



## بخاطر درس نخواندن فرزندان "حرص" نخورید/راه چاره چیست؟

عضو تیم تخصصی کودک و نوجوان انجمن ازدواج و خانواده کشور با بیان اینکه در شرایط فعلی نوجوانان انگیزه درس خواندن کمی دارند...

عضو تیم تخصصی کودک و نوجوان انجمن ازدواج و خانواده کشور با بیان اینکه در شرایط فعلی نوجوانان انگیزه درس خواندن کمی دارند و در مقابل والدین بجای آنها نسبت به درس خواندن فرزندان حساس، دغدغه مند و نگرانند، گفت: تا زمانی که این نگرانی نسبت به درس خواندن نوجوان در والدین وجود داشته باشد، بی انگیزگی برای درس خواندن نیز در نوجوان ادامه پیدا می کند چراکه والدین باید مسئولیت درس خواندن را بر عهده نوجوان گذاشته و دست از کمال گرایی بردارند.

دکتر آسیه اناری در گفت و گو با ایسنا، استفاده از تلفن همراه، حضور در فضای مجازی و نداشتن انگیزه برای درس خواندن را چالش مهم امروزی والدین و نوجوانان دانست و اظهار کرد: والدین نباید نسبت به درس نخواندن نوجوانان حساس شده و اصطلاحاً "حرص" بخورند، والدین تنها باید به نوجوانان در مسیر درس خواندن کمک کنند و در نهایت اجازه دهند تبعات این درس نخواندن را خود نوجوان بپردازد. در غیر این صورت حساسیت والدین برای نوجوان اهمیتی نخواهد داشت.

این مدرس و عضو تیم تخصصی کودک و نوجوان انجمن ازدواج و خانواده کشور تصریح کرد: انگیزه درس خواندن باید درونی باشد و در صورتی درونی می شود که والدین بیشتر از نوجوان برای درس خواندن او حساسیت به خرج ندهند. والدین باید اجازه دهند نوجوان به عنوان فردی مستقل بیاموزد چگونه درس بخواند و مسئولیت درس خواندن را بپذیرد و بداند در صورت عدم مسئولیت پذیری باید تبعات را بپردازد.

وی همچنین این را هم گفت که والدین بدون حساسیت نسبت به درس نخواندن فرزند، باید حداقل نمره ای را برای او تعیین و به نوجوان گوشزد کنند که در صورت عدم کسب نمره تعیین شده، محرومیت هایی به عنوان تنبیه برایش اجرا می شود.

پیش از در اختیار گذاشتن تلفن همراه قوانینی برای نوجوان وضع کنید

این مدرس دانشگاه با اشاره به چالش حضور نوجوانان در شبکه های اجتماعی و استفاده از تلفن همراه، تاکید کرد که والدین پیش از آنکه تلفن همراه را در اختیار نوجوان قرار دهند باید قوانینی را برای استفاده از آن مشخص کنند و این در حالی است که متأسفانه اغلب والدین ابتدا تلفن همراه را در اختیار نوجوان گذاشته و سپس از حضور بیش از حد او در شبکه های اجتماعی و مجازی گله مند می شوند.

اناری با اشاره به لزوم وضع قوانینی برای استفاده نوجوان از تلفن همراه و حضور او در شبکه های مجازی، خاطر نشان کرد: برای مثال والدین باید مشخص کنند که فرزند کمتر از ۱۸ سال آنها از چه ساعتی به بعد باید تلفن همراه را تحویل دهد و آن را در اتاق خواب نبرد. اینگونه تا پاسی از شب مشغول چت کردن و حضور در فضای مجازی نخواهد شد. همچنین از جمله این قوانین می تواند عدم رمز گذاشتن بر روی تلفن همراه، حضور در شبکه های اجتماعی محدود و دسترسی والدین به اطلاعات شبکه های اجتماعی او باشد.

وی معتقد است که ساعات استفاده از تلفن همراه برای نوجوان باید مشخص باشد، برای مثال در روزهای تعطیل برای سنین دبستان استفاده از تلفن همراه بین دو تا سه ساعت و برای سنین دبیرستان بین چهار تا پنج ساعت باشد و در روزهای درسی و خارج از ساعات کلاس این استفاده از گوشی باید یک تا دو ساعت در روز باشد.

قرار دادن محدودیت هایی برای حضور نوجوان در شبکه های مجازی

به گفته این عضو تیم تخصصی کودک و نوجوان انجمن ازدواج و خانواده کشور، به طور حتم والدین باید محدودیت هایی را به عنوان قوانین برای حضور نوجوانان در شبکه های مجازی قائل شوند، به طوری که والدین تعیین کنند استفاده از چه شبکه های مجازی برای نوجوان ممنوع و در صورت نصب چه شبکه هایی پیام هایشان توسط والدین کنترل می شود.

این روانشناس فاصله گرفتن نوجوان از خانواده و رفتن به سوی همسالان را از ویژگی های بارز دوران نوجوانی دانست و گفت: انتظار اشتباهی است که والدین تصور می کنند باید مهم ترین افراد زندگی نوجوان باشند و نوجوان تمام مسائل و مشکلاتش را با

آنها مطرح کند چراکه در دوران نوجوانی نقش خانواده کمرنگ می شود و نوجوان ترجیح می دهد به سوی دوستانش برود.

به گفته این مدرس دانشگاه، والدین با گذراندن وقت مثبت با نوجوان، پرهیز از توصیه، نصیحت، سرزنش، انتقاد و مقایسه نوجوان با دیگران، برقراری رابطه دوستانه با نوجوان و در عین حال حفظ قوانین خانواده و پذیرفتن نوجوان، به او فرصت می دهند تا دوباره آنها را همانند دوران کودکی بپذیرد، به والدین اعتماد کند و این گذار از دوستان به خانواده را طی کند.

وی با تاکید بر اهمیت رفتار والدین در گذار نوجوان از دوستان به خانواده، تصریح کرد: حتما نوجوان در دوره ای از خانواده دور می شود اما اگر والدین با نوجوان رفتار دوستانه داشته باشند، نوجوان دوباره به سمت والدین بازخواهد گشت. در مقابل اگر رفتار اشتباهی از والدین سر زند، نوجوان برای همیشه سوی دوستانش خواهد ماند و این مهم مگر با صبوری، متانت و احترام به نوجوان محقق نمی شود.

والدین دوست بچه ها نیستند

وی معتقد است که والدین دوست بچه ها نیستند چراکه مرزهایی میان آنها و فرزندان وجود دارد و یک رابطه والد و فرزندی میان آنها برقرار است. این در حالی است که والدین باید با فرزندان خود همدلی کنند، به حرفهایشان گوش کنند و سعی در گذراندن وقت مثبت متناسب با سن و علائق فرزندان با آنها داشته باشند. همچنین قوانین وضع شده خانواده رابطه میان والد و فرزند را از رابطه دوستانه متفاوت می سازد.

به گفته اناری، هر خانواده مبتنی بر فرهنگ خود قوانینی دارد که شامل یک یا دو قانون غیر قابل مذاکره و اصلی و چند قانون محدود قابل مذاکره می شود و از خانواده ای به خانواده دیگر متفاوت است. همین قوانین است که نوع رابطه والد و فرزندی را از رابطه دوستانه متمایز می کند.

این روانشناس با بیان اینکه باید درباره قوانین خانواده با نوجوان به طور مشخص صحبت کرد، تاکید کرد: والدین باید نسبت به نوجوان خود همدلی داشته و وقت بگذرانند و به سخنانش فعالانه گوش دهند اما این به معنای زیر پا گذاشتن قوانین خانواده نیست. نوجوان باید بداند یک الی دو قانون خانواده غیر قابل مذاکره است و زیر پا گذاشتن آنها برایش تبعاتی خواهد داشت. در مقابل نیز چند قانون محدود قابل مذاکره وجود دارد که میتوان درباره آنها با والدین به توافق رسید.

امر و نهی دائمی و از دست رفتن جایگاه والدین

مدرس و عضو تیم تخصصی کودک و نوجوان انجمن ازدواج و خانواده کشور در عین حال این را هم گفت که تعداد قوانین خانواده باید کم و قابل اجرا باشد چراکه امر و نهی دائمی به نوجوان منجر به از دست رفتن جایگاه و شخصیت والدین و عدم توجه نوجوان نسبت به قوانین خانواده می شود. همچنین در وضع این قوانین باید استقلال و احترام به شخصیت نوجوان را در نظر گرفت.

اناری در پایان تاکید کرد: والدین باید در عین حالی که به قوانین پای بند هستند به نوجوان حق انتخاب دهند تا در صورت انتخاب اشتباه تبعات عدم رعایت کردن قوانین را بر عهده گیرد. قوانین خانواده نباید دست و پا گیر بلکه باید انگشت شمار باشند. همچنین والدین به دور از غر زدن، انتقاد کردن، سرزنش کردن و نصیحت کردن نوجوان، قوانین خانواده را اجرا کنند.