

رابطه‌ی والدین با کشتی توفان زده فرزندان در نوجوانی

دکتر شیرین نوروی روان‌شناس بالینی



بچه‌ی من از مدرسه رفتن، می‌ترسد!

پرسش:

فرزند من از این‌که به مدرسه برود، همواره دچار وحشت و ترس است. با این‌که من و همسرم درباره‌ی خوبی‌های مدرسه و این‌که می‌تواند دوستان خوبی در آن‌جا پیدا کند، با او بسیار صحبت کرده‌ایم و حتی برایش هدیه‌هایی نیز خریده‌ایم تا تشویق شود و به مدرسه برود، اما باز هم در این‌باره دچار هراس است. این مسأله، ما را نگران و مضطرب کرده است.

پاسخ:

اول این‌که درباره‌ی این‌گونه مسائل هرگز خود را نگران و مضطرب نکنید، چراکه با انتقال آن به فرزندان، بر روی او تأثیرهای متقابل و منفی خواهید گذاشت. دوم این‌که، درباره‌ی بچه‌ها باید صبور بود و در هر مشکلی با آرامش با آنان مواجه شد. اما درباره‌ی ترس از مدرسه، باید مدرسه رفتن او را با عمل یا تفریحی که از آن لذت می‌برد، مترادف کنید. به‌عنوان نمونه چنان‌چه از کامپیوتر خوشش می‌آید و یا حضور در فوتبال مدرسه یا ورزش دیگری بعد از ساعت مدرسه را دوست دارد، این‌گونه برنامه‌ها را به جزئی از برنامه‌ی مدرسه رفتن او تبدیل کنید. به‌عنوان نمونه از معلمش بخواهید که در مدرسه، مسؤولیتی در ارتباط با کامپیوتر یا کار با آن به او بسپارد. از سویی می‌توانید از میان هم‌کلاسی‌های او، دوستی برایش پیدا کنید و با هماهنگی با پدر و مادر او، برنامه‌های مشترکی برای بعد از ظهر آن دونفر تدارک ببینید.

پرسش:

خانم دکتر! فرزند ما از حضور در تیم فوتبال یا بیسبال مدرسه امتناع می‌کند؛ به نحوی‌که وقتی دوست‌هایش در زمین ورزش هستند، او ترجیح می‌دهد وقت خود را در خانه بگذراند. همسرم معتقد است که فرزندمان دچار بیماری ترس از شلوغی و جمعیت است؛ اما پذیرش این موضوع، برای من دشوار است، چراکه در کنسرت‌های موسیقی شلوغ هم شرکت می‌کند و بسیار لذت می‌برد. نظر شما در این‌باره چیست؟

پاسخ:

با توجه به این‌که می‌گویید او در کنسرت‌های پرجمعیت هم به‌راحتی شرکت می‌کند، تصور نمی‌کنم که مبتلا به ترس از جمعیت باشد. فرزند شما به احتمال زیاد به‌دلیل بی‌علاقگی به برخی از بچه‌هایی که در تیم‌های فوتبال یا بیسبال مدرسه حضور دارند، ترجیح می‌دهد در خانه بماند. اما برای این‌که در این‌باره مطمئن‌تر شوید، او را با خود به جاهای شلوغ دیگری به غیر از کنسرت‌ها ببرید و توجه کنید که آیا این‌گونه مکان‌ها، نیز او را ناراحت می‌کنند یا خیر؟ به‌عنوان مثال او را به پارک یا فروشگاه‌هایی که در مکان دیگری غیر از محل زندگی خودتان است و یا باشگاه‌های ورزشی ببرید. در صورت عادی بودن، مطمئن باشید که مشکل او ترس از جمعیت نیست، بلکه علت‌های دیگری است که باعث می‌شود در مسابقه‌های مدرسه شرکت نکند.

جهت تهیه‌ی کتاب‌های دکتر شیرین نوروی با دفتر مجله تماس بگیرید. برای تعیین وقت مشاوره‌ی تلفنی با خانم دکتر شیرین نوروی با تلفن‌های ۹۱۲۵۷۸۱۳۶۶ و ۹۱۲۳۴۳۴۲۹۳۰ تماس حاصل فرمایید.