

# نقش والدین در درک متقابل و تفاهم با نوجوانان

کارشناس ارشد روان‌شناسی شخصیت - مه‌اباد  
خالد خیاط

## چکیده

با رسیدن فرزندان به دوره نوجوانی، تغییرات زیادی در رابطه آن‌ها با والدین به وجود می‌آید. در بعضی از خانواده‌ها، این تغییرات با نگرانی‌ها و مسائلی همراه است و منجر به ایجاد فاصله و مشکلاتی در درک متقابل بین والدین و نوجوانان می‌شود. این مسائل و مشکلات نیز می‌تواند پیامدهای متعدد و گسترده‌ای به دنبال داشته باشد و از چهارچوب خانواده فراتر رود. بنابراین، بررسی این موضوع از اهمیت زیادی برخوردار است. در این مقاله برای ریشه‌یابی این مسائل و نیز چگونگی مقابله با آن‌ها، چهار موضوع مطرح شده است که عبارت‌اند از: مفهوم شکاف نسل‌ها، شناخت درست ویژگی‌ها و خصوصیات دوره نوجوانی، الگوهای فرزندپروری، و انتظارات درست و واقعی از فرزندان نوجوان. امید است مطالعه این مطالب و دقت و تأمل در آن‌ها، هم در

ایجاد درک درست از چگونگی شکل‌گیری مسائل فوق مؤثر باشد، و هم به ایجاد آمادگی بیشتر برای مقابله با آن‌ها و فراهم کردن زمینه مناسب برای تفاهم والدین و فرزندان کمک کند.

## مقدمه

وقتی که فرزندان به دوره نوجوانی می‌رسند تغییرات زیادی در ارتباط بین آن‌ها و والدین به وجود می‌آید. در بسیاری از موارد، این تغییرات منجر به ایجاد نگرانی در والدین و فرزندان، و ایجاد فاصله در میان آن‌ها می‌شود. والدین فکر

۵۹

پسند

نشریه ماهانه آموزشی - تربیتی  
فروردین و اردیبهشت ۱۳۸۶  
شماره ۳۳۱ - ۳۳۰

می‌کنند که فرزند نوجوانشان مثل گذشته مطیع نیست و مطابق دستورها یا انتظارات خانواده رفتار نمی‌کند. از طرف دیگر، به نظر نوجوانان، والدینشان آن‌ها را درک نمی‌کنند و توجهی به خواست‌ها و انتظارات آنان ندارند. به عنوان مثال، یک نوجوان، در این ارتباط چنین می‌گوید:

«والدین من، موقعیت سنی مرا درک نمی‌کنند و با این که بزرگ شده‌ام، همچون یک کودک با من رفتار می‌کنند. از امر و نهی‌هایشان در هر کار کوچک و بزرگ خسته شده‌ام. باید همیشه مانند یک ربات از دستورهای آن‌ها اطاعت کنم. از تکرار عبارت‌های: تو بچه‌ای، تو هنوز نمی‌فهمی، هر چه می‌گویم گوش کن، به صلاح تو نیست، تو نمی‌دانی، حالا زود است که سر دربیآوری و... به ستوه آمده‌ام. همیشه اراده خود را به من تحمیل می‌کنند. حتی در انتخاب رشته ورزشی یا هنری نیز باید مطابق علاقه آن‌ها عمل کنم. مادرم سرزده به اتاق من می‌آید و گاه احساس می‌کنم در غیاب من وسایلم را می‌گردد. در اعتراض به رفتار آن‌ها، گاهی اوقات قهر می‌کنم، حرف نمی‌زنم یا غذا نمی‌خورم و زود به رختخواب می‌روم. اما این کارها چاره‌ساز نیست و نه تنها از دستورها و بکن و نکن‌ها نمی‌کاهد، بلکه گاه اوضاع وخیم‌تر شده، کار به داد و فریاد و... می‌رسد.»

در این جا می‌توان دو سؤال را مطرح کرد:

۱- چرا وقتی که فرزندان به دوره نوجوانی می‌رسند بین آن‌ها و والدینشان فاصله ایجاد می‌شود و در روابط میان آن‌ها مشکلاتی بروز می‌کند؟

۲- چگونه می‌توان بین والدین و فرزندان تفاهم و درک متقابل ایجاد کرد؟

در این مقاله با مطرح کردن مطالب زیر به سؤالات فوق پاسخ داده می‌شود:

الف) مفهوم «شکاف نسل‌ها»؛

ب) شناخت درست ویژگی‌ها و خصوصیات دوره

نوجوانی؛

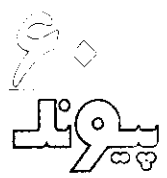
ج) الگوهای فرزندپروری؛  
د) انتظارات درست و واقعی از فرزندان نوجوان.

### مفهوم «شکاف نسل‌ها»

به عقیده بعضی از متخصصان، اختلاف عمیق میان ارزش‌ها و نگرش‌های دو نسل مختلف، یکی از دلایل مهم تعارض بین والدین و نوجوانان است. مشخص است که نوجوان و والدین میانسال، ارزش‌های مشابهی ندارند. تفاوت میان دو نظام ارزشی والدین و فرزندان تا حدود زیادی به سن آن‌ها مربوط می‌شود. یک نوجوان بیشتر به آینده خود فکر می‌کند، در صورتی که والدین میانسال درگیر حل و فصل مشکلات جاری و ملموس‌تر زندگی‌اند. نوجوانان آینده‌ای آرمانی را تجسم می‌کنند، در حالی که والدین با مشکلات واقعی زندگی دست به گریبان‌اند. همچنین، تفکر انتزاعی و آرمان‌گرایی باعث می‌شود که نوجوانان از ارزش‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای والدین انتقاد کنند و ممکن است همین امر بین والدین و فرزندان تنش به وجود آورد.

با وجود این، آرمان‌گرایی و انتقاد نوجوانان می‌تواند مفید واقع شود. وقتی که نوجوانان یاد می‌گیرند به قوت‌ها و ضعف‌های دیگران بی‌برند، بهتر می‌توانند برای تغییر شرایط اجتماعی و برقراری روابط مناسب و بادوام

اقدام کنند. والدین می‌توانند به نوجوانان کمک کنند تا بین آرمان و واقعیت موازنه برقرار نمایند؛ به این صورت که باید انتقاد آن‌ها را تحمل کنند، و در عین حال، به آن‌ها یادآور شوند که همه افراد، از جمله خود نوجوانان، آمیزه‌ای از خصلت‌های نیکو





ویژگی‌ها و مسائل دوره نوجوانی ندارند. در ارتباط با این ویژگی‌ها و مسائل، می‌توان به مطالب زیادی اشاره کرد، به عقیده لطف آبادی (۱۳۷۸)، نوجوانان با دو مسئله اساسی درگیرند:

الف) بازنگری و بازسازی ارتباط با والدین و بزرگسالان جامعه:

ب) بازشناسی خود به عنوان یک فرد مستقل.

هم‌چنین تغییرات مهمی در ابعاد مختلف شناختی، عاطفی، اجتماعی، جسمی و اخلاقی در دوره نوجوانی به‌وجود می‌آید. هویت‌یابی، نیاز به استقلال، تصور از خود، روابط با جنس مخالف و غیره، مورد بحث و بررسی بسیاری از نظریه‌پردازان و محققان مرتبط با این زمینه‌ها قرار گرفته است. کمبود یا نبود اطلاع و آگاهی، یا عدم درک و شناخت درست موارد مذکور می‌تواند موجب تنش‌ها و ایجاد فاصله بین والدین و نوجوانان شود. البته بسیاری از نوجوانان هم نمی‌توانند نگرانی‌های والدین را به عنوان پدر یا مادر درک کنند و کمتر به این مطلب مهم توجه دارند که والدین در ارتباط با تربیت و آینده‌فرزندانشان احساس مسئولیت می‌کنند و می‌خواهند وظایف خودشان را در این زمینه به خوبی انجام دهند.

بنابراین، والدین باید سعی کنند برای تعامل مطلوب با فرزندان نوجوانشان، و نیز فراهم کردن زمینه برای رشد بیشتر آن‌ها در ابعاد مختلف عاطفی، شناختی، اجتماعی و... از ویژگی‌های دوره نوجوانی، شناخت و آگاهی کافی کسب کنند. این کار از طریق استفاده از نظریات و راهنمایی‌های مشاوران و افراد با تجربه، مطالعه کتب و مجلات مناسب، شرکت در کلاس‌های آموزشی و غیره امکان‌پذیر است. کسب اطلاعات و شناخت کافی در مورد ویژگی‌ها و خصوصیات دوره نوجوانی، موجب برقراری ارتباط بهتر و مؤثرتر با نوجوان می‌شود. برای مثال، اگر والدین بدانند که فرزند نوجوانشان در بعضی از موارد مخالفت می‌کند و این مخالفت ممکن است به خاطر تشخیص طلبی، کسب استقلال یا جداسازی خود از دیگران باشد؛ و همین‌طور اگر

و ضعف‌ها هستند (برک، ۲۰۰۱، ترجمه سید محمدی، ۱۳۸۳). والدین می‌توانند با درک درست ویژگی‌های دوره نوجوانی، و نیز با فراهم کردن زمینه برای صمیمیت و برقراری تعامل با نوجوان، نه تنها موجب کاهش تنش‌ها و تضادها شوند، بلکه قدرت ارزیابی و توانایی‌های فکری فرزندان را افزایش دهند و در جهت تحمل افکار متفاوت و تعامل سازنده‌تر با دیگران، به آنان کمک کنند.

### شناخت درست ویژگی‌ها و خصوصیات دوره نوجوانی

عدم شناخت درست والدین از فرزندان در دوره نوجوانی، از عوامل مهمی است که به ایجاد فاصله بین والدین و نوجوانان کمک می‌کند. بسیاری از والدین، درک و شناخت درستی از



اطلاع داشته باشند که نوجوانان با رشد بیشتر، از مرحله اطاعت و پذیرفتن اقتدار يك جانبه والدین به سمت تبادلات مبتنی بر همکاری سیر می‌کنند و... به احتمال زیاد، آمادگی بیشتری برای تعامل بهتر با فرزندانشان خواهند داشت.

بعد از اطلاع و شناخت از ویژگی‌ها و خصوصیات دوره نوجوانی، لازم است والدین تلاش کنند متناسب با این ویژگی‌ها و خصوصیات، با نوجوانشان رفتار کنند. برای روشن شدن این مسئله که والدین چگونه باید رفتار کنند، به چند مورد از رفتارهای درست اشاره می‌شود:

- ۱- ارتباط با نوجوانان، دو طرفه است. والدین نباید فقط با نصیحت یا امر و نهی بخواهند نوجوان را تحت نفوذ و کنترل خود در آورند؛ بلکه باید زمینه را فراهم نمایند تا آنها نیز فعالانه بحث و فکر کنند و به نتیجه مورد نظر برسند.
- ۲- نوجوانان، به رابطه‌ای صمیمانه، مطمئن و امن نیاز دارند و دوست دارند والدین، آنها را درک کنند، علت احساسات و رفتار آنها را بشناسند و در برابر اشتباهات و خطاهای آنان صبورانه و منطقی برخورد نمایند.
- ۳- با دقت گوش دادن به حرف‌های نوجوان، پذیرفتن و تشویق رفتارهای مطلوب او، فراهم کردن فرصت‌هایی برای ابراز وجود و خود نمایی نوجوان و عدم تمسخر و سرزنش او از نشانه‌های برقراری رابطه‌ای انسانی و سالم با نوجوان است.
- ۴- در طول شبانه‌روز، زمان کافی و مناسب برای برقراری ارتباط با فرزند نوجوان خود در نظر بگیرید. بعضی از اوقات لازم است برای دیدن يك فیلم سینمایی، قدم زدن در پارک،

خرید رفتن، ورزش کردن و مشاهده يك مسابقه ورزشی و غیره، ساعاتی را با او بگذرانید. این موقعیت‌ها فرصت خوبی است که نوجوان با شما درددل کند و احتمالاً درباره مسائل خصوصی به طور مستقیم یا غیرمستقیم از شما سؤال کند.

۵- مشورت کردن با نوجوان، سهم کردن او در برنامه‌ریزی زندگی خانوادگی، توجه به نیازها و علایق او، توجه به اوقات فراغت وی و نظایر آن، همگی نشانگر احترام گذاشتن به نوجوان است.

هم‌چنین، یکی از بحث‌های مهم مربوط به دوره نوجوانی که والدین باید به آن توجه کنند، بحث هویت است. اریکسون معتقد بود یکی از مسائل عمده‌ای که نوجوان با آن روبه‌رو می‌شود، مسئله تکوین هویت شخصی است، به این معنی که باید به پرسش‌هایی نظیر: «من کیستم؟» و «مقصدم کجاست؟» پاسخ دهد. دست یافتن فرد به هویت به این معنی است که وی به مفهوم یکپارچه‌ای از هویت جنسیتی، جهت‌گزینی شغلی و جهان بینی و غیره نائل شده است (اتکینسون و همکاران؛ ترجمه:





پروری را بررسی کرده است که عبارت‌اند از:

- ◀ قاطع و اطمینان بخش
  - ◀ خودکامه و مستبد
  - ◀ سهل‌گیر و بی‌بندوبار
- والدینی که قاطع و اطمینان‌بخش‌اند، ضمن اعطای آزادی به فرزندان خود، برای آنان مقررات روشنی تعیین می‌کنند. آن‌ها برای مقررات وضع شده دلایلی ارائه کرده، غالباً در مورد خواست‌هایشان از فرزندان استدلال می‌کنند. تحقیقات زیادی نشان می‌دهند که چنین والدینی به ایجاد اعتماد به نفس،

احساس مسئولیت، توانش اجتماعی، خودمختاری، و رابطه نزدیک و مثبت با فرزندان کمک می‌کنند (باخمن، ۱۹۷۰؛ رادلر، ۱۹۸۰؛ لسر و کندل، ۱۹۶۹؛ ساتراک، ۱۹۸۴؛ به نقل از ماسن و همکاران، ترجمه یاسایی، ۱۳۸۰).

والدین خودکامه و مستبد، از فرزندان خود خواستار اطاعت بی‌چون و چرا هستند و لزومی نمی‌بینند که برای دستورها یا خواست‌هایشان، دلیلی ارائه دهند. این والدین، بیشتر از زور استفاده کرده، برای وادار کردن فرزندان خود به اطاعت، گاهی تنبیه‌های شدید نیز به کار می‌برند. نوجوانان چنین خانواده‌هایی اعتماد به نفس پایین‌تر و استقلال و خلاقیت کمتری دارند. آن‌ها والدین خود را نامهربان و بی‌توجه می‌دانند و معتقدند که انتظارات و تقاضاهایشان غیرمنطقی و نادرست است.

در الگوی فرزندپروری سهل‌گیر و بی‌بندوبار، والدین از فرزندان خود انتظار چندانی ندارند. آن‌ها سهل‌گیر و بی‌اعتنا

براهنی و همکاران، ۱۳۷۸). یکی از عوامل مؤثر بر شکل‌گیری هویت نوجوان، نوع ارتباط نوجوان با والدین است. نوجوانانی که در حالت پراکندگی هویت‌اند، غالباً کسانی‌اند که از جانب والدین خود به فراموشی سپرده شده و یا طرد شده‌اند (الطف آبادی، ۱۳۷۸). بنابراین، لازم است به این مطلب اشاره شود که اگر خانواده پایگاه امنی باشد که نوجوانان بتوانند با اطمینان از این پایگاه به سوی دنیای بزرگتر پیش بروند، رشد هویت تقویت می‌شود و نوجوانانی که احساس می‌کنند به والدینشان دلبسته‌اند، اما در عین حال، آزادند تا عقاید خودشان را بیان کنند، در کسب هویت موفقیت بیشتری دارند (برک، ۲۰۰۱؛ ترجمه سید محمدی، ۱۳۸۳).

### الگوهای فرزندپروری

از جمله عوامل مهم دیگر که در ایجاد مشکل و فاصله بین والدین و فرزندان مؤثر است، الگوهای فرزندپروری می‌باشد. خانم «دایانا باوم ریوند» در تحقیقات خود، سه نوع الگوی فرزند



## داشتن انتظارات درست و واقعی از فرزندان نوجوان

داشتن انتظارات از فرزندان، بدون در نظر گرفتن توانایی‌ها و محدودیت‌های آنان، می‌تواند مشکل‌ساز باشد. ممکن است والدین به اصل تفاوت‌های فردی و نیز منحصر به فرد بودن شخصیت انسان‌ها، کم‌توجهی کنند و انتظارات آن‌ها متناسب با ویژگی‌ها و توانایی‌های فرزندان نباشد. در بعضی از موارد، انتظارات بیش از اندازه، ناشی از این است که والدین می‌خواهند کمبودها و ناکامی‌های خود را به وسیلهٔ نوجوانان خود جبران کنند (به‌پژوه، ۱۳۷۷ و احمدی، ۱۳۷۴). مسائل رشد والدین نیز می‌تواند در این ارتباط تأثیر بگذارد. برای مثال، پدری که درگیر بحران میانسالی است و از دستاوردهای خود راضی نیست، ممکن است پسرش را تحت فشار بگذارد که غره‌های بالایی بگیرد (میکوچی، ترجمه یاسایی، ۱۳۸۳). اگر انتظارات والدین، به هر دلیل، متناسب با توانایی‌ها و ویژگی‌های فرزند نوجوانشان نباشد، ممکن است منجر به ایجاد مشکلاتی بین آن‌ها شود و به تفاهم و درک متقابل آنان از همدیگر، آسیب وارد کند.

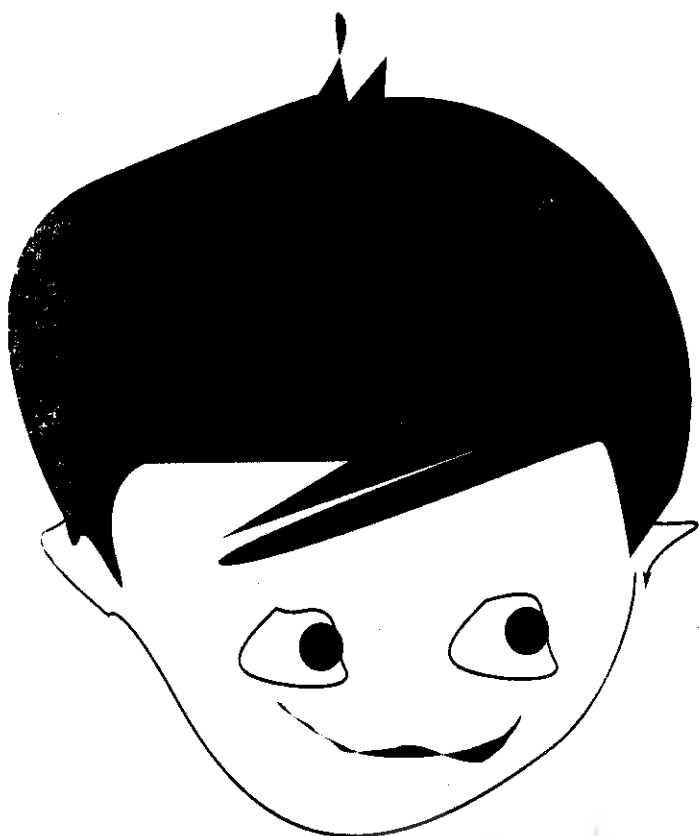
بنابراین برای درک متقابل و تفاهم بین والدین و فرزندان، لازم است که انتظارات والدین متناسب با توانایی‌ها و ویژگی‌های

هستند و ممکن است بگذارنده نوجوان هر کاری که بخواهد، بکند. فرزندان والدین سهل‌گیر، پرخاشجو، بی‌هدف، تکانشی، خودمحور و عصیان‌گر بوده، از استقلال و خویشتن‌داری کمتری برخوردارند (احمدی و جمهوری، ۱۳۷۸).

برای ایجاد درک متقابل و تفاهم بین والدین و فرزندان، لازم است به الگوهای فرزندپروری توجه جدی شود. در بین سه الگوی فرزند پروری، الگوی قاطع و اطمینان‌بخش، بهترین آن‌هاست (استینبرگ، ۱۹۹۶؛ به نقل از میکوچی، ترجمه یاسایی، ۱۳۸۳). اگر والدین مقررات مورد نظر خود را همراه با استدلال‌های منطقی با نوجوانان در میان بگذارند، دربارهٔ انتظارات و خواسته‌های خود توضیحات قانع‌کننده ارائه دهند و در عین حال با آنان رابطه‌ای صمیمی و حمایت‌کننده داشته باشند، نوجوانان نیز استقلال مورد نیاز خود را با سهولت بیشتری کسب می‌کنند. در جریان فرزندپروری، خانواده‌هایی توفیق حاصل می‌کنند که ضمن داشتن قاطعیت لازم، به تدریج فرزندان خود را به کسب استقلال بیشتر هدایت می‌کنند. در فضایی که والدین از لحاظ عاطفی طردکننده و بیش از حد سخت‌گیر یا سهل‌گیر باشند، احتمال عصیان نوجوان بیشتر است.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی





فرزندشان باشد و در ارتباط با این مسئله، فکر و تأمل کنند که کمبودها، ناکامی‌ها و مسائل رشدی خودشان منجر به ایجاد انتظارات غیرواقعی و نامتناسب آن‌ها از فرزندانشان نشود. هم‌چنین لازم است که از مقایسه‌های نادرست فرزندان با دیگران، پرهیز شود و به اصل تفاوت‌های فردی و نیز منحصر به فرد بودن شخصیت هر انسان، توجه جدی گردد.

### نتیجه‌گیری

به طور کلی، برای این که بین والدین و نوجوانان، درک متقابل و تفاهم به وجود بیاید، لازم است که والدین برای رسیدن به این هدف، خود را آماده کنند. این آمادگی زمانی ممکن می‌شود که سعی کنند به شیوه‌های مختلف مانند مطالعه کتاب‌ها و مجلات و راهنماهای مناسب، استفاده از مشاوران و افراد با تجربه، شرکت در کلاس‌های آموزشی و غیره، اطلاعات و شناخت کافی از تغییرات، ویژگی‌ها و مسائل دوره نوجوانی کسب کنند و بعد از آن، رفتار آن‌ها با نوجوان متناسب با این شناخت باشد. هم‌چنین بهتر است که والدین سعی کنند در تربیت فرزندانشان مطابق الگوی قاطع و اطمینان‌بخش عمل نمایند. از نکات قابل توجه و مهم دیگر، داشتن انتظارات واقعی و متناسب با توانایی‌ها و ویژگی‌های فرزندان است. توجه به این نکته، به کاهش مشکلات بین والدین و نوجوانان کمک می‌کند و می‌تواند موجب درک متقابل و تفاهم بهتر بین آنان شود. در پایان لازم است به این مطلب اشاره گردد که والدین تلاش کنند نه تنها خودشان الگوهای شایسته‌ای برای فرزندشان باشند، بلکه نوجوان خود را با الگوهای شایسته دیگر نیز آشنا نمایند و درباره زندگی، ویژگی‌ها و رفتارهای مردان و زنان بزرگ با همدیگر صحبت کنند.

### فهرست منابع:

- اتکینسون، ری‌تال؛ اتکینسون، ریچاردسی؛ اسمیت، ادوارد ای؛ جم، داریل ج؛ هوکسما، سوزان نولن (۱۳۷۸). زمینه روان‌شناسی هیلگارد (جلد اول). ترجمه محمد تقی براهنی؛ بهروز بیرشک؛ مهرداد بیک؛ رضا زمانی؛ مهرناز شهرآرای؛ یوسف

کریمی؛ نیسان گاهان؛ مهدی محی‌الدین. تهران: انتشارات رشد.  
- احدی، حسن و جمهری، فرهاد (۱۳۷۸). روان‌شناسی رشد ۱۲ نوجوانی، جوانی، میان‌سال و پیری. تهران: چاپ و نشر بنیاد.

- احمدی، سید احمد (۱۳۷۴). روان‌شناسی نوجوانان و جوانان. تهران: انتشارات مشعل.

- برك، لورا ای (۱۳۸۳). روان‌شناسی رشد (از نوجوانی تا پایان زندگی - جلد دوم). ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: نشر آریستاران.

- به‌پژوه، احمد (۱۳۷۷). اصول برقراری رابطه انسانی با کودکان و نوجوان. تهران: نشر رویش.

- نطف آبادی، حسین (۱۳۷۸). روان‌شناسی رشد (۲). تهران: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت).

- ماسن، پاول هنری؛ گیگان، جروم؛ هوستون، آلتا کارول؛ کانجر، جان جین وی (۱۳۸۰). رشد و شخصیت کودک (ویرایش دوم). ترجمه مهشید یاسایی. تهران: کتاب ماد (وابسته به نشر مرکز).

- میکوچی، جوزف (۱۳۸۳). نوجوانان و خانواده درمانی. ترجمه مهشید یاسایی. تهران: انتشارات ققنوس.