

379

1996

1

179

piece



www.ketab.ir



فرهنگی تربیتی مصباح الهدی

محبت افراطی (مواجهه تربیتی با محبت افراطی نوجوانان به هم جنس و درمان آن)

معاونت پژوهش مؤسسه مصباح الهدی
مجتبی رضایی / یاسر اخوان / محمدهادی قرباغی
مرتضی حاجی
محمد حسن مؤیدی
شفق

اول / تابستان ۱۳۹۷

۱۰۰۰ نسخه

۹۷۸-۹۶۴-۴۸۵-۱۱۲-۴

۲۰۰۰۰ ریال



نام / اب
تهیه شده در
نویسندگان
ویراستار و بازنویس متن
مدیریت هنری
ناشر
تاریخ و نوبت چاپ
تیراژ
شابک
قیمت

رضایی، مجتبی، ۱۳۶۲ بهمن -
محبت افراطی: مواجهه تربیتی با محبت افراطی نوجوانان به هم جنس و درمان آن / تهیه شده در معاونت
پژوهش مؤسسه مصباح الهدی؛ نویسندگان مجتبی رضایی، یاسر اخوان، محمدهادی قرباغی.

قم: شفق، ۱۳۹۷.

۱۷۹ ص: ۵/۲۱ x ۵/۱۴؛ س.م.

مسائل نوجوان: ۳.

۹۷۸-۹۶۴-۴۸۵-۱۱۲-۴؛ ۲۳۰۰۰۰ ریال.

فیفا

کتابخانه.

نماینه.

مواجهه تربیتی با محبت افراطی نوجوانان به هم جنس و درمان آن.
عشق افراطی در نوجوانان

Relationship addiction in adolescence

عشق افراطی در نوجوانان -- جنبه های مذهبی -- اسلام
Relationship addiction in adolescence -- Religious aspects -- Islam

اخوان، یاسر، ۱۳۵۹-

قرباغی، محمدهادی، ۱۳۶۸-

مؤسسه فرهنگی تربیتی مصباح الهدی. معاونت پژوهش

۱۳۹۷/۶/۵۵۲ RC

۶۱۶/۸۶

۵۳۶۱۷۱۹



۱۳

۱۷

۲۰

۲۳

۲۵

۲۹

۳۱

۳۱

۳۲

۳۴

۳۵

۳۷

۳۷

۳۸

۳۹

۳۹

۴۱

۴۲

۴۴

۴۴

۴۴

سخن ناشر

درآمد

نواهی گذرا به بخش های کتاب
سفرش هایم برای بهره دادن راهکارهای این کتاب

بخش یکم: چستی محبت افراطی

• پیشگفتار

• گفتار یکم: نشانه های شخص گرفتار محبت افراطی

• بهره دوم: نشانه های آشکار در ارتباط با محبوب

- الف) توجه غیرعادی به محبوب و

ارتباط فراوان و مستمر با او

- ب) حساسیت غیرعادی به رفتارهای محبوب

- ج) تقلید و تبعیت حداکثری از محبوب

• بهره دوم: نشانه های آشکار در خود شخص وابسته

- الف) اختلال در برنامه ها و فعالیت ها

- ب) خصوصیات و روحیات نابهنجار

• گفتار دوم: آسیب های محبت افراطی

• بهره یکم: آسیب های فردی

- الف) آسیب های رفتاری

- ب) آسیب های روحی - روانی

• بهره دوم: آسیب های خانوادگی

- الف) آسیب های آبرویی

- ب) آسیب های عاطفی

۴۶

• بهره‌سوم: آسیب‌های اجتماعی

۴۹

بخش دوم: پیرایی محبت افراطی

۵۱

• گفتار

۵۲

• گفتار یکم: عوامل پیدایش محبت افراطی

۵۲

• بهره‌یکم: محبت افراطی برخاسته از ضعف خودباوری

۵۲

- الف) تبیین رابطه محبت افراطی با ضعف خودباوری

۵۳

- ب) نشانه‌های ریشه داشتن محبت افراطی

در ضعف خودباوری

۵۷

• بهره‌دوم: محبت افراطی برخاسته از پاسخ‌نااسب نگرفتن

نیازهای عاطفی نوجوان

۵۷

- الف) تبیین رابطه محبت افراطی با

پاسخ نگرفتن نیازهای عاطفی

۵۸

- ب) نشانه‌های ریشه داشتن محبت افراطی

در پاسخ نگرفتن نیاز عاطفی

۶۰

• بهره‌سوم: محبت افراطی برخاسته از نیاز جنسی مدیریت نشده

- الف) تبیین رابطه محبت افراطی با

نیاز جنسی مدیریت نشده

۶۰

- ب) تشخیص ریشه داشتن محبت افراطی

در نیاز جنسی مدیریت نشده

۶۳

• گفتار دوم: زمینه‌های پیدایش محبت افراطی

۶۴

• بهره‌یکم: زمینه‌های محبت افراطی برخاسته

از ضعف خودباوری

۶۶

• بهره‌دوم: زمینه‌های محبت افراطی برخاسته از پاسخ مناسب نگرفتن نیاز عاطفی

۶۶

- (الف) محرومیت از محبت والدین

۶۸

- (ب) محرومیت از محبت دیگران

۶۸

- (ج) وجود فضای افراطی عاطفی در خانواده

۶۹

- (د) کمبود فضای معنوی

۷۱

• بهره‌سوم: زمینه‌های محبت افراطی برخاسته از نیاز جنسی مدیریت نشده

۷۷

بخش سوم: چگونگی پیشگیری از محبت افراطی

۷۹

• پیشگفتار

۸۱

• گفتار یکم: پیشگیری از محبت افراطی برخاسته از ضعف خودباوری

۸۱

• بهره‌یکم: پیشگیری از راه تقویت خودباوری

۸۱

- (الف) تبیین چگونگی پیشگیری از راه تقویت خودباوری

۸۱

- (ب) راهکارهای تقویت خودباوری و افزایش اعتمادبه‌نفس نوجوان

۸۱

• گفتار دوم: پیشگیری از محبت افراطی برخاسته از پاسخ مناسب نگرفتن نیاز عاطفی

۸۸

• بهره‌یکم: پیشگیری از راه تلاش والدین برای سرشار کردن نوجوان از محبت

۸۸

- (الف) راهکارهای سرشار کردن وجود نوجوان از محبت

۹۶

- (ب) راهکارهای برای حفظ محبت و ارتباط صمیمی با نوجوان

- بهره‌دهم: پیشگیری از راه مدیریت روابط نوجوان
دارای روحیه عاطفی ۱۰۲
- بهره‌دهم: پیشگیری از راه تقویت فضای معنوی نوجوان ۱۰۳
- بهره‌دهم: پیشگیری از راه توجه به نیاز عاطفی نوجوان
در شرایط های شده ۱۰۴
- بهره‌دهم: پیشگیری از راه بسترسازی برای ابراز محبت
به نوجوان از راه های گوناگون ۱۰۵
- الف) نمونه‌هایی از روش های مورد استفاده والدین ۱۰۵
- ب) نمونه‌هایی از روش های مورد استفاده مربیان ۱۰۵
- بهره‌دهم: پیشگیری از راه مدیریت جنسی نوجوان ها
با یکدیگر در فضا های مختلف ۱۰۶
- گفتار سوم: پیشگیری از محبت افراطی به‌خاسته از
نیاز جنسی مدیریت نشده ۱۰۸
- بهره‌دهم: پیشگیری از راه نظارت و مهار گرانش
نوجوان به محرک های جنسی ۱۰۸
- الف) راهکارهای وابسته به دورنگه داشتن
نوجوان از محرک های جنسی ۱۰۹
- ب) راهکارهای وابسته به تقویت مهارت
مواجهه نوجوان با محرک های جنسی ۱۱۰
- گام نخست: آگاه کردن نوجوان از عواقب و
آسیب های نگاه حرام ۱۱۱
- گام دوم: آگاه کردن نوجوان از آثار و دستاوردهای
پرهیز از نگاه حرام ۱۱۵
- گام سوم: تبیین حدود مرز نگاه حرام برای نوجوان ۱۱۷

۱۱۷

• بهره‌دوم: پیشگیری از راه بسترسازی برای
تخلیه اندی‌های درونی نوجوان

۱۱۸

• بهره‌سوم: پیشگیری از راه تقویت اراده‌نوجوان

۱۲۰

• بهره‌چهارم: پیشگیری از راه مراجعه به پزشک و
درمان هورمونی نوجوان

۱۲۱

• گفتار پنجم: پیشگیری از محبت افراطی از
راه پرورش قوه عقل

۱۲۳

• بهره‌یکم: پیشگیری از راه آموزش حدود دوستی

۱۲۳

- الف) آموزش مفهومی درست و معالی دوستی

۱۲۵

- ب) آموزش معیارهای اخلاقی مناسب برای دوستی

۱۲۶

- ج) آموزش رفتارهای مناسب در یک رابطه دوستی

۱۲۸

• بهره‌دوم: پیشگیری از راه آموزش آسیب‌های محبت افراطی

۱۲۹

• بهره‌سوم: پیشگیری از راه تشویق به تفکر و اندیشیدن بسیار

۱۲۹

• بهره‌چهارم: پیشگیری از راه تشویق به هم‌نشینی با عالم

۱۳۰

• توصیه‌هایی به مسئولان مجموعه‌های تربیتی

۱۳۵

بخش چهارم: چگونگی درمان محبت افراطی

۱۳۸

• پیشگفتار

۱۳۸

• گفتار یکم: راهکارهای درمان محبت افراطی

۱۳۸

• بهره‌یکم: راهکارهای مبتنی بر تقویت اراده‌نوجوان

۱۳۸

- الف) رساندن نوجوان به درک آسیب‌زا بودن
رابطه و ایجاد تصمیم بر قطع رابطه

۱۳۹

- ب) تقویت اراده و خودکنترلی نوجوان

۱۴۱	ج) دور نگه داشتن نوجوان وابسته از محبوب در فضای واقعی، مجازی و ذهنی
۱۴۳	• بهره‌دوم: راهکارهای مبتنی بر تقویت فضای معنوی نوجوان
۱۴۳	- الف) جایگزینی محبت افراطی با محبت خدا و اهل بیت (ع)
۱۴۸	- ب) توکل به خدا و توسل به اهل بیت (ع)
۱۵۰	- ج) خواندن سوره‌ها و دعا‌های وارد شده برای این منظور
۱۵۱	• بهره‌سوم: راهکارهای مبتنی بر تغییل شرایط روحي و روانی نوجوان
۱۵۱	- الف) فرونشاندن آتش محبت در درون نوجوان وابسته
۱۵۳	- ب) مدیریت اوقات فراغت نوجوان
۱۵۴	- ج) اطمینان خاطره نوجوان وابسته برای امکان ارتباط محدود با محبوب
۱۵۵	- د) کمک به نوجوان برای تخلیه روانی
۱۵۷	- هـ) جلوگیری از گوش دادن نوجوان به موسیقی‌های تحریک‌زا و غم‌انگیز
	• گفتار دوم: انواع فرآیند درمان با توجه به درک ضرورت درمان از سوی فرد وابسته
۱۵۸	• بهره‌یکم: درمان محبت افراطی در صورت درک ضرورت درمان از سوی فرد وابسته
۱۵۹	

۱۵۹

- الف) راهکارهای مربوط به خود فرد وابسته

۱۶۰

- ب) راهکارهای مربوط به دیگران (والدین و مربیان)

۱۶۱

• بهره‌دو: درمان به صورت عدم درک ضرورت درمان
• سببی فرد وابسته

۱۶۳

پیوست

۱۶۵

• سرفصل‌های پیشنهادی برای برگزاری دوره‌های آموزشی

۱۶۵

• سرفصل‌های مناسب برای آموزش والدین

۱۶۵

• سرفصل‌های مناسب برای آموزش مربیان

۱۶۶

• سرفصل‌های مناسب برای آموزش والدین و مربیان

۱۶۶

• سرفصل‌های مناسب برای آموزش نوجوانان

۱۶۷

• سرفصل‌های مناسب برای آموزش مسئولان مجموعه‌های تربیتی

۱۶۹

کتاب‌نامه

۱۷۰

• الف) کتاب‌ها

۱۷۴

• ب) منابع الکترونیک

۱۷۵

• ج) سخنرانی علمی

۱۷۵

• د) مصاحبه

سخن ناشر |

إِنَّمَا قَلْبُ الْحَدِيثِ كَالْأَرْضِ مَا أُلْقِيَ فِيهَا مِنْ شَيْءٍ قَبِلَتْهُ؛
دل جوان چون زمین کشت شده است که هر بذری در آن افکنند،
می‌پذیرد.^۱

نوجوانی یکی از دوره‌های دشوار، پرتنش و مهم زندگی انسان‌هاست؛
چراکه نوجوان، در طول این دوره، به حس استقلال، صمیمیت، خوش‌بینی
و امید به آینده می‌رسد. نوجوانی، دوره‌ای میان کودکی و بزرگسالی است
که استقلال‌طلبی، میل به تجربه‌اندوزی، داشتن افکار انقلابی، طغیان
گری، علاقه‌مندی به ارتباط با همسالان و مقاومت در برابر درخواست
بزرگسالان، از مهم‌ترین ویژگی‌ها و احساس‌های تازه شکفته در آن است.
اما گلستان این دوره از زندگی، مصون از آفت‌ها و آسیب‌ها نیست؛ از این رو،
شناخت آنچه سلامت جسمی و روانی نوجوان را تهدید می‌کند، اولین گام

۱. نهج البلاغه، نامه ۳۱، ص ۶۴۸.

مؤثر در کمک به نوجوان برای داشتن یک رشد سالم در این مرحله است. مقام معظم رهبری، درباره اهمیت فصل زندگی نوجوان و جوان فرموده است:

«جوان یک کشور اگر بخواهد مثل موتور پیش برنده‌ای آن ملت را پیش ببرد، احتیاج دارد به اینکه سرحال، بانشاط، تندرست، قوی و دل‌بسته به کار پیشرفت باشد. برای اینکه این روحیه را در جوان ایرانی از بین ببرند، تلاش می‌کنند با توطئه‌های گوناگون، با ترویج فساد، با ترویج فحشا، با ترویج مواد مخدر، با باندهای هدایت شده، جوان ایرانی را منحرف کنند. جوان ایرانی باید به هوش باشد... مبارزه با آن در درجه اول بر عهده خود آحاد ملت، به خصوص جوان‌هاست. جوان‌ها باید هوشیار باشند. دشمن دانسته است که شو و پریزگاری جوان ایرانی و دین‌داری جوان ایرانی، به پیشرفت او در میدان‌های مختلف کمک می‌کند؛ می‌خواهد این را تضعیف کند»^۱.

در عصر ما، دامنه گرایش به مواد اعتیادآور، محبت افراطی، رابطه با جنس مخالف و بیماری‌های مقاربتی، اختلالات اضطرابی، افسردگی‌های خودکشی‌گرایانه و هواداری افراطی از گرایش‌های سیاسی از هر دوره دیگری گسترده‌تر است. رهاندن نوجوان‌ها و جوان‌ها از گستره دام چنین خطرهایی، نیازمند تلاش والدین، مربیان و مبلغان گرامی است.

معاونت پژوهش مؤسسه فرهنگی - تربیتی مصباح‌الهدی، برای پر

۱. برگرفته از بیانات مقام معظم رهبری در نوزدهمین سالگرد ارتحال امام خمینی مورخ ۱۳۸۷/۰۳/۱۴.

کردن این خلأ و پاسخ به نیاز والدین، مربیان، معلمان و مبلغان در این زمینه، طرحی را تصویب کرد که دستاورد نهایی آن، تألیف کتاب‌هایی بوده‌اند، با رویکرد کاربردی و تربیتی در هریک از این زمینه‌ها بود. هدف ما از این اقدام فرهنگی، زمینه‌سازی برای ورود شایسته به دههٔ چهارم انقلاب اسلامی و فاصله گرفتن از روش‌های مبتنی بر آزمون و خطا با توجه به تحولات شتاباندهٔ عرصه فرهنگ بوده است. باور ما این است که نظام اسلامی برای تحقق آرمان‌های والای خود در عمل و عینیت، به صورت جدی نیازمند اقدام‌هایی از این دست است و وظیفهٔ فعالان فرهنگی است که این بار را به دوش گیرند و محتوای لازم را تولید کنند.

در آغاز اجرای این طرح، مربیان با رویکردی مسئله‌محور به تشکیل کارگروه‌هایی از مربیان و کارشناسان نخبه پرداختند تا مسائل و آسیب‌های دورهٔ نوجوانی را شناسایی و گردآوری کنند. در ادامه و پس از تعیین اولویت‌هایی که نوجوان‌ها در این دوره با آن‌ها مواجه هستند، مسائل «گرایش نوجوانان به مصرف مواد اعتیادآور»، «محبت افراطی»، «روابط دختر و پسر»، «نوجوان و فضای مجازی»، «موسیقی»، «رمانه و بازی‌های رایانه‌ای» برای پژوهش و تولید محتوا برگزیده شدند. آنگاه پژوهش و تألیف در هریک از این موضوع‌ها به گروهی سپرده شد تا پس از بحث و کاوش دربارهٔ تبیین هر مسئله و تعیین ابعاد و سرفصل‌های آن، پژوهش‌های اصلی آغاز شوند.

در کتاب مواجههٔ تربیتی با محبت افراطی نوجوانان به هم جنس و

درمان آن که محبت افراطی نام دارد، نویسندگان به دنبال مناسب‌ترین و بهینه‌ترین روش‌های مواجهه و حل این مسئله پیچیده بوده‌اند. برای به بار نشستن این کتاب، دوستان فراوانی با معاونت پژوهش این مؤسسه همکاری کرده‌اند. از آقایان مجتبی رضایی، یاسراخوان و محمد هادی قراباغی سپاس‌گزاریم که زحمت پژوهش و تألیف نهایی این اثر را کشیدند. هم‌چنین صمیمانه قدردان جناب آقای محمد صادق احسان‌بخش هستیم. از دقت نظر و حوصله فراوان دبیرکارگروه مجموعه‌های تربیت‌محور بنیاد فرهنگی قرارگاه خاتم‌الاولیاء و مسئول موسسه مصباح‌الهدی، حجت‌الاسلام وافی کمال تشکر را داریم و در پایان از آقای عبودیان، مسئول بنیاد فرهنگی قرارگاه خاتم‌الاولیاء که با حمایت‌های خود کمک شایانی به سامان یافتن این طرح کردند، بسیار سپاس‌گزاریم.

با درخواست از پروردگار متعال برای پذیرش این کوشش ناچیز، امیدواریم که توانسته باشیم گامی کوچک در زمینه بهبود عملکرد تربیتی والدین و مربیان و کمک به رشد آن‌ها در تربیت آینده‌سازان انقلاب اسلامی برداشته باشیم. از همه کارشناسان تربیتی، فعالان فرهنگی والدین و مربیان که این کتاب را می‌خوانند، صمیمانه می‌خواهیم تا انتقادهای و پیشنهادهای خود را به ما از طریق الکترونیکی tarbiatbaketab@chmail.ir برای ما ارسال کنند.

درآمد |

قال أمير المؤمنين (عليه السلام): حيث ناز لا يمر على شيء إلا احترق؛
 امیرالمؤمنین (علیه السلام) فرموده است: «محبت به خداوند آتشی است که به
 چیزی نفوذ نمی کند، مگر آنکه سوخته شود». انسان در طول حیات خویش
 در محیط های مختلفی قرار می گیرد و هر محیط، نقش متفاوتی در رشد و
 شکوفایی استعدادهای او دارد. اجتماع یکی از مهم ترین بسترهای تربیت
 انسان است؛ چراکه به گواهی تاریخ، انسان همواره به صورت اجتماعی
 زیسته است و حضور او در اجتماع، برای او یک امر ضروری است.
 از بایسته های زیست اجتماعی انسان، دوستی و انس با دیگران است تا
 در شادی ها کنارش باشند و در غم ها و مشکلات روحی و مادی، یاری اش
 کنند. امیرالمؤمنین (علیه السلام)، کسی را که دوستی ندارد، گرفتار غربت دانسته
 است.^۲ همچنین آن حضرت در جای دیگر فرموده است: «ناتوان ترین

۱. منسوب به جعفر بن محمد (علیه السلام)، مصباح الشریعة و مفتاح الحقیقة، ترجمه حسن مصطفوی، ص ۴۳۸.

۲. نهج البلاغه، نامه ۳۱، ص ۶۷۰: الغریب من لم یکن له حبیب.

مردم کسی است که نتواند [برای خود] دوستانی فراهم کند و ناتوان تراز او کسی است که دوستی را که به دست آورده، از دست بدهد.^۱ احساس نیاز به همدلی و همراهی با دیگران، افزون بر اینکه یکی از جلوه‌های زندگی اجتماعی به شمار می‌رود، ندایی برخاسته از اعماق وجود انسان است؛ چنان‌که انزو اطلبی و گسست پیوندهای دوستی، نوعی بیماری است که اسلام، پیروانش را از آن بازداشته است.

خلاصه آنکه، اصل دوستی با مردم امری ضروری است و روایت‌های گوناگونی بر این مطلب تأکید کرده و آن را اساس عقل بعد از ایمان، نصف عقل، سرآغاز عقل و نصف دین دانسته‌اند.^۲ البته هرگاه فردی سست‌اراده و تأثیرپذیر باشد و هم‌سینانش فاسد، کناره‌گیری و عزلت بر معاشرت با چنین دوستانی ترجیح دارد چرا که این معاشرت، سبب می‌شود که انسان از یاد خدا بازماند و به گناه بیفتد. مولای متقیان (علیه السلام) در این باره می‌فرماید: «به تنهایی مانوس تر باش تا به همدمان بد».^۳

یکی از مسائل بسیار اثرگذار در سرنوشت انسان، انتخاب دوست است. چه بسا دوستانی که انسان را به اوج عزت و غرور بخشی می‌رسانند و چه بسیاری که فرد را به قعر ذلت می‌کشانند. قرآن کریم خاطرنشان می‌کند که در روز قیامت، عده‌ای به دلیل اینکه در دنیا افراد منحرف را به دوستی برگزیده‌اند، به شدت اندوهگین و ناراحت‌اند:

۱. نهج البلاغه، حکمت ۱۲: أَعْجَزُ النَّاسِ مَنْ عَجَزَ عَنِ الْإِخْوَانِ وَأَعْجَزُ مَنْهُ مَنْ ظَفَرَ بِهِ مِنْهُمْ.

۲. محمد محمدی ری‌شهری، دوستی در قرآن و حدیث، ص ۳۳-۳۰.

۳. عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص ۴۳۱؛ کن بالوحدۃ انش منک یقرئ الشوء.

«وروزی که ستمکار، دودست خود را [از شدت اندوه و حسرت به دندان] می‌گزد [و] می‌گوید: ای کاش همراه این پیامبراهی به سوی حق برمی‌گرفتم، ای وای، کاش من فلانی را [که سبب بدبختی من شد] به دوستی نمی‌گرفتم، بی‌تردید مرا از قرآن پس‌از آنکه برایم آمد گمراه کرد. و شیطان همواره انسان را [پس از گمراه کردنش تنها و غریب در وادی هلاکت] وامی‌گذارد».^۱

اگرچه عوامل مختلفی در شکل‌گیری شخصیت انسان مؤثرند، در این میان، نقش دوست‌ی‌مانند است. آدمی بخش مهمی از افکار و اوصاف اخلاقی‌اش را، به‌طور ناخودآگاه، از دوستانش می‌گیرد. امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید:

«... هرگاه وضع کسی بر شما مشتبه شد و دین او را نشناختید، به دوستانش نظر کنید. اگر اهل دین و آسین خدا باشند، او نیز پیرو آیین خداست و اگر بر آیین خدا نباشند، او نیز بهره‌ای از آیین خدا ندارد».^۲

انتخاب دوست، در همه مراحل زندگی مهم است و در دوره نوجوانی و جوانی مهم‌تر. دشواری‌های ناشی از بلوغ چنان است که بسیاری از روان‌شناسان، خوشبختی یا بدبختی انسان را به این دوره پیوند می‌دهند. یکی از پیچیده‌ترین گرفتاری‌های ویژه نوجوانان و شاید از فراگیرترین آن‌ها در این گروه سنی، «محبت افراطی و وابستگی عاطفی» است.

۱. فرقان (۲۵) آیه ۲۹-۲۷: وَ يَوْمَ يَعْصِيُ الظَّالِمُ عَلَىٰ يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلًا * يَا وَيْلَتَىٰ لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا * لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي وَ كَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَذُولًا.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۶، ص ۲۶۵: ... فَمَنْ اسْتَبَنَ عَلَيْكُمْ أَمْرُهُ وَ لَمْ تَعْرِفُوا دِينَهُ فَانظُرُوا إِلَىٰ خُلَاطَائِهِ فَإِنْ كَانُوا أَهْلَ دِينِ اللَّهِ فَهُوَ عَلَىٰ دِينِ اللَّهِ وَإِنْ لَمْ يَكُونُوا عَلَىٰ دِينِ اللَّهِ فَلَا حَظَّ لَهُ فِي دِينِ اللَّهِ.

نگاهی گذرا به بخش‌های کتاب

این کتاب که به دنبال شناساندن راهکارهای بینشی و رفتاری برای مواجهه درست و سازنده با نوجوان گرفتار محبت افراطی است، در چهار بخش سامان یافته است.

بخش نخست کتاب که هدف آن «تبیین چیستی محبت افراطی» برای خواننده است، دربردارنده دو گفتار است. در گفتار یکم کوشیده شده است تا نشانه‌های شخص گرفتار وابستگی عاطفی معرفی شود تا والدین و مربیان با کمک آن‌ها بتوانند این حالت را در نوجوان خود شناسایی کنند. در ادامه این بخش و برای آشنا ساختن هرچه بیشتر خواننده با پدیده محبت افراطی، «آسیب‌های وابستگی عاطفی» در گفتار دوم آورده شده است؛ آسیب‌هایی که گروهی از آن‌ها فردی است، گروهی دیگر خانوادگی و گروه سوم، اجتماعی. هنگامی که خواننده با آسیب‌های محبت افراطی آشنا می‌شود و خطرهای آن برای نوجوان و خانواده او را می‌شناسد، به دنبال کشف ریشه‌های شکل‌گیری این حالت در افراد برمی‌آید تا بتواند از طریق مقابله با آن‌ها، جلوی گرفتاری نوجوان خویش را به این حالت بگیرد.

دومین بخش کتاب، «چرایی محبت افراطی» نام دارد. گفتار نخست این بخش، به تبیین «عوامل پیدایش محبت افراطی» پرداخته است و به این منظور، سه مورد از مهم‌ترین این عوامل که دیگر موارد به آن‌ها بازمی‌گردد، به تفصیل بررسی شده‌اند. افزون بر عوامل ایجاد محبت

افراطی در نوجوان، لازم است زمینه‌های پیدایش این حالت نیز شناسایی شوند؛ چراکه اگر زمینه مناسب برای این وابستگی وجود نداشته باشد، عوامل معرفی شده در گفتار یکم نمی‌توانند فعال شده و اثر بگذارند. به این ترتیب، گفتار دیگری در این بخش در نظر گرفته شده است تا «زمینه‌های پیدایش محبت افراطی» معرفی شوند.

در بخش سوم کتاب، با توجه به سه عامل اساسی ایجاد محبت افراطی در نوجوان، سه دسته از راهکارهای پیشگیرانه در قالب سه گفتار آورده شده است: پیشگیری از محبت افراطی برخاسته از ضعف خودباوری، پیشگیری از محبت افراطی برخاسته از پاسخ مناسب نگرفتن نیاز عاطفی، پیشگیری از محبت افراطی برخاسته از نیاز جنسی مدیریت نشده. در کنار این راهکارهای پیشگیرانه که هر یک مناسب نوعی از محبت افراطی هستند، یک راهکار کلی وجود دارد که با استفاده از آن می‌توان جلوی انواع محبت افراطی را گرفت. این راهکار، «پرورش فوّه عقل در نوجوان» نام دارد که در قالب یک گفتار جداگانه از آن گفت و گو شده است.

آخرین بخش این اثر، بیانگر «چگونگی درمان محبت افراطی» است. در گفتار نخست، راهکارهای درمانی پیشنهادی در سه دسته کلی معرفی شده‌اند: راهکارهای مبتنی بر تقویت اراده نوجوان، راهکارهای مبتنی بر تقویت فضای معنوی نوجوان، راهکارهای مبتنی بر تغییر شرایط روحی و روانی نوجوان. در گفتار دوم این بخش توضیح داده شده است که برای درمان قطعی محبت افراطی، باید راهکارهای پیشگیرانه و راهکارهای

درمانی در کنار یکدیگر به کار گرفته شوند، اما در مقام عمل، برای درمان نوجوان وابسته دو حالت کلی ممکن است: گاهی نوجوان خود به ضرورت درمان رسیده است و گاهی نوجوان به این ضرورت نرسیده و مربیان و والدین باید به صورت غیرمستقیم و بدون همکاری نوجوان او را درمان کنند. این دو حالت، دو برنامه عملی متفاوت برای درمان نوجوان وابسته را پیش می‌آورند که در این گفتار از آن‌ها گفت و گو شده است.

در پایان و در بخش پیوست‌ها نیز سرفصل‌هایی برای دوره‌های آموزشی مختلف درباره این موضوع پیشنهاد شده است.

سفرارش‌هایی برای بهره‌دادن راهکارهای این کتاب

در اینجا و پیش از ورود به اصل بحث در بخش یکم، باید یک نکته مهم به خوانندگان این کتاب، که مربیان و والدین هستند، یادآوری شود. داشتن یک مواجهه تربیتی با نوجوان گرفتار محبت افراطی هنگامی ممکن است و به کار بستن مطالب این کتاب زمانی به ثمر می‌رسد که والدین و مربیان، نکات و ظرافت‌هایی را در نظر داشته باشند. در ادامه، مهم‌ترین آن‌ها از نظر نگارنده شده است.

۱. نظارت و مهار غیر مستقیم؛ یک مربی کار بلد، بیش از آنکه از راه‌های مستقیم و آشکار، متربیان خود را «ارصد» کند، باید با مدیریت درست زیرمجموعه‌اش و تسلط بر ارتباطات تربیان و فضای کلی حاکم بر این ارتباطات، از حال و هوای تربیتی، اخلاقی و معضل‌های موجود در میان آن‌ها آگاه باشد. روشن است که رعایت این نکته از سوی والدین هم ضروری است و آن‌ها نیز باید مسائل و مشکلات فرزندان خود و علت‌های آن‌ها را «حس» کنند، نه اینکه در فضای خانه به دنبال منهدم بگردند.

۲. هماهنگی مربی و والدین؛ به‌طور کلی اگر در میان والدین، معلمان و مربیان، یک ارتباط فعال و هماهنگ برقرار نباشد، بار تربیت در هیچ‌یک از ابعادش به سرمنزل مقصود نمی‌رسد. این هماهنگی در زمینه مواجهه با پدیده‌هایی مانند محبت افراطی، اهمیت دوچندانی پیدا می‌کند. «پنهان بودن انجام این رفتار» و «خجالت‌های به‌جا» و در برخی از موارد، «شانه خالی کردن‌ها» و «شیطنت‌های احتمالی نوجوانان» وضعیتی را

به وجود می‌آورد که در نتیجه آن، جز با همدلی و تقسیم کار میان ارکان تربیت، مأموریت «مواجهه تربیتی با نوجوان گرفتار محبت افراطی» به انجام نخواهد رسید.

۳. **تغافل و چشم‌پوشی؛** روح و قلب انسان دارای اقبال و ادبار است. بسیار پیش می‌آید که کسی کاری می‌کند و لحظه‌ای بعد از انجام آن بشیمان می‌شود و چه بسیار عادت‌های ناپسندی که ترس از آگاهی دیگران از آن‌ها سبب پنهان کردن و تلاش فرد برای ترک آن‌ها می‌شود. بازجویی کردن و همه چیز را به روی متربی آوردن، با الفبای تربیت سازگار نیست. گاهی باید به روح خود نیاوری و وانمود کنی که نمی‌دانی و نفهمیده‌ای که نوجوان فلان مشکل را دارد؛ زیرا به رخ کشیدن مشکل، حرمت‌ها را می‌شکند. باید همه جوانب را در نظر داشت و بهترین واکنش را نشان داد.

۴. **ظرفیت و صبوری؛** مربیان و والدین باید بدانند که ما نه تنها موظف نیستیم، بلکه مجاز نیستیم به هر قیمتی رفتارهای متربی‌هایمان را عوض کنیم. رفتار انسان مانند میوه است که باید با زمینه‌سازی و تغذیه و آفت زدایی و مراقبت، منتظر شویم تا آرام آرام شکل بگیرد و رشد کند. شتاب، ممنوع!

۵. **پرهیز از افشاگری؛** اگر یکی از مربیان یا والدین از محبت افراطی نوجوان یا فرزند خود آگاه شد، هرگز حق ندارد که مسئله را به گونه‌ای با دیگر مربیان و والدین و یا با مرتبطان در میان بگذارد که آن‌ها نوجوان گرفتار را

بشناسند. لازمه حفظ احترام مؤمن. هرچند کم سن و سال. این است که روند تربیتی موردنظر، پنهانی دنبال شود. به این ترتیب، در صورت نیاز به همفکری و مشورت با دیگران، بدون اینکه نام فرد برده شود وضعیت و نیازهای او مطرح می شود تا راهکارها و پیشنهادهای دیگران برای چنین فردی شنیده شود.

۶. ظرافت در برخورد؛ گاهی با یک برخورد اشتباه، یک مشکل کوچک به چند مشکل بزرگ تبدیل می شود. «برخوردهای مستقیم و تهاجمی» و «سؤال و جواب های بازجویانه» و «بدبین یا ناامید کردن نوجوان گرفتار» و مواردی مانند این ها سبب ایجاد مشکل در دیگر ابعاد زندگی و روند تربیت نوجوان می شود؛ پیامدهایی مثل فاصله گرفتن از پدر و مادر یا مربی و پنهان کاری و احساس حقارت و ناتوانی.