



دکتر مهتاب علی نژاد
جامعه‌شناس

مادر باشید نه فرمانده مادرانگی نیازمند خردورزی است

تیک عصبی دارد. همان طور که روی صندلی نشسته است، مرتب زانوهاش را تکان می‌دهد و گاهی ناخنش را با دندان می‌جود. نگاهش می‌کنم و می‌پرسم: می‌توانی درباره چیزی که این همه عصبی و اندوهگینت کرده صحبت کنی؟ سکوت می‌کند. بعد بلند می‌شود و می‌رود. چه تجربه‌ای داشته که آموخته است به جای گفت‌وگو و تشریح مشکل سکوت کند؟ مادرش تماس می‌گیرد. نگران است و مستأصل. نمی‌داند آیا کاری که انجام داده است درست است. می‌گوید اتاق دختر نوجوانش را زمانی که بیرون از خانه بوده بازرسی کرده است. از نگرانی‌های مادرانه‌اش می‌گوید. از دشواری کنترل و مراقبت از دخترش. از گرگ‌های جامعه. از اینکه سعی دارد مادر خوبی باشد ولی هر رفتاری می‌کند دخترش بیشتر از او فاصله می‌گیرد. حالا کم که اتاق را بدون اجازه واری کرده و چیزی نیافته است. باز هم نگران است و می‌گوید: بدتر اینکه چیزی از اتاق پیدا نشد، اما دخترم فهمید و چند روز است با من حرف نمی‌زند. گوشه‌اش رمز دارد و نمی‌توانم گوشه‌اش را چک کنم تا ببینم چه خبر است. بعد هم مثل یک مادر نگران مستأصل گریه می‌کند: دختر داشتن سخت است. من هم هر راهی پیش می‌گیرم به در بسته می‌خورم. اگر با دخترم طرح دوستی بریزم، می‌توانم او را بهتر کنترل کنم؟ چطور می‌توانم با او طرح دوستی بریزم؟

آیا به تفاوت‌ها نگاه کرده‌اید؟

به سبک رفتاری که با دختر نوجوانتان دارید نگاه کنید. آیا به رفتاری عادی و معمولی تبدیل نشده است؟ آیا وقتی با او حرف می‌زنید این ذهنیت را دارید که او در دوره‌ای حساس و در گذار از وابستگی به استقلال به سر می‌برد؟ آیا دقت می‌کنید که نوسانات بلوغ او را حساس‌تر

و آسیب‌پذیر کرده است؟ آیا توجه دارید که شما یک انسان بالغ با تجربه هستید در حالی که او یک انسان نابالغ و فاقد تجربه کافی؟ آیا می‌اندیشید که او دیگر بچه نیست که مثل بچه‌ها همه‌جا به دنبالش بروید و کنترلش کنید و البته جوان هم نیست که بگویید آنچه باید درباره زیستن در جامعه فراگرفته باشد دیگر فراگرفته است؟ نوجوانی را شاید بتوان به دوره کارآموزی تشبیه کرد، کارآموزی

پیش از کارورزی در جوانی. مادران بسیاری دغدغه این را دارند که در روزگار دستیابی سریع و فراگیر به تلفن همراه و نبود امکان نظارت مانند گذشته بر رفتارهای نوجوان خود، چگونه می‌توانند مادر خوبی باشند. گام اول این است که به دوره نوجوانی از زاویه دید یک نوجوان نگاه کنید. یعنی این ذهنیت بزرگ‌سالانه‌تان را که نوجوان شما همه کارهای مثبت یا منفی‌اش را آگاهانه انجام می‌دهد کنار بگذارید. شما در دوره کنونی نمی‌توانید به عنوان یک مادر کنترلگر یا ناظر بیست و چهارساعته بر فرزندتان اعمال حضور و نفوذ کنید. شما هم انسان هستید و علاوه بر دختر نوجوانتان، باید به سایر کارهای منزل هم رسیدگی کنید. می‌توان درک کرد که فشارهای اجتماعی و فرهنگی روی شما بسیار است و دغدغه‌های شما را برای مادر نمونه بودن افزایش می‌دهد اما پذیرش واقعیت‌های اجتماعی می‌تواند از حجم فشارهای خانوادگی و اجتماعی‌ای که در پرورش دخترتان به شما وارد می‌شود بکاهد.

در رابطه والد و فرزند دیگران دخالت نکنید

زمانی می‌توانید به طور منطقی تصمیم بگیرید که اول ببینید، و برای اندیشیدن به ذهنی منظم نیاز دارید. از مقایسه کردن ارتباط خود و دخترتان با دیگران بپرهیزید و در رابطه والد و فرزند دیگران نیز مداخله نکنید. اگر چه رقابت اجتماعی می‌تواند فضای برای رشد بهتر و افزایش کیفیت ایجاد کند، در گستره ارتباط مادر و فرزند، رفتار خردمندانه برای ایجاد ارتباط مؤثر این است که از رقابت با دیگران در این حوزه فاصله بگیرید. مداخله در امور فرزندتان تنها مداخله‌ای متعادل و در جهت مشاوره دادن باشد. مشاوره را با نصیحت کردن اشتباه نگیرید و اگر در موردی اطلاعات کافی ندارید، از یک مشاور متخصص کمک بگیرید. اینکه مادر شما در زمان نوجوانی‌تان اتاق شما را بازرسی می‌کرده یا دفتر خاطرات شما را خوانده است که از چم و خم

زندگی‌تان مطلع شود در ایام کنونی کارساز نیست و نتیجه معکوس می‌دهد. لازمه هویت نوجوان امروز این است که شما به عنوان یک دوست و مشاور بزرگ‌سال که تجربه دارد و تحت هر شرایطی حامی او محسوب می‌شود، به صورت غیرمستقیم بر فرزندتان نظارت داشته باشید. جلب اعتماد او بسیار مهم است. اینکه بخواهید طرح دوستی بریزید، برای دنیای زیرکانه دختران امروز رفتاری غیرقابل قبول است که اعتماد را سلب می‌کند. طرح دوستی یک اصطلاح فریب‌کارانه است. بهتر است با او واقعی و عمیق دوست شوید. بگذارید گاهی شما هم حال و هوای نوجوانی‌تان را با او به خاطر آورید. از تجربه‌های دوره نوجوانی‌تان با او صحبت کنید و درباره شرایط اجتماعی و دشواری‌هایی که در مسیر بزرگ شدن تجربه کرده‌اید و فشارهای روانی و اجتماعی‌ای را که متحمل شده‌اید تا انسان امروز شوید برایش تشریح کنید. با او دوباره نوجوانی را زندگی کنید و به یاد آورید که شما هم کارهای یواشکی و رفتاری‌های خام داشته‌اید که نیت سوء و توطئه خاصی پشت آن نبوده بلکه تنها بی‌تجربگی و خامی نوجوانی بوده است. به او اطمینان دهید که به حریم شخصی‌اش احترام می‌گذارید. پیش از ورود به اتاقش در می‌زنید و به دوستانش احترام می‌گذارید حتی اگر موافق نظر شما نیستند. این گونه است که با جلب اعتماد او به صورت مادر خیرخواه و صمیمی و نه به شکل فریب‌کارانه و برای کشف رازهایی که او از شما پنهان می‌کند، نیازی به داشتن رمز گوشه‌ای نخواهید داشت و بازرسی بی‌فایده اتاق و هراس تحمل تنش ارتباطی با او را حذف می‌کنید. او را به طور غیرمستقیم به گفت‌وگو به جای سکوت تشویق می‌کنید. یادتان باشد نوجوانی دوره‌ای شرشار از اضطراب و کشف است. با روش‌های نظارتی فاقد خردمندی او را به یک یاغی شورش تبدیل نکنید. بگذارید اکنون خانواده نقطه پناه و امن او در برابر آسیب‌های اجتماعی دوران بلوغ باشد.

عکس: سناژ صفایی اشپور/آر

جلب اعتماد بسیار مهم است. اینکه بخواهید طرح دوستی بریزید، برای دنیای زیرکانه دختران امروز رفتاری غیرقابل قبول است که اعتماد را سلب می‌کند. طرح دوستی یک اصطلاح فریب‌کارانه است. بهتر است با او واقعی و عمیق دوست شوید. بگذارید گاهی شما هم حال و هوای نوجوانی‌تان را با او به خاطر آورید



(۴)



شهربانو

تمرین زندگی با دورهمی

نگاهی کوتاه به تفریحات زنان در گذشته



غلامرضا آذری خاکاستر
نویسنده و محقق تاریخ



در گذشته، سرگرمی‌های متنوعی بین مردم رواج داشته به طوری که بنا بر روایت‌های تاریخی، این سرگرمی‌ها متناسب با سن و سالشان بوده است. اکنون برخی بازی‌های قدیمی را می‌توان در فرهنگ شفاهی و حافظه کهن سالان جست‌وجو کرد. از گذشته تا کنون، زنان و دختران بین ایلات و طوایف شمال خراسان جایگاه درخور توجهی در خانه‌داری و کارهای مرتبط داشته‌اند. آن‌ها حتی بازی‌ها و سرگرمی‌های متفاوتی دارند.

«بنداریک» واژه‌ای کرمانجی است که در تاریخ و فرهنگ این قوم ریشه دارد. این رسم سالیان پیاپی بین کرمانج‌های شمال خراسان رواج داشته است. حمیده جلالی، از بانوان فرهنگی و دخترانی که در دوران نوجوانی در بنداریک مشارکت داشته است، معتقد است: بنداریک در واقع یک دورهمی شاد دخترانه بود، تمرین خانه‌داری برای دختران. در آن روز، کارهایی از قبیل غذا درست کردن و بازی نیز انجام می‌شد. به طور معمول، مکانی سرسبز باصفا زیر درختی بزرگ، بیرون روستا انتخاب می‌شد و عده‌ای از دختران روستا در این بهار و تابستان به صورت دسته‌جمعی به آن مکان می‌رفتند و ضمن تفریح، غذاهایی محلی چون دانو، حوریشک و نان قاغ درست می‌کردند. او «زیر یک درخت» جمع شدن را معنی و مفهوم واژه بنداریک می‌داند.

دختران ضمن استفاده از فضای طبیعت، تاب می‌انداختند. یکی از دختران جوان که از همه بزرگ تر بود بقیه را سوار تاب (چیلک) می‌کرد و در عین بازی، با ترکه‌ای که در دست داشت، به پاهای آن‌ها می‌زد و سؤال می‌کرد چه کسی را دوست دارند. آن‌ها نیز با شرم خجالت دخترانه اعتراف می‌کردند. در واقع، یک ابراز عشق یا بیان خواسته درونی‌شان بود که بیشتر به واقعیت نمی‌رسید.

گلی شادکام، پژوهشگر فرهنگ فولکلور کرمانجی، نیز از رواج این بازی بین ایلات و عشایر شمال خراسان چنین یاد می‌کند: بنداریک یا بنداروک مربوط به گردهمایی روزانه دختران و زنان جوان در ماه‌های کم‌کار سال در نقطه‌ای خارج از روستا یا بنه است. در مواقعی از سال که حجم کار زنان کمتر و شرایط آب و هوایی مساعد بوده است، هرروز گروهی از زنان و دختران جوان بعد از کارهای صبحگاهی، راهی مکانی خاص می‌شدند که بنداریک نام داشت. این مکان یا زیر یک درخت یا زیر رف در نظر گرفته می‌شد. در آنجا دختران ضمن بازی، به دوک‌ریسی، بافندگی، دوزندگی و حتی شست‌وشوی لباس می‌پرداختند. هرکس با خودش کمی نان و خورش و چای می‌برد و تا عصر در کنار هم وقت می‌گذراندند.

هرچند دیگر بنداریک‌ها وجود ندارند، بساط آن به دلیل تغییر در سبک زندگی جمع شده است و مجالی برای چنین تفریح‌هایی نیست. در حافظه تاریخی و خاطرات زنان این خطه ماندگار شده است.



اولین جشنواره فرهنگی بانوان کارآفرین

این جشنواره در عرصه‌های گوناگون فرهنگی هنری و در بخش‌های بانوان کارآفرین برتر، عکس، شبکه‌های اجتماعی، فیلم کوتاه، تیزر، موشن، کلیپ، پویانمایی، رسانه، پژوهش، کتاب، مقاله، مؤسسه‌های مردم‌نهاد و گروه‌های جهادی خیریه برگزار خواهد شد. علاقه‌مندان می‌توانند آثار خود را تا هفته اول

بهمن ارسال کنند. برای شرکت در این جشنواره و آگاهی از کیفیت جوایز، به پایگاه خبری iranbaneno.ir مراجعه کنید یا از طریق پیام‌رسان‌های اجتماعی با شماره ۰۹۳۷۶۴۴۴۳۵۹ در ارتباط باشید.



ضمیمه روزنامه شهرآر
صاحب‌امتیاز
شهرداری مشهد
مدیرمسئول و سردبیر:
سید هادی فیاضی
مسئول ضمیمه
حمیده وحیدی