كيف تؤثر طباعكم على أبنائكم؟



يحدث التصادم بين نمط شخصية الأم أو الأب ونمط شخصية المراهق؛ هم يرغبون في تقويم سلوكياته السلبية من وجهة نظرهما والابن رافض للتغيير! وحتى نحل هذا الخلاف ينبغي علينا التعرف على أنماط الشخصية، والتي تتنوع بين ثمانية أنماط، كما تقول الدكتورة "ولاء نبيل"، استشارية نفسية أطفال ومراهقين.

نصائح للأمهات والآباء

- عليكم أن تنوعوا في استخدام أساليب التعامل مع الابن المراهق، ولا تتبعوا أسلوباً واحداً، فلكل موقف أسلوبه.

- لا تقارنوا أبناءكم بالآخرين، ولا تقارنوا أنفسكم بالابن أو الابنة في مثل عمركما؛ فلكل شخصية طبيعتها المتفردة، وتقبل الاختلاف يجعل التواصل أسهل بينكما.

- لا تجعلوا نمط شخصيتكم يؤثر على أبنائكما -بنت أو ولد- فنحن لا نربي أبناءنا؛ ليكونوا نسخاً متطابقة منا، وإلا لما حدث التطور.

- احترموا خصوصية الأبناء، ولا تحاولوا التجسس عليهم ومعرفة أسرارهم الخاصة؛ لأن ذلك يجرحهم ويفقدهم الثقة بكما.

- تعاملوا مع ابنكم المراهق باحترام يعاملكم بالمثل؛ فالاحترام ليس واجباً على المراهق فقط، إنما واجب عليكما أنتما أيضاً.

- تريثوا في توجيه اللوم والنقد للابن، واتبعوا دائماً أسلوب الإنصات الفعال، وتعاطفوا مع مشكلة المراهق، وإن كانت بسيطة من وجهة نظركما.

- اسمحوا لابنكما بوجود أصدقاء في حياته؛ حتى يكتسب المرونة من التعامل مع الشخصيات المختلفة، ولا تقللا من أهمية دور الأصدقاء في حياته؛ فالمراهق لا يحتاج للدعم من الأهل فقط، وإنما وجود الأصدقاء عامل مهم في اجتيازه لهذه المرحلة بنجاح.

- لابد أن تتسموا بقدر من المرونة في التعامل مع الأبناء المراهقين، وتقبل خلافه معكم ووجهات نظره الغريبة أو الصادمة أحياناً بالنسبة لكم، وأن تناقشوه بهدوء وعقلانية.

- امنحوا أبناءكم قدراً وافراً من الحب غير المشروط؛ لأن المراهقين لديهم حساسية كبيرة وعدم ثقة في ذواتهم؛ نتيجة لاختلال مستويات الهرمونات في أجسامهم، وبالتالي فقد يسيئون التصرف؛ ليس كرهاً لكم وإنما لعدم ثقة في أنفسهم.

- أدركوا أن التربية رحلة طويلة؛ لذا عليكما دوماً الاستعداد والتزود لهذه الرحلة بالمعلومات الكافية عن طبيعة كل مرحلة يمر بها الابن من الطفولة؛ مروراً بالمراهقة ووصولاً للشباب والرشد؛ لتعلما احتياجات كل مرحلة منها، وكذلك هناك قاعدة تقول: إن التوقع يقلل التوتر. فطالما تتوقعان مواجهة الكثير من المواقف سينعكس ذلك على تعاملاتكما، ويجعلكما أكثر هدوءاً وحكمة.