

# دختران خود را بهتر درک کنیم

پدری می‌گوید:

«چگونه با دختر هفده‌ساله‌ام رفتار کنم؟»

مادری می‌پرسد: «چگونه با دختر پانزده‌ساله‌ام حرف بزنم؟»، «چگونه می‌توانم به دخترم کمک کنم که به درستی با احساس‌ها و عواطفش روبه‌رو گردد؟» و...

## محبت، بال پرواز در کودکان

کودک از زمانی که به دنیا می‌آید، دارای غریزه‌ها و تمایل‌هایی می‌باشد که برخی از آن‌ها، بالقوه هستند و مانند آتش زیر خاکستر به وقت خود، فعلیت پیدا می‌کنند مانند ثروت‌اندوژی، امور جنسی و... برخی دیگر از تمایل‌های کودک، بالفعل هستند یعنی پس از تولد، رشد و نمو می‌کنند مانند خوردن، گریه کردن، خوابیدن و... کودک در رحم مادر، به‌طور کامل، متوجه کردار، گفتار و هیجان‌های بیرون، از طریق شریان‌های حیاتی مادر می‌باشد. پس از تولد نیز به‌طور کامل، در معرض کردار و رفتار اطرافیان قرار می‌گیرد و از سن دوسالگی به بعد، آماده‌ی بهره‌برداری می‌شود. بنابراین، دست نوازش پدر و مادر به‌ویژه پدر برای او، دارای اهمیت است. در نتیجه، توصیه می‌شود که مادران و پدران، کودکان را بر سینه بفشارند تا ضربان قلب آنان با ضربان قلب کودک، درهم آمیخته شود و گرمی و حرارت محبت را لمس کند.

## آیا روش‌های تربیتی دختران با پسران تفاوت دارد؟

پدر و مادر باید بدانند از آنجایی که تمایل پسران با دختران فرق می‌کند، در برخی مسائل هم تفاوت دارند. نباید فراموش کرد که پسران، رفتار با جنس مخالف را از مادر می‌آموزند و دختران از پدر یاد می‌گیرند. بنابراین، اگر پدری طبیعت وجودی دختر خردسالش را نشناسد و آن‌طور که خودش می‌خواهد، با او رفتار کند، این مسأله بین پدر و دختر، فاصله می‌اندازد. دختران نیاز دارند کسی به صحبت‌های‌شان گوش دهد نه این که بدون شنیدن احساس‌های‌شان، از ابتدا راه‌حل ارائه شود. درباره‌ی پسران نیز مادران با مشکل مواجه می‌شوند زیرا پسران حتی اگر کوچک باشند، اعتمادبه‌نفس را در این می‌بینند که خودشان از عهده‌ی مشکل‌های‌شان برآیند و نیاز به کمک بیش از حد یا ناز و نوازش ندارند. اقیانوس بزرگ زندگی دختران، در واقع زیر نفوذ رویه‌ها، فرمول‌ها و باورهایی است که ما درباره‌ی آنان می‌اندیشیم، باورهایی که درباره‌ی قدرت دختران و عزت‌نفس آنان داریم.

## درک رفتار

اظهار نظرهای کلیشه‌ای مبنی بر مجزا بودن ویژگی‌های دختران و پسران مانند: «پسرها بالاخره پسر هستند» و «دخترها به‌طور طبیعی مدیریت‌ترند» در ما نفوذ کرده‌اند و براساس این‌گونه عقیده‌هاست که رفتارهای معینی را پیش‌گویی می‌کنیم و به کودکان، نسبت می‌دهیم. برای نمونه: برخی از ما به‌طور جدی انتظار داریم که دختران در کارها همراهی‌مان کنند و پسران، یاغی و تبیل



## آن چه دختران از پدرشان می‌خواهند: عشق پدر

عشق پدر می‌تواند دختری را بسازد یا او را خرد کند. پدر، قهرمان روزهای کودکی فرزندش است و اغلب، دیواری ست که دختر می‌تواند در دوران نوجوانی به او تکیه کند. به‌طور معمول، پدر به دخترش کمک می‌کند تا به استقبال خطر برود و دنیا را سیاحت کند. پدری که فرصت داشته باشد با دخترش راه برود؛ او را راهنمایی کند؛ دست نوازش بر سرش بکشد؛ به صحبت‌هایش گوش بدهد و به او احساس آرامش دهد، هدیه‌ی گران‌بهای زندگی را به او می‌دهد.

اگر پدری از هیچ تلاشی برای دخترش، فروگذاری نکند و به او مهارت‌های زندگی را بیاموزد، به رشد نفس و ضمیر او کمک می‌کند.

## هدیه‌ی استقلال

بررسی‌ها نشان می‌دهد دخترانی که پدران‌شان به آنان کمک می‌کنند تا به استقلال برسند، در محیط کار، بهتر ظاهر می‌شوند و اعتمادبه‌نفس‌شان افزایش می‌یابد. علاوه بر اعتمادبه‌نفس اجتماعی، دخترانی که مستقل باری‌آیند و مسؤولیت‌های شخصی بیش‌تری را پذیرامی‌گردند، بهتر می‌توانند در حق فرزندان خود، مادری کنند.

با رعایت نکته‌های زیر، یک پدر می‌تواند نقش اساسی در زندگی دختر خود بازی کند:

- به‌عنوان یک پدر تا حد امکان در فعالیت‌های دختر خود در مدرسه درگیر شوید. اگر این کار برای شما ممکن نیست، مطمئن شوید که همسرتان در این خصوص، رسیدگی‌های لازم را انجام می‌دهد.
- هر هفته، زمانی را برای دیدار با دوستان دخترتان بگذارید. وقتی پدری، دوستان دخترش را از نزدیک بشناسد، به دخترش امکان می‌دهد تا بهتر بتواند درباره‌ی مسائلی که با دوستانش دارد، با او صحبت کند.
- دخترتان را تشویق کنید تا درباره‌ی رابطه‌هایی که با دوستانش دارد، با شما حرف بزند.
- دخترتان را به فعالیت‌های معنوی و روحانی تشویق کنید. در بسیاری از مجالس‌های معنوی، دختر شما می‌تواند دوستان سالمی برای خود، پیدا کند.

همه‌ی دختران ما می‌توانند در نقش مقدس مادر، ظاهر شوند. به‌طور حتم، اگر نتوانید نقش مقدس خود را به دخترتان آموزش دهید، ممکن است به رشد معنوی او، کمک چندانی نکرده باشید. دختران ما لازم دارند که در سایه‌ی معنویت، رشد کنند و به زنان بالغ و کاملی تبدیل شوند. این حق دختران ماست و آنان شایسته‌ی آن هستند که به این موفقیت دست‌یابند.

منبع: - «این‌گونه فرزندان را تربیت کنید» «دکتر عباس عطاری کرمانی»  
- «والدین مؤثر، فرزند مسؤول» «مجید رئیس دانا»



زهرا مرزبان

کارشناس علوم تربیتی، پژوهش‌گر و محقق  
عضو انجمن مدرسان و مشاوران آموزش و پرورش

باشند. دختران را همیشه تشویق می‌کنیم که به مادران‌شان کمک کنند اما از پسران، انتظار کمک نداریم. بنابراین، این‌گونه طرز فکرها درباره‌ی پسران و دختران نیز طبیعی به‌نظر می‌رسد.

فرزندان‌تان را آن‌طور که هستند، بپذیرید، نه آن‌گونه که می‌توانند باشند. اگر می‌خواهیم فرزندان‌مان، خود را انسان‌هایی باارزش تصور کنند، باید آنان را با تمام کاستی‌های‌شان بپذیریم. ما باور داریم که برای فرزندان‌مان، ارزش قائلیم و گاهی نیز آن را بازگو می‌کنیم اما بیش‌تر وقت‌ها، رفتار ما با گفتارمان تناسب ندارد. ما باید به آنان ثابت کنیم بدون توجه به این‌که چگونه عمل می‌کنند، برای آنان به‌عنوان یک فرد، ارزش قائلیم.

## روبروشدن با یک دختر خشمگین

وقتی دختری از روی خشم، مادرش را بی‌ارزش می‌خواند، به‌احتمال زیاد به‌علت خشمی ست که او نسبت به خود، احساس می‌کند. از این‌رو، این احساس را روی مادرش، فزافکنی می‌کند. بیش‌تر مواقع، وقتی یک دختر نوجوان، عصبانی می‌شود، نه‌تنها با آشوب هورمون‌ها و احساس‌هایش روبروست، بلکه احساس بی‌ارزشی می‌کند. دختر نوجوان در این سن و سال، با یک به‌هم‌ریختگی درونی و بیرونی روبروست. این احساس را که به او دست داده، دوست ندارد و به‌همین دلیل، احساس خود را روی مادرش، فزافکنی می‌کند. مادری که به او اعتماد دارد، او را می‌شناسد و به شکلی عمیق، او را درک می‌کند.

مادر یک دختر نوجوان باید صبر و شکیبایی زیادی داشته باشد. باید دیدگاهی وسیع داشته باشد و او را به‌شکلی که لازم است، درک کند. مادر می‌تواند اعتماد و اطمینان دخترش را نسبت به خود، بیش‌تر کند و برای رسیدن به این مهم، لازم است که سرنخ‌های احساسی و عاطفی او را پیدا کند.

مادر مدبر و دانا، خشم دخترش را در این مرحله از زندگی، به‌حساب در حال رشد بودن او می‌گذارد. البته گاهی وقت‌ها مادر باید به دخترش بیاموزد که خشمش را کنترل کند. این‌که بیاموزیم خود را کنترل کنیم، بخشی از برنامه‌ی رسیدن به بلوغ و بزرگی است.

البته مواقعی هست که باید بگذارید دخترتان فریاد بکشد. احساس‌های ناخوشایندش را آن‌قدر تخلیه کند تا به آرامش برسد. در بسیاری از مواقع، وقتی دختر به‌شدت خشمگین می‌شود، بهتر است مادرش از صحنه بیرون برود و بگوید: «من نمی‌توانم حرف‌های تو را تحمل کنم. بهتر است که نیم‌ساعت، تنها بمانم.» اگر ترک کردن اتاق، امکان‌پذیر نباشد، شاید چند ثانیه سکوت، نتیجه‌ی دلخواهی بدهد.

## تغییر کردن با دختران‌مان

برای آن‌که در دوران نوجوانی دخترمان، به او نزدیک‌تر بمانیم، باید در کنار او و با او تغییر کنیم. این بدان معناست که روش‌های مقتدرانه را کنار بگذاریم و رفتاری دوستانه‌تر در قبال دختران‌مان درپیش بگیریم. درضمن، برای آن‌که به دختران‌مان نزدیک‌تر شویم، لازم است به آنان، آزادی بیش‌تری بدهیم و مسؤولیت‌های جدیدی را به آنان واگذار نماییم.