

## الفصل العاشر

### نصيحة الأهل والمعارف (التي سيتجاهلونها)

هل تتذكر أول يوم لابنك في المدرسة عندما تركته في الساحة وهو خائفٌ من كونه وحيداً بلا أصدقاء؟ وبالرغم من أنه لن يعترف بذلك إلا أن هذا ما يشعر به الآن، فهو سيترك أصدقاء المدرسة وسيذهب إلى مكانٍ آخر لا يعرف أحداً فيه، لذلك عليك تقديم يد المساعدة له.

هل تعرف أحداً لديه مراهق يدرس في نفس الجامعة أو ذاهبٌ إلى هناك في نفس الوقت الذي يذهب فيه ابنك؟ استفسر عن ذلك وحاول الحصول على رقم هاتف أي شخص يمكنه طمأنتك حتى ولو كان صديق صديقٍ لك وطم بالتكلم معه وأقنع ابنك بالقيام بذلك أيضاً وحاول الحصول - على قدر ما تستطيع - على معلومات مفيدة عن الجامعة، فعندما ذهب ابني إلى الجامعة قمت بالتكلم مع السيدة ميشيل إليوت وهي مديرة هيئة مساعدة الأطفال وقد كانت قادرة على مساعدتي لأن أبناءها كانوا قد التحقوا بنفس الجامعة، لقد كانت متعاونة جداً معي وسأبقى

ممتةً لها دائماً على طمأننتها لي وكذلك قام ابني بالتكلم مع أبنائها، وبالرغم من تكوينه لصدقاته الخاصة لدى وصوله إلى هناك كان من المفيد أيضاً أخذ رقم الهاتف المحمول لأبنائها.

### ساعدوهم على الاتصال بالمنزل

النبأ الجيد هو أن فاتورة هاتفك المنزلي ستتخفض بمجرد مغادرة ابنك إلى الجامعة، أما النبأ السيئ فهو أنه لن يتصل بك إلا إذا أراد منك شيئاً وليس لتطمئن عليه، لذلك زوده بهاتفٍ نقالٍ إذا أصرَّ على ذلك. وسيقوم بالسعي للحصول على خطٍ لاحقٍ الدفع بدلاً من استخدام البطاقات المسبقة الدفع كونك أنت الكفيل. وعليك القيام بدراسة الأمر والبحث عن أفضل عقد ممكن والتأكد من كفاءة الشبكة في المنطقة التي ستكون إقامته فيها، وبإمكانك وضع شروطٍ في العقد بحيث إذا أنفق ابنك أكثر من كمية معينة يكون عليه دفع الفرق. إن ذلك كله نوعٌ من الموازنة. هل هذا ما نسميه باللين تارةً والقسوة تارةً أخرى؟

### تخصيص وقت لدورة مكثفة في الأمور المنزلية

هل تعتقد بأنك قمت بتربية ابنك ليكون شخصاً مهتماً ومتحضرّاً؟ والمقصود من ذلك أنه لا يعرف أكثر من وضع طبقه فوق الجلاية والآن سيذهب إلى مكان يقوم فيه بإعداد الطعام بنفسه. لديك أربعة أسابيع لتعلمه فنّ الطبخ وتشغيل الغسالة وملء الكوافة بالماء، وعليك البدء بالأمور الأساسية (الجبن مع الخبز

المحمّص) وقم بتحذيره من ترك المكواة أو الشواية موصولةً بالكهرباء وعلمه أيضاً إجراءات السلامة الأخرى وشجّعهُ على صنع وجبةٍ لك إذا شعرت أنه أصبح قادراً على ذلك. إنَّ أكثر الأشياء فائدةً والتي قمت بشرائها شخصياً لابني هي شواية جورج فورمان حيث يمكنه استخدامها لأشياء كثيرة. (حسناً، لم أكن قد فكّرت بذلك من قبل....).

### نصائح عن الأكل الصحيّ

إنَّ ابنك ما زال بحاجة إلى تذكيره بالحصص الغذائية الخمس من الفاكهة والخضروات التي عليه تناولها يومياً حتى ولو كان السكن الجامعي سيقدم له الطعام، وإلاّ فسيدمنون على رقائق البطاطا والكتشب ويبقون على هذا النحو طيلة السنوات الثلاث القادمة (وأكثر من هذه المدّة في حال اعتيادهم على الحياة الجامعية). عليك التشديد عليه للذهاب إلى تناول الفطور، إذ يعتقد العديد من شبّان اليوم أنّ من الأفضل الذهاب إلى الجامعة دون تناول الفطور، ومن سوء حظّك أن يقع ابنك في مجموعةٍ من أولئك الذين لا يتناولون الفطور. عليك إخباره بأن يبدأ يومه بتناول الفطور حتى ولو كان سيمضي بقية يومه نائماً.

