

## حکمت

صحیفه سجادیه دعای ۴۵  
امام سجاده (ع)

خدایا! با گذشتن این ماه، از خطاهای ما بگذر؛ و با خارج شدنش، ما را از گناهانمان خارج کن؛ و ما را از خوشبخت‌ترین اهل این ماه به آن و پرنسب‌ترین آنان در آن و بهره‌مندترین ایشان از آن، قرار ده.

## راه ورسم دخالت والدین در یک آزار و اذیت اینترنتی

## من همیشه هستم

## قسمت بیست و هفتم



اکثر بچه‌ها تا سنین پیش از مدرسه هر لحظه در حال حرف زدن هستند، هرچه کودک بیشتر برون‌گرا باشد، بیشتر از وقایع و اتفاقات روزنش و حتی درون‌یاتش با والدین خود صحبت می‌کند. پس از ورود کودک به پیش دبستانی و دبستان و مستقل شدن نسبی از والدین، این پدر و مادر هستند که بیشتر تمایل به شنیدن لحظاتی دارند که در آن حضور ندارند. بخشی اشتیاق برای دانستن ماجراهایی است که فرزندان بدون آنها تجربه کرده و بخش دیگری نگرانی پنهانی است که هر والدی نسبت به سلامت روحی و جسمی فرزندش دارد.

میل به مراقبت و ایجاد امنیت برای فرزندان از پایه‌ای‌ترین امیالی است که در والدین فعال می‌شود، ما همواره مراقب جسم و جان فرزندانمان هستیم اما زمانی می‌رسد که نه او حرفی به ما می‌زند و نه ما می‌دانیم چه اتفاقی افتاده و چه کسی یا چه چیزی او را این‌طور درهم شکسته. نوجوانی زمانی است که فرزندان به سبب شرایط روحی و جسمی که با آن درگیر هستند، بیشتر از ما فاصله می‌گیرند اما نیازشان به حمایت هنوز پابرجاست. مخصوصاً در شرایطی که با مزاحمت اینترنتی دست به‌گریبانند.

زهر صالحی نیا

کارشناس سواد رسانه

## هوشیار باشید

بسیاری از نوجوانان به والدین خود درباره آزار و اذیت اینترنتی، حرفی نمی‌زنند. دلایل مختلفی برای امتناع از گفتن وجود دارد. یکی خجالت از بیان مساله به والدین است، ترس از این‌که او را ضعیف و ترسو قلمداد کنید یا ممکن است نگران این مساله باشند که وارد شدن شما به مساله، شرایط را برایشان سخت‌تر کند و مشکلی را حل نکند. یکی از دلایل دیگر می‌تواند این باشد که حتی خودشان هم از شرایط سختی که با آن مواجه هستند آگاهی ندارند. در واقع تحت فشار روحی و حتی جسمی قرار دارند که به دلایلی خود را مستحق آن می‌دانند و راه فرار یا نجاتی برای خود قائل نیستند. به همین علت این مشکل را با کسی نیز در میان نمی‌گذارند. با این حال اگر شما احساس کردید یا احتمال دادید فرزندان مورد آزار و اذیت اینترنتی قرار گرفته، این به معنای آن است که مساله به اندازه کافی مهم، بزرگ و مشکل‌ساز بوده که شما نیز متوجه آن شده‌اید.

## من می‌شنوم

اگر فرزندان به طور کلی از گفت‌وگو امتناع می‌کند موانع را شناسایی کنید، آیا به شما اطمینان ندارد یا عامل بیرونی او را می‌ترساند؟ آیا

دارد اما خط قرمز و اولویت شما سلامت جسمی و روحی اوست. در شرایط حاد با مشاور امین و حاذقی مشورت کنید.

## گام‌بندی کنید

اگر فرزند شما توسط شخصی که می‌شناسد مورد آزار قرار گرفته و پس از مرحله‌ای که طی کردید به شما اعتماد کرده و شما را وارد ماجرا کرده است، بهتر است این موضوع را رودررو با والدین آن نوجوان مطرح کنید. تلاش برای شفافیت و حل کردن مسائل با گفت‌وگو و شفاف کردن فضا در گام نخست فرهنگی را به فرزندان آموزش می‌دهد که ارزشمند است، این‌که باید خوب شنید و خوب گفت‌وگو کرد. این مراحل می‌تواند به شما کمک کند با هم اختلافات را حل کنید. **یک قرار ملاقات تنظیم کنید:** ما همیشه در شرایط ایده‌آل قرار نداریم، همه افراد امکان، ظرفیت و مهارت گفت‌وگو ندارند، پس در ابتدا افرادی را که در این ماجرا سهیم هستند، شناسایی کنید. در صورتی که آزاردهنده از هم مدرسه‌ای‌های فرزندان است، مسؤولین مدرسه را در جریان قرار دهید.

پیش از جلسه خانوادگی با والدین آشنا شوید و مواضع خود را شفاف کنید و این نکته را در خاطر داشته باشید لزوماً شخص قلدر مجرم نیست و می‌تواند خود او هم قربانی شرایطی مشابه باشد. به عنوان یک والد تنها مصلحت فرزند خود را در نظر بگیرید و با رافت بیشتری به دو نوجوان نگاه کنید.

**شما برای فرزندان آنجا هستید:** توضیح دهید که فرزند شما مساله‌ای را مطرح کرده و شما برای شفاف شدن جوانب مساله و حل آن قدم پیش گذاشته‌اید و این درخواست را دارید که درباره شرایط فرزندان‌تان در جمع دو خانواده گفت‌وگو کنید.

**هدف خود را بیان کنید:** احساسات خود را شفاف بیان کنید. بله، عصبانی و آسیب دیده‌اید اما هدف شما فراتر از سرزنش یا تنها بروز احساسات است. شما می‌خواهید مقابل خرجه قلدری بایستید و از نوجوانان بخواهید از رفتار مخرب دست بکشند.

**بگذارید والدین دیگر هم صحبت کنند:** آنها را بشنوید، والدین نوجوان قلدر هم ممکن است اطلاعاتی داشته باشند که شما از آنها اطلاع ندارید، همین خوب شنیدن نشان‌دهنده حسن نیت شماست و باعث می‌شود بهتر مساله حل و فصل شود. در هر حال در دادگاه هم سخنان دو طرف کامل و با ذهن باز شنیده می‌شود، اگرچه این جلسه را به چشم دادگاه نباید ببینید.

**مدرک ارائه کنید:** در صورت نیاز پیام، تصاویر و آنچه به عنوان مدرک قلدری موجود است را با حفظ احترام افراد و حریم و اجازه فرزند خود ارائه کنید.

**همکاری:** تا آنجا که ممکن است، سعی کنید والدین دیگر را به خدمت بگیرید تا بتوانید به عنوان یک جبهه متحد کار کنید. این به معنی جبهه‌بندی نیست، والدین نیاز به آگاهی دارند. لازم نیست فرد قلدر در مدرسه رسوا شود اما می‌توانید با والدین دیگر برای آگاهی بخشی تماس بگیرید و بدون بردن نام نوجوانان، آنها را در جریان ماجرا قرار دهید، انتقال تجربه‌های مثبت میان والدین یکی از راه‌های کمک به فرزندان است.

**گام بعدی را مشخص کنید:** برنامه‌ای در نظر بگیرید، با توجه به آرام یا اوج گرفتن اوضاع، ممکن است لازم باشد یک مهمان بی‌طرف به طور مثال یک معلم، مشاور را برای کنار آمدن با این مشکل دعوت کنید و به دو طرف برای حل مساله کمک کنید. در نظر داشته باشید اگر تهدید جدی برای امنیت روحی و جسمی فرزندان مشاهده کردید سریع با مراجع قانونی تماس بگیرید.