



نقش والدین در مهیا کردن نوجوان برای ورود به جامعه

یک روانشناس می‌گوید: نقش خانواده در رشد اخلاقی و بلوغ اجتماعی نوجوان بسیار مهم است. رشد یکسری مهارت‌ها به نوجوان کمک می‌کند و ورودش به جامعه کم آسیب‌تر و پربارتر باشد.

یک روانشناس می‌گوید: نقش خانواده در رشد اخلاقی و بلوغ اجتماعی نوجوان بسیار مهم است. رشد یکسری مهارت‌ها به نوجوان کمک می‌کند و ورودش به جامعه کم آسیب‌تر و پربارتر باشد.

به گزارش ایسنا، نوجوانی در واقع پلی بین کودکی و جوانی است. عبور از جاده‌های پر پیچ و خم زندگی به آسانی ممکن نیست. در این میان دوره نوجوانی از سخت‌ترین گذرگاه‌های مسیر زندگی به شمار می‌آید. این دوره آکنده از رفتارهای پر شور، هیجان‌های طوفان‌وار و تشنج‌های گاه‌خشن است. در این سن نوجوان تولدی دیگر در عرصه‌های جسمی و اجتماعی را تجربه می‌کند. کارشناسان و روانشناسان از این دوره به عناوین مختلفی چون دوره بحران، دوران طوفان و فشار و تولد جدید نام می‌برند.

مفهوم نوجوان، در واقع مفهومی نسبتاً مدرن است که از اواسط قرن بیستم شروع شد. تاریخ روز جهانی نوجوان در کل دنیا ۱۶ ژانویه است. در ایران هم تاریخ روز ملی نوجوان، ۸ آبان ماه، روز شهادت حسین فهمیده است. او نوجوان ۱۳ ساله‌ای بود که در دوران دفاع مقدس به شهادت رسید. به همین علت این روز به عنوان روز نوجوان نام‌گذاری شد. روز ملی نوجوان، روزی است که نوجوانان بدانند که چقدر مهم و ارزشمند هستند و از سوی دیگر به جامعه فرصتی برای درک بهتر آن‌ها داده شود.

از این رو برای شناخت و اهمیت دوران نوجوانی و آگاهی والدین در نحوه برخورد با فرزندان‌شان در این دوران، با دکتر محمد باقر حاجی سلطانی مدرس دانشگاه و روانشناس علوم رفتاری و تربیتی به گفت‌وگو نشستیم که در ادامه می‌خوانید:

با توجه به حساسیت سن نوجوانی والدین باید نسبت به آن‌ها، چه رفتارهایی داشته و از چه رفتارهایی خودداری کنند؟

شنونده باشید تا نصیحت‌کننده. با او دوست و مهربان باشید. اجازه دهید به شما اعتماد کرده و مشکلات‌اش را به شما بگوید. نشان دهید که او را دوست دارید. دوره نوجوانی دوره‌ای است که احساس دوست داشتن در نوجوان نسبت به خودش کمتر می‌شود. او را تحقیر و مقایسه نکنید. او را همان‌گونه که هست، بپذیرید. از او به تناسب استعدادها و توانایی‌هایش انتظار داشته باشید. او را تحقیر و با همسالانش مقایسه نکنید. به او مسئولیت واگذار کنید. همیشه به او وظایفی را محول کنید هر چند که این وظایف ساده و آسان باشند. اجازه دهید عواقب کار خوب یا بدش، به عهده خودش باشد. محیط خانه را امن و آرام کنید. محیط پر تنش و مملو از دعوای خانوادگی نوجوان را از خانه و والدین دور می‌کند. به او اعتماد کرده و به خلوت او احترام بگذارید. نوجوان گاهی دوست دارد، تنها باشد، موسیقی گوش دهد، شعر و کتاب بخواند. اجازه دهید یک حریم خصوصی (با نظارت درست والدین) داشته باشد.

صحت‌هایش را گوش کرده و به حل مشکلاتش کمک کنید. شنونده باشید تا نصیحت‌کننده. با او دوست و مهربان باشید. اجازه دهید به شما اعتماد کرده و مشکلات‌اش را به شما بگوید. از او تشکر کرده و تشویق‌اش کنید. همیشه در قبال حرکت و کار خوب نوجوان از او تشکر کرده و تحسین‌اش کنید. اگر کار خطایی انجام داد فقط خطای او را گوشزد کرده و به هیچ عنوان او را سرزنش، نکوهش و تنبیه نکنید. از تنبیه و مقابله به مثل با نوجوان بپرهیزید. در این دوران اوج هیجان‌های بلوغ و هورمونی در نوجوان شکل گرفته و دوران هویت او محسوب می‌شود. خشم و گوشه‌گیری گاهی در مقایسه کم بسیار طبیعی می‌باشد. در کنارش باشید، او را در آغوش گرفته و از تنبیه کردن‌اش بپرهیزید.

الگوی خوبی برای او باشید و روحیه معنوی را در او زنده نگاه دارید. والدین الگوی بسیار خوبی برای نوجوانان هستند. نوجوان در این دوره قبل از معلم، دوستان و اجتماع از والدین خود سرمشق می‌گیرد. حفظ احترام و رعایت اصول اخلاقی در منزل به رشد فکری و اخلاقی نوجوان بسیار کمک خواهد کرد. قوانین و انتظارات خود را برای او بازگو کنید. واضح و روشن با او گفتگو کنید و خواسته‌های خود را راجع به اینترنت موبایل و نحوه استفاده آن‌ها با او در میان بگذارید. رابطه نوجوان با دوستان و هم‌کلاسی‌های خود و شرکت در مراسم‌ها را به صراحت بیان نمایید.

نقش والدین در مهیا کردن نوجوان برای ورود به جامعه

حمایت خانواده از نوجوان برای مهیا کردن اش برای ورود به جامعه باید چگونه باشد؟

نقش خانواده در رشد اخلاقی و بلوغ اجتماعی نوجوان بسیار مهم است. رشد یکسری مهارت ها به نوجوان کمک می کند که ورودش به جامعه کم آسیب تر و پر ثمرتر باشد.

در این دوران اوج هیجان های بلوغ و هورمونی در نوجوان شکل گرفته و دوران هویت او محسوب می شود. خشم و گوشه گیری گاهی در مقایسه کم بسیار طبیعی می باشد. در کنارش باشید، او را در آغوش گرفته و از تنبیه کردن اش بپرهیزید. گام نخست در رسیدن به این مفهوم اجتماعی و ضروری در زندگی، برقراری ارتباط مؤثر با افراد است که از طریق یادگیری چگونگی برقراری ارتباط باز، صادقانه و محترمانه با دیگران شکل می گیرد. همچنین، شنیدن فعال، که منظور از آن توسعه توانایی گوش دادن به دیگران و درک دیدگاه های آن ها است. دومین جنبه، شناخت خود از طریق درک نقاط قوت و ضعف خود، علایق، ارزش ها و هدف هاست. همچنین توسعه استقلال با یادگیری چگونگی مدیریت مستقل زندگی روزمره و تصمیم گیری های شخصی است.

گام بعد مدیریت احساسات است که با تنظیم هیجانی یعنی یادگیری چگونگی کنترل و بیان احساسات به شیوه ای سالم و مؤثر ممکن است. همچنین مقابله با استرس که با توسعه روش های مقابله با استرس و فشارهای عاطفی صورت می گیرد. این مورد با کار گروهی و همکاری محقق می شود که توانایی کار با دیگران و احترام به دیدگاه ها و نیازهای گروهی و همچنین توسعه روابط مثبت با برقراری و حفظ دوستی ها و روابط اجتماعی سالم، زیر مجموعه این بخش محسوب می شود. از دیگر جنبه های بلوغ، درک مسائل اجتماعی است. یعنی آگاهی اجتماعی با درک چگونگی تأثیر مسائل اجتماعی، فرهنگی و سیاسی بر خود و دیگران و نیز مسئولیت پذیری اجتماعی با توسعه حس مسئولیت و تعهد نسبت به بهبود جامعه.

نقش والدین در مهیا کردن نوجوان برای ورود به جامعه

رویارویی با چالش های خاص

مواجهه با فشارهای همسالان از چالش های این دوران است. یادگیری چگونگی مقابله با فشارهای همسالان، حفظ استانداردهای شخصی، مقابله با تغییرات بلوغ (یعنی درک و پذیرش تغییرات جسمی و هیجانی که در دوران بلوغ اتفاق می افتد) و نیز توسعه استقلال و خودکفایی بلوغ اجتماعی به نوجوانان کمک می کند تا مهارت های لازم برای تصمیم گیری مستقل و مدیریت زندگی شخصی خود را توسعه دهند.

بهبود روابط و مهارت های بین فردی، یعنی مهارت های ارتباطی و توانایی برقراری روابط مثبت و سالم که برای موفقیت در زندگی شخصی و حرفه ای ضروری هستند.

کنترل و تنظیم هیجانی با توانایی مدیریت احساسات و استرس که به سلامت روانی کمک کرده و رویارویی با چالش های زندگی را آسان تر می کند. همین طور شکل گیری هویت شخصی بلوغ اجتماعی به نوجوانان کمک می کند تا در مورد خودشان، ارزش ها، علایق و هدف های خود شناخت بیشتری پیدا کنند.

آمادگی برای چالش های بزرگسالی نیز با مهارت های اجتماعی و عاطفی که در دوران نوجوانی توسعه می یابند، برای موفقیت در محیط کار، تحصیلات بالاتر و زندگی بزرگسالی ضروری هستند. مشارکت مدنی و مسئولیت پذیری اجتماعی نیز چالشی دیگر است که به واسطه بلوغ اجتماعی به نوجوانان کمک می کند تا در جامعه به عنوان شهروندان فعال و مسئول شرکت کنند.