

نوجوان‌ها به شدت آسیب‌پذیرند

نوجوانی دوران گذر از مرحله کودکی به بزرگسالی است و مانند همه دوران‌های گذار، با مشکلات و بحران‌هایی همراه است...



نوجوانی دوران گذر از مرحله کودکی به بزرگسالی است و مانند همه دوران‌های گذار، با مشکلات و بحران‌هایی همراه است. اگرچه نوجوان به شدت تحت تاثیر روابط و الگوهای اجتماعی است، اما خانواده در این دوران نقش مهمی ایفا می‌کند. چرا که نه تنها درحقیقت پایه و اساس شخصیت فرد در خانواده پی‌ریزی می‌شود بلکه اساساً اهمیت این مرحله از زندگی کودک و گذران سالم دوران نوجوانی بسیار زیاد و تعیین‌کننده است.

خانواده تأثیر مهمی در رشد عاطفی نوجوان دارد. زمانی که روابط خانوادگی مناسبی در این هسته اولیه جامعه، جاری و ساری باشد، می‌توان مطمئن بود که زمینه‌ای برای ایجاد انحرافات گوناگون وجود ندارد.

روابط پدر و مادر با یکدیگر و با فرزندان و حتی نوع ارتباط و مناسبات آنها با سایر هسته‌های اجتماعی، محیط کار، فامیل، دوستان و سایر موارد نقش مهمی در چگونگی رشد عاطفی- اجتماعی نوجوان دارد.

روانشناسان معتقدند که جامعه نیز جایگاه ویژه‌ای در ایجاد سلامت روان در نوجوان دارد. آموزش خانواده‌ها و پرکردن اوقات فراغت آنها با امکانات مناسب و سالم می‌تواند نقش مهمی در این رابطه ایفا کند.

نوجوان از یکسو با رشد سریع و تغییرات جسمی روبروست که او را دچار اضطراب، ناآرامی و زودرنجی می‌کند و از دیگرسو، از نظر ذهنی و عقلی، رفتارش بیشتر تابع عواطف و احساسات است تا منطق و تفکر. به همین دلیل دنیای واقعی او بسیاری اوقات به دنیایی تخیلی تبدیل می‌شود که امکان دستیابی به راه‌حل‌های واقع‌بینانه نیست.

به همین دلیل، این دو ویژگی، نوجوان را به شدت آسیب‌پذیر می‌سازد. فعالیت‌های ورزشی، هنری و علمی به او کمک می‌کند که جایگاه واقعی خود را دریابد و بتواند توانایی و قدرت تصمیم‌گیری خود را هرچه بیشتر رشد دهد.

بنابراین والدین باید متوجه باشند اختلافات خانوادگی آنها و نوع ارتباطشان با دیگران چه فضای نامناسبی برای رشد اضطراب‌ها و احساس ناامنی نوجوان‌شان فراهم می‌کند. آنان باید تلاش کنند فضای امن و مطمئن برای فرزندشان به وجود آورند تا آنها بتوانند این دوران را با تکیه بر خانواده، با موفقیت و تأثیرپذیری مناسب پشت‌سربگذارند.

همشهری آنلاین- معصومه کیهانی