



روان شناسی خانواده (۶): همسران برتر و آیین فرزند پروری

پدیدآورنده (ها) : افروز، غلام علی

- ۶۷۳۱ علوم تربیتی :: نشریه پیوند :: دی ۹۱۲

۵۱ از ۵۲ شماره

آدرس : <https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/۱۲۰۳۱۰>

ثابت

مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی (نور) جهت ارائه مجلات عرضه شده در پایگاه، مجوز لازم را از صاحبان مجلات، دریافت نموده است، بر این اساس همه حقوق مادی برآمده از ورود اطلاعات، مقالات، مجلات و تألیفات موجود در پایگاه، متعلق به "مرکز نور" می باشد. بنابر این، هرگونه نشر و عرضه مقالات در قالب نوشتار و تصویر به صورت کاغذی و مانند آن، یا به صورت دیجیتالی که حاصل بر گرفته از این پایگاه باشد، نیازمند کسب مجوز لازم، از صاحبان مجلات و مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی (نور) می باشد و تخلف از آن موجب پیگرد قانونی است. به منظور کسب اطلاعات بیشتر به صفحه **قوانین و مقررات** استفاده از پایگاه مجلات تخصصی نور مراجعه فرمائید.



مرکز تحقیقات کامپیوتر علوم اسلامی



اینک زمان توآند نمره حیات، نور دیدگان (فرة اعبین) و امید زندگی همسران برتر قرار سیده است . برآستی با " کودکی " که خالق متآن از سر لطف و مرحمت " هبه " می فرماید، چه باید کرد؟ چگونه می توان این امانت الهی و این شکوفه زندگی را به بهترین وجه و با کارآمدترین روش پرورش داد و جوانه های وجودش را همچون شجره طیبه بارور ساخت ؟ همسران برتر با همه وجود به این حقیقت اذعان دارند که " کودکان " با فطرتی پاک و

روان شناسی خانواده (۶) همسران برتر و آیین فرزندپروری

دکتر غلامعلی امروز

« ان الخاسرين الذين خسروا انفسهم واهليهم يوم
القيامة الا ذلك هو الخسران المبين » - زیانکاران
واقعی آنستند که سرمایه وجود خویش و
خانواده شان را در روز قیامت از دست داده اند.

آگاه باشید که زبان آشکار همین است. آری،
چه خسرانی بالاتر از اینکه انسان به دلیل عدم
تربیت صحیح اعضای خانواده و رفتار
ناشایست آنان، دچار عذاب الهی گردد. بر
همین اساس، تربیت فرزندان سخت ترین کار،
والاثرین مسؤلیت و خطیرترین وظیفه والدین
است. به بیان کاملتر، تربیت صحیح، تکلیف
شرعی و مسؤلیت اجتماعی والدین و یکی از
حقوق حقه فرزندان است.

براستی که تربیت فرزند، دشوارترین کاری
است که پدران و مادران متولی آن می گردند.
تربیت، باغبانی وجود ناشکفته انسان است.
تربیت، از قوه به فعل رسانیدن همه استعدادها،
توانایی ها و قابلیت های فرزند است. تربیت، به
حداقل رسانیدن فاصله میان توانایی های بالفعل
و قابلیت های بالقوه آدمی است. تربیت، هموار
کردن بستر حیات و شکوفا ساختن جوانه های
وجود است. تربیت، هدایت انسان به سوی
رستگاری و فلاح و قرب الی الله است.

همسران برتر، با ایمان به حقایق قرآن و
اذعان به مسؤلیت خطیر فرزندپروری، آن
زمان که شایستگی پذیری " هبه " خداوندی را
می یابند، بانندیشه ای متعالی و عزمی راسخ
تلاش می کنند با درک این مسؤلیت
افتخارآمیز، بهترین ها را به فرزند خویش تقدیم
نمایند و طریق رشد و تحول او را هموار سازند.
همسران برتر، همه زیبایی ها، همه نیکی ها،
همه شایستگی ها، همه پاکی ها، همه داناییها و
در یک کلام، همه بهترین های عالم را برای پاره

دنیاپی از استعدادهای نهفته و قابلیت های
بالقوه و حقوق بهره مندی از تربیت مطلوب و
شرایط مناسب زیستی، روانی و اجتماعی پای
به عرصه وجود می گذارند.

همسران برتر باور دارند که توفیقات دنیوی
و سعادت اخروی فرزندان در گرو اندیشه و
رفتار تربیتی آنان است.

همسران برتر بخوبی می دانند که فرزند یا
فرزندان خانواده، نقش تعیین کننده ای در فرایند
زندگی دنیوی و سرنوشت حیات جاودانه
ایشان دارند. به دیگر سخن، فرزندان و والدین
تأثیر متقابل و نقش کاملاً محسوس و غیرقابل
انکاری در تحقق سلامت نفس، بهداشت روان،
آسایش خاطر، سعادت و عزت اجتماعی،
عاقبت به خیری و رستگاری یکدیگر در
محضر عدل الهی دارند.

بدیهی است که والدین در نزد خداوند متان،
عهده دار مسؤلیت تعلیم و تربیت نادرست و
هر نوع کژروی و لغزش فرزندان خویش
هستند. در یک کلام، عاقبت به خیری پدران و
مادران، بیش از هر چیز متأثر از همدلی و تفاهم
فی مابین و زحماتی است که آنها برای تربیت
فرزندان صالح متحمل شده اند،^۱ و بالطبع
خسران اخروی والدین نیز ناشی از عدم تربیت
مطلوب فرزندان خواهد بود. خداوند متعال در
سوره های مختلف قرآن بر این مهم تأکید دارد و
در بخشی از آیه ۶ سوره تحریم می فرماید: " یا
ایها الذین آمنوا قوا انفسکم و اهلیکم ناراً و قودها
التاس و الحجاره " - ای کسانی که ایمان
آورده اید، خود و خانواده (همسر و فرزندان)
خویش را از آتشی که هیزم آن انسانها و
سنگهاست، نگه دارید. همچنین در سوره
زمر، آیه ۱۵، پروردگار متعال می فرماید:

تن خود طالبند.

همسران برتر، همواره خواهان آنند که مسؤولیت‌ها و رسالت‌های مربیگری فرزندان خویش را به شایسته‌ترین صورت انجام دهند. همسران برتر برای درک حقوق فرزندان - این میهمان عرشی - و شناخت ویژگیها، تبیین نیازها و اتخاذ مؤثرترین روشها در تعلیم و تربیت او در شرایط و موقعیت‌های گوناگون، به اندیشه و مطالعه و مشورت و رایزنی با صاحب‌نظران پرداخته، از هیچ کوششی در ایفای رسالت خطیر خود فروگذار نمی‌کنند. تربیت فرزندی که او نیز می‌بایست در دوران رشد و تحول خود، قابلیت‌های همسری و پدر و مادر بودن را به شایستگی احراز نماید.

آری، همسران برتر، از سویدای دل این حقیقت را باور دارند که "کودکشان"، از بدو تولد نسبت به والدین خود صاحب حق و حقوق مسلم و غیرقابل انکاری می‌شود، و اگر حقوق حقه فرزندان از همان دوران زندگی جنینی، زمان تولد و مراحل اولیه رشد و تحول مورد توجه قرار گیرد و به شایستگی تأمین گردد، اساسی‌ترین گام در فرایند تعلیم و تربیت برداشته شده است.

همسران برتر، به نیکی می‌دانند که فرزندشان حقوق ویژه‌ای دارد و به ادای کامل این حقوق پای بندند. آنان بر این باورند که:

● "کودک" حق دارد پدر و مادری مؤمن و متعهد، شایسته و صالح، نیک‌اندیش و درستکار، صبور و مهربان داشته باشد. چرا که او از دوران زندگی جنینی چشم‌امید به سلامت شخصیت و چشمه "محبت" والدین دوخته و سخت‌بدان نیازمند است.

● "کودک" حق دارد از جامع‌ترین برنامه‌ها و

مؤثرترین روشهای تربیتی برخوردار گردد. همان‌گونه که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمودند: "از جمله حقوق فرزندان بر والدین، تعلیم و تربیت صحیح، آموختن شناخت و تیراندازی (ورزش) و رزق حلال و پاکیزه است." ^۱ تعلیم و تربیت، سوادآموزی و دانش‌افزایی، به معنای عام آن، از وظایف و مسؤولیت‌های والدین و از حقوق فرزندان است. مولا علی علیه السلام فرمودند: "پدر، میراثی ارزشمندتر و نیکوتر از حسن تربیت برای فرزند باقی نمی‌گذارد." ^۲

● "کودک" حق دارد در کانون پر مهر خانواده و در پرتو فروغ وجود والدین، از غنی‌ترین "محبت‌ها"، بیشترین "نشاط‌ها" و بالاترین احساس "رضامندی‌ها و سروری‌ها" برخوردار باشد. پیامبر اکرم - که درود خدا بر او باد - فرمودند: "فرزند در نخستین هفت سال حیات خود، محبت‌پذیر است و سروری طلب. در هفت سال دوم، آموزش‌پذیر است و در هفت سال سوم، مشورت‌پذیر." ^۳

دوران خاص محبت‌پذیری و سروری طلبی کودکان، زمانی است که پایه‌های استوار شخصیت آنان بنا می‌گردد. کودکان دوست دارند این دوران را با نشاط فراوان، حاکمیت عواطف و احساسات، جلب کردن همه توجهات و بهره‌مندی از مهر و محبت و افر الگوهای بزرگسال و محبوب، همچون پدر و مادر، بگذرانند. از همین رو، محبت‌پذیری، آقایی و برخوردارگی از عواطف والدین، از حقوق کودکان پیش‌دستانی است.

● "کودک" حق دارد از نیکوترین "نامها" برایش انتخاب گردد. از حقوق حقه کودک به هنگام تولد، بهره‌مندی او از "اسمی" نیکو و با



دارند شخصیت آنها مورد توجه و احترام دیگران قرار گیرد. نیاز به احترام و محبت، از اساسی ترین نیازهای انسان است.

قانون حاکم بر نفسانیات انسان چنین است که همه انسانها تشویق پذیر و محبت طلب و تنبیه گیر و قهر ستیز هستند. بر همین اساس، از جمله حقوق فطری کودکان، محبت پذیری و تکریم شخصیت آنان است.

پیامبر بزرگوار اسلام، صلی الله علیه و آله، می فرمایند: "اكرموا اولادکم و احسنوا آدابهم یغفرلکم" ^{۱۰} "شخصیت فرزندان خود را گرامی بدارید و آنها را نیکو تربیت کنید تا مورد رحمت خداوند واقع گردید.

آری، تکریم شخصیت کودکان، یکی از وظایف مهم و مسؤلیت های خطیر همسران برتر در جهت ادای حقوق فطری فرزندان است.

همسران برتر، به درستی واقفند که "تکریم فرزندان" از همان زمان که نخستین احساس و اندیشه فرزندان در آنان بیدار می گردد - که با دعا و نیایش به درگاه خالق منان همراه است - آغاز می شود، در دوره زندگی جنینی "کودک" - به گونه ای که پیشتر اشاره شد - با تقدیم

مسمی است. در واقع والدین موظف هستند که با اندیشه متعالی تربیتی، "نامی" مطلوب و مناسب برای نوزاد خویش انتخاب نمایند، و در این انتخاب، اصل تربیت پذیری و سعادت مندی آتی کودک را در نظر بگیرند.

علی علیه السلام می فرماید: ^۶ "حق فرزند بر پدر این است که نام نیکویی برایش برگزیند، او را به نیکویی تربیت نماید و قرآن را به او بیاموزد."

مولای متقیان علی علیه السلام در تبیین برخی از حقوق طبیعی فرزندان، علاوه بر انتخاب نام نیکو که خود برنامه ای از فرایند تعلیم و تربیت مطلوب است، ^۷ و تأکید بر تربیت مؤثر و نیکو، آموختن قرآن کریم - این کلام خدا و کتاب عرشى هماره جاودان بر فراز عرشها و نسلها و بزرگترین معجزه پیامبر اسلام را از حقوق فرزندان می داند. زیرا این حق مسلم فرزند است که بیشتر از همه معارف بشری، با منشور جاویدان حیات آشنا گردد و کلام وحی و نوای آرامش بخش حق را بخوبی بیاموزد.

● "کودک" حق دارد که همواره از حرمت و احترام و تکریم شخصیت برخوردار شود. همه انسانها، بالاخص کودکان و نوجوانان، دوست

ارتباطات اجتماعی در مورد نحوه تلفظ و معنا و مفهوم اسم خود به دست می‌آورد، تضعیف گردد و وی را با ناآرامی روانی مواجه کند.

حقیقت این است که، "نامی" که والدین در شرایطی خاص و گاه با تأثیرپذیری از برخی از نزدیکان، کتابهای شعر و داستان و یا برنامه‌های تلویزیونی و سینمایی برای فرزند خود بر می‌گزینند، تا پایان عمر، بخشی از هویت فردی و ویژگیهای روان‌شناختی او را تشکیل می‌دهد. بر همین اساس، همسران برتر، با درک این واقعیت که "نامگذاری کودک" از مهم‌ترین عوامل در فرایند تربیت شخصیت فردی و اجتماعی اوست، در ایفای این مسئولیت و اعطای حقوق فطری کودک، تأمل و تفکر می‌کنند و با رایزنی و مشورت، حالی‌بینی و آینده‌نگری، تکریم و تعظیم ارزشهای والای فرهنگ اسلامی، به وظیفه خویش عمل می‌نمایند.

یکی از روان‌شناسان برجسته به نام آقای مرفی^۱ (۱۹۷۵)، که صاحب آثار ارزشمندی در ارتباط با نام‌گذاری کودکان است، بر این باور است که اسم کودک همواره می‌تواند نوعی سرمایه و اعتبار روانی برای او باشد. بر همین اساس، اسم کودکان می‌تواند عاملی برای تقویت احساس خودارزشمندی و یا بعضاً خجالت و شرمساری، در طول رشد اجتماعی آنها باشد.

بنابراین، همسران برتر، شایسته‌ترین نامها را برای فرزندان خود بر می‌گزینند و با خوشایندترین روشها او را صدا می‌زنند.

همسران برتر، بخوبی می‌دانند که انتخاب نامی شایسته و پرمعنا و ارزشمند، همچون اسامی پیامبران الهی و ائمه بزرگوار علیهم

زیباترین و آرام بخش‌ترین نواها و نوازشها تجربه می‌گردد، با تولد کودک، با اسم‌گذاری و نحوه صدا زدن او معنا می‌یابد و سرانجام با بهترین و پاکیزه‌ترین برنامه غذایی و روشهای پرورشی در دوره‌های مختلف رشد، ادامه پیدا می‌کند.

از این‌رو، تردیدی نیست که همسران برتر با انتخاب اسم مناسب برای "کودک"، نهایت مسؤلیت‌پذیری و احترام خویش را به شخصیت کودک نشان می‌دهند.

همسران برتر، بخوبی آگاهند که با اسمی که برای فرزند خود انتخاب می‌کنند، در واقع قسمتی از ساختمان روانی او را تکمیل می‌نمایند. اسم بچه‌ها، بخشی از هویت شخصی و روانی آنهاست و نحوه نامیدن کودکان، تأثیر قابل توجهی بر احساس خودبنداری و عزت نفس آنان دارد.

کودکان از بدو تولد، بیش از هرکلمه دیگر، آهنگ صدای نام خویش را تجربه می‌کنند و با شنیدن مکرر نام خود، صاحب هویت فردی و احساس خود ارزشمندی می‌شوند. این احساس به هنگام ورود به مدرسه و حضور کودک در عرصه‌های مختلف اجتماعی، در دوران مختلف رشد و تحول شخصیت، با توجه به سازخوردها و نگرشهای دیگران و واکنش‌هایی که همسالان و معلمان، آشنایان و غریبه‌ها، بخصوص الگوهای بزرگسال نسبت به اسم او از خود نشان می‌دهند، می‌تواند در اثر تجارب خوشایند حاصل از تعاملات اجتماعی مورد تقویت قرار گیرد و تأمین‌کننده بهداشت روانی فرد باشد و یا بر عکس، احساس خود ارزشمندی کودک در اثر تجارب نه چندان خوشایندی که او در روابط بین فردی و

سازش نایافتگی فردی و اجتماعی و بیشترین موفقیت تحصیلی و شغلی را از خود نشان می‌دهند و از والاترین منزلت معنوی و اجتماعی بهره‌مند می‌گردند. همسران برتر، در ارتباط مستمر با کودکان خود، با دوری از هر گونه رفتار تنبیه‌گرانه، الفبای تکریم شخصیت و تقویت احساس خودارزشمندی را عملاً به آنان می‌آموزند و به این سخن مولای متقیان علی علیه‌السلام که می‌فرمایند: "هر کس شخصیت خویش را شریف بدارد، از لغزش‌ها و گناهان مصون بماند،" معنا می‌بخشند. چرا که بیشترین ناسازگارهای عاطفی و لغزش‌های اجتماعی کودکان و نوجوانان، از آن جهت است که اغلب آنان، به گونه‌ای که بایسته و شایسته است از مهر و محبت و تکریم والدین و اطرافیان بهره‌مند نبوده‌اند. به بیان دیگر، تنبیه، تحقیر و تهدید از آفات شخصیت و زمینه‌ساز اضطراب‌ها، سازش نایافتگی‌ها و کژروبهایی اجتماعی است.

تکریم شخصیت کودکان و تأیید و تشویق پیوسته رفتارهای مطلوب و قابل قبول آنان، عزت نفس و احساس خودارزشمندی آنها را تقویت می‌کند و آنان را صاحب پربهترین احساسات و والاترین اندیشه‌ها می‌نماید.

و آن‌گاه که نوجوانان ما از عزت نفس قوی و احساس والای خودارزشمندی برخوردار باشند، به دور از از نگرانیها و اضطرابها و عاری از کاستی‌های عاطفی و عقده‌های روانی، خود را از کلام ناموزون، رفتار ناشایست و کژروبهایی ایمن می‌سازند.^{۱۳}

● کودک - حق دارد که از تغذیه حلال^{۱۴} و مطلوب، و در دوره اولیه رشد، از شیرپاک مادر بهره‌مند گردد. همه کودکان حق دارند از غذای

السلام و نامهایی که تداعی‌گر تعالی شخصیت، اخلاق و معنویت، درستی و ارزشهای متعالی فرهنگی در جامعه مسلمانان است، نه تنها عاملی مؤثر در تربیت نیکوی فرزند تلقی می‌گردد، بلکه نحوه صدا کردن کودک نیز از جمله عوامل پایداز در تکریم شخصیت وی، در مراحل مختلف رشد است.

در تعلیمات اسلامی، بر انتخاب نام نیکو برای فرزند، تأکید شده^{۱۵} و از این بابت ثوابی نصیب والدین می‌شود که بخش عمده بهره‌مندی دنیوی و ثواب اخروی پدران و مادران در این است که با انتخاب نام شایسته و رعایت احترام و ارزش فرزند و تکریم او در هنگام صدا کردن، شخصیت وی را در برابر آسیب‌های ناشی از عقده‌های روانی و محرکهای ناخوشایند اجتماعی بیمه می‌کنند. از این رو، همسران برتر، با تأسی از تعالیم اسلامی و همگام و همراه با علمای بزرگ اخلاق و عمل، از همان روزهای آغازین تولد کودک، از تکریم شخصیت او غافل نیستند و با حرمت و احترام او را صدا می‌زنند (مثل: "محمد جان"^{۱۶}، "محمد آقا"، "محمد عزیزم"، "پسر عزیزم"، "زهرا من"، "زهرا خانم"، "زهرا جان"، "زهرا عزیزم"، "دختر خوب").

زمانی که بچه‌ها احساس کنند که شخصیت آنها مورد تکریم والدین است، و نیاز همیشگی آنان به "محبت"، به شایستگی تأمین می‌گردد، با همانندسازی هر چه بیشتر با والدین، همواره تلاش می‌کنند رفتاری داشته باشند که مورد توجه، تأیید و تشویق آنان واقع شود. به همین جهت، ابن قییل بچه‌ها که از همان دوران اولیه زندگی در کلام و عمل مورد بزرگداشت والدین قرار می‌گیرند، در مراحل مختلف رشد، کمترین

دیگر با ساختار جسمانی و رشد هماهنگ کودک تناسب دارد. زیرا جنین در طی ۹ ماه زندگی درون رحمی، از غذایی تغذیه می‌کند که به وسیله دستگاہ گوارش مادر تهیه می‌شود، و بعد از تولد کودک، همین دستگاہ است که شیر تولید می‌کند.

۳- شیرمادر، همه مواد غذایی حیاتی و لازم برای تغذیه مطلوب را در بردارد، همواره پاک و سالم است و به دفع عفونت‌ها کمک می‌کند. ترکیب شیرمادر در هر نوبت از تغذیه و حتی در حین دفعات تغذیه تغییر می‌کند و مقدار آن بر حسب واکنش هورمونی مادر نسبت به نیازهای کودک، تنظیم می‌شود.

۴- شیرمادر، احتمال ابتلای کودک به عفونت‌های گوارشی و تنفسی را به‌طور قابل ملاحظه‌ای کاهش می‌دهد.

۵- میزان ابتلاء به آسم، اگزما و انواع آلرژی (حساسیت) در شیرخوارانی که از شیر مادر استفاده می‌کنند، بسیار کمتر گزارش شده است. ۶- به علت وجود آب کافی در شیرمادر، تشنگی نوزاد بر طرف می‌شود؛ اشتهای او تحریک می‌گردد و نیازی به دادن آب یا آب قند، حتی در مکانهای گرم و خشک نیست.

۷- تغذیه با شیر مادر، رابطه عاطفی میان مادر و فرزند را بیشتر می‌کند و فرایند شیردادن از سینه مادر، بیشترین تأثیر را در رشد مطلوب عاطفی کودک به جای می‌گذارد.

۸- کودکسانی که با شیرمادر تغذیه می‌شوند، در دوران بلوغ از بهداشت و امنیت روانی بیشتری برخوردارند. زمانی که مادر کودک را در آغوش می‌گیرد و از شیره جان خود او را سیراب می‌کند، در حقیقت همزمان با رفع نیاز زیستی کودک، نیازهای عاطفی و روانی او را نیز

حلال و پاک‌ی که پدر فراهم می‌آورد، به تناسب سن و رشد خود، تغذیه شوند. بدیهی است، همان‌گونه که در بخش پیشین بدان اشاره گردید، در ارتباط با تغذیه مطلوب جنین و نوزاد در مراحل اولیه رشد، می‌بایست به غذای حلال و مناسب مادر اندیشید.

همسران برتر، به نیکی آگاهند که از جمله حقوق طبیعی نوزادی که به تازگی پای به عرصه وجود گذاشته است، مکیدن^{۱۵} سینه مادر و سیر شدن از شیره جان مادر است. خداوند رزاق، در قرآن کریم، در تبیین این نیاز کودکان می‌فرماید: ^{۱۶} "والوالدات یرضعن اولادهن حولین کاملین لمن اراد ان یتم الرضاعة." مادران دو سال تمام فرزندان خود را شیر می‌دهند، این برای کسی است که بخواهد دوران شیرخوارگی را تکمیل کند. چرا که شیرمادر کامل‌ترین غذایی است که می‌تواند بیشترین تأثیر را در رشد زیستی، تحول شناختی، هوشمندی، رشد عاطفی و اجتماعی و آرامش روانی کودکان داشته باشد.

همسران برتر، با اذعان به اهمیت شیرمادر در رشد و تحول کودک، با آمادگی کامل، این نکته مهم را رعایت می‌کنند. همسران برتر، می‌دانند که شیر مادر^{۱۷}، سودمندترین و پربرکت‌ترین غذا برای کودک و شیردهی والاترین اجر و ثواب برای مادر است.^{۱۸} همسران برتر می‌دانند که:

۱- شیرمادر، یکی از مهم‌ترین عوامل نجات بخش حیات به شمار می‌آید و هیچ غذای جانشینی نمی‌تواند ارزش معادل آن را داشته باشد.

۲- شیرمادر، ماده‌ای است زنده و به نحوی باور نکردنی، پیچیده، که بیشتر از هر غذای

منظم شیر از پستان مادر، به وسیله طفل شیرخوار است.^{۱۰} اگر شیر ترشح شده در پستانها مرتباً تخلیه نشود، تولید و ترشح آن در پستانها کم‌کم کاهش می‌یابد و سرانجام متوقف می‌شود. بنابراین تغذیه با شیر مادر، هر چه زودتر آغاز گردد، شانس موفقیت برای افزایش شیر و حفظ و تداوم شیردهی بیشتر می‌شود. اکثر شیرخواران ۲ تا ۳ ساعت بعد از هر تغذیه میل به خوردن شیر مادر پیدا می‌کنند.

اما همسران برتر به نیکی واقفند که از جمله عوامل بسیار مهم در قدرت شیردهی مادران، نحوه نگرش و شرایط عاطفی - روانی و انگیزه آنهاست. مادرانی که در خانواده، از نگرشی مثبت و مولد نسبت به همسر و زندگی خود برخوردارند، انگیزه مادری و شیردهی در آنان قوت بیشتری دارد و از آمادگی افزونتری برای شیردهی بهره‌مند هستند. عدم آرامش روانی، ناپایداری عاطفی، نگرانی، اضطراب و افسردگی، تضادها و کشاکش‌های خانوادگی و

به شایسته‌ترین شیوه ارضا می‌نماید. آغوش مادر برای کودک تازه به دنیا آمده، زیباترین "قرار" ممکن است.

۹- کودگانی که به‌طور کامل از شیرمادر تغذیه می‌شوند، عموماً از قدرت تکلم بهتری نسبت به همسالان خود برخوردارند.

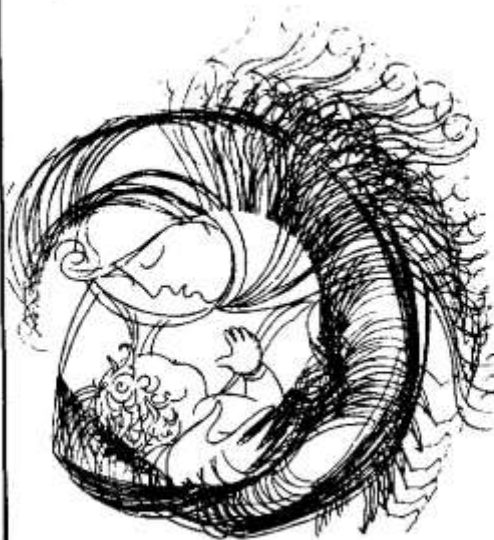
۱۰- مادرانی که به نوزادان خود شیر می‌دهند، زودتر از دیگران وزن اضافی خود را از دست داده، احتمال ابتلاء به سرطان پستان و رحم در آنها بسیار اندک است.

۱۱- مادرانی که با کمال آرامش به نوزادان خود شیر می‌دهند، از وضعیت عاطفی - روانی مطلوبی برخوردارند و از احساس رضامندی درونی لذت می‌برند.

۱۲- بنابر گزارش سازمان بهداشت جهانی و یونیسف^{۱۱}، شایسته است که نوزادان در شش ماه اول زندگی فقط با شیرمادر تغذیه شوند و حتی دادن آب هم به نوزادان ضرورتی ندارد. کاهش استفاده از شیرخشک و بهبود روشهای تغذیه با شیر مادر، می‌تواند همه ساله، جان ۱/۵ میلیون کودک را در سراسر جهان از مرگ نجات دهد.

آری، آن زمان که بدن نوزاد، گرمای آغوش مادر را احساس می‌کند، آن هنگام که گوشه‌های کوچک مسافر کوچولو با آهنگ آشنا و دلپذیر ضربان قلب مادر نوازش می‌شود و کودک با هیجان و ولعی وصف‌ناپذیر پستان مادر را می‌مکد و مادر با آرامش روان و چهره متبسم با او به آرامی سخن می‌گوید و ترانه زندگی را زیر لب زمزمه می‌کند، همه وجود مادر و کودک به وجد می‌آید و شکوفای می‌شود.

همسران برتر توجه دارند که مهم‌ترین عامل برای تحریک ترشح شیرمادر، مکیدن کامل و



وجودشان به شجره طیبه‌ای بدل گردد که رشد و تحول هماهنگ شاخه‌های گوناگون آن، نشانگر رشد همه جانبه و کمال جوانه‌ها و غنچه‌های بوستان حیاتشان باشد.

کودکان نیاز و حق دارند که مطلوب‌ترین بستر و محبوب‌ترین الگوها را برای پرورش ابعاد جسمانی، ذهنی، عاطفی، اخلاقی و اجتماعی خود داشته باشند.

کودکان نیازمند آنند که با محشور بودن با الگوهای محبوب و اسوه‌های اخلاقی، زیباترین احساس مذهبی را در خویش پرورش داده، در برابر خالق هستی رفتاری خاضعانه و متعبدانه داشته باشند.

همسران برتر، به این معنا باور دارند که "کنجکاو" فرزندشان موهبتی الهی است. "کنجکاو" ، جوهره فطرت خداجوی و بستر خلاقیت و نوآوری ذهنی است و برای پرورش احساس مذهبی و تربیت دینی و متبلور کردن رفتارهای مذهبی در کودکان و نوجوانان، فراهم آوردن فرصت‌ها و تجارب خوشایند و مشاهده منش و سلوک الگوهای بزرگسال، بیشترین تأثیر را دارد.

کودکان بیش از موعظه و نصیحت، و دستیابی به اطلاعات و دانش مذهبی، به محبت و عطف و احساس مذهبی نیاز دارند، چرا که "کنجکاو" یک پدیده شناختی و عاطفی است و کودکان با کندوکاو و پرسشگری خود صرفاً به دنبال ارضای نیازهای ذهنی و شناختی نیستند، بلکه همزمان با آن، تشنه ارتباط با بزرگسالان، بر خورداری از محبت آنان و تأمین نیازهای عاطفی خویشند. بر همین اساس است که همواره آمیزه‌ای از شناخت مذهبی و احساس مذهبی، زمینه‌ساز باور و

نارضایتی درونی، از جمله عوامل مؤثر در کاهش یا توقف تولید شیر و شیردهی به نوزاد به شمار می‌آیند. علاوه بر این، خستگی مفرط جسمانی، کم خوابی و عدم تغذیه صحیح مادر نیز از عوامل مهم ایجاد اختلال در فرایند شیردهی است.

مادران شیرده می‌بایست از تغذیه مناسب برخوردار باشند و به ویژه از موادی همچون: لبنیات، شربت، خرمای تازه، عسل، آب میوه‌های شیرین، سیب، انگور، خربزه، گلابی، سوبهای متنوع، شیربرنج و انواع سبزیها استفاده کنند و همواره در حفظ بهداشت جسمانی خود کوشا باشند. مادران شیرده باید به پاکیزگی لباسهای خود توجه فراوان داشته باشند و همیشه لباسهایی را انتخاب کنند که برای در آغوش گرفتن نوزاد نرم و مناسب باشد و حساسیت پوستی در کودک ایجاد نکند. همچنین مادران شیرده باید در انتخاب و پوشیدن لباسهای تمیز و مناسب، حتی الامکان به رنگ لباس نیز توجه نمایند. رنگهای ملایم و روشن آرامش بیشتری در کودک ایجاد می‌کنند.

تردیدی نیست که انجام بخش مهمی از فرایند تغذیه کودک از شیرمادر، بر عهده پدران است. تأمین نیازهای زیستی، آرامش روانی و نشاط و سرزندگی مادر، به خصوص در دوران بارداری و شیردهی و حق شناسی و قدردانی از زحمات مادران، بر عهده پدران است و همسران برتر بیشترین مسؤلیت مشترک را در پرورش کودک عهده‌دار هستند.

- و سرانجام "کودک" حق دارد که همه قابلیت‌ها، استعدادها و جوانه‌های وجود او شکوفا گردد. همه کودکان نیاز دارند که نهال

بازخورد مذهبی و پدیدآیی رفتارهای مذهبی است.

همسران برتر و نیکاندیش به این حقیقت اذعان دارند که هرگاه کودکان آرام و با نشاط آنان بسا آرامش روان و امنیت خاطر و "کنجکاورانه" در پی کشف رابطه علت و معلول و تبیین یک حقیقت، به پدیده‌ای از زنجیره پدیده‌های خلقت الهی خیره شده، یا نظمی از نظام هستی را مورد توجه و سؤال قرار می‌دهند، پس از مدتی بررسی و توجه خاص، در راز و رمز هستی تفکر و تأمل نموده، با تحیر فراوان، وجودشان سرشار از احساس تواضع،

تسلیم و تعظیم در برابر خالق منان می‌گردد و بی‌درنگ زبان ستایش و تشکر گشوده، تسبیح حق می‌گویند. و "نماز"، کمال حق‌بینی و حق‌شناسی و توفیق حضور در برابر خداوند سبحان و اظهار سپاس و هدایت‌طلبی و نیل به توحید و اخلاص و یکتاپرستی راستین است.

"نماز"، نیاز به درگاه خالق بی‌نیاز، آرامشگر روان و کامل‌ترین پاسخ به عالی‌ترین نیاز انسان است.

"نماز"، شکفتن همه جوانه‌های وجود و رسیدن به اوج خود شکوفایی - والاترین و ارزشمندترین تمایل فطری انسان - است.

پی نوشتها:

۱- خداوند در قرآن کریم، در آیه ۱۲ سوره یس می‌فرماید: "أنا نحن نحي الموتى و نكتب ما قدموا و آثارهم" - به یقین ما مردگان را زنده می‌کنیم و آنچه را از پیش فرستاده‌اند و تمام آثار آنها را می‌نویسیم و محاسبه می‌کنیم. از بارزترین آثار آدمی، فرزند یا فرزندان اوست که نحوه فکر و عمل فرزندان در حیات دنیوی و پس از مرگ نیز تا روز قیامت در دفتر اعمال والدین نگاشته می‌شود. همچنین پروردگار کریم در سوره قیامت، آیه ۱۳ می‌فرماید: "يَبْنُوا الْإِنْسَانَ يَوْمَئِذٍ بَمَا قَدَّمَ و آخِرٌ" - در آن روز (قیامت) انسان از تمام کارهایی که در حیات خود انجام داده و نتایج و آثار اعمالش آگاه و محاسبه می‌شود. پرواضح است که از مصادیق مشخص آثار حیات (آخر) فرزند یا فرزندان است. در واقع بخشی از دفتر اعمال والدین نزد خالق منان، بر اساس رفتار و کردار فرزندان نوشته می‌شود. پس تربیت صحیح فرزندان برای والدین فهیم و معاندندیش یک ضرورت اجتناب‌ناپذیر است، زیرا فرزندان به گونه‌ای شریک سرمایه دنیوی و سهم در توشه اخروی والدین هستند.

۲- حق الولد علی الوالد ان یعلمه الكتاب و السباحه و الرمايه و ان لایرزقه الا طیباً (آیت الله امینی، اسلام و تعلیم و تربیت).

۳- ما نحل و ولد اذ نحلنا افضل من ادب حسن (مستدرک، جلد ۲).

۴- الولد سید سبع سنین، عید سبع سنین و وزیر سبع سنین.

۵- شایسته است والدین از نام‌گذاری کودک با اسامی غیرمتعارف و ناخوشایند بپرهیزند و از اسامی عروسکی استفاده نکنند. بعضی از اسم‌ها شاید فقط برای چند سال اول زندگی کودک تا حدی مناسب باشد، اما برای دوران نوجوانی و بزرگسالی او مطلوب نخواهد بود.

۶- حق الولد علی الوالد ان یحسن اسمه و یحسن ادبه و یعلمه القرآن. (نهج البلاغه)

۷- امام باقر علیه‌السلام فرمودند: اصدق الاسماء ما تسمى بالعبودیه و افضلها اسماء الانبیاء - صادقانه‌ترین نامها آن است که بر بندگی الهی دلالت نماید و بهترین نامها، نامهای پیامبران

است.

۸- بحارالانوار، جلد ۱۰۴

9. MURPHY, W.F. (1975). A NOTE ON THE SIGNIFICANCE OF NAMES PSYCHOANAL. QUART.

۱۰- پیامبر بزرگوار صلی الله علیه و آله در ارتباط با وظایف ولی در قبال فرزند می فرماید: "تحسن اسم و ادبه و وضعه موضعاً حسناً". برای فرزند خود نام نیکویی انتخاب کند و او را به نیکوی تربیت نماید و به فعالیت شایسته مشغول سازد.

۱۱- توفیقی نصیب شد که با یکی از مربیان بزرگ اخلاق و عالمان عامل به ارزشها، چندین بار در سفر و حضر محشور باشم. در طی این مدت، بارها و بارها شاهد بودم که ایشان فرزند هشت ساله خود را در همه موقعیتها با احترام صدا می کردند و هرگز ندیدم، او را که نامش "علی" بود، فقط با لفظ "علی" مخاطب قرار دهند، بلکه همیشه او را با عبارات: "علی آقا"، "علی جان"، ... صدا می زدند و وقتی که علی آقا به اتاق وارد می شدند، او را همچون میهمان تازه وارد می پذیرفتند.

۱۲- نهج البلاغه

۱۳- تحقیقات انجام شده حاکی از آن است که همواره بین میزان احساس خودارزشمندی و رفتارهای ناپهنجار اجتماعی رابطه وجود دارد. هر قدر نوجوانان احساس خودارزشمندی بالایی داشته باشند، از رفتارهای اجتماعی مطلوب تری برخوردارند و به عکس نوجوانان بزهکار از کمترین احساس خود ارزشمندی بهره مند هستند.

۱۴- پیامبر صلی الله علیه و آله: "حق الولد علی الوالد یعلمه الكتاب و السباحه و الرمايه و ان لا یرزقه الا طیباً".

۱۵- هنگامی که کودک به دنیا می آید، از عمل تغذیه، مکیدن را بخوبی می داند. مکیدن یک کنش طبیعی و فطری است. کودکان به هنگام تولد، در مکیدن و بلعیدن مهارت لازم را دارند و ماهها طول می کشد تا آنها گاز گرفتن و جویدن را نیز بیاموزند.

۱۶- سورة بقره، آیه ۲۳۳

۱۷- علی علیه السلام فرمودند: هیچ شیری برای کودک، سودمندتر و پربرکت تر از شیر مادر نیست (وسایل، جلد ۱۵).

۱۸- پیامبر صلی الله علیه و آله فرمودند: هنگامی که مادر بچه اش را شیر می دهد، خدای متعال در برابر هر نوبت تغذیه کودک، ثواب آزاد کردن یک بنده که از اولاد اسماعیل باشد، به او عطا می فرماید و هنگامی که دوران شیرخوارگی تمام می شود، فرشته بزرگوار الهی دست بر پهلوی مادر نهاده، می گویند: زندگی را از نو آغاز کن، که خداوند متعال همه گناهان گذشته ات را آمرزید (وسایل، جلد ۱۵).

۱۹- صندوق کودکان سازمان ملل متحد (یونیسف): گزیده ای از پیشرفت ملتها، ۱۹۹۷، دفتر تهران، مرداد ۱۳۷۶.

۲۰- مادران باید توجه داشته باشند که، بچه هایی که کم وزن یا نارس به دنیا می آیند (وزن کمتر از ۲/۵ کیلو)، عموماً هنگام مکیدن پستان مادر، خسته می شوند و قبل از آنکه سیر بشوند، سینه مادر را رها می کنند. لذا می بایست این قبیل کودکان در دفعات مختلف، فرصت مکیدن سینه مادر را داشته باشند.