

اكتسبي ثقة طفلك المراهق عبر اتباع هذه الطرق السهلة

الكثير من المراهقين لا يتواصلون بصراحة مع والديهم، لذا يتخذون قرارات، (غالباً ما تكون عواقبها طويلة الأمد)، قد تكون مأساوية للمراهقين، ومحزنة للبالغين الذين لم يحصلوا على فرصة لتبادل وجهات نظرهم.

- حين يبدأ طفلك بتحدي طلبات الاعتيادية، أدركي بأنك تتعاملين الآن مع مراهق. وهو يخضع إلى تغيير بيولوجي هائل، ويجب عليك تعديل سلوكك معه بشكل مناسب.
- يحتاج المراهق إلى المعلومات والشرح والتبرير حول الأشياء الذي يطلب منه القيام بها. عن طريق تلبية هذه الحاجة، تكونين علاقة مبنية على الاحترام والثقة مع طفلك المراهق.
- الإرشادات الأبوية الواضحة تسمح للمراهق بمعرفة عواقب تصرفاته، ولن يتفاجأ بالعقاب بعدها. يعطي ذلك لطفلك المراهق بعض السيطرة على نتائج خياراته. كما أنها تتيح له بأن يشعر بالاستقلالية، مع الحفاظ على القواعد العائلية.
- صحيح أنه لا يمكنك التشاجر معه حول كل شيء، أو ستصبح حياتكم اليومية مليئة بالمشاكل. عليك أن تتغاضي عن بعض تصرفات ابنك أو ابنتك الطفيفة، لتثبتي حبك لهما كيفما كانا. فطفلك يحاول لفت انتباهك، كي تمنحه بعض الوقت.
- اصبحي المستمعة الأفضل لمشاكله، وقاومي الرغبة بإملاء عليه ما يجب أن يفعله، أو محاولة إصلاح محنته. دعيه يجد الحل بنفسه. وعندما يطلب نصيحتك، بإمكانك الإجابة بصدق.
- اعتذري عندما توجهين كلام قاس له، أو تتهمينه ظلماً. سيقدر تواصلك، ويتعلم شيئاً عن تحمل المسؤولية في الوقت ذاته.
- انتبهي لاهتمامات ابنك المراهق وأظهري اهتمامك بها، وتناقشي معه بهذا الخصوص. ليس من الضروري حفظ أسماء جميع المطربين أو أفضل الفرق الموسيقية، ولكن أبدي اهتماماً بالمواضيع التي تثير اهتمامهم فذلك يفتح باب لتواصل أعمق.
- وأخيراً، كوني صادقة مع طفلك بوعودك. لا شيء يثير خيبة الأمل في سن المراهقة أكثر من وضع الخطط وعدم تطبيقها. تذكري، وإنه الوقت الذي يبدأ المراهق فيه باختبار الخسائر والاستياء، فيما يسعى إلى توسيع دائرة صداقته، والعثور على

صلات عاطفية مع الآخرين، ويتعرّف إلى ناس قد يسيئون إليه.
يحتاج المراهق إلى شخص يثق به، ويوفر له مكاناً يرتاح فيه،
فكوني أهلاً للثقة.