



یک راز ناگفته و پنهان نوجوانی

جدیدا خیلی بی نظم شده، از مدرسه و یا مهمانی میاد لباساشو مرتب نمی کنه و هر کدوم یه ور میندازه و فردا صبح، هم خودش و هم منو کلافه می کنه که فلان چیز کجاست ...

جدیدا خیلی بی نظم شده، از مدرسه و یا مهمانی میاد لباساشو مرتب نمی کنه و هر کدوم یه ور میندازه و فردا صبح، هم خودش و هم منو کلافه می کنه که فلان چیز کجاست؟ تو برداشتی من اینجا گذاشته بودم و... هر بار سعی می کنم به طرق مختلف غائله رو ختم به خیر کنم اما بعضی وقتا طاقتم طاق می شه و خسته می شم اعتراض می کنم و جر و بحث و دعوا می شه. تو اتاقتش برید، سر گیجه می گیرید اصلا شتر با بارش گم می شه، زیاد ریخت و پاش می کنه، شاید باورتون نشه یک بار از زیر تختش، شش بشقاب میوه و غذا همراه با جوراب و لباس های کتیف پیدا کردم. شما بگید با این بچه بی نظم و نامرتب چکار کنیم؟ نکنه این رفتارش درست نشه و عادتش بشه و فردا تو زندگیش دچار لطمات مختلف بشه و ...

مطلب فوق بخشی از سخنان یک مادر نگران و شاید هزاران مادری باشد که چنین نوجوانی در منزل دارند. اگر شما نیز در حال حاضر با چنین مشکلی دست و پنجه نرم می کنید و حتی مستاصل شده اید، می توانید همراه ما باشید و از علت این رفتار آگاهی یابید و راهکارهای پیشنهادی را به کار گیرید.

نوجوانی دوره ای از زندگی است که نخستین تجارب زندگی در حساس ترین دوران رشد انسان رخ می دهد. برخی تصورات خاصی نسبت به این دوران دارند به نظر آنان نوجوانان دمدمی مزاج، افراط گرا، بی بند بار، پیرو مد و یا شورشی هستند. اکثریت قریب به اتفاق روان شناسان بر این باورند که نوجوانان به دنبال کسب و کشف هویت هستند و احتمالا به دنبال جستجو و اتخاذ شیوه و سبک مشخصی در زندگی می باشند که ممکن است به نوعی، این حالت بی نظمی حاصل همان کنجکاوی باشد. با این حال، می توان گفت، رابطه مستقیمی بین هویت یابی و بی نظمی وجود دارد و اگر پذیرش این وضعیت برایتان مشکل است، بهتر است به گونه ای رفتار نمائید که این ریخت و پاش و بی نظمی به بیرون از حریم خصوصی نوجوان انتقال نیابد.

می دانید علت این بی نظمی چیست؟

نوجوانی دورانی است که فرد دچار تغییر و تحولات محسوسی می شود، عموما آن را با نام "بلوغ" می شناسیم، که طی آن بی نظمی های شدیدی در ابعاد مختلف وجودی فرد همچون: احساس، عاطفه، جنسی، جسمانی و... مشاهده می شود که متعاقب آن نوجوان احساس آشفتگی درونی شدیدی می کند، از سوی دیگر، دوره ای است که شعله های حس استقلال نوجوان زبانه می کشد و وی خواهان ابراز آن است. بی نظمی و اصطلاحا شلختگی او در این دوران را می توان اعتراضی مستقیم به نفوذ و سلطه والدینش قلمداد کرد. او با مرتب نکردن اتاقتش و درهم ریختگی آن، قصد بر آن دارد که حریم و قلمرویی را برای خود مشخص نماید و از آن طریق سعی بر شناخت خود دارد و خودش را پیدا می کند. از نظر او مرتب نکردن اتاقتش روشی است که بوسیله آن می تواند به والدینش اجازه ورود یا داخل نشدن را بدهد. همچنین ممکن است او این بی نظمی را از همان اوان کودکی به واسطه زندگی در یک محیط نامنظم آموخته باشد که با ورود به این دوره از زندگی و برخی از مشخصه های مختص و طبیعی این دوران، از شدت بیشتری برخوردار می گردد و به مراتب با بی نظمی و ریخت و پاش بیشتری تکرار می شود.

با این اوصاف راه حل چیست؟

*اگر شما خود، والدین منظم و با انضباطی نبوده اید و پیرامون زندگیتان از نظم مشخصی برخوردار نبوده، او را متهم به شلختگی و بی نظمی نکنید. اگر نوجوان شما در اطراف خود تنها شاهد ریخت و پاش بوده، حالا دیگر دور از انتظار نیست که او همان بی نظمی را بدان صورت که فرا گرفته در محدوده اختیار خود و یا اتاقتش پیاده نماید. لذا شایان ذکر است که یادآور شویم، چگونه می توانید

خواهان نظم و انضباط از او باشید، در صورتی که خود فرد منضبط و مرتبی نیستید؟ در واقع اصرار شما به مرتب بودن، تحمیل اموری است که او هیچ وقت آن را نیاموخته است و به واقع می توان گفت او نابلد در اجرای این خواسته است. لذا بهتر است این تغییر را ابتدا از خود شروع نمائید و سپس آن را از نوجوان مطالبه کنید.

بی نظمی و اصطلاحاً شلختگی او در این دوران را می توان اعتراضی مستقیم به نفوذ و سلطه والدینش قلمداد کرد * بیش از حد تاکید فراوان به منظم بودن نکنید و نظم و ترتیب داشتن در اتاقش را به وی تحمیل نکنید.

اتاق نوجوان برایش به مثابه محدوده اختیاراتش است و حکم دنیایی را دارد که با اختیار خود می تواند در آن دخل و تصرف کند و مطابق میل خود تغییرات دلخواهش را عملی سازد. اگر شما در مسند والدین او، نمی توانید نامرتبی او را ببپذیرید، دلایل و برهان خود را برای او توضیح دهید و راجع به آن گفتگو کنید اما هرگز به سفسطه گری، توجیه و القاء عقاید خود نپردازید.

* گاهی مشاهده می شود که برخی از والدین تاب و تحمل خود را از دست داده و عصبانی می شوند و خود را ناگزیر از سرزنش و انتقاد می یابند و می گویند صبرمان سر آمده، او باید در این روش زندگیش تغییراتی را بدهد تا از جانب ما پذیرفته شود. به این گروه از والدین باید بگوییم که این رفتار نوجوان، مرحله ای طبیعی و ضروری در زندگی او محسوب می شود و چنانچه این بی نظمی، سلامت و بهداشت نوجوان را به مخاطره نیندازد، با او چالش بسیار نکنید و اجازه دهید سیر طبیعی این رفتار طی شود. هر از چند گاهی می توانید خودتان اتاقش را تمیز و مرتب کنید و به طور غیرمستقیم به او بفهمانید که نظم برای شما در اولویت قرار دارد و وی نیز بایستی به آن توجه کرده و ارزشمند بداند.

* از پذیرش مسئولیت مرتب کردن اتاق او جدا اجتناب کنید. نوجوانی که نتواند در دنیای خود، خودش را تأیید کند، به منظور دستیابی به تأیید، به طریقی دیگر نظیر: معاشرت با دوستان ناباب، پوشیدن البسه نامتناسب با هنجار خانواده و جامعه و... متوسل خواهد شد، و شما با برعهده گرفتن نظافت و تمیزی اتاق وی، نه تنها به حریم شخصی و خصوصی او بیش از حد پا فرا نهاده و تعدی نموده اید بلکه او را بسیار بی مسئولیت و کودکانه هم پرورش می دهید. به همین جهت توصیه می شود، مرتب کردن اتاق را بر عهده خود نوجوان قرار دهید و به او یادآور و متذکر شوید، این بی نظمی را نباید به سایر بخش های خانه تسری دهد.

* اگر به او این حق و آزادی را می دهید تا اتاقش را به دلخواه خود تزئین و اداره نماید، آموزش و تفهیم این موضوع نیز ضروری به نظر می رسد که او بداند او تنها فردی نیست که در این خانه زندگی می کند و به خاطر نوع زندگی اجتماعی و خانوادگی، او ملزم به رعایت احترام و حفظ حریم سایر اعضای خانواده است و برای اجتناب از تعدی دیگر اعضاء به حریم او و حفظ حریم و حرمت دنیای او، باید به دنیا و حریم شخصی دیگر اعضاء احترام بگذارد و حصول این موضوع، تنها با وضع قوانینی از سوی شما دست یافتنی است

* کودکی که تا دیروز در اتاقش در همه حال برای شما باز بوده و با اعتماد با شما برخورد می نموده و شما را از تمامی جوانب مسائل رخ داده مطلع و آگاه می ساخته، با ورود به نوجوانی تغییر رویه داده و رفتارهایی کاملاً متضاد با قبل از خود بروز می دهد، در اتاقش را می بندد، بیشتر با خود خلوت می کند، کمتر با شما حرف می زند و مشورت می کند، مسائل و مشکلاتش را کمتر بروز می دهد و... با این اوصاف بهتر است شما نیز نیاز به خلوت و داشتن حریم خصوصی او را جدی بگیرید و محترم بشمارید و قبل از ورود به اتاق او، در زده و تا رخصت ورود منتظر بمانید. چرا که با عدم اجرای این مهم، ممکن است نوجوان شما، این رفتار را تزاخم شما قلمداد کرده و دچار سوء تفاهم و جبهه گیری شود و برای پنهان نمودن برخی از اسرار خود و متعاقب آن برای سر درگمی و پرت نمودن فکر شما، با ایجاد بی نظمی بیشتر، با این رفتارمقابله نماید.