



مرکز تحقیقات رایانگی

اصفهان

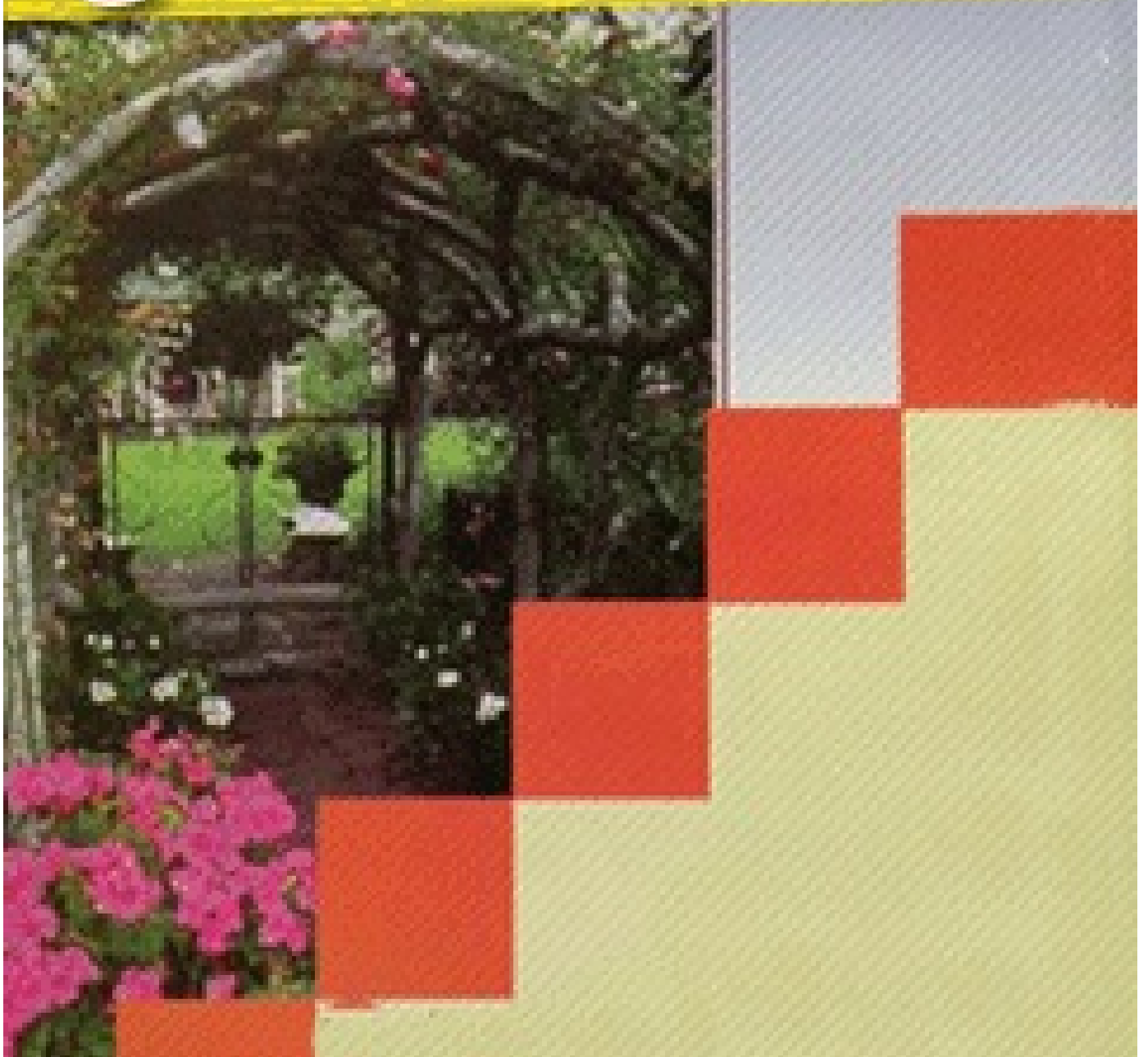
گامی



رسالت
علیهما السلام

www.ghaemiyeh.com
www.ghaemiyeh.org
www.ghaemiyeh.net
www.ghaemiyeh.ir

نوجوانی فصل شگفتن



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

نوجوانی فصل شکفتن

نویسنده:

محمد رضا شرفی

ناشر چاپی:

جهان اسلام

ناشر دیجیتال:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

۵	فهرست
۷	نوجوانی فصل شکفتن
۷	مشخصات کتاب
۷	شناخت نوجوانی و تبعات و مشکلات آن
۱۱	رفتارهای طبیعی و غیرطبیعی نوجوان
۱۲	افسردگی در کمین نوجوانان
۱۳	ترس‌های ما و نیازهای آنان
۱۵	نوجوان و حیات اجتماعی
۲۱	نوجوان و حیات اخلاقی
۲۸	نوجوان و تکلیف
۳۳	ویژگیهای دوران نوجوانی
۳۶	نوجوان و حیات خانوادگی
۴۱	نوجوان و حیات عاطفی
۴۵	دنیای نوجوانی
۵۲	گمشده جوانان و نوجوانان
۵۳	جنبه‌های مهم شخصیت نوجوان (۱)
۶۰	جنبه‌های مهم شخصیت نوجوان (۲)
۶۶	مشکلات نوجوانی
۶۸	آسیب شناسی رشد و بلوغ نوجوانان
۷۱	ویژگیهای دوران نوجوانی
۷۴	نوجوانی؛ دوران تغییرات جسمی و روانی
۷۵	مشکلات متداول خواب در نوجوانان
۷۸	در حلقه نوجوانان

- آسیب‌های دوره نوجوانی ۷۹
- اگر نوجوان هستید، بخوانید ۷۹
- نیاز به تفریح ۸۱
- نقش الگوها در تحول شخصیت کودکان و نوجوانان ۸۲
- تکریم جوانان ۸۶
- روان شناسی نوجوانی ۸۹
- نهال نوجوانی و مسئولیت دشوار والدین ۹۰
- چگونه با نوجوانان گفتگو کنیم ۹۱
- دختران را برای ایفای نقش همسری تربیت کنید ۹۲
- تعامل خواهر و برادر ثمره آموزش والدین در خانواده است ۹۴
- آینه من و تو دختران ما ۹۵
- سه نکته کلیدی برای والدین ۹۶
- مادران آینده را در یابید ۹۷
- درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان ۹۸

نوجوانی فصل شکفتن

مشخصات کتاب

سرشناسه: شرفی، محمد رضا عنوان و نام پدید آور: نوجوانی فصل شکفتن/گرد آورندگان: محمد رضا شرفی، علی اقلیدی نژاد، محمد رضا محمدی منشا مقاله:، جهان اسلام، (۵ دی ۱۳۷۷): ص ۱۲. توصیفگر: روانشناسی نوجوان توصیفگر: دوست یابی توصیفگر: نوجوانان

شناخت نوجوانی و تبعات و مشکلات آن

آموزش و پرورش کلید توسعه همه جانبه جوامع بشری است و با توجه به اینکه خاستگاه تربیت نیروی انسانی، نظام تعلیم و تربیت است لذا نظر به اهمیت این موضوع به گوشه ای از دنیای تعلیم و تربیت در این مقاله اشاره شده است. از طرفی لازم به یادآوری است طبق توافق جوامع علمی بین المللی برچشم انداز جهانی یادگیری در قرن ۲۱ به شرح زیر است: ۱- یادگیری چگونه دانستن ۲- یادگیری چگونه انجام دادن ۳- یادگیری چگونه با دیگران زیستن ۴- یادگیری چگونه شدن. شناخت نوجوانی دوره نوجوانی دوران تحول و تغییرات تجلی شکل گیری شخصیت و یا دوره "تولد دوباره انسان" است. دوره نوجوانی "دوران منفی"، "دوره زندگی تشنج انگیز" و "دوره توفان و فشار" است. دوره نوجوانی دوره "نشاط و شادابی"، "دوره هدایت و هویت یابی" و "دوره مسئولیت پذیری" است. دوره نوجوانی "نقطه عطف زندگی انسان" است. دوره نوجوانی برزخی است که حدفاصل بین کودکی و بزرگسالی است. نوجوان از یکسو در حال گسیختن پیوندهای خود با دوران کودکی و از سوی دیگر شیفته دستیابی به استقلال دوره جوانی و بزرگسالی است ولی به طور کامل نه این است و نه آن و خود نیز در این کشمکش اسیر است. بی شک نوجوان پس از گذر از دوران حساس و هیجان آمیز بلوغ به تدریج با نرمی و آرامش به کانون گرم و پرعطوفت خانواده علاقه مندتر می شود و محبت و جوشش و دلبستگی و همدلی خود را بیش از پیش به خانواده ابراز می کند. خوشبخت خانواده ای است که تا پایان دوران نوجوانی با صبر و شکیبایی و سعه صدر و انعطاف پذیری منتظر آرامش فرزند نوجوان خود باقی می ماند. معمولاً والدین با توجه به طرز تفکر و برداشت خود، افکار و رفتار نوجوان را ارزیابی می کنیم در صورتی که بهتر است به دورانی که خود نوجوان بوده ایم برگردیم و احساسات، عقیده ها و آرمان ها و آرزوهایی را که داشتیم به خاطر بیاوریم. در این صورت توفیق آن را خواهیم یافت که مسائل را از دید نوجوان خود نگاه کنیم تا بتوانیم با او ارتباط مناسبتری برقرار کنیم. به تعبیر سهراب سپهری: چشم ها را باید شست جور دیگر باید دید چترها را باید بست زیر باران باید رفت یا به فرموده امام علی(ع): آداب و رسوم زمان خودتان را با زور و فشار به فرزندانان تحمیل نکنید زیرا آنان برای زمانی غیر از زمان شما آفریده شده اند. تعریف نوجوانی نوجوانی دوره انتقال از کودکی به بزرگسالی است. تقریباً از یازده سالگی آغاز می شود و تا هجده سالگی ادامه می یابد. دوره ای است آکنده از تعارض و نوسان بین وابستگی و استقلال. نوجوانی دوره ای است شبیه به رویا که در آن هر حادثه و اتفاقی ممکن است رخ دهد. در این دوره اضطراب ها، دلهره ها، کابوس ها، ترس ها، درهم شکستن ارزشها و در هم آمیختن تفکرات یا خیال پردازی ها امری عادی تلقی می شود. رابطه نوجوان با خودش، با خانواده اش، با دوستانش و به طور کلی با همه به هم می خورد. کم حوصلگی، حساسیت، استقلال طلبی، حادثه جویی و مواردی از این قبیل نوجوان را ناآرام جلوه می دهد. اما این جلوه های گوناگونی نوجوانی هیچ کدام بیهوده و بیمارگونه نیستند و هر کدام برای خود فلسفه ای دارند، مثلاً: اگر نوجوان ستیزه جوست در ستیزه جویی هایش میل به مهم جلوه کردن دارد، دوست دارد مورد توجه قرار بگیرد، در گروه خود موقعیت خاصی داشته باشد و همه او را به عنوان یک فرد با ارزش بشناسند. مد پرستی و قهرمان دوستی اش حاکی از نیاز یک نوجوان به مدل و راهنما و الگوست. نوجوان اگر

خرده گیر و عیب جوست برای این است که حس داوری و تشخیص او رو به توسعه است، می خواهد معنا و مفهوم درست زندگی را دریابد، می خواهد حقایق دینی و مذهبی را بهتر بشناسد. او می خواهد بهترین نوع سیاست ها را دریابد و راجع به جامعه خود اظهار نظر کند. نوجوان اگر بی انضباط و گریزان از اطاعت و مقررات است می تواند به این دلیل باشد که میل به استقلال و کسب شخصیت دارد. اگر نوجوان لجباز و سرکش است می تواند به این دلیل باشد که شوق به آزادی و خودمختاری دارد، دوست دارد بزرگسالان در کارهایش دخالت نکنند، دوست دارد اتاق مخصوص به خود داشته باشد و با سلیقه خودش آن را تزئین کند. نوجوان در رویاسازی ها و خیال پردازی هایش در جستجوی آینده ای نامعلوم و کشف استعدادها و آرمان های خویش است، اگر جلوه های نوجوانی به درستی فهمیده و شناخته شوند زندگی با نوجوانان کار دشواری نخواهد بود و اگر میل های طبیعی نوجوان به اندازه صحیح ارضا شوند و در مسیر خود به حرکت در آیند نوجوان می تواند به آسانی خود را با جامعه تطبیق دهد. نیازهای نوجوانی ۱- نیاز به امنیت خاطر: نوجوان در این دوره بیش از هر زمانی نیازمند آرامش درونی برای تحصیل و فعالیت می باشد و هرچه خانه و مدرسه و جامعه بتوانند آرامش روحی او را فراهم نمایند رشد و بالندگی مطلوب او را تامین نموده اند. ۲- نیاز به عدالت: روحیه غالب نوجوان در این دوره عدالت خواهی و آرمان گرایی است و در مقابل کوچکترین تبعیض و ظلمی که احساس کند واکنش نشان داده و اعتراض می کند. ۳- نیاز تعلق به گروه: نوجوان میزان لیاقت خود را با توجه به تعلق گروه می سنجد. حتی برای عضویت در گروه خاص و مورد علاقه خود حاضر است به کارهای خطرناک دست بزند. در این دنیای متغیر نوجوان با تعلق به گروه احساس آرامش می کند. ۴- نیاز به هویت یابی: بخشی از شخصیت را به نام هویت می شناسیم و نوجوان مایل است با کشف پاسخ به این سوال که من کیستم؟ و برای چه زندگی می کنم؟ هویت و شخصیت خود را بشناسد و بشناساند. ۵- نیاز به معنویت: معنویت و ایمان به خدا داربست وجودی نسل نوجوان است و گرایش به دین و ابعاد اخلاقی نیز از این مقوله است. ۶- نیاز به موفقیت و عزت نفس: برای درک صحیح و تقویت موفقیت و عزت نفس در نوجوان بهتر است او را با رفتار خودش مقایسه کرد نه با دیگران و این موفقیت برای او همانند آب گوارایی خواهد بود در صحرای سوزان. ۷- نیاز به تکریم و محبت: نوجوان بیش از بزرگسالان نیازمند تکریم و محبت از سوی دیگران (بویژه والدین) می باشد تا همواره روانی شاد و دلی بانشاط داشته باشد. ۸- نیاز به نوجویی: نوجوان کنجکاوانه به دنبال کشف پدیده های جدید است و از رفتارهای عادی و یکنواخت همیشگی گریزان است و همواره به دنبال هوای تازه تری می گردد. ویژگی های نوجوانی قد و وزن نوجوان رشد سریع دارد. از نظر اخلاقی، روح عرفان و اخلاق و معنویت در نوجوان تجلی می یابد. احساس فداکاری و مبارزه طلبی دارد. در مقابل ناکامی ها حالت یاس و نومیدی دارد. حالت خودآراستگی رویایی و خیال پردازی دارد. نوجوان خود را کشف می کند یعنی حالت "خودگردانی" پیدا می کند. معیار دوستی اش بیشتر بر مبنای عواطف شکل می گیرد. به جنس مخالف گرایش و تمایل ارتباط پیدا می کند. نوجوان مسئولیت پذیر می شود. اتخاذ تصمیم می کند و مسئولیت اعمال خویش را بر عهده می گیرد. نوجوان با دیگر (بویژه همسالان) ابراز همدردی نموده و دیگران را درک می کند. ابتدای نوجوانی دوره "حساسیت" است. نوجوان با کوچکترین تحریکی عصبانی می شود. هیجان های دوره نوجوانی بسیار متغیر و متناقض هستند. نوجوان دارای خلق و خوی کاملاً متنوع است. در موقع خشم، رفتار ظاهری خویش را نمی تواند کنترل کند و دارای حالت عدم تعادل عاطفی و هیجانی است. اندیشه های نوجوان نوجوان دنیا را زیبا و قشنگ می بیند. نوجوان به ندای فطری و الهام وجدان اخلاقی پایبند می باشد، عاشق حق و حقیقت و علاقه مند به پاکی و تقدس است. نوجوان به نیکی و درستکاری حساسیت دارد و از آن لذت می برد و خوشحال و بانشاط می گردد. نوجوان همواره در اندیشه پاکی، فضیلت و نجابت است و می کوشد گفتار و رفتارش بر راستی و درستی استوار باشد. نوجوان از اعمال نادرست دیگران رنج می برد و مایل است دنیای جدیدی براساس اخلاق، عدل و انصاف پایه گذاری کند. دوست یابی نوجوان به لحاظ اهمیت زیاد فداکاری میل به سوی حقیقت از هر نوع ناپاکی و تباهی مصون است. نوجوان برای بنیاد شخصیت خویش نیاز به راهنما

و رهبری دارد تا بتواند وی را الگوی خود قرار دهد. بهترین الگو ابتدا والدین هستند. مشکلات نوجوانی و راهکارهای عملی والدین بعد از شناخت همه جانبه دوره نوجوانی، ضروری است که با مشکلات نوجوانی و راهکارهای عملی در تربیت نوجوان نیز آشنا شویم. ۱- کشمکش بین استقلال و وابستگی: با توجه به اینکه این دوره حد فاصل دوران کودکی و بزرگسالی است از دست دادن حمایت های بی قید و شرط والدین برای کسب احساس استقلال از یک طرف و لذت مورد حمایت و پشتیبان آنها بودن و همان طور کودک ماندن و بدون زحمت و دردسر همیشه مورد محبت قرار گرفتن از طرف دیگر در نوجوان کشمکش درونی ایجاد می کند و جنگ روانی عمیقی در ذهن او به وجود می آورد. بعضا خانواده و مدرسه و جامعه نیز از او توقعات متناقض دارند. گاهی او را به چشم یک کودک نگاه کرده و برخوردی تحقیرآمیز دارند و گاهی هم توقعات از او بیش از حد توان اوست و به چشم بزرگسالان به او می نگرند که این خود به کشمکش های درونی نوجوان دامن زده و او را با مشکل روبرو می سازد. ۲- طغیان علیه مراجع قدرت: نوجوان برای کسب استقلال علیه همه مراجع قدرت من جمله والدین و کادر مدرسه طغیان می کند. گاهی اوقات رفتارهایی علیه آنها از خود نشان می دهد، درگیری هایی ایجاد می نماید و به اعمالی دست می زند که روابط او را با آنها و سایر مراجع قدرت به شدت تیره می کند. مثلاً بگویم می کند، بحث و مجادله طولانی انجام می دهد. بر خلاف خواسته والدین دیر به خانه می آید، از انجام تکالیف درسی خودداری می کند، سیگار می کشد و حتی ممکن است دست به اعمال بزهکارانه بزند. این مورد در خانواده های با محدودیت زیاد و یا مدارسی که مقررات سخت و خشک را بدون نظرخواهی و مشورت با نوجوان اجرا می کنند از شدت بالاتری برخوردار است. ۳- هویت فردی: یکی دیگر از مشکلات مهمی که نوجوان با آن روبرو می شود مسئله تشکیل "هویت فردی" اوست. بدان معنی که سوالهای متعددی درباره مفهوم زندگی، نقش او در زندگی، مفهوم مرگ و زندگی پس از مرگ و به طور کلی سوالهایی نظیر من کیستم؟ و به کجا می روم؟ ذهن او را به خود مشغول می نماید که باید به آنها پاسخ دهد. احساس هویت شخصی در نوجوانان کم کم براساس همانند سازی های مختلف گذشته آنها تکوین می یابد. با ورود به دوره نوجوانی، ارزشهای گروه همسالان و همچنین ارزیابی های معلمان و سایر بزرگسالان نیز مطرح است و هر اندازه ارزشهایی که از طرف دوستان و همسالان ابراز می شود با ارزشهای والدین و معلمان همخوانی بیشتری داشته باشد به همان نسبت کار هویت یابی نوجوان آسان تر پیش می رود. ۴- چگونگی ارضای نیازهای جدید (جنسی): رشد و نمو غدد داخلی و ترشحات هورمون های جنسی به نوجوان امکان برقراری روابط جنسی را می دهد و انگیزه و کشش جنسی نسبت به غیرهمجنس در او ایجاد می گردد و از طرفی نخستین برخورد نوجوان با جنس مخالف اغلب با ترس و پریشانی خاطر همراه است. جوان تازه بالغ نیاز جدید و مبهم و تمایلات قوی و نامعلومی را احساس می کند که او را از جلدش خارج کرده و به سوی جنس مخالف می کشاند. جهش های شدید محبت، عقب نشینی های توضیح ناپذیر و حرکات بدون دلیلی که او را آشفته می سازد. نوجوان می خواهد این همه انرژی را که به وجود آمده و موجب هیجان او شده است در جایی آزمایش نماید اما در عین حال نگران عواقب آن است. او بیداری و رشد تمایلات جنسی را دارد ولی هدف ندارد و چون گزینه جنسی کاملاً ریزمینی است و جهت یابی آن با کورمالی انجام می شود و در فرد محجوب و کم رو نوعی اضطراب و گیجی ایجاد می کند. در جوامعی که آموزش ارضای صحیح گزینه جنسی و راههای کنترل آن برای نوجوان آموزش داده نمی شود این مشکل مضاعف است و در اینجاست که متأسفانه لغزش و سقوط در پرتگاه در کمین است. ۵- عدم کنترل بر رفتار و هیجانانات ناشی از تغییرات جسمی و روانی دوران بلوغ: به دلیل رشد سریع جسمی و تغییرات مشهود در اندام های بدن نوجوان در دوران بلوغ بعضی از رفتارهای هیجانی و عدم کنترل او طبیعی است. مثلاً جلو آمدن سر نوجوان به دلیل احساس بلندتر شدن گردنش و یا بزرگ شدن بینی و یا عدم کنترل در دست هایش برای جابه جایی خصوصاً اشیای ظریف از طرفی عدم آگاهی و آموزش صحیح او در مقابله با این مسائل از طرف دیگر او را از نظر روحی تحت تاثیر قرار داده به طوری که در خود احساس بی کفایتی و حقارت می نماید که

همین امر موجبات اضطراب را در وی فراهم می آورد. ۶- ترس از آینده: با پیدایش نیازهای جدید در نوجوان و کشش به سوی ارضای نیازهای آنی و مقطعی آینده را در ذهن نوجوان مبهم و دور از دسترس تصویر می نماید به طوری که حتی چگونگی تأمین اقتصادی و تشکیل خانواده برای خود در آینده و ازدواج و تحصیلات عالی را قله هایی دور از دسترس می پندارد که دستیابی به آنها بسیار دشوار و در بسیاری از موارد از محالات است که البته نقایص تربیتی و آموزشی در درون خانواده، مدرسه و جامعه و محرومیت های شدید مالی خانواده به شدت و عمق این مشکل نیز می افزاید. ۷- دغدغه اقتصادی: یکی از مهمترین مشکلات نوجوانی این است که فرد قبل از اینکه به بلوغ اقتصادی برسد به بلوغ جنسی رسیده است و از طرفی چون به دنبال استقلال و کسب هویت جدید برای خود نیز می باشد همیشه به فکر دستیابی زودتر به منافع اقتصادی است و در این ارتباط می بینیم نوجوانانی را که مدرسه و تحصیل را رها کرده و به دنبال شغل و کسب درآمد می باشند و این خصوصاً در جوامعی که ارزشهای انسانی و معنوی جای خود را به ارزشهای مادی داده و شخصیت افراد برحسب درآمد و پول آنها مورد ارزیابی قرار می گیرد بسیار مشهودتر است و در این ارتباط اوضاع و احوال اقتصادی، اجتماعی و بی ثباتی جامعه، جنگ بیکاری کمبود امکانات و فقر مالی خانواده از عوامل تشدید کننده مشکل محسوب می شوند. ۸- تعارض بین خواسته های والدین و گروه همسالان: چون در این دوران نوجوان بیشتر تحت تاثیر گروه همسالان می باشد و والدین را مرتبط به نسل گذشته می داند که نیازها و خواسته های عصر حاضر او را درک نمی کنند لذا نوجوان خود را در این میان کاملاً گیج احساس می کند چون حاضر نیست که محبت والدین را هم از دست بدهد. در چنین مواقعی نوجوانان بعضاً همانند هنرپیشه ها نقش بازی می کنند تا از مقبولیت والدین و گروه همسالان هر دو برخوردار شوند. ۹- ترس و اضطراب: ناتوانی در سازگاری با موقعیت های جدید موجب تشدید ترس و اضطراب در نوجوان می شود مانند ترس از عدم موفقیت در امتحان یا مورد سرزنش قرار گرفتن در خانه و مدرسه، ترس از پذیرش مسئولیت و ارتباط با جنس مخالف یا مورد پذیرش دوستان واقع نشدن. ۱۰- به هم ریختگی ارتباط با دیگران: فشارهای روانی عاطفی و اجتماعی در این دوران موجب می شود که نوجوان با خودش، با خانواده اش، با دوستانش و به طور کلی با همه رابطه اش به هم می خورد و احساس کوچک شمردن خود و حقارت دارد و حالت عصبی در او افزایش می یابد. راهکارهایی برای کاهش مشکلات نوجوانی ۱- شناخت شخصیت نوجوان: ما والدین با شناخت ویژگی های دوره نوجوانی بسیاری از رفتارهای ناخوشایند آنان را غیرطبیعی نپنداریم که موجب بروز عکس العمل در ما شود و به تیرگی روابط با نوجوان نینجامد. ۲- استفاده از روش تغافل (نادیده گرفتن): از موثرترین روشهای تربیتی در این دوره "روش تغافل" است. یعنی مسائل و مشکلات نوجوان را بزرگ نشان ندهیم که در او ایجاد وحشت نماید و یا او را به لحاظ رفتارهایش دائم بازخواست ننماییم بلکه نوجوان بایستی همواره در حالت خوف و رجا باشد. ۳- ایفای نقش راهنمایی به جای دستور: در برخورد با مسائل نوجوان بهتر است از خودش کمک بگیریم یعنی این واقعیت را بدانند که نخستین مسئول حل مشکل او خودش است و برای حل آن باید اقدام نماید و ما والدین فقط وظیفه راهنمایی او را داریم که از عواقب تصمیم خودش مطلع شود. ۴- آموزش: مهمترین دلیل ترس و اضطراب از هر موضوعی جهل و ناآگاهی نسبت به آن موضوع می باشد که ضروری است برای کاهش ترس و اضطراب های نوجوانی آموزشهای لازم در مورد بلوغ، دوست یابی، حل مسئله گذراندن اوقات فراغت، برنامه ریزی درسی و مواردی از این قبیل به نوجوان آموزش داده شود. ۵- برقراری رابطه دوستانه و عاقلانه: ما والدین با مراقبت دوستانه و عاقلانه خود احساس ایمنی و اطمینان را در وجود نوجوان ایجاد می کنیم. ۶- اعتمادسازی: باید بیاموزیم که چگونه حس اعتماد نوجوان را نسبت به خودمان جلب و جذب کنیم چنانچه اعتماد میان نوجوان و والدین کمرنگ شود او برای حل مسائل خود به دیگران مراجعه می کند. ۷- ارتباط کلامی مقدمه ارتباط عاطفی: ما والدین با تنظیم ساعات کار خود و بسترسازی مناسب در منزل بایستی فرصت کافی برای "ارتباط های کلامی" با اعضای خانواده بویژه نوجوان را فراهم آوریم چرا که ارتباط کلامی خود مقدمه "ارتباط عاطفی" است که نوجوان سخت به آن نیازمند است. ۸- تأکید بر محبت و پرهیز از خشونت: ارتباط با نوجوان اگر

براساس عشق و علاقه و صمیمیت استوار باشد اعتماد به نفس را در او تامین و تضمین می نماید و اگر با فشار و خشونت همراه باشد ممکن است موجب اختلاف عصبی و دشواری های روانی در او شود. ۹- الگوهای رفتاری والدین: نوجوان علاقه مند است که والدین دارای شخصیتی مستحکم و با ثبات و پایدار باشند چون به اتکای شخصیت و همانندسازی آنان نیازمند است و توجه والدین به الگوهای رفتاری خود مورد تاکید است. ۱۰- پرهیز از مناقشات خانوادگی: خانه باید محل آرامش و امن و مستحکمی برای اعضای خانواده بویژه نوجوان باشد و مناقشات و جروبحت ها و دعوای علنی والدین به آن لطمه نزند و بهانه گریز نوجوان از خانواده را فراهم نیاورد. ۱۱- گوش دادن: با نوجوان صحبت کنیم و به سخنان او با علاقه گوش فرا دهیم و بدانیم که خوب گوش کردن به حرف های نوجوان رمز ارتباط موثر با اوست. ۱۲- تکیه بر نقاط قوت: با مشاهده برخی ضعف ها نوجوان را تحقیر و سرزنش و یا با دیگران مقایسه اش نکنیم بلکه بیشتر سعی نماییم برای از بین بردن ضعف هایش نقاط قوتش را تجلی بخشیم. ۱۳- انتظار به اندازه: با کسب شناخت همه جانبه از نوجوان، به اندازه توان و ظرفیت وجودیش از وی انتظار داشته باشیم. ۱۴- اجازه خطا کردن به نوجوان را بدهیم: نوجوان باید بیاموزد که از مشکلات گریزان نباشد بلکه برای حل مشکلاتش به دنبال کشف راه حل باشد و این زمانی است که اجازه خطا کردن را به او بدهیم تا از خطا کردن احساس گناه نکند و بتواند فرصت یافتن راه حل را بیابد. ۱۵- مشورت با نوجوان: نوجوان در اندیشه مستقل شدن است بنابراین نیایستی عقاید خود را بر او تحمیل کنیم بلکه بایستی او را تحمل کرد و با مشورت گرفتن از او در امور خانه در کسب استقلال یاری اش کنیم. ۱۶- فعال بودن نقش پدر در تربیت نوجوان: همان گونه که "مادر" نخستین گذرگاه کودک و نوجوان به زندگی اجتماعی است آنچه که بسیار مورد نیاز یک نوجوان است وجود "پدری" است که بتواند بر او تکیه کند. "پدری" که گرم و مهربان و پرشور باشد. ۱۷- پذیرش بدون قید و شرط نوجوان: نوجوان را همان طور که نشان می دهد بپذیریم نه آن طور که در رویا و تخیل خود تصور می کنیم و بدانیم اگر نوجوان در خانواده مورد احترام قرار گیرد یاد می گیرد خودش را آن طور که هست بپذیرد.

رفتارهای طبیعی و غیر طبیعی نوجوان

کدام رفتارهای نوجوان، طبیعی است؟ کدام رفتارها غیر طبیعی؟ همه پدران و مادران از دورانی در زندگی خود گذر کرده‌اند به نام دوران نوجوانی. این دوران که با بلوغ نوجوانان همراه است، والدین را دچار استرس و اضطراب می کند. برخی از والدین چنین می‌پندارند که برخی رفتارها در نوجوان‌شان بیماری است، حال آنکه برخی از این رفتارها طبیعی است. برای مقایسه رفتارهای طبیعی و غیر طبیعی نوجوانان، مطالب زیر را بخوانید. یکی از بهترین راه‌هایی که می‌توان از روحیه نوجوانان آگاهی یافت، شناخت رفتار نوجوان و مقایسه آن با هم سالان است. البته این به آن معنا نیست که فرزندان را همه جا تعقیب کنید اما باید همبازی‌های او را بشناسید تا با اطلاع از رفتار و روحیه آنها بتوانید رفتار فرزند خود را در مقایسه با آنان ارزیابی کنید. با والدینی که نوجوانی در خانواده خود دارند، مشورت کنید تا از رفتار دیگر نوجوانان آگاه شوید و بتوانید رفتار فرزند خود را با آنان مقایسه کنید. پیش از اینکه درباره عادی بودن رفتار و باورهای فرزندان تصمیم بگیرید، رفتار، طرز تلقی، شیوه لباس پوشیدن و معیارهای ارزشی نوجوانان هم‌سال او را مورد بررسی قرار دهید. البته برخی از نوجوانان مشکلاتی دارند، از این رو باید فرزندان را با نوجوانانی که سالم هستند، مقایسه کنید. معلمان، مربیان ورزشی و مشاوران تربیتی و افرادی که بیشتر با نوجوانان سروکار دارند، به طور معمول با رفتارهای طبیعی نوجوانان آشنایی دارند. این افراد به آسانی می‌توانند رفتارهای غیرعادی نوجوانان را تشخیص دهند، هر چند ممکن است قادر نباشند دلیلی برای آن ارایه کنند و روش تشخیص رفتار طبیعی از غیر طبیعی را آموزش دهند. یک رفتار مشخص چقدر تکرار می‌شود؟ همه نوجوانان، گاهی بد اخلاق می‌شوند، مشاخره می‌کنند و یا حالت گوشه‌گیری از خود نشان می‌دهند. این رفتارها در صورت تکرار شدن، نگران‌کننده هستند. نوجوانی که گاه یک باره از کوره به در می‌رود یا رفتاری گستاخانه و دور از

ادب از خود نشان می‌دهد، به طور قطع در مقایسه با نوجوانی مودب و خوش اخلاق، غیرطبیعی نیست. هر چه میزان تکرار یک رفتار ناخوشایند بیشتر باشد، به همان میزان می‌توان درباره غیرطبیعی بودن آن رفتار نگران بود. بی‌حوصلگی نوجوانان همه ما گاهی دلگیر و بی‌حوصله می‌شویم ولی اگر این روحیه مانع از این شود که به محل کار خود برویم و یا ما را از انجام وظایف روزمره باز دارد، موجب نگرانی خواهد بود ولی اگر این حالت‌های روحی و روانی خللی بر فعالیت‌های روزانه ما وارد نیورد، نباید درباره آن نگرانی چندانی داشت. بیشتر نوجوانان از انجام تکالیف درسی یا کار کردن در خانه بیزار هستند اما اگر این روحيات یا رفتارها سبب کاهش سطح تحصیلی آنها شود، نمی‌توان آن را طبیعی تلقی کرد. حال آنکه اگر لطمه‌ای به فعالیت‌های آنها وارد نسازد و از یک کودک متوسط عقب نمانند، نباید نگرانی زیادی به خود راه داد. دعوا بسیاری از نوجوانان با هم دعوا می‌کنند اما اگر این رفتار موجب ترس و بروز واکنش منفی در طرف مقابل شود، نمی‌توان آن را طبیعی تلقی کرد. نوجوانی که همیشه با نوجوانان دیگر دعوا می‌کند و در محیط خانه نیز وسایل را به هم می‌ریزد، در صورتی که رفتار او به دیگر اعضای خانواده و دوستان لطمه‌ای بزند، از حالت طبیعی خارج شده است. تفاوت نوجوانان را فراموش نکنید نوجوانان دارای شخصیت‌های متفاوت هستند. یکی ممکن است زودرنج باشد و دیگری پرحرف یا خجالتی. از این رو، افزون بر مقایسه او با دیگر نوجوانان، به شخصیت خاص او هم توجه داشته باشید. به طور مثال نوجوانی که در دوران کودکی هیچ‌گاه پرحرف نبوده و احساسات خود را آشکار نکرده است، هنگامی که به سن بلوغ برسد، رفتارهای یاد شده را با شدت بیشتری نمایان می‌سازد. یک نوجوان سمج و کله‌شق، هنگامی که در مرحله بلوغ قرار گرفت، بسیار سرکش‌تر از نوجوانی خواهد بود که در دوران کودکی منفعل بوده و برای برطرف کردن مشکلاتش از دیگران استمداد جسته و از آنها دادخواهی می‌کرده است. به طور کلی برای تشخیص رفتار طبیعی از رفتار غیرطبیعی، این پرسش‌ها را مطرح کنید: رفتار فرزند شما تا چه حد با رفتار دیگر نوجوانان تفاوت دارد؟ یک رفتار خاص چقدر تکرار می‌شود؟ آیا یک رفتار خاص لطمه‌ای به توانایی فرزندتان در روبه‌شدن با محیط اطراف مانند والدین، دانش‌آموزان، دوستان و همسایه‌ها وارد می‌کند؟

افسردگی در کمین نوجوانان

آیا شما هم در خانواده خود نوجوان دارید؟ فرقی نمی‌کند دختر یا پسر. آیا احساس کرده‌اید که نوجوان شما مدتی است که از جمع کناره‌گیری می‌کند، به شما کمتر توجه دارد، بیشتر اوقات را در اتاق خود به سر می‌برد یا اینکه دچار کم‌خوابی یا پرخوابی شده است؟ اگر این خصوصیات در فرزند شما مشاهده می‌شود، احتمال دارد دچار افسردگی شده باشد. پژوهشگران معتقدند که نباید افسردگی نوجوانان را با علائم بلوغ اشتباه گرفت. در دوران بلوغ تغییرات هورمونی و تغییرات جسمی که در بدن نوجوان اتفاق می‌افتد، او را کمی از دیگران منزوی می‌کند که البته این حالت گذرا است. در صورتی که افسردگی که نوعی بیماری روحی است با علائم دیگری شناخته می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهد که بیش از ۲۰ درصد نوجوانان از افسردگی رنج می‌برند در حالی که این حالت با توجه بیشتر والدین به طور موفقیت‌آمیزی درمان‌پذیر است. افسردگی؛ یک مشکل بزرگ خطر خودکشی در نوجوانان در دهه اخیر بیش از ۲۰۰ درصد افزایش یافته و خودکشی عامل مرگ نوجوانان ۱۵ تا ۱۹ ساله است یعنی چیزی بیش از بیماری‌های قلبی عروقی و سرطان. با وجود آمارهای بالای افسردگی در نوجوانان، علائم افسردگی در این گروه سنی از سوی بسیاری از والدین نادیده گرفته می‌شود و این به بروز مشکلات جدی در مدرسه، کار و روابط بین فردی آنها منجر می‌شود و بعضاً تا بزرگسالی ادامه پیدا می‌کند. غفلت، چرا؟ دوران نوجوانی، دوران آشفتگی، ناپایداری خلقی و درون‌گرایی است. بسیاری از نوجوانان دچار احساسات زودگذر و کوتاه‌مدت می‌شوند. از این رو تشخیص نه تنها باید براساس مشاهده رفتارها و تغییرات خلق و خوی نوجوان باشد بلکه باید در این زمینه از تجربیات کسانی که با نوجوان ارتباط دارند، بهره ببریم. والدین، معلمان و دوستان همه

می‌توانند در تشخیص افسردگی نوجوان نقش داشته باشند. رفتارهای گذشته نوجوان برای پزشک بسیار باارزش است. گاهی اتفاقاتی که در گذشته برای نوجوان افتاده است، در بروز افسردگی وی موثر است. بعضی اوقات نوجوان در بیان احساسات خود با پزشک همکاری نمی‌کند و حتی به والدین و معلم خود اعتماد نمی‌کند تا از حالات و تغییرات درونی خود با آنها صحبت کند. این امر تشخیص را غیرممکن و سخت می‌کند. گاهی برای شناسایی علایم افسردگی در نوجوانان نیاز به مصاحبه‌های بیش از یک جلسه است که نقش والدین در این مواقع بسیار برجسته به نظر می‌رسد. نشانه‌های شایع افسردگی در نوجوانان با همان نشانه‌هایی ظاهر می‌شود که در بزرگسالان دیده می‌شود. نوجوانان افسرده حالت غم‌انگیز داشته و این حالت با پوشیدن لباس‌های تیره و مشکی، نوشتن اشعار غمگین‌کننده و شنیدن موسیقی‌های آرام مشخص می‌شود. اختلالات خواب، بیدار ماندن در تمام طول شب و تلویزیون دیدن، سختی در بیدار شدن از خواب و یا خواب آلودگی در مدت روز و فقدان انگیزه و کاهش انرژی که در انجام تکالیف مدرسه تاثیر می‌گذارد، از نشانه‌های افسردگی در نوجوانان است. نوجوانان افسرده همچنین دچار افت تحصیلی شده و میزان تمرکز و توجه در آنها کاهش می‌یابد. کاهش اشتها یا بی‌اشتهایی یا پرخوری عصبی از دیگر علایم است. عده‌ای از نوجوانان به سوءاستفاده از مواد روی آورده و عده‌ای هم به نوشیدن الکل معتاد می‌شوند. شناسایی علایم خودکشی یکی از نشانه‌های احتمال خودکشی در نوجوانان افسرده این است که این نوجوان از دوستان و آشنایان سوالاتی درباره مرگ می‌پرسد. خودکشی به طور معمول به دنبال بحران حاد در زندگی نوجوانان اتفاق می‌افتد. از دست دادن یک دوست، افت تحصیلی شدید، مجادله شدید با پدر و مادر و معلم از جمله عواملی هستند که ممکن است به خودکشی منجر شوند. وجود افکار خودکشی در میان نوجوانانی که در زندگی‌شان استرس زیادی داشته‌اند، شایع است. طلاق والدین و یا جدایی آنها، سوءاستفاده جنسی و مصرف الکل هم از دیگر علل خودکشی در نوجوانان است. نکته قابل توجه این است که تلاش برای خودکشی بسیار بیشتر از خودکشی موفقیت‌آمیز در میان نوجوانان است. تلاش برای درمان در خودکشی نوجوانان دو روش عمده درمانی وجود دارد. روان‌درمانی و دارو درمانی دو شیوه‌ای هستند که اغلب در درمان نوجوانانی که اقدام به خودکشی می‌کنند، استفاده می‌شود. بسیاری از نوجوانانی که دچار افسردگی خفیف و متوسط هستند تنها به روان‌درمانی احتیاج دارند. با گوش سپردن به صحبت‌های نوجوانان و با تشویق آنها برای شرکت در فعالیت‌هایی که از افسردگی آنها می‌کاهد، می‌توان به این نوجوانان کمک کرد. گاهی خانواده این نوجوانان هم در فرآیند درمان نوجوان افسرده شرکت دارد. در صورتی که افسردگی در نوجوانان به همراه سایر علایم مانند اضطراب، اختلال و سواسی جبری، اختلالات یادگیری و یا اختلال کم‌توجهی باشد، باید درمان‌های خاصی برای آنان صورت گیرد. در مواردی که بیماری شدیدتر است، به خصوص در آنهایی که افکار خودکشی وجود دارد و یا اقدام به خودکشی صورت گرفته ولی موفقیت‌آمیز نبوده است، باید دارودرمانی هم آغاز شود. داروهای ضد افسردگی که از سوی روان‌پزشک تجویز می‌شود، در این افراد کاربرد دارد. ارجاع به بیمارستان بستری نوجوانی که به افسردگی مبتلا است، تحت شرایط و موقعیت خاصی انجام می‌گیرد. در صورتی که پزشک نتواند گفتگوی موفقیت‌آمیزی برای درمان نوجوان داشته باشد و نوجوان همچنان با سکوت با شیوه‌های درمانی مقاومت کند، ممکن است او را به بیمارستان ارجاع دهد. زمانی که افسردگی بسیار شدید باشد و یا زمانی که احتمال انجام خودکشی در نوجوان وجود دارد، باید او را سریع به بیمارستان انتقال داد تا تحت نظر بیشتری قرار گیرد. نکته قابل توجه این است که تعداد زیادی از نوجوانان افسرده با اقدامات اولیه و ابتدایی درمانی روان‌پزشک، به طور موفقیت‌آمیزی درمان می‌شوند. اینترنت و افسردگی پژوهشگران بر این نظر هستند که هرچه وابستگی و زمان کار نوجوانان با اینترنت بیشتر باشد، احتمال افسردگی در آنها بیشتر است. نوجوانان معتاد به اینترنت صرف‌نظر از جنسیت، سن و مقطع تحصیلی بدون هیچ منظور و هدف خاصی، تنها برای یافتن چیزهای جدید و مهیج در این شبکه پرسه می‌زنند.

سنین بین ۱۳ تا ۱۸ سالگی، اغلب پر نشاطترین و هیجان انگیزترین سال‌های عمر فرزندان می‌باشد. این سنین، زمان تضادها و ضد و نقیض‌ها برای کودکان و والدین آنهاست. نوجوانان قدم به برهه‌ای می‌گذارند که رشد و تغییرات فیزیکی، روحی و روانی پیدا می‌کنند. آگاهی از چگونگی بلوغ و رشد فرزندانمان و همچنین جستجو کردن هویت و استقلال فکری آنان، کلید حل مشکلات دوران نوجوانی است. دوران نوجوانی، زمان رشد جسمانی و آفریدن امیدهای بزرگ است، همچنین این دوران زمان سردرگمی‌های بزرگ و عدم امنیت نوجوان و تلاش او برای جستجوی هویت شخصی‌اش می‌باشد. این سؤال که من «چه کسی هستم»، نقش بزرگی را در چگونگی تفکر، احساسات و رفتار او بازی می‌کند و در شکل‌گیری شخصیت واقعی او مؤثر است. همگی افراد دوست دارند که فرزندانشان بزرگ و بالغ شوند ولی در عین حال ترس و واهمه‌ای نیز با این آرزو، همراه آنان است و آن نیز از دست دادن فرزندان، به واسطه‌ی بزرگ شدنشان است. گاهی اوقات والدین باید نفوذ و توانایی خود را در قبال فرزندان به کار گیرند و بعضی مواقع نیز بهتر است که اجازه دهند که کارها به خودی خود پیش رود. در واقع مسئولیت والدین در زمان محیط‌های مختلف تغییر می‌کند و فراز و نشیب‌هایی دارد و قانون خاصی برای آن وجود ندارد. در واقع کتاب و دستورالعمل خاصی وجود ندارد که میزان آزادی داده شده به نوجوان را مشخص کند و یا این که چه زمانی باید به او سخت گرفت و چه زمانی او را آزاد گذاشت. اغلب اوقات این مسئله به خود نوجوان بستگی دارد و به میزان بلوغ و رشد او و محیط اطرافش وابسته است. پس والدین با توجه به زمان و مکان و رفتار نوجوان فرد باید بدانند که چه وقت به او اجازه‌ی آزادی بدهند و چگونه آزادی‌هایی را در اختیار او بگذارند. تغییرات همان‌طور که فرزندان بزرگ می‌شوند و وارد سن نوجوانی می‌گردند، انتظارات پدر و مادر و خود کودکان تغییر می‌کند. در این زمان بسیاری از مقررات گذشته قابل اجرا نیست و مؤثر واقع نمی‌شود. به نظر والدین، فرزند جوانشان که پر از شور و شوق و شیطنت دوران نوجوانی است، تبدیل به فردی سرکش و خودخواه گردیده است. والدین مرتباً از رفتار فرزندان شکایت دارند و می‌گویند «چرا تو بزرگ نمی‌شوی؟»، «پس چه وقت بزرگ می‌شوی؟» از نظر نوجوان، والدینش در این دوران، تبدیل به افرادی سختگیر شده‌اند که دائماً کارهای او را کنترل می‌کنند، نوجوان در این زمان از دست والدین خود شاکی است و می‌گوید که: «چرا مرا درک نمی‌کنید؟» به هر جهت این گونه تضادها، در این دوران وجود دارد و رفتارهای دو طرف نیز اغراق‌آمیز است اما به هر حال اینها انتظاراتی است که هر دو طرف شاهد آنند و هر یک از آنان بر پایه‌ی تصورات و انتظاراتی که دارند عمل می‌کنند. اگر هر یک از دو طرف (فرزند و والدین) یکدیگر را به چشم دشمن بنگرد، در این صورت نه قادر به درک یکدیگر و نه توجه دو جانبه خواهند بود و مطمئناً، تضاد و کشمکش ادامه پیدا خواهد کرد و نقش واقعی هر یک از اعضای خانواده در روند زندگی، خدشه‌دار خواهد شد. توماس فلن (۱)، روان‌شناس معروف، در کتاب پر محتوای خود به نام «بقای نوجوانان» به درستی بیان می‌دارد که والدین و نوجوانان نه تنها از لحاظ ظاهری متفاوتند بلکه تفاوت‌های اساسی بسیاری با یکدیگر دارند. اولین تفاوت این است که نوجوانان پر از رویا و آرزو هستند و درک و فهمشان از زندگی به وسیله‌ی رؤیاهایشان شکل می‌پذیرد، آینده‌ای پر از هیجان در انتظار آنهاست، اما در عین حال کشمکش‌های درونی همچون ورود به دانشگاه، یافتن شغل، خرید اتومبیل و منزل در آینده نیز فکر آنها را به خود مشغول می‌سازد. در مقابل نوجوان، والدین او قرار دارند که به مشکلات امروز توجه دارند و سعی در حل مشکلات کنونی و آتی زندگی و واقعیت‌های آن دارند، به طور مثال پرداخت قبوض، کارهای خانه و مشکلات شغلی که هیچ‌گاه پایانی ندارند. توجه آنان به این موضوعات به این جهت است که بحران‌های زندگی به آنها ضربه وارد کرده و آنها متوجه شده‌اند که رؤیاهای آنان با امیدهایشان ارتباط چندانی ندارد و باید خود را از شیفتگی به رؤیاهایی که هرگز محقق نمی‌شود، رها سازند. برخلاف والدین، نوجوان به رویاهایش می‌نگرد و به دنبال اندیشه‌ای خوب و خوش بینانه است ولی پدر و مادر، نسبت به این دنیا بیزار و بدگمان هستند. این نگرش نه درست است و نه غلط. والدین و نوجوان هر

کدام از دیدگاه مخالف یکدیگر به زندگی می‌نگرند پس نگرش‌های متفاوتی نیز دارند. دومین تفاوت اساسی میان والدین و نوجوان این است که وظیفه‌ی اصلی نوجوانان، کسب استقلال و رهایی از وابستگی است و خواستار آزاد اندیشی و رهایی از قید و بندهای والدینند، اما والدین به دنبال این موضوع هستند که چگونه راه درست را در مقابل فرزندان قرار دهند و او را راهنمایی نمایند. معمولاً این روند به شکست می‌انجامد و سبب ایجاد درگیری بین والدین و نوجوان می‌گردد. زیرا این دو تلافی زمانی با یکدیگر ندارند و نگرششان نسبت به زندگی متفاوت است. حقیقت این است که به خاطر سلامت روحی و روانی، فرد نوجوان نیاز دارد که احساس کند فرد مستقلی شده و بالغ گردیده است. در بعضی موارد، آزادی دادن به فرزندان نسبتاً بی‌خطر به نظر می‌رسد، همچون آزادی نوع لباس و موسیقی، ولی در این میان مواردی نیز مشاهده می‌شود که برای فرزندان مضر و حتی خطرناک است از جمله این امور می‌توان عدم رعایت قوانین عبور و مرور و مصرف الکل و مواد مخدر را نام برد. در این میان وظیفه‌ی پدر و مادر عاقل و هوشمند این است که طرز برخورد صحیح با فرزند را بیاموزند و به کار بندند، در غیر این صورت ارتباط بین والدین و پدر و مادر خصمانه‌تر خواهد گردید. نکته‌ی سومی که باید در مورد فرزندان توجه شود، تفاوت‌های فرهنگی و اختلاف بین نسلی است که با پدر و مادر خود دارند. والدین هیچ‌گاه نباید در مورد طرز پوشش، نوع موسیقی و دیگر علایق فرزندان، آنها را مجبور کنند که طبق سلیقه‌ی پدر و مادر عمل کنند. اجبار نمودن فرزندان برای تقلید کردن از رفتار و پوشش والدین، کار نابجایی است و سبب دور شدن آنها از پدر و مادر و دل‌بستگی‌شان به دوستان می‌گردد. نوجوانان احتیاجاتی دارند همچون نشان دادن استقلال فردی، اما در عین حال آنها به عشق و پذیرش و توجه پدر و مادر نیز نیازمندند. والدین باید در قبال فرزندان، انعطاف‌پذیری داشته باشند و برای گفتگو با فرزندانشان آگاه بوده و اشتباهات خود را بپذیرا باشند. اگر والدین عملکرد درستی در قبال فرزندان خود داشته باشند، در این صورت، درس خوبی را در زمینه‌ی قبول مسئولیت و ارتباط متقابل در اجتماع، به فرزندان خود آموخته‌اند و در آینده این فرزندان نیز برخورد صحیحی را در جامعه و در قبال کودکان خود خواهند داشت. پی نوشت: (۱). Thomas Phelan

نوجوان و حیات اجتماعی

نوجوان و تعادل رابطه‌ی نوجوان و جامعه را می‌توان به منشوری چندوجهی تشبیه کرد که از هر جهت به آن بنگریم یکی از وجه مذکور را درمی‌یابیم. تعادل نوجوان زمانی برقرار می‌شود که در زمینه‌های مورد نظر به گونه‌ای شاهد موفقیت او در دست‌یابی به اهداف زندگی بوده باشیم. محورهای ذیل بیانگر روابط نوجوان و جامعه است: نیاز نوجوان به تعلق به گروه هراس از گمنامی و تنهایی، نوجوان را برمی‌انگیزد تا خود را در ارتباط با گروه همسالان قرار دهد. رنج ناشناخته ماندن آنچنان او را تحت تأثیر قرار می‌دهد که برای احساس تعلق به گروه بیشترین فعالیت را از خود بروز می‌دهد. همبستگی گروهی در این مرحله قویتر از سایر مراحل زندگی است و غالباً، به عنوان یک شاخص موفقیت برای اکثر نوجوانها محسوب می‌گردد. نیاز به تعلق به گروه، به مفهوم پذیرش و قبول گروه مورد نظر جوانان است. هر نوع رویدادی که بر این پذیرش اثر گذار، نوجوان را دچار تزلزل، احساس بی‌اعتمادی به خود و احساس عدم کفایت خواهد نمود. در مواردی، نوجوان سرخورده از گروه به باندها و گروههای ناسالم اجتماعی می‌پیوندد تا بر تنهایی و عدم تعلق اجتماعی خویش فائق آید. در نمودار (۱-۱۰) تصویری از تشویق رفتار منحرفانه توسط همسالان مشاهده می‌شود. رفتار منحرفانه توسط افراد همسال و غیرهمسال مورد تأیید و تشویق قرار می‌گیرد. در این زمینه عکس‌العملهای آنان در سه سطح مورد بررسی قرار می‌گیرد. سطح عکس‌العملهای همسالان نوجوانان برای ارضای نیاز به تعلق به گروه، احتیاج به دانش اجتماعی، چگونگی برقراری روابط اجتماعی و آموزشهای ضروری دارند تا بتوانند در گروههای فوق به ایفای نقش مباردت نمایند. نیاز به هویت جویی جستجوی هویت، همواره با سایه‌ای از ابهام، نگرانی و تردید همراه است. نوجوان در صدد است تا در دنیای پرازدحام و شدیداً متغیر معاصر، جایگاه خود را بیابد و هویتی از خویش به دست آورد. نوجوانان برآنند تا هویت مورد نظر را

آن گونه که مایل هستند، به وجود آورند و به این سؤال همیشگی پاسخ دهند که «ما کیستیم؟ و برای چه زندگی می کنیم؟» بی شک چنین هویتی، غالباً محصول فرهنگ، تربیت خانوادگی، گرایشها و نگرشهای آنان است، لیکن باید توجه داشت که نوجوان در شرایطی بعضاً به معارضة با تأثیرات فرهنگی و خانوادگی برمی خیزد و در صدد است از نو هویتی را بیافریند. مسئولیتهای اجتماعی، مشارکت دادن آنان در مسایل مربوط به خود، ارائه نقشهای سازنده و با معنی، از مواردی است که تلاش نوجوان را برای یافتن هویت، جهت می دهد و به آن انتظام می بخشد. در دبیرستانها و سایر مراکز آموزشی می توان آنان را در تصمیم گیریها و اظهار نظرها سهیم کرد تا احساس مسئولیت را بدین گونه در آنان تقویت نمود و هویتی نوین و با معنی را ایجاد کرد. نیاز به استقلال نسبی نوجوانی دوره ی رها شدن از وابستگیهای خانوادگی و ورود در صحنه ی اجتماعی است. برخی از روان شناسان نظیر «موریس دبس» این مرحله را «فطام روانی» (۲) می گویند. به این مفهوم که نوجوان از جهت وابستگی عاطفی از خانواده، جدا می شود و به تدریج اتکای به خود و پیوستن به جامعه را به دست می آورد و تجربه می کند. برای تجربیات موفق نوجوان در زمینه ی استقلال نسبی، تمهیداتی چند باید به کار بست: در مرحله ی اول والدین، فرزندان را زیاد به خودشان وابسته و متکی نمایند تا زمینه ی جداسازی تدریجی از خانواده به سهولت و آرامی انجام پذیرد. معمولاً والدین در برخورد با فرزندان اول خانواده، تک فرزندانها و یا آخرین فرزندان، دچار افراط می شوند و ناخودآگاه به نوعی آنها را به خود وابسته می کنند تعدیل در برقراری روابط و مناسبات والدین و فرزندان مانع از چنین رویدادهایی می شود. در مرحله ی دوم، جامعه با قبول نوجوان و احترام به استقلال نسبی آنان، این مرحله را برای نوجوانان رضایت بخش و قابل قبول می نماید. در مرحله ی سوم، نوجوانان خود می تواند با اثبات لیاقت و شخصیت قابل اعتماد، به این استقلال پاسخ مثبت داده و آمادگی خود را برای استقلال بیشتر اثبات نمایند. نیاز به اشتغال قبول این واقعیت که برخی از نوجوانان، «درون گرا» بوده و از دنیای خارج روی برگردانیده و به سوی خود متوجه می شوند، ما را برمی انگیزد که تدبیری در این جهت بیندیشیم. اگر «درون گرایی» از حد اعتدال تجاوز کند به نوعی «در خود فرورفتگی عاطفی» می انجامد که اصطلاحاً به آن «اوتیسم» می گوئیم. مشخصه های اصلی اوتیسم، قطع ارتباط با دیگران، بی تفاوتی نسبت به جریانات کاهش یافتن تحرک نوجوانان می باشد. مشغولیتهایی که نوجوانان را از خود رها نموده و انرژیهای آنان را در یک رشته از کارها و فعالیتها آزاد نموده و به جریان می اندازد، بهترین زمینه محسوب می شود. در رابطه با اوتیسم، بررسیهای تاریخیچه ای از زندگی در دوران قبل از نوجوانی، نوعی شاخص در این زمینه محسوب می گردد. بررسی تاریخیچه ای از زندگی فرد از قبل از تولد به بعد و رابطه ی آن با بزهکاری مورد بحث بسیاری از آسیب شناسان بوده است ویژگیهای شخصیتی تعداد موارد گروه بزهکار گروه کنترل تاریخیچه رشد: مادر زیاد نگران حاملگی بوده است ۳۱۰ مادر بسیار ناتوان در امر حاملگی خود بوده است. ۱۳۶ مادر بسیار مشکل وضع حمل کرده است ۱۲۵ کودک در آغاز تولد کمبود وزن داشته است ۱۲۵ خیلی زود با شیشه غذا خوردن را شروع کرده است ۱۰۸ خیلی دیر با پستان شیر خورده است ۴۷ کج خلقی و ایرادگیری در کودکی داشته است ۱۴۵ تسلط بر ماهیچه هایش را مشکل به دست آورده است ۳۱۱۳ کودک زیاد به بیماری مبتلا- بوده و یا بیماریهای سخت داشته است. ۲۸۸ سوابق سلامتی خوب داشت است. ۴۴۷۵ وضعیت و شرایط بدنی در زمان مطالعه: از حد نرمال انحراف وزن داشتن ۱۰٪ کم وزن بودن و ۲۰٪ اضافه وزن داشتن ۱۱۱۰ از نظر رشد عقب مانده بودن ۱۵ نقص بینایی داشتن ۱۷۶ بیماری لوزه داشتن ۲۰۱۲ گرفتگی بینی ۶۲ برخی پوسیدگی های شدید دندان ۲۷۱۹ ناتوانیهای گوناگون ۳۷ جدول (۲-۱۰) برخی از مقایسه ها که بین ۱۰۵ بزهکار و گروه کنترل (غیر بزهکار) از یک خانواده انجام شده است. مشکلات رفتاری در دوران دبستانی زمینه ی انحرافات اجتماعی زمینه ی رفتارهای نامطلوب نوجوانان، احتمالاً- در سالهای قبل به وجود می آید و به تدریج شکل می گیرد و در صورت تداوم شرایط نامساعد، می تواند به بزهکاری و قانون شکنی نیز منجر شود. زمینه ی مورد بحث سالهای دبستانی را در بر می گیرد؛ یعنی پراثر سنی بین ۱۶ تا ۱۱ سال را می توانیم در نظر بگیریم. براساس تحقیقات، درسین بین ۶ تا ۱۱ سالگی مشکلات رفتاری خاصی برای

پسران و دختران به وجود می‌آید. در نمودار شماره (۳-۱۰) یکی از تحقیقاتی را که در آمریکا به عمل آمده و انواع بزهکاری را در گروه‌های سنی (۶-۱۱) سال در مورد دختران و پسران انجام داده است، مشاهده می‌کنیم. نوجوانان و انحرافات اجتماعی علاوه بر تأثیر سالهای قبل رفتار نوجوانان چگونه از مرز بهنجار به ناهنجار کشیده می‌شود؟ و این مرز چگونه در هم شکسته می‌شود؟ غالب روان‌شناسان نوجوانی در پاسخ به این سؤال این گونه اظهار نظر می‌نمایند که در برقراری مناسبات اجتماعی، گاه وقفه‌ای پیش می‌آید و بعضاً مانعی بر سر راه نوجوان قرار می‌گیرد و او را دچار ناکامی و تعارض می‌کند و به طور طبیعی بستر مساعدی برای رفتارهای انحرافی فراهم می‌شود. در محورهای زیر به نمونه‌هایی از ریشه‌های بحران می‌پردازیم: تبدیل خانه به خوابگاهها جامعه‌ی پیچیده‌ی نوین، به نوبه‌ی خود تغییراتی را در ساختار روابط والدین و نوجوانان پدید آورده است به گونه‌ای که به لحاظ اشتغال روزافزون والدین، آنها کمتر فرصتی برای ارتباط عاطفی و کلامی با نوجوانان خود پیدا می‌کنند و روابط مذکور، به مرور محدودتر و کمتر می‌شود؛ آن سان که افراد یک خانواده، زمانی که پس از روزی پرتلاش و خسته‌کننده به خانه برمی‌گردند، دیگر انرژی لازم و حوصله کافی برای صحبت و ارتباط روحی با فرزندان خود ندارند و صرفاً به خانه می‌آیند تا بخوابند و برای روز پرتلاش دیگری آماده شوند و این همان تراژدی معروف تبدیل خانه‌ها به خوابگاههاست که فرصتی را به والدین نمی‌دهند تا با نوجوانان خود به گفتگو بنشینند و دردی از دل آنها مداوا و مشکلی را مرتفع کنند و این عامل نوجوانان را برمی‌انگیزد که در جستجوی کانونهای عاطفی دیگری برآیند و چون از نظر تجربه محدود هستند و شناختی نسبت به کانونهای عاطفی جدید و احياناً آلوده ندارند، جذب آنها شده و در مسیر انحراف اجتماعی قرار می‌گیرد. درحالی که خانواده‌ها برعکس حالت قبلی، باید فاصله‌های خود را با نوجوانان کمتر نموده و روابط قویتری از نظر عاطفی و روحی با فرزندانشان به وجود آورند تا تعادل آنها را در هم نریزد و به مراکز مشکوک و آلوده‌ای که در انتظار آنهاست، پناه نبرند. نیاز مهم نوجوانان مطرح نمودن رازها و اسرار درونی خود نزد افراد موثق و مورد اعتماد است و به عنوان یکی از مهمترین شاخصهای دوستی در نظر گرفته می‌شود. در نمودار (۴-۱۰) وضعیت نوجوان و تمایل به ابزار رازهای خود به دوستان در سالهای مختلف تحصیل مشاهده می‌شود. تغییرات پرشتاب دنیای ما درحاطه‌ی تغییر و تحولات شدید و فزاینده‌ای است که از هر سو نوجوانان را در خود می‌گیرد و یک نوع ناپایداری و بی‌ثباتی را در ورای این تحولات به آن تلقین می‌نماید. نوجوانان غالباً در برخورد با این دگرگونیها غافلگیر شده و به راحتی خلع سلاح می‌شود و این به دلیل نداشتن تحلیل دقیقی از رویدادها و حوادث مذکور می‌باشد. به منظور آن که نوجوانان در رویارویی با این فراز و نشیبها تعادل خود را از دست نداده و منفعل نشود، لازم است تحلیلهایی را به نوجوانان ارائه دهیم تا با تکیه بر آنها بتوانند نسبت به مسایل و اتفاقاتی که در اطرافشان به وقوع می‌پیوندد، موضع صحیحی را اتخاذ نمایند و بر آنها احاطه یابند؛ در غیر این صورت، سرگردانی و بلا-تکلیفی نوجوانان، منجر به اتخاذ رویه‌های نامناسب و احياناً جذب شدن به جریانات سیاسی و اجتماع ناسالم، خواهد گردید. تخصص و عدم کفایت صنعتی شدن جامعه و رسیدن آن به مرحله‌ی فوق مدرن و به دنبال آن ضرورت تخصصی شدن مشاغل، دوره‌ی جدیدی را در زندگی انسانها و به ویژه نوجوانان به وجود آورده است. از این سو، نوجوانان ناچارند برای احساس مفید بودن در جامعه از نوعی تخصص برخوردار باشند و از دیگر سو، برای تخصص باید سالها تحصیل کنند تا بتوانند در جامعه‌ی صنعتی نوین، شغلی برای خود به دست آورند و چون در توان همه‌ی آنها نیست که خود را به این مرحله برسانند دچار سرخوردگی می‌شوند و با ناامیدی به مرحله‌ی احساس عدم کفایت می‌رسند و هسته‌ی مرکزی اعتماد به نفس آنان از این طریق ضربه می‌خورد و آن را متزلزل می‌کند و به سوی ضداثرزنها و رفتارهای ضدا اجتماعی سوق می‌دهد. از طرفی سیستم آموزشی جامعه‌ی ما در حال حاضر به گونه‌ای است که اگر نوجوانانی نتوانند وارد دانشگاه شوند، از نوعی حرفه یا فن برخوردار نیستند که در قبال زندگی و مسئولیتهای ناشی از آن بتوانند روی پای خود بایستند و احساس کفایت کنند. وسوسه جرم زایی شهرهای بزرگ جامعه‌شناسان معتقدند که بافت اجتماعی شهرهای بزرگ و پیچیدگیهای روزافزون آنها، می‌تواند بستر مساعدی برای ارتکاب

جرایم و بزه های نوجوانان باشد. از یک سو احساس گم کردن خود در میان جمعیت فشرده و انبوه این گونه شهرها و از چنگال قانون دور ماندن او را به سوی ارتکاب بزه سوق می دهند و از سوی دیگر، حالت مصرفی شهرهای بزرگ و تجمل گرایی و لوکس گرایی، اکثر نوجوانان را تحت تأثیر قرار می دهد تا بتوانند به نوعی از آنها برخوردار شوند و چون قدرت خرید کافی برای در اختیار قرار گرفتن آنها را ندارند، وسوسه ی دزدی، سرقت مسلحانه و جرایم دیگر آنها را به شدت تحریک می کند. حتی نوجوانان مهاجر بیشتر استعداد لغزش و جرم زایی را از خود نشان می دهند. در جامعه ی آمریکا و در شهرهای بزرگ و پرازدحام، مناطق مرکزی بیش از مناطق حومه ی شهری، استعداد جرم زایی را از خود نشان می دهد. این واقعیت در نمودار (۵-۱۰) مشاهده می شود: اندازه ی مرکزی شهر در کتاب «جامعه شناسی انحرافات اجتماعی» نویسنده خصوصیات شهرگرایی را عبارت از موارد ذیل می داند: (۷) ۱- تغییرات سریع در شئون زندگی اجتماعی ۲- ستیزه بین نقشها و هنجارهای اجتماعی و فرهنگی ۳- تحرک روز افزون جمعیت. ۴- توجه و احترام به شخصیت فرد یا فرد گرایی و لزوم افزایش کالاهای مصرفی. ۵- کاهش روابط صمیمانه بین خویشاوندان و بستگان و خلل پذیر شدن دوستیهای صادقانه بین مردم. ۶- رهایی مردم از کنترلهای رسمی و اجتماعی. در جامعه ی آمریکا سیاهان بیشترین قربانیان جنایات را تشکیل می دهند. نمودار شماره (۶-۱۰) تصویری از این جرایم را نشان می دهد. آمار قربانیان سیاهپوستی که در جریان خشونت‌های انجام شده در ۱۹۳۷ توسط مؤسسه ملی تحقیق در زمینه جرم شناسی ارائه گردیده است. (۸) کاهش یافتن نظارت اخلاقی و قدرت مذهبی «فردریک مایر» در کتاب «تاریخ فلسفه ی تربیتی» درباره ی تأثیر رنسانس بر قرون وسطی و اعتقادات مذهبی مردم اروپا می نویسد: کمربند ایمان که به دور کره ی زمین پیچیده شده بود، پاره شد و عصری ایمانی (لائیک) آغاز شد. باید توجه داشت که اظهار نظر «مایر» دقیقاً راجع به اروپای آن روز است، لیکن او نتیجه ای را که از عصر قرون وسطی و محکمه انگلیسیون اتخاذ می کند، به تمامی جوامع تعمیم می بخشد و این تعمیم شتابزده و عجولانه است. به هر حال در اکثر جوامع نفوذ مذهب و قدرت اخلاقی از طریق خانواده ها به نسل جدید کاهش یافته و باید گفت که تقریباً نظارت اخلاقی خانواده ها و اولیای امور در این گونه جوامع به صفر رسیده است و جوانان و نوجوانان تعهدی از نظر اخلاقی در قبال اولیای امور و والدین احساس نمی کنند. از سوی دیگر، سیستم آموزشی مدارس در این جوامع به گونه ای است که از ارائه باورهای مذهبی و نظارت اخلاقی به افراد عاجز و عقیم است. از این رو، زمانی که نسل نوجوان و جوان این جوامع به دوره ی حساس و تعیین کننده ی زندگی خویش می رسند، کمترین نظارت و کنترلی را بر خود احساس نمی کنند و همین عامل جنبه ی دفاع اخلاقی آنان را در برابر انحرافات به حداقل می رساند و موجب گرایشهای انحرافی و ناهنجاری در آنها می شود. هر اندازه که نوجوانان پای بند گرایشهای اخلاقی و مذهبی باشند، کمتر به این گونه گرایشها پاسخ می دهند. اقتصاد نامتعادل به هم خوردن تعادل اقتصادی در هر جامعه، اثرات کوتاه مدت و درازمدتی را به دنبال می آورد. در کوتاه مدت آثاری از قبیل درآمدهای نامتناسب، مشاغل کاذب و بیکاری نامرئی را به همراه دارد و در درازمدت بر روی سیستمهای ارزشی و معیارهای اخلاقی تأثیر می گذارد. از یک سو، شکافهای اقتصادی بین طبقه ی محروم و طبقه ی مرفه، نوجوانان را نسبت به چشم اندازهای آینده ناامید و مأیوس می نماید و تحرک آنان را نسبت به محیط سالم کار و فعالیت محدود می کند و از سوی دیگر، اقتصاد نامتعادل در روابط درون خانوادگی طبقه ی محروم و متوسط جامعه، اختلالاتی ایجاد می کند. کم شدن قدرت خرید و تورم فزاینده، از تبعات به هم خوردن تعادل اقتصادی است و مستقیماً نگرانیهایی را متوجه خانواده ها و بخصوص پدران به عنوان سرپرستان خانواده می نماید و چون درآمد آنها کفاف مخارج را نمی دهند، تحت تأثیر فشارهای وارده، روابط ناسالم و ناهنجاری را با سایر اعضای خانواده برقرار می کنند و روابط را به هم می ریزند. نوجوانان در چنین فضایی آکنده از نگرانی و بیم نسبت به وضع حال و آینده، موقعیت خویش را امیدبخش ارزیابی نمی کنند و لذا در صورت ضعیف بودن استانداردهای اخلاقی، به گرایشهای نامناسبی متوسل می شوند و حداقل به وسوسه های تهیه پول، بعضاً پاسخ مثبت می دهند. در طرف دیگر وجود سیستم اقتصادی معیوب، امکان یافتن شغل، ازدواج و تشکیل خانواده را

برای نوجوان محدود می‌کند و اینها به نوبه‌ی خود موجب آسیبهای اجتماعی و بحرانهای اخلاقی در سطح جامعه خواهند شد. اعتیاد به مواد مخدر و بزهکاری اعتیاد به مواد مخدر و بزهکاری، دایره‌ی معیوبی را تشکیل می‌دهند که هر یک از آنها موجب تقویت دیگری می‌شود؛ به این مفهوم که فرد معتاد، استعداد آلودگیهای اخلاقی و کجرویهای اجتماعی را در سطح وسیعی از خود نشان می‌دهد و از سوی دیگر، ارتکاب جرایم مذکور، آخرین مقاومتهای روانی فرد را در هم می‌شکند و زمینه را برای وابستگی بیشتر به مواد مخدر و نیز مبادله‌ی این مواد و گسترش دامنه فعالیت وی در این زمینه فراهم می‌کند. در تحلیلهای روان پزشکان، وجود خلأهای عاطفی عمیق در فرد به عنوان زمینه‌ی مساعدی برای اعتیاد در نظر گرفته شده است. «لئون ورمسر» در تجربه‌ی ای که حدود ۱۰ سال در مورد بیش از هزار معتاد داشته است، می‌نویسد: هرگز معتادی را ندیدم که عواطف او عمیقاً دچار اختلال نشده باشد و در زندگی اش دستخوش تعارضات و کمبودها نباشد و به مرور زمان میان روان پریشی و روان نژندی نرسیده باشد. (۹) «ورمسر» همچنین معتقد است که در مورد معتادین چهار معادله‌ی علت و معلولی به شرح زیر وجود دارد: ۱- شرایط قبلی: شرایطی است که بدون آنها پدیده‌ی مورد نظر به وجود نمی‌آید و در عین حال، این شرایط به تنهایی نیز قادر به ایجاد آنی پدیده نیستند. شرایط قبلی در معتادین، در تاریخچه‌ی زندگی، اختلالات کلی خودشیفتگی و در ساخت بیمارگونه خانواده متمرکز شده است. شرایط مربوط به خودشیفتگی و در ساخت بیمارگونه خانواده متمرکز شده است. شرایط مربوط به خودشیفتگی در صورتی است که فرد از خویشتن دارد و ارزشهای برتری که به خود می‌دهد، نهفته است. ۲- علت‌های خاص: علت‌های خاص، عللی هستند که در تمام حالات وجود دارند و وقتی که از لحاظ کیفیت و کمیت به اندازه لازم فراهم شوند، شرایط قبلی را کامل می‌سازند. در اعتیاد، بحرانهای خودشیفتگی موجب تشدید اختلالات خودشیفتگی می‌شود. چین بحرانهایی می‌توانند کم و بیش شدید و یا درونی و بیرونی باشند. ۳- علت‌های شرکت کننده: علت‌های شرکت کننده، علت‌هایی هستند که در مطالعه‌ی اجتماعی و همه‌گیری بیماری پیدا و تحلیل می‌شوند. این عوامل در تمام موارد وجود ندارد و به خودی خود عامل ایجاد معلول نیست، ولی همراه با شرایط قبلی و علت‌های خاص عمل می‌کند و معادله‌ی عبرتها را کامل می‌سازد. در معتادین تعلق داشتن به یک گروه و یا مواد مخدر را وسیله‌ی برای رهایی از تسلط قدرت دیگران دانستن و بالاخره احساس جادویی تغییرات در دنیای درون کردن، از جمله‌ی این علتها هستند. ۴- علت‌های شتاب دهنده: عللی هستند که ظاهراً در آخرین لحظات و درست قبل از ظهور معلول وارد عمل می‌شوند. در اعتیاد، نقش لذت از ماده‌ی مخدر از جمله علت‌های شتاب دهنده است. علت‌های شرکت کننده و علت‌های شتاب دهنده بیشتر در معتادانی مشاهده می‌شوند که برای تنوع و با تحت فشار ناراحتیهای آنی معتاد می‌شوند، اما شرایط قبلی و علت‌های خاص از عوامل اصلی اعتیاد به شمار می‌روند. (۱۰) در نمودار شماره‌ی (۷-۱۰)، (۸-۱۰)، (۹-۱۰)، (۱۰-۱۰) تصویرهایی از گرایشهای نوجوانان به بزهکاری، مواد مخدر و خودکشی که حاصل بررسیهای روان شناسان در آمریکا است، مشاهده می‌شود: تصویر دیگری از چگونگی اعتیاد نوجوانان آمریکایی را به مواد مختلف در سنین متفاوت در زیر مشاهده می‌نماییم. افزایش سنی تمایل به ارتکاب به خودکشی در نوجوان دختر و پسر، نمونه‌ی دیگری از رشد بزهکاری در جوامع غربی است. معضل اوقات فراغت به گفته‌ی «دنيس گيور» یکی از محققانی که در زمینه‌ی اوقات فراغت دانش آموزان و نوجوانان مطالعات زیادی انجام داده است: انسان آنقدر که با سختیها و مشکلات می‌تواند کنار بیاید و شرایط را بپذیرد، قادر نیست با اوقات فراغت وسیع و بی برنامه مواجه شود. اوقات فراغت، فرصتی به نوجوان می‌دهد تا انرژیهایش را آزاد کند و به خلاقیت و خودشکوفایی نایل شود و لیکن در صورتی که این فرصتها به هرز رود و نتواند نوجوان را به مشغولیت برانگیزد، زمینه ساز انحرافات و کجرویهای او خواهد بود. براساس تحقیقی که انجام شده است کودکان و دانش آموزان فرانسوی ۲۵٪ اوقات فراغت خویش را پای تلویزیون و به تماشای فیلمهای مهیج و حادثه‌ای می‌گذرانند (۱۵) و چنانچه برای انرژیهای بالقوه‌ی نیرومند نوجوان تدبیری اندیشیده نشود، همگان شاهد بروز کجرویها و نابسامانیهای اخلاقی خواهیم بود. در نمودار (۱۲-۱۰) الگوهای از تفریحات دختران و چگونگی گذران اوقات فراغت آنها در جوامع بیگانه می‌توانیم

مورد بررسی قرار دهیم. A- مجرد، تمام وقت کار می‌کند. B- متأهل، زندگی با همسر، بدون فرزند کار نیمه وقت C- متأهل، زندگی با شوهر، فقط دارای فرزندان پیش مدرسه ای، خانه دار D- متأهل، زندگی با شوهر، دارای فرزندان پیش مدرسه ای و مدرسه رو، خانه دار E- متأهل، زندگی با همسر، فقط دارای فرزندان مدرسه رو، خانه دار. پاتولوژی (آسیب شناسی) نوجوانان اختلالهای نوجوانی (۱۸) انواع اختلالها: این مبحث ابتدا به بررسی موقعیت نوجوانان می‌پردازد که رفتار آنان از حالت طبیعی انحراف پیدا می‌کند. به هر حال مسئله بیماری روانی در آسیب شناسی نوجوان حائز اهمیت زیادی است و ما به این مسئله اشاره می‌کنیم. «فینچ» (۱۹۶۰) از خلال تجربیاتش استنتاج می‌کند که طبقه بندی براساس پنج مقوله ی زیر به طور مساوی، اکثریت اختلالهای روانی را در نوجوانی شامل می‌شود: ۱- واکنشهای سازگاری: با اختلالهای شخصیتی ناپایداری درگیر می‌شود و تشکیل یک اختلال بزرگ را نمی‌دهد. ۲- روان رنجوری (پسیکونوروز): با واکنشهای افسرده ساز کمیاب و استثنایی همراه است و غالباً در نوجوانان و در بزرگسالان به صورت مشابهی آشکار می‌شود. ۳- اختلالهای روان - فیزیولوژی: در زمره ی این اختلالات می‌توان از چاقی مرضی نام برد که بخصوص بامسایل نوجوان ترکیب می‌شود. ۴- اختلالهای شخصیتی: از جمله ی آنها بزهکاری می‌باشد و بخصوص در میان تین ایچرها (نوجوانان ۱۳ تا ۱۹ ساله) شایع است و حائز اهمیت می‌باشد. ۵- اختلالهای روان پریشی (پسیکوتیک): که اسکیزوفرنی عمومی ترین نوع آنهاست. در بررسی دیگری که توسط «ماسترسون» و دستیارانش (۱۹۶۶) انجام شد، پنج دسته از نشانه‌هایی که برای ۸۵٪ بیشتر سندرم‌های (نشانه‌های) روانی نوجوانی محاسبه شده است، مورد شناسایی قرار گرفته است. این مقوله‌ها عبارتند از: ۱- سندرم اختلال فکر (اختصاصاً با آثار هذیان، توهم، تصورات نامأنوس، افکارعاطفی و درهم ریختگی عادات) ۲- سندرم روان رنجور (اضطراب ذهنی، شکایتهای بدنی، ترس و توجه بیش از حد به بدن) ۳- سندرم برون ریزی (سرقت، تمرد از مدرسه، خلق انفجاری، فقدان کنترل انگیزه «تکانه»، بزهکاری و دروغگویی بیمارگونه) ۴- سندرم افسردگی (گریه ی عود کننده، تمایل خودکشی گرایانه، احساسات گناهکارانه و خود کوچک شماری) ۵- سندرم اختلال شخصیت هیستریایی (رفتار نمایش و یا شهوانی، جستجوی توجه و هشیاری جنسی افراطی). «وینر» (۱۹۷۰)، پس از تحقیقات مجدد و تجدید نظر، نتیجه گرفت که شباهت زیادی میان نوجوانان و هرگروه سنی دیگری در زمینه ی تجربیات آسیب شناسی وجود ندارد و زمینه‌های کمی برای پیش بینی اختلالهای روانی در نوجوان طبیعی و بهنجار وجود دارد. به هر حال در مقابل تصور بحران هویت بهنجار، آن عده از نوجوانانی که با والدین خود اصطکاک پیدا می‌کنند، بیشتر با جواترین منحرفان، شباهت می‌یابند. نهایتاً اختلالهای روانی در نوجوانی، استحقاق آن را دارد که به همان اندازه که این اختلالها در بزرگسالی مورد توجه قرار می‌گیرد، اهمیت یابد و مورد فراموشی واقع نشود و انتظار نمی‌رود که بررسی و مطالعه مسایل نوجوانان از دید آنها مورد فراموشی و غفلت قرار گیرد. به طور خلاصه، آسیب شناسی حقیقی مستلزم آن است که نه صرفاً آسیبها را دیوانگی همه گیری بدانیم که در بلوغ تولد می‌یابد و نه این که معتقد باشیم که در بزرگسالی فرو خواهد نشست. (۱۹) پی نوشت: ۱- Social Development: Joane Grusec-- ۲ P. ۴۷ and Lytton. ۱۹۸۸. ۳- Developmental psychology: Liebert. poulous and Marmor. p. ۴۹۰ ۴- Ibid, p. ۲۳۳ ۵- Ibid, p. ۲۳۳ ۶- Criminal Behavior and social System: Antony. L. Guenther, ۱۹۷۶. P. ۱۴۳ ۷- فرجاد، ص ۲۰۱. ۸- P. ۱۴۰ ۹- Criminal Behavior، پژوهش در مسایل روانی - اجتماعی؛ دکتر خدیوی زند، شماره ۳ و ۲، بهار ۶۷، ص ۵۶. ۱۰- پژوهش در مسایل روانی - اجتماعی؛ دکتر خدیوی زند، شماره ۳ و ۲، بهار ۶۷، ص ۵۶. ۱۱- همان منبع، صص ۶۴ و ۶۵. ۱۲- Ibid. P. ۲۵۵ ۱۴- Ibid. P. ۲۴۱ ۱۳- Developmental psychology: Hurlock, p. ۲۴۲ ۱۴- Ibid. P. ۲۴۱ ۱۵- Ibid. P. ۲۴۱ ۱۶- Ibid. P. ۲۷۸ ۱۷- Ibid. P. ۲۳۶ ۱۸- The Developmental psychology: Hurlock, p. ۲۳۶ ۱۹- محمدتقی صراف، ص ۲۴. ۱۶- Ibid. P. ۲۷۸ ۱۸- The

۱۹ p.۱۴۱، ۱۹۷۱، Psychology of Adolescence: Dorotty Rogers- برای مطالعه ی بیشتر در این زمینه می توان به کتاب تشخیص بیماریهای روانی و یا به Diagnostic and Statitical Manual of Mental Disorders مراجعه نمود.

نوجوان و حیات اخلاقی

در ماه رمضان خودم را برترین و خوشبخت ترین فرد روی زمین می دانم، ولی بعد از ماه رمضان خود را در جهنم می بینم، حتی نمازم را هم بعد از ماه رمضان به موقع نمی خوانم. من نمی توانم نمازم را به طور دایم و منظم بخوانم، راهنمایی بفرمایید. مادرم را خیلی دوست دارم ولی نظر او مخالف نظر من (که سعی می کنم در جهت فرامین حضرت امام (س) باشد) است، چه کار کنم؟ بگویند که چگونه می توانیم ارزشها را از ضد ارزشها تشخیص دهیم؟ (۱) به شماها درباره ی نوجوانان به نیکی سفارش می کنم که آنها دلی رقیتر و قلبی فضیلت پذیر دارند. (۲) فرزندم، در دوره ی نوجوانی به تربیت و ادب تو پرداختم، قبل از این که قساوت و سختی (در دوران پیری) قلبت را فرا گیرد. (۳) ۱- ندای ارزشها نوجوان در زمینه ی مسایل اخلاقی و معنوی چگونه می اندیشد؟ و چه نگرشی نسبت به ارزشها و ضدارزشها دارد؟ نوجوان در دوران بلوغ، توجهش به مسایل ماوراء طبیعی جلب می شود و علاقمند است که در مورد آن سوی پرده ی طبیعت آگاهی یابد و افکارش از پوسته ی هستی بگذرد، آن را بشکافد و از دنیای معنویات، جهان آخرت، ایده آلهای اخلاقی و زهدگرایی باخبر شود. از نظر قلبی و احساسی نیز، تمایل او به زیباییهای معنوی برانگیخته می شود و مصداق کلام پیامبر (ص) واقع می شود که فرمود: آنها قلبی فضیلت پذیرتر و دلی رقیتر و حساستر دارند. خداوند مرا به پیامبری برانگیخت تا مردم را به رحمت الهی بشارت دهم و از عذابش بترسانم. جوانان و نوجوانان سخنانم را پذیرفتند و با من پیمان محبت بستند، ولی پیران از قبول دعوتم سرباز زدند و به مخالفتم برخاستند. آنگاه رسول خدا (ص) به آیه ای از قرآن اشاره کرد و درباره ی مردم کهنسال که مدت زندگی آنها به درازا کشیده و دچار قساوت و سخت دلی شده اند، سخت گفت. (۴) فضیلت دوستی و خیرخواهی نوجوانان گاهی شعاع گسترده تری پیدا می کند و میل به اصلاح عالم و تحول جهانی در آنان افزایش می یابد. استانداردها و ایده آلهای اخلاقی تمامی وجود نوجوانان را مسخر می کند و به چیزی جز مدینه ی فاضله نمی اندیشند. چنانچه این اراده و تمایل اخلاقی جهت مطلوب پیدا کند و پرورش یابد و به نظم و انسجام درآید، حیات ارزشها در این دوره، شکوفایی و درخشندگی خاصی پیدا می کند و زمینه ساز حرکتها و رشدهای نوجوان می گردد. برخی از روان شناسان نیز در این زمینه به تمایلات اخلاقی نوجوانان اشاره کرده اند، از جمله «موریس دبس» می نویسد: ندای ارزشهای اخلاقی در دوره ی بلوغ به این معنی است که نوجوان برای تمایل به نیکی، حساستر است. (۵) «دوریس اودلوم» معتقد است: یک نوجوان بدون زمینه ی مذهبی و دینی شبیه به کشتی بدن سکان است. (۶) گرایشهای اخلاقی نوجوان در کنار استعداد منفی گرای و چرخش برای روی آوردن به سوی ضدارزشها، وجود او را تحت تأثیر قرار می دهد و پاسخ نوجوان به هریک از این دو دسته گرایش، موجب تقویت یکی و تضعیف دیگری می شود. ۲- سربر آوردن فطرت را در معنی، عبارت از گرایشهای ذاتی، جبللی و سرشتی می دانند که در نقطه ی مقابل اکتساب، تأثیر محیط و تعلیم و تربیت قرار می گیرد. اگر فطرت را همچون منشوری بدانیم، از هر جنبه به آن بنگریم تجلی خاصی در آن می بینیم. یکی از وجوه مسلم فطرت انسان، گرایش به ارزشها و نفی ضدارزشهاست. دستگاه ادراکی بشر به گونه ای آفریده شده است که در برابر خیر و نیکی، تمایل قلبی نشان می دهد و در قبال شر و بدی، از خود اکراه و انزجار بروز می دهد. این در مواردی است که فطرت، دستخوش غبار آلود گیها و کدورت انحرافات اخلاقی نشده باشد. یکی از نویسندگان و صاحب نظران مسلمان، «ابن طفیل اندلسی» است که در رساله ی مشهور فلسفی و اخلاقی خود به نام «حی بن یقظان» یا «زنده بیدار»، اشارات بدیعی به مسئله فطرت در وجود بشر دارد و چگونگی معرفت بشر را متأثر از عقل و نیروهای فطری وی می داند که این مطلب در رساله ی «قصه الغربه الغریبه» اثر شیخ شهاب الدین سهروردی نیز آمده است. (۷) نویسندگان مسیحی نیز به مسئله فطری بودن خیر اخلاقی،

اشاره کرده اند. یکی از آنان «تانه گی دوکه نه تن» می باشد که در کتاب «سه مقاله» ضمن بیان واقعیات فطری در وجود بشر می نویسد: حس دینی یکی از عناصر اولیه ی ثابت و طبیعی روح انسان است. اصلیتین و ماهوی ترین قسمت آن به هیچ یک از رویدادهای دیگر قابل تبدیل نیست. بلکه نحوه ی ادراک فطری وراء عقلی است که از یکی از سرچشمه های ژرفای روان ناخودآگاه فوران می کند و نسبت به مفاهیم زیبایی (مربوط به هنر) و نیکی (مربوط به اخلاق) و راستی (مربوط به علم) و مفهوم دینی یا به طور صحیحتر مفهوم مذهب، مقوله چهارمی است که داری همان اصالت و استقلال سه مفهوم دیگر است. (۸) حس دینی یا تقدیس ارزشها و تقبیح ضد ارزشها در نوجوانی، سر برمی آورد و تمامی وجود نوجوانرا به شدت تحت تأثیر قرار می دهند، به گونه ای که دریافتهای و ادراکهای وی با بینش فطری و گرایش به نیکی مورد تجزیه و تحلیل قرار می گیرد. توجه دادن نوجوان به این گونه گرایشها فطری و ایجاد روح علاقمندی و تقدیس ارزشهای اخلاقی، در زمانی صورت می گیرد که غرایز در حد قدرت و چیرگی بر نوجوان مسلط می شود و مایل است تا تمامی وجود او را مالک شود و هنگامه ی تقابل ارزشها و ضد ارزشها فرا می رسد. تقویت جنبه های فطری نوجوان در طریق بیان حکایات اخلاقی، وقایع مستند تاریخی، شناخت فرهنگی ملی و اسلامی، به تصویر کشیدن چهره های ارزشمند عرفان اسلامی و بهره گیری از زبان ارتباطی هنر، می تواند او را در غلبه یافتن بر سرکشهای غرایز و حفظ تعادل، یاری دهد. ۳- گرایش به کمال (کمال گرایی) از زیباترین و با معناترین جلوه های انسانی، جوشش جهت دار وی به تعالی و تکامل است. مرز تفکیک انسان از سایر موجودات، عشق به برترها و برتریهاست که معنای انسانیت را تجلی می بخشد. تحول از پایگاه انسان موجود به قله ی انسان مطلوب، حرکت می آفریند و پویایی به زندگی می بخشد. از این منظر، کمال گرایی، به منزله ی نیاز روحی بشر تلقی می شود. روان شناسان مکتب کمال و در پیشاپیش آنان «آبراهام مازلو» چنین نیازی را «خودشکوفایی» یا تحقق خویشتن نامیده اند؛ آنجا که انسان در مرز بهنجار فراتر می رود و در ویرای آن به محقق ساختن تمامی قابلیتهای درونی می اندیشد. کمال گرایی، به نوجوانان نیز همچون بزرگسالان و حتی بیش از آنان پویایی می بخشد و آرمانی نوین فرا راه زندگیشان می آفریند. خودانگیزی نوجوان و تفسیر و تبیین دقیق مفهوم کمال، گامهای نخستین برای نیل به مقصود است. زیرا هر کس به گونه ای درباره ی آن می اندیشد و تصویر خاصی از آن را در ذهن دارد. مذهب از سرچشمه های اصیل و منابع قابل اتکایی است که می تواند کمال گرایی نوجوان را ارضا کند و برای پرسشهای فطری نوجوان در خصوص ارزشهای اخلاقی و معنوی، دست اندرکار تدوین ساختار ارزشها شود. سلوک اخلاقی انسان را بر شالوده ی مذهب بهتر می توان بنا کرد. استخراج نمونه های بدیع و جذاب از فرهنگ اسلامی در زمینه کمال جویی و استعلا و تدوین آنها در قالبی روان و شیوا، به نحو مطلوب و مؤثری اقناع کننده ی ذهن نوجوانان است. عرفان اسلامی، مظاهر کم نظیر و تکان دهنده ای از کمال جویان را در بر دارد. نوجوان با درک دقیق و تفسیر صحیح کمال گرایی، به نقطه ای می رسد که به بی حاصلی و پوچی بسیاری از آرزوهای بشری واقف می شود، آنگاه با چشم اندازی گسترده از قله ی آگاهی به بستر حرکتهای بشری می نگرد و در تکاپوی روزمره ی زندگی، از استعلا ی روحی غافل نمی ماند. ۴- تحصیل یک فلسفه ی حیاتی روزها فکر من این است و همه شب سخنم که چرا غافل از حال دل خویشتم ز کجا آمده ام، آمدنم بهره بود به کجا می روم آخر، نمایی وطنم پاره ای از صاحب نظران معتقدند که تعدادی از نیازهای اساسی در دوره ی نوجوانی به شدت مطرح می شوند و ارضای فوری و قانع کننده ای می خواهند؛ از جمله ی آنها، یکی نیاز به تحصیل فلسفه حیاتی ارضا کننده است. کودک خردسال با سؤالهای بی شماری دست به گریبان است و درباره ی ماهیت جهان اندیشه های نارسایی دارد، ولی تنها در دوره ی نوجوانی است که او به یک نظر پابرجا و استوار درباره ی معنی و مفهوم حیات معتقد می شود. سؤالهایی که برای نوجوان مطرح است بیشتر مربوط به حقیقت، مذهب و کمال مطلوب است. (۹) درحقیقت نوجوان در این دوره به بازنگری معتقدات و باورهایش می پردازد و آنها را مورد بررسی و نقد قرار می دهد. اعتقادهای او در دوران کودکی، جنبه ی تقلیدی داشت و از اعتقادهای والدین، نشأت می گرفت. لکن نوجوان مصمم است تا نظامی از معتقدات و باورها

را از نو برای خویش به وجود آورد و تکیه گاه زندگی اش قرار دهد. او برای رسیدن به منزلگاه یقین، بناچار از گذرگاه شک و تردید عبور می کند. سؤالهای او بعضاً هاله ای از شک، ناباوری و ابهام همراه است و والدین و بزرگترها را آشفته و نگران می نماید و در برخی موارد همین موضوع، زمینه ی برخوردها و اصطکاکهای درون خانواده را باعث می شود. باید شک نوجوان را آغاز حرکت جدید بدانیم که او را به یقین می رساند. خویشتن داری و آگاهی بخشی دو عنصر اساسی و لازمی هستند که او را از تردیدها می رهند و به سرچشمه ی آرامش و اطمینان که یقین است، می رساند. از تکفیر نوجوان باید خودداری نموده و فرصت لازم را برای بحث و گفتگو در باره ی مسایل اعتقادی اش، به او بدهیم و درعین حال باید به او تفهیم کنیم که: «شک گذرگاه خوبی است ولی منزلگاه خوبی نخواهد بود.» یکی از روان شناسان بر آن است که: فرضیه ی مذهبی نوجوان، همچون چوب بست، شخصیت او را نگه می دارد و در نتیجه این امراض حساس مسئولیت آنها به ایمنی تبدیل می شود. (۱۰) نوجوانی می گفت: من دوست دارم بدانم کجا هستم. ابداً این اعتقاد که جهنمی وجود دارد، مرا نمی ترساند. زیرا می دانم که با رفتار درست می توانم از آن پرهیز کنم و همچنین می دانم که اگر بیشترین کوشش خود را در جهت خوبی هدایت کنم، پاداش بهشت خواهم داشت. من اعتراف کردن را هم دوست دارم. زیرا آن کار مرا از احساس گناه و احساس شدید مسئولیتها رها می سازد. وقتی توبه کردم و پاک شدم، احساس می کنم که می توانم با فکری آسوده و وجدانی آرام به کار خود ادامه دهم. من دوست دارم که احساس کنم مردم عاقلتر و مجربتری بوده و هستند که معیارهایی را برای انسان به وجود آورده اند که طی قرون و اعصار با آن زندگی کرده اند و اگر من به یک تشکیلات مذهبی وابسته باشم که میلیونها مردم در طی قرون بدان ایمان داشته اند، احساس ایمنی بیشتری می کنم.» (۱۱) کسانی که می دانند در کدام جهان زندگی می کنند و آغاز و انجام هستی چگونه است، احساس می کنند تکیه گاه فکری نیرومندی دارند که آنها را در مقابله با فراز و نشیبها حفظ می کند. چون به آنها قدرت تحلیل و تبیین مسایل را می بخشد. آنها در نهایت به قانونمندی هستی دست می یابند و معیاری برای ارزیابی مسایل خواهند داشت. در غیر این صورت، نوجوان احساس معلق بودن در فضا، احساس بی وزنی و نداشتن تعادل لازم می نماید. امیرالمؤمنین علی (ع) در بیانی کوتاه ولی عمیق می فرماید: کسانی که بدانند از کجا آمده اند، در کجا (کدام جهان) زندگی می کنند و به کجا خواهند رفت، مورد رحمت پروردگارند. (۱۲) ساعتی در خود نگر تا کیستی از کجایی و ز چه جایی چستی در جهان بهره چه، عمری زیستی جمع هستی را بزن بر نیستی از حساب تا خبردارت کنم بر این اساس، در حقیقت فلسفه ی حیاتی مورد نیاز نوجوان مشتمل بر سه محور زیر است: ۱- فلسفه ی آفرینش: مبدأ هستی چیست؟ آفرینش چگونه تبیین می شود؟ و آغاز جهان چه بوده است؟ ۲- فلسفه ی زندگی: زندگی برای چه معنا و مقصودی است؟ چرا باید رنج کشید و محتتها را تحمل نمود؟ ۳- فلسفه ی مرگ: چرا باید از این جهان رخت بربست؟ مرگ چگونه چیزی است؟ و پس از مرگ چه خواهد شد؟ و... بررسی دیدگاههای روان شناسان «اشپرانگر» یکی از روان شناسان بلوغ معتقد است که: شکل پذیری هدفها و نقشه های زندگی را در این مرحله نمی توان تنها محدود به انتخاب یک حرفه دانست. بلکه آن، شامل مفهوم کلی یک «فلسفه زندگی» و «توجه به آینده» است. در حالی که کودک، بیشتر در «زمان حال» زندگی می کند، «نوجوان» به سرعت دید زمانی یا زمان فکری خود را به سوی آینده و گذشته (به هر دو سو) گسترش می دهد. او خود را به صورت یک واحد جامع در حال رشد، می نگرد که هر تجربه در او جذب شده، جزیی از واحد کل وجود منحصر به فرد وی می گردد و هر تجربه در تحول آینده ی او، مؤثر واقع می شود. (۱۳) برخی از دست اندرکاران تعلیم و تربیت که نهضت بازگشت به طبیعت را به وجود آوردند، مانند «روسو» معتقدند که «در مرحله ی ۱۵ تا ۲۰ سالگی، علاقه های مذهبی بر نوجوان غلبه دارند.» (۱۴) جالب توجه آن است که حتی روان شناسان بزرگ مادی گرا بعضاً به این تمایلات مذهبی و اخلاقی اذعان نموده اند. «کوچکتکف» و «لاپیک» دو تن از روان شناسان بزرگ روسی هستند. آنها در زمینه ی گرایشهای اخلاقی نوجوانان می گویند: در جوانان احساسات معنوی که متوجه حل مسئله درسی یا علمی است، به موازات احساسات زیبایی شناسی رشد می کند که مربوط به شناسایی هنر، طبیعت و ادبیات

است. (۱۵) مهمترین مقام در این سن، احساسات اخلاقی اشغال می‌کند. «بلر» و «جونز» (۱۶) دو تن از روانشناسان غربی نیز در ادامه ی نظریات قبلی خود می‌نویسد: نوجوان مایل است که از نظر معرفت و شناخت، خلأ موجود در زندگی اش را پر کند. یک فلسفه ی ارضا کننده یا یک دسته عقاید متقن، به او از نظر روانی، امنیت و آرامش فکری می‌دهد. شواهد موجود نشان می‌دهد که در دوره ی نوجوانی، مسایل مربوط به مذهب، احیاناً تغییر دادن آن و همچنین فعالیت‌های اصلی سیاسی به اوج قدرت می‌رسد. (۱۷) زمینه های خانوادگی و تربیتی نوجوان، امکان دست یابی او را به یک کلیت و فلسفه ی جامع که پاسخگوی نیازهای روحی و فکری اش باشد، فراهم می‌نماید و در غیر این صورت نوجوان، دچار خلأ روحی عمیقی خواهد شد؛ به گونه ای که احساس می‌کند، موجودی «پا در هوا» و «بی هویت» است و لذا تحمل چنین وضعی برایش رنج آور خواهد بود. خلأ اعتقادی، نوجوان را به گرایشهای فرهنگی مبتذل، پیوستن به گروهها و «ایسم»هایی دیگر سوق می‌دهد و زمینه ساز برخی از هنجارشکنیهای جامعه از قبیل «پانک» می‌شود. در تحقیقی که تحت عنوان، «بررسی پانک و رفتارهای هنجارشکن» توسط گروه علوم انسانی دفتر مرکزی جهاد دانشگاهی صورت گرفته است به (۱۸) برخی از علل گرایش نوجوان و جوانان به این رفتار هنجارشکن اشاره شده است که در زیر به نقل برخی از دستاوردهای آن می‌پردازیم: آنچه که طی این گزارشها مشخص می‌شود، آن است که اکثر جوانان (جوانان پانک) بدون آگاهی از مفهوم و فلسفه ی پانک به تقلید از آن می‌پردازند. بنابراین مهمترین و اصلیتین گرایش نوجوانان به این گونه پدیده های بی ارزش و (پانک و سایر انحرافات)، خلأ و کمبودی است که دارند و در همین رابطه گم کردن هویت واقعی خویش یا در مواردی بی هویتی، مؤثر است. در طی این گزارشها مصاحبه ای نیز با دکتر احمداحمدی انجام شده است و ایشان معتقدند: بیشتر جوانانی که گرایش به تقلید از غرب پیدا می‌کنند، از خانواده های مسئله دار فاقد معنویت و ایمان برخاسته اند. و در ادامه مصاحبه درباره ی آنچه جوانان را به سوی چنین رفتاری می‌کشاند، بیان داشته اند: ۱- نیاز به داشتن هویت، مشخصات مخصوصی که آنها را از گمنامی بیرون آورد. ۲- نیاز شدید به تعلق داشتن به یک گروه انسانی ۳- یافتن هدف راهی برای رفع بی هدفی در زندگی و در تحلیل داده های کمی این تحقیق که در صفحه ی ۱۸ ذکر شده، آمده است که: دختران هنجارشکن (پانکی) شمال و جنوب شهر تهران، تقریباً از نظر اعتقادات، بسیار کم اعتقاد می‌باشند. چنانچه برخی از خانواده هایی که بار فرهنگی و تربیتی غرب را بر دوش می‌کشند، به «آرمان زدایی» نوجوانان و جوانان خویش، اهتمام نمایند و آنان را از اندیشه و اعتقاد اصیل دینی تهی سازند، در حقیقت چنین نوجوانانی در برخورد با اندیشه ها و افکار مهاجم و ویرانگر، خلع سلاح و بی دفاع می‌شوند و در نهایت فرومی‌ریزند و سقوط می‌کنند. القای معنویت جوانان را طاعت امروز گیر که فردا جوانی نیاید ز پیر فراغ دلت هست و نیروی تن چو میدان فراخ است گویی بز ن قضا روزگاری زمن در ربود که هر روزی از وی شبی قدر بود (۱۹) جوانه های معنویت از سرچشمه ی زلال فطرت سر برمی‌آورند و جوششهای درونی انسان را باعث می‌شوند. در نوجوانی چنانچه تلقین معنویت و اخلاق به خواهشهای فطری پیوند خورد، مظهر یکی از بارزترین ابعاد وجودی فرد که همان بُعد اخلاقی و مذهبی است، می‌شود. باید به نوجوان تفهیم نمود که دل و قلب او پاک و زلال است، محبوب خداست و بیشتر از هر زمان دیگری، به خداوند نزدیک است. در این قحط سال عاطفه و خزان ایمان و جهانی که خلأ هولناک و ژرفی بشریت را تهدید می‌کند و در برهه ای که تحلیل مکانیستی و مادی از هستی، به بن بست رسیده است و «عصر قحطی ایمان» نام گرفته است، ضرورت آشنا نمودن نوجوان با تفسیری معنوی از نظام آفرینش بیش از هر زمان دیگر جلوه گر می‌شود. در حدیث آمده است که پیامبر بزرگوار اسلام (ص) فرمود: فرشته ی الهی هر شب به جوانان بیست ساله ندا می‌دهد: کوشش و جدیت کنید و برای نیل به کمال و سعادت خود مجاهده نمایید. (۲۰) باید نوجوانان را مورد خطاب قرار دهیم که اینک شما مورد عنایت و رحمت خدا هستید چون دلی پاک و قلبی فضیلت خواه دارید و هیچ گروه سنی دیگر تا این اندازه مورد توجه پروردگار نیستند و بار دیگر رسول پاک صلی الله علیه و آله فرمود: من به تمام شما مسلمانان توصیه می‌کنم که نسبت به جوانان با نیکی و نیکوکاری رفتار کنید و شخصیت آنان را گرامی و محترم بدارید. (۲۱) اگر

به نوجوان بقبولانیم که دیدگاه پیامبر اکرم (ص) نسبت به او برخوردار از تکریم و گرامی داشت خاصی است و حتی دیگران موظفند با او به گونه ای خیرخواهانه برخورد نمایند، اینها همه نگرش نوجوان را نسبت به معنویات و اعتقادات مذهبی دگرگون می کند. و دیگر بار، بیان این واقعیت که: محبوبتر از هر چیز نزد خداوند جوانی است که از گناه توبه کند و از پیشگاه الهی طلب آمرزش می نماید. (۲۲) و یا این مطلب که: توبه از گناه، همیشه پسندیده است ولی در سنین جوانی بهتر و پسندیده تر است. (۲۳) چشم اندازهای امیدآفرین و پرتحرکی را درمنظر نوجوان می آفریند؛ به گونه ای که خود را از جذبه ی هواهای نفسانی و ضدارزشها برتر و بالاتر ببیند و خود را درمسیر جاذبه های معنوی و الهی که ریشه در فطرت او دارد، قرار دهد و دامن خویش را از آلودگی منزّه و محفوظ نگه دارد. الگوها و اسوه های ایمان هنگامی که شرح حال یکی از بزرگان را می خوانیم و یا می شنویم، گویی نسیم مفرحی بر ما می وزد و روح ما را به اهتزاز درمی آید، آنچنان که خود را بر فراز قلل کوهستانهای رفیع احساس می کنیم و نسیم فرح بخشی که از دامنه های سرسبز و جویبارهای دور دست می وزد ما را به وجد می آورد و شوق حرکت را در دلمان زنده می کند. الگوها و نمونه های اخلاقی، همیشه نیروی محرکه ی جامعه بوده اند و کاروان بشریت را به هدفهای متعالی و الایی سوق داده اند. به ویژه نوجوانان که همیشه مجذوب قهرمانان و سرمشقه های عالی انسانیت بوده اند، در برابر این جلوه های ارزشمند، بی اختیار می شوند و سر تعظیم فرود می آورند. ۱- اسوه ی الهی قرآن کریم براین نیاز مهم بشر که همانا «نیاز به الگو» است، تأکید فرموده و «رسول الله» صلی الله علیه و آله را بهترین سرمشق بشریت معرفی می نماید. آنجا که می فرماید: و در شخصیت رسول خدا (ص) برای شما الگویی الهی، وجود دارد. (۲۴) و الگوهای محرک نوجوانان به ارزشهای معنوی این گونه باید به آنان ارائه و معرفی شود. اگر شخصیت پرنفوذ رسول خدا (ص) به ویژه در دوران نوجوانی و جوانی ایشان به دانش آموزان معرفی گردد و بر عنصر اخلاقی شخصیت آن رسول گرامی که «محمد امین» لقب یافته بود، تأکید شود و بخصوص این حقیقت برای نوجوانان بیان شود و آن حضرت در نوجوانی به این لقب مفتخر شد، هاله ای از پاکی، قداست و حرکت، نوجوان را به وجد می آورد و شیفته ی رسول الله (ص) و مجذوب شخصیت او می شود. بیان ویژگیهایی چون امانت، پاکی، صداقت، معصومیت و معنویت رسول الله (ص) حتی در سنین نوجوانی و جوانی، نوجوانان را به وجد می آورد و آنان را در راه تحصیل ارزشهای الهی و معنوی برمی انگیزد، نیروهای خفته و استعدادهای را کد آنان را بیدار نموده و به جریان می اندازد. شرح مبارزات و پایمردیهای رسول اکرم (ص) در تمامی دوران زندگانی اش که برای اعتلای کلمه ی حق صورت گرفته است، هر کدام فصل درخشانی را در تاریخ به خود اختصاص داده است و زمینه ی گسترده ای را برای الگوپردازی و اسوه نمایی فراهم می نماید. به ویژه باید به برخوردهای شخصیت ساز آن بزرگوار با نوجوانان و جوانان اشاره نمود و بیان این که رسول الله (ص) تا چه اندازه مقید بود که با نوجوانان و جوانان براساس احترام و شخصیت دادن، مسئولیت سپاری و مشورت خواهی رفتار شود و علاوه بر آن برای نسل نوحاسته تبیین شود که در راه اعتلای اسلام، نسل جوان، بیشترین مساعدت و همراهی را با آن بزرگوار نمودند. روزی رسول اکرم به یکی از یارانش که مأموریت تبلیغ اسلام در یکی از شهرها را عهده دار شده بود، فرمود: مردم آن دیار را در پذیرش اسلام چگونه یافتی؟ آن شخص عرض کرد: همگی سخنانم را شنیدند ولی جوانان و نوجوانانشان گفته هایم را پذیرفته و به اسلام گرویدند، درحالی که بزرگان و سالمندانشان از پذیرفتن آن سر باز زدند و به اسلام نگراییدند. بیان واقعیت تاریخی فوق می تواند، جذبه و شور در نوجوان بیافریند و روح پاک او را به اهتزاز درآورد. ۲- علی (ع)، اولین نوجوان موحد در تاریخ اسلام و سیره ی نبوی آمده است که اولین کسی که از مردان به پیامبر (ص) پیوست، «علی» علیه السلام بود که در آن هنگام ۱۳ سال بیشتر نداشت؛ یعنی در آغاز نوجوانی خود بود. در برهه ای از زمان که بزرگان قریش، اشراف مدینه و پیران قوم، پیامبر را تکذیب کردند و با او به مخالفت برآمدند، یگانه شخصیتی که با صفای باطن و ضمیری بیدار به پیامبر لبیک گفت و به اسلام گرایید، امیرالمؤمنین (ع) بود که در زمان حیات پیامبر (ص) و پس از آن لحظه ای از فداکاری و ایثار در راه اسلام، باز نایستاد و در خطرناکترین نبردها و

حساسترین لحظات در کنار پیامبر بود و در شبی که پیامبر از مکه مهاجرت فرمود، در بستر او خوابید که این به مفهوم رفتن او در کام مرگ بود. ولی او به خاطر مجد و عظمت اسلام همه را به جان پذیرفت. در حقیقت علی (ع)، دوران بلوغ خود را با اسلام آغاز کرد و آیین توحید در تمام وجودش استوار گردید و تا زمان شهادت، لحظه‌ای تردید به خود راه نداد. شرح دلاوریها و قهرمانیهای آن حضرت بخصوص در پیکار با «عمرو بن عبدود» و «مرحب یهودی» و سایر پهلوانان، برای نوجوانی که شیفته‌ی روحیه‌ی حماسی و شجاعت است، در کنار عنصر اخلاص و تقوای آن بزرگوار در برگیرنده‌ی آثار تربیتی بزرگ می‌باشد. ۳- اسماعیل، ذبیح عشق دیگر چهره‌ی حماسه پرداز و تبلور اخلاصی بزرگ در راه اطاعت پروردگار، حضرت «اسماعیل» (ع) است. زمانی که پدر (حضرت ابراهیم) در خواب دید که فرزندش را به مسلخ عشق می‌برد، ماجرا را برای فرزند نوجوان در میان نهاد و آن مظهر صفا و عشق به خدا، با قلت سن اما با کثرت ایمان نهراسید و پای در میدان ارادت نهاد و با پدر این چنین گفت: ای پدر آنچه را که از جانب خدا به آن مأمور شده‌ای، انجام ده. امید است در این راه مرا از صابران بیابی. (۲۵) بیان چنین حادثه‌ای که عناصر ایمان و اخلاص توأم با روحیه‌ی شهادت طلبی در آن به چشم می‌خورد، نوجوانان را مجذوب یکی از استوانه‌های ایمان و عشق به خدا می‌نماید و قلب حساس آنها را متأثر از ارزشهای معنوی و الهی می‌نماید. ۴- یوسف (ع)، مثل اعلا‌ی نفس ستیزی نوجوانی که در پیکار با نفس و شهوات نیرومند، غالباً احساس ضعف و ناتوانی می‌کند، نیازمند الگویی واقعی است که در این معرکه، دامن از آلودگیها رها نیده است و آن سمبل بزرگ نفس ستیزی، «یوسف صدیق» علیه السلام است که در قرآن از او به عنوان یک اسوه‌ی نیرومند و پیروز، یاد شده است. لازم است خانواده‌ها و مربیان، صرف نظر از جنبه‌های تحریک آمیز داستان یوسف و زلیخا، به جنبه‌ی مثبت و ایمان افزای آن، که همانا غالب آمدن یوسف بر یک جاذبه‌ی نیرومند شهوانی است، اشاره نموده و نوجوانان را با این شخصیت برومند الهی آشنا نمایند. ذکر این نکته برای نوجوانان بسیار مؤثر خواهد بود که حضرت یوسف صدیق در سنین جوانی در معرض این امتحان دشوار الهی قرار گرفت و علاوه بر آن، زیبایی و نیرومندی فوق العاده‌ی آن پیامبر صدیق زمینه را برای هر نوع کامیابی فراهم ساخته بود، لکن همگی این عوامل در خدمت ایمان به خدا و حفظ تقوا واقع شدند و او از این ابتلا به سلامت ایمان خارج شد. علاوه بر اینها، اشاره به رمز پیروزی حضرت یوسف صدیق مؤثر و تعیین کننده است. این قهرمان نفس ستیز بزرگ در سه محور به راز موفقیت خود اشاره می‌کند: (۲۶) ۱- پناه بردن به خدا و خود را در حصن حصین و دژ استوار او قرار دادن. ۲- او را پروردگار خود دانستن و در همه حال نظارت او را بر اعمال خود احساس کردن. ۳- این که چون پروردگار من جایگاهم را نیکو داشته است، من هرگز از این جایگاه رفیع معنویت تنزل ننموده و خود را به گناهان نخواهم فروخت. داوود (ع)، قهرمان ۱۳ ساله حکایت مؤثر و عبرت انگیز دیگر که نوجوانان را مجذوب الگوهای راستین و واقعی می‌نماید، داستان حضرت «داوود» علیه السلام است که در پیکاری سهمگین که هیچ کس یارای مبارزه با جالوت را نداشت به نیروی ایمان و شهادت ذاتی و توکل بر خدای، پای در راه مبارزه نهاد و او را از بین برد. خداوند نیز به پاداش این امر بزرگ او را در مقام فرمانروایی و فرزاندگی بخشید. (۲۷) ۶- ذریه با ایمان موسی (ع) در تفسیر آیه‌ی «فما امن لموسی الا ذریه من قومه» (۲۸) آمده است که زمانی که حضرت «موسی بن عمران» به امر الهی قیام کرد و مردم را به آیین حق دعوت نمود، جز جمعی از ذراری و فرزندان آن قوم یعنی کودکان نوجوانان، کسی به وی ایمان نیاورد. (۲۹) ۷- جوانان اصحاب کهف قرآن داستان «اصحاب کهف» را یکی از وقایع و آیات عجیب الهی می‌دانند. (۳۰) آنگاه که این گروه جوان از ایمان خود نگران شدند و برای حفظ ایمان و اعتقاد خود در غار پناه گزیدند، از خداوند درخواست کردند تا رحمتش شامل حال آنان شود و زمینه‌ی رشد و هدایتشان فراهم گردد. قرآن این جوانان را حق گرا و خداپرست معرفی می‌نماید که برای حفظ باور و اعتقاد خود مهاجرت کردن و خداوند الطاف خاص خود را شامل حال آنان نمود. بیان تفصیلی داستان جوانان اصحاب کهف با استفاده از تفاسیر و قصص قرآن، برانگیزاننده‌ی نوجوانان است و قوت و استحکام ایمان آنان را در بر خواهد داشت. زیرا اینها الگوهای راستین و الهی در مصاف با مظاهر و شرک و کفر محسوب می‌شوند. ۸- حضرت علی اکبر (ع) از چهره

های درخشان و بی نظیر حماسه عاشورا، حضرت علی اکبر علیه السلام است که یکی از فصلهای ارزنده ی کربلا را به خود اختصاص می دهد. زمانی که ایشان در بین راه کربلا با حضرت امام حسین (ع) گفتگو می نماید، می پرسد: مگر ما بر حق نیستیم؟ و امام فرمود: چرا فرزندم ما بر حقیم. آنگاه این جوان ۱۸ ساله ای که از ایمان استوار و نیرومند برخوردار است، می گوید: پس ما را از مرگ با کسی نیست. در حقیقت عالیترین جوهر ایمان و اعتقاد راسخ و خلوص در راه مبارزه حق علیه باطل را در این گفتگوی کوتاه می توان یافت. بیان این واقعیت تاریخ ساز، نوجوانان و جوانان را به اهتزاز روحی و برانگیختن اراده و می دارد. سیدبن طاووس رحمه الله علیه در حالات علی اکبر (ع) در روز عاشورا چنین می نویسد: (۳۱) یاران با وفای حسین (ع) با بدنهای چاک چاک بر روی خاک افتاده و به جز اهل بیتش کسی نمانده بود. در آن هنگام فرزندش علی اکبر (ع) که چهره اش از همه مردم زیباتر و اخلاقیتر بود، به سوی پدر آمد و اجازه جنگ خواست. حسین (ع) بدون درنگ اذنش داد، سپس نگاهی مأیوسانه بر اندام او انداخت و بی اختیار قطرات اشک بر صورتش جاری شد و گفت: خداوندا تو شاهد باش که جوانی به سوی این سپاه رفت که از لحاظ اندام اخلاق و سخن گفتن از همه مردم به رسول تو شبیه تر بود و هرگاه ما مشتاق دیدار پیامبر می شدیم به این جوان می نگریستیم. در این هنگام حضرت علی اکبر (ع) به دشمن نزدیک شده و به جنگ پرداخت و زدو خورد سخت و خونین نموده، عده ی زیادی را کشت و سپس به سوی پدر آمد و گفت: ای پدر تشنگی جانم را به لب رسانیده و سنگینی آلات جنگ مرا به تعب انداخته، آیا ممکن است با مقداری آب مرا از تشنگی نجات دهی؟ امام حسین (ع) گریست و فرمود: فرزند عزیزم باز گرد و مختصر جنگی بکن زیرا بسیار نزدیک شده است که جدت محمد (ص) را ملاقات کنی و از دست او جام سرشاری بنوشی که از آن پس هرگز تشنه نشوی. علی اکبر به سوی میدان بازگشت. دست از جان شسته و آماده شهادت شد و حمله ی بسیار شدیدی را آغاز کرد. ناگاه هدف تیری قرار گرفت که از اثر تیر نیروی دفاع از او سلب شد و به روی زمین افتاد و به شهادت رسید. ۹- حضرت قاسم (ع) نوجوان پرافتخاری که با فداکاری و ایثار خود برگ زرینی به کتاب جاودان عاشورا اختصاص داد، حضرت قاسم بن الحسن علیه السلام در شب عاشورا برای یاران و نزدیکانش، سخن می گفت به آنان فرمود که فردا همگی کشته خواهیم شد و به فوز عظیم شهادت می رسیم. مورخین می نویسند: حضرت قاسم (ع) که در گوشه ای نشسته بود و به این سخنان گوش فرا می داد، در حالی که ۱۳ بهار از عمرش بیشتر نگذشته بود به عمومی بزرگوارش (امام حسین علیه السلام) گفت: عمو جان آیا من هم جزو شهیدان هستم؟ امام (ع) فرمود: فرزند برادرم، مرگ در نزد تو چگونه است؟ و حضرت قاسم (ع) گفت: مرگ برایم از عسل شیرین تر است. یکی از مورخین می نویسد: (۳۲) جوانی به سوی میدان آمد که صورتش مانند پاره ماه بود و به جنگ مشغول شد. یکی از دشمنان شمشیری بر سرش زد و سر او را شکافت و به صورت روی زمین افتاد و فریاد زد: ای عمو، مرا دریاب. امام حسین (ع) مانند باز شکاری وارد میدان شد و چون شیر غضبناک بر آن سپاه حمله کرد و خود را به حضرت قاسم (ع) رساند و او را به سینه ی خود چسباند و در میان شهدای اهل بیت خود برد و بر زمین نهاد. شهادت حضرت قاسم، الگوی بزرگی برای نوجوانان و جوانان، به تاریخ ارائه کرد. ۱۰- مُصعب بن عمیر، سفیر نوجوان پیامبر (ص) زمانی که برخی از بزرگان مدینه به نامه‌های «اسعد بن زرار» و «ذکران بن عبدقیس» به محضر پیامبر (ص) آمدند و از آن بزرگوار درخواست کردند که کسی را به نمایندگی خود با آنها به مدینه بفرستد تا آنها را با قرآن و اسلام آشنا نماید، پیامبر، «مصعب» را که نوجوانی پرشور و با نیروی ایمان فوق العاده بود با آنها به مدینه فرستاد و مردم را به شدت تحت تأثیر قرار داد و در این راه افتخارات درخشانی نصیبش گردید و علاوه بر حضور در جنگ بدر در رکاب پیامبر، در جنگ احد نیز پرچمدار مخصوص پیامبر بود و در همین جنگ به درجه شهادت رسید. (۳۳) ۱۱- عتاب بن اسید، والی جوان مکه پس از فتح مکه، رسول اکرم (ص) «عتاب بن اسید» را والی مکه قرار داد که در این روز سنش ۲۱ سال بود. پیامبر فرمود که با مردم نماز بگذار و او اولین امیری بود که پس از فتح، در مکه اقامه ی نماز جماعت کرد و رسول الله (ص) فرمود: «اگر بین مسلمین کسی را از تو شایسته تر می شناختم حتماً این مقام را به وی محول می کردم.» (۳۴) ۱۲- اسامه بن زید، فرمانده ی

نوجوان مسلمان نوجوانی که در جنگ مسلمان با کشور نیرومند روم، به مقام فرماندهی سپاه مسلمان رسید در حالی که سنش فقط ۱۸ سال بود و این موضوع در تاریخ نظامی جهان اگر نگوییم بی نظیر است، لااقل کم نظیر است. (۳۵) ۱۳-حسین فهمیده، نوجوان ۱۳ ساله ی انقلاب اسلامی رهبر ما آن نوجوان ۱۳ ساله ای است که خودش را زیر تانک دشمن انداخت. (۳۶) «حسین فهمیده» و دیگر فهمیده های نوجوان، در تاریخ انقلاب اسلامی و دفاع مقدس هشت ساله، ماقم والایی را به خود اختصاص داده اند. آنان، با شگفتیهایی که آفریدند، دنیا را به قبول این واقعیت وادار کردند که تنها نیروی سلاح تعیین کننده نیست، بلکه نیروی ایمان نوجوانان انقلاب اسلامی است که سلاح مدرن و پیچیده ی دشمن را از کار می اندازد. امید است زندگینامه ی مشروح این الگوهای اخلاص و استوانه های ایمان، به طور مستند و تفصیلی نوشته شود و در اختیار میهن اسلامی و سایر نوجوانان با ایمان کشورهای اسلامی و آسیایی و آفریقایی که ندای اسلام انقلابی در آنها طنین انداز شده است، قرار گیرد تا ایمان و معنویت را به آنان تلقین و ارائه نماید. پی نوشت: ۱-خلاصه ای از نامه های تعدادی از دانش آموزان شهرستان ساری. ۲-حضرت رسول اکرم (ص) الحدیث، جلد ۱، ص ۳۴۹. ۳-بخشی از نامه امام علی (ع) به فرزندش امام مجتبی (ع) نهج البلاغه، بخشی از نامه شماره ۳۱. ۴-الحدیث، جلد ۱، ص ۳۴۹. ۵-بلوغ؛ موریس دبس، ترجمه حسن صفاری، ص ۱۱۶. ۶-سیری در بلوغ؛ دوریس اودلوم، ص ۱۴۹. ۷-زننده ی بیدار؛ ابن طفیل، ترجمه بدیع الزمان فروزانفر، بنگاه ترجمه و نشر کتاب، سال ۱۲۲۴. ۸-سه مقاله؛ تانه گر دوکه نه تن، ترجمه مهندس بیانی، شرکت سهامی انتشار صص ۷ و ۸. ۹-روانشناسی نوجوانی؛ «بلر» و «جونز» ترجمه رضا شاپوریان. ۱۰-سیری در بلوغ؛ دوریس اودلوم، ص ۱۴۵. ۱۱-همان منبع، ص ۱۴۵. ۱۲-رَجَمَ اللَّهُ إِمْرَأً عَلِمَ مِنْ آيِنٍ وَ فِي آيِنٍ وَ إِلِي آيِنٍ. ۱۳-نظریه های بنیادی درباره ی نوجوانی، ص ۱۱۰ و ۱۱۱. ۱۴-تاریخ فلسفه تربیتی؛ فردریک مایر، ترجمه علی اصغر فیاض. ۱۵-روان شناسی و تربیت جنسی؛ کوچتکف و لاپیک، ترجمه محمدتقی زاده، ص ۱۷۶. ۱۶-۱۷-۱۸-Glenn Blair, Jones-روانشناسی نوجوانی «بلر» و «جونز»، ترجمه رضا شاپوریان، ص ۹۳. ۱۸-این تحقیق در زمینه ریشه یابی ناهنجاریهای اجتماعی، پدیده ی پانک و تحلیلی پیرامون چگونگی تکوین و رشد آن می باشد. ۱۹-سعدی. ۲۰-الحدیث، جلد ۱، ص ۳۵۳. ۲۱-همان منبع، ص ۳۴۹. ۲۲-همان منبع، ص ۳۵۵. ۲۳-همان منبع، ص ۳۵۵. ۲۴-سوره احزاب، آیه ۲۱. ۲۵-سوره صفات، آیه ۱۰۲. ۲۶-سوره یوسف، آیه ۲۳. ۲۷-سوره بقره، آیه ۲۵۱. ۲۸-سوره یونس، قسمتی از آیه ۸۳. ۲۹-الحدیث، جلد ۱، ص ۳۴۹. ۳۰-سوره کهف، آیه ۹. ۳۱-زندگانی اباعبدالله الحسین، سیدبن طاوس، ترجمه سید محمدصفحی، ص ۱۲۶. ۳۲-همان منبع، ص ۱۲۹. ۳۳-الحدیث، جلد ۱، ص ۳۴۴. ۳۴-همان منبع، ص ۳۴۵. ۳۵-همان منبع، ص ۳۴۷. ۳۶-امام خمینی رحمه الله علیه.

نوجوان و تکلیف

فرزندم روز بلوغ (شرعی) خود را به خاطر بسیار و آن روز را عید، بلکه بزرگترین عید خود در تمام زندگی قرار ده. (۱) بلوغ و تکلیف یکی از جلوه های بلوغ، بلوغ شرعی است که در دختران، ۹ سال تمام و در پسران، ۱۵ سال قمری تمام می باشد. اصطلاحاً این نوع بلوغ را «تکلیف» هم می گویند، اکنون باید تفاوت آنچه را که به نام بلوغ جنسی و بلوغ شرعی (تکلیف) معرف است، مشخص نمود. قبلاً اشاره ای داشتیم که بلوغ جنسی در دختران حوالی ۱۳/۵-۱۴/۵ سالگی و در پسران حوالی ۱۳/۵-۱۴/۵ سالگی واقع می شود. حال آن که بلوغ شرعی (تکلیف) در دختران در ۹ سالگی و در پسران در ۱۵ سالگی مقرر شده است. از نظر اسلام، کیفیت و نشانه های بلوغ به صورتهای گوناگون مطرح شده است، از جمله در روایت زیر این موضوع به چشم می خورد: افراد صغیر در اموال خود ممنوعند تا وقتی که به حد بلوغ و رشد برسند. (۲) بلوغ به سه نشانه شناخته می شود: اول: رویدن موهای خشن بالای عورت. دوم: خروج منی در پسران و شروع عادت ماهانه در دختران. سوم: رسیدن به ۱۵ سال کامل برای پسر و ۹ سال کامل برای دختر. (۳) جنسیت سن بلوغ جنسی (حوالی) سن بلوغ شرعی (تکلیف) تفاوت بر حسب سال (حوالی) نتیجه دختر ۵/۱۲ تا ۵/۱۳ ۵/۳ تا ۵/۴

بلوغ شرعی، قبل از بلوغ جنسی واقع می‌شود پسر ۵/۱۳ تا ۵/۱۴ ۱۵ ۵/۰ تا ۵/۱ بلوغ شرعی، تقریباً بعد از بلوغ جنسی واقع می‌شود مفهوم تکلیف تکلیف در اصطلاح لغوی، از ریشه ی «کلفت» به معنای سختی و دشواری می‌آید و غرض این است که نوجوان با نایل شدن به این مرحله از زندگی، خود را پذیرای اعمال و افعالی نماید که در شرع، فرایض و واجبات نام گرفته‌اند و قبل از این مرحله و در سنین کودکی، موظف به انجام آنها نبوده است. این که چرا به این مجموعه از اعمال و عبادات، تکلیف اطلاق می‌شود، نکته ای است که باید ریشه ی آن را در طبیعت انسان جستجو نمود. طبیعت انسان آمیخته با نوعی تساهل و تسامح است. به گونه ای که عنصر راحت طلبی و آسان گرایی در وجود او از چیرگی و قدرتی خاص برخوردار است. در حالی که عبادات و فرایض، با نوعی زحمت و درموردی با سختی و مشقت همراه است و انجام آنها مستلزم غلبه بر طبع آسان گرای انسان می‌باشد. انسان باید با بهره گیری از نیروی اراده بر جاذبه های طبیعت خویش، فایق گردد تا موفق به انجام تمامی فرایض شود. به عنوان مثال، روزه، فریضه ای الهی است، ولی هم جهت طبیعت مادی انسان نیست؛ طبیعت انسان اقتضا دارد که در مواقع گرسنگی چیزی بخورد و در زمان تشنگی بیاشامد و نیازهای غریزی را به محض تحریک، ارضا نماید. لکن در ماه مبارک رمضان، تمامی اینها تحت الشعاع اوامر الهی قرار می‌گیرد و خویشتن داری بر ضد خویشتن خواهی، برانگیخته می‌شود و از این قبیل فرایض دیگری همچون حج، جهاد، امر به معروف و نهی از منکر و امثالهم هستند که در تمامی اینها باید از نیروی ارادی و مدد الهی بهره گرفت و در مسیر رضای حق حرکت کرد و این تبلور آن چیزی است که تکلیف گفته می‌شود. برای نوجوانی که از دوران ساده و بی مسئولیت کودکی قدم به دنیای جدیدی نهاده و اراده اش هنوز پرورش نیافته است، ضروری است او را از دوران کودکی با ملایمت و محبت، با این امور آشنا کرد و زمینه های ورود او را به این مرحله ی مهم و حساس به خوبی مهیا نمود و پس از آن در بدو تکلیف او را با آگاهی کامل توأم با رفق به وظایفش مأنوس نمود با تقویت اراده نوجوان را برای عمل به آنها برانگیخت. محاسبه ی سن تکلیف نظر به این که مبدأ محاسبه ی سن تکلیف، آغاز تولد فرد می‌باشد و تولد نوجوانان، کاملاً با یکدیگر از حیث ماه و روز متفاوت است، لذا برای اطمینان کامل اولیا و مربیان لازم است به نکات زیر عنایت شود: برای دختران با توجه به ۹ سال قمری تمام، باید به این گونه عمل نمود. چون تفاوت سال شمسی و سال قمری حدوداً ۱۱ روز است، لذا به روش زیر محاسبه می‌شود: اختلاف سال شمسی و قمری بر حسب روز = روزهای تفاوت سال شمسی و قمری × سال قمری بلوغ یعنی: $9 \times 11 = 99$ برای اطمینان بیشتر با محاسبه ی سال کیسه = 5 روز در نتیجه: روز ماه سال شمسی روز سال کیسه روز سال شمسی $9 - 104 = 8$ و 8 و 8 سن تکلیف دختران بر اساس تقویم شمسی لذا برای اطلاع دقیق والدین و اولیا در مورد دختران، می‌توان فرمول مذکور را در نظر گرفت و در مورد پسران نیز به قرار زیر عمل نمود: اختلاف سال شمسی و قمری بر حسب روز = روزهای تفاوت سال شمسی و قمری × سال قمری بلوغ یعنی: $9 \times 11 = 99$ برای اطمینان بیشتر با محاسبه ی سال کیسه = 5 روز در نتیجه: روز ماه سال شمسی روز سال کیسه روز سال شمسی 8 و 8 و 8 سن تکلیف دختران بر اساس تقویم شمسی به این ترتیب با اطلاع از سن شناسنامه ای (شمسی) می‌توان دقیقاً روز و ماه و سال بلوغ شرعی (سن تکلیف) دختران و پسران را محاسبه نمود تا از حیث انجام وظایف شرعی که بسیار مهم و حساس است، کوچکترین وقفه و یا خللی وارد نشود و اهمیت دادن به آن هم در نظر نوجوان و هم در رابطه با اولیا و اطرافیان وی تأثیر به سزایی دارد. مسایل شرعی و احکامی که در هر مقطع باید نوجوانان بدانند با در نظر گرفتن این که نوجوانان دختر و پسر در سنین متفاوتی به بلوغ شرعی می‌رسند و اطلاع از احکام دین برای آنان واجب محسوب می‌شود، لذا برای هر مقطع تحصیلی و با توجه به جنسیت نوجوانان، پیشنهاد می‌شود اولیا و مربیان، این نوع احکام و مسایل را که اطلاع از آنها برای هر نوجوانی لازم است، با شیوه ی مطلوب و صحیحی به نوجوانان بیاموزند. مرحله ی اول: مقطع ابتدایی، مخصوص دختران نظر به این که دختران در سن ۹ سالگی مکلف به انجام تکالیف الهی می‌شوند و در این سن ایشان در مقطع ابتدایی تحصیل می‌کنند، لازم است طرح مسایل به طور خلاصه و در قالب عبارات ساده و قابل فهم برای دانش آموز و متناسب با مقطع تحصیلی او باشد که موارد مهم عبارتند از: ۱-

مباحث مربوط به دوران بلوغ و علایم آن و مسئله تقلید ۲- احکام طهارت (بدن ذکر مستحبات و مکروهات) ۳- خلاصه ای از احکام نجاسات و اقسام آن ۴- خلاصه ای از احکام غسل و اقسام آن ۵- احکام وضو (بدون ذکر مستحبات و مکروهات با استفاده از تصاویر) ۶- احکام تیمم در حد ضرورت (با استفاده از تصاویر) ۷- خلاصه ای از احکام نماز با ذکر تصاویر، مخصوصاً نماز جماعت در مدارس و کیفیت آن، اقسام نماز، مخصوصاً نمازهایی که بر مکلف واجب می شود با شرایط آن، مثل نماز آیات. ۸- خلاصه ای از مسایل مربوط به روزه ۹- مسایل مربوط به حجاب و پوشش با استفاده از تصاویر ۱۰- خلاصه ای از مسایل مربوط به محارم ۱۱- خلاصه ای از مسایل مربوط به امانت تلقی کردن اشیاء و چیزهایی که انسان پیدا می کند، تقلب نکردن در دروس و امتحان، خراب نکردن اشیاء و وسایل شخصی و اشیاء و وسایل مربوط به مدرسه، بیان حرمت مسخره کردن و دشنام دادن ۱۲- خلاصه ای از احکام خوردنیها و آشامیدنیها، مخصوص آداب سفره و غذا خوردن ۱۳- مسایل مربوط به وظایف فرزندان نسبت به پدر و مادر و دانش آموزان نسبت به معلم و بزرگترها ۱۴- خلاصه ای از مسایل مربوط به امر به معروف و نهی از منکر ۱۵- خلاصه ای از مسایل مربوط به تولی و تبری ۱۶- رعایت بهداشت فردی در حد کافی ۱۷- اهمیت مسواک زدن تذکر: غیر از مسایل مربوط به حجاب و پوشش، بقیه ی مسایل که در قسمت دختران بیان شد برای پسران نیز آورده می شود. مرحله دوم: مقطع راهنمایی، مخصوص پسران نظر به این که در این مقطع معمولاً به سن تکلیف و رشد می رسند، لذا در این دوره علاوه بر مسایل دوره ی ابتدایی به طور گسترده تر احکام زیر بیان می شود: ۱- تقلید و احکام آن با ذکر خصوصیات دوران غیبت و ضرورت پیروی از فقیه جامع الشرایط ۲- مسایل مربوط به احکام نگاه کردن به محارم به صورت گسترده تر ۳- مسایل مربوط به ولایت و ولایت فقیه به طور اجمالی ۴- خلاصه ای از اقسام حیوانات حلال گوشت با تصاویر و طریقه ی شناختن آنها مرحله ی دوم: مقطع راهنمایی، مخصوص دختران تمامی مسایل که در مقطع ابتدایی برای دختران ذکر گردید، در مقطع راهنمایی به صورت گسترده تر بیان می شود؛ به علاوه، مسایل زیر مطرح خواهد شد: ۱- احکام مربوط به عادت ماهانه و اقسام غسلهای مربوط به آن ۲- ذکر پاره ای از علت‌های تشریح بعضی از احکام که در آیات و روایات شریفه آمده است ۳- علاوه بر حجاب، مسایل مربوط به پوشش زنان در اسلام و ذکر بعضی از خصوصیات احکام آن ۴- خلاصه ای از مطالب مربوط به حیوانات حرام گوشت و حلال گوشت مرحله ی سوم: مقطع دبیرستان، مخصوص پسران تمامی احکامی که در دوره ی ابتدایی و راهنمایی طرح شده است، در این دوره به صورت گسترده تری طرح می شود به علاوه مسایل مربوط به مباحث زیر نیز مطرح خواهد شد: ۱- معاملات و اقسام آن از نظر حرمت و اباحه ۲- بعضی از مسایل مربوط به نکاح، توضیح آمادگی لازم جهت پذیرش مسئولیت خانوادگی و وظایف خطیر تشکیل خانواده ۳- ذکر اصطلاحات رساله ی عملیه، جهت سهولت در فهم احکام؛ مثل واجب، حرام، مستحب، مکروه و بعضی اصطلاحات ضروری دیگر ۴- مسایل مربوط به جهاد و دفاع ۵- احکام عاریه ۶- عهد و نذر و قسم ۷- بیمه ۸- نماز جمعه ۹- احکام ضمان ۱۰- دیات و مطرح کردن دعوایی که ممکن است بین دانش آموزان ایجاد شود و جراحات و زخم بر یکدیگر وارد کنند که موجب دیه می شود و بر حذر داشتن آنها از ضرب و شتم یکدیگر ۱۱- استفاده از عطریات و ادکلن و احکام آن و مسایل جدید ۱۲- صلح و رحم و فتوهای جدید امام (رحمه الله) و یا سایر مراجع معظم در این مورد ۱۳- ذکر مسایل مربوط به کوتاه کردن محاسن ۱۴- ذکر مسایل مربوط به سیگار کشیدن و اعتیاد به مواد مخدر و ذکر نتایج تحقیقات علمی در ایران برای پیشگیری ۱۵- آداب و خواص نماز جماعت ۱۶- رعایت قوانین و مقررات راهنمایی و رانندگی و دیگر مقررات اجتماعی صادره از سوی دولت جمهوری اسلامی ایران ۱۷- اشاره به بعضی از گناهان کبیره مربوط به سنین نوجوانی و پایین تر از آن ۱۸- نحوه برخورد با اقلیتهای مذهبی از جمله حق فرزندت این است که او را به خداوند بزرگ راهنمایی کنی و در اطاعت و بندگی پروردگار، یاری اش نمایی. (۴) فرزندم محمد، روز بلوغ خود را به خاطر بسپار و آن را برای همیشه گرامی بدار و هر سال در چنین روزی، در راه خدا صدقه بده، اطعام کن و شکر خدای را به جای آور که به تو توفیق بزرگ تشریف به بار گاهش را عنایت فرموده است. (۵) جشن تکلیف (عبادت) چگونه می توان روز مهم بلوغ شرعی را برای همیشه در

ذهن و باور نوجوان جاودانه ساخت؟ بیشتر دست اندکاران تعلیم و تربیت اسلامی معتقدند که اگر بتوانیم روزهای مهم و تعیین کننده ای چون بلوغ (شرعی) را برای همیشه در خاطر نوجوان زنده نگهداریم، تا حدود زیادی می توانیم به آینده ی اخلاقی و معنوی او امیدوار باشیم و این در گرو ارزشگزاری و عظمت آفرینی برای روز تکلیف است. جشن تکلیف (عبادت)، پاسخی شایسته و مکفی به چنین نیاز و خواسته ی تربیتی است. خوشبختانه به مددالهی در سالهای پس از پیروزی انقلاب اسلامی، فرصتهای ارزشمند و ارزنده ای برای تحقق احکام اسلام، از جمله توجیه جشن تکلیف (عبادت) فراهم شده است و در برخی از مدارس ابتدایی دخترانه و در تعدادی از خانواده های معتقد و مؤمن، این مهم به مرحله ی عمل درآمده است. در مورد ایام الله و مناسبتهای تاریخی و اسلامی نیز این فلسفه صادق است. برای عظمت آفرینی و نقش پذیری روزهای بزرگ در اندیشه ی نسل نوجوان و جوان، باید آن ایام را گرامی داشت و با برپایی مراسم ویژه، رنگ کهنگی را از آنها زدود و صبغه ی جاودانگی به آنها داد، اگرچه آنها از صبغه ی الهی برخوردارند، لکن این وظیفه انسانهاست که در جهت تعمیق و توسعه ی این ارزشهای اسلامی و الهی بکوشند تا خاطره ی آنها را برای همیشه زنده نگهدارند. تلاش بزرگان و پیشوایان بر حفظ اعیادی بزرگ همچون «غدیر»، «قربان» و «فطر» و ولادتهای معنوی و نورانی آن مصلحان معصوم و نیز گرامیداشت حماسه های بزرگی از قبیل «عاشورا»، «رمضان»، «هجرت»ها و فتوحات بزرگ، بر این فلسفه عمیق مبتنی است. همچنان که آن بزرگ رهبر فقید انقلاب حضرت امام خمینی (قدس سره) نیز بارها به تکریم و بزرگداشت «۱۵ خرداد»ها و «۲۲ بهمن»ها تأکید فرموده اند و آن را مایه حفظ و بقای انقلاب و نظام اسلامی برشمرده اند. جشن تکلیف (عبادت) نیز متأثر از چنین روح معنوی و فلسفه ی محکم و متین الهی است که اگر بتواند با حفظ این اصل برگزار شود، مقصود حاصل خواهد شد. نکات ضروری مربوط به جشن تکلیف (عبادت) اینک به ذکر نکاتی می پردازیم که در برپایی این جشن و مناسبت مهم و ارزنده، می تواند مؤثر واقع شود: ۱- در جشن تکلیف بهتر است روح سادگی و اسلامی حفظ شود و از هر گونه تشریفات زاید و تجملاتی که در جشن تولدها و یا مناسبتهای دیگر که مرسوم است، خودداری شود. ۲- با استفاده از لباس سفید و تمیز برای چنین روزی، بخصوص برای دختران همراه با مقنعه ی سفید و احیاناً چادر سفید، در جهت جاودانگی روز تکلیف، تأثیر بسیار خوبی خواهد داشت؛ علاوه بر آن در روایات و احادیث اسلامی، به استفاده از لباس سفید و تمیز برای عبادت توصیه ی فراوانی شده است. حتی در سفارشات مرحوم عالم ربانی «سید بن طاووس» به فرزندش «محمد» آمده است که: فرزندم برای چنین روزی جامه ی سفید و تمیزی بر تن کن و خود را برای عبادت پروردگار مهیا ساز. ۳- هدیه دادن به نوجوان در تثبیت این روز مهم، عملی ارزنده است. حتی در روابط انسانی میان مؤمنین و اعضای خانواده نیز توصیه شده است که به یکدیگر هدیه بدهید تا محبتها بیشتر شود. لکن باید دقت نمود که هدایا صرفاً در جهت مصرف گرایی و تجمل پرستی نباشد، بلکه به نحوی در برگرفته ی روح اسلامی و عبادی باشد؛ مثلاً اهدای کتب مفید و خواندنی، داستانهای اخلاقی و اجتماعی، شرح حال و سیره ی انسانهای بزرگ و خودساخته، کارها و بازیهای فکری و از این قبیل، می تواند تأثیر مثبت و سازنده ای در نوجوان به وجود آورد. اطلاع اولیا و مربیان از کتب سالم و مفید و مورد اعتماد که متناسب با سن مخاطبان کتابها باشد و مشورت با کارشناسان مسایل کتاب و کتابخانه، می تواند بسیار مفید واقع شود. چنانچه والدین و اولیا احساس کردند که نوجوان به جهت علایق دنیوی، به هدایای گرانقیمت بیش از حد اعتدال علاقمند شده است و روح مصرف و دنیاگرایی در او تقویت شده است، با آگاهی بخشیدن به وی و گفتگوهای سازنده ی اخلاقی، او را متوجه ارزش فکری و معنوی هدیه نمایند تا تعادل لازم در او به وجود آید. برخی از نوجوانان، تمایل دارند که اطرافیان و بستگان خود را بر حسب ارزش مادی هدیه ی آنان ارزیابی کنند و این امر در صورتی که کنترل نشود، بعدها در شخصیت اخلاقی و اجتماعی نوجوان، آثار سویی برجای خواهد گذاشت. ۴- تهیه و تدارک مجموعه ای از وسایل رشد معنوی برای نوجوان می تواند خاطره ای فراموش نشدنی به ارمغان بیاورد. این امر که به ذوق و سلیقه ی خاص اولیا و مربیان بستگی دارد، در برخی از خانواده ها و مدارس انجام گرفته است؛ مثلاً برای پسران آماده نمودن جانماز مرتب و نو همراه سجاده ی مناسب و شیشیه

ی کوچکی از عطر خوب و تسیح و برای دختران، چادر نماز و مقنعه ی سفید و متناسب، به همراه یک جلد کلام الله مجید و یک جلد کتاب دعا که همگی نو و با سلیقه تهیه شده باشد و اهدای آنها به نوجوان، تأثیری به سزا در روحيات او خواهد داشت و اولین ارتباط رسمی و جدی او را با خدا، در هاله ای از نورانیت و عطر دل انگیز معنویت قرار خواهد داد و برای همیشه در اندیشه و قلب او جاودان خواهد ساخت. ۵- اگر این جشن در منزل، توسط خانواده صورت می گیرد، بهتر است با دعوت از همسالان و همکلاسه‌های نوجوان، همچنین بستگان، دوستان و خانواده هایی که تناسب لازم را با این فضای اخلاقی و معنوی دارند، تأثیر گذاری این جشن را افزایش داد و علاوه بر آن خاطره ی با عظمت از رسم خداپسندانه را در شخصیت و روحیه ی همسالان و دوستان نوجوان، زنده نگه داشت که در عین حال، نوجوان مکلف نیز توسط دوستان و حضور آنان مورد تشویق مناسب قرار می گیرد. ۶- چنانچه این جشن در مدرسه و به صورت کلاسی و جمعی انجام می گیرد، به ویژه در مدرسه ی دخترانه که معمولاً دانش آموزان در کلاسهای سوم دبستان به حد تکلیف شرعی می رسند، لازم است که آنان را در جشن مدرسه شرکت دهند و حضور تمامی معلمان، مربیان پرورشی، کادر مدرسه و بخصوص خانواده های دانش آموزان کلاس سوم (در صورت امکان)، نیز می تواند به اهمیت و تکریم چنین روز بزرگی بیفزاید. ۷- حضور فردی آگاه و واجد شرایط، به عنوان سخنران در این جشن یقیناً می تواند در جهت توجیه اهداف والای جشن و انگیزه ی برگزاری آن که از روح قداست و معنویت برخوردار است، سازنده باشد. لازم است چنین فردی با جملات و کلماتی بسیار روان و ساده و با ذکر حکایاتی شیرین و دلچسب، با زبان خاص خود آنان سخن گوید. بدیهی است که با در نظر گرفتن شرایط نوجوانان، مجلس جشن و خستگی ناپذیری آنان، این سخنرانی نباید طولانی و خسته کننده باشد، بلکه به صورتی جاذب و مختصر و مفید و حداکثر به مدت ۲۰-۳۰ دقیقه انجام شود. ۸- در مدارسی که جشن تکلیف برگزار می شود و در برخی از منازل، حتی الامکان می توان با ذوق و سلیقه ی خاصی، فضای معنوی و روحانی مناسبی ایجاد نمود؛ مثلاً با تعدادی شمع روشن، آوای دلنشین قرآن، استفاده از مقواهای رنگی که شعارهای جالبی همچون «روز تولد معنوی تو را تبریک می گویم» و یا «این جشن بزرگ تکلیف بر شما مبارک باد»، «روز پیوستن تو را به صف موحدان تبریک می گویم»، «روز راه یافتن تو را به بارگاه ملکوتی خداوند گرامی می داریم»، «ورود با شکوهت به محضر خداوند بزرگ مشرف باد» و غیره می توان بر شکوه و عظمت این جشن افزود. ۹- بهتر است دانش آموزان بی بضاعت، قبلاً توسط انجمن اولیا و مربیان مدرسه، شناسایی شوند و روز بلوغ (تکلیف) آنان از پیش مشخص شود و هدایای مناسبی نیز برای چنین روزی در نظر گرفته شود، آنگاه به گونه ای که عزت نفس آنان و خانواده شان جریحه دار نشود، با رعایت موازین اخلاقی، به آنان اهدا شود تا در مقایسه با نوجوانان طبقه ی متوسط، خوب و یا مرفه، احساس حقارت و فاصله نمایند. این امری است که حتماً باید با ظرافت و احتیاط کامل صورت گیرد. ۱۰- در زمینه ی آشنا نمودن نوجوانان با بلوغ شرعی (تکلیف) بهتر است قدری در مورد مراحل مختلف زندگی، سالهای کودکی، اهمیت بزرگ شدن و به مراحل رشد عقلی و جسمی رسیدن و به ویژه دوره ی بلوغ که حد فاصل بین کودکی و جوانی است، با زبان ساده توضیح داده شود تا اهمیت و عظمت دوره ای را که در آن قرار گرفته اند به خوبی درک کنند و آن را همچون گوهری گرانبها و بی نظیر در تمامی مراحل زندگی خود حفظ نمایند و ارج نهند. ۱۱- برای تعظیم شعایر و تعمیق ارزشهای اسلامی، بهتر است در این جشن، ویژگیهای شخصیت قرآنی مورد تحسین و تشویق قرار گیرد؛ به عنوان مثال از دانش آموزانی که بخشی از قرآن و تعدادی از احادیث و یا روایات و یا اسامی سوره های قرآن را حفظ کرده اند و یا این که احکام، اصول و فروغ اسلام را به سبک نثر یا نظم فرا گرفته اند، دعوت شود تا با ارائه آنچه از شرع مقدس می دانند و به سبک جالبی ارائه می دهند، الگوهایی از همسالان خود به نوجوانان تازه مکلف ارائه دهند. ۱۲- در جهت معنویت بیشتر این روز، چنانچه به نوجوان غسل را تعلیم دهیم و از او بخواهیم که قبل از ورود به جشن بلوغ (تکلیف) غسل کند تا زمینه های تقرب بیشتر او به خدا فراهم شود تأثیر بسزایی در جنبه های روحی و معنوی او خواهد داشت. ۱۳- اگر برای مدرسه و یا خانواده مقدور باشد که بخشی از این مراسم در جوار مرقد مطهریکی از بزرگان از قبیل

حرم حضرت امام رضا (ع)، حرم حضرت معصومه (س)، حرم حضرت عبدالعظیم و یا مرقد مطهر حضرت امام خمینی (قدس سره) انجام گیرد، بر تأثیر بخشی و نفوذ این مراسم در دل و قلب و اندیشه‌ی نوجوان خواهد افزود و اگر در صورتی که به هیچ عنوان مقدور نباشد، از فضای یکی از مساجد و یا حسینیه‌های واجد امکانات و با هماهنگی‌های قبلی و رعایت همه‌ی جوانب استفاده شود که به مراتب اثرات نافذتر و راسختری ایجاد خواهد کرد. ۱۴-تنظیم دعوتنامه‌ی مناسب همراه با جزوه‌های مختصر و مفید در زمینه‌ی «جشن تکلیف» برای والدین و ارسال آن به منازل، در جهت توجیه خانواده‌ها و هماهنگی آنان با مدرسه در برپایی هرچه بهتر و مؤثرتر این مراسم بسیار مناسب خواهد بود. (۶) پی‌نوشت‌ها: ۱-سیدبن طاووس ۲-الحدیث؛ جلد ۱، ص ۲۲۸. ۳-همان. ۴-امام سجاد (ع) رساله‌الحقوق (راه و رسم زندگی از نظر امام سجاد)؛ ص ۱۲۳، حق ۲۴. ۵-(سیدبن طاووس) برنامه‌ی سعادت؛ سیدبن طاووس، ص ۱۱۲. ۶-در این زمینه جزوه‌ای از سوی امور تربیتی استان تهران تهیه و تدوین گردیده است که می‌توان برای اطلاع بیشتر به آن رجوع نمود.

ویژگیهای دوران نوجوانی

تعریف نوجوانی از نظر دایره‌المعارف بریتانیکا نوجوانی اغلب به عنوان دوره‌ای بین بچگی و بزرگسالی تعریف می‌شود. گرچه، بعضی از مؤلفین، نوجوانی را مساوی بلوغ جنسی و دوره‌ی تغییرات فیزیکی که اوج آن در تکامل و رسیدگی در تولید مثل است، می‌دانند، ولی اغلب، نوجوانی با مفاهیم روانی و اجتماعی تعریف می‌شود؛ مثلاً- شروع آن، با بلوغ جنسی و خاتمه‌ی مبهم و نامشخص آن، با بزرگسالی است. این واژه، برچسب مناسبی جهت دوره‌ای از زندگی فرد (تقریباً بین سنین ۱۲-۲۰ سالگی) می‌باشد و چنین استعمالی، هیچ‌گونه قید و تعریفی درباره‌ی خصوصیات رشد نوجوانها یا علل اختصاصی نوجوانی ندارد. هر دوره‌ای از زندگی را می‌توان بر مبنای پاره‌ای از مسایل رشدی، نظیر: مسائل بیولوژیکی- روانی و اجتماعی دسته‌بندی کرد. از جمله‌ی آنها که به طور مشخص، ولی نه الزاماً، در طی دهه‌ی دوم زندگی، اتفاق می‌افتد ارتباطات با جنس مخالف، آگاهیهای شغلی، رشد ارزشها و خودمحوریهای مسئولانه و باز شدن گره‌هایی عاطفی با والدین است. (۱) ویژگیهای نوجوانی به عنوان یک واقعیت، دوره‌ی نوجوانی را باید یک مرحله‌ی بسیار مهم از زندگی تلقی کرد. دوره‌ای که با ویژگیهایش از سایر دوران زندگی متمایز می‌شود. این خصوصیات عبارتند از: ۱-نوجوانی، یک دوره‌ی مهم به شمار می‌رود. گرچه همه‌ی دوران عمر مهم است ولی برخی از آنها مهمتر از سایرین می‌باشد. زیرا این دوره دارای تأثیرات ناگهانی بر رفتار و دیدگاه فرد می‌باشد. با در نظر گرفتن این که سایر دوره‌های زندگی، به دلیل تأثیرات درازمدت آن، پرمعنی و قابل توجه هستند، لیکن دوره‌ی نوجوانی، یکی از دوره‌هایی است که از هر دو جنبه‌ی تأثیرات ناگهانی و درازمدت برخوردار و قابل توجه است. برخی از ادوار زندگی به دلیل تأثیرات فیزیکی و بدنی با اهمیت و برخی دیگر از لحاظ تأثیرات روانی قابل اعتنا هستند، لیکن نوجوانی از هر دو جهت مهم می‌باشد. در بحث و بررسی تأثیرات بدنی نوجوانی «تانر» (۲) گفته است: برای اکثریت اشخاص جوان، سالهای ۱۲ تا ۱۶ پر حادثه‌ترین سالهای زندگی آنها می‌باشد، تا آنجا که رشد و تحول آنها با نگرانی آمیخته است. مسلماً در طول زندگی جنینی و اولین یا دومین سال پس از تولد، رشد باز هم سریعتر واقع می‌شود یک محیط هم‌حسی (سمپاتیک) جدی تر به وجود می‌آید. اما نوجوان خودش جذاب و دلربا نیست یا آن گونه نیست که بیننده‌ای را که شاهد تحولات و یا عدم تحولات نوجوان می‌باشد، متوحش کند. توأم بودن این تحولات فیزیکی مهم و سریع بخصوص در طول اولین مرحله‌ی نوجوانی با تحولات پرشتاب ذهنی از خصایص این دوره می‌باشد. این تحولات نیاز به سازگاری روانی را افزایش می‌دهد و برای ایجاد دیدگاهها، ارزشها و علایق نوین، ضروری به نظر می‌رسد. ۲- نوجوانی، یک دوره‌ی انتقال (برزخی) است. انتقال به معنی یک وقفه یا تغییر از آنچه که قبلاً انجام شده نمی‌باشد، بلکه بیشتر عبور از مرحله‌ای از رشد به مرحله‌ی دیگر می‌باشد. این به آن معنا است که آنچه قبلاً- واقع شده، نشانه‌ی خود را روی آنچه که در

زمان حال و آینده اتفاق می افتد. باقی می گذارد. کودکان در زمانی که از خردسالی به بزرگسالی می رسند، باید جنبه های کودکانه را کنار بگذارند و آنها باید همچنین الگوهای جدید رفتاری و نگرشی را بیاموزند تا جانشین آن چیزهایی شود که ترک کرده اند. به هر حال، این مهم است که درک کنیم آنچه قبلاً واقع شده است، نشانه های خود را باقی گذاشته است و بر الگوهای نوینی از رفتارها و نگرشهای فرد اثر می گذارد. همچنان که «استریس» شرح داده است: ساختمان بدنی نوجوان، پایه هایی در کودکی دارد و بسیاری از خصوصیتی که معمولاً به عنوان معرف ظهور نوجوانی در نظر گرفته می شدند، قبلاً در طول اواخر کودکی حضور داشته اند. تغییرات بدنی که در سالهای اولیه نوجوانی اتفاق می افتد، بر رفتار موزون شخص اثر می گذارد و به ارزیابی مجدد ارزشها و سازگاری اجتماعی آنها منتهی می شود. در طی هر مرحله ی انتقالی، وضع و جایگاه فرد مبهم است و نوعی گم گشتگی درباره ی نقشهایی وجود دارد که فرد انتظار دارد آنها را ایفا کند. نوجوان در این زمان نه کودک و نه بزرگسال است؛ اگر نوجوانان مانند کودکان رفتار کنند، به آنها گفته می شود که به مانند سن خودشان عمل کنند. اگر آنها سعی کنند نظیر بزرگسالان عمل کنند، اغلب متهم می شوند که برای شلواریهای کوتاه خود، خیلی بزرگ شده اند و برای این تلاشی که انجام می دهند تا مثل بزرگترها عمل کنند، مورد سرزنش واقع می شوند. از طرف دیگر، آزمودن شیوه های مختلف زندگی به آنها یاد می دهد تا آنها تصمیم بگیرند که چه الگوهای رفتاری، ارزشی و نگرشی بهتر می توانند نیازهای آنان را تأمین نمایند. ۳- نوجوانی، یک دوره ی تغییر است. میزان تغییر در نگرشها و رفتار در طی دوره ی نوجوانی با میزان تغییر در وضعیت بدنی برابر است. در طی سالهای اولیه ی نوجوانی، زمانی که تغییرات بدنی با سرعت انجام می شود، تغییرات در نگرشها و رفتار همچنین با شتاب به وجود می آید. همچنان که تغییرات بدنی آرام به پیش می رود، به همان نسبت نگرشها و رفتار نیز تغییر می یابند. تقریباً پنج نوع تغییرات ملازم و عمومی وجود دارد که در طی دوره ی نوجوانی واقع می شود: نخست آن که، حیات عاطفی (انفعالی) توسعه می یابد، شدت آن به سرعت و میزان تغییرات بدنی و روانی بستگی دارد که در این زمان واقع می گردد. زیرا این تغییرات، معمولاً در اوایل نوجوانی سریع تر اتفاق می افتد. توسعه ی حیات عاطفی معمولاً در آغاز نوجوانی بیشتر از انتهای نوجوانی مطرح می شود. دوم این که، سرعت تغییراتی که با رشد جنسی همراه است، نوجوانان را از خودشان و از استعدادها و علائقشان نامطمئن می سازد. آنها قویاً احساس بی ثباتی می کنند، احساسی که اغلب با تعابیر مبهمی که آنها از سوی معلمان و والدین دریافت می کنند، تشدید می شود. جنبه ی سوم، تغییراتی است که در بدن، علایق و نقشهایی که در گروههای اجتماعی از آنان انتظار می رود ایفا نمایند، به وجود می آید و مسایل جدیدی را می آفریند. برای نوجوانان کم سن و سال، این تغییرات بسیار زیاد است و کمتر از آنچه که قبلاً تصور می کردند قابل حل به نظر می رسد. قبل از این که آنها مسایلشان را حل کرده و به رضایت برسند، با خودشان و مسایلشان درگیر خواهند بود. چهارم، همچنان که الگوهای علایق و رفتار تغییر می یابد، ارزشها نیز متغیر خواهند بود. آنچه که در زمان کودکی برایشان مهم بود، اکنون که در آستانه ی بزرگسالی قرار دارند، کمتر اهمیت پیدا می کند؛ به عنوان مثال، برای بیشترین نوجوانان، مسئله دوستانی که از همسالان هم تیپ و جذاب باشند، مهمتر از تعداد زیادی دوست می باشد که سنخیت روحی با او نداشته باشند. آنها اکنون به مسئله کیفیت، بیشتر از کمیت، اهمیت می دهند. پنجم این که، بیشترین نوجوانان در مورد تغییرات، حالتی دمدمی دارند. زمانی که آنها درخواست و تقاضای استقلال دارند، اغلب از مسئولیتهایی که همراه با استقلال و ارزیابی توانایی آنهاست، هراس دارند. ۴- نوجوانی، یک سن مسئله آفرین است. گرچه هر سنی مسایل خاص خودش را دارد، با این حال، مسایل نوجوانان اغلب برای پسران و دختران به گونه ای است که آنها به سختی از عهده ی حلشان بر می آیند. دو دلیل برای این مسئله وجود دارد: اول این که، در سرتاسر دوره ی کودکی، مسایل آنها بالاخره توسط والدین و معلمان حل می شود، در حالی که بسیاری از نوجوانان به دلیل بی تجربگی، به تنهایی از عهده ی حل مسایلشان بر نمی آیند. دوم این که نوجوانان دوست دارند احساس کنند که افرادی مستقل و آزاد هستند. آنها درخواست ارائه راهی را دارند که خودشان بتوانند از عهده ی حل مسایل بر آیند و کوششهایی

را که از جانب والدین و معلمان برای کمک به آنها ارائه می‌شود، نمی‌پذیرند. به دلیل ناتوانی نوجوانان در غلبه بر مسایلشان به تنهایی، به همان اندازه که آنها اعتقاد دارند از توانایی برخوردارند، بسیاری از آنها حل مسایل و مشکلات را مافوق انتظارات خود می‌یابند. همچنان که «آنافرود» (۳) شرح داده است: بسیاری از شکست‌هایی که اغلب با نتایج غم‌انگیزی در این رابطه همراه است، آنچنان که تصور می‌شود به دلیل بی‌استعدادی فرد نیست. بلکه صرفاً مبتنی بر این حقیقت است که این گونه درخواست‌هایی که از او در لحظه‌هایی از زندگی اش وجود دارد، انرژی‌های او را به کار می‌گیرد؛ انرژی‌هایی که در تلاش برای حل اکثر مسایلی که به وجود می‌آیند، کافی به نظر نمی‌رسد. ۵- نوجوانی، زمان جستجوگری هویت است. در سراسر سن گروه‌گرایی اواخر کودکی، انطباق با معیارهای گروه به مراتب بسیار مهمتر از فردگرایی است. همچنان که قبلاً اشاره شد، کودکان ارشد در لباس، گفتار و رفتار علاقمندند که تقریباً و در حد امکان شبیه افراد گروه باشند. هرگونه انحراف از معیار گروه به تهدید علیه تعلق به گروه شباهت دارد. در سالهای اولیه‌ی نوجوانی، تطابق با گروه هنوز برای دختران و پسران حائز اهمیت است. به تدریج آنها در صدد جستجوی هویت برمی‌آیند و تمایل چندانی به این که شبیه همسالان خود در گروه باشند، ندارند. به هر حال موقعیت مبهم نوجوان در فرهنگ امروز (۴) ما یک مسئله‌ی غامض را به وجود می‌آورد و موجب می‌شود که در این زمینه بیشترین همکاری را با نوجوان داشته باشیم. مسئله «بحران هویت» با مشکل «هویت خود» همچنان که «اریکسون» (۵) شرح داده است بدین قرار می‌باشد: هویتی را که نوجوان در صدد است تا به طور روشن با آن مواجه شود، این است که «او کیست»؟ نقشی را که باید در جامعه ایفا نماید، چیست؟ آیا او یک کودک است یا بزرگسال؟ آیا او توانایی آن را دارد که روزی به عنوان یک همسر یا یک پدر باشد؟ آیا او علی‌رغم نژاد، مذهب یا زمینه‌های ملی که او را از نظر مردم کم‌ارزش جلوه می‌دهد، احساس اعتماد به نفس دارد؟ «اریکسون» در سطور بعدی توضیح می‌دهد که چگونه این جستجوی هویت بر رفتارهای نوجوان اثر می‌گذارد: در جستجوی آنها برای احساس جدید که از استمرار و یکنواختی دارند، نوجوانان باید مبارزه‌ای را از نو آغاز کنند. اگرچه آنها ناچار باشند که کارهایی را تصنعی انجام دهند و در نظر مردم افرادی خوش‌نیت تلقی شوند و نقش حریف را در مبارزه اجرا کنند و آنها به هر حال آماده هستند تا آرمانها و معبودهای ثابت را به مانند نگاهبان هویت نهایی برای خود بنا کنند. اکنون یکپارچگی شکل می‌گیرد و در هیأتی از هویت خود که بیشتر از شخصیت‌سازی دوران کودکی است، تجلی می‌یابد. یکی از راه‌هایی که نوجوانان تلاش می‌کنند تا خود را به مانند افراد بزرگسال نشان دهند این است که از موقعیتهایی نمادین (سمبلیک) نظیر ماشینها، لباسها و سایر وضعیتهای قابل مشاهده بهره‌گیرند. آنها امیدوارند در این راه، افرادی قابل توجه و جذاب به نظر برسند. اهمیت موقعیتهای نمادین در نوجوانی، در مباحث بعدی، توضیح داده خواهد شد. ۶- نوجوانی، یک سن هراس می‌باشد. همچنان که «ماژریس» (۶) اشاره نموده است بسیاری از عقاید عمومی درباره‌ی نوجوانان، به طور مدلل به شرح وضعیت آنها و ارزیابی‌هایی در این زمینه پرداخته است و متأسفانه تعدادی از آنها، حاوی نظری منفی نسبت به نوجوانان می‌باشد. پذیرش قالبهای فرهنگی (۷) در مورد «تین ایجرها» (۱۳ تا ۱۹ ساله‌ها) (افراد نامرتب و غیرقابل اعتماد که دارای استعداد تخریب، ویرانگری و رفتار ضداجتماعی هستند). بسیاری از بزرگسالانی را که باید راهنمایی و حمایت از نوجوانان را عهده‌دار شوند به این مرحله هدایت کرده است که از چنین مسئولیتی درقبال نوجوانان بهراسند و در نگرشهای خود نسبت به آنان و تدابیری که در رابطه با رفتار نوجوانان باید اتخاذ شود، احساس همدلی نداشته باشند. کلیشه‌های عمومی همچنین بر تصویری که نوجوانان از خود و نگرش‌هایشان دارند تأثیر می‌گذارد. همچنان که «آنتونی»، (۸) در گفتگوهای خود از قالبهای فرهنگی نوجوانان شرح داده است: قالبهای فرهنگی باید همچنین به عنوان آینه‌ای که عکس‌العملهای مناسب اجتماع را در خود منعکس و به معرض نمایش نوجوان می‌گذارد، عمل نماید. چنین تصویری که به نوجوان ارائه می‌شود، به تدریج او را به عنوان فردی قابل اعتماد در نظر می‌آورد و برطبق آن رفتار خویش را شکل می‌دهد. پذیرش این کلیشه‌ها (قالبها) توسط نوجوانان و اعتقاد به این که بزرگسالان، نگرش حقیرانه‌ای نسبت به آنها دارند، انتقال آنان را به مرحله‌ی بزرگسالی دشوار می‌سازد. چنین

امری در نوجوانان، به حساسیت زیادی نسبت به والدین آنها منجر می‌شود و مانعی بین آنها و والدینشان ایجاد می‌کند و از برگشتن نوجوانان به سوی آنها برای کمک خواستن در حل مسایلشان جلوگیری می‌کند. ۷- نوجوانی، زمان آرمان‌گرایی است. نوجوانان تمایل دارند که به زندگی از ورای عینک سایه و روشن نگاه کنند. آنها به خود و سایرین آنچنان می‌نگرند که دوست دارند بهتر از آنچه که هستند، خود را باور کنند. این مطلب به ویژه در مورد آرزوهای نوجوان صادق است. این آرزوهای غیرواقعی نه فقط درباره خودشان بلکه، همچنین برای بستگان و دوستان آنها نیز وجود دارد. این آرزوها در اوایل نوجوانی با توسعه‌ی عواطف همراه هستند. بیشتر حالات غیرواقعی آنان شامل رنجش زیاد، آزار و ناکامی است و نوجوانان زمانی که احساس کنند دیگران آنها را دست کم می‌گیرند و یا به اهدافشان دست نمی‌یابند، این حالات را از خودشان نشان می‌دهند. با توسعه‌ی تجارت اجتماعی و شخصی و با افزایش قدرت تفکر عقلانی، نوجوانان رشد یافته‌تر، به خود، خانواده، دوستان و زندگی به طور کلی واقع‌بینانه‌تر می‌نگرند. در نتیجه آنها کمتر از ناامیدی و توهم نامعقول رنج می‌برند و نسبت به سالهایی که جوانتر بودند واقع‌گراتر می‌باشند. این یکی از موقعیتهایی است که آنها را در شادیهای بیشتری که خاص نوجوانان رشد یافته‌تر است، مشارکت می‌دهد. همچنان که دوره‌ی نوجوانی ادامه می‌یابد، دختران و پسران به طور یکسان از آرمان‌گرایی متأثر می‌شوند. آرمان‌گرایی که از زندگی سبکبار، بی‌خیال و مجرد ناشی می‌شود. نوجوانان به تدریج خود را از آرمان‌گرایی رها نموده و به موقعیت بزرگسالان نایل می‌شوند. احساس این که دوره‌ی نوجوانی از دوره‌ی بزرگسالی و مسایل مربوط به آن از قبیل نیازمندیها و مسئولیتها، شادتر و با نشاط‌تر است، تمایلی را به وجود می‌آورد که نوجوانی را به یک دوره‌ی فریبنده، شاد و سبکبار مبدل نماید. ۸- نوجوانی، آستانه‌ی بزرگسالی است. همچنان که نوجوانان به بلوغ قانونی می‌رسند، آنها نگران کنار گذاشتن کلیشه‌های تین ایجرها (۱۳ تا ۱۹ ساله‌ها) بوده و می‌خواهند این باور را پیدا کنند که نزدیک بزرگسالان هستند، مثل آنها لباس می‌پوشند و مانند آنها عمل می‌کنند ولی با این حال تصور می‌کنند که اینها کافی نیست. بنابراین، آنها روی رفتارهایشان متمرکز می‌شوند تا بتوانند با بزرگسالان معاشرت نمایند. نوجوانان معتقدند که این رفتارها تصویری دلخواه از آنان را به وجود می‌آورد. (۹) پی‌نوشت‌ها: ۱- Encyclopedia Erikson ۴-Anna Freud ۳-Tanner ۲-۹۶ P. Britanica Volume I-منظور فرهنگ ایالات متحده می‌باشد. ۵-۶ Erikson ۷-Majeres ۸-Cultural Stereotype ۹-Anthony ۱۰-Developmental psychology: Hurlock, P.P ۲۲۳.۲۲۵

نوجوان و حیات خانوادگی

پدر و مادر مرا باز چه ی خود قرار داده اند، با این که من ثمره‌ی ازدواجشان هستم به من و حرفهایم اهمیت نمی‌دهند. (۱) خانواده ام با یکدیگر تفاهم اخلاقی ندارند و این مسئله در زندگی من اثرات بسیاری گذاشته است. آیا نمی‌دانند که این برخوردها در روحیه‌های ما اثر می‌گذارد؟ (۲) دختری ۱۶ ساله هستم که اراده ام ضعیف است، مادرم دو ماه پیش فوت کرد، فکر می‌کنم پدرم مسئول مرگ اوست، عصبی و ناراحتم و از پدرم خوشم نمی‌آید. (۳) خانواده‌ی من با این که تحصیل کرده هستند، موقعیت سنی من را در نظر نمی‌گیرند و همچون کودک با من برخورد می‌کنند، چه باید بکنم؟ (۴) موقعیت نوجوان و اهمیت خانواده این نامه‌ها، بخشی از سیل دردهای نوجوانان و جوانانی است که مشکلات خویش را در رابطه با خانواده‌هایشان، مطرح نموده و راه حل خواسته‌اند. اگر به برخی از خانواده‌ها بگوییم تصویر کوتاه و مفیدی از نوجوانان برایمان ارائه دهند، شاید این کلمات را ملاحظه کنیم: «آنها (نوجوانان) را می‌گویید؟ آه چه بگوییم، هرگز آنها، اینقدر اهل بحث و گفتگو، دشوار، خودرأی و خسته کننده نبوده‌اند. واقعاً تحمل آنها مشکل است، ما که درمانده شدیم.» و اگر این رابطه را از دید نوجوان به تصویر بکشیم، همان خواهد بود که در چند نامه‌ی ذکر شده، آمده است؛ یعنی: «این پدر و مادر اصلاً ما را درک نمی‌کنند، به ما اطمینان ندارند و از بحث کردن خسته می‌شوند و هنوز شخصیت ما را به حساب نمی‌آورند.» نوجوان به تدریج که از سرزمین آرام و بی‌خیال کودکی به دشتهای

بر حادثه‌ی بلوغ می‌رسد، دگرگونی‌هایی را در خویش می‌یابد. احساس می‌کند که به سرعت دارد به وضعیت جدیدی دست می‌یابد و میل دارد که خانواده به عنوان نزدیکترین افراد، این دگرگونی را باور کنند و موقعیت جدید وی را به رسمیت بشناسند. کوچکترین حرکت ناشیانه‌ی والدین به این موقعیت جدید لطمه می‌زند و نوجوان را به شدت جریحه دار می‌کند و او را برمی‌انگیزد تا به عکس‌العملهای تند و سرشار دست‌زند. از سوی دیگر، خانواده به لحاظ پایگاه عاطفی خاصی که دارد، باید نوجوان را در پناه گیرد و تجربیات و آمادگیهای لازم را برای او تأمین نماید. به ویژه آن که نوجوان هنوز در وضعیتی نیست که از خانواده جدا شود و مستقل زندگی کند و روی پای خود بایستد. فشارها و محدودیتهای اجتماعی، نوجوان را به پناه‌خانه می‌کشاند تا بتواند برای ایجاد تعادل بین آرمانهای خویش و تهدیدهای جامعه، اقدام نماید. اهمیت و نفوذ در این دوران، نسبت به مرحله‌ی قبل که دوره‌ی کودکی بود قدری کاهش می‌یابد و بعضاً این گمان برای والدین پیش می‌آید که آیا هنوز ابتکار عمل در دست ماست یا خیر؟ و آیا هنوز می‌توانیم فرزندانمان را کنترل کنیم؟ چگونه؟ لذا خانواده در ارزیابی از نفوذ خویش گاهی به تردید می‌رسد و احساس نوعی تزلزل می‌کند و متقابلاً نوجوان برای احراز موقعیت خویش در محیط خانواده، با نوعی ذره بین قوی، بی‌رحمانه، رفتار والدین و سایر اعضای خانواده را مورد نقد و بررسی موشکافانه قرار می‌دهد. خانواده نیز به دلیل عدم شناخت کافی دوره‌ی بلوغ و تظاهرات رفتاری آن، احساس می‌کند که نه تنها پیام او را نمی‌گیرد، بلکه قادر به بحث کردن با فرزندش هم نیست و محترمانه و ادا به عقب نشینی می‌شود. ادامه‌ی چنین وضعیتی، به اختلال روابط فیما بین منجر می‌گردد و نوعی از هم‌گسیختگی در پیکره‌ی خانواده مشاهده می‌شود. خانواده به لحاظ اهمیت خاصی که در این دوره‌ی حساس و دشوار دارد، بهتر است موقعیت نوجوانش را واقع بینانه درک نماید و به آن ارج نهد و شخصیت لازمه‌ی بلوغ را که از نظر کمی و کیفی با دوران کودکی متفاوت است، به او ارائه دهد. از نوجوان نیز باید خواسته شود که با بررسی، تفکر، خویش‌داری و رعایت احترام به خانواده، روابط معقول و سالمی را با خانواده بنا نهد. به تعبیری دیگر، گویی والدین و نوجوان در دو سوی دیوار بلندی که آنها را از هم جدا می‌کند، ایستاده‌اند. نه تنها همدیگر را نمی‌بینند و نمی‌شناسند، بلکه صدای یکدیگر را هم به سختی می‌شنوند. در برخی از خانواده‌ها به دلیل سوءتدبیر پدر یا مادر، دره‌ی عمیق و هولناکی بین آنان و نوجوان به وجود می‌آید که همه را نگران می‌کند لکن باید پذیریم که همیشه والدین مقصر نیستند و یا برعکس نوجوانان را در همه‌ی موارد تقصیر کار ندانیم. خانواده‌ها در سنین بلوغ از دیدگاه دیگری غیر از چشم انداز دوره‌ی کودکی به فرزندشان بنگرند و او را متفاوت از کودکی نظاره کنند و در نهایت بپذیرند که «دنیای نوجوان» به طور کلی متفاوت از عالم کودکی است و همه چیز دستخوش تغییر و تحولات سریع می‌شود و لذا والدین نیز باید خود را برای مواجه شدن با این تحولات آماده نمایند و به عبارتی دیگر، آنان (خانواده‌ها) نیز باید قدری متحول شوند تا بتوانند راه نسبتاً دشوار و پیچیده‌ی نوجوانی را طی کنند. شیوه‌ی معمول و متداول این است که مریمان و والدین، همواره از دیدگاه خود به قضایا و مسایل می‌نگرند و به قضاوت می‌پردازند. لکن روش معقول و مؤثر در دوران بلوغ این است که باید خود را در موقعیت فرزند و دانش آموز نوجوان خود قرار دهند و از دیدگاه او به مسایل بنگرند و این کار نه آسان است و نه غیرممکن، بلکه نیازمند اهمیت دادن، ارزش قایل شدن و بذل توجه و دقت می‌باشد تا انسان بتواند بر این مشکل قائق آید. البته خانواده‌های جوان که والدین آنها در سنین نسبتاً پایین ازدواج کرده‌اند، بهتر و زودتر با نوجوانان خود به توافق می‌رسند تا والدینی که در سنین بالا ازدواج می‌کنند. اما در مورد خانواده‌هایی که در سنین نسبتاً بالا صاحب فرزند می‌شوند و زمانی که فرزند آنها به سنین بلوغ می‌رسد و آنها از فاصله سنی زیادی برخوردارند، چه باید کرد؟ یکی از این پدران مسن اظهار می‌داشت که: من این فاصله‌ی سنی زیاد و خلأ آن را همیشه با تفاهم پرمی‌کنم و تقریباً مشکلی ندارم. باید متذکر شد که سازگاری والدین با فرزندان نوجوان تا حدود زیادی بستگی به سازش آنها با یکدیگر دارد. در نمودار شماره‌ی (۱-۸) الگوهای از سازگاری مردان و زنان در سالهای متفاوت از آغاز زندگی به بعد، نشان داده شده است. سازگاری در زندگی مردان و زنان در طی سالهای زندگی

مراحل مختلفی از سازگاری را پشت سر می گذارند در نمودار (۸-۱) این مطلب مشاهده می شود. نمودار (۸-۱) الگوهایی از سازگاری مردان و زنان در سالهای متفاوت از آغاز تا بزرگسالی که درحوزه های مختلفی در نظر گرفته شده است. (۵) پدر و مادری دارم که عمر خود را وقف تربیت و تعلیم من نموده اند. به گونه ای که از هیچ کاری در این زمینه برایم فروگذار نکرده اند. حال برای جبران این همه محبت و انسانیت به من بگویید که چه می توانم بکنم؟ (۶) دارای پدر و مادری معتاد هستم. چگونه آنها را هدایت کنم؟ چگونه به برادر و خواهرانم می توانم کمک کنم؟ امیدوارم وضع مرا درک کنید، آنها کاخ آرزوهایم را مدفون کرده اند. (۷) کسی که پدر و مادرش طلاق می گیرند، چگونه باید با ناپدری و یا نامادری کنار بیاید؟ تکلیف چیست؟ آنقدر از جور ناپدری و نامادری قبلاً شنیده ام که نمی توانم درست فکر کنم. (۸) معماران خوشبختی پدر و مادر در کانون خانواده مانند خورشیدی هستند که اشعه ی گرم و حیاتبخش خود را به اطراف می تابانند و می توانند سرچشمه ی مسرت و شادکامی فرزندان باشند. در چنین محیط آکنده از مهر و عطف نوجوانان بسان سروهای بلند و استواری هستند که با غرور و افتخار سر برمی آورند و خود را به کانون اصلی خانواده، یعنی والدین نزدیک احساس می کنند. اگر از نوجوانان پرسیم، بزرگترین آرزوهایشان چیست؟ احتمالاً یکی از پاسخهای آنها که فراوانی بیشتری خواهد داشت، حفظ روابط گرم، ثمربخش و استوار میان والدین خواهد بود. در تحقیقی که در تعدادی از دبیرستانهای دخترانه ی یکی از مناطق جنوبی تهران به عمل آمد و از ۵۰ نفر که فرم مخصوص پرسشنامه را پر کرده اند خواسته شده بود که مسایل و مشکلات مربوط به خانواده خود را بنویسند، نزدیک به ۱۹ درصد آنان بزرگترین مشکل خویش را اختلاف والدین با یکدیگر ذکر کرده بودند و این رقم در بین درصدهای دیگر بالاترین میزان را به خود اختصاص داده بود. لذا می توان دریافت که بزرگترین منبع آرامش برای یک نوجوان حفظ وحدت و روابط گرم و عاطفی بین والدین است و برعکس آن چیزی که آرامش روانی آنان را مورد تهدید جدی قرار می دهد، برهم خوردن تعادل موجود در این روابط و ایجاد شکاف در این ارتباط است. از آنجا که سعادت و شادکامی فرزندان، در گرو بهبود این روابط است، از این رو باید راههای بهبود روابط پدر و مادر (زن و شوهر) را بررسی نمود که موارد زیر در این زمینه به عنوان برخی از ویژگیهای خانواده ی متعادل پیشنهاد می شود: ویژگیهای خانواده ی متعادل ۱- نگرش مطلوب و متعالی نسبت به همسر (یعنی او را به عنوان امانتی الهی تلقی نمودن و در حفظ و نگهداری این ودیعه ی خدایی تلاش کردن) ۲- داشتن عواطف غنی و سرشار نسبت به همسر و او را شریک زندگی تلقی نمودن ۳- احترام و بزرگداشت همسر ۴- شناخت حقوق متقابل خود و همسر و ایفای وظیفه در این مسیر ۵- برخورداری از ایمان و شخصیت معنوی. چنانچه هر یک از والدین نسبت به یکدیگر ویژگیهای یاد شده را مورد نظر قرار دهند و در اعمال و اجرای آنها تلاش کنند، یقیناً خانواده ای متعادل و مطلوب خواهند داشت. از این رو، روابط موجود میان والدین، هسته ی مرکزی کلیه ی روابط در داخل شبکه ی خانوادگی است؛ به میزانی که هر یک از زوجین پای بند ویژگیهای یاد شده باشند، در راه سعادت و شادکامی گام برمی دارند و به هر نسبت که خلأ مشخصی از ویژگیهای یاد شده به وجود آید، روابط زوجین تیره و ناگوار شده، به سردی و سستی می گراید. منظومه ی خانوادگی در اینجا بی مناسبت نیست که اشاره ای گذرا به نظریه ی منظومه ی خانوادگی داشته باشیم. «آلفرد آدلر» یکی از روان شناسان معروف که او را «پدر مبارزه با خود کم بینی» نیز می نامند، خانواده را به منظومه ای تشبیه و از خلال این تشبیه، نکاتی را استخراج می کند: (۹) ۱- اگر خانواده به مثابه ی منظومه ی شمسی تلقی شود، همان گونه که منظومه ی شمسی دارای مرکزیت و کانون تشعشع خورشیدی است و از آن به سایر عناصر منظومه نورساطع می شود، مرکزیت و کانون منظومه ی خانوادگی نیز پدر و مادر هستند که تشعشعات عاطفی و گرم خود را در محیط خانواده می پراکنند و حیات عاطفی را رونق می بخشند. بدیهی است، چنانچه این کانون و مرکزیت از گرما تهی گردد و روابط زوجین از هم گسیخته شود، وضعیت عناصر دیگر منظومه نیز، معلوم خواهد بود. خانواده های از هم گسیخته، نمونه ی گویا و کاملی از چنین منظومه ی فاقد کانون و مرکزیت هستند و حیات عاطفی و روانی فرزندان آنان دستخوش مشکلات و مصیبتهای زیاد می گردد. ۲- در منظومه

ی شمسی، وضع و مترت هریکی از اقمار روی سایر عناصر منظومه تأثیر و تأثر متقابل دارد، در خانواده نیز ترتیب تولد فرزندان دارای تأثیرات متقابلی بر سایر فرزندان می باشد. مقام و موقعیت طفل نیز در خانواده، در رشد شخصیت او تأثیر و اهمیت دارد؛ به عنوان مثال فرزند ارشد، فرزند دوم، آخرین فرزند، یک برادر میان چند خواهر و یک خواهر میان چند برادر، هر یک دارای شخصیت بخصوص و متفاوتی با دیگر برادران و خواهران خواهد شد. ۳- همانگونه که ورود یا خروج یک سیاره از منظومه، تعادل آن را بر هم می زند، ورود فرزند جدید به خانواده و یا مرگ یکی از آنان، می تواند تعادل خانواده را تا حدودی در هم بریزد. نتیجه ای که از این بحث می توان گرفت این است که نقش والدین در خانواده، محوری و مرکزی است و چگونگی روابط فیما بین زوجین اثراتی تعیین کننده در روابط فرزندان با آنان و روابط فرزندان با یکدیگر خواهد داشت و به ویژه فرزندان نوجوان، سعادت یا شقاوت خود را از دریچه ی چگونگی رابطه ی پدر و مادر با یکدیگر می بینند؛ هر قدر آنان سرسازگاری با هم داشته باشند، نوجوانان احساس آرامش، امنیت خاطر و سعادت‌مندی می کنند و هر اندازه والدین، سر ناسازگاری و خصومت با هم داشته باشند، فضای خانواده آکنده از بی اعتمادی، اضطراب و نگرانی نوجوانان نسبت به آینده می شود. لکن پدران به جهت مدیریت خانواده، نقش بیشتری در ایجاد تفاهم در محیط خانواده دارند. امام صادق (ع) می فرمود: با فلاح و رستگاری مردان با ایمان، خداوند فرزندان و فرزندزادگان آنها را خوشبخت و رستگار می کند. (۱۰) لذا جا دارد که پدر و مادر را به لحاظ تأثیر عمیقی که در کلیه ابعاد شخصیت فرزندان خود به ویژه در جنبه های اخلاقی، معنوی و عاطفی آنها دارند، «معماران خوشبختی» لقب دهیم. والدینی که با دستهای پرتوان خود، کاخ رفیع سعادت فرزندان خود را بنا می کنند. به عبارت دیگر، اجتماع خوشبخت و سعادت‌مند، مرهون وجود چنین خانواده هایی است که با سازندگی و تربیت شایسته ی خود، اجتماع فرد را به جاده ی نور و روشنایی زندگی سوق می دهند. جا دارد که موفقیت والدین در ارتباط با تربیت فرزندانشان را به رضایت آنها از زندگی در مراحل مختلف آن مربوط بدانیم. رضایت والدین در سیکل زندگی پدر و مادر پایه های خوشبختی و یا بدبختی فرزندان خود را نسبت به زندگی، آینده و سرنوشت، ایجاد می کنند و خوشبختی و یا بدبختی فرزندان متکی بر چگونگی روابط آنان با والدین است. لکن امری که مقدم بر آن مطرح می شود، میزان رضایت والدین از زندگی، از هم و فرزندان می باشد. والدینی که با روح خوش بینی نسبت به جهان خارج از خود می نگرند، از روابط مطلوبی با فرزندانشان نیز برخوردارند. میزان رضایت والدین در مراحل مختلف زندگی مشاهده می شود. همانطور که در نمودار مشخص است این رضایت در ابتدا و انتهای زندگی، زیاد و در مرحله ی جدایی فرزندان از خانواده به حداقل می رسد. مراحل سیکل در زندگی رضایت والدین در مراحل مختلف سیکل زندگی (۱۱) رضایت جنسی والدین در سیکل زندگی یکی از پایه های مهم در روابط عاطفی و انسانی والدین، به چگونگی ارضای نیازهای آنان بر می گردد، در دوران مختلف زندگی این نیاز به شیوه های مختلفی ارضا و یا دچار عدم ارضا می شود. مشخص می شود که همان اندازه که این نیاز در سالهای اول زندگی حائز اهمیت است در سالهای میانی زندگی نیز مهم است. مراحل سیکل در زندگی رضایت جنسی برای سازگاری یک ازدواج خوب در سالهای میانی همان اندازه اهمیت دارد که در سالهای اولیه ی بزرگسالی مورد توجه است. نمودار فوق نشان می دهد که چگونه این جنبه رضایت مربوط به ازدواج در مراحل مختلف ازدواج یک زوج تفاوت نموده و تنوع می یابد. (۱۲)

خانواده های معیوب در بررسی نامه های نوجوانان که از وضعیت خانوادگی خود شکایت داشته اند، بخصوص از روابط فیما بین پدر و مادر، می توان مدلهای ناقص و معیوب زیر را استخراج نمود: ۱- طلاق پدر و مادر (زندگی با ناپدری و یا نامادری) و مشکلات ناشی از آن. ۲- فوت پدر یا مادر (و یا در برخی از موارد فقدان هر دوی آنان) و نداشتن سرپرست مناسب. ۳- والدین معتاد (پدر معتاد، مادر معتاد و یا اعتیاد هر دوی آنان). ۴- والدین ناسازگار و متخاصم (ناسازگاری پدر، ناسازگاری مادر و یا تخصص هر دوی آنان). ۵- ازدواج مکرر والدین و در نتیجه سرگردانی فرزندان و در نهایت، در جستجوی پناهگاه عاطفی بودن. ۶- بدرفتاری والدین با یکدیگر که به صورت کتک کاری و ضرب و جرح، بروز و تجلی می کند. ۷- والدینی که یکدیگر را تهدید به جدایی

می‌کنند و در نتیجه موجبات تزلزل و عدم امنیت خاطر فرزندان خود را فراهم می‌کنند. ۸- فرار یکی از والدین از محیط خانواده و نامعلوم بودن سرنوشت او و فرزندان. ۹- بیماری جسمی و یا روحی یکی از والدین برای مدتی نسبتاً طولانی که در نتیجه ایفای وظیفه را برای او در قبال همسرش، دشوار و غیرممکن می‌نماید. لازم به یادآوری است که اگر چه در روابط پدر و مادر با یکدیگر اختلال راه یافته است، لکن این مسئله به تنهایی می‌تواند نوجوان را از آرامش روانی و اطمینان نسبت به آینده محروم نماید و او را ناکام و سرخورده به این سو و آن سو بکشاند. این درحالی است که دیدیم نوجوان به جهت دوران بلوغ، مشکلات طبیعی و ویژه‌ی خویش را به اندازه‌ی کافی دارا است و هر گونه مشکل دیگری به ویژه در روابط والدین با هم، مزید بر علت بوده و بار عاطفی سنگینتری را بر دوشهای ناتوان نوجوان تحمیل می‌کند. توصیه‌های تربیتی والدین عنایت کنند که قبل از تولد فرزندان، آزادانه می‌توانستند هر تصمیمی در خصوص تداوم و یا متارکه‌ی زندگی خود بگیرند، ولی اینک انسانهایی خردسال و ناتوان به نام فرزندان، در زندگی آنان حضور دارند و سرنوشت آنها به سرنوشت والدین پیوند خورده است. وجه تشبیه «پیوند» از آن است که در واقع این کودکان و فرزندان هستند که ارتباطی الهی و عاطفی خاص، براساس مشیت خداوندی میان زن و شوهر ایجاد می‌کنند و درحقیقت رشته‌ی زناشویی همچون زنجیری به هم پیوسته است که پدر و مادر دو سوی این رشته و فرزند، حلقه‌ی میانه‌ی آن دو رشته است. هنگامی که جغد شوم طلاق می‌خواند، در واقع این حلقه‌ی میانی آن دو رشته است که می‌گسلد و بند دل فرزند دلبنده است که پاره پاره می‌شود. والدین باید نیک دریابند که هم اکنون خانواده‌ی آنها علاوه بر سه بُعد و سه رکن معمولی خود، یعنی (شوهر، زن و فرزند) دارای بُعد چهارمی نیز گردیده است و آن «توجه به آینده» و نوع تربیت و رشد معنوی و اخلاقی فرزندان است. (۱۳) - وجود مشکلاتی از قبیل اختلاف سلیقه‌ها، دیدگاهها و سیاستهای خانوادگی و تربیتی، در بیشتر خانواده‌ها امری طبیعی و معمولی است؛ به عبارت دیگر، «زن و شوهر، فتوکی یکدیگر نیستند» تفاوت‌های فردی، دامنه‌ی گسترده و تنوع بی‌شمار اختلافات روحی و ذوقی و روانی را گواهی می‌کند، لکن والدین باید برای همگرایی افکار و اندیشه‌های خود راهی بجویند و از شیوه‌های علمی و جدیدی که برای حل مشکلات فوق وجود دارد، استفاده نمایند. والدین به مجرد برخورد با اختلاف سلیقه و دیدگاه، نباید پای فرزندان خود را به معرکه بازکنند و آنها را درگیر حادثه‌ای نمایند که احتمالاً نه تنها نقشی در پیدایش آن نداشته‌اند، بلکه کمکی هم نمی‌توانند برای حل آن بنمایند. این کار جز این که بر بی‌اعتمادی فرزندان نسبت به والدین ناپایدار و کودک منش بیفزاید، تأثیر دیگری ندارد. ادامه‌ی این صحنه‌های اختلاف برانگیز و تشنج آفرین، کودکان و نوجوانان را به انسانهایی عصبی، پرخاشگر و ناتوان برای مقابله با مشکلات زندگی تبدیل می‌کند. - کودکان و به ویژه نوجوانان برای آینده، ازدواج و تشکیل خانواده هیچگونه تصویری ندارند جز این که مدل خانوادگی پدر و مادر را مبنایی برای آینده‌ی خود در نظر بگیرند و از دریچه‌ی روابط فعلی پدر و مادر، در ذهن خود، تصویری از زندگی مشترک خود رسم نمایند. هراندازه روابط والدین با هم ناسالم و معیوب باشد، بر بی‌رغبتی فرزندان نسبت به ازدواج و تشکیل خانواده خواهد افزود و احتمالاً این گونه نوجوانان بعدها بسیار دیر ازدواج می‌کنند و یا اصلاً ازدواج نمی‌کنند. - در صورتی که پاره‌ای از نوجوانان خانواده‌های معیوب (ناسازگار)، بعدها ازدواج کنند، احتمالاً از روابط خوب و سالمی با فرزند و همسر خود، برخوردار نخواهند بود. اگر هم باطناً رفتار والدین خود را مذمت و نفی کنند، لکن خواه ناخواه سایه‌ی نامرئی مدل‌های ناسالم ارتباطی والدین بر زندگی آینده‌ی آنان کم و بیش افکنده خواهد بود. البته هراندازه که نوجوان خودساخته و با اراده باشد، بیشتر می‌تواند خود را از تأثیرات منفی و نامطلوب روابط والدین برکنار و مستقل نگه دارد. - چنانچه برخی از والدین به تجربه دریافته‌اند که بر احساسات و عواطف خود مسلط نیستند و نمی‌توانند هیجانهای خود را تحت کنترل درآورند، بهتر است زمانی به گفتگوی با یکدیگر بپردازند و موضوعهای اختلافی را به بحث بگذارند که فرزندان در خانه نیستند و یا واقعاً در خواب هستند که در صورت مهارنشدن احساسات یکی از طرفین، شعاع آثار نامطلوب آن، فرزندان را تحت تأثیر قرار ندهد. - روش دیگری که به این گونه والدین (ناسازگار) برای حل

مسایل اختلافی توصیه می شود این است که آنچه را که می خواهند به همسر خود بگویند اما بر اثر غلیان احساسات و عواطف نامطوبع، قادر به بازگویی آنها نیستند، در نامه ای محترمانه و صمیمانه خطاب به همسر خویش بنویسند و آن را به گونه ای که در دسترس فرزندان قرار نگیرد، به همسر خود ارائه دهند. ویژگی مطلوبی که این روش دارد، آن است که این فرصت را برای انسان فراهم می کند تا هر آنچه را که مدتها قصد اظهار آن را داشته، به گونه ای مطلوب و دور از تشنج، به اطلاع همسرش برساند. پی نوشت ها: ۱- پسر جوانی از شهر ساری. ۲- یک دختر غمگین. ۳- امضاء محفوظ. ۴- پسر نوجوانی از شمیران. ۵- ۶ Developmental psychology: Hurlock, p. ۲۶۷- دختر ۱۹ ساله ای از ساری. ۷- پسر بزرگ یک خانواده ی بدبخت. ۸- دختر یک خانواده متلاشی. ۹- مبانی جرم شناسی؛ دکتر مهدی کی نیا، جلد ۲، ص ۶۶۳. ۱۰- الحدیث، جلد ۱، ص ۲۹۶. ۱۱- ۱۳ Ibid: p. ۳۶۶- ۱۲ Developmental psychology: Hurlock < p. ۳۱۳- کتاب روح بشر؛ دکتر صاحب الزمانی، ص ۱۷۱.

نوجوان و حیات عاطفی

خصوصیات عاطفی نوجوانی نوجوانی، دوره ای است که حیات انفعالی (عاطفی) میدان وسیعتری برای عمل می یابد و نوجوان از این حیث آماده ی بروز عکس العملهای هیجانی و عاطفی شدید است؛ به عبارت دیگر بین ضربه ی هیجان و عکس العملی که از آن ضربه در نوجوان به وجود می آید، تناسب چندانی وجود ندارد و عکس العملها معمولاً قویتر و حادث از ضربه های هیجانی است. به زبان ساده تر، در این دوره، «حساسیت»ها، به «خودگرفتن»ها و «زودرنجی»ها بیش از هر دوره دیگری شخصیت نوجوان را تحت تأثیر قرار می دهند و این جنبه از شخصیت او نمایانتر و مشخصتر جلوه می کند. این حساسیتها در نوجوانان، هیچگاه خود را در یک محیط محصور نمی نمایند، بلکه به راحتی گسترش می یابند. بی ثباتی عاطفی نوجوانان، یکی از بزرگترین مشخصه های این دوره است. به همین علت، اگر نوجوانان در اثر بی اعتمادی و عدم اطمینان نسبت به انتقاد دیگران حساس می شوند، جای تعجب نیست. متأسفانه غالباً بی ثباتی عاطفی و هیجانی، ناگزیر آنها را مواجه با انتقاد می سازد؛ مثلاً گاهی با وجود داشتن دوستان متعدد علاقمند است که اوقات خود را در تنهایی بگذرانند. مع الاسف در برخی موارد، وقتی بی ثباتی عاطفی نوجوانان با برخوردهای نامناسب بزرگسالان در هم می آمیزد، به نوعی پریشانی عاطفی منجر می گردد؛ به گونه ای که نوجوانان احساس می کنند که دارند فرو می ریزند و تکیه گاهی برای سروسامان بخشیدن به وضعیت عاطفی خود ندارند. خواهشهای متضاد بی ثباتی عاطفی، امکان انتخاب قطعی و صحیح و مشخص را برای نوجوان محدود می سازد؛ به گونه ای که تقریباً می توان گفت نوجوان در برخوردهایش فاقد قاطعیت همیشگی و پایدار است. این دوران را برخی از روان شناسان (۱) دوره ی «خواهشهای متضاد» نام نهاده اند. گهگاه از او «احساسات ظریف» و گاه «احساسات خشن»، سر می زند. (۲) کنجکاو او در این دوران، شدیداً تحریک می شود و تمایل زیادی به «حل مسایل» پیدا می کند. البته گاهی اوقات نیز نسبت به این مسایل «بی اعتنا»ست. «هال» این تظاهرات ضد و نقیض را از جمله ی خصیصه های مهم دوران بلوغ می داند آن را در چهارچوب مفهوم «طوفان و فشار» بیان می کند. (۳) افراط در احساسات نوجوانان در دوران بلوغ «زودانگیخت» بوده و به اصطلاح «سریع التأثر» می باشند؛ به گونه ای که واکنش آنها در برابر مسایل، غالباً از کودکان بیشتر و پرهیجانتر است. فوران احساسات در آنها نیز به حدی است که با یک کلمه، یک کنایه و حتی یک حرکت، طوفانی از احساسات به پا می کنند (۴) که آثار آن به وضوح در چهره شان مشخص می شود و رنگ چهره ی ایشان به سرخی می گراید. همانطور که شدت هیجانات زیاد می شود، تعداد و نوع تأثرات نیز توسعه می یابد و هیجانان مذکور مبهم تر و فراوانتر می شوند. باید توجه داشت، تغییراتی که در هیجانات زندگی رخ می دهد، همه نتیجه ی نظم جدیدی است که در دستگاه هورمونی و دستگاه اعصاب پیدا می شود. مطلب چنان است که گویی دستگاههای جدیدی از طرف بدن به کار گماشته

شده است که در مقابل این هیجان‌ناز تازه حساس می‌باشند و هنگامی که این دستگاہها کار نمی‌کنند، ادراک آنها برای انسان غیرممکن است. (۵) نه گرفتار آمدی به دست جوانی معجب، خیره رأی، سرتیز، سبک پای که هر دم هوسی پزد و هر لحظه رأیی زند و هر شب جایی خسبد و هر روز یاری گیرد. وفاداری مدار از بلبلان چشم که هر دم بر گلی دیگر سرایند زخود بهتری جوی و فرصت شمار که با چون خودی گم کنی روزگار (۶) به ما بگوئید که با احساسات خود چگونه کنار بیاییم؟ مسئله این است که گاهی خودمان هم نمی‌دانیم چه چیزی در درون ما می‌گذرد و چه می‌خواهیم؟ (۷) احساسات نامطبوع اگر چه نوجوان گاهی امیدوار و گاهی مأیوس و ناامید است، اما در مجموع غلبه و برتری با احساسات نامطبوع و منفی است؛ یعنی حالت نومییدی همچون امواج خروشان او را احاطه به راحتی و آسانی دل‌سرد می‌کند. نوجوان در این شرایط حالت غریقی را دارد که برای رهانیدن خود از این امواج، به هر وسیله یا متوسل و متشبث نیست و آن، «در خود فرورفتگی» نوجوان است. بلوغ، زمان تأمل در افکار، احساسات و اندیشه‌های گوناگون است و فرد بیشتر به دنیای درون گرایش دارد تا دنیای برون؛ یعنی نوجوان همچون کسانی است که سر در گریبان عزلت فرو می‌برند و ارتباط با جهان خارج را محدود می‌کنند. لذا گوشه‌ی تنهایی را بر حضور در جمع ترجیح می‌دهند. تنهایی برای فکر کردن و تمرکز اندیشه، فرصتی ارزشمند برای نوجوانان است. چرا که این موقعیت به صورت متعادل می‌تواند آثار مثبتی به همراه داشته باشد. چنانچه نوجوان بیش از حد لازم و ضروری در تنهایی به سر برد، روحیه‌ی او تضعیف می‌شود و توان مقابله و رویارویی با مشکلات زندگی را از دست می‌دهد. از آنجا که نوجوان در این شرایط، نیازمند تفکر و خوداندیشی است، لذا اولیا و مربیان باید این فرصت را به او بدهند تا با خود تنها باشد. در عین حال باید از او غفلت نکنند و مراقب حالات و روحیات او باشند. والدین و مربیانی که در این خصوص سستی می‌ورزند و موقعیتی برای نوجوانان فراهم نمی‌کنند تا ایشان در محل کل کار یا اتاق خود، لحظاتی تنها باشند، مسبب ایجاد روابطی حاکی از سوءظن و بدبینی خواهند بود. این موضوع با توجه به دیگر دشواریهای خاص نوجوان، مزید بر علت خواهد شد و به اصول و چهارچوب روابط سالم و سازنده‌ی فیما بین، آسیب وارد خواهد نمود. به لحاظ احساسات و عواطف، نوجوان در مقایسه با دوران کودکی درون‌گراتر می‌شود و مجموعاً شرایطی را برای او به وجود می‌آورد که بعضاً دستخوش ناکامی می‌گردد. شاید یکی از علل احساس ناکامی تفاوت عمده‌ای است که بین خواسته‌ها و قابلیت‌های وجود دارد از یک سو، نوجوان خواسته‌های نامحدود و بی‌نهایتی دارد و معمولاً آرزو می‌کند به خواسته‌هایش پاسخ مثبت داده شود و از دیگر سو، تواناییها و محدودیت‌هایش کمتر از یک انسان معمولی است. از این رو به لحاظ عدم تطبیق سرمایه‌های وجودی اش با امیال و آرزوها، سرانجام به ناکامی و حرمان می‌رسد که برآیند طبیعی و معمولی این معادله است. هرچه سعی می‌کنم موقع درس خواندن و بخصوص ایام امتحانات حواس خود را جمع کنم، متأسفانه کمتر موفق می‌شود. مشکل من نداشتن تمرکز فکر است. آنقدر به دور دستها فکر می‌کنم و آینده را در نظر مجسم می‌کنم که از وظایف اصلی ام باز می‌مانم. و متأسفانه در بیشتر مواقع دو موضوع ازدواج و نویسندگی، من را به خود مشغول می‌کند. گاهی آنقدر در این افکار غرق می‌شوم که اطرافیانم مرا سرزنش و تحقیر می‌کنند و این مسئله در مواقعی که تنها هستم بیشتر می‌شود. لطفاً بگوئید که چه کنم؟ منتظر جوابتان هستم. (۸) تخیل‌گرایی صفت بارز و مشخص این دوره از نظر عاطفی، خیالپردازی شدید و وسیع نوجوان است. تخیلات، دریچه‌هایی اطمینان بخش برای رهایی موقت از مشکلات و پناه بردن به دنیای آرام خیالات و رؤیاها هستند. نوجوان تصور می‌کند که واقعیت‌های دنیای خارج، در عالم خیال نیز قابل دسترس است، لذا به عالم تخیلات رو می‌کند. شک نیست تخیلات موجب تقویت نیروی ذهن و اندیشه و موجد خلاقیت‌های هنری، فکری، ذوقی و علمی می‌شود، لکن لازمه‌ی آن، جهت دادن به تمرکز بخشیدن به آن است. این نوع تخیلات مفید سودمند را در آثار نویسندگانی از قبیل «ژول ورن» می‌توان جستجو کرد که از جمله آنها، کتابهایی چون: «مسافرت به مرکز زمین»، «مسافرت به کره‌ی ماه»، «بیست هزار فرسنگ زیر دریا»، «تونل زیر دریایی»، «جزیره اسرارآمیز» و غیره، برای پرورش نیروی تخیل نوجوانان، سیار مفید و سازنده است. ویژگیهای عمده‌ی آثار «ژول ورن»، در سه

مشخصه‌ی علمی بودن، تخیلی بودن و سلامت اخلاقی، قابل تشخیص است. باید در نظر داشت چنانچه نیروی تخیل از حالت اعتدال خارج شود، به نوعی بیماری منجر خواهد شد که اصطلاحاً آن را «میتومانی» می‌گویند. این حالت که در دختران نوجوان بیشتر مشاهده می‌شود به گونه‌ای است که به نوعی دروغ‌پردازی افسانه‌مانند که صورتی از بیماری «میتومانی» است، علاقه پیدا می‌کند. (۹) نوجوانان، حقیقت را از ورای امواجی از تصاویر و تخیلات تعبیر می‌نمایند. لذا باید در مشاهده‌ی نوجوانان و قضاوت درباره‌ی ایشان احتیاط نمود. لازم به یادآوری است که روابط معیوب و نامناسب والدین و اطرافیان نوجوان با وی، او را به خیالپردازی و انزواجویی بیشتر، سوق می‌دهد و در نتیجه در پاره‌ای از موارد منجر به اتخاذ روشهای دفاعی می‌گردد. دروغ‌پردازی افسانه‌ای و تخیلاتی، یکی از روشهاست. تخیلات نوجوان، به خودی خود مطلوب مریبان نیست. ولی نقطه‌ی شروع مناسبی است که می‌توان با او حرکت نمود و به تدریج به دنیای روشن واقعیات رسید که این امر نیازمند خویشتن داری، تحمل و صرف انرژی روانی است. خیالبافی نوجوانان برحسب جنسیت و سن آنها متفاوت و شامل موضوعهای متنوعی است. از سوی دیگر توسعه‌ی خیالبافی با رشد عقلانی نسبت معکوس دارد؛ یعنی هر اندازه رشد نیروی تشخیص و واقع بینی بیشتر شود، از میزان و حجم خیالپردازی کاسته خواهد شد. کشف خود یکی از اهداف تخیلات و تصورات نوجوان، وجود خود اوست. زمانی که موضوعهای متنوعی هدف تخیلات نوجوان قرار گرفتند، توجه او به جانب آن مسایل و از جمله شخصیت خود معطوف می‌گردد. و در این مرحله، نوجوان دوست دارد که حالات روانی و افکار و اندیشه‌های خویش را تجزیه و تحلیل نماید. این حالت را اصطلاحاً «خودگرایی» نیز می‌گویند و مشخصه‌ی اصلی آن کالبدشکافی رؤیاهای، اندیشه‌ها و افکار و احساسات نوجوان، توسط خود اوست. علاقه‌ی نوجوان به اکتشاف دنیای درونی خویش، زمینه‌ی مناسبی است که بتوان به او یاری رسانید که این مرحله را نیز با موفقیت سپری سازد؛ به عنوان مثال، گفتگوهای صمیمانه و سازنده‌ی اطرافیان نوجوان با وی درباره‌ی چگونگی شناخت خود و تحلیل افکار و احساساتش، او را در این امر خطیر و دشوار توانایی خواهد بخشید. کتابهایی مفید و سالم در این زمینه به کمک والدین و مریبان می‌شتابند و می‌توانند اطلاعات مفیدی در اختیار نوجوان علاقمند قرار دهند. گرچه باید اذعان نمود که متأسفانه تعداد این نوع کتابها محدود و نادر است، لکن نویسندگان متعهد و درد آشنا، باید همت والای خویش را به کار گیرند تا خلأ بزرگ اطلاعات و علمی نوجوان را در زمینه‌ی شناخت خود پر کنند. بخشی از فرصتها و ساعات پرورشی را در مدارس توسط مریبان و ستادهای تربیتی می‌توان به این امر مهم اختصاص داد و با دانش آموزان نوجوان در مورد شناخت خود و چگونگی امر به گفتگو نشست و پاسخگوی صبور و متینی برای سؤالهای بی‌شمار نوجوانان بود. بی‌شک، بخشی از مشکلات دوران بلوغ ناشی از این است که نوجوان تصویر دقیق و صحیحی از خود ندارد و لذا نمی‌داند که کیست؟ چه باید بکند؟ و در چه مرحله‌ای از مراحل زندگی واقع شده است؟ لذا این سؤالهای بی‌پاسخ، او را خسته تر، عصبانی تر و ناامیدتر از قبل می‌کند. این بیت زبان حال چنین نوجوانی است: چون ننالم که در این سینه دل زاری هست راحتی نیست در آن خانه که بیماری هست (۱۰) این مسئولیت بر عهده‌ی مریبان و والدین است که کوشش کنند به نوجوان شناخت بدهند و به او یاری نمایند تا به تصویری واقع بینانه و صحیح از خود، دست یابد. مهمان پیری شدم در دیاربکر که مال فراوان داشت و فرزند خوبروی. شبی حکایت کرد که مرا به عمر خویش به جز این فرزند نبوده است. درختی در این وادی زیارتگاهست که مردمان به حاجت خواستن آنجا روند. شبهای دراز در آن پای درخت بر حق بنالیده ام تا مرا این فرزند بخشیده است. شنیدم که پسر با رفیقان آهسته همی گفت: چه بودی اگر من آن درخت بدانستمی کجاست تا دعا کردمی و پدر بمردی. خواجه شادی کنان که پسر عاقل است و پسر طعنه زنان که پدرم فوت. (۱۱) ماجراجویی و ویژگی عاطفی دیگری که نوجوانان را از سایر گروههای سنی متمایز می‌سازد، علاقه‌ی شدید آنها به حوادث ناشناخته و دنیای اسرارآمیز وقایع می‌باشد. شاید همه‌ی ما کم و بیش شاهد بوده ایم که نوجوانان چه شیفتگی و کنجکاوی خاصی از خود نسبت به دنیای ماجراها و شگفتیها نشان می‌دهند. به طور کلی مجهولات بیش از معلومات، نظر آنان را به خود جلب می‌کند. این کیفیت بخصوص

در سنین بین ۱۵-۱۲ بیشتر و علاقه‌ی آنها به رمانهای مربوط به حوادث ماجراجویانه شدیدتر است. (۱۲) نوجوان، به مسافرت به مناطق ناشناخته‌ی دنیا، درون جنگلهای انبوه و درهم پیچیده، کوهها قله و مرموز و صعب‌العبور، عبور از رودخانه‌ها و دریاها، خروشان و بالاخره کشف غارها و تونلهای زیرزمینی و یافتن گنجهای پنهان، تمایل شدیدی دارد. چنانچه دستگاه تعلیم و تربیت، خانواده و اطرافیان نوجوان، فرصتهایی را از قبیل سفرهای علمی، گردشهای سالم و مفید در سرزمینهای متنوع، کوهنوردی و بازدید از نقاط و موقعیتهای طبیعی برای او فراهم آورند، این نیاز مهم او را تأمین و ارضا نموده‌اند. در غیر این صورت مطالعه‌ی کتب سرگرم کننده که حاکی از شگفتیهای طبیعت مرموز، شرح حال مکتشفان قطب و داستان دریانوردان جسور و بی باک و انسانهای خودساخته‌ای که در راه رسیدن به هدف، از هیچ کوششی باز نایستاده‌اند، می‌تواند تا حدی ارضا کننده‌ی این نیاز درونی به شیوه‌ی سالم باشد. موضوع دیگری که در اینجا محل بحث آن است، ارتباط هنجارهای جامعه و ماجراجوییهای نوجوانان است. این مسئله غالباً مطرح است که جامعه تا چه اندازه پذیرای روحیه‌ی ماجراجویی نوجوان است؟ به طور قطع در خیلی از موارد، به نیاز به ماجراجوییهای سالم در جامعه پاسخ داده نمی‌شود. معیارهای جامعه، محدودیتهای پیچیده‌ی آن، زندگی اجتماعی و شهرنشینی، عدم برنامه‌ریزی و خلأ سرگرمیهای سازنده از جمله عواملی هستند که نوجوانان را به تأمین این نیاز به شیوه‌ی منفی برمی‌انگیزد که از جمله‌ی آنها درگیر شدن با مقررات اجتماعی، زیر پا گذاشتن حدود و قوانین و شکستن هنجارهای جامعه است. فراموش نکنیم نوجوانان، استعداد و آمادگی خاصی برای مبارزه از خود نشان می‌دهند. به صلاح همه است و باید مواظب بود که نوجوانان به این نتیجه و مرحله‌ی خاص نرسند که فقط از طریق قانون شکنی می‌توان روحیه‌ی ماجراجویی را اقناع کرد. آموزشهای مفید و مستمر، جلب اعتمادشان و برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت و ایجاد تنوع در زندگی آنها، گامی است در جهت جلوگیری از هرز رفتن نیروی نوجوانانی که از طریق هرج و مرج می‌خواهند روحیه‌ی ماجراجویی خویش را ارضا نمایند. در این زمینه مطالعه کتبی مانند: «سیمای فرزندانگان» از «رضا مختاری» - «این را می‌گویند شجاعت» از «ارمسترانگ اسپری» - «پرنده‌ای به نام آذرباد» از «ریچارد باخ» - «فرزندان کاپیتان گرانت» از «ژول ورن» - «کوههای سفید»، «شهر طلا» و «سرب» و «برکه‌ی آتش» از «جان کریستوفر» - «مسافرت به دور دنیا در هشتاد روز» از «ژول ورن» - «کودک، سرباز دریا» - «سفرهای مارکوپولو» - «کاپیتان اسکات» (کاشف قطب جنوب). و امثالهم، می‌تواند مقوم روح و اراده‌ی نوجوانان باشد و آنان را در جهت تأمین روحیه‌ی ماجراجویی خویش، به نحو مؤثری راهنمایی کند. نوجوان به تدریج با عبور از مرز ۱۵ سالگی قدری از حیث ماجراجویی متعادل شده و به اشعار سمبلیک و رمانهای احساسی و تراژدیک علاقمند می‌شود. در این مرحله است که خطرات بیشتری او را تهدید می‌کند. زیرا این احساس، زمینه‌ساز مناسبی برای گرایش به کتب عاشقانه و رمانتیک خواهد بود و متأسفانه تعداد کتبی که با ماهیتهای غیرفرهنگی به اندیشه‌ی نوجوانان هجوم می‌برند، کم نیستند. لذا توصیه می‌شود در این مرحله، مراقبتهای بیشتری از نوجوانان و نوع مطالعه و انتخاب کتابهای مناسب، بنمایند. دوستیهای نوجوان نوجوانان با قلبهای حساس و دلهای پرشور، در این زمینه نیز غالباً به گونه‌ای افراطی عمل می‌کنند. دوستیهای آنان جنبه‌ی جذبه و شور به خود می‌گیرد و معیار دوستیها، بیشتر بر مبنای عواطف شکل می‌گیرد و از پایه‌های منطقی و ارزشی، کمتر برخوردار می‌شود. «موریس دبس» که در زمینه‌ی روانشناسی بلوغ مطالعات و تحقیقات زیادی انجام داده است، لااقل سه نوع دوستی را در دوران نوجوانی بیان می‌کند. (۱۳) این دوستیها غالباً بین نوجوانان همسن و همجنس در محیطهایی از قبیل مدارس معمولی و یا شبانه‌روزی شکل می‌گیرد و در بیشتر موارد به خاطر خدمتی است که یکی در حق دیگری در یک موقعیت حاد انجام می‌دهد و یا در نتیجه‌ی سلب اعتماد از یک دوست قدیمی به وجود می‌آید. این نوع دوستی، با تقدیم هدایا و احساسات خالصانه به اوج می‌رسد و غالباً این دوستان ترجیح می‌دهند که دوست، همواره متعلق و منحصر به خودش باشد و دیگری در این ارتباط عاطفی، مشارکتی نداشته باشد. دوستی از نوع دوم، بین نوجوان و کودک خردسال به وجود می‌آید که مبتنی بر حمایت نوجوان از دوست خردسال است. در مورد کیفیت این دوستیها باید احتیاطهای

اخلاقی روحی را کاملاً مراعات کرد. چون در غیر این صورت احتمال راه یافتن انحرافات در این دوستیها از قبیل فساد جنسی وجود دارد و این در زمانی است که بدآموزیهای خانوادگی و عدم مراقبت والدین و خلأ عاطفی کودک و یا نوجوان زمینه را برای لغزشهای اخلاقی فراهم می نماید. دوستی نوع سوم بین نوجوان و فردی مسن تر از خود به وجود می آید و دوست مسن تر با برخورداری از جاذبه های اجتماعی می تواند اعتماد نوجوان را به خود جلب کند و در بعضی موارد به رابطه ای تنگاتنگ منجر شود. منزله بودن دوست مسن تر در این گونه روابط و نظارت خانواده بر دوستی نوجوان، ضرورتی انکار ناپذیر دارد. پی نوشت ها:

۱- «استانلی هال» (۱۹۲۴-۱۸۴۴) را بیشتر به عنوان «پدر روان شناسی بلوغ» می نامند. ۲- نظریه های بنیادی درباره ی نوجوانی؛ رالف موس، ترجمه ی دکتر صاحب الزمانی، ص ۱۴. ۳- همان منبع، ص ۱۵-۴ بلوغ (چه می دانم)؛ موریس دبس، ترجمه حسن صفاری، ص ۴۶. ۴- همان منبع، ص ۴۷-۶ کلیات سعدی ۷- بخشی از نامه ی یک نوجوان ۱۷ ساله از اندیمشک. ۸- دختری ۱۶ ساله از قم. ۹- همان منبع، ص ۴۸. ۱۰- حالتی ترکمان. ۱۱- کلیات سعدی. ۱۲- بلوغ (چه می دانم)؛ موریس دبس، ترجمه حسن صفاری، ص ۹۵. ۱۳- بلوغ (چه می دانم)؛ موریس دبس، ترجمه حسن صفاری، ص ۵۵.

دنیای نوجوانی

عبور از جاده های پر پیچ و خم زندگی همیشه به آسانی ممکن نیست. و در این میان دوران پرمخاطره نوجوانی از سخت ترین گذرگاههای مسیر زندگانی به شمار می رود. نوجوانی در واقع برزخی بین کودکی و جوانی است. این دوره آکنده از رفتارهای متناقض، غرایز طوفان وار و تشنج زا می باشد. در عین حال این سنین نوید بخش تولدی دوباره در تمامی عرصه های جسمی، اجتماعی و ارزشی است، همچنین می توان از این ایام به عنوان «نقطه عطف زندگی یاد نمود. از همین رو است که روانشناسان نوجوانی را با القاب و عناوینی همچون «دوران منفی»، «زندگانی تشنج انگیز»، «دوران طوفان و فشار»، «تولد جدید» (۱) و... نام گذاری نموده اند. نوجوانی و ویژگیها نوجوانی دورانی انتقالی است و مانند هر مرحله انتقالی دچار نوعی ابهام است و همین ابهام باعث نوعی گم گشتگی در نوجوان می شود. او در این مرحله نه کودک است و نه بزرگسال. اگر کودکانه رفتار کند مورد سرزنش قرار می گیرد و چنانچه بخواهد همانند بزرگترها عمل نماید، با توجه به عدم تجربه کافی دچار مشکلاتی جدی خواهد شد. این مسئله همراه جهش و تغییرات فیزیکی، عاطفی، جنسی و تغییر در نوع نگرشهای ارزشی - اجتماعی، ویژگیهای متفاوتی را برای نوجوان به دنبال می آورد که در ادامه به برخی از آنها می پردازیم. الف) ویژگیهای عاطفی ۱. عدم تعادل و بی ثباتی عاطفی: نوجوان به سرعت خشمگین می شود و در کنترل رفتار خویش ناموفق عمل می کند. از سوی دیگر حاضر نیست به سخن و توصیه اطرافیان توجه نماید، اما به زودی پشیمان شده، خود را سرزنش می کند. از خصوصیات برجسته وی در این دوره زود رنجی او است که وابسته به غدد داخلی و ترشحات هرمونی و نوع تربیت و آموزش وی می باشد. ۲. گرایش به همسالان: به سوی دوستان و همسالانش گرایش دارد و دایره دوستیهایش را افزایش می دهد. از این رو ارزش بزرگسالان و والدین نزد او رو به کاهش می گذارد و سطح ارتباط او با آنان پایین می آید. در واقع او در این مرحله به سوی استقلال عاطفی گام برمی دارد. ۳. انتقاد ناپذیری: نوجوان تحمل شنیدن انتقاد را ندارد، اما به شدت از دیگران انتقاد می کند. او ممکن است انتقاد را تا آنجا ادامه دهد که روابط صمیمانه خویش با والدینش را به مخاطره بیاندازد. ۴. از خود گذشتگی: حس فداکاری در او جلوه گر می شود و در برابر ستم می ایستد و حاضر نیست در برابر حرف زور ساکت بماند. ۵. احساس شخصیت: تلاش می کند به دیگران بقبولاند فردی مستقل و کارآمد است از این رو از هر نوع بی توجهی آزرده خاطر می شود و به شدت موضع گیری می کند. ۶. ناامیدی: در صورت شکست دچار یاس و افسردگی می گردد. در مواقعی به گوشه تنهایی پناه می برد و در حالت های افراطی به خاطر فرار از احساس سرشکستگی دست به بزه و خطا می زند. ۷. وضع ظاهری: مقداری از وقت خود را صرف وضعیت ظاهری خود می کند و سعی دارد

خود را شخصی آراسته بنمایاند. وی برخلاف دوران کودکی در پوشش و آرایش ظاهر خود سختگیری به خرج می‌دهد و همین امر سبب درگیری او با مریدان و والدین می‌شود. ۸. تخیل: نوجوان در این دوران به خیال‌پردازی روی می‌آورد و دنیایی رؤیایی برای خود می‌سازد. این مسئله گاه آنچنان شدت می‌گیرد که موجب سرزنش وی از سوی اطرافیان می‌گردد. ۹. آینده: در عین حال نوجوان به سوی آینده نیز نیم‌نگاهی دارد و نگران سرنوشت تحصیلی، شغلی، اقتصادی، خانوادگی و اخلاقی خویش است. همین مسئله در مواردی وی را دچار پریشانی و اضطراب خاطر می‌نماید (۲). ۱۰. دوستیها: روان‌شناسان در این دوران دست کم سه نوع دوستی را بیان می‌کنند: یکم: دوستیهایی که نوجوان با همجنس و همسال خویش برقرار می‌کند. این نوع دوستیها با تقدیم هدیه و احساسات پاک به اوج خود می‌رسد و نوعی انحصارطلبی در آن مشاهده می‌شود. دوم: نوجوان گاه با کودکان خردسال روابط صمیمانه برقرار می‌سازد و به حمایت از آنها می‌پردازد. در این گونه موارد از آنجا که احتمال انحرافهای جنسی وجود دارد مناسب است به دقت این روابط مورد توجه والدین و مریدان قرار گیرد. سوم: در نوع سوم دوستی بین نوجوان و شخص بزرگسال تر رخ می‌دهد. در این حال شخص بزرگ تر طرف اعتماد نوجوان قرار می‌گیرد، حتی ممکن است این رابطه به ارتباطی تنگاتنگ بدل شود. در این موارد بایستی خانواده و اطرافیان نوجوان بر این نوع دوستی نظارت کاملی را اعمال نمایند و از پاکی و صداقت دوست بزرگسال مطمئن شوند (۳). ب) ویژگیهای اجتماعی با فرا رسیدن ایام نوجوانی دو حس ارزشمند در نوجوان هویدا می‌گردد. کهلبرگ روان‌شناس مشهور در همین رابطه می‌گوید: «نوجوانی مرحله‌ای انتقالی است که با دو ویژگی کشف خویش و هویت‌یابی و تعالی اجتماعی همراه است. (۴)» ۱. مشارکت اجتماعی: نوجوان در تلاش است با قبول مسئولیتها و مشارکت در فعالیتهای جمعی برای خویشتن نوعی نقش و جایگاه اجتماعی تعریف نماید. از این رو به شناخت قوانین و مقررات اجتماعی و بررسی ارزشهای اجتماعی روی می‌آورد. در این صورت اگر وی از راهنماییهای به جای اطرافیان برخوردار باشد، می‌توان از او نقشی فعال و تا حدودی هماهنگ و ارزشمدار انتظار داشت و در غیر این صورت ممکن است این حس به انحرافات اجتماعی بیانجامد. ۲. هویت‌جویی: در سالهای آغازین نوجوانی، پسران و دختران تحت نفوذ همسالان خود قرار دارند و برای ایشان هماهنگی با گروه دوستان بسیار با اهمیت است، اما با گذر این مرحله به تدریج نوجوان در جستجوی هویت خویش برمی‌آید و به رفتارهایی مستقلانه اقدام می‌کند. البته باید توجه داشت که ارائه آگاهیهای لازم در زمینه‌های هویت دینی و ملی می‌تواند کمک مثبتی به قوام شخصیت نوجوان در این دوران باشد. از سوی دیگر بی‌توجهی به این مسئله خطر «بحران هویت را در پی دارد که عواقب خطرناک و اسف بار آن می‌تواند تا مدت‌ها دامنگیر شخص و جامعه وی شود. نوجوانی و نیازها شناخت نیازهای نوجوانان و پاسخگویی به آنها از مهمترین وظایف والدین و مریدان می‌باشد. این نیازها را می‌توان به دو دسته نیازهای زیستی و روانی تقسیم نمود. الف) نیازهای زیستی این نیازها شامل نوع تغذیه، خواب، استراحت، فعالیتها و... می‌باشد و با توجه به تغییرات همه جانبه در دوران نوجوانی می‌توانند تا حدودی در بهداشت و بهبود وضعیت جسمی و روحی او موثر باشند. ب) نیازهای روانی این دسته از نیازها از دسته نخست مهمتر است، چرا که بی‌توجهی به آنها موجب اختلالات شخصیتی و بیماریهای روانی می‌شود. بسیاری از مردم آزاریها، بزهکاریها، افسردگیها، پرخاشگریها و بدبینیها، نتیجه عدم ارضای کافی و به موقع این نوع از نیازها است. از این رو به صورت چکیده و فهرست‌وار به بررسی این گونه نیازها می‌پردازیم (۵): ۱. محبت‌جویی: نوجوان علاقه‌مند است تا دوست‌بدارد و دوست داشته شود، به تعبیری محبت‌کنند و محبت‌بینند. به همین خاطر وی در جستجوی محبت‌به هر سویی می‌رود. و در این میان جمع دوستان، خانواده، مدرسه و... از جمله کانونهای مورد توجه نوجوان است که می‌تواند اثرات مثبت یا منفی بر وی برجای گذارد. بر پایه همین نیازها است که برخی نوجوانان به دنبال عدم ارضای این حس به کانونهای منحرف و خارج از خانواده و محیطهای نامطلوب جذب می‌شوند و در دام آنها گرفتار می‌شوند. ۲. امنیت‌خواهی: بر خلاف ادعاهای استقلال طلبانه دوران نوجوانی، وی نیازمند به احساس امنیت خاطر و آرامش بوده، در مواقع اضطراب و هراس همواره در پی یافتن پناهگاه و یارانی است

که از او در برابر ناملايمات دفاع نمایند. به همین دلیل وی به گروه‌های حمایتگر جذب می‌شود، هر چند این گروه‌ها از دیدگاه اجتماع ناپسند جلوه کنند. ۳. نیاز به مقبولیت و محبوبیت: در این سنین وی با ورود به جمع همسالان خود تلاش می‌کند تا با بروز استعدادهايش، طرف توجه آنان واقع گردد. در این سالها او معیارهای گروهی را بر بسیاری از مرزها و معیارهای اجتماعی، مذهبی و خانوادگی ترجیح می‌دهد. و از آنجا که از مطرود شدن می‌هراسد، با فعالیتهای گروهی هم سویی و همدلی بیشتری نشان می‌دهد. امروزه با توجه به گسترش زندگی شهرنشینی و زمانه درهم شکسته شدن صمیمیتهای و پراکندگی خانواده‌ها، مسئله گروه‌گرایی غالباً به شکلهای منفی جلوه‌گر می‌شود و موجب پیدایش گروه‌های هنجارشکن مانند رپ، هوی متال و ده‌ها دسته و گروه کوچک و بزرگ در سطح کشوری یا بین‌المللی شده است. ۴. تشویق و تکریم: نوجوان احترام خواه و تکریم‌پذیر است. او در برابر همراهی با ارزشهای موجود توقع تشویق و احترام دارد. از سوی دیگر علاقه‌مند است تنها رفتارهای مسئولانه‌اش مورد توجه قرار گیرد و از خطاهایش چشم پوشی شود. پاسخگویی به این نیازها ثمرات پربراری در پی دارد که از جمله آنها می‌توان به اعتماد به نفس، احساس ارزش، توانایی، موفقیت و شایستگی اشاره نمود. ۵. استقلال: بسیاری از نوجوانان از تسلط والدین و مربیان بر رفتارهای خود برمی‌آشوبند و در صدد کسب استقلال برمی‌آیند. استقلال اقتصادی و استفاده از آزادیهای فردی و اجتماعی از مهمترین خواسته‌های ایشان در این دوران است. همین نیاز موجب برخوردها و تنشهایی در روابط نوجوان، والدین و نیروهای اجتماعی می‌شود که می‌توان با شکیبایی، پاسخگویی و مهرورزی در تعدیل این خواستها، قدمهای مؤثری برداشت به گونه‌ای که با جهت‌دهی این نیاز، آسیبهای این مرحله را به حداقل رساند. ۶. نیاز به مذهب و فلسفه زندگی: بی‌گمان نوجوانی یکی از عقیدتی‌ترین دوران حیات انسان است. نوجوان به دنبال تکیه گاهی روحی می‌باشد تا به مدد پشتیبانی آن راز وجودی خود و علت هستی‌اش را دریابد. گاه این روحیه در وی چنان شدت می‌یابد که به ریاضتهای سخت روی می‌آورد. او در این مرحله دارای احساسات و عواطف خالصانه و لطیفی می‌شود که کشش و جاذبه آن تمام وجودش را تحت تاثیر قرار می‌دهد. بر همین اساس است که امیرمؤمنان در نامه خویش به فرزند دلبندش سیر تربیت او را در آغاز بر مبنای آموزشهای مذهبی قرار می‌دهد و او را برای رویارویی با شبهه‌های زمانه آماده می‌نماید و می‌فرماید: «وان ابتدئک بتعلیم کتاب الله عزوجل و تاویله و شرایع الاسلام و احکامه و حلاله و حرامه لا اجاوز ذلک بک الی غیره، ثم اشفقت ان یلتبس علیک ما اختلف الناس فیه من اهوئهم و آرائهم مثل الذی التبس علیهم فکان احکام ذلک علی ما کرهت من تنبیهک له احب الی من اسلامک الی امر لا آمن علیک به الهلکة (۶)» پس در آغاز تربیت تصمیم گرفتم تا کتاب خدا را به همراه تفسیرش به تو بیاموزم و شریعت اسلام و احکام آن را از حلال و حرام به تو تعلیم دهم و به چیز دیگری نپردازم. پس از آن ترسیدم که مبدا بینشهای منحرف که سبب پراکندگی و شبهه مردم گردیده است به تو نیز هجوم آورد از این رو آگاهی تو را از این موارد بر ناراحتی و دغدغه‌ام - از مواجهه تو با این مسائل - ترجیح دادم تا تسلیم هلاکتهای اجتماعی نشوی. ۷. نیاز به رشد و کمال یافتگی: با فرا رسیدن ایام نوجوانی، نوجوانان تمایل دارند استعدادهای خود را شکوفا ساخته از ظرفیتهای خود بیشترین بهره را ببرند (۷). همین حس است که سبب می‌شود آنان بی‌هیچ هراسی در جاده‌های سخت زندگی و شرایط دشوار گام نهند و در بسیاری از مواقع قله‌های موفقیت را فتح نمایند. نمونه زیبای این کمال یافتگی را که بیشتر ناظر به روحیات ارزشی و حماسی است در دوران دفاع مقدس و حضور حماسی نوجوانان به خوبی می‌توان یافت. دوران شکفتن با توجه به آنچه گفته شد می‌توان دوران نوجوانی و از پی آن جوانی را دوران شکفتن دانست. دوران طلایی و پر ارزشی که تنها یکبار در زندگی انسان رخ می‌دهد. سادگی و بی‌آلایشی این دوران به همراه عشق خالص به رفتارهای والا موقعیتی کم نظیر را فراروی مربیان، مبلغان و والدین پرتلاش و مسئولیت‌شناس می‌گذارد که بهره برداری از آن موفقیت‌های دراز مدتی را به دنبال می‌آورد. در واقع این مرحله از زندگی همان دوران قوت و قدرتی است که خداوند در کلام خویش در میانه دو دوره ناتوانی و سستی می‌آورد و بیشترین تکالیف را برای همین دوران در نظر می‌گیرد. «الله الذی خلقکم من ضعف ثم جعل من بعد ضعف قوه»

ثم جعل من بعد قوة ضعفا وشيبة (۸) خدا همان کسی است که شما را در حال ضعف آفرید و پس از آن ناتوانی، قوت و توانایی بخشد و بار دیگر پس از توانایی، ضعف و پیری را قرار داد. نوجوانی و عوامل مشکل‌زا پس از آشنایی با برخی ویژگی‌های نوجوان، مناسب است نیم‌نگاهی به عوامل مشکل‌زای این دوران داشته باشیم؛ چرا که با شناسایی این علتها، مبانی رفتاری نوجوانان مشخص می‌شود و می‌توان در مواجهه با آنها روشهای مناسب را برگزید. الف) کشمکش رفتاری: کودک به ناگاه وارد مرحله‌ای جدید از زندگی می‌شود. وی متوجه تغییراتی در خود می‌گردد و سطح توقعات اطرافیان را از خود بیشتر می‌بیند. از سویی در خود کششی اجتناب‌ناپذیر به سوی استقلال می‌یابد، ولی از دیگر سو نمی‌تواند از حمایت‌های والدین و توجه‌های بی‌دردسر دوران کودکی دست‌بکشد. بر همین اساس دچار کشمکش درونی گشته رفتارهای متفاوتی از خود بروز می‌دهد. ب) استقلال‌طلبی: احساس هویت جدید به او این امکان را می‌دهد که علیه تمامی مراجع وابستگی و قدرت از جمله پدر و مادر سرکشی کند. بحثها و مجادله‌های طولانی، موضع‌گیری در برابر خواست والدین و مربیان، عدم انجام تکالیف و وظایف و در مواردی بزهکاری، از همین مسئله ناشی می‌شود. ج) قدرت‌تحلیلی: دنیای نوجوانی، دنیایی تحلیلی - انتقادی است. نوجوان در خود توانایی تحلیل مسائل را می‌یابد. نقاط مثبت و منفی دیگران را می‌شناسد و الگوهای گذشته خود را به نقد می‌کشد و اعتماد خود را از ایشان دریغ می‌دارد. از طرفی احساسات عاطفی نسبت به بزرگسالان به ویژه پدر، مادر و مربیان محبوب، او را دچار دوسوگرایی و کشمکش عاطفی می‌کند. د) هدف‌شناسی: با پدیدار شدن علائم بلوغ جنسی و گسترش تواناییهای فکری - منطقی، فرد نیز دچار تحول جدی می‌شود. وی با پرسشهایی همچون «من کیستم؟» و «هدف من از زندگی چیست؟» روبرو می‌گردد و ذهن جستجوگر او در پی یافتن پاسخی به این پرسشها است و در تلاش است، تا شخصیتی یکپارچه برای خود بسازد. در این دوره او با سه معیار کلی روبرو است. اول. ارزشهایی که در دوران کودکی به وی ارائه گردیده است و مورد پذیرش والدین او است. دوم. ارزشهای گروه همسالان که همینک با آن درگیر است. سوم. معیارها و ارزشهای اجتماعی، مذهبی و فرهنگی جامعه. در اینجا چنانچه این سه معیار با یکدیگر همخوانی داشته باشند، نوجوان می‌تواند به آسانی هویت خویش را شکل داده، جایگاه خود را بهبود بخشد؛ اما مشکل زمانی آغاز می‌شود که این معیارها با یکدیگر ناهمخوان، متضاد و متعارض باشند و از وی وظایفی ناهماهنگ را درخواست نمایند. در این فرض است که او خود را در گرداب تعارضها، سردرگمی و اضطراب، ناتوان می‌یابد و برای فرار از این مشکل وحشت‌زا به هر سویی پناه می‌برد. ه) بلوغ جنسی: رشد و نمو غدد داخلی و ترشح هورمونهای جنسی، نوجوان را در آغاز راهی سخت قرار می‌دهد. کشش و انگیزه‌ای جدی برای ارتباط با غیر هم‌جنس در او بیدار گردیده است. وی در صدد است این انرژی متراکم را در جایی آزمایش کند؛ اما از عواقب آن می‌هراسد. با گسترش تمایلات جنسی، تغییراتی در سازمان جسمی و عضلانی او پدیدار می‌شود و زمینه را برای برخوردهای خشن یا غیر متعارف با دنیای خارج فراهم می‌سازد. تحمل این مشکلات، فشارهای روحی بسیاری بر وی وارد می‌کند. این حالت به ویژه زمانی که نوجوان دچار بلوغ زودرس شده است، مشکلات بیشتری را برای وی ایجاد می‌کند و او را دچار انحرافات از قبیل مقاربت جنسی غیرمتعارف، خودارضایی، همجنس‌گرایی، حیوان‌بازی، نظر‌بازی یا... می‌نماید (۹). و) بی‌تجربگی: از جمله عللی که ریشه بسیاری از رفتارهای به ظاهر غیر خردمندانه نوجوانان به شمار می‌رود، بی‌تجربگی و عدم آمادگی برای برخورد با مسائل و مشکلات است. نوجوان به واسطه عدم آشنایی و تجربه لازم، از حل مشکلات و مسائل ناتوان می‌ماند و در خود احساس عدم شایستگی کرده، دچار خود کم بینی می‌شود. از زاویه دیگر، وجود روحیه عدم وابستگی نمی‌گذارد وی دست‌یاری به سوی دیگران دراز کند و این آغاز رفتارهای غیرمعقول او است. ز) پرورش و آموزش: محیطهای تربیتی و آموزشی نیز به عنوان یکی از عوامل بسیار مهم در شکل‌دهی رفتارهای نوجوان می‌تواند مورد توجه قرار گیرد. درگیریهای پدر و مادر با یکدیگر یا فرزندان، محرومیت‌های فرهنگی، سختگیری و مراقبتهای بیش از حد یا رهاسازی و آزادیهای نا به‌جا، همگی از عوامل مشکل‌زا برای سلامت دوران نوجوانی است. ح) شکافها و محرومیتها: از دیگر عوامل تاثیرگذار بر

کردارهای نوجوانان ساختار و اوضاع و احوال اقتصادی، اجتماعی و سیاسی جامعه است. محرومیت‌های مالی، شکاف‌های اقتصادی، کمبود امکانات فرهنگی، نبود شرایط مناسب و مساوی برای پیشرفت همگان، نبود اماکن مذهبی و نیروهای کارآمد و... از جمله اهرم‌های مهم برای ایجاد رفتارهای نامناسب در نوجوان به شمار می‌رود. مشکلات روحی و ایام نوجوانی تراکم مشکلات بیرونی و فشارهای درونی در دوران بلوغ، نوجوان را دچار تشویش می‌نماید و سبب تولید اختلالاتی در شخصیت وی می‌شود. نابسامانی‌های این دوران به دو دسته زودگذر و عمیق تقسیم می‌گردد، که دسته اول با گذشت زمان بهبود می‌یابد. مانند تأثر نوجوان از درگیری با خانواده یا گروه دوستان. اما اختلالات عمیق در لایه‌های پایین شخصیت وی نفوذ کرده، او را به بیماری دچار می‌کند. در این بخش مهم‌ترین اختلالات شخصیتی را بیان خواهیم نمود. ۱. احساس خود کم بینی نوجوانان گاه به دلیل داشتن کاستی‌های بدنی، مشکلات خانوادگی، شکست‌ها، محرومیت‌ها، سرزنش دیگران و تمسخر دوستان و همسالان خود، به عدم اعتماد به نفس دچار می‌شوند. این احساس حقارت موجب به کار افتادن مکانیزمی دفاعی در آنان می‌شود تا تعادل روانی از دست رفته، بار دیگر بازسازی شود. از اینرو نوجوان برای سرپوش گذاشتن بر روی ناتوانی‌هایش یا از جمع جدا شده و گوشه‌گیری اختیار می‌کند یا برای جبران به خودستایی، دستور به افراد ناتوان‌تر و زیردست و بدگویی از افراد توانا و بالادستی دست می‌یازد و در مواردی برای جبران شکست‌هایش به خشونت، خودآزاری یا دیگرآزاری روی می‌آورد. روایت زیبایی امام هادی علیه السلام را می‌توان ترجمان همین مطلب دانست که فرمودند: «من هانت علیه نفسه فلا تامن شره (۱۰)» از شر آن کس که دچار خود کم‌بینی است ایمن نباش. ۲. رفتارهای عصبی فشارهای گوناگون، بیماری‌های جسمی، نبود تجربه کافی، رفتارهایی عصبی را در نوجوان به دنبال می‌آورد. جویدن ناخن‌ها، لب‌گزیدن، بازی با انگشتان، اضطراب از برخورد با دیگران، گریه، فریاد، رفتارهای تهاجمی، زودرنجی و بدبینی، از جمله رفتارهایی است که در این طبقه جای می‌گیرند. گاه نوجوان برای رهایی از این ناراحتی‌ها، راهی جاده‌های خلاف می‌شود و به دنبال آرامشی هرچند موقت به دام مواد مخدر و دام‌های آلوده می‌افتد. ۳. ترس و اضطراب ترس واکنشی طبیعی در برابر یک پدیده واقعی است. از انواع ترس در روزگار نوجوانی می‌شود از این موارد نام برد: ترس از عدم موفقیت در امتحانات، ترس از جدایی والدین، ترس از مشکلات زندگی و ترس از انحرافات اخلاقی و مذهبی. اما اضطراب هیجانی است که در اثر برخورد با یک خطر احتمالی بدون آن که منبع این هیجان مشخص باشد پدید می‌آید. اضطراب ممکن است از چند دقیقه تا چند ساعت ادامه پیدا کند. اضطراب که در واقع همان «دلشوره عامیانه است، می‌تواند در صورت ادامه منشاء اختلالات روانی شود (۱۱). ۴. افسردگی از جمله اختلالات رایج در میان نوجوانان افسردگی است. این حالت غالباً با گوشه‌گیری همراه است و موجب محدود شدن تماس‌های اجتماعی، کم‌رویی افراطی، تردید در رفتارها، کم‌حرفی و عدم مشارکت می‌گردد. افسردگی در موارد حاد زمینه‌ساز خودکشی می‌شود. ۵. وسواس برخی نوجوانان دارای احساس شک و تردید همیشگی می‌باشند. افکار مزاحم همواره آنان را آزار می‌دهد و موجب عدم اطمینان به عمل گذشته‌شان می‌شود، به همین خاطر آنان به تکرار آنچه قبلاً انجام داده‌اند روی می‌آورند تا از صحت و درستی کارشان مطمئن شوند. به عنوان مثال چند بار دست‌خورد را با صابون می‌شویند، اما دغدغه انجام درست کار لحظه‌ای آنان را رها نمی‌کند. از اینرو با دقتی بیش از اندازه آن اعمال را تکرار می‌کنند. «تحقیقات در زمینه وسواس نشان می‌دهد، افراد مبتلا به وسواس بیشتر به خانواده‌هایی تعلق دارند که پدر و مادرهایی سختگیر، کامل‌طلب، تمیز، دقیق در جزئیات، و بی‌تحمل در برابر بی‌نظمی دارند. این والدین غالباً آرمان‌هایی بسیار دست‌نیافتنی برای فرزند خود در نظر می‌گیرند و بدون توجه به آمادگی یا توانایی جسمی و روانی او، عقاید خود را با فشار به او تحمیل می‌کنند. (۱۲)» در هر حال این مشکلات و دیگر مسائل دوران نوجوانی، طبیعتی ناپایدار برای نوجوانان به ارمغان می‌آورد و این طبیعت متناقض، رفتارهای غیر منسجم و متضاد را به بار می‌آورد که گاه فرسنگ‌ها با شاهراه عقل و خرد فاصله دارد. شاید به همین خاطر است که رسول بزرگوار اسلام صلی الله علیه و آله دوران جوانی را به دور از رفتارهای خردمندانه ارزیابی کرده و فرموده‌اند: «الشباب، شعبه من الجنون (۱۳)»

جوانی نوعی جنون و از خود بی خودی است. واکنشهای دفاعی منظور از واکنشهای دفاعی، رفتارهای مشخص و تدافعی است که شخص به صورت ناخودآگاه و به منظور حل مشکلات و عقده‌های روانی و برای حفظ تعادل روانی خویش و رهایی از چنگال اضطراب به کار می‌برد. نوجوان نیز از این نوع واکنش بیگانه نیست و زمانی که نتواند به نیازهای روانی‌اش پاسخ مثبت دهد یا دچار اضطراب و تضادهای درونی گردد، به صورت ناآگاهانه سیستمهای دفاعی خود را به کار می‌اندازد. واکنشهای دفاعی در واقع نوجوان را به نوعی خودفریبی دچار می‌کند و میان وی و درک واقعیتها فاصله می‌اندازد. اکنون به برخی از این واکنشها می‌پردازیم (۱۴). ۱. پرخاشگری در این نوع واکنش شخص محرومیت‌های خود را با رفتارهایی خشن و خصمانه جلوه گر می‌سازد و به اعمال بزهکارانه مانند سرقت یا انحراف جنسی اقدام می‌نماید. به تعبیری دیگر او می‌خواهد دیگران نیز تاوان محرومیت‌های او را پردازند و فشارهای او را به نحوی تحمل کنند. ۲. انکار در این حالت شخص حقایق نامطلوب را نادیده می‌گیرد و حقایق را نمی‌پذیرد و به تفسیری دلخواه از واقعیت دست می‌زند. البته بدیهی است که انکار واقعیت متفاوت از دروغ است زیرا دروغگو با آگاهی کامل از واقعیت به جعل می‌پردازد اما در اینجا شخص برای فرار از واقعیت، خواهان دریافت حقیقت نیست. ۳. خیال‌گرایی در این واکنش نوجوان به واسطه گریز از شکستها در عالم واقع به دنیای خیال می‌گریزد و آنچه را به دست نیاورده یا ندارد، در آنجا می‌سازد. البته تخیل در نوجوان امری طبیعی است اما زیاده روی در آن ممکن است به شخصیت اجتماعی نوجوان ضربات سنگین وارد نماید. ۴. برگشت نوجوان هنگامی که تحت فشار و مؤاخذه قرار می‌گیرد رفتارهایی از خود بروز می‌دهد که با سن او تناسب ندارد. در حقیقت او برای کاستن از سطح فشار به دوره کودکی و رفتارهای آن باز می‌گردد. زیرا وی در آن دوران به خاطر برخی از کارها این چنین مورد توبیخ قرار نمی‌گرفت. ۵. جبران در واکنش جبران، نوجوان برای رهایی از نگرانی، تلاش خود را در زمینه‌های دیگر به کار می‌برد. مثلاً وقتی در درس نمره‌ای نامناسب می‌گیرد، سعی می‌کند در ورزش ممتاز شود اما این واکنش همیشه مثبت نیست بلکه ممکن است نوجوان برای اثبات توانایی خویش به تحقیر و تخریب دیگران نیز دست‌بزند. ۶. توجیه در این بخش فرد برای رفتارهای نابه‌هنجارش ظاهری منطقی می‌سازد و به گمان خود عملکردش را درست جلوه می‌دهد. این مکانیسم موجب می‌شود تا نوجوان از اعتراف به شکست‌بگریزد و از اشتباه خود درس و عبرت لازم را نگیرد. و بر رفتار ادرست‌خود پافشاری نماید. ۷. همانندسازی این مکانیزم نقش مهمی در شکل‌دهی شخصیت نوجوان دارد. همانندسازی تا آنجا که مربوط به الگوهای مثبت است مسئله‌ای شایسته و پسندیده است اما زمانی که همانندسازی با افراد منحرف صورت پذیرد، این ماجرا بعدی خطرناک به خود می‌گیرد. البته توجه داشته باشیم که همانندسازی ناخودآگاه است و برخلاف امور تقلیدی، آگاهانه نیست. ۸. جابجایی گاه دیده می‌شود نوجوان با خواهر و برادر خود رفتار مناسبی ندارد. در این موارد ممکن است او از مکانیسم جابجایی استفاده کرده باشد. این مکانیسم عبارت است از انتقال افکار، احساس، انرژی روانی و یا حالت‌های عاطفی از شخصی یا شیئی به شخص یا شیئی دیگر که به طور ناخودآگاه صورت می‌گیرد. معمولاً واکنشهای نوجوانان از موضوعات پرخطر به موضوعات کم‌خطرتر منتقل می‌گردد. به عنوان مثال فرض کنید نوجوان از رفتار والدین خود ناراضی است اما او نمی‌تواند ناراضیتی‌اش را از وضع موجود به صورت صریح و آشکار مطرح کند. چون ممکن است عواقب ناگواری برای او به دنبال بیاورد. به همین خاطر خشم خود را متوجه خواهر و برادر کوچکتر خود می‌نماید. ۹. فرافکنی در این واکنش، نوجوان کاستیها، اندیشه‌ها و انگیزه‌های ناپسند خود را به دیگران نسبت داده، خود را منزّه نشان می‌دهد. به عنوان مثال بجای آنکه بگوید: «من از فلانی بدم می‌آید»، می‌گوید: «فلانی از من بدش می‌آید». یا به جای آنکه گناه خود را قبول کند، دیگران را مقصر می‌داند و تقصیر را متوجه آنان می‌سازد. رابطه با نوجوان تا کنون درباره برخی ویژگیهای مهم دوران نوجوانی مطالبی مطرح گردید. اهمیت آنچه گذشت از آن جهت است که نوعی بازشناسی آن دوران به حساب می‌آید و ما را در درک بهتر این دوره یاری می‌کند. با درک بهتر اندیشه‌ها، رفتارها و ویژگیهای نوجوان، راه برای ارتباط سازنده با او باز خواهد شد. و مربیان و والدین می‌توانند نوجوان را در

گذری از این دوران انتقالی مدد دهند. ضرورت این مسئله زمانی آشکارتر می‌گردد که بپذیریم این دوران بهترین زمان تربیت و آموزشهای جدی و انسان ساز است. همانگونه که امیرالمؤمنین علیه السلام در نامه ۳۱ نهج البلاغه به امام حسن علیه السلام اینگونه می‌نویسند: «فبادرتک بالادب قبل ان یفسو قلبک و یشتغل لبک؛ در تربیت تو شتاب نمودم، پیش از آنکه دلت سخت گردد و خرد و عقلت به دیگری بگردد.» انتظار از نوجوان این نکته نیز شایسته یادآوری است که، پیش از هر ارتباط مؤثر، لازم است نگاه ما به نوجوان منطقی شود و او را آن گونه که ست‌بنگریم تا بتوانیم سطح انتظارات خویش را به صورتی مناسب و خالی از زیاده خواهی یا سهل‌انگاری تنظیم نمائیم. اگرچه مباحث پیشین تا حدودی می‌تواند در این مرحله ما را یاری رساند اما دریغ است که روایتی همچون گفتار امام سجاد علیه السلام را که می‌تواند تصویری روشن و شفاف برای ما فراهم آورد، از نظر دور داشت. امام در ضمن نامه‌ای به محمد بن مسلم زهری - که از مردان دانشمند زمان خویش بود - اما گرایش به مال و مقام او را از راه راستها دور نموده بود - در مقایسه‌ای پندآموز، دوران نوجوانی را این گونه معرفی می‌نماید: «فاذا کانت الدنیا تبلغ من مثلك هذا المبلغ مع کبر سنک و رسوخ علمک و حضور اجلک، فکیف یسلم الحدیث فی سنه، الجاهل فی علمه، المافون فی رایه، المدخول فی عقله (۱۵)؛ آنگاه که همچون تویی که سالیان دراز زندگی کرده‌ای، علمت ژرف و بسیار و پایان زندگی ات نزدیک است، اینچنین به دام دنیا گرفتار می‌آید (و تا این پایه فرومایه می‌گردد)، پس چگونه نوجوانی نخواستسته (در برابر گرایشهایش) سالم بماند؟ او که از دانش بی بهره است، بینشش سست و خردش نارسا است.» نوجوانی، دوران لجاجتها و خودسریها است. نوجوان در برابر پند و اندرز می‌ایستد، اما در عین حال پاکی، سادگی و صداقت درخور توجه او، وی را به موجودی دوست داشتنی و آماده کمال تبدیل می‌کند. وجود او سرزمین بکری است که در دستان باغبانی کارآموده به گلستانی زیبا و در پناه کشاورزی دانا به زمینی پرثمر تبدیل خواهد شد. و این واگویی‌ای از همان گفتار امیرمؤمنان علیه السلام است که فرمود: «وانما قلب الحدیث کالارض الخالیة ما القی فیها من شیء قبلته (۱۶)؛ قلب نوجوان چونان زمین بکر و دست نخورده‌ای است که هرچه در آن افکنده شود آن را می‌پذیرد.» در حقیقت همین طبیعت متضاد است که همچون کوره‌ای شخصیت وی را می‌گدازد تا حقیقت نوجوان آشکار شود و چون ماده‌ای خام و شکل‌پذیر به کمال خویش برسد. و در اینجا رسالت عظیم راهبران نوجوان معنا می‌یابد تا با دستان پرعاطفه، گرم و با محبت خویش به همراه ره‌توشه شناخت و شکیبایی در شکل دادن به این شخصیت خام کمال همت را به کار گیرند. توصیه‌های کارا تمام آنچه تاکنون آمد تاکید بر حساسیت دوران نوجوانی بود، اما آنچه بیش از همه مهم است چگونگی ارتباط بین نوجوان و بزرگسال می‌باشد. در این قسمت به گونه‌ای چکیده توصیه‌هایی راهگشا برای ارتباط بهتر با نوجوانان ارائه خواهیم داد (۱۷):

۱. زمینه‌های ارتباطی نوجوانان، غالباً یا تنها بوده، به کارهای خود مشغول‌اند یا با گروه همسالان و دوستان به سر می‌برند. از اینرو ارتباط برقرار کردن با آنها تا حدودی دشوار است. اما اگر بتوان در فعالیتهای مورد علاقه ایشان مانند کوهنوردی، ورزش و دیگر فعالیتهای مشارکت کرد، زمینه‌های ارزشمندی برای ارتباط فراهم خواهد شد.
۲. گفتگوهای غیرانتقادی چنانچه زمینه‌های گفتگو فراهم گشت، نبایستی با مچ‌گیرهای نابجا، نصیحتهای انتقادی و ... این گفتگو و ارتباط را وارد مرحله‌ای سرد نمود. کمی شکیبایی و زمان‌شناسی می‌تواند کمک مؤثری در ارتباطهای بعدی و پندآموزی غیرمستقیم باشد.
۳. نگاه مثبت: نوجوان اگر چه گاه مرتکب اشتباهاتی بزرگ می‌شود اما بی‌تردید گفتار و کردار وی همیشه منفی نیست، بلکه دارای جنبه‌های مثبتی نیز هست که با تاکید بر آنها ضمن تشویق و عمق بخشی به جنبه‌های مثبت، ارتباطی صمیمانه پدیدار خواهد شد و این آغاز راه تکامل است.
۴. پاسخهای مناسب: یکی از علت‌های گریز نوجوانان از ارتباط با بزرگسالان، طولانی شدن گفتگوها است. از اینرو بهتر است در پاسخ به خواست یا پرسش آنان زمان به خوبی در نظر گرفته شود و پاسخها از حد نیاز فراتر نرود.
۵. پرهیز از تکرار نسنجیده نوجوان ممکن است بارها شاهد تکرار یک مطلب یا پند باشد، توجه داشته باشیم که تکرار یک مسئله همیشه سودمند نیست بویژه زمانی که حالت روزمره به خود بگیرد.
۶. پرسشهای راهنما پیش از واکنش در برابر درخواست یا رفتار نوجوان، لازم است در اطراف این واکنش

مقداری تفکر کرد. نوجوان گاهی به خاطر بی‌تجربگی دست به کارهای ناممکن و نادرست می‌زند، در این مواقع مناسب است به جای توصیه‌های مستقیم، او را با پرسشهای خویش متوجه اشتباهش کنیم. ۷. نحوه بیان نوجوانان به دقت نحوه بیان بزرگسالان را مورد توجه قرار می‌دهند و بر اساس آن به قضاوت و واکنش می‌پردازند. حالت چهره، نوع گویش، چگونگی پردازش عبارتها و ... از این نمونه می‌باشد که به نوبه خود می‌توانند نقش عمده‌ای را در ارتباط برعهده گیرند. ۸. پالایش گفتار از احساس نوجوان به دلیل تجربه ناکافی و غلبه احساسات گاه در بیان منظور خود با مشکل مواجه می‌شود و مطالب خود را با لحنی غیرمناسب و احساسی بیان می‌کند. در این مورد پالایش گفتار او از احساسات و نحوه بیانش، ما را به راحتی به مقصود او خواهد رساند. ۹. نیازشناسی یکی از بهترین راههای ارتباط با نوجوانان گفتگو درباره نیازهای آنان است. البته باید توجه داشت نوجوانان با یکدیگر تفاوت‌های بسیار دارند و همین مسئله بر روی نیازهای آنان نیز تاثیر می‌گذارد. نوجوان شهری یا روستایی، نوجوان کارگر یا مشغول به تحصیل، نوجوان فقیر و غنی و ... هر کدام نیازمندیهای خاص خود را داشته و به دنبال حل آنها می‌باشند. بر همین اساس می‌توان ضمن شناسایی نیازها و اولویت‌بندی آنها، ارتباطی سازنده و بازدارنده را سامان داد. گفتار پایانی مطالب گفته شده تنها بخشی از دنیای پیچیده و پر راز و رمز نوجوان است. اگرچه بسیاری از والدین و مربیان این دوران را تجربه نموده‌اند، اما با گذشت سالها و ورود به دوران دیگر، بسیاری از مسائل و مشکلات دوران نوجوانی خویش را به فراموشی می‌سپارند. شاید همین نکته است که مانعی اساسی بین نوجوانان و بزرگسالان پدید می‌آورد. در هر حال در ارتباط و حل مشکلات نوجوانان دو سلاح مهم شکیبایی و مدارا را هیچ‌گاه نباید از نظر دور داشت. البته در مواردی نیز با شدت گرفتن بعضی رفتارهای بی‌بایست با طرح موضوع نزد کارشناسان خبره، از آنان یاری گرفت. پی‌نوشت: ۱. نک: روانشناسی نوجوانی، بلرو جونز، ترجمه رضا شاپوریان؛ همچنین «بلوغ»، موريس دبس، ترجمه حسن صفاری و دنیای نوجوان، محمد رضا شرفی، ص ۲۷. ۲. جهت اطلاع بیشتر نک. هلن شاکتر و چنگیز بوئر، مشکلات نوجوانان، و راه حل آنها، ترجمه مجتبی جوادیان، مشهد، دانشسرای عالی. ۳. دنیای نوجوان، دکتر محمد رضا شرفی، ص ۱۵۷. ۴. مسائل نوجوانان و جوانان، دکتر محمد خدایاری‌فرد، ص ۲۸، با اندکی تصرف. ۵. جهت اطلاع بیشتر از مباحث این بخش مراجعه شود به: ظوابطی، مهدی، مبانی مشکل‌شناسی کودکی و نوجوانی، تهران، دانشگاه علامه طباطبایی، ۱۳۶۵. ۶. نهج البلاغه‌نامه ۳۱. ۷. جهت اطلاع نک: ابراهام فرلو، انگیزش و شخصیت، ترجمه احمد رضوانی، مشهد: آستان قدس رضوی: ۱۳۶۷. ۸. روم/۵۴. ۹. نک. روان‌شناسی و تربیت جنسی کودکان و نوجوانان، کوچیتکف و لاپیک، ترجمه محمد تقی‌زاده، انتشارات بنیاد. ۱۰. تحف العقول، ابن شعبه حرانی، تحقیق علی اکبر غفاری، ص ۴۸۳. ۱۱. مسائل نوجوانان و جوانان، ص ۷۲. همچنین ژ، کراز، بیماریهای روانی، ترجمه م. منصور و پ. دادستان، تهران، موسسه مشیری. ۱۲. همان، ص ۷۵، با تصرف. همچنین، شاملو، سعید، آسیب‌شناسی روانی، تهران، انتشارات رشد، ۱۳۶۸. ۱۳. بحارالانوار، ج ۲۱، ص ۲۱۱، الوفاء، بیروت. ۱۴. مطالب این بخش بیشتر به روایت از کتاب «مسائل نوجوانان و جوانان»، ص ۷۷ به بعد نگاشته شده است. ۱۵. تحف العقول، ص ۲۷۷. ۱۶. نهج البلاغه، نامه ۳۱، ج ۳، ص ۴۰. ۱۷. جهت کسب اطلاع بیشتر، نک: کلیدهای رفتار با نوجوانان، فونتل دان، ترجمه مسعود حاجی‌زاده، تهران، صابرین، ۱۳۷۸.

گمشده جوانان و نوجوانان

فراگیری سنت‌ها در هر برهه‌ای از زندگی بشر، امری فرهنگی و متداول شمرده می‌شود. اینکه باید فرزندان خود را در جریان اصول سنتی زندگی و تطابق آن با روال تجربی زندگی فردی قرار داد، امری بدیهی و غیرقابل انکار است بافت کنونی جامعه جوان و نوجوان کشور به گونه‌ای است که در ظاهر، پیروی از پارامترهای سنت را در هر زمینه‌ای بر نمی‌تابد، به غیر از این والدین نیز تلاشی مصرانه در جهت تلقین درونی این فرهنگ در فرزندانشان به عمل نمی‌آورند و در برخی موارد تبعیت از سنت دیرینه را نشان از

نوعی واپس‌زدگی فرهنگی - اجتماعی می‌دانند. این طرز تلقی امروزه در جوانان و نوجوانان به شدت شیوع یافته و از آن تعبیری غلط می‌شود. اینکه اگر از سنت‌ها و عادات گذشته پیروی کنی، فردی سنتی و قدیمی شمرده می‌شوی و در عوض، اگر از این رسوم تبعیت نمایی، امروزی و روی مد محسوب می‌شوی؛ این طرز تلقی در روال زندگی روزمره از نوع پوشش، طرز مکالمه، نوع تعامل و حتی کار آینده آنها تاثیرگذار است و به نوعی افتخار زندگی آنها محسوب می‌شود، از نظر این عده کسانی که از این قواعد و فرامین پیروی نمایند، انسان‌هایی عقب مانده محسوب می‌شوند که از علم روز جا مانده‌اند. البته نباید از محسنات یکی چنین طرز تلقی غافل بود. پیشرفت‌هایی که نسل جوان و نوجوان کشور در اموری چون کامپیوتر، زبان‌های خارجی و تکنولوژی روز به دست آورده بی‌شک مرهون همین انبساط ذهنی آنان و تعلقشان به دنیای امروزی است. در مقابل نیز می‌توان از این رهیافت، معایبی را نیز به دست آورد. معایبی چون ولخرجی‌های مفرط، پایبندی به دوستی‌های نامشروع و عدم التزام به خویشتنداری، و وارد شدن به مقوله‌ی ابتدال در تمامی زمینه‌ها سبب می‌شود که فرد، اگر یک پیروی منصفانه و معقول از امروزی بودن نداشته باشد، با مشکلاتی اینچنینی دست و پنجه نرم کند. همواره و در هر مکتبی اینگونه بوده که مدرنیته از پرچین سنت عبور می‌کرده است. نسل گذشته در رعایت موازینی چون اخلاق، خانواده‌داری و مسایلی از این دست، بسیار بهتر و با اصالت‌تر از نسل کنونی عمل می‌کرده است. باید مراقب بود که فرزندان در تقابل با سنت‌ها که بعدی ارزشی دارند قرار ندهیم. افراط فرزندان در گرایش به منابع روزمرگی (که مدرنیته خوانده می‌شود) در زندگی آینده‌ی آنان فوق‌العاده اثرگذار و تعیین‌کننده خواهد بود. بسیاری از مشکلات مادی که امروزه در روابط زناشویی به وجود می‌آید نظیر افسردگی، اصل تفاهم و چشم و هم‌چشمی، بسیاری از بیماری‌های نسل جدید نظیر ایدز و هپاتیت و بسیاری از واکنش‌ها چون استفاده از مشروبات الکلی، خودزنی، خودارضایی و در نهایت قتل یا خودکشی، بی‌تردید با توجه به روح تکنولوژی و افراط در استفاده از آن، بارور شده و به تجلی رسیده‌اند. بنابراین خطر همواره احساس می‌شود. جوان و نوجوانی که فلسفه‌ی نوع پوشش و یا طرز آرایش موهای سر خود را نمی‌داند. پس در دیگر مسایل روزمره نیز بی‌توجه به منطقی استدلال‌گر، دست به کارهایی می‌زند که عموم آنها، پشیمانی غیرقابل جبرانی را برای وی فراهم می‌آورد. همواره سنت‌ها به مثابه ارزش‌ها تلقی می‌شده؛ کسی که پایبند به سنت‌ها بوده، از ارزش‌ها حمایت می‌کرده و در نتیجه کارهایش با حساب و کتاب و عقلانی‌تر بوده است. برخی نوجوانان و جوانان، سنت رامذموم می‌داند و می‌گویند: «سنت یعنی عقب ماندگی. من در زندگی‌ام تحت هیچ شرایطی از سنت و اصول آن پیروی نمی‌کنم حتی در غذا خوردن خود نیز پیتزا را به قورمه‌سبزی ترجیح می‌دهم». این حرف‌ها به هیچ وجه اعجاب‌انگیز نیست چرا که نمونه‌ی میلیونی آن را می‌توان از زبان و دهان نوجوانان امروزی شنید. والدین باید تلاش بسیاری به خرج دهند تا بتوانند آن مکانیزم غالب که جنبه‌ای فرهنگی - آموزشی دارد را در فرزندان خود احیا کنند. راه نجات هرگونه انحطاط و تحجرطلبی کاذب در میان جوانان و نوجوانان، چنگ زدن به ریسمان ارزش‌هاست. ارزش چراغ هدایت هر نسلی است که از راه انسانی طریق درست را نشان می‌دهد، شاید معنویت به عنوان مهمترین زیرشاخه‌ی ارزش‌ها مطرح باشد که گم‌شده‌ی جوان و نوجوان عصر ماست. ما در تبیین ارزش‌ها به فرزندان نباید آنها را متوجه این مطلب نماییم که سنت یعنی معنویت؛ مطمئناً در پناه رسوم قدیم و پیروی از سنت می‌توانیم به ابعاد بیشتری از یک زندگی سعادت‌مند و فاخر برای فرزندانمان بیاندیشیم.

جنبه‌های مهم شخصیت نوجوان (۱)

چکیده: دوره نوجوانی از مهم‌ترین و حساس‌ترین دوره‌های زندگی انسان به شمار می‌رود زیرا در این دوره نوجوان به دنبال یافتن هویت خویش، در مسیر شکل دادن به شخصیتی متکی به خود گام برمی‌دارد. سؤالات متعددی نیز در ذهن نوجوان نقش می‌بندد که چنانچه نتواند پاسخی مناسب برای آن‌ها بیابد، چه بسا ممکن است شخصیتی متزلزل و احیاناً دوگانه پیدا کند. بنابراین، شناخت

جنبه‌های مهم جسمانی، روانی، اجتماعی، عقلانی و اخلاقی نوجوانان این توانایی را به نوجوان و اطرافیان او می‌دهد تا شیوه صحیح برخورد با تغییرات جسمی - روانی به وجود آمده را بدانند و تا حدی از بروز ناسازگاری‌های خاص این دوران جلوگیری نمایند. این مقاله، نیم‌نگاهی به جنبه‌های مهم شخصیت نوجوانان انداخته است. مقدمه دوره نوجوانی هم‌زمان است با دوره بلوغ؛ یکی از بحرانی‌ترین دوره‌های زندگی. در دوره بلوغ، تغییرات گوناگونی در ابعاد شخصیتی نوجوان رخ می‌دهد که هر کدام به نوعی می‌تواند بر او اثر بگذارد و حتی گاهی شخصیت او را دگرگون سازد. این نوشتار، به برخی از این جنبه‌ها اشاره دارد. اما پیش از ورود به اصل بحث، توجه به چند نکته لازم است: ۱- بحران بلوغ: فرایند بلوغ یکی از بحرانی‌ترین دوره‌های زندگی هر فرد است. استانلی هال، (Hall, Stanly) که به پدر روان‌شناسی بلوغ معروف است، این مرحله را «دوران طوفان و فشار» می‌نامد. نوجوان در این دوره، تمایلات و خواهش‌های متضادی دارد؛ مثلاً با این که می‌خواهد با دوستان باشد، به تنهایی نیز علاقه‌مند است. (۱) روسو دوره بلوغ را تولد مجدد می‌داند. او می‌گوید: وقتی فرد به دوره بلوغ می‌رسد مثل این است که فرد دیگری با خصوصیات بدنی و روانی متفاوتی در وی به وجود آمده است. (۲) در هفت سال سوم زندگی که دوران بلوغ و جوانی است، تحولات سریعی در جسم و جان نوجوان پدیدار می‌گردد و در مدت کوتاهی اندام و افکارش به کلی تغییر می‌کند. (۳) دوره نوجوانی و بلوغ به سنین بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی اطلاق می‌شود. این دوره یکی از بحرانی‌ترین دوره‌هاست. گاهی گذشتن از مرز کودکی و رسیدن به قلمرو بلوغ با نابسامانی‌های فراوانی همراه است. در این دوره، نوجوان نه دیگر کودک به حساب می‌آید و نه هنوز به درستی بالغ گردیده است. وی در مرز بین این دو مرحله (کودکی و بزرگسالی) قرار می‌گیرد و با فشارها و انتظارات خاص هر دوره رو به رو می‌شود؛ از سویی، اگر کار کودکانه بکند او را ملامت می‌کنند که بزرگ شده است و این کار در شان او نیست و از سوی دیگر، معمولاً با او مانند بزرگسالان رفتار نمی‌شود. در زندگی، نقش کودک و بزرگسال، هر کدام مشخص است و می‌دانند چه کاری باید انجام دهند، ولی نوجوان در وضع روحی مبهم و پیچیده‌ای به سر می‌برد؛ او به درستی نمی‌داند چه باید بکند. ۲- تعریف بلوغ و نوجوانی: کلمه «بلوغ» یا (Puberty) ممکن است به چند صورت تعریف شود: الف. بلوغ جنسی: بلوغ به این معنا یعنی رسیدن به سن تولید مثل و شهوت جنسی که سنین آن در بین ملل و افراد گوناگون بر حسب نژاد، مناطق جغرافیایی و آب و هوایی متفاوت است و معمولاً بین سنین ۱۲ - ۱۸ سالگی واقع می‌شود. ب. بلوغ جسمی (فیزیولوژیک): بلوغ به این معنا همان آخرین حد رشد اندام‌ها است که زمان آن از یک سو، به نژاد فرد بستگی دارد و از سوی دیگر، به قوانین رشد و نمو هر یک از اعضا. در این زمینه، تنگنایان (فیزیولوژیست‌ها) و روان‌شناسان به این نتیجه رسیده‌اند که اندام‌های انسان تا پنج سال اول زندگی به طور سریع رشد می‌کند و سپس رشد آن تا سنین ۱۲، ۱۳ سالگی به کندی می‌گراید، در دوره نوجوانی سرعت رشد دوباره افزایش می‌یابد و در فواصل بین ۱۸ - ۲۵ سالگی جسم به حد کمال خود می‌رسد و رشدش نیز متوقف می‌گردد. لازم به ذکر است که تمام قسمت‌های بدن در دوره رشد به یک میزان رشد نمی‌کند، بلکه بعضی از اعضا رشد بیش‌تری دارند، چنانچه مشهور است که «نوجوان شلوارش یک سال زودتر از کتتش کوچک می‌شود». ج. بلوغ شرعی: سن تکلیف در کشورهای گوناگون بر اساس اعتقاداتی که دارند فرق می‌کند؛ مثلاً اسلام سن ۹ سالگی را برای دختران و ۱۵ سال را برای پسران سن بلوغ می‌داند. (۴) البته بعضی از فرق اسلامی در سن بلوغ با شیعه فرق دارند؛ مثلاً فقه حنفی برای دختر سن ۱۷ سالگی و برای پسر سن ۱۸ و ۱۹ سالگی را سن بلوغ می‌داند و فقه مالکی بلوغ را وابسته به سن نمی‌داند. د. بلوغ عرفی (سن قانونی): قوانین مدنی کشورها اغلب دو یا سه سال دیرتر از دستورات شرعی نوجوانان را بالغ و مسئول رفتار خود می‌داند. ه. بلوغ روانی (بلوغ شخصیت): بلوغ روانی دارای جنبه‌های گوناگونی از قبیل پختگی، هوش، درک مفاهیم اخلاقی، نقطه اوج حافظه، کمال اراده، انفعالات و سایر خصوصیات ذهنی است که در صورت هماهنگی، تعادل فرد را به وجود می‌آورد و در صورت ناهماهنگی، موجب رفتار غیر عادی یا بی‌تعادلی روانی می‌شود. با توجه به تعاریف ارائه شده، بلوغ دارای معانی متفاوتی است، اما منظور روان‌شناسان از آن، بیش‌تر تغییرات بدنی

(جسمی و جنسی) می‌باشد. آنان مراد خود را از دیگر موارد بلوغ با پسوند می‌آورند، مثل بلوغ روانی، بلوغ شرعی و بلوغ عرفی و....

۳- نوجوانی: اصطلاح «نوجوانی» (Adolescence) در مقایسه با کلمه «بلوغ» معنای وسیع‌تری دارد و دوران مهمی از زندگی انسان را شامل می‌شود. سنین بین ۱۲ - ۱۸ سالگی، که سنین نوجوانی است، خود به سه قسم می‌شود: الف. مرحله پیش از بلوغ: ورود تدریجی کودک به مرحله بلوغ ب. مرحله بلوغ: ظهور معیارهای بلوغ جنسی مثل عادات ماهیانه و احتلام ج. مرحله پس از بلوغ: رشد صفات ثانویه جنسی. الف. اهمیت نوجوانی از دیدگاه دانشمندان: افلاطون این دوره را دوره شراب‌زدگی روان می‌داند که احساسات و عواطف بر افکار فرد چیره می‌شود. روسو می‌گوید: نوجوانی تولد ثانوی است. استانلی هال معتقد است نوجوانی دوره طوفان و فشار بوده و نوجوانی یک جهش ناگهانی است. کورت لوین آلمانی هم اعتقاد دارد که کودک و بزرگسال، هر کدام یک نوبت، بار کودکی و بزرگسالی را بر دوش می‌کشند، ولی نوجوان مجبور است یکجا بار هر دو را بر دوش بکشد زیرا متعلق به هر دو می‌باشد. (۵) ب. اهمیت نوجوانی از نظر اسلام: اسلام این موضوع را از دو جنبه مثبت و منفی مد نظر قرار داده است: در جنبه مثبت، به نظر اسلام، نوجوانی دوره قوت و توانایی است که در بین دو دوره ضعف و ناتوانی (کودکی و پیری) قرار گرفته: «الله الذی خلقکم من ضعف ثم جعل من بعد ضعف قوه ثم جعل من بعد قوه ضعفا و شبیه یخلق ما یشاء و هو العلیم القدیر.» (روم: ۵۴) اولیای اسلام نیز نوجوانی را یکی از نعمت‌های پر ارج الهی و از سرمایه‌های بزرگ سعادت در زندگی بشر شناخته‌اند: - قال رسول الله صلی الله علیه و آله: «اوصیکم بالشبان خیرا فانهم ارق افئده ان الله بعثنی بشیرا و نذیرا فحالفنی الشبان و خالفنی الشیوخ.» (۶) - قال علی علیه السلام: «شیئان لایعرف فضلها الا من فقدهما الشباب و العافیة.» (۷) در جنبه منفی، اولیای الهی از این دوره به دوره جنون و مستی تعبیر کرده‌اند: - قال رسول الله صلی الله علیه و آله: «الشباب شعبه من الجنون.» (۸) - قال علی علیه السلام: «اصناف السکر اربعه: سکر الشباب، سکر المال، سکر النوم و سکر الملک.» (۹) اینک پس از بیان مقدمه، به اصل بحث با عنوان ویژگی‌های مهم نوجوان می‌پردازیم: ۱- بلوغ یا رشد جسمی یکی از جنبه‌های مهم و مؤثر در شخصیت نوجوان بلوغ است. در زمینه تحول بلوغ، دو جریان فکری وجود دارد: گزل (Gesel) می‌گوید: بلوغ رشد مداوم و پیوسته‌ای است که از کودکی شروع و بدون انقطاع ادامه می‌یابد که گاهی سریع و گاهی کند است و نمی‌توان برای آن خصوصیات و ساختمان معینی ذکر کرد و آن را دارای مراحل دانست. پیازه (Piaget) و والون (Wallon) معتقدند: رشد متشکل از مراحل و دوره‌های متفاوتی است و هر مرحله فرایند بلوغ یکی از بحرانی‌ترین ساخت ذهنی مربوط به خود را دارد و به دلیل همین ساخت، هر مرحله از سایر مراحل جدا و مجزا است، مثلا، دوره نوجوانی دوره آشوب درونی و انقلاب شخصیتی است، در حالی که دوره کودکی دوره آرامش و سکون است و رشد آن آهنگ یک‌نواختی دارد. دوران بلوغ که با بحران مواجه می‌شود، تغییراتی در کل شخصیت فرد ایجاد می‌کند. (۱۰) در آغاز نوجوانی، کودکان بیش‌تر به دوره سریعی از رشد جسمانی (جهش) گام می‌گذارند و صفات ثانویه جنسی در آن‌ها بروز می‌کند. این تغییرات در دوره‌ای تقریباً دو ساله رخ می‌دهد و با بلوغ جنسی به اوج خود می‌رسد. نشانه بلوغ شروع قاعدگی در دختران و احتلام در پسران می‌باشد که معمولا در دختران از سن ۹ - ۱۲ سالگی و در پسران دو سال دیرتر ظهور می‌یابد. تا سنین ۱۱ سالگی متوسط قد و وزن دختر و پسر یکسان است و از آن پس دختران پیشی می‌گیرند و پس از دو سال، پسران جلو می‌افتند و تا آخر عمر این روند ادامه دارد. البته تفاوت‌های فردی را نباید از نظر دور داشت، چه بسا بعضی از پسران زودتر از دختران بالغ شوند. آب و هوا و مناطق جغرافیایی و نوع تغذیه در سرعت بلوغ اثر می‌گذارد. انواع تغییراتی که با شروع دوره نوجوانی رخ می‌دهد عبارت است از: الف. تغییر در اندازه بدن: در دوران ۳ تا ۴ ساله بلوغ، قریب ۲۰ - ۳۰ کیلوگرم به وزن و ۲۰ - ۳۰ سانتی‌متر به قد نوجوان اضافه می‌گردد. در این دوران به طور کلی، هم اعضای بیرونی متحول و دست‌خوش تغییر می‌گردد و هم اعضای درونی. ب. رشد صفات اولیه جنسی: اندام‌های جنسی که وظیفه تولید مثل را بر عهده دارند در این دوره رشد می‌کنند. این تغییرات بر اثر فعالیت غدد هیپوفیز، آدرنال (فوق کلیوی) و غدد جنسی به وجود می‌آید. ج. رشد صفات ثانویه جنسی: از هنگام بلوغ تفاوت‌های

دختر و پسر کاملاً آشکار می‌گردد و هر قدر بلوغ بیش‌تر پیشرفت کند این تفاوت‌ها بیش‌تر می‌شود. این صفات عبارت‌اند از: رشد عمومی مو در بدن، تغییرات پوستی، فعالیت بیش‌تر غدد چربی، تغییرات صدا که به صورت صدای زیر در دختران و صدای بم در پسران ظاهر می‌گردد. به طور خلاصه می‌توان گفت: نوجوان، چه بخواند و چه نخواند، این تغییرات در بدن او رخ می‌دهد که هر کدام به نوبه خود، شخصیت او را متاثر می‌کنند. هرگونه برداشت غلط و اطلاع نادرست و ناقص از این تغییرات می‌تواند ضربات جبران‌ناپذیر را بر نوجوان وارد سازد. بنابراین، والدین موظف‌اند کودکان خود را از وجود این‌گونه تغییرات آگاه کنند. دبس (Debesse) می‌گوید: مادر باید دختر خود را از وقوع عادات ماهیانه مطلع سازد؛ نباید صبر کند تا او به طور معمول، به سن عادات ماهیانه برسد و از این مرحله اطلاعات روشنی نداشته باشد. (۱۱) والون (Wallon) می‌گوید: والدین موظف‌اند پسران را نیز برای ظهور آثار ناشی از بلوغ مهیا سازند. جوانی که اطلاع قبلی از تحول بلوغ نداشته باشد و تنها شایعات و کنایات مبهمی در این باره شنیده باشد نه تنها آشفته و پریشان می‌گردد، بلکه غالباً وحشت می‌کند. گاهی سکوت والدین در این موارد، منجر به سلب اعتماد و اطمینان نوجوانان از والدین می‌شود و برای کسب اطلاع، سراغ منابع اطلاعاتی ناقص (دوستان و کتاب‌ها) می‌رود که گاهی او را با مشکلات جسمی و روانی مواجه می‌کنند. (۱۲) روان‌شناسی خطرهای بلوغ الف - خودپنداری نامساعد: معمولاً نوجوانان این دوره را با خودپنداری نامساعد سپری می‌کنند؛ زیرا نسبت به خود، نظر مثبت دارند، ولی به دلیل آن که محیط اجتماعی با آن‌ها برخورد مناسب ندارد، آن‌ها را تحقیر می‌کند و مرتب تغییرات بدنی‌شان را به تمسخر می‌گیرد، نوجوانان از هرگونه تشویق و تمجیدی محروم می‌شوند و این به تدریج، سبب لطمه دیدن آن‌ها و خودپنداری‌شان می‌شود و در این صورت، نسبت به خود نظر منفی پیدا می‌کنند و عزت نفس خود را از دست می‌دهند. ب - شکست و ناکامی: رشد سریع بدنی در دوره نوجوانی با کمبود نیرو همراه می‌شود که در نتیجه به کاهش میزان کار و پیدایش ملالت و خستگی نسبت به هرگونه فعالیت که مستلزم تلاش است، منجر خواهد شد. ج - آماده نبودن برای تغییرات بلوغ: کمتر نوجوانی است که تغییرات دوران بلوغ را از قبل شناخته باشد و چون اطلاع ندارد و یا از نظر روان‌شناختی آماده این تغییرات نیست، ممکن است ضربه‌بیندو گرایش‌های نامساعدی نسبت به این‌گونه تغییرات پیدا کند. دلیل این موضوع گاهی مربوط به والدین است و گاهی مربوط به مدرسه که سؤال از این مسائل را برای نوجوان قبیح می‌دانند. متأسفانه حتی گاهی مربیان بهداشت نیز توجهی به این مسائل ندارند. د - انحراف در نضج و نمو جنسی: ممکن است بلوغ به شکل زودرس و یا دیررس ظاهر شود که در هر دو صورت، موجب نگرانی و ناراحتی نوجوان می‌شود؛ زیرا به پذیرش اجتماعی او لطمه می‌زند و منجر به طرد یا کناره‌گیری او از هم‌سالان می‌گردد. (۱۳) تغییرات همگانی دوران بلوغ الف - انزوایی: نوجوان با رسیدن به بلوغ، از خانواده و هم‌سالان منزوی می‌شود و بیش‌تر اوقات با آن‌ها نزاع دارد و به این می‌اندیشد که چرا اطرافیان او را درک نمی‌کنند. ب - خستگی و ملالت: نوجوان از مدرسه و فعالیت‌های اجتماعی و زندگی - به طور کلی - خسته و ملول می‌شود و در نتیجه، تا می‌تواند کم‌کاری می‌کند؛ مثلاً - بعضی از آن‌ها می‌گویند: ذهن نمی‌کشد درس بخوانم. ج - تعارض و ستیزه‌جویی اجتماعی: نوجوان غالباً ناهمکار، ناموافق و متعارض یا ستیزه‌جو می‌شود و به تدریج، با پیشرفت بلوغ، این حالت کاهش می‌یابد و نوجوان به دوستی و همکاری و آزادمنشی علاقه‌مند می‌گردد. د - احساسات تند و بدخلقی: قهر، خشم، میل به فریاد زدن و مانند آن از خصایص این دوره است. نوجوانی باغم، اضطراب و زودرنجی همراه است و نوجوان با بهانه‌های کوچکی مثل نوع غذا، ساعت خواب و نحوه رفتار دیگران پرخاشگری می‌کند و فریاد می‌زند. ه - فقدان اعتماد به نفس: در حال بلوغ، نوجوان اعتماد به نفس خود را از دست می‌دهد، نسبت به خود بی‌اعتماد می‌شود و از شکست می‌ترسد. دلیل این موضوع ضعف مقاومت بدن و انتقاد مدام بزرگ‌سالان است. بنابراین، بیش‌تر پسران و دختران این دوره را با ابتلا به عقده حقارت پشت‌سر می‌گذارند. و - حیا و عفت افراطی: گاهی تغییرات دوران بلوغ سبب می‌شود بعضی از نوجوانان حیا و عفت افراطی پیدا کنند؛ زیرا از این می‌ترسد که دیگران متوجه تغییرات بدنی او شوند و نظر نامساعد نسبت به او پیدا کنند. (۱۴) یکی از علایم علاقه نوجوان به جنس مخالف نیز همین حیا

و عفت دانسته شده است که وقتی به جنس مخالف می‌رسد سر به زیر می‌اندازد. رشد جنسی در وجود انسان، دو گزینه جنسی و قدرت وجود دارد که مهار آن‌ها نقش مهمی در سعادت بشر دارد. گزینه جنسی جاذبه قوی و کشش نیرومندی دارد که زن و مرد را به سوی ارضا سوق می‌دهد. از این‌رو، از آن به آتش شهوت تعبیر شده است. روابط جنسی در تمام زمان‌ها مورد گفت‌وگو و بحث در محافل دینی می‌باشد و درباره آن تاکنون نظریات افراطی، تفریطی و معتدلی ارائه شده است که هر نظریه طرف‌دارانی دارد و سعادت فرد را در عمل بر طبق آن می‌شناسد: ۱- تفریط‌گرایی: برخی مسیحیان و پیروان کلیسا و برخی از مذاهب و بعضی از علمای اخلاق و فلاسفه در این دسته‌اند. آن‌ها آمیزش جنسی را عملی پلید و حیوانی می‌دانند و از این‌رو، برخی از کشیشان ازدواج نمی‌نمایند و با سخت‌گیری گزینه جنسی را سرکوب می‌کنند. اینان خود را از لذایذ طبیعی محروم می‌سازند. ۲- افراط‌گرایی: طرف‌داران آزادی‌گرایان مثل فروید و پیروانش در این زمینه راه افراط رفته‌اند. نظریه آن‌ها بر پایه اصالت لذت استوار است و سعادت انسان را در ارضای بی‌چون و چرا و بی‌قید و شرط گزینه جنسی می‌دانند. این نظریه در غرب، مفاسد بسیاری به بار آورده است. (۱۵) ۳- اعتدال: اسلام گزینه جنسی را نه خودسرانه و آزاد گذاشته و نه آن را سرکوب کرده است، بلکه برای آن حدودی را در نظر گرفته است. پایه‌گذاران روش اعتدال در درجه اول پیامبران و امامان علیهم السلام هستند که هم مردم را به ازدواج تشویق می‌کنند تا گزینه جنسی به صورت سالم ارضا شود و هم انسان را از هر گونه لایابالی‌گری و انحراف جنسی منع می‌کنند. نظریه افراطی فروید: فروید به دو گزینه حیات و مرگ قایل بود و در گزینه حیات، دو گزینه حب ذات و نیروی جنسی را مهم می‌دانست. او سایر غرایز را شاخ و برگ این دو گزینه می‌شمرد. وی در سخنانش، شعاع گزینه جنسی را گسترش داده و مساله جنسیت را، که پایه اساسی مکتب اوست، به معنای وسیعی تفسیر نموده و در نتیجه، بسیاری از فطریات و غرایز انسان را از مشتقات گزینه جنسی ذکر کرده بود. فروید گزینه جنسی را پایه اصلی تمدن فرهنگ می‌دانست و تلاش می‌کرد مسائل جامعه‌شناختی و تاریخی را از این راه حل نماید. او می‌گفت: گزینه جنسی، که در هر کسی وجود دارد، انسان را تحریک می‌کند که ارضا شود و جوانی که در اجتماع و محیطی زندگی می‌کند که موانعی از قبیل تعالیم مذهبی، اخلاق و قوانین و آداب و رسوم اجازه ارضای خودسرانه این گزینه را به او نمی‌دهد یا خود او مقید به رعایت اصول و قوانین است، در این صورت، غرایز او واپس‌زده شده و وارد ذهن ناهشیارش می‌شود. این غرایز واپس‌زده روی هم متراکم می‌گردند و به تدریج، موجب بیماری‌های روحی و عصبی می‌شود. گاهی این تعارضات چنان شدید است که توازن و تعادل فرد را زایل می‌گرداند و به صورت بیماری بروز می‌کند. اگرچه برخی از دانشمندان یکی از علل بیماری‌های روحی را ناکامی‌های جنسی و امیال واپس‌زده شده می‌دانند، ولی فروید تنها علت بیماری روانی را شکست در امیال جنسی می‌شمرد. فروید گفت: هر گاه پزشکی با بیمار روحی مواجه شود، به طور حتم، می‌تواند بگوید مشکلی در گزینه جنسی او رخ داده است. نظریه فروید به دلیل زرق و برقی که از خود ارائه داده بود و نیز در بستر تفریط کاری‌های پیشین کلیسا در زمینه گزینه جنسی در غرب، به سرعت رواج پیدا کرد. سعادت از نظر فروید: فروید سعادت هر کس را در ارضای آزادانه نیروهای جنسی خود می‌داند و هر چه مانع این ارضا شود در نظر فروید مورد تاخت و تاز و انتقاد قرار گرفته است. از جمله مذهب و تمدن که آن‌ها را سد راه ارضای آزاد گزینه جنسی و لذت‌طلبی می‌داند و قایل است که این محدودیت به سعادت بشر لطمه می‌زند. او می‌گوید: مذهب قدر آزادی را نمی‌داند زیرا به موضوع انتخاب لطمه می‌زند. وی برای رسیدن به سعادت، برای همه افراد راه یکسانی را پیشنهاد می‌کند. با طرح نظریه جنسی فروید، محافل پزشکی و علمی وین سخت تکان خورد، بشریت که هزاران سال جنسیت را تحقیر یا انکار کرده بود پذیرش این نظریه برایش فوق‌العاده دشوار می‌نمود. از این‌رو، در وین جنجالی برپا شد که به همه اروپا سرایت کرد و پزشکان و روان‌شناسان در همه‌جا، به‌خصوص پاریس به‌او تاختند. (۱۶) منابع نظریه فروید: فروید نظرات سه نفر را به عنوان منبع نظریه‌اش برمی‌شمرد: ۱- کروباک، ۲- برویر، ۳- شارکو. او در کتاب تاریخ نهضت پسیکانالیتیک می‌نویسد: این سه نفر بصیرتی به من بخشیدند. با این وجود، او مورد مهر این سه قرار نگرفت. حتی وقتی نظریه جنسیت را مطرح کرد شارکو از فروید

روی گرداند و برخی از دانشمندان حوزه پاریس مثل ژانه با او درافتادند. البته مخالفت اروپا و اعتراض استادان و شاگردان، فروید را از پا دریاورد و بر نظر خود بیش‌تر پافشاری کرد و با اشتیاق به آزمایش و تحقیق ادامه داد. به عنوان مثال، او عقیده داشت درمان بیماران روانی مستلزم شناخت روحیه و سوابق آن‌ها بود و این کار بدون شناخت غرایز و آرزوها و ناکامی‌ها و خیالات آن‌ها تحقق نمی‌یافت. فروید برای درمان آن‌ها، این تحقیق‌ها و آزمایش‌ها را انجام می‌داد. فروید می‌گفت: لیبیدو (انرژی روانی) در دوره بلوغ با شدت کامل در اعضای جنسی مجتمع می‌شود و با شور و شدتی بی‌سابقه بروز می‌کند و افراد تمایل بیش‌تری به جنس مخالف پیدا می‌کنند. این‌جاست که اگر چیزی، اعم از دین و مذهب و آداب و رسوم، مانع ارضای آن شود، این‌گزینه جنسی واپس‌زده شده و به ذهن ناهشیار می‌رود که شاید به صورت کوه آتش‌فشانی درآید و ناگاه فوران کند. (۱۷) چند اشکال بر نظریه فروید ۱- برخی از مخالفان فروید مثل ژانه از علمای حوزه پاریس و شارکو و یونگ می‌گویند: چرا فروید علت اصلی برای بیماری‌های روانی را سرکوبی‌گزینه جنسی قرار داده و از علل مادی، اقتصادی و اجتماعی موجود در محیط هر شخصی غفلت کرده است و حال آن‌که بسیاری از بیماری‌های روانی بر اثر همین مشکلات می‌باشد. برخی از فقر دیوانه می‌شوند که این اصلاً منشا جنسی ندارد و برخی از بیماران روانی با پیدا کردن شغل و کار، سلامت خود را باز می‌یابند که این‌ها هیچ ربطی به گزینه جنسی ندارد. ۲- فروید سعادت هر کس را در آزادی بی‌قید و شرط ارضای‌گزینه جنسی می‌دانست و حال آن‌که در آمریکا و اروپا آمار نشان می‌دهد افرادی که در پی ارضای بی‌قید و شرط‌گزینه جنسی بوده‌اند نه تنها خوشبخت نشده‌اند، بلکه بدبخت و سیه‌رو گردیده‌اند و در منجلا ب فساد سقوط کرده‌اند. یک مجله امریکایی می‌نویسد: برای دختران بهشت آزادی خیلی زود به دوزخ تبدیل شد... امراض مقاربتی میان این گروه (بی‌بندوباران جنسی) در برنامه روزانه قرار دارد. سیفلیس و سوزاک به وضع وحشتناکی گسترش یافته است. این امراض در دو سال اخیر، به شش برابر رسیده است. (۱۸) ۳- مهم‌ترین مشکل فروید این است که از تعالیم الهی و انبیاء علیهم السلام به دور بوده و با ذهنیات و عقل و هوش بشر خواسته است برنامه‌ای به جامعه بشری ارائه دهد که مورد اعتقاد آن‌ها باشد. مجله نیوزویک می‌نویسد: رواج جنسی در آمریکا خانواده‌ها را به وحشت انداخته است. آمار نشان می‌دهد تعداد زیادی از دختران زیر ده سال حامله می‌شوند و چون به نظر پزشکان سقط جنین در این سن خطراتی از جمله نازایی دربردارد، بعضی از آن‌ها دست‌به‌خودکشی می‌زنند. اختلاط مدارس هر روز این آمار را افزایش می‌دهد. گاهی فرزندان به جای مدرسه، به پارک‌ها و مجالس رقص می‌روند. (۱۹) از دیدگاه وحی و انبیاء علیهم السلام بزرگ‌ترین عامل سیه‌روزی و بدبختی بشر هواپرستی و پیروی بی‌قید و شرط از شهوات و تمایلات نفسانی است و روایات بسیاری به این مطلب اشاره دارد: - رسول الله صلی الله علیه و آله: بیش‌ترین چیزی که از آن‌ها بر امتام می‌ترسم هواپرستی و آرزوهای طولانی است. (۲۰) - علی علیه السلام: هر که به سوی شهوات بشتابد به سوی آفت‌ها شتافته است. (۲۱) - علی علیه السلام: حریص بودن نسبت به لذات انسان را گمراه و ازلذت‌ها دور می‌کند. (۲۲) قال الجواد علیه السلام: هر کس از خواهش‌های نفسانی‌اش اطاعت کند دشمن‌اش را به خواست‌اش رسانده است. (۲۳) تمام تلاش انبیاء علیهم السلام برای این بوده که هوای سرکش انسان را مهار کنند. افراط‌گرایی در لذت جنسی نه تنها انسان را از انسانیت دور می‌کند، بلکه زندگی اجتماعی و مادی او را هم دچار بی‌نظمی و اختلال می‌کند. اما اسلام از طرفی، عزوبت و واپس‌زدن‌گزینه جنسی را محکوم می‌کند و از طرف دیگر، آزادی بی‌قید و شرط در ارضای‌گزینه جنسی را، که مستلزم بی‌عفتی است، زیان‌بخش و ممنوع می‌شناسد و بین این‌دوروش افراط و تفریط، ازدواج و کام‌یابی‌های مشروع را، که وسیله ارضای صحیح‌گزینه جنسی است، مورد حمایت قانونی و اخلاقی قرار می‌دهد و مکرر به این امر ترغیب و تشویق می‌نماید و راه سعادت بشر را نیز در همین می‌داند. ازدواج راه صحیح ارضای‌گرایز جنسی پس از روشن شدن این‌که ارضای‌گزینه جنسی از هر راهی غلط است به‌ترین راه ارضای درست آن از نظر روایات معصومین علیهم السلام که ازدواج می‌باشد می‌پردازیم: - رسول الله صلی الله علیه و آله: بهترین افراد امت من کسانی‌اند که اهل اختیار کرده‌اند و بدترین آن‌ها عزب‌هایند. (۲۴) - رسول الله صلی الله علیه و آله: هر که

فطرت مرا دوست دارد، به شیوه من عمل کند و از جمله شیوه من ازدواج است. (۲۵) - از نشانه‌های او این است که از جنس خودتان همسرانی برایتان قرار داد تا به سوی آن‌ها آرامش یابید و میانتان محبت و مهربانی قرار داد. (۲۶) - رسول الله صلی الله علیه و آله: ای جوانان، هر یک از شما که توانایی جنسی دارد ازدواج کند که آن موجب محفوظ ماندن چشم و پاک‌تر ماندن عورت است. (۲۷) - رسول الله صلی الله علیه و آله: هیچ بنایی در اسلام نزد خداوند دوست‌داشتنی‌تر و عزیزتر از ازدواج نیست. (۲۸) - الرضا علیه السلام: زنی از ابوجعفر سؤال کرد و سپس گفت: من متبله هستم: پرسیدند: به نظر تو بتل چیست؟ گفت: می‌خواهم هرگز ازدواج نکنم. سؤال کردند: چرا؟ گفت: به این وسیله می‌خواهم دارای فضیلتی شوم. فرمودند: از این کار دست‌بکش که اگر در آن فضیلتی بود حضرت فاطمه (س) به انجامش سزاوارتر از تو بود زیرا هیچ کس نیست که در کسب فضیلت بر او پیشی بگیرد. (۲۹) - ابی عبد الله علیه السلام: پیامبر خدا فرمود: هر که ازدواج کند، نیمی از دین‌اش را محافظت کرده است. (۳۰) - الصادق علیه السلام: دو رکعت نماز که متزوج بگذارد برتر از هفتاد رکعت است که عزب بگذارد. (۳۱) ۲- رشد شناختی در نوجوان رشد شناختی انسان از دو طریق ارثی و اکتسابی صورت می‌گیرد یعنی باید هم زمینه‌های ارثی در فرد باشد و هم محیطی تا او رشد یابد. در روایات نیز به این دو اشاره شده است: - علی علیه السلام: عقل دو قسم است: عقل ذاتی و عقل اکتسابی. عقل اکتسابی فایده‌ای نمی‌بخشد اگر عقل ذاتی موجود نباشد همان‌گونه که در صورت موجود نبودن نور چشم، نور خورشید سودی نمی‌دهد. (۳۲) - علی علیه السلام: عقل بر دو گونه است: عقل ذاتی و عقل تجربی و هر دو منجر به سود می‌شوند. (۳۳) پیازه، روان‌شناس معروف سوئیسی، مطالعات تجربی ارزشمندی انجام داده و به این نتیجه رسیده که پایان سن ۱۴ - ۱۵ سالگی آخرین حد تکمیل ساختمان‌های ذهنی است و از آن پس، هیچ ساختمان جدیدی در ذهن بنا نمی‌شود و امتیاز بزرگ‌سال و نوجوان تنها به کم و بیش بودن تجارب است. در دوره قبل از نوجوانی، ساخت ذهنی کودک قادر بود که به صورت عینی و در حد محدودی بر اساس عملیات منطقی عمل کند، ولی نوجوانی که دوره استقرار هوش انتزاعی است، واقعیات به صورت بارزتر و آسان‌تر در معرض عملیات ذهنی قرار می‌گیرند. در این دوره نوجوان به واقعیات محدود تکیه نمی‌کند، بلکه به آن چه نیز در سطح ممکن هست فکر می‌کند و لذا تا حد زیادی حوزه عملیات ذهنی او وسعت می‌یابد. خصوصیات اجمالی این دوره را به اختصار یادآور می‌شویم: (۳۴) پی نوشت: * دانش‌پژوه کارشناسی ارشد روان‌شناسی از مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی (رحمت الله علیه) ۱ و ۲- سیداحمد احمدی، روان‌شناسی نوجوانان و جوانان، رودکی، ۱۳۶۹، ص ۱۷-۳ محمدتقی فلسفی، گفتار فلسفی، جوان از نظر عقل و احساسات، هیئت نشر معارف اسلامی، ۱۳۵۲، ص ۴۴۱-۴ آیه‌الله صانعی سن بلوغ دختران را ۱۳ سالگی می‌دانند. ۵- روان‌شناسی تربیتی، دوره کاردانی تربیت معلم، ص ۱۴۲-۶ به نقل از روان‌شناسی تربیتی، مراکز تربیت معلم، وزارت آموزش و پرورش، ص ۱۶۷-۷ غرالحکم و دررالکلم، ج ۱، ص ۴۴۹-۸ محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۷، ص ۱۳۵-۹ تحف العقول، ص ۱۲۴/خصال صدوق، ص ۶۳۶-۱۰- دکتر محمود منصور، روان‌شناسی ژنتیک، تهران، انتشارات سمت، ۱۳۷۸، ص ۳۶، زمینه روان‌شناسی، هیلگارد و دیگران، ج ۱، ص ۸- ۱۱-۲۷- موریس دبس، مراحل تربیت، ترجمه علی محمد کاروان، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۷۴، ص ۱۶۳-۱۲- علی‌اکبر شعاری‌نژاد، روان‌شناسی رشد (۲)، کودکی و نوجوانی، دانشگاه پیام نور، ۱۳۷۲، ص ۵۶ به بعد ۱۳- دکتر سیداحمد احمدی، روان‌شناسی نوجوانان و جوانان، انتشارات مشعل، ۱۳۷۳-۱۴- علی فتحی آشتیانی، جزوه درسی، درس روان‌شناسی رشد، بخش نوجوانی، ۱۳۷۷. ۱۵- محمدتقی فلسفی، پیشین، ص ۱۸۶-۱۶- آریانپور، فرویدسم، تهران، ۱۳۷۵، ص ۵۵-۱۷- مجله Neverevue، ش ۱۲، نوامبر ۱۹۶۷ به نقل از گفتار فلسفی بزرگ‌سال و جوان، ص ۲۱۲-۱۸- محمدتقی فلسفی، پیشین، ص ۱۸۸-۱۹- کیهان، ش ۸۸۸۴، به نقل از مجله نیوزویک. ۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-بحار، ج ۷، ص ۷۸، روایت ۱۱ از باب ۴۶-۲۴- میرزا حسین نوری، مستدرک الوسائل، مؤسسه آل‌البیت، ۱۴۰۸ق، ص ۵۳۱-۲۵- حسن بن فضل طبرسی، مکارم الاخلاق، قم، راضی، ۱۳۷۱، ص ۹۹-۲۶- روم: ۲۱-۲۷- حسن بن فضل طبرسی، پیشین، ص ۱۰۰-۲۸- میرزا حسین نوری، پیشین، ج ۲، ص ۵۳۱-۲۹- محمد باقر مجلسی، بحارالانوار،

بیروت، مؤسسه الفرد، ج ۱۰۳، ص ۲۱۹. ۳۰- محمد بن یعقوب کلینی، کافی، ج ۵، ص ۳۲۹. ۳۱- شیخ حر عاملی، وسائل، ج ۵، ص ۳۲. ۳۲- ملا محسن فیض کاشانی، عین الیقین، ص ۲۴۳. ۳۳- محمدباقر مجلسی، پیشین، ج ۷۸، ص ۶. ۳۴- روان‌شناسی تربیتی، ص

جنبه‌های مهم شخصیت نوجوان (۲)

مهم‌ترین ویژگی‌های رشد شناختی - عقلی نوجوان ۱- پیدایش هوش نظری (تفکر انتزاعی): پیازه در این زمینه می‌گوید: کودکان غالباً مشاهده‌کنندگان جهان خارجی هستند و در قید واقعیت محصورند (تفکر حسی - حرکتی) و تفکر آن‌ها وابسته به اشیای خارجی است. ولی نوجوان قدرت ذهنی فوق‌العاده‌ای پیدا می‌کند که او را از قید واقعیت‌های خارجی رها می‌سازد و او را به عالم ذهنی و درونی خود متوجه می‌گرداند. نوجوانی دوره تفکر انتزاعی است، «من او آن‌قدر قوی است که می‌تواند دنیا را از نو بنا کند و چنان بزرگ است که می‌تواند آن را جزئی از خود کند؛ همان‌گونه که حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «اتزعم انک جرم صغیر و فیک انطوی العالم الاکبر» (۳۵) بر اساس همین تفکر انتزاعی، بعضی از نوجوانان خوب می‌نویسند و وقایع را دقیق مجسم می‌کنند و بعضی خوب سخنوری می‌کنند و مفاهیم را در قالب‌های متعدد بیان می‌نمایند. توانایی‌های ذهنی نوجوانان: الف. عملیات فرضی - استنتاجی: در این دوره، فرضیه می‌تواند اساس و پایه یک عمل ذهنی قرار گیرد؛ مثلاً، اگر به کودکی بگوییم ده مداد یک متری هر کدام ده تومان، نمی‌تواند بپذیرد؛ چون این را منطبق بر واقعیت نمی‌بیند، ولی نوجوان این مطلب را بر اساس فرض می‌پذیرد. ب. منطق قضایا: در این دوره، نوجوان قضایای منطقی را می‌تواند به خوبی درک کند؛ مثلاً، اگر بگوییم تمام گنجشک‌ها پرنداند. تمام پرندگان حیوان‌اند. پس تمام گنجشک‌ها حیوان‌اند. این استدلال به خوبی برای نوجوانان قابل درک و پذیرش است. ج. جدا شدن شکل از محتوا: بر خلاف کودکی، که مرحله تفکر انضمامی (انضمام با اشیا) بود، نوجوان می‌تواند شکل را بدون محتوا در نظر بگیرد. د. عملیات ترکیبی: این توانایی به نوجوان پایه استدلال علمی را می‌دهد، به گونه‌ای که نوجوان با استفاده از قدرت ذهن می‌تواند نظام معینی را با ترکیب سایر توانایی‌های ذهنی در خود به وجود آورد و حداکثر امکانات ذهنی خود را به کار بگیرد. (۳۶) ۲- ظهور استعدادها: در نوجوانی، با افزایش سن، استعدادها نیز بیش‌تر اختصاصی می‌شود، در حالی که در کودکی بیش‌تر عمومی بود؛ مثلاً، اگر دانش‌آموز سوم ابتدایی در درس فارسی قوی باشد معمولاً (نه همیشه) در سایر دروس هم نمره خوبی کسب می‌کند، بر خلاف نوجوان که ارتباط متقابلی بین دروس او دیده نمی‌شود و هر نوجوانی در درسی ممکن است موفقیتی کسب کند. یکی از اهداف روان‌شناسی تربیتی کشف همین استعدادها، و کمک به نوجوانان است تا استعدادهای نهان خود را بیابند و شکوفا کنند؛ مثل بچه‌ای که (چه بسا به اجبار والدین) رشته ریاضی را انتخاب کرده ولی دایم در فکر کارهای هنری است که این نشان‌دهنده استعداد هنری اوست. ۳- شک و تردید: در این دوره، ساده‌اندیشی دوران طفولیت از بین رفته است و نوجوان به قضاوت و سنجش و ارزیابی مجدد اشیا، اشخاص، موضوعات و پدیده‌ها می‌پردازد تا در نظام ذهنی خود، دوباره آن‌ها را باز سازد. از این‌رو، شاید در همه چیز شک کند و یا به همه چیز، حتی افکار و عقاید والدین خود انتقاد نماید در این دوره، بر خلاف کودکی، نوجوان بزرگ‌سالان را افرادی عاری از عیب و اشتباه نمی‌داند، بلکه به عکس کوچک‌ترین عیب والدین را با ذره‌بین مخصوص دوره بلوغ بزرگ می‌بیند و شاید این اشتباه اصلاً برای نوجوان قابل تحمل و بخشش نباشد. بنابراین، در این دوره، نوجوان در ابعاد وجود خود، باورها و اعتقاداتش دچار شک و تردید می‌شود، نه این‌که آن‌ها را نفی کند بلکه می‌خواهد آن‌ها را دوباره‌سازی کند و آنچه را که قبلاً از روی تقلید و اطاعت پذیرفته بود، با زیربنای فکر و استدلال ذهنی خود بازسازی کند. بدین وسیله، او در پی کسب «استقلال فکری خود می‌باشد. از این‌رو، در این دوره، معلمان و مربیان نباید انتظار داشته باشند آنچه را آن‌ها می‌گویند نوجوان بپذیرد و آن‌ها باید به این خصوصیت شناختی نوجوان توجه کافی مبذول دارند و از شک و تردیدهای نوجوان

نسبت به موضوعات گوناگون دچار نگرانی و اضطراب نشوند، بلکه از شک او برای رسیدن به یقین استفاده نمایند. (۳۷) حضرت علی علیه السلام نیز می‌فرماید: «ظن الانسان میزان عقله». (۳۸) بنابراین، به اولیا و مربیان توصیه می‌شود مواظب باشند که نوجوانان در شک باقی نمانند و این امکان را فراهم آورند که آن‌ها پایه‌های منطقی و فلسفی مسائل اعتقادی را به تدریج بنا نهند. ۳- رشد اجتماعی شکل‌گیری هویت در نوجوان یک بحران است. به نظر اریکسون، هویت در نوجوانی شکل می‌گیرد که سؤالاتی مثل من کیستم، کجا می‌روم، چه هدفی دارم و مانند آن را از خود می‌پرسد. نحوه جواب‌گویی به این سؤالات در رشد هویت او اثر می‌گذارد. اگر او بتواند به این سؤالات پاسخ مناسب بدهد احساس آرامش می‌کند و گرنه دچار اضطراب می‌شود. اریکسون دوره نوجوانی را در «مهلت روانی (فاصله بین امنیت کودکی و خودمختاری جهت‌یافته بزرگ سالی) می‌خواند. نوجوان می‌تواند نقش‌های مختلفی را تجربه کند. اگر در بحران هویت ناموفق باشد، احساس گم‌گشتگی و رنج می‌کند. اریکسون این حالت را «سردرگمی نقش می‌نامد. (۳۹) هویت‌یابی نوجوان ۱- موفق در اجتماعی شدن: جوانی که از نظر جسمی سالم است و از نظر تربیتی، از رهنمودهای سالم مربیان و والدین بهره گرفته، به آسانی خود را با جامعه تطبیق می‌دهد و اجتماعی می‌شود. ۲- ناموفق در اجتماعی شدن: بر خلاف مورد قبل جوانی که از نظر جسمانی ناقص است و یا تحت تربیت صحیح قرار نگرفته بعضاً تا آخر عمر در سازگاری با محیط موفق نمی‌شود و این قبیل جوانان بعضی راه انزواطلبی را در پیش می‌گیرند و عمر خود را این‌گونه سپری می‌کنند؛ بعضی دست به طغیان و عصیان می‌زنند و مرتکب جرایم و جنایاتی می‌شوند؛ و بعضی بر اثر فشارهای شدید، ناکامی‌ها و شکست‌های روحی، خود را می‌بازند و یا اقدام به خودکشی می‌کنند. تعداد زیادی از کارهای غیرعادی نوجوانان ممکن است به دلیل سر درگمی نقش باشد؛ مثل فرار از خانه و مدرسه، ترک شغل و بیرون‌از‌خانه‌به‌سربردن. پیش از انتشار عقاید و نظرات اریکسون این‌گونه جوانان بزه‌کار تلقی می‌شدند، چون در این سن نوجوان در پی استقلال و هویت‌یابی است، لذا رفتارهایی در همین راستا از او سر می‌زد که به ظاهر برای افرادی که از ویژگی‌های این دوران غافل بودند نابهنجار می‌نمود و این رفتارها را به منزله رفتارهای ضداجتماعی و بر علیه اطرافیان می‌دانستند. نوجوانان همه با بحران هویت روبه‌رو شده‌اند، با این تفاوت که بعضی ساده‌تر آن را حل می‌کنند. ابراز لیاقت در نوجوانان و جوانان: نوجوانان و جوانان شایسته ابراز لیاقت و اظهار وجود و شایستگی هستند. اثبات شخصیت و احراز هویت برای آنان یکی از مطبوع‌ترین لذایذ روحانی است که برای نیل به آن، از هیچ کوششی دریغ نمی‌کند؛ مثلاً، جوانی که برای اولین بار برای کاری استخدام می‌شود و شغل و مسئولیتی به‌عهده می‌گیرد به خود می‌بالد و احساس می‌کند که جامعه او را به عضویت پذیرفته است؛ و این پولی را که از این راه به دست می‌آورد - هر چند کم باشد - با چندین برابر پولی که رایگان از والدین گرفته است قابل مقایسه نمی‌داند؛ چون این پول را سند شخصیت خود می‌داند. پسر جوانی که پس از مرگ پدر سرپرستی خانواده را عهده‌دار می‌شود احساس سربلندی و افتخار می‌کند. او برای مخارج آن‌ها با تمام قدرت، شب و روز کار می‌کند، به همه مشکلات تن می‌دهد و در درون مسرور است؛ زیرا از این راه می‌تواند مراتب شایستگی و لیاقت خود را آشکار سازد. به عکس جوانی که نمی‌تواند با مردم بیامیزد و احراز هویت و شخصیت نکرده، همواره افسرده خاطر و متاثر است و از محرومیت خود رنج می‌برد. به طور خلاصه، می‌توان گفت: احراز شخصیت و هویت و حسن سازگاری با اجتماع یکی از تمایلات درونی نسل جوان و از ارکان اساسی زندگی اجتماعی است. دلیل این که اولیای دین اسلام به نوجوان نقش و مسئولیت وزارت داده‌اند (۴۰) نشان‌دهنده اهتمام اسلام به رابطه با جوان و نوجوان است. در این سن، او دنبال کسب هویت است و اگر از طرف خانواده تحقیر شود، هویت خود را نمی‌یابد. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «بر تو باد که به جوانان توجه داشته باشی؛ زیرا آن‌ها از دیگران در انجام امور خیرپیش قدم‌ترند.» (۴۱) دکتر هاریس می‌گوید: جوانان برای خود موجودات مستقلی هستند و شما باید آن‌ها را صاحب شخصیت بدانید. در دوران بلوغ، بیش از هر زمان دیگر، انسان به این که مورد توجه باشد اهمیت می‌دهد و به شدت احتیاج دارد که به عنوان دوست و شریک تلقی شود. احتیاج جوان به استقلال، به همان اندازه است که در کودکی به حمایت و راهنمایی احتیاج

دارد. (۴۲) یاغی‌گری جوانان برای نیل به استقلال، یک امر طبیعی محسوب می‌شود و زمانی این یاغی‌گری به صورت دردسر درمی‌آید که جوان برای کسب استقلال بخواهد با والدین سخت‌گیر خود از راه مبارزه وارد شود. هیچ چیز بیش از حق رای در تربیت آنان مؤثر نیست. بنابراین، باید در خانه و مدرسه، به آنان حق اظهار عقیده داده شود. لازم به تذکر است که استقلال دادن به جوان و تکریم شخصیت او بدان معنا نیست که او را در تمام اعمالش آزاد بگذاریم تا طبق خواست خود، در هر محیط فاسدی و با هر رفیق فاسقی، هر کاری خواست انجام دهد. این همان اشتباهی است که دنیای غرب به تصور تاملین «آزادی انجام داده و دچار ضربات و مشکلات فراوانی شده است. خطر آزادی مطلق برای جوانان جوانان عقل ضعیف و احساسات تند و آتشین دارند، همیشه در معرض سقوط و بدبختی‌اند، اگر آزادی مطلق داشته باشند به انواع گناه و پلیدی، فحشا و بی‌عفتی و اعتیادات مضر گرفتار می‌شوند. به نظر دکتر هاریس، منظور از استقلال، آزادی، حق رای و اظهار عقیده این نیست که جوانان را به کلی رها کنیم و در خانه و مدرسه آن‌ها را به حال خود بگذاریم تا هر چه می‌خواهند بکنند. مسلماً آن‌ها نمی‌توانند راه سربالایی زندگی را بیمایند؛ باید دستشان را گرفت. (۴۳) از کلمه «وزیر» هم که در روایات آمده است، محدودیت آزادی جوانان و نوجوانان استفاده می‌شود؛ زیرا وزارت به معنای یاری و معاونت است و جوان هم معاون و معاضد والدین است و به جوان به عنوان وزیر، اجازه اظهار نظر و کمک به والدین داده شده، ولی تصمیم نهایی در اختیار والدین است. به طور طبیعی و فطری، جوان در عطش استقلال و شخصیت است و بنا به فرموده پیامبر صلی الله علیه و آله، والدین باید با نوجوان به عنوان وزیر عمل کنند و میل طبیعی او را برآورده سازند. در این صورت، نوجوان اعتماد به نفس پیدا می‌کند و زندگی مستقل، مفید و باارزشی خواهد داشت. اگر والدین آزادی لازم را به نوجوانشان ندهند و مداوم او را تحت فشار بیش از حد قرار دهند و تحقیر نمایند - هر چند این کار به عنوان علاقه بیش از حد صورت گیرد - و قدرت تعقل و تفکر به نوجوان داده نشود، در این صورت، والدین نوجوان را از خود منقطع کرده، متکی به غیر بار می‌آورند. در نتیجه دو شکل در نوجوان بروز می‌کند: ۱- بر اثر فشارهای طاقت‌فرسا، نیروی مقاومت خود را از دست می‌دهد، تسلیم شرایط موجود می‌شود و از تشخص طلبی و استقلال چشم می‌پوشد که این به ظاهر خوب است ولی استعدادهای او را می‌میراند و موجب از دست دادن اتکا به نفس در او می‌شود. ۲- در مقابل فشارهای بی‌مورد والدین ستیزه‌جو می‌شود که در این صورت کانون گرم خانواده تبدیل به صحنه مبارزه می‌شود و هر قدر والدین بر سخت‌گیری خود بیفزایند، مشکلات او بیش‌تر خواهد شد و از همین‌جا، زمینه انحرافات اخلاقی و روی آوردن به اعتیاد در جوانان شروع می‌شود. آنان به تصور خود، از این راه می‌خواهند برای خود شخصیت کسب کنند. روایات متعددی به این مطلب اشاره دارد؛ از جمله: علی علیه السلام: هر که نفس‌اش برایش گرامی است؛ آن را با گناه خوار نسازد. (۴۴) علی علیه السلام: فرزندت هفت‌سال برایت دسته گل است و هفت‌سال برایت خادم است، سپس یا دشمنت خواهد بود یا دوست‌ات. (۴۵) خصایص اجتماعی دوره نوجوانی ۱. گرایش به انس و الفت با دیگران؛ ۲. کاسته شدن تسلط خانواده بر نوجوان و تلاش نوجوان برای تثبیت موقعیت خود و جلب اعتراف اطرافیان و پذیرش این واقعیت؛ ۳. بینش اجتماعی در مرحله نوجوانی که موجب درک روابط موجود بین خود و دیگران می‌شود و منجر به دریافت بصیرتی خاص در آثار و اعمال متقابل رابطه نوجوان و مردم می‌گردد؛ ۴. سرکشی و تمرد علیه فشار موجود در خانواده که ناشی از احساس فردیت و استقلال طلبی اوست؛ ۵. احساس تمسخر نسبت به محیط واقعی زندگی که ناشی از آرمان‌گرایی نوجوانان می‌باشد؛ ۶. رقابت با دوستان و هم‌سالان در صحنه‌های زندگی که ناشی از احساس اثبات موقعیت اجتماعی و خودنمایی نوجوان است؛ ۷. پای‌بندی نوجوان به عقاید و افکار خود در مقابل معیارهای والدین و فرهنگ و محیط زندگی؛ ۸. آمادگی برای ایفای نقش زن و مرد؛ ۹. تقلید و تبعیت از نمونه‌ها و سرمشق‌های زندگی به جای تبعیت از قواعد و مقررات اخلاقی مثل تقلید از فوتبالیست‌ها؛ ۱۰. کاهش وابستگی نوجوان و رشد روحیه استقلال طلبی در نوجوان. (۴۶) ۴- رشد عاطفی یکی از عواملی که در شخصیت نوجوان مؤثر است عواطف نوجوان می‌باشد. نوجوانان افرادی عاطفی‌اند و گاهی کوچک‌ترین چیز احساسات و عواطف آن‌ها را خدشه‌دار می‌کند و

در نتیجه، موجب دگرگونی آن‌ها می‌شود. پس همه افراد، به خصوص بزرگ‌ترها باید در برخورد با نوجوانان به عواطف آن‌ها توجه کافی مبذول دارند. ویژگی‌های رشد عاطفی نوجوان رشد عاطفی نوجوان ویژگی‌های خاصی دارد که عبارتند از: ۱. هیجان و عواطف تند و شدید ۲. نوجوان از محرک‌های هیجانی به سرعت متأثر می‌شود که دلیل آن نامتعادل شدن ترشحات غدد داخلی و تغییر گرایش او نسبت به محیط است که از یک سو، نمی‌خواهد و نمی‌تواند واکنش‌های کودکانه را از خود نشان دهد و از سوی دیگر، هنوز نمی‌تواند کاملاً با وضع موجود سازش یابد و واکنش مطلوب اطرافیان را نشان دهد. از این رو، وقتی به رفتار او انتقاد می‌شود سریع ناراحت و غمگین می‌شود. ۳. گاهی در تعبیر و بیان عواطف خویش دچار تردید می‌شود و حتی به دلیل نگرانی از انتقاد و سرزنش مردم، آن‌ها را آشکار نمی‌کند. به این دلیل، در خود فرو می‌رود، به توهمات پناه می‌برد، از مردم کناره می‌گیرد و گاهی از ناسازگاری امیال با واقعیات ناامید می‌شود. ۴. واکنش‌های هیجانی و عاطفی نوجوان ناپایدار است که دلیل این ناپایداری در دو چیز می‌باشد: الف. تغییر در ترشحات غدد درون‌ریز که موجب تحریک عاطفی بیش‌تر او می‌شود ب. تغییرات رشدی خاص دوران بلوغ و تردیدهای اجتماعی که تنش عاطفی نوجوان را افزایش می‌دهد. ۵. به دلیل آن‌که نوجوان تجربه بزرگ‌سالان را ندارد، در نحوه اظهار پاسخ‌های هیجانی و عاطفی نمی‌تواند سنجیده عمل کند مثلاً، نمی‌داند حبت خود را چگونه به جنس مخالف نشان دهد. (۴۷) انواع عواطف در دوره نوجوانی عواطف در دوره نوجوانی به امور خاصی تعلق می‌گیرد که شاید در ابتدای امر متناقض به نظر برسند مثل ترس و خشم که نوجوان از طرفی می‌ترسد و از طرف دیگر خشم می‌کند. الف - ترس: برخی تحقیقات نشان می‌دهد که نوجوان در اوایل بلوغ هنوز برخی ترس‌های کودکانه را دارد مثل ترس از اشباح که به تدریج، این ترس‌ها را از خود دور می‌کند. موضوع ترس در نوجوانی ممکن است این موارد باشد: ۱. ترس‌های مدرسه‌ای مثل ترس از امتحان، کوتاهی در انجام تکالیف، تمسخر و استهزای معلمان و هم‌کلاسان و اجبار به شرکت در بحث گروهی و سخنرانی ۲. ترس‌های بهداشتی که به شکل ترس از حوادث ناگهانی، مصیبت‌ها، بیماری و مرگ ظاهر می‌شود ۳. ترس‌های خانوادگی که هنگام بیماری افراد خانواده یا مشاجره آن‌ها مشاهده می‌شود ۴. ترس‌های اقتصادی که از پایین آمدن سقف اقتصادی خانواده ناشی می‌شود ۵. ترس‌های اخلاقی که به صورت احساس گناه در هنگام خطا و اشتباه ظاهر می‌شود ۶. ترس‌های جنسی که ناشی از نگرانی کیفیت ارتباط با جنس مخالف و اختلال احتمالی کارکرد اعضای تناسلی او می‌باشد. (۴۸) نموده‌ها و مظاهر ترس ۱. اضطراب و دلواپسی که معمولاً علت آن روشن نیست ۲. کم‌رویی که با ترس از وضع موجود در محیط همراه است و از توجه نوجوان به خویش ناشی می‌شود ۳. پریشانی که با ترس همراه است و هنگام نومی‌دی و نیافتن راه گریز از وضع موجود، پیدا می‌شود و همچنین ترس از استهزای دیگران یا افراط در تعریف و تمجید که او را پریشان می‌کند ۴. افسردگی که غالباً نتیجه یادآوری ناکامی‌ها، شکست‌ها و غم خوردن‌های پیشین است. (۴۹) عوارض ترس معمولاً این عوارض در هنگام ترس بروز می‌کند: لکنت زبان، ادرار غیرارادی، خواب‌پریشانی، حرکات عصبی، حسادت، کم‌رویی. (۵۰) ب - خشم: عوامل خشم در نوجوان عبارت است از: ۱. به تعویق انداختن: او اگر نتواند در فعالیتی که انجام می‌دهد موفق شود یا او را از گفت‌وگو، خواب یا غذا منع کنند و کارش را به تعویق اندازند ۲. احساس ستم و محرومیت: وقتی از اعضای خانواده، معلم یا دوستان نسبت به خود ستمی احساس نماید یا دیگران به نزدیکان او ظلمی کنند ۳. تعدی به حریم و مقدسات فرد: مثل این که کسی به خط و فکر و دین نوجوان توهین کند ۴. وضع مزاجی: مزاج نوجوان از عوامل طبیعی خارجی متأثر می‌شود مثلاً اگر باد تند بوزد یا گرما شدید باشد یا دیر به ماشین برسد خشمگین می‌شود. (۵۱) واکنش‌های خشم در نوجوانی: این واکنش‌ها عبارت است از: ۱. علایم حرکتی مثل این طرف و آن طرف رفتن و نشستن و برخاستن، سر تکان دادن و از خانه خارج شدن که نشان‌دهنده سرگردانی شخص است ۲. علایم کلامی مثل تهدید و دشنام که نشان می‌دهد نوجوان خشمگین است ۳. بیان چهره‌ای یا زبان حال که نوجوان کتک و داد و فریاد ندارد، ولی خشم خود را با چهره نشان می‌دهد مثل قهر ۴. سرزنش مثل این که خود را گناه کار بداند و خویش‌ترس را سرزنش کند و خشم‌اش

را متوجه خویش کند که در این صورت، گاهی از شدت ناراحتی گریه می‌کند. ج - محبت: در دوران کودکی، دایره محبت محدود به شخص کودک است، سپس والدین را هم دوست می‌دارد و هر قدر سن او بیش تر می‌شود، قلمرو محبت او نیز افزایش می‌یابد. مانند محبت به مال، مقام، فرزندان، همسر، نوع بشر، ایمان و خدا. البته لازمه محبت به موارد مزبور، حب ذات بوده که غریزی است و ریشه‌ای عمیق در وجود بشر دارد. این گونه محبت‌ها نیازی به حمایت و پرورش ندارد. ولی نوع دوستی و دگردوستی ضعیف و کم فروغ است و بدون تربیت و مراقبت نیرومند نمی‌شود. از این رو، اولیا و مربیان باید توجه کافی به این موضوع مبذول دارند. اما اگر خود دوستی زیاده از حد تقویت شود و از حدود مصلحت تجاوز کند، به خودپسندی تبدیل می‌شود و در نتیجه، مفاسد بزرگی، از جمله، آلودگی به سیئات اخلاقی و تجاوز به حقوق دیگران به بار می‌آورد. بر خلاف آن، اگر دگر دوستی تقویت شود، درندگی و صفات حیوانی انسان زایل شده، فرد به عالی‌ترین صفات انسانی متصف می‌گردد. البته منظور از دگر دوستی، محبت به انسان‌ها برای کسب فضایل اخلاقی و شرافت انسانی است، نه نیل به خواهش‌ها و تمنیات غریزی و مادی. افراط در حب ذات در آیات و روایات مورد نکوهش قرار گرفته و متقابلاً انسان به نوع دوستی ترغیب گردیده است: - رسول الله صلی الله علیه وآله: هر که صبح کند در حالی که به امور مسلمانان اهتمامی ندارد مسلمان نیست. - رسول الله صلی الله علیه وآله: هر که بشنود مردی مسلمانان را صدا می‌زند و او را پاسخ ندهد مسلمان نیست. - علی علیه السلام: رساترین چیزی که به وسیله آن می‌توانی رحمت الهی را به خود جلب کنی این است که در باطن خود با همه مردم عطف و مهربان باشی. (۵۲) - علی علیه السلام: خداوند سبحان دوست دارد نیت انسان نسبت به مردم خوب باشد. نیاز به محبت متقابل: آدمی از لحظه تولد تا هنگام مرگ در هر سنی و شرایطی که باشد، نیازمند محبت است. او دوست دارد به دیگران محبت کند و مورد محبت آن‌ها باشد، به خصوص در سنین نوجوانی و جوانی که در پی کسب هویت است. اگر احساس کند فردی بی‌فایده است هویت سالم او شکل نمی‌گیرد و اگر این نیاز او ارضا نشود، زندگی‌اش مختل می‌گردد و نه تنها همیشه اضطراب و بدبینی و احساس تنهایی دارد، بلکه هرگز نمی‌تواند به دیگران محبت ورزد. زیرا خودش آن را تجربه نکرده است. (۵۳) نوجوان در سنین نوجوانی شیفته محبت است، به حدی که محبت یکی از نیازهای او محسوب می‌شود و برای جلب توجه و محبت دوستان، مثل آنان لباس می‌پوشد، آن گونه که آن‌ها می‌پسندند حرف می‌زند و به عقاید و خواسته‌های هم‌سالان و مقررات گروه احترام می‌گذارد. (۵۴) ۵. رشد مذهبی اصل گرایش به دین و مذهب فطری است و در همه انسان‌ها وجود دارد. ارسال رسل و انزال کتب برای شکوفا کردن و غبارروبی از این فطرت الهی است. فرایند شکل‌گیری مذهب از کودکی تا بزرگسالی دارای مراحل می‌باشد که در نوجوانی تحت تاثیر تفکر صوری و شناختی، تغییرات زیاد مذهبی نیز رخ می‌دهد. در این دوره، نوجوان دنبال یافتن نوعی فلسفه برای زندگی است که تعریف مشخصی از زندگی و جهان اطراف ارائه دهد. فلسفه‌ای که جمیع شؤون زندگی او، اعم از سیاسی، اقتصادی و اجتماعی را شامل شود و بتواند نیازهای او را مرتفع کند و سؤالات او جواب مناسب بدهد. رغبت‌های دینی بر خلاف تصور بعضی، نوجوانان به دین و مذهب علاقه‌مندند و احساس می‌کنند دین نقش مهمی در زندگی آن‌ها ایفا می‌کند. آن‌ها درباره ادیان و مذاهب سخن می‌گویند، در مراسم دینی شرکت می‌کنند و در مورد مفاهیم دینی از بزرگ‌ترها می‌پرسند. از این رو، دوره نوجوانی را «دوره تردید دینی نام نهاده‌اند» زیرا در این سنین، نوجوان می‌خواهد باورها و اعتقاداتش را از نو بسازد و از تقلید کورکورانه و صرف خارج شود و با استدلال عقل در معتقدات خود تجدید نظر کند. در این سنین نوجوان در انجام اعمال مذهبی مثل نماز و روزه سهل‌انگاری می‌کند با این که پیش از این سن مرتب و مقید به انجام این عبادات بوده است، حتی گاهی در مقابل بزرگ‌ترها که او را به دلیل نماز نخواندن سرزنش می‌کنند می‌گوید: چرا نماز بخوانم؟ والدین نباید نگران این شک و تردید باشند. زیرا بر حسب فرموده حضرت علی علیه السلام که قبلاً هم ذکر شد، شک و تردید انسان در موضوعات مختلف نشانه عقل و میزان رشد اوست. در این موارد، وظیفه اولیا و مربیان است که طوری برای نوجوان زمینه را فراهم کنند که از شک برای رسیدن به یقین استفاده کند و در شک باقی نماند. کودک

احساس می‌کند والدین و بزرگ‌ترها از اشتباه مبرا هستند، ولی چنین تصویری در نوجوان وجود ندارد. او بزرگ‌ترها را جایز الخطا می‌داند. بنابراین، احساس می‌کند که به آن‌ها هم نمی‌تواند اعتماد کند. از این‌رو، نیازمند پایگاهی مستحکم می‌شود که بتواند او را هدایت کند و خود بدون خطا باشد. دوره‌های شکل‌گیری دین و مذهب در نوجوانان: در نوجوانی شاهد تغییرات و تحولات زیادی از جمله تغییرات شناختی هستیم. از این‌رو شکل‌گیری دین و مذهب در نوجوان چند دوره را طی می‌کند: ۱. دوره بیداری دینی: در این دوره، نوجوان علاقه‌مند است مثل والدین خود، آداب و مراسم دینی را انجام دهد. همین اعمال موجب افزایش رغبت دینی در او می‌شود. از این‌رو، شایسته است اماکن عبادی دارای جاذبه باشد تا نوجوان را جذب کند. ۲. دوره تردید دینی: در این دوره، او به انتقاد مفاهیم دینی می‌پردازد و سؤالاتی به ظاهر کفرآمیز مطرح می‌کند؛ اگر خدا نباشد چه می‌شود، چرا خدا دیده نمی‌شود؟ او مراسم مذهبی را مورد انتقاد قرار می‌دهد، بدون این که آن‌ها را مردود بشمارد. ۳. دوره بازسازی دینی: نوجوان احساس می‌کند که به حقایق دینی تازه‌ای نیاز دارد، اما متفاوت از آنچه والدینش بدان معتقد بودند. برای این منظور، ممکن است به گروه‌های دینی خاص گرایش پیدا کند. در این جا نقش محیط و اولیا و مربیان روشن می‌شود و باید زمینه سالم را برای او فراهم کنند. (۵۵)

نوجوانی که در دوره تردید دینی به سر می‌برد و می‌خواهد زیربنای دین خود را با عقل و استدلال بسازد، نیاز شدیدی به کمک اولیا و مربیان دارد. فقدان ارشاد آن‌ها یا ارشاد با شیوه غلط موجب می‌شود نوجوان راه خطا در پیش می‌گیرد. البته در این زمینه، نباید از نقش محیط و دوستان غفلت کرد. شیوه‌های جذب نوجوانان به مذهب در زمینه شیوه‌های جذب نوجوانان به مذهب، توصیه‌هایی در ارتباط با خود نوجوانان، خانواده و دوستان ضروری است که به اختصار به آن‌ها می‌پردازیم: ۱- در ارتباط با خود نوجوان: الف. جهل‌زدایی از طریق والدین و مربیان و شناخت خداوند توسط کتاب‌ها، مجلات، فیلم‌ها، دوستان و مانند آن. ب. ایجاد رغبت از طریق برقراری رابطه محبت‌آمیز با نوجوان. ج. استفاده از شور و احساس مذهبی و شرکت دادن نوجوان در مراسم مذهبی. د. ایجاد اعتقاد در نوجوان نسبت به نظارت مستمر خدا بر اعمال همه انسان‌ها. ه. استفاده از تفکر انتزاعی نوجوان برای درک پدیده‌ها و قدرت خداوند. مثل استفاده برهان نظم. و. یادآوری نعمت‌های خداوند. ز. مثل سلامتی. ز. پاسخ به پرسش‌های نوجوان و مجهز کردن او در دفاع از مذهب. ی. زمینه‌سازی برای خودسازی و خودیابی و محاسبه نفس و پرهیزگاری. (۵۶) ۲- در ارتباط با خانواده: الف. بعد الگویی خانواده از اهمیت خاصی برخوردار است؛ هر قدر آنان در اعتقادات و عبادات مستحکم‌تر باشند برای نوجوان بهتر است. ب. ایجاد رابطه با نوجوان در محیط گرم خانواده به طور صمیمی و نشان دادن محبت در این ارتباط ضروری است. ج. مسئولیت‌پذیری و تشخیص طلبی نوجوان به عنوان مشاور بودن برای والدین برحسب توصیه روایات الزامی است. د. نظارت‌های غیرمستقیم و مراقبت‌های غیرآشکار و دادن تذکرات به موقع و مخفی - نه رسواگرانه - موجب هدایت او می‌گردد. ه. «سخن کز دل برآید لا-جرم بر دل نشیند». بنابراین، باید حرف و عمل والدین و مربی یکی باشد. (۵۷) ۳- در ارتباط با معاشران و دوستان: الف. نوجوان آسان‌پذیر و متأثر از رفیقان است. بنابراین، باید مراقب دوستان او بود. دوست اثر عمیق بر او می‌گذارد، به حدی که گاهی به خاطر دوست، خود را به زحمت می‌اندازد و از باور خود دست‌برمی‌دارد. این موضوع در دختران نمود بیش‌تری دارد. ب. وحدت فکر و عمل در سازمان‌ها و نظام‌های حکومتی، تبلیغات و عمل حکومت در یک جهت باشد. ج. عضویت در مراکز سالم، اعم از کتابخانه و باشگاه، که در گسترش اعتقادات نوجوان مؤثر است. (۵۸) مشکلات تربیت مذهبی نوجوانان تربیت مذهبی نوجوانان در جامعه با دشواری‌هایی روبه‌روست که این مشکلات به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند: ۱. آنچه مربوط به ماهیت تربیت مذهبی می‌شود و دارای سه عنصر است: الف. تحول در شناخت. ب. تحول در عواطف. ج. تحول در رفتار. ۲- آنچه مربوط به شرایط و فضای خاصی می‌شود که در آن قرار داریم. سه عنصر قسم اول مثلثی را می‌سازند که در آن، سه عنصر مزبور با هم ارتباط متقابل دارند. اما مشکل وقتی ظاهر می‌شود که از یکی از آن‌ها غفلت شود. بنابراین، نباید صرفاً به یک بعد توجه کرد و سایر ابعاد را فدای آن کرد، بلکه این سه باید متناسب با هم مورد توجه قرار گیرند. اگر کاری بدون توجه به عواطف نوجوان صورت گیرد، نمی‌توان

گفت آن نوجوان تربیت مذهبی شده است؛ مثلاً، اگر نوجوان در اول وقت نماز بخواند (رفتار)، ولی دلیل کار خود را نداند (فقدان شناخت) تربیت او مذهبی نیست. اما قسم دوم، که مربوط به فضای خاص زندگی است، مثل این که اقامه نماز جماعت در مدارس اجباری باشد، همین تاثیر منفی بر جای می‌نهد. البته این ادعایی است که مؤید عقلی و نقلی دارد. مؤید عقلی آن این است که اگر فردی چیزی را درک نکرده باشد و تقلید صرف باشد، دچار تزلزل می‌شود و با مشاهده مورد خلاف دچار تردید می‌گردد، اما اگر برای خودش توجیه شده باشد کم‌تر اتفاق می‌افتد که از آن ست بردارد. در مورد مؤید نقلی هم روایاتی هست که می‌گوید خواب عالم از عبادت جاهل بهتر است. اکتفا به این موضوع هم که فضا و حکومت مذهبی است درست نمی‌باشد و به صرف فضای مذهبی، نباید انتظار داشتن فرزندی مذهبی داشته باشیم، بلکه باید همه ابعاد تربیت دینی او نیز در نظر گرفته شود. بنابراین، در تربیت دینی، تاکید بر ارتباط فردی است. البته این بدان معنا نیست که فضا و محیط رها شود و بی‌اثر تلقی گردد، بلکه منظور این است که محیط و فضای سالم مذهبی لازم است، ولی کافی نیست. تاکید بر امر به معروف و نهی از منکر از همین باب است تا به هر کس خطاهایش تذکر داده شود. تبادل فرهنگی با سایر جوامع از جمله مسائلی که در تربیت مذهبی اثر منفی می‌گذارد، مساله تبادل فرهنگی با کشورهای بی‌بند و بار است؛ مثلاً، نوجوانی که فیلم‌های آن‌ها را می‌بیند سبک لباس و دیگر اشیای مستعمل را مشاهده می‌کند، تحت تاثیر فرهنگ خاص آن‌ها قرار می‌گیرد. در این زمینه، وظیفه اولیا و مربیان است که در مورد فرهنگ غرب، بین محاسن و معایب اش تفکیک قایل شوند. این که به طور مطلق بگوییم فرهنگ غرب را قبول نداریم، برای نوجوان قابل پذیرش نیست؛ زیرا در مواردی، محاسن آن‌ها را دیده یا شنیده است. پس باید بین این دو را تفکیک کرد و متقابلاً از امدادهای غیبی و کمک‌های معنوی خداوند مثل کمک‌های خداوند در طول جنگ تحمیلی به رزمندگان اسلام برای او یاد آور شد. باید به نوجوان گفت که آنچه از غرب منفی و مورد نکوهش است، فرهنگ اب‌تدال و بی‌بندوباری است که روز به روز جنگ‌ها و نزاع‌ها، طلاق‌ها و جدایی‌ها و مفاسد اجتماعی، از اعتیاد گرفته تا مسائل ناموسی و جنگ و خون‌ریزی، همه ناشی از آن است. (۵۹) پی نوشتها * دانش‌پژوه کارشناسی ارشد روان‌شناسی از مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی (رحمت الله علیه) ۳۵- دیوان حضرت علی علیه السلام، ترجمه مصطفی زمانی ۳۶- محمدرضا شرفی، مراحل رشد و تحول انسان، سازمان چاپ و انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۳۶۸، ص ۱۵۴ ۳۷- استاد مرتضی مطهری، عدل الهی، ص ۷ ۳۸- شک و تردید انسان ملا-کی برای عقل اوست. (غررالحکم، ص ۴۷۴) ۳۹- روان‌شناسی رشد، ج ۲، دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، ص ۷۸۲ ۴۰- الولد سید سبع سنین و عبد سبع سنین و وزیر سبع سنین، طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الاخلاق، قم، رضی، ۱۳۷۱، ص ۱۱۵ ۴۱- محمد بن یعقوب کلینی، روضه کافی، ص ۹۳ ۴۲ و ۴۳- هاریس، مشکلات روحی جوانان، ص ۷۳/۶۲ ۴۴- غررالحکم ص ۶۷۷. ۴۵- نهج البلاغه، شرح ابن ابی الحدید، دارالاحیاء الکتب العربیه، ۱۴۰۴ ق، ج ۲۰، کلمه ۹۳۷، ص ۳۴۳. ۴۶- محمدرضا شرفی، مراحل رشد و تحول، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۳۷۱، ص ۱۵۸ ۴۷- علی فتحی آشتیانی، پیشین ۴۸ و ۴۹- علی اکبر شعاری نژاد، پیشین، ص ۷۵۶ ۵۰- محمد تقی فلسفی، پیشین، ص ۱۹۷ و روان‌شناسی رشد ۲، شعاری نژاد ۵۱- علی اکبر شعاری نژاد، پیشین، ص ۷۷ ۵۲- (غررالحکم، ص ۲۱۲). ۵۳- علی اکبر شعاری نژاد، پیشین، ص ۱۱۸ ۵۴- محمد علی احمدوند، روان‌شناسی کودکی و نوجوانی، دانشگاه پیام نور، ۱۳۷۶. ۵۵- علی اکبر شعاری نژاد، پیشین، ص ۹۱ ۵۶ و ۵۷ و ۵۸ و ۵۹- علی فتحی آشتیانی، پیشین

مشکلات نوجوانی

با توجه به ویژگی‌های خاص نوجوانی، این دوران با مشکلات خاص خود نیز مواجه است. برخی از این مشکلات شیوع بیشتری داشته و گاه نیازمند مداخله کمتری هستند، اما برخی دیگر در حد یک ناسازگاری، یک بیماری و یا اختلال روانی اجتماعی قابل توجه بوده و نیازمند اقدامات مداخله‌گرانه هستند. فراهم نبودن شرایط تربیتی مناسب، عدم آشنائی اولیا و مربیان با نیازها و

ویژگی‌های نوجوان و کودکی مشکل‌دار علل اساسی بوجود آمدن مشکلات دوران نوجوانی هستند. با توجه به اینکه این دوره نیز اهمیت شایان توجهی در زندگی آینده و بزرگسالی فرد دارد و بسیاری از انتخابها و تصمیمها در این دوران انجام می‌شوند، پیشگیری از بروز مشکلات و درمان آنها به توجه و تاکید فراوانی نیاز دارد. شناخت این مشکلات شاید بعد از شناخت ویژگیها و نیازهای مرحله نوجوانی اولین گام موثر در کمک به نوجوان برای داشتن یک مرحله رشدی سالم می‌باشد. مهمترین مشکلات نوجوانی افت تحصیلی شاید بیش از همه مراحل دیگر در این مرحله افت تحصیلی مشاهده گردد. مسئولین مدارس راهنمایی تحصیلی و والدینی که فرزندان در مقاطع راهنمایی دارند که با آغاز بلوغ و نوجوانی و تغییرات آن همراه است، معمولاً چنین افتی را گزارش می‌کنند. هرچند شدت و ضعف افت تحصیلی در دانش آموزان مختلف متفاوت است، اما به هر حال و با توجه به فراوانی آن در این دوران نیاز به توجه ویژه دارد. انحرافات جنسی با توجه به ویژگیهای بلوغ جنسی در این دوران مشکلاتی از این قبیل می‌تواند اتفاق بیافتد. در بین انواع انحرافات جنسی، خودارضایی شیوع بیشتری به ویژه در بین پسران داد که با کاربرد روشهای مناسب پیشگیرانه و رعایت آنها و استفاده از راهبردهای لازم (بعد از ابتلا به انحراف) قابل حل خواهد بود. دوستی با جنس مخالف به دنبال غلبان هیجانانگیز و عواطف در این دوران از یک طرف و تحولات جنسی از سوی دیگر گرایش به برقراری روابط دوستی با جنس مخالف شیوع فراوانی می‌یابد. ارائه شناخت و آگاهیهای لازم به نوجوان در خصوص کنترل عواطف و هیجانانگیز خود و جهت‌دهی سالم مفید خواهد بود. انحرافات اجتماعی با این که در بروز انحرافات اجتماعی عوامل مختلفی دخالت دارند، اما شرایط ویژه دوران نوجوانی مثل تمایل به توجه طلبی و استقلال شخصی، تمایل به عضویت در گروهها و ... باعث می‌شود که دوره مستعدی برای راه اندازی این انحرافات باشد. این انحرافات به صورت فرار از خانه، انواع بزهکاری مثل دزدی، اعتیاد و ... دیده می‌شود که اکثر این انحرافات در گروه اتفاق می‌افتد. اختلالات روانی در نوجوانی در نوجوانی مساله بیماری روانی در آسیب شناسی نوجوانی حائز اهمیت زیادی است. مهمترین اختلالات روانی رایج عبارتند از: ۱. واکنشهای سازگاری ۲. روان رنجوری، شامل انواع اختلالات خلقی، مثل افسردگی، اضطراب ۳. اختلالات روان - فیزیولوژیک، مثل بی‌اشتهایی روانی ۴. اختلالات شخصیت، مثل اختلال شخصیت هیستریک ۵. اختلالات سایکوتیک که اسکیزوفرنی عمومی‌ترین آنهاست. از میان اختلالات روانی انواع افسردگی و اضطراب فراوانی بیشتری دارد. در صورتی که اطرافیان شناخت کافی از نوجوان داشته باشند و به موقع علائم او را تشخیص دهند، با انواع روان درمانی قابل درمان خواهند بود. خودکشی معمولاً پدیده خودکشی با سایر مشکلات دیگر مثل افسردگی، اعتیاد و ... همراه است. در هر حال تمایل به خودکشی در این دوران باید مورد توجه قرار گیرد. بلوغ زودرس و دیررس عوامل مختلفی چون عوامل ارثی، طرح و ساختمان بدنی، نوع تغذیه و سلامت جهانی، مسائل فرهنگی از عواملی هستند که در بروز بلوغ زودرس و دیررس دخیل هستند. بلوغ چه به صورت زودرس اتفاق بیافتد و چه با تاخیر همراه باشد، نگرانیها و مشکلاتی را برای نوجوان به همراه خواهد داشت. هرچند عواقب آن هم برای دختر و هم برای پسر وجود دارد، اما بلوغ زودرس اغلب برای دختران و بلوغ دیررس برای پسران مشکل آفرین‌تر است (تاثیر بلوغ در رفتار نوجوانان). شیوه‌های برخورد با مشکلات دوران نوجوانی آنچه بیش از همه حائز اهمیت است، توجه والدین و مریدان به شناخت ویژگیها و نیازهای مرحله نوجوانی است. این آشنائی و آگاهی از شیوه‌های برخورد با ویژگیهای این دوره، در گام از بروز مشکلات خاص این دوره جلوگیری خواهد کرد، یا حداقل شدت آن را تخفیف خواهد داد. در بروز مشکلات و مسائل آنچه مورد بررسی و درمان قرار می‌گیرد، تنها نوجوان و مسائل او نخواهد بود. هرچند اساس درمان رفتارها و شرایط نوجوان تشکیل می‌دهد، اما شیوه‌های درمانی عمدتاً به صورت گسترده‌تری معطوف به اطرافیان نوجوان، خانواده و دوستان و در سطح وسیع‌تر و به صورت برنامه‌ریزی‌های کلان جامعه خواهد بود. آشناسازی خانواده و دیگر دوستان و آشنایان در طرح ریزی برنامه‌ای برای برخورد با نوجوان برای حل مسائل خفیف‌تری چون ناسازگاریهای سطحی در بافت خانواده، پرخاشگری، استقلال طلبی شدید، نوجوئی شدید، با توجه به شیوه‌های مناسب تربیتی کافی خواهد بود.

در حالی که در مورد مشکلات خاص تری چون اختلالات روانی این دوران مثل بی‌اشتهایی روانی که با تمایل شدید به کاهش وزن همراه است، از شیوه‌های اختصاصی تری چون روان درمانی و ... استفاده می‌شود. در رابطه با مسائل اجتماعی چون بزهکاری، نهادهای اجتماعی دیگری چون کانونهای اصلاح و تربیت، مدرسه و ... درگیر هستند.

آسیب شناسی رشد و بلوغ نوجوانان

گفت و گو با دکتر محمد ولی سهامی، (متخصص روانپزشکی کودک و نوجوان) تعریفی از غرور نوجوانی غرور عملاً به عنوان یک صفت وقتی به وجود می‌آید که انسان تا حدودی دارای افکار و آرمان و پایبندی به آنها باشد به طوری که اگر بر خلاف آنها صحبتی شد، به هم بریزد. در واقع شکل‌گیری غرور در سن بلوغ آغاز می‌شود. به این ترتیب فرد جست و جوگر و به دنبال فلسفه‌ای برای زندگی است. تجربه من نشان می‌دهد حدود ۲۵ درصد کسانی که به سن بلوغ می‌رسند جست و جوگری را آغاز می‌کنند و این عده در این میان به ارزش‌هایی می‌رسند. این ارزش‌ها ممکن است ارزش‌های مذهبی یا فرهنگی و یا در مورد عدالت اجتماعی باشد بهر حال این ارزش‌ها برای آنها خیلی عزیز است. کسانی هم که این جست و جوگری را دنبال نمی‌کنند. ارزش‌هایی را که به آنها داده شده در واقع قبول کرده و درونی‌اش می‌کنند. آنها هم به ایده‌های خودشان خیلی پایبندند و زمانی که این ایده‌ها به صورتی مورد حمله قرار بگیرد، چون این ایده‌ها قسمتی از جهان بینی‌شان و حتی بخشی از وجود آنها محسوب می‌شود آن وقت دیگر بحث تفاوت فکری و ایجاد دلخوری نیست بلکه واکنش فرد در واقع یک دلخوری عاطفی است که نام آن را غرور می‌گذاریم. انگار که او را کم گرفته‌اید و گویا به وجود او بی‌اعتنایی کرده‌اید نه به فکرش. به طور دقیق‌تر در چه سنی غرور نوجوانی شکل می‌گیرد؟ منظور من از غرور آن چیزی است که به نوجوان هویت می‌دهد و از نظر سنی لازمه وجود اوست. از هفت تا ده سالگی در ده سالگی است که نوجوان باورهاش را قبول می‌کند. می‌گویند درست و غلط از هفت سالگی سراغ انسان می‌آید. انسان افکاری برای خودش دارد که دنیا را از درون آنها می‌بیند و در واقع این افکار جهان او را توجیه می‌کنند. آنها افکاری است که فرد از داشتن آنها سرافراز است و خودش را با آن به نوعی هماهنگ کرده است به عبارتی آن افکار قسمتی از هویت فرد است و تمام آن نیست. چون هویت خیلی وسیع‌تر است. مثلاً اینکه من به کجا تعلق دارم. من خودم مال کی هستم و ... اینها همه جمع می‌شود و هویت را می‌سازد. ولی آن قسمت بزرگ هویت فکری‌های من است که به من یک فردیت می‌دهد و با فردیت‌های بقیه فرق دارد. یعنی به این ترتیب او از دیگران متمایز می‌شود؟ بله من دوست دارم این تعریفی را که شما از غرور کردید نماینده یا نشان دهنده احترام به خود بنامم. می‌دانید تواضع به طور کلی چیز خوبی است ولی اینکه آدم به خودش بد بگوید تواضع نیست چرا که اگر آن چیزی که متعلق به اوست دوست ندارد باید آن را عوض کند. بنابر این غرور به این معناست که فرد از آنچه به او رسیده و با آن در واقع سر می‌کند خوشش بیاید اما متأسفانه در مورد جوان‌های ما باید بگویم این صفت احترام به خود یک کمی ضربه خورده است. علت این ضربه خوردگی چیست؟ شاید به این دلیل ما به خودمان احترام نمی‌گذاریم که دیگران به ما احترام نگذاشته‌اند. در بعضی خانواده‌ها ممکن است این گونه باشد. یا اینکه به صورتی برای ما این طور جا انداخته‌اند که خود را کم دیدن صفت خوبی است پدر و مادرها گاهی خیلی الگوهای عجیب و غریبی می‌شوند بدتر از این نیست که مادر به بچه هفت ساله اش بگوید من آدم بدی هستم یا من بیسواد و بدبختم و تو مثل من نشو پدر و مادر برای بچه‌ها غول‌هایی هستند آنها مهمترین چیزهای زندگی‌شان را تشکیل می‌دهند یعنی وقتی کسی به این صورت خودش را در برابر بچه‌اش کوچک کند نه تنها کمکی به او نمی‌کند بلکه در واقع فرزندش را خرد می‌کند و به او ضربه می‌زند. می‌خواستم کمی در مورد بلوغ حرف بزنم. برای اینکه مشاهده می‌کنم که بچه بزرگ کردن برای پدر و مادرها در این دوره مکافات شده یعنی با هزار شک و تردید روبرو هستند: «آیا من کار درستی می‌کنم، بچه‌ام بیرون برود، نرود چه باید بکنم؟» لطفاً ابتدا در مورد ویژگی‌های دوران

بلوغ توضیح بفرمایید. بلوغ عملاً مناسب انسان است حیوانات بلوغ شان خیلی کوتاه است و اصلاً دیده نمی شود شما گربه نوبالغ ندیده اید یا بچه گربه است و یا گربه اما در انسان دوران بلوغ حدود پنج تا شش سال طول می کشد البته در دخترها این دوران زودتر آغاز می شود در حدود نه سالگی بستگی به ناحیه زیست دارد. هر جا هوا گرمتر است بلوغ زودتر سراغ انسان می آید. دوران بلوغ پسرها دیرتر آغاز می شود در سن ۱۳ و گاهی ۱۴ سالگی اما خود این سفر سفری است که تغییرات بدنی اش واقعاً فاحش است تا اندازه ای مثل تولدی در این حیات است. اما گرفتاری دوران بلوغ این است که نوجوان نمی داند با این بدن تغییر کرده چه کار کند؟ بخصوص برای دخترها که این جهش شدیدتر است این مسأله شاید بیشتر مطرح شود. گرفتاری این است که مردم به صورت دیگری آدم را نگاه می کنند یعنی من همان آدم سابق هستم منتهی به صورت دیگری به من نگاه می شود به گونه ای دیگر در مورد من قضاوت می شود و انتظار یک رفتار دیگر از من دارند. ولی من آن رفتار را بلد نیستم. فقط نگاهها و گوشه و کنایه ها را می بینم و می شنوم با خودمان می گوئیم ظاهراً کاری که ما قبلاً می کردیم مورد انتظار آنها نیست چیز دیگری از ما می خواهند اما چه می خواهند نمی دانیم. آیا مغز نوجوان نیز در دوران بلوغ تغییر می کند؟ بله قبلاً گفتیم که دوران بلوغ بین پنج تا شش سال طول می کشد تغییرات درون مغزی نیز اگر همین مدت طول بکشد بلوغ را کامل می نامیم ولی متأسفانه گاهی این دوران ۱۰ تا ۲۰ سال طول می کشد. یعنی انسان را می بینید که ۲۵ سالش است اما بلوغ فکری - عاطفی در او پیش نیامده است. بنابر این پدر و مادرها خیلی مهم است که بدانند در این پسرشان که در حال بالغ شدن است و بالغ شده قرار است در مغز او هم اتفاقاتی بیفتد یا نه؟ بلوغ با استقلال نسبی فرد خاتمه می یابد. چه عواملی باعث می شود که این دوران خیلی طولانی شود و به عبارتی مسیر خودش را در همان دوران پنج یا شش سال طی نکند؟ علل آن به مسائلی بر می گردد که از نقطه نظر عاطفی اجازه رشد به ما نمی دهد. یکی از مشخصات اصلی بلوغ این است که نوجوان بتواند از نظر عاطفی یک فاصله تازه ای با اولیای خود ایجاد کند. ایجاد این فاصله بخصوص برای پسرها از مادرهایشان و در دخترها از پدرانشان لازم است. لازمه رشد جدایی است. نه در حد ترک کردن خانه به اندازه ای که آن رابطه تنگاتنگ ضعیف شود. یعنی این رابطه آن قدر قوی نباشد که جوان اصلاً لازم نبیند که دنبال پیدا کردن دوست برود. بخصوص وقتی که برای مثال پدر نباشد پسر ممکن است به مادر خیلی نزدیک شود و با برعکس آن. بله درست است حالت دیگر اینکه ممکن است مادر از پدر دلخور باشد و به حمایت پسر احتیاج داشته باشد و یا ... به هر حال این حالت ها بلوغ فکری را خیلی طولانی می کند و بلوغ عاطفی را سالها عقب می اندازد. به این ترتیب نه آدم در فکر رابطه با دنیای خارج است و نه می داند بقیه در حال چه کاری هستند. درست مثل اینکه در یک تله افتاده است. اما آقای دکتر چگونه می توان این فاصله عاطفی را کم کرد، مقوله پیچیده ای به نظر می رسد به عبارتی مکانیزم ایجاد این فاصله چیست؟ اولاً وقتی مادری به پسرش خیلی نزدیک است باید در جواب سؤالهای او عموماً بگوید نمی دانم درست نمی دانم و تا پسر در موارد خاص پیش پدرش برود. به هر حال درست است مرزها کشیده شده، اتاق خواب ها جداست، وارد اتاق شدن، در زدن و ... اما پدر هم نقشی دارد. این به عهده پدر است این مفهوم را برساند که این زن مادر شماست ولی زن من است. من واقعاً از پسرهای خواهم با مادرشان رسمی باشند.... برای مثال آنها بعد از صرف شام باید بگویند شام خیلی خوبی بود خیلی ممنون مادر. دیگر از آنها گذشته که بگویند این شام خیلی بدی بود یا نمی خواهم آن را بخورم و ... باید این رفتارها کمی رسمی شود و بار عاطفی روابط تا اندازه ای پایین بیاید. یا من به عنوان یک پدر از دختر ۱۷ ساله ام خواستم لزومی ندارد او هر کاری می کند به من بگوید پیام این صحبت برای نوجوان خیلی مهم است و به او گفتم فقط می خواهم بدانی که اگر مسأله ای داشتی می توانی بیایی پیش بابا... هیچ لزومی ندارد که فکر کنی من با شنیدن آن شاخ در می آورم و تعجب می کنم این گونه است که یک پدر یا مادر می تواند به فرزندش کمک کند اما اگر از پسر ۱۸ ساله پرسد که کجا بودی؟ چه کار می کردی؟ به کی تلفن کردی؟ اینها اجازه جدایی ندادن است. یا وقتی من و همسرم می خواهیم برای دو روز به لاهیجان برویم دیگر اجازه گرفتن و نگرانی ندارد. او می

تواند تنها بماند. به این ترتیب جوان در واقع یک تنهایی را تجربه می‌کند که لازمه وجودی سن و سال اوست؟ بله به این گونه یک فاصله‌های عاطفی کوتاهی ایجاد می‌کنیم و به این صورت پیام‌هایی را به او می‌دهیم... آنها هم می‌پذیرند. چون همین را می‌خواهند. می‌گویند مامان برو خیالت راحت باشد. البته مادرها مقصر نیستند که این تجربه‌ها ایجاد نمی‌شود برای بچه‌ها هم این دوری فوق‌العاده سخت است. چون درون خود نوجوان هم دو نظر وجود دارد یکی می‌گوید نمی‌تواند از مادرش جدا شود و نظر صحیح‌تر می‌گوید از او فاصله بگیرد. در همین جاست که وقتی جوان نمی‌تواند این فاصله را ایجاد کند کار نادرستی از او سر می‌زند و با مادر خشونت می‌کند. چرا؟ برای اینکه جوان می‌بیند با آرام صحبت کردن نتوانسته این فاصله را - که در واقع به آن نیاز دارد- ایجاد کند این است که رابطه‌اش به خشونت می‌انجامد. یعنی چون پدر و مادر نتوانسته‌اند در یک برخورد مناسب فاصله لازم را به وجود آورند، این خشونت شکل می‌گیرد؟ بله به این ترتیب نوجوان جدایی را ایجاد می‌کند اما با خشونت و ... در حالی که اگر پدر و مادرها بتوانند این فاصله را به درستی شکل دهند، ۷۰ درصد اختلافات جوانها با اولیا از بین می‌رود. در انتهای بلوغ جوان به چه خصوصیتی دست می‌یابد؟ آخر بلوغ انسان اسم و رسم و هویت پیدا می‌کند. همان هویتی که یک بخش آن غرور است و بخش دیگرش فکر در واقع فرد دارای یک شخصیت ثابت می‌شود. این تکرار رفتارهاست که شخصیت ما را مشخص می‌کند. وقتی یک بلوغ انتهای موفقی دارد که فرد بالغ شخصیت و اسم و رسمش مورد تأیید و علاقه خودش هم باشد. مقصودتان از شخصیت با ثبات چیست؟ شخصیت قابل پیش‌بینی داشته باشد. گرفتاری دوران بلوغ این است که نقش جوان نقش خیلی ساده‌ای است. بچه‌ها لباسهایشان را از جای خاصی می‌خرند، باید نمره ۲۰ بیاورند، سر کلاس در مهمانی نباید زیاد صحبت کنند... یعنی نقش آدم بالغ نسبتاً ساده است. کلیشه‌های اجتماعی و رفتاری خیلی ساده دارد. وقتی تسبیح دستش می‌گیرد می‌گویند چرا ادای بزرگترها را در می‌آوری اگر بگویند من بستنی می‌خواهم می‌گویند بچه شدی؟ نمی‌داند که باید چه کار کند. وارد دشتی شده که نقشه ندارد و طبیعی است وقتی ندانی به کجا می‌خواهی بروی در یک دشت بدون نقشه تنها چیزی که کمکت می‌کند همسفر است در واقع مهم‌ترین وسیله برای طی کردن یک بلوغ سالم همین همسفر است یعنی رفیق و دوست که به داد بچه نابالغ می‌رسد و درست همین جاست که گرفتاریها و نگرانیهای اولیا آغاز می‌شود. گرفتاری دوست ناباب؟ دوست ناباب هم کاملاً حرف درستی است. در کتابهای روانشناسی اختلالات رفتاری جوانان بالای لیست قرار دارد و علت اختلالات رفتاری دوست بد است. به هر حال این تجربه‌ای است که بیشتر اولیا می‌کنند. این پسر نوجوان با یافتن یک فرد دیگر مثل خودش هم اتکا به نفسش زیاد می‌شود و هم دو نفری همدیگر را حمایت می‌کنند. حداقل به ریش هم نمی‌خندند. چون نیاز نیست هر کس خودش را به دیگری ثابت کند. چون هر دو در یک حال هستند. آقای دکتر شما به دنبال بحث ضرورت ایجاد فاصله عاطفی مناسب بین اولیا و جوان اهمیت پیدا کردن همسفر برای او را مطرح کردید، در کنار این دو مسأله نقش روابط اجتماعی نوجوان را برای گذراندن صحیح دوران بلوغ چقدر اساسی می‌دانید؟ باید بگویم نبود روابط اجتماعی چراغ قرمزی است برای ما روانپزشک‌ها یعنی وقتی نوجوان در خانه نشسته است و بعد هم هر چه ما می‌گوییم بیا میهمانی می‌گوید نمی‌آیم و از مشخصات مهم او این است که به طور مرتب ۲۰ می‌گیرد و به جز رقابت در درس در رشته‌های دیگر رقابت نمی‌کند و فوق‌العاده به مادرش وابسته است و علائم وسواسی دارد این موارد برای ما نگران‌کننده است و متأسفانه این گروه بزرگ و وسیعی است اگر چه بعضی از خانواده‌ها از این وضعیت خیلی هم راضی‌اند و می‌گویند چقدر پسر سر به راهی داریم. اما واقعیت این است جایی که باید نوجوان تأیید خودش را بگیرد و اساساً انتقاد را از آن زاویه می‌پذیرد بابا و مامان نیست. به طور طبیعی شما می‌بینید وقتی تعریف پسران را می‌کنید آنقدر لذت نمی‌برد تا اینکه یک پسر همسنش این تعریف را بکند. اگر از او انتقاد هم بکنید به آن اندازه زورش نمی‌آید تا یک همسنش این انتقاد را از او بکند. مثلاً اینکه این حرکت مناسب سن من و تو نبود. بنابر این آنجاست که رفتارها ساخته می‌شود. اگر این آدمها دور و بر فرد نباشند، این **Feed back** ها (بازخوردها و بازبینی‌ها) نیز وجود ندارد. این مسأله خیلی پیچیده است.

موضوع دیگر کششی است که نوجوان نسبت به جنس مخالف احساس می‌کند. به صورت موردی که قبلاً برایش مطرح نبوده است. این افکاری است که همه در مغز خودش است و اصلاً کسی هم نیست که با او در این زمینه حرف بزند، همین باعث می‌شود که به اشتباه در ذهنش ژیمناستیک بازی می‌کند، جواب اختراع می‌کند. یعنی از دنیای واقعیت فوق العاده دور می‌شود. به عبارتی موارد خیلی عجیب و غریب در این بچه‌ها می‌بینیم، از جمله روابط فوق العاده خشن آنها با مادرشان است و علت آن احساسی است که نوجوان به مادرش دارد و از این احساس می‌ترسد. چرا آقای دکتر؟ برای اینکه او می‌فهمد که مادرش هم یک زن است و از این احساس می‌ترسد. چون با واقعیت‌های جامعه در تماس نیست در واقع تحریک می‌شود؟ بله ترمزهای زیاد دیگری در اجتماع هستند که می‌توانند این احساس را کنترل کنند. بنابراین بحث ضرورت ایجاد روابط اجتماعی مناسب برای نوجوان بسیار جدی است.

ویژگی‌های دوران نوجوانی

تعریف نوجوانی از نظر دایره المعارف بریتانیکا نوجوانی اغلب به عنوان دوره ای بین بچگی و بزرگسالی تعریف می‌شود. گرچه، بعضی از مؤلفین، نوجوانی را مساوی بلوغ جنسی و دوره ی تغییرات فیزیکی که اوج آن در تکامل و رسیدگی در تولید مثل است، می‌دانند، ولی اغلب، نوجوانی با مفاهیم روانی و اجتماعی تعریف می‌شود؛ مثلاً- شروع آن، با بلوغ جنسی و خاتمه ی مبهم و نامشخص آن، با بزرگسالی است. این واژه، برچسب مناسبی جهت دوره ای از زندگی فرد (تقریباً بین سنین ۱۲-۲۰ سالگی) می‌باشد و چنین استعمالی، هیچ گونه قید و تعریفی درباره ی خصوصیات رشد نوجوانها یا علل اختصاصی نوجوانی ندارد. هر دوره ای از زندگی را می‌توان بر مبنای پاره ای از مسایل رشدی، نظیر: مسائل بیولوژیکی- روانی و اجتماعی دسته بندی کرد. از جمله ی آنها که به طور مشخص، ولی نه الزاماً، در طی دهه ی دوم زندگی، اتفاق می‌افتد ارتباطات با جنس مخالف، آگاهیهای شغلی، رشد ارزشها و خودمحوریهای مسئولانه و باز شدن گره هایی عاطفی با والدین است. (۱) ویژگیهای نوجوانی به عنوان یک واقعیت، دوره ی نوجوانی را باید یک مرحله ی بسیار مهم از زندگی تلقی کرد. دوره ای که با ویژگیهایش از سایر دوران زندگی متمایز می‌شود. این خصوصیات عبارتند از: ۱- نوجوانی، یک دوره ی مهم به شمار می‌رود. گرچه همه ی دوران عمر مهم است ولی برخی از آنها مهمتر از سایرین می‌باشد. زیرا این دوره دارای تأثیرات ناگهانی بر رفتار و دیدگاه فرد می‌باشد. با در نظر گرفتن این که سایر دوره های زندگی، به دلیل تأثیرات درازمدت آن، پرمعنی و قابل توجه هستند، لیکن دوره ی نوجوانی، یکی از دوره هایی است که از هر دو جنبه ی تأثیرات ناگهانی و درازمدت برخوردار و قابل توجه است. برخی از ادوار زندگی به دلیل تأثیرات فیزیکی و بدنی با اهمیت و برخی دیگر از لحاظ تأثیرات روانی قابل اعتنا هستند، لیکن نوجوانی از هر دو جهت مهم می‌باشد. در بحث و بررسی تأثیرات بدنی نوجوانی «تانر» (۲) گفته است: برای اکثریت اشخاص جوان، سالهای ۱۲ تا ۱۶ پرحادثه ترین سالهای زندگی آنها می‌باشد، تا آنجا که رشد و تحول آنها با نگرانی آمیخته است. مسلماً در طول زندگی جنینی و اولین یا دومین سال پس از تولد، رشد باز هم سریعتر واقع می‌شود یک محیط هم حسی (سمپاتیک) جدی تر به وجود می‌آید. اما نوجوان خودش جذاب و دلربا نیست یا آن گونه نیست که بیننده ای را که شاهد تحولات و یا عدم تحولات نوجوان می‌باشد، متوحش کند. توأم بودن این تحولات فیزیکی مهم و سریع بخصوص در طول اولین مرحله ی نوجوانی با تحولات پرشتاب ذهنی از خصایص این دوره می‌باشد. این تحولات نیاز به سازگاری روانی را افزایش می‌دهد و برای ایجاد دیدگاهها، ارزشها و علایق نوین، ضروری به نظر می‌رسد. ۲- نوجوانی، یک دوره ی انتقال (برزخی) است. انتقال به معنی یک وقفه یا تغییر از آنچه که قبلاً انجام شده نمی‌باشد، بلکه بیشتر عبور از مرحله ای از رشد به مرحله ی دیگر می‌باشد. این به آن معنا است که آنچه قبلاً واقع شده، نشانه ی خود را روی آنچه که در زمان حال و آینده اتفاق می‌افتد. باقی می‌گذارد. کودکان در زمانی که از خردسالی به بزرگسالی می‌رسند، باید جنبه های

کودکانه را کنار بگذارند و آنها باید همچنین الگوهای جدید رفتاری و نگرشی را بیاموزند تا جانشین آن چیزهایی شود که ترک کرده اند. به هر حال، این مهم است که درک کنیم آنچه قبلاً واقع شده است، نشانه های خود را باقی گذاشته است و بر الگوهای نوینی از رفتارها و نگرشهای فرد اثر می گذارد. همچنان که «استریس» شرح داده است: ساختمان بدنی نوجوان، پایه هایی در کودکی دارد و بسیاری از خصوصیتی که معمولاً به عنوان معرف ظهور نوجوانی در نظر گرفته می شدند، قبلاً در طول اواخر کودکی حضور داشته اند. تغییرات بدنی که در سالهای اولیه نوجوانی اتفاق می افتد، بر رفتار موزون شخص اثر می گذارد و به ارزیابی مجدد ارزشها و سازگاری اجتماعی آنها منتهی می شود. در طی هر مرحله ی انتقالی، وضع و جایگاه فرد مبهم است و نوعی گم گشتگی درباره ی نقشهایی وجود دارد که فرد انتظار دارد آنها را ایفا کند. نوجوان در این زمان نه کودک و نه بزرگسال است؛ اگر نوجوانان مانند کودکان رفتار کنند، به آنها گفته می شود که به مانند سن خودشان عمل کنند. اگر آنها سعی کنند نظیر بزرگسالان عمل کنند، اغلب متهم می شوند که برای شلواریهای کوتاه خود، خیلی بزرگ شده اند و برای این تلاشی که انجام می دهند تا مثل بزرگترها عمل کنند، مورد سرزنش واقع می شوند. از طرف دیگر، آزمودن شیوه های مختلف زندگی به آنها یاد می دهد تا آنها تصمیم بگیرند که چه الگوهای رفتاری، ارزشی و نگرشی بهتر می توانند نیازهای آنان را تأمین نمایند. ۳- نوجوانی، یک دوره ی تغییر است. میزان تغییر در نگرشها و رفتار در طی دوره ی نوجوانی با میزان تغییر در وضعیت بدنی برابر است. در طی سالهای اولیه ی نوجوانی، زمانی که تغییرات بدنی با سرعت انجام می شود، تغییرات در نگرشها و رفتار همچنین با شتاب به وجود می آید. همچنان که تغییرات بدنی آرام به پیش می رود، به همان نسبت نگرشها و رفتار نیز تغییر می یابند. تقریباً پنج نوع تغییرات ملازم و عمومی وجود دارد که در طی دوره ی نوجوانی واقع می شود: نخست آن که، حیات عاطفی (انفعالی) توسعه می یابد، شدت آن به سرعت و میزان تغییرات بدنی و روانی بستگی دارد که در این زمان واقع می گردد. زیرا این تغییرات، معمولاً در اوایل نوجوانی سریع تر اتفاق می افتد. توسعه ی حیات عاطفی معمولاً در آغاز نوجوانی بیشتر از انتهای نوجوانی مطرح می شود. دوم این که، سرعت تغییراتی که با رشد جنسی همراه است، نوجوانان را از خودشان و از استعدادها و علائقشان نامطمئن می سازد. آنها قویاً احساس بی ثباتی می کنند، احساسی که اغلب با تعابیر مبهمی که آنها از سوی معلمان و والدین دریافت می کنند، تشدید می شود. جنبه ی سوم، تغییراتی است که در بدن، علائق و نقشهایی که در گروههای اجتماعی از آنان انتظار می رود ایفا نمایند، به وجود می آید و مسایل جدیدی را می آفریند. برای نوجوانان کم سن و سال، این تغییرات بسیار زیاد است و کمتر از آنچه که قبلاً تصور می کردند قابل حل به نظر می رسد. قبل از این که آنها مسایلشان را حل کرده و به رضایت برسند، با خودشان و مسایلشان درگیر خواهند بود. چهارم، همچنان که الگوهای علائق و رفتار تغییر می یابد، ارزشها نیز متغیر خواهند بود. آنچه که در زمان کودکی برایشان مهم بود، اکنون که در آستانه ی بزرگسالی قرار دارند، کمتر اهمیت پیدا می کند؛ به عنوان مثال، برای بیشترین نوجوانان، مسئله دوستانی که از همسالان هم تیپ و جذاب باشند، مهمتر از تعداد زیادی دوست می باشد که سنخیت روحی با او نداشته باشند. آنها اکنون به مسئله کیفیت، بیشتر از کمیت، اهمیت می دهند. پنجم این که، بیشترین نوجوانان در مورد تغییرات، حالتی دمدمی دارند. زمانی که آنها درخواست و تقاضای استقلال دارند، اغلب از مسئولیتهایی که همراه با استقلال و ارزیابی توانایی آنهاست، هراس دارند. ۴- نوجوانی، یک سن مسئله آفرین است. گرچه هر سنی مسایل خاص خودش را دارد، با این حال، مسایل نوجوانان اغلب برای پسران و دختران به گونه ای است که آنها به سختی از عهده ی حلشان بر می آیند. دو دلیل برای این مسئله وجود دارد: اول این که، در سرتاسر دوره ی کودکی، مسایل آنها بالاخره توسط والدین و معلمان حل می شود، در حالی که بسیاری از نوجوانان به دلیل بی تجربگی، به تنهایی از عهده ی حل مسایلشان بر نمی آیند. دوم این که نوجوانان دوست دارند احساس کنند که افرادی مستقل و آزاد هستند. آنها درخواست ارائه راهی را دارند که خودشان بتوانند از عهده ی حل مسایل بر آیند و کوششهایی را که از جانب والدین و معلمان برای کمک به آنها ارائه می شود، نمی پذیرند. به دلیل ناتوانی نوجوانان در غلبه بر مسایلشان به

تنهایی، به همان اندازه که آنها اعتقاد دارند از توانایی برخوردارند، بسیاری از آنها حل مسایل و مشکلات را مافوق انتظارات خود می‌یابند. همچنان که «آنافرود» (۳) شرح داده است: بسیاری از شکستهایی که اغلب با نتایج غم‌انگیزی در این رابطه همراه است، آنچنان که تصور می‌شود به دلیل بی‌استعدادی فرد نیست. بلکه صرفاً مبتنی بر این حقیقت است که این گونه درخواستهایی که از او در لحظه‌هایی از زندگی اش وجود دارد، انرژیهای او را به کار می‌گیرد؛ انرژیهایی که در تلاش برای حل اکثر مسایلی که به وجود می‌آیند، کافی به نظر نمی‌رسد. ۵- نوجوانی، زمان جستجوگری هویت است. در سراسر سن گروه‌گرایی اواخر کودکی، انطباق با معیارهای گروه به مراتب بسیار مهمتر از فردگرایی است. همچنان که قبلاً اشاره شد، کودکان ارشد در لباس، گفتار و رفتار علاقمندند که تقریباً و در حد امکان شبیه افراد گروه باشند. هرگونه انحراف از معیار گروه به تهدید علیه تعلق به گروه شباهت دارد. در سالهای اولیه‌ی نوجوانی، تطابق با گروه هنوز برای دختران و پسران حائز اهمیت است. به تدریج آنها در صدد جستجوی هویت برمی‌آیند و تمایل چندانی به این که شبیه همسالان خود در گروه باشند، ندارند. به هر حال موقعیت مبهم نوجوان در فرهنگ امروز (۴) ما یک مسئله‌ی غامض را به وجود می‌آورد و موجب می‌شود که در این زمینه بیشترین همکاری را با نوجوان داشته باشیم. مسئله «بحران هویت» با مشکل «هویت خود» همچنان که «اریکسون» (۵) شرح داده است بدین قرار می‌باشد: هویتی را که نوجوان در صدد است تا به طور روشن با آن مواجه شود، این است که «او کیست؟» نقشی را که باید در جامعه ایفا نماید، چیست؟ آیا او یک کودک است یا بزرگسال؟ آیا او توانایی آن را دارد که روزی به عنوان یک همسر یا یک پدر باشد؟ آیا او علی‌رغم نژاد، مذهب یا زمینه‌های ملی که او را از نظر مردم کم‌ارزش جلوه می‌دهد، احساس اعتماد به نفس دارد؟ «اریکسون» در سطور بعدی توضیح می‌دهد که چگونه این جستجوی هویت بر رفتارهای نوجوان اثر می‌گذارد: در جستجوی آنها برای احساس جدید که از استمرار و یکنواختی دارند، نوجوانان باید مبارزه‌ای را از نو آغاز کنند. اگرچه آنها ناچار باشند که کارهایی را تصنعی انجام دهند و در نظر مردم افرادی خوش نیت تلقی شوند و نقش حریف را در مبارزه اجرا کنند و آنها به هر حال آماده هستند تا آرمانها و معبودهای ثابت را به مانند نگاهبان هویت نهایی برای خود بنا کنند. اکنون یکپارچگی شکل می‌گیرد و در هیأتی از هویت خود که بیشتر از شخصیت‌سازی دوران کودکی است، تجلی می‌یابد. یکی از راههایی که نوجوانان تلاش می‌کنند تا خود را به مانند افراد بزرگسال نشان دهند این است که از موقعیتهایی نمادین (سمبلیک) نظیر ماشینها، لباسها و سایر وضعیتهای قابل مشاهده بهره‌گیرند. آنها امیدوارند در این راه، افرادی قابل توجه و جذاب به نظر برسند. اهمیت موقعیتهای نمادین در نوجوانی، در مباحث بعدی، توضیح داده خواهد شد. ۶- نوجوانی، یک سن هراس می‌باشد. همچنان که «ماژریس» (۶) اشاره نموده است بسیاری از عقاید عمومی درباره‌ی نوجوانان، به طور مدلل به شرح وضعیت آنها و ارزیابی‌هایی در این زمینه پرداخته است و متأسفانه تعدادی از آنها، حاوی نظری منفی نسبت به نوجوانان می‌باشد. پذیرش قالبهای فرهنگی (۷) در مورد «تین ایجرها» (۱۳ تا ۱۹ ساله‌ها) (افراد نامرتب و غیرقابل اعتماد که دارای استعداد تخریب، ویرانگری و رفتار ضداجتماعی هستند). بسیاری از بزرگسالانی را که باید راهنمایی و حمایت از نوجوانان را عهده‌دار شوند به این مرحله هدایت کرده است که از چنین مسئولیتی در قبال نوجوانان بهراسند و در نگرشهای خود نسبت به آنان و تدابیری که در رابطه با رفتار نوجوانان باید اتخاذ شود، احساس همدلی نداشته باشند. کلیشه‌های عمومی همچنین بر تصویری که نوجوانان از خود و نگرش‌هایشان دارند تأثیر می‌گذارد. همچنان که «آنتونی» (۸) در گفتگوهای خود از قالبهای فرهنگی نوجوانان شرح داده است: قالبهای فرهنگی باید همچنین به عنوان آینه‌ای که عکس‌العملهای مناسب اجتماع را در خود منعکس و به معرض نمایش نوجوان می‌گذارد، عمل نماید. چنین تصویری که به نوجوان ارائه می‌شود، به تدریج او را به عنوان فردی قابل اعتماد در نظر می‌آورد و بر طبق آن رفتار خویش را شکل می‌دهد. پذیرش این کلیشه‌ها (قالبها) توسط نوجوانان و اعتقاد به این که بزرگسالان، نگرش حقیرانه‌ای نسبت به آنها دارند، انتقال آنان را به مرحله‌ی بزرگسالی دشوار می‌سازد. چنین امری در نوجوانان، به حساسیت زیادی نسبت به والدین آنها منجر می‌شود و مانعی بین آنها و والدینشان ایجاد می‌کند و از برگشتن

نوجوانان به سوی آنها برای کمک خواستن در حل مسایلشان جلوگیری می‌کند. ۷-نوجوانی، زمان آرمان‌گرایی است. نوجوانان تمایل دارند که به زندگی از ورای عینک سایه و روشن نگاه کنند. آنها به خود و سایرین آنچنان می‌نگرند که دوست دارند بهتر از آنچه که هستند، خود را باور کنند. این مطلب به ویژه در مورد آرزوهای نوجوان صادق است. این آرزوهای غیرواقعی نه فقط درباره خودشان بلکه، همچنین برای بستگان و دوستان آنها نیز وجود دارد. این آرزوها در اوایل نوجوانی با توسعه‌ی عواطف همراه هستند. بیشتر حالات غیرواقعی آنان شامل رنجش زیاد، آزار و ناکامی است و نوجوانان زمانی که احساس کنند دیگران آنها را دست کم می‌گیرند و یا به اهدافشان دست نمی‌یابند، این حالات را از خودشان نشان می‌دهند. با توسعه‌ی تجارت اجتماعی و شخصی و با افزایش قدرت تفکر عقلانی، نوجوانان رشد یافته‌تر، به خود، خانواده، دوستان و زندگی به طور کلی واقع‌بینانه‌تر می‌نگرند. در نتیجه آنها کمتر از ناامیدی و توهم نامعقول رنج می‌برند و نسبت به سالهایی که جوانتر بودند واقع‌گراتر می‌باشند. این یکی از موقعیتهایی است که آنها را در شادیهای بیشتری که خاص نوجوانان رشد یافته‌تر است، مشارکت می‌دهد. همچنان که دوره‌ی نوجوانی ادامه می‌یابد، دختران و پسران به طور یکسان از آرمان‌گرایی متأثر می‌شوند. آرمان‌گرایی که از زندگی سبکبار، بی‌خیال و مجرد ناشی می‌شود. نوجوانان به تدریج خود را از آرمان‌گرایی رها نموده و به موقعیت بزرگسالان نایل می‌شوند. احساس این که دوره‌ی نوجوانی از دوره‌ی بزرگسالی و مسایل مربوط به آن از قبیل نیازمندیها و مسئولیتها، شادتر و با نشاط‌تر است، تمایلی را به وجود می‌آورد که نوجوانی را به یک دوره‌ی فریبنده، شاد و سبکبار مبدل نماید. ۸-نوجوانی، آستانه‌ی بزرگسالی است. همچنان که نوجوانان به بلوغ قانونی می‌رسند، آنها نگران کنار گذاشتن کلیشه‌های تین‌یجرها (۱۳ تا ۱۹ ساله‌ها) بوده و می‌خواهند این باور را پیدا کنند که نزدیک بزرگسالان هستند، مثل آنها لباس می‌پوشند و مانند آنها عمل می‌کنند ولی با این حال تصور می‌کنند که اینها کافی نیست. بنابراین، آنها روی رفتارهایشان متمرکز می‌شوند تا بتوانند با بزرگسالان معاشرت نمایند. نوجوانان معتقدند که این رفتارها تصویری دلخواه از آنان را به وجود می‌آورد. (۹) پی‌نوشت‌ها: ۱-Encyclopedia
 ۲-Tanner ۳-Anna Freud ۴-Britanica Volume I, P.۹۶ ۵-عrikson
 ۶-Developmental psychology: Hurlock, P.P ۷-۲۲۳.۲۲۵
 ۸-Anthony ۹-Cultural Sterotype ۱۰-Majeres

نوجوانی؛ دوران تغییرات جسمی و روانی

گفتگو با دکتر محمدرضا خدایی، روان‌پزشک هر فردی از یک مرحله سنی عبور می‌کند، از کودکی به نوجوانی، از نوجوانی به جوانی، از جوانی به میانسالی و سالمندی که هم در جنس زن و هم مرد این گذر وجود دارد ولی تفاوت‌هایی در این میان وجود دارد و نگاه جامعه هم به این دو جنس می‌تواند متفاوت باشد. نگاه جوامع مختلف هم به این مساله متفاوت است. در کل مسایل فرهنگی، اجتماعی، خانوادگی و سایر مسایل می‌تواند در نگاه به یک فرد مهم تلقی شود. در جامعه ما از دختران بیش از پسران مراقبت می‌شود. هر چند دختران امکانات تفریحی کمتری دارند و به دلیل ویژگی‌ها و شرایط خاص فرهنگی و مذهبی حاکم بر جامعه بیشتر از طرف والدین کنترل می‌شوند. در گفتگویی با دکتر خدایی درباره این مساله صحبت کرده‌ایم و اینکه کنترل کردن دخترها تا چه حد ضروری، منطقی و معقول به نظر می‌رسد. دکتر خدایی توصیه‌های مفیدی در این زمینه داشتند که خواندنش را به والدین توصیه می‌کنیم. آقای دکتر! شما هم با این موضوع موافقید که مراقبت از دخترها بیشتر است؟ نوجوانی سن گذر از کودکی است که در آن فرد کاملاً مطیع بوده و به حرف‌های اطرافیان گوش می‌دهد زیرا در کودکی فرد بیشتر دوست دارد توجه باشد و تایید شود. با ورود به سن نوجوانی، فرد دچار تغییرات جسمی، جنسی و اجتماعی می‌شود، یعنی نه تنها جسم تغییر می‌کند بلکه از نظر روانی نیز فرد دستخوش تغییراتی می‌شود که این تغییرات در دخترها بیشتر ملموس است. والدین باید این تغییرات را بشناسند و هر کاری که می‌کنند طبق اصول و اسلوب باشد. اگر اقدامات قهری باشد، محدودیت‌هایی ایجاد می‌شود. لطفاً در رابطه با این

تغییرات، بیشتر توضیح دهید. نوجوانی سنی است که در آن فرد به دنبال استقلال است. نوجوانان یک سری تعلقات اجتماعی خاص خود دارند. مثلاً می‌خواهند خود در رابطه با مسایل تصمیم بگیرند. دوست دارند خود کاوش و انتخاب کنند و هویتی را برای خود بیابند، در عین حال احساس نیاز به پدر و مادر در آنها کم می‌شود و گاهی این احساس افراطی شده به جایی می‌رسد که نوجوان گمان می‌کند والدین او را درک نمی‌کنند و او با آنها تفاوت دارد، آنها قدیمی‌اند و مربوط به نسل پیش و ... در این میان ممکن است واکنش‌هایی پیش آید، یعنی نسبت به هم سن و سال‌های خود حرف‌شنوی بیشتری داشته باشد و ترجیح دهد با دوستان باشد و از طرف آنها تایید شود. در این سن چون هیجان بر منطق و عقل غلبه می‌کند، پدر و مادر یا جامعه ممکن است به ناگاه احساس کند که کودک دیگر حرف‌شنوی ندارد و لازم است محدودیت‌هایی برای وی تعیین شود. این کار والدین از روی دلسوزی است اما در واقع نتوانسته‌اند درک کنند چرا فرد از کودکی حرف‌شنو به نوجوانی حرف‌شنو تبدیل شده است، در نتیجه دچار شوک شده و برای وی محدودیت قایل می‌شوند. در جامعه‌ای مثل جامعه ما گاهی این محدودیت‌ها به ویژه در سن نوجوانی و به ویژه در دخترها با توجه به شرایط ویژه‌ای که دارند بیشتر می‌شود. در اینجاست که امر و نهی بیشتر شده و رفت و آمد کنترل می‌شود. گاهی گذاشتن برخی از محدودیت‌ها به این علت است که والدین و جامعه گذر فرد از کودکی به نوجوانی را درک نکرده‌اند. یعنی نباید برای نوجوان محدودیت‌هایی تعیین کرد؟ چرا ولی در حد معقول. اگر این دوران گذر به درستی حل شود، شناخته شود و با آن کنار آیند، نوجوان به جوانی تبدیل می‌شود که اعتماد به نفس، استقلال و اظهار وجود در او رشد می‌کند، اما سخت‌گیری بی‌دلیل به خصوص در دخترها می‌تواند سبب بروز عقده درونی خود فرو رفته در فرد شود و همیشه این احساس در او شکل خواهد گرفت که محدود شده است. آن وقت ممکن است وقتی این دختر بچه‌دار می‌شود در تربیت فرزندان خود از آن طرف بام بیفتد و به آنها آزادی بیش از حد بدهد. جامعه و خانواده نسبت به این دوران به ویژه در دخترها نه به صورت افراطی و نه تفریطی بلکه عاقلانه و منطقی بر اساس اصول اخلاقی باید رفتار کند. دلیلی ندارد که ما به دخترمان اعتماد نکنیم و او را به شکل یک موجود بالقوه خطرناک بنگریم. نباید با دید بد به او نگاه کرده و مدام از او سوال و جواب کنیم. لازم است به دختران نوجوان استقلال نسبی داد ولی دورادور و به صورت مدیریت شده آنها را کنترل کرد. نظارت با دخالت فرق دارد. والدین باید از دور روی آنها نظارت داشته باشند. مثلاً اگر نوجوان می‌خواهد با دوستانش بیرون برود، اشکالی ندارد اما او باید محل رفتن را کاملاً دوستانه برای رفع نگرانی والدین در اختیار والدین قرار دهد. گفتار دوستانه والدین با نوجوان و بیان نگرانی‌ها سبب می‌شود اعتماد دوطرف حفظ شود و نوجوان گمان نکند در محدودیت قرار گرفته است. به این ترتیب از دوران نوجوانی به راحتی گذر می‌کند و دختر در سن جوانی به راحتی برای ازدواج تصمیم می‌گیرد و به اصطلاح عموم نه خیلی توسری خور بار می‌آید و نه خیلی گستاخ و افراطی. چه توصیه‌ای برای والدینی دارید که به دلیل نگرانی‌های خود بیش از حد دخترهای نوجوان خود را محدود کرده و تحت کنترل دارند؟ باید به دخترها اعتماد کرد. اشتباه آنها را باید گوشزد کرد ولی نباید با پرخاش آنها را از خود راند. برای دختر خانم‌هایی که حس می‌کنند بیش از حد تحت کنترل والدین هستند، چه توصیه‌ای دارید؟ به جای پرخاش و تلافی فکر کنند که والدین واقعا آنها را دوست دارند ولی قادر به درک کردن آنها نیستند. این موضوع بسیار با هم متفاوت است. سعی کنند به جای دور شدن از والدین به آنها نزدیک شوند و اعتماد والدین را بیشتر به دست آورند. مثلاً هر جا می‌روند خود پیشقدم شوند و در رابطه با محلی که می‌روند اطلاعاتی را در اختیار والدین خود بگذارند. این کار به جای پرخاشگری سبب می‌شود درازمدت رابطه والدین با آنها بهتر شده و آرامش بیشتری در خانه حکم‌فرما شود.

مشکلات متداول خواب در نوجوانان

اغلب نوجوانان به مقدار کافی خواب ندارند. این امر معمولاً به خاطر این است که بار کاری آنها زیاد است و آنها برای این که به

انجام همه برنامه‌هایشان برسند از خوابشان می‌زنند. اما مشکلات خواب می‌تواند بعضی از نوجوانان، مثل بهروز، را شب‌ها بیدار نگاه دارد علیرغم این که آن‌ها واقعاً می‌خواهند بخوابند. شب‌های کم خوابی (چه به علت اختلال خواب و چه به علت عدم تخصیص زمان کافی برای خواب)، در طول زمان رفته رفته به «نقص خواب» می‌انجامد. کسانی که دچار نقص خواب باشند قادر به تمرکز، مطالعه و کار مؤثر نیستند. آن‌ها همچنین در معرض خطر مشکلات هیجانی، نظیر افسردگی، قرار دارند؟. در طول خواب چه اتفاقی می‌افتد؟ شما البته متوجه نمی‌شوید اما هنگامی که خواب هستید، مغزتان همچنان فعال است. هنگامی که فردی به خواب می‌رود مغزش از؟ مرحله عبور می‌کند. این مراحل که به مراحل؟،؟،؟،؟ و REM (حرکات سریع و پرشی کره چشم) موسومند، روی هم رفته یک چرخه خواب را تشکیل می‌دهند. یک چرخه خواب کامل در حدود؟؟ تا؟؟ دقیقه به طول می‌انجامد. بنابراین، در خلال یک خواب شبانه، هر فرد به طور میانگین در حدود؟ تا؟ چرخه خواب را طی می‌کند. مراحل؟،؟ دوره‌های خواب سبک هستند و در خلال این دو مرحله، فرد می‌تواند به آسانی بیدار شود. در خلال این مراحل، حرکت چشم‌ها آرام می‌شود و نهایتاً متوقف می‌گردد، ضربان قلب و آهنگ تنفس آرام می‌گیرد، و دمای بدن کاهش می‌یابد. مراحل؟،؟ مراحل خواب عمیقند. بیدار کردن فردی که در این دو مرحله قرار دارد مشکل‌تر است و هنگامی که فرد بیدار شود غالباً برای چند دقیقه احساس ضعف و بیحالی و گیجی می‌کند. مراحل؟،؟،؟ نیروبخش‌ترین و سرحال‌آورترین مراحل خوابند- همین نوع خواب است که ما به هنگام خستگی نیازمند آنیم. مرحله آخر در چرخه خواب REM نام دارد و این نام به خاطر حرکات سریع کره چشم که در این مرحله اتفاق می‌افتد، روی آن گذاشته شده است. در خلال خواب REM، برخی تغییرات فیزیکی اتفاق می‌افتد: تنفس سریع‌تر می‌شود، ضربان قلب تندتر می‌شود، و عضلات دست و پا بی‌حرکت می‌گردند. در این مرحله خواب است که فرد واضح‌ترین و روشن‌ترین خواب را می‌بیند؟. چرا نوجوانان مشکل خواب دارند؟ پژوهش‌ها نشان می‌دهد که نوجوانان به؟؟ تا؟ ساعت خواب شبانه نیاز دارند. بنابراین اگر کسی می‌خواهد صبح ساعت؟ برای رفتن به مدرسه از خواب بیدار شود باید شب‌ها ساعت؟ به رختخواب رود. اما مطالعات نشان می‌دهد که بسیاری از نوجوانان مثل بهروز، برای این قدر زود خوابیدن دچار مشکل هستند. نه به دلیل آن که نمی‌خواهند بخوابند بلکه به دلیل این که مغزشان به طور طبیعی سرگرم کار است و برای به رختخواب رفتن آمادگی ندارد. در دوران بلوغ، ساعت بیولوژیک بدن تغییر می‌کند و به نوجوان می‌گوید که شب‌ها دیرتر بخوابد و صبح‌ها دیرتر بلند شود. این تغییر ظاهراً به این دلیل است که هورمون ملاتونین در نوجوانان نسبت به کودکان و بزرگسالان در ساعات دیرتر شب تولید می‌شود و این امر، به خواب رفتن نوجوانان را دشوارتر می‌سازد. به این پدیده سندروم (نشانگان) تأخیر در مراحل خواب گفته می‌شود. این عارضه با این که بسیار شایع است اما بر روی همه نوجوانان اثر نمی‌گذارد. البته تغییرات در ساعت بدن، تنها دلیل مشکل خواب در نوجوانان نیست. بسیاری از مردم مشکل بی‌خوابی دارند. متداول‌ترین دلیل بی‌خوابی استرس است اما دلایل دیگری نظیر ناراحتی‌های جسمی (مثل سردرد، گرفتگی بینی به هنگام سرماخوردگی)، مشکلات هیجانی (مثل مشکلات خانوادگی یا ارتباطی)، و حتی محیط خواب (مثل گرم بودن یا سرد بودن یا سروصدا بودن اتاق خواب) نیز برای آن وجود دارد. همه افراد ممکن است گاهی دچار بی‌خوابی شوند. اما اگر بی‌خوابی به مدت یک ماه یا بیشتر ادامه یابد، پزشکان آن را مزمن قلمداد می‌کنند. بی‌خوابی مزمن ممکن است بر اثر مشکلاتی از قبیل افسردگی پدید آید. کسانی که دچار بی‌خوابی مزمن باشند باید از پزشک، روان‌درمانگر و یا مشاور کمک بگیرند. برای برخی افراد، نگرانی در مورد بی‌خوابی می‌تواند وضعیت بی‌خوابی‌شان را خراب‌تر کند. یک دوره کوتاه بی‌خوابی ممکن است با مضطرب شدن فرد درباره این که خوابش نمی‌برد یا نگرانی درباره احساس خستگی در روز بعد، به یک پدیده طولانی مدت تبدیل شود. پزشکان به این پدیده بی‌خوابی روانی- فیزیولوژیکی می‌گویند؟. عوامل زیر نیز می‌توانند باعث مشکلات خواب در نوجوانان گردند: - سندروم (نشانگان) پاهای بیقرار و اختلال حرکت دوره‌ای دست و پا کسانی که دچار این وضعیت‌ها باشند، به دلیل حرکت‌های پا (و در موارد کمتری، بازو) از خواب

می‌پرند و به دلیل کمبود خواب، خسته و تحریک‌پذیر باقی می‌مانند. در اختلال حرکت دوره‌ای دست و پا (PLMD)، این گونه حرکت‌ها غیرارادی است و فرد کنترلی بر روی آن‌ها ندارد و غالباً از آن‌ها آگاه نیست. امپا در سندروم (نشانگان) پاهای بیقرار (RLS)، فرد نوعی حس فیزیکی، مثل خارش، سوزش یا جرجز در پاهای خود دارد. تنها راهی که فرد می‌تواند از این حس‌های مزاحم خلاصی یابد با حرکت دادن پاها (و در موارد اندکی، بازوها) است. پزشکان می‌توانند PLMD و RLS را درمان کنند. RLS معمولاً با رفع کمبود آهن در بدن از بین می‌رود. در بعضی موارد نیز به نوع دیگری از دارو درمانی نیاز می‌باشد؟. آپنه بازدارنده خواب این اختلال خواب باعث می‌شود که فرد در حین خواب موقتاً جریان تنفسش قطع گردد. یکی از دلایل شایع آپنه بازدارنده خواب، بزرگ شدن لوزه‌ها یا ورم لوزه‌هاست (بافت‌هایی که در مجرای ارتباط دهنده بینی و حلق قرار دارند). داشتن اضافه وزن یا چاقی نیز می‌تواند باعث این نوع اختلال خواب گردد. کسانی که دچار آپنه بازدارنده خواب هستند معمولاً خروپف می‌کنند، مشکل تنفسی دارند و در طول خواب به شدت عرق می‌کنند. به دلیل آن که این اختلال، مانع از خواب مداوم و کافی است، فردی که دچار آن باشد در طول روز به شدت احساس خواب‌آلودگی و تحریک‌پذیری می‌کند. کسانی که نشانه‌های آپنه بازدارنده خواب، مثل خروپف بلند یا خواب‌آلودگی فزاینده در طول روز، داشته باشند باید توسط پزشک مورد معاینه و درمان قرار گیرند؟. برگشت (ریفلاکس) بعضی افراد به بیماری برگشت اسید معده به مری (GERD) مبتلا هستند. این بیماری باعث نوعی حس سوزش و ناراحتی در بیمار می‌گردد که به «سوزش سر دل» یا ترش کردگی معروف است. عوارض GERD هنگامی که فرد دراز کشیده باشد ممکن است بدتر شود. حتی چنانچه فرد متوجه احساس سوزش سر دل به هنگام خواب نشود اما ناراحتی‌هایی که توسط این بیماری ایجاد می‌شود می‌تواند با چرخه خواب تداخل نماید؟. کابوس اغلب نوجوانان گاهی اوقات در خواب دچار کابوس می‌شوند اما اگر تعداد دفعات کابوس دیدن زیاد باشد می‌تواند الگوهای خواب را به هم زند زیرا معمولاً باعث از خواب پریدن می‌گردد. برخی چیزها می‌تواند کابوس دیدن در خواب را تشدید کند که از آن جمله می‌توان به مصرف برخی داروها، الکل و مواد مخدر اشاره کرد. و البته محرومیت از خواب کافی نیز خود می‌تواند عامل مهمی برای کابوس دیدن باشد. اما شایع‌ترین عامل کابوس‌های شبانه، استرس یا اضطراب است. اگر کابوس‌ها شبانه با خواب شما تداخل دارد بهتر است با یک پزشک، روان‌درمانگر یا مشاور صحبت کنید؟. راه رفتن در خواب راه رفتن در خواب معمولاً برای نوجوانان به ندرت اتفاق می‌افتد. اغلب کسانی که در خواب راه می‌روند را کودکان تشکیل می‌دهند. راه رفتن در خواب ممکن است زمینه خانوادگی داشته باشد. این پدیده غالباً هنگامی که فرد بیمار است، تب دارد، خواب کافی نداشته و یا استرس داشته باشد روی می‌دهد. از آنجا که راه رفتن در خواب معمولاً برای یک فرد زیاد اتفاق نمی‌افتد، غالباً به عنوان یک مشکل جدی در نظر گرفته نمی‌شود. کسانی که در خواب راه می‌روند معمولاً خودشان به بستر باز می‌گردند و معمولاً راه رفتن خود در خواب را به یاد نمی‌آورند. راه رفتن در خواب غالباً در خلال مراحل عمیق خواب، بین مراحل ۲ و ۳ چرخه خواب، صورت می‌گیرد. گاهی اوقات، این گونه افراد به کمک برای باز کردن راه (کنار گذاشتن موانع) و بازگشتن به بستر نیازمند خواهند بود. نکته قابل توجه این است که بیدار کردن کسی که در حال راه‌روی در خواب است باعث ترساندن او می‌شود. بنابراین بهتر است این افراد را به آرامی به سمت بستر هدایت کرد؟. چکار باید کرد؟ اگر شما به قدر کافی استراحت شبانه دارید ولی هنوز روزها احساس خستگی می‌کنید، بهتر است به پزشک مراجعه کنید. خستگی فزاینده و مفرط می‌تواند به دلیل انواع و اقسام مشکلات سلامتی، و نه تنها کمبود خواب، باشد. اگر پزشک به مشکل خواب مشکوک شود، سلامت کلی و عادت‌های خواب شما را مورد نظر قرار خواهد داد. علاوه بر آزمایش‌های پزشکی، به سابقه پزشکی شما خواهد پرداخت و از شما سوالاتی درباره سابقه بیماری‌ها، داروهای مورد مصرف، بیماری‌های خانوادگی، حساسیت و از این قبیل خواهد پرسید. همچنین پزشک ممکن است به انجام آزمایش‌هایی بپردازد تا دریابد شرایطی مانند آپنه بازدارنده خواب با خواب شما تداخل دارد یا نه. مشکلات متفاوت خواب، درمان‌های متفاوتی دارند. برخی افراد با دارو و برخی با

کمک روش‌های خاصی نظیر نوردرمانی (نشستن درمقابل یک منبع نور برای مدت خاصی در هر روز) یا تمرین‌های دیگر، ساعت بدنشان قابل تنظیم مجدد است. پزشکان معمولاً نوجوانان را تشویق می‌کنند که با تغییر سبک زندگی، به الگوها و عادت‌های بهتری برای خواب دست یابند. شما احتمالاً می‌دانید که مصرف کافئین می‌تواند شما را بیدار نگاه دارد اما بسیاری از نوجوانان نمی‌دانند که انجام بازی‌های ویدیویی و تماشای تلویزیون قبل از خواب نیز می‌تواند همین اثر را داشته باشد.

در حلقه نوجوانان

خسته و بی‌حوصله‌ام، مثل خودت آیا تا به حال شده است، بی‌دلیل حس کنی کلافه و تحریک‌پذیر شده‌اید؟ یا گاهی بدون اینکه دلیل خاصی داشته باشد ناگهان حس کنی خلق شما افت کرده و حوصله هیچ‌کس و هیچ‌چیز را ندارید؟ این ماجرا در نوجوانان زیاد دیده می‌شود. ممکن است نوجوان به مدرسه تازه‌ای رفته و دوستان قدیمی‌اش را نمی‌بیند یا شاید تلاش می‌کند در درس یا ورزش، بهترین رتبه را به دست آورد و این مساله برای بسیاری از نوجوانان به شدت اضطراب‌آور است. نوجوان بودن به معنی تقلا برای شناخت هویت خود و ایجاد تصور جدیدی از خود است. در این دوران پذیرش از سوی دوستان، بسیار مهم و حیاتی است. در ضمن نوجوان برای اولین بار در عمرش در این سن، دوری از والدین و خانواده را حس می‌کند چون می‌خواهد خودش باشد و خودش تصمیم بگیرد. از طرف دیگر، ایجاد فاصله‌ای که خودش به آن تمایل دارد، هر از گاهی باعث می‌شود حس تنهایی و انزوا پیدا کند. طبیعی است، نوجوان و خانواده‌اش برای آنکه این مرحله انتقال از کودکی به بزرگسالی را به راحتی طی کنند، به زمان احتیاج دارند. نقش بیولوژی علت دیگر تغییرات خلق، بیولوژی یا ماهیت زیستی مساله است. با شروع بلوغ، بدن شروع به ساخت هورمون‌های جنسی می‌کند. این هورمون‌ها (استروژن و پروژسترون در دختران و تستوسترون در پسران)، باعث بروز تغییراتی در بدن می‌شود که ممکن است در بعضی‌ها با تغییرات عاطفی هم همراه باشد، به طوری که خلق، بالا و پایین شده و گاهی از کنترل خارج شود. وقتی ماجرا جدی‌تر می‌شود از طرف دیگر باید به این مساله هم توجه کرد که تحریک‌پذیری یا بداخلاقی و بی‌حوصلگی می‌تواند علایم افسردگی باشد و به این دلیل نوجوان، افسرده، بی‌حوصله و ناامید می‌شود. شاید فکر کنید، افسردگی فقط با غم و اندوه مشخص می‌شود اما باید گفت بی‌صبری، عصبانیت و یا حتی رسیدگی نکردن به خود هم از نشانه‌های افسردگی است. شما تنها نیستید. تغییرات خلق در همه نوجوان‌ها به وجود می‌آید، فقط شدت و مدل آن با هم متفاوت است. پس این فقط مشکل شما نیست. ارزش یک نفس عمیق کنترل تنفس مهم است. در زمانی که بسیار بدخلق هستید، تا ۱۰ بشمارید، چند نفس عمیق بکشید و یا کاری انجام دهید که چند لحظه‌ای به شما آرامش دهد به خصوص اگر احساس عصبانیت یا تحریک‌پذیری هم به این مساله اضافه شود. سعی کنید همیشه شرایط و اتفاقات را از دید یک مشاهده‌گر عاقل، نگاه کنید. اعتماد کنید، صحبت کنید با افراد مورد اعتماد صحبت کنید. صحبت با دوستان به این علت کمک‌کننده است که متوجه می‌شوید شما تنها کسی نیستید که چنین احساسی دارید اما صحبت با والدین بسیار مهم است چون آنها می‌توانند تجربیات خود را در این دوران به شما منتقل کنند. در ضمن اگر با آنها در مورد احساساتان صحبت کنید، شما را تحسین می‌کنند و این بهتر از آن است که فریاد بکشید یا در و پنجره را به هم بکوبید! معلمان و مشاوران مدرسه هم منابع خوبی هستند. حتی گاهی می‌توانید درباره بلوغ و تکامل این دوران از پزشک کمک بگیرید تا برایتان توضیح دهد. تکان بخورید ورزش کنید. ورزش منظم باعث افزایش هورمونی به نام بتا‌اندورفین می‌شود که کنترل استرس را به عهده دارد و خلق را بهتر می‌کند. حتماً دویدن، بازی تنیس، دوچرخه‌سواری یا شنا را امتحان کنید. خوب بخوابید خواب کافی داشته باشید. گاهی در این سن به علت وظایف مدرسه، خواب کم می‌شود اما هر طور که شده خواب و استراحت کافی داشته باشید چون بسیار مهم است. خستگی موجب افزایش غم و اندوه و تحریک‌پذیری می‌شود. خلاق باشید خلاق باشید. در بعضی برنامه‌ها و پروژه‌ها مشغول شوید. مثلاً- نوشتن خاطرات، ساخت ماکت با چوب، پرداختن به نقاشی یا

موسیقی. نوشتن به سازماندهی و بیان افکار و احساساتان کمک می‌کند و امور را عملی و قابل کنترل می‌کند. در مورد گرامر، املا و تلفظ نوشته‌ها نگران نباشید، فقط این مهم است که افکارتان را روی کاغذ بیاورید. حتی می‌توانید افکار و احساساتان را به صورت کارهای هنری در بیاورید: خطاطی، نقاشی، کنده کاری، مجسمه‌سازی و غیره. اشکی بریزید گریه کردن اصلاً اشتباه نیست. گریه در بعضی شرایط، باعث می‌شود افراد حس بهتری داشته باشند اما اگر شدت ناراحتی شما آنقدر زیاد است که تحریک‌پذیر، عصبی، ناامید، غمگین و یا عصبی هستید، در این صورت به کمک احتیاج دارید و بهتر است با یک روان‌درمانگر و یا مشاور صحبت کنید. صبور باشید صبر کنید. حتی اگر بعضی اوقات بی‌علت احساس بدی دارید، نگران نباشید چون این حس هم گذراست. اگر افکار منفی شما زیاد از حد به شما چسبیده است، برای رهایی از آنها راهکارهایی وجود دارد. صبر داشته باشید و با اقدامات مناسب، این دوران را سپری کنید. در این مورد از افراد متخصص و با تجربه کمک بگیرید و خودتان را نبازید.

آسیب‌های دوره نوجوانی

دوره نوجوانی از نظر سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی یکی از حساس‌ترین، مهم‌ترین و سرنوشت‌سازترین دوران‌های زندگانی انسان است. اگر نوجوان این دوره را با موفقیت سپری کند، آینده‌ای موفق‌تر و سالم‌تر خواهد داشت و به عکس، در صورت کم‌توجهی والدین و معلمان به این دوران، خسارت عظیمی بر نوجوانان و جامعه وارد خواهد آمد. دوره نوجوانی از سن ۱۲ سالگی آغاز می‌شود و تا سن ۲۰ سالگی ادامه دارد. فرد سعی می‌کند هویت خود را پیدا کند. در پایان این دوره است که نوجوانان به ثبات هویت دست می‌یابند. عوامل موثری که در شکل‌گیری هویت دخیل هستند، عبارت‌اند از: عوامل شناختی: قدرت تفکر فرد زیاد می‌شود و با توجه به ظرفیت شناختی، فرد می‌تواند به سوالاتی که در زمینه‌های گوناگون برای وی پیش آمده پاسخ دهد. والدین: رابطه والدین با نوجوان و میزان روابط خانوادگی، نقش مهمی در شکل‌گیری هویت نوجوانان ایفا می‌کند. در خانواده‌هایی که آزادی مناسب همراه با نظارت باشد، هویت مناسب و مشخص شکل می‌گیرد و بالعکس در خانواده‌های رها، هویت نوجوان دستخوش پراکندگی شده و در خانواده‌های مستبد، هویت تسلیم‌طلبی پیدا می‌کند. از عوامل موثر در شکل‌گیری هویت نوجوان، مدرسه، موفقیت‌های تحصیلی، عوامل فرهنگی و اجتماعی است. همچنین شیوه تربیت و ترتیب تولد نیز در کسب تجربه و مهارت‌های لازم در هویت نوجوان نقش مهمی ایفا می‌کند. گاهی دیده می‌شود که دانش‌آموز بسیار کوشا و ساعی براساس خواسته‌های اولیای خود که مجبورش می‌کنند تا به انتخاب رشته مورد علاقه خودشان تحصیلات عالی داشته باشند، به صورت عمدی در سال آخر دوره متوسطه خود را با افت تحصیلی مواجه می‌کند. محیط خانه باید براساس یک جو صمیمی و با برنامه‌ریزی درست بنا شده باشد. درک واقعی خانواده به مسایل بهداشت بلوغ، فرزندان را تا حدودی بیمه می‌کند و بر سلامت آنان می‌افزاید، در غیر این صورت مشکلات عدیده‌ای با نوجوانان خواهیم داشت. باید سعی کنیم: - با تقویت نگاه مثبت نسبت به فرزندانمان به آنان هویت قوی و محکم ببخشیم. - اعتماد به نفس آنان را با عزت نفس بالا ببریم و به آنها القا کنیم که باید خودشان را دوست داشته باشند. - درک واقعی نسبت به بیان و احساسات نوجوانان داشته باشیم و مانند دوست با آنان برخورد کنیم. - مشکلات نوجوان خود را ریشه‌یابی کنیم و آنها را شناسایی کرده و راه‌حل‌های مناسب و پاسخ‌مقتضی به وی ارائه دهیم. - پای‌بندی و رعایت والدین به اصول اخلاقی و ارزش‌ها، نوجوان را از نظر معنوی و ارزش به رشد کافی می‌رساند. - براساس محبت با نوجوانان رفتار کرده و با پل عاطفی زدن اعتماد آنها را به خود جلب کنیم. - نوجوانان را به بهره‌مندی از تعالیم اسلامی در جهت خودسازی تشویق کرده و به آنها کمک کنیم تا با تعارضات و بحران‌های پیش‌رو به درستی برخورد کنند.

اگر نوجوان هستید، بخوانید

نوجوانی دوران سردرگمی نیست ما همیشه نمی‌توانیم طبق سفارش‌های پدر و مادر، مجلات و تلویزیون عمل کنیم یا خسته می‌شویم از اینکه به ما بگویند چطور رفتار کنیم یا چطور لباس بپوشیم. ما نوجوانیمان را می‌خواهیم. جامعه‌ای که ما در آن زندگی می‌کنیم در موفقیت ما نقش مهمی دارد بنابراین عجیب نیست که بسیاری از نوجوانان سراسر دنیا دچار کمبود اعتماد به نفس هستند. دوران نوجوانی و بلوغ مهم‌ترین زمانی است که علاقه به خود و اعتماد به نفس می‌تواند در شخصیت یک فرد شکل بگیرد. به هر حال کمبود اعتماد و احترام به نفس، اثر خود را در زمینه‌های مختلف نشان می‌دهد. دروغ گفتن اینکه نوجوانان به اجبار در مورد خود و توانایی‌هایشان دروغ می‌گویند، یکی از علایم بارز ضعف شخصیتی آنها است. شما در دوره‌ای از خودتان متنفر می‌شوید، پس دور «خود واقعی» خطی می‌کشید و در کمال ناامیدی شروع به ساختن شخصیت ایده‌آل خود می‌کنید. به جای اینکه در خواب و خیال و دروغ‌های خود یک شخصیت ایده‌آل بسازید سعی کنید خود واقعیتان را به آن شخصیت ایده‌آل هرچه بیشتر شبیه کنید. چرا که دروغ گفتن در مورد خودتان نه تنها شما را به خواسته‌هایتان نمی‌رساند بلکه اگر زمانی واقعیت معلوم شود، همه اطرافیان‌تان نه فقط به خاطر اینکه شما آن چیزی که گفتید نبودید بلکه به خاطر اینکه به آنها دروغ گفته‌اید، از شما فاصله خواهند گرفت. متکی بودن انسان‌ها وقتی به چیزهایی که می‌خواهند نمی‌رسند، منتظر تایید دیگران می‌شوند و این تنها چیزی است که به آنها اعتماد به نفس می‌دهد. متکی بودن به دیگران و عقیده‌ای که آنها نسبت به ما دارند، برای بیشتر ما بسیار مهم است. چنین حالتی ما را در یک وضعیت ناپایدار قرار خواهد داد چرا که دیگران هیچ وقت به اندازه خودمان برای ما نگران نخواهند بود. خرد کردن شخصیت دیگران این حالت یکی از نشانه‌های ضعف شخصیتی است. وقتی احساس بدی در مورد خودتان دارید، دوست دارید شخصیت دیگران را خرد کنید و اگر بالاتر از شما هستند آنها را تا سطح خود پایین بیاورید. در نتیجه در تلاشید نقاط ضعف اطرافیان را بزرگ جلوه دهید و بد نیست بدانید این روش چندان موثر نخواهد بود. افسردگی گاهی اوقات، افسردگی یکی از نتایج ضعف اعتماد به نفس است چون احساس بدی که نسبت به خودتان دارید، دید شما را نسبت به جهان تغییر می‌دهد و طرز فکر شما به طور کلی عوض می‌شود. پس چطور می‌توان این همه مشکل را حل کرد؟ راه‌حل فقط چهار گام دارد. • اولین گام این است که تصمیم بگیرید به خودتان مثبت‌تر نگاه کنید که البته برای این کار تلاش لازم است. • لیستی از چیزهایی که در خودتان سراغ دارید و به آنها علاقه‌مندید درست کنید. هیچ وقت نگویید چیزی نیست که به آن علاقه داشته باشم و بدانید که نکات خوبی در شخصیت شما پیدا می‌شود. • کارهایی را که در انجام آنها مهارت دارید مشخص کنید و سعی کنید هر روز حداقل یکی از آن کارها را انجام دهید و هر بار به مشکلی برخوردید به لیست مهارت‌های خود نگاهی بیندازید تا خود را انسان بی‌فایده‌ای ندانید. • فکر نکنید همه کارهایتان باید مورد تایید و قضاوت دیگران قرار بگیرد. شما دوست داشتنی هستید، فردی هستید با همه موفقیت‌ها و شکست‌هایتان و به قول ویکتور هوگو همیشه در دنیا کسانی هستند که شما را دوست دارند و به شما احترام می‌گذارند و همیشه لازم نیست شما انسان کاملی باشید تا مورد علاقه دیگران قرار بگیرید. در عین حال بیشتر ما سعی می‌کنیم متعادل زندگی کنیم ولی با وجود این، خیلی از اوقات احساس خستگی می‌کنیم و دیگر تعادل نداریم. برای برطرف کردن این حس، اولین قدم این است که برای خود مشخص کنید مهم‌ترین عوامل در زندگیتان چه چیزهایی هستند. به این ترتیب شما می‌توانید بهتر تصمیم بگیرید و از وقتتان بهتر استفاده کنید. بسیاری از پژوهشگران بر این باورند، برای اینکه نوجوانان به تعادل برسند باید پلکان‌های یک نردبان پنج پله‌ای را طی کنند. پله اول: انعطاف‌پذیر باشید وقتی به برنامه‌های روزانه خود فکر می‌کنید کمی واقع‌بین‌تر باشید، در برنامه روزانه خود جایی را هم برای اتفاقات غیرمنتظره بگذارید. شاید تکالیف مدرسه‌تان بیشتر از آنچه شما فکر می‌کنید طول بکشد ولی تنظیم همه این کارها ممکن است و فقط باید کمی انعطاف‌پذیر بود. پله دوم: خوش‌بینی معجزه می‌کند هر اتفاقی یک جنبه مثبت و یک جنبه منفی دارد اما اگر شما مثبت فکر کنید، می‌توانید استرس و اضطراب را از خود دور کنید. پله سوم: برنامه‌ریزی کنید همه کارهای خود را برای آخرین لحظه نگذارید. از قبل تصمیم بگیرید که می‌خواهید چه لباسی بپوشید و حتی با برنامه در طول سال

درس هایتان را بخوانید. اگر فکر می‌کنید کارهایتان خیلی به هم پیچیده شده است همین حالا همه چیز را متوقف کنید و تصمیم خود را بگیرید که کدامیک از اهمیت بیشتری برخوردار است و اول به آن رسیدگی کنید. پله چهارم: آرامش داشته باشید تا به حال شنیده‌اید که برنامه‌ریزی منظم باعث آرامش خاطر می‌شود؟ به‌طور یقین در روزهایی که مشغله بیشتری دارید، بیشتر به استراحت نیازمندید. استراحت کنید و بدانید که در هنگام استراحت، بدن و مغز شما در بهترین وضعیت خود هستند. بررسی‌ها نشان می‌دهد استراحت به موقع، در کاهش اضطراب و افزایش تندرستی نوجوانان بسیار موثر است. پله آخر: برای اطرافیانتان وقت بگذارید رابطه‌ای که با خانواده، دوستان و اطرافیان خود دارید، می‌تواند در احساسات و حتی وضعیت جسمانی شما بسیار موثر باشد. روانشناسان معتقدند روابط خوب و محکم می‌تواند از نظر روانی تاثیر بسیار مناسبی در شما ایجاد کند.

نیاز به تفریح

یکی از مسائل مهم زندگی تفریح است. نیاز به تفریح طبیعی و فطری است و باید در تمام دوران عمر برآورده شود و برآوردن آن برای مردم لذت بخش و نشاط آور است. احتیاج به تفریح، شدیدتر احساس می‌گردد چون اعصاب خسته می‌شوند و تفریح موجب می‌شود که آدمی نیرویی تازه همراه با نشاطی نوین به دست آورد و آمادگی بیشتری برای کار و فعالیت پیدا کند. بی‌توجهی به این مساله مهم و حیاتی، خطرات زیادی را به دنبال خواهد آورد زیرا اگر وسایل تفریح سالم به قدر احتیاج در دسترس مردم نباشد، اکثر مردم به نام تفریح با بی‌بند و باریها خود را مشغول می‌کنند و به راههای زیانبار مثل مصرف موادمخدر و الکل کشانده می‌شوند. گرچه امروزه زمینه‌های تفریحی متنوعی مانند سینما، تلویزیون، رایانه و.. ایجاد شده ولی شناخت تفریحات سالم بسیار مهم است به این لحاظ که بررسی اجمالی دیدگاه اسلام در زمینه تفریح می‌پردازیم. تفریح از نظر اسلام اسلام در مقام جوابگویی به تمام خواسته و نیازهای روحی و جسمی بشر، در این زمینه نیز دستورهای داده است. امام رضا علیه السلام می‌فرماید: «از لذتهای دنیا، برای خود سهمی برگزینید و خواسته‌های مشروع خویش را برآورید تا آنجا که به مردانگی و شخصیت شما، ضربه ای نزنند و از اسراف و تندروری به دور باشد و با این کار برای انجام کارهای دنیا کمک بگیرید.» (۱) نیاز به تفریح، اگر آزاد و کنترل نشده باشد، به طور حتم زیانهایی به دنبال خواهد داشت. علی علیه السلام نیز تفریح را یکی از برنامه‌های روزانه مردم با ایمان می‌داند و می‌فرماید: «شبانه روز افراد مومن باید سه قسمت شود؛ قسمتی برای راز و نیاز با پروردگار و قسمتی برای اصلاح امر معاش و تامین زندگی و بخشی هم برای بهره‌برداری از چیزهای حلال و نیکو.» (۲) تفریح سالم و ناسالم تفریح از احتیاجات طبیعی انسان است ولی این نیاز را باید از راه صحیح پاسخ گفت. برای این منظور نخست باید تفریح سالم و سودمند را از ناسالم و زیانبخش تشخیص دهیم تا لحظه‌های تفریح را در مسیر غیر درست صرف نکنیم. اصولاً تفریح باید یک وسیله برای پرورش قوای جسمی و روحی و موجب نشاط روان باشد و نیز عاملی برای جلوگیری از فحشا گردد. لازم است از تفریح‌هایی که این دو اثر را ندارند و موجب اختلالات روانی و ترویج فحشا می‌شوند دوری کرد. جامعه ما امروز به وسایل تفریح نیاز دارد. بدیهی است تنها شناخت تفریح سالم از ناسالم، نمی‌تواند اجتماع ما را اصلاح کند. ما پس از آنکه راه صحیح سرگرمی را از راه خطرناک آن تشخیص دادیم. باید بکوشیم موجبات تفریح سالم را فراهم کنیم. اگر افراد جامعه از وسایل سرگرمی سالم و بی‌خطر برخوردار باشند و عواقب شوم تفریحات زیانبار و خطرناک را بدانند با دست خود گور بدبختی خویش را نمی‌کنند و از خطر اخلاقی و روانی محفوظ می‌مانند. اگر غذای مطبوع و سالم در اختیار انسان قرار گرفت به غذای آلوده و کثیف دست نمی‌زند و خود را مسموم نمی‌سازد. بیشتر مردم با اینکه مردم با اینکه می‌داند راه پرخوری را می‌پیمایند، و هر لحظه با شکست‌های اخلاقی روبرو هستند خود را باز نمی‌دارند. اینگونه افراد باید همیشه از دسترسی به وسایل خطر دور باشند و راه کامیابی از تفریحات سالم به روی آنها گشوده باشد. اشتباه بزرگ جامعه با نهایت تاسف باید اعتراف کرد دستهای مرموزی تفریح ناسالم را در مقابل تفریحات سالم

ترویج می‌کنند، بسیاری به گونه‌ای که جامعه را قهرا به سوی تفریحات غلط و خطرناک می‌کشانند. اجتماع ما قبل از انقلاب عظیم اسلامی، در بهره برداری از ساعت‌های فراغت، همچون سایر آداب و رفتار خود، از غرب پیروی می‌کرد. در صورتی که جهان غرب در این زمینه هم بیراهه رفته است. و در منجلا ب فساد و گناه دست و پا می‌زند. در غرب آنقدر وسایل تفریح ناسالم در اختیار افراد هست که مجال اندیشه را از آنان می‌گیرد. سرگرمی‌های مرسوم در دنیای غرب نتیجه معکوس دارد و به جای استراحت اعصاب و روان، ناراحتی پدید می‌آورد و به جای جلوگیری از فساد و برآنها می‌افزاید و خود عامل ازدیاد جنایت و فساد اخلاقی می‌گردد. علی‌علیه السلام می‌فرماید: «در لذتی که پشیمانی آورد، و در شهوت و میلی که دردی را به دنبال داشته باشد، خیری نیست» (۳) اگر اجتماعی خواهان نیکروزی است، باید به این گفته توجه کند و دور اندیش باشد و عواقب کارها را بسنجد. شهوتها و لذتهای زودگذر را از دریچه عواقب و نتایجش مطالعه کند و پایان تفریحات ناسالم و نابجا را در نظر بگیرد و از آن دوری گزیند. حجت الاسلام علی اصغر صرغه جو ۱- وسائل الشیعه، حر عاملی، جلد ۱۳، ص ۲۳۵۱-۲ همان ۳- همان

نقش الگوها در تحول شخصیت کودکان و نوجوانان

در فرآیند شکل‌گیری شخصیت کودکان و نوجوانان، بیشترین نقش متوجه الگوهای رفتاری است، چرا که یادگیری، اساس رفتار آدمی را تشکیل می‌دهد. یادگیریهای غیرمستقیم، ضمنی و یا مشاهده‌ای پایدارترین و مؤثرترین یادگیریها محسوب می‌شوند و در این میان مهمترین نقش بر عهده الگوهای رفتاری است. تأثیر شخصیت الگوها در شکل‌گیری رفتار و منش کودکان و نوجوانان فوق‌العاده چشمگیر است. برای کودکان پیش‌دبستانی و بخصوص دبستانی که در کنار خانواده با الگوهای رفتاری دیگر همچون معلمان محشور می‌شوند، نقش الگوها حائز اهمیت فراوان است. پیشتر اشاره کردیم که خمیرمایه شخصیت کودکان خانواده شکل می‌گیرد و تقلید از رفتار والدین و دیگر اعضای خانواده از بارزترین ویژگیهای کودکان در سنین پیش‌دبستانی است. به عبارت دیگر تقلید از رفتار الگوها، به وضوح در زندگی خردسالان دیده می‌شود. هر قدر الگوهای رفتاری در نظر کودکان از شخصیت محبوبتری برخوردار باشند، رفتارهای کلامی و غیرکلامی آنها بیشتر مورد توجه آنان واقع می‌شود. به تعبیر «ایتارد»^۱، بنیانگذار روان‌شناسی بالینی، ذهن کودکان صفحه سفیدی را می‌ماند که آماده نگاشتن تجارب محیطی است که در آن زندگی می‌کنند. آنها به هنگام تولد جز فطرتی پاک و بکرو قابلیت‌های یادگیری، چیزی با خود همراه نمی‌آورند و دانشی ندارند، این والدین و مربیان هستند که از همان آغاز تولد، با تأمین آرامش محیط، بوجود آوردن محرکهای محیطی و ارائه الگوهای مختلف، زمینه یادگیری و کسب تجارب محیطی را برای کودکان فراهم می‌کنند. در این زمینه کلام حق می‌فرماید: «والله اخرجکم من بطون امهاتکم لا- تعلمون شیئاً و جعل لکم السمع و الابصار و الافئدة لعلکم تشکرون» (نحل ۷۸) «و اوست خدایی که شما را از بطن مادرانتان بیرون آورد در حالی که هیچ چیز نمی‌دانستید، و برای شما گوش و چشمها و دلها نهاد، تا شاید سپاسش بجای آورید.» به سخن دیگر، همه آموخته‌ها، عادت‌ها، رفتارها و منشهای ما ناشی از محیط است و در اثر وجود سرمشقها، مربیان و یادگیریهای مستقیم و غیرمستقیم پدید می‌آید. اما آنچه که در ادامه فرآیند رشد شخصیت کودکان و تأثیرپذیری آنها از الگوی رفتاری بسیار حساس است، هماهنگی، همانندی و همراهی الگوها در رشد شخصیت و ثبت معیارهای اخلاقی به هنگام ورود کودک به مدرسه می‌باشد. در واقع سنین دبستان یعنی ۶ تا حدود ۱۲ و ۱۳ سالگی از بعضی جهات مهمترین و حساسترین دوره از دوره‌های رشد و تکوین شخصیت انسان است. در این دوره از رشد که در حد فاصل آشفستگی دوره پیش از دبستان و التهاب دوره نوجوانی قرار دارد، کودک از آرامشی نسبی برخوردار است. نامیدن این دوره از رشد تحت عنوان سنین دبستان، تأکیدی است بر قابلیت رشد ذهنی کودک در یادگیری مطالب درسی و توسعه‌ی مهارتهای شناختی و اجتماعی. برخی این دوره از رشد را به لحاظ توجه کودکان به رفتار همسالان و همانند سازی با آنها، «سن گروه همسالان»^۲ می‌خوانند. از دیدگاه فروید^۳ این دوره رشد،

مرحله «کمون» نام گرفته است، دوره ای بین عقده ادیپ و بیداری جنسی و نوجوانی، و از نظر پیاژه ۴ به این دوره، «مرحله عملیات عینی» گفته می شود. «سنین دبستان» در عین حال که از مهمترین دوران رشد کودک محسوب می شود، اما غالباً بزرگسالان اطلاعات چندانی نسبت به آن ندارند، زیرا در این دوره کودکان دبستانی عموماً از بزرگسالان فاصله گرفته، به جمع همسالان می پیوندند. عموماً والدین کودکان دبستانی بیش از آن که در اندیشه شناخت و ویژگیهای خاص این قبیل کودکان باشند، در فکر آموزش و رفتار آموزشگاهی آنها هستند. دنیای کودکان سنین دبستان، خود کتاب رنگینی از زندگی است. وقتی که بزرگسالان می خواهند خاطراتی از دوران کودکی را به زبان بیاورند، در واقع به تجاربی از حیات خود در سنین دبستان اشاره می کنند، چرا که آنچه برای ایشان خوشایند بوده و به یادماندنی، از دوره دبستان است. این دوره ی بسیار مهم از رشد، یعنی سنین دبستان، برای کودکانی که در این سنین هستند بسیار لذت بخش و دوست داشتنی است. فی المثل وقتی از کودکان پیش دبستانی و یا نوجوانان سؤال می کنیم «دوست داشتید چند ساله بودید؟» عموماً می گویند بزرگتر یا کوچکتر از حالا. اما وقتی این سؤال را از کودکان دبستانی می پرسیم، پاسخ می دهند در سنی که هستیم! در این سنین کودکان عموماً بیشترین آزادی را دارند و کمترین مسؤولیتهای را. گر چه در مناطق روستایی بعضی از کودکان سنین دبستان سهم قابل ملاحظه ای در اداره زندگی دارند، اما در آن جا نیز در مقایسه با گروه های سنی مختلف، این کودکان بیشترین آزادی را داشته، خوشایندترین دوره از زندگی را می گذرانند. بررسی مستمر ویژگیهای زیستی، روانی، شناختی و اجتماعی کودکان سنین دبستان از جهات مختلف حائز اهمیت است. لیکن همان گونه که پیشتر اشاره شد، به دلایل گوناگون از جمله رشد ذهنی و اتصاف این کودکان به صفت دانش آموزی و انتظارات خانواده و اطرافیان از ایشان، «رفتار آموزشگاهی» و یا ویژگی شناختی و مهارتهای اجتماعی این کودکان بیشتر مورد توجه است. به بیان دیگر در این دوره عمدتاً یادگیری مواد درسی، پیشرفت تحصیلی، رعایت انضباط و جلب رضایت اولیای مدرسه مورد انتظار است، در حالی که شخصیت در حال تکوین کودک تحت تأثیر عوامل مختلف محیطی بالاخص یادگیریهای غیرمستقیم و مشاهده ای قرار می گیرد و شکوفایی وجود او در گرو حسن تأمین نیازهای اساسی است. در حقیقت، رفتار آموزشگاهی و پیشرفت تحصیلی کودکان نیز خود متأثر از چگونگی تأمین نیازهای روانی و اجتماعی، و برخورداری آنها از بهداشت روانی و تعادل حیاتی است. بدون تردید همانطوری که پیشتر نیز اشاره گردید وقتی انسان نیازی دارد (نیاز اساسی) اعم از نیاز اولیه (حیاتی) و ثانویه (اکتسابی)، رفتار او عمدتاً در جهتی خواهد بود که حالت و ضعف نیازمندی او را کاهش دهد. به دیگر سخن، کودک همواره به دنبال «تعادل حیاتی» است و زمانی که احساس نیاز کند «تعادل حیاتی» او دستخوش دگرگونی و اختلال گردیده، تمامی توجه و تلاش خود را در جهت تأمین نیاز مطرح شده و بازیابی آرامش اساسی و یا تعادل حیاتی مبذول می دارد. هنگامی که کودک از بعضی نیازهای اساسی خود محروم شود، تعادل حیاتی اش مختل شده، سلامت جسم و بهداشت وی به مخاطره می افتد. از دیدگاه آبراهام مازلو ۵ که بر اساس دانش و اطلاعات تجربی و بالینی خود سلسله مراتبی از هرم نیازهای انسان را مطرح می کند، نیازهای «یادگیری و فهمیدن» در مرتبه ششم قرار دارد. سخن پیرامون مصادیق و زمینه های مختلف هرم نیازهای مازلو بسیار فراوان است، اما آنچه که بیشتر مورد توجه فراوان است، اما آنچه که بشتر مورد توجه و تأکید اکثریت قریب به اتفاق روان شناسان و متخصصان مبانی تعلیم و تربیت می باشد، ضرورت تأمین نیازهای اساسی انسان بویژه نیازهای سطوح ابتدایی تر نظیر نیازهای زیستی و نیازهای روانی (امنیت خاطر) است. مسلماً زمانی شاگردان یک کلاس آماده دانستن و یادگرفتن می شوند که از نظر تأمین نیازهای زیستی مسأله ای نداشته، از تعارضات روانی، فشارها و کششهای عاطفی و اضطراب بیگانگی بدور باشند. بدیهی است که در کنار نیازهای زیستی یا بیولوژیک، مسأله امنیت روانی و ثبات عاطفی کودکان و دانش آموزان بیشترین اهمیت را دارد. رشد متعادل شخصیت، شکوفایی استعدادها و خلاقیتهای کودکان در سایه سلامت جسم، بهداشت و امنیت روان و ثبات عاطفی آنان امکان پذیر است. بی ثباتی عاطفی، «دوگانگی احساس» و تعارضات روانی، از موانع بسیار مهم در فرآیند رشد شخصیت و سازگاریهای فردی و اجتماعی است.

کودکان سنین دبستان همواره نیازمند تأیید رفتارشان توسط بزرگسالان، اعم از اولیاء و مربیان هستند. زمانی که این نیاز طبیعی به نحو مطلوب تأمین نشود، کودکان دچار تعارض و عدم امنیت روانی می‌گردند و بناچار بخش قابل توجهی از نیروی فکری خود را صرف حل مسائل اساسی تری خواهند کرد که ذهن آنها را اشغال نموده است. بالطبع در این شرایط، دقت، توجه مطلوب و مشارکت در فعالیتهای آموزشی کلاس بسیار اندک است و اکتساب‌های آموزشگاهی چندان پایدار نخواهد بود. امروزه با توجه به یافته‌های روان‌شناسی هیچ تردیدی نیست که یادگیری ضمنی یا مشاهده‌ای که وجود کودک را متأثر می‌سازد، فوق‌العاده قویتر و پایدارتر است. به بیان دیگر وقتی که کودک دچار تعارض روانی می‌شود، شرایط او بیانگر این حقیقت است که در یک یا چند موضوع، مشاهده‌گر الگوها یا سرمشقهای متفاوت یا متضاد بوده، تعادل عاطفی، اطمینان و امنیت خاطرش که سخت‌بدان نیازمند است، دچار مخاطره شده است. با اذعان به این که پایدارترین نوع یادگیری در انسان، یادگیری ضمنی و مشاهده‌ای است، بخش قابل توجهی از رفتارها و مهارتهای کلامی و اجتماعی کودکان صرفاً از طریق مشاهده رفتار والدین، همسالان و مربیان به وجود می‌آید. یادگیری مشاهده‌ای که در واقع همان سرمشق‌گیری است، مؤثرترین و پایدارترین یادگیریهاست. در این نوع یادگیری کودک با انتخاب یک الگو یا مدل سعی می‌کند به تقلید از رفتار او پردازد. «بندورا» ۶ که یکی از واضعان نظریه‌های معروف رفتارگرایی شناختی است. این نوع یادگیری را با توجه به نظریه اجتماعی خود در چهار مرحله توضیح می‌دهد. ۱- مرحله توجهی: در این مرحله از یادگیری مشاهده‌ای، توجه فرد به رفتار الگو یا سرمشق معطوف می‌شود. به سخن دیگر در این وهله قبل از آن که کودک به گویش یا درس الگو، پدر، مادر یا معلم توجه کند، مجموعه رفتار او را مدنظر قرار می‌دهد، زیرا رفتار ما بیش از زبانمان مورد توجه است. به قول امام صادق علیه السلام، کونوا دعاة للناس به غیر السنتمکم: مردم را با عمل خود (به غیر زبان) به حق دعوت کنید. ۲- مرحله به یادسپاری: در این مرحله، یادگیری از طریق مشاهده یا توجه به عملکرد و رفتار الگو یا سرمشق صورت می‌پذیرد. این نوع یادگیری نیازی به تقویت و پاداش ندارد. باید توجه داشت که در این مرحله از یادگیری مشاهده‌ای، رفتار آموخته شده، در حافظه بلند مدت فرد یادگیرنده باقی می‌ماند. بازنمایی رفتار مورد مشاهده می‌تواند بعدها به دو صورت تجسمی و کلامی انجام پذیرد. ۳- مرحله بازآفرینی: سومین مرحله یادگیری مشاهده‌ای، مرحله تولید یا بازآفرینی است. در این مرحله رمزهای کلامی یا تجسمی موجود در حافظه به صورت رفتار آشکار در می‌آید. بدیهی است که بعضی از آموخته‌های کلامی و غیرکلامی ممکن است مدتها به صورت نهفته باقی بماند. ۴- مرحله انگیزشی: گرچه یادگیری از طریق مشاهده نیازی به تقویت ندارد، اما بدون تردید تقویت در یادگیری مشاهده‌ای مؤثر است و رفتارهایی که از طریق مشاهده آموخته می‌شود در شرایطی نمود پیدا می‌کند که همراه با انگیزه لازم باشد. همچنین باید توجه نمود که کودکان بسیاری از رفتارهای کلامی و غیرکلامی را که از طریق مشاهده می‌آموزند به دلیل مساعد نبودن شرایط اجتماعی و یا فقدان فرصتهای لازم، موفق به ظاهر ساختن یا تکرار آن رفتارها نمی‌شوند. این بدان معناست که کودک، نوجوان و یا بزرگسالی که با توجه و علاقه رفتار کلامی و غیرکلامی خاصی را مشاهده می‌کند، به گونه‌ای آن را آموخته است. لذا اگر این قبیل رفتارها که از طریق مشاهده آموخته می‌شوند تکرار نشوند و یا مانع تکرار آنها شویم، دلیلی بر آن نیست که توانسته‌ایم از یادداری آنها جلوگیری نموده و یا یادزدایی کنیم. در بسیاری از موارد که فرد رفتاری را آموخته است ولی نمی‌تواند به طور عینی آن را ظاهر سازد، با مرور و تکرار ذهنی و به طور تخیلی به انجام یا تکرار رفتار آموخته شده از طریق مشاهده، می‌پردازد. بدیهی است این خود عامل مؤثری در تقویت یادداری مطالب آموخته شده است. به عنوان مثال اگر کودکان بارها رفتارهای خاصی از قبیل بدزبانی و سیگار کشیدن را از والدین مشاهده کرده باشند، ولی در طول چندین سال شاهد بروز آن رفتارها در ایشان نباشیم، نباید اطمینان حاصل کنیم که هرگز چنین رفتارهایی از کودکان سر نخواهد زد، زیرا ممکن است این یادگیری به صورت «نهفته» باقی مانده، کودک یا نوجوان در فرصت مناسبی آن را از خود نشان دهد. از آن جایی که رغبت و انگیزه نقش فعالانه‌ای در فرآیند یادگیری مشاهده‌ای دارند، وجود الگوهای رفتاری

متعادل و متعالی از اهمیت فراوانی برخوردار است، وبالطبع هماهنگی و همانندی الگوهای رفتاری در محیط خانواده و مدرسه تضمین کننده ی امنیت خاطر و ارضای یکی از اساسی ترین نیازهای کودکان و در نتیجه زمینه ساز بهداشت روانی آنهاست. مشاهده هر گونه دوگانگی، تعارض و تناقض در رفتار الگوها و سرمشقهای کودک، امنیت روانی وی را مختل کرده، تعادل حیاتی اش را نیز دگرگون می سازد. در این شرایط کودک همه نیروی خود را صرف حل این مشکل می کند و از اندیشه آزاد و خلاق بی بهره می ماند. باید توجه داشت که کودک قاضی نیست که بخواهد در زمینه چگونگی نظام ارزشی، باورها و عملکردهای الگوهای بزرگسال همچون پدر، مادر، معلم و مدیر که سخت نیاز دارد مورد محبت آنها قرار گیرد، به داوری بنشیند؛ پس هرگز نباید چنین موقعیت بسیار حساسی را برای کودکان فراهم آوریم. عدم تأمین نیاز طبیعی کودک به امنیت خاطر نه تنها بر چگونگی رشد شخصیت وی اثر می گذارد، و عموماً موجب بروز و ظهور بسیاری از رفتارهای نامطلوب و ناخوشایند همانند خیال پردازی، گوشه گیری، انزواطلبی، افسردگی، بی قراری، عصبانیت، پرخاشگری و رفتارهایی از این قبیل می شود، بلکه بیشترین تأثیر را بر شکوفایی توانمندی ذهنی بالقوه، تفکر خلاق و پیشرفت تحصیلی او به جای می نهد. در حقیقت تعارض و بی ثباتی عاطفی آفت شکوفایی و خلاقیت ذهنی است. عوامل متعددی همچون فشارهای اقتصادی و اجتماعی، محرومیت‌های محیطی یا کمبودهای عاطفی و بخصوص تعارضات روانی، موانع اصلی ظهور توانمندیها و استعدادهای بالقوه دانش آموزان و اندیشه های خلاق است. تا زمانی که وجود فردمملو از ثبات عاطفی نباشد و سکوی پایداری برای اندیشه و حرکتی مطمئن و با صلابت نیافته باشد، به یقین نمی توان از او تلاش ذهنی هدفمند، جهت دار و در عین حال خلاق را انتظار داشت. بررسیهای متعدد نشان می دهد که پیشرفت تحصیلی دانش آموزان با آرامش روانی و ثبات عاطفی ایشان دارای همبستگی معنی داری است. امروز اگر در بسیاری از کشورهای جهان پرداختن به مسأله مهم امنیت روانی و پیشگیری از تعارضها به اندازه ی نیازهای زیستی مورد توجه صاحب نظران نباشد، مسلماً در جامعه اسلامی ما که شاهد انقلابی عظیم و الهی بوده، از جایگاه بس ویژه ای برخوردار است. انقلاب اسلامی در جامعه ما موجب تحولات اساسی در ابعاد مختلف زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی گردیده و تغییراتی عمیق در نگرشها و نظامهای ارزشی جامعه ایجاد کرده است. بنابراین در چنین شرایطی، رهبری و مدیریت جامعه بیش از همه سعی در تحقق هدفها، ارزشها و موازین الهی در کلیه نهادهای اجتماعی بویژه در ابعاد مختلف فرهنگی و تربیتی و در همه ی شؤون زندگی فردی و خانوادگی و روابط اجتماعی دارد. طبیعی است که در این رهگذر خانواده ها و مدارس این کشور نقش مهمی در هدایت فکری و تربیت اخلاقی و اجتماعی نونهالان، این سرمایه های راستین جامعه اسلامی، بر عهده خواهند داشت. بدیهی است به لحاظ تفاوت‌های فردی در اعتقادات، باورها، نظام ارزشها و التزام به عملها، نمی توان از همه خانواده ها انتظاری یکسان و همانند در اندیشه، رفتار و هدایت فرزندان در راستای نظام فکری و ارزشی حاکم بر کل جامعه داشت. اما از سوی دیگر، این حقیقت را نیز نمی توان نادیده انگاشت که رهبری، مدیریت و کارگزاران جامعه اسلامی در ایفای رسالتها و مسؤولیتهای خویش توجه خاصی نسبت به دگرگونیهای اساسی در نظام آموزشی کشور و تعلیم و تربیت صحیح نونهالان، بر اساس موازین و روشهای تربیتی اسلام خواهند داشت. به دیگر سخن تنظیم برنامه ها و فعالیتهای آموزشی بر اساس اندیشه اسلامی و آراستن محیط مدرسه، یعنی اولین نهاد رسمی اجتماعی نونهالان، با زینت فرهنگ اسلامی، امری است کاملاً ضروری و طبیعی. لذا می توان گفت که کودکان از هر قشر اجتماعی که باشند، از هر تبار اقتصادی- اجتماعی که برخوردار باشند و دارای هر احساس و شناخت مذهبی، نظام تربیتی، عادات خانوادگی و ساختار شخصیتی که باشند، در آغاز سن مدرسه ناگزیر وارد مدارسی می شوند که عمدتاً از بافت آموزشی- فرهنگی و نظام ارزشی تقریباً مشابهی برخوردارند. از سوی دیگر مدرسه شاهد حضور کودکانی است که ظاهراً همسال و همراهند، اما هر کدام کوله باری از خرمن اندیشه ها، نگرشها و باورها، ارزشها، مشاهدات و تجربی از الگوهای اولیه همراه دارند و اینک در آستانه ی کسب تجارب تازه، برخورد اندیشه ها و باورهای ذهنی، مأنوس شدن با الگوهای رفتاری جدید (معلمین) و آشنایی با ارزشهای

حاکم بر فضای مدرسه و کلاس، به دنبال یک نیاز اساسی، در انتظار تأیید ارزشهای اخلاقی غالب بر خانواده و باورهای ذهنی خویش هستند. زمانی که کودک در ارتباط با معلم و در برخورد با همکلاسیها و دوستان جدید نه تنها اندیشه‌ها و جهت‌های فکری آنان را در راستای باورهای خود نمی‌بیند، بلکه عمدتاً مشی فکری خانواده و یافته‌های خود را در تعارض با آنها می‌یابد، بیش از هر چیز دیگر ثبات عاطفی و امنیت روانی او متزلزل شده، فکرش در کنار توجه به کلاس و درس متوجه وجود یک «مشکل» اساسی تر می‌شود. بنابراین چنین تعارضاتی نه تنها موجب سلب آرامش روانی و ثبات عاطفی کودک می‌گردد، بلکه پیشرفت تحصیلی او را نیز تحت الشعاع قرار می‌دهد. کوتاه سخن آن که، هر گاه جو غالب نظام ارزشی و شیوه‌های تربیتی در دو محیط مهم تربیتی یعنی خانه و مدرسه هماهنگ و همسو نباشد، فرزند خانه و شاگرد مدرسه در مرحله‌ای از رشد و شکوفایی شخصیت خود دچار دوگانگی احساس و تعارض و تردید می‌گردد که پرداختن بدان و تحمل هر دو یا انتخاب تمام عیار یکی از دو الگو برایش سخت و دشوار است؛ چرا که این سن دیگر وقت انتخاب نیست، بلکه زمان آموزش و تربیت پذیری است، و اگر انتخابی باشد، از آن والدین کودک است تا او را روانه مدرسه‌ای سازند که با تجارب ناخوشایندی از دوگانگیها در احساس، رفتار و الگوها مواجه نشود. و از آن جایی که مدارس به گونه‌ای که شایسته و سزاوار جامعه اسلامی است در اندیشه تهذیب و تربیت نونهالان در راستای نظام تعلیم و تربیت اسلامی گام برداشته، یا بر می‌دارند، پس این خانواده‌ها هستند که می‌بایست در لیک به ندای حق، با التزام به ارزشها و موازین اسلامی برای سلامت جسم و بهداشت روان ثمره‌های وجودشان، تأمین و تضمین زمینه‌های رشد، شکوفایی شخصیت و استعدادهای آنان و سعادت دنیا و آخرتشان بیش از پیش کوشا باشند. اما از سوی دیگر اولیای مدرسه، بویژه مربیان امور تربیتی نیز باید همواره برای اجتناب از تعارضهای عاطفی-روانی، وجود تفاوت‌های فردی، خانوادگی و فرهنگی دانش‌آموزان خود را در هر برنامه ریزی تربیتی و اجرا و اعمال و روشها ملحوظ دارند و سطح انتظارات خود را متناسب با ویژگیهای جسمی، روانی، ظرفیت عاطفی و ساختار شخصیتی دانش‌آموزان سازند. مربیان تربیتی باید در اجرای برنامه‌ها و روشهای تربیتی خود از این امر که کودکان و دانش‌آموزان با هیچ‌گونه فشار و بی‌ثباتی عاطفی یا عدم امنیت روانی مواجه نخواهند شد، اطمینان حاصل کنند. لذا تشکیل جلسات گفت و شنود اولیاء و مربیان کودک و مشورت پیرامون نحوه‌ی اجرای برنامه‌های آموزشی و پرورشی مدرسه، تقاضای همکاری از اولیاء و همچنین توجه دادن والدین به مسأله مهم بهداشت روانی و ثبات عاطفی کودک و نیز تبعات ناگوار ناشی از تعارض و عدم امنیت روانی، می‌تواند کمک مؤثری در این جهت باشد. سرانجام باید توجه داشت که رفتار کودک قابل تغییر است، اما هر روشی، توسط هر کسی و تحت هر شرایطی ممکن است مؤثر واقع نشود. پس در ارتباط با مسائل رفتاری و اخلاقی دانش‌آموزان می‌بایست همواره بدون توسل جستن به تنبیه و اعمال خشونت، شرایط تربیتی هر کودک را کاملاً در نظر گرفت و درباره‌ی اعمال هر روش و احتمال تأثیر آن بر رفتار کودک با توجه به ویژگیهای او اندیشید. کلام آخر آن که در بحث از تعارض و تأثیرات ناگوار آن بر رشد شخصیت کودک می‌بایست بدور از گرایشهای شخصی و وابستگیهای فکری، ارزشهای متعالی و حاکم در جامعه و مدرسه را مدنظر قرار داد و برای حل تعارضات و رسیدن به زبان و مشی مشترک، سلامت شخصیت، رشد مطلوب و شکوفایی استعدادهای کودک را محور اصلی گفتگو قرار داد. پی نوشتها:

۱. Bandura ۲. Itard ۳. Gange Age ۴. fREUD ۵. Piaget ۶. Mazlow

تکریم جوانان

پاسداری از حرمت جوانان پیشتر یادآور گشتیم که محبت به ذات و علاقه به خویشستن، یکی از نشانه‌ها علامیم مهم سلامت باطن و اعتدال روان است. هر انسانی چنان چه از اعتدال روانی و سلامت کافی برخوردار باشد، ضمن این که از هر رفتار یا برخوردی که به گونه‌ای حیثیت و شخصیت او را خدشه‌دار سازد، متأثر گشته و به شدت رنج می‌برد، از هر وسیله‌ای برای حراست از کرامت

انسانی خویش استفاده کرده، از معاشران و اطرافیان خود نیز پاسداری از حرمت خویش را - که در گرو احترامی است که از آنان اعمال می‌گردد - انتظار دارد. هر انسانی مایل است از سوی دیگران به خوبی مورد احترام واقع شده، آن چنان که مقام و منزلت و ارزش انسانی او ایجاب می‌کند. به او نگاه کنند. عدم رعایت این مسأله خصوصاً نسبت به جوانانی که دوران کودکی و نوجوانی را پشت سر گذاشته، به تازگی وارد عرصه‌های زندگی شده‌اند، عواقب زیان‌باری را در پی خواهد داشت که نادیده گرفتن حرمت پدر و مادر، لجاجت، پرخاشگری و برخورد خشن از شایع‌ترین موارد آن به حساب می‌آید. پدران و مادران و مربیان باید با برخوردی شایسته، جوانان را در تصمیم‌گیری‌های و در امور مختلف زندگی آزاد گذارده، میدان استقلال را برای آن‌ها تنگ نسازند، و با گشاده رویی، حسن برخورد، ارتباط صمیمانه و مشورت با آنان علاوه بر پیشگیری از پی آمدهای ناپسند، محیط زندگی را از شور و نشاط جوانان سرشار نموده، خود از پرتو مزایای فراوان آن بهره‌مند گردند. جوان و استقلال هیچ یک از تمایلات، کشش‌ها و خصلت‌های درونی که به صورت قوه و استعداد در نهاد آدمی به ودیعه گذارده شده، به خودی خود دارای ارزش مثبت یا منفی نبوده، نقص یا مزیتی برای او به حساب نمی‌آیند بلکه آنگاه از رنگ و بو و ارزش مثبت برخوردار می‌گردند که با انگیزه ای متعالی و در راه هدفی ارزشمند فعالیت یابند. بر روی زمین کم نیستند موجوداتی که هم چون انسان از نعمت حیات برخوردارند. می‌خورند، می‌آشامند، تولید مثل می‌کنند، در راه تهیه ی مایحتاج روزمره و ساختن سرپناه و لانه و آشیانه تلاش کرده، و با موانع آن به صورت جدی برخورد می‌نمایند. بسیاری حیواناتی که به صورت دسته‌جمعی و با آداب خاص و نظمی شگفت‌انگیز زندگی کرده و هر گروهی عهده‌دار مسؤلیتی ویژه هستند، حتی در مواقع خطر به کمک یکدیگر می‌شتابند. اما آن چه که زندگی آدمی را حقیقتاً از آنان متمایز ساخته و به آن ارزش حقیقی بخشیده، انگیزه، نیت و اعتقاد اوست. و آن چه که به زندگی او رنگ و بویی ویژه می‌بخشد، سعی و تلاشی است که در راه اعتلای معنوی و تبلور اعتقادات ارزشمند خویش، از خود بروز می‌دهد. باید با شناخت درست و به موقع هر یک از استعدادها و قابلیت‌های درونی، و جهت‌مند کردن اعمال آن‌ها و ارضای صحیح هر یک، ارزش حقیقی آن‌ها را احیای نموده، و از بیراهه رفتن و ضایع گشتن آن‌ها به شدت آن‌ها به شدت جلوگیری نمود. با سپری شدن روزگار کودکی و فرارسیدن دوران بلوغ و جوانی، تدریجاً صفات و خصایص جدیدی از انسان بروز می‌نماید که زندگی وی را به طور کامل از دوران کودکی متمایز می‌سازد. احساس استقلال و میل به تثبیت شخصیت را می‌توان از شاخص‌ترین تمایلات و ممیزات دوران جوانی برشمرد. با پاسخی درست به این نیاز، و انتخاب صحیح رای منطقی و طبیعی برای بروز دادن شخصیت حقیقی، ضمن برخوردار شدن از اعتماد به نفس کافی و جرأت و جسارت لازم برای ورود به صحنه‌های نبرد زندگی، خواهیم توانست در برابر سختی‌ها و دشواری‌ها، ایستادگی کرده، و برای بهره‌مند شدن از مزایای یک زندگی سالم، فعال و پر بار، با صبر و بردباری و مقاومت و پایداری، مشکلات و موانع راه‌راهی پس از دیگری پشت سر گذاریم. دوران بلوغ و جوانی که به منزله اعلان طبیعی برخوردار شدن از درک و قدرت کافی برای پذیرش مسؤلیت‌های فردی و اجتماعی است، از یک سو فرد بالغ را در برابر وظایف خطیر انسانی و دینی مسؤل می‌سازد، و از سوی دیگر جامعه را به پذیرش رسمی عضویت اجتماعی وی موظف می‌نماید. سهل‌انگاری نسبت به انجام هر یک از این دو وظیفه ی مهم، پی آمدهای ناروا و خطرات ناگوار فراوانی را به دنبال خواهد داشت. بسیاری از نوجوانان و جوانان به علت برخی از ناهنجاری‌های اخلاقی و یا عدم برخوردار شدن از فیض راهنمایی‌های مربیان شایسته، و بعضاً به خاطر موضع‌گیری‌های نادرست اطرافیان، از مسیر صحیح منحرف گشته، و از انطباق خود با اجتماع عاجز می‌مانند. پاره‌ای از ناکامی‌ها، شکست‌ها، محرومیت‌ها، و برخوردهای بسیار تند جوانان نسبت به جامعه و فرهنگ و مذهب و حتی، برخی از موارد انتحار و خودکشی آنان از ضعف شخصیت و سوی تدبیر نسبت به گزینش روشی که به همزیستی و سازگاری با جامعه بینجامد سرچشمه می‌گیرد. پدران، مادران، مربیان، معاشران و اطرافیان باید تثبیت شخصیت جوانان را که با ابراز رخی از جلوه‌ها و مظاهر استقلال طلبی همراه است، به عنوان یک حق طبیعی و یک پدیده ی مثبت تلقی نموده، با برخوردی

شایسته، آنان را برای ابراز شخصیت و رشد و تعالی و سازگاری با جنبه‌های مثبت موجود یاری کرده، از اعتراض آنان نسبت به گرایش‌های منفی و عادات و رسومات نادرست، با شرح صدر استقبال نمایند. جوان و تفوق‌طلبی پدیده‌های مادی به اقتضای وجود عوامل مخرب یا ناسازگار با آن‌ها پیوسته از درون و بیرون مورد تهاجم آفات گوناگونی است که چنان‌چه برای مقابله با آن‌ها تدابیر لازم را نیندیشند دیر یا زود سلامت، بلکه بقای و موجودیت آن‌ها دستخوش خطرات نابودکننده‌ی داخلی یا خارجی قرار خواهد گرفت. مصونیت امور معنوی از رخنه‌ی عوامل فاسدکننده‌ی داخلی و آفات ویرانگر خارجی نیز از یک سو نیازمند وجود عواملی است متناسب با ماهیت و محتوای هر یک که به مثابه موتور تأمین‌کننده‌ی قوا بوده، و حفظ و بقا و استمرار حرکت آن‌ها را تأمین سازد از سوی دیگر مراقبتی پیوسته و دایمی را می‌طلبد که بسان نیروئی بازدارنده و محافظی قوی آن‌ها را از هجوم آفات خارجی محافظت نماید. انسان به اقتضای گزینه کمال‌خواهی پیوسته در راه آن‌چه که به نوعی، شایسته و زیننده‌ی مقام انسانی خویش می‌پندارد تلاش می‌کند. اما این گزینه نیز هم چون سایر امور معنوی و پدیده‌های مادی همواره مورد تهدید آفات زیانبار داخلی و خارجی است. توقف و قانع شدن به آن‌چه که در اختیار انسان است را می‌توان به عنوان یکی از خطرناک‌ترین عوامل تباه‌کننده و از خسارت‌بارترین آفات داخلی گزینه‌ی کمال‌خواهی برشمرد. تفوق‌طلبی و برتری‌جویی که یکی از غرایز طبیعی و از تمایلات مهم انسانی است برای پیشگیری از این آفت خطرناک در نهاد آدمی به ودیعه گذارده شده است. این گزینه از عوامل قدرتمند ایجاد محرک، و از قوی‌ترین انگیزه‌های درونی آدمی بوده، چنان‌چه به شایستگی از آن بهره‌برداری گردد، نقش فراوانی در ترغیب و تشویق انسان برای پی‌گیری اهداف و مقاصد عالی انسانی ایفا نموده، و عامل نیرومندی برای تداوم حرکت و حفظ و حراست از گزینه‌ی کمال‌جویی، و مصونیت از توقف به حساب می‌آید. تفوق‌طلبی در نسل جوان بسیار قوی بوده، ضمن این‌که به واسطه‌ی برانگیختن حس رقابت در آنان، حرکت ایشان را در مسیر کمال‌شتاب می‌بخشد، فضای کلّ جامعه را نیز از شور و نشاط و حرکت و تلاش بیشتری برخوردار می‌سازد. عدم بهره‌برداری صحیح از این خواهش طبیعی، علاوه بر این‌که آدمی را از امتیازات مثبت فراوان آن محروم می‌سازد، آثار منفی متعددی را - که برانگیخته شده حسّ حسادت از بارزترین آنهاست - در پی خواهد داشت. جوان و تقلید تقلید از شایع‌ترین رفتارهای آدمی و ابزارهای مهم تربیت و بازوی توانمند بسیاری از تمایلات، احساسات، و غرایز او محسوب می‌گردد. انسان به اقتضای گرایش‌های طبیعی و تمایلات غریزی، پیوسته در مقام رفع نیازها و ارضای خواسته‌های ذاتی خویش بوده، هر وسیله و ابزاری را - که تقلید از کارآمدترین آنهاست - به خدمت گرفته، از آن استفاده می‌نماید. اگر گزینه‌ی صیانت نفس، او را به حفظ و حراست از وجود خویش وامی‌دارد، زمینه‌ی بسیاری از راه‌کارهای آن از قبیل ساختن سرپناه، به کار گرفتن امکانات گوناگون برای تأمین سلامتی در برابر سرما، گرما و بیماری، و ساختن تجهیزات دفاعی برای مقابله با هجوم دشمن و غیر آن، از طریق تقلید فراهم می‌گردد. هم‌چنان‌که تأمین سعادت و نیل به کمال مطلوب که مقتضای کمال‌خواهی است، در بسیاری از موارد از پرتو تقلید و بهره‌گیری از تجربیات دیگران امکان‌پذیر خواهد بود. بسیاری از کشفیات علمی و اختراعات خیره‌کننده بشری که به یمن گزینه‌ی کنجکاوی و تلاش شبانه‌روزی محققین و نوابغ جهان به دست آمده، در سایه‌ی استفاده از آموزه‌های گرانبها، و به برکت تقلید از روش‌های تجربه‌شده‌ی سایر دانشمندان حاصل گردیده است. هم‌چنان‌که صعود به قلّه‌های توانمندی، که از دست آورده‌های ارضای گزینه‌ی قدرت‌طلبی است - در راستای دریافت آگاهانه‌ی تجربیات و به کارگیری هر یک از آن‌ها به روش تقلید منطقی میسر گردیده است. ارضای هر یک از گرایش‌های لذت‌خواهی، زیبادوستی، و مهرطلبی نیز تا حدود زیادی به مساعدت تقلید و کارگیری رفتارهای دیگران عملی می‌گردد. اگر این انگیزه در آدمی نبود، بشر از فیض عظیم تجرب محروم می‌گشت، و هر کس ناگزیر بود جمیع امور زندگی را شخصاً تجربه نماید. گرایش تقلید در همه‌ی افراد و در سنین مختلف وجود دارد، لیکن جوان به لحاظ تجددخواهی و نوگرایی بسیار زودتر از سایرین به افکار تازه و پیشرفت‌های نوین متوجه گشته، برای احیای شخصیت و بروز قابلیت‌های خود، خویشان را با مقتضیات زمان تطبیق داده، با

الگو قراردادادن قهرمانان عرصه‌های مختلف زندگی، روش آنان را برنامه‌ی عملی خود قرار داده، به گونه‌ای شکفت‌انگیز از آنان تقلید می‌نماید. وسعت قلمرو این گرایش و عمق تأثیرگذاری آن در فرهنگ و مظاهر مختلف زندگی، و نقش فوق‌العاده‌ی الگوها در شکل دادن به شخصیت فکری و رفتاری انسان، ایجاب می‌کند که جوانان عزیز با دقت و حساسیت ویژه در گزینش الگو و کیفیت تقلید - که از راه کارهای عملی و مناسب برای دستیابی به کمالات معنوی و فضایل مادی، و پشت پا زدن به گرایش‌های باطل و رسومات نادرست خرافی است - مراقبت‌های لازم و جدی را اعمال نموده از تقلید ناآگاهانه و برگزیدن الگویی که زینده‌ی شخصیت انسانی آنان نیست به شدت پرهیزند. منبع: فرهنگ تربیت، عباس اسماعیلی یزدی، انتشارات مسجد مقدس جمکران، ۱۳۸۲، چاپ اول، صص ۳۶۵-۳۷۱.

روان‌شناسی نوجوانی

ارتباط با خواهران و برادران فرزندان از یکدیگر بیشتر تأثیر می‌پذیرند تا والدین. آنها با یکدیگر کار می‌کنند بیشتر وقت خود را با یکدیگر می‌گذرانند و علاقه‌ای که میان آنهاست نه از روی تزویر و تظاهر بلکه از روی دوستی است. معمولاً فرزند اول نقش رهبری را بر عهده می‌گیرد و نقش الگو را برای فرزندان دیگر ایفا می‌نماید. در اغلب اوقات تأثیر نقش پسران بر روی دختران بیش از دختران روی پسران است. به طور مثال پسری پس از چند دختر متولد می‌شود و معمولاً از ارزش خاصی برخوردار می‌شود و بالعکس پسری که خواهر کمی بزرگتر از خود دارد نسبت به هم سن و سالانش پرخاشگری کمتری از خود نشان می‌دهد و رفتاری متأثر از رفتار دختران دارد. هنگامی که بین خواهران و برادران تفاوت سن زیاد باشد تأثیر کمتری روی یکدیگر دارند. هر چه اختلاف سن میان فرزندان کمتر باشد خلق و خوی عاطفی و ... تأثیر چشم‌گیرتری دارد. نوجوان و استقلال از والدین مهمترین ویژگی که می‌بایست بدان توجه خاصی داشت استقلال از سوی خانواده است. خانواده می‌تواند مهمترین منبع تأمین‌کننده استقلال فرد باشد، یا می‌تواند نوجوان را در رسیدن به حس فردیت و استقلال دچار تزلزل سازد. نوجوان در این دوران خود را برای مرحله جدیدی از زندگی اش آماده می‌سازد. او سعی بر آن دارد که بر رفتار کودکان اش غلبه نماید. آمادگی دارد مسئولیت رفتارش را بر عهده گیرد و حتی آمادگی این را دارد که مسئولیت کارهای دیگران را نیز بر عهده گیرد. در متون اسلامی در این رابطه سفارشات فراوانی شده است که نوجوان را در این دوران آزاد گذارند و به آنها استقلال و مسئولیت لازم بدهند. البته اینها بدان معنی نیست که نوجوان به طور ناگهانی خود را به طور کامل از قید خانواده رها سازد. نوجوان در این دوران دچار نوعی کشمکش درونی است؛ از یک سو تمایل ندارد از دوران کودکی اش پافرا تر نهد که از هر سو در محبت است و از سوی دیگر داشتن آزادی عمل در کارهایش و استقلال را در لوح آرزوهایش می‌بیند. پس هر گامی که نوجوان به سوی استقلال بر می‌دارد ترس و تشویش درونش بیشتر می‌شود. بنابراین او چندان تمایل ندارد تا پیوندهای خانوادگی را کاملاً قطع نماید. نیاز به حمایت والدین را در هر حال احساس می‌نماید و همواره در جست و جوی روش‌هایی است که این حمایت را کسب نماید. یکی از مهمترین مسائلی که نوجوان را در راه رسیدن به استقلال دائماً تهدید می‌نماید سرزنش و ملامت از سوی والدین است. نوجوان به این رفتار والدین با دیده تحقیر و بغض و خشم توجه می‌نماید. نوجوانی که از سوی والدینش تحقیر می‌شود عکس‌العمل‌های گوناگون از خود نشان می‌دهد برخی اوقات دچار «حقارت نفس» می‌شود. برخی از محیط خانواده گریزان می‌شوند و برخی به پرخاشگری و زیان رساندن به خانواده و دیگران می‌پردازند. نکته دیگری که باید والدین بدان توجه داشته باشند سوءظن نسبت به نوجوان است که می‌تواند او را دچار تزلزل سازد. برخی خانواده‌ها نوجوان را در اتخاذ تصمیم‌های مربوط به خودش آزاد می‌گذارند اما این کار را از روی بی‌میلی یا سوءظن انجام می‌دهند. این والدین هرگز به نوجوان خود اعتماد نمی‌کنند و به ندرت فرصت‌هایی را ایجاد می‌نمایند تا نوجوانشان تصمیم بگیرد. حال اگر فرصتی هم ایجاد شود نوجوان بر اثر سوءظن و عدم

اطمینان والدین دچار اضطراب می‌گردد و با شکست مواجه می‌شود و گاه والدین با تردیدها و نگرانی‌های خود در مورد نوجوانشان قضاوت‌های ناصحیح در پیش می‌گیرند که این خود موجب ایجاد فاصله میان والدین و فرزندان می‌شود. منبع: روزنامه همشهری

نهای نوجوانی و مسئولیت دشوار والدین

امام علی(ع) در وصیتی به فرزندش امام حسن مجتبی(ع) می‌فرماید: «فرزندم! قلب یک نوجوان مانند زمین خالی است، هر بذری در آن بیفشانی رشد و نمو می‌کند، من نیز در مورد پرورش ادب در وجود تو مبادرت کردم، قبل از آن که قلب تو سخت و ذهن تو مشغول شود.» خیلی از ما پدر و مادرها نمی‌دانیم یا بلد نیستیم که چگونه با فرزند نوجوان مان برخورد کنیم. گاهی برای مان حرف زدن با او آن قدر سخت می‌شود که ترجیح می‌دهیم حرف‌هایمان ناگفته باقی بماند، گاهی هم با خودمان می‌گوییم، کاش هنوز کوچک بود تا بهتر می‌توانستم خواسته‌هایش را درک کنم. هر پدر و مادری در مقابل فرزندش وظیفه‌ای دارد، البته این وظایف به وجودآورنده حقوق هم هستند، یعنی اگر شما امروز به فرزندتان این اجازه را می‌دهید یا این که این فضا را ایجاد می‌کنید تا او شاد زندگی کند، در آینده‌ای نه چندان دور نتیجه این تلاش را در زندگی اجتماعی او و رفتارهایی که با شما خواهد داشت، ملاحظه خواهید کرد. پرورش به شیوه علامه؛ علامه بزرگوار، شیخ جعفر کاشف الغطاء برای پرورش صفات والای انسانی در فرزندش روش‌های آموزنده و موثری به کار می‌برد. زمانی او می‌خواست پسر نوجوانش را به سحرخیزی و عبادت صبح گاهی متمایل کند، به طوری که فرزند نوجوان با اشتیاق و علاقه و میل قلبی این کار را تا آخر عمر ادامه دهد و این امر در اعماق وجودش نفوذ کند. به همین دلیل در یکی از روزها قبل از اذان صبح کنار بستر پسر آمد و او را بیدار کرد و گفت: پسرم برخیز تا به حرم مطهر مولای متقیان علی(ع) مشرف شویم. نوجوان چشمان خواب‌آلوده‌اش را مالید و گفت: شما بروید، من هم می‌آیم. پدر گفت: نه! من ایستاده‌ام تا با هم برویم. جوان برخاست، وضو گرفت و به اتفاق پدر به سوی حرم مطهر روانه شدند. جلوی در حرم فقیری نشسته و دستش را به سوی مردم دراز کرده بود. پدر از پسر پرسید: فرزندم این مرد برای چه این جا نشسته است؟ گفت: برای گدایی و دریافت کمک از مردم. پرسید: فکر می‌کنی چقدر از این طریق می‌تواند به دست بیاورد! گفت: شاید درهمی عایدش شود. پرسید: آیا به راستی این مبلغ را به دست خواهد آورد؟ گفت: به طور قطع و مسلم نمی‌توان پیش بینی کرد، شاید مبلغی عایدش شود و شاید هم دست خالی برگردد. پدر که زمینه را برای گفتن مطلب آماده دید، گفت: پسرم! بین این مرد فقیر، برای به دست آوردن یک مقدار منافع دنیایی و احتمالی که یقین به آن هم ندارد، در این هنگام شب این جا آمده و دستش را دراز کرده است. اگر تو واقعا به ثواب‌هایی که خداوند برای سحرخیزی و نماز شب خواندن تعیین فرموده است، یقین داری و گفته‌ایم اطهار را باور کرده‌ای، چرا در انجام آن سستی به خود راه می‌دهی! پرورش و شیوه‌های ما؛ حکایت را که خواندید، کمی به رفتارهای خودتان فکر کنید، کدام یک از ما برای بیدار کردن فرزندانمان برای نماز صبح کنار بسترشان می‌نشینیم و یا این که سعی می‌کنیم فضاهایی را برای تربیت غیرمستقیم او فراهم کنیم. آیا این روزها بیشتر از آن که در مدارا باشیم در داد و فریاد نیستیم؟ عنبرانی، کارشناس علم روان‌شناسی در گفت و گو با ما در ارتباط با برخی از وظایف والدین در مقابل فرزندانشان می‌گوید: پدر و مادر موظف اند در زمینه شکوفایی استعدادهای خدادادی فرزندانشان، بسترهای مناسب را فراهم آورند، چرا که آنان در قبال تربیت فرزندان مسئول هستند. رسول خدا(ص) می‌فرماید: «فرزندان خود را تربیت کنید؛ به راستی که شما درباره آن‌ها مورد سوال قرار خواهید گرفت.» پرورش خصلت حیا و عفت در فرزندان و همچنین فضایل اخلاقی از دیگر مسئولیت‌های والدین می‌باشد، البته به آن شیوه که در خور نوجوان و جوانشان باشد. پرورش، وظیفه والدین؛ عنبرانی در ادامه می‌گوید: فراهم کردن زمینه شادی‌های سالم و حرکات سرورآفرین و ورزش‌های نشاط بخش یکی دیگر از نیازهای فرزندان می‌باشد، که والدین وظیفه

دارند برای تقویت روح و جسم فرزندان‌شان به مسائل تفریحی و ورزشی آنان توجه کنند. همچنین والدین وظیفه دارند فرزندان جوان خود را در انتخاب شغل مناسب راهنمایی و یاری کنند، چرا که بیکاری نه تنها موجب از بین رفتن استعداد‌های درونی یک جوان می‌شود و او را به فردی تن‌پرور و بی‌خاصیت تبدیل می‌کند بلکه حتی ممکن است زمینه انحرافات اخلاقی آن‌ها را نیز فراهم کند و شخصی را که باید به عنوان سرباز جامعه باشد، سربار اجتماع کند. حضرت موسی بن جعفر (ع) می‌فرماید: مردی به حضور پیامبر (ص) آمد و گفت: «یا رسول!... این فرزند من بر گردن من چه حقوقی دارد؟ رسول گرامی فرمودند: اسم زیبا بر او بگذار و به خوبی او را تربیت کن و شغل خوبی برایش انتخاب کن.» والدین باید در فراز و نشیب‌های زندگی همچون دوستی مهربان در کنار فرزندان‌شان باشند چرا که در راه زندگی راهزنان زیادی به کمین نشسته‌اند. پرورش و مفهومی به نام رفاقت؛ مفهوم رفاقت برای خیلی از پدر و مادرها هنوز جان‌یافته است. خیلی از ما دوست داریم با فرزندمان رفیق باشیم، اما به محض این که از او خطایی می‌بینیم شروع به نصیحت می‌کنیم و البته گاهی هم تنبیه. به گفته استاد عبرانی در رفاقت والدین و فرزندان هیچ تفاوتی نسبت به رفاقت دو دوست هم سن و سال نباید وجود داشته باشد. آموختن این رفاقت کار چندان سختی نیست. فقط کافی است به این فکر کنیم که می‌خواهیم در فردهای فرزندمان اثرگذار باشیم. اگر این را بپذیریم به خوبی خودمان درک خواهیم کرد که امروز را با او چگونه سپری کنیم. البته گاهی هم یادآوری نوجوانی خودمان بد نیست، چرا که با این یادآوری، دوباره به خاطر خواهیم آورد که نوجوان حوصله خیلی از شنیدن‌ها را ندارد و دوست دارد هم زمان با جامعه رشد کند، او دلش نمی‌خواهد از هیچ جای این عالم عقب بماند. روزنامه خراسان (www.khorasannews.com)

چگونه با نوجوانان گفتگو کنیم

برای این که روابط شما والدین و مربیان با فرزند یا دانش‌آموز نوجوانان صمیمانه‌تر و گرم‌تر باشد، لازم است که به نکات زیر توجه کنید: پذیرش نوجوانان: گام اول برای ایجاد و تحکیم یک رابطه دوستانه و صمیمی با نوجوان این است که او را با همه کاستی‌هایش قبول داشته باشید. کاستی‌های رفتاری او را همچون نقاط قوت و توانایی‌هایش بپذیرد و او را به عنوان فردی که دارای استقلال، سلیقه‌های خاص و عقاید قابل‌ارائه است، نگاه کنید. احساساتش را پذیرفته و اعتماد به نفس او را با کم‌اهمیت جلوه دادن اشتباهات و تقدیر از کارهای پسندیده‌اش بالا ببرید. نوجوانان را درک کنید: درک و برداشت از زندگی و مسائل آن متفاوت از برداشتی است که نوجوان دارد. او زندگی را به ساده‌ترین وجه ممکن می‌نگرد، به طوری که عقایدش برای شما پوچ و مسخره است. نسبت به عقایدش بی‌اهمیت نباشید وی را مورد تمسخر قرار ندهید. چرا که این استهزاء به تداوم رابطه عاطفی با فرزندان لطمه می‌زند. باید به نوجوان هم اجازه داد که تا حدودی پیامدهای رفتارهایش را تجربه کند و طعم برخی سختیها را چشیده و برای زندگی مقاوم شود. ارتباط را دو طرفه کنید: در بسیاری از اوقات و به دلایل گوناگون ممکن است شما والدین و مربیان به نوجوان بگویید که چه بکند و چه نکند و از او توقع حرف شنوی نیز داشته باشید. این برخورد با نوجوان که حاکی از ارتباط یک طرفه، معیوب و غیر قابل‌دوام است، منجر به سرکشی و عصیان نوجوان در برابر دستورات شما می‌شود و به رابطه عاطفی و صمیمانه بین شما و او لطمه می‌زند. در این مواقع بهترست در برخورد با نوجوان، هر زمان که سخنی را گفتید از او نیز سخنی بشنوید و نظر او را نسبت به وظایف محوله‌اش جویا شوید. از دادن پند و اندرز مستقیم خودداری کنید: نوجوانان از شنیدن نصیحت و اندرز مستقیم و این که آنها را یک جا ارائه کنید و اشکالات رفتاری و گفتاری‌شان را تذکر بدهید گریزان هستند. نوجوانان اعمال خود را بی‌نقص می‌دانند و تحمل شنیدن پند و اندرز از جانب شما را ندارند. جهت اصلاح رفتار، آنها را به طور غیر مستقیم نسبت به اعمال و رفتار نادرست‌شان آگاه کنید صدها راه برای پند و اندرز دادن وجود دارد اما ما در اکثر اوقات بدترین گونه آن، که همان رو راست پند گفتن است را برمی‌گزینیم... آزادی عمل به نوجوانان بدهید: همچنان که به کودک نوا اجازه می‌دهیم تا گاهی خود به تنهایی

راه رفتن را امتحان کند و دفاعاتی هم به زمین افتد، باید به نوجوان هم اجازه داد که تا حدودی پیامدهای رفتارهایش را تجربه کند و طعم برخی سختیها را چشیده و برای زندگی مقاوم شود. برای ارتباط با نوجوان وقت کافی بگذارید: نوجوانان نیازمند توجه هستند، آن‌ها می‌خواهند صحبت کنند. اعتراض کنند و از هیجانات و اتفاقاتی که در مدرسه می‌افتد و یا از دوستانشان می‌شنوند، حرف بزنند؛ هر چه زمان این ارتباط با شما به عنوان مادر، پدر و یا مربی بیشتر باشد خرسندی آنها بیشتر شده و امکان ارتباط نادرست و غلط آنها کمتر خواهد شد. انرژی سرشار نوجوانان نیاز به تخلیه دارد: در این سن نوجوان دارای انرژی فراوان جسمانی است، بخشی از این انرژی در گزینه جنسی نهفته است. نوجوان مقادیر دیگری از انرژی جسمانی خود را به صورت رفتارهای پرخاشگرانه مبارزه طلبی، حادثه‌جویی و .. تخلیه می‌کند. تشویق نوجوانان به انجام ورزشهای مختلف، شرکت در فعالیتها و الگوسازی برای آنان و تحریک آنها بر همانندسازی با آن الگوها باعث می‌شود تا آن‌ها انرژی خود را به طریق منطقی تخلیه کنند. وضعیت تحصیلی نوجوان را پیگیری کنید: در این سن ممکن است که فرزند شما نسبت به درس اظهار بی‌علاقگی نماید و به اموری مثل افراط در ورزش کردن، رسیدگی به سر و وضع خود و ... پردازد، چنان که می‌دانید پند، اندرز، سرزنش و مقایسه با دیگران کارساز نیست.. لذا علت بی‌توجهی او را نسبت به درس جستجو کرده و سعی در برطرف نمودن مشکل کنید. اندرز جوان باید کوتاه، تازه و داستان وار باشد. پس اگر ناگزیر به نصیحت کردن شدید با زبان خودش با او صحبت کنید نه از موضع بزرگی و برتری. آموزش مهارت در برقراری روابط اجتماعی: نوجوانان در دوره بحران بلوغ نسبت به تعلق داشتن خود در گروه کودکان و یا بزرگسالان سردرگم می‌شوند و ممکن است که در میان جمع خانواده یا دوستان و آشنایان، رفتارهای بزرگتر از سن و یا گاهی کودکانه از خود بروز داده و روابط اجتماعی پسندیده‌ای برقرار نکنند، که با شرکت دادن فرزند نوجوانان در جمع دوستان و آشنایان مهارت روابط اجتماعی او را افزایش دهید؛ مثلاً با فرزند نوجوان خود به گردشهای دو نفره بروید و در بسیاری از روابط اجتماعی نظیر آشنا شدن با دیگران، خرید کردن از مغازه، پیدا کردن نشانی یک موسسه و درخواست انجام کاری از یک اداره با وی تمرین عملی کنید. استقلال طلبی نوجوان: نوجوان می‌خواهد از قید و بندهای دوران کودکی که او را به خانواده‌اش متصل کرده است، جدا شود و الگوهای جدیدی را جایگزین آنان کند. از طرفی نیز شدیداً به خانواده وابسته است و می‌خواهد که توقعاتش را برآورده کند. لذا حس استقلال‌طلبی خود را با مخالفت، مقاومت کردن و لجبازی با والدین و مریدان نشان می‌دهد و این نیاز نوجوان برای شما مشکل‌آفرین می‌شود. برای برخورد با این رفتار نوجوان، بهتر است همیشه با او به لحنی صحبت کنید که احساس نکند برایش تصمیم‌گیری می‌کنید. به خاطر داشته باشید که نوجوان از نصیحت خوشش نمی‌آید. آزادی را به تدریج و متناسب با سنی که دارد به او عطا کنید و نظارت غیر مستقیم داشته باشید و اگر زمانی دریافتید که از آزادی شما، سوء استفاده کرده به او تذکر داده و او را متوجه اعمالش بکنید. بدانید که حذف آزادی، برای یک مدت کوتاه می‌تواند برایش آموزنده باشد. تبیان

دختران را برای ایفای نقش همسری تربیت کنید

دیروز که خودم را در آینه نگاه کردم، مادرم را دیدم که چند سال جوانتر شده بود. اما سالها قبل که من هنوز دختر جوانی بودم، هیچ وقت مادرم را با این چهره ندیده بودم. آن روزها من فقط می‌خواستم به اندازه «او» در خانواده نفوذ داشته باشم. خواهر، برادرها و پدرم، حرفم را بشنوند. مادرم؛ اجازه دهد تا به خانه دوستان بروم. لباس دلخواهم را بپوشم و... و امروز بعد از سالها؛ چهره جدیدی از مادرم را در وجود خودم، مادر جوانی دیگر، می‌بینم. مادری که دخترک چهار ساله اش با لجبازی می‌خواهد؛ موهای عروسکش را قیچی کند، مثنی شکلات کاکائو بخورد و... در حالی که تب دارد دلش بستنی می‌خواهد... و امروز می‌توانم درک کنم که مادربودن سخت‌ترین کار دنیا است.*** در خصوص رابطه مادر و دختر صاحب‌بظران و روان‌شناسان توصیه‌های گوناگونی دارند. دکتر غلامعلی افروز در همین باره معتقد است: نقش مادر در تربیت فرزندان اهمیت و حساسیت خاصی دارد و

در سرنوشت فرزندان بسیار تعیین کننده است، به گونه ای که مادر در صفحه وجود دختر خردسال خود، خاطره ها و تجربیات خوشایند یا ناخوشایند زندگی گذشته خویش را مرور می کند و با همه وجود می کوشد تجارب ناگوار و ناکامی های احتمالی را از سر راه او بردارد البته همانندسازی دختر با مادر بسیار چشمگیرتر و عمیق تر از پسر با پدر است. زیرا دختر در دوران رشد بویژه در سنین قبل از دبستان، در کانون خانواده فرصت تقلید و یادگیری از رفتارهای کلامی و غیر کلامی الگوهای همجنس بزرگسال را بیشتر از پسر دارد. مادری که به برقراری روابط خوب اعتقاد دارد، با زبان تشویق و تأیید و منطق و تکریم با دخترش رفتار می کند و در این راه ثابت قدم است. دختر این مادر در سنین نوجوانی و آغاز جوانی و نیاز فراوان به دوستان همدل و همراه، مادر را به عنوان دوست و همدم و همراز خود انتخاب می کند. مادر مهم ترین و غنی ترین الگوی رفتاری برای دختر است. مادری که با اعتماد به نفس، صلابت شفقت و صمیمیت موفق به جلب اعتماد دختر نوجوان خود می شود، در جایگاه محرم ترین و شایسته ترین دوست برای وی قرار گرفته است. در این رابطه، دختر از بالاترین سطح بهداشت روانی، احساس خود ارزشمندی و اعتماد به نفس بهره مند می شود و از آسیبهای رفتاری و کجروی اجتماعی مصون می ماند. در واقع در نتیجه وجود نظام تربیتی کارآمد مادر، وی به طور غیرمستقیم مسأله مهم همسرپروری و مادرپروری را مدنظر قرار می دهد. وقتی مادر، به عنوان مرجع قابل اطمینان، دوستی قابل اعتماد، محرمی همراز و شخصیتی استوار برای دخترش مطرح می شود، دختر آیین همسرداری، مرام مادری و فرزندپروری را به خوبی آموخته و حریم خانه، کلاس درس زندگی می شود. یک دختر همواره می خواهد مادری با نشاط و با محبت، آرام، مطمئن، محکم و استوار، با اعتماد به نفس و فعال و پویا داشته باشد. وی هرگز دوست ندارد الگوی محبوبش تهی از اعتماد به نفس، مردد، دلواپس، پراضطراب، منفعل و حقیر باشد. به همین دلیل دختری که می خواهد آینده روشن و امیدبخش داشته باشد و از زندگی فعال و پویا برخوردار شود، دوست دارد مادرش همواره در رابطه متقابل و مؤثر با پدر بوده و هرگز شاهد رابطه غالب و مغلوب و فعال و منفعل میان آنها نباشد. در نتیجه از پدران فهیم انتظار می رود که در آشکارا و خلوت با تأیید و تکریم شخصیت مادر نزد فرزندان و اظهار تشکر و قدردانی از زحمات ارزشمند مادر، فرهنگ قدردانی و تشکر را به فرزند خود منتقل کنند. بهتر است مادر نیز همواره با کلام مثبت و رفتار محبت آمیز خود، قدردان زحمات همسر باشد و شخصیت وجودی همسر و فرزندان را مورد تکریم و تأیید قرار دهد. مادری که به جای تأیید تلاشهای ارزشمند پدر، در خلوت خود با دختر همواره زبان تکذیب و اعتراض می گشاید و شخصیت پدر را در ذهن دختر تضعیف و تحقیر می کند، نه تنها فرزند خود را در تعارض روانی و دغدغه فکری قرار می دهد، بلکه بطور مستقیم و غیرمستقیم زمینه بازخورد منفی و ناخوشایند نسبت به جنس مرد را در نظام فکری دختر فراهم می کند. در نتیجه بدبینی و تردید در تصمیم گیری و طولانی شدن فرآیند انتخاب و پذیرش شخص واجد شرایط برای همسری و تأخیر در ازدواج به موقع، از آثار رابطه نه چندان مطلوب مادر و دختر و گفته های ناخوشایند مادر به دختر در دوران تحول شخصیت اوست. گاه مادر به لحاظ برخی ویژگیهای شخصیتی و نیازهای روانی ناشی از تجارب ناگوار، ناکامی ها و محرومیت های حاصل از زندگی مشترک و احساس نیاز فراوان به ترحم و دلسوزی، در رابطه خود با دختر زانوی غم بغل کرده و با حالتی غمگین قصه غصه های خود را بازگو می کند. این مادر در واقع برای حیات روانی خود احتیاج به یک همدرد و حامی دارد و از اینکه دل دختر برایش بسوزد خشنود می گردد. غافل از اینکه ادامه و استمرار این رابطه که همواره فضای دردمند و مملو از غم و ترحم بر آن حاکم است، غبار غم و افسردگی را بر چهره نیازمند نشاط دختری می نشاند و افسردگی مادر را مضاعف می کند. بهتر این است که مادر با اعتقاد به نیاز دختر به شادابی و نشاط، نگرش مثبت و انگیزه قوی برای تولید و تحول، با دختر رابطه برقرار کرده با او به گفتگو بنشیند. مادر اندیشمند به خوبی آگاه است که شایسته ترین مشاور دختر در امر انتخاب همسر است. بهتر است به دور از هر گونه تنگ نظری و حسادت و به عنوان مشاور دلسوز و آینده نگر مسؤولیت های همسری و رسالت مادری و فرزندپروری را مدنظر قرار دهد و با استعانت از پروردگار، دختر خود را راهنمایی، حمایت و پشتیبانی کند. / www.qudsdaily.com

تعامل خواهر و برادر ثمره آموزش والدین در خانواده است

خواهر و برادر از واژه‌هایی است که در کنار واژه‌های پدر و مادر به مجموعه خانواده معنا می‌دهد. خواهر و برادر از واژه‌هایی است که در کنار واژه‌های پدر و مادر به مجموعه خانواده معنا می‌دهد. خانواده به عنوان بنیادی‌ترین نظام در هر جامعه‌ای بستر رشد و پرورش نسل آینده است. پدر و مادر به عنوان استوانه‌های خانواده و خواهر و برادر به عنوان پایه‌های آن خانواده‌ای را تشکیل می‌دهند که در آن مشارکت، همدلی، صمیمیت، یکرنگی، رفاقت و... حرف اول را می‌زند. بدون شک یکی از اولین وظایف هر پدر و مادری ایجاد صمیمیت و آرامش در فضای خانواده است تا در بستر آن امکان رشد و پرورش شخصیت فرزندان رخ دهد. بدون شک برقراری روابط صحیح بین خواهر و برادر به ارتقای سلامت روان آن‌ها و ایجاد فضای صمیمی و همدلی در خانواده می‌انجامد. بد نیست نیم‌نگاهی به اهمیت و نقش همراهی خواهر و برادر با یکدیگر و نقش والدین در برقراری روابط صحیح داشته باشیم. به این منظور با دکتر فریده هاشمیان نژاد، استاد علوم تربیتی و عضو هیئت علمی دانشگاه مشهد گفت و گو کردیم. وی درباره اهمیت نقش خانواده بر ایجاد رابطه بین اعضای خانواده می‌گوید: روابط بین خواهر و برادر یا به عبارتی اعضای خانواده به طور مستقیم توسط والدین تنظیم می‌شود، زیرا ما ژنی به نام ژن رابطه نداریم. پس طبیعی است که نحوه تعامل خواهر و برادر با یکدیگر در واقع ثمره آموزش‌هایی است که آن‌ها در خانواده دیده‌اند. رابطه صحیح بین خواهر و برادر از چند بعد حائز اهمیت است. با توجه به این که ما هم اکنون از نظر جامعه‌شناختی در عصر خانواده هسته‌ای زندگی می‌کنیم این بحث بسیار جدی است. هم اکنون سال‌هاست خانواده ایرانی از مدل خانواده گسترده فاصله گرفته و تبدیل به خانواده هسته‌ای متشکل از پدر، مادر، خواهر و برادر شده است. نکته تاسف‌آور این است که هم اکنون در خانواده هسته‌ای نیز هر یک از اعضا به یک هسته تبدیل شده‌اند. در بسیاری از خانواده‌ها اعضای خانواده به ندرت با هم نشست و برخاست می‌کنند. در چنین خانواده‌ای هر کسی اتاق مخصوص خودش را دارد و به هنگام حضور در منزل مشغول کار خودش است (داشتن اتاق جداگانه فی‌نفسه بد نیست) و به عبارتی نبود حس همدلی و یکرنگی در اعضای خانواده است که آن‌ها را به اتاق‌های خودشان می‌کشاند. اعضای خانواده فقط در منزل حضور فیزیکی دارند و هر یک در فضای ذهنی خود سیر می‌کند. هم اکنون شاهدیم که این فضا کم و بیش در بسیاری از خانواده‌ها جاری است. والدین باید دقت کنند که کسب استقلال فرزندان امری ضروری و اجتناب‌ناپذیر است اما مستقل شدن به بهای دور شدن اعضای خانواده از یکدیگر در واقع آغاز یک معضل در خانواده است که می‌تواند برای سلامت روانی اعضا مضر باشد. احساس تنهایی، اضطراب و افسردگی اولین پیامد چنین فضایی در خانواده است. والدین باید آگاهانه زمینه مستقل شدن فرزندان از خودشان و از خواهر یا برادرشان را فراهم کنند بدون این که به فضای صمیمی خانواده لطمه‌ای وارد شود. فرزندان در چنین شرایطی یاد نمی‌گیرند احساسات، هیجانات، افکار و عقاید خود را در محیطی صمیمانه با یکدیگر ابراز کنند و در هر حالت احساس تنهایی و غریبی می‌کنند. دکتر هاشمیان نژاد به یکی دیگر از عوامل جدایی بین اعضای خانواده و فرزندان اشاره می‌کند و توضیح می‌دهد: تلویزیون در بسیاری از منازل مانع نزدیکی اعضا با یکدیگر می‌شود. اغلب آن‌ها دور هم جمع می‌شوند تا با هم تلویزیون ببینند و از تعامل و برقراری ارتباط و گفت و گو با یکدیگر بازمی‌مانند، یا این که اغلب به هنگام صرف شام یا ناهار به جای گفت و گو با هم سریال تماشا می‌کنند، در حالی که بهتر است تماشای تلویزیون در منزل محدودیت داشته باشد تا اعضا فرصت حرف زدن با یکدیگر را داشته باشند. از طرف دیگر شاغل بودن پدر و مادر به علت انبوه مشکلات اقتصادی باعث می‌شود ضرورت رابطه صحیح بین خواهر و برادر بیش از گذشته احساس شود. اغلب والدین شاغل اوقات روز خود را خارج از منزل سپری می‌کنند و از حال فرزندان غافل هستند. ممکن است والدین بگویند که ما برای برآوردن احتیاجات مادی و امکانات برای بچه‌ها مجبور به کار کردن هستیم و وقتی نداریم برای آن‌ها بگذاریم، اما مطمئناً نیازهای عاطفی بچه‌ها کمتر از نیازهای مادی نیست و

خوب است والدین برای پرورش تمامی ابعاد جسمی و روانی بچه‌ها وقت بگذارند. در شرایطی که بیشتر خانواده‌های ایرانی درگیر مشکلات بسیاری از جمله مسائل فوق‌الذکر هستند طبیعی است که ضرورت برقراری روابط صحیح بین خواهر و برادر اهمیت دوچندان پیدا می‌کند و اگر فرد از صمیمیت و محبت خواهر یا برادرش هم محروم شود، به راستی که دچار خسران شده است. در این میان نمی‌توان از نقش والدین در ایجاد رابطه صحیح گذشت. خواهر و برادر می‌توانند در زندگی یاور هم باشند و مشکلات زندگی را تقسیم کنند به شرطی که توسط والدین بستر آن فراهم شده باشد. اغلب والدین متاسفانه تبعیض قائل می‌شوند منتهی با هدف خیر! یعنی به دختر خود بیش از پسر توجه می‌کنند تا او تشویق شود غافل از این که با این رفتار نادرست آن‌ها را از هم دور می‌کنند. بچه‌ها نیت والدین را نمی‌دانند و اعمال آن‌ها را می‌سنجند بنابراین خوب است که والدین متوجه باشند که باید نیت خود را به زبان آورند و در مواردی چون تبعیض، حتی گفتن نیت نمی‌تواند فایده‌ای داشته باشد زیرا نفس عمل، ناصحیح است. بچه‌ها والدین را بدون قید و شرط دوست دارند و می‌خواهند والدین هم همین‌طور باشند و به‌طور یکسان فرزندان را دوست داشته باشند در غیر این صورت از هم متنفر می‌شوند. بنابراین با تبعیض بین فرزندان در واقع نطفه رابطه خراب بین فرزندان بسته می‌شود و مقایسه نیز می‌تواند ضربه بدی به فرزندان بزند. والدین هرگز نباید دختر و پسر خود را با هم مقایسه کنند زیرا باعث ایجاد آزرده‌گی و دلخوری بین آن‌ها می‌شود و خواهر و برادر خود را رقیب یکدیگر می‌دانند، نه خواهر و برادری که باید یار و یاور یکدیگر باشند. وی به وجود رفتارهای حسابگرانه در برخی خانواده‌ها اشاره می‌کند و ادامه می‌دهد: رفتارهای حسابگرانه می‌تواند مخرب باشد. به عبارتی والدین با این رفتارها، به فرزندان یاد می‌دهند که در قبال هر کاری که انجام می‌دهند باید چیزی دریافت کنند. فرزندان در چنین خانواده‌هایی شرطی می‌شوند و اگر کاری برای هم انجام می‌دهند منتظر پاسخ می‌مانند و اگر پاسخ درخوری دریافت نکردند، شاکی می‌شوند در حالی که ما می‌گوییم روابط بین اعضای خانواده باید بر مبنای عشق و علاقه باشد نه حسابگری و والدین باید به فرزندان خود یاد دهند که بدون قید و شرط همدیگر را دوست داشته باشند. پنهان‌کاری هم یکی دیگر از عادت‌های نادرست است که با هدف خیر توسط والدین انجام می‌گیرد غافل از این که مواردی که پنهان‌کاری می‌شود بالاخره آشکار می‌شود و اعتماد فرزندان در طول زمان از والدین سلب می‌شود. به عبارتی زمینه تردید و سوءظن در روابط بین خواهر و برادر ایجاد می‌شود و بسیار مخرب است. توصیه اکید ما این است که والدین باید از خطاهای فرزندان بگذرند تا آن‌ها یاد بگیرند باید از خطای هم بگذرند. گذشت و بخشش آموختنی است و والدین باید با گذشت نشان دهند که همواره آماده بخشش هستند و در واقع آن‌ها را به فرزندان یاد می‌دهند. گاه باید فعالیت‌های مشارکت جویانه به همراه دختر و پسر خود انجام دهند تا آن‌ها نحوه تعامل با دیگران را تمرین کنند. جداسازی و تفکیک کردن کارها همیشه هم خوب نیست و گاه لازم است یاد بگیرند باید با مشارکت دیگران کاری را به انجام برسانند، بچه‌ها در آن صورت یاد می‌گیرند که به هنگام کار گروهی باید حقوق دیگران را رعایت کنند، به نظر آن‌ها احترام بگذارند و عقاید خودشان را هم داشته باشند، این نحوه مشارکت در رشد و پرورش شخصیت فرزندان نقش اساسی دارد. روزنامه خراسان (www.khorasannews.com)

آینه من و تو دختران ما

گروهی از دختران جوان نکات تربیتی مهمی از والدینشان آموخته‌اند و سره را از ناسره می‌توانند تشخیص بدهند. آنها اهمیت درس خواندن و دانش‌اندوزی را می‌دانند و نقشه‌ها و برنامه‌هایی برای آینده‌شان تدارک دیده‌اند. این گروه از دختران درک کرده‌اند سرکشی و نافرمانی در مقابل بزرگ‌ترها به خود آنها صدمه خواهد رساند هرچند که به دلیل علاقه‌شان به هیجان و ماجراجویی، گاهی نافرمانی‌هایی از آنها صادر بشود. با این وجود در ته دل علاقه‌مندند والدینشان از آنها خشنود باشند. بنابراین باید به آنان کمک کرد تا خود را بهتر بشناسند. این قبیل دختران نیازمندند احساس خوبی نسبت به خودشان داشته باشند، و باید مشخص شود

در چه زمینه‌ای جای رشد و استعداد دارند تا در آن زمینه تقویت بشوند. استعداد این گروه از دختران جوان ممکن است در زمینه‌های ورزشی، شعر، نقاشی، سفالگری، عکاسی، فیلمبرداری، تعلیم و تربیت، پزشکی و کارهای مهندسی و چیزهای دیگر باشد. بنابراین باید بستری فراهم شود تا دست به انتخاب بزنند و نقاط ضعف و قوت خود را در آن زمینه بشناسند. این قبیل دختران باید احساس مطلوب بودن، مورد علاقه بودن و ارزشمند بودن در نزد والدین‌شان را بکنند و لازم است بدانند دیگران و اطرافیان چقدر احترام آنها را دارند و بهترین آرزوها و آینده را برای آنها می‌خواهند. آنها احتیاج به کمک و یاری اطرافیان و بخصوص والدین دارند تا بتوانند راه و سبک ویژه زندگیشان را پیدا کنند.

سه نکته کلیدی برای والدین

به‌عنوان یک پدر یا مادر، حتماً می‌دانید که ارتباط با فرزند یکی از مهم‌ترین ارکان تربیتی به حساب می‌آید. وقتی بچه‌ها به والدین‌شان احساس نزدیکی کنند کم‌تر در رفتار با آنها دچار ناسازگاری و کشمکش می‌شوند. در نتیجه وقتی کودک احساس امنیت کند راحت‌تر می‌تواند مشکلاتش را با پدر و مادرش در میان بگذارد و به آنها گوش دهد و نصیحت‌های آنها را به کار بندد. سه اشتباه ذیل، اشتباهاتی است که متأسفانه بسیاری از والدین در رابطه با کودکشان مرتکب می‌شوند که باعث ایجاد اشکالات عمده‌ای در روابط می‌شود. ۱. با فرزندتان ارتباط برقرار کنید وقتی فرزندتان صحبت می‌کند، سؤال می‌پرسد، خبرهای مهمی را با شما در میان می‌گذارد و یا حتی کناره‌گیری می‌کند، چه کاری انجام می‌دهید؟ آیا او را نادیده می‌گیرید، به او اشاره می‌کنید که ساکت باشد یا با او هر وقت که خود مایل هستید به صحبت می‌نشینید؟ تا آنجایی که ممکن است وقتی فرزندتان با شما مشغول صحبت است و شما در حال انجام کاری هستید آن را متوقف کنید و با دقت به حرف‌هایش گوش دهید. اگر صحبت‌هایش نیاز به جواب دارد با دقت به آنها جواب دهید. این توجه به آنها احساس اعتبار و مهم بودن می‌دهد و آنها را تشویق به صحبت کردن و در میان گذاشتن آنچه در ذهنش می‌گذرد، می‌کند. ۲. آنها را ستایش کنید از جملات منفی و تحقیرکننده استفاده نکنید. وقتی همواره فرزندتان را با جملات تحقیرآمیز مورد خطاب قرار می‌دهید ممکن است برای دفعات اول واکنش چندانی نشان ندهد و با لبخندی تلخ یا حتی لحظه‌ای گریه کردن بحران، ظاهراً پایان یابد ولی آنها بعد از مدتی به‌طور ناخودآگاه شروع به تجزیه و تحلیل رفتارهای والدین‌شان می‌کنند و آنجاست که با نوعی بی‌اعتقادی به شما می‌نگرند. حتی اگر در میان جملات تحقیرآمیز متعدد جملات تشویق‌آمیز محدودی نیز به کار برده باشید، به تدریج حس منفی و مأیوس‌کننده، آنها را به گوشه‌گیری یا از قصد و به‌منظور جلب توجه، به انجام‌ندادن کارهایی که والدین از آنها انتظار دارند وادار می‌کند. جالب است بدانید در تحقیقات متعددی که از بعد روانشناسی انجام شده است بسیاری از نوجوانانی که به اعتیاد و موادمخدر گرفتار می‌شوند جزو همین گروه از بچه‌ها هستند که همواره دچار بازخورد منفی از طرف والدین‌شان بوده‌اند. والدین باید همواره آنچه را که فرزندشان انجام می‌دهد یا به زبان می‌آورد به دیده انصاف توصیف کنند. اگر به نکته یا مورد منفی در رفتار و کلام او برمی‌خورید او را از طرق مختلف و از راه مسالمت‌آمیز آموزش دهید. هرگز در حضور جمع سعی نکنید نقش یک معلم دلسوز را برای فرزندتان بازی کنید، زیرا این حرکت باعث می‌شود که برای همیشه از خودتان تصویر یک شخصیت منفی و غیرقابل احترام بسازید و عزت نفس و خودباوری او را لگدمال کنید. به کودکان اجازه دهید که مسیرهای مختلف را با نظارت شما تجربه کند تا بتواند در آینده راه را از چاه تشخیص دهد. ۳. از انتقاد مستقیم پرهیزید در روابط والدین و فرزندانی هیچ چیز مانند انتقاد به سرعت دیوار و سردی ایجاد نمی‌کند. عدم تأیید کودک توسط والدین دردناک‌ترین و غیرقابل جبران‌ترین حمله شخصیتی است. جملاتی مانند «تو تنبلی، تو بی‌مسئولیتی» شخصیت او را به کلی منهدم می‌کند. به جای به کار بردن جملات انتقادی، با احترام به فرزندتان تفهیم کنید که کدام حرکت و رفتار است که از نظر شما غیرقابل پذیرش و ناراحت‌کننده است و به آنها گزینه‌های رفتاری مناسب پیشنهاد

دهید و به فرزندتان فواید نوع رفتار خاصی که مدنظرتان است را تفهیم کنید؛ به عنوان مثال وقتی فرزندتان ظرف غذايش را بعد از اتمام روی میز رها می کند به جای این که با صدای بلند او را مورد شماتت شدید قرار دهید به او بگویید جای این ظرف برای تمیز شدن و استفاده دوباره در ظرفشویی است، پس لطفا ظرف هایت را داخل آن قرار بده.

مادران آینده را در یابید

در بسیاری از جلسات مشاوره، با والدینی مواجه می شویم که به شدت از وضعیت ارتباطی خود و فرزندان نوجوانشان معترضند و اظهار می دارند که دوره و زمانه تغییر کرده است، آنها به هیچ وجه شرایط زندگی و اجتماعی را درک نمی کنند و بر طبق خواسته های خود تصمیم می گیرند و عمل می کنند و ما دیگر از پس آنها بر نمی آئیم. گاهی می پرسند آیا واقعا دچار شکاف نسل شده ایم و اندیشه ها متفاوت شده که ما حرف آنها را نمی فهمیم و یا آن که آنها بی منطق، خودسر و گستاخ شده اند که دیگر احترام به والدین را فراموش کرده اند و بر سر هر موضوع، چه ارزشمند و چه بی ارزش و پیش پا افتاده ما را تخطئه می کنند و دم از عدم درک و بی تفاوتی و تغییر دوره زمانه می زنند...؟ این تنها بخشی از دل مشغولی ها و دغدغه های خانواده هایی است که کودک خردسال دیروزشان بزرگ شده و حالا اندیشه هایی را برخلاف اصول اندیشه های خانواده بیان می دارد و متمایل و علاقه مند به آنها هستند و اصرار به رفتار کردن طبق آن اندیشه ها را دارد و آن چنان مسرّ به انجام آن به نظر می رسند که به خواسته ها و عقاید خانواده بی توجهی مشهودی دارند. یکی از ابعاد این مشکل، در رابطه مادر و دختری است. بسیاری از مادران می گویند: علی رغم میل باطنی شان نمی توانند رابطه خوبی با دخترشان داشته باشند. آنها اظهار می دارند که آرزوی خوشبختی و بهروزی دخترشان را دارند و از هیچ کاری در این زمینه کوتاهی و قصور نمی کنند، اما با این حال، از نظر دخترشان این گونه نیست و آنها دقیقاً عکس این خواسته رفتار می کنند. بنابر تغییرات شگرف و تحولات عمیق اجتماعی و فرهنگی بسیاری از انتخاب ها چهره نوین و مدرنیته ای به خود گرفته اند و دخترها به خاطر نوع انتخاب خود در زمینه های مختلف همچون تحصیل، کار، ازدواج و ... مورد انتقاد مادرانشان قرار گیرند و در صورت توجه دختران به عقاید مادر و بروز هر اتفاق خوشایند و یا ناخوشایند، مادران مقصر و مسبب اصلی آن اتفاق قلمداد می گردند. مادران در برخورد با فرزندان دختر و پسر خود به دو گونه متفاوت و دوسوگرا برخورد می نمایند و فرزندان خود بالاخص دختران را دچار تضاد و دوگانگی می کنند. مادران، پسران خود را به بی باکی، جسارت و موفقیت تشویق می کنند و به شدت حمایت همه جانبه از آنان می کنند اما در دیگر روی سکه، یعنی در برخورد با دخترانشان کاملاً برعکس عمل می کنند و از دختران خود می خواهند کاملاً واقع بین و محتاط باشند. این رفتار دقیقاً به خاطر تفاوت های جنسی و نقش و هویت های جنسی متفاوت است. خیلی از دختران نوجوان امروزه، این تضادها و تبعیض های مادرشان را تشخیص می دهند و شروع به تضادورزی و نافرمانی می کنند و علت این تضاد رفتاری را جستجو می کنند که این همان نقطه وضعیت بحرانی است که موجبات اختلاف و بگومگوها را فراهم می سازد. مادران در برخورد با فرزندان دختر و پسر خود به دو گونه متفاوت و دوسوگرا برخورد می نمایند و فرزندان خود بالاخص دختران، را دچار تضاد و دوگانگی می کنند همان طور که می دانید؛ اگر نگوییم نسبت به چند نسل گذشته، باید به تحقیق بگوییم همین چند دهه پیشتر، زنجیره اعتقادات فکری و عملی افراد تا حدود بسیار زیادی متحول و دگرگون شده است و نقش های جنسی دختران و پسران در زمینه های مختلف همپوشانی بسیاری پیدا کرده است که این خود در مقابل اندیشه های پیشینیان قرار می گیرد؛ دچار سوء برداشت نشوید ما قصد آن نداریم که بگوییم کدام اندیشه برتر و صحیح تر است و کدام اشتباه و فرومایه. ما تنها خواهان آنیم که خانواده ها را به میانه روی و رعایت حد اعتدال تضاد سنت و مدرنیته دعوت نماییم؛ نمی گوئیم صرف سنت درست است و یا مدرنیته ارجح است بلکه می گوئیم هر دو عقیده از مزایا و ارزشمندی های خاص خود برخوردارند که بهتر است با همفکری و مشورت دو نسل، بهترین ها را مختلط نماییم و اندیشه ای را که همپوشانی با

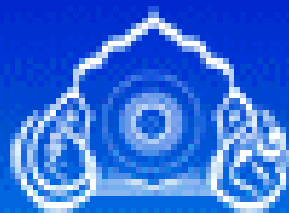
آن دو عقیده دارد را برگزینیم که این خود اندیشه‌ای، دست نیافتنی است و این در صورتی است که هر نسلی، درایت خود را برترین بداند و به دنبال حل مسئله نباشد. برای تغییر سنت‌های خانوادگی خود و عادات گرفتاری‌های چند نسلی مسیری بسیار سخت را باید پیمود. با توجه به روحیه عاطفی و لطیف جنس مونث و اثرات و خسران‌های جبران‌ناپذیر در این جنس، که تبعات آن ممکن است تا سالیان مدیدی نیز نمود داشته باشد و حتی به جرات می‌توان گفت تربیت نسل آینده نیز در خطر است و ممکن است عدم تدبیر کنونی ما بی‌هویتی و لابلالی نسل آینده را نیز در پی داشته باشد، لازم است تدابیری را مطرح نماییم تا اندکی از تبعات "بحران خودسری و بی‌هویتی" که به تازگی نام "استقلال‌اندیشه و ترجیحات رفتاری من" به خود گرفته است، جلوگیری شود. لازم به ذکر است نقش هر دو والد در آموزه‌های تربیتی بسیار مهم است ولی از آنجایی که مادران در همانند سازی و هم‌نوایی دخترانشان نقش بسزایی دارند در این مقاله به ذکر این مهم اکتفا می‌نمایم. مادران در تربیت و در رابطه با دخترنوجوانشان بهتر است، راهبردهای ذیل را مد نظر داشته باشند: * به تفاوت‌های جنسیتی مشهود در هر دو جنس آگاهی داشته باشید و با مطالعه و یا با کمک از یک مشاور از خصیصه‌ها و دلمشغولی‌های ذهنی یک دختر نوجوان کسب اطلاع نمایید. * همانند دوران کودکی اش، مادر نگهدار و نگران و پشتیبانش باشید و خود را دوست دوران هویت یابی و سرکشی و تجربه‌های جدیدش قلمداد نمایید. به دیگر سخن، نوجوانی خود را به نوع دیگر و خود خواسته همراه با نوجوان چند سال جوانتر و با نشاط‌تر از خود تجربه کنید. * خجالت کاذب را با شرم و حیا اشتباه نگیرید و با دخترتان با توجه به شرایط سنی اش، در مورد بلوغ و رابطه جنسی صحبت کنید و آگاهی جنسی دهید و حتی در مواقع لزوم او را با صفات اخلاقی مردان و دیدگاه آنان به اسرار زنانگی مطلع سازید و از انحرافات اخلاقی که در این باب بر اساس احساس و عواطف آتشین زودگذر پدید می‌آید، هشدار دهید. * علاوه بر نقش مادری، یکی از دوستان صمیمی اش هم باشید، از او بخواهید اگر متمایل بود، حاضرید به دلمشغولی‌ها، احساسات و دلبستگی‌های او گوش دهید؛ که به موجب این تدبیر ماهرانه شما خواهید توانست به طور مستقیم و به گونه‌ای که موجب تکدر خاطر وی نشود او را در کنترل خود داشته باشید و از شرایط ناخواسته و بحرانی که در این سن اجتناب‌ناپذیر هم به نظر می‌رسد مطلع گردید و تا دیر نشده به یاریش بشتابید. * برخی از مادرها سعی می‌کنند دخترنوجوان و جوانشان را تشویق کنند تا به اهداف و آمال دست نیافتنی آنان جامه عمل بپوشانند و یا خود را در زندگی دخترشان غوطه‌ور کنند. در مواقع این چنینی دو رفتار مکمل قابل انتظار است، ممکن است دختر برای محافظت از هویت خود، با مادر مقابله کند و خواستار حریم و استقلال خود باشد و یا ممکن است شخصیتی مشابه مادر پیدا کند و امکان دسترسی به هویت خود را از دست بدهد. * دخترهای نوجوان دوست دارند مادرشان آنها را به خاطر آنچه که هستند دوستشان داشته باشند، نه به خاطر کاری که می‌خواهند انجام دهند و یا اینکه کسی در آینده شوند و... بدین جهت به دخترانتان گوش دهید و تاییدشان کنید. * دختران حمایت‌های مادرشان را دوست دارند نه کنترل کردن آنها را، و بیشتر قدردان مراقبت‌های مادرشان هستند تا انتقادهای آنها. * اکثر دختران متمایل به استقلال عمل و اندیشه هستند و دوست ندارند کودک باقی بمانند و در پی روش‌هایی برای اثبات آن هستند و سوالاتی همچون موارد ذیل را می‌پرسند و در پی پاسخ آن هستند. چرا همیشه باید به دنبال تایید مادرم باشم؟ چه کار کنم مادرم مرا بعنوان یک بزرگسال بپذیرد؟ و... نسرین صفری
بخش خانواده ایرانی تیان

درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

بسم الله الرحمن الرحيم جَاهِدُوا بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (سوره توبه آیه ۴۱) با اموال و جانهای خود، در راه خدا جهاد نمایید؛ این برای شما بهتر است اگر بدانید حضرت رضا (علیه السلام): خدا رحم نماید بنده‌ای که امر ما را زنده (و برپا) دارد... علوم و دانشهای ما را یاد گیرد و به مردم یاد دهد، زیرا مردم اگر سخنان نیکوی ما را (بی آنکه چیزی

از آن کاسته و یا بر آن بیافزایند) بدانند هر آینه از ما پیروی (و طبق آن عمل) می کنند بنادر البحار-ترجمه و شرح خلاصه دو جلد بحار الانوار ص ۱۵۹ بنیانگذار مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان شهید آیت الله شمس آبادی (ره) یکی از علمای برجسته شهر اصفهان بودند که در دلدادگی به اهلیت (علیهم السلام) بخصوص حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) و امام عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف) شهره بوده و لذا با نظر و درایت خود در سال ۱۳۴۰ هجری شمسی بنیانگذار مرکز و راهی شد که هیچ وقت چراغ آن خاموش نشد و هر روز قوی تر و بهتر راهش را ادامه می دهند. مرکز تحقیقات قائمیه اصفهان از سال ۱۳۸۵ هجری شمسی تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن امامی (قدس سره الشریف) و با فعالیت خالصانه و شبانه روزی تیمی مرکب از فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مختلف مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است. اهداف: دفاع از حریم شیعه و بسط فرهنگ و معارف ناب تقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام) تقویت انگیزه جوانان و عامه مردم نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی، جایگزین کردن مطالب سودمند به جای بلوتوث های بی محتوا در تلفن های همراه و رایانه ها ایجاد بستر جامع مطالعاتی بر اساس معارف قرآن کریم و اهل بیت علیهم السلام با انگیزه نشر معارف، سرویس دهی به محققین و طلاب، گسترش فرهنگ مطالعه و غنی کردن اوقات فراغت علاقمندان به نرم افزار های علوم اسلامی، در دسترس بودن منابع لازم جهت سهولت رفع ابهام و شبهات منتشره در جامعه عدالت اجتماعی: با استفاده از ابزار نو می توان بصورت تصاعدی در نشر و پخش آن همت گمارد و از طرفی عدالت اجتماعی در تزریق امکانات را در سطح کشور و باز از جهتی نشر فرهنگ اسلامی ایرانی را در سطح جهان سرعت بخشید. از جمله فعالیت های گسترده مرکز: الف) چاپ و نشر ده ها عنوان کتاب، جزوه و ماهنامه همراه با برگزاری مسابقه کتابخوانی ب) تولید صدها نرم افزار تحقیقاتی و کتابخانه ای قابل اجرا در رایانه و گوشی تلفن همراه ج) تولید نمایشگاه های سه بعدی، پانوراما، انیمیشن، بازیهای رایانه ای و ... اماکن مذهبی، گردشگری و ... د) ایجاد سایت اینترنتی قائمیه www.ghaemiyeh.com جهت دانلود رایگان نرم افزار های تلفن همراه و چندین سایت مذهبی دیگر ه) تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و ... جهت نمایش در شبکه های ماهواره ای و) راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی (خط ۲۳۵۰۵۲۴) ز) طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و ... ح) همکاری افتخاری با دهها مرکز حقیقی و حقوقی از جمله بیوت آیات عظام، حوزه های علمیه، دانشگاهها، اماکن مذهبی مانند مسجد جمکران و ... ط) برگزاری همایش ها، و اجرای طرح مهد، ویژه کودکان و نوجوانان شرکت کننده در جلسه ی) برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم و دوره های تربیت مربی (حضور و مجازی) در طول سال دفتر مرکزی: اصفهان/خ مسجد سید/ حد فاصل خیابان پنج رمضان و چهارراه وفائی / مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان تاریخ تأسیس: ۱۳۸۵ شماره ثبت: ۲۳۷۳ شناسه ملی: ۱۰۸۶۰۱۵۲۰۲۶ وب سایت: www.ghaemiyeh.com ایمیل: Info@ghaemiyeh.com فروشگاه اینترنتی: www.eslamshop.com تلفن ۲۵-۲۳۵۷۰۲۳-۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) فکس ۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) دفتر تهران ۸۸۳۱۸۷۲۲ (۰۲۱) بازرگانی و فروش ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹ امور کاربران ۲۳۳۳۰۴۵ (۰۳۱۱) نکته قابل توجه اینکه بودجه این مرکز؛ مردمی، غیر دولتی و غیر انتفاعی با همت عده ای خیر اندیش اداره و تامین گردیده و لی جوابگوی حجم رو به رشد و وسیع فعالیت مذهبی و علمی حاضر و طرح های توسعه ای فرهنگی نیست، از اینرو این مرکز به فضل و کرم صاحب اصلی این خانه (قائمیه) امید داشته و امیدواریم حضرت بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف توفیق روزافزونی را شامل همگان بنماید تا در صورت امکان در این امر مهم ما را یاری نمایند انشاءالله. شماره حساب ۶۲۱۰۶۰۹۵۳، شماره کارت: ۶۲۷۳-۵۳۳۱-۳۰۴۵-۱۹۷۳ و شماره حساب شبا: ۵۳-۰۶۰۹-۰۶۲۱-۰۰۰۰-۰۰۰۰-۰۱۸۰-۰۱۹۰ IR به نام مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان نزد بانک تجارت شعبه اصفهان - خیابان مسجد سید ارزش کار فکری و عقیدتی الاحتجاج - به سندش، از امام حسین علیه السلام :- هر کس عهده دار یتیمی از ما شود که محنت غیبت ما، او را از ما جدا کرده است و از علوم ما که به دستش رسیده، به او سهمی

دهد تا ارشاد و هدایتش کند، خداوند به او می‌فرماید: «ای بنده بزرگوار شریک کننده برادرش! من در کرم کردن، از تو سزاوارترم. فرشتگان من! برای او در بهشت، به عدد هر حرفی که یاد داده است، هزار هزار، کاخ قرار دهید و از دیگر نعمت‌ها، آنچه را که لایق اوست، به آنها ضمیمه کنید». التفسیر المنسوب إلى الإمام العسکری علیه السلام: امام حسین علیه السلام به مردی فرمود: «کدام یک را دوست‌تر می‌داری: مردی اراده کشتن بینوایی ضعیف را دارد و تو او را از دستش می‌رهانی، یا مردی ناصبی اراده گمراه کردن مؤمنی بینوا و ضعیف از پیروان ما را دارد، امّا تو دریچه‌ای [از علم] را بر او می‌گشایی که آن بینوا، خود را بدان، نگاه می‌دارد و با حجّت‌های خدای متعال، خصم خویش را ساکت می‌سازد و او را می‌شکند؟». [سپس] فرمود: «حتماً رهاندن این مؤمن بینوا از دست آن ناصبی. بی‌گمان، خدای متعال می‌فرماید: «و هر که او را زنده کند، گویی همه مردم را زنده کرده است»؛ یعنی هر که او را زنده کند و از کفر به ایمان، ارشاد کند، گویی همه مردم را زنده کرده است، پیش از آن که آنان را با شمشیرهای تیز بکشد». مسند زید: امام حسین علیه السلام فرمود: «هر کس انسانی را از گمراهی به معرفت حق، فرا بخواند و او اجابت کند، اجری مانند آزاد کردن بنده دارد».



مرکز تحقیقات و ترجمه

اصفهان

گام‌ها

WWW



برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشانی

www.Ghaemiyeh.com

www.Ghaemiyeh.net

www.Ghaemiyeh.org

www.Ghaemiyeh.ir

مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.

۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹

