استشارات أسرية

كيف أكون صديقة لابنتي المراهقة؟!



السبت 5 يونيو 2021 01:51 م

كتبت أم إسماعيل من مصر تسأل:

أرجو منكم تعريفي كيف أكون صديقة لبناتي؛ لأني لا أجيد الكلام ونوع الحوار، طول الوقت صامتة معهن، وأشعر بأني مخنوقة؛ فماذ أفعل؟!

• تجيب عليها الدكتور منال يوسف محرم- استشاري نفسي وأسري:

يا أم المراهقة..

عليك الانتباه قبل دخول ابنتك للمراهقة بسنة تقريبًا وعلى أي حال مهمة وبسيطة اليكِ عدة خطوات:

1- هدية مخبأة وسط ملابسها, أو ملابس جديدة موضوعة بداخل دولابها, تلك الهدية لن تنساها.

2- طبعي قبلة على خدها، ينشر بجسمها إحساسًا بالسعادة, واعلمي أنها سوف تحس بها يومًا حتى وإن كانت مغمضة العينين.

3- لا تحرميها من أحضانك, فبين كل فترة وفترة احضنيها بقوة, عند سماع خبر سعيد, أو قدمت لك شيئًا جديدًا، فأعيديها لمنبع سعادتها.

4- عالجي أخطاءها بالبحث عن المسببات لا بنقد الأفعال, فعندما تجدين عليها أي تصرف لا يعجبك, ابحثي عن مصدر هذا الفعل, ومن أين تلقته؟ وما دوافعه؟ فقد يكون خلفه أمور أعظم تحتاج إلى إعادة بناء وتصحيح.

5- تقربي من صديقاتها, واسألي عنهن, وحاولي أن تجلسي معهن, وأن يأتين لبيت ابنتك، فذلك يبني بينكم جسور محبة وثقة وألفة.

6- اتفقي مع مدرستها أن تقدم لها جائزة مدفوعة من قبلك, إذا تفوقت في أي عمل أو أي جهد مدرسي.

7- حافظي على زيارتها في مدرستها, وقابليها أمام مدرساتها ومديرتها, وأظهري مدى فخرك بها أمامهم ومدى تساعدها معك في بيتك, ثم انفردي بأعضاء التدريس واسأليهم عن كل مايخصها من سلوك وتجاوب وتعاون.

8- عالم الفتيات المدرسي مليء بأشياء كثيرة وعجيبة, فهناك التفاخر والتنافس والمظاهر, كيف تجعلين فتاتك تعيش وسط تلك الأجواء ولا تتأثر بالسيئ منها. هذا يتطلب أن تكوني مطلعة على ما يحدث في الساحة من تلك المظاهر, فإذ لم تكوني مدرسة مطلعة, فيجب أن تسألي القريبات من المدرسات عن حال الطالبات, وما الذي يجذب اهتمامهن؟ وكيف يتأثر الأخريات ببعض من يروج لتلك المظاهر؟, وكيف الحلول التي يعمل بها في المدراس للخرج من تلك المآزق؟

9- من الأشياء التي يجب أن تزرع في نفوس الفتيات أن العالم من حولنا يعج بالحسن والسيئ, وأن الإنسان الموفق هو الذي يحافظ على دينه وعاداته وتقاليده بدون أن يكون عرضة لكل صيحة أو صرخة تؤثر عليه, وأن أكثر الناس فهماً لتلك الأشياء السيئة والحسنة هم الذين عركتهم الحياة ولهم تجارب فيها, وأحرص الناس على مصالح أبنائهم هم آباؤهم؛ لذا فعندما تواجهنا بعض الشكوك أو الخيارات التي يصعب علينا أن نميز الحق والباطل فيها, فيجب أن نعود إلى من هم عون لنا بعد الله, وهم الآباء والأمهات والمقربون من الأخوات والإخوان والصالحين.

10- تعريف الفتيات بالحلال والحرام, ثم زرع الرقابة الذاتية(الضمير) في نفوس الفتيات يحرك في نفوسهن الخوف من الله في كل وقت وفي كل حين, فالأم قد تغفل, والأب قد ينشغل, والأخ قد يلهو, ولكن يبقى السميع العليم البصير هو الرقيب على كل شيء الله سبحانه وتعالى.

11- إن كانت فتاتك تملك جهاز جوال, فرسالة حب ترسلينها لها تنعش قلبها, وتنير بصرها, وتشعرها بقدر المحبة التي تجمعك بها, فاجعليها مفاجأة بين كل فترة وفترة.
12- إن علمت أي نشيد تفضل فاجعلي نغمة الاتصال القادمة منها هي بنشيدها المفضلة.

13- غزو الروايات يحط رحاله بين الفتيات, فيغري الصغيرة بعيش المغامرة, ويشعر الغافلة بأن الجميع لهم نفس تلك الحكاية, ويحرك القلوب إلى اتجاهات عدة, ويلهيها عن أفضل شيء له معدة, لذا فيجب أن تصل يدك إلى قلبها قبل أن تصلها أيدي كتاب الروايات الماجنة أو الخيالية غير المحافظة, فادفعي إليها بقصص السيرة, والروايات الإسلامية والعالمية العفيفة, والمجلات الدورية أو العلمية المفيدة.

14- اجعلي كل شيء تريدين إيصالها لها وأنت لا تعرفين مقدار الميول له اجعلي معه شيئًا تضمنين أنها تحبه, فمثلاً إذا كنت لا تعرفين مقدار حبها لأشرطة الأناشيد ومتيقنة لحبها للهدايا من الساعات, فادفعي لها بهدية مكونة من ساعة ومعها أشرطة, فتلك الهدية المحبوبة سوف تقرب إليها الأخرى التي لا تعلمين مدى حبها لها.. وهكذا.

15- الحياة ليست قائمة على الترفيه فقط, كيف نصل بهم لهذه القناعة والعالم من حولها يعج بطلبات الترفيه ويتفننون بذلك وباقتنائه, وجود المراكز التي تعتمد على التعليم بالترفيه قد فك أزمة, وأوجد بديلاً يمكن أن يستفاد منه؛ لذا رتبوا زيارة لمثل هذه المراكز.

16- دخول النت فتح للعلم, وانفتاح على العالم, وتوسيع للمدارك والمعارف, ولكن كيف الرقابة على من هم في سن المراهقة؟ هذه مشكلة يعيشها الآباء والأمهات, و مصدر المشكلة أن النت مليئة بالصالح والطالح, فكيف لفتاة غضة الغصن تتفتح عينيها على هذا العالم؟! وكيف لعقلها الذي غادر قبل فترة قليلة مراحل الطفولة ويسقط في عالم غريب مثل هذا العالم؟! فهنا يجدر بالأمهات أن تشارك ابنتها عالمها النت, وتعيش معها رغبتها وإن كانت لا تتماشى مع هواياتها, فتطلب منها أن تشترك لها باسم معرف لمنتداها, أوموقعها المفضل وتشارك بقوة وأن تتناقش مع صغيرتها بأمور موقعهما المحبب, وأن تعيش معها كعضوة فاعلة, فتشارك مع صغيرتها همومها المرحلية, ومن الحلول كذلك أن يشارك البيت في خطوط النت التي تتفحص المواقع, و تحجب ما يخالف.

وبالتوفيق.