



اصول برقراری ارتباط با نوجوان

دکتر احمد به پژوه

استاد روان‌شناسی دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران

یادآوری

در شماره‌های قبلی نشریه پیوند (دی ماه و بهمن‌ماه ۱۳۹۱) بخش اول مقاله با عنوان ضرورت آموزش والدین و پنج اصل برقراری ارتباط انسانی با نوجوان و بخش دوم مقاله با عنوان اهمیت و ضرورت برقراری رابطه انسانی با نوجوانان و هفت اصل مهم از نظر شما گذشت. اکنون در بخش سوم، پس از طرح چند سؤال، مقدمه کوتاهی درباره اهمیت و نقش خانواده ذکر می‌شود. در ادامه، هشت اصل محبت، اصل مسئولیت دادن به نوجوان، اصل مشورت کردن با نوجوان، اصل ثبات عاطفی والدین، اصل صداقت، اصل قاطعیت و جدی بودن والدین، اصل هماهنگی و همکاری عاملان تربیتی و اصل همدلی و همفکری عاملان تربیتی، به زبان ساده، فشرده و کاربردی و نیز چند توصیه عرضه می‌شود که امید است مورد توجه و استفاده مادران و پدران، معلمان و مربیان گرامی قرار گیرد.

چند سؤال

هر یک از شما خبرهای تکان دهنده‌ای را در صفحه حوادث روزنامه‌ها درباره مشکلات والدین و نوجوانان خوانده و یا درباره آن شنیده‌اید. به نظر شما علت چیست؟

- عدم آگاهی والدین نسبت به نقش‌ها و وظایف خود؟
- عدم توجه مادران و پدران به روان‌شناسی نوجوان؟

- تکرار کورکورانه روش‌های تربیتی نادرست؟
- عدم توانایی در برقراری ارتباط با نوجوان؟
- عدم توجه به نیازهای همه‌جانبه نوجوان؟
- وضعیت ناسالم و بحرانی خانواده؟

مقدمه

خانواده، نهادی است مقدس و بی‌بدیل که حیات و سعادت جامعه بشری وابسته به آن است. پرورش نسل آینده، انتقال میراث فرهنگی، پاسداری از ارزش‌ها، زبان آموزی و تأمین نیازهای جسمانی و روانی انسان از وظایف عمده خانواده به شمار می‌آید. بی‌شک سلامت جامعه وابسته به سلامت خانواده است و سلامت روانی و جسمانی افراد جامعه تأمین نمی‌شود مگر آنکه خانواده‌هایی سالم، با نشاط، متعادل و صالح داشته باشیم.

خانواده به منزله نخستین، مهم‌ترین، پایدارترین و مؤثرترین پرورشگاه و آموزشگاه انسان محسوب می‌شود. امروزه ثابت شده است که خانواده، کانون تأمین‌کننده سلامت روانی افراد جامعه است. به نظر می‌رسد گاهی برخی از بیماری‌های به ظاهر جسمانی، مانند سردردها، کوفتگی‌ها، ناراحتی‌های گوارشی، بیماری‌های پوستی، خارش‌ها و تنگی نفس که در روان‌شناسی از آن‌ها به عنوان بیماری‌های تن‌روانی یاد می‌شود، منشأ روانی دارند و بخشی از

خانواده، نهادی است مقدس و بی‌بدیل که حیات و سعادت جامعه بشری وابسته به آن است. پرورش نسل آینده، انتقال میراث فرهنگی، پاسداری از ارزش‌ها، زبان‌آموزی و تأمین نیازهای جسمانی و روانی انسان از وظایف عمده خانواده به شمار می‌آید. بی‌شک سلامت جامعه وابسته به سلامت خانواده است و سلامت روانی و جسمانی افراد جامعه تأمین نمی‌شود مگر آنکه خانواده‌هایی سالم، با نشاط، متعادل و صالح داشته باشیم.

علت‌ها، به عدم توجه به نیازهای روانی کودکان و نوجوانان در گستره رشد مربوط می‌شود. از این رو سلامت، سعادت و کامیابی هر کس بستگی به خانواده و شرایط خانوادگی او و شیوه زندگی او دارد.

همان‌طور که در مقاله‌های قبلی تأکید شد در فرایند تعلیم و تربیت فرزندان، یکی از اثربخش‌ترین روش‌ها، برقراری ارتباط انسانی با نوجوان و حفظ و تأمین عزت نفس و احساس خود ارزشمندی نوجوان است. بنابراین اگر نوجوان را باور می‌کنید و می‌پذیرید که داشتن یک ارتباط خوب و انسانی، مقدماتی‌ترین و ضروری‌ترین مرحله کار با نوجوان است، رعایت اصولی که در این مقاله به اختصار از نظر شما خواهد گذشت، کمک می‌کند تا بتوانید میان خود و فرزندان ارتباط مطلوب را برقرار کنید.

هر یک از این اصول می‌تواند مانند قاعده و یا «سرنخی» شما را هدایت کند و به اندیشیدن و ارزیابی درباره رابطه خود با فرزند نوجوانتان دعوت نماید.

اصل محبت

شما چگونه به فرزند نوجوانتان نشان می‌دهید که او را دوست دارید؟ زیرا اساس یک ارتباط سالم و درست میان شما و فرزندان، محبت کردن، دوست داشتن و مبادله مهر و عطف است. یک نگاه محبت‌آمیز یا یک نوازش مهربانانه معجزه می‌کند و رفتار نوجوان را به سوی خلاقیت و خیر و نیکی تغییر جهت می‌دهد. بی‌شک توجه کردن و محبت کردن، یک نیاز روانی و یک تقویت‌کننده مثبت است. اما باید آگاه باشید که کجا، چه وقت، به چه میزان و چگونه از این تقویت‌کننده استفاده می‌کنید؟ بدیهی است روش و میزان محبت کردن، مانند استفاده از دارو برای درمان بیماری‌های جسمانی، باید با سن و دیگر ویژگی‌های فرد تناسب داشته باشد. همان‌طور که نمی‌توان برای همه افراد یک نسخه واحد پیچید، به همه افراد نیز نمی‌توان به یک میزان و به یک طریق واحد محبت کرد.

بدون شک، اگر کودک و یا نوجوان در دوران رشد به قدر کافی دوست داشته شود، یاد می‌گیرد که خود و دیگران را دوست بدارد (به‌پژوه، ۱۳۶۰). محبت کردن باید بدون قید و شرط باشد تا موجب

رشد نوجوان شود و در درون او امنیت روانی ایجاد کند. به نوجوان اطمینان بدهید که وجود او را با تمام ویژگی‌هایش دوست دارید، چه نمره بیست بگیرد، چه نمره بیست نگیرد و یا چه دیپلم بگیرد، چه دیپلم نگیرد. در این ارتباط از زبان فرزندان می‌شنویم که می‌گویند: ای پدر، ای مادر؛ احتیاجم همه پوشاک و غذا تنها نیست، من به امنیت خاطر مثل غذا محتاجم (نگاه کنید به پیام فرزندان به پدران و مادران در کتاب ازدواج موفق و خانواده سالم، چگونه؟ به‌پژوه، ۱۳۸۹).

شایان ذکر است که مانند هر امر دیگری نباید در محبت ورزیدن به دامن افراط و تفریط افتاد و یا محبت کردن و دوست داشتن فرزند به معنای تسلیم شدن به خواست‌های غیرمنطقی نوجوان تعبیر شود و در نتیجه موجب فرزندسالاری گردد. در این اصل، سه تصویر متفاوت از ویژگی‌های نوجوانی که به قدر کافی از محبت بهره‌مند بوده است، در مقایسه با ویژگی‌های نوجوانی که از محبت محروم بوده و نوجوانی که بیش از حد از محبت برخوردار بوده است، ارائه می‌شود (به‌پژوه، ۱۳۹۱ الف).

الف: ویژگی‌های نوجوانی که به قدر کافی از محبت بهره‌مند بوده است

- قدرت سازگاری خوبی دارد؛
- احساس امنیت روانی و آرامش می‌کند؛
- با نشاط و با روحیه است و از زندگی کردن لذت می‌برد؛
- فردی واقع بین است و به خود اعتماد و اطمینان دارد؛
- به دیگران اعتماد می‌کند و تمایل به همکاری با دیگران دارد؛
- استقلال اندیشه دارد و به کسی متکی نیست؛
- فردی خلاق، مبتکر و فعال است.

ب: ویژگی‌های نوجوانی که از محبت محروم بوده است

- احساس ناامنی روانی و عدم آرامش می‌کند؛
- نسبت به دیگران حالت بدبینی و عدم اعتماد دارد؛
- از زنده بودن خود و زندگی کردن لذت نمی‌برد؛
- احساس مسئولیت نمی‌کند و از نظر سازگاری مشکل دارد؛
- اعتماد به نفس او ضعیف است؛
- فردی وابسته و خجالتی است و تمایل به تقلید کورکورانه دارد؛
- برای جلب توجه و خودنمایی که نیاز همه انسان‌هاست، به روش‌های نامطلوب دست می‌زند.

ج: ویژگی‌های نوجوانی که بیش از حد از محبت برخوردار بوده است

- قدرت سازگاری در او ضعیف و فردی حساس است؛
- فردی از خودراضی، خودپسند و متوقع از دیگران است؛
- شخصیتی متزلزل و ناپایدار دارد؛



- قدرت تصمیم‌گیری او ضعیف است؛
- فردی وابسته و متکی به دیگران است؛
- در دنیای خیالی و غیرواقعی به سر می‌برد؛
- در برخورد با مسائل، مشکلات و ناملایمات احساس درماندگی می‌کند.

اصل مسئولیت دادن به نوجوان

پدر و مادر، مسئول هستند کودک دیرروز، نوجوان امروز و جوان فردا را برای ورود به دنیای بزرگ‌ترها آماده کنند. نوجوان شما، روزی شما را ترک می‌کند و به دنیای مستقل خود قدم می‌گذارد، چقدر او را با واقعیت‌ها آشنا کرده‌اید؟ چقدر او را مسئولیت‌پذیر تربیت کرده‌اید؟ چقدر او را با مسئولیت‌هایش آشنا کرده‌اید؟

به نوجوان مسئولیت‌های گوناگون بدهید و او را به داشتن و پذیرفتن مسئولیت تشویق کنید. هنگامی که فرزند شما خود را در مورد کارها و رفتارهایش مسئول می‌داند، او را تحسین کنید و از او قدر دانی نمایید. در مقابل، زمانی که اعمال غیرمسئولانه از او سر می‌زند و به وظایفش عمل نمی‌کند، در یک فضای محرمانه و صمیمانه با او صحبت کنید و با دعوت کردن وی به اندیشیدن، او را نسبت به پیامدها و نتایج اعمالش آگاه نمایید. به نوجوان گوش‌زد کنید که هر کس در مقابل آنچه انجام می‌دهد، مسئول و پاسخگو است.

چنانچه نوجوان شما مهارتی را آموخته است، از او بخواهید به مناسبت‌های گوناگون آن را نشان دهد. برای مثال، نوجوان شما می‌تواند در لوله‌کشی، تعمیر شیرهای آب، سیم‌کشی و تعمیر وسایل برقی به شما کمک کند. به طور کلی بر توانایی‌ها و نقاط مثبت فرزندتان تکیه کنید و آن‌ها را مورد توجه قرار دهید. با دادن مسئولیت به نوجوان، به او فرصت دهید تا او خود را به طریق درست نشان دهد و شخصیتش رشد کند.

در مسئولیت دادن به نوجوان باید دقت کرد که امور محوله آن قدر دشوار نباشد که نوجوان از عهده انجام دادن آن بر نیاید و در نتیجه دچار ناامیدی و سرخوردگی شود.

اصل مشورت کردن با نوجوان

بسیاری از مشکلات خانواده‌هایی که فرزند نوجوان دارند، نتیجه عدم مشورت با آن‌هاست. برخی از پدران و مادران در تصمیم‌گیری‌های خانوادگی یا در امور مربوط به تحصیل، شغل و ازدواج فرزندشان با وی مشورت نمی‌کنند و به قول معروف او را به حساب نمی‌آورند. در حالی که مشارکت دادن نوجوان در این‌گونه امور موجب می‌شود احساس مسئولیت و توانایی خودتصمیم‌گیری در او ایجاد شود. اکنون زمان آن رسیده است که با فرزند نوجوان خود به‌عنوان فردی بزرگسال رابطه برقرار کنید، با او مشورت کنید، در انجام امور از او نظرخواهی نمایید و برخی از مسائل خانوادگی را با

وی در میان بگذارید (مانند: زمان تماشای تلویزیون، میهمانی رفتن، مسافرت رفتن، تعمیر خانه و نظایر آن).

به فرزند نوجوان خود اعتماد کنید و پس از دادن آگاهی‌های لازم، به او اجازه دهید که به تدریج در امور گوناگون تصمیم بگیرد و تصمیم‌گیری در امور زندگی، تحصیلی و شغلی را تمرین کند. لازمه این کار قرار دادن نوجوان در فرایند تصمیم‌گیری‌های خانواده است. نوجوان را نباید در محیط بسته و قرنطینه‌ای قرار داد. به نوجوان کمک کنید هنگام تصمیم‌گیری راههای گوناگون را بررسی کند و پیامدهای مثبت و منفی هر کدام را پیش‌بینی و ارزیابی نماید. موقعیت‌هایی ایجاد کنید تا فرزند شما با مشکل روبه‌رو شود و ملزم به تصمیم‌گیری شود. در این شرایط او را به‌طور غیرمستقیم همراهی کنید و راههای متفاوت را نشان دهید، اما اجازه دهید که او خود تصمیم بگیرد و به حل مشکلش بپردازد. نکته ظریف این است که هیچ‌گاه برای نوجوان تصمیم نگیرید، بلکه با نوجوان تصمیم بگیرید و تا جایی که مقدور است به او کمک کنید تا او خود تصمیم بگیرد. برای مثال، نوجوان باید قادر شود با افراد گوناگون برخورد کند، اما بهترین آن‌ها را برای دوستی برگزیند.

اصل ثبات عاطفی والدین

نوجوان نیاز به آرامش دارد. نوجوان نیاز دارد که پدر و مادری با عواطف کم و بیش پایدار داشته باشد، هر قدر روابط پدر و مادر با یکدیگر و روابط پدر و مادر با نوجوان از ثبات و استحکام برخوردار باشد، نوجوان احساس آرامش بیشتری می‌کند. زمانی که پدر و مادر براساس اصل ثبات عاطفی با فرزندان خود ارتباط برقرار می‌کنند و دارای شخصیت سالم و استواری هستند، نوجوان بهتر می‌تواند روی آن‌ها حساب باز کند و مطمئن‌تر به آن‌ها تکیه نماید. در مقابل، در خانواده‌هایی که پدر و مادر از نظر عاطفی متزلزل، ناپایدار و به اصطلاح دمدمی مزاج هستند، نوجوان قادر نیست به آن‌ها تکیه کند و در نتیجه تلاش می‌نماید پناهگاه دیگری

اصل صداقت

مهم‌ترین اصلی که به برقراری رابطه‌ی انسانی میان شما، همسران و فرزند یا فرزندان کمک می‌کند، اصل صداقت یا صادق بودن در گفتار و رفتار است. فرزندان به سهولت به میزان صداقت شما با آن‌ها پی می‌برند و میزان اعتماد خود را به شما، بر حسب آن تنظیم می‌کنند. نوجوانان به خوبی متوجه رفتارهای صادقانه و یا رفتارهای ریاکارانه بزرگ‌ترها هستند و با کمال خلوص در جای خودش به آن‌ها تذکر می‌دهند. شایان ذکر است که اعمال ما، چه بخواهیم و چه نخواهیم، زیر نظر فرزندان ماست و توسط آنان ارزیابی می‌شود. جوهره‌ی جلب اعتماد، صادق بودن و صداقت داشتن است. رعایت این اصل مایه‌ی استحکام ارتباط ارتباط با یکدیگر می‌شود. هرگز به نوجوان وعده یا قولی ندهید که نتوانید به آن عمل کنید، زیرا حافظه‌ی او در این ارتباط بسیار قوی عمل می‌کند و در صورت عدم وفای به عهد یا قول خود، این موضوع را با شما درمیان می‌گذارد و آن را به منزله‌ی عدم صداقت شما تعبیر می‌کند.

بنابراین، پیام مهم این اصل این است که لازمه‌ی برقراری ارتباط انسانی با نوجوان، داشتن صداقت است. پس بیایید میان آنچه می‌گویید و آنچه عمل می‌کنید و آنچه واقعاً هستید، هماهنگی ایجاد کنید. گاهی اوقات نوجوان میزان صداقت پدر یا مادر خود را امتحان می‌کند. برای مثال، نوجوان پاسخ سؤالی را می‌داند و صرفاً برای آنکه ببیند پدر یا مادر تا چه میزان با او صادق هستند، آن سؤال را می‌پرسد. در این وضعیت، اگر پدر یا مادر در امتحان صداقت موفق شوند، می‌توانند اعتماد فرزند نوجوانشان را به خود جلب کنند. از این رو، باید گفت که جوهره‌ی یک رابطه‌ی سالم و انسانی، جلب اعتماد و زمینه‌ی اساسی جلب اعتماد، رعایت اصل صداقت در گفتار و رفتار است.

اصل قاطعیت و جدی بودن والدین

در کنار تمام اصول برقراری ارتباط انسانی با کودک و نوجوان، اصل قاطعیت و جدی بودن مطرح می‌شود. متأسفانه برخی از والدین با فرزندانشان یا بسیار خشک، رسمی و قاطع هستند و یا بسیار مهربان و نرم. در حالی که معدودی از والدین به موقع مهربان و به موقع قاطع هستند. هرگز قاطع بودن و جدی بودن را با عصبانیت، خشونت و سخت‌گیری یکی ندانید. قاطع و جدی بودن شما به رفتار و شیوه‌ی برخورد شما و اصول‌گرایی در امر تعلیم و تربیت و رعایت هنجارها و ارزش‌ها در زندگی فردی و خانوادگی مربوط می‌شود. بدیهی است که خشونت و عصبانیت، شما را از هدف‌هایتان دور می‌کند. در حالی که آهنگ صدا و حالت چهره شما نشان‌دهنده‌ی تمایل و تأکید شما بر قاطعیت و در عین حال دلسوزی و مهربان بودن شماست و هم‌زمان، پیگیری شما با عمل و رفتار مناسب، جدی بودن شما را نشان می‌دهد (دینک میر و مکی، ۱۳۷۰). منظور از این

جست‌وجو کند و به محل امن یا شخص امن دیگری پناه ببرد. برای مثال، در خانواده‌هایی که پدر معتاد است، بین پدر و مادر در اکثر مواقع مشاجره، نزاع و کتک‌کاری است. پدر و مادر، نوجوان را تنبیه و سرزنش می‌کنند و نظایر آن، روابط میان پدر و مادر و نوجوان (مثلث مقدس) متزلزل می‌شود و بدر اضطراب و تعارض در درون نوجوان کاشته می‌شود.

به‌طور معمول، نوجوان با چه کسی «هماندسازی» می‌کند؟ این سؤال مهمی است که نظر پژوهشگران متعددی را به خود جلب کرده است (أصفی، ۱۳۵۴). در پاسخ به این سؤال باید گفت اکثر روان‌شناسان بر این باور هستند که نوجوان با کسی «هماندسازی» می‌کند که در کنار او احساس امنیت کند و او را شخصیتی دوست داشتنی، باوقار، متین، استوار و ثابت قدم بباید. نوجوان به کسی پناه می‌برد که او را پناهگاهی امن بداند.

توجه داشته باشید در صورتی می‌توانید به فرزندان که مبتلا به آشفتگی عاطفی است کمک کنید و با او به درستی ارتباط برقرار نمایید که خودتان از آرامش و ثبات عاطفی برخوردار باشید و صبورانه و آگاهانه با مشکلات برخورد کنید. هنگامی که پدر یا مادر عصبانی یا هیجان‌زده است، امکان ندارد با آرامش و منطقی با فرزند خود روبه‌رو شود. شاید تاکنون چند بار پیش آمده است که از فرزند نوجوانتان عصبانی و متنفر شده‌اید. در این وضعیت بهتر است با شکیبایی خود را مهار کنید و احساسات خود را نزد دوستی امین بحث و ارزیابی کنید و یا با یک روان‌شناس و مشاور به مشورت بپردازید.



لازمه برقراری ارتباط انسانی با نوجوان، داشتن صداقت است. پس بیایید میان آنچه می‌گویید و آنچه عمل می‌کنید و آنچه واقعاً هستید، هماهنگی ایجاد کنید. گاهی اوقات نوجوان میزان صداقت پدر یا مادر خود را امتحان می‌کند. برای مثال، نوجوان پاسخ سؤالی را می‌داند و صرفاً برای آنکه ببیند پدر یا مادر تا چه میزان با او صادق هستند، آن سؤال را می‌پرسد. در این وضعیت، اگر پدر یا مادر در امتحان صداقت موفق شوند، می‌توانند اعتماد فرزند نوجوانشان را به خود جلب کنند. از این رو، باید گفت که جوهره یک رابطه سالم و انسانی، جلب اعتماد و زمینه‌سازی جلب اعتماد، رعایت اصل صداقت در گفتار و رفتار است.

- آیا با فرزندان زبان مشترک، فکر مشترک و احساس مشترک دارید؟
 - آیا فرزند شما، زبان شما را می‌فهمد؟
 - آیا شما، زبان فرزندان را درک می‌کنید؟
 - آیا فرزندان، شما را محرم و امین خود می‌دانند؟
- البته شایان ذکر است که همدلی و هم‌زبانی با نوجوان، به معنای تسلیم شدن به تمام خواست‌ها و تقاضاهای او نیست. مسئله‌ای که امروزه برخی از خانواده‌ها از آن رنج می‌برند، مسئله «فرزند سالاری» است که بر اثر «محبت بیش از حد» و «توجه بیش از حد» حاصل می‌شود. هم‌زبانی با نوجوان به معنای شناخت زبان و منطق او و برقراری ارتباط بر اساس ویژگی‌های شناختی و عاطفی اوست. بر اساس این اصل اگر بخواهیم در بیت معروف مولوی ۲ اندکی دخل و تصرف کنیم، باید بگوییم:

چون که با «نوجوان» سر و کارت فتاد

پس زبان «نوجوانی» باید گشاد.

سعی کنید شرایط اجتماعی و زمانی فرزند نوجوانتان را درک کنید و به علل رفتار او پی ببرید. نوجوان دارای امیدها، ترس‌ها و نگرانی‌هایی است، لذا توصیه می‌شود دقایقی با او خلوت کنید و به طور محرمانه درباره نگرانی‌هایش با او صحبت کنید و آنها را مورد توجه قرار دهید. به نوجوان فرصت دهید تا حرف دلش را با شما در میان گذارد. از رفتار و گفتار شما انتقاد کند و شما واکنش مناسب نشان دهید. بدیهی است که عصبانی شدن، واکنش مناسبی نیست، بلکه پذیرش منصفانه اشتباهات و اصلاح رفتار خود، واکنش درست و عاقلانه به شمار می‌آید.

چند توصیه

- سعی کنید روحیه پرسشگری را در نوجوان تقویت کنید و از آن هراس نداشته باشید؛ اگرچه برخی از پدران و مادران، از سؤال کردن فرزندان خوششان نمی‌آید!

اصل این است که همواره میان شما و فرزندان باید اصول و ضوابطی حاکم باشد و رعایت شود. بر طبق آیات شریفه قرآن، بیان لاین را باید با زبان قاطع و صریح و به نیکوترین وجه و قابل فهم‌ترین روش به کار برد (طه/ ۴۴). زمانی که توصیه می‌شود با فرزند یا فرزندان خود دوست شوید، این توصیه به این معنا نیست که با آنها جدی نباشید و اجازه دهید آنها هر کاری خواستند، بکنند و هر جایی خواستند بروند و از دوستی شما سوء استفاده کنند. نوجوان باید بداند که هیچ کس از آزادی بی‌قید و شرط برخوردار نیست و او ملزم است ضوابط و اصول وضع شده در خانواده، مدرسه و جامعه را رعایت کند. در غیر این صورت نوجوان منع می‌شود و پدر و مادر و مسئولان مدرسه و جامعه با او برخورد جدی می‌کنند.

اصل هماهنگی و همکاری عاملان تربیتی

در نظام آموزش و پرورش یک جامعه به‌طور اعم و در نظام تعلیم و تربیت یک خانواده به‌طور اخص، باید میان کلیه عاملان تربیتی، همکاری و هماهنگی وجود داشته باشد. بدیهی است که رشد سالم و مطلوب در یک فضای هماهنگ صورت می‌پذیرد. در خانواده‌هایی که بین پدر و مادر هماهنگی‌های ضروری در امر تربیت و تعلیم فرزندان وجود ندارد، برای مثال، مادر، پدر را قبول ندارد و تحقیر می‌کند و یا پدر، با مادر مخالفت می‌کند، درون فرزندان سرشار از تعارض‌ها و کشاکش‌های روانی می‌شود. در چنین شرایطی، نوجوان از تعادل حیاتی روانی محروم است و نمی‌تواند به حیات سالم خود ادامه دهد و دچار اضطراب و ناامنی می‌شود.

بدین ترتیب اگر بین خانه و مدرسه، خانه و جامعه، مدرسه و جامعه هماهنگی‌های لازم برقرار نباشد، نوجوان دچار سردرگمی و تناقض می‌شود. در چنین موقعیتی، درون نوجوان ناامن و مضطرب می‌شود و احتمال بروز رفتارهایی، مانند بی‌تفاوتی، دورویی، ریاکاری و تظاهر و تزلزل رواج پیدا می‌کند. نوجوان به قول معروف «نان را به نرخ روز می‌خورد!» و از پیروان یا باورکنندگان «خواهی نشوی رسوا، هم‌رنگ جماعت شو!» می‌شود و به تدریج اصالت شخصیت او کمرنگ و کمرنگ‌تر می‌شود.

اصل همدلی و همفکری عاملان تربیتی

خانواده سالم و بانشاط، خانواده‌ای است که میان اعضای آن همدلی و همفکری وجود دارد و اعضای خانواده در کنار هم احساس امنیت و آرامش می‌کنند (نگاه کنید به فصل هجدهم با عنوان؛ ویژگی‌های خانواده سالم، در کتاب خانواده و کودکان با نیازهای ویژه، به‌پژوه، ۱۳۹۱ ب).

اگر می‌خواهید به عنوان پدر یا مادر، خودتان را ارزیابی کنید و بررسی نمایید که تا چه میزان با فرزندان همدل و همفکر هستید، به این سؤال‌ها پاسخ دهید:

جوهرة جلب اعتماد، صادق بودن و صداقت داشتن است. رعایت این اصل مایه استحکام ارتباط ارتباط با یکدیگر می‌شود. هرگز به نوجوان وعده یا قولی ندهید که نتوانید به آن عمل کنید، زیرا حافظه او در این ارتباط بسیار قوی عمل می‌کند و در صورت عدم وفای به عهد یا قول خود، این موضوع را با شما در میان می‌گذارد و آن را به منزله عدم صداقت شما تعبیر می‌کند.

پدر عزیز و مادر گرامی!

با تقدیم بهترین و صمیمانه‌ترین سلام‌ها و درودها به پیشگاه شما، سخن پایانی این است که هیچ‌گاه از یاد خدا غافل نشوید و بدانید که فرزند، امانت الهی است و شما موظف هستید این امانت الهی را به بهترین وجه تعلیم بدهید و تربیت کنید و نیز بدانید که بهترین میراث شما فرزند با تقوا و صالح است. در برقراری ارتباط با فرزندان همواره خداوند متعال را حاضر و ناظر بدانید و در گفتار و رفتار خود این اعتقاد را نشان دهید (اصل خدامحوری). آگاه باشید که کودکان و نوجوانان همان‌گونه رفتار می‌کنند که شما با آن‌ها رفتار می‌کنید (به‌پژوه، ۱۳۶۰).

در یک کلام با کودک و نوجوان خود رفیق باشید و بر اساس رفق و مدارا با آنان رفتار کنید و همواره از حضرت دوست یاری بجویید.

پی‌نوشت

۱- برای کسب اطلاعات بیشتر رجوع کنید به: به‌پژوه، احمد (۱۳۹۱). اصول برقراری رابطه انسانی با کودک و نوجوان (با تجدید نظر و اضافات)، (چاپ هشتم). تهران: نشر دانژه.
۲- این بیت در مثنوی معنوی به اهتمام نیکلسون این‌گونه ضبط شده است (دفتر چهارم، بیت شماره ۲۵۷۷):

چون که با کودک سر و کارت فتاد

هم زبان کودکی باید گشاد

منابع

قرآن مجید

نهج البلاغه

مثنوی معنوی مولوی

آصفی، آصفه (۱۳۵۴). همانندسازی: شناخت الگوهای رفتاری نوجوانان. تهران: انتشارات انجمن ملی اولیا و مربیان ایران (سابق).
به‌پژوه، احمد (۱۳۶۰). کودکان چگونه رفتار می‌کنند؟ همان‌گونه که با آنها رفتار می‌شود (پوستر آموزشی). تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.

به‌پژوه، احمد (۱۳۹۱ الف). اصول برقراری رابطه انسانی با کودک و نوجوان (با تجدید نظر و اضافات) (چاپ هشتم). تهران: نشر دانژه.
به‌پژوه، احمد (۱۳۹۱ ب). خانواده و کودکان با نیازهای ویژه. تهران: انتشارات آوای نور.

به‌پژوه، احمد (۱۳۸۹). ازدواج موفق و خانواده سالم، چگونه؟ (چاپ دوم). تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.

دینک میر، دان و مکی، گری (۱۳۷۰). والدین مؤثر، فرزند مسئول. ترجمه مجید رئیس دانا، تهران: انتشارات رشد.

■ سعی کنید به سؤال‌های نوجوان پاسخ دهید و با کمک و همفکری او پاسخ لازم را پیدا کنید. بدیهی است که عدم پاسخگویی به سؤال‌های نوجوان، سؤال را از بین نمی‌برد!

■ سعی کنید به طور مستقیم و غیرمستقیم به فرزندان بفهمانید که وجود او برای شما ارزشمند است و به او افتخار می‌کنید.

■ سعی کنید تا جایی که مقدور است در اوقات فراغت و فعالیت‌های مشترک با فرزندان مشارکت داشته باشید.

■ سعی کنید با فرزندان رابطه‌ای عاطفی و کلامی برقرار کنید و گاهی او را ببوسید و در آغوش بگیرید. در این بخش شایسته است به نامه ۳۱ حضرت امام علی (ع) به حضرت امام حسن (ع) در نهج البلاغه اشاره شود: «... و تو را پاره‌ای از وجودم یافتم، بلکه تو تمام وجود منی، به طوری که اگر آسیبی به تو اصابت کند، گویا به من اصابت کرده است و اگر مرگ تو را دریابد، گویا مرا دریافته است، پس کار تو را کار خود شمردم و نامه‌ای برای تو نوشتم، تا تو را در سختی‌های زندگی رهنمون باشد. حال من، زنده باشم یا نباشم... ای پسر! نفس خود را میان خود و دیگران میزان قرار بده، پس آنچه را که برای خود دوست داری، برای دیگران نیز دوست بدار و آنچه را که برای خود نمی‌پسندی، برای دیگران مپسند؛ ستم روا مدار، آن‌گونه که دوست نداری به تو ستم شود...».

نکته ظریف این است که در این نامه امام حسن (ع) ۳۵ سال داشته است. نحوه بیان این عبارات دل‌نشین، نشانه رأفت فوق‌العاده یک پدر نسبت به فرزندش است. این سخنان بیانگر این است که فرزندم، تو برای من بسیار ارزشمندی. مسلماً هر فرزندی برای والدین خود ارزشمند است و هر پدر و مادری می‌گوید فرزند من، عزیزترین موجودات است. اما نکته مهم و شایان توجه این است که ما به عنوان پدر و مادر باید محبتمان را در رفتارمان نشان بدهیم، وقت بگذاریم، مطالعه کنیم، به مدرسه فرزندمان سرکشی کنیم، به علایق او توجه کنیم، نیازهای جسمانی و روانی او را مرتفع کنیم، اعتماد او را به خودمان جلب کنیم و از خودمان شروع کنیم.