

# والدین محترم؛ لطفا آیدیت شوید!

گفت وگویی کارشناسانه درباره حل مشکل تفریح که چالش بسیاری از خانواده ها با دخترشان است



## ترس کافه رفتن را بشکنید

بعضا نوجوانان دوست دارند در زمان های آزادشان فیلم تماشا کنند، سینما بروند یا کافه بروند که این را برای خودشان تفریح تعریف می کنند. من حتی به پدران توصیه می کنم برای بهبود رابطه پدر دختری شان، روز پدر و دختری داشته باشید و دو نفری با هم کافی شاپ بروید و قهوه سفارش بدهید و با همدیگر میل کنید. با انجام این کار ترس کافه رفتن برای والدین می شکند یا حتی چون دختر خانم با یک فرد ایمن یعنی پدرش به آن محیط رفته و می فهمد که محیط کافی شاپ می تواند برای او مفید باشد. اگر کافی شاپ یا کافه کتاب بد بود که الان رایج نبود! اما این ها دو لبه تیغ هستند یعنی می تواند هم مثبت و هم منفی باشد. حتی والدین یا فرزندان نوجوانان می توانند وارد گروه های طبیعت گردی و کوهنوردی شوند و با همدیگر تجربه کنند یعنی آنچه که فرزندان از این گروه ها در اینستاگرام می بینند، می تواند با پدر و مادرش تجربه کنند. هیچ اشکالی ندارد والدین وارد شوند چون فرزندان می بینند که کوهنوردی یا طبیعت گردی علاقه مشترک است.

## سبک های تربیتی تأثیرگذار است

در عین حال باید والدین استقلال نوجوان را در نظر بگیرند یعنی مدام نوجوان با والدینش نباشد و با دوستانش هم در یک محیط امن وقت بگذرانند. هنگامی که ریشه ها در خانواده محکم باشد، یعنی در مقابل کافه رفتن نوجوان با دوستانش جبهه نگیرند در عوض قبلا پدر یا مادر خودشان با فرزندشان کافه رفته اند و می دانند اگر با دوستانش هم برود یک تفریح سالم را قرار است تجربه کند و در یک محیط امن با دوستانش دور همدیگر جمع می شوند.

## احترام به حریم خصوصی نوجوان

نوجوانان به حریم خصوصی احتیاج دارند یعنی فشار از سمت والدین باید کم باشد. به عنوان مثال ممکن است نوجوان فیلم هایی را معرفی کند که مورد علاقه والدینش نیست، اما همراهی اش می کنند و شنونده تعریف های نوجوان می شوند و حتی اگر فیلم نکاتی داشت کمی انعطاف پذیری از خود نشان دهید و آن را بپذیرید، چون این خاصیت سن نوجوان است. انعطاف پذیری از سمت والدین باید باشد تا بچه حتی از عنوان کردن اسم فیلم وحشت نکند و از سمت والدین احساس امنیت کند و ترجیح ندهد همان فیلم را با دوستانش ببیند. البته در همین پویانمایی ها چیزهایی القا می شود که با فرهنگ ما هم خوانی ندارد و والد باید نظارت هم داشته باشد و فضای گفت وگور ایجاد کند و شخصیت های فیلم را با نوجوان خود تحلیل کنند و نظارش را بپرسند. بنابراین کنترل کردن باید با صحبت کردن باشد و پیشنهاد می کنم حتما والدین در این مسیر از همراهی یک مشاور استفاده کنند.

## با فرزندم اشتراکاتی پیدا کنم

معمولا دختران نوجوان در مقایسه با یک دختر جوان ۲۳ ساله، استقلال کمتری دارند. اما با توجه به شرایط فعلی و نیازهایی که نوجوانان دارند، والدین باید خودشان را به روز رسانی کنند. معیار ما یک نوجوان سالم است که باید دارای هویت باشد و خودش را بشناسد؛ یعنی به علاقه مندی هایش شناخت داشته باشد، بتواند برنامه ریزی کند، با افراد روابط بین فردی خوبی برقرار کند و در جمع هم سالانش عضو یک گروه فعال و پویا باشد. ما اکنون در باره یک نوجوان امروزی صحبت می کنیم؛ یعنی شبکه های مجازی خیلی پر رنگ، ماهواره و اینستاگرام که با یک گوشی کوچک در دسترس همه این برنامه ها قرار می گیرد. بنابراین نوجوان همه این ها را دارد. پس من مادر باید سواد رسانه ای داشته باشم؛ یعنی سعی کنم با فرزندم اشتراکاتی پیدا کنم.

