بگذاریم و اجازه دهیم که احساسات خود را تجربه کند، و با بردباری به آنان کمک کنیم تا این تجربیات را درک کنند.

سازوکار ارتباط پیوندی چندان پیچیده نیست و شامل فرستادن پیام‌های مداوم از طریق لحن صدا، زبان بدن، و کلمات شما می‌شود. هر پیام مشخص می‌تواند کاملاً معطوف به هدف باشد؛ و عناصری از جمله طنز، ثبات، غم، یا هر احساس مرتبط با موقعیت را در بر بگیرد. به علاوه برخی کلمات و تعبیرات خاص می‌توانند به برقراری ارتباط با کودک شما کمک زیادی بکنند. سعی کنید از ادبیاتی که کودک را سرزنش یا منزوی می‌کند خودداری کنید و به جای آن از ادبیاتی استفاده کنید که از پیوند مطلوب شما با کودکتان محافظت کند.

برای ارتباط دلسوزانه هیچ نسخه یا سناریویی وجود ندارد. هر کودک و هر سرپرست در جای خود منحصر به فرد هستند و آنچه در یک موقعیت جواب می‌دهد، ممکن است در موقعیت دیگر به کار نیاید. با این حال حضور داشتن و توجه کردن به کودک قدم مهم اول در هر رابطه‌ی دلسوزانه است. فارغ از اینکه کودک چه می‌گوید یا انجام می‌دهد، اگر ما آنجا حضور داشته باشیم و اهمیت بدهیم، می‌توانیم گوش

بدهیم و از آنجا به سمت جلو حرکت کنیم.

برای مشخص شدن لحن چنین ارتباطی که در این بخش ذکر شد ارائه‌ی چند مثال ضروری به نظر می‌رسد:

**استفاده از اصطلاحات محبت آمیز:** می‌توانید در زمان‌های مناسب، و خصوصاً برای کودکان خردسال از اصطلاحاتی مانند «عزیز دلم»، «عزیزم»، یا «عسلم» برای خطاب کردن فرزندتان استفاده کنید. این روشی ساده برای یادآوری کردن عشقتان به آنان است. فارغ از این که چه پیام دیگری باید منتقل شود.

تعویق انداختن به جای رد کردن: وقتی کودک از شما چیزی می‌خواهد، استفاده از عباراتی چون «الان نه» می‌توانند جایگزین ملایمی برای «نه» گفتن مستقیم باشد. این نوع از به تعویق انداختن، نشان دهنده‌ی انعطاف روش تربیتی دموکراتیک است، و به طور ضمنی این معنی را در بر دارد که ممکن است خواسته‌ی کودک زمانی برآورده شود، اما اکنون آن زمان مناسب نیست.

**تاکید بر باهم بودن:** در هنگام صحبت با کودک با استفاده از ضمیرهایی مانند «ما» یا «مان»، به جای «تو»، احساس با هم بودن و پیوستگی به وجود می‌آوریم. این کار به کاهش جر و بحث و سرکشی کمک می‌کند، و همچنین همکاری را افزایش می‌دهد، چون شما و کودکتان را در یک جایگاه می‌گذارد.

**استفاده از «و» به جای «اما»:** زمانی که یک بزرگسال در صحبت با کودک از کلمه‌ی «اما» در جمله استفاده می‌کند، معمولاً کودک تمام آنچه قبل از آن کلمه گفته شد را نادیده می‌گیرد. کلمه‌ی «اما» برای کودک تأثیر منفی کردن آنچه را که قبل از آن آمده است دارد. بسیار بهتر خواهد بود که به جای آن از کلمه‌ی «و» استفاده کنیم. وقتی کودک پیشنهادی می‌کند، می‌توانید بدون اینکه درهای ارتباط را ببندید، به پیشنهاد او اعتبار ببخشید. برای این کار از عبارتی مانند «ایده‌ی خیلی خوبی است، و من فکر می‌کنم...» استفاده کنید و در ادامه توضیح دهید که چرا عملی متفاوت از آنچه پیشنهاد کرده‌اند را انجام خواهید داد.

نقش ارتباط پیوندی در دموکراسی بسیار مهم است. اگرچه ارتباط بین اعضای خانواده معمولاً شخصی‌تر و خودمانی‌تر از آن چیزی است که در بیرون خانه اتفاق می‌افتد، اما در اهمیت همدردی تغییری نمی‌دهد. کودکان باید برای درک احساسات دیگران تلاش کنند، و بتوانند دیدگاه‌های خود را نیز صادقانه و صریح به دیگران

بفهمانند. این امر از منزل شروع می‌شود، و وقتی آنان بزرگتر می‌شوند این توانایی را پیدا می‌کنند که قواعد مشابهی را برای درک دیدگاه‌ها و نظرات متفاوت در طیف وسیع‌تری از موضوعات به کار بگیرند.

### الگوی رفتاری

کودکان از طریق مثال چیزها را یاد می‌گیرند و در اوایل زندگی تقریباً همه چیز را تنها از این طریق فرا می‌گیرند. آنان از طریق الگوهای رفتاری اموری مانند راه رفتن، صحبت کردن، و برقراری ارتباط با دیگران را یاد می‌گیرند. طبیعتاً والدین و برادران و خواهران کودکان الگوهای رفتاری اصلی آنان هستند چون بویژه در سنین خردسالی بیشترین وقت را با آن‌ها سپری می‌کنند. خواه ناخواه و خوب یا بد، ما الگوهای رفتاری فرزندانمان هستیم. آنان ما را می‌بینند، می‌شنوند، تحسین می‌کنند، و مشتاق محبتمان هستند. این یعنی ما توانایی تاثیرگذاری شدیدی بر آنان داریم و در نتیجه مسئولیت بزرگی نیز در قبال آنان بر دوش داریم. پس تنها لازم است آنگونه زندگی کنیم که دوست داریم آنان زندگی کنند.

از منظر اهداف حمایت از دموکراسی و پرورش کودک، باید مدت زیادی به تفکر در این باره بپردازیم که خودمان چگونه در رفتارها و تعامل با دیگران به ارزش‌ها و اصول دموکراتیک وفادار هستیم. بررسی هر کدام از رفتارهای مرتبط با دموکراسی که بالاتر ذکر شد تمرین مفیدی خواهد بود: استقلال، حس عدالت و دلسوزی، عزت نفس، تعامل به مثل، منطقی بودن، احترام مدنی، فعالیت مدنی، و حس تعلق به اجتماع. باید بررسی کرد که هر کدام از این موارد چگونه در رفتار خود ما و همچنین در تعامل ما به عنوان والدین با فرزندان و اعضای خانواده بازتاب پیدا می‌کنند. سوالات زیر را در نظر بگیرید، و این نکته را که آن‌ها برای کودکانان حاوی چه نکاتی درباره‌ی شما هستند، و اینکه آیا دوست دارید فرزندانان از شما تقلید کنند یا خیر: **اوقات خود را چگونه می‌گذرانید؟** آیا همیشه سر کار هستید؟ آیا در اجتماع برای کاری داوطلب می‌شوید؟ آیا سرگرمی خاصی دارید؟ آیا بیش از حد تلویزیون نگاه می‌کنید؟ آیا با دیگران اختلاط می‌کنید؟

**امور خود را چگونه مدیریت می‌کنید؟** آیا منظم و با برنامه هستید؟ آیا کارها را با دقت و میل انجام می‌دهید یا سرسری و تنها برای اتمام کار؟ آیا همیشه عجله دارید

یا چیزها را گم می‌کنید؟

**وضعیت عادی ذهن شما چیست؟** وضعیت عاطفی یا روانی معمول شما در منزل چیست؟ آیا کم حواس و مضطرب، شاد و پر انرژی، یا سست و بی‌میل هستید؟ **چگونه با دیگران تعامل می‌کنید؟** در تعامل با اعضای خانواده چه چیزی را الگو قرار می‌دهید؟ با چه کسانی غیر از اعضای خانواده در ارتباط هستید؟ آیا دوستان و همکارانی از گروه‌های قومی، مشاغل، یا اقشار متفاوت دارید؟ در تعامل خارج از منزل خود با دیگرانی که از اقشار متفاوت هستند چه چیزی را الگو قرار می‌دهید؟ آیا نادانسته برخی عقاید قالبی (استریوتایپ) خاص در ارتباط با جنسیت، طبقه‌ی اجتماعی، یا قومیت را تقویت می‌کنید؟ درباره‌ی جهان چگونه صحبت می‌کنید؟ آیا خوشبین و مثبت‌اندیش هستید؟ آیا مشتاق، کنجکاو، و علاقه‌مند هستید؟ آیا به کسب اطلاعات جدید می‌پردازید؟ آیا تفکر انتقادی، یعنی بررسی منابع و جستجو برای دیدگاه‌های دیگر درباره‌ی موضوعات را الگو قرار می‌دهید؟

**با اضطراب چگونه کنار می‌آیید؟** در موقعیت‌های پر اضطراب خشمگین و سرخورده می‌شوید؟ آیا خون‌سردی خود را حفظ می‌کنید و پشتکار به خرج می‌دهید؟

این سوالات گام اول برای اندیشیدن به این موضوع هستند که فرزندانمان در ما چه چیزهایی را مشاهده می‌کنند، و ممکن است چه چیزهایی را تقلید کنند. به خاطر داشته باشید که کودکان و بویژه خردسالان منابع بسیار اندکی برای درک این موضوع دارند که یک فرد بودن چه معنایی دارد، یا درک اینکه مردم چگونه باید سخن بگویند، رفتار کنند، و فکر کنند. در اکثر موارد هیچ الگویی به اهمیت و نفوذ والدین وجود ندارد؛ بویژه در سنین خردسالی که تعیین‌کننده‌ترین سال‌ها هستند. عواطف انسانی همانند دیدگاه‌ها، منش‌ها، و رفتارهای انسانی امری مسری هستند. این ذات اجتماعی شدن است، و والدین به عنوان عوامل اصلی اجتماعی‌سازی می‌توانند در جا انداختن ارزش‌های دموکراتیک برای فرزندان‌شان نقش مهمی ایفا کنند. این بدان معنی نیست که والدین باید فشار غیر ضروری و بیش از حدی بر خود وارد کنند تا افراد کاملی باشند، بلکه تنها به این معنی است که چنین امری ارزش آن را دارد که کمی بیشتر تلاش کنید تا آنگونه فردی باشید که امیدوارید روزی فرزندان‌تان باشد. حال شاید لازمه‌اش این باشد که وقتی در راه‌بندان گیر کرده‌اید

کمی بردبارتر باشید. یا سعی کنید بیشتر لبخند بزنید، یا کارتان را کمی زودتر کنار بگذارید تا وقت بیشتری با آنان بگذرانید.

در زمینه‌ی الگوی رفتاری، در نظر گرفتن تاثیرات بالقوه‌ی دیگران بر کودک نیز دارای اهمیت است. هرچه کودکان بزرگتر می‌شوند، منابع تاثیرگذار دیگری نیز به وجود می‌آیند که چنین مواردی را شامل می‌شوند: اعضای خانواده، دوستان و همکلاسی‌های آنان، معلمان و مربیان آنان، ورزش‌ها و چهره‌های رسانه‌ای، و همچنین شخصیت‌هایی که در داستان‌ها، کتاب‌های مصور، برنامه‌های تلویزیونی، فیلم، و غیره با آن‌ها برخورد می‌کنند. والدین می‌توانند به صورت فعالانه به مدیریت روابط فرزندانیشان با مراجع تاثیرگذار بپردازند و از این طریق خدمت بزرگی به آنان بکنند. به این صورت که مراقب باشند کودک به میزان کافی با منابع تاثیرگذار مثبت ارتباط داشته باشد، و برخورد کودک با مراجع تاثیرگذار منفی را تا حد ممکن محدود کنند. این کار می‌تواند تنها در حد ممنوع کردن تماشای برخی برنامه‌های تلویزیونی یا فیلم‌های سینمایی خاص باشد که دارای محتوای توهین‌آمیز یا نامناسب برای سن کودک هستند. هرچه کودکان بزرگتر می‌شوند میل آنان به انتخاب گروه همسالان خود بیشتر می‌شود، اما والدین کماکان می‌توانند در تشویق و تبلیغ برخی دوستی‌ها نقش داشته باشند و با فرزندانیشان صادقانه درباره‌ی تاثیرات منفی بالقوه صحبت کنند. تلاش والدین برای جلوگیری از برخورد کودک با هرنوع عامل تاثیرگذار منفی واقع بینانه نیست و نتیجه‌ای معکوس خواهد داشت. کار مفیدتر برای والدین این است که چنین موضوعاتی را به طور صریح با کودکان خود مطرح و به آنان کمک کنند تا چالش‌هایی را که ممکن است به خاطر نحوه‌ی خاصی از رفتار یا سخن گفتن یا لباس پوشیدن آنان برای مردم به وجود بیاید درک کنند. در نهایت، به اندازه‌ی ممکن به فرزندان خود فضا برای درک این امور بدهند.

### دوستی‌ها

دوستی‌ها بخش بسیار مهمی از زندگی اجتماعی در دوران کودکی هستند. بعد از والدین، معمولاً دوستان کودک قوی‌ترین تاثیر را بر رفتار، منش، و اندیشه‌ی او دارند. باز بزرگتر شدن کودکان اهمیت دوستی‌ها افزایش پیدا می‌کند و گاه حتی ممکن است تاثیر دوستان بر اندیشه‌ی کودک بر تاثیر والدین غلبه کند.

اما کودکان در آغاز زندگی معنی دوست بودن را نمی‌دانند. هنوز خودخواه هستند و انتظاراتی که در رابطه با برادر و خواهر یا والدین از آنان می‌رود کاملاً متفاوت از نحوه‌ی ارتباط دوستان با یکدیگر است. آنان به دنبال کمک و مثال‌هایی می‌گردند تا به درک این دنیای اجتماعی جدید، روابطشان، و این احساسات گیج‌کننده‌ی درونی که با چنین روابط جدیدی همراه است کمک کنند.

در اینجا چند پیشنهاد برای پشتیبانی از کودکان در روابطشان بر اساس اصول تربیت دموکراتیک ذکر شده است:

- از نظر عاطفی در دسترس کودکان باشید. یکی از مهمترین کارهایی توانایی انجامش را دارید این است که به او اطمینان دهید که احساسات اش کاملاً عادی هستند.
- خطوط ارتباطی را با فرزندان دربارهی دوستانشان باز نگه دارید، از آنان سوال بپرسید و واقعا علاقه‌مندی نشان دهید.
- مدیریت کنید اما مداخله نکنید. بین حمایت از کودک از طریق مدیریت، و دخالت در امور آنان توازن ظریفی وجود دارد. اینکه کودکان فرصت پیدا کنند تا برخی موضوعات را خودشان حل و فصل کنند دارای اهمیت است.
- به کودکان یاد بدهید چگونه مودبانه صحبت کنند. این امر در خانه و از سن بسیار پایینی شروع می‌شود و صحبت کردن به نوبت، قطع نکردن صحبت دیگران، سوال پرسیدن برای نشان دادن توجه، و غیره را شامل می‌شود.
- در خانه به جای بازی‌های رقابتی، بر بازی‌های اشتراکی و نیازمند به همکاری تاکید کنید.
- به فرزند خود کمک کنید تا حالات چهره و زبان بدنی را درک کند، یاد بگیرد و به آنان یاد بدهید که به احساسات گوناگون دیگران چگونه واکنش نشان دهند.
- همدردی و توجه به دیگران را در کودک پرورش دهید. دوستان خوب واقعا برای هم نگران می‌شوند، و این نوع همدردی باید به مرور زمان در کودک پروانده شود. برای پشتیبانی از این امر می‌توانید خودتان برای آنان الگو شوید، آنان را رهنمایی کنید تا از دیگران دربارهی احساساتشان بپرسند، و آنان را تشویق کنید تا تصور کنند که دیگران در یک موقعیت خاص چه حسی دارند

و چرا.

- از قضاوت تند علیه دوستان او پرهیز کنید مگر اینکه کاملا از موجه بودن آن مطمئن باشید. وقتی والدین به نقد دوست یا شخص مورد علاقه‌ی کودک می‌پردازند، این امر معمولا منجر به دور شدن کودک از والدین می‌شود. به جای نقد مستقیم آن دوست، با فرزند خود از صمیم قلب صحبت کنید. اشکالی ندارد که احساسات خود را با او در میان بگذارید. اما همانند وقتی که می‌خواهید فرزندان را تنبیه کنید، به خاطر داشته باشید که به جای اینکه مستقیما به دوست کودکتان برچسب «بی‌ادب» یا «بد» بزنید، باید تمام احساسات منفی خود را بر رفتار مشخصی که مشکل‌ساز است متمرکز کنید. اگر نگران هستید، نگرانی‌های خود را صادقانه مطرح کنید و به فرزندان بگویید که چطور می‌توانید با کمک هم این نگرانی‌ها را برطرف کنید.
- فرصت‌هایی را برای فرزندان با وجود بیاورید تا بتوانند دوستی‌های مفیدی ایجاد کنند. اگرچه ممکن است انتخاب دوست فرزندان توسط شما رفتار مناسبی نباشد، اما قطعاً می‌توانید برخی دوستی‌هایی را که مثبت و مفید تلقی می‌کنید تشویق و حمایت کنید. این کار را می‌توانید از طریق ایجاد فرصت‌های بیشتر برای تعامل فرزندان با آنان انجام دهید. به عنوان مثال شما ممکن است با یک سرپرست دیگر هماهنگ کنید تا فرزندان در یک تیم ورزشی قرار بگیرند، یا گاه در پارک کودکان همدیگر را ملاقات کنند.

## اقتدار

اقتدار در بستر دموکراسی، و خصوصا در بستر تربیت دموکراتیک از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. اگرچه دموکراسی بر مبنای ایده‌ی برابری سیاسی و اجتماعی بنا شده است، برای برقراری این برابری در بسیاری موارد توافقاتی ضروری انجام شده‌اند. این توافقات به وجود آورنده‌ی نیاز برای اقتدار، و نیروی اجرایی، و غیره هستند.

تمامی انواع جوامع و سازمان‌های دموکراتیک دارای قوانین و رهبرانی هستند، و در خانواده‌های دموکراتیک نیز اقتدار نقش قابل توجهی برعهده دارد. در واقع اقتدار در رابطه‌ی سرپرست-کودک اهمیت ویژه‌ای دارد، زیرا والدین وظیفه دارند از رشد و پرورش کودک پشتیبانی کنند. آنان می‌توانند این کار را از طریق هدایت و مدیریت

او با تعریف کردن درس‌هایی که از تجربیات خود گرفته‌اند، و کارهای مشابه آن انجام دهند. به علاوه، حضور نمادهای اقتدار در دوران کودکی، برای پرورش ویژگی‌های دیگری از شهروندی دموکراتیک نیز دارای اهمیت است؛ ویژگی‌هایی چون حس عدالت؛ زیرا کودکان از طریق رفتار جایگاه قدرت است که اولین دیدگاه خود نسبت به آنچه درست و غلط تلقی می‌شود را شکل می‌دهند. در نبود اقتدار، تشخیص درست و غلط برای کودک بسیار دشوار می‌شود. اگرچه گونه‌های سرکوبگر اقتدار در نهایت منجر به مقاومت و شورش کودک می‌شوند، اما اهمیت ذاتی اقتدار در دوران کودکی به خاطر چنین نمونه‌هایی زیر سوال نمی‌رود.

برای به دست آوردن درکی مناسب از اقتدار مورد نظر تربیت دموکراتیک، باید حتماً بین اقتدار توانمند و اقتدار استبدادی تمایز قایل شویم. همانطور که پیشتر گفتیم روش‌های اقتدارگرا بی‌انعطاف و خشک هستند. درمقابل، روش‌های توانمند کماکان به نظرات، خرد، و تجربه‌ی نمادهای بزرگسال قدرت ارزش می‌دهند، ولی آن‌ها را به صورت خشک و محکمی اعمال نمی‌کنند. بزرگسال توانمند از اصول ارتباط پیوندی که بالاتر ذکر شد استفاده می‌کند تا با محبت و درک بیشتری با کودک ارتباط برقرار کند، و رفتار و دیدگاه او را از طریق بحث‌های منطقی شکل دهد. بزرگسال توانمند می‌تواند بدون اینکه نظر خود را زیرسوال ببرد این موضوع را بپذیرد که دیگران ممکن است دیدگاه متفاوتی داشته باشند، و این احتمال را نیز بپذیرد که ممکن است خودش هم در نهایت اشتباه کند. در اینجا چند پیشنهاد برای کمک به پرورش یک احساس احترام سالم نسبت به قدرت در کودک ارائه شده است:

- بپذیرید که شما تمام پاسخ‌ها را نمی‌دانید و ممکن است گاه اشتباه کنید. این کار اعتبار شما را به جای کاهش، افزایش خواهد داد.
- وقتی شما و فرزندان درباره‌ی یک موضوع دیدگاه متفاوتی دارید، از پیش آمدن فرصت بحث با او استقبال کنید، و به دنبال شواهدی بگردید که نشان دهند کدام دیدگاه معتبرتر، کاربردی‌تر، یا مطلوب‌تر است.
- فرزند خود را تشویق کنید که درباره‌ی قوانین، و درست و غلط، سوال پرسد تا از این طریق بتواند به این درک برسد که چرا امور اطرافش به اینگونه پیش می‌روند و چگونه می‌توان اوضاع را بهبود بخشید.
- با فرزندان در این باره صحبت کنید که کدام اشخاص در کدام بسترها دارای



اقتدار مناسب هستند؛ به عنوان مثال، دکتر، افسر پلیس، معلم، و غیره. آنان را ترغیب کنید که تا زمانی که با شواهد کافی از صلاحیت و صحت ادعای شخصی که خود را دارای اقتدار معرفی می‌کند مطمئن نشده‌اند، تا اندازه‌ای نسبت به او تردید منطقی داشته باشند.

- به آنان یادآوری کنید که احترام و رفتار مودبانه در برخورد با دیگران، فارغ از اینکه در چه سطحی از اقتدار هستند، امری ضروری است.

## جنبه‌های فیزیکی تجربه‌ی کودک

همانطور که تاثیرات محیط اجتماعی بر کودک بسیار آشکار هستند، جهان فیزیکی اطراف کودک شما نیز می‌تواند تاثیر بسیاری بر پرورش او بگذارد. مکان‌ها، فضاها، و چیزهایی که کودک با آن‌ها برخورد می‌کند، به درک در حال رشد او از جهان فیزیکی ساختار می‌دهند و همچنین تاثیر جدی بر تجربیات او دارند. این بخش به بررسی برخی از این عوامل فیزیکی می‌پردازد و توصیه‌هایی ارائه می‌کند تا والدین بتوانند آن‌ها را با اصول دموکراتیک تلفیق و به پرورش و رشد فرزندانشان کمک کنند.

### فضاهای مشترک

در هر خانه‌ای فضاهای مشترکی وجود دارد؛ فضاهایی که خانواده‌ها در آن‌ها به طور مداوم با یکدیگر وقت می‌گذرانند. این فضاها ممکن است شامل محل غذاخوری، اتاق پذیرایی یا نشیمن، یا فضاهای مشابهی در خانه باشند. چنین مکان‌هایی معمولاً مکان‌های اجتماعی راحتی هستند که اعضای خانواده در آن‌ها احساس آزادی و آرامشی نسبی می‌کنند. برای اینکه کودکان حس کنند عضوی از خانواده هستند، باید آنان نیز به این فضاهای مشترک احساس تعلق کنند. در اینجا چند پیشنهاد برای فضاهای مشترک خانه ذکر شده است.

- اطمینان حاصل کنید که برای هر عضو خانواده فضای کافی برای نشستن و وقت گذراندن با همدیگر وجود دارد.
- این موضوع را به خوبی تفهیم کنید که این‌ها فضاهای مشترک و فضاهایی برای به اشتراک‌گذاری هستند، برای اموری مانند غذا خوردن با همدیگر، پیوستن به

گفتگو، و صرفاً وقت گذراندن با همدیگر.

- این درک را به وجود بیاورید که گاه در فضاهای مشترک وجود قوانین ضروری است تا از این طریق هر فرد بتواند به نسبتی برابر از فضا بهره‌مند شود.
- در زمینه‌ی استفاده از فضا، انتظارات خود را به وضوح مطرح کنید، مانند تمیز و مرتب کردن بعد از استفاده، یا اینکه چه میزان از سر و صدا قابل قبول است، و اموری مانند این‌ها.
- کودکان را در مرتب کردن و تمیز کردن فضاهای مشترک مشارکت دهید. از آنجا که این فضاها مشترک هستند، از نظر منطقی همه کسانی که از آن‌ها استفاده می‌کنند باید مسئولیت آن‌ها را برعهده بگیرند. ممکن است کمک‌های کودکان در ابتدا کوچک باشد، و شاید نتوانند از عهده‌ی این کار به خوبی بر بیایند، اما نکته‌ی مهم این است که چنین کاری به آنان در پرورش حس مسئولیت و همچنین حس مالکیت و توانمندی در منزل کمک می‌کند.

### فضاهای خصوصی یا نیمه مشترک

در هر خانه فضاهایی نیز وجود دارند که به طور برابر به اشتراک گذاشته نمی‌شوند، و همچنین فضاهایی که ممکن است ورود به آن‌ها به دلایل ایمنی یا خصوصی برای کودکان ممنوع باشد. انتظارات در این فضاها با انتظاراتی که در فضاهای مشترک وجود دارد کاملاً متفاوت هستند. این فضاها عبارتند از: حمام و دستشویی، اتاق خواب، دفتر، و حتی شاید آشپزخانه یا اتاق کار که ممکن است در آن‌ها ابزارهایی وجود داشته باشد.

هر خانواده و هر خانه‌ای منحصر به فرد است و راهکاری ثابت درباره‌ی قوانینی که باید در خانه مقرر شوند وجود ندارد، اما در اینجا چند نکته درباره‌ی فضاهای نیمه مشترک یا خصوصی ذکر می‌کنیم:

- مهم است که کودکان یاد بگیرند در خانه فضاهایی متفاوت با انتظارات متفاوت وجود دارند؛ مثلاً فضاهایی که شرایط خاصی دارند. یعنی فضاهایی که باید برای ورود به آن‌ها اجازه گرفت، یا فضاهایی که افراد در آن‌ها حق تنها بودن دارند. یا فضاهایی که باید در آن‌ها ساکت بود، و جز اینها.

- داشتن انتظارات متفاوت برای فضاهای متفاوت امری قابل قبول محسوب می‌شود، مثلاً وقتی که به کودک می‌گویید: «اگر می‌خواهی آنجا بروی، باید این چیزها را رعایت کنی...»
- احترام به فضای خصوصی دوطرفه است. ایده‌ی خوبی است که از کودکان خصوصاً زمانی که در حال رشد هستند، بپرسید که آیا نیاز به فضای خصوصی دارند یا خیر؛ آیا می‌خواهند در اتاقشان باز یا بسته باشد، و غیره. اگرچه نظارت والدین بر فعالیت‌های کودک امری مهم است، اما با بزرگتر شد کودک این امر باید با در نظر گرفتن موضوعات دیگر در توازن باشد.
- همه‌ی کودکان اتاق خواب مختص به خود ندارند، اما باید فضایی در خانه داشته باشند که بتوانند در آن‌ها احساس ایمنی و امنیت کنند، جایی که به آن پناه ببرند، بتوانند با خود تنها باشند، و اگر بخواهند بتوانند از آن به صورت خصوصی استفاده کنند.
- کودکان را از سنین خردسالی در نظافت و مرتب کردن محیط‌هایی که استفاده می‌کنند مشارکت دهید. اتاق شخصی کودک یا اتاقی که با برادر یا خواهر خود به طور مشترک استفاده می‌کنند، محلی ایده‌آل برای آغاز یادگیری مسئولیت‌پذیری برای آنان است. این کار را می‌توان با سپردن وظایف ساده‌ای مانند مرتب کردن تختخواب یا لباس‌ها شروع کرد.

### اسباب بازی‌ها

بازی کردن یکی از مهمترین کارهای کودکان است و اسباب بازی‌های آنان جزو اولین اشیای فیزیکی هستند که کودکان به طور جدی با آن‌ها برای بازی وقت صرف می‌کنند. نوع اسباب بازی‌های آنان به نوع بازی آنان شکل و ساختار می‌دهد، و این موضوع بر نحوه‌ی پرورش آنان تاثیر می‌گذارد. اما بازی کودکان تا حد زیادی نیز به موضوعی بستگی دارد که در آن زمان مشخص درباره‌اش می‌اندیشند و به صورت درونی با آن در جدال هستند. بازی آنان نوعی از نمایش است. آنان نقش‌های مختلفی را بازی می‌کنند، دنیا‌های مختلفی اختراع می‌کنند، و به حل و فصل احساسات و نگرانی‌های مختلفی می‌پردازند.

به همین دلایل، بهترین نوع اسباب بازی‌ها آن گونه هستند که امکان تفسیر دارند

و دارای پایان مشخصی نیستند؛ یعنی کودک را به نوع خاصی از بازی یا فعالیت‌های معینی مجبور نمی‌کنند؛ اسباب بازی‌هایی مانند: خانه‌سازی (لگو)، خمیر بازی، لوازم هنری، یا حتی عروسک حیوانات و آدم‌ها. این‌ها اسباب بازی‌هایی برای دنیاسازی هستند که طیف نامحدودی از فرصت‌ها را برای ساختن داستان‌های کودک و ابراز احساساتشان در اختیار او قرار می‌دهند. کودکان بسته به آنچه در لحظه فکرشان را به خود مشغول کرده است می‌توانند هر کار که می‌خواهند با این نوع اسباب بازی‌ها انجام دهند. ایده‌هایی که آن‌ها در حین بازی کردن دنبال می‌کنند برای پرورش مهارت‌های فکری، تخیل، و خودمختاری آنان اهمیت بسیار زیادی دارد. اگر اکثر اسباب بازی‌های آن‌ها تک-کاربردی یا پایان‌دار باشند، فرصت ابراز خلاقیت در بازی از آنان سلب می‌شود، و فعالیت‌های آنان محدود به فرمول‌هایی می‌شود که تولید کننده‌ی اسباب بازی مشخص کرده است. در اینجا نکاتی برای مرتبط کردن اسباب بازی‌ها به دموکراسی و پرورش فکری کودک ذکر شده است:

- از اسباب بازی‌هایی که شدیداً محرک هستند - مثلاً دارای چراغ‌های چشمک‌زن یا صداها بلند هستند - بپرهیزید. بازی باید برای کودک محرک باشد، اما اکثر محرک‌ها باید از درون خود کودک باشند نه از اسباب بازی.
- از اسباب بازی‌هایی که خشونت یا شیوه‌های تهاجمی بازی را تشویق می‌کنند پرهیز کنید.
- به دنبال اسباب بازی‌هایی بگردید که بتوان به شیوه‌های مختلفی با آن‌ها بازی کرد.
- اسباب بازی‌هایی را انتخاب کنید که خوش ساخت و از مواد با کیفیتی باشند، نه اسباب بازی‌هایی که به راحتی بشکنند و خراب شوند. داشتن تعداد کمی اسباب بازی با کیفیت، به کودک کمک می‌کند تا برای وسایل خود ارزش قائل شود، نه اینکه آن‌ها را به چشم ابزارهای یک بار مصرف و قابل تجدید ببیند.
- به نقش‌های جنسیتی و عقاید قالبی (استریوتایپ‌ها) در اسباب بازی‌ها توجه کنید.
- کودکان را تشویق کنید که به اسباب بازی‌های خود احترام بگذارند، با آن‌ها به ملایمت بازی کنند، از آن‌ها مراقبت کنند، و آن‌ها را سر جایشان بگذارند. اگر یک اسباب بازی خراب شد، در صورت امکان با کودکان برای تعمیرش تلاش کنید.

## پوشاک

اگرچه کودکان خردسال ممکن است نسبت به نحوه‌ی پوشش خود بی‌توجه باشند، اما هر چه بزرگتر می‌شوند لباس و ظاهر ذهن آنان را بیشتر درگیر می‌کند و منبع قابل توجهی برای اختلاف می‌شود. این موضوع برای صحبت با کودکان (و نوجوانان) مطالب بسیاری در اختیار شما می‌گذارد. موضوعاتی مانند: ظاهر افراد چطور بر قضاوت دیگران تاثیر می‌گذارد، مادی‌گرایی، فروتنی، و خودپسندی. اگرچه هر خانواده‌ای هنجارها و ارزش‌های خود را در زمینه‌ی پوشاک و ظاهر دارد، ذکر چند نکته در اینجا ضروری است:

- یادگیری نحوه‌ی انتخاب لباس، یکی از اولین راه‌های به دست آوردن حس استقلال و فردیت برای کودک است. یک راه خوب برای پشتیبانی از این فرآیند این است که به کودکان اجازه دهیم لباس خود را

چندکلمه درباره شریک شدن چیزها:

کودکان خردسال خودخواه هستند و یک شبه یاد نمی‌گیرند که چیزها را با بقیه شریک شوند. برای این کار می‌توانید با این روش‌ها از آنان پشتیبانی کنید:

- خودتان الگوی این کار شوید و از فرزندان بزرگتر هم بخواهید این کار را انجام بدهند.
- به بازی‌هایی بپردازید که نیاز به همکاری داشته باشند.
- با کودک صحبت و او را راهنمایی کنید و توضیح دهید که چرا شریک شدن موضوع مهمی است.
- به اشتراک گذاشتن را با آنان تمرین کنید؛ برای این کار از چیزهایی استفاده کنید که مشکلی با شریک شدن در آن‌ها ندارند.
- رعایت نوبت را با آنان تمرین کنید.
- افراد دیگری را که به خوبی با دیگران شریک می‌شوند به کودک نشان دهید.
- اطمینان حاصل کنید که به همه سهمی کافی برسد. (به اشتراک‌گذاری را واقع بینانه‌تر کنید).
- به جای تنبیه آنان بخاطر خست، شریک شدنشان با دیگران را پاداش دهید، اما در تشویق زیاده‌روی نکنید. (شریک شدن با دیگران رفتاری عادی است و از همه انتظار می‌رود)

انتخاب کنند و همزمان آنان را در این کار راهنمایی کنیم و درباره‌ی انتخاب آنان نظر بدهیم.

- اصرار داشته باشید که کودکان همیشه لباس تمیز بپوشند و لباس‌های کثیف آن‌ها را مرتب بشویید. این امر به پرورش حس عزت نفس و احترام به خود کمک بزرگی می‌کند. به تمایلاتی که در نحوه‌ی لباس پوشیدن کودکان شکل می‌گیرد توجه کنید. با آنان خیلی زود در این باره وارد گفتگو شوید، و برای گفتگوی سازنده و دوطرفه درباره‌ی موضوعاتی مانند هویت، عزت نفس، فروتنی، خودپسندی، مادی‌گرایی، و غیره، راهی باز کنید. انجام این کار در زمانی که کودکان خردسال تر هستند ساده‌تر و سازنده‌تر خواهد بود و می‌تواند از بروز تعارض جدی در بزرگسالی آنان جلوگیری کند.
- تعیین یک سری قوانین به عنوان معیارهای مطلوب انتخاب لباس هیچ اشکالی ندارد. اما انعطاف داشتن در این قوانین نیز دارای اهمیت است تا از این طریق بین اقتدار بزرگسال و استقلال کودک توازن ایجاد شود. یک راه مناسب برای این کار این است که به کودک حق انتخابی بین چندین گزینه بدهیم. از این طریق بزرگسال گزینه‌ها را ارائه می‌کند، ولی کودک هم فرصت پیدا می‌کند تا بین آن گزینه‌ها با اراده‌ی خود تصمیم بگیرد.

## جنبه‌های نهادینه شده در تجربه‌ی کودک

اگرچه جنبه‌های اجتماعی و فیزیکی تجربه‌ی کودک به راحتی قابل مشاهده هستند، اما مجموعه‌ای از عوامل بسیار مهم دیگر نیز وجود دارد که به تجربه‌ی روزمره‌ی آنان ساختار می‌دهد. این‌ها ساختارهایی مخفی هستند که از طریق اموری مانند رفتار روزمره، قوانین خانوادگی، هنجارها، روال انجام کارها، و غیره شکل می‌گیرند. معمولاً این وجه از زندگی کودک مورد بی‌توجهی قرار می‌گیرد. اما این بخش اهمیت بسیاری دارد؛ و بخشی از اهمیت آن‌ها تا اندازه‌ای به همین موضوع باز می‌گردد که آن‌ها به سادگی نادیده گرفته می‌شوند. این عوامل که می‌توان از آن‌ها به عنوان ویژگی‌های «نهادینه شده‌ی» زندگی کودک یاد کرد، معمولاً توسط کودک درونی می‌شوند و اغلب حتی تا دوران بزرگسالی نیز زیر سوال نمی‌روند. این بخش به بحث درباره‌ی جنبه‌های نهادینه شده‌ی کلیدی در زندگی کودکان می‌پردازد، و چند پیشنهاد برای تلفیق آن‌ها با اصول دموکراتیک ارائه می‌کند که در نهایت منجر به رشد و پرورش کودک به عنوان یک شهروند خواهد شد.

### عادت‌ها، هنجارها و روال روزانه

از نقطه نظر کتاب راهنمای حاضر، همانند شخصیت نیکو یا اخلاق خوب، دموکراسی را تنها از طریق موعظه برای کودکان نمی‌توان آموزش داد، بلکه باید برایشان بستری فراهم کرد که مبلغ آن‌ها باشد. پرورش عادات، هنجارها، و نحوه‌ی نگاه به موضوعات بخش مهمی از فرآیند اجتماعی‌شدن هستند. هدف تربیت دموکراتیک ایجاد این نقطه‌ی آغازین و بنیادین برای کودکان در راستای رسیدن به اهداف ذکر شده در بخش‌های قبلی است. ما می‌خواهیم کودکان با این حس بزرگ شوند که احترام گذاشتن به دیگران، گوش دادن به آنان، و به رسمیت شناختن دیدگاه آنان حتی اگر با دیدگاه ما متفاوت باشد، امری عادی است. ما می‌خواهیم وقتی آنان بزرگ می‌شوند از دیگران انتظار عدالت، شفافیت، و معقول بودن داشته باشند، و می‌خواهیم آنان با دیگران همانگونه رفتار کنند که خودشان انتظار دارند با آن‌ها رفتار شود.

در این زمینه آنچه ما به عنوان والدین می‌توانیم انجام دهیم این است که خودمان این موضوعات را در تعامل با کودکان و دیگران عادی سازی کنیم، و کودکانمان را نیز در این امور تمرین دهیم تا برایشان مانند هنجارها و انتظارات درونی شوند. این می‌تواند اعمال ساده‌ای را در بر بگیرد، مانند اینکه کودکان را تشویق کنیم تا به مهمانان مودبانه خوش آمد بگویند، به دیگران دست یاری دراز کنند، در هنگام مناسب از آنان تشکر کنند، و غیره. تمام این کارهای کوچک مجموعاً تصویر بزرگتری را تشکیل می‌دهند که در ذهن و قلب کودک در حال رشد جای می‌گیرد، و در نهایت انتظارات و درک آنان از انواع مختلف تعامل را شکل می‌دهند. در مورد ارزش‌ها و اصول دموکراتیک، می‌توانیم اصول انصاف و عدالت، عمل متقابل، شفافیت، و غیره را به سادگی در دوران کودکی از طریق الگو شدن برای کودک و گفتگو با او درباره‌ی این اصول در او تقویت کنیم. بدین ترتیب به آنان در پرورش این مفاهیم کمک می‌کنیم، و آنان به مرور این اصول را به عنوان رفتارهای عادی و مورد انتظار در خود درونی خواهند کرد.

انواع دیگر عادات مثبت بسیار آسان‌تر هستند، زیرا به هنجارها و رفتارهای روزمره‌ی ساده‌تری مربوط می‌شوند (و ارزش‌های کاربردی فوری‌تری برای والدین دارند). آشنا کردن کودک با رفتارها و روال روزمره‌ی معمول و مورد انتظار، تقریباً برای تمامی جنبه‌های زندگی روزمره که به طور مداوم تکرار می‌شوند سودمند است.

این همان مرحله است که در آن کارهای منزل (که زحمت دارند و معمولاً موجب تعارض می‌شوند) را می‌توان به عادت تبدیل کرد (که نحوه‌ی عادی انجام کارها تلقی می‌شوند). زیبایی عادات و روال روزمره در این است خودکار هستند و به تلاش زیادی نیاز ندارند. نقطه‌ی مقابل آن، درماندگی هر روزه بخاطر مذاکره با کودک برای هر مرحله از هر فرآیند است، که حتی فکر کردن به آن نیز خسته کننده است. اموری ساده چون در آوردن کفش‌ها هنگام ورود به منزل، یا مسواک زدن دندان‌ها قبل از خواب را می‌توان تنها چند بار تمرین کرد تا به اموری خودکار و مورد انتظار تبدیل شوند. امور پیچیده‌تری چون روال شبانه‌ی تکالیف مدرسه و ساعت خواب، یا بیدار و آماده شدن در صبح برای رفتن به مدرسه به دوراندیشی بیشتری نیاز دارند، زیرا دارای چندین مرحله هستند و گاه اتفاقات غیر منتظره‌ای در آن‌ها می‌افتد. در این موارد بهتر است که والدین به کلیت آن فرآیند فکر کنند و کارآمدترین و موثرترین ترتیب را برای آن مراحل انتخاب کنند، آن‌ها را با فرزندان خود به صورت شفاف و صریح در میان بگذارند، و در اجرای آن‌ها محکم باشند. برخی وجوه این فرآیندها را می‌توان دستکاری کرد تا آسان‌تر نیز بشوند. به عنوان مثال، اگر کت و کاپشن و کیف را کنار در خروجی بگذاریم، یا محلی را برای نشستن و کفش پوشیدن کودکان مشخص کنیم، می‌توانیم در لحظه‌ی خروج از منزل از کلافگی و درماندگی خود جلوگیری کنیم.

### **انتظارات و محدودیت‌ها**

ایده‌ی تعیین انتظارات مثبت از کودکان و محدودیت‌هایی برای رفتار آنان، با نکته‌ی قبلی در مورد عادات و هنجارها در ارتباط است. حدود در واقع مرز بین رفتار مناسب و نامناسب، یا رفتار قابل قبول و غیر قابل قبول هستند. کودکان آگاهانه یا ناخودآگاه نیازمند و خواهان پیدا کردن حدود رفتار قابل قبول هستند. بد رفتاری معمولاً زمانی اتفاق می‌افتد که کودکانی که از حدود خود آگاه نیستند به آزمودن این مرزها می‌پردازند تا بفهمند که چه اندازه آزادی عمل دارند. یکی از مشکلات اصلی والدین آسان‌گیر این است که میل کودک به دریافت این اطلاعات را ارضا نمی‌کنند، و در نتیجه کودک این مرزها را جلوتر و جلوتر می‌برد، تا جایی که والدین سرانجام مجبور به واکنشی (یا واکنش بیش از حد) از سر درماندگی می‌شوند.



### هنجار شدن دموکراسی:

این موضوع را در نظر بگیرید که دموکراسی برای شما چه معنایی دارد، و چگونه می‌توانید آن را در منزل خود به هنجار تبدیل کنید. اموری مانند:

- شفافیت در تصمیم‌گیری
- برخورد منصفانه و برابر با افراد
- مشارکت دادن دیگران در تصمیم‌هایی که بر آنان نیز تاثیر گذار است
- مسئولیت شخصی
- احترام به دیگران در همه حال
- پیروی از قوانین بدون تهدید به تنبیه
- بحث و مناظره
- علاقه نشان دادن واقعی به آنچه در دنیا می‌گذرد
- مسائل بسیار دیگر جز اینها

داشتن انتظارات و محدودیت‌ها برای هدایت رفتار یکی از لازمه‌های توافقات اجتماعی است که باعث می‌شود افراد آزاد و مستقل بتوانند با هم زندگی کنند و تفاهم داشته باشند. دموکراسی‌ها قوانین اساسی و مقرراتی دارند و همچنین دارای توافقاتی اجتماعی هستند. این قوانین به صرف وجود قانون ایجاد نشده‌اند، و قوانینی هم نیستند که برای استفاده‌ی حکومت‌های اقتدارگرا بوجود آمده باشند، بلکه صرفاً توافقاتی در زمینه‌ی محدودیت‌ها و مسئولیت‌هایی

هستند که ما در قبال یکدیگر داریم، تا از این طریق نزاع و بی‌عدالتی به حداقل برسد. دقیقاً به همین دلیل است که والدین دموکراتیک برای فرزندان خود حدود و انتظاراتی بوجود می‌آورند تا رفتار آنان را هدایت کنند.

ممکن است انتظارات و محدودیت‌ها به عنوان قانون اعمال شوند، و ممکن است عواقبی داشته باشند یا نداشته باشند، اما نکته‌ی مهم این است که انتظارات و محدودیت‌ها از پیش به کودک تفهیم شده باشند. این کار نیاز آنان به اطلاعات را برآورده می‌کند و برای آن‌ها مرجعی در زمینه‌ی رفتار قابل قبول خواهد بود. والدین ممکن است باز هم ببینند که کودک به آزمایش حدود می‌پردازد تا بفهمد که اگر از آن‌ها عبور کند چه اتفاقی خواهد افتاد. آزمودن حدود برای کودک امری طبیعی است؛ این یکی از روش‌های آنان برای اکتشاف در دنیای واقعی، پرورش اعتماد به نفس، و فهمیدن دلیل انتظارات است. بر عهده‌ی خود والدین است که در آن لحظه چه تصمیمی بگیرند. اما زمانی که انتظارات اصلاً برای کودک تفهیم نشده باشند، رفتار کودک هنگام آزمودن محدودیت‌ها معمولاً بسیار تندتر و شدیدتر از زمانی

خواهد بود که انتظارات از قبل بصورت شفاف به او منتقل شده باشند. این موضوع نیز به همان اندازه دارای اهمیت است که در تمامی موارد به کودک واکنش نشان دهیم و به او بفهمانیم که آیا انتظاراتی را که از او داشته‌ایم برآورده کرده است یا خیر، و اینکه در آینده چه کار متفاوتی باید انجام دهد.

خصوصیت دیگر انتظارات و محدودیت‌ها در تربیت دموکراتیک این است که امور ثابت و بی‌انعطافی نیستند و به شیوه‌ی مشت آهنین و از بالا به پایین اعمال نمی‌شوند. والدین اقتدارگرا اغلب در اجرای قوانین خود بسیار سخت‌گیر و تسلط‌گرا هستند، و در نتیجه وقتی کودک بزرگتر می‌شود از آنان متنفر می‌شود و علیه آن‌ها شورش می‌کند. در انضباط دموکراتیک توازنی میان محکم بودن و انعطاف وجود دارد؛ و کودک یاد می‌گیرد که به محدودیت‌ها احترام بگذارد و حتی بابت آن‌ها قدردان باشد. چون کودک احساس نمی‌کند که این محدودیت‌ها بر او تحمیل شده‌اند، بلکه در واقع حدود و دلایل وجود آن‌ها به نحوی قابل درک برایش تشریح شده‌اند.

همانطور که قوانین تکامل پیدا می‌کنند و قوانین اساسی اصلاح می‌شوند، انتظارات و حدود مربوط به رفتار کودک نیز ممکن است در طول زمان دستخوش تغییر شوند. بویژه زمانی که کودک بزرگتر می‌شود ممکن است برخی انتظارات (مانند ساعت خواب و بیرون ماندن از خانه) را محدود کننده بدانند، و این امر با میل (و ظرفیت) او برای استقلال تعارض ایجاد می‌کند. همزمان، ظرفیت آنان برای استدلال نیز در حال پرورش است، و شاید زمان خوبی برای والدین باشد تا درباره‌ی انتظارات با فرزندان‌شان صحبت کنند، مانند اینکه تنبیه مناسب برای برآورده نشدن انتظارات چه باید باشد، و سپس تنظیم انتظارات بر همین اساس.

### اعمال قوانین و عواقب کارها

بحث بالا درباره‌ی انتظارات و محدودیت‌ها، با مبحث عواقب کارها ارتباط پیدا می‌کند؛ بویژه هنگام بررسی اینکه آیا انتظارات برآورده شده‌اند یا خیر، و اگر برآورده نشوند عواقب آن چه خواهد بود. بسیاری از شیوه‌های تربیتی پیشرو از ایده‌ی اعمال قوانین و عواقب کارها دوری می‌کنند، زیرا ارتباط واضحی با رشوه و تنبیه دارند. روش‌های تربیتی پیشرو تلاش می‌کنند تا از کنترل بیرونی (انگیزه‌های خارجی) رفتار

### نکاتی درباره‌ی «نه» گفتن

«نه» گفتن در واقع به معنای ایجاد محدودیت برای فرزند شما است. این کار برای برخی والدین دشوار است.

- در بیشتر موارد «نه» گفتن به صورت محبت‌آمیز، محترمانه، و با ملاحظه بهترین نتیجه را خواهد داشت.
- در موارد اضطراری و برای حفظ امنیت کودک، ممکن است ضروری باشد که با قاطعیت «نه» بگویید.
- گفتن «نه» همیشه نیاز به توضیح دلیل ندارد (شما فرد بزرگسال هستید و همین باید دلیل کافی باشد) اما گاه توضیح دادن دلیل به درک اطاعت کودک کمک می‌کند.
- برخی گزینه‌های جایگزین «نه» شامل این موارد می‌شوند: نه عزیزم؛ الان نه؛ به نظرم ایده‌ی خوبی نیست، به خاطر اینکه...؛ این بار نه؛ بگذار درباره‌اش صحبت کنیم؛ بیا درباره‌اش مذاکره کنیم (بله، مذاکره کردن در صورتی که شروط آن را شما تعیین کنید ایرادی ندارد).

کودک دور شوند، و به جای آن انگیزه‌های درونی (داخلی) آنان را پرورش دهند.

تربیت دموکراتیک بر این باور است که انگیزه‌های داخلی و خارجی تا حد زیادی با یکدیگر مرتبط هستند و تجربه کردن عواقب کارها به هر نحوی بخشی طبیعی از زندگی اجتماعی هستند. اما به جای رشوه و عواقب اجبار کننده، تاکید ما بر عواقب طبیعی است که می‌توانند مثبت یا منفی باشند. در جوامع دموکراتیک وقتی افراد قانون‌شکنی می‌کنند، برای آنان عواقب خاصی در نظر گرفته شده است، و برای کودک از سنین خردسالی پرورش این حس که کارهای آنان دارای عواقبی (مثبت یا منفی) است،

زیرا این موضوع به پرورش اخلاق و استعدادهای اجتماعی آنان کمک می‌کند. به طور کلی مقصود این بخش این است که هم عواقب مثبت (پاداش) و هم عواقب منفی (مجازات) باید بدون افراط و تفریط، به موقع، و از نظر منطقی مرتبط با موقعیت و رفتار کودک باشند.

عواقب مثبت می‌توانند تنها یک لبخند، در آغوش کشیدن، یا چند کلمه‌ی محبت‌آمیز از سوی والدین باشند. این‌ها پاداش‌هایی ساده و طبیعی هستند، و هم‌ردیف با پاداش‌هایی هستند که کودک به خاطر رفتار مثبت در طول زندگی خود از دیگران در مدرسه، جمع دوستان، و در محیط کار دریافت می‌کند. هنگام تحسین کودک مشخص کردن دلیل آن اهمیت زیادی دارد تا کودک ارتباط آن با رفتار خود را

تشخیص دهد. از این طریق او تشویق می‌شود که در آینده آن رفتار را تکرار کند. اگر ستایش‌ها کاملاً مشخص و مرتبط با رفتار کودک باشند، والدین می‌توانند بدون ترس از مغرور شدن کودک او را آزادانه ستایش کنند. نکته‌ی مهمی که باید در مورد عواقب مثبت در نظر داشت این است که رفتار مناسب و صحیح کودک باید به عنوان انتظار مطرح شود. اگر والدین بخواهند برای هر رفتاری که باید جزو انتظارات از کودک باشد به او پاداش‌های ملموسی مانند شکلات بدهند، به زودی به مشکل بر می‌خورند.

هنگام تعیین عواقب منفی باید به عقوبت‌های طبیعی یا منطقی اولویت داده شود، یعنی آن‌هایی که نتایج ناگزیر کارهای خود کودک هستند. به عنوان مثال می‌توان از کودکی که هنگام غذا خوردن اختلال ایجاد می‌کند، بخواهیم تا برای مدتی به تنهایی به اتاق دیگر برود، تا زمانی که آمادگی پیوستن به جمع برای صرف غذا در آرامش را داشته باشد. مثال دیگر اینکه وقتی کودک هنگام بیرون رفتن از خانه حاضر به پوشیدن لباس گرم نمی‌شود، نباید به او اجازه‌ی بیرون رفتن داد. در این حالت عواقب نه به عنوان اعمال قانون، بلکه در چارچوب نتیجه‌ی انتخاب خود کودک به او ارائه می‌شوند. والدین همیشه مسئولیت ایمنی فرزندشان را برعهده دارند، و کودک نباید در هوای سرد بدون لباس گرم از خانه بیرون برود و احتمالاً مریض شود یا آسیب ببیند. والدین باید هشیارانه با انتخاب منطقی‌ترین راه‌ها به کودک اجازه دهند تا حس مسئولیت خود را پرورش دهد، ولی باید در عین حال از آسیب دیدن او نیز جلوگیری کنند. اگر به بازخورد انتقادی نیاز جدی وجود داشته باشد، این نکته دارای اهمیت است که انتقاد باید خود آن رفتار را هدف بگیرد. نه اینکه کودک را به عنوان یک فرد به نقد بکشد. در نتیجه این انتقاد تبدیل به یک تمرین برای مدیریت و راهنمایی کودک می‌شود، تا به او بازخوردهایی بدهیم که بتواند خود را در حوزه‌های مشخصی ارتقا دهد. نمی‌خواهیم کودک این حس را پیدا کند که به او برچسب «آدم بد» زده شده است، زیرا اگر چنین حسی بکند پس از مدتی خودش نیز این برچسب را خواهد پذیرفت و بر اساس آن رفتار خواهد کرد. به همین دلیل باید رفتار مورد اشکال کودک را از بقیه رفتارهای مثبت او که نماینده‌ی بهتری برای هویت او هستند مجزا کرد و در تقابل با آن‌ها قرار داد. عشق والدین به کودک باید بی‌قید و شرط باشد، اما این به معنای پذیرفتن رفتار نامناسب او نیست.

## مسئولیت‌های داخل خانه

کودکان چیزهای بسیاری را از طریق نظارت و هدایت شدن یاد می‌گیرند. اما تمرین کردن بهترین راه برای یادگیری و درونی‌سازی بسیاری از امور عمیق‌تری است که ما در تربیت دموکراتیک به آموزش آن‌ها علاقه داریم. کودکان تنها از طریق شنیدن یا مشاهده‌ی مسئولیت‌پذیری دیگران نمی‌توانند حس مسئولیت‌پذیری را در خود پرورش دهند. آنان برای این کار نیاز به تمرین دارند. به عبارتی، والدین برای آموزش مسئولیت‌پذیری به کودکان باید به آنان مسئولیت‌هایی واگذار کنند.

مسئولیت‌پذیری با مسئولیت شخصی آغاز می‌شود. برخی از اولین مسئولیت‌هایی که کودک باید یاد بگیرد آن‌هایی هستند که که به نیازهای خود او مربوط می‌شوند. مسئولیت‌هایی مانند غذا خوردن، لباس پوشیدن، مسواک زدن، به دستشویی رفتن، و جای خود را تمیز کردن. کودکان هیچ کدام از این موارد را یک شبه یاد نمی‌گیرند و از شما انتظار کمک و راهنمایی دارند. برخی کودکان ممکن است برای یاد گرفتن چیزها بسیار مشتاق باشند، و هنگامی که اشتباهی می‌کنند یا در انجام آن ناتوان باشند به شدت سرخورده و ناامید شوند. کودکان دیگر ممکن است مقاوم‌تر باشند، و (به درستی) این نکته را بفهمند که راه ساده‌تر این است که دیگران کارها را برای آن‌ها انجام دهند. این افراط و تفریط هر دو عادی هستند، و موضوع مهم این است که کار با کودک را از آن نقطه‌ای که هستند آغاز کنید، با علم به اینکه استقلال و مسئولیت‌پذیری فردی آنان منافع مشترکی را برای شما به همراه دارد. سپردن مسئولیت‌های بیشتر به کودک در منزل - مانند کارهای داخل خانه - اگر از سنین خردسالی و با مسئولیت‌های ساده آغاز شوند بهترین تاثیر را خواهد داشت. کودکان ممکن است در ابتدا نتوانند به تنهایی مسئولیت‌های خود را انجام دهند، و بهتر است که در آغاز از آنان بخواهید که به شما در انجام کارهایی مانند مرتب کردن تخت آنان، تا کردن لباس هایشان، آماده کردن غذا، چیدن میز، و غیره کمک کنند. احتمالاً در ابتدا کمک‌های او موجب می‌شود که این کارها نسبت به زمانی که خودتان آن‌ها را به تنهایی انجام می‌دهید وقت بیشتری بگیرند، اما باید در این کار استمرار داشته باشید. هدف اصلی شما (حداقل در ابتدا) این نیست که کار خود را سبک کنید، بلکه هدف آغاز مسئولیت‌پذیری کودک است. با این وجود، با گذشت زمان آنان خواهند توانست این وظایف را به تنهایی انجام دهند، و هم شما و هم کودک این نکته را درک خواهید کرد که کمک‌های او در کارهای منزل واقعا معنادار

هستند. در ذیل چند توصیه ذکر شده است که به کودکان برای پذیرفتن مسئولیت در وجوه مختلف زندگی روزمره‌ی آنان کمک می‌کنند.

### عمومی:

- نگذارید مسئولیت‌ها را تنبیه تلقی کنند. از سنین خردسالی این موضوع باید به صورت عادی به آنان تفهیم شود که هر عضو خانواده باید در حد خود در کارها کمک کند.
- به این موضوع خوب فکر کنید که چه نوع مسئولیت‌هایی برای کودک شما طبیعی‌تر هستند. این مسئولیت‌ها باید بی‌خطر و مناسب سن او باشند. در ابتدا بهتر است مسئولیت‌هایی به آنان بسپارید که ارتباط نزدیکی با آن‌ها، زندگی آنان، و علائق آن‌ها در منزل دارند.
- اگر مسئولیتی موجب تعارض شود، از مذاکره با کودک یا حمله و تخریب او خودداری کنید. با حفظ آرامش و ثبات در موضع خود ایستادگی کنید، و به عواقب مناسب (طبیعی یا منطقی) برای سرپیچی آنان فکر کنید.

### رسیدگی به تکالیف مدرسه:

- در خانه محلی را به کودک برای انجام تکالیف مدرسه اختصاص دهید که تمام وسایل مورد نیاز او در دسترسش باشند و چیزی هم حواس او را پرت نکند.
- زمانی در غروب را به انجام تکالیف مدرسه اختصاص دهید، چون کودک در آن ساعت معمولاً حس نمی‌کند که کار جذاب‌تری برای انجام دادن دارد.
- در صورت امکان زمان انجام تکالیف مدرسه را زمانی مشترک برای تمام خانواده قرار دهید. مثلاً در سکوت و در نزدیکی کودک به مطالعه یا انجام کار خود بپردازید. این کار باعث می‌شود که آنان احساس تنهایی نکنند یا فکر نکنند که وقت جذابی با خانواده را از دست می‌دهند.
- خطوط ارتباطی را با فرزندان درباره‌ی کارهای مدرسه، از جمله امتحانات و پروژه‌هایی که موعدشان نزدیک است، باز بگذارید تا از این طریق اطمینان حاصل کنید که آن‌ها طبق برنامه پیش می‌روند و از اضطراب لحظه‌ی آخر

جلوگیری کنید.

- اگر مدرسه‌ی کودک به او برنامه‌ی روزانه نمی‌دهد، خودتان برایش آن را تهیه کنید. از آنان بخواهید تا فهرست کارهایی که باید انجام دهند، و چیزهایی که نباید فراموش کنند را در برنامه‌ی روزانه‌ی خود بنویسند، و روزهای مهم را در تقویم خود یادداشت کنند. این کارها کمک قابل توجهی به برنامه‌دار بودن آنان و همچنین پرورش مهارت‌های مدیریت زمان در آن‌ها خواهد کرد.

## روال صبحگاهی:

- باید پیش از مدرسه رفتن زمان کافی داشته باشید تا در لحظه‌ی آخر به اضطراب عجله دچار نشوید.
- هنگام صرف صبحانه به کودکان کمک کنید تا حساب زمان را داشته باشند. یعنی هر از چندی به آنان یادآوری کنید که تا هنگام خروج از منزل چقدر وقت دارند.
- برای نهار کودک از شب قبل برنامه ریزی کنید تا در صبح مدرسه نیازی به فکر کردن به آن یا آماده کردن غذا نداشته باشید.
- از کودکان بخواهید که شب قبل کیف مدرسه‌ی خود را آماده کنند و اگر لازم بود به عنوان روال شبانه همراه آنان کیفشان را بررسی کنید.
- روال شبانه:
- اگر کودک مشغول انجام کاری لذت‌بخش است، حتما چند دقیقه قبل از زمان آماده شدن برای خواب آنان را مطلع کنید. این کار به آنان فرصت می‌دهد تا خود را از نظر ذهنی آماده کنند، و از ناراحتی‌هایی که ممکن است در صورت توقف ناگهانی یک تفریح لذت‌بخش به وجود بیاید جلوگیری می‌کند.
- حتما فرآیند نظافت و مرتب کردن و آماده شدن را زمانی شروع کنید که کودک هنوز خیلی خسته نشده باشد. همه‌ی ما هنگامی که خیلی خسته هستیم بد اخلاق می‌شویم.
- اگر کودک شما در تمیز کردن و مسواک زدن دندان‌هایش به تنهایی مشکل دارد، او را کمک و راهنمایی کنید، اما تلاش شما باید در این جهت باشد که

او خود مسئولیت این کارها را بپذیرد.

- بسیاری از خانواده‌ها از کتاب خواندن در تخت‌خواب پیش از خوابیدن کودک لذت می‌برند. این روش بسیار خوبی برای پایان دادن به روز از طریق وقت گذراندن با فرزندان است، و در عین حال باعث می‌شود کودک برای رسیدن به آن لحظه با اشتیاق کارها را به پایان ببرد.
- روال شبانه را طوری پیش ببرید که کودک پیش از زمان خواب شما بخوابد. این کار به بزرگسالان منزل فرصت خستگی در کردن و وقت گذراندن با یکدیگر در تنهایی را می‌دهد که برای حفظ و ثبات و رابطه‌ی خودتان اهمیت دارد.

## زمان صرف غذا

اوقات صرف غذا زمان‌هایی متعلق به تمام خانواده هستند. در زندگی شلوغ ما زمان صرف شام یکی از موقعیت‌های نادری است که معمولاً تمامی اعضای خانواده در یک اتاق دور هم جمع می‌شوند و نگرانی یا عجله‌ای برای رفتن به جایی پس از صرف غذا ندارند. تلاش برای آماده کردن غذا و کنار هم نشستن در یک روز پر مشغله می‌تواند کار دشواری باشد. افراد ممکن است هیجان‌زده یا خسته باشند. اما زمان صرف غذا فرصتی با ارزش را ایجاد می‌کند که در آن می‌توانیم بسیاری از نیازهای فردی خود را به طور همزمان برآورده کنیم: نیاز به غذا، محبت، تعلق داشتن، در میان گذاشتن افکار و احساسات با یکدیگر.

گفتگوهای روزمره و زمانی که خانواده هنگام صرف غذا دور هم می‌گذرانند به اندازه‌ی همان غذایی که می‌خورند دارای اهمیت است. در این اوقات است که کودک یاد می‌گیرد چگونه گفتگو کند، چگونه به نوبت صحبت کند و گوش بدهد، افکار خود را به زبان بیاورد، و با گوش دادن به صحبت‌های دیگران درباره‌ی موضوعاتی که خود تجربه نکرده است آگاهی خود را افزایش دهد. کودکان هنگام صرف غذا درباره‌ی اموری چون سهیم شدن، ادب، و روش‌هایی از تعامل که حول محور آنان نمی‌گردد نیز آگاهی کسب می‌کنند. در اینجا چند پیشنهاد برای لذت‌بخش‌تر شدن و هموارتر شدن اوقات صرف غذا ذکر شده است.

- کودکان را از طریق نظرخواهی در برنامه‌ریزی برای غذاها مشارکت دهید و در آماده کردن غذا نیز وظایف کوچکی بر عهده‌ی آنان بگذارید.



- این کار به آنان حس مالکیت بر غذا را می‌دهد و هنگامی که دیگران از کودک بابت زحماتش قدردانی می‌کنند در او حس افتخار به وجود می‌آید. این کار همچنین احتمال امتناع آنان از غذا خوردن را کاهش می‌دهد.
- به کودکان زمان صرف غذا را از قبل اطلاع دهید تا برای آماده شدن و تمام کردن کار خود فرصت داشته باشند.
- از هر غذای موجود مقدار اندکی در ظرف کودک بگذارید و به او تفهیم کنید که اگر باز هم از یکی از آن غذاها میل دارد باید ابتدا تمام غذای موجود در ظرف خود را بخورد.
- اگر کودک در خوردن یک غذای خاص به شدت مقاومت و بدخلقی می‌کند، بد نیست با دکتر مشورت کنید تا مطمئن شوید که به آن غذا حساسیت نداشته باشد.
- از نزاع قدرت با کودک خود بپرهیزید. به جای آن برای او تنبیهی منطقی در نظر بگیرید.
- گزینه‌های غذایی سالم تهیه کنید زیرا این موضوع در پرورش بدنی و ذهنی کودک شما اهمیت دارد. در صورتی که غذای سالم به کودکان ارائه شود، اکثر آنان باید به اندازه‌ی کافی غذا بخورند، مگر اینکه مشکلی برای سلامت آنان وجود داشته باشد.
- برای اوقات صرف غذا قوانین و روالی مقرر کنید. این‌ها بسته به هر خانواده ممکن است متفاوت باشند، اما شاید شامل اموری از این قبیل بشوند:
  - همه باید پیش از نشستن پشت میز دست‌های خود را شسته باشند.
  - پیش از اینکه همه بنشینند، هیچکس نباید غذا خوردن را شروع کند.
  - اگر غذا را هم دوست ندارید، باید ادب و ملامت خود را حفظ کنید.
  - پیش از ترک میز غذاخوری اجازه بگیرید.
  - بسیاری از خانواده‌ها قوانینی درباره‌ی امتحان کردن غذاهای جدید، یا حداقل چشیدن تمام غذاهای روی میز دارند.

## زمان بازی

بازی مهمترین کار دوران کودکی یا به عبارتی مهمترین شغل کودک است. انگیزه‌ی بازی کردن بخشی از برنامه‌ریزی بیولوژیک کودک است که باعث می‌شود آنان میل به اکتشاف، آزمایش و تخیل داشته باشند. بازی کردن منافع پرورشی بسیار زیادی دارد و تمام ویژگی‌های ذهنی، بدنی و عاطفی را پوشش می‌دهد. بازی‌ها انواع گوناگونی دارند و به انواع گوناگونی دسته‌بندی می‌شوند: داخل و خارج از منزل؛ فردی و با همکاری؛ خلاق یا پایان دار؛ تقلیدی؛ نمایشی؛ سازنده؛ فیزیکی، و غیره. اگرچه انواع گوناگون بازی‌ها و اسباب بازی‌ها تجربیات و منافع مختلفی برای کودک به همراه دارند، در اینجا فهرست کوتاهی از برخی منافع بازی خلاق را ذکر کرده‌ایم:

- پذیرفتن دیدگاه‌های مختلف
- خلاقیت و تخیل
- همکاری و اشتراک
- قانون گذاشتن
- رعایت نوبت
- تصمیم‌گیری
- مهارت‌های حرکتی کلی و جزئی

با توجه به ارزش بازی بویژه در دوران خردسالی، اختصاص دادن وقت کافی به آن اهمیت زیادی دارد. در اینجا چند پیشنهاد برای کمک به کودک در استفاده‌ی بهینه از اوقات بازی ذکر شده است.

**مقطع زمانی مشخصی را به آن اختصاص دهید:** خوب است که برای بازی کودکان زمان ثابت و مشخصی را تعیین کنید. ممکن است زمان کمتر یا بیشتری بخواهند، و مهم نیست که از برنامه‌ی مشخصی پیروی شود، اما باید اطمینان حاصل کنیم که مدت زمان قابل توجهی به این فعالیت مهم اختصاص پیدا کند که در آن مدت هیچ چیز بازی آنان را مختل نکند. اگر کودک شما به شدت مجذوب یک بازی شده است، بهتر است مدت زمان بازی را کمی افزایش دهید تا او خودش به صورت طبیعی آن را به پایان برساند. این کار به توانایی آنان در حفظ تمرکز و دقت کمک

می‌کند، که خصوصیات مهمی در زندگی آینده‌ی آنان هستند.

**به فرزندتان توجه نشان دهید:** بخشی از وقت بازی کودک باید شما را نیز به عنوان سرپرست او در بر بگیرد. وقتی با کودک خود بازی می‌کنید، تمام توجه خود را به او معطوف کنید و بگذارید تا هدایت بازی را در دست بگیرد. به او با دقت گوش کنید و به علائمی که بروز می‌دهد توجه کنید. اینکه نظر و ایده‌ی شما را نیز بپرسند ایرادی ندارد، اما باید آنان را تشویق کنید که خودشان هدایت بازی را برعهده بگیرند، ایده‌های جدید بدهند، تصور کنند، و کارگردان آن باشند. این موضوع منافع مستقیمی برای کودک دارد و همچنین به برقراری پیوند محکمی بین شما و فرزندتان کمک می‌کند.

**به فرزندتان فضا بدهید:** اگرچه بازی کردن با فرزندتان جایگاه مهمی دارد، این موضوع که آنان به مدیریت بازی خود بپردازند نیز دارای اهمیت است. وقتی آنان به تنهایی بازی می‌کنند دارای فضایی هستند که در آن می‌توانند فارغ از محدودیت‌های مهارت زبانی خود به تصور و تخیل بپردازند. با فراهم کردن اسباب بازی‌های مختلفی که پایان باز دارند و حضور در اطراف آنان می‌توانید آن‌ها را به بازی کردن مستقل تشویق کنید.

**برای فرزندتان موقعیت بازی را با دیگران یا در کنار دیگران فراهم کنید:** کودکان از بازی در تنهایی و بازی با والدین خود چیزهای زیادی یاد می‌گیرند، اما بازی با کودکان هم سن و سال نیز برای آنان منافع بسیاری دارد. بازی‌های مشارکتی شامل بازی‌هایی می‌شوند که کودکان با هم و برای یک هدف مشترک تلاش می‌کنند، مانند تلاش برای چیدن پازل با همدیگر، خاله بازی، یا بازی‌های بیرون از منزل. این امر در پرورش و رشد مهارت‌های اجتماعی کودک کمک بسیاری می‌کند. بازی در کنار دیگران حتی برای کودکان خردسالی که ممکن است هنوز آمادگی درک مشارکت و همکاری را نداشته باشند نیز مفید است. به این امر بازی موازی نیز گفته می‌شود، زیرا کودکان به تنهایی ولی در کنار دیگران مشغول بازی هستند. بازی موازی کودک را در معرض ایده‌های جدید قرار می‌دهد و هنگامی که به مرور از حضور دیگران در اطراف خود آگاه‌تر می‌شوند به آنان فرصت برقراری ارتباطی معصومانه و به سبک خودشان با یکدیگر می‌دهد.

**بازی‌های ساختارمند و بازی‌های بدون ساختار را با هم مورد توجه قرار**

**دهید:** بازی‌های ساختارمند و بازی‌های بدون ساختار هر دو ارزشمند هستند. بازی بدون ساختار نوعی بازی بدون پایان است که بیشتر ذکر کردیم و در آن کودکان از خلاقیت خود استفاده می‌کنند، به ساختن چیزهای مختلف می‌پردازند، دیدگاه‌های مختلفی کسب می‌کنند، و غیره. بازی ساختارمند معمولاً شامل بازی‌هایی می‌شوند که دارای قوانین و وسایل مخصوص به خود هستند، و می‌توانند شامل فعالیت‌های ورزشی، بازی‌های فکری، بازی با کارت (کارت بازی)، و فعالیت‌های بسیاری از این قبیل باشند. طبیعتاً کودکان خردسال‌تر به بازی‌های بی‌ساختار علاقه‌مندی بیشتری نشان می‌دهند و منفعت بیشتری نیز از آن‌ها می‌برند. بازی‌های ساختارمند معمولاً برای کودکان بزرگتر مناسب هستند که قوانین و رعایت نوبت را یاد گرفته‌اند و بدون خسته شدن و سرخوردگی توانایی درک بازی‌ها را دارند. با این وجود فضای وسیعی برای فعالیت‌های نیمه-ساختارمند وجود دارد که در آن تمامی اعضای خانواده از سنین مختلف می‌توانند با هم بازی کنند.

**میان بازی و سرگرمی تمایز قائل شوید:** در بسیاری از خانواده‌ها، بازی یک هنر تقریباً نابود شده است. تمایل بیولوژیکی که محرک بازی کردن است، در واقع اشتیاق به تحریک شدن و اکتشاف است. اما در بسیاری از خانه‌ها تلویزیون آنچنان نقش برجسته‌ای دارد که دائماً در حال تحریک کودکان است. طبیعتاً وقتی کودک دائماً از طریق تلویزیون تحریک می‌شود، دیگر ممکن است میلی به حرکت و ایجاد محرک‌هایی برای خود نداشته باشد. نشستن و کاری نکردن همیشه راحت‌تر است، اما این کار با خوراندن قند به کودکان به عنوان رژیم غذایی فرقی ندارد. ممکن است در ابتدا گرسنه به نظر نیایند، اما قند بیش از حد بر پرورش و رشد آنان تأثیر می‌گذارد. ایجاد توازن میان تلویزیون و سایر صفحات نمایشی با اوقات بازی غیر الکترونیک، برای پرورش کودک از اهمیت بالایی برخوردار است. موضوع دیگری که به همین اندازه اهمیت دارد این است که بازی کردن باید عمیق باشد و تنها نوع دیگری از سرگرمی محسوب نشود. زیرا هدف این است که کودک نقش فعالی داشته باشد، تصمیم‌گیری کند، و به اقدام بپردازد. پیش‌تر، در بخش «اسباب بازی‌ها» ایده‌هایی برای اسباب بازی‌هایی که این نوع بازی کردن را تشویق می‌کنند ذکر کردیم.

### چطور بازی را بی دردرس متوقف کنیم:

طبیعتا کودکان ترجیح می‌دهند که به انجام کارهایی که برایشان لذت‌بخش است ادامه دهند، و بسیاری از بزرگترین درگیری‌های بین والدین و کودک زمانی اتفاق می‌افتد که والدین می‌خواهند چیزی را که کودک از آن لذت می‌برد متوقف کنند.

- اگر والدین از قبل کودکان را آگاه کنند و به آنان زمان توقف آن کار را اطلاع دهند، این فرآیند بسیار ساده‌تر خواهد شد.

- کودکان را از نزدیک شدن زمان پایان تفریح آگاه کنید. ابتدا ده دقیقه پیش از پایان، سپس پنج دقیقه، و در نهایت یک دقیقه.

- وقتی زمان به پایان رسید، خونسرد ولی با ثبات باشید. اگر در پایان تفریح به کودک اجازه دهید که برای گرفتن وقت بیشتر با شما مذاکره کند، این کار در آینده تکرار خواهد شد و هر بار درگیر نزاع قدرت خواهید شد.

- اگر می‌خواهید وقت بیشتری به آنان بدهید (به عنوان مثال اگر به شدت تمرکز کرده‌اند و نمی‌خواهید در کارشان اختلال ایجاد کنید)، آنان را آگاه کنید که زمان اضافی ثابت و مشخصی را به آنان می‌دهید. به آنان تفهیم کنید که شما شرایط را تعیین می‌کنید نه آنان. همچنین این کار را در لحظه‌ی آخر انجام ندهید.

- از قبل برنامه‌ریزی کنید، و در حالی که منتظر پایان زمان تفریح هستید آنچه بعد از آن باید انجام شود را به آنان بگویید. بدین ترتیب پایان وقت برای آنان تنها به معنی پایان یک فعالیت نخواهد بود، بلکه به معنای آغاز یک فعالیت دیگر است. اگر احتمال ایجاد چالش وجود دارد، پس از پایان تفریح برنامه‌ای داشته باشید که برایشان خوشایند باشد، مثل آماده کردن ساندویچ یا خوراکی‌های مختصری که دوست دارند.

## آموزش مستقیم در زندگی کودک

اکثر بحث‌هایی که بالاتر درباره‌ی افکار و احساسات درونی کودکان و ویژگی‌های اجتماعی، فیزیکی، و نهادی تجربه‌ی آنان ذکر کردیم، بر جنبه‌های ضمنی و زیرین پرورش آنان تمرکز دارند، و اموری هستند که ما معمولا آن‌ها را «آموزشی» خطاب نمی‌کنیم، بلکه آن‌ها را بخشی از فرآیند کلی‌تر جامعه‌پذیری و پرورش کودک می‌دانیم. این بخش بر جنبه‌های آموزشی آشکار فضای خانگی آن‌ها، و شیوه‌های یادگیری صریح در دوران کودکی تمرکز دارد. پیام کلی این بخش در ارتباط با اهمیت نظارت و (تا اندازه‌ای) کنترل انواع اطلاعات و پیام‌هایی است که کودک در معرض آن‌ها قرار می‌گیرد، و همچنین گفتگوی صادقانه درباره‌ی آن‌ها با کودک.

## تأثیر والدین

والدین معمولاً مهمترین منابع اطلاعات و نظرات در زندگی کودک بویژه در دوران خردسالی هستند. اطلاعات، منابع اطلاعاتی، و ایده‌هایی که شما در اختیار فرزندتان قرار می‌دهید و روش شما برای انجام این کار، تأثیر بزرگی بر علائق آن‌ها در هنگام رشد دارد. این امر تأثیری دولایه دارد. اول، مطالبی که در اختیار آنان قرار می‌گیرند، مطالبی هستند که کودکان از آن‌ها آگاه می‌شوند و درباره‌ی آن‌ها فکر می‌کنند. قلمروی دنیای آنان در خردسالی بسیار کوچک است و آگاهی آنان از نظرات مختلف محدود به آن‌هایی می‌شود که در اختیارشان گذاشته می‌شود (یا بر اساس آنچه در اختیارشان گذاشته شده به تخیل می‌پردازند). دوم، آنچه والدین - که مهمترین الگوهای رفتاری در زندگی کودک هستند - به او معرفی می‌کنند، برای کودک به نوعی تایید ضمنی آنان را نیز به همراه دارد. اگر یکی از والدین درباره‌ی ماشین، یا اسب، یا نجاری زیاد صحبت کند، در کودک این حس پرورش می‌یابد که این چیزها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار هستند. این موضوع شامل موضوعاتی که والدین به طور مستقیم با کودک مطرح می‌کنند و همچنین آنچه در حضور کودک با یکدیگر درباره‌اش صحبت می‌کنند نیز می‌شود.

از دیدگاه دموکراسی در نظر گرفتن امور ذیل می‌تواند مفید باشد:

- یکی از بهترین سرمایه‌گذاری‌های زمانی که می‌توانید انجام دهید کتاب خواندن برای کودک یا به همراه او است؛ زیرا آن‌ها را با داستان‌ها و اطلاعات مناسب نشان آشنا می‌کند، و در بستری انجام می‌شود که به راحتی امکان گفتگو درباره‌ی موضوعات مطرح شده را فراهم کرده است.
- در موضوعاتی که با فرزندتان یا در حضور او مطرح می‌کنید هدف داشته باشید. آنان را به نسبت نشان در معرض موضوعات مناسبی قرار دهید که برای شما و اجتماع شما اهمیت دارند.
- برای آنان الگوی علاقه‌مندی به زندگی مدنی، وقایع روز، سیاست، و غیره باشید. در جای مناسب موضوعات برای فرزندانتان توضیح دهید و آنان را به مطرح کردن دیدگاه‌شان درباره‌ی آن موضوع دعوت کنید.
- از فرزندان خردسالان در برابر چیزهایی که ممکن است بیش از حد آنان را بترسانند محافظت کنید. اگر احساس می‌کنید که آنان باید از برخی چیزهای

ترسناک آگاهی داشته باشند، این کار را با ظرافت انجام دهید و به اندازه‌ی کافی برای کاهش نگرانی آنان وقت بگذارید .

### آموزش رسمی

وقتی کودکان شما به سن مدرسه رفتن می‌رسند، آموزش رسمی به یکی دیگر از منابع بزرگ اطلاعات و ایده‌ها برای آنان تبدیل خواهد شد. آگاهی آنان از دنیا به شدت گسترش پیدا می‌کند و این موضوع تنها به خاطر ایده‌هایی نیست که در برنامه‌ی درسی مدرسه با آن‌ها آشنا می‌شوند، بلکه تماس مداوم و هر روزه‌ی آنان با همسالان خود در مدرسه نیز در این امر تاثیرگذار است. وقتی کودک به سن مدرسه می‌رسد والدین دیگر هیچ کنترلی بر اطلاعاتی که در اختیار کودک قرار می‌گیرد ندارند و از نگهبانان دروازه‌ی اطلاعات به مفسران اطلاعات تبدیل می‌شوند.

نقش دیگر والدین حمایت از آموزش آکادمیک فرزندشان است. با اینکه مستقیماً در این امر دخالت ندارند ولی می‌توانند یادگیری کودک را در مدرسه تسهیل کنند. این کار را می‌توان از چنین روش‌هایی انجام داد: بحث و تقویت مفاهیمی که یاد می‌گیرند، ساختار دادن روال‌هایی که به منظم بودن و انجام تکالیف کودک کمک می‌کند، کمک به کودک در نقاط مناسب، و غیره. همچنین این موضوع بسیار مهم است که والدین اهمیت آموزش آکادمیک و پشتکار در مدرسه را به خوبی به کودک تفهیم کنند. اگر کودکان این تصور را داشته باشند که والدینشان برای آموزش رسمی ارزش قائل‌اند احتمال بیشتری دارد که در مدرسه کوشا تر باشند، به معلمان احترام بگذارند، و غیره. اگر والدین خودشان نیز در زندگی تحصیلی کودک مشارکت کنند به تقویت این نگاه در کودک کمک بیشتری خواهند کرد. یعنی با معلمان در ارتباط باشند، در برنامه‌های والدین و خانواده شرکت کنند، برای کارهای مدرسه داوطلب شوند و امثالهم.

در نظر گرفتن نکات زیر از دیدگاه دموکراسی دارای اهمیت است.

- در گفتگو با فرزندتان به آنان کمک کنید تا بین آنچه در مدرسه یاد می‌گیرند، و زندگی‌شان در خارج از مدرسه ارتباط ایجاد کنند.
- از کودکان درباره‌ی چیزهایی که به آن‌ها علاقه‌مندی نشان می‌دهند سوال بپرسید تا از این طریق آنان را به عمیق شدن در موضوعات و توضیح دادن

آن‌ها عادت دهید. بویژه برای فرزندان بزرگتر هر جا که مناسب بود دیدگاه‌های جایگزین ارائه کنید و نظر آنان را درباره‌ی آن دیدگاه‌ها جویا شوید.

### معنویت و اخلاق

در بسیاری از خانواده‌ها، معنویت یکی دیگر از منابع مهم ایده‌ها و نظرات است. حال چه از طریق متون مذهبی و فعالیت‌های مذهبی سازمان‌دهی شده، و چه از طریق مسیرهای معنوی غیر رسمی‌تر. نظرات، داستان‌ها و اطلاعات مرتبط با معنویت اغلب دارای محتویات سنگین اخلاقی هستند و ممکن است تأثیراتی جدی بر کودک در زمینه‌ی درک اخلاق، اصول عدالت، خوب و بد، و غیره داشته باشند. حتی اگر خانواده‌ی شما تمایلات مذهبی نداشته باشد، بدون شک فرزند شما در مدرسه یا در تماس با همسالان خود در معرض ایده‌های مرتبط با معنوی قرار خواهد گرفت. بین آرمان‌های دموکراتیک و معنویت ذاتا تضادی وجود ندارد. در واقع این دو می‌توانند مکمل یکدیگر نیز باشند، چرا که هر دو علاقه‌ی مشترکی به بهبود فردی و اجتماعی ما دارند.

از دیدگاه دموکراسی در نظر گرفتن این موارد دارای اهمیت است:

- به فرزندان خود در درک این موضوع کمک کنید که معنویت برای برخی از مردم اهمیت فوق‌العاده‌ای دارد، و برای برخی دیگر بی‌اهمیت است، و همچنین طیف گسترده‌ای از انواع مختلف معنویت وجود دارد.
- از سنین خردسالی با فرزندان گفتگویی مداوم درباره‌ی موضوعات اخلاقی داشته باشید، و آنان را با دیدگاه‌های متفاوت آشنا کنید. به آنان برای درک ایده‌ی استدلال اخلاقی کمک کنید، و همچنین درک این واقعیت که دو فرد منطقی با وجود داشتن مواضع درست ممکن است با یکدیگر اختلاف نظر داشته باشند.
- به آنان کمک کنید تا به جای تمرکز بر تفاوت‌ها، به پیدا کردن ویژگی‌های مشابه و مشترک بین چیزها پردازند.
- آنان را تشویق کنید که نسبت به اخلاقیات کنجکاو باشند، و ارزش‌ها و دیدگاه‌های خود را درباره‌ی موضوعات اخلاقی پیدا کنند، و در عین حال اهمیت احترام گذاشتن و داشتن ذهن باز نسبت به دیدگاه‌های دیگران را نیز



به آنان یادآوری کنید.

### سواد انتقادی

سواد انتقادی یعنی درک این موضوع که هر داستان یا منبع اطلاعات دارای نویسندگانی است که هر کدام از آن‌ها تصمیم می‌گیرند کدام ایده باید ارائه شود، چه اطلاعاتی باید گنجانده شود، چه اطلاعاتی نباید ذکر شود، و اینکه ایده‌ها چگونه باید به تصویر کشیده شوند: به عنوان حقیقت یا نظریه، خوب یا بد، بهنجار یا منحرف، و ... . تمامی رسانه‌ها بازتاب‌دهنده‌ی مجموعه‌ای از این تصمیمات هستند و در نتیجه نمی‌توانند بی‌طرف باشند. سواد انتقادی به معنای مصرف کردن رسانه با چشمی انتقادی برای کشف دیدگاه‌ها، انگیزه‌ها، و مقاصد نویسندگان است؛ همچنین در نظر گرفتن دیدگاه‌های دیگری که ممکن است به ارائه‌ی تصویری کامل تر و جامع تر کمک کنند. در نتیجه می‌توان سواد انتقادی را «دفاع شخصی عقل» در نظر گرفت. والدین می‌توانند به کودک در درک و شناسایی این امور کمک کنند. این کار را می‌توانند از طریق چنین روش‌هایی انجام دهند: پرسیدن سوال در باره‌ی داستان‌ها، کتاب‌ها، فیلم‌ها، و سایر رسانه‌هایی که کودک مصرف می‌کند، و همچنین با سوال پرسیدن به همراه کودک درباره‌ی اینکه چرا مطالب به این شیوه به آن‌ها ارائه شده است و نه شیوه‌ای دیگر، چرا برخی شخصیت‌ها این گونه هستند، چرا برخی دیدگاه‌ها و اطلاعات ذکر نشده‌اند و غیره.

از منظر دموکراسی، در نظر گرفتن موضوعات ذیل می‌تواند مفید واقع شود:

- هنگامی که کودکان خردسال هستند، آنان را تشویق کنید تا درباره‌ی داستان‌هایی که برایشان خوانده می‌شود سوال کنند، و خودتان نیز از آنان درباره‌ی درس‌هایی که ممکن است در داستان نهفته باشد سوال بپرسید.
- کودکان را تشویق کنید تا به دنبال دیدگاه‌های جایگزین بگردند، یا برای آنچه در رسانه‌ها توصیف می‌شود فیلمنامه‌ی جایگزینی تصور کنند.
- وقتی کودکان بزرگتر می‌شوند، آنان را با مفاهیمی چون تعصب، عقاید قالبی (استریوتایپ)، مطلب مستند، و غیره آشنا کنید.
- تلاش کنید تا ایرادات منطقی، حذفیات، و تناقضات را در رسانه‌ای که فرزندتان

مصرف می‌کند پیدا کنید، و هنگامی که این کار را کردید از فرزند خود سؤالاتی بپرسید تا به او نیز در شناسایی آن‌ها کمک کنید.

### تناسب سنی و محتویات مشکل ساز

والدین وظیفه دارند که بر نوع رسانه‌هایی که کودک به آن‌ها دسترسی دارد نظارت کنند، و اطمینان حاصل کنند محتویاتی که کودک در معرض آن‌ها قرار می‌گیرد با سن او تناسب داشته باشد. محتویات مشکل ساز محتویاتی هستند که حاوی اطلاعات، موضوعات یا توصیفات هستند که ممکن است برای کودک نامناسب یا تکان دهنده باشند. این موارد شامل محتویاتی می‌شود که ممکن است برای آنان ترسناک یا از نظر عاطفی سنگین باشد و به آنان آسیب روحی وارد کند؛ همچنین شامل محتویاتی چون تصاویر مهوع، خشونت، روابط بزرگسالانه، آزار، ادبیات رکیک، طنز سخیف، بی‌ادبی، الگوهای رفتاری منفی، و غیره می‌شود.

اگرچه خانواده‌های مختلف در زمینه‌ی نوع محتوای مناسب برای سن کودک دارای ارزش‌ها و دیدگاه‌های متفاوتی هستند، اما منطقی‌تر آن است که والدین در آشنا کردن فرزندان خردسال با چنین اموری رفتار محافظه‌کارانه‌ای در پیش بگیرند. محتوای مشکل ساز می‌تواند به شدت برای کودکان خردسال آزاردهنده باشد و منجر به اضطراب، ترس، سردرگمی، و همچنین موجب عوارض فیزیکی مانند بدخواهی، بدغذایی، و حتی واکنش‌های روان تنی مانند جوش‌های پوستی شود. هر چه کودکان بزرگتر می‌شوند و ثبات عاطفی و ظرفیت خود را برای استدلال انتزاعی پرورش می‌دهند، بهتر توانایی هضم محتویات حساس را با پشتیبانی والدین خود پیدا می‌کنند.

حتی با وجود تمام تلاش والدین برای کنترل محتویاتی که کودک با آن‌ها برخورد می‌کند، اکثر کودکان احتمالاً در طول دوران کودکی به نحوی با محتویات مشکل ساز برخورد خواهند داشت. آماده بودن در چنین مواردی حتی از هوشمند بودن نیز مهم‌تر است، و باید کودک را برای احتمال برخورد با موضوعات مشکل ساز آماده کرد. حتی بسیاری از مطالب مناسب سن کودکان مانند داستان‌ها و افسانه‌ها حاوی موضوعات، معضلات، شخصیت‌ها، و وقایعی هستند که برای برخی کودکان آزاردهنده است. برای کودکان طبیعی است که به چنین مطالبی واکنش عاطفی

نشان بدهند، و هنگامی چنین محتوایی به مرور و تدریجی به آنان معرفی شود، می‌تواند نقش مفیدی در پرورش عاطفی آنان داشته باشد. مشکل بزرگتر برای بسیاری از کودکان لحظات کوتاهی از تصاویر خشونت، خشم، تراژدی، یا موضوعات مشکل‌ساز دیگر است که امکان دارد در اینترنت، اخبار، یا برنامه‌های تلویزیونی مختص بزرگسالان با آن برخورد کنند.

در اینجا چند روش برای کمک به کودک جهت حفاظت از خود در دنیایی پر از محتویات مشکل‌ساز ذکر شده است:

- کودکان خود را از امکان برخورد با محتویات مشکل‌ساز آگاه کنید، و به آنان توصیه کنید که تنها از منابع مطمئن و مختص کودکان (کانال‌ها، تارنماها، مجموعه کتاب‌ها، و غیره) استفاده کنند.
- از این موضوع اطمینان حاصل کنید که فرزندان می‌داند در صورت برخورد با محتوای مشکل‌ساز چه باید بکند. به عنوان مثال می‌توانید از آنان بخواهید که این موضوع را به سرعت به شما اطلاع دهند و بگویند که کجا با آن برخورد کرده‌اند (تا جلوی تکرار آن را بگیرید).
- هنگامی که کودک شما مشغول مصرف رسانه و به خصوص اینترنت است، در اطراف او حضور داشته باشید تا بر کارهای او نظارت کنید و درباره‌ی هر چیز که لازم است با او صحبت کنید.
- تا می‌توانید برای فرزندان مطالب جالب و مناسب سن او تهیه کنید تا بخواند، ببیند، و مصرف کند. این امر می‌تواند مانع از وسوسه شدن آنان برای جستجوی منابع جدید بیرونی شود.
- صحبت درباره‌ی رسانه و محتویات را به عادت تبدیل کنید؛ حال چه با هم آن‌ها را مصرف می‌کنید، و چه آنان به تنهایی این کار را می‌کنند. از آنان درباره‌ی داستان‌هایی که می‌خوانند و احساساتی که در آن‌ها برانگیخته می‌شود سوال کنید. این کار ارتباطی بین شما به وجود می‌آورد که باعث می‌شود اگر آنان با موضوعات یا ایده‌های مشکل‌ساز برخورد کردند، بتوانید با آنان عمیق‌تر درباره‌ی این موضوعات صحبت کنید.
- به خاطر بسپارید که هدف شما در نهایت این است که فرزند خود را از نظر عاطفی و ذهنی تا اندازه‌ای مجهز کنید که بتواند خودش با محتویات چالش

برانگیز بر خورد کند. با گسترش تدریجی محتویات تا اندازه‌ای که بلوغ آنان اجازه می‌دهد، به آنان برای رسیدن به این هدف کمک کنید.

## سخن آخر

در این راهنما به ارتباط میان رشد کودک و شهروندی دموکراتیک، و نقش والدین در کمک به فرزندان برای رسیدن به پتانسیل اصلی خود در بافتار دموکراسی نگاه می‌کنیم. در این جا لازم است مکتبی کنیم، به عقب برگردیم، و به خودمان یادآور شویم که مسائل لزوماً نباید پیچیده باشند. ممکن است بر سر تقدم مرغ یا تخم مرغ با هم اختلاف نظر داشته باشیم، اما چیزی که مشخص است این است که از ابتدای تطور بشر کودکان همواره کودک بوده‌اند و والدین همواره والدین. غریزه‌ی پدری و مادری ذاتاً در وجود انسان است، اما بدان معنا نیست که تربیت بچه کاری ساده است، و مشخصاً بدان معنا نیست که همگی آماده‌ی چنین کاری هستیم. یکی از زیباترین نقاط قوت مردم استقامت آنان است، کودکان در محیط مناسب از پر استقامت‌ترین‌ها خواهند بود. اگر روزی با دشواری روبه‌رو شویم، هر روزمان فرصتی تازه برای برطرف کردن آن خواهد بود.

بنابراین سخت نگیرید و از فرصت خود استفاده کنید. پرورش فرزند همانند سفری است؛ بدون شک فراز و نشیب دارد. دوران کودکی هم به همین ترتیب است. اما اگر خودمان را باور کنیم، و اگر به دستاوردهایمان ایمان داشته باشیم و هر روز قدمی برای پیشرفت برداریم، در این راه یک قدم به جلو برداشته‌ایم. اگر در کودکانمان هم به همین موضوع ایمان داشته باشیم، حتی جلوتر هم می‌رویم. کودکان به سرعت رشد می‌کنند، خیلی زود بزرگ می‌شوند، و خانواده تشکیل می‌دهند. اکنون وقت آن است که از انرژی و کنجکاو، معصومیت، و شیرینی‌شان لذت ببرید، و زمان دلبذیری را در کنار هم تجربه کنید.



# پیوست

## کنوانسیون حقوق کودک

### مصوب نوامبر ۱۹۸۹<sup>۱</sup>

#### مقدمه

کشورهای طرف کنوانسیون حاضر:

با توجه به این که طبق اصول اعلام شده در منشور سازمان ملل به رسمیت شناختن حقوق لاینفک، مساوی و منزلت تمام اعضای خانواده بشری زیربنای آزادی، عدالت و صلح در جهان است،

با در نظر داشتن این که اعضای سازمان ملل در منشور سازمان، اعتقاد خود را به حقوق اساسی و مقام و ارزش انسان و عزم خود را برای افزایش پیشرفت‌های اجتماعی و معیارهای زندگی بهتر توأم با آزادی‌های بیشتر، پیش از این اعلام کرده‌اند،

با تشخیص این که سازمان ملل در اعلامیه جهانی حقوق بشر و در کنوانسیون‌های بین‌المللی حقوق بشر اعلام و موافقت نموده که هر یک از افراد بدون هر گونه تبعیض از نظر نژاد، رنگ، جنس، زبان، مذهب، عقاید سیاسی، جایگاه اجتماعی یا ملی، تولد و یا سایر خصوصیات، در تمام حقوق و آزادی‌هایی که در آن کنوانسیون‌ها و اعلامیه‌ها اعلام شده، ذیحق می‌باشند،

و نظر به این که سازمان ملل در اعلامیه جهانی حقوق بشر اعلام نموده است که دوران کودکی مستلزم مراقبت‌ها و مساعدت‌های ویژه است،

---

۱ منبع: سازمان ملل با ویرایش نثر و اندک اصلاح و ویرایش ترجمه

با اعتقاد به این که خانواده به عنوان جزء اصلی جامعه و محیط طبیعی برای رشد و رفاه تمام اعضای خود خصوصاً کودکان باید از حمایت‌ها و مساعدت‌های لازم به نحوی برخوردار شود که بتواند مسئولیت‌های خود را در جامعه ایفا کند،

با تشخیص این که کودک برای رشد کامل و متعادل شخصیتی خود باید در محیط خانواده و در فضایی (مملو) از خوشبختی، محبت و تفاهم بزرگ شود،

با توجه به این که کودک باید آمادگی کامل برای زندگی فردی در جامعه داشته باشد و در سایه ایده‌آل‌هایی که در منشور سازمان ملل اعلام شده، خصوصاً صلح، احترام، برابری، آزادی، برابری و اتحاد بزرگ شود،

با در نظر داشتن این که لزوم انجام مراقبت‌های ویژه از کودک در اعلامیه حقوق کودک ژنو ۱۹۲۴ بیان شده، در ۲۰ نوامبر ۱۹۵۹ در اعلامیه حقوق کودک مجمع عمومی به تصویب رسیده، در اعلامیه جهانی حقوق بشر و در میثاق بین‌المللی حقوق مدنی و سیاسی (خصوصاً در موارد ۲۳ و ۲۴)، در کنوانسیون بین‌المللی حقوق اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی (خصوصاً در ماده ۱۰) و در اسناد و احکام سازمان‌های تخصصی و سازمان‌های بین‌المللی مربوط به رفاه کودکان به رسمیت شناخته شده است، با توجه به این که در اعلامیه جهانی حقوق بشر تصریح شده است: «کودک به خاطر نداشتن رشد کامل فیزیکی و ذهنی محتاج مراقبت و حمایت‌هایی از جمله حمایت‌های مناسب حقوقی قبل و بعد از تولد است».

با در نظر گرفتن مفاد اعلامیه اصول حقوقی و اجتماعی مربوط به حمایت و رفاه کودکان با اشاره ویژه به موضوع فرزند رضاعی و فرزندخواندگی ملی و بین‌المللی، قانون حداقل استاندارد سازمان ملل در مورد اجرای عدالت برای افراد صغیر (قوانین پکن) و اعلامیه حمایت از زنان و کودکان در مواقع اضطراری و جنگ‌ها، با تشخیص این که در تمام کشورهای جهان کودکانی وجود دارند که تحت شرایط دشوار زندگی می‌کنند و این گونه کودکان محتاج توجهات ویژه‌ای هستند، با توجه به ارزش‌های سنتی و فرهنگی هر ملت در حمایت و تعلیم و تربیت یکنواخت کودک،

و با عنایت به اهمیت همکاری‌های بین‌المللی برای بهبود شرایط زندگی کودکان در تمام کشورها خصوصاً کشورهای در حال توسعه، به توافقات ذیل نایل شدند:

## بخش ۱

### ماده ۱

از نظر این کنوانسیون منظور از کودک افراد انسانی زیر سن ۱۸ سال است مگر این که طبق قانون قابل اجرا در مورد کودک، سن بلوغ کمتر تشخیص داده شود.

### ماده ۲

۱. کشورهای طرف کنوانسیون، حقوقی را که در این کنوانسیون در نظر گرفته شده، برای تمام کودکانی که در حوزه قضائی آنها زندگی می‌کنند بدون هیچگونه تبعیضی از جهت نژاد، رنگ، جنسیت، زبان، مذهب، عقاید سیاسی، ملیت، جایگاه قومی و اجتماعی، مال، عدم توانایی، تولد و یا سایر احوال شخصیه والدین و یا قیم قانونی محترم شمرده و تضمین خواهند نمود.

۲. کشورهای طرف کنوانسیون تمام اقدامات لازم را جهت تضمین حمایت از کودک در مقابل تمام اشکال تبعیض، مجازات بر اساس موقعیت، فعالیت‌ها، ابراز عقیده و یا عقاید والدین، قیم قانونی و یا اعضای خانواده کودک به عمل خواهند آورد.

### ماده ۳

۱. در تمام اقدامات مربوط به کودکان که از طرف مؤسسات رفاه اجتماعی عمومی و یا خصوصی، دادگاه‌ها، مقامات اجرائی، یا ارگان‌های حقوقی انجام می‌شود، منافع کودک از اهمیت ملاحظات است.

۲. کشورهای طرف کنوانسیون متقبل می‌شوند که حمایت‌ها و مراقبت‌های لازم را برای رفاه کودکان، با توجه به حقوق و وظایف والدین آنها، قیم و یا سایر افرادی که قانوناً مسئول آنان هستند، تضمین کنند و در این راستا اقدامات اجرائی و قانونی مناسب معمول خواهد گردید.

۳. کشورهای طرف کنوانسیون تضمین خواهند نمود که مؤسسات، خدمات و وسائلی که مسئول مراقبت و حمایت کودکان هستند مطابق با معیارهایی باشند که از طرف مقامات ذیصلاحیت خصوصاً در زمینه‌های ایمنی، بهداشت، تعداد کارکنان آن مؤسسات و نحوه نظارت و بازرسی، تعیین شده است.



**ماده ۴**

کشورهای طرف کنوانسیون اقدامات اجرائی و قانونی لازم را جهت تحقق حقوق شناخته شده در این کنوانسیون معمول خواهند داشت. کشورهای طرف کنوانسیون با توجه به حقوق اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی اقداماتی را در جهت به کارگیری حداکثر منابع موجود خود و در صورت لزوم در چارچوب همکاری‌های بین‌المللی به عمل خواهند آورد.

**ماده ۵**

کشورهای طرف کنوانسیون احترام به مسئولیت‌ها، حقوق و وظایف والدین و یا در صورت قابلیت اطلاق، اعضای خانواده بزرگی که از طریق آداب محلی به وجود می‌آید، قیم و یا سایر اشخاصی که قانوناً مسئول کودک هستند را متقبل می‌شوند و به طریقی که موجب تکامل توانایی‌های کودک شود، راهنمایی و ارشاد لازم را جهت اعمال حقوق شناخته شده کودک در این کنوانسیون، به عمل خواهند آورد.

**ماده ۶**

۱. کشورهای طرف کنوانسیون حق ذاتی هر کودک را برای زندگی به رسمیت خواهند شناخت.
۲. کشورهای طرف کنوانسیون ایجاد حداکثر امکانات را برای بقا و پیشرفت کودک تضمین خواهند نمود.

**ماده ۷**

۱. تولد کودک بلافاصله پس از به دنیا آمدن ثبت می‌شود و از حقوقی مانند حق داشتن نام، کسب تابعیت و در صورت امکان، شناسایی والدین و قرار گرفتن تحت سرپرستی آنها برخوردار است.
۲. کشورهای طرف کنوانسیون این حقوق را مطابق با قوانین ملی و تعهدات خود طبق اسناد بین‌المللی مربوط در این زمینه، خصوصاً در مواردی که کودک در صورت عدم اجرای آنها آواره محسوب گردد، لازم‌الاجرا تلقی خواهند کرد.

**ماده ۸**

۱. کشورهای طرف کنوانسیون حق کودک برای حفظ هویت خود، از جمله ملیت، نام و روابط خانوادگی را طبق قانون و بدون مداخله تضمین خواهند کرد.

۲. در مواردی که کودک به طور غیرقانونی از تمام یا برخی از حقوق مربوط به هویت خود محروم شود، کشورهای عضو حمایت و مساعدت‌های لازم را برای استیفای سریع حقوق فوق به عمل خواهند آورد.

## ماده ۹

۱. کشورهای طرف کنوانسیون تضمین می‌نمایند که کودکان علی‌رغم خواسته‌شان از والدین خود جدا نشوند، مگر در مواردی که مقامات ذی‌صلاح مطابق قوانین و مقررات و پس از بررسی‌های قضایی مصمم شوند که این جدایی به نفع کودک است. این گونه تصمیمات ممکن است در موارد به‌خصوصی از قبیل سوءاستفاده و یا بی‌توجهی والدین کودک و یا هنگام جدا شدن والدین از یکدیگر ضرورت یابد و در این صورت باید در مورد محل اقامت کودک تصمیمی اتخاذ شود.

۲. در هر یک از مراحل دادرسی مربوط به پاراگراف اول ماده ۹ باید به تمام طرف‌های ذی‌نفع فرصت داده شود در مراحل دادرسی شرکت کرده نظرات خود را ابراز کنند.

۳. کشورهای طرف کنوانسیون، حق کودکی را که از یک یا هر دو والدین جدا شده، مبنی بر حفظ روابط شخصی و تماس مستقیم با والدین به طور منظم رعایت خواهند نمود، مگر در مواردی که این امر مغایر منافع کودک باشد.

۴. هنگامی که جدایی ناشی از اقدامات دولت از قبیل بازداشت، زندانی کردن، تبعید، اخراج یا مرگ (از جمله مرگی که در حین توقیف بودن شخص واقع شود) یکی یا هر دو والدین و یا کودک باشد، کشور طرف کنوانسیون بنا به درخواست، والدین یا کودک یا در صورت اقتضا یکی از اعضای خانواده را در جریان اطلاعات ضروری در مورد اموال فرد غایب خانواده قرار خواهد داد، مگر در مواردی که دادن این گونه اطلاعات مضر به حال کودک باشد. کشورهای طرف کنوانسیون همچنین تضمین خواهند نمود که تسلیم این درخواست فی‌نفسه عواقبی برای افراد مربوط در پی نداشته باشد.

## ماده ۱۰

۱. مطابق با تعهدات کشورهای طرف کنوانسیون در پاراگراف ۱ ماده ۹، درخواست کودک یا والدین وی برای ورود یا ترک کشور برای به هم پیوستن مجدد خانواده، از سوی کشور طرف کنوانسیون با نظر مثبت و به روشی انسانی و سریع بررسی خواهد شد. کشورهای طرف کنوانسیون همچنین تضمین خواهند نمود که تسلیم

این گونه درخواست‌ها عواقبی برای درخواست کننده و اعضای خانواده آنها در پی نخواهد داشت.

۲. کودکی که والدین او در کشورهای جداگانه زندگی می‌کنند، حق دارد گذشته از شرایط استثنایی به طور منظم روابط شخصی و تماس مستقیم با والدین خود داشته باشد. بدین منظور و مطابق با تعهدات مندرج در پاراگراف ۲ ماده ۹، کشورهای طرف کنوانسیون حق والدین و کودک برای ترک هر کشور از جمله کشور ملی خود و ورود به هر کشور دیگری را محترم خواهند شمرد. حق ترک هر کشوری فقط مشمول محدودیت‌هایی است که در قانون تصریح شده و برای حفظ امنیت ملی، نظم عمومی، سلامت عمومی یا اخلاقیات یا حقوق یا آزادی‌های دیگران یا سایر حقوقی که در این کنوانسیون به رسمیت شناخته شده‌اند، ضروری است.

### ماده ۱۱

۱. کشورهای طرف کنوانسیون اقداماتی را در جهت مبارزه با انتقال قاچاق و عدم بازگشت کودکان (مقیم) خارج معمول خواهند داشت.

۲. در این راستا، کشورهای طرف کنوانسیون انعقاد توافقنامه‌های دوجانبه و یا چندجانبه یا پذیرش توافقنامه‌های موجود را تشویق خواهند نمود.

### ماده ۱۲

۱. کشورهای طرف کنوانسیون تضمین خواهند کرد کودکی که قادر به شکل دادن به عقاید خود است، بتواند این عقاید را آزادانه درباره تمام موضوعاتی که مربوط به وی می‌شود ابراز کند و به نظرات کودک مطابق با سن و بلوغ وی بها داده شود.

۲. بدین منظور، خصوصاً برای کودک فرصت‌هایی فراهم آورده شود تا بتواند در هر یک از مراحل دادرسی اجرائی و قضایی مربوط به وی به طور مستقیم یا از طریق یک نماینده یا شخصی مناسب به طریقی که مطابق با مقررات اجرائی قوانین ملی باشد، ابراز عقیده نماید.

### ماده ۱۳

۱. کودک دارای حق آزادی ابراز عقیده است. این حق شامل آزادی جستجو، دریافت و رساندن اطلاعات و عقاید از هر نوع، بدون توجه به مرزها، کتبی یا شفاهی یا چاپ شده، به شکل آثار هنری یا از طریق هر رسانه دیگری به انتخاب کودک است.

۲. اعمال این حق ممکن است منوط به محدودیت‌های خاصی باشد، ولی این محدودیت‌ها فقط منحصر به مواردی است که در قانون تصریح شده و ضرورت دارند:

الف - برای احترام به حقوق یا آبروی دیگران،

ب - برای حفاظت از امنیت ملی یا نظم عمومی یا به خاطر سلامت عمومی و یا مسائل اخلاقی.

### ماده ۱۴

۱. کشورهای طرف کنوانسیون حق آزادی فکر، عقیده و مذهب را برای کودک محترم خواهند شمرد.

۲. کشورهای طرف کنوانسیون حقوق و وظایف والدین و سایر سرپرستان قانونی کودک را درباره هدایت کودک در جهت اعمال حقوق وی به طریقی که باعث اعتلای استعدادها و توانایی‌های کودک شود، محترم خواهند شمرد.

۳. آزادی ابراز عقیده و مذهب فقط طبق محدودیت‌هایی که در قانون تصریح شده و برای حفظ امنیت، نظم، سلامت و اخلاقیات عمومی و یا حقوق و آزادی‌های اساسی دیگران لازم است، محدود می‌شود.

### ماده ۱۵

۱. کشورهای طرف کنوانسیون، حقوق کودک را در مورد آزادی تشکیل اجتماعات و مجامع مسالمت‌آمیز به رسمیت می‌شناسند.

۲. به غیر از محدودیت‌هایی که در قانون تصریح شده و یا برای حفظ منافع امنیت ملی یا امنیت عمومی، نظم عمومی، سلامت عمومی و اخلاقیات و یا حقوق و آزادی‌های دیگران ضروری است، هیچ محدودیتی در اعمال این حقوق وجود ندارد.

### ماده ۱۶

۱. در امور خصوصی، خانوادگی، یا مکاتبات هیچ کودکی نمی‌توان خودسرانه یا غیرقانونی دخالت کرد یا هتک حرمت نمود.

۲. کودک در برابر این گونه دخالت‌ها و یا هتک حرمت‌ها مورد حمایت قانون قرار دارد.

### ماده ۱۷

کشورهای طرف کنوانسیون به عملکرد مهم رسانه‌های گروهی واقف هستند

و دسترسی کودک به اطلاعات و مطالب از منابع گوناگون و بین‌المللی، خصوصاً مواردی را که مربوط به اعتلای رفاه اجتماعی، معنوی یا اخلاقی و بهداشت جسمی و روحی وی می‌شود، تضمین می‌کنند. در این راستا، کشورها اقدامات ذیل را به عمل خواهند آورد:

- الف) تشویق رسانه‌های گروهی به انتشار اطلاعات و مطالبی که برای کودک استفاده‌های اجتماعی و فرهنگی داشته و با روح ماده ۲۹ نیز مطابق باشد؛
- ب) تشویق همکاری‌های بین‌المللی در جهت تولید، مبادله و انتشار این گونه اطلاعات و مطالب از منابع گوناگون فرهنگی، ملی و بین‌المللی؛
- ج) تشویق تولید و انتشار کتاب‌های کودکان؛
- د) تشویق رسانه‌های گروهی جهت توجه خاص به احتیاجات مربوط به آموزش زبان کودکانی که به گروه‌های اقلیت تعلق دارند یا بومی هستند؛
- ه) تشویق توسعه خط مشی‌های مناسب در جهت حمایت از کودک در برابر اطلاعات و مطالبی که به سعادت وی آسیب می‌رساند با توجه به مفاد مواد ۱۳ و ۱۸.

## ماده ۱۸

۱. کشورهای طرف کنوانسیون بیشترین تلاش خود را برای تضمین به رسمیت شناختن این اصل که پدر و مادر کودک مسئولیت‌های مشترکی در مورد رشد و پیشرفت کودک دارند، به عمل خواهند آورد. والدین و یا قیم قانونی مسئولیت عمده را در مورد رشد و پیشرفت کودک به عهده دارند. اساسیترین مسئله آنان (حفظ) منافع عالیه کودک است.

۲. کشورهای طرف کنوانسیون به منظور تضمین و اعتلای حقوقی که در این کنوانسیون بیان شده همکاری‌های لازم را با والدین و قیم قانونی در جهت اجرای مسئولیت‌هایشان برای تربیت کودک به عمل خواهند آورد و ایجاد مؤسسات، تسهیلات و خدماتی را برای نگهداری کودکان تضمین خواهند کرد.

۳. کشورهای طرف کنوانسیون در جهت تضمین حق استفاده کودکانی که دارای والدین شاغل هستند، تمام اقدامات لازم را از خدمات و تسهیلات مربوط به نگهداری کودکان به عمل خواهند آورد.

**ماده ۱۹**

۱. کشورهای طرف کنوانسیون تمام اقدامات قانونی، اجرایی، اجتماعی و آموزشی را در جهت حمایت از کودک در برابر تمام اشکال خشونت‌های جسمی و روحی، آسیب‌رسانی یا سوءاستفاده، بی‌توجهی یا سهل‌انگاری، بدرفتاری یا استثمار از جمله سوءاستفاده جنسی در حینی که کودک تحت مراقبت والدین یا قیم قانونی یا هر شخص دیگری قرار دارد، به عمل خواهند آورد.

۲. این گونه اقدامات حمایتی در موارد مقتضی باید شامل اقدامات مؤثر برای ایجاد برنامه‌های اجتماعی در جهت فراهم آوردن حمایت‌های لازم از کودک و کسانی باشد که مسئول مراقبت از وی هستند و نیز شامل حمایت در برابر سایر اشکال محدودیت‌ها و همچنین برای پیشگیری، شناسایی، گزارش‌دهی، ارجاع، تحقیق، درمان و پیگیری موارد بدرفتاری‌هایی که قبلاً ذکر شد و بر حسب مورد پشتیبانی از پیگرد قضائی باشد.

**ماده ۲۰**

۱. کودک نباید به طور موقت یا دائم از محیط خانواده و از منافع خویش محروم باشد و باید از طرف دولت تحت مراقبت و مورد مساعدت قرار گیرد.

۲. کشورهای طرف کنوانسیون باید طبق قوانین ملی خود مراقبت‌های جایگزین دیگری را برای این گونه کودکان تضمین نمایند.

۳. این گونه مراقبت‌ها شامل موارد زیادی می‌شود، از جمله تعیین سرپرست و کفیل در قوانین اسلامی، فرزندخواندگی و یا در صورت لزوم اعزام کودک به مؤسسات مناسب مراقبت از کودکان. به هنگام بررسی راه‌حل‌ها باید به استمرار مطلوب در تربیت کودک، قومیت، مذهب، فرهنگ و زبان کودک توجه خاص شود.

**ماده ۲۱**

کشورهایی که سیستم فرزندخواندگی را به رسمیت شناخته و مجاز می‌دانند، باید منافع عالی کودک را در اولویت قرار دهند و نکات زیر را مراعات کنند.

الف) تضمین این که فرزندخواندگی فقط از سوی مقامات ذی‌صلاحی انجام می‌شود که مطابق با قوانین و مقررات لازم‌الاجرا و براساس اطلاعات موثق و قابل اطمینان تعیین می‌کنند که فرزندخواندگی با توجه به وضعیت وی در ارتباط با والدین،

خویشاوندان و قیم قانونی مجاز است و در صورت مقتضی رضایت اشخاص فوق را برای فرزندخواندگی براساس مقررات لازمہ کسب می‌کنند.

ب) تضمین این که در صورتی که کودک را نتوان به روشی مناسب در کشور خود تحت سرپرستی یک خانواده درآورد، فرزندخواندگی در سایر کشورها به عنوان راه‌حلی دیگر مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

ج) تضمین برخورداری کودکانی که در سایر کشورها پذیرفته می‌شوند از مراقبت‌ها و حقوقی که به هنگام فرزندخواندگی در کشور خود، شامل حال آنان می‌شود.

د) اتخاذ تمام اقدامات لازم جهت تضمین این که قبول کودک در سایر کشورها برای افراد مرتبط متضمن منافع مالی نباشد.

ه) در صورت لزوم، پیشبرد اهداف ماده حاضر از طریق انعقاد قراردادهای یا اتخاذ ترتیبات دو یا چندجانبه و تلاش در این چارچوب برای تضمین این که پذیرش کودک در یک کشور دیگر از طریق ارگان‌ها یا مقامات ذی‌صلاح انجام شود.

## ماده ۲۲

۱. کشورهای طرف کنوانسیون جهت تضمین برخورداری کودکی که خواهان پناهندگی است و یا پناهنده تلقی می‌شود، چه همراه والدین خود باشد یا شخص دیگری، اقدام لازم را مطابق با قوانین و مقررات محلی و بین‌المللی، از حمایت‌ها و مساعدت‌های بشردوستانه لازم و حقوق مربوط که در این کنوانسیون یا سایر اسناد بشردوستانه یا حقوق بشر مقرر شده و کشورهای یادشده نسبت به آنها متعهدند، به عمل خواهند آورد.

۲. بدین منظور، کشورهای طرف کنوانسیون بنا به صلاحدید خود با سازمان ملل و سایر سازمان‌های بین‌المللی یا غیردولتی ذی‌صلاح که با سازمان ملل کار می‌کنند در جهت حمایت و مساعدت از این گونه کودکان و ردیابی والدین یا سایر اعضای خانواده کودکان پناهنده و برای کسب اطلاعات لازم برای به هم پیوستن مجدد اعضای خانواده همکاری خواهند کرد. در صورتی که موفق به یافتن والدین یا سایر اعضای خانواده نشوند، با کودک همان گونه که در این کنوانسیون اظهار شده، درست مانند کودکی که به طور موقت یا دائم از محیط خانوادگی به هر دلیل محروم شده، رفتار خواهد شد.

## ماده ۲۳

۱. کشورهای طرف کنوانسیون اذعان دارند کودکی که ذهناً یا جسماً دچار نقص است باید در شرایطی که متضمن منزلت و افزایش اتکاء به نفس باشد و شرکت فعال کودک در جامعه را تسهیل نماید، رشد یابد و از یک زندگی آبرومند و کامل برخوردار گردد.

۲. کشورهای طرف کنوانسیون حق کودکان معلول را برای برخورداری از مراقبت‌های ویژه به رسمیت می‌شناسند و ارائه این مراقبت‌ها را بر حسب شرایط والدین و یا مسئولین کودک و منوط به وجود منابع، به این گونه کودکان و کسانی که مسئول مراقبت از وی هستند، تشویق و تضمین خواهند کرد.

۳. با تشخیص نیازهای ویژه کودک معلول، کمک‌های مقرر شده در پاراگراف ۲ این ماده در صورت امکان باید به طور رایگان و با در نظر گرفتن منابع مالی والدین و یا مسئولین کودک انجام گیرد و باید به نحوی برنامه‌ریزی شود که کودک معلول بتواند دسترسی مؤثر به آموزش، تعلیم و تربیت و خدمات مراقبتی بهداشتی، خدمات توانبخشی، آمادگی برای اشتغال و ایجاد فرصت به روشی که موجب دستیابی کودک به حداکثر کمال اجتماعی و پیشرفت شخصی از جمله پیشرفت فرهنگی و معنوی وی می‌شود، داشته باشد.

۴. کشورهای طرف کنوانسیون در سایه همکاری‌های بین‌المللی، مبادله اطلاعات لازم را در زمینه مراقبت‌های بهداشتی جهت پیشگیری و معالجات پزشکی، روانشناسی و توانبخشی کودکان معلول از جمله انتشار و در دسترس قرار دادن اطلاعات مربوط به روش‌های توانبخشی، آموزش و خدمات حرفه‌ای با هدف قادر ساختن کشورهای طرف کنوانسیون به پیشبرد توانایی‌ها و مهارت‌های خود و گسترش تجربیات آنان در این زمینه‌ها، افزایش خواهند داد. در این زمینه، به نیازهای کشورهای در حال توسعه توجه خاصی مبذول خواهد شد.

## ماده ۲۴

۱. کشورهای طرف کنوانسیون حق کودک را جهت برخورداری از بالاترین استاندارد بهداشت و تسهیلات لازم برای درمان بیماری و توانبخشی به رسمیت می‌شناسند. آنان برای تضمین این که هیچ کودکی از رسیدن به این حق و دسترسی به خدمات بهداشتی محروم نخواهد شد، تلاش خواهند نمود.



۲. کشورهای طرف کنوانسیون موضوع را تا اجرای کامل این حق دنبال خواهند کرد و خصوصاً در زمینه‌های ذیل روشهای مناسب را اتخاذ خواهند کرد:

الف) کاهش میزان مرگ و میر نوزادان و کودکان؛

ب) تضمین فراهم نمودن مشورت‌های پزشکی و مراقبت‌های بهداشتی اولیه؛

ج) مبارزه با بیماری‌ها و سوء تغذیه، از جمله در چارچوب مراقبت‌های بهداشتی اولیه از طریق به کار بستن تکنولوژی‌های در دسترس و از طریق فراهم نمودن مواد غذایی مقوی و آب آشامیدنی سالم و در نظر گرفتن خطرات آلودگی محیط زیست؛

د) تضمین مراقبت‌های قبل و پس از زایمان مادران؛

ه) تضمین این که تمام اقشار جامعه خصوصاً والدین و کودکان از مزایای تغذیه شیر مادر، بهداشت و بهداشت محیط زیست و پیشگیری از حوادث اطلاع داشته به آموزش دسترسی دارند و در زمینه استفاده از اطلاعات اولیه بهداشت کودک و تغذیه مورد حمایت هستند.

و) توسعه مراقبت‌های بهداشتی پیشگیرانه، ارائه راهنمایی‌های لازم به والدین و آموزش تنظیم خانواده و خدمات؛

۳. کشورهای طرف کنوانسیون تمام اقدامات لازم و مناسب را برای زدودن روش‌های معالجات سنتی و خرافی در مورد بهداشت کودکان به عمل خواهند آورد.

۴. کشورهای طرف کنوانسیون پیشبرد و تشویق همکاری‌های بین‌المللی برای دستیابی تدریجی به تحقق کامل حقوق شناخته شده در کنوانسیون حاضر را متقبل می‌شوند. در این زمینه، به نیازهای کشورهای طرف کنوانسیون توجه خاصی خواهد شد.

## ماده ۲۵

کشورهای طرف کنوانسیون حق کودکی را که از طرف مقامات ذی‌صلاح به منظور مراقبت، حفاظت و یا بهداشت جسمی و روحی به خانواده یا مؤسسه‌ای داده شده است، برای بررسی دوره‌ای نحوه رفتار با کودک و بررسی دوره درمان ارائه شده برای کودک و تمام وضعیت‌های مربوط به نگهداری وی را به رسمیت می‌شناسد.

## ماده ۲۶

۱. کشورهای طرف کنوانسیون حق برخورداری از مزایای تامین اجتماعی از جمله

بیمه اجتماعی را برای تمام کودکان به رسمیت می‌شناسند و اقدام لازم را جهت دستیابی به تحقق کامل این حق، مطابق با قوانین ملی، به عمل خواهند آورد.

۲. این مزایا در صورت مقتضی باید با توجه به منافع و شرایط کودک و اشخاصی که مسئولیت نگهداری وی را به عهده دارند، و نیز هر گونه ملاحظه دیگری مربوط به کاربرد این مزایا، در جهت منافع کودک در اختیارشان قرار گیرد.

## ماده ۲۷

۱. کشورهای طرف کنوانسیون حق تمام کودکان را نسبت به برخورداری از استانداردهای مناسب زندگی برای توسعه جسمی، ذهنی، روحی، اخلاقی و اجتماعی به رسمیت می‌شناسند.

۲. والدین یا سایر سرپرستان کودک، مسئولیت عمده‌ای در جهت تضمین شرایط زندگی مناسب برای پیشرفت کودک در چارچوب توانایی‌ها و امکانات عالی خود به عهده دارند.

۳. کشورهای طرف کنوانسیون، مطابق با شرایط ملی و در چارچوب امکانات خود، اقدام ضروری را برای یاری والدین و سایر اشخاص مسئول کودک در جهت اعمال این حق به عمل خواهند آورد و در صورت لزوم کمک‌های مالی و برنامه‌های حمایتی را خصوصاً در مورد تغذیه، پوشاک و مسکن فراهم خواهند کرد.

۴. کشورهای طرف کنوانسیون برای تضمین پرداخت مخارج کودک از سوی والدین و یا سایر اشخاصی که مسئولیت مالی کودک را به عهده دارند، اقدام لازم چه در داخل و چه در خارج از کشور به عمل خواهند آورد. در مواردی که شخص مسئول امور مالی کودک در کشوری متفاوت از کشور کودک زندگی می‌کند، کشورهای طرف کنوانسیون پذیرش موافقتنامه‌های بین‌المللی یا انعقاد این گونه موافقتنامه‌ها و نیز اتخاذ سایر ترتیبات لازم را تسریع خواهند نمود.

## ماده ۲۸

۱. کشورهای طرف کنوانسیون حق کودک را نسبت به آموزش و پرورش به رسمیت می‌شناسند و برای دستیابی تدریجی به این حق و براساس ایجاد فرصت‌های مساوی، اقدامات ذیل را معمول خواهند داشت:

(الف) اجباری و رایگان نمودن تحصیل ابتدائی برای همگان؛

ب) تشویق توسعه اشکال مختلف آموزش متوسطه از جمله آموزش حرفه‌ای و عمومی، در دسترس قرار دادن این گونه آموزش‌ها برای تمام کودکان و اتخاذ اقدامات لازم از قبیل ارائه آموزش و پرورش رایگان و دادن کمک‌های مالی در صورت لزوم؛

ج) در دسترس قرار دادن آموزش عالی برای همگان براساس توانایی‌ها و از هر طریق مناسب؛

د) در دسترس قرار دادن اطلاعات و راهنمایی‌های آموزشی و حرفه‌ای برای تمام کودکان؛

ه) اتخاذ اقداماتی جهت تشویق حضور مرتب کودکان در مدارس و کاهش غیبت‌ها.

۲. کشورهای طرف کنوانسیون تمام اقدامات لازم را جهت تضمین این که نظم و انضباط در مدارس مطابق با حفظ شئون انسانی کودکان و مطابق با کنوانسیون حاضر باشد، به عمل خواهند آورد.

۳. کشورهای طرف کنوانسیون همکاری‌های بین‌المللی را در موضوعات مربوط به آموزش و پرورش، خصوصاً در زمینه زدودن جهل و بیسوادی در سراسر جهان و تسهیل دسترسی به اطلاعات فنی و علمی و روش‌های مدرن آموزشی، تشویق و افزایش خواهند داد. در این زمینه، به نیازهای کشورهای در حال توسعه توجه خاص خواهد شد.

## ماده ۲۹

۱. کشورهای طرف کنوانسیون موافقت می‌نمایند که موارد ذیل باید جزء آموزش و پرورش کودکان باشد:

الف) پیشرفت کامل شخصیت، استعدادها و توانایی‌های ذهنی و جسمی کودکان؛

ب) توسعه احترام به حقوق بشر و آزادی‌های اساسی و اصول مذکور در منشور سازمان ملل؛

ج) توسعه احترام به والدین کودک، هویت فرهنگی، زبان و ارزش‌های ادبی و ملی کشوری که در آن زندگی می‌کند، و به موطن اصلی کودک و به تمدن‌های متفاوت با تمدن وی؛

د) آماده نمودن کودک برای داشتن زندگی مسئولانه در جامعه‌ای آزاد و با روحیه‌ای (سرشار) از تفاهم، صلح، صبر، تساوی زن و مرد و دوستی بین تمام مردم، گروه‌های

قومی، مذهبی و ملی و اشخاص دیگر؛

ه) توسعه احترام نسبت به محیط طبیعی.

۲. هیچ یک از بخش‌های این ماده و ماده ۲۸ نباید چنان تعبیر شود که مانع آزادی افراد و ارگان‌ها برای تأسیس و اداره مؤسسات آموزشی شود که به نوبه خود باید اصول ذکر شده در بند ۱ این ماده را رعایت کنند و شرایط ارائه آموزش در آن مؤسسات مطابق با حداقل استانداردهایی باشد که از طرف دولت معین می‌شود.

### ماده ۳۰

در کشورهایی که اقلیت‌های قومی و مذهبی و یا اشخاص بومی زندگی می‌کنند، کودکی که متعلق به این اقلیت‌ها است باید به همراه سایر اعضای باهمستان خود از حق برخورداری از فرهنگ خود و تعلیم و انجام اعمال مذهبی خود و یا استفاده از زبان خود برخوردار باشد.

### ماده ۳۱

۱. کشورهای طرف کنوانسیون حق کودک را برای تفریح و استراحت و بازی و فعالیت‌های خلاق مناسب سن خود و شرکت آزادانه در حیات فرهنگی و هنری به رسمیت می‌شناسند.

۲. کشورهای طرف کنوانسیون حق کودک را برای شرکت کامل در حیات فرهنگی و هنری محترم می‌شمارند و توسعه می‌دهند و فراهم نمودن فرصت‌های مناسب جهت شرکت در فعالیت‌های فرهنگی، هنری خلاق و تفریحی را تشویق خواهند نمود.

### ماده ۳۲

۱. کشورهای طرف کنوانسیون حق کودک را برای حمایت شدن در برابر استثمار اقتصادی و انجام هر گونه کاری که زیان‌بار باشد و یا توقفی در آموزش وی ایجاد کند و یا برای بهداشت جسمی، روحی، معنوی، اخلاقی و پیشرفت اجتماعی کودک مضر باشد، به رسمیت می‌شناسند.

۲. کشورهای طرف کنوانسیون اقدامات لازم قانونی، اجرائی، اجتماعی و آموزشی را در جهت تضمین اجرای این ماده به عمل خواهند آورد. در این راستا، و با توجه به مواد مربوط در سایر اسناد بین‌المللی، کشورهای طرف کنوانسیون خصوصاً موارد ذیل را مورد توجه قرار خواهند داد:

الف) تعیین حداقل سن یا حداقل سنین برای انجام کار؛  
 ب) تعیین مقررات مناسب از نظر ساعات و شرایط کار؛  
 ج) تعیین مجازات‌ها و یا اعمال سایر ضمانت‌های اجرائی مناسب جهت تضمین اجرای مؤثر این ماده.

### ماده ۳۳

کشورهای طرف کنوانسیون تمام اقدامات لازم از جمله اقدامات قانونی، اجرائی، اجتماعی، آموزشی را جهت حمایت از کودکان در برابر استفاده غیرقانونی از مواد مخدر و یا مواد محرک، همان‌گونه که در معاهدات بین‌المللی مربوط تعریف شده، و جلوگیری از استفاده از کودکان در تولید غیرقانونی و قاچاق این گونه مواد به عمل خواهند آورد.

### ماده ۳۴

کشورهای طرف کنوانسیون متقبل می‌شوند که از کودکان در برابر تمام اشکال سوءاستفاده‌ها و استثمارهای جنسی حمایت کنند. بدین منظور، کشورهای فوق خصوصاً اقدامات ملی، دو و چندجانبه را در جهت جلوگیری از موارد زیر به عمل می‌آورند:

الف) تشویق یا وادار نمودن کودکان برای درگیری در هر گونه فعالیت‌های جنسی؛  
 ب) استفاده استثماری از کودکان در فاحشه‌گری و سایر اعمال غیرقانونی جنسی؛  
 ج) استفاده استثماری از کودکان در اعمال و مطالب پورنوگرافیک.

### ماده ۳۵

کشورهای طرف کنوانسیون تمام اقدامات ضروری ملی، دو و چندجانبه را برای جلوگیری از ربوده شدن، فروش و یا قاچاق کودکان به هر شکل و به هر منظور به عمل خواهند آورد.

### ماده ۳۶

کشورهای طرف کنوانسیون از کودکان در برابر تمام اشکال استثمار که هر یک از جنبه‌های رفاه کودک را به مخاطره اندازد، حمایت خواهند کرد.

## ماده ۳۷

کشورهای طرف کنوانسیون اجرای اقدامات ذیل را متقبل می‌شوند:

الف) هیچ کودکی نباید تحت شکنجه یا سایر رفتارهای بیرحمانه و غیرانسانی یا مغایر شئون انسانی قرار گیرد. مجازات اعدام و یا حبس ابد بدون امکان بخشودگی را نمی‌توان در مورد کودکان زیر ۱۸ سال اعمال کرد.

ب) هیچ کودکی نباید به طور غیرقانونی و خودسرانه زندانی شود. دستگیری، بازداشت و یا زندانی کردن یک کودک باید مطابق با قانون باشد و به عنوان آخرین راه چاره و برای کوتاهترین مدت ممکن باید بدان متوسل شد.

ج) با کودک زندانی باید به خاطر مقام ذاتی انسان، رفتاری انسانی و توأم با احترام داشت، به نحوی که نیازهای خاص سنی وی در نظر گرفته شود. کودکان زندانی خصوصاً باید از افراد بزرگسال جدا شوند مگر این که این امر مغایر مصالح کودک باشد. کودک جز در شرایط استثنایی حق دارد با خانواده خود از طریق نامه و ملاقات تماس داشته باشد.

د) هر کودک زندانی باید از حق دسترسی سریع به مشاوره حقوقی و یا سایر مساعدت‌های ضروری و نیز حق اعتراض نسبت به مشروعیت زندانی شدن خود در برابر دادگاه یا سایر مقامات ذیصلاح، مستقل و بیطرف و تصمیم‌گیری سریع در این گونه موارد برخوردار باشد.

## ماده ۳۸

۱. کشورهای طرف کنوانسیون متقبل می‌شوند به مقررات قانون بین‌المللی بشر دوستی در زمان جنگ‌های مسلحانه که مربوط به کودکان می‌شود احترام بگذارند.

۲. کشورهای طرف کنوانسیون هر گونه اقدام عملی را جهت تضمین این که افراد کمتر از ۱۵ سال در مخاصمات مستقیماً شرکت نکنند، معمول خواهند داشت.

۳. کشورهای طرف کنوانسیون از استخدام افراد کمتر از ۱۵ سال در نیروهای مسلح خود خودداری خواهند کرد. این کشورها برای استخدام افرادی که بالای ۱۵ سال و زیر ۱۸ سال سن دارند، اولویت را به بزرگترها خواهند داد.

۴. کشورهای طرف کنوانسیون، مطابق با تعهدات خود نسبت به قوانین بین‌المللی بشردوستانه در جهت حمایت از افراد غیرنظامی به هنگام جنگ‌های مسلحانه، تمام

اقدامات عملی را برای تضمین حمایت و مراقبت از کودکانی که تحت تأثیر (عواقب) جنگ قرار گرفته‌اند به عمل خواهند آورد.

### ماده ۳۹

کشورهای طرف کنوانسیون تمام اقدامات لازم را برای تسریع بهبودی جسمی و روحی و سازش اجتماعی کودک که قربانی بی‌توجهی، استثمار، سوءاستفاده، شکنجه یا سایر اعمال خشونت‌آمیز، غیرانسانی و تحقیرکننده یا جنگ بوده است، به عمل خواهند آورد. این روند بهبودی و پیوستن مجدد به جامعه باید در محیطی که موجب سلامت، اتکای نفس و احترام کودک شود، انجام گیرد.

### ماده ۴۰

۱. کشورهای عضو در مورد کودکان مجرم یا متهم به نقض قانون کیفری این حق را به رسمیت می‌شناسند که با آنان مطابق با شئون و ارزش کودک رفتار گردد. این امر موجب افزایش احترام کودک نسبت به حقوق بشر و آزادی‌های اساسی دیگران می‌شود، سن کودک را در نظر می‌گیرد و با در نظر گرفتن سن کودک، باعث افزایش خواست وی برای سازش با جامعه و به عهده گرفتن نقشی سازنده می‌گردد.

۲. بدین منظور و با توجه به مفاد اسناد بین‌المللی مربوط، کشورهای عضو خصوصاً موارد ذیل را تضمین می‌نمایند:

الف) هیچ کودکی نباید به خاطر اعمالی که در زمان ارتکاب توسط قانون ملی یا بین‌المللی منع نشده، متهم یا گناهکار شناخته شود.

ب) هر کودکی که متهم یا محکوم به نقض قانون کیفری شود، حداقل دارای تأمین‌های زیر خواهد بود:

(۱) بیگناه شناخته شدن تا زمانی که جرم طبق قانون ثابت بشود؛

(۲) اطلاع مستقیم و سریع از اتهامات وارده بر علیه وی، در صورت لزوم از طریق والدین و یا قیم قانونی، و (حق) داشتن مشاوره حقوقی و یا سایر کمک‌ها در تهیه و ارائه لایحه دفاعیه؛

(۳) روشن شدن موضوع در اسرع وقت از طرف مقام یا ارگان قضائی بیطرف و مستقل و طی یک دادرسی عادلانه در حضور وکیل یا سایر کمک‌کاران حقوقی، مگر این که این امر در جهت منافع کودک تشخیص داده نشود، خصوصاً با در نظر گرفتن سن،

موقعیت و یا والدین و یا قیم قانونی کودک؛

۴) مجبور نبودن به دادن شهادت و یا اظهار تقصیر و امکان بررسی اظهارات شهود مخالف و کسب اجازه برای شرکت و بررسی اظهارات شاهدان وی در شرایط مساوی؛

۵) دسترسی به مقام یا ارگان قضائی ذی صلاح، بیطرف و مستقل بالاتر بر طبق قانون در صورتی که مجرم شناخته شود؛

۶) حق استفاده رایگان از مترجم در صورتی که کودک قادر به درک زبان مورد استفاده (در دادگاه) نباشد؛

۷) محرمانه بودن کامل موضوع در طول تمام مراحل دادرسی.

۳. کشورهای عضو در جهت افزایش وضع قوانین و مقررات و تعیین مقامات و تاسیس مؤسساتی که خصوصاً مربوط به کودکان متهم، یا مجرم به نقض قانون کیفری باشند، تلاش خواهند کرد و خصوصاً اقدامات ذیل را معمول خواهند داشت:

الف) قائل شدن حداقل سن برای نقض قانون کیفری به نحوی که زیر این سن، کودک فاقد مسئولیت کیفری باشد؛

ب) در صورت تناسب و تمایل، وضع مقرراتی در جهت رفتار با این گونه کودکان بدون توسل به دادرسی‌های قضائی، به شرطی که حقوق بشر و ضمانتهای حقوقی کاملاً رعایت شود.

۴. تأمین مسائلی از قبیل مقررات نگهداری، راهنمایی، نظارت، مشاوره، تعلیق مجازات، فرزندخواندگی، تعلیم و تربیت و برنامه‌های آموزشی حرفه‌ای و سایر اقدامات دیگر در جهت تضمین این که با کودکان رفتاری متناسب با رفاه و شرایط و جرم ارتكابی آنها خواهد شد.

#### ماده ۴۱

هیچ یک از مواد کنوانسیون حاضر، قوانینی را که در جهت تحقق حقوق کودک مؤثرتر بوده و جزء موارد زیر است، تحت تأثیر قرار نمی‌دهد:

الف) قانون کشور عضو، یا

ب) قانون بین‌المللی لازم‌الاجرا در آن کشور.



## بخش ۲

### ماده ۴۲

کشورهای عضو موظف هستند اصول و مقررات کنوانسیون را به طرق مناسب و فعال و به نحوی یکسان به اطلاع بزرگسالان و کودکان برسانند.

### ماده ۴۳

۱. به منظور بررسی پیشرفت کشورهای عضو در جهت تحقق تعهداتشان در قبال کنوانسیون حاضر، باید کمیته‌ای در مورد حقوق کودک برای انجام وظایفی که ذکر خواهد شد، تشکیل گردد.

۲. کمیته شامل ده<sup>۱</sup> کارشناس با موقعیت عالی از نظر اخلاقی و با صلاحیت در زمینه‌هایی که در این کنوانسیون ذکر شده، خواهد بود. اعضای کمیته از طرف کشورهای عضو از میان اتباع خود انتخاب می‌شوند و با مسئولیت شخصی خودشان خدمت خواهند کرد. در این زمینه به پراکندگی جغرافیایی برابر و نیز سیستم‌های حقوقی عمده توجه خاص خواهد شد.

۳. اعضای کمیته از طرف کشورهای عضو با رأی‌گیری مخفی از میان لیست نامزدها انتخاب می‌شوند. هر یک از کشورهای عضو می‌توانند یک نفر از اتباع خود را نامزد کنند.

۴. انتخابات اولیه کمیته ظرف کمتر از ۶ ماه پس از تاریخ به اجرا در آمدن کنوانسیون و پس از آن هر ۲ سال یکبار انجام خواهد شد. حداقل ۴ ماه قبل از هر انتخابات، دبیرکل سازمان ملل طی نامه‌ای از کشورهای عضو خواستار تعیین نامزدهای خود طی ۲ ماه می‌شود. دبیرکل متعاقباً بر حسب الفبا لیستی از اشخاص نامزد شده و کشورهایی که آنان را نامزد کرده اند، تهیه می‌کند و آن را به کشورهای عضو کنوانسیون تسلیم خواهد نمود.

۵. انتخابات در اجلاس‌های کشورهای عضو که دبیرکل در مقرهای سازمان ملل افتتاح می‌کند، انجام می‌گیرد. در آن اجلاس‌ها که با حضور دو سوم از کشورهای

---

۱ این تعداد در اصلاحیه بعدی به هیجده کارشناس تغییر یافت و از ۱۸ نوامبر ۲۰۰۲ با تصویب دوسوم دولتهای عضو (۱۲۸ از ۱۹۱) رسمیت یافت.

عضو رسمیت خواهد یافت، اعضای کمیته از میان کسانی که بیشترین آراء و اکثریت مطلق آرای نمایندگان حاضر و رأی دهنده از کشورهای عضو را کسب کرده‌اند، برگزیده می‌شوند.

۶. اعضای کمیته برای مدت ۲ سال انتخاب می‌شوند. این افراد در صورت نامزدی مجدد حق انتخاب شدن مجدد را دارا هستند. مدت خدمت ۵ تن از اعضای منتخب در اولین انتخابات در پایان ۲ سال خاتمه می‌یابد؛ بلافاصله پس از اولین انتخابات اسامی این پنج تن با قرعه‌کشی رئیس جلسه مشخص خواهد شد.

۷. در صورت فوت عضوی از اعضای کمیته یا استعفا و اعلام عدم توانایی انجام وظایف به هر دلیل، کشوری که این عضو را نامزد کرده به شرط تأیید کمیته کارشناس دیگری را از میان اتباع خود برای خدمت در مدت باقیمانده انتخاب خواهد کرد.

۸. کمیته مقررات مربوط به خود را وضع خواهد کرد.

۹. کمیته مأموران خود را برای یک دوره ۲ ساله انتخاب خواهد کرد.

۱۰. جلسات کمیته به طور عادی در یکی از مقرهای سازمان ملل یا هر محل مناسب دیگری که کمیته تعیین می‌کند، تشکیل می‌گردد. کمیته به طور عادی سالانه تشکیل جلسه می‌دهد. مدت جلسات کمیته در جلسه‌ای با شرکت کشورهای عضو کنوانسیون حاضر و با تأیید مجمع عمومی تعیین می‌شود و در صورت لزوم قابل تغییر خواهد بود.

۱۱. دبیرکل سازمان ملل تجهیزات و پرسنل لازم را برای مفید واقع شدن عملکردهای کمیته، طبق کنوانسیون حاضر فراهم خواهد نمود.

۱۲. با تأیید مجمع عمومی، اعضای کمیته‌ای که طبق کنوانسیون حاضر تشکیل می‌شود، در طی مدت خدمت از محل بودجه سازمان ملل و طبق شرایطی که مجمع عمومی تعیین می‌کند، حقوق دریافت خواهند کرد.

## ماده ۴۴

۱. کشورهای عضو متقبل می‌شوند که از طریق دبیرکل سازمان ملل گزارش‌هایی در مورد اقداماتی که برای تحقق حقوق شناخته شده در این کنوانسیون به عمل آورده‌اند و پیشرفت‌های حاصله را به کمیته تسلیم کنند:

الف) ظرف ۲ سال پس از به اجرا درآمدن کنوانسیون در مورد هر کشور،

ب) و پس از آن هر ۵ سال یکبار.

۲. گزارش‌هایی که طبق ماده حاضر تهیه می‌شوند باید عوامل و مشکلاتی را نشان دهد که احتمالاً در سر راه انجام تعهدات وجود دارد. این گزارش‌ها همچنین باید شامل اطلاعات کافی در جهت دادن تصویری جامع از اجرای کنوانسیون در هر کشور باشد.

۳. کشوری که یک گزارش اولیه جامع به کمیته ارائه کرده است، می‌تواند از ارائه اطلاعات سیاسی که قبلاً طبق پاراگراف ۱ (الف) ماده حاضر فراهم کرده، خودداری کند.

۴. کمیته می‌تواند از کشورهای عضو خواهان اطلاعات بیشتری در مورد نحوه اجرای کنوانسیون شود.

۵. کمیته هر دو سال یکبار از طریق شورای اجتماعی و اقتصادی گزارش‌هایی را در مورد فعالیت‌های خود به مجمع عمومی ارائه خواهد کرد.

۶. کشورهای عضو باید گزارش‌های خود را در کشورهايشان به طور گسترده در اختیار عموم بگذارند.

#### ماده ۴۵

به منظور تسریع در اجرای مؤثر کنوانسیون و تشویق همکاری‌های بین‌المللی در زمینه‌های مندرج در آن:

الف) سازمان‌های تخصصی، صندوق کودکان سازمان ملل و سایر ارگان‌های آن سازمان می‌توانند در حوزه اختیاراتشان بر اجرای مواد این کنوانسیون نظارت کنند. کمیته می‌تواند بر حسب مورد از سازمانهای تخصصی، صندوق کودکان سازمان ملل و سایر ارگانهای ذی‌صلاح در زمینه‌هایی که به اختیارات مربوط می‌شود، جهت ارائه نظرات تخصصی در مورد اجرای کنوانسیون، دعوت به همکاری کند. کمیته همچنین می‌تواند از سازمان‌های تخصصی، صندوق کودکان سازمان ملل و سایر ارگان‌های سازمان ملل بخواهد در مورد اجرای کنوانسیون در زمینه‌هایی که به اختیارات آنان مربوط می‌شود، گزارش‌هایی ارائه نمایند.

ب) کمیته می‌تواند بر حسب مورد گزارش‌های کشورهای عضو را که حاوی درخواست و یا اعلام نیاز به همکاری و مساعدت‌های فنی است به ضمیمه نظرات

و پیشنهاد‌های خود به سازمان‌های تخصصی، صندوق کودکان سازمان ملل و سایر ارگان‌های ذی‌صلاح ارسال دارد.

ج) کمیته می‌تواند به مجمع عمومی توصیه کند که از دبیرکل بخواهد از طرف خود مطالعاتی را در مورد موضوعات ویژه مربوط به حقوق کودکان تقبل نماید.

د) کمیته می‌تواند براساس اطلاعات دریافتی، در اجرای مواد ۴۴ و ۴۵ کنوانسیون، پیشنهادها و نظرات کلی خود را اعلام کند. این پیشنهادها و نظرات به کشور عضو مربوط ارسال خواهد شد و به همراه نظرات کشور عضو به مجمع عمومی گزارش خواهد گردید.

### بخش ۳

#### ماده ۴۶

این کنوانسیون در اختیار تمام کشورها جهت امضا قرار خواهد گرفت.

#### ماده ۴۷

این کنوانسیون منوط به تصویب است. اسناد تصویب نزد دبیرکل سازمان ملل باقی خواهد ماند.

#### ماده ۴۸

تمام کشورها می‌توانند به عضویت این کنوانسیون درآیند، اسناد عضویت نزد دبیرکل سازمان ملل به ودیعه خواهد ماند.

#### ماده ۴۹

۱. این کنوانسیون ۳۰ روز پس از تاریخ به ودیعه گذاشتن بیستمین سند تصویب یا عضویت، نزد دبیرکل سازمان ملل قابل اجرا خواهد بود.

۲. برای هر کشوری که پس از به ودیعه گذاشته شدن بیستمین سند تصویب یا عضویت، کنوانسیون حاضر را تصویب کند یا به عضویت آن درآید، این کنوانسیون ۳۰ روز پس از زمان به ودیعه گذاردن اسناد عضویت یا تصویب کشور مربوطه قابل اجرا خواهد بود.

**ماده ۵۰**

۱. هر یک از کشورهای عضو می‌توانند اصلاحیه‌ای را پیشنهاد کنند و آن را برای دبیرکل سازمان ملل نیز ارسال کنند. دبیرکل اصلاحیه پیشنهادی آن را با سایر کشورهای عضو در میان می‌گذارد و از آنان در مورد تشکیل کنفرانس کشورهای عضو به منظور بررسی و رأی‌گیری در مورد پیشنهادهای دریافتی نظرخواهی می‌کند. در صورتی که ظرف ۴ ماه پس از اعلام دبیرکل، حداقل یک سوم کشورهای عضو، موافق با تشکیل چنین کنفرانسی باشند، دبیرکل کنفرانس را به کمک سازمان ملل افتتاح خواهد کرد. اصلاحیه‌ای که مورد تصویب اکثریت کشورهای عضو حاضر در کنفرانس قرار گیرد، جهت تصویب به مجمع عمومی فرستاده خواهد شد.

۲. هر اصلاحیه‌ای که مطابق بند اول این ماده تصویب شود، پس از تصویب مجمع عمومی سازمان ملل و پذیرش دو سوم اکثریت کشورهای عضو قابل اجرا خواهد بود.

۳. پس از به اجرا درآمدن یک اصلاحیه فقط کشورهایی که آن را پذیرفته‌اند، موظف به اجرای آن هستند. سایر کشورهای عضو همچنان موظف به رعایت این کنوانسیون و سایر اصلاحیه‌های قبلی که آنها را پذیرفته‌اند خواهند بود.

**ماده ۵۱**

۱. دبیرکل سازمان ملل متن نظرات کشورها را در هنگام تصویب یا عضویت دریافت می‌کند و در اختیار سایر کشورها خواهد گذاشت.

۲. نظرات مغایر با اهداف و مقاصد این کنوانسیون ممنوع است و دریافت نخواهد شد.

۳. نظرات را می‌توان در هر زمان از طریق اعلام به دبیرکل سازمان ملل پس گرفت. دبیرکل تمام کشورها را نیز در جریان خواهد گذاشت. این اعلام از تاریخی که به دست دبیرکل می‌رسد، قابل اجرا خواهد بود.

**ماده ۵۲**

کشورهای عضو می‌توانند از طریق ارسال یک اعلان کتبی به دبیرکل از عضویت کنوانسیون خارج شوند. این امر یک سال پس از تاریخ دریافت اعلان از طرف دبیرکل قابل اجرا خواهد بود.

**ماده ۵۳**

دبیرکل سازمان ملل به عنوان امانتدار این کنوانسیون انتخاب شده است.

## ماده ۵۴

نسخه اصلی کنوانسیون حاضر به همراه ترجمه عربی، چینی، انگلیسی، فرانسه، روسی و اسپانیایی آن که همگی از اعتبار یکسان برخوردار است، نزد دبیرکل سازمان ملل به ودیعه گذاشته خواهد شد.

با حضور نمایندگان تام‌الاختیار که از طرف دولتهای متبوع خود دارای اختیار هستند، این کنوانسیون امضا گردید.<sup>۱</sup>

---

۱ یادداشت مترجم: کنوانسیون حقوق کودک مشتمل بر یک مقدمه و ۵۴ ماده از طرف جمهوری اسلامی ایران نیز پذیرفته شده است «مشروط بر آن که مفاد آن در هر مورد و هر زمان [اگر] در تعارض با قوانین داخلی و موازین اسلامی باشد و یا قرار گیرد از طرف دولت جمهوری اسلامی ایران لازم‌الرعایه» نخواهد بود. این مصوبه در جلسه روز یکشنبه اول اسفند ماه یک هزار و سیصد و هفتاد و دومجلس شورای اسلامی تصویب و در تاریخ ۱۳۷۲، ۱۲، ۱۱ به تأیید شورای نگهبان رسیده است.

