



پله پله تا کم رنگ شدن رابطه

هنگامه شاغل بود، اما به دلیل کرونا و رسیدگی به ۲ فرزندش، کار را کنار گذاشت. حالا به گفته خودش، مدت هاست که یک مادر تمام وقت شده است. هر روز از صبح تا شب درگیر کلاس مجازی، تکالیف، کارهای خانه و... است. شب‌ها از خستگی مفرط هنوز سرش به بالش نرسیده به خواب می‌رود. «گاهی در گروه با مادران و پدران دیگری که فرزند کلاس اولی دارند، صحبت می‌کنیم. همه دچار مشکل هستند، یکی کمتر و دیگری بیشتر. هر روز از ساعت ۸ صبح تا ۱۲ ظهر آنلاین هستیم و بین ساعت ۱۳ تا ۱۴، معلم تکالیف را ارسال می‌کند و تا عصر درگیر انجام آن‌ها هستیم.»

تا پیش از اینکه دخترش به سن مدرسه برسد کلاس‌های فوق برنامه‌ای را بنا به علاقه خود و پدر و مادرش شرکت می‌کرد و حالا با وجود مدرسه، بازهم دوست دارد این کلاس‌ها را ادامه بدهد. «بچه‌های دیگر از ظهر تا شب فرصت دارند تکالیفشان را انجام بدهند، اما دخترم هر روز یک کلاس یک ساعته در بعدازظهر دارد و به همین دلیل باید او را مجبور کنم که بخش زیادی از تکالیفش را ظهر انجام بدهد.»

او معتقد است که برای مادران بسیار سخت است تا عادات اشتباه بچه‌ها را در نگارش حروف و... اصلاح کنند و این موضوع زمان و انرژی زیادی از آن‌ها می‌گیرد زیرا بچه کلاس اولی است و باید همه کارها و تکالیفش با نظارت مستقیم مادر و پدر انجام شود. «با خیلی از پدرها و مادرهای هم کلاسی‌های دخترم صحبت کرده‌ام و متأسفانه بیشتر بچه‌ها مانند فرزند من دچار چپ‌نویسی شده‌اند. جدا از این باید به صداکشی، بخش کردن کلمات و حتی مدل قلم دست گرفتن بچه‌ها نظارت داشته باشیم. اگر امسال رهايش كنيم، اصلاح اين عادات در سال بعد سخت‌تر می‌شود.»

هنگامه یک دختر سه‌ساله نیز دارد که هم‌زمان باید رابطه‌اش را با او نیز حفظ کند. رابطه خوبی که با دختر بزرگش داشته کم شده است زیرا او در مورد کلاس‌های مجازی و انجام تکالیف، سخت‌گیر است. «آن قدر در طول مدت کرونا در رابطه با دخترانم به چالش خوردم و رابطه خواهرانه میان آن‌ها نیز کمی شکرآب شده بود، به مشاوره رفتم. راهکار این بود که هر روز برای هر کدام از آن‌ها یک ساعت وقت مفید و جداگانه بگذارم، در صورتی که از صبح تا شب وقتی برای سر خاراندن هم ندارم. پدر و مادرم سال خورده هستند و کارهای متفرقه آن‌ها نیز بر دوش من است. با اینکه پرستار دارند، هماهنگی کارهایشان برایم بار روانی در پی دارد.»

او نیز مانند خیلی از خانواده‌های دیگر با اینترنت ضعیف و اختلالات آن دچار مشکل است. علاوه بر این در خانه‌شان، تلفن همراه آنتن نمی‌دهد و حتی با وجود ۲ مودم، بازهم اینترنت در خانه‌شان قطع و وصل می‌شود. «بیش از هر زمانی از لحاظ روحی خسته‌ام و در این مدت، بسیار پرخاشگر و عصبی شده‌ام. آن قدر فشار مسئولیت زیادی را تجربه می‌کنم که گاهی احساس ناتوانی به من دست می‌دهد. مادر بودن حس شیرین و لذت‌بخشی است، اما در بعضی از شرایط طاقت‌فرسا است.»

با خیلی از پدرها و مادرهای هم کلاسی‌های دخترم صحبت کرده‌ام و متأسفانه بیشتر بچه‌ها مانند فرزند من دچار چپ‌نویسی شده‌اند. جدا از این باید به صداکشی، بخش کردن کلمات و حتی مدل قلم دست گرفتن بچه‌ها نظارت داشته باشیم. اگر امسال رهايش كنيم، اصلاح اين عادات در سال بعد سخت‌تر می‌شود.

شهربانو

۲شنبه
۱۷ آبان ۱۴۰۰
۲ ربیع‌الثانی ۱۴۴۲ شماره ۲۵۱۳

(۶)

اینترنت ضعیف عامل استرس مضاعف



در دوره کرونا، معلم‌ها نیز در گوشه‌ای از خانه، تخته‌ای گذاشتند و آموزش را به صورت مجازی برای دانش‌آموزان خود ادامه دادند. الهه، معلم و علاوه بر آن مادر ۲ فرزند است که یکی از آن‌ها امسال قرار بود برای اولین بار در محیط مدرسه قرار بگیرد که همه چیز ملغی شد. الهه، اولین و مهم‌ترین مشکلی که در آموزش مجازی و گرفتاری خانواده‌ها بیان می‌کند اینترنت ضعیف و ترافیک بالای آن است. «تا به حال بارها پیش آمده است که وسط مبحث درسی یا زمانی که دخترم باید پاسخ معلم را می‌دهد، ناگهان اینترنت قطع می‌شود. دخترم کلاس اولی است و روحیه بسیار حساسی دارد. زمانی که اینترنت قطع می‌شود، استرس می‌گیرد و به دنبال آن اضطراب به من نیز منتقل می‌شود. احساس می‌کنم این قطعی‌های مدام اینترنت، او را از درس خواندن زده کرده است.»

الهه، پسر و دخترش، هر روز باید در کلاس‌های مجازی خود حضور داشته باشند و زمانی که اینترنت دچار اختلال می‌شود، به ناچار هر سه در قسمتی از خانه که بهتر آنتن می‌دهد جمع می‌شوند. «سعی می‌کنیم در اتاق‌های مجزا سر کلاس باشیم، اما گاهی مجبور هستیم کنار هم بنشینیم و صدا به صدا نمی‌رسد. دخترم حواسش پرت می‌شود و این شرایط برایم بسیار عذاب‌آور شده است.»

برای اینکه بتواند به همه کارهایش از رسیدگی به بچه‌ها گرفته تا خانه‌داری و... برسد، از وقت خواب خود کم کرده است. صبح‌ها زودتر از همه بیدار می‌شود تا غذا را حاضر و کمی به کارهای خانه رسیدگی کند. «دخترم هر جایی که از درس عقب بماند یا متوجه نشود برایش توضیح می‌دهم. علاوه بر آن باید موقع نوشتن تکالیف کنارش باشم.

پسرم متوسطه دوره دوم است و خیلی کمتر برای درسش نیاز به کمک دارد. اما برای دخترم خیلی وقت می‌گذارم تا همه تکالیف و آزمایش‌ها را به درستی انجام دهد و اگر همه چیز خوب پیش برود، ساعت ۱۲ شب می‌توانیم بخوابیم. به عنوان یک مادر، وظایفم خیلی سنگین‌تر شده است. کارهای روزمره از من انرژی زیادی می‌گیرد و در تمام این مدت، منتظرم این روزها زودتر بگذرد.»