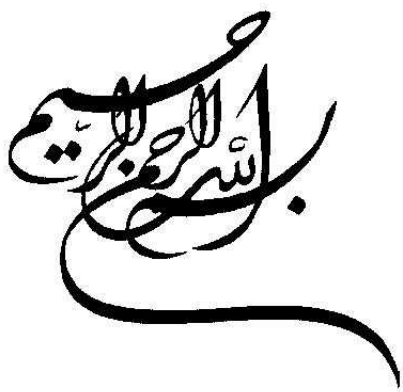




خانواده، جوان و نوجوان

دکتر حنفی میرزایی

(استاد دانشگاه و مدرس آموزش خانواده)

فرهاد میرزایی

سرشناسه	: میرزا بیگی، حسنعلی، ۱۳۴۰ -
عنوان و نام پدیدآور	: خانواده، جوان و نوجوان / حسنعلی میرزابیگی، فرهاد میرزابیگی، مجید عابدی ویراستار: طاهره روشنی
مشخصات نشر	: تهران: آوامتن، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۶ ص: ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
شابک	: ۸۰۰۰۰ ریال 978-600-6848-31-0
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: کتابنامه: ص ۱۱۹؛ همچنین به صورت زیرنویس.
موضوع	: والدین و نوجوانان
موضوع	: نوجوانان -- روان شناسی
موضوع	: جوانان -- روان شناسی
وع	: نوجوانان و جوانان -- راه و رسم زندگی
شناسه رده	: میرزابیگی، فرهاد، ۱۳۶۷ -
رده بندی کنگره	: HQ۷۶۹/۱۵م ج۹ ۱۳۹۵
رده بندی دیویی	: ۳۰۶/۸۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۸۸۷۹۸۹



خانواده، جوان و نوجوان

دکتر حسنعلی میرزا بیگی

(استاد دانشگاه و مدرس خانواده)

مجید عابدی - فرهاد میرزابیگی

ویراستار: طاهره روشنی

(عضو هیات علمی دانشگاه پیام نور)

طرح جلد: تقی (فرزاد) حمیدی منش

شمارگان: ۳۰۰۰ ■ قیمت: ۸۰۰۰ تومان

چاپ اول: ۱۳۹۵ ■ چاپ و صحافی: فرشویه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۸۴۸-۳۱-۰ ■ 978-600-6848-31-0

کلیه حقوق نویسنده اثر محفوظ است.

www.drmirzabeigi سایت/همراه مؤلف / ۰۹۱۲۲۳۳۴۵۲۰

تلفن و ایمیل ناشر: ۶۶۹۶۴۱۶۶ / mail_avamaten@yahoo.com

فهرست مطالب

۶	 مقدمه
۱۱	 ویژگی‌های دوره نوجوانی و جوانی و روش برخورد مثبت با آنها
۱۱	۱- به انتظار واقع بینانه آنها احترام بگذارید
۱۴	۲- تصمیم‌گیری = قبول مسئولیت
۱۶	۳- جلب توجه
۲۰	۴- منطق به جای احساس
۲۴	۵- به حرف‌ها نوجوان گوش دهید
۲۸	۶- روبرو نوجوان و جوانان قدرتمند و با ابهت باشید
۳۱	۷- سبک و سختگیر نباشید
۳۳	۸- نسبت به نوجوان امانتی تفاوت نباشید
۳۶	۹- محبت
۴۱	۱۰- در موقعیت و بلندمرتبه‌تر شدن در حد معقول حضور پیدا کنید
۴۴	۱۱- مسائل جنسی در نوجوان و جوان
۴۶	۱۲- وابستگی‌های مفید و غیر مفید
۵۱	۱۳- در مقابل فرزندان خود مثبت باشید
۵۳	۱۴- جوان را از شکست نترسانید
۵۵	مقایسه جوانان امروز - دیروز - فردا
۵۶	۱۵- ویژگی جوان گذشته
۵۸	۱۶- ویژگی‌های جوانان امروزی
۵۹	۱۷- جوانان فردا
۶۰	۱۸- هویت‌یابی در نوجوان و جوان
۶۲	۱۹- عصبيت در نوجوان و جوان
۶۳	چرایی رفتارهای عصبی در فرزندان
۶۴	راهکارهایی برای والدین
۶۵	بررسی علل پرخاشگری در جوانان و نوجوانان
۶۹	۲۰- عمل گرایش نوجوانان و جوانان به فرهنگ بیگانه
۷۰	۲۱- خصوصیات رفتاری والدین و پیامد رفتاری آنها در نوجوان و جوان
۷۳	۲۲- دوست‌یابی در نوجوان و جوان
۷۷	۲۳- مهمترین علایق نوجوانان
۷۹	۲۴- توجه به زیبایی و آرایش

۸۱	علاقه به مذهب و اعتقادات مذهبی
۸۶	نیازمندی‌های نوجوانان و جوانان
۸۸	احتیاج به تشویق
۹۰	احتیاج به موفقیت
۹۱	خودنمایی
۹۳	استقلال طلبی
۹۶	استقلال از دید قرآن
۱۰۰	پیوستگی به گروه و اجتماع
۱۰۲	تجزیه و تحلیل درک رفتارها
۱۰۴	رهبری کردن و دست زدن
۱۰۶	علاقه به جنس مخالف
۱۱۳	کمبود محبت
۱۱۵	خوشونت خانوادگی
۱۱۶	اختلاف والدین
۱۱۹	فتر خفته
۱۲۰	آشفته‌گی در خانواده
۱۲۲	افراط در محبت
۱۲۳	تنهایی
۱۲۳	معاشرت با دوستان ناباب یا دوستان معتاد
۱۲۵	نداشتن تفریحات سالم
۱۲۶	بیماری‌های روانی
۱۳۳	علل و عوامل بزهکاری نوجوانان
۱۳۵	اعتدال در محبت
۱۳۸	تبغیض
۱۴۰	خوشونت
۱۴۲	عدم حضور والدین در منزل
۱۴۴	غیبت پدر و مادر
۱۴۵	عقب ماندگی خانوادگی
۱۴۷	منابع

مقدمه

سن نوجوانی، بعد از دوران کودکی، یعنی حدوداً از ۱۰ تا ۱۲ سالگی شروع می‌شود و زمانی که شخصی به سن ازدواج برسد پایان می‌پذیرد. میانگین سن ازدواج ۲۵ سال به بعد می‌باشد. فاصله بین ۱۱ تا ۲۵ سالگی که حدود ۱۴ سال می‌باشد، دوره جوانی نامیده می‌شود. سازمان ملی جوانان ایران، از سن ۱۲ - ۱۱ سالگی تا ۲۸ - ۲۶ سالگی که حدود ۱۵ سال می‌باشد را دوره جوانی نامیده است. با توجه به اینکه تمام قوای فکری، زیستی، روحی، روانی، فکری، عاطفی و دوره حساس تحصیل، دانشگاه و انتخاب شغل افراد مربوط به این دوره بسیار مهم می‌باشد، خانواده‌ها مسئولان تعلیم و تربیت باید برنامه‌ای کاملاً حساب شده و قانونمند و اطلاعاتی منطقی مداس با این سن را در اختیار نوجوان قرار دهند. این دوره را از نظر علمی «هندسه دوره جوانی» می‌نامند و به همین دلیل است که تربیت نوجوان و جوان را یکی از دشوارترین و بحث انگیزترین موضوعات در زمینه فرزندپروری نامیده‌اند. امروزه علاوه بر این که خود این دوره، خود به خود دوره دشواری می‌باشد، تغییرات و تحولات سریع اجتماعی و زندگی ماشینی نیز بر دشواری این دوره افزوده است و خانواده‌ها مسئولیت‌های بسیار سنگین و خطیر برعهده دارند. جوان و نوجوان همچون دریایی متلاطم و پرهیاهو مملو از امواجی خروشان پر انرژی هستند و این امواج باید خردمندانه و رسدانه به ساحل آرامش برسند چرا که ممکن است در صورت اعمال هرگونه فصول و کوتاهی، نوجوان و جوان را در کام این اقیانوس ژرف فرو ببرد و نجات او کاری غیرممکن و یا حداقل سخت و پرهزینه باشد. اگر این کشتی به سلامت به ساحل برسد و جوان خودش را باور کند، انگیزه خود باوری در روح و قلب جوان به وجود آید و تا زمانی که زنده و پویاست، او هم احساس جوانی خواهد کرد، ولی اگر جوان خودش را

پیدا نکند، لحظات جوانی او بی ثمر پشت سر گذاشته می شود، باورهایش نیز از بین می رود و در دریای متلاطم زندگی فریادش به جایی نمی رسد. اگر امروزه شاهد طغیان غرایز جوانان مان هستیم، به دلیل آن است که نه تنها آنها را کمتر باور داریم بلکه باورهای آنها را نیز مورد تاخت و تاز قرار می دهیم. آنها را به عنوان انسان های خام، کم سن، مغرور و حتی کودکان بزرگ شده نگاه می کنیم. ولی باید بدانیم به ترین سرمایه های ملی ارزشمند، آینده ساز مملکت و ستون اصلی و امید خانواده ها، بین جوانان هستند. و به خاطر اهمیت همین موضوع، حضرت امام خمینی (ره) در این خصوص می فرمایند:

«گاهی و آن ها که می بینم بعضی از این جوان ها اینطور هستند من خجالت می کشم که اینها چه می گویند، ما چه می گوئیم؟ اینها چه حالی دارند، ما چه حالی داریم؟ شما جوانان امید ما هستید، امید من به شما توده جوان است. من امید این را دارم که مقدرات مملکت به دست شما جوانان بیفتد و مملکت ما را شما عزیزان حفظ کنید.»^۱

هر موجودی در گذر زمان، روزها، ستارنی را طی می کند. گاهی این روزها خیلی حساس و مهم هستند، مثلاً در طول سال درختان فقط چند روزی گل می دهند و اگر طی آن چند روز، هوا طوفانی شود یا باران و تگرگ بیاید، حاصل یکسال زحمت باغداران از بین می رود. کلاً گیاهان، درختان و همه موجودات زنده، چنین دوره های خطرناکی را در طول زندگی خود دارند. سال ها نیز در طول عمر خود دوره های ناب و ارزشمندی را سپری می کنند که برای آینده شان بسیار اهمیت دارد و اگر این دوره و زمان از بین برود، جبرانش سخت و شاید غیرممکن خواهد بود. یکی از این دوره ها سال های نوجوانی و جوانی است، چرا که در این

دوره قرار است اتفاقات مهمی شکل بگیرد. تحصیل، دانشگاه، شغل، دوران طالبی بلوغ، ازدواج، دوست‌یابی، هویت، مهارت‌آموزی، هنرآموزی، قهرمان شدن، باور داشتن و ازطرفی حوادث منفی مثل شهوت، ارتباط نامشروع، بیکاری، ترک تحصیل، اعتیاد، فساد و غیره که هر کدام از اینها در جای خود قابل بحث و تجزیه و تحلیل هستند. اگر والدین و متولیان تعلیم و تربیت هنرمندانه و مقطعی با شرایط نوجوان و جوان برخورد نمایند، پی‌آمد بسیار خوبی در پی خواهد داشت، یعنی آن گل‌ها ثمره نهند که میوه است را به‌دست خواهند آورد. میوه دوران جوانی نیز شخصیت شغل خوب، تحصیل بالا، سلامت روانی و سلامت جسمانی خواهد بود. حال باید از ذرات این مسائل به طور منطقی و کاربردی عبور کرد. امروزه صدها کتاب و هزاران سخنران، پیرامون این دوره وجود دارد. ولی آنچه بیشتر مورد مطالعه محققین است و در بررسی خانواده‌ها قرار دارد، توضیحاتی پیرامون ویژگی‌های این دوره می‌باشد. در اغلب کتاب‌هایی که در این زمینه وجود دارد چنین آمده است که: جوان دارای یکسری خصوصیات و ویژگی‌ها است. پدر و مادری که مشغول مطالعه و دریافت این اطلاعات است، به‌تدریج این ویژگی‌ها را بطور مستقیم و یا غیرمستقیم مشاهده می‌کند. آن‌ها را بارها و بارها شنیده، خوانده یا دیده است ولی آنچه مهم است را بی‌داند، رودررویی با این موقعیت‌هاست که چه کند و چه بگوید. می‌داند روحیه جوان در این دوران حساس است، خوب چه باید کرد؟ جوان ممکن است پرخاشگر باشد، پدر و مادر می‌گویند این موضوع را می‌دانند، ولی نمی‌دانند در برابر او چه عکس‌العملی باید نشان دهند. جوان در دوره پرتلاطم بلوغ قرار دارد، خوب برای آرامش او باید چه کار کنیم؟ وقتی سازمان هواشناسی اعلام می‌کند بعد از این بارش سنگین امکان وقوع سیل هست، باید سریعاً برای پیشگیری اقدام کرد چرا که در غیر این صورت فقط ایجاد ترس و دلهره در مردم کرده‌اند، همین.

دادن اطلاعات صرف به خانواده‌ها، بدون ارائه راهکارهای مناسب برای مقابله با مشکلات این دوره، فقط اضطراب را در آنها بیشتر می‌کند. پس در مورد ویژگی‌های دوره جوانی، وقتی ما نویسندگان برای خانواده‌ها فقط ایجاد حساسیت کنیم و بگوییم: این دوران برای نوجوان و خانواده‌اش سخت است و باید بیشتر مراقب بود، در حقیقت خانواده‌ها دچار التهاب و دلهره می‌شوند که: ای وای اگر فرزندمان اینگونه باشد چه کنیم؟... پس حقیقت این است که امروزه مردم ما از اطلاعات نظری خسته شده‌اند. این اطلاعات لازم است ولی اگر بعد از ارائه اطلاعات، راهکار داده نشود، موضوع مطرح شده خسته کننده و حتی نگران کننده خواهد بود و شاید هم آنچه را انتظار نداریم رخ دهد. من در طول دوران تحقیقات خود، تمام معلمین را در مناطق مختلف، پیرامون مسائل پژوهشی بررسی می‌کردم، از طرف دیگر برای دانش‌پژوهان هم در درس تحقیق، تدریس می‌کردم. نکته کاملاً مشهود این بود که حاصل تحقیقات معدوم می‌ماند که گویی خودشان دستی بر آتش دارند و مصداق این جمله بودند که «دریا رفته می‌داند مصیبت‌های طوفان را». چون در طول ۲۰ الی ۳۰ سال تدریس در کلاس، خیلی رفتارها را از نزدیک مشاهده کرده بودند، از راه‌های متفاوت برآمده و به خوبی می‌دانستند که کدام مسئله حل‌شدنی یا کدام غیرقابل حل است ولی نمی‌دانستند که اصلاً با نوجوان و جوان جز در کوچه و خیابان برخورد نکرده و اطلاعات محدود به چند کتاب خارجی در طول تحصیل بوده، مسلماً نمی‌تواند آنچه را که دیده، زمان کند. به همین دلیل کسی که پزشکی می‌خواند باید چند سال طرح بگذراند تا اطلاعات خود را با مشاهده و کار عملی کامل نماید و در پایان طرح اجازه دارد طبابت کند. در حیطه تعلیم و تربیت و روان‌شناسی نیز چنین است. کسانی که تحصیلات آنها در یک رشته است ولی در زمینه رشته دیگری می‌خواهند مطلب بنویسند، اجباراً بیشتر اطلاعات کسب شده خود را از کتابها و منابع دیگر اخذ می‌نمایند و با تفکر

خودشان تجزیه و تحلیل می‌نمایند و شاید در این کتابها کمتر راهکار عملی وجود داشته باشد. اگر دقت کرده باشید روانشناسان به نام کشورمان که امروزه کتابهای کاربردی دارند همه در حیطه تعلیم و تربیت کار می‌کنند و عملاً با دانش‌آموز و دانشجو فعالیت آموزشی و فرهنگی دارند. پس در این کتاب سعی داریم با زبان بسیار ساده و فصیح، بدون به کار بردن کلمات پیچیده تخصصی، آمیخته‌ای از آدره‌های علم روانشناسی، تجربیات خود و آنچه از برخورد مستقیم معلمین، مدیران و خانواده‌ها با نوجوانان و جوانان گردآوری کرده‌ایم و تجزیه و تحلیل و جمع‌بندی نمودیم تا بخشی از مسئولیتهای خود را نسبت به جامعه انجام داده باشیم. باشد که این هفت آن در تربیت فرزندان کشورمان، رضایت خداوند را برای همه به دنبال داشته‌سد.

امید آن که به یاری خداوند کتاب پیش رو هم برای شما خواننده عزیز، مهم، ارزشمند و مفید باشد و هم سبب سرافرازی ما به درگاه خداوند متعال باشد و فردا در پیشگاه او بدهکار نباشیم.

علی (ع):

فرزند هفت سال برایت دست گل است و هفت سال

برایت خام است، پس یادشنت خواهد بود یاد دوست.