

آتشفشان های در حال فوران



«دلم می‌خواهد مثل بمب بترکم و همه چیز را خراب کنم تا از شرخیلی‌ها راحت شوم» این جمله شیما دانش‌آموز 13 ساله‌ای است که در کلاس دوم راهنمایی درس می‌خواند. او تازه پا به دوران حساس نوجوانی گذاشته است. در این مرحله نوجوان، بایستی خود را با انتظارات والدین، مدرسه و گروه همسالان که با سرعت تغییر می‌کنند، سازگار کند. عده‌ای از روان‌شناسان معتقدند نوجوانی دوره «توفان و فشار» است در حالی‌که عده دیگری می‌گویند نوجوانی الزاماً زمان توفان و فشار شدید نیست. این‌که نوجوانی تا چه حد توفانی و پرفشار باشد بستگی زیادی به تقاضاها و انتظارات در حال تغییر والدین، همسالان، مدرسه و جامعه و فرهنگی دارد که نوجوان در آن زندگی می‌کند. به نظر می‌رسد یکی از ویژگی‌های دوران نوجوانی احساس خشم و رفتار پرخاشگرانه باشد. منظور از پرخاشگری، رفتار منفی‌ای است که باعث آسیب‌های عاطفی، روانی و جسمانی به خود، دیگران یا اشیا و حیوانات می‌شود.

از دیدگاه روانکاوان یا روان‌تحلیل‌گران ابراز خشم به تخلیه هیجانی و کاهش هیجان می‌انجامد. در پرخاشگری مستقیم آسیب زدن به دیگران، به صورت آشکار و علنی است اما فرد در پرخاشگری غیرمستقیم مثل مسخره کردن، به شکلی موزیانه به دیگران آسیب‌های روانی و عاطفی وارد می‌کند. در پرخاشگری خصمانه، هدف اولیه پرخاشگر آسیب وارد کردن به دیگران است زیرا فرد پرخاشگر از درد و رنجی که برای قربانی ایجاد می‌شود، لذت می‌برد. اما در پرخاشگری وسیله‌ای فرد برای به دست آوردن چیزی که می‌خواهد، پرخاشگری می‌کند. تحقیقات نشان می‌دهد که پرخاشگری مستقیم در پسران و پرخاشگری غیرمستقیم در دختران رایج‌ترین گونه پرخاشگری است. یعنی پسران تمایل دارند از طبع، پرخاشگرانه، بدنه، کلام، به دیگران، آسیب رسانند و دختران، بیشتر پرخاشگرانه، ارتباط، دارند. معمولاً والدین در چنین خانواده‌هایی، در پاداش و تنبیه رفتارهای نوجوانشان، طریقه ثابتی ندارند. مواردی که سبب ساز خشم می‌شود عبارتند از: تجاوز به مالکیت فرد، تحقیر کردن، حمله فیزیکی، طرد کردن، اصرار و پافشاری برای انجام کاری، یعنی زمانی که نوجوان مایل نیست کاری را انجام دهد ولی والدین و اطرافیان وی با اصرار و زور او را مجبور به انجام کاری می‌کنند.

حال می‌خواهیم به این سؤال مهم که گهگاه والدین از خود می‌پرسند جواب دهیم؛ «چرا فرزند نوجوانم پرخاشگری می‌کند؟ با او چه کار کنم؟ آیا باید او را تنبیه کنم و سرچایش بنشانم یا اینکه صبر کنم و کوتاه بیایم به این امید که به مرور خوب می‌شود؟» در مطالعه‌ای، نتایج تحقیق نشان داد، کودکانی که در 8 سالگی از سوی همسالانشان به عنوان پرخاشگر معرفی شده بودند در سال‌های بعد نیز توسط دیگران به عنوان پرخاشگر معرفی می‌شدند. بیشتر آنها در سن 30 سالگی به زندان و دادگاه رفته بودند و با همسر و کودکان خود رفتارهای پرخاشگرانه‌ای داشتند. با در نظر گرفتن نتایج تحقیقات، روان‌شناسان بر لزوم مداخله و اصلاح رفتار پرخاشگرانه نوجوانان تأکید دارند و عوامل چندی را برای پرخاشگری دوران نوجوانی مهم می‌دانند.

یکی از دلایل پرخاشگری نوجوانان پسر افزایش ترشح هورمون تستوسترون (معروف به هورمون پرخاشگری) در دوران بلوغ است. با افزایش ترشح این هورمون، نوجوان دچار برانگیختگی‌هایی می‌شود که این برانگیختگی می‌تواند منجر به پرخاشگری شود. پایین بودن قند خون نیز به عنوان یک عامل خصومت و تمایلات پرخاشگرانه عمل می‌کند. از دیگر عوامل مهم رفتار پرخاشگرانه، اعمال شیوه‌های تربیتی مستبدانه و پرخاشگرانه در خانواده است. اگر نوجوانی پرخاشگری می‌کند قبل از آنکه به او بپردازد به والدین وی و نوع تربیت، که در خانواده، ابتداء، تملد به او اعمال شده است ننگ‌بند. پدر یا مادری که در خانواده پرخاشگری می‌کند، سرمشقی برای نوجوان خود می‌شود، نوجوان با مشاهده و تقلید رفتار پرخاشگرانه والدین، پرخاشگری را یاد می‌گیرد و از آن برای غلبه بر ناکامی‌ها و کنار آمدن با موقعیت‌های سخت زندگی، استفاده می‌کند. والدینی که از شیوه‌های تربیتی مستبدانه مثل تنبیه بدنی، دستورات مستقیم بدون توجیه کردن آنها، تهدید و محرومیت (حق نداری دوستت را به خانه بیاوری چون من از او خوشم نمی‌آید) استفاده می‌کنند، احتمال پرخاشگری فرزند خود را افزایش می‌دهند. همچنین در این خانواده‌ها روابط صمیمانه بین اعضا کم‌رنگ است، افراد خانواده احساس محبت و علاقه خود را به صورت کلامی و غیرکلامی به یکدیگر نشان نمی‌دهند، در نتیجه رفتار پرخاشگرانه را افزایش می‌یابد.

معمولاً والدین در چنین خانواده‌هایی، در پاداش و تنبیه رفتارهای نوجوانشان، طریقه ثابتی ندارند. یعنی وقتی والدین در حالت روانی خوبی هستند رفتارهای پرخاشگرانه را به شکل‌های گوناگون (برآورده کردن خواسته نوجوان) تقویت می‌کنند و زمانی که والدین حوصله ندارند، همان رفتار نوجوان را تنبیه و سرزنش می‌کنند. از این رو شدت تنبیه به عمل و رفتار پرخاشگرانه نوجوان ارتباط چندانی ندارد بلکه نوع احساسات والدین شدت آن را معین می‌کند.

یکی از دلایل تکرار رفتار پرخاشگرانه تقویت آن توسط والدین به دلیل ترس و یا بی‌حوصلگی آنان است. گاهی هم نوجوان تنها برای جلب توجه والدین به خود و قراردادن خود در کانون توجه خانواده پرخاشگری می‌کند و والدین نیز با توجه به او، احتمال پرخاشگری را افزایش می‌دهند. از طرف دیگر او در گذشته نظر بهتری نسبت به پدر و مادر و خانواده خود داشته اما اکنون متوجه اشتباهات و نقایص آنها شده و باعث ناسازگاری نوجوان با والدین و نپذیرفتن خواسته‌های آنها می‌شود. ارزش‌های والدین به تدریج برایش کم‌رنگ می‌شود و گاه آنها را آشکارا تحقیر می‌کند.

دوران نوجوانی، دوران جدایی از خانواده و پیوستن به گروه همسال است. اگر دوستان و افرادی که نوجوان در بیرون از خانه با آنها دوستی می‌کند، افرادی پرخاشگر و زورگو باشند، احتمال اینکه نوجوان نیز به دلیل پذیرفته شدن در گروه پرخاشگر شود، افزایش می‌یابد. به نظر می‌رسد اگر افرادی که نوجوان درصدد کسب تایید آنهاست، خود به ارزش‌های اخلاقی و انسانی از جمله همدلی با دیگران، خوش‌خلقی و... پایبند نباشند، یا اینکه نوجوان را مجبور به رعایت ارزش‌ها کنند، نوجوان نیز در خود نیازی برای رعایت این ارزش‌ها نمی‌بیند و یا این ارزش‌های تحمیلی برایش تبدیل به ضد ارزش شده و از آنها گریزان می‌شود

منبع: همشهری آن لاین