

روان‌شناسی نوجوان

گردآوری و تألیف

دکتر اکرم پدرام‌نیا

پیشگفتار و ویرایش

شهرام اقبال‌زاده

سرشناسه: پدرام‌نیا، اکرم، ۱۳۳۷ -
 عنوان و نام‌پدیدآور: روان‌شناسی نوجوان / گردآوری و تألیف اکرم پدرام‌نیا
 پیشگفتار و ویرایش شهرام اقبال‌زاده
 مشخصات ناشر: تهران، نشر قطره، ۱۳۸۷.
 مشخصات ظاهری: ۱۸۴ ص.
 فروش: سلسله انتشارات نشر قطره؛ ۴۰۱. روان‌شناسی؛ ۶۴.
 شابک: 978-964-341-834-2
 وضعیت فهرست‌نویسی: فیا
 یادداشت: کتابنامه؛ ص ۱۸۰ همچنین به صورت زیرنویس
 موضوع: نوجوانان - روان‌شناسی
 موضوع: نوجوانان - مسائل اجتماعی و اخلاقی
 شناسه‌ی افزوده: اقبال‌زاده شهرام، ۱۳۳۳ - ، مقدمه‌نویس و ویراستار
 رده‌بندی کنگره: ۱۳۸۷ / پ ۳۶ ر ۷۲۴/۹ BF
 رده‌بندی دیویی: ۱۵۵/۵
 شماره کتابخانه ملی: ۱۲۸۹۰۲۲

شابک: ۲ - ۸۳۴ - ۲۲۱ - ۹۶۴ - ۹۷۸ - 978-964-341-834-2

سلسله انتشارات
نشر قطره - ۹۰۱

روان شناسی - ۶۱



نشر قطره

نشر قطره



نشر قطره

روان‌شناسی نوجوان

گردآوری و تألیف: دکتر اکرم پدramنیا

پیشگفتار و ویرایش: شهرام اقبال‌زاده

چاپ اول: ۱۳۸۸

لیتوگرافی: طاروس رایانه

تیراژ: ۲۲۰۰ نسخه

بها: ۳۰۰۰ تومان

حق چاپ برای نشر قطره محفوظ است.

خیابان فاطمی، خیابان ششم، پلاک ۳ - دورنگار: ۸۸۹۶۸۹۹۶

۸۸۹۷۳۳۵۱-۳ و ۸۸۹۵۲۸۳۵ و ۸۸۹۵۶۵۳۷

صندوق پستی: ۳۸۳-۱۳۱۴۵

www.nashreghatreh.com

nashreghatreh@yahoo.com

Printed in The Islamic Republic of Iran

فهرست

چند نکته از ویراستار.....	۷
۱. بلوغ و نوجوانی.....	۲۳
۲. مغز نوجوان.....	۳۳
۳. نوجوانان و کارهای پرمخاطره.....	۵۹
۴. نحوه برقراری ارتباط با نوجوان.....	۷۳
۵. تفاوت‌های دوجنس دختر و پسر و شخصیت جنسی.....	۸۹
۶. سیگار، الکل، مواد مخدر و نوجوان.....	۱۱۳
۷. نوجوانان و وسایل ارتباط جمعی.....	۱۳۳
۸. چرا نوجوانان خسته‌اند؟.....	۱۴۳
۹. بیماری‌های روانی نوجوانان.....	۱۴۹
۱۰. شناخت نوجوانان از جنبه‌های روان‌شناسی و اجتماعی.....	۱۵۹
نتیجه.....	۱۷۱
مآخذ.....	۱۸۰
ضمیمه.....	۱۸۱

چند نکته از ویراستار

میرچا الیاده اسطوره‌شناس و دین‌پژوه نامی دربارهٔ دورهٔ نوجوانی نوشته است: «... این دورهٔ اسرارآمیز انتقال از کودکی به جوانی... یعنی ادورهٔ بلوغ [تجربه‌ای استثنایی را تشکیل می‌دهد و امکانات خلاقهٔ آن به ندرت [درک] و مفهوم می‌شود و پرورش می‌یابد. تنها وسیلهٔ به تصویر کشیدن این امکانات تشریح جزء به جزء و تاسرحد امکان صادقانه و دقیق دقایقی بود که در وهلهٔ اول برخورد و سپس بردوستان و همکاسی‌هایم می‌گذشت».^۱

و در پایان «پیشگفتار» خود می‌نویسد: «جهانی که داستان از آن پرده برمی‌دارد، حاصل ذهنیت خلاق است نه تسلط مورخ تاریخ تطبیقی ادیان بر علم یا تفاسیر کتب آسمانی».^۲

نگارنده به عنوان فردی علاقه‌مند به ادبیات و علوم انسانی به ویژه ادبیات کودک و نوجوان، سال‌هاست دریافته که پیوندی درونی بین شناخت عینی و زندهٔ انسان — که قلمرو علوم انسانی است — و شناخت عاطفی او — که قلمرو

۱. «یک مرد بزرگ» / دوازده هزار رأس گاو» ترجمهٔ محمدعلی صوتی، انتشارات اساطیر، چاپ اول، ۱۳۸۰، صفحهٔ ۱۳ (یادآوری: داستان اول در ۱۹۴۵ و دوم ۱۹۵۲، اما پیشگفتار ۲۳ سپتامبر ۱۹۸۰ نگاشته شده است). (ش. ۱)

۲. همان منبع، ص ۱۴.

هنر و ادبیات است - وجود دارد، به طوری که نیچه می‌گوید روان‌شناسی را بیشتر مرهون داستان‌های داستایوسکی است تا کتاب‌های روان‌شناسی، از همین رو است که الیاده دربارهٔ دورهٔ حساس و بحرانی نوجوانی - که به نظر وی کمتر «درک و فهم می‌شود» و کمتر به درستی به آن پرداخته می‌شود تا «امکانات خلاقهٔ آن کشف و پرورش یابد» - بر آن می‌شود تا از طریق داستان و رمان به «تشریح جزء به جزء و تا سرحد امکان صادقانه و دقیق دقایقی...» بپردازد «که در وهلهٔ اول بر خود و سپس بر دوستان و همکلاسی‌هایش می‌گذرد»!

اما روان‌شناسی نیز در طول موجودیت خود کوشیده است با بهره‌گیری از نظریه‌ها و رویکردهای مختلف و تجربهٔ میدانی، همچون ادبیات به کاوش و کشف شخصیت انسان بپردازد؛ در دهه‌های اخیر با توجه به تشدید بحران‌های اجتماعی و فرهنگی و دورهٔ دشوار گذار جامعهٔ بشری از سنت‌های دست و پاگیر و ناهمخوان با تحولات تندپوی تاریخی و اجتماعی و فرهنگی و حساسیت دورهٔ گذار از کودکی به جوانی - یعنی دورهٔ بلوغ که خود بیانگر «گذار در گذار» و «بحران در بحران» - بحران تاریخی اجتماعی و فرهنگی همراه با «بحران بلوغ» - است، توجه به روان‌شناسی دورهٔ بلوغ و شناخت نوجوانان به مراتب بیشتر اهمیت یافته است. آنتونیو گرامشی در دهه‌های آغازین قرن بیستم با توجه به این که افراد در «معرض نگرش‌های متناقضی از جهان قرار دارند، نظراتی که از پراتیک روزمرهٔ جامعه موجود برمی‌خیزند» معتقد است «شخصیت هر کس به شیوه‌ای غریب شکل می‌گیرد و شامل عناصری از غارنشینی و اصولی از مدرن‌ترین دانش‌های پیشرفته است، [یعنی ترکیبی از] پیشداوری‌های پوسیدهٔ تمامی مراحل تاریخی گذشته و حدسیات فلسفهٔ آینده که نوع بشر را متحد کرد»^۱.

۱. به نقل از «تاریخ مردمی جهان» کریس هارمن، ترجمهٔ پرویز بابایی / جمشید نوایی، انتشارات نگاه، چاپ اول، ۱۳۸۶، ص ۷۳۹.

در شرایطی که از سویی هنوز بقایای سنت‌های پوسیده جان سختی می‌کنند و از سوی دیگر رشد شتابان تکنولوژی اطلاعاتی، ارتباطات را به حدی گسترده، ساده و سریع کرده که به درستی آن را دوره «انفجار اطلاعات» نامیده‌اند، کودکان و نوجوانان در معرض گرایش‌های ناهم‌ساز و حتی متضاد فرهنگی و اخلاقی و تربیتی قرار دارند و بزرگسالان نیز خود دچار تعارض و کشمکش درونی و تناقض‌ها و کشاکش‌های بیرونی هستند و نوعی سرگیجه تاریخی و فرهنگی و فکری گریبان آن‌ها را گرفته است و فرهنگ پدرسالاری را به چالش و پرسش کشیده، در بسیاری از خانواده‌ها جایگاه تعریف شده و شناخته شده پدر و مادر دچار تزلزل و تردید شده است، طبیعی و بدیهی است که کودک و به‌ویژه نوجوان که پایی در کودکی و سری در بزرگسالی دارد - یا به عبارت دقیق‌تر، می‌خواهد سری در بین بزرگسالان بجنباند - بیش از نوجوان‌های نسل‌های پیش سرگردان و حیران شده است که گاه به صورت عصیان و طغیان و پرخاشگری رخ می‌نمایند و گاه به صورت انزوا و انفعال و سرخوردگی و جمع‌گریزی (شمار این افراد روز به روز کمتر می‌شود و بیشتر در خانواده‌های سنتی دیده می‌شود) خود را نشان می‌دهد.

به عبارتی آن‌چه اندیشمندان پیشرو در عرصه کلان «بی‌نظمی نوین جهانی» می‌خوانند، در عرصه خرد خود را به صورت بی‌نظمی نوین خانوادگی و حتی آشوب‌های تازه به تازه فردی و نسلی نشان می‌دهد.

آشکار است که تفاوت‌های نسلی همواره وجود داشته است، اما معمولاً در جامعه بدوی و سنتی و پیشامدرن کمتر به صورت تعارض و شکاف نسلی بروز کرده است، گرچه گاه جنبه‌هایی از هنجارگریزی و هنجارشکنی نسلی در طول تاریخ وجود داشته است، اما گفته‌ی سقراط را در جامعه‌های سنتی و خودبسند باستانی و قرون وسطایی - تا پیش از ظهور پیدایش سرمایه‌داری و شکل‌گیری مدرنیته - شاید بتوان استثنایی در اثبات قاعده دانست، مرور سخنان سقراط درباره نوجوانان یونان باستان، اکنون ما را شگفت‌زده می‌کند:

«نوجوانان ما امروز عاشق خوشگذرانی‌اند. بدرفتاری می‌کنند و برای به‌دست آوردن هرگونه قدرت و اختیاری به والدین خود اهانت می‌کنند. به بزرگ‌ترها بی‌احترامی کرده و به‌جای ورزش، بیشتر وقت خود را صرف حرف زدن می‌کنند [امروزه «چت‌های بی‌پایان شبانه‌روزی! ش!]] دیگر جلوی پای بزرگ‌ترها بلند نمی‌شوند. روبه‌روی والدین خود می‌ایستند و با آن‌ها به مخالف برمی‌خیزند. غذایشان را لُب لُب می‌خورند و معلمان خود را اذیت می‌کنند» (به نقل از کتاب حاضر). مشابهت سخنان سقراط با وضعیت کنونی ناشی از آن است که یونان باستان گویی پیش‌الگو یا «پروتوتایپ» prototype جامعه مدرن است! چنین سخنانی این زوزها در کشور ما نقل و نقل محفل‌های بسیاری از پدر و مادرهای دانشگاه رفته و دانشگاه نرفته است؛^۱ چه بسا دانشجویانی از شخصیت‌های دانشگاهی و فرهنگی را می‌بینیم که از دست بچه‌های خود به‌ویژه نوجوانان ذله شده‌اند و احساس عجز و ابراز درماندگی می‌کنند.

به راستی چنین پدیده‌های ناشی از چیست؟ آیا صرفاً زاییده تفاوت‌های نسلی است؟ آیا پدیده‌های تاریخی - جهانی و عصری^۲ است و یا به صورت خاص آن، ویژه‌ی این برهه حساس از تاریخ ایران است که به صورت بارزتر خود را در تهران بیش و پیش از همه نقاط ایران نشان می‌دهد؟

۱. امروز دیگر مرز بی‌سواد و باسواد، تنها سواد خواندن و نوشتن نیست، بلکه در مطالعات فرهنگی، بحث از مقوله «سوادهای چندگانه» است که سواد دیجیتال (Digital literacy) یکی از رکن‌های اساسی آن است و البته سواد دیجیتال در ایران به کوره سواد «چت کردن» ختم شده است (آخر همه چیزمان باید به همه چیزمان بیاید! ش. ۱).

۲. «عصر Epoch» از نظر تاریخی و تاریخ‌نگاری و یا جامعه‌شناسی تاریخی، ویژگی‌ها و شاخصه‌های اجتماعی - اقتصادی و فرهنگی متفاوت در دوره‌ای مشخص است که با دوره‌بندی یا صورت‌بندی اجتماعی یا فرم‌اسیون تاریخی تفاوت دارد و دورانی کوتاه‌تر را دربر می‌گیرد، مثلاً جامعه مدرن خود، به دو دوره «صنعتی» و «پسا صنعتی» یا «فراصنعتی» تقسیم می‌شود (ش. ۱).

به نظر نگارنده گذشته از تحول شگرف دورانی و تأثیر قاطع تاریخی - جهانی بر این پدیده، شاخصه‌ها و بارزه‌های تاریخی - فرهنگی ایرانی و نگرش دوقطبی تقدس مآبی و تقدس زدایی و سنت زدگی و سنت زدایی به صورت افراطی و تقریبی، تلاش برای دفاع از سنت در کلیت یک پارچه آن از سویی و بینش ایستا و اسطوره‌ای نسبت به تقدس سنت، و سنت‌گریزی افراطی و هنجارشکنی‌های بیمارگونه اعتقادی و اخلاقی شبه مدرن از سوی دیگر چه در عرصه کلان و چه خرد، جامعه را در کلیت خود و نهاد خانواده را به صورت خاص تحت فشار و تعارض بیمارگونه و به گفته دورکهایم «آنومیک» و گسست آنارشیک قرار داده و مردم ما را دچار نوعی نسیان و آلزایمر تاریخی و اسکیزوفرنیای فرهنگی کرده است. نبود راهبردهای فرهنگی و آموزشی کوتاه مدت، میان مدت و درازمدت در عرصه کلان و عدم آشنایی خانواده‌ها با شرایط اجتماعی و فرهنگی و تاریخی حکمفرما و نشناختن نسل جدید پویا و نوخواه و هنجار گریز و حتی هنجار ستیز و هنجارشکن جدید در عرصه خرد و آموزش و پرورش ایستا و گذشته‌نگر ما باعث تشدید تفاوت نسلی و حتی اندک اندک شکاف نسلی شده، که گاه مشکلات و خسارت بسیاری برای کل خانواده و گاه دلزدگی و پریشانی و افسردگی و یا عصیان و حتی انحراف نوجوانان به بار آورده است.

بی‌گمان آشنا نبودن خانواده‌ها با ویژگی‌ها و نیازهای دوره جدید و نوع دلبستگی‌ها و گرایش‌های نوجوانان، این عارضه را بیش از پیش تشدید و بحرانی و مخاطره‌آمیز می‌کند.

تحقیق‌کاربردی دکتر اکرم پدram نیا با دیدی جزنگر و تجربی (در عین نگاه کل نگر و سینماتیک)، گام به گام خوانندگان و والدین را با ویژگی‌های جسمانی و روانی نوجوانان آشنا می‌کند و برای هر مورد و هر مرحله راهکارهایی سودمند و عملی پیشنهاد می‌کند.

اولین گام ضروری برای پروراندن و بالاندن نوجوانان، همراهی و همدلی

و برقراری ارتباط نزدیک و صمیمانه با نوجوان و جلب اطمینان وی و ایجاد اعتماد در اوست؛ این امر پوشش لازم روحی - روانی و عاطفی را برای گفت و شنودهای دوطرفه و چند طرفه آماده می‌کند. حضور فیزیکی و پشتیبانی مادی صرف و عبارات اندرزی و نصیحت‌های بزرگوارانه غیر صمیمی نه تنها فضای مناسب را ایجاد نمی‌کند، بلکه باعث دوری و حتی گاه افسردگی و پریشانی و پرخاشگری نوجوانان می‌شود. جنیفر نیوتن در کتاب «پیشگیری عملی از آسیب‌های ذهنی» می‌نویسد: «... فردی که از کمبود عاطفه آزار می‌بیند چنانچه از نزدیکان خود پشتیبانی و محبت نبیند و با ناسازگاری و درگیری‌های لفظی و یا فیزیکی، تنش و فشار روحی، سردی، بی‌عاطفگی و بی‌تفاوتی آن‌ها روبه‌رو شود سه برابر فردی که کسی یا کسان نزدیکی را ندارد در معرض تشدید افسردگی و بروز پرخاشگری است»^۱ او می‌افزاید بدین ترتیب چهار کارکرد ناسازگاری، تنش، سردی و بیزاری و در نهایت پرخاشگری در او تقویت می‌شود.

نینی لیک و ماریان دیویدسن - نیلسن می‌نویسند: «مایلیم خاطرنشان سازیم که محرومیت عاطفی در دوره کودکی رانه تنها نوعی حرمان بلکه باید ضایعه تلقی کرد، ضایعه محرومیت از عشق و تفاهم، محروم کردن بچه از عشق بی‌دریغ و بی‌قید و شرط، این ضایعه خود را در بزرگسالی بروز می‌دهد و بیانگر آن است که در کودکی فرد را نپذیرفته‌اند و بی‌دریغ مهر نثارش نکرده‌اند» سپس اضافه می‌کنند «هر کسی در طول زندگی خود با کمبودهای شدید و یا ضایعه‌هایی روبه‌رو می‌شود، درک این موضوع خود مفید است تا نوجوان درگیر با مشکلات و کمبودها بتواند بهتر بفهمد برای غلبه بر چنین مشکلاتی به یاری دیگران نیازمند است» برای یازبایی روحی چنین

1. Preventing Mental Illness in Practice, Jennifer Newton, First Published 1992, Routledge, P19.

«illness» را در این جا آگاهانه «آسیب» ترجمه کرده‌ام (ش. ۱).

نوجوانانی باید پدر و مادر از دیگران در مدرسه و یا دوستان و بستگان و در صورت امکان و توان (به‌ویژه از نظر سامالی) از روان‌شناس یاری بگیرند و بدانند که احتمالاً آن‌ها - یا فرزندشان - به تنهایی مقصر نیستند و خود را سرزنش نکنند زیرا وضعیت خاص تاریخی و اجتماعی ما بی‌گمان نقشی جدی در این قضایا دارد، به گفته یکی از جامعه‌شناسان ایرانی «فراگفتمان مدرنیته در ابتدای نوعی روان‌پریشی معرفتی را در جامعه ایجاد کرد و به تبع آن روان‌پریشی هویتی را به وجود آورد...»^۱ در چنین شرایط خطیری والدین نیازمند آن هستند که نه تنها به مشکلات فردی و خانوادگی نوجوان توجه کنند، بلکه پیوند آن را با جامعه دریابند.

از این رو نوجوانان ما، به درک و همدلی و تفاهم و پشتیبانی بیشتری نیاز دارند. آلیس میلر در کتاب «تحول روان‌شناختی کودک» در مورد بی‌توجهی به کودک و یا نوجوان و احتمال بروز آسیب‌های روحی و ضایعه‌های روانی هشدار می‌دهد و معتقد است اگر کسی در کودکی دچار محرومیت عاطفی شده باشد، خود به تنهایی بخت بسیار ناچیزی برای بهبود رنج‌هایش خواهد داشت و بر این نکته پای می‌فشارد که باید به بچه‌ها فرصت بیان روشن و صریح احساساتشان داده شود. بزرگسالان باید زمینه‌ای را فراهم کنند تا بچه‌ها احساسات بسیار متنوع خود را بازگو کنند، نه فقط شادی‌ها و غم‌هایشان را بلکه حسادت‌ها، حرص و آزهایشان را، یا حتی شرارت‌ها و پستی‌هایشان و چیزهایی از این قبیل را» وی تا آنجا پیش می‌رود که می‌نویسد «پذیرش انتقادات و حتی اهانت‌هایی که با نوعی عواطف بچه‌گانه همراه است، راه را برای فراگیری نوجوان و شناخت خویش‌شن خویش باز می‌کند تا بتواند خود حقیقی (True self) و هویت حقیقی‌اش (True identity) را بسازد و شکل بدهد.

۱. محمدرضا تاجیک «واسازی گفتمان مسلط» شرق، پنجشنبه ۲۷ اردیبهشت ۱۳۸۶.

جان کلام نوشته‌های آلیس میلر خطر «نادیده گرفتن شخصیت فردی»^۱ نوجوانان است. بسیاری از والدین ظرفیت درک و توان به حساب آوردن احساسات و نظریات نوجوانان را ندارند، آن‌ها موجبات آزرده‌گی و دلزدگی و پرخاشگری نوجوان خود را فراهم می‌کنند. آگاهانه یا ناآگاهانه، والدین انتظار دارند بچه‌ها عواطف و احساسات آن‌ها را درک کنند و به نیازهای پدر و مادر پاسخ و به خواست آن‌ها تن در دهند. اگر نوجوان به خواست‌های آن‌ها گردن نهد، «بچه خوبی» است، چنانچه بر وفق تمایل خود عمل کند، آن‌گاه بچه‌ای خودخواه و نافرمان و سر به هواست.^۲ در چنین شرایطی اگر نوجوان میل داشته باشد که طبق عشق و علاقه والدین رفتار کند (آن هم عشق و علاقه پدر و مادر که همه بچه‌ها همواره بدان نیازمندند، آیا می‌توان کودکی را تصور کرد که بی‌نیاز از مهر پدر و مادر باشد؟) به سرعت وابسته و یخ‌شده نسبت به والدین بار خواهد آمد و نسبت به آن‌ها ایثار خواهد کرد، آن چنان که به انکار خویشتن خویش خواهد پرداخت و این فراتر از شکل‌گیری یک شخصیت ایثارگر اصیل است که آگاهانه و برای ادای دینی یا انجام وظیفه‌ای و به ضرورت به «انکار نفس»^۳ می‌پردازد. آلیس میلر در کتاب «ماجرای [در داور] بچه بودن»^۴ می‌نویسد: «اگر به بچه‌ای اجازه داده شود زیاده‌خواه و حتی [اندکی] خودپسند... بار آید، بعدها خود به خود از این‌که بتواند آگاهانه فردی بخشنده و مهرورز شود، از کار خود به وجد می‌آید، اما [معمولاً] والدین در پی «بچه خوب» او «سربه‌زیر» و «حرف‌گوش‌کن» هستند که به آن‌ها مهر بورزد و تحسین‌شان کند، از این رو بچه نیز باید نقش بازی کند تا توجه پدر و

1. Self effacement

۲. «سربه‌هوا» را در برابر inconsiderate آورده‌ام (ش. ۱).

۳. با توجه به پیشینه فرهنگی و با توجه به بافت معنایی renunciation را «در این جا انکار نفس» ترجمه کرده‌ام (ش. ۱).

4. The Drama of being a child

مادرش را جلب کند. بدین ترتیب او در به دست آوردن «محبت و توجه والدین» و برآوردن خواست‌هایشان خبره و سرآمد می‌شود و در دل آن‌ها جا باز می‌کند، اما به چه بهایی؟ به بهای گزاف از دست دادن «خویشن خویش» (و استقلال رأی و زایل شدن هویت خود)؛ و این یعنی دست کشیدن از فهم و درک مستقل و حتی از دست دادن امکان بروز عواطف شخصی! اما والدینی که توانایی فراهم کردن زمینه بروز احساسات گوناگون بچه خود را دارند «من» او را زنده و شخصیت او را سرزنده نگاه می‌دارند.

اما بچه‌ای که فقط در پی برآوردن خواست به عنوان مثال مادرش باشد تنها به «ضرورت بقا» چسبیده است.^۱ وقتی مادری [یا پدری] نمی‌تواند احساسات فرزندش را درک کند و برتابد، بچه احساسات خود را نیست و نابود می‌کند و خواه ناخواه بخشی از روح و روان خود را دور می‌اندازد. حتی آن‌گاه که نوجوان پا به دوره بزرگسالی می‌گذارد، بهای چنین رفتاری را با اضطراب و دلشوره، دلمردگی و افسردگی، احساس پوچی و خلأ و بی‌تفاوتی می‌پردازد.

در این جا هشت نکته را که آلیس میلر در کتاب «ماجرای [دردآور] بچه بودن» مطرح کرده، یادآوری می‌کنیم، نکاتی که با نظریات اریکسون به خوبی همخوانی دارند، هر چند به طور کامل اصطلاحات یکسانی را به کار نگرفته‌اند:

۱- توجه و احترام به نوجوان، نیازی بنیادین است، او باید مورد احترام قرار بگیرد و در هر لحظه معین باید جدی گرفته بشود و هر گونه فعالیت او در مدبظر قرار گیرد، هر چند نیازی خودپسندانه به نظر آید اما نیازی کاملاً به حق است؛ برآوردن چنین نیازی بسیار تعیین کننده و سرنوشت‌ساز است و باعث می‌شود که نوجوان تصویری درست از خویش به دست آورد (خودشیفتگی

۱. در واقع نوعی زندگی نباتی غیرفعال (ش. ۱).

زوا و سالم).^۱

۲- عواطف یک نوجوان و «شور و هیجان درونی» او هسته اصلی سرشت فردی او را می‌سازد. این همان نقطه محوری است که «خویش‌شن او» یا «منش» وی را متبلور می‌کند.

۳- در فضایی آکنده از محبت و احترام و بردباری نسبت به بروز احساسات کودک است که او می‌تواند در دوزهای معین و متمایز از وابستگی زیست‌شناختی از مادرش دست بکشد و رها شود و گام بغدی را [در نوجوانی] در راه شکوفایی شخصیت فردی و استقلال خویش بردارد.

۴- پیش شرط و لازمه بارآیی این گونه خودشیفتگی روا و سالم، آن است که والدین چنین بچه‌هایی، خود باید در بچگی مورد احترام قرار گرفته باشند.

۵- چنانچه والدین خود در بچگی، مورد احترام مردم پیرامونشان قرار نگرفته باشند، «از خودشیفتگی» مورد نظر نصیبی نخواهند برد و همواره در زندگی خود در پی دست یافتن به چیزی خواهند بود که والدیشان به موقع به آن‌ها نداده‌اند، یعنی توجه تام و تمام و جدی به آن‌ها، تحسین همراه با توجه و مراقبت و ملاطفت در نوجوانی.

۶- البته چنین کند و کاوی یا درخواستی خواه ناخواه نمی‌تواند کامل باشد، چون سمت‌گیری آن به وضعیت گذشته نظر دارد، گذشته نظر قابل برگردانیدن و بازیابی نیست، یعنی دوره نخست شکل‌گیری شخصیت فردی یا منش [self]:

۷- شخصی که [در کودکی و نوجوانی] نیازش برآورده نشده یا نیاز خود را به درستی تشخیص نمی‌دهد از سر ناچاری [یا درماندگی] به دنبال فردی می‌گردد تا به طریقی دیگر نیاز خود را برآورده کند و جایگزینی برای نیاز واقعی [خویش‌نیابد].

۸- بچه‌های ما همگی به صورتی تام و تمام آماده‌اند که چنین نقشی را به

عهده بگیرند، زیرا هر نوزادی به شفقت و محبت والدینش وابسته است، و از آن جا که حیات و ممات او در گرو به دست آوردن توجه آن هاست، او نهایت تلاشش را می کند که چنین عطوفتی را از دست ندهد؛ بدین منظور او از نخستین روز زندگی اش هر امکانی را به کار می گیرد، همچون گیاهی ترد و شکننده [یا آفتابگردانی] که برای استمرار بقایش روی سوی آفتاب می چرخاند.

چنانچه در خانواده به عنوان کودکی مطلوب یا «بچه خوب» پذیرفته نشویم، هنگامی که بزرگ شویم مقبولیت را در نزد دیگر مردمان می جویم و بیش از همه در بزرگسالی از همسران و فرزندان خویش؛ تمام امید ما آن است که آن ها عشق و مقبولیتی را نثارمان کنند که هرگز والدینمان در بچگی به ما نبخشیده اند. اگر در این جا هم بدان دست نیابیم، برای تسکین آلام خود به قرص و مواد مخدر و غرق شدن در کار و چیزهایی از این دست، پناه می بریم.

باری، چنین افرادی در بذل عاطفه و دلبستگی به دیگران دچار مشکل می شوند، این ضایعه ممکن است بسیار پنهان و دور از چشم بروز کند و به صورت زودرنجی یا دوری گزینی از دیگران، نجوشی و بی تفاوتی آشکار و یا حتی به صورتی دو وجهی و ترکیبی متعارض خود را نشان دهد (زودرنجی یا نجوشی و دیرجوشی توامان). به هر حال پدر و مادرها باید همواره با هوشیاری مراقب باشند، ضمن آن که به استقلال رأی نوجوانان خود بها می دهند، هر نوع هنجارگریزی را نشانه «خودشیفتگی سالم» و «خودپسندی روا» بشمارند، زیرا هنجارگریزی خود به دو نوع هنجارگریزی های اخلاق که همراه با نوآوری و سازندگی و بارآوری است، و هنجارگریزی بیمارگونه یا آنومیک تقسیم می شود که می تواند به انواع انحراف های اخلاقی و اجتماعی از جمله اعتیاد و عضویت در گروه های ضد اجتماعی منجر بشود.

به هر حال در هیچ شرایطی پدر و مادر نباید اقتدار معنوی، یعنی اعتبار پذیرفته شده توسط نوجوان را از دست بدهند، اما این اقتدار نباید به نوعی آمریت و اقتدارگرایی همراه با ترس و یا وابستگی و تسلیم نوجوان بینجامد، یعنی آن نوع ایثار یکجانبه و نیست و نابودکننده شخصیت نوجوان و استحاله وی در شخصیت پدر و مادر در عین حال هماهنگی پدر و مادر در برخورد با نوجوان نقشی بسیار مهم ایفا می‌کند، در خانواده‌هایی که پدر و مادر هماهنگ نیستند یا دچار درگیری و کشمکش هستند، نوجوانان به شدت آسیب‌پذیر می‌شوند.

در پایان نامه‌ای تکان‌دهنده را از دختری بیست و دو ساله را که در نوجوانی سخت وابسته و شیفته مادر خود بوده و پس از ازدواج و از دست دادن نوزادش به اعتیاد روی آورده مرور می‌کنیم، در واقع نوزاد او می‌توانست عشق و آرامشی را به او ببخشد که مادرش در نوجوانی هرگز به او نبخشیده بود، از دست رفتن نوزاد او یعنی بریاد رفتن آرزوها و رؤیای امنیتی بوده که خانواده به او نداده است، نامه را با هم می‌خوانیم:

مامان! من در این جا تنها نشسته‌ام و زار می‌گیرم. شدت اندوه مرا مچاله کرده است. چنان دلوایسم که تاب و توانم نمانده و از پای درآمده‌ام. دلوایس آنم که با امید وداع کنم، وداع با امید، وداع یا تو! و این یعنی من دیگر نیستم. سال‌های سال است که تمام وقت و توش و توانم را صرف چیزی کرده‌ام، چیزی که به صورتی تکان‌دهنده و نفرت‌انگیز از آن واهمه داشتم که بدان بپردازم، یعنی به تو! این تصور همواره ملکه ذهن من بوده، کسی که وجودش مایه دلگرمی و امیدواری من است، تو، ای بت ذهنی من! آیا می‌شود روزی که دیگر هیچ امیدی نداشته باشم، دیگر بار نزد تو برگردم؟ یا واقعاً در هم خواهم شکست و به هزاران تکه بدل می‌شوم و در دریای سیاه رنج و اندوه،

تنهایی و بی‌کسی و نفرت غرق می‌شوم و نیست و نابود خواهم شد؟ آیا سرانجام آزاد و رها خواهم شد؟ رهای رها، آن قدر آزاد که بتوانم احساس کنم، احساسم را بیان کنم، آزاد باشم که ببندیشم، آزاد باشم که ایمان داشته باشیم، آزاد باشم که نظرم را درباره‌ی خانه و خلوت خودم داشته باشم، نه مثل آن وقت در خانه‌ی تو و بابا! من راهی دیگر را آغاز کرده‌ام، راهی که ایمان دارم به رهایی ختم می‌شود. رها از مارهای سمی، عنکبوت‌ها و جنایت: آزاد از هر آنچه که این موجودات رذل و خبیث در جعبه‌ی جادویی خود دارند، آزاد از ترس، آزاد از هراسی عظیم از همه چیز و همه کس، آزاد از این که هیچ چیزی در زندگی نداشته‌ام [که بدان دل‌بندم]. آزاد و رها، آزاد و آزاد از هر عقیده‌ی ناخواسته و تحمیلی، آزاد از هر احساسی که مرا از زندگی باز می‌دارد، آن هم یک زندگی واقعی!

مامان! می‌توانم حدس بزنم که از خود می‌پرسی، این دیگر چه نوع امیدیه‌ی است؟ مامان! این امید، امید به دست آوردن توست، تو و عشق و محبت، می‌فهمی؟ امید به این که مرا بپذیری، مرا بخواهی و به من عشق بورزی! امید به این که روزی به سویم آیی و مرا از زمین بلند کنی، نگران و مراقبم باشی، نوازشم کنی، با من بازی کنی، اجازه بدهی باشم و خودم باشم و بفهمم که برای تو خواستنی هستم!

بدرود گفتن به امید نیز یعنی به این واقعیت پشت کنم که مرا نفهمیدی، بد تربیت کردی، ناتوان بارم آوردی و دست آخر رهایم کردی و تنهایم گذاشتی. اکنون رو به قبله ایستاده‌ام^۱،

۱. به ضرورت و با توجه به بار معنایی که حالتی بین درماندگی و ناتوانی و امید را می‌رساند «رو به قبله» را در برابر 'facing up' آورده‌ام.

زیرا که مرا نه خواستی و نه می‌خواهی، چون من منم! تا زمانی خواستنی بودم که به مسائل تو می‌پرداختم، به نگرانی‌هایت! و بار خطاها و گناهانت را بردوش می‌کشیدم، این را در عفتوان جوانی^۱ دریافتم. اگر بار مسئولیت کارهایت را بر شانه‌های نحیف خود تحمل می‌کردم و خودم را چون دخترکی در برهوت تنهایی رها می‌کردم، آن‌گاه خواستنی بودم، زیرا من به شدت نیاز داشتم که خواستنی باشم، و من چه احمقانه، خودم را، یعنی دخترکی تنها را در برهوت وا گذاشتم! و بدین‌سان به کودکی بی‌پناه بدل شدم که هرگز اجازه نیافت کودکی کند، در حالی که شما نیز بزرگسالی بودید که به وظایف بزرگسالی‌تان نخواستید و نتوانستید عمل کنید. تو فکر می‌کردی و هنوز هم فکر می‌کنی که زندگی دلخواهی را برایم تدارک دیدی! بله دلخواه برای تو و امیالت! اما برای من نکبت‌بار و پراز اشک و آه! آن‌قدر در کارهای خودت و گاه در یأس و نومیدی و اندوه غرق می‌شدی که نومیدی‌ها و سرخوردگی‌های بچه‌هایت را نه دیدی و نه خواستی ببینی و بفهمی. همیشه در پی آن بودی که سپر بلایی بیایی و همه گناهان و خطاها را به گردنش بیندازی و خود کنج عافیت گزینی و بری از خطا بمانی، سپر بلای تو، من، برادران و خواهرانم بودیم!

اما، ماما! جالا چه می‌گویی؟ من این‌جا تنهای تنها، ترسان و لرزان، در کمال نومیدی، با رنجی جانکاه و اندیشه‌ای پریشان به سرمی‌برم که سبب آن تو بودی! ساده بگویم پاک قاتی

۱. عفتوان جوانی در برابر عبارت when I was quite young است. (به عبارتی

کرده‌ام! می‌فهمی مامان! قاتی!

اما حالا دیگر با چنان امیدی بدرود می‌گویم و به زندگی درود می‌فرستم! خداحافظ ای امید دروغین! سلام بر زندگی! و خدای را سپاس می‌گویم! این حقیقتی است که هر بدرودی و خداحافظی‌ای، سلامی و درودی در پی خواهد داشت!

خداحافظ ای امید دروغین، بدرود ای سالیان بر باد رفته و عمر تلف شده بر سر امیدی واهی، خداحافظ ای هراس دهشتناکی که دیگر از آن واهمه‌ای ندارم، بدرود ای وحشت دیرپای سالیان زندگانیم، بدرود ای نفرت بی‌کران! خداحافظ ای بدرفتاری و تربیت نادرست، بدرود با تربیتی نادرست هم در زندگی خانوادگی و هم سوء رفتار شخصی‌ام! خداحافظ اعتیاد، خداحافظ ای تنهایی!

خداحافظ مامان!

خداحافظ مامان! دیگر نیازی به تو ندارم، نیاز به تو، مرا تا سر سرحد جنون می‌رساند، نیاز به سرپناهی که خود را متعلق بدان بدانم، نیاز به گوشی شنوا که دردم را بازگویم، نیاز به خانه و خانواده‌ای که از آن من باشد. چرا مرا رها کردی؟ چرا در اوج اندوه، تنهایم گذاشتی؟ چرا؟ چرا؟ مگر من با تو چه کرده بودم؟ من برای تو همه کار کردم، هر کاری که کردم به خاطر تو بود...

خداحافظ مامان!



در این پیشگفتار بر آن بودم که خطرات و مضرات بی‌توجهی به فرزندان، به‌ویژه نوجوانان را برجسته کنم و به نوعی به حساس‌سازی نسبت به مشکلات نوجوانان دامن بزنم، زیرا کتاب حاضر تحقیق کاربردی مفیدی

است که اگر به صورتی جامع و همه‌سویه به آن توجه شود و هر خانواده، با توجه به ویژگی‌ها و تفاوت‌های خود برداشتی خلاق و درست از آن داشته باشد، می‌تواند در حل مشکلات نوجوان و در برطرف کردن برخی معضلات خانوادگی کارساز باشد و به گفته منیرچا الیاده شاید «تجربه استثنایی بلوغ و امکانات خلاقه نوجوانی به درستی درک و مفهوم شود»!

شهرام اقبال‌زاده «راز آور»

۱۳۸۷/۲/۲۵ - تهران