

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

جلسه سی و یک در مسیر والدگری

مدرس: سرکار خانم نیلچی زاده

در بحث‌های گذشته گفته شد که هر اندازه مادر دارای عزت نفس باشد، قدرتش برای بار آوردن فرزندان موفق‌تر و خوشبخت‌تر بیشتر خواهد بود. شاید لازم باشد در این مرحله کلیدواژه‌های شبیه به یکدیگر را بررسی کنیم. این کلیدواژه‌ها شبیه به هم هستند؛ ولی روش و موضوع و مهارت‌هایشان با هم متفاوت است. با در نظر گرفتن اصل عزت نفس، در گذشته مطرح شد که فریاد بر سر بچه‌ها یعنی شکستن دیوار صوتی و روانی آن‌ها. به این ترتیب بخشی از امنیت روانی آن‌ها قطعاً بهم خواهد ریخت. هرچه فرزندان سن کمتری داشته باشند، با فریادزدن‌های شما عزت نفسشان بیشتر می‌تواند آسیب ببیند. فریادزدن یکی از روش‌های تخلیه خشم و بازتاب التهابات درونی است، نه لزوماً بازتاب وقایع خارجی.

روحیه سرزنش‌گری در مادر به دلیل مسئولیتی است که نسبت به سلامت و آرامش فرزند و پاکیزگی و تمیزی خانه دارد. امکان دارد فکر کند بیشتر از هر کس دیگری تمام مدیریت فرزندش به عهده اوست. فکر می‌کند فرزندش مثل دست و پایش است؛ یعنی همان طور که دست و پایش در اختیار خودش هست، بچه‌اش هم با همین شیوه تحت اختیارش می‌باشد. این ماجرا در زمان پیامبر اکرم محمد مصطفی (ص) چندین بار ظاهراً تکرار می‌شود. نکته عجیب این است که پیامبر با یک ویژگی ملکوتی و ناب، کاملاً این روحیه سرزنش‌گری مادرانه را به حالت تعادل بر می‌گرداند. در ماجرای این وقایع امکان دارد هر مادری صدایش بلند شود و بخواهد واکنش منفی نشان بدهد. پیامبر اکرم (ص) کاملاً آن را با یک جمله بسیار ساده مهار می‌کند. داستان از این قرار است که کودک خردسالی را به آغوش پیامبر می‌دهند تا او را در آغوش می‌گیرند، لباس پیامبر را آلوده می‌کند. طفل لباس پیامبر، اول شخص عالم، را آلوده و نجس کرده است. هر کسی باشد و خودش را جای آن مادر بگذارد این حس سرزنش‌گری را پیدا می‌کند. برای نزدیکی ذهن در این داستان به جای پیامبر، مراتب خیلی پایین‌تر از ایشان، مثلاً مقام معظم رهبری. فکر کنید مثلاً وقتی که خانواده شهدا به دیدن مقام معظم رهبری می‌روند، اگر مادری کودک سه ساله‌اش را با

گمان اینکه نیازی به پوشک ندارد به آغوش او بدهد و طفل در آغوش آقا لباسش را نجس نکند، چه حالی به مادر دست می‌دهد؟ طبیعتاً مادر از جهت روحی بسیار بهم می‌ریزد و امکان دارد به صورت ناخودآگاه سر کودکش داد بزند: «آی! چی کار داری می‌کنی؟» یا فوری بچه را بخواهد بگیرد یا واکنش سریع نشان بدهد.

یک روایت هم نقل شده است که این قصه ظاهراً درباره امام حسین(ع) اتفاق می‌افتد. دایه امام حسین این کار را می‌کند و پیامبر کاملاً با یک آرامش آسمانی، در نقل به مضمون، می‌فرماید: «برای چه سر بچه داد می‌زنی؟ لباس من با آب پاک می‌شود؛ اما اینکه شما سر این بچه داد می‌زنی به این راحتی پاک نمی‌شود.» این یک جمله خیلی ساده است؛ ولی مفهومی بسیار عمیق و جدی است. ما لازم است این جمله ساده را به‌عنوان معیار و سبک زندگی در کل زندگی مان قرار بدهیم. در این ماجرا لباس مطهر پیامبر خدا آلوده شده است؛ پیامبری که آخرین و عزیزترین پیامبر و علت خلقت است. او گنج پنهان خداوند است تا پروردگار به‌عنوان آخرین برگ برنده‌اش جهت هدایت بشر نمایش دهد. این وجود مطهر ﴿قَابَ قَوْسَيْنِ أَوْ أَدْنَى﴾ است و بیش از ۱۲۰ معراج دارد. نبی اکرم وجود مطهری است که همه انبیاء گذشته با اقرار به نبوت و ولایت او، نبوتشان کامل می‌شود. لباس پیغمبر نجس شده است، نه اینکه بچه‌ای مثلاً دستش غذایی یا کاکائویی بوده و به لباس پیامبر زده، نه. لباس پیغمبر را نجس کرده است؛ اما پیامبر با یک آرامشی، بچه را نگه می‌دارند. حتی در عبارت روایت نقل شده است که حضرت می‌فرماید: «بگذارید کارش را تمام کند.» این دیگر خیلی قصه عجیب‌تری است؛ یعنی در نهایت آرامش و طمأنینه است.

پیامبری که ﴿يُطَهِّرْكُمْ تَطْهِيراً﴾ است و خدا در قرآن صراحتاً اعلام می‌کند: ﴿إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيراً﴾ (احزاب، ۳۳). هر نوع آلودگی از این خاندان دور است و خدا اراده کرده که آن‌ها را از هر نوع آلودگی پاک کند. ما انسان‌های عادی وقتی که غذا و نوشیدنی دریافت می‌کنیم، به‌طور طبیعی بدن متابولیسم (سوخت و ساز) انجام می‌دهد و بعد از آن، آنچه بدن نیاز ندارد، وارد سیستم دفعی ما می‌کند تا دفع شود. دشمنان پیامبر یا کسانی که در جنگ جمل با امیرالمؤمنین جنگیدند، در این باره از ایشان نقل می‌کنند نه لزوماً دوستان؛ که این دفع مواد زائد بدن در مورد پیامبر به این شکل متعارف نبود. البته این در علم طب هم

قابل اثبات است؛ هم طب سنتی و هم طب رایج. وقتی غذایی را بخورید که سیر و پیاز دارد، هم بوی دهانتان عوض می‌شود و هم بوی تعریقتان. وقتی که سرویس بهداشتی بروید، بوی ادرار و مدفوعتان هم با ویژگی‌های بسیار بیشتر و شدیدتر متاثر خواهد بود؛ یعنی کل سیستم بدن را تحت تأثیر قرار می‌دهد. اما اگر کسی خوراکش از طیبات باشد؛ یعنی پاک‌ترین پاک‌های عالم، طبیعتاً نوع متابولیسم بدنش متفاوت خواهد بود. پس اگر او از غذایی استفاده می‌کند، علاوه بر این که طاهر است، طیب هم هست. عایشه نقل می‌کند که پیامبر وقتی دستشویی می‌رفت، بوی عطر و گلاب از سرویس بهداشتی می‌آمد.

با بیان این مطالب که موضوع بحث هم نبود و ممکن است توضیحاتم برای بعضی‌ها عجیب باشد، فقط خواستم اشاره بکنم که پیامبر یک رفتار طبیعی کردند؛ ولی هر انسانی درگیر نجاسات بدن خودش خواهد بود. در حقیقت ما دربارهٔ کسانی صحبت می‌کنیم که حتی همین نجاست عادی معمولی بدن را مانند ما ندارند. قطعاً اگر نوع برنامهٔ غذایی ما نیز از مواد خیلی پاک و خاص باشد، نوع ادرار و مدفوعمان متفاوت خواهد بود. همان طور که دربارهٔ پیامبر آنچه متعارف بین مردم هست، برای او نبود. در این حالت او درقبال بچهٔ کوچکی که بدن و لباسش را نجس می‌کند و در برابر نهیب مادر، مقاومت می‌کند و اعلام می‌کند: «بگذارید بچه کارش را تمام کند» و تأکید می‌کند که فریاد تو می‌تواند بچه را دچار مشکل کند.

بچه‌هایی که اضطراب و استرس دارند گاهی ناخنشان را می‌جوند یا گاهی موهایشان را می‌کنند و... رفتارهایی را که انجام می‌دهند، اصطلاحاً، نشان دهندهٔ تیک عصبی است. یک بخشی از این رفتارها در اثر آن سرزنش‌های شدید است؛ یعنی یک‌سوم از علت تیک‌های بچه‌ها سرزنش‌های شدید والدین، علی‌الخصوص مادر است.

با این ویژگی نوع تلقی پیامبر چیست؟ تلقی پیامبر بر این است که رفتار کودک از نگاه ما بد است و از نگاه سلامت جسمی بد نیست. بچه بوده، در بغل پیامبر نشسته و در یک حالتی که احساس گرما کرده بدن واکنش خودش را نشان داده است. در حقیقت طفل در اثر آن مایعاتی که خورده ادرارش به‌صورت غیراختیاری از بدنش خارج شده است؛ چون در حالتی نیست که بتواند آن را به‌صورت ارادی کنترل کند. ما که داد می‌زنیم، فقط بچه را می‌ترسانیم و او را دچار

اضطراب می‌کنیم. او به دلیل تعلقی که به ما دارد، بین رفتار طبیعی خودش، دفع ادرار، و رفتار اخلاقی، آنچه مدنظر ماست، سرگردان می‌شود. برای همین از این به بعد امکان دارد دچار تقطیع بول یا شب‌ادراری شود. امکان دارد هزارویک قصهٔ عجیب برایش پیش بیاید. پیامبر می‌گوید که بگذار کارش را تمام کند.

این مطلب را از این جهت گفتم که ما به عنوان یک مادر هر موقع خواستیم سر فرزندانمان داد بزنیم: «چرا این اسباب‌بازی‌ها وسط اتاق ریخته؟ چرا آخه این وسایل رو دست زدی؟ چرا این کاری را که من می‌گم نمی‌کنی؟ چرا مشق‌ها را نمی‌نویسی؟ چرا؟ چرا؟ چرا؟...» بدانیم که این چرا چراها داد ما مامان‌ها را در می‌آورد؛ اما اگر به خودمان حرام کنیم و خود را در کنار پیامبر و زیر نگاه پیامبر ببینیم، در می‌یابیم پیامبر از دادزدن ما سر فرزندانمان و برخورد تنش‌زا و استرس‌زا بیزار است و دوست ندارد. البته من حق را به مامان‌ها می‌دهم؛ یعنی یک مادر بیشتر از هرکس دیگری این احساس را دارد که فرزندم باید هم مؤدب و مسئولیت‌پذیر باشد و هم باید رفتارش طوری باشد که موجب احترام شود. تمام این احساسات یک مادر، محترم و مقدس است؛ عموماً اگر این نگاه زیبا را قاب بگیریم و پیش چشم دلمان بگذاریم، قطعاً قدرتمان به بالاترین حد خواهد رسید.

مادرهایی که معمولاً فرزندانشان را به علت ناکارآمدی، بی‌نظمی، شلوغ‌بودن، حرف‌گوش‌ندادن و نداشتن نظم و ادب مورد توقعشان یا جدی نبودن در آن سرزنش می‌کنند، به شکل‌های مختلف فرزندانشان را تخریب می‌کنند. سرزنش با این جملات: «واای! از دست تو خسته شدم! ای خدا! کی می‌شه این درست شه؟» و شکایت کردن به بزرگ و کوچک و گفتن در برابر همه، نتیجه‌اش این می‌شود که سطح عزت‌نفس بچه‌شان پایین خواهد آمد، حتی اگر هر موقع حال مامان‌ها خوب بود، بچه‌شان را ببوسند و قربان صدقه‌شان بروند ولی در مواقع دیگر معمولاً سرزنش‌گری می‌کنند.

### تفاوت عزت‌نفس، اعتمادبه‌نفس و کرامت‌نفس

گفتیم که اعتمادبه‌نفس عموماً از تأیید دیگران ریشه می‌گیرد. ما معمولاً می‌گوییم: «فرزندم اعتمادبه‌نفس ندارد.» یا «من اعتمادبه‌نفس ندارم» یا «شوهرم اعتمادبه‌نفس ندارد.» یا «فلانی را

نگاه! چقدر اعتماد به نفس داره!» اعتماد به نفس به خودی خود بدون عزت نفس و بدون کرامت نفس یک امر خطرناک است؛ مثل چه؟ مثل گل بدون ریشه است. گلی که شما از گل فروشی می خرید، اگر می خواهید یک ماه آن را نگه دارید، قطعاً ریشه هایش در آب لجن می شود و بوی تعفن می گیرد. فقط مگس و پشه می تواند دور خودش جمع کند و نابود می شود؛ ولی ما گمان می کنیم چون این گل خیلی گران بوده است، باید آن را نگه داریم. در حالی که این گل است و دراصل نگه داشتنی نیست: چه خشک شود چه پیوسته در آب نگهداری شود، در هیچ کدام از این دو حالت ارزش نگه داشتن ندارد.

اعتماد به نفس یعنی اینکه افراد خودشان را خیلی قبول دارند. آدمی که خودش را قبول دارد، یک سری اتفاقات خوب می تواند برایش بیفتد؛ مثل آن شاخه گل بریده که زیبایی هایی دارد؛ اما یک اتفاقات بدی هم می تواند برایش بیفتد. اعتماد به نفس بدون عزت نفس یعنی این آدم خودش را خیلی قبول دارد؛ پس می گوید: «من خیلی حرف ها را می توانم بزنم که بقیه نمی توانند بزنند. می توانم خیلی کارها را بکنم که بقیه نمی توانند.» نتیجه اش چیست؟ اگر این آدم در مدار خودسازی و سلامت اخلاقی رشد یافته نباشد، اعتماد به نفسش صد درصد آسیب رسان است؛ یعنی خود اعتماد به نفس نیازمند یک شرط پیشین است. تویی که اعتماد به خودت داری اصلاً خودت چه کسی هستی؟ برای همین گفتیم که معمولاً آدم های نابهنجار، دزدها، گانگسترها، قاتل ها و جانی ها ظرفیت اعتماد به نفسشان خیلی بالاست؛ یعنی تلقی شان بر این است که ما می توانیم جیب مردم را خالی کنیم. ما می توانیم موبایل مردم را بزنیم.

در اعتماد به نفس وقتی که کسی که این خودسازی و اخلاق خوب و برتر را نداشته باشد، کاملاً می تواند هر حرف بدی را بزند و هر کار بدی را بکند و بعدش بگوییم: «چرا این کار را کردی؟» می گوید که می توانم، می کنم. من آن قسمت برجسته اش را بیان می کنم تا شما مراتب پایین تر را لحاظ کنید.

### اعتماد به نفس آسیب زا یا نابهنجار

اعتماد به نفس افراد زمانی به دست می آید که مورد تأیید و تحسین و تشویق قرار بگیرند. این سه پارامتر معمولاً در تربیت فرزند و همسر داری برایمان مهم است. تأیید و تحسین و تشویق سه

موضوع متفاوت‌اند؛ اما مکمل همدیگرند. اگر این سه ویژگی را از دیگران دریافت کند چه اتفاقی خواهد افتاد؟ مثلاً بچه‌ای که سرکلاس بتواند خوب تقلب کند یا خوب بتواند مثلاً معلم را سرکار بگذارد یا بتواند خوب خوراکی دوست‌هایش را بگیرد یا بتواند در فضای مجازی دیگران را بیچاند و سر کار بگذارد و... هر فردی که کار ناشایستی بکند ولی پایش در تله نیفتد، معمولاً دیگران تشویقش می‌کنند و می‌گویند: «دیدنی فلانی چه ز رنگ بود! دیدنی چه باحاله! دیدنی چه خوب توانست!» اینجاست که خیلی از پارامترهای اخلاقی لزوماً کار نمی‌کند؛ مگر برای انسان‌هایی که از جهت اخلاقی خودشان رشد یافته‌اند. آن‌ها تقبیح خواهند کرد. می‌گویند که کارش بسیار زشت بود؛ یعنی چه که توانست؟ خب! این کار، کار زشتی است. حالا توانسته باشد یا نتوانسته باشد. کارش خیلی زشت است. در این موقعیت تأیید و تحسین و تشویق دیگران خودفریبی فرد را بالا می‌برد؛ یعنی خودش از خودش رو دست می‌خورد؛ در حالی که دیگران او را در آن کار بد تشویق و تحسین و تشویقش می‌کنند.

امکان دارد شما بگویید که خانم! نگاه شما به اعتمادبه‌نفس منفی است؛ ولی اعتمادبه‌نفس می‌تواند یک عامل خوب باشد. مثلاً فرزندی که مراقبت می‌کند و مادر و پدر به او یاد داده‌اند که بسیار جدی، بدون وسواس، اهل نظافت و بهداشت است و به‌طوری که شب بدون مسواک نمی‌خوابد؛ اگر مهمانی یا مسافرت رفته باشد و مسواک نداشته باشد، گریه می‌کند برای اینکه چرا من مسواک ندارم و آنجا والدینش باید بروند و برایش یک مسواک تهیه کنند تا این بچه بتواند دندان‌هایش را مسواک بزند، این رفتار خوب فرزند که بدون مسواک‌زدن نمی‌خوابد و عادت کرده است؛ این فرض که من دندان‌هایم همه خوب است چون مسواک می‌زنم؛ این حالتی که خودش را قبول دارد، آیا این را هم می‌خواهید بگویید چیز بدی است؟ یا به‌طور مثال دختر ده‌ساله‌ای برای خوردن سحری به همراه خانواده خواب مانده است. یکی از دو والد یا هر دو اصرار می‌کنند که مثلاً دخترم تو امروز روزه بگیر! تو مریض می‌شوی! تو ضعیف می‌شوی. می‌پرسد که شماها می‌خورید؟ می‌گویند: «نه. ما بزرگ‌تریم، می‌تونیم؛ ولی احتمال داره تو مریض شی. تو روزهات رو بخور.» می‌نشینند به گریه‌کردن که من می‌خواهم روزه‌ام را بگیرم. چرا شماها می‌گیرید؟ من هم می‌خواهم روزه‌ام را بگیرم. مگر خودتان نگفتید که خدا از کسی که به او روزه واجب است ولی روزه‌خواری می‌کند، بدش می‌آید و چنین آدمی کارش زشت است. این فرزند

بر جمله من می‌توانم روزه بگیرم اصرار دارد و پای حرفش می‌ایستد و روزه‌اش را هم می‌گیرد. واقعاً هم مشکل خاصی برایش به وجود نمی‌آید. نهایتاً کمی ضعف می‌کند؛ ولی بعدش جبران می‌شود. این یعنی خودباوری در این بچه.

یا در مثالی دیگر در مجلس نماز امام زمان که نمازی تقریباً طولانی هست، کودک کوچک چهارپنج‌ساله کنار بقیه، به شیوه کودکانه خودش می‌ایستد و نماز امام زمان می‌خواند. وقتی به او می‌گوییم: «بابا تو نمی‌خواهد نماز امام زمان بخونی!» می‌گوید: «عه! چرا شماها می‌خونید؟ منم می‌تونم.» یعنی این بچه وارد رفتارهای مثبت شده است که عبارت‌اند از: عبادی؛ اخلاقی؛ سلامتی؛ خیررساندن به دیگران.

یا مثلاً بچه‌ای که از خوراکی خودش به دوستانش می‌دهد. می‌گوید: «نه! گشنه بود. دادم به اون. آخه من می‌تونم. من می‌تونم یک مقداری گشنه باشم او خیلی گشنه‌اش بود.» یا در اردوها «من بالشم را به این دوستم دادم.» یا اینکه «دوستم گفته بود سرش، گردنش، درد می‌کند. دلم نمی‌خواهد دوستم اذیت شود.» من می‌توانم. اصطلاح من می‌توانم. ما می‌توانیم. بنابراین در بیشتر وقت‌ها اعتمادبه‌نفس در کارهای خوب است پس چرا می‌گویید که اعتمادبه‌نفس بد است؟

**پاسخ:** در حیطه اعتمادبه‌نفسی که افراد را وادار به کارهای خوب می‌کند، یک خطر پنهان وجود دارد که گاهی اوقات امکان دارد از چشم یک مربی تربیتی، یک مادر و یک پدر دور بماند و آن، این است که شخص با اعتمادبه‌نفس بدون زیر ساخت، همان گل شاخه بریده است. این مثال یادتان نرود. اعتمادبه‌نفس بدون زیر ساخت یعنی بدون کرامت‌نفس و عزت‌نفس است. خطر این اعتمادبه‌نفس این است که اگر تأییدات یا تحسین‌ها یا تشویق‌های بیرونی را دریافت نکند و اتفاق جدیدتری هم بیفتد که بابت کار خوبش مسخره بشود، فرزندتان بازنده می‌شود. هر موقع فرزند، حتی فرد بزرگ‌تر، که کار خوبی می‌کند دیگران تأیید و تحسین و تشویقش نکنند و حتی کسانی پیدا شوند که کار خوبش را مسخره کنند، اگر او اعتمادبه‌نفس بدون عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس بدون درک کرامت‌نفس داشته باشد، دیر یا زود کار خوبش را ترک خواهد کرد؛ یعنی دقیقاً اعتمادبه‌نفس به‌راحتی می‌شکند. کسی که اعتمادبه‌نفس دارد مانند کسی است که در یک خانه شیشه‌ای است. هر کسی می‌تواند به اعتمادبه‌نفسش سنگ بزند. قرآن به ما اعلام

کرده است که یکی از راه‌های فشار اجتماعی کفار و مشرکین و منافقین بر اهل ایمان و حتی انبیاء خدا این بود که مسخره می‌کردند: مسخرگی و لودگی با شعر هجو خواندن، کاریکاتورهای کلامی؛ مسخرگی و لودگی کردن در جمع‌های خودشان؛ مسخرگی و لودگی در حضور خود آن پیامبر یا پیروان او و از این طریق سعی می‌کردند مانع رفتارهای خوب اهل ایمان شوند. قرآن به این مضمون اعلام می‌کند این‌قدر انسان‌های بیمار دل و بی‌خدا در مسخره کردن انسان‌های خوب و در کارهای خوب و انسان‌های ایمانی در کارهای ایمانی، جدی بودند که گویی این‌ها، کفار و مشرکین و منافقین، نسل‌اند رنسل و سینه‌به‌سینه به هم سپرده بودند تا هر موقع دیدید یک آدمی به خدا و خوبی‌ها دعوتتان کرد، یادتان نرود که مسخره‌اش کنید. به قولی جوک و طنز و کاریکاتور برایش بسازید تا خودش خجالت بکشد و دیگر کارهای خوب انجام ندهد.

بارها شده دربارهٔ بچه‌هایتان یا حتی دربارهٔ خودتان یا دوستانتان مواجه شدید با اینکه مثلاً دختر ده‌ساله یا پنج‌شش‌ساله، ممکن است هر دو یک رفتار زیبا داشته باشند؛ در حالی که پنج‌شش‌ساله مکلف نیست و ده‌ساله مکلف است. مثلاً عشق به حجاب و عشق به چادر دارند. فرزندان با اصرار وقتی که می‌بیند رفتار شما و سایر بزرگ‌ترهای محبوبش مثل عمه و خاله و مادر جان و سایر بستگان و اطرافیان، خانم‌های دوست‌داشتنی و مؤدب به حجابند ناخودآگاه به حجاب داشتن کشیده می‌شود. حال تصور کنید برای دختر پنج‌ساله‌تان چادر رنگی یا مشکی دوختید و دختر بزرگتان هم محجبه هست و حجاب را دوست دارد، با عشق و علاقهٔ خودش چادر را انتخاب کرده است. اکنون کافی است که در جمع دوستانش مسخره‌اش کنند. به‌خصوص این مسئله در مدرسه و دوران دبستان اتفاق می‌افتد. شاید اولین بار هم این موضوع را نگوید. وقتی این مسئله جاگیر و پاگیر شد، فرزندان با گریه می‌گویند که من دیگر چادر سر نمی‌کنم. می‌گویید: «چرا قربانت شوم؟ چیزی شده؟» می‌گوید: «نه دوستانم مسخره‌ام می‌کنن. می‌گن که مگر تو پیرزنی چادر سرت می‌کنی! ببین ما هیچ کدوممون چادر سر نمی‌کنیم. تازه تو موهاتو را هم بیرون نمی‌ریزی. خُب یه کم موهاتو بیرون بذار. مگر تو پیرزنی که موهاتو می‌پوشونی؟ ماها دختریم و جوانیم و خوشگلیم.» این بحث اگر تکرار می‌شود، دربارهٔ دختر ۱۰، ۱۱ ساله چادری شما، یا دختر ۲۱ ساله یا خانم ۲۵ ساله که ازدواج کرده و در بین فامیل‌های شوهرش با چشم و آبرو و گفتار و رفتار بابت حجاب کاملش مسخره شود؛ همه مورد توجه ماست. می‌بینید کسی را

که چادری است یا با حجاب است و بابت لودگی و تمسخر دیگران حجابش را کنار می‌گذارد یا از حجابش تخفیف می‌دهد و از باحجابی به بدحجابی و از بدحجابی به بی‌حجابی یا از بی‌حجابی به برهنگی یعنی یک سیر قهقرایی را طی می‌کند. این رفتارهای سه‌گانه را در استوری‌ها یا وضعیت‌ها یا پروفایل‌ها به شکل‌های مختلف می‌بینید و می‌شنوید. کسی که سیر قهقرایی را طی می‌کند معنی‌اش چیست؟ با تعجب می‌گویید: «ای وای! خدا مرگم بده! اون تو دانشگاه حجاب داشت. نمی‌دونم چرا عکس بی‌حجاب با آرایش گریم گذاشته؟» یا «این یکی چادری بود. نمی‌دونم چرا عکس نیمه برهنه گذاشته؟»

وقتی این سیر قهقرایی را کسی طی می‌کند، دلیلش چیست؟ این فرد کسی است که حجاب و چادر را به‌عنوان یک ارزش بیرونی قبول کرده و با تشویق و تحسین و تأیید دیگران توانسته بود بپذیرد. تا وقتی که تشویقش می‌کردند، حجاب داشت؛ چون حس می‌کرد از این طریق می‌تواند تأیید دیگران را دریافت کند؛ اما وقتی که وارد جمعی می‌شود که به‌جای تأیید، تمسخرش می‌کنند، حس می‌کند منبعی برای اعتماد به نفسش ندارد. وقتی صمیمی‌ترین دوستش به او می‌گوید: «وقتی چادر سرت می‌کنی من دوست ندارم.» یا «این‌طور رو می‌گیری دوست ندارم با تو راه بروم.» او هم تصمیم می‌گیرد که من هم نمی‌خواهم حجاب داشته باشم و کم‌کم حجاب کنار می‌رود؛ پس اعتماد به نفس خطرناکی‌اش یعنی تست سلامت خودباوری.

اگر می‌خواهید بدانید چه بخشی از خودباوری خودتان و همسرتان و فرزندان‌تان سالم است و چه بخشی از آن آسیب‌زا و آسیب‌پذیر، چک کنید ببینید اگر با تمسخر دیگران در جمع خانوادگی، افراد مذهبی، خودساخته، افراد متدین، بچه مسجدی‌ها یا بچه هیئتی‌ها زمانی مورد تشویق قرار می‌گرفتید، در حال حاضر مورد تمسخر قرار می‌گیرید ولی توانستید همچنان به ارزش‌هایتان ادامه دهید، شما خودباوری مبتنی به عزت‌نفس دارید و آفرین بر شما! یعنی خودباوری شما گل و شاخه‌گلی نیست که لجن شود. حجاب چادری نیست که برهنه شود؛ ولی اگر دیدید در اثر تمسخر و لودگی و استهزاء دیگران دارید قدرتتان را برای حفظ ارزش‌های خوبتان از دست می‌دهید، بدانید اعتماد به نفس بدون ریشه داشتید. این خطرناک بودنش کاملاً آشکار است.

بارها اتفاق افتاده که مادران می‌پرسند دخترم در جمع دوستانش یا فامیل بابت حجابش یا نمازش، مسخره می‌شود. می‌ترسم آسیب ببیند چه کنم؟ ببینید ساختمان‌هایی که دارید آن را می‌سازید روی گسل است؟ مثل تهران که روی خط گسل است و هر لحظه امکان دارد زمین بخواهد تا نفس بکشد و مشکل پیدا شود؟ اگر خانه‌ای روی گسل می‌سازید، از اول ضد زلزله بسازید. همه آدم‌ها برای ارزش‌های پاک روی خط گسل قرار دارند. مخصوصاً در دوران آخرالزمان بیش از هر زمان دیگری برای خوبی‌هایتان شما را مسخره خواهند کرد؛ یعنی همیشه کسانی هستند که به رفتارهای زشتشان افتخار می‌کنند و شما را بابت خوبی‌هایتان مسخره خواهند کرد. آیا این توان در شما و همسر و فرزندان‌تان ایجاد شده که هرچه مسخره‌تان کنند، مثل این باشد که به یک کوه سنگ می‌زنند؟ در روایت داریم که امیرالمؤمنین می‌فرماید: «الْمُؤْمِنُ كَالْجَبَلِ الرَّاسِخِ لَا تُحَرِّكُهُ الْعَوَاصِفُ» (مؤمن مثل کوه محکمی است که باد نمی‌تواند او را تکان دهد). یعنی عزت‌نفس‌تان آن قدر باید زیاد باشد که بدترین آدم‌ها به بدترین شکل با شیوه‌های عجیب و غریب اگر بخواهند عزت‌نفس‌تان را تحت‌الشعاع قرار دهند شما دچار آسیب نشوید و بتوانید خودتان را حفظ کنید. شما باید این خود مراقبتی را داشته باشید.

**سؤال اول:** دختر چهارده‌ساله من حاضر نیست جلوی جمع چه اول وقت، چه دیرتر نمازش را بخواند. به نظر می‌رسد که اعتماد به نفس کاذب داشته باشد. حتی ممکن است که این افراد حتی او را مسخره هم نکرده باشند. راه درمان را بفرمایید.

**پاسخ:** باید ببینید دختر چهارده‌ساله شما که الآن نماز نمی‌خواند سبقه و سابقه‌اش چه بوده است؟ از چه زمانی نماز خواندن را شروع کرده؟ با چه تشویق‌هایی وارد حیطة نماز خواندن شده؟ و آیا فقط نماز خواندن در جمع برایش سخت است یا کارهای خوب دیگری هم برایش سخت است که نخواهد انجام دهد. آیا فرزندان فویبای جمع دارد یا نه؟

اگر فقط درباره نماز است، معلوم می‌شود نسبت به نماز مورد طعن و سرزنش قرار گرفته است. راه چاره را به عنوان قاعده و قانون به یاد داشته باشید. هرگاه ما با یک آسیب به فرزندمان مواجه می‌شویم، منفی برخورد نکنیم. خدای نکرده خودمان جنود الشیطان نباشیم. می‌گوییم: «پاشو! برو نمازت را بخوان.» می‌گوید: «مامان الآن همه نشستند. من نمی‌خوام نماز بخونم.» می‌گوییم:

«یعنی چه؟ این چه مسخره‌بازیه درمی‌آوری. پاشو برو نمازت رو بخون. ببینم! این کارها چیه؟ مگه به تو چی می‌گن؟» این حالت قطعاً می‌تواند بیشتر آسیب بزند و شما هم جزء سرزنش‌گران و مسخره‌کنندگان او قرار می‌گیرید.

اما فرمول اصلی چیست؟ هرگاه فرزندان با آسیبی مواجه شد، هر آسیبی فرق نمی‌کند، ممکن است دیدن عکسی در فضای مجازی باشد یا شنیدن چیز بد یا انجام دادن کار بدی باشد؛ یعنی هرکدام از حواس پنج‌گانه‌اش که دچار یک نابهنجاری شده باشد، اولین راه چاره این باشد که بفهمید فرزندان چه زمانی درگیر این قضیه شده و تا چه حد درگیر شده است؟ یعنی عمق فاجعه را باید متوجه شوید. شما از ظرف میوه مراقبت می‌کنید تا میوه‌ها آسیب نبینند و خراب نشوند و اگر یک میوه لک دارد، خوب نگاه می‌کنید تا آن را پیدا کنید و از سایر میوه‌ها جدایش کنید یا با چاقویی خرابی آن را جدا می‌کنید تا خود آن میوه خراب‌تر نشود و نمی‌گویید بعداً به آن رسیدگی خواهیم کرد. گاهی در ظاهر لکهٔ پوسیدگی خیلی کوچک است؛ اما تا انتها میوه را خراب کرده است. به این جهت نسبت به پنهان‌کاری‌های بچه‌ها یا سکوت ممتدشان یا فاصله‌گرفتن آن‌ها از وضعیت‌های خوب کاملاً مراقب باشید و بدون وسواس و بادقت و بامحبت، با تأکید زیاد بر محبت، با او رفاقت کنید.

اگر یادتان باشد، یکی از قانون‌هایی که مامان‌ها را مامانی می‌کرد، محبت کردن در قانون رفاقت با فرزندان و بالا بردن قدرت طنز و دلبری در رابطه با همسر بود؛ چون فرزندان وقتی دارد به رفتار غلطی نزدیک می‌شود یا از رفتار خوبی فاصله می‌گیرد، درحقیقت مثل کسی است که مریض شده و نیاز به محبت شما دارد نه فقط نیاز به قرص و دارو.

فیلم را برگردانید عقب. الآن شما جایی مهمانی رفته‌اید و وقت نماز است. همه به نماز می‌ایستند. دختر شما دوست ندارد در جمع نماز بخواند و گاهی با صراحت می‌گوید من در جمع نمی‌توانم نماز بخوانم. شما به جای اینکه به او آخم و تخم و ایش و اوش کنید، به جای اینکه با او دعوا کنید و به او بگویید: «پاشو برو نمازت را بخون. این مسخره‌بازی‌ها چیه؟» می‌گویید: «دخترم می‌آیی با هم بریم بیرون؟» به حیاط یا بالکن یا جایی بروید که بتوانید خلوت دونفره داشته باشید، البته با محبت که اضطراب برای او ایجاد نشود. گاهی برای کاهش سطح اضطراب او لازم

است خوراکی بیاورید. حتی گاهی ممکن است از نماز اول وقتتان بگذرید یا شاید نماز ظهرتان را خوانده باشید و به او بگویید: «نمازت رو خوندی؟» او هم می‌گوید: «نه! جلوی جمع نمی‌خونم.» شما به جای اینکه رفتار طبیعی بسیاری از مادران که دعواست را انجام دهید، قرار است آگاهانه رفتار دیگری داشته باشید. به او بگویید: «برویم یک چایی با هم بریزیم یا یک خوراکی باهم بخوریم.» معمولاً خوردن یک خوراکی سطح اضطراب را فوق‌العاده پایین می‌آورد؛ یعنی طوری شرایط عادی و خوب است که ما می‌خواهیم برویم باهم گپ دونفره بزنیم. چایی یا خوراکی را برمی‌دارید؛ در حالی که دستتان را رفاقتی روی شانه‌اش گذاشتید، به او می‌گویید: «بیا برویم ببینیم قصه چیه؟» امکان دارد دختر شما در سن نوجوانی حتی به این رفتارتان هم واکنش بد نشان دهد و بگوید: «دستت را بردار! چه کار می‌کنی؟ الآن همه نگاهمان می‌کنند.» یعنی کاملاً نگاه‌های دیگران او را آزار می‌دهد. کاملاً شرایطش را درک کنید و بگویید: «پس تو به اتاق برو تا من بیام.» یک بخشی از رفتارهای طبیعی نوجوانی انزوا و دورشدن از قضاوت‌های اطرافیان است. در موقعیتی قرار بگیرید که فقط شما دونفر در یک امنیت عاطفی قرار بگیرید و شروع کنید گپ زدن دونفره. مثل یک طبیب این موارد را استخراج و چک کنید: شروع بیماری؛ علائم بیماری؛ میزان بیماری؛ عمق بیماری. این کار را با یک محبت خیلی زیاد انجام دهید. چایی را می‌خورید و می‌گویید: «وای چقدر این چایی خوشمزه است! خب مامان! چی شده که این طوری شدی؟» کاملاً هم‌ذات‌پنداری کنید و خودتان را در موقعیت او قرار دهید. کاملاً مراقب باشید که حرف‌هایتان تیز نباشد و تیغ نداشته باشد. بعضی می‌گویند: «برو بابا! خب دختر خودمه! آن قدر که نازش رو نمی‌کشم. بهش می‌گم که پاشو نمازت رو بخوان! بیخود هم کرده این اداها رو در میاره! اصلاً به باباش می‌گم درستش کنه.» گاهی این نوع برخوردهای فکری و احساسی که می‌خواهیم زود و تند و سریع کار درست شود، کار را کاملاً تخریب می‌کند. امکان دارد در آن روز برایش وقت بگذارید؛ ولی بازهم حاضر نشود نمازش را در جمع بخواند. مهم این است که به یک باور عمیق برسید که مادر من برای احساساتم ارزش قائل است.

اگر می‌خواهید حس فرزندان را در قبال خودتان باور کنید، فرض کنید در خانه مادرشوهرتان که کلی با فامیل‌های شوهرتان رودربایسی دارید، احساس شما برای مادرشوهرتان کاملاً مهم باشد. جدای از دیگران وقتی ببیند حال شما خوب نیست برای شما یک فضای اختصاصی درست

می‌کند. حالتان چقدر خوب می‌شود؟ می‌گویید: «نمی‌دونی! یک مادرشوهر خوبی دارم! اون قدر فهمیده است. اون قدر فهمیده است.» یعنی چه؟ یعنی حال درونی شما را از نگاه و رفتارتان می‌فهمد و سعی می‌کند شما را تحت فشار بیشتر قرار ندهد؛ به جای اینکه خیلی راحت به عنوان یک مادرشوهر توقع داشته باشد شما هم مثل بقیه باشید و حتی مثلاً خیلی راحت با بقیه تعامل کنید. این مثال مادرشوهر و عروس را مثل موقعیت خودتان با فرزندان در نظر بگیرید تا نوع رفتارتان با او بسیار آسان تر شود؛ یعنی الآن که خدا دارد صدا می‌کند «حَى عَلَى الصَّلَاةِ» و «حَى عَلَى الْفَلَّاحِ» دخترتان که قبلاً حواسش جمع بود و در خانه هم همیشه حواسش هست، چه شد که الآن این طور شده؟ می‌گویید: «مامان! حس می‌کنم همه نگاهم می‌کنند.» مهم این است که بفهمم چه چیزی دارد ظرفیت دخترم را می‌سوزاند. می‌گوییم: «حُب! وقتی حس می‌کنی دارن نگاهت می‌کنن، با نگاه‌هاشون به تو چی می‌گن؟» سعی کنید مثل یک مشاور دور از موضوع به دنیای درونی‌اش ورود پیدا کنید. نگوئید: «حالا نگات کنن! خیلی خوشگلی که دارن بهت نگاه می‌کنن. داره طلا و جواهرات ازت می‌ریزه؟» آن قدر از رفتار بچه‌تان آزرده هستید و آن قدر رفتارش برایتان غیرطبیعی است که خودتان شروع به مسخره کردن می‌کنید. این رفتار رایج است و شما قرار نیست رفتار رایج غلط را تکرار کنید. می‌گویید: «حُب! وقتی بهت نگاه می‌کنن، فکر می‌کنی با نگاه‌هاشون بهت چی دارن می‌گن که با رفتارشون آزرده می‌شوی؟»

همچنان تأکید می‌کنم اگر خودتان را جای آن عروس تازه‌وارد به خانواده شوهر و رفتار مادرشوهر با محبت قرار دهید، قدرت این را خواهید داشت که دخترتان را درک کنید. من برای شما کاراکتر شخصیتی طراحی می‌کنم و نقش و جایگاه تعریف می‌کنم که اگر خودتان را در آن نقش و جایگاه ببرید، قدرتتان از من بیشتر خواهد شد؛ یعنی من به نوعی به شما مدل می‌دهم. کفش سیندرلا نیست که فقط برای خانم نیلچی زاده باشد. این کفش سیندرلای یک مادری است که خیلی مامانی است. مادری است که خیلی هلو و خواستنی و دوست‌داشتنی است و خیلی آدم می‌تواند فدایش شود.

تک‌تکتان این حالت ذکرشده را دارید. فقط مهم این است که به روش‌های رایج غلط غلبه کنید و خودتان را جای دخترتان ببینید. دخترتان همان عروسی است که وارد خانواده‌ای شده و دوست دارد کسی در جمع او را بفهمد. مثل بسیاری از شما که یاد دوران عقد خودتان افتادید.

آن زمان وقتی در جمع بودید، دوست داشتید یک نفر در جمع حال شما را بفهمد. نوع پوشش، غذا خوردن، نوع نشست و برخاستان و نوع رفتارتان همه این‌ها برای شما عذاب‌آور بود.

درون‌گراها معمولاً این حالت را دارند ولی ۷۰ درصد برون‌گراها این حالت را ندارند و تلقی‌شان بر این است که می‌گویند: «نه خانم! اصلاً این حالت را نداشتیم. خیلی باحال هستن. هنوز نیم ساعت نشده با کل فامیل شوهرمون رفیق شدیم.» برون‌گراها از ابتدا معمولاً مشکلی ندارند ولی بعداً دچار مشکل می‌شوند. هم خودشان و هم خانواده شوهر مشکل پیدا می‌کنند؛ یعنی مادرشوهر می‌بیند آن قدر عروسش با یکی از فامیل‌های دور رابطه صمیمی برقرار کرده که خونش را می‌خورد و می‌گوید: «ما با این فامیل‌مان آن قدر رفت و آمد نداریم. چرا باید تا این اندازه حرف‌های زندگی‌ات پیش این‌ها باشه.» تا این حد حتی ممکن است پیش‌برود. برون‌گراها در مدیریت روابط بعداً دچار مشکل می‌شوند؛ مثلاً می‌گویند که با یکی آن قدر صمیمی شدم که الان می‌بینم حضورش در زندگی‌مان برای بچه‌هایم و شوهرم و خودم سمی شده است. نمی‌دانم چگونه این را جمع کنم. برون‌گراها آن قدر تمام در را باز می‌کنند که در آینده دچار مسئله می‌شوند ولی برون‌گراها آن قدر در را محکم می‌بندند که خودشان هم نمی‌توانند از لای در داخل بیایند و هر کدام آسیب‌هایی دارند.

پس مهم است من خودم را جای دخترم ببینم و هم‌ذات‌پنداری کنم. من با او یکی می‌شوم تا بتوانم احساساتش را درک کنم. امکان دارد من سه برابر وقت نماز برایش در اتاق یا در حیاط وقت گذاشته باشم و با هم حرف زده باشیم. شاید یک نفر بیاید و بگوید: «عه! چجوری مادر و دختر با هم خلوت کردید! بلند شوید و بیایید کنار ما!» می‌گوییم: «یک ربعی ما را تنها بگذارید.» می‌پرسند: «چیزی پیش آمده؟» می‌گوییم: «یک گپ مادرانه است. می‌رسیم خدمتون.» یعنی یک سد ایجاد کنید که دخترتان کاملاً خیالش راحت شود و بیشتر از این آسیب نبیند و حس نکند زیر تیغ نگاه‌های دیگران و قضاوتشان قرار دارد.

من وقتی جزئیات را دارم آن قدر دقیق خدمتتان می‌گوییم، برای این است که می‌دانم برایتان بسیار ضروری است. گاهی نماز است و گاهی حجاب و گاهی رفتار خیلی ساده‌تر از این‌ها که دخترتان مقاومت منفی پیدا می‌کند. اگر شما او را درک کنید و کمکش کنید و از این چاله او

را بیرون بیاورید، دیگر داخل چاه نمی‌افتد؛ اما اگر کمکش نکنید آن قدر آن چاله را می‌کند که تبدیل به چاه می‌شود. من شروع می‌کنم آن علت و عوامل و نحوه تکرار و ماجراهایش را بررسی و استخراج می‌کنم. می‌گویم: «مامان! از کی حس کردی وقتی نماز می‌خوانی دیگران دارند نگاهت می‌کنند؟» خوب دقت کنید که تیز حرف نمی‌زنم و نمی‌گویم: «از کی این مسخره‌بازی‌ها را درآوردی که الآن نمی‌توانی جلوی جمع نماز بخوانی؟ تو این همه نماز جماعت تا حالا خوندی!» این‌ها همه پیش‌داوری و سرزنش است و مثل این است که روی دیوار سفیدی با زغال سیاه بنویسید: «لطفاً نظافت را رعایت کنید!»

درحقیقت شما قرار است طوری رفتار کنید که لطافت روحی فرزندتان آسیب نبیند و هر جوابی که بدهد کمک می‌کند شما سؤال بعدی را با یک دنیا عشق طراحی کنید. در این حالت تأکید بر این هست که شما بدانید فرزندتان از کجا زمین خورده است؟ اگر فاکتور تمسخر و استهزاء واقعاً در بیرون بوده، شما باید بچه‌تان را در برابر تمسخر ایمن کنید که آنجا بحث عزت‌نفس خیلی بیشتر می‌شود. اگر نه، کسی تاکنون مسخره‌اش نکرده ولی درباره کس دیگری اتفاق افتاده است، مهم این است که در این حالت بچه ما باور کند آنچه ذهنش را در تله انداخته، می‌تواند برای مادر بازگو کند؛ بدون اینکه مادر بگوید: «وا! حالا آن قدر این مهم بود؟» انواع مسخره کردن‌ها مثل اینکه در جمع دوستانش کسی که داشت نماز می‌خواند را مسخره کردند؛ یعنی آن شخص درسجده پایش پیدا بود؛ درحالی که آن فرد فکر می‌کرد چه نماز مقبولی می‌خواند، آن گروه دوستان هم شروع می‌کنند به لودگی و مسخرگی. یا چادرکسی را که داشت نماز می‌خواند، عقب زدند و بدنش پیدا شده و به او خندیدند. این قبیل کارها در جمع‌های بچه‌گانه اتفاق می‌افتد!

گاهی اوقات به‌جای اینکه مشکل را حل کنیم، مشکل را خراب‌تر می‌کنیم. مثل وقتی که کسی در چشمش شن‌ریزه یا گردوخاکی رفته باشد. می‌خواهیم تمیزش کنیم؛ به‌گونه‌ای تمیزش می‌کنیم که چشم عفونی می‌شود و نیاز به پزشک پیدا می‌کند. ما در قبال چنین بچه‌ای می‌گوییم: «خیلی خُب! پس اینجوری بوده! عه! راست می‌گی! خب من هم اگر جای تو بودم خیلی اذیت می‌شدم.» یعنی درک می‌کنیم. می‌فهمیم. گاهی نیاز است دخترمان را در بغلم بگیریم و در مقابل رفتاری که برایمان خیلی ساده و مسخره است و حتی خنده‌مان می‌گیرد، ناز و نوازشش کنیم و او را ببوسیم؛ مثل یک بچه‌ای که از طوفان ترسیده یا جلوی او چاقوکشی رخ

داده و هول و هراس برایش ایجاد شده است؛ به او می‌گویید: «پس این جوریه! قربون تو برم. این طوری شده که سخت شده جلوی دیگران نماز بخونی! عیبی نداره! بیا باهم ناقلایی کنیم. من بیرون از اتاق می‌شینم. تو وضو داری؟ اگر وضو نداری می‌ریم دوباره وضو می‌گیریم. اجازه می‌دی من هم کنار تو نماز بخونم؟ دوتایی. در اتاق رو هم قفل می‌کنیم و نماز می‌خونیم یا میریم تو حیاط نماز می‌خونیم. دوتایی با هم. اگر من کنارت باشم اشکالی نداره؟ میریم یه گوشه کسی ما رو نبینه.» یعنی من در مرحله اول یک رفتاری که عجیب و متفاوت است و حتی می‌تواند ما را انگشت نما کند، کاملاً می‌پذیرم. برای اینکه رفتار به ظاهر بد نیست، ولی فرزند من برای امنیتش به این موضوع احتیاج دارد. اگر بگوید: «نه مامان! شما نباش.» یا «بریم خونه بخونیم.» این طور گفتگو می‌کنیم:

- پس ما باید مهمونی مون رو کوتاه کنیم و زودتر بریم خونه. اشکالی نداره؟
- نه من دلم می‌خواد مهمونیمون کوتاه نباشه!
- می‌خواهی من پشت در اتاق بشینم تا نمازت رو بخونی؟
- مامان آخه بد نیست؟ همه ازت نمی‌پرسن؟
- نه! می‌گم چند دقیقه اجازه دهید. فوقش فکرمی‌کنند داری لباس عوض می‌کنی! مهم نیست.

شاید بگویید: «تا این اندازه با یک چنین رفتار متفاوتی کنار بیاییم؟» جواب: «بله!» اگر سطح اضطراب برای فرزندتان ایجاد کرده باشد، بچه شما نیاز دارد. مثل یک کودکی که نصف شب بیدار می‌شود و گریه می‌کند و جیغ می‌زند. اول عوامل جسمی را باید بررسی کنید، سپس عوامل روحی. شاید در طول روز یا روزهای گذشته برای او یک اتفاق‌هایی افتاده است که فشار و استرس روی ذهنش آورده است و در شب روی بخش غیرارادی او آزاد می‌شود. آن را پیدا و حل کنید و در نهایت به بچه آرامش دهید.

پس در این ماجرا مهم است اگر فرزندتان در مقابل رفتار خوب، مقاومت منفی پیدا کرده است، شما چند اقدام انجام دهید:

۱- کمک کنید تا آن رفتار خوب را انجام دهد و آن عواملی را که به او آسیب می‌زند، دور کنید.

۲- ظرفیت عزت‌نفس و کرامت‌نفس خود را بالا ببرید؛ یعنی تازه وارد بحث اصلی شوید. اگر برای بچه‌تان حجاب داشتن، چادر سرکردن، و نماز خواندن در جمع سخت شده است، معنی‌اش این است که ارزش ذاتی این امور را درک نکرده و لذت نبرده و با حقیقت آن‌ها ارتباط عمیق پیدا نکرده است. پس لازم است تا شما در حد سن و توانمندی فرزندتان سرمایه‌گذاری سنگین کنید:

۳- در مورد توضیح اینکه اصلاً نماز چیست و چرا مهم است؟ به هزار زبان و از کتاب‌های مختلف کمک بگیرید. کتاب چگونه یک نماز خوب بخوانید از آقای پناهیان، جزء کتاب‌های بسیار خوب است که خودتان بخوانید. لطفاً به بچه‌هایتان ندهید. شما باید غنی شوید. مثل یک مادری که هرچقدر غذای خوبی بخورد، می‌تواند شیر بهتری به طفل بدهد. در ایتا هم چند کانال پیرامون این کتاب هست. خودتان در ارتباط با نماز، نه فقط اطلاعات؛ بلکه به صورت عملی در موقعیت‌های مختلف غنی شوید تا در موقعیت‌های مختلف ﴿اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ﴾ (بقره، ۱۵۳) را پیاده کنید تا فرزندتان آنچه که شما هستید بشود. وقتی با او حرف می‌زنید و معنای با خدا حرف زدن، قرار ملاقات و چت آنلاین در وقت نماز با خدا داشتن را برایش توضیح دهید و بچه ارزش عجیب و غریب آن را فهمید و درک کرد، این مطلب کمک می‌کند که فرزند وارد حیطة عزت‌نفس خود شود.

با این قابلیت این توفیق برایش حاصل می‌شود که اگر زمانی دوستانش او را مسخره کنند، بگوید: «اصلاً برایم مهم نیست. وقتی دارم با خدا حرف می‌زنم و خدا صدایم را می‌شنود، اگر هم مسخره کنند، مهم نیست.» این خیلی با ارزش است. پس شما باید یک مسیری را طی کنید.

**سؤال دوم:** آدرس مراکز تفکر فلسفی را که برای دختر ۱۵ ساله مناسب باشد، مجدداً بفرمایید. سؤال دیگر اینکه اگر پدر قول موبایل خریدن داده و پشیمان شده باشد، چگونه می‌توان فرزند را توجیه کرد و چگونه می‌توان از خریدن موبایل با بچه‌ها حرف زد؟

**پاسخ:** در خصوص تفکر فلسفی، مجموعه حکمت ملاصدرا واقع در مصلاى تهران بر روی بحث آموزش فلسفه برای کودکان کار می‌کنند. کار خوبی است و تا اندازه‌ای بومی‌سازی شده است. البته ما نقد و انتقادهایی هم بر آن داریم چون طبیعتاً یک بحث جدید است. مبانی فلسفه‌اش در بین ما بسیار قوی است اما روش‌هایش میان غربی‌ها متأسفانه به شیوه‌های سکولار رایج‌تر است. در اینترنت هم اگر جستجو کنید «آموزش فلسفه برای کودکان در ایران»، برای شما چند مجموعه خواهد آمد و آن که مربوط به بنیاد ملاصدرا است، بیشتر درخور اعتماد هست.

اما در باب خرید موبایل، وقتی که قول می‌دهید، خیلی خطرناک است که زیر قول‌تان بزنید. ما در روایات داریم که به بچه‌ها وعده ندهید و اگر وعده دادید حتماً به آن عمل کنید. پیشنهاد ما این است که اگر پدر قول موبایل داده است، ببینیم دلیل اینکه از آن قول برگشته است چیست؟ آیا مسائل فرهنگی است؛ یعنی پدر به این نتیجه رسیده که موبایل می‌تواند آسیب‌زا باشد یا نه! مثلاً از جهت هزینه است. اگر از نظر هزینه است، کار پدر فوق‌العاده وحشتناک است. اما اگر از جهت فرهنگی است؛ چون علتش خوب است می‌شود یک مقدار کمک کرد تا این خلف وعده را درست کرد. تأکید بر این است که خود پدر در رابطه صمیمانه به فرزند توضیح دهد؛ مثلاً بگوید: «باباجون! بین هزینه موبایل رو به حسابت می‌ریزم.» البته در حسابی که نتواند برداشت کند. یا اگر واقعاً مشکل مالی نیست، بگوید: «باباجون! با همین پول موبایل برای شما طلا می‌خریم.» پدر بسیار دل‌نوازان بگوید: «بابا جون! من هرچه دارم مال شماهاست. من شبانه‌روزی که فکر و دل و جسمم در حال تلاش است، برای این است که به ثمر برسید و خوشبخت شوید. این که الان برای شما موبایل نمی‌خرم، به این علت است که می‌بینم چقدر بچه‌ها بیخودی سرشان در موبایل است. انواع مشکلات جسمی، روحی، فکری و اخلاقی برایشان پیش می‌آید.» می‌توانید اینجا از شاهد مثال‌هایی که وجود دارد و آسیب‌هایی که به بچه‌های کوچک می‌رسد، برایش بگویید. در فضای مجازی بگردید. مستنداتش در ایران و خارج از کشور هست؛ از قتل و جنایت گرفته تا نابهنجاری‌های اخلاقی و صدمه به درس و غیره. به همان مقدار که به بچه آسیب نمی‌زند، او را در جریان بگذارید و بگویید: «باباجون! به علت این‌ها اجازه بده که موبایل نداشته باشی. هر موقع که موبایل خواستی، به اندازه‌ای که برای درس و کارهایت احتیاج داری، از موبایل من یا مامان استفاده کن؛ ولی اجازه بده توانمندی‌هایت بیشتر شود. حتی ما که بزرگ‌تر هستیم،

امکان دارد در فضای مجازی دچار مشکل شویم؛ چون شیطان و نفس ما بالاخره با هم رفیق می‌شوند و ما را بیچاره می‌کنند تا یادمان برود که خدا ما را می‌بیند.»

در این قصه پدر دلنوازانه دل دختر را به دست آورد و عذرخواهی کند و توضیح دهد؛ اما حتماً هزینهٔ موبایل را به او بدهد که فرزند نگوید: «بابام نمی‌خواست برای من خرج کند.» به طوری که برای او گره روحی نشود؛ اما اگر مشکل مالی است، قبلاً می‌توانستید تهیه کنید. الآن قیمت‌های موبایل زیاد شده است و بحران‌های اقتصادی که در دورهٔ کرونا است، خرج‌های دیگری به وجود آورده است. می‌توان صمیمانه به فرزند گفت: «بابا جون! من می‌خواستم برای شما موبایل بخرم، قول هم دادم و گردنم زیر این قول است؛ ولی قربونت بشم الآن شرایط اقتصادی‌مان اجازه نمی‌دهد و من شرمندۀ تو و مامانت هستم.» این اظهار محبت یعنی مقتدر مظلوم یکی از نقش‌های کلیدی در والدگری است. اصلاً والدگری یکی از مهارت‌هایش اقتدار مظلومانه است. همان مطلبی که حضرت آقا در رابطه با امیرالمؤمنین (علیه‌السلام) به‌عنوان دروازهٔ علم پیامبر (صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم) و امام‌المتقین مطرح می‌کند. اینکه امیرالمؤمنین (علیه‌السلام) مقتدر اما مظلوم بود، بیان می‌کند؛ یعنی یک جاهایی می‌بینید امیرالمؤمنین خلیفهٔ مسلمین هستند و همهٔ مردم آمدند و ایشان را به خلافت رساندند. در آن اوج چهرهٔ نفاق که رشد می‌کرد، حضرت بالای منبر از دست یارانش گریه می‌کند. در نهج‌البلاغه سید رضی نقل می‌کند که آقا بالای منبر گریه کردند و می‌گویند: «من به شما می‌گویم که بیایید جنگ. یک‌بار می‌گویید که گرم است. یک‌بار می‌گویید که سرد است. شرایط عادی و طبیعی مانع هم‌قدمی شما با علی شده است. من حاضرم ده تا از شما را بدهم و یکی از یاران معاویه را بگیرم.» این کلام حضرت امیر (علیه‌السلام) مانند یک تبری که تا انتهای قلب انسان فرو می‌رود، انسان را بیچاره می‌کند؛ یعنی حضرت علی (علیه‌السلام) که «لَا فَتَى إِلَّا عَلِيٌّ، لَا سَيْفَ إِلَّا ذُو الْفَقَارِ» است، فاتح تمام غزواتی است که همراه پیامبر بوده. جایی بالای منبر از سست عنصری افراد اشک می‌ریزد، نه از دشمن! این نهایت مظلومیت و اقتدارش است. حضرت می‌فرماید: «من شما را مثل سلاطین به سلطه نمی‌کشم که سربازگیری اجباری شود و بگویم که بمیر و بدم. اگر نیایی حکم اعدام بدهم.» حضرت امیر هدفشان تربیت انسان‌ها است. برای همین اگر در جنگ کسی با شمشیر حضرت

علی(علیه‌السلام) کشته شود، قطعاً جهنمی است. چون حضرت امیر(علیه‌السلام) به قول مولوی شیر حق است و برای خدا این کار را می‌کند.

در این مورد هم پدر و مادری که به فرزندشان قول داده‌اند که برایش موبایل می‌خرند و در حیطه ارتباط عاطفی با بچه‌شان حس کرده‌اند او نیاز به موبایل دارد یعنی خجالت می‌کشد که بقیه دارند و او ندارد؛ ولی اکنون به هر دلیلی نمی‌توانند برایش تهیه کنند؛ لطفاً برایش صمیمانه و صادقانه و عذرخواه توضیح بدهند. این عذر عاطفی قطعاً دل فرزندشان را خواهد برد. هر چه رابطه عاطفی پدر و مادری که به فرزندشان قول خریدن موبایل را داده‌اند، با بچه عمیق‌تر باشد، پذیرش ناتوانی آن‌ها بیشتر است. نمی‌گوید: «بابام نتوانست و نشست گریه کرد.» وقتی که پر از محبت باشد، خود فرزند هم شرمنده می‌شود. می‌گوید: «بابا! چرا ناراحتی! فدای سرت. اصلاً من موبایل برای چی می‌خوام.» زیرا عاملی مهم‌تر از آن به دست آورده است و آن عشق صمیمانه والدین است.

حتماً درباب اینکه بچه‌ها موبایل را باید به میزان حداقل استفاده کنند، جدی باشید و ترجیحاً موبایل اختصاصی نداشته باشند. از طریق سیستم بتوانند وارد فضای مجازی شوند و زمان داشته باشند؛ یعنی برای استفاده از سیستم زمان بگذارید؛ مثل تلویزیون خاموش شود. به‌خصوص اگر بچه‌ها کوچک هستند. مهم این است دو کار درباب بچه‌ها انجام دهید:

۱. بچه‌های شما محدودیت دسترسی از طریق شما را داشته باشند و این کار خیلی هوشمندانه و با محبت باشد؛

۲. بچه‌ها در فضای مجازی گُنش‌گر باشند و فقط به دنبال این نباشند جستجو کنند چه کسی، چه گفت و چه اتفاقی افتاد. این تناسب‌نداشتن بین اطلاعات ورودی و اطلاعات خروجی، فرزندتان را منفعل بار می‌آورد و آسیب‌زا است. مدام هم ترجیح می‌دهند سراغ موضوع‌هایی بروند که احیاناً درباره‌اش کم‌تر حرف زده می‌شود یا کمتر دیده می‌شود. عموماً این موضوع‌ها نابهنجاری‌ها و مسائل جنسی است که کنجکاوی‌های دوران کودکی و نوجوانی آن را ایجاد می‌کند.

## کنش گر بودن یعنی چه؟

یعنی فرزند شما مانند بعضی از دانش آموزان دبستانی که پدر و مادر همدل و همراه دارند بتوانند توانمند شوند. مثلاً خانمی می‌گفت که پسر کلاس دوم دبستانش به علت اینکه می‌بایست برای معلم خود فیلم کوتاه از بعضی فعالیت‌های کلاسش درست کند، در حالی که در آشپزخانه در حال غذا درست کردن یا بیرون از خانه بودم، می‌آمد و می‌گفت: «مامان! ببین این رو من با آبجی درست کردیم.» خواهرش چهارساله هست. کلی صحنه‌آرایی می‌کند. پسرم موضوع درس خودش را با خواهرش شروع به کار کردن می‌کنند؛ از انواع شعرهایی که برای اهل بیت می‌خواند تا کارهای مختلف مثل کیک درست کردن و کاردستی‌های خواهرش و موضوع‌های مختلف همه را فیلم می‌گیرد و می‌گوید: «مامان ببین چقدر خوب است.»

اگر فرزندان تولیدکننده ارزش‌های خوب و زیبا باشد و موضوع‌های ساده مطابق سنش هست که بتواند تولید کند و در فضای مجازی به اشتراک بگذارد، می‌شود کنشگری؛ یعنی تولیدکنندگی. به‌طورمثال پارک رفته است و صدای یک پرنده را ضبط کرده یا مثلاً صدای پرنده‌ای را از پنجره اتاقش یا جلوی خانه ضبط کرده است، صدای پرنده‌های خوش صدایی که در فصل بهار اکثراً روی درخت‌ها می‌آیند. یا از کاردستی‌ای که دارد درست می‌کند تا کیکی که خواهرش درست کرده یا سالادی که خودش درست کرده و... همه را فیلم بگیرد و در فضای مجازی به اشتراک بگذارد. در ابتدا موضوع‌ها ساده هست، سپس به موضوع‌های باارزش می‌رسد.

به‌طور مثال بگوییم: «تو که آن قدر به شعر علاقه‌مندی، یک گروه با دوست‌هایت راه بیندازیم و شعرهای خوب را با همدیگر حفظ کنیم. شعرهای اهل بیتی را طبق مناسبت دنبال کنیم. برویم بعضی کلمات متناسب با مناسبت هر معصوم یا شعرهای برای آن حضرت را در آن گروه بگذاریم و بعد با همدیگر حفظ کنیم و با همدیگر بخوانیم.» یا مثلاً گروهی که می‌خواهند میزان زبانه‌های خشک را کم بکنند، از آن‌ها کاردستی درست کنند و فیلم آن را در گروهشان بگذارند.

بچه من به چه علاقه دارد؟ در آن زمینه من کمکش کنم تا تولید کننده باشد. هم تولیدکننده واقعی، هم تولید کننده رسانه‌ای. خود این موجب می‌شود که فرزندان از آن حالت انفعال بیرون

بیاد؛ یعنی بخشی از ایمنی اجمالی را بدست بیاورد و در حقیقت فرصت بیشتری به بچه ها بدهد تا به صورت سالم در فضای مجازی حضور داشته باشند.

**سؤال سوم:** فرزندانمان را چگونه تشویق کنیم تا اعتماد به نفس کاذب نداشته باشند؟

**پاسخ:** من محور تأیید و تحسین و تشویق را عرض کردم؛ زیرا اگر اینها علت کارهای خوب باشد، خطرناک است چون اعتماد به نفس کاذب به وجود می‌آورد. ما دو ابزار تربیتی داریم: یکی تشویق و یکی تنبیه.

تشویق یعنی ایجاد انگیزه کردن. شوق همان انگیزه است؛ یعنی چیزی که انگیزه ایجاد می‌کند تا کسی کار خوبی را تکرار کند و بهتر انجام دهد. هم در کمیت و هم روی کیفیت اثر بگذارد. ما به عنوان یک والد برایمان بسیار مهم هست نسبت به بچه‌هایمان تشویق داشته باشیم؛ اما گاهی تشویق‌هایمان، نابجا و نامیزان هست. گاهی در حقیقت اثر تخریبی دارد که نتیجه‌اش برعکس می‌شود. مادری که زیر سجاده فرزندش پول یا شکلات می‌گذارد تا بگوید: «فرشته‌ها برایت آوردند.» تشویق غلط می‌کند. با این روش بچه بزرگ‌تر هم بشود، متوقع می‌شود که این همه نماز می‌خوانم مگر چه دارم؟ خدا چه به من داده است؟ دوستم که نماز نمی‌خواند بهترین ماشین و بهترین دوستان را دارد. ما در تشویق باید حواسمان باشد. تشویق کاری است که در قبال انجام کار خوب رخ می‌دهد. **تحسین** گفتار خوبی است که در مقابل کار خوب و یا گفتار خوب رخ بدهد. **تأیید** گفتار خوبی است در قبال کاری که می‌تواند خوب باشد و می‌تواند حتی بد باشد. این در مدیریت سلامت خیلی مهم هست.

ما وقتی که دیگری، بچه یا همسر یا دوستان، را تأیید می‌کنیم؛ اگر او آسیب‌پذیر هست، تأیید را حتی در جایی که فکر می‌کرده کارش خوب است ولی بد بوده است، نیاز دارد. مثل اینکه همسران جایی سرمایه‌گذاری کرده و سرمایه‌اش آسیب دیده است. اگر شما شروع کنید به نق زدن و گفتن بدی کارش، شما او را تخریب اساسی کردید.

**راه چاره‌اش چیست؟** حس خوبش را تأیید کنید. یک موضوع خوب از آن موضوع بد پیدا کنید و قربان صدقه‌اش بروید؛ مثلاً بگویید که آقا من می‌دانم تو این پول را جایی سرمایه‌گذاری کردی؛

مثلاً در بورس سرمایه‌گذاری کردی یا پسرخاله‌ات دادی یا دادی پسرعموی من. این کار تو برای این بود که دلت می‌خواست ما از جهت مالی به مضیقه برخورد نکنیم. من ممنون تو هستم و خدا را شکر می‌کنم که شوهرم دغدغه دارد و دلش می‌خواهد که زندگی بهتری برای بچه‌هایش تأمین کند. من به تو افتخار می‌کنم. شما دارید در یک کار بد یک نکته خوبی پیدا می‌کنید تا تأییدش کنید. حال اگر در این موقعیت وقتی تأیید خوب کردید، باید یکی به میخ بکوبید و یکی به نعل. وقتی کارش بد بوده است در اشتباه او خودتان را قاطی کنید. می‌گویید که کاش می‌شد آن موقع یک مشورت می‌کردیم. کاش می‌شد حواسمان را بیشتر جمع می‌کردیم. کاش به این آدم که سابقه بدی دارد نمی‌دادیم؛ ولی فدای سرت! یعنی همچنان من تأییدش می‌کنم. می‌گویید: «فدای سرت! درست است که ما نتیجه زحمات تو را از دست دادیم و یک فرصت را برای اینکه از نظر اقتصادی مشکلاتمان حل شود؛ اما فکر کن اگر یک ماشین با تو تصادف کرده بود، کافی بود یک ذره یک استخوان تو ترک نازک برمی‌داشت؛ چندبرابر این باید خرج می‌کردیم. بعد تا آخر عمر همین پای تو پای حقیقی نمی‌شد. همه این پول‌هایی که از بین رفته است، فدای یک تار مویت!» این حس عزت‌نفسی که شما به او می‌دهید و اعتمادبه‌نفس نیست؛ یعنی به یک ارزش‌های بنیادین در خودش می‌رسد: انگیزه‌های پاک؛ رفتارهای پاک؛ خطرهای احتمالی بزرگ‌تر؛ مقابله با ناامیدی. کمک به رسیدن به این ارزش‌های بنیادین با گفتن: «دستت را بده به من بگو یا علی»؛ «بلند شو! خیلی‌ها بدتر از این به خاک سیاه نشستند». سپس مثال‌هایی که در دوست و فامیل و آشنا دارید برایش می‌گویید. او هم کم و بیش می‌داند که فلانی یادت هست؟ فلان موقع کل زندگی‌اش این‌طور شد؛ ولی ببین الحمدلله بلند شدند و سرپا شدند؛ یعنی اصطلاحاً دل به او می‌دهید. دل به دلش بدهید تا بتواند بلند شود.

در تحسین، شما فقط در کلامتان تشویق می‌کنید. تحسین، تشویق کلامی است؛ اما تشویق، تحسین رفتاری است. مانند اینکه فرزندم، در مقطع اول دبستان یا کوچک‌تر یا بزرگ‌تر، توانسته در کلاس قرآن برای اولین بار، اذان را با صدای رسا و بدون غلط بگوید. می‌گوید: «مامان! معلمون گفته که در خانه وقت اذان، صدای تلویزیون را کم کنید و خودتون اذان بگید.» من جا دارد فرزندم را یک تشویق جانانه بکنم؛ چون جایی که اذان گفته شود، شیاطین نمی‌توانند حضور پیدا کنند و یکی از راه‌های دور کردن شیاطین جنی و شیاطین انسی همین هست؛ یعنی

کسی بداخلاق بشود، راه چاره‌اش این است که در گوش راستش شما اذان بگوید. اینکه بچه من اذان می‌گوید، من بروم یک پول برایش بیاورم؟ نه. بروم برایش یک کادوی بزرگ بخرم؟ نه. بگویم: «بارک‌الله! تو اذان می‌گی قول می‌دهم فلان چیز را برایت بخرم!» یا مثلاً «یک هفته اذان بگو تا من فلان چیز را برایت بخرم.» نه! این‌ها همه باج‌دادن است. پس تشویق چیست؟ اگر در تشویق کارهای خوب، به بچه قول بدهید که فلان چیز را می‌خرید، این اسمش باج هست. مثل اینکه اگر نمازت را بخوانی، اگر اذان بگویی، اگر نمره خوب بیاوری و... چرا؟ چون فرزندتان انگیزه اصلی‌اش را از دست می‌دهد. اگر قرار بود از قبل یادش بدهیم اذان را برای خدا بگوید، با این باج دیگر برای خدا نخواهد بود. اذان را برای ارزش‌های ناب خودش نمی‌گوید. درس را برای درس نمی‌خواند. برای تشویق شما می‌خواند. پس باید تشویق‌هایتان را بزرگ‌تر کنید. فرزندتان بزرگ نمی‌شود؛ بلکه تشویق‌هایتان باید بزرگ شود. بچه من می‌گوید: «مامان خانم! حالا که برام اینو نمی‌خری دیگه نماز نمی‌خونم.» یا مثلاً «این که به من میدی مگه چی هست حالا؟ نمی‌خوام.» شما روح بچه‌تان را بزرگ نکرده‌اید، تشویق‌هایتان را بزرگ کرده‌اید.

## راهکار:

۱. اولاً هر نوع تشویق یا کار خوبی را که در قبال فرزندتان می‌خواهید انجام دهید، مطلقاً به او وعده ندهید؛ یعنی می‌شود جایزه‌ای به فرزندتان بدون وعده بدهید. اگر وعده بدهید، اسمش باج می‌شود و اعتماد به نفس بدون عزت نفس ایجاد می‌کند.
۲. ثانیاً برای تشویق بچه‌هایتان از رفتارهای ناب طبیعی کمک بگیرید که در آن رفتارهای ناب طبیعی حس مادرانه شما باشد؛ یعنی محبت شخصی‌تان بدون خرج کردن زیاد مالی. مثلاً خوراکی مورد علاقه فرزندتان در خانه که به‌عنوان یک خوراکی شگفت‌انگیز تلقی می‌شود و شما درست می‌کنید چیست؟ مثلاً شما گاهی اوقات کیک درست می‌کنید. درست کردن اختصاصی برایش خاص است یا نه! کیک تولد خاص است؟ یا فلان خوراکی که شما درست کنید. ترجیحاً یک خوراکی که شما برایش وقت بگذارید؛ ولی وقتی که بچه در خانه نیست یا مثلاً او را بفرستید خانه عمه، خانه خاله یا جای مناسبی که برای بچه ایمن هست. سپس برایش آن چیزی که خیلی دوست دارد درست کنید و به بقیه بچه‌ها و افراد خانواده بگویید که صدایش را در نیاورند. فرزندتان سه ماه دیگر تولدش

است؛ ولی اکنون به علت اینکه اذان می گوید، یک کیک تولد خوشگل تر از تولد اصلی اش درست می کنم. رویش را هم می دهم بیرون یا خودم می نویسم: «مؤذن خوب خانه ما، ما همه ممنونیم.» یا عبارتی زیباتر از این پیدا کنید. با کاکائویی یا موادی روی کیکش بنویسید. یک دانه شمع قشنگ هم بگذارید. می آید خانه و می بیند خانه را مثل تولد تزئین کرده اید و کیک گذاشته اید. می گوید: «وای! این کیک مال منه؟ چیه؟» می گوید: «برای اینکه تو تونستی صدای پیامبر را همه جا برسونی! تو صدای خدا شدی. وقتی که اذان میگی، اون قدر من کیف می کنم. از بهترین مؤذن های دنیا تو قشنگ تر اذان میگی. دلم می خواهد من باشم و نباشم تو صدای اذانت همیشه تو جایی که هستی بیچیه.» یعنی حس زیبای اذان گویی را منتقل کنید.

مراقب باشید جایزه وقتی بدون وعده و ناب و کم هزینه باشد ولی پر از شوق ذاتی شما باشد به طوری که این اشتیاق را در طرف مقابلتان ایجاد کنید؛ باعث می شود فرزندتان به جای اینکه مبتلا به اختلال اعتماد به نفس کاذب شود، به مقام عزت نفس برسد. وقتی ارزش ذاتی کار خوبش را برایش باز کنید و نشان بدهید که به آن ارزش ذاتی که در شما ایجاد شده، افتخار خواهید کرد. چه باشید چه نباشید. چه ببینید چه نبینید، آن کار را انجام خواهد داد.