

نوجوانی را دریابیم

سخت گیری یا آسان گیری بیش از اندازه در تربیت نوجوانان، هر دو در دسر آفرین و آسیب زاست

هم زمانی نوجوانی با دوره بلوغ، حساسیت های این سن را دوچندان کرده و سبب شده است شاهد رفتارها و واکنش های بسیار متفاوت و البته به قول پدرها و مادرهای امروزی، عجیب و غریب از نوجوانان باشیم، رفتارهایی که با واکنش های بسیار متفاوت تری هم پاسخ داده می شوند. با این نگاه، می توان والدین را به سه دسته تقسیم کرد: پدرها و مادرهای سخت گیر، پدرها و مادرهای سهل گیر و پدرها و مادرهای مقتدر که خروجی هر کدام از آنها آینده متفاوتی را برای بچه ها رقم خواهد زد. این موضوع سبب شده است این هفته به جای رفتن به سراغ نوجوانان و صحبت مستقیم درباره آنها، به سراغ پدرها و مادرهای آنها برویم و حد و مرز این گونه برخوردها را در گفت و گو با حسین جانعلی پور، روان شناس حوزه کودک و نوجوان، دقیق تر بررسی کنیم.



معصومه مومنین نژاد
m.mahsa@shababnews.ir

زندگینو

شنبه

۱۱ تیر ۱۴۰۱
شماره ۳۷۰۳
۲۲ دی‌ماه ۱۴۴۳

(۴)

پدرها و مادرهای آسان گیر

خیلی از پدرها و مادرها تصور می کنند با آزاد گذاشتن بچه ها و دادن استقلال زیادی به آنها نتایج تربیتی بهتری به دست خواهند آورد. سهل گیری در امور تربیتی در دست به اندازه سخت گیری آسیب زاست چون در خانواده های سهل گیر قوانین زیادی وجود ندارد. هر کس هر طوری بخواهد رفتار می کند. توجهی هم به آموزش رفتارهای اجتماعی نمی شود. در نتیجه این نوع تربیت، ما بچه هایی خواهیم داشت که:

- چندان وابسته به خانواده نیستند.
- اعتماد به نفس بسیار کمی دارند.
- درگیر مشکلات دیگر اعضای خانواده نمی شوند.
- احساس مسئولیت نمی کنند.
- در برنامه ریزی های تحصیلی و شغلی خود ناموفق هستند.
- تعاملات و ارتباطات اجتماعی ضعیفی دارند.
- به اجرای قوانین و آداب و رسوم تقید چندانی ندارند.
- به منافع فردی توجه دارند تا خانواده گی.
- به علت هرج و مرج، گرفتار تزلزل روحی هستند.
- در آینده، پدرها و مادرهای سهل گیر و بی مسئولیتی می شوند.



مهمترین اصول و مهارت های ارتباطی با نوجوانان

نیازهای ما تغییر کرده است.

➤ مقایسه در هر شرایطی ممنوع

تفاوت های موجود در انسان این نکته است که پدر و مادر با فرزندان خود مطابق روحیه توانمندی ها، استعدادها و ویژگی برخورد کنند.

➤ کسب هویت مثبت

اگر نوجوانی در این دوره از زندگی احساس ارزشمندی کند و هویت برای خود پیدا کند، این مسئله خواهد کرد که در آینده نیز با د و در هر شرایطی، تصمیم درست بگیرد.

از کلمات و عبارات مثبت استفاده کرد تا تشویقی برای تغییرهای مثبت باشد.

➤ برقراری ارتباط کلامی و عاطفی

هر قدر پدر و مادرها برای نزدیک شدن به نوجوانان ارتباط کلامی و غیر کلامی بیشتری برقرار و به او محبت کنند، نوجوان احساس مورد توجه بودن بیشتری پیدا خواهد کرد و دوره نوجوانی را بهتر پشت سر خواهد گذاشت.

➤ پرهیز از تحمیل

بدترین تحمیلی که به نوجوانان می کنیم این است که از او خواهیم مانند ما باشد. این در حالی است که دنیا همپایه روحيات و

مهم ترین کانون تأمین کننده امنیت روحی و روانی نوجوان باشد.

➤ مبادله مهر و عطوفت

توجه و محبت کردن یک نیاز اساسی روانی و تقویت کننده مثبت است و رفتار بچه ها را به سمت خلاقیت، خیر و نیکی تغییر جهت می دهد.

➤ پذیرش همراه با احترام

بچه ها نیاز دارند به این اطمینان برسند که شما آنها را همان طور که هستند پذیرفته اید و برایشان احترام قائلید.

➤ برخورد مثبت

در برخورد با نوجوان، همیشه باید

حساس بودن دوره نوجوانی و گره خوردن آن به بلوغ مهم ترین علتی است که پدرها و مادرها باید اطلاعات خود را پیش از پیش درباره مراحل رشد فرزندشان و نیازهایی که دارد افزایش دهند. بر این اساس، می توان چند اصل مهم و ارتباطی را در این دوره بر شمرد.

➤ تأمین نیازهای اولیه

نوجوان هم مانند دیگر اعضای خانواده نیازهایی ابتدایی دارد که باید به موقع اما به اندازه و بجا تأمین شود.

➤ ایجاد امنیت روانی

اگر می خواهیم نوجوانمان از آسیب های اجتماعی دور باشد، باید خانه و خانواده