

دوران پایه گذاریها

هدایت نوجوان به سوی نماز

دکتر علی قائمی

دوران نوجوانی و اصولاً " دوران دهه دوم حیات را دوران پایه‌گذاریها می‌دانند. نوجوانی مرحله‌ای است که در آن آدمی به مرحله باروری می‌رسد. فراگرفته‌ها و یافته‌های این مرحله — نقشی مهم و سرنوشت ساز در آدمی دارند. اگر اهمیت شش سال اول زندگی را که آن همه مورد تأکید روان شناسان تربیتی است نادیده — انگاریم، باید اعتراف کنیم که مرحله‌ای مهم‌تر از نوجوانی برای پایه‌گذاری و آماده سازی نداریم. جنبه‌ها و امور بسیاری در این دوره شکل می‌گیرند و پایه‌گذاریهای متعددی در این مرحله صورت می‌پذیرند که اهم آنها عبارتند از:

— پایه گذاری سلامت و رشد بدن و کمال یا نقص جسمی مخصوصاً " در ستون فقرات، ساق‌ها، کف پا و ...

— پایه گذاری سلامت روانی و مراقبت در این امر که رفتارها متعادل و مناسب باشند.

— پایه گذاری رشد و جهت داری عاطفه که متوجه چه کسانی و با چه جنبه‌هایی باشد.

— پایه گذاری اخلاقی به عنوان مجموعه ضوابط حاکم بر روابط که در نوجوان تثبیت و عینی گردد.

— پایه گذاری خوی اجتماعی و روابط معاشرتی از نظر ادب، حیا و باز و بسته بودن روابط

— پایه گذاری استدلال و منطق و سبب و ضابطه فکری و جهان بینی و طرز تلقی‌ها از امور.

— پایه گذاری دینی و عقیدتی و اعتدال مذهبی و عادات و رفتارهای مذهبی و توان



دفاع از آن .

— همچنین است پایه گذاریهای دیگر در فطرت و وجدان و ...

در آنچه که به مذهب مربوط می شود، یک جنبه آن مربوط به جنبه های تکمیلی دین است و آماده شدن برای انجام دادن همه دستورها و تعالیم دین است، مخصوصاً " از آن بابت که نوجوان در اواسط یا اواخر این دوره وارد عرصه تکلیف می شود و حاصل آن ورود به حیات تکلیفی به صورت یک مرد یا یک زن کامل است . آنچه که نوجوان در دوران کودکی به صورت تقلید، بازی و یا تمرین مذهبی انجام می داد اینک باید سر و سامان یافته، صورت رسمی و الزامی به خود بگیرد . و یا مسأله تشکیل اخلاق و از جمله اخلاق مذهبی در این مرحله باید صورت اکمال به خود گیرد و نوجوان متعهدانه وارد حیات اجتماعی شود . البته زمینه آن در همه نوجوانان، و در همه مناطق جهان وجود دارد که ما کمی پایین تر به آن اشاره خواهیم کرد .

مشکل مربیان در ارتباط با نوجوان

گفتیم که دوران نوجوانی از نظر علمی دارای نقاط ابهام بسیار است و بسیاری از جوانب آن هنوز نیکو شناخته نشده اند، بویژه که اینسان نه کودکند و نه بزرگ، شرایط حیاتشان با دوره های قبل و بعد کاملاً متفاوت است و آنان در مرحله انتقال قرار دارند .

مشکل ما مربیان در ارتباط با نوجوانان مشکل تضادهاست . نوجوانی مرحله ای است که در آن تضادها و برخوردهای بیشتری وجود دارد ، چنان است که گویی در نوجوانان انقلاب و طوفانی

به وجود آمده باشد . کشمکش پرتحرکی بین گزینه های زیستی و نیازهای اخلاقی به وجود می آید که در بین آنها تضاد است . عواطف تهییج شده ، احساسات آتشین ، خلق و خوی تغییر یافته و روح منقلب از ویژگیهای نوجوانان است و این شور و هیجان با شکفتگی فکری مساعد و موافق نیست . به گفته موریس دبس ، سیری قهقراپی در دوران بحران تکلیف از این بابت وجود دارد . ۳

در این مرحله از زندگی بتدریج تمایلات سوزان در ضمیر پدید می آید و حرکات و رفتار را تغییر می دهد که بیشتر بدبختیها و هم خوشبختیهای زندگی مربوط به همین شوها و جنبه های عاطفی است ، بسته به اینکه چگونه جهت یافته و تربیت شده باشند و این خود یک مشکل برای مربی است .

همچنین در این دوره واکنشهایی در نوجوان وجود دارد که حاصل آن رفتاری ضد اجتماعی ، نوازم با بزهکاریها ، مقاومت منفی ، احساس اضطراب ، مشکل درسی و مدرسه ای ، افسردگی ، و روان پریشیهایی از قبیل بی قراری ، تیرگی شعور ، ژست خودکشی و ... است .

دو وضعیت عمده

از دید صاحب نظران در این مرحله از عمر دو وضعیت عمده برای نوجوان پدید می آید که هر کدام می تواند زمینه خطر روانی یا رفتاری برای نوجوان باشد، درعین اینکه هر یک عامل مناسبی برای رشد و پیشرفت و نیز صیانت وجود از خطر نیز به حساب می آید . آن دو وضعیت عبارتند از :

۱ — ترسها: ترسهای بسیاری در این مرحله

وصیانت، پیشگیری از واقعه هسا و ... می توانند باشند و وجودشان تا حدودی ضروری و لازمه رشد است.

۲- اضطراب: و آن احساس ترس از خطری است که هنوز نیامده است، یا حالت آزاد و نشتر یافته ترس است که به هیچ شیئی باعنصری بستگی ندارد. از دید کلی می توان گفت اضطراب شامل آن ترسی است که ریشه های آن در عمق جان و از نظر ظاهر ناپیداست. ۷

تحولاتی که در دوران نوجوانی و بلوغ پدید می آیند، بروز صفات ثانویه جنسی در نوجوان و رشد قد و دستگه های درونی و بیرونی، نوجوان

از عمر برای نوجوانان پدید می آیند که اهم آنها عبارتند از:

- ترسهای بهداشتی و زیستی مثل ترس از اختلال بدن، نقص اعضاء، مرگ و ...

- ترسهای جنسی ناشی از پیدایی صفات اولیه و ثانویه جنسی، نقص در آن و ...

- ترسهای مدرسه ای چون ترس از عدم موفقیت در امتحان، تکلیف درسی، رفوزگی و ...

- ترسهای خانوادگی مثل ترس از بیماری یا مرگ والدین، نزاع و مشاجره، رهایی و طلاق و ...

- ترسهای اخلاقی مثل ترس از انحراف و



را دچار نوعی بهت زدگی و تحیر، وزمانسی دچار نوعی اضطراب و تشویش می سازند که خواب و قرار را از او می گیرد. این حقیقتی است که اذعان کنیم بسیاری از فرزندان ما در ضمن دوران کودکی و دوران بلوغ دچار ناایمنی و پریشانیهای هیجانی نسبتاً شدیدی می شوند. این حالت در آغاز دوران بلوغ دختران زیاد می گردد و حتی علائم بیماری

ارتکاب خطا، عدم تطابق رفتار با اخلاق ...

- ترسهای اقتصادی مثل ترس از فقر، بیکاری، افت اقتصادی، عدم توان تهیه مایحتاج و ...

- ترس از روابط اجتماعی مثل برخورد با افراد شلوغ، شوخی، درگیری و نزاع و ... ۵

این ترسها باهمه عوارضی که دارند زمینه ساز بسیاری از بیداریها و هوشیاریها، و نیز مراقبت

مالیخولیا نیز در آنان سه علل مختلف دیده می‌شود.^۹

خطرات این تشویشها در نوجوانان بسیار و یکی از آنها تجلی و بروز رفتارهای نامتعادل و غیر معقول، سرکشی‌ها، نافرمانیها، انحرافات جنسی، تن دادن به خواب و لمیدن، بی توجهی به درس و بحث و مدرسه، بی قراری، زود به جوش آوردن، تصمیم‌گیری‌های نیندیشیده و سریع و... است. از خطرات این تشویشها و دل‌سردیها گاهی بروز فکر خودکشی در آنهاست.^{۱۰}

ضرورت توجه به نماز

با این مقدمه و پایه‌گذاریهای فکری نسبتاً طولانی و به عنوان نتیجه‌گیری از مباحث فوق عرض می‌کنیم: این مجموعه ایجاب می‌کند که نوجوان، به سوی نماز روی آورد. حتی اگر نماز به خاطر قصد قربت هم نباشد لافل برای ناهمین سلامت جسم، ذهن و روان امری واجب و ضروری است.

ایمان ستونی است که آدمی را در طوفان زندگی و در موارد تزلزل درونی تکیه‌گاه است و یا ایمان به خدا و مذهب همانند عصایی است که آدمی را از افتادن و مغلوب شدن نگاه می‌دارد و... بر اساس تجارب و بررسی‌های روان‌شناسان، آنان که پایبند به مذهب نباشند و کسانی که در این جهان وسیع و دشوار خود را به قدرت بی‌نهایتی متصل نیینند، همانند غریقانی در اقیانوس بی‌کران می‌باشند و یا بلا تکلیفانی هستند که در دریای شک و تردید دست و پا می‌زنند. به گفته عالمی، نوجوان هر روز و هر ساعت عقیده‌ای دارد، با خود و طبیعت و با اهل دنیا پیوسته در جدال و کشمکش است.^{۱۱}

اعتقاد به خدا عامل حل بسیاری از تضادها و درگیریهای فکری، موجبی برای حل و رفع کشمکشهای درونی و سببی برای دستیابی به آرامش است. به گفته البزابت‌گوج: "اگر خدا را از بین ببری مسأله خود را حل نکرده‌ای، بلکه خود را تنها گذاشته‌ای، آنهم در یک تنهایی مخوف و ترسناک".^{۱۲} در بینش قرآنی یاد خدا مایه آرامش دلیهاست (الایذکر الله تطمئن القلوب).^{۱۳}

تربیت دینی نوجوان، توجه دادن او به نماز و عبادت و ایجاد رابطه انس بین او و خدا نه تنها احساسات مذهبی او را اقناع می‌کند، بلکه تمایلات طبیعی و هواهای نفسانی او را هم مهار کرده، رفتار او را تحت کنترل درمی‌آورد و از همه آنها مهمتر اینکه احساس رنج درونی، فشار عاطفی، نگرانی، ترس، آشفتگی و احساس گناه شدید را که از ویژگیهای این دوره است^{۱۴} از بین می‌برد.

پاورقیها:

- ۱- نوجوانی، دکتر جعفر کرمانی، صفحه ۵
- ۲- نظریه‌های بنیادی درباره نوجوانی، صفحه ۳۱
- ۳- بلوغ، صفحه ۹۹
- ۴- نوجوانی، دکتر ایزدی، صفحه ۲۹
- ۵- روان‌شناسی نوجوانی، صفحه ۱۴۴
- ۶- نوجوانی، دکتر جعفر کرمانی، صفحه ۷۸
- ۷- نگارنده، این ستور
- ۸- سیری در بلوغ، صفحه ۷۱
- ۹- روانکاوی دختران، صفحه ۳۶
- ۱۰- روان‌شناسی کودکی، نوجوانی و جوانی، صفحه ۵۸
- ۱۱- ساد کامی، ۴۳
- ۱۲- سیر در بلوغ، صفحه ۱۵۱
- ۱۳- آیه ۲۸، سوره رعد
- ۱۴- روان‌شناسی رشد (جمعی از نویسندگان و صاحب نظران)، صفحه ۲۸۲