

سبک تربیت



آیا برای بر خورد صحیح با دوره نوجوانی فرزندان آموزش دیده‌اید؟

عملیات نجات آدم‌های معلق میان کودکی و بزرگسالی!

■ مرصیه بامبری

پرشان آمد. در را محکم بست و خودش را توی اتاق حبس کرد. وقتی مادر خواست سراغش برود و علت پریشانی‌اش را بپرسد در قفل بود. دختر ترسیده بود و خودش را چسبانده بود گوشه دیوار های‌های می‌گریست و به بخت خودش لعنت می‌فرستاد. کمی طول کشید تا بفهمد تمام آنچه آن روز برایش رخ داده یک رویداد طبیعی است. یک واکنش طبیعی که فیزیک او نشان داده است. او بدون اینکه اطلاعی از این ماجرا داشته باشد وارد مرحله بلوغ شده بود. اسمش را تک‌توک توی مدرسه از معلم بهداشت شنیده بود اما چیز درستی درباره‌اش نمی‌دانست. حجب و حیا دیواری بود میان او و پرستش‌های فراوانش. اما باید یک جای بی‌رو را کنار می‌گذاشت و اتفاق را با مادر در میان می‌گذاشت. آنجا بود که مادر لیخن‌ریزی روی لیش‌نشست و با آرامشی مادرانه سعی کرد دخترش را با این مرحله جدید در زندگی آشنا کند. به او گفت توداری بزرگ می‌شوی. بلوغ فکری و جسمی پیدا می‌کنی و این خوشبخت است. همه مادرها یک روز این حکایت را تجربه کرده‌اند. همه آنهايي که از مرز نوجوانی گذشته‌اند و حالا خودشان باید الگوی بچه‌هاشان باشند. بلوغ حکایت عجیب آدم‌هاست. دوره‌ای که آدم‌ها از کودکی پر تاب می‌کند به بزرگسالی و اسمش می‌شود بلوغ. این روزها برای خیلی‌ها تبدیل به بحران شده و خیلی خانواده‌ها نوجوان داشتن را امری حساس می‌دانند. اگر برای نجات فرزندی که در حال پر تاب از کودکی به بزرگسالی است آموزش‌های لازم را دیده و به‌موقع از کمک مشاوران زده بهره بگیرد حتماً این دوره برای نوجوان و خانواده شیرین و بی‌خطر خواهد بود.

■ تعیین سرنوشته در نوجوانی

سرنوشته خیلی از آدم‌ها در نوجوانی رقم می‌خورد؛ یا آدم‌های موفق خوبی می‌شوند یا در گرداب خطاهای اجتماعی فرو می‌افتند، یا برای همیشه درس خواندن را کنار می‌گذارند و دنبال شغلی می‌روند که نان دربیارند یا درس می‌خوانند و برای خودشان هدف‌های بزرگ ترسیم می‌کنند.

■ نوجوان‌ها استخوان می‌ترکانند

آن روزها بلوغ به سختی الان نبود. هر چند خانواده‌ها اطلاعات روان‌شناسانه کاملی از تحولات روحی روانی این دوره نداشتند، اما نوجوان‌ها هم خیلی درگیر این فرایند نمی‌شدند. دخترها به‌مرور بلوغ جسمی پیدا می‌کردند و به قول قدیمی‌ها بدنشان استخوان می‌ترکاند. پسرها هم پشت لیشان سبزی می‌شد و صدایشان دور که می‌شد. پشتش می‌زدند و با تحسین می‌گفتند ماشاءالله مردی شدی برای خودت.

■ نوجوانی با حال و هوای امروز

این روزها نوجوانی هم مثل همه وقایع عصر تکنولوژی تغییر کرده است. دنیا‌یشان با نوجوانی‌های ما خیلی فرق کرده است؛ اگر چه همه‌شان توی بعضی خصیصه‌ها وجه اشتراک دارند و قدیمی و امروزی هم ندارد. دوران کودکی پر از دوستی‌های لحظه‌ای و گذراست. توی هر مقطع درسی با چند نفر دوست می‌شود و آخر سال هم پرونده دوستی‌شان با گرفتن کارنامه بسته می‌شود. اما ماجرای نوجوانی فرق دارد. توی این دوره رفاقت‌ها عمیق می‌شود. معرفت و رفاقت رنگ و بوی خاصی برای نوجوان می‌یابد. دوست دارند بیشتر وقتشان را با دوستان بگذرانند. رازدار هستند و گاهی خطاهای یکدیگر را گردن می‌گیرند و خلاصه همه‌چیز هوای هم را دارند.

■ تمایل به فعالیت‌های گروهی

نوجوانان توی این دوره تمایل بیشتری به شرکت در فعالیت‌های گروهی پیدا می‌کنند. فعالیت‌های علمی، هنری و ورزشی برایشان جدی‌تر می‌شود. دوست دارند مهارت‌های خود را افزایش دهند و رقابت هم برایشان جدی‌تر می‌شود. اغلب قهرمان‌های ورزشی فعالیت خود را در این دوره شروع کرده‌اند. خیلی هنرمندان توی ۱۲-۱۳ سالگی راه به سینما و تئاتر یافته‌اند و این نشان می‌دهد که آنها به مرحله رشد عقلی رسیده‌اند.

■ کشف هویت

آنها توی این سن به دنبال کشف هویت خود هستند. برایشان کمی بودن و از کج‌آ آمدن مهم است. اکثر بچه‌هایی که سرنوشت نامعلومی دارند توی این سن به صرفت می‌افتند تا راز گذشته خود را کشف کنند. اگر با یک پدر و مادر که او را به سرپرستی گرفته‌اند زندگی می‌کند، توی نوجوانی هیجان و غرورش عصبان کرده و تصمیم می‌گیرد گذشته واقعی‌اش را پیدا و پاسخ همه پرسش‌های نامعلومی را بداند. آنها در بی یافتن هویت سعی می‌کنند خواسته‌ها و توانایی‌های خود را پیدا کنند و برای بارور ساختنشان قدمی بردارند.

■ احساسات ناپایدار

توی این دوره اکثرشان غیرتسی و روی خانواده خود حساس می‌شوند. قدیم‌تر دخترها که توی کوچ‌بازی می‌کردند از برادر بزرگ‌ترشان می‌ترسیدند و سریع به خانه می‌رفتند. او برایشان حکم بزرگ‌تر را داشت و از او مراقبت می‌کرد. توی این دوره احساساتشان ناپایدار می‌شود. اگر به او فحش پدر یا مادر بدهی مثل ببر می‌خروشد و دعوای خونین راه می‌اندازد، حتی ممکن است کار به جاهای باریک‌تر برسد.



این روزها نوجوانی هم مثل همه وقایع عصر تکنولوژی تغییر کرده است. دنیا‌یشان با نوجوانی‌های ما خیلی فرق کرده است؛ اگر چه همه‌شان توی بعضی خصیصه‌ها وجه اشتراک دارند و قدیمی و امروزی هم ندارد. دوران کودکی پر از دوستی‌های لحظه‌ای و گذراست. توی هر مقطع درسی با چند نفر دوست می‌شود و آخر سال هم پرونده دوستی‌شان با گرفتن کارنامه بسته می‌شود



والدین بهتر است در این دوره حساس و در عین حال جذاب کنار فرزند خود باشند. برایش روزانه ساعتی وقت بگذارند و به کارهایی که او دوست دارد بپردازند. سینما، تئاتر، کنسرت و... مهم است که با شما رابطه دوستانه داشته باشد و نه فرزند و والدی. حواستان باشد در این دوره حساس و در عین حال جذاب کنار فرزند خود باشند. برایش روزانه ساعتی وقت بگذارند و به کارهایی که او دوست دارد بپردازند. سینما، کنسرت و... مهم است که با او رابطه دوستانه داشته باشد و نه فرزند و والدی. حواستان باشد در این برهه توی هر چه توی خودتان او را به سمت انحرافات اخلاقی سوق می‌دهید، نسل پدربزرگ‌های ما معتقد بودند و خیلی از اصول را رعایت می‌کردند و همین می‌شد که نوجوان‌های آن روز سر از جنگ و شهادت درآوردند. آنها کمی دنبال دختر همسایه بودند؟ کی در خلوت به او تکه‌برانی می‌کردند؟ آنها دوست داشتند با شجاعت و کار مثل پدرها خود را ثابت کنند. اما حالا خیلی از نوجوان‌ها کارشان شده تمسخر یکدیگر، دم اینترنت و فضای مجازی هم گرم که نوجوانی را برایشان سرگرم کننده کرده است. کافی است یکی حرفی بزند و بقیه دنبالش شروع به کوبیدن او و تمسخرش کنند. دخترها برای پسرها جاک بسازند و پسرها دختران را دست ببندازند.



آنها توی این سن از خانواده فاصله می‌گیرند و دلشان می‌خواهد حتی تولدشان را با دوستان بگذرانند. شرکت در مهمانی‌های دوستانه برایشان اهمیت زیادی دارد. آنها در این سن دنبال الگوهای شخصیتی می‌گردند. دیوار اتاقشان پر می‌شود از عکس ورزشکار یا هنرمندی که دوستش دارند. آنها سعی دارند تمام رفتار و حرکات آنها را تقلید کنند

■ رفتارهای نامطلوب

خیلی از نوجوان‌های الان دوست دارند با رفتارهای نامطلوب و ناهنجار خود را به جامعه نشان بدهند. فریاد بزنند من هم هستم، وجود دارم، متأسفانه وقتی وارد پارک‌ها می‌شوم حالم بد می‌شود، آنقدر که سن سیگار کشیدن پایین آمده و دست هر نوجوانی که به قول قدیمی‌ها پشت لیش سبزی شده یک سیگار می‌بینم. دلم می‌خواهد از تک‌تکشان بپرسم سیگار چه لذت و غروری دارد که می‌کشید؟

یک بار طاقم طاق شد و به یکی‌شان که به نظر ۱۳-۱۲ می‌رسید با آرامش گفتم: «آقا پسر شما هنوز خیلی کوچیکی واسه سیگار کشیدن. حیفت توی نیست؟» یا غرور توی چشم‌هایم زل زد و گفت: «خانوم من بچه ۱۲، ۱۳ سالمه.»

■ کنجکاو در باره جنس مخالف

بسیاری از نوجوان‌ها بدون اینکه آدم بدی باشند کنجکاو‌هایی در خصوص رابطه با جنس مخالف دارند و اینجاست که خانواده باید چهارچوبی مراقب نوجوان باشد. قدیمی‌ها می‌گفتند حتی خواهر و برادرها هم نباید توی خانه تنها باشند. معتقد بودند نباید آتش و بنیله را کنار هم گذاشت. از نظر آنها شیطان خواهر و برادر نمی‌شناسد و ممکن است هر کسی را بغریب.

■ مادرها مراقب باشند

بگذارید برایتان یک روایت بگویم؛ پسر درس خوان و مؤمن و مؤدبی توی یک خانه در حال تحصیل بود. او بعد از مدتی دچار افت تحصیلی شد. کم‌خواب و با مشکلات حاد گوارشی مواجه شد. هر روز گوشه‌گیر تر شده و کم‌کم به افسردگی مبتلا شد. وقتی ناامید از تغییرات هورمونی بلوغ زن روان‌شناس رفتند پسر که اتفاقاً محبوب و مأخوذه حیا بود به حرف آمد. شاید باورتان ننشود اما پسر گفت: «مادرم توی خانه لباس‌های تنگ و کوتاه می‌پوشد و خودش را به خیال اینکه با من محرم است مثل عروسک آرایش می‌کند، وقتی او را می‌بینم عصبی و آندوهگین می‌شوم.»

این هم قابل توجه‌مادرانی که توی خانه نوجوان دارند و به خیال محرم بودن خودشان راهفت قلم آرایش می‌کنند و لباس‌های نامناسب می‌پوشند. شاید عده‌ای داعیه روشنگری داشته باشند که پسرها اگر مادر خود را ازینا و در هر پوششی ببینند چشمشان عادت می‌کند و دیگر سراغ دخترها نمی‌روند. می‌گویند چشم و دلشان سیر با دوستان بگذرانند. شرکت در مهمانی‌های دوستانه برایشان اهمیت زیادی دارد. آنها در این سن دنبال الگوهای شخصیتی می‌گردند. دیوار اتاقشان پر می‌شود از عکس ورزشکار یا هنرمندی که دوستش دارند. آنها سعی دارند تمام رفتار و حرکات آنها را تقلید کنند.

■ روی خودشان حساس می‌شوند

آنها در این سن روی قیافه خود حساس می‌شوند. فکر می‌کنند آدم و عالم توی خیابان حواسشان به چهره آنها و کارهایشان است. ساعت‌ها مقابل آینه‌ها موهای خود را درست می‌کنند. سعی می‌کنند همیشه آراسته باشند. خیلی خوششان نمی‌آید توی جمع‌های مهمانی شرکت کنند. سعی دارند از خاطرات قدیمی فاصله بگیرند و مدام اطلاعات خود را در هر زمینه هنری و اجتماعی به‌روزرسانی کنند. اگر از نوجوان دختر یا پسر پرسید بطورشان پر مومی‌شود این تغییرات اجتناب‌ناپذیر است، شناسد. حتی به‌ظاهر هم شده تیمی را نام می‌برد.

■ برای او بودن وقت بگذارند

والدین بهتر است در این دوره حساس و در عین حال جذاب کنار فرزند خود باشند. برایش روزانه ساعتی وقت بگذارند و به کارهایی که او دوست دارد بپردازند. سینما، تئاتر، کنسرت و... مهم است که با او رابطه دوستانه داشته باشد و نه فرزند و والدی. حواستان باشد در این برهه توی هر چه توی خودتان او را به سمت انحرافات اخلاقی سوق می‌دهید، نسل پدربزرگ‌های ما معتقد بودند و خیلی از اصول را رعایت می‌کردند و همین می‌شد که نوجوان‌های آن روز سر از جنگ و شهادت درآوردند. آنها کمی دنبال دختر همسایه بودند؟ کی در خلوت به او تکه‌برانی می‌کردند؟ آنها دوست داشتند با شجاعت و کار مثل پدرها خود را ثابت کنند. اما حالا خیلی از نوجوان‌ها کارشان شده تمسخر یکدیگر، دم اینترنت و فضای مجازی هم گرم که نوجوانی را برایشان سرگرم کننده کرده است. کافی است یکی حرفی بزند و بقیه دنبالش شروع به کوبیدن او و تمسخرش کنند. دخترها برای پسرها جاک بسازند و پسرها دختران را دست ببندازند.

سبک مراقبت



مراقب تأثیرپذیری نوجوان‌ها از گروه دوستان باشیم

فرزندم! تو بهترین رفیق من هستی

■ حسین گل‌محمدی

دوستی یکی از زیباترین هدیه‌های خداوند به انسان‌هاست. قدرت دوست داشتن و دوست داشته شدن با شدت و ضعف در وجود همه نهاده شده تا از این نعمت بزرگ بهره ببریم. دوست می‌تواند انسان را به عالی‌ترین نقطه از معرفت و انسانیت برساند یا می‌تواند او را از اوج عظمت به حفضی ذلت بکشاند. خیلی‌ها تحت تأثیر دوستی زندگی‌شان را خوب یا بد ساخته‌اند. بعضی دوستی‌ها آنقدر عمیق و ریشه‌دار است که از کودکی تا پیری ادامه دارد و آنها دیگر برای هم مثل خواهر یا برادرند تا یک دوست که نسبت خوبی با هم ندارد. اما در برهه‌ای از زندگی این رابطه پر رنگ‌تر و جدی‌تر می‌شود و تقریباً تمام فضای ذهنی و روانی نوجوان را پر می‌کند.

او در این دوره جز دوستانش چیزی نمی‌بیند و تأثیرپذیری‌اش از دوست‌بسه مراتب بیش از خانواده است. او قدرت این را دارد که به دوستانتش توی خیابان‌ها برود زورگیری کند و دعوا راه بیندازد. یا می‌تواند آنقدر باشعور و بافرهنگ باشند که کسی متوجه عبور این دوره پرغلیان نشود. یکی تصمیم می‌گیرد نقاش شود یکی قهرمان کاراته، مهم این است که همه آنها می‌خواهند خودشان را ثابت کنند. آنها می‌خواهند ناشناخته‌های بزرگسالی را تجربه کنند و بسیاری از آنها برای اولین بار بی‌اجازه پشت ماشین پدرشان می‌نشینند و با دوستان خود گشت می‌زنند. حرف‌های این دوره بیشتر حول محور جنس مخالف است و آنها توی تنهایی دوستانه‌شان در مورد منش و رفتار خیلی از پسر یا دخترهای قایل حرف می‌زنند.

توی این دوره عشق‌های لحظه‌ای و گذرا شکل می‌گیرد. آنها با ورود به مرحله بلوغ نسبت به جنس مخالف حساس می‌شوند و اگر توی یک مهمانی با دختر خاله‌ای که در کودکی همبازی‌شان بوده روبه‌رو شوند، احساسات نشان داده و مدل کلام و رفتارشان تغییر می‌کند. تا قبل از این دوره همدیگر را می‌دیدند اما برایشان همجنس نبودن معنی خاصی نداشت، اما به‌محض بلوغ یا دوران نوجوانی پسرها نسبت به دخترها و برعکس حساس می‌شوند. اگر توی مدارش دو شیفت یافت عوض شیفت حضور یابند درخواهد می‌باید که آنها سعی دارند بدون اینکه یکدیگر می‌خورند که تا پهای کنار هم بمانند و وفادار باشند. شاید این اولین پیمان‌نامه جدی زندگی‌شان باشد. اما عمر این دوستی‌ها کوتاه است و گاهی بهترین دوست خود را رها می‌کنند و سراغ دیگری می‌روند. روزهای اول کمی از این جدایی می‌رنجد اما به‌مرور فراموش کرده و فرد دیگر را جایگزین می‌کنند زیرا گذراندن روزهای نوجوانی بدون دوست برایشان میسر نیست.

شش‌سال اول زندگی را والدین، شش‌سال دوم را معلمان و شش‌سال سوم زندگی را دوستان و همسالان فرد بیشترین نقش را ایفا کرده و بیشترین تأثیرات تربیتی را از این گروه دریافت خواهند کرد. اما چرا باید مراقب دوستی‌های این دوره حساس بود و روی آن کنترل نامحسوس داشت؟

نوجوانی دوره‌ای است که بچه‌ها دوست دارند مستقل از خانواده باشند. دنبال کسب هویت هستند و می‌خواهند مدت زیادی را با دوستان بیرون خانه سپری کنند. همین محیط بیرون هویت اجتماعی می‌آید توی جمع‌های مهمانی شرکت پای رفاقت سر از قهوه‌خانه و میز قمار و گیم‌نت و خیابان‌گردی درمی‌آورند و عده‌ای تمام وقت خود را در کنارباغ و باشگاه و کلاس‌های هنری می‌گذرانند. ممکن است پسر بی‌خاطر تأثیرپذیری از رفیقش درس خواندن را رها کند. ممکن است دختری تحت تأثیر دوست



توی این دوره دوستی‌ها شکل خاصی دارند. اغلب میان دو نفر شکل می‌گیرد. آنها تقسیم می‌خورند که تا پهای کنار هم بمانند و وفادار باشند. شاید این اولین پیمان‌نامه جدی زندگی‌شان باشد. اما عمر این دوستی‌ها کوتاه است و گاهی بهترین دوست خود را رها می‌کنند و سراغ دیگری می‌روند. روزهای اول کمی از این جدایی می‌رنجد اما به‌مرور فراموش کرده و فرد دیگر را جایگزین می‌کنند و وفادار می‌مانند.