

به نام آن که عشق را آفرید

## بررسی حالت‌های روانی نوجوانان و جوانان

**نوجوانی  
دوره‌ی برزخی است!**

متأسفانه بیشتر مادران و پدران فکر می‌کنند چون بچه‌ها را به‌وجود آورده‌اند، مالک آنان هم هستند و تصور می‌کنند که همه‌چیز را می‌دانند، مصلحت فرزندان را بهتر از خودشان تشخیص می‌دهند که چه چیزی برای آنان خوب است و چه چیزی بد! به‌جای فرزندان خود تصمیم می‌گیرند؛ حتی در کوچک‌ترین کار آنان دخالت می‌کنند. پدران و مادران ناآگاه، به‌تصور این‌که فرزندان‌شان تجربه‌ی لازم را ندارند، سرد و گرم روزگار را نچشیده‌اند و رشد کافی نداشته‌اند، مسؤولیت برطرف نمودن مانع‌ها و هموارکردن تمام راه‌ها، مشکل‌ها و مسائل فرزندان را به‌عهده می‌گیرند؛ ندانسته و ناآگاهانه سعی می‌کنند فرزندان مطیع، فرمان‌بر، متکی و وابسته به خود، باریاورند. در این شرایط، «بحران هویت» پیش می‌آید و نوجوانان، احساس بی‌لیاقتی و سردرگمی می‌کنند؛ چرا که همه‌چیز را برخلاف میل و خواسته‌ی خود می‌بینند؛ ولی وقتی سعی و تلاش خود را در جهت رهایی و رسیدن به نیازهای طبیعی خود بی‌فایده دیدند، به‌سوی دوستان و هم‌فکران خود کشیده می‌شوند؛ سرکشی و طغیان می‌کنند؛ به مبارزه‌ی فکری و فیزیکی با پدر و مادر، دست می‌زنند و... تا خود را از قیدوبندهای ساخته‌شده‌ی پدر و مادر رها سازند. رهایی از قیدوبندهای موجود، به‌راحتی و سادگی ممکن نیست و هزینه‌های زیادی برای نوجوان و خانواده‌اش به‌بار می‌آورد. اگر پدران و مادران، موفق شوند نوجوانان خود را فرمان‌بر، مطیع و مجری نظریه و اوامر خود بارآورند، این امر، برای آینده‌ی نوجوانان‌شان، اتفاق نامبارکی خواهد بود.

### مادران و پدران بدانند که:

تا زمانی که پدران و مادران آگاهی‌های خود را بالا نبرده و برداشت‌های نادرست و بدفهمی را از رفتار نوجوانان کنار نگذارند، دچار خطاهای کوچک و بزرگ حتی جبران‌ناپذیر خواهند شد. درواقع با فهم درست و رفتار درست می‌توان به جنگ برخورد غلط و جهنمی رفت و نوجوانان را به‌درستی همراهی، ارشاد و راهنمایی نمود.

### مادران و پدران بدانند که:

گروه عظیمی از پدران و مادران، ندانسته و ناآگاهانه به‌جای نوجوانان و فرزندان خود تصمیم می‌گیرند؛ به‌جای آنان فکر می‌کنند؛ اگر بتوانند به‌جای آنان نفس هم می‌کشند! در نتیجه هر گونه فکر کردن، تجربه اندوختن، خلاقیت، خودباوری و فرصت اعتمادبه‌نفس را از آنان می‌گیرند.

پدران و مادران طبق عادت، می‌خواهند با نوجوانان، همانند کودک رفتار کنند و مورد نیاز آنان باشند؛ متوجه نیستند که نوجوان‌شان دیگر کودک نیست؛ او می‌خواهد روی پای خود بایستد و بی‌نیاز از پدر و مادر، دنیای جدید را تجربه کند؛ رشد کند و آینده‌ی خود را مطابق با رؤیاهای خود بسازد.

آیا پدر و مادر می‌توانند نوجوانان خود را آزاد بگذارند و مسؤولانه و به‌صورت غیرمستقیم نظرهای خود را بیان کنند؟



عکس: ابوالفضل ریاحی

**چرا حیات روانی  
«نوجوانان و جوانان»  
بسیار هیجان‌انگیز  
و احساساتی است؟**

## مادران و پدران آگاه باشند که:

همه‌ی مادران و پدران به آینده‌ی فرزندان خود علاقه‌مند هستند؛ تمام پدران و مادران قصد خیر داشته و در آرزوی خوشبختی فرزندان و نوجوانان خود هستند؛ فرزندان را امید زندگی خود می‌دانند؛ می‌خواهند فرزندان سالم و برومندی داشته باشند؛ دلواپس و نگران آینده‌ی آنان هستند؛ برای خوشبخت شدن فرزندان‌شان از هیچ کوششی فروگذار نیستند و دلسوزی‌های خود را به شکل‌های متعددی نشان می‌دهند.

## مادران و پدران بدانند که:

تعجب نکنید، اگر وقتی دلسوزی‌های بی‌وقفه و محبت‌های بی‌دریغ به نوجوانان خود نثار می‌کنید، فرزندان شما نه تنها خشنود و راضی نمی‌شوند، بلکه از دست‌تان ناراحت هم می‌شوند؛ چراکه دلسوزی‌ها و محبت‌های شما را نوعی مداخله در زندگی خود می‌دانند. وقتی شما می‌خواهید آنان را راهنمایی کنید، ارشاد و نصیحت شما را به حساب اقتدار و قدرت‌نمایی شما می‌گذارند؛ نوجوانان می‌خواهند بالغ شوند؛ خودکفا باشند؛ مستقل عمل کنند؛ می‌خواهند نشان دهند که خود قادر هستند بدون کمک پدر و مادر راه‌شان را پیدا کنند؛ آینده‌ی بزرگی برای خود بسازند؛ به عبارت ساده‌تر، آنان کمک شما را نمی‌خواهند؛ راهنمایی‌های شما را قبول ندارند؛ به محبت‌های شما ارج نمی‌نهند، در صورت اصرار به محبت زیاد، آنان را به دشمن تبدیل خواهید کرد و جواب شما را با گستاخی و بی‌ادبی خواهند داد.

## مادران و پدران توجه فرمایند که:

زمانی شما با نوجوانان به‌صورت مسالمت‌آمیز در صلح و صفا و احترام متقابل زندگی خواهید کرد که درک و فهم درستی از حالت‌های آنان را داشته باشید.

## پدران و مادران بدانند که:

با تلخ‌زبانی، رفتار نامناسب، خشونت، نامهربانی و خصومت نمی‌توان رابطه‌ی درست و سالمی را با نوجوانان برقرار کرد؛ نمی‌توان مهر، محبت و دوستی آنان را به‌سوی خود جلب نمود و در اصلاح آنان قدمی برداشت و نمی‌توان درستی نظرهای خود را به نوجوانان اثبات نمود و تفرق آنان را به عشق و محبت تبدیل کرد.

## به مادران و پدران توصیه می‌شود:

فرزندان شما، برای رشد و تغییر و تحول، نیاز به خلوت و حریم دارند. می‌خواهند تفکر خود را داشته باشند، مستقل از شما رشد کنند؛ با تلفن، نامه، رایانه، چت و... با دیگران ارتباط داشته باشند. شما با دخالت‌ها و واکنش‌های بیش‌از حد و کنجکاو‌های غیرضروری می‌خواهید به تلفن‌های آنان گوش دهید؛ نامه‌های آنان را بخوانید و آنان را به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم بیش‌از حد لزوم کنترل کنید؛ خلوت آنان را به‌هم بریزید و ندانسته حس احترام متقابل بین خود و فرزندان را از بین می‌برید. بنابراین اگر در کارهای خصوصی آنان دخالت کرده و هیچ‌گونه حق و حقوقی برای آنان قابل نشوید و خلوت‌شکنی کرده و فاصله‌ی کمی با فرزندان ایجاد نکنید، به‌طور

حتم بدانید که آنان را از خود، بیشتر دور می‌سازید.

## چرا نوجوانان به‌سوی سیگار جذب می‌شوند؟

کشیدن سیگار در میان تمام گروه‌های سنی، طبقاتی، فرهنگی و جنسی اعم از زن و مرد، بزرگ و کوچک (نوجوانان به بالا) غنی و فقیر و... به وفور دیده می‌شود.

بیشتر سیگاری‌ها در سنین پایین‌تر از ۲۰ سالگی، کشیدن سیگار و بعضی، مواد مخدر را تجربه کرده‌اند. دوران بلوغ، سنی است که جوانان، بیشتر به‌دنبال تجربه‌اند؛ یا از بزرگ‌ترها کور کورانه تقلید می‌کنند یا می‌خواهند نشان دهند که بزرگ شده‌اند یا از روی کنجکاو‌ی و هوس، اقدام به کشیدن سیگار می‌کنند. در واقع، دوره‌ی نوجوانی و جوانی، مناسب‌ترین زمان برای کج‌روی‌های اجتماعی از قبیل اعتیاد و کشیدن سیگار است که ندانسته خود را در مسیر خطرهای فراوان قرار می‌دهند.

همین جوانان در دوران کودکی به‌علت بوی بد سیگار و ناراحتی‌های ناشی از آن، به بزرگ‌ترهایی که نزد آنان، سیگار می‌کشیدند، اعتراض می‌نمودند. تعداد بسیاری از جوانان سیگاری را همین جوانان تشکیل می‌دهند. به هر دلیل وقتی نوجوان یا جوانی به سیگار روی می‌آورد، خود را در مسیر خطرهای فراوان قرار می‌دهد از جمله:

ممکن است بیش از ۴۰ سال یا تا آخر عمر، مصرف‌کننده‌ی دخانیات شود.

سیگار، آغازی برای اعتیادهای دیگر از جمله حشیش، هروئین، ال. اس. دی و... می‌گردد.

با مصرف سیگار، اکسیژن خون، کاهش می‌یابد، قوای دفاعی و توان بدن سیگاری، کم شده و در نتیجه سلامتی‌اش به‌خطر می‌افتد، دیر یا زود فرد سیگاری، دچار انواع بیماری‌های ناشی از مصرف سیگار خواهد شد.

## پدران و مادران بدانند که:

وقتی نوجوانان، به خواسته‌های خود نمی‌رسند، ممکن است، آنان با شما لج کرده و به قصد انتقام‌جویی در جهت مبارزه با شما، دست به مقاومت منفی بزنند و آینده‌ی خود را ویران کنند!

## شار، موفق و پرائزری باشید

دکتر میرعمادالدین فریور

جهت مشاوره‌ی تلفنی (خانواده - ازدواج)  
با دکتر فریور  
با دفتر مجله تماس حاصل فرمایید.

## جناب آقای همارا عمومی گرامی

با نهایت تأسف و تأثر، درگذشت ناگوار دختر گرامی‌تان را به جنابعالی و همسر محترم، تسلیت می‌گوییم.

خانواده فریور - معتمدی - طباطبایی