



دخترم، آن شرلی...

حواسمان به فاصله‌ها باشد



فرقی نمی‌کند چهارساله یا چهارده‌ساله. سریال «آن شرلی» برای همه دخترها الهام‌بخش است. هرکدام خود را در آینه آن شرلی می‌بینند و آرزوهایش را از زبان او می‌شنود. برایشان جذاب می‌شود موهای قرمز و صورت کک‌مکی و چه بسا دلشان می‌خواهد چهره‌شان شبیه چهره آن شرلی شود. مهم نیست اتاق صورتی و تخت زیبا و کم‌دپر از لباس و کیف و عروسک نداشته باشند. این نداشتن‌ها آن‌ها را به آن شرلی نزدیک‌تر می‌کند.

دختر کوچکم وقتی آن شرلی داشت، برای سارا اندروز از فکر کردن به چیزهای خوب بعد از آتش‌سوزی می‌گفت. سرش را روی شانه من گذاشت و گفت: راست می‌گوید ماما! فکر کردن خیلی لذت دارد. خیلی خوش می‌گذرد. وقتی من فکر می‌کنم، خیلی خوب است. مثلاً فکر می‌کنم یک اتاق قشنگ صورتی دارم با یک تخت قلبی و یک کم‌دقلبی. بعد دوستانم به اتاق من می‌آیند و می‌گویند: چه اتاق قشنگی! چه وسایل قشنگی و...!

دخترها از فکر کردن لذت می‌برند. برای پاکی افکارشان چه باید بکنیم؟ برای فکرهای شاد و پرامید چه فضایی برایشان آماده کنیم؟ چه کنیم که افکار ناامیدکننده و غمگین به سراغشان نیاید؟



گام اول: از دوسالگی در دنیای رنگ‌ها غرقشان کنیم: رنگ گواش، مدادرنگی، رنگ انگشتی و... برایشان یک سفره مخصوص پهن کنیم تا با خیال راحت رنگ بزنند. برایشان سفال‌های ارزان قیمت بگیریم: قلمک ساده، گلدان‌های کوچک و ارزان، بشقاب‌های کوچک و بی‌قیمت. بگذاریم رنگشان کنند و در دنیای رنگارنگشان غرق شوند. ما هم گاهی دل به دریای رنگی‌شان بزنیم.



گام دوم: آب، آرد و رنگ را در اختیارشان بگذاریم. اجازه داشته باشند با خمیر، هر کاری می‌خواهند بکنند. تذکر بدهیم که نخورند اما برای عروسک‌هایشان نان و شیرینی درست کنند و جلو آفتاب خشک کنند.



گام سوم: سالاد درست کردن را به آن‌ها

بسپاریم. درباره تزئین سالاد یا طرف آش وسواس را کنار بگذاریم. خرد کردن کرفس، لوبیاسبز و... را از آن‌ها بخواهیم. تا هر جا که رفتند خوب است.



گام چهارم: دفتری برای خاطراتشان برداریم و هفته‌ای چند بار بخواهیم که خاطره‌هایشان را بگویند و ما بنویسیم و وقتی سواد یاد گرفتند، خودشان را ترغیب کنیم خاطره بنویسند، مخصوصاً آرزوهایشان را.



گام پنجم: کتاب‌های رنگ‌آمیزی پیچیده و زیبا را در کنار هم رنگ کنیم، با لذت و آرامش، بدون هیچ مزاحمی، نه موبایل، نه کارهای خانه. همه را کنار بگذاریم و بگوییم: این بیست دقیقه فقط می‌خواهم با تو باشم. هفته‌ای چند بار این فرصت را به خودمان بدهیم.



گام ششم: روزی چند نوبت بازی‌های هیجانی را در برنامه‌مان بگنجانیم، بازی‌هایی شاد و پر از جست‌وخیز و خنده. سر ساعت‌هایی مشخص بازی را شروع کنیم و بیست دقیقه بازی کنیم. بعد هم یک سینی چای بریزیم و با هم خاله بازی را ادامه بدهیم.



گام هفتم: صبوری و سازگاری را با آن‌ها تمرین کنیم. برای خرید یک عروسک جدید، چند روز یا چند هفته دست‌دست کنیم، نه به بهانه پول نداشتن، بلکه به دلایل دیگر. جوری برایشان جا بیندازیم تا بفهمند بازی و شادی به اسباب‌های بازی نیست بلکه به هم‌بازی است و چه هم‌بازی‌ای بهتر و حرف‌گوش‌کن‌تر از مادر.

قناعت کردن به چند عروسک حتماً آسان نیست اما یک اتاق پر از عروسک برای عروسک‌ها هم دل‌تنگی می‌آورد چون در ماه یک بار هم به سراغشان نمی‌رود. این دلیل خوبی برای دهن‌های گریزان از تنهایی آن شرلی‌هاست.



گام هشتم: نمایش بازی کردن برای بچه‌ها شیرین است. با کمک خودشان، نقاشی‌های یک کتاب قصه را کپی کنید و برش بزنید و روی چوب بستنی بچسبانید. یک چادر را هم به عنوان پرده نمایش نصب کنید. قصه را با

نقش‌هایی که به آن‌ها می‌دهید اجرا کنید. بسیاری از خوبی‌ها را با همین نمایش‌های کوچک می‌شود تقویت کرد.



گام نهم: به قد کشیدن دخترها نگاه نکنید. حتی وقتی قدشان از قد مادر جلو بزند به آغوش پرمهر مادر نیاز دارند. هر روز بارها آن‌ها را در آغوش بگیرید. آغوش مادرها امن‌ترین جای دنیاست. هم مادرها به این آغوش نیاز دارند هم دخترها.

پدرها همیشه بیشترین نقش را داشته‌اند

نقش بی‌بدیل پدر را در رشد و کمال و اعتمادبه‌نفس دخترها فراموش نکنید. کوهی مثل پدر را هر روز به چشم دخترها بیاورید. محبت پدرانه و گپ‌وگفت‌های پدردختری دخترها را از دام‌های پیش‌رو محافظت می‌کند. به پدر یادآوری کنید از زیبایی‌های دخترش تعریف کند، از پوشش زیبایش، از موهای قشنگش، از چشم‌های درخشانش و... او را سیراب کند از تعریف و تمجید زیبایی‌هایش تا در روزهای قد کشیدن، به هر تعریف پوچ و مکار دل ندهد. حیا را پدر به دختر می‌آموزد. پدر می‌داند در دنیای مرد‌ها چه می‌گذرد و دخترش چگونه باید بپوشد، بخندد، راه برود و حرف بزند تا دامی برایش پهن نشود. پدرها مفهوم نگاه‌های جنس‌مرد را می‌فهمند. از این بابت دخترانشان را به حیا مسلح می‌کنند و با محبت سرشار، مهر‌پدري چنان شیرین و محکم است که به تاراج هیچ خزانی نمی‌رود. حیا جواهری است که پدرها ارزشش را می‌دانند و باید به دخترانشان هدیه بدهند.

آخر ماجرا از حرف تا عمل: از کودکی باید حواسمان به فاصله‌ها باشد. کلید ورود به دنیای پراشتاب و مبهم و حساس یک دختر نوجوان را باید در سه‌سالگی از او بگیریم. اولین خطرات از فاصله‌ها شروع می‌شود. لزوماً خطر جانی مد نظر نیست. افسردگی، ناامیدی، بی‌اعتمادی، خستگی، تنهایی و... برای هر کسی آزاردهنده است. حواسمان باشد تربیت دختر به آموختن آشپزی و شیرینی‌پزی نیست. صبوری، سازگاری، شادابی، قناعت، کوشا بودن، خوش‌خلق و... مهم‌ترند از آشپزی کردن و جارو زدن. این فنون را یک‌ساله می‌شود آموخت اما زندگی بدون ارزش‌های مهم، زود از هم می‌پاشد. مادران قانع، صبور، مهر‌بان و سازگار زندگی یک جامعه را از فروپاشی اخلاقی نجات می‌دهند.



مریم قربان زاده
نویسنده

خورشید