

دور العاطفه في حياة المراهقة المستقبلية



برنامج جمعية البحرين النسائية لحماية الطفل من الاعتداء و الإهمال

"كن حرا"

إعداد و تقديم

رنا الصيرفي

يناير ٢٠٠٤

المحتويات

..... ١	دور العاطفه في حياة المراهقة المستقبلية
..... ٢	المحتويات
..... ٣	مقدمة
..... ٥	مراحل النمو لدى المراهقة و إرتباطاتها العاطفية
..... ٥	التغيرات الجسدية
..... ٥	التغيرات الذهنية و الإدراكية
..... ٦	التغيرات النفسية-الإجتماعية
..... ٦	نتائج الإفتقار العاطفي المباشرة
..... ٧	دور العاطفة في حياة المراهقة المستقبلية
..... ٧	دور الأب
..... ٧	دور الأم
..... ٨	الجو العائلي العام
..... ٨	الخلافات داخل الأسرة
..... ١١	بناء علاقة سليمة
..... ١٣	توصيات:
..... ١٤	الخاتمة:

مقدمة

كل كائن حي على وجه هذه البسيطة له احتياجات ابتدائية لا يستطيع العيش بدونها كالماء والغذاء و الهواء ولكن هناك احتياجات خاصة بالانسان من الصعب ان تكتمل انسانيته اذا ما كان هناك خلل في تحصيلها او اعطائها. فمن الاساسيات التي يحتاجها الانسان لتساعده على ان يعيش حياة نفسية وعقلية مستقرة وسوية هي الاحتياجات العاطفية ولا سيما تلك التي يحصل عليها من المقربين والمهمين لدية. وبالرغم من انه لا يستثنى احد من حاجته الى العاطفة ذكرا كان او انثى ابتداء من يوم تعقد نطفته الى الفترة التي يعيش فيها في رحم امه الى الطفولة والمراهقة والشباب والشيخوخة، الا اننا سنركز في هذه الورقة على الاحتياجات العاطفية ودورها في حياة الفتاة المراهقة فقط.

تعتبر فترة المراهقة فترة حرجة للفتاة ومن يتعامل معها ولو انها ليست بالضرورة ان تكون فترة صعبة تتخللها المشاكل والمتناقضات اذ عادة ما يتم الحديث عن الفتاة المراهقة على انها موجود شاذ ابتلت به الاسرة لفترة معينة وهم يعدون السنين والايام لكي تنتهي هذه الفترة متناسين ان الفتاة المراهقة ما هي الا تلك الطفلة الصغيرة التي كبرت فهي في النهاية نتاج يد والديها وعائلتها ومحيطها الذي تعيش فيه وهذا يعني ان هناك مؤشرات على شخصية هذه المراهقة منذ البداية ولكن قد تكون بحاجة الى دقة فقط لمعرفتها.

فالفتاة المراهقة كثيرا ما تدخل في صراع قوى مع عائلتها عامة ومع والدتها خاصة اذ غالبا ما يطغى حرص الام وخوفها على ابنتها المراهقة ان تتجاهل مشاعرها ورغباتها او ان تعترف بها ولكن تقمعها على انها غير ملائمة للعائلة او المجتمع مما يزيد من تمرد المراهقة على ما حولها اذ تعتقد هي انها وصلت لسن النضج والقرار وان لها حق الاختيار، بينما قد ترى الأم بأن ابنتها المراهقة هي فريسة سهلة للغواية من الآخرين ولا سيما الشباب منهم وان عليها حمايتها حتى من نفسها. كل ذلك بالإضافة الى انشغال العائلة بتدبير امور الحياة عامة والمادية خاصة تجعل اعصابهم وتحملهم هش قد يتلاشى من اول مواجهة (اذا صح التعبير) مع المراهقة ومحاولة اجبارها على احترام وضع المنزل و الطاعة هذا اذا ما كانت المراهقة تعيش في بيئة ملتزمة تتحمل هي فيها مسؤولية شرف العائلة وعليها حمايته ما هي الحال الدارجة في مجتمعاتنا الشرقية.

واما الفتاة المراهقة التي تعيش في بيئة لا تسأل فيها عما تفعل او تشعر بحجة ان العائلة تمنح الفتاة المراهقة حرية مطلقة لثقتهم بها او ما شابه، فبالرغم من ان ذلك يعتبر حرية من نوع معين وقد تتمتع الفتاة المراهقة بذلك من جهة، ولكن جانب الاغفال وعدم متابعة الاسرة لها قد يعطيها شعور بالاهمال العاطفي والذي يولد لديها خلاء قد تلجأ لمئنه بطرق تضرها في الحال والمستقبل.

ومن المعروف بأن سن المراهقة عامة هو السن الذي تتركز افكار المراهقين على انفسهم واجسادهم واحساسهم بجنسهم وفي حال الفتاة المراهقة، فقد تزيد هذه الفترة من اعتزازها بأنوثتها وعاطفتها مما يزيد الاحساس لديها بالرغبة في التمديد والتحسين لها من الآخرين خاصة بما يتعلق بشكلها الخارجي وكل ما يتعلق بكونها انثى مما يساهم في تعزيز ثقتها بنفسها كأنثى وكفتاة مرغوب بها وينعكس عليها سلبيا اذا ما لم تحصل عليه ممن هم من حولها وتحاول ان تحصل عليه من الآخرين حتى ولو كانت طريقة الحصول عليها هي بذاتها تمثل صدمة وضربة لأنوثتها مستقبلا. وبما ان اساس وبذرة الثقة بالنفس تزرع في السنوات الاولى للطفل في المنزل بيد ابويه والمحيطين به، فان ذلك يؤثر كثيرا على مدى الثقة بالنفس التي تتمتع بها الفتاة المراهقة ومدى حاجتها الى تأكيد اهميتها وتحسينها في فترة المراهقة.

مراحل النمو لدى المراهقة و إرتباطاتها العاطفية

التغيرات الجسدية

تمر الفتاة المراهقة بتغيرات جسدية سريعة تتمثل في نمو ونضج الأعضاء و الغدد. و هذه التغيرات هي التي تحول الفتاة من طفلة الى بالغة و بالتالي تكون الفتاة حساسة لهذه التغيرات و لمظهرها العام. و تعتبر هذه الفترة من أكثر الفترات التي ترتبط فيها مشاعر الثقة بالنفس مع التغيرات الجسدية. و لذا نرى أن ظهور البثور أو التأخر في الطول يكون من الأمور التي تؤثر تأثير كبيراً في نفسية المراهقة. و من هنا نجد أنها بحاجة الى تعزيز الثقة بالنفس بإحترامها و منحها الحب . و تعتبر المقارنة و الإنتقادات من أفسى الأمور التي يستخدمها الأهل في تحفيز البنت -في اعتقادهم- في حين أنها تشعل الصراع الداخلي و عدم الثقة فينعكس خارجياً بالعناد و الشجار. و قد تصبح المراهقة أيضاً مزاجية الى حد كبير نتيجة الى التغير السريع في الهرمونات. إن فهم هذه التغيرات يساعد الأهل على توقع و تقبل بعض التصرفات الغريبة لدى الفتاة.

هذه التغيرات أيضاً، تبني نوع من الفضول عند الفتاة عن الجنس و الحياة الزوجية ، و تطلب تفاصيل و ليس عموميات و إذا لم تحصل عليها من مصدر موثوق كالأهل فإنها تلجأ الى القنوات الأخرى كالإنترنت و الصديقات و بالتالي فالصورة التي تصلها قد لا تكون صحية و قد تلجأ الى ممارسات تؤذيها مستقبلاً.

التغيرات الذهنية و الإدراكية

في مرحلة المراهقة يتكون لدى المراهقة التفكير التجريدي. ففي سن الطفولة يكون التفكير في الأمور بصورة عامة أما في هذه المرحلة فيصبح لديها القدرة على التحليل المركب للأمور. و من هنا نجد أن المراهقة تبدأ برؤية الأمور بصورة مختلفة. لذا نجد أن العلاقات و الصداقات تكون حساسة في هذه الفترة لأن تحليل المواقف يكون أدق، فإذا أخلت الصديقة بأحد بنود الصداقة لديها كالإيثار مثلاً فإنها تجد صعوبة في تخطي ذلك و تبدأ في التفاضل بين مبدأ الإيثار و الصداقة. و بالتالي فإنها تحتاج الى وقت للتفكير لكي تستطيع تحليل الأمور و الوصول الى حل ترتضيه . قد تحتاج أيضاً الى التحدث مع أحد والديها للوصول الى نتيجة، و هنا الأفضل أن لا تتسرع في الإجابة و الوصول الى حل بل أن تكون المساعدة في التفكير المنطقي بدون فرض رأي و هذا أيضاً سيسجعها على سؤالهم مرة أخرى. من ناحية أخرى هذه التطورات الإدراكية تجعلها تنظر الى الأمور أسود أو أبيض و لا تستطيع تقبل الوسط أو ما يطلق عليه بالرمادي ، لذا تراها دائماً تطالب بالعدل و المساواة فهي دقيقة جداً في إدراك كل ما هو غير متساو.

نتيجة أخرى لهذه التطورات هي النزوح الى النموذجية الفعلية وذلك لإدراكها مبدأ "السبب و النتيجة" و بذلك تراها تلتزم حرفيا بما تعتقد. و هذا التطور إذا لم يقابل بتفهم و إحترام يجعلها تتطرف في تصرفاتها أكثر فأكثر.

التغيرات النفسية-الإجتماعية

أهم هذه التغيرات هي الرغبة في إيجاد هوية واضحة فهي تبحث عن "من أنا؟" و "ماذا أريد؟" و هذه الأسئلة لا تسألها وإنما يحدث ذلك في اللاوعي حيث تربط آراء المقربين منها كالأهل و الأصدقاء بها لتكون خليط من المعتقدات والمبادئ الخاصة بها. تغير آخر مهم هو الرغبة في الإستقلالية، لذا نرى الفتيات يعمدن الى قفل الباب في غرفتهن كوسيلة للإحتفاظ بخصوصيتهن ، و مثال آخر هو التعامل مع الوالدين كالناس العامة و ليس كوالدين. و في هذه المرحلة تقبل هذه الغيرات و عدم أخذها بحساسة أو بصفة شخصية يساعد على تجنب الصراعات الغير مجدية.

نتائج الإفتقار العاطفي المباشرة

على ضوء ما سبق فإننا نلخص التأثيرات المباشرة لعدم تفهم التغيرات التي تمر بها المراهقة و فقدان المراهقة للعاطفة و الدعم:

- ضعف الثقة بالنفس
- عدم التركيز
- مشاكل في النوم
- التفكير في الإنتحار
- انخفاض مستوى التحصيل الدراسي
- فقدان الشهية أو سوء التغذية

دور العاطفة في حياة المراهقة المستقبلية

في هذا الباب سنتطرق الى دور الأب ، و الأم و العائلة العاطفي في الحياة المستقبلية للفتاة المراهقة:

دور الأب

بما أن الأبناء يقتدون بما يفعل وليس بما يقول ابويهم، فردة فعل الابوين مع الفتاة المراهقة وتعاملهم معها هو ما يعزز في نفسها موقعها واهميتها في الاسرة ومع الابوين تحديداً. فكثير من الدراسات تشير الى دور الأب في حياة الفتاة المراهقة وتأثيره على حياتها الزوجية المستقبلية. فالفتاة التي تحترم من قبل والدها وتعامل معاملة انسانية تحترم فيها كأنثى، تتعلم ان من حقها ان تكون محترمة من زوجها كذكر يأتي في المرتبة الثانية في حياتها بعد ابيها ويصعب عليها تحمل الظلم والاهانة من قبل زوجها في حين قد ترى من عوملت بانتقاص لشخصيتها من قبل ابيها بأنها مخلوق ثانوي بالنسبة للذكر وانه قد لا يكون غير طبيعياً بأن تهان او لا تحترم من قبل الذكر المسيطر على المنزل.

دور الأم

تشير الدراسات التي ناقشت وضع الأم مع الفتاة المراهقة، بأنها تستطيع ان تكسب قلب ابنتها وتتقرب اليها اذا ما اعطتها الثقة ولم تزور في حديثها وتصرفها معها عن الثقة. وهو المطلب الأول لدى الفتاة، التي قد تلجأ الى اختلاق مواقف تثير الشك، فقط لتختبر ثقة أهلها و خصوصاً أمها بها.

الجو العائلي العام

الفتاة المراهقة تحمل ما تراه يوميا في حياتها العائلية و تخزنه لتطبقه كما هو في حياتها الزوجية في المستقبل. فالانسان يتعلم من التكرار ويصبح جزء من ردة فعله الطبيعية حتى ولو كان لا يريد ان يتصرف كذلك في حالاته الطبيعية. فكم من البنات ضاقت ذرعا بما فعلته امها معهن وكم من الأولاد ضاقوا ذرعا بما فعله والدهم معهم في صغرهم ولكنهم الآن وبعد ان اصبحوا آباء فانهم يمارسون ذات الشيء الذي وعدوا انفسهم بأن لا يفعلونه مع اولادهم قط ولكن ادمغتهم تبرمجت بأن هذا هو التصرف التلقائي ومن الصعب ان يتغير هذا الوضع ما لم يعيه الانسان ويحاول تغييره بوعي مدروس.

فاذا كان المنزل الذي تعيش فيه المراهقة جافا عاطفيا واللمسة الحانية والكلمات المعبرة عن العواطف مفقودة بين الوالدين معا وبينهم وبين اولادهم إما بسبب فقرهم العاطفي أو إعتقادهم بأن على أفراد الأسرة ان يعلموا بما يكن الوالدين لبعض ولباقي افراد الاسرة من عواطف ومحبة تجاههم والطلب (بصمت) من الآخرين في الاسرة بترجمة أفعالهم على انها محبة وعاطفة مثل عملهم المتواصل سواء كان في المنزل من الام او خارجها من الاب والام والأسوأ اذا كان يتوقع الأب مثلا ان يترجم افراد الاسرة غضبه وصراخه في البيت على انه محبة لهم لأنه انما ينفس عن تعبته في العمل والذي لم يكن إلا لأجل اكسابهم حياة كريمة في تقديره.!!!!

كل هذه الامور تشوش معنى العاطفة والمحبة لدى الفتاة المراهقة فتكون ممزوجة بالعنف تارة وباللين تارة اخرى فلا ترى عجبا أو مشكلة اذا ما اعتدى عليها زوجها جسديا او عاطفيا ومن ثم قال لها بأنه يحبها او انه يفعل ذلك غيرة منه عليها مثلا او لأنها تسببت في غضبه. فتتعلم الفتاة المراهقة بأن الذكر يبرز محبته بالعنف وذلك لا ينتقص من شأنه ومن الممكن ان يعبر عنها كموجة غضب عارمة يمازجها شعور الحب من جانبه فتعيش هذه الحالات المتناقضة والتي بدورها قد توصلها لأولادها وخاصة الأناث منهم بأن على الأنثى ان تتحمل عنف الذكر وذلك ليس له دخلا مباشرا بكمية المحبة التي يحملها الشخص في قلبه. ويعزز من ذلك بأنه نادرا ما يكون الانسان يمارس العنف دون ان يتقوه بكلمات يعبر فيها عن غضبه واستيائه من الوضع او الشخص المائل امامه او الشخص الذي ينصب جام الغضب عليه وهذه بكل سلبياتها تعطى الذكر فرصة بأن يعبر عن مشاعره ويقول ما يجول بخاطره بينما لا تكون النسبة متعادلة حين تكون الانثى هي التي تريد ان تعبر عما بداخلها من مشاعر الأسى والغضب والاحباط. فاذا ما حاولت تبادل العنف بالعنف فانها تعتبر "مسترجلة" وفاقدة لأنوثتها فتنتقدها المرأة والرجل معا. ويعزز ذلك تربية المرأة ذاتها لأطفالها، فيقال للطفل الذكر حين يبكي بأنه رجل والرجل لا يبكي وعليه ان يكون قويا بينما حين عندما تغضب الطفلة يقال لها لا تتنازعي ولا تتشاجري. فتتعلم الطفلة منذ نعومة اظافرها بأن عليها ان توجد حولا سلمية او ان تتقبل الواقع بينما يفهم الطفل بأن عليه ان لا يبرز احساسه وأن يبرز قوته لأخذ حقه وهذا كثيرا ما يرسخ في ذهن هؤلاء الاطفال الى ان يصبحوا في سن الشباب بل وحتى سن الشيخوخة.

الخلافا داخل الأسرة

كل أسرة تواجه بعض الصراعات الداخلية، و هو أمر طبيعي نتيجة الاختلافات في وجهات النظر و طرق التفكير كما أشرنا في التغيرات الذهنية و الإدراكية. المهم هو كيف تتعامل الأسرة مع هذه

الخلافات أو الصراعات. فالطريقة التي تستجيب بها الأسرة و تتفاعل مع هذه الخلافات تترسخ في ذهن الفاة فتتقلها كما هي الى حياتها الزوجية المستقبلية و تطبقها مع بناتها المراهقات أيضا.

أنواع الإستجابات للصراع العائلي:

١. تجنب الخلافات بأي حال :
تلجأ بعض العائلات الى تجنب الخلافات و ذلك بالصمت إزائها و اعتبارها كأنها غير موجودة و عدم التحدث عنها و تجاهلها تماما، إعتقادا منها أنها بذلك تحمي وحدة العائلة. الفتاة التي تنشأ في مثل هذا الجو تنزع الى التغاضي عن حقوقها و تكون مستسلمة لأي قوى أكبر منها تلافيا لأي إختلاف. و في عائلتها المستقبلية تخاف من أي شخص يبدي مشاعر عنيفة و تفضل الصمت و بذلك تتجنب أي مواقف خلاف مع إبنتها المراهقة.
٢. تحميل المراهقة المسؤولية تامة:
يحدث هذا النوع بالخصوص إذا كانت المراهقة هي البنت الكبرى في العائلة ، فهي تتحمل مسؤولية أي شجار أو خلاف بين اخوتها و يكون من واجباتها الأساسية حفظ الجو الهاديء للعائلة و إذا لم يحصل ذلك فهي السبب لأنها تقاعست عن تأدية دورها. أما بالنسبة لمشاعرها هي و حقها، فهو أمر يجب أن لا تفكر فيه لأنها راعية السلام في العائلة. مثل هذه الفتاة نشأت على التغاضي عن مشاعرها فقط لحفظ جو العائلة ، و بالتالي فهي إما أن تطالب ابنتها بالمثل فتسجنها في نفس السجن و إما أن تظل هي حبيسته و تتحول العلاقة مع ابنتها إلى حالة مرضية.
٣. النهايات المفتوحة للصراع:
في بعض العائلات يكون الصراع و الصياح جزء لا يتجزأ من الحياة اليومية للعائلة فلا يكاد يمر يوم من دونه، و لأن العائلة اعتادت عليه فهو يحدث بسبب و من دون سبب ، و كأنه من أساسيات الحياة. فترى الأب عند عودته من العمل يشتم و يسب الأم إذا لم يكن الطعام جاهز ، و الأم تصرخ على الأطفال لأي سبب كان و العائلة تموج في بحر من الصراخ. إن فتاة تنشأ في هذا المنزل تحمل معها هذه الآلام الى منزلها الجديد ، فإما أن تصبح نسخة أصلية من عائلتها و أمها بالتحديد و إما أن تتجه الى تجنب أي خلاف لأنها لا ترى جدوى من مناقشة أي إختلاف.
٤. السماح للإختلاف على حسب الجنس:
هذا النوع من العائلات لا يسمح بالخلاف إلا للأولاد فالبنات مهما تعرضوا للضرب أو التجريح يجب أن لا يردوا شيئا. "عيب" فهن فتيات و لا يليق بهن الخلاف فالخلاف للأولاد و هو يقويهم و يبني شخصيتهم. الغريب في هذا النوع من العائلات أنه بالرغم من الألم التي تكون قد مرت فيه الفتاة إلا أنها تصبح أما لتطبق نفس القانون بصيغة مختلة نتيجة إختلاف الزمن. مثلا تسمح للأولاد باللعب في الحديقة و لكنها تمنع بناتها، أو غيرها من المعاملات التي تعطي الحق بناء على الجنس.
٥. النهايات المفجعة للصراع:
تشتد حدة الصراع في بعض العائلات الى حد مخيف، فيلجأ الأب الى كسر الصحون و

إلقائها على أي من أفراد العائلة ، و لا يمسك نفسه و إن أدى الى إصابات بالغة في الأفراد. ناهيك عن الكلمات الجارحة التي يتلفظ بها مما يجعل العائلة على حافة بركان. و هنا أيضا تتجه الفتاة في حياتها المستقبلية الى إما تجنب الخلافات تماما أو الى إعتقاد الأسلوب نفسه في التربية.

أهمية الاختلافات

الاختلاف في الرأي مهم للحياة العائلية و للمراهقة بشكل خاص فوجود هذه الاختلافات أمر صحي للغاية إذا تعاملنا معه بصورة صحيحة، فهو يسمح لجميع الأطراف بالتعبير عن رأيهم و مشاعرهم مما يثري علاقاتهم و يساعد الفتيات على النمو و معرفة كيفية التعامل في الاختلافات و كيفية التعامل مع مشاعرهن. فالتعلم عن طريق رؤية قدوة أسرع و أثبت من مجرد الحكم و الإرشادات. فإذا شاهدت البنات أمها بالخصوص -نظرا للإرتباط العاطفي- تتصرف بحكمة في مواقف الاختلاف و تعرف كيف تتعامل مع مشاعرها فإنها تزرع هذه الخصلة فيها ، أما الإرشادات التي لا ترى لها واجهة تطبيق فإنها تذهب أدراج الرياح.

من ناحية أخرى إذا رأيت الفتاة أن أمها تتقبل مشاعر ابنتها و تحترمها فإنها ستسمح لها في مساعدتها على التعبير بشكل صحيح عن تلك المشاعر و خاصة أن الفتاة المراهقة تموج في بحر من المشاعر الإيجابية و السلبية المختلطة نتيجة التغير السريع للهرمونات -كما أشرنا سابقا-.

بناء علاقة سليمة

إن تمتع العائلة بعلاقات سليمة و صحية يساعد الفتاة المراهقة في تطبيق هذه العلاقة في المستقبل في حياتها الزوجية. و في هذا الباب سنتطرق بصورة بسيطة الى بعض الأمور التي تساعد في بناء هذه العلاقة.

تقييم العلاقة الحالية

تحتاج كل عائلة الى تقييم الوضع الراهن لها بين الحين و الآخر لتعمل بالتغيير اللازم أو تؤكد ما هو فعال و مجدي. و قد تكون طريقة طرح الأسئلة و التناقش فيها مع بعض من الطرق المجدية. أمثلة لتلك الأسئلة:

- هل نتحاور و نتناقش حول كتاب أو فلم أو حادثة ؟
- هل نعبر لبعضنا البعض عن الحب الذي نكنه لهم ، بالرغم من الاختلافات، كالإحتضان و القبلات ، أو البطاقات ...؟
- هل نستمتع في عمل جماعي نقوم به كتنظيف المنزل أو طهي الطعام أو مشاهدة فيلم...؟
- هل نحن نعيش الحياة التي نتمنى أن نحياها ؟ و لماذا؟
- هل نستطيع التحدث عن الأمور التي نخلف فيها؟

أخذ القرار بالتغيير

على ضوء الإجابات على الأسئلة السابقة تستطيع العائلة تقييم الوضع و مناقشة سبل صنع تطوير في هذه العلاقات، و في النهاية إتخاذ قرار بهذا الشأن

الهفوات الشائعة

هناك هفوات شائعة عندما تحاول العائلة التغيير الى الأفضل في علاقاتها و نذكر بعضها هنا للإستفادة العامة:

- محاولة الأم أو الأب أن يكونا أصدقاء لابنتهما المراهقة: الحقيقة إن الفتاة المراهقة لا تحتاج الى أصدقاء أو صديقات فهي تستطيع الحصول على صديقات و إنما تحتاج الى والدين يحبانها و يحترمانها و في نفس الوقت يؤديان واجبهما كوالدين فهي تحتاج الى توجيه . إن اتخاذ الفتاة لوالديها كأصدقاء يجعلهما في مواقف كثيرة يتغاضون عن ما هو خطأ فقط لإبقاء تلك الصداقة.
- التصرف كالشباب : يحاول الوالدين أحيانا التصرف كشباب و أحيانا كشباب طائش مما يزعج الفتاة بالرغم من أنهما يريدان بذلك الحصول على رضاها ، و هذا هو الخطأ. فواجب الوالدين أن يوجها طريق ابنتهما و ليس السعي للحصول على رضاها. إنها متى شعرت بذلك فإنها ستفقد احترامها لهما.
- ربح المعركة و خسارة الحرب: قد يسعى الوالدين الى فرض آراءهما بشدة و فعلا يربحان المعركة و لكنهما خسرا تلك العلاقة مع ابنتهما. فمثلا تريد الفتاة أن تذهب مع صديقاتها في رحلة فترفض الأم بشدة. فتكون استطاعت منع ابنتها و لكنها خسرت تلك العلاقة معها، فالتحدث مع الفتاة و تفهم مشاعرها و من ثم مشاركتها السبب والموانع أو الوصول الى حل وسط أفضل بكثير من كسب المعركة على حساب العلاقة.
- تنافس الأم مع البنت: يحدث أحيانا أن تبدأ الأم في التنافس مع البنت على الملابس و التزين لتضمن البقاء في أوج زينتها. و يؤدي هذا الى حدوث خلل في العلاقة و يحرفها عن مسارها.

توصيات:

١. تشجيع الحوار بين الأم و ابنتها عن طريق حلقات حوارية دورية.
٢. إنشاء أندية خاصة بالفتيات تنمي مواهبهن و تكون متنفس لهن.
٣. إنتاج برامج تلفزيونية توعوية عن الفتيات المراهقات واحتياجاتهن . إن هذا سيساعد على تفهم الأهل و بخاصة الأم للفتاة في هذه المرحلة.
٤. تدريب مدرسات المرحلة و الإعدادية على التعامل السليم مع الفتيات في مرحلة المراهقة.
٥. تدريب العاملات الإجتماعيات على تفهم إحتياجات الفتيات المراهقات و كيفية التعامل معهن و اللاتي بدورهن يزورون ربات البيوت و يعملون على تثقيفهن.

الخاتمة:

إن الفتاة المراهقة تتأثر حياتها الحالية و المستقبلية بمقدار العاطفة و الإهتمام الذي تجده في حياتها. فهي من ناحية تمر بتغييرات سريعة تحتاج خلالها الى دعم و مساندة عاطفية لتتخطى هذه الفترة و تنتقل الى المرحلة التالية بسلام ، و من ناحية أخرى العلاقات العائلية التي تعيشها و العواطف التي تتلقاها و كيفية التعامل مع مشاعرها و كيفية التعامل مع الإختلاف كلها أمور تحملها معها في حياتها الزوجية المستقبلية فتنعكس هناك بسلبياتها و ايجابياتها.