

### چند نکته برای والدینی که می خواهند با فرزندشان دوست شوند

پدرها و مادرها دوست دارند با فرزندشان رابطه خوبی داشته و به نوعی با آنها دوست باشند



### رفتار والدین با فرزندان

رفتار والدین با فرزندان، تمام پدرها و مادرها دوست دارند با فرزندشان رابطه خوبی داشته و به نوعی با آنها دوست باشند.

در این مقاله به شما چند نکته مهم را می گوید که با آنها می توانید بهترین دوست فرزندان شوید.  
سوال : زنی ۴۹ ساله هستم که فرزندانم در سنین مختلف به سر می برند.

من و پدرشان که بسیار به اصول مذهبی مقید هستیم، همیشه سعی می کنیم با آن ها دوست باشیم ولی آن ها هر روز از ما بیشتر فاصله می گیرند و حرف هایشان را به ما نمی زنند.

دخترم که اصلا هیچ علاقه ای به صحبت کردن با ما ندارد و دوست دارد خیلی امروزی بگردد.

نمی دانم مشکل کجاست. می دانم که آن ها به نسل امروز تعلق دارند و می خواهم درکش کنم ولی آن ها اصلا با من و پدرشان دوست نیستند.

پاسخ کارشناس : از آنجایی که سن فرزند در مسائل تربیتی مهم است و شما این موضوع را در سوالتان

قید نکرده اید، پاسخ به پرسش شما به صورت کلی ذکر می شود.

قبل از صحبت درباره روش های نزدیک شدن به فرزندان تان لازم است به این نکته مهم توجه کنید که روابط فرزندان با والدین نمی تواند مشابه روابط دوستانه آن ها با هم سن و سال هایشان باشد چون والدین از نظر سن، مسئولیت ها و حقوق و تجربیات با فرزندان شان تفاوت دارند. روابط والدین با فرزندان یک ارتباط تعریف شده و منحصر به فرد است که ویژگی های خاص خودش را دارد و به طور کلی در دو ویژگی «اقتدار» یا «نفوذ و محبت» خلاصه می شود.

وجود این دو ویژگی در کل دوران رشد فرزندان ضروری است، هرچند ویژگی اقتدار والدین با افزایش سن فرزندان باید به سمت مشاور یا راهنما تغییر کند. برای اینکه بتوانید در فرزندان تان نفوذ و قدرت لازم را داشته باشید، لازم است ابتدا یک رابطه خوب و صمیمانه را با آن ها شکل دهید که شما مادر دلسوز به خوبی متوجه آن شده اید.



حال برای رسیدن به این نوع رابطه، پیشنهادهایی ارائه می شود

– توجه داشته باشید این روش ها تاثیراتشان را در طولانی مدت نشان می دهند و این یعنی نباید نا امید شوید و دیگر این که انجام آن ها باید همیشگی باشد تا بتوانند تاثیرگذار باشند.

– نسبت به جنبه های مهم زندگی فرزندان تان مثل کار، دوستان و علایق و سرگرمی هایشان، با پرسش از آن ها علاقه و اشتیاق نشان دهید و آن ها را در جاهایی که خوب عمل کرده، پیشرفتی داشته یا مودبانه رفتار کرده اند، تشویق کنید تا از این طریق احساس باارزش بودن را به آن ها بدهید.

– تا جایی که می توانید دشمنان یک رابطه رضایت بخش را که شامل سرزنش کردن، توهین و تحقیر کردن، نصیحت مداوم، مقایسه کردن، تحکم بدون استدلال، نفرین و تهدید کردن و محروم کردن از محبت می باشد در روابط تان شناسایی و سعی کنید آن ها را به حداقل برسانید.

### رفتار والدین با فرزندان

از آنجایی که یکی از نیازهای اصلی جوانان، داشتن استقلال در تعیین مسیر زندگی شان است و هر نوع نصیحت و دستور، از جانب افراد با تجربه را تهدیدی برای این نیازشان قلمداد می کنند؛ بنابراین به جای اینکه در دام جنگ قدرت و اثبات وجود گرفتار شوید، بهتر است به این نیاز آن ها احترام بگذارید و بهتر است در مواردی که تصمیماتشان با نتایج خطرناکی همراه است قبل از هرگونه ابراز نظر یا نصیحت، ابتدا نظر آن ها را درباره اثرات کوتاه مدت و طولانی مدت تصمیم شان بپرسید و اجازه دهید خودشان به نتایجی که در ذهن شماست، برسند. در صورتی که از این راه به نتیجه نرسیدید، می توانید آن ها را تشویق کنید که به یک متخصص سلامت روان مراجعه کنند.



در زمان نیاز فرزندان (چه به لحاظ عاطفی و چه مالی) و در صورت تمایلشان در دسترس آن ها باشید.

بیان عواطف و احساسات مثبت تان را افزایش دهید.

به فرزندان بگویید که چقدر آن ها را دوست دارید، چقدر سلامت و آرامش آن ها برای شما مهم است، چقدر به وجودشان افتخار می کنید... در صورتی که این نوع صحبت های شفاف بخش با درآغوش کشیدن، بوسیدن، نگاه محبت آمیز، نوازش کردن و لبخند زدن همراه شوند تاثیرشان به شدت بیشتر می شود.