

## هدایانه سفارش رسولانه برای تربیت فرزند

مردی به رسول خدا(ص) عرض کرد: حق این فرزند بر من چیست؟ پیامبر(ص) فرمودند: اسم خوب برایش انتخاب کنی، به خوبی او را تربیت نمایی و به کاری مناسب و پسندیده بنگاری.

عده‌الداعی، ص ۷۶

## کاشانه

مدیرمسئول: محمد جواد اخوان  
سردبیر: غلامرضا صادقیان  
دبیر ویژه‌نامه: حسین گل محمدی  
همکاران تحریریه: نیره ساری، نیره محمودی  
حسن فرامرزی، محبوبه قربانی  
چاپ: همشهری

یکی از راه‌هایی که نوجوانان را در تلاطم‌ها و شیب‌ها متضرر در این دوران کمک می‌کند، خودشناسی و خداشناسی است. برای این شناخت یا تقویت آن چه راهکاری پیشنهاد می‌دهید؟

همه ما تحت تأثیر محیط و اطرافیان قرار داریم؛ تأثیرات فوق‌العاده‌ای که نوجوانان هم از این موضوع مستثنا نیستند. بهترین خدمت برای رشد، خداشناسی و خودشناسی ارتباط با افراد سالم است، معاشرت‌های خانوادگی، به خصوص خوبشاوندانی که از اخلاق خوبی برخوردار هستند و شئون‌ها دینی در آنها رعایت می‌شود. تعامل و رفت‌وآمد در محیط‌هایی مثل مسجد و مسجد.

دوره نوجوانی یک دوره بحران هویت است و بی‌تردید در سایه تعلیمات دینی می‌توان نوجوانان را از این بحران نجات داد. والدین و مربیان در انجام این نوع از تربیت چه نکاتی را رعایت کنند تا نتیجه درست و صحیحی حاصل شود؟ این فرآیند است که باید در کودکی شروع و در نوجوانی ادامه پیدا کند. مهم‌ترین اصل در تربیت، پایداری و تکریم آنها نداشته باشند، چطور می‌توانند از نوجوانان شان توقع داشته باشند. دلتخوری‌های فامیلی و برخورد نامناسب با اطرافیان آموزش غلطی است که ناخودآگاه به فرزندان داده می‌شود، بنابراین می‌توان گفت والدین، مربیان عملی دین هستند که در خانه و در هر لحظه دین را در رفتارشان نشان می‌دهند. اگر پدر و مادری به این تعلیمات پایبند باشند و فرزند آن را در کودکی‌اش دیده باشند، آن را در نوجوانی ادامه می‌دهد و این پایداری حفظ می‌شود.

نظر جنابعالی در خصوص برخورد سلبی و قهری در دوران حساس نوجوانی چیست؟

کلمه برخورد سلبی و قهری قابل تفسیر است. گاهی منظور انتقاد کردن است، گاهی هم برخورد قهری یا تنبیه. اگر می‌خواهیم اصلاح‌گری داشته باشیم، باید تذکر دهیم ولی قبل از آن باید رابطه محبت‌آمیز و دوستانه را ایجاد کنیم تا این تذکرات نتیجه مطلوبی داشته باشد. در صورت ایجاد ارتباط عاطفی این کار برای والدین می‌تواند تأثیر گذار باشد. باید ایجاد قربت روحی، روانی و درک مشترک است که می‌توان انتقاد کرد بدون اینکه شخصیت نوجوان را زیر سؤال برد. باید درک این شرایط نوجوان را هم می‌شود، در غیر این صورت برخورد هجومی و تخریبی نه تنها اثر گذار نیست بلکه اثر معکوس هم دارد.

مخالف پیدا می‌شود. والدین این موضوع را چگونه مدیریت کنند؟

گرایش به جنس مخالف یکی از حکمت‌های الهی است تا ازدواج شکل بگیرد. این نباید برای خانواده‌ها دور از انتظار باشد، به گونه‌ای که نتوانند با فرزندان‌شان حرف بزنند یا فکر کنند صحبت درباره این موضوع بی‌توجهی به حریم خانه است. این برخورد هر قدر غیر طبیعی باشد، بچه‌ها بیشتر اذیت می‌شوند. والدین باید این تغییرات را بپذیرند و فرزند را درک کنند، اما لازم است قبل از آن مراقبت‌ها را یاد بدهند. باید به نوجوان بگویم این دوران می‌شود می‌گذرد، اما هر چقدر این مراقبت‌ها لحاظ شود، مسائلی ایجاد نمی‌شود که غیر قابل جبران باشد و هزینه‌های زیادی به بار آورد. والدین باید

مدیریت روابط را به نوجوانان‌شان یاد بدهند و ویژگی‌های جنس مخالف و حساسیت‌های این نوع ارتباطات را به آنان بگویند تا نوجوان در مواجهه با این موضوع آسیب نبیند. بعضی از نوجوانان بلکه از سبزی کردن دوران کودکی، نسبت به انجام تکالیف دینی مثل نماز و روزه رغبتی نشان نمی‌دهند و در انجام آن تنبلی و سستی می‌کنند. در این باره چه توصیه‌ای به والدین دارید تا مبادا به جای جاذبه، دافعه ایجاد شود.

گاهی نوجوان اطلاعاتی را از بیرون و اطرافش دریافت می‌کند که ممکن است نسبت به مسائل دینی شبهاتی برای او ایجاد شود. پدر و مادر هوشمند معمولاً قبل از رسیدن این مطالب، فضای گفت‌وگو و رفع شبهات را فراهم می‌کنند یا از یک عالم و اندیشمند در این مسیر کمک

سبک تربیت  
غلامرضا حیدری ابهری، نویسنده و پژوهشگر حوزه تعلیم و تربیت:

## رهایی نوجوانان از تلاطم شبهات دینی در دست والدینی دیندار و مهربان است



نوجوانی سن و سالی است که از فضای کودکی فاصله گرفته و وابستگی به والدین کمتر می‌شود. نوجوان باید خودش شرایط را مدیریت کند و با بحران‌ها مواجه شود. او دیگر بچه قدیم نیست و آهسته آهسته وارد بزرگسالی می‌شود، بنابراین باید تک‌تیم و بیشتر از قبل به رسمیت شناخته شود. والدین باید در تصمیم‌گیری‌ها با او مشارکت و مشورت کنند و به او مسئولیت‌سپارند تا او را آماده ورود به دوره جوانی کنند. همه این حرکت‌ها باید آرام آرام و ضمن احترام گذاشتن به نوجوان پیش برود، با این فرض که احترام گذاشتن به نوجوان جنبش با کودکی فرق می‌کند و نباید جنس تراحم داشته باشد. این دوران حساسیت خاص خودش را دارد چرا که یک رفتار غلط از پدر و مادر و مربیان، می‌تواند روح دین‌یار و وجدان پاک نوجوانان را دچار خدشه کند، به همین جهت این وظیفه خطیری که بر دوش آنها نهاده شده است، اگر با اندک لغزشی انجام شود، نه تنها در قبال نوجوان بلکه در پیشگاه خداوند مسئول و باورند این یار در نوجوانان به شیوه عاقلانه و استفاده از تکنیک‌های دین‌باورانه. غلامرضا آموزگاران دینی، پاسخگوی نیازها و سوالات نوجوانان باشیم تا از این مسئولیت سنگین سربلند و سرفراز بیرون بیایم. این مهم، محقق نمی‌شود، مگر در سالی باورهای مذهبی و پروراندن این یار در نوجوانان به شیوه عاقلانه و استفاده از تکنیک‌های دین‌باورانه. غلامرضا حیدری ابهری، نویسنده و محقق در حوزه تعلیم و تربیت کودکان و نوجوانان است. خداشناسی قرآنی کودکان، دا به معرف قرآن، نان و نمک، زندگی‌نامه نهج‌البلاغه، فرهنگ‌نامه سوره‌های قرآن، پیامبر(ص) و قصه‌هایش از جمله آثار این نویسنده است. «جوان» درباره تربیت دینی نوجوانان، چالش‌ها و دغدغه‌های خاص این دوران با این نویسنده گفت‌وگویی داشته است که می‌خوانید.

### محبوبه قربانی



گاهی نوجوان اطلاعاتی را از بیرون و اطرافش دریافت می‌کند که ممکن است نسبت به مسائل دینی شبهاتی برای او ایجاد شود. پدر و مادر هوشمند معمولاً قبل از رسیدن این مطالب، فضای گفت‌وگو و رفع شبهات را فراهم می‌کنند یا از یک عالم و اندیشمند در این مسیر کمک می‌کنند یا از یک عالم و اندیشمند در این مسیر کمک

### بر احساس در ماندگی غلبه کن!

## همه می‌پرسیم: آیا می‌توانم تغییر کنم؟



تغییر بدیم؟ اولین علت عادت است. عادت در انسان احساس عجز را تقویت می‌کند، زیرا عادت نیروی بسیار قدرتمندی است که چون به مرور زمان و به شکلی تدریجی شکل می‌گیرد، نهادینه می‌شود و تغییر آن به زمان و تلاش

این صورت مسیر تأثیر گذاری بسته خواهد شد. در این برهه سستی فرزندان یا انواع تلقین از سوی دوست‌های مجازی یا حقیقی مواجه می‌شوند، از جمله اینکه دینداری ماهیه نشاط و شادی نیست و دین مانع کسب علم و پیشرفت است! چگونه این نگرش در آنها ایجاد نشود یا در صورت ایجاد، اصلاح شود؟

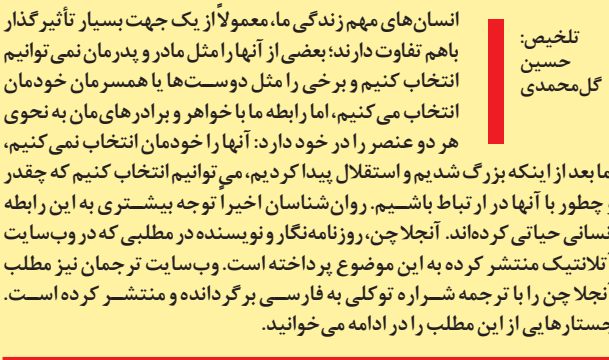
این نگاه نیز به نوع برخورد خانواده‌ها مربوط می‌شود. در خانواده‌ای که در کنار دینداری برنامه شاد و مفرح داشته و اهل مطالعه و تحصیل باشد، نوجوان هیچ وقت فکر نمی‌کند دین مانع شادی و تحصیل است. در تاریخ از این نمونه‌ها بسیار داریم که هم دیندار بوده و هم اهل تحصیل، طوری که پیشرفت‌های خوبی هم داشته‌اند، مثل بوعلی سینا و پرفسور حسینی که اهل فکر، مطالعه، تحصیل و دارای تألیفات و دستاوردهای علمی زیادی بوده‌اند، اما دیندار هم بوده‌اند و عمل به واجبات نیز داشته‌اند. این مهم با حرف زدن ممکن نیست و باید برای آن برنامه و یک تراز در شادی و غم داشته باشیم. یکی از مشکلات و تعارضات نوجوان امروز، فاصله‌گیری از هویت ایرانی و گرایش به هویت غربی است. درباره آشنی نوجوانان با هویت‌شان چه توصیه و راهکاری دارید؟

این واقعیتی است که بچه‌ها با فضای زیست غربی مواجه می‌شوند و یک سبک زندگی غربی را در رسانه‌ها می‌بینند. نباید این مسئولیت را تنها گردن خانواده‌ها انداخت بلکه مجموعه‌های از کم‌کاری‌ها باعث فراموشی هویت در نوجوان می‌شود که لازم است همه آنها پای کار باشند. کم‌کاری تلویزیون و آموزش و پرورش و کم‌کاری روحانیت در جای خودش حائز اهمیت است. در این خصوص اگر چه نقش خانواده مهم است اما نمی‌توان بار خانواده را زیاد کرد. راه‌حل آن این است، وقتی نوجوانان با مفاخر و امتیازات فرهنگی آشنا می‌شوند، با ویژگی‌ها و امتیازات آن هم آشنا می‌شوند. متأسفانه آموزش و پرورش اقتدر روی درس‌های فیزیک، شیمی و شاد اصلی ترین مسئولیت‌هایش را فراموش کرده یا خیلی جدی تلقی نمی‌کند.

کشور ما ارزش‌های بسیاری در تاریخ دارد که دفاع مقدس از جمله آنهاست. آشنایی نوجوانان با این ارزش‌ها چه آثار تربیتی را در پی خواهد داشت؟

بی‌شک هر چه بچه‌ها با ما مورد گذشته کشورمان مخصوصاً تجرباتی مثل تجربه بزرگ دفاع مقدس بدانند و آشنا شوند، توان بیشتری خواهند داشت تا زندگی بهتری را رقم بزنند. به طور خاص درباره دفاع مقدس باید گفت، از آن تجربیات ارزشمندی مثل خودباوری، عزم، اراده، صبر و بردباری کسب می‌شود. در این عرصه قهرمانان بزرگی داریم. نوجوانان دوست دارند قهرمان و الگو داشته باشند، زیرا الگوسازی و الگویی خاص این دوران است، بنابراین می‌توان آنها را الگو و قهرمان جدید پیدا کرد. ارزش تربیتی تاریخ ایران و اسلام خیلی بالاست. اگر عواطف‌شان با قهرمانان بزرگ و با شهداگر به‌بخورد، آنها با قدرت بیشتری می‌توانند در زندگی پیش بر روند. اثر تربیتی این پیوند روشن است، فقط برای این مهم باید برنامه و راه‌کل داشت. در این زمینه ظرفیت هنر نباید غافل شد که خیلی کمک‌کننده است. نوشتن رمان و ساحت فیکم می‌تواند الگوهای خوبی به نوجوانان ما معرفی کند، اما مقدم بر همه اینها خانواده است که می‌تواند خود الگوی مناسب یا معرف الگوهای صدر تاریخ باشد.

انسان‌های مهم زندگی ما، معمولاً از یک جهت بسیار تأثیر گذار باهم تفاوت دارند؛ بعضی از آنها را مثل مادر و پدرمان نمی‌توانیم انتخاب کنیم و برخی را مثل دوست‌ها یا همسرمان خودمان انتخاب می‌کنیم، اما رابطه ما با خواهر و برادرهای مان به نحوی هر دو عنصر را در خود دارد. آنها را خودمان انتخاب نمی‌کنیم، اما بعد از اینکه بزرگ شدیم و استقلال پیدا کردیم، می‌توانیم انتخاب کنیم که چقدر و چطور با آنها در ارتباط باشیم. روان‌شناسان اخیراً توجه بیشتری به این رابطه انسانی حیاتی کرده‌اند. آنجلا چن، روزنامه‌نگار و نویسنده در مطلبی که در وب‌سایت آتلانتیک منتشر کرده به این موضوع پرداخته است. وب‌سایت ترجمان نیز مطلب آنجلا چن را با ترجمه شساره توکلی به فارسی برگردانده و منتشر کرده است. جستارهایی از این مطلب را در ادامه می‌خوانید.



دو مرحله متمایز در روابط معمول خواهر و برادری وجود دارد. در مرحله اول، ارتباط فرزندان درون نظام خانواده نهادینه می‌شود که به وسیله والدین شکل می‌گیرد. در مرحله بعدی فرزندان به تدریج مستقل می‌شوند، سسر انجام خانه را ترک می‌کنند و زندگی خود را می‌سازند. در این سال‌های بعدی است که پیوند میان خواهر و برادرها ترکیب جالبی پیدا می‌کند، به این صورت که هم غیر اختیاری است (کسی خواهر و برادرهای خود را انتخاب نمی‌کند) و هم اختیاری (دور شدن از خواهر و برادرها معمولاً کمتر از طلاق از همسر یا جدایی از والدین نگران‌کننده است).

به عبارت دیگر، خواهر و برادرها زمانی به اجبار در کنار هم قرار می‌گیرند و بعد ناگهان این اجبار از میان می‌رود. استقلال بزرگسالی، زمانی که دیگران این نزدیکی ضروری نیست و تعهدات کاهش می‌یابند، فرصت‌هایی را فراهم می‌کند تا خواهر و برادرها روابط گذشته خود را بازسازی و ترمیم کنند یا کنارشان بگذارند، در نقش‌های دوران کودکی‌شان گیر بمانند یا از آنها رها شوند.

اگر فقط یک چیز باشد که بیشتر مردم فکر می‌کنند درباره روابط خواهر و برادری می‌دانند، همان تأثیر تربیت تولد است. متخصصانی که برای نوشتن این مقاله با آنها صحبت کرده‌ام، می‌خواهند این باور غلط اصلاح کنند. این موضوع افسانه‌ای بیش نیست. فراموش کنید. مهم نیست چند کودک در پست‌های تیک‌تاک خود «سندرم فرزند میانی» می‌یابند، تربیت تولد آنقدرها هم بر شخصیت افراد تأثیر ندارد، اما حتی اگر تربیت دقیق تولد فرزندان اهمیتی نداشته باشد، خواهر و برادرها تأثیر عمیقی بر زندگی یکدیگر دارند. بنابر اظهارات شان وایمن، متخصص رشد دوره نوجوانی و استاد دانشگاه ایالتی یوتا، در سال‌های نوجوانی، خواهر و برادرها به اندازه همسالان و خیلی بیشتر از والدین، در جهت‌دهی به تصمیمات مؤثرند. بر اساس یکی از مطالعات، آزمون‌هایی که قبل از ۲۰ سالگی در روابط‌شان با خواهر و برادرهای‌شان دچار کشمکش یا بی‌مهری شده بودند، در ۵۰ سالگی بیشتر در معرض افسردگی بودند، در هر حال، شایان ذکر است بیشتر پژوهش‌ها روی خانواده‌هایی با دو فرزند با تفاوت سنی کمتر از پنج سال انجام شده و به فاصله‌های سنی بیشتر و خانواده‌های بزرگ‌تر توجه کمی شده است.

متخصص همچنین به عامل دیگری اشاره کرده‌اند که تأثیر زیادی بر روابط خواهر و برادرها دارد و امکان مسموم کردن این تعامل را در خود دارد: تبعیض والدین. کاترین جیوبری کانگر، استاد مطالعات خانواده در دانشگاه کالیفرنیا در شهر دیویس، با جفت‌های خواهر و برادر، از زمانی که کلاس نهم بوده‌اند، به صورت باهم و جدا از هم، مصاحبه‌هایی داشته است. اکنون آنها بزرگسال هستند. طی این مصاحبه‌ها، کانگر متوجه شد خواهر و برادرها به خاطر می‌آورند که چه کسی ملاق مشترک بیشتری با مادر داشت و چه کسی بیشتر با پدر توب‌بازی می‌کرد. رفتار متفاوت بر اساس سرگرمی‌های خاص یا نیازهای قابل درک، مثلاً نیاز یکی از فرزندان به کمک اضافی برای انجام تکالیف مشکلی نداشت، اما کانگر گفت: اگر فرزندان احساس می‌کردند که پدر یا مادر با هر دو بی‌انگیزه است یا یکی از خواهر یا برادرها تبعیض قائل می‌شوند، می‌توانستید بروز کشمکش یا تنش را در ارتباط ببینید. احساس رنجش ناشی از تبعیض پیش از سنین نوجوانی به اوج خود می‌رسد. وقتی کودک وارد دبیرستان می‌شوند، استقلال بیشتری به دست می‌آورند، وقت بیشتری را در دوستان‌شان می‌گذرانند و کمتر تحت نظارت والدین‌شان هستند. در این زمان، ماهیت اختیاری روابط خواهر و برادرها به تدریج خود را نشان می‌دهد. نیکول کمپبونه بار، روان‌شناس دانشگاه مسوری می‌گوید: «برای حفظ رابطه در واقع باید تلاش کنید». اتفاقات این دوره مهمی کیفیت روابط خواهر و برادرها در بزرگسالی است.

اینکه چه کسانی احتمالاً رابطه‌شان را برقرار یا بازسازی می‌کنند به عوامل بسیاری بستگی دارد. بر اساس مصاحبه‌ها و نظرسنجی‌های انجام شده، یکی از مهم‌ترین عوامل پیش‌بینی‌کننده، محبت و صمیمیت میان اعضای خانواده است. ممکن است والدین از این موضوع شکایت داشته باشند که فرزندان‌شان زیاد با هم دعوا و مشاجره می‌کنند، اما دعوا و کشمکش نشانه شایع فرزندان به هم است. اگر اعضای خانواده نسبت به هم با محبت باشند، کشمکش‌های شدید لزوماً نشانه وجود مشکل نیست؛ در واقع روابطی که بی‌توجهی و بی‌اعتنایی بر آنها حاکم است بیشتر جای نگرانی دارند. با وجود این، کانگر معتقد است اکثر خواهر و برادرها نوعی بازتعریف سازوکار رابطه را پشت سر می‌گذارند.

رویدادها و تحولات مهم زندگی، مانند ازدواج، بارداری، تولد و مرگ، همگی می‌توانند موجب تغییرات اساسی در خانواده‌ها بشوند. اگر چه اکثر پژوهش‌ها در خصوص بازتعریف سازوکار رابطه بر احتمالات مثبت تمرکز داشته‌اند، این رویدادهای بزرگ و استرس‌های مربوط به آنها می‌توانند به دور شدن افراد از یکدیگر نیز منجر شوند. برای مثال، همان‌گونه که مکان گیلیگان، استاد مراحل رشد انسانی در دانشگاه ایالتی آیووا، بیان می‌کند هنگامی که خواهر و برادرها نیاز دارند در هم آینه‌د و از یکدیگر مراقبت کنند، ممکن است رنجش‌های مبتنی بر تبعیضی که متخصصان اشاره کرده‌اند دوباره خود را نشان دهند.

برای بسیاری از ما روابط خواهر و برادری طولانی‌ترین رابطه‌های زندگی ما هستند. قبل از ملاقات با همسرمان (و پیش از بچه‌دار شدن مان) خواهران و برادران مان را می‌شناسیم و پس از مرگ والدین‌مان هم این روابط ادامه دارد. ون ولکام، روان‌شناس دانشگاه مونتووت در این مورد اظهار داشت: «همیشه به دانشجویانم می‌گویم تنها کسی که از ابتدا کنار من بوده خواهرم بوده است و نه دوستانم، همسرم با هیچ‌کس دیگری». خواهران و برادران بخشی از پیشینه زنده هر فرد و شکلی از خاطرات ما هستند که بیرون از ما زندگی می‌کنند. در روابط طولانی، سوءتفاهمات و تجربیات بد دهه‌ها ارتباط روی هم جمع می‌شوند که موجب دلسردی و سرخوردگی در رابطه می‌شوند، پیوند بین خواهر و برادرها هم مستثنی نیست و پیچیدگی‌های خاص خودش را دارد. اما طول مدت و ماهیت متغیر رابطه حق انتخابی را به خواهر و برادرها می‌دهد. اجازه دهند این پیشینه شکل رابطه‌شان را تعریف کند یا اینکه گذشته را مبنایی برای ساختن شیوه جدیدی از ارتباط‌شان قرار دهند.

### سبک‌نگرش

#### بروین قامتی

انسان همواره در پی پیدا کردن توجیهی برای اشتباهات خود است، در حالی که می‌داند این کار مثل خوردن آب شور است که نه تنها دردی را دوا نمی‌کند، بلکه بر تشنگی او می‌افزاید. بشر امروز تصور می‌کند با داشته‌های بیشتری می‌تواند بر اضطراب و ترس از نداری غلبه کند، در حالی که حرص به جمع کردن و مصرف دیوانه‌وار اتفاقاً به اضطراب انسان دامن می‌زند و او را گرفتارتر و درمانده‌تر می‌کند.

گاهی عمری طول می‌کشد تا متوجه می‌شویم این رویدادها، شرایط و آدم‌های دیگر نیستند که پیامدهای زندگی ما را رقم می‌زنند یا بالدلسوزی به حال خود و چهره قربانی به خود گرفتار، قادر نخواهیم بود مشکلات مان را حل کنیم. باید این واقعیت را باور کنیم که این خود رویدادها نیستند که پیامدها را رقم می‌زنند، بلکه واکنش‌ها به رویدادهاست که تعیین‌کننده و مهم است. اکثر انسان‌ها از روی عادت به محرک‌های مختلف پاسخ یکسانی می‌دهند، هر چند ترک این عادت دشوار، اما ممکن است. انسان می‌تواند واکنش خود به رویدادها را تغییر بدهد و نتایج متفاوتی بگیرد. یادمان باشد این ما هستیم که واکنش‌های خود را در برابر رویدادها انتخاب می‌کنیم. اگر چنین رویکردی عاقلانه‌ای را انتخاب نکنیم، به دیگران این پیام را می‌دهیم که این رفتار توست که واکنش را تعیین می‌کند. هم هیچ کنترلی روی واکنش ندارم و قربانی رفتار تو هستم. یادمان باشد که کلید تغییر، آگاهی است. در اکثر موارد، دلیل عصبانیت ما چیزی

که وانمود می‌کنیم نیست. همه آدم‌ها دوست دارند محترم شمرده شوند و وقتی احساس می‌کنند دیگران به آنها اهمیت نمی‌دهند، عصبانی می‌شوند.

اما چرا نمی‌توانیم واکنش‌های خود را نسبت به دیگران