

کودک، خانواده، انسان

روش تربیت کودک

بر اساس نظرات

دکترهایم جینات

ترجمه گیتی ناصحی



نشرونی

ادل فیبر • ایلین مزیش

فهرست مطالب

۷	پیشگفتار چاپ دوم
۹	پیشگفتار چاپ اول
۱۱	مقدمه
۱۳	۱. «... و در آغاز کلام بود»

کودکان انسان‌اند

۳۱	۲. احساسات کودکان برای آنها واقعی است
۴۰	۳. احساسات و جلوه‌های مختلف آن
۴۵	۴. وقتی کودک به خود اعتماد می‌کند
۴۵	احساس‌ها واقعیت دارند
۴۶	دو یا چند احساس ضدونقیض می‌توانند در آن واحد وجود داشته باشند
۴۶	احساسات هر کودک ویژه خود اوست
	زمانی که احساسات، شناخته و پذیرفته می‌شوند،
۴۷	کودکان نیز احساسات خود را بهتر درک می‌کنند
	وقتی والدین احساسات کودکان را می‌پذیرند، بچه‌ها نیز یاد می‌گیرند
۴۷	که احساسات خود را بپذیرند و به آنها احترام بگذارند
۵۰	۵. رها شدن بحثی درباره استقلال

۶. «آفرین!» کافی نیست: روش جدید تمجیدکردن ۶۳
۷. نقش‌هایی که به کودکان تحمیل می‌کنیم ۷۹
۱. آقای غمگین ۷۹
۲. شاهزاده‌خانم ۸۸
۳. آقای تونفو ۹۹
۴. نقشی نو برای اندی ۱۰۳
۵. کودک به دوست نیاز دارد ۱۱۲
۶. اندی و پدرش ۱۱۷
۷. پدر و پسرها ۱۲۴
۸. ضیافت شام در کلوب فارغ‌التحصیلان دانشگاه تد ۱۲۹
۸. شخصیت را تغییر ندهید: حالت را عوض کنید ۱۳۲
- پاک کن ۱۳۹
- «مایکل» و کانگارو ۱۴۱

والدین نیز انسان‌اند

۹. هر چه احساس می‌کنیم، واقعی است ۱۴۷
- شاید همیشه انسان نداند چه احساسی دارد! ۱۴۷
- «من حقیقتاً این کار را نمی‌خواهم!» ۱۵۶
۱۰. حمایت از من، از آنها - از همگی ما ۱۶۰
۱۱. احساس گناه و عذاب ۱۶۷
۱۲. خشم ۱۷۹
۱. هیولای درون ۱۷۹
۲. تطبیق دادن پیام با حالت روحی ۱۸۸
۳. وقتی کلمات اثر ندارند ۱۹۳
۴. عمل و محدودیت‌های آن ۱۹۸
۵. باز هم منفجر می‌شویم ۲۱۴
۶. راه بازگشت ۲۲۰
۱۳. چهره نوین یک والد ۲۳۰

پیشگفتار چاپ دوم

پس از گذشت شش ماه از چاپ نخست این کتاب، هنوز مورد تشویق خوانندگان این کتاب قرار می‌گیرم. کسانی که از نزدیک با آنها در تماس هستم اغلب از سادگی زبان کتاب و محتوای غنی آن سخن می‌رانند. عده‌ای نیز می‌پرسند آیا ممکن است چنین روشی را در درازمدت به کار بست؟ آیا می‌توان «زبان جدید ایجاد رابطه با کودکان» را چنان آموخت که برای والدین، طبیعی جلوه کند و بخشی از وجودشان شود؟ و از همه مهم‌تر، آیا این روش نو در جامعه ما نیز قابل پیاده شدن است؟

همان‌طور که در مقدمه چاپ نخست اشاره شده است، روش دکتر جینات محتوایی عام دارد، ولی جزئیات رفتار والدین با فرزندان به طور قطع باید تحت تأثیر فرهنگ و جو سرزمینی که والدین و کودک در آن زندگی می‌کنند باشد. پس چنانچه از جزئیات امر بگذریم، کل روش در هر جای عالم قابل اجراست. توصیف کردن، به جای متهم کردن، راهنمایی کردن، به جای سرکوفت و مؤاخذه، همدردی کردن، به جای خفه کردن و نفی احساسات، همه اینها به هر زبانی و در هر کشوری می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد. حتی با زبان اشاره هم می‌توان آن را به کار بست. تنها، عزم راسخ و پشتکار، ضامن موفقیت شخص در اجرای درست این روش است و بس.

روش استفاده شده در کتاب، نه تنها در مورد کودکان کارایی دارد، بلکه در برخورد با بزرگسالان و در روابط اجتماعی نیز می‌تواند از کشمکش‌های بیهوده و زاید پیشگیری کند و از تلف شدن انرژی و وقت گرانبهای انسان‌ها جلوگیری نماید.

وانگهی، زمانی که متقاعد شدیم که روش مورد بحث کارایی دارد، به جنبهٔ دیگر قضیه که همانا سلامت روانی افراد و جامعه‌ای است که در آن زندگی می‌کنیم، نیز باید به مثابه دستاوردی مهم نظر افکنیم. دلیلی ندارد فرزندمان را درگیر عقده‌های عدیدهٔ روانی و مشکلات اجتماعی بیابیم تا به فکر تجدیدنظر در روش‌های موجود و متداول در جامعه بیفتیم و سپس با شک و تردید به آن نگاه کنیم. سلامت کل جامعه، سلامت خانواده را تضمین می‌کند و سلامت خانواده، سلامت شخصی را. چه فایده فرزندی معقول، سالم و کامل بار آوریم که در جامعه‌ای از نکبت غوطه بخورد؟ طرز برخورد یک‌یک ما با همدیگر در وضع روانی جامعه مؤثر است. جامعه‌ای که افراد آن از سلامت فکر و روان برخوردار نباشند، جامعه‌ای مریض، مصیبت‌زده، عقب‌گرا، و پرمخاطره خواهد ماند. اگر کوشش‌های ما در ترویج و اشاعهٔ روشی باشد که ایمان داریم به افراد جامعه کمک می‌کند انسان‌هایی کامل و سالم باشند، پس همهٔ ما باید آن را یک وظیفهٔ ملی-انسانی تلقی کنیم.

پدر و مادر گرامی، خوانندهٔ عزیز، اگر اعتقاد پیدا کرده‌اید که «می‌شود بهتر از این زیست» و اگر معتقد به اساس مباحث مطرح‌شده در این کتاب هستید، در به کار بردن، اشاعه و تطبیق این روش با شرایط زندگی خود بکوشید. از دریافت انتقادات و پیشنهادهای شما بسیار خوشحال خواهیم شد.

گیتی ناصحی

شهریور ۱۳۶۹

پیشگفتار چاپ اول

کتابی که در دست دارید حاصل تجربیات دو مادر است که به مدت پنج سال در یک گروه تربیت کودک شرکت کردند تا بتوانند فرزندان‌شان را با روش‌های بهتر پرورش دهند.

روانشناس نامی کودک، دکتر هایم جینات که عمری را صرف مطالعه و تحقیق در مورد کودکان کرده است با تشکیل جلسات متعدد، تجربیات خود را در زمینه تربیت و پرورش کودکان در اختیار گروه‌های علاقه‌مند متشکل از والدین، معلمان، مربیان و گروه‌های دیگر که به نحوی با کودکان در تماس بودند می‌گذاشت.

ادل فیبر^۱ و ایلین مزلیش^۲ – نویسندگان کتاب – حاصل یک دوره پنج‌ساله کار گروهی زیر نظر دکتر جینات را با زبانی ساده در این کتاب گرد آورده‌اند. آنها با طرح شکست‌ها و موفقیت‌های‌شان در جریان پنج سال کار مداوم و عملی با فرزندان‌شان نشان می‌دهند که تربیت کودک، یک کار ساده و پیش‌پاافتاده نیست و به دانش، تجربه و مهارت مخصوص نیاز دارد.

از آنجا که نویسندگان کتاب روان‌شناسان حرفه‌ای نیستند، در این کتاب از اصطلاحات مشکل و فنی خبری نیست و نویسندگان با ساده‌ترین زبان، تجربیات خود را در مقام مادر در دسترس خواننده قرار داده‌اند و همین امر استفاده طیف

1. Adel Faber

2. Elaine Mazlish

وسیع‌تری از مادران را از کتاب ممکن ساخته است. خانم ادل فیبر دارای درجه‌ی لیسانس در رشته‌ی تئاتر و هنرهای نمایشی و فوق‌لیسانس علوم تربیتی از دانشگاه نیویورک است. وی مادر سه فرزند است و در مدارس نیویورک تدریس می‌کند. خانم ایلین مزلیش دارای درجه‌ی لیسانس در رشته‌ی تئاتر است و در مؤسسات پرورش کودکانی که دارای مشکل تربیتی هستند اشتغال دارد. او نیز مادر سه فرزند است. این دو پس از شرکت طولانی در جلسات «پرورش کودک» دکتر جینات، به اشاعه‌ی روش جدید تربیتی وی پرداخته، در این زمینه با پدران و مادران زیادی به گفت‌وگو نشستند و با شرکت فعال در کلینیک‌های راهنمایی کودک بر غنای تجارب خود افزودند.

اگرچه تجربیات نویسندگان برای خواننده هیچ‌گونه بیگانگی‌ای ندارد و مثال‌های کتاب عموماً برای مادران اکثر نقاط دنیا آشناست، با وجود این خواننده باید به هنگام استفاده از این کتاب و تجارب مطرح‌شده در آن، تفاوت‌ها و ارزش‌های ملی و فرهنگی خاص خود را مورد توجه قرار دهد و توجه داشته باشد که بدون در نظر گرفتن آنها قادر به پرورش کودک خود بر یک مبنای اصولی و صحیح نخواهد بود. خواننده این کتاب پس از مطالعه‌ی دقیق آن قطعاً نمی‌تواند به فرضیه‌های قدیمی و روش‌های ازکارافتاده در تربیت کودک وفادار بماند و مسلماً با دنیای جدیدی در زمینه‌ی چگونگی پرورش کودک مواجه خواهد شد. من خود با مطالعه‌ی کتاب و تجربه‌ی کردن مسائل مطرح‌شده در آن به این نتیجه رسیدم. از این رو حیقم آمد که پدر و مادر ایرانی از آن بی‌بهره بمانند.

گیتی ناصحی

مقدمه

ما همگی از یک موقعیت عالی بهره بردیم. همه ما پنج سال متمادی عضو گروهی از پدران و مادران بودیم که تحت نظارت روان‌شناس، نویسنده و سخنور شهیر، دکتر هایم جینات، تشکیل جلسه می‌داد؛ و این فوق‌العاده بود. او معلم مبرز بود که می‌توانست مشکل‌ترین مفاهیم را با وضوح کامل توضیح دهد، مطالب را آن‌قدر تکرار می‌کرد که برای همه قابل درک باشد و دائماً از ایده‌های ما بهره می‌گرفت. در ازای این همه، او از ما می‌خواست که تجربه کنیم، آموخته‌های مان را با دیگران در میان بگذاریم و استعدادهای مان را به کار اندازیم.

نتیجه این تجربه‌ها بسیار پربار از کار درآمد. درحالی‌که کوشش می‌کردیم تئوری‌ها را به عمل درآوریم و عمل را به مفهومی‌های شخصی بدل سازیم، از تغییراتی که در ما، گروه و خانواده‌های مان به وجود آمده بود، آگاه می‌شدیم. ما به خاطر فراگرفتن این مهارت‌ها به دکتر جینات بسیار مدیونیم. او به ما آموخت تا برای فرزندان مان مفیدتر و نسبت به خود سخاوتمندتر باشیم و ما هرگز نخواهیم توانست محبت‌های او را جبران کنیم. تنها کاری که از ما ساخته است، در میان‌گذاردن تجربیات مان با مادران دیگر است، با این امید که آنچه برای‌شان مفید است، از این مجمل برگیرند.

ادل فیبر - ایلین مزلیش

«... و در آغاز کلام بود»

اگر هر کار می‌کردم درست بود، پس چرا هنوز این همه مشکل وجود داشت؟ شک نداشتم که اگر از بچه‌هایم تمجید و تعریف می‌کردم – یعنی به آنها می‌فهماندم که چقدر برای تلاش‌هایشان ارزش قائلم – آنها خودبه‌خود متکی به نفس بار می‌آیند. پس چرا دختر کوچکم جیل^۱ این همه به خود بی‌اعتماد بود؟ اطمینان داشتم که اگر با بچه‌ها با دلیل و منطق صحبت کنم، یعنی همه چیز را آرام و با دلیل توضیح دهم، آنها نیز واکنشی معقول خواهند داشت. پس چرا هر بار که چیزی را برای پسر دیوید^۲ توضیح می‌دادم او شروع به جروبحث می‌کرد؟ من اعتقاد داشتم که اگر بگذارم بچه‌ها، خود کارهایشان را انجام دهند، یاد می‌گیرند که متکی به خود باشند. پس چه می‌شد که پسر کوچکم اندی^۳ مدام به من آویزان می‌شد و نق می‌زد؟

دیگر همه اینها اعصابم را خرد می‌کرد. ولی رفتار خودم این اواخر بیش از همه نگران‌کننده بود. بامزه بود: من که قصد داشتم مادر نمونه قرن بشوم و همواره خود را از آن مادران پرسروصدایی که فرزندشان را در فروشگاه‌ها با تغییر به دنبال خود می‌کشیدند برتر می‌دانستم؛ من که مصمم بودم هرگز اشتباهات پدر و مادرم را در

1. Jill

2. David

3. Andy

مورد فرزندانم تکرار نکنم؛ من که تصور می‌کردم چیزهای زیادی از قبیل محبت، صبر، شور زندگی و ... می‌توانم به فرزندانم تقدیم کنم؛ بله، همین من، صبح وقتی وارد اتاق بچه‌ها شدم با دیدن کمی رنگ که کف اتاق ریخته بود، چنان فریادی کشیدم که خریداران پرسروصدای داخل فروشگاه‌های بزرگ در مقابلم مانند فرشته‌ای بودند.

ولی بدتر از همه، چیزهایی بود که بر زبان راندم: «حال آدم به هم می‌خورد ... کثافت‌ها ... یک دقیقه نمی‌توانم به شماها اعتماد کنم؟»

اینها دقیقاً حرف‌هایی بود که در کودکی خود شنیده بودم و از آنها تنفر داشتم. پس آن همه صبر و حوصله کجا رفته بود؟ کجا رفت آن همه شوق که می‌خواستم با خود به خانه بیاورم؟ چطور این همه از رؤیاهای خود دور شده بودم؟ در این وضع روحی بودم که چشمم به نامه‌ای از طرف کودکانستان افتاد که از والدین دعوت کرده بود در جلسه سخنرانی یک روان‌شناس کودک شرکت کنند. خیلی خسته بودم، ولی می‌دانستم که باید در آن جلسه شرکت کنم. آیا می‌توانستم دوستم «هلن»^۱ را هم راضی کنم با من بیاید؟ شک داشتم. هلن اغلب گفته بود که به متخصص‌ها بی‌اعتماد است. او ترجیح می‌داد که به «عقل سلیم و غریزه طبیعی» اتکا کند. برخلاف من، او در مقام یک مادر، توقع زیادی از خود ندارد و چندان نگران بچه‌ها و اهداف بلندمدت آنها نیست. شاید علت این باشد که او مجسمه‌ساز است و سرگرمی‌هایی در خارج از منزل دارد. در هر حال گاهی به آسان‌گیری او و اعتماد به نفسش حسادت می‌کردم. همیشه به نظر می‌رسد که همه چیز را در کنترل دارد. البته این اواخر او هم از بچه‌هایش گله‌مند بود و با آنها درگیری داشت. گویا هر کاری هم که می‌کرد مؤثر نمی‌افتاد. ظاهراً، نه «غریزه طبیعی و نه عقل سلیمش» برای حل دعوای هر روزه آنها کافی نبود.

در حالی که شماره تلفن هلن را می‌گرفتم، فکر کردم شاید با وضعیتی که پیش آمده تعصبش را در مورد متخصص‌ها کنار بگذارد و با من بیاید. وقتی با او صحبت کردم، لجاجت کرد و گفت حتی اگر خود زیگموند فروید هم امشب سخنرانی کند، باز نخواهد آمد، و دیگر از موعظه‌های تکراری درباره اینکه چطور باید بچه‌ها از

محبت، امنیت، انعطاف، برخورد جدی و یکسان، و باز هم محبت و ... برخوردار باشند، خسته شده است.

او گفت آخرین باری که به چنین جلساتی رفته، تا چند روز پس از آن، با حالتی عصبی در اتاقها قدم می‌زده و مقدار ابراز محبتش را نسبت به بچه‌هایش تخمین می‌زده، و هنوز از آن تجربه قبلی چنان رهایی نیافته که خود را در معرض یک سلسله کلی‌گویی‌های اضطراب‌آور جدید قرار دهد.

صدای فریادی از آن سوی تلفن به گوشم رسید:

— الان به مادر می‌گم، الان به مادر می‌گم!

— اگر بگی من هم دوباره می‌کنم!

— مامان! «بیلی»^۱ یک چیزی به طرف من پرت کرد!

— اون انگشت‌های من رو لگد کرد!

— نخیر، من نکردم! تو دروغگوی بزرگی هستی! ...

— ...

هلن نالید: خدا یا! باز افتادند به جون هم! ای خدا کی از دست شماها خلاص

می‌شم!

پس از این مشاجره با بچه‌ها، به نظر آمد که راضی شد به سخنرانی بیاید.

ساعت هشت به منزل هلن رفتم تا با هم به سخنرانی برویم. سخنران آن شب، دکتر «هایم جینات»، روان‌شناس کودک و مؤلف کتابی جدید به نام رابطه میان والد و فرزند^۲ بود. او سخنرانی خود را با یک پرسش آغاز کرد:

در زبانی که من برای سخن گفتن با کودکان به کار می‌برم چه چیز جدیدی

وجود دارد؟

همه با تعجب به هم نگاه کردیم. او ادامه داد:

زبانی که من به کار می‌برم ارزیابی نمی‌کند. من از کلماتی که شخصیت و

توانایی بچه را مورد قضاوت قرار می دهد پرهیز می کنم. من از کلماتی مانند «احمق، چلفتی، بد» و حتی کلماتی مانند «قشنگ، خوب، عالی» نیز دوری می کنم، به خاطر اینکه کمکی به کارها نمی کنند. این کلمات راه را بر کودک می بندند. در عوض، من از واژه هایی استفاده می کنم که توصیف می کنند. من چیزهایی را که می بینم توصیف می کنم. آن چیزی را که حس می کنم توصیف می کنم. چندی پیش دختر بچه ای نقاشی ای به دستم داد و پرسید: «قشنگ است؟» به آن نگاه کردم و پاسخ دادم: «من اینجا یک خانه بنفش، یک خورشید قرمز، یک آسمان راه راه، و یک دنیا گل می بینم.» دخترک لبخندی زد و گفت: «الان یکی دیگر می کشم!» حالا تصور کنید اگر پاسخ می دادم: «خیلی زیباست، تو هنرمند بزرگی هستی!» مطمئناً آن نقاشی آخرین کار آن روز او می شد. آخر از «عالی» و «بسیار زیبا» به کجا می توان رفت؟ کاملاً مطمئن هستم که کلماتی که ارزیابی می کنند، جلو پیشرفت کودک را می گیرند. اما کلماتی که توصیف می کنند، بچه را آزاد می گذارند.

من کلمات توصیفی را به این دلیل می پسندم که آنها کودک را به حل مسائل خود دعوت می کنند. بگذارید مثالی بزنم: اگر کودکی یک لیوان شیر را روی زمین بریزد، به او می گویم: «می بینم که شیر ریخته است.» سپس یک تکه پارچه یا یک ابر به او می دهم. به این ترتیب من از سرزنش کردن پرهیز می کنم؛ بر آن چیزی که باید تأکید می کنم و کاری را که باید کرد، مشخص می کنم. اگر می گفتم: «احمق، تو مدام همه چیز را می ریزی، تو هرگز یاد نخواهی گرفت!» مطمئن باشید که تمام نیرویی که باید برای یافتن راه حل صرف می شد، برای دفاع از خود به کار می رفت و حتماً چنین چیزی را در پاسخ می شنیدم: «بابی دستم را هل داد!» یا «تقصیر من نبود، سگه بود.»

در این موقع خانم نوبل^۱، که احساس می کرد بسیار دانشمند است، انگشتش را بلند کرد و گفت: «آقای دکتر جینات! مطالبی که گفتید خیلی جالب بود. اما من همیشه اعتقاد داشته ام تا زمانی که کودک می داند شما دوستش دارید دیگر هر چه به او بگویید اهمیتی ندارد. اگر بچه حس کند شما واقعاً او را دوست دارید تقریباً هر

چیزی را می‌توانید به او بگویید. منظورم این است که در نهایت، آیا این محبت نیست که به حساب می‌آید؟»

دکتر جینات متفکرانه گوش داد و سپس گفت:

به نظر شما تا آنجا که محبت هست، کلمات اهمیتی ندارند. من نظر دیگری دارم. فرض کنیم شما در یک مهمانی هستید و تصادفاً نوشابه خود را روی زمین می‌ریزید. فکر می‌کنم ناراحت‌کننده باشد اگر شوهر شما - اگرچه با لحنی محبت‌آمیز - بگوید: «چلفتی، می‌بینم که دوباره دسته گل آب دادی! اگر برای خرابکاری جایزه می‌دادند جایزه اول نصیب تو می‌شد.»

خانم نوبل با ناراحتی لبخند زد. دکتر جینات ادامه داد:

فکر می‌کنم شما ترجیح می‌دادید که شوهرتان بگوید: «عزیزم، می‌بینم که نوشابه‌ات ریخته، از من کمکی ساخته است؟ بیا دستمال مرا بگیر.»

این اولین بار بود که می‌دیدم خانم نوبل حرفی برای گفتن ندارد. دکتر جینات ادامه داد:

من نقش محبت را انکار نمی‌کنم. محبت مثل ثروت است. حتی در مورد ثروت مادی هم گهگاه می‌بینیم که وجوه کلان بایستی به پول خرد تبدیل شود. در اتاقک تلفن عمومی، پول خرد بیش از اسکناس درشت به درد می‌خورد. برای اینکه محبت ما فایده‌ای برای فرزندانمان داشته باشد، باید یاد بگیریم که چگونه آن را به کلمات کوچک‌تری تقسیم کنیم تا لحظه‌لحظه به آنها کمک کند، مانند زمانی که شیر بر روی زمین ریخته بود، یا زمانی که آن نقاشی برای اظهار نظر به دستمان داده شد. حتی زمانی که خیلی عصبانی هستیم، می‌توانیم کلماتی را به کار ببریم که به افراد مورد علاقه ما صدمه نزنند.

سپس دکتر جینات در مورد «خشم بدون توهین» صحبت کرد. او این مطلب را کاملاً مشخص کرد که لزومی ندارد والدین همیشه با صبر و حوصله باشند. او به این موضوع اشاره کرد که چقدر مفید است که گاهی پدر و مادر عصبانیت خود را ابراز

کنند، البته تا جایی که به کودک توهین روا ندارند. در حقیقت خشم واقعی ما یکی از بهترین شیوه‌ها برای تغییر دادن رفتارهاست.
دکتر جینات از ما پرسید:

و چگونه این را در عمل پیاده می‌کنیم؟ از کلماتی استفاده می‌کنیم که توصیف می‌کنند. به شخصیت فرد حمله نمی‌کنیم. مثلاً اگر اتاق نامرتب کودکی، والدینش را ناراحت می‌کند، والدین باید احساس واقعی خود را ابراز کنند، اما نه با توهین و متهم کردن، نه با: «چرا تو این قدر شلخته‌ای!»، نه با: «تو هرگز از وسایلت مواظبت نمی‌کنی! تا به حال هر چه برایت خریده‌ام خراب کرده‌ای.»

امکان دارد با چنین کلماتی، کودک اتاقش را مرتب کند، اما روحیه رنجش از والدین و احساسی نامطبوع در مورد خودش همواره برای او باقی خواهد ماند. مسئله این است که والدین این احساس عصبانیت را طوری ابراز کنند که در عین حال به کودک کمک کند. پدر و مادر می‌توانند توصیف کنند، می‌توانند بگویند: «ظاهر این اتاق برای من خوشایند نیست!» یا: «دارم چیزی می‌بینم که خیلی مرا عصبانی می‌کند، جای لباس و کتاب و اسباب‌بازی، داخل گنجه و کمد است.» یا: «وقتی می‌بینم همه چیز روی زمین ریخته خیلی عصبانی می‌شوم! دلم می‌خواهد پنجره را باز کنم و همه چیز را بیرون بریزم!»

مردی از میان شنوندگان دستش را به علامت سؤال بلند کرد و گفت:

دکتر جینات به نظر می‌رسد بعضی از شیوه‌هایی که شما پیشنهاد کردید بیشتر به درد یک فرد متخصص می‌خورد. من نمی‌توانم مجسم کنم که یک فرد عادی بتواند از این شیوه استفاده کند.

دکتر جینات پاسخ داد:

من اعتماد زیادی به افراد «معمولی» دارم. چه کسی بیشتر از یک پدر و مادر «عادی»، منافع فرزندش را در نظر دارد؟ تجربه من این است که زمانی که

والدین مهارت‌های خاصی را برای کمک بیشتر فرا می‌گیرند، نه تنها می‌توانند این مهارت‌ها را به کار برند، بلکه آنها را با شیوه‌ای که مخصوص هر یک از آنهاست، و با محبت، انجام می‌دهند.

سخنرانی دکتر جینات نیم‌ساعت پس از آن هم ادامه داشت. او نظریه «وکیل مدافع» فرزند خود بودن را ارائه داد و گفت: «بچه‌ها به اندازه کافی قاضی، دادستان و شاکی دارند؛ پدر و مادرها می‌توانند وکیل مدافع کودک باشند.» او درباره پذیرفتن همه احساسات کودکان صحبت کرد و تذکر داد که از به کار بردن شیوه‌های محکوم به شکست، مانند طعنه زدن، هشدارهای مکرر و قول دادن پرهیز کنیم.

پس از پایان سخنرانی، عده‌ای از والدین که می‌خواستند با دکتر جینات خصوصی صحبت کنند او را احاطه کردند. ما تصمیم گرفتیم به میان جمعیت نرویم. در عوض، به فضای سرد بیرون قدم گذاشتیم و در سکوت، به انتظارگرم شدن موتور اتومبیل نشستیم. هر دو می‌دانستیم که با چیزی روبه‌رو شده‌ایم که عمیقاً ما را تحت تأثیر قرار داده است. با این همه نمی‌توانستیم بگوییم آن چیست؟ ما آن شب حرف‌هایی شنیدیم که می‌توانست بلافاصله مورد استفاده کامل قرار گیرد. با این وصف، احساس می‌کردیم که این صحبت‌های ساده بر عقاید عمیق استوار است. در راه برگشت، سعی کردیم افکارمان را دسته‌بندی کنیم: آیا ما می‌توانستیم آنچه را که شنیده بودیم به کار بندیم؟ آیا آنها سودمند واقع می‌شد؟ آیا بیان مطالب به شیوه‌های جدید بیان عجیب و غریب نمی‌نمود؟ بچه‌ها چه عکس‌العملی نشان می‌دادند؟ آیا اصلاً آنها متوجه تغییرات می‌شدند؟ آیا برای تغییرات، خیلی دیر نشده بود؟ آیا تابه‌حال صدمه‌های جبران‌ناپذیری بر آنها وارد نشده بود؟ همه اینها را چطور برای همسرانمان توضیح بدهیم؟

عصبانیت شدید آن روز صبح خود را در مورد ریختن رنگ به یاد آوردم و گفتم:

هلن، فکر می‌کنم اگر من فقط می‌گفتم: «یه کم رنگ روی زمین ریخته، بریم یک تکه پارچه بیاریم»، کل آن ماجرای صبح قابل اجتناب بود.

هلن به من نگاهی کرد و گفت:

مطمئن نیستم. امروز صبح خیلی عصبانی بودی، اما حالا چندان عصبانی به

نظر نمی‌رسی. دکتر جینات گفت اگر احساسی دارید اونو نشون بدین.
 — بسیار خوب، شاید بهتر بود می‌گفتم: «وقتی رنگ روی زمین می‌بینم
 آن قدر عصبانی می‌شم که دلم می‌خواد همه ظرف‌های رنگ را توی ظرف
 آشغال بریزم!»

هلن گفت:

مرا که حسایی تحت تأثیر قرار دادی، اما آیا با بچه‌های واقعی هم این شیوه
 مؤثر واقع می‌شود؟ ببین! فکر ناجوری به سرم زد: فرض کنیم بچه‌ها چیزی
 را روی زمین نریزند، اون وقت چی؟

هر دو خندیدیم. چون به نظرمان رسید که منتظر حادثه بعدی هستیم، شاید
 بتوانیم تا مطالب در ذهن مان تازه است، تمرین کنیم.
 انتظار ما چندان طول نکشید. چند روز بعد شیر روی زمین ریخت، ما توصیف
 کردیم، آنها تمیز کردند!

معجزه کوچکی رخ داده بود. با اینکه از موفقیت خود متحیر بودیم (شاید بتوان
 آن را شانس ناشی‌ها نامید) اما متوجه شدیم باید بیشتر بیاموزیم. کتاب دکتر جینات
 به نام رابطه میان والد و فرزند را خریدیم. وقتی فهمیدیم کتاب پر از مثال‌های خوب
 است که می‌تواند فوراً مورد استفاده قرار گیرد، خیلی خوشحال شدیم. همین قدر که
 کلمات را به شکل چاپ شده، روی صفحات کاغذ، در اختیار داشتیم، وسیله‌ای پیدا
 کردیم که به آن اتکا کنیم. مثلاً یک شب که من و شوهرم آماده خروج از منزل بودیم،
 پسر کوچکم اندی پایم را چسبید و گریه کنان گفت: «مامان، نرو! پیش من بمان!»
 به آرامی خود را از دستش خلاص کردم و آهسته کتاب را برداشتم، در گوشه
 خلوتی قسمتی از کتاب را با عنوان «والدین برای خوش بودن نیاز به کسب اجازه از
 کسی ندارند» پیدا کردم و آن را به سرعت خواندم. وقتی بیرون آمدم، کاملاً آماده
 بودم. گفتم: «عزیزم، می‌دانم که تو دلت می‌خواهد امشب بیرون بروم. تو دلت
 می‌خواهد ما پیش تو بمانیم، اما من و پدرت خیال داریم برویم سینما و از یک فیلم
 خوب لذت ببریم.» شاید حرف‌هایم، مثل یک خطابه بود، ولی به هر حال به آسانی و
 بدون تحمل صحنه‌های ناخوشایند از خانه بیرون آمدم.