الفصل الثاني

وضع القواعد وفرضها

تطبق سوزان على فكيها وتشدّ قبضتها على عجلة القيادة وهي تقود عربتها النظيفة ماركة ENVOY داخل المرآب. تعود إلى الوراء في المدخل فقط لتتثبت أن انطباعها كان صحيحاً. تضع يديها على خاصرتيها وتلقي نظرة شاملة على العشب غير المقطوع والذي يبلغ 5 أنشات وكأنها تلقي نظرة على حقل معركة في نهاية معركة خاسرة.

لم يسمع جون ذو الثلاثة عشر عاماً في البداية صراخ سوزان أسفل السلم بسبب ضجيج الستريو. يتخذ وجهه نظرة الاحتقار التي يحتفظ بها لأخته عادة عندما يسمع صوت أمه الغاضب خارج بابه.

بعد خمس دقائق تشعر سوزان شعوراً مخيفاً. ويشعر جون أنه مخدر ووحيد لاحول له. ينتهي أداء سوزان. الستريو الذي يمتلكه يتحطم، لن يستطيع بعد الآن لعب البيسبول، توقفت مخصصاته من النقود. ويشعر أن أمه تمقته. سوزان الآن في غرفتها تضع بعناية ثوبها الغالي الجديد على المشجب، تحاول عبثاً أن تحسن مشاعرها بأن تعيد أفكارها إلى الوراء إلى لجنة كبيرة عُينت فيها مؤخراً في عملها. هي تعمل كل يوم إلى حد الإنهاك وتحب ذلك. ولكن كيف تتعامل مع جون أيضاً؟ إن وجهها يؤلمها من فرط البكاء ومن محاولة مقاومة البكاء في الوقت نفسه. تسأل نفسها: «ما الذي يجعله يطيع القواعد؟» ليته يتعاون وحسب.

إن هدفنا بصفتنا أولياء هو أن نغذي ونحمي ونعلم ونرحب بالصغار في ثقافتنا. ونحن جميعنا نعلم أننا لا نستطيع أن نعيش معاً بطريقة حضارية دون قواعد. ونحن جميعنا نعلم أن الأطفال يحتاجون إلى قواعد. ولكن ما هي القاعدة وما هو هدفها في تربية الأولاد؟

هل نضع القواعد للسيطرة على الأطفال؟ إذا كنت تظن أن عملك كوالد أو كوالدة هو أن تسيطر على طفلك فإن استعمالك للقواعد سيكون محاولة للسيطرة عليهم. والسيطرة تتطلب أن يكون المرء مستعداً أن يعاقب، ونتيجة لذلك أنت ستكون مستعداً لأن تكون غاضباً. والسيطرة تتضمن «جعل» أحد الناس يقوم بأداء أمر ما، وعاجلاً أو آجلاً سيأزف وقت امتلاك أكبر عصا، وأقوى تهديد، والرغبة في استعمال التهديدات لتوليد الخوف.

ترى سوزان القواعد طريقة لجعل جون يقوم بما تريده هي. وجون يخرق قواعدها بانتظام. مثلاً: «جزّ العشب كل يوم جمعة قبل أن أعود إلى المنزل». ويزداد غضب سوزان أكثر وأكثر كل مرة يخرق فيها جون قواعدها. وهي تزيد بانتظام حدة عقوبتها له. وهذه العقوبات التي تتم في الغضب تبدو صارمة مفرطة حتى بالنسبة لها عندما تعود إلى هدوئها إلا أنها تعود إلى فرضها بانتظام.

إن كنت تنظر إلى القواعد على أنها طريقة للسيطرة على الأولاد، فإنك تجعل خرق القواعد أكثر إيلاماً بالتدريج. وإذا واصل الأولاد خرق القواعد فسوف يقع أذى أكبر. وتتطلب نظريتك في السيطرة أن تقيم وضعاً تكون فيها بدائل فعل ما تريد من أطفالك أن يفعلوه مؤلمة إلى حد أنهم سيختارون أن يذعنوا لقواعدك.

فعلى سبيل المثال يجلسون ويعانون السأم والضجر يوماً بعد يوم في صفوف المدرسة دون عمل أي شيء مفضلين ذلك على التغيب عن المدرسة خوفاً من أن يلقوا بعد ذلك جزاءهم من توبيخهم وضربهم والصراخ عليهم وما هو أسوأ من ذلك.

لم تكن سوزان تريد حقاً أن تسيطر على جون. كانت تعرف على نحو غريزي أن السيطرة الناجحة تتطلب سحق استقلالها. تحب سوزان وضعها المستقل. ولكنها تعلم أنه لا بديل عن معاقبة جون كمحاولة للسيطرة عليه.

إن مشكلة سوزان مع جون شائعة اليوم. فالعديد من الأهل يرون الحاجة إلى القواعد ولكنهم لا يعلمون كيف يضعون القواعد إلا مع تصعيد نتائج مؤذية. وغالباً ما تكون النتائج «متوعدة» الغضب. لأن النتائج هي متطرفة صارمة أكثر مما يطيق الآباء أن ينفذوها بالفعل إلا مع الغضب، إنها تنفذ في الغضب وحده.

هناك بديل لاستعمال القواعد من أجل السيطرة على الأولاد وهو استعمال القواعد للتأثير في سيطرة الأولاد على أنفسهم. وهذا يتطلب تغيير أمرين اثنين قامت بهما سوزان وكثير من الأهل:

- ينبغي أن تبقى نتائج خرق القواعد هي نفسها كل مرة تخرق فيها القاعدة وذلك من أجل التأثير في سيطرة الأولاد على أنفسهم.
- ينبغي أن تنقل القواعد المفروضة إلى الأولاد توقعات أهليهم الثابتة لسلوكياتهم. وينبغي أن يكون الأهل حاضرين حتى إذا تجاوز الأولاد تلك القواعد عمد الأهل إلى توكيد فرضها.

obeikandl.com

سندع مشكلة حضور الأهل هذه إلى فصول تالية فمعالجة ذلك يتضمن عادة فحصاً مجهداً لوضع الأهل الاقتصادي ولأولوياتهم في نمط حياتهم. فمثلاً سوزان تحب الأشياء الجميلة ـ الملابس الغالية الثمن، السيارات، المنزل، الأثاث وهي لا تدرك بعد أن الوقت اللازم لربح كاف من أجل شراء هذه الأشياء ليس الثمن الوحيد لهذه الأشياء. فقضاء وقت أقل مع جون يكلفها تأثيرها في سيطرة جون على نفسه.

قد يحسب الأهل أن القواعد كي تكون مؤثرة ينبغي أن تفرض بثبات. ولكنهم لا يقومون بذلك. ما يفوتهم هو أن القواعد كي تكون ثابتة مستمرة ينبغي أن يعاد فرضها نفسها كلما خرقت القاعدة وسبب غياب هذا الأمر عن بالهم هو:

- إذا كانت نظرة الأهل للقواعد على أنها طريقة للسيطرة على سلوك الطفل يظنون كل مرة تجرب فيها القاعدة وتخرق أنها قاصرة وفيها خلل، ويلقون بها جانباً. فهي لم تسيطر على الطفل.
- إنهم على صواب. إذا افترض أن القواعد تسيطر على السلوك، فخرقها يدل على أنها لا تعمل بصورة جيدة. ويكون ثمة حاجة إلى قاعدة أصلب وأقوى ـ قاعدة دخلت عليها فروض تؤذي الطفل أكثر.
- إذا كانت وظيفة القواعد في تربية الأولاد ليست سيطرة الأهل على الأولاد ولكن سيطرة الأولاد على أنفسهم فنتائج خرق القاعدة ينبغي أن تكون هي ذاتها في كل مرة.

- تعمل القواعد على إعلام الولد بتوقعاتنا الثابتة التي لا يمكن زعزعتها فيما يخص سلوكهم، هي تماماً مثل قوانين الطبيعة، تعلمهم كيف يتصرفون بأن تعطيهم نتائج ثابتة. فالجدار دائماً يعطي التأثير ذاته حين يرتطم الأطفال به. إنه لا يسيطر على الأطفال بل يؤثر فيهم ليسيطروا على أنفسهم فيستعملون الباب.

إن عدم الثبات في فرض القواعد يقوض مساعدة شعور الأولاد بالأمان وبسيطرتهم على أنفسهم كما لو كانت هذه القواعد جدرانا تسمح لهم أحياناً بالنفاذ منها وأحياناً لا تسمح، فيختلط الأمر عليهم ويشعرون بالخوف. لا يعرف الأطفال بشكل أتوماتيكي (آلي) كيف تكون سلوكياتهم في المستقبل. إذا كنا نؤمن أنهم في يوم من الأيام سيعيشون ويزدهرون في ثقافة متمدنة فإن علينا أن نُعلِم الأولاد بإيماننا هذا بمستقبلهم. والقواعد تساعدنا على فعل ذلك إذا كانت قواعد صارمة ثابتة. إذا تغيرت هذه القواعد وتبعاً لذلك تغيرت نتائجها ونحن نتخبط في أرجاء المكان حين يسيء الأطفال السلوك، حينئذ تكون القواعد أي أمر ما عدا توقعات محددة. ونتيجة لذلك تظهر القواعد وكأنها محاولات من الأهل لأخذ زمام السيطرة على سلوك الطفل.

وكما نناقش في الفصل 3سيكافح الأولاد دائماً من أجل السيطرة، والكفاح قد يصبح معقداً جداً. حتى عندما يرى الأهل الولد كأنه لعبة غبية جيدة ويستعملون عقاباً تصعيدياً لفرض القواعد، فمن المرجح أن ينمي الطفل حياة سرية لا يعرف الأهل عنها شيئاً. جميعنا نرغب

أن نشعر أننا نسيطر على أنفسنا حتى عندما نكون أطفالاً. وهناك طرق متعددة للحفاظ على معنى الاستقلال الذاتي هذا، بعضها أكثر ضلالاً من الأخرى. حتى في مواجهة ممارسات طاغية من الأهل.

عندما نلتزم بقواعد على أنها آليات سيطرة نعزل أنفسنا عن تشكيل أطفالنا لسلوك الاستقلال الذاتي. وحين تنجح السيطرة فإنها تنتج سلوكاً غير إرادي. إن التواصل سلوك مستقل ذاتياً وهو لذلك إرادي.

إن القواعد منظوراً إليها كتوقعات لا يمكن هزها وتحريكها تؤثر في سلوك الطفل الإرادي وتجعل التواصل مع الأهل سليماً. لا أبواب مغلقة في التواصل بين الأهل والولد مع فرض ثابت لتوقعات الأهل.

إن وضع قواعد مفيدة أمر صعب. إنها تمثل أشياء يظن الأهل في الواقع أن الطفل سيقوم بها إرادياً. ونتيجة لذلك على الأهل أن يكونوا قادرين على تصديق أولادهم. وهذا يتضمن الإيمان ـ التصديق دون برهان- لأن طبيعة التصديق الحقيقية أحياناً هي أنه لا يوجد برهان الآن وإنه قد لا يكون هناك برهان لزمن طويل وهذا يتطلب الإيمان. إن القواعد تمثل الإيمان الذي يكنه الأهل بأولادهم.

والقاعدة المفيدة ينبغي أن تكون أيضاً شيئاً يريده الأهل وبوسعهم أن يكونوا موجودين ليفرضوها. فقاعدة مثل «لا تشاهد التلفزيون في غيابي» ليست قاعدة مساعدة معينة.

ينبغي أن تنص القاعدة على ما هو متوقع بمصطلحات موضوعية لكي تكون قابلة للفرض. والقواعد الشديدة التعقيد التي تتطلب تفسيراً من قبل هيئة حكام تسبب نزاعاً غير ضروري. فمثلاً: «نظف

غرفتك كل سبت قبل الظهر» تضع هذه الجملة مهمة شاقة موضوعية وزمناً محدداً. ولكنها تترك أمراً مفتوحاً وهو كيف يحكم على غرفة أنها «غرفة نظيفة».

مثل هذه القواعد يقود باتجاه السيطرة لأن الوالد أو الوالدة هو الحكم الوحيد على نظافة الغرفة. وهذا يضع الأهل والأطفال على خلاف أو محاجة ينبغي أن تتضمن قاعدة التنظيف وإعادة الأشياء إلى أماكنها قائمة بمعايير للحكم متى تكون الغرفة نظيفة ومرتبة.

مثلاً قاعدة: «ستنظف غرفتك كل أسبوع قبل الظهر من كل يوم سبت» والغرفة ستكون نظيفة حين:

1- ترفع شراشف سريرك وتضعها في سلة الغسيل.

2- تضع على سريرك شراشف نظيفة وفق أسلوب المستشفيات (سأريك كيف) وتضع الحرامات وأغطية السرير دون ثنيات.

3- جميع ألعابك توضع في علبها ماعدا تلك التي تستعملها في لعبة لمّا تنتهي بعد فتضعها على منضدتك.

4- توضع جميع ملابسك الوسخة في سلة الغسيل لا يمكن ترك أية ملابس وسخة في الخزانة أو في أي مكان من غرفتك.

لا حاجة لأن يكون فرض القاعدة الفعال مؤلماً للطفل

هنا يصبح الدفع دعّاً وإكراهاً. إذا كنت تفكر في القواعد كأمور مسيطرة سوف تقول: «ماذا؟ كيف سيتعلم الطفل إذا لم يكن هناك نتائج سلبية؟» والجواب: «يتعلم ماذا؟».

obeikandi.com

إذا كان الأهل يريدون أن يتعلم الطفل طاعة رغباتهم فحينئذ ينبغي أن يعاقب على عدم الطاعة و/أو ينبغي أن يكافأ على الطاعة. ليس مهماً ما هي هذه القواعد. إن جميع الاضطرابات المرافقة لمحاولة تولي العناية بتقرير المصير الذاتي لكائن إنساني آخر ستكون موجودة. إن تعليم الطاعة يسير سيراً أفضل إذا كانت القواعد اعتباطية استبدادية ومتغيرة وغير عقلانية. فالتدريب العسكري يعلم بالضرورة الجنود أن لا يطرحوا أي سؤال على رؤسائهم أو أن يفكروا. إنهم يستجيبون وحسب لهذه السيطرة. إذا كان هذا ما يريده الأهل فلا حاجة لأن يزعجوا أنفسهم كثيراً بالقواعد هم ينصونها وحسب.

إذا كان الأهل يريدون أن يتعلم أولادهم ما يقدرون عليه وحيث يكون سلوكهم موجهاً فالمعاقبة من ثم لن تجدي نفعاً. يتطلب الأمر هنا ثبات توقعات الأهل من سلوكيات أولادهم.

إن فرضاً ممتازاً للقاعدة هو القول ببساطة وحتى بصوت هادئ «القاعدة هي...»

هذه العملية لا تختلف عن تعليم الأطفال ركوب الدراجة. أو إلقاء الطابة أو كتابة أسمائهم أو بذل مساعدتهم في أعمال الحديقة. حين يسقط الأطفال من دراجاتهم لا يعاقبون. بل على العكس يشجعهم الأهل أن يعودوا على الركوب مما يعيد الاطمئنان إلى الأطفال بأن أهلهم يعتقدون أنهم سوف يتعلمون الركوب. يستعمل الأهل التشجيع عدة مرات بقدر ما يحتاج إليه الأمر. هذا يدعى فرض التوقع. إنه

يكون فرضاً للقاعدة ـ أي توقعاً لا يُنتهك ـ إذا كان مهماً للأطفال أن يركبوا الدراجات وكان الأهل يعتقدون حقاً أن الطفل سيتعلم في آخر الأمر كيف يركب الدراجة. في هذه الحالة إذا أراد الطفل أن يستسلم (ويترك التعلم) يمكن للأهل أن يقولوا: «القاعدة هي أنك سوف تتعلم كيف تركب الدراجة» لأن معظم الأهالي لا يكترثون كثيراً إن تعلم أولادهم الركوب، إنهم لا يعتبرون ركوب الدراجة قاعدة.

إذا رفض ولد يافع الذهاب إلى المدرسة فسيريد الأهل أن يكون لديهم قاعدة تقول: «يجب أن تذهب إلى المدرسة وتبقى هناك إلى نهاية اليوم الدراسي». ينبغي أن يسير الفرض على هذا النحو.

إنها السابعة والنصف صباحاً و(روث) ليست جاهزة للذهاب إلى المدرسة. يقف والدها على الباب ويقول: «ينبغي أن تذهبي إلى المدرسة»، قد تقول روث شيئاً، أو قد ترمي بشيء أو لا تقول شيئاً، ليس ذلك مهماً. كل ما يهم هو ما إذا كانت تعد نفسها للذهاب. إن لم تكن جاهزة للذهاب سيستمر والدها بالوقوف على بابها ويقول: «القاعدة هي أنه ينبغي أن تذهبي إلى المدرسة» (لكأنها «سقطت من الدراجة»).

من المرجح في هذا الحال أن يبقى الأب واقفاً على باب روث زمناً طويلاً. قد يترتب عليه أن يفوّت موعداً أو يفقد عملاً. حين تكون القاعدة موضوعة في المقام الأول يقرر الوالد أن عليه أن يبقى مع روث إن كان ذلك ضرورياً. ومن المرجح أيضاً أن روث اختارت يوماً ترفض فيه الذهاب إلى المدرسة مما يمكن أن يكون أمراً مربكاً جداً لوالدها إن كان عليه أن يبقى معها. وفي آخر الأمر ـ ربما بعد غضب

عارم كبير صارخ وربما تخريبي وربما نابٍ مبتذل ـ تهدأ روث وتسأل أباها أن يأخذها إلى المدرسة. إنه لم يقم بأي شيء سوى أنه وقف ببابها وكرّر القاعدة. إنه لم يستجب لأي استفزاز أو تحريض ولم يجب عن أي هجوم من طرفها حين قالت: «أنت ماذا؟ أنت إنسان آلي (روبوت)؟». هذا مثل على قاعدة مفيدة تمّ فرضها بثبات.

لو نشأت روث على قاعدة مفروضة مشابهة لهذا المثل لما وصلت الأمور إلى هذه الحال من البداية. ولكن لم يفت الوقت أبداً للبدء بمقاربات معدّلة ـ ولو أحدثت ثورة غضب في البداية ـ لم يفت الوقت أبداً لتهديد أقل ولأن يصبح الأهل أكثر مثابرة وثباتاً في فرض قواعد قليلة.

ما إن يضع العديد من قواعد الأهل في أشكال توقعات لا يمكن تغييرها حتى يصبح الأهل مصدراً للمعلومات أكثر قابلية للتصديق بالنسبة للأولاد. ويصبح التواصل ممكناً لأن الكلمات ليست مستعملة للسيطرة على الولد. ويستطيع الولد أن يفهم تعليقاً من الأهل مثل: «علاماتك لن تؤهلك للدخول إلى المدرسة التي تريد أن تذهب إليها» بصفتها معلومة. إن هذا ليس إطلاق محاولة لجعل الطفل يدرس. هذا يفضي إلى أن يفكر الولد حقاً ماذا يفعل، وغالباً يناقش ماذا يفعل مع أحد أبويه.

حين تستعمل القواعد من أجل السيطرة ثم ترمي بها بعيداً حين لا تحقق الغرض وتحل محلها عقوبات أشد يستمع الأولاد بشكل متزايد لأهلهم متوقعين تلميحات السيطرة بدلاً من المعلومات. ويصبحون خبراء في الإذعان للقواعد ويخبؤون مناطق أسرارهم الشخصية

لتقرير المصير الذاتي. أو يتجنبون أهلهم بقدر الإمكان. وغالباً يقومون بالأمرين معاً. إنهم سيذهبون إلى مكان آخر ليتعلموا ماذا يتوقعون من أنفسهم، إلى أصدقاء مثلاً إلى عصابات إلى التلفزيون إلى الموسيقى. هذه مصادر معلومات شائعة تتعلق بمن هم في سنهم كيف يتصرفون وكيف يتكلمون وماذا يعتقدون. وهذه ليست تأثيرات جيدة لأسباب واضحة. وفيما عدا الأصدقاء فإن هذه المصادر لا تكترث بالأطفال الذين تؤثر فيهم. والأصدقاء يعلَمون القليل علم أي طفل آخر.

تمرين A-2: التدريب على القواعد بصفتها توقعات ثابتة

من المهم ألا تحاول حل المشكلات الكبيرة بالقواعد. إن المشكلات الكبيرة ـ مثل عراك مؤلم وجدي بين الأولاد، مثل استعمال الكحول والمخدرات، مثل خرق جدي للقانون ـ تتطلب مهارة حل المشكلات وإثبات التواصل كما تتطلب تعهداً ووقتاً. إذا كان هناك تورط بخرق القانون من المهم ترك العملية القانونية تأخذ مجراها.

القوانين ليست قواعد. إنها تمثل قوتنا الجمعية لكي نحمي أنفسنا من أن نكون مهددين بالخطر من الآخرين. إذا كان ابنك خطراً على الآخرين يتطلب الأمر عملاً لإنقاص هذا الخطر. ينبغي أن تأتي مصلحة ابنك في الدرجة الثانية بعد أمان ومصلحة أولئك المهدَّدين.

فكر في أمور صغيرة ثلاثة يمكن أن تتوقعها من ولدك. وضَع قاعدة مفيدة لكل منها. «مفيدة» تعني أنك تريد وبوسعك أن تكون حاضراً لفرضها. إنها خاصة بشكل كافٍ كي يتعرف الولد إكمالها حالاً، ويكون لها فرض أنت تريد وتستطيع أن تتحمله.

على سبيل المثال إن قاعدة سوزان في بداية هذا الفصل أن على جون أن يجز العشب في غيابها عن المنزل يوم الجمعة ليست قاعدة جيدة. سوف تحتاج سوزان أن توجد في المنزل أيام الجمع وسوف تحتاج أن توضح ماذا تعني بالعشب المجزوز تماماً. هل يتضمن ذلك العناية بالتقليم وكم عدد مرات التشذيب يحتاج الأمر؟

إن المهام الموجودة حول المنزل هي فرص طيبة كاملة ليعمل الأهل مع أولادهم بطريقة تعاونية. فالمناسبات ضئيلة في الحياة المعاصرة للأهل والأولاد كي يكونوا معاً ويعملوا بتعاون. ولا ينبغي أن تضيع سوزان هذه الفرصة الجميلة بأن تعمل مع جون على جز العشب.

وإليكم مثالين يعينانكم على الانطلاق.

مثال 1: قاعدة وفرض:

سينظف جورج المائدة بعد انتهائه من تناول طعامه كل مرة. أنا سوف أقول: «القاعدة هي أن تنظف المائدة بنفسك بعد الطعام».

أعيدي النظر إن كان ثمة حاجة لجعل الأمور أوضح

إن المشكلة هي في التنظيف. ينبغي علي أن أخبر جورج في قائمة ألصقها على البراد أن هذا يعني أن عليه أخذ الصحون إلى المجلى وأن يشطف هذه الصحون ويضعها في الجلاية. وإذا كان في الجلاية صحون أخرى بوسعه أن يترك الصحون على المجلى.

هل تتعهدين أن تكوني حاضرة لفرض القاعدة؟

الآن وأنا أفكر في هذا الأمر، علي أن أنتظر دائماً ولا أغادر المائدة حتى ينتهي جورج من تناول طعامه. أنا أتناول يوم الخميس عادة وجبة سريعة وأسارع إلى الذهاب من أجل لعب البولينغ. ربما أستطيع أن أؤخر موعد ذهابي.

هل ستكونين راغبة في إعادة فرض القاعدة دائماً بنفس الطريقة؟

أظن ذلك سيحدث لي إشكالاً بالبقاء ساكنةً إذا حاول هو أن يخفّ هارباً لعذر ما قبل إنجازه عمله اليومي. ماذا سأفعل؟ يبدو من السخف أن أفكر في اللحاق به ربما إلى لعبة كرة وأقف هناك وأقول: «القاعدة هي...» ولكني أظن أن هذا ما سأقوم به.

مثال 2 قاعدة وفرض:

ستكون جان جاهزةً للذهاب إلى الفراش في التاسعة كل ليلة حين يكون عندها دوام في المدرسة في اليوم التالي.

أنا سوف أقول: «القاعدة هي أن تكوني جاهزةً للذهاب إلى الفراش في التاسعة كل ليلة يكون عندكِ دوام في المدرسة في اليوم التالي».

أعيدي النظر إن كان ثمة حاجة لجعل الأمور أوضح.

المشكلة هي أن تكون جاهزةً للذهاب إلى الفراش. أحتاج إلى قائمة ما أكتب لها في غرفتها:

1- ضعي اللعب في علبة اللعب.

2- انزعي ملابسك للدخول إلى الحمام وضعيها في السَبَت (السلة الكبيرة).

3- ...

هل تتعهدين أن تكوني حاضرةً لفرض القاعدة؟

أنا وإليس كلانا نأخذ دروساً مسائية. لا بد أن يبقى واحد منا في المنزل دائماً. وهذا يعني أن علي وعلى إليس أن نتفق على تفاصيل القاعدة ونعرضها معاً على جان.

هل ستكونين راغبةً في إعادة فرض القاعدة دائماً بنفس الطريقة؟

أستطيع أن أرى أن جان تصاب بثورة غضب إذا استمرّت في القول: «القاعدة هي ...» حين تريد أن تنتهي من لعبها فقط. ولكني أظن أن بوسعي أن استمر في تكرار في القاعدة بنبرة الصوت نفسها. على الأقل أنا أعلم الآن ماذا سأفعل. ما كنت أعرف ماذا أفعل عندما كانت تغضب جان. فأنتهي أنا بأن أكون غاضباً. الوضع الآن يبدو أفضل.

مثالك رقم 1:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

obeikandl.com

قاعدة وفرض:

أعد النظر إن كان ثمة حاجة لجعل الأمور أوضح.

هل تتعهد أن تكون حاضراً لفرض القاعدة؟

هل ستكون راغباً في إعادة فرض القاعدة دائماً بنفس الطريقة؟

obeikandl.com

مثالك رقم 2:

قاعدة وفرض.

أعد النظر إن كان ثمة حاجة لجعل الأمور أوضح.

هل تتعهد أن تكون حاضراً لفرض القاعدة.

obeikandl.com

هل ستكون راغباً في إعادة فرض القاعدة دائماً بنفس الطريقة؟

مثالك رقم 3:

قاعدة وفرض

أعد النظر إن كان ثمة حاجة لجعل الأمور أوضح.

opeikandl.com

هل تتعهد أن تكون حاضراً لفرض القاعدة؟

هل ستكون راغباً في إعادة فرض القاعدة بنفس الطريقة؟

إن تثبيت مصداقيتك كشخص يتوقع سلوكاً معيناً من أولادك ولا تقبل أقل منه أبداً أمر مهم. فهذا التثبيت يؤدي إلى كل أنواع المنافع. وأهم هذه المنافع هو فتح الباب للأطفال كي يفكروا في أنفسهم كمشاركين واعين في الأسرة.

في بعض الأحيان يصادف الأولاد أستاذاً لا يقبل منهم عملاً ضعيفاً، غير متقن، خاطئاً، غير كامل. وبدلاً من معاقبة الطفل بإعطائه علامة سيئة يعيد الأستاذ العمل ويقول: «أتوقع منك أن تجعل هذا العمل صحيحاً» يتعلم الأولاد من الأستاذ أن لديهم القدرة على أن يكونوا ناجحين في الحياة. وأمثال هؤلاء الأساتذة يصنعون الفرق الواضح في حياة الأولاد.

obeikandl.com

والأهل الذين يعيدون باستمرار سلوكاً غير مقبول إلى أولادهم ليس عليهم أن ينتابهم الغضب وخاصة إذا قالوا: «أتوقع أن تقوم بذلك على نحو صحيح». حينئذ يتعلم الأولاد أن لديهم القدرة على التصرف بطرق مقبولة. أمثال هؤلاء الأهل يصنعون الفرق الواضح في حياة الأولاد أيضاً.

يعترض الأهل في الوقت الحاضر مشكلتان شائعتان تقفان في سبيل وضع القواعد وهما:

- ينبغي أن تبقى نتائج خرق قاعدة ما هي نفسها كلما خُرقت تلك القاعدة وذلك كي تكون مؤثرة فعّالة.
- ينبغي أن يكون الأهل حاضرين لفرض قاعدة حين تُخرق.

وثاني الأمرين، وهو حضور الأهل، يتضمن مشكلات رئيسية تتعلق بأسلوب حياة المرء وقيمه وأهدافه ومعاملاته.

تتوقع سوزان أن يقوم ابنها جون بما طلب منه سواء أكانت موجودة أم لا، وسواء أكان لها علاقة به أم لا. ولما كانت سوزان أماً منفردة فإن لديها ما تبرهن عليه من شؤونها. إنها تقدر نجاحها بالعمل واستقلالها عن زوجها السابق. إنها تعمل بكد واجتهاد. وهي تحب جون إلا أنها لم تنظم أولوياتها بصورة واعية. لقد تركت متطلبات عملها ومشاعرها أثناء التسوق، وبها غيظ قديم من سيطرة الرجل والعديد من الأمور التي خرجت عن سيطرتها.

لدى سوزان سنون قليلة فقط ترعى فيها جون. يمكن أن يكون أمراً حسناً أن تتفحص ساعات عملها. قد تجد هذا يعدل قيمها وتعهداتها ـ المنزل، السيارة وملابسها الغالية الثمن ـ فيكون لديها حينئذٍ وقت كافٍ ومال لتكون في المنزل حين يكون جون هناك.

إن العديد من الأهل، حتى أولئك الذين يعيشون على دخلين اثنين، يربحون القليل فتزويد الطعام وتأمين المأوى يتطلب منهم أن يخرجوا من المنزل. وفي أية حال لا ينبغي أن يضع الأهل قواعد، ولا يكونوا في المنزل ليفرضوها وإذا وضعنا الأمور بشكل أكثر شدة نقول إن الأهل ينبغي أن يواجهوا واقع أن أولادهم لديهم حظ ضئيل لكي يصبحوا أناساً متحضرين إذا تبناهم أطفال آخرون أو التلفزيون أو ألعاب الكومبيوتر.

إن أوضاع الأسر تتفاوت، وكل أسرة لها تعقيداتها الخاصة بها، ليس هناك أسرة كاملة مستوفية. أنا أعرف أنه ليس ثمة أهل بلغوا حد الكمال وأنا منهم. نحن نقوم بأفضل ما نستطيع. ولكن من المفيد لك أن تعلم ماذا تريد أن تعمل بشكل مثالي. وإن مثال الطريقة الكاملة في تربية الأولاد هي:

- أن نمتلك بضعة قواعد.
- أن نكون حاضرين.
- أن نجري تواصلاً جيداً مع أولادنا.
- أن يكون لنا مصداقية تحول إيماننا بأولادنا إلى ما يتوقعه الأولاد لأنفسهم.

إن المطالب الاقتصادية والوقائع الأخرى في الحياة التي تتعلق بشركائنا وبأنفسنا تجعل الكمال أمراً بعيداً جداً. إلا أننا على الأقل نستطيع أن نراجع ماذا نفعل بصفتنا أبوين ولماذا. هل نحتاج أن ننتسب إلى تلك المنظمة؟ هل نحتاج أن نحصل على لعبة الراشدين هذه؟ هل حقاً نريد أن نرهن مفروشاتنا بالإعارة لكي نشتري تلك المركبة؟ هل نحتاج أن نعيش هنا في هذه المنطقة؟ ما هي التسويات التي نقوم بها في الأبوة على نحو نربح فيه النقود لندفع أجور قضاء عطلة؟

هذه المشكلات وسواها مما تتعلق بقيم الحياة وأسلوبها يطرحها ملايين البشر. إنهم أحياناً يغيرون حياتهم من أجل خاطر أولادهم. وهذا يستحق الاعتبار.

سجل التدريب للفصل 2

إحدى أكبر المشكلات لدى الأهل فيما يتعلق بالقواعد أننا نميل إلى وضع المئات من هذه القواعد. نحن نضع قاعدة جديدة كل وقت نقول فيه شيئاً مثل: «التقط هذا من الأرض»، «لا تزعج أمك»، «دع أخاك وشأنه»، «ارجع في الوقت المحدد».

من الواضح أننا لسنا مستعدين أن نفرض ونثبت عشرات الأقوال. لقد رأينا في هذا الفصل أن وضع قاعدة واحدة يتطلب الكثير من التفكير. ومع ذلك نلزم أنفسنا وأولادنا بفيض من القواعد.

obeikandl.com

إن العمل من أجل قواعد قليلة فعالة مؤثرة يعني الحاجة إلى إيقاف وضع العديد منها دون تفكير. إنه يعني الكلام مع الأولاد بشكل مختلف بعض الشيء. ويعني في المقام الأول التمييز بعناية بين الجمل التي هي قواعد، والجمل التي هي طلبات أو ملاحظات. «التقط هذا من الأرض» قاعدة تحتاج أن تفرض. «هلا التقطت هذا من الأرض» أو «لقد أوقعت شيئاً» ليست قواعد. الأولى هي طلب والأخرى هي ملاحظة تقريباً.

سيساعدك أن تسجل تقدمك بوضع قواعد مفيدة وحذف القواعد السيئة. خصص ثلاث أو أربع صفحات في دفتر ملاحظاتك لموضوع «التقدم في القواعد» إليك مثالين لأنواع الأمور التي من النافع لك أن تسجلها.

مثال 1: أتمالك نفسي قبل وضعي القواعد.

ذهب مايك راكضاً إلى البيت بعد المدرسة يصرخ فقط مثل «نعّاقة». بدأت أصيح عليه أن يتوقف عن ذلك. تمالكت نفسي وفكرت «ماذا أريد هنا؟ أريده أن يهدأ. ما كنت لأعلم كيف أضع أو أطبق قاعدة تقول إن عليه أن يهدأ أو يكف ويتوقف دون أن يكون هذا عبثاً سخيفاً. ما العمل؟ أوقفت ما كنت أقوم به، ووقفت في الباب الذي يؤدي إلى غرفة الجلوس حتى وصل إلي ثانية. احتجزته برفق وقلت: «يبدو أنك سعيد، أخبرني ماذا تفعل؟» قهقه وانتهينا بحديث لطيف. أنا فخور بنفسي حين أفكر إلى أين كان يمكن أن يذهب هذا الحادث لو أني صرخت على مايك وانخرط هو في البكاء.

مثال 2: افرض قاعدة وقت الذهاب إلى الفراش بشكل جيد.

كانت هيذر مستجيبة لقاعدتنا طوال الأسبوع أي: أن تكون جاهزة للذهاب إلى الفراش في التاسعة. في آخر ليلة بدأت بالقول: «ألا أستطيع فقط أن أنهي حل هذه الأحجية (Puzzle) التي بدأت بها». أعدتُ القاعدة. ألقتْ بقطع اللعب أرضاً وقالتْ: «أنا أكرهك»، أعدتُ القاعدة. صرختْ «لا». أعدت القاعدة. ألقتْ نفسها على الأرض وأخذتْ ترفس وتصرخ. انتظرتُ حتى انتهتْ وأعدتُ القاعدة. نهضتْ وبدأتْ تلتقط كروت الأحجية، ومع مرور الوقت كانتْ في الحمام تضحك. ما كنت لأصدق قبل شهر أن بوسعي أن أتصرف على هذا النحو، ولا أن بوسعها ذلك أيضاً.

obeikandl.com