

## كيف أكون صديقة لابنتي المراهقة؟!



5 مايو 2013  
كتب: أم إسماعيل- مصر:

أرجو منكم تعريفي كيف أكون صديقة لابنتي؛ لأنني لا أجيد الكلام ونوع الحوار، طول الوقت صامتة معهن، وأشعر بأني مخنوقة؛ فماذا 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 اليك عدة خطوات:

- 1- هدية مخابرة 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، فأعديها 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، واسألني 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 مدرستها ومديرتها، وأظهري مدى فخرك بها أمامهم ومدى مساعدتها معك في بيتك، ثم انفردي بأعضاء التدريس واسألهم عن كل ما يخصها 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، فإذا لم تكوني مدرسة مطلعة، فيجب أن تسألني القريبات من المدرسات عن حال الطالبات، وما الذي يجذب اهتمامهن؟ وكيف يتأثر الأخريات ببعض من يروج لتلك المظاهر؟ وكيف الحلول التي يعمل بها في المدارس للخروج من تلك المأزق؟
- 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 عرّكتهم الحياة ولهم تجارب فيها، وأحرص الناس على مصالح أبنائهم هم أبأؤهم؛ لذا فعندما نواجهنا 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 والمصالحين.

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، فاجعلها مفاجأة بين كل فترة وفترة.

12- إن علمت أي نشيد تغفل فاجعلي نعمة الاتصال القادمة منها هي بنشيدها المفضلة.

13- عزو الروايات يحط رحاله بين الفتيات، فيعري الصغيرة بعيش المعامرة، ويشعر العاقلة بأن الجميع لهم نفس تلك الحكاية، ويحرك القلوب إلى اتجاهات عدة، ويلهيهما عن أفضل شيء له معدة، لذا فيجب أن تصل يدك إلى قلبها قبل أن تصلها أيدي كتاب الروايات المأجنة أو الخيالية غير المحافظة، فادفعي إليها بقصص السيرة، والروايات الإسلامية والعالمية العفيفة، والمجلات الدورية أو العلمية المفيدة.

14- اجعلي كل شيء تريدن إيصالها لها وأنت لا تعرفين مقدار الميول له اجعلي معه شيئاً 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 الفناعة والعالم من حولها يعج بطلبات الترفيه ويتفننون بذلك وباقتنائهم، 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 بالمصالح والمطالغ، 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 تشاركها باسم معرف لمنتداها، أو موقعها المفضل وتشارك بقوة وأن تتناقش مع صغيرتها بأمور موقعها 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.