

## نوجوانی؛ دوره‌ای برای گریز از خانواده

«... من اولین اربابت خواهم بود چون ناخواسته و حتی ندانسته، چیزهایی را به تو تحمیل خواهم کرد که برای من خوب هستند نه برای تو، مثلا همین کفش‌های کوچولو، برای من قشنگ هستند، اما برای تو چطور؟»



وقتی محیط خانه از محبت خالی می‌شود، نوجوان بیرون از خانواده محبت را جستجو می‌کند  
نوجوانی؛ دوره‌ای برای گریز از خانواده

جام جم آنلاین: #171؛ ... من اولین اربابت خواهم بود چون ناخواسته و حتی ندانسته، چیزهایی را به تو تحمیل خواهم کرد که برای من خوب هستند نه برای تو، مثلا همین کفش‌های کوچولو، برای من قشنگ هستند، اما برای تو چطور؟

وقتی آنها را به پایت کنم تو گریه و فریاد سر خواهی داد...؛ این را #171؛ اوربانا فالاجی؛ بزرگ‌بانوی روزنامه‌نگار خطاب #171؛ به کودکی که هرگز زاده نشد؛ گفته است. گویی فطرت آدمیان است که دوست دارند مالک فرزندان باشند تا ابد.

غافل از این که دیری نخواهد پایید همان فرزندان کفش‌هایی را که پدران و مادرانشان به پایشان پوشانده‌اند، از پا به‌در خواهند آورد و به راه دیگر خواهند رفت. صد البته این اتفاق زودتر از آنچه تصور کنید فرا خواهد رسید، بی‌آن‌که متوجه شوید آنها علم طغیان را برخواهند داشت. هنگامی که نوجوانان انبوهی از تعارض‌ها، ناسازگاری‌ها، پرخاشگری‌ها، مقاومت‌ها، نزاع‌ها، خانواده‌گریزی‌ها و... را از خود بروز می‌دهند نگران نباشید، او در جستجوی یافتن خود برآمده است. بدانید که او دیگر از شما نیست بلکه با شماست. او می‌خواهد تنها باشد.

می‌خواهم در خانه بمانم؛ تنها

هنگامی که شما خواستید به مهمانی بروید و برای نخستین بار از فرزندان شنیدید که: #171؛ می‌خواهم در خانه تنها بمانم؛ اصلا انتظار شنیدن چنین جمله‌ای را نداشتید، این، آن هنگام است که سرعت فرار کنید. او سودایی دیگر متفاوت از شما در سر دارد. او سرعت از سن کودکی خود فاصله گرفته است؛ نشانه‌اش هم تمایل فراوانی است که به انزوا و دوری از جمع دارد. حتی گاهی ترجیح می‌دهد در اتاقش را ببندد، روی تختش دراز بکشد و به سقف خیره شود. اما شما باز هم دوست دارید که رفتارش همچون گذشته باشد؛ اما دیگر ممکن نیست آن روزهای کودکی بازآید. باید در این مرحله بسیار حساس بود و مراقب، چون بخشی از این رفتار می‌تواند طبیعی باشد و گاهی افراطش نشانه‌های یک بیماری است و البته رفتار نامناسب والدین می‌تواند موجب تیرگی روابط میان آنها شود.

پناهگاه خانواده؛ محکم یا لرزان

قصه مهم است، به آن مهمی که سرنوشت نوجوان را تا نفس آخرش رقم می‌زند. آیا نوجوانان همان کودک دیروز است یا اینک دوشیزه‌ای تمام‌عیار و مردی بلندبالا شده است؟ هیچکدام؛ او معلق مانده بین زمین خاکی و آسمان آبی. با همه سر جنگ دارد و اما پیش از هر شکست یا پیروزی، دیگر بار به آغوش محبت بازمی‌آید. دوست دارد دوستش بدارند و او هم دیگران را دوست بدارد، تا پای جان. در این دوره همراه همسالان است و از خانواده تا حدودی گریزان. چیز عجیبی هم نیست، چنانچه #171؛ مهدی فلاحي؛ روانشناس و مددکار اجتماعی به جام‌جم می‌گوید: کودک با ورود به دوره نوجوانی الگوپذیری خود را از خانواده به گروه همسال تغییر می‌دهد، او در این سن به ویژه از 14 سالگی به بعد می‌خواهد زمانش را با گروه‌هایی که الگوی رفتاری او هستند، سپری کند. به باور این عضو هیات‌مدیره کانون مددکاری اجتماعی ایران، این رفتار برای نوجوان یک هنجار است چون در این سن خانواده هسته‌ای جوابگویی نیاز ارتباطی نوجوان نیست؛

به باور بسیاری از کارشناسان هنگامی که محیط خانه برای نوجوان ناامن شود یا وقتی خانه تهی از مهر و محبت شود این مساله به عنوان یک نوع محرومیت و فشار روانی موجب می‌شود تا فرزندان محبت را در بیرون خانه جستجو کنند. اما در این حالت چه رخ خواهد داد؟ برای اطلاع بیشتر بهتر است بار دیگر تیتیر روزنامه‌ها را مرور کنید و سرخط خبرها را گوش دهید تا به خطرهایی همچون باندهای فحشا و مواد مخدر، انواع بیماری‌ها و ناهنجاری‌ها، کانون‌های سرقت و... که نوجوان شما را در بیرون از خانه تهدید می‌کنند، بیشتر آشنا شوید. هنگامی که نوجوان حمایت و محبت را در بیرون از خانه جستجو کند با کوچک‌ترین چراغ سبزی مجذوب سرابی خواهد شد که در نهایت سر از کانون‌های اصلاح و تربیت و مراکز نگهداری بهزیستی در خواهد آورد. تنها و تنها به این دلیل که وی به دلیل سن حساسش فاقد تمییز درست از نادرست است.

اصلا فکرش را نکنید که برای مقابله با رفتارهای فرزند نوجوان خود، که بسیاری از آنها طبیعی و خاص سن او است، مقابله به مثل کنید. گاهی والدین در برابر خواسته‌های فرزندانشان طاقت از کف می‌دهند و فریاد می‌کشند، کتک می‌زنند و حتی گریه می‌کنند. آنها می‌خواهند با بازی کردن در نقش قربانی، فرزند را وادار به تسلیم کنند یا حداقل اندکی از عواطف او را به نفع خود تحریک کنند. این نوع تعامل و واکنش تنها به دلیل عدم شناخت و آگاهی والدین از سن حساس نوجوانی است. اما هیچ‌کدام از این راه‌ها توسط هیچ کارشناس و مشاور به شما توصیه و تجویز نمی‌شود. مشکل شما این است که چرا دیگر مثل سابق از شما فرمان نمی‌برند و مشکل نوجوانتان این است که چرا کسی آنها را درک نمی‌کند و اما ادامه ماجرا...

## نوجوان را بشناسید

درباره نوجوان، نیازها و ویژگی‌هایش سخن بسیار گفته و کتاب‌های زیادی نوشته شده است، اما به طور خلاصه می‌توان ویژگی‌های یک نوجوان را چنین برشمرد: پرخاشگر و ستیزه‌جو، تندخو و عصبی، بی‌انضباط و حرف‌نشنو، تک‌رو و سلطه‌جو، لجباز و یکدنده، گوشه‌گیر، استقلال‌طلب، #171نه؛ بگو، بی‌حوصله، کم‌طاقت، مایوس و کلافه.

نکته: کارشناسان توصیه می‌کنند به نوجوان خود فرصت تفکر و تأمل بدهید تا با خود خلوت کند و در حالت یأس و افسردگی حامی‌شان باشید تا هیجانات خود را بروز دهد

بدانید که لازمه هر نوع کنش و واکنشی داشتن اطلاعات کافی و شناخت نسبی از ویژگی‌های فرد نوجوان است، اما مشروط بر حفظ تعادل. چنانچه فلاحی می‌گوید: #171بسیاری از مراجعان به کلینیک مددکاری که او در آن فعالیت می‌کند، خانواده‌هایی تشکیل می‌دهند که از انزوای فرزند نوجوان خود نگران هستند. به طور مثال برخی از این مساله که نوجوانشان در اتاق را بر روی خود می‌بندد اظهار نگرانی می‌کنند. اما آنها باید بدانند در این سن بحران #171هویت؛ ذهن او را درگیر خود کرده است، در چنین حالتی بهتر است که به نوجوان اجازه خلوت کردن با خود و تأمل و تعمق داده شود. البته همین موضوع بحران هویت خود عامل منزوی شدن نوجوان می‌شود که یک امر طبیعی است. نوجوان در این مرحله به تغییرات روی داده می‌اندیشد. یافتن هویت جدید مستلزم گذشت زمان است. گاهی والدین چنین اجازه و فرصتی را به نوجوان خود نمی‌دهند. #171

## بلوغ، تابوی شکسته نشده

هنوز هم خانواده‌های بسیاری وجود دارند و هستند که سخن از مسائل جنسی و ورود به آنها را حریم ممنوعه به شمار می‌آورند. فلاحی از بلوغ به عنوان #171بحران؛ یاد می‌کند. به عقیده او به این دلیل به این دوره بحران گفته می‌شود چون شخص از آن چندان اطلاعی ندارد. در جامعه سنتی همانند ایران، والدین فرزند خود را برای این دوره آماده نمی‌کنند. در نتیجه نوجوان به این احساس می‌رسد که متفاوت با اطرافیان و خانواده است. حتی مسائلی نیز با آنها متفاوت است. اکنون نوجوان در این دوره نه شبیه بزرگ‌ترها است نه کوچک‌ترها. بنابراین ترجیح می‌دهد با یک همسال و همدرد خود ارتباط برقرار کند که با هم شباهت‌های رفتاری بیشتری دارند. وی در مورد نحوه رفتار والدین کشورهای توسعه‌یافته با نوجوانان خود در زمینه بلوغ می‌گوید: #171حتی در جوامع غربی که اطلاع‌رسانی و آموزش در زمینه مسائل بلوغ و جنسی بیشتر است، با وجود این در غرب نیز گرایش به همسالان وجود دارد.

## به نوجوانان اصرار نکنید

هرچه والدین از سن نوجوانی و خصوصیات این دوره اطلاعات بیشتری داشته باشند، باز نوع نگاهشان بیرونی است. آیا تاکنون با خود اندیشیده‌اید که نوجوان در درون خود چه می‌اندیشد؟ بد نیست مروری به خاطرات گذشته خود داشته باشید. اکنون با رشد کودک این پرسش برای وی مطرح می‌شود که چه اتفاقی برای او افتاده است که نگاه قبلی والدین نسبت به او تغییر پیدا کرده است، تا دیروز او را در آغوش گرم خود می‌گرفتند و در بستر مادر به خواب می‌رفت اما امروز همه چیز متفاوت است؟ تازه دماغش هم پف کرده است! رشد دست‌ها و پاها نسبت به بدن تناسبی ندارد! فلاحی می‌گوید: #171در این مواقع به نوجوان به نوعی احساس #171جوجه‌اردک زشت؛ دست می‌دهد که البته ذهن او نمی‌تواند به سرعت این تغییرات را بپذیرد. همزمان با رشد جسمی، مرحله بلوغ نیز فرا می‌رسد. به باور این مددکار با چنین وضعیتی نوجوان ترجیح می‌دهد که در جمع بزرگ‌ترها و فامیل قرار نگیرد. به هر حال برای هماهنگی با شرایط جدید نیاز به گذشت زمان است. اصرار بی‌مورد والدین برای برقراری ارتباط در چنین مواقعی چندان مطلوب نیست.

گاهی اصرار منجر به کشمکش می‌شود، در این مواقع اگر فرزندان موقعیت مناسبی از لحاظ روحی نداشته باشند و به نوعی فضای پریشانی در خانواده غالب شود، میل و گرایش نوجوان به سمت انحراف بیشتر خواهد شد. البته این مساله برای دختران شکل

حادثه‌تری دارد. به توصیه کارشناسان بهتر است که روابط خود را با آنها مستحکم و گرم نگه دارید؛ البته به صورت طبیعی، چون بروز احساسات عاطفی غلط از سوی والدین فاصله‌ها را عمیق‌تر و بیشتر می‌کند که این خود به خانواده‌گریزی در نوجوان بیشتر دامن می‌زند.

#### فاصله نسل‌ها

والدین هر اندازه هم با فرزندانشان از نظر سبک زندگی و نوع اندیشیدن فاصله داشته باشند، اما دانش روز برای برقراری یک رابطه بهتر به آنها کمک خواهد کرد. به طور مثال بر اساس توصیه کارشناسان شما می‌توانید به نوجوان خود فرصت تامل و تفکر بدهید، اجازه دهید تا زمان بیشتری نسبت به گذشته با خود خلوت کنند، گاهی احساسات و نیازهای کنترل نشده‌شان نیاز به نظارت و راهنمایی دارد، البته اصولی و حساب شده، هنگامی که به آنها حالت یاس و افسردگی دست می‌دهد راهنما و حامی‌شان باشید، بستر و محیط خانه را برای آنها امن و قابل اعتماد کنید و اجازه بروز احساس و هیجان را به آنها بدهید.

&#171#؛ کودکان شما بچه‌هایی شما نیستند، آنان به دست شما پا به مرحله وجود می‌نهند، با آن‌که با شما نیستند. اما از آن شما نیستند. می‌توانید عشقتان را ارزانی‌شان کنید، اما نه افکار و اندیشه‌هایتان را، چرا که آنان افکار خویش را دارند، می‌توانید جسم ایشان را کاشانه بخشید اما نه روحشان را، چرا که روح آنان در خانه فردا ساکن است. می‌توانید رنج برید تا مثل آنها باشید، اما در این طلب نباشید که آنان را همچون خود سازید چرا که زندگی به عقب باز نمی‌گردد و در دیروز رحل اقامت نمی‌افکند.&#171#؛ جبران خلیل جبران&#171#؛ نویسنده مشهور گفته است.

سامان عابری / جام‌جم