

## رخوت روزهای مثل هم .... اگر نوجوان بودم...!؟

یکی از دغدغه های والدین در رابطه با فرزندانشان، سنین نوجوانی و گذران دوران بلوغ آن ها است اما در برخی از نوجوانان علاوه بر بروز ویژگی های خاص این دوران، نوعی از خشونت دیده می شود که دغدغه والدین را صد چندان کرده است.



یکی از دغدغه های والدین در رابطه با فرزندانشان، سنین نوجوانی و گذران دوران بلوغ آن ها است اما در برخی از نوجوانان علاوه بر بروز ویژگی های خاص این دوران، نوعی از خشونت دیده می شود که دغدغه والدین را صد چندان کرده است.

به گزارش خبرنگار اجتماعی ایرنا، دوره نوجوانی یکی از حساس ترین دوره هایی است که هر يك از افراد آن را تجربه کرده اما به ندرت نحوه گذران این دوره را به یاد می آوریم و فراموشی این دوران سبب می شود تا درك ما از فرزند نوجوان به حداقل رسیده و نتوانیم خود را جای او گذاشته و شرایط و ویژگی های نوجوانی را آن طور که باید و شاید حس کنیم. روانشناسان معتقد هستند دوره نوجوانی با توجه به تفاوت های فردی و تأثیر عوامل محیطی و فرهنگی از حدود 11 تا 20 سالگی طول می کشد و دوره انتقال از وابستگی کودکی به استقلال و مسئولیت پذیری جوانی و بزرگسالی است. همچنین روانشناسان معتقد هستند نوجوان در این دوره با بازنگری و بازسازی ارتباط با والدین، بزرگسالان، جامعه و خود به عنوان يك فرد مستقل روبه است.

رفتار نوجوانان گاهی کودکانه و گاهی همانند بزرگسالان است و در طول این دوره معمولا تعارض بین این دو نقش در نوجوان مشاهده می شود.

«استانلی هال» پدر روانشناسی نوجوانی این دوره را دوره توفان و تنش می نامد و نوجوانی را تولدی تازه دانسته و معتقد است نوجوانی دوره انتقالی مهمی است و نوجوان شور و هیجان فراوانی احساس می کند. البته در برخی موارد دوره نوجوانی از مرز خود گذشته و تبدیل به خشونت نوجوانی می شود در حالی که ریشه این خشونت در جایی نهفته است که حتی والدین از آن آگاهی ندارند.

«مهرداد منصوری» پدر دو نوجوان 13 و 18 ساله است، در رابطه با ارتباط خود با فرزندانش می گوید: این دوره، دوره سرکشی است و نیاز است والدین نسبت به دوره نوجوانی و نحوه روبه رو شدن با آن آگاهی کسب کنند.

وی می گوید: از آن جایی که مطالعات زیادی در این زمینه دارم، خوشبختانه ارتباط خوبی با فرزندان خود برقرار کرده ام و مشکلی در این زمینه ندارم، در واقع به عنوان دوست در کنار آن ها هستم نه صرفا به عنوان پدر در مقابل آن ها به همین دلیل کاملا به من اعتماد داشته و خصوصی ترین مسائل خود را با من در میان می گذارند.

«شهین اوتادی» از دیگر والدینی است که دارای فرزند نوجوان است اما از ارتباط خود با فرزندانش گله دارد و می گوید: يك پسر 16 ساله دارم که برای کوچکترین مساله ای در خانه داد و فریاد راه انداخته و گاهی اقدام به شکستن وسایل منزل می کند. وی اضافه می کند: این در حالی است که در مدرسه هیچ مشکلی ندارد و مسئولان مدرسه از او راضی هستند اما در خانه خیلی سرکش است و پدرش نیز حریف او نمی شود.

این مادر 45 ساله می گوید: نزد روانشناس رفته ام و تمام توصیه های روانشناسی را در خانه اعمال کرده ام ، این توصیه ها تا حدودی جواب داده اما هنوز کافی نیست و از این وضعیت نگران هستم.

والدین با داشتن فرزندان نوجوان و مشاهده خشونت در آن ها نگران می شوند و گاه سر در گم مانده که چه اقدامی باید انجام دهند اما نکته قابل تامل این است که روانشناسان همواره توصیه می کنند والدین باید شور و هیجان نوجوانی را تقویت کنند تا نوجوان با اراده و پشتکار به رشد و پیشرفتش ادامه دهد. آنها لازم است از نوجوان حمایت کنند و او را راهنمایی و کمک کنند. نیازهای او را برآورده کنند و با او به صحبت بنشینند و در زمینه اضطراب و تنش ناشی از بلوغ و انتقال به او آرامش و امنیت بدهند تا بتواند به شکل موفقی این دوره را پشت سر بگذارد و به عنوان يك جوان با هدف و برنامه و انگیزه و رغبت و پشتکار به يك عضو اجتماع تبدیل شود و وارد دنیای بزرگسالی شود.

در این دوره نوجوان بین خواسته های متضاد قرار دارد. حالات شادمانی و خنده رویی ناگهان به افسردگی و پریشانی تبدیل می شود. نوجوان احساس غرور می کند. به همان اندازه نیز احساس شرمندگی در او ظاهر می شود. با وجود داشتن دوستان متعدد ممکن است گاهی اوقات خودش را در تنهایی بگذرانند. کنجکاوی نوجوان به شدت تحریک می شود و به حل مسایل با آگاهی و علاقه نگاه می کند و تلاش فراوان به خرج می دهد و گاهی نسبت به حل مسایل بی اعتنا می شود.

رفت و برگشت در حالات و رفتار نوجوان به روشنی مشاهده می شود خلاصه این که نوجوانی يك دوره مهم از زندگی، بعد از کودکی و قبل از بزرگسالی است. فرایند انتقال از کودکی به بزرگسالی دشوار و پرکشش است. نوجوان از يك سو با سرعت بی سابقه ای بلوغ جسمی و جنسی را طی می کند و از سوی دیگر خانواده و فرهنگ و جامعه از او می خواهند که مستقل باشد.

\*\*افزایش شهرنشینی و خشونت در نوجوانی

دکتر سعید معدنی عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز در این رابطه در گفت و گو با خبرنگار اجتماعی ایرنا می گوید: خشونت همواره در تاریخ وجود داشته و دارد اما در سال های اخیر افزایش شهرنشینی سبب شده تا به نوعی شاهد افزایش جرائم و خشونت در کلان شهرها باشیم.

وی اضافه می کند: به عنوان مثال در 40 سال گذشته اگر جمعیت کلان شهری مثل تهران چهار میلیون نفر بود امروز به حدود 12 میلیون نفر رسیده به همان نسبت میزان جرائم نیز افزایش یافته است.

معدنی علل دیگر بروز خشونت در نوجوانی را فقر و از هم گسیختگی خانواده ها عنوان می کند و می گوید: برخی از نوجوانان که طعم فقر را در خانواده و جامعه احساس کرده اند، دچار خشونت می شوند، زمانی که با نوجوان در مراکز آموزشی برخورد خوبی صورت نمی گیرد یا مورد آزار و اذیت قرار می گیرد، دچار خشونت می شود و این خشونت را با خود تا زمان بزرگسالی به همراه آورده و با همان خشونت وارد جامعه و دچار بزه اجتماعی می شود.

عضو هیات عامی دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز در رابطه با تاثیر بازیهای رایانه ای در نوجوانی و بروز خشونت در آن ها، می گوید: تجربه نشان می دهد تاثیر آن به جرائم ختم نمی شود به عنوان مثال کشور ژاپن کم جرم ترین و در عین حال پیشرفته ترین کشور در زمینه بازیهای رایانه ای است، نوجوانی دوران حساسی است که شخصیت اصلی او در این سن شکل می گیرد و هر گونه احساس حقارت و فقر در او تاثیر گذاشته و براساس افکار دوران نوجوانی خود در خصوص این احساسات قضاوت می کند.

معدنی می گوید: به عنوان مثال پدری که از کودکی فرزند خود را کتک می زند، بعدها این نوجوان به دنبال راهی برای باز کردن عقده های خود می گردد.

وی انحرافات اخلاقی برخی از والدین را در بروز خشونت دوران نوجوانی تاثیر گذار دانسته و اضافه می کند: «محمد بیجه» به عنوان متهم اصلی جنایت پاکدشت هیچ گونه آشنایی با بازی های کامپیوتری و این گونه مسائل نداشته بلکه در يك اتاق 12 متری زندگی کرده و شاهد انحرافات اخلاقی والدین خود بوده است که نتیجه آن شده هزاران قتل و تجاوز به کودکان.

#### \*\*خانواده، آغازگر خشونت نرم در نوجوانی

«افشین طباطبایی» پژوهشگر مسایل اجتماعی معتقد است علل و ریشه های مختلفی در بروز خشونت نوجوانی نقش دارد که مهم ترین علل آن را می توان در خانواده جستجو کرد.

وی ادامه می دهد: ساز و کار خانواده امروزی با 50 سال گذشته متفاوت شده است به گونه ای که در گذشته نوجوانان به زودی وارد اجتماع شده و به آن ها مسئولیت داده می شد.

طباطبایی اضافه می کند: در خانواده های امروزی نوجوان در کنج خانه نگه داشته می شود تا سلامت و امنیت او حفظ شود از سوی دیگر برای او تبلت، کامپیوتر و سایر امکانات دیگر و انواع کلاس های سرگرمی فراهم می کنیم، غافل از اینکه امکان یادگیری و تجربه مناسبات اجتماعی را از او گرفته ایم.

این پژوهشگر مسائل اجتماعی می گوید: در گذشته کودک و نوجوان در کوچه ها بازی کرده و انرژی خود را تخلیه می کردند و در سن نوجوانی به کار و حرفه ای مشغول می شدند اما اکنون تمام کارها از جمله خرید را پدر و مادر انجام داده و از فرزند خود هیچ گونه انتظاری ندارند در حالی که با چنین رفتاری، زمینه ساز خشونت نرم بوده ایم.

طباطبایی اضافه می کند: از آن جایی که نوجوان امروزی مناسبات اجتماعی را یاد نگرفته، به جای که خواسته اش را منطقی، طلب کند، دست به خشونت و پرخاش زده و خواسته اش را از پدر و مادرش می گیرد.

وی ادامه می دهد: نوجوانی که درگیر خشونت نرم شده آن هم به این دلیل که والدین نخواستند فرزندانشان تجربیات خود آن ها را تجربه کند که ای کاش می گذاشتند فرزندان چنین تجربیاتی را تجربه کنند اکنون با تجارب کم که فرصت دست و پنجه نرم کردن مشکلات را نداشته، احساس مسئولیت پذیری و عزت نفس ندارد، وارد ازدواج و زندگی جدید می شود.

طباطبایی شهرنشینی را از دیگر معضلات و عوامل بروز خشونت در نوجوانان می داند و می گوید: شهرها بزرگ تر شده، امکانات و به تبع آن مسائل ضد اخلاقی نیز بیشتر شده است اما باز می توان در این شرایطی، امکانی را برای فرزندان خود فراهم کرد که بتوانند مناسبات اجتماعی را بیاموزند و خودساخته شوند.

همان گونه که روانشناسان و حتی جامعه شناسان بر آن تاکید داشته و متحده القول هستند این است که نقش والدین در برخورد با نوجوان بسیار تاثیر گذار است تا نوجوان بتواند دوران بحرانی بلوغ را به سلامت پشت سر بگذارد. عدم درک نوجوان از طرف افراد با صلاحیت، باعث سوق پیدا کردن نوجوان، به طرف منابع ناصالح می شود و اغلب زیر بنای رفتارهای ناهنجار در بزرگسالی را فراهم می آورد.

احترام به نوجوان، ابراز علاقه و محبت به نوجوان به ترتیبی که نوجوان خود را شایسته دوست داشتن احساس کند، درکنار او بودن نه درمقابل او، دوست بودن با نوجوان به جای ارباب و دشمن او بودن، ایجاد عزت نفس در نوجوان همواره مورد تاکید روانشناسان نوجوان است.

علاوه بر این دادن شخصیت به نوجوان به ترتیبی که نوجوان نیاز به نشان دادن خود به طریق رفتارهای پرخطر و ماجراجویانه نداشته باشد که این امکان است مصرف مواد مخدر از طرف نوجوان به دلیل دستیابی به احساس استقلال از والدین و مخالفت صریح در مقابل معیارهای جامعه و مقابله با اضطراب، گوشه گیری و افسردگی یا پذیرفته شدن از طرف گروه همسال

باشد، حائز اهمیت است.

دانش و درک از خصوصیات و شرایط زیستی و فیزیولوژیک بلوغ نوجوان، شناخت مسائل و مشکلات و نحوه برخورد صحیح با آن،

ایجاد اعتماد در نوجوان به ترتیبی که او والدین و افراد ذیصلاح را مورد اعتمادترین و معتبرترین افراد بداند، راهنمایی و هدایت نوجوان در انتخاب دوستان مناسب، رابطه همدلانه و صمیمانه به جای تمسخر او، ایجاد سرگرمی سازنده در منزل و خارج از منزل، تشویق برای فعالیت در گروه‌های همسال از قبیل فعالیت های ورزشی، هنری، درسی و تحصیلی، تفریحی، آموزشی، جلوگیری از خشونت و رفتارهای مخرب، کنترل انگیزه های رفتارهای ناسالم از دیگر نکاتی است که روانشناسان به والدین توصیه می کنند تا نوجوانان بدون آسیب این دوره را طی کرده و وارد بزرگسالی شوند.  
گزارش از : معصومه نیکنام