

تربیت نوجوان در مکتب اسلام

یک نوع کامیابی کاذب بر او مستولی می‌گردد و دیگر در تحقق بخشیدن به واقعیات زندگی از خود فعالیت چندانی نشان نمی‌دهد و خلاصه آن که نوجوان بیشتر اوقات خود را با خیالبافی و رسیدن به آمال و آرزوهای طلائی سرگرم می‌سازد و کمتر به تحقق بخشیدن به نیازهای واقعی زندگی توجه و علاقه نشان می‌دهد و در جهان خیال غوطه‌ور می‌گردد تا تمایلات خود را از این راه ارضاء کند و در این صورت نمی‌تواند خود را با واقعیات زندگی مواجه سازد.

بخش دوم

بهداشت روانی برای نوجوان:

در بخش گذشته یادآور شدیم که مشکلات روانی نوجوان اساساً زائیده عدم توانائی وی بر هم‌آهنگ ساختن خویشتن با محیطی است که در آن زیست می‌نماید، لذا ضرورت ایجاب می‌کند که مربی به جنبه روانشناسی هم‌آهنگی در چارچوب بهداشت روانی آگاهی ووقوف کامل داشته باشد. و در تعریف بهداشت روانی گویند: بهداشت روانی عبارت است از آگاهی به سازش

و هم‌آهنگی روانی که منظور از آن دریافت شخصیت ذاتی و نگاهداشت آن و از سوی دیگر خودیابی و مورد پذیرش دیگران نیز قرارگرفتن است تا آنجا که زمینه را برای احساس به‌نیک - بختی و امنیت عاطفی وی فراهم می‌سازد. مفهوم بهداشت روانی - همانگونه که از این تعریف مستفاد می‌گردد - بستگی دارد به میزان توانائی فرد بر توافق با خویشتن و هم‌آهنگی با اجتماعی که در آن زندگی می‌کند و این حالت موجب می‌گردد که شخص از یک زندگانی دورازدغدغه خاطر و آشفتگی همراه باشکفتگی و ثبات برخوردار شود بدین معنی که شخص به پذیرفتن خویشتن تن در دهد و باید هم مورد پذیرش دیگران واقع شود و از او رفتاری سر نزد که نشانگر عدم سازش و توافق با محیط خود باشد و نیز رفتارش باید در نظر عرف جامعه طبیعی و عادی باشد که حکایت از وقار و رشد فکری و عاطفی او نماید و در همه احوال و در شرائط مختلف زندگی اجتماعی و اثر پذیری از آنها در سلوک و رفتار خود تغییری ندهد. کسی که دارای چنین خصیصه و خصلتی باشد از نظر بهداشت روانی شخصی معتدل و به اصطلاح نرمال شناخته می‌شود زیرا او چنین تشخص مزیتی دارد که می‌تواند بر عواملی که به شکست و ناامیدی می‌انجامد مسلط و چیره شود و حتی این چنین شخصی می‌تواند

بر شکست موقت نیز فائق آید بدون آن که به جریان این ناتوانی و عدم رشد تن در دهدوبه اصطلاح اظهار عجز کند بلکه با مشکلات زندگی روزمره دلیرانه دست و پنجه نرم می‌کند و از بصیرت و درایت و امکانات معنوی خود برای تحکم بخشیدن به شخصیت خویش کمک می‌گیرد و از ناکامی و شکست نمی‌هراسد و آن را خردو ناچیز می‌شمارد، و با پایداری و شکیبائی از ناملايمات زندگی بیمی به خود راه نمی‌دهد. اینگونه اشخاص بی‌شک افرادی معتدل‌اند زیرا به قدر کافی از بهداشت روانی برخوردارند چه می‌توانند از یک سو سلامت نفس خود راوازسوی دیگر توافق و هم‌آهنگی با دیگران را در محیط خانوادہ یا مدرسه و همچنین در محیط کار و روابط اجتماعی حفظ کنند.

مفهوم سازش و هم‌آهنگی:

توافق و سازش در روانشناسی همان فعالیت پویای مستمری است که انسان به وسیله آن به تغییر روش و رفتار خود می‌پردازد تا رابطه خود را با محیط هم‌آهنگ‌تر سازد. و منظور از محیط کلیه تأثیرات و امکانات و عواملی است که بر یک فرد احاطه دارد و می‌تواند در کوشش وی برای بدست آوردن استقرار و آرامش روانی در زندگی مؤثر واقع شود، و این محیط دارای سه چهره است:

۱- محیط طبیعی.

۲- محیط اجتماعی.

۳- خود شخص

محیط طبیعی عبارت است از جهان خارج و آنچه از مسائل زندگی و طبیعی که به فرد ارتباط پیدا می‌کند از قبیل پوشاک، مسکن و غذا و دیگر نیازمندی‌های فرد در زندگی شخصی. اما محیط اجتماعی و فرهنگی عبارت است از جامعه‌ای که در آن انسان با آداب و رسوم و مقرراتی که روابط افراد را با یکدیگر نظم می‌بخشد زندگی کند.

اما چهره سوم محیط همان خود شخص است که باید بتواند رفتار با خویشان را بداند و رعایت کند؛ چگونه آن را رهبری کند و بر آن چیره شود و خواهش‌ها و نیازهایش را کنترل و مهار کند در صورتی که این خواهش‌ها و نیازها دور از منطق و نامعقول باشد.

ابعاد سازش و توافق:

سازش و توافق دو بعد دارد: یکی بعد شخصی و آن دیگر بعد اجتماعی که ذیلاً به شرح و تفصیل آن دو می‌پردازیم:

۱- سازگاری شخصی:

آنست که انسان از نفس خویش خشنود باشد و از آن روی برنتابد و بی‌زاری نجوید و بر آن خشم نگیرد و بدان اعتماد نورزد بدانگونه که روانش از هر گونه بحران و کشمکش و غوغا و افسردگی و تضاد و ماتم گرفتن به دور و مصون باشد، و از آثار و عوامل مهم وجودی این بعد آنست که انگیزه‌ها و نیازهای مختلف فرد را که

در آن واحد مورد قبول خودش و دیگر افراد جامعه می‌باشد اشباع نماید، یا حداقل بصورتی باشد که به دیگران زبان نرساند و با موازین و معیارهای اجتماعی مغایرت نداشته باشد، و چون واژه انگیزه را به کار بردیم شایسته است که وجدان را (ضمیر) فراموش نکنیم و آن همان قدرت و نیروئی است درونی که در آن واحد بر ما نظارت دارد و ما را توجیه و ارشاد می‌نماید و مورد انتقاد و مؤاخذه نیز قرار می‌دهد.

شخصی که نتواند روح سازش و توافق را در خود بیافریند فردی است که با خویشتن در جنگ و ستیز است و این نبرد و درگیری با نفس خویشتن نبردی است فرسایشی مقدار زیادی از نیروی او را که باید در مواجهه با مشکلات و وظائف زندگی به کار رود از بین می‌برد لذا مشاهده می‌شود که این قبیل اشخاص افرادی کم تلاش‌اند که به خستگی زودرس دچار می‌گردند و از پایداری و تولید و کوشش و فعالیت باز می‌مانند بدین ترتیب کشمکش‌های و درگیری‌های درونی قوای شخص را فرسوده و مختل می‌گرداند چنان که چنین فردی در برابر شدائد و گرفتاری‌ها در مانده می‌شود و از خود مقاومت و ایستادگی نشان نمی‌دهد و چون به مشکلی برخورد کند توازن فکری خود را از دست داده دچار اختلال و آشفتگی حواس و اضطراب می‌گردد.

۲- سازش و هم‌آهنگی اجتماعی:

آنست که شخص بتواند روابط اجتماعی

خود را بگونه صحیح و رضایتبخش با سایرین برقرار نماید به طوری که این روابط دور از برخورد تند و شکوه‌انگیزه و خشونت باشد و بدون آن که در شخص احساس تسلط جوئی بر اطرافیان و کسانیکه با او معاشرت دارند به وجود آید یا بیش از حد از نزدیکان و دوستان و معاشرین خود انتظار ستایش و تمجید داشته باشد یا سعی کند که محبت و دلسوزی و عواطف ایشان را به خود جلب کند یا در صدد بهره‌گیری و استفاده مادی از آنان برآید و آن کس که بتواند خود را با محیط هم‌آهنگ سازد در تسلط بر نفس خویش به هنگام مواجهه با انفعالات روانی از قدرت بیشتری برخوردار می‌باشد لذا بیهوده و به‌اندک چیزی خشمگین نمی‌شود و به اعمال کودکانه و قعی نمی‌گذارد و از نشان دادن احساسات بچه‌گانه خودداری می‌نماید و بدین ترتیب رفتارش با سایرین عاقلانه است و در سلوک و رفتار اجتماعی تحت تاثیر تصورات و اوهام خود قرار نمی‌گیرد از این جهت است که انسان سازگار و هم‌آهنگ با جامعه را از نظر انفعالات روانی فردی تکامل یافته می‌دانند.

عوامل اساسی در بوجود آوردن هم‌آهنگی:

مهمترین عواملی که در تحقق بخشیدن به توافق و هم‌آهنگی شخصی و اجتماعی افراد موثر است عبارتند از:

الف - برخورداری از نیازهای ضروری و شخصی

(۱):

هرگاه فردی از نظر احتیاجات زندگی خواه

جسمانی یا روانی اشباع و تأمین نگردد یک نوع بحران و اضطراب در او بوجود می‌آید که وی را به تأمین این کمبود وادار می‌نماید و هر چند مدت محرومیت فرد به درازا کشد حالت بحرانی نیز شدیدتر می‌گردد و چنانچه فرد نتواند این احتیاجات را برآورده کند پایان امر ناکامی و شکست خواهد بود و چنانچه شرائط و اوضاع محیط و جامعه به فرد اجازه تأمین این نیازها را ندهد و موانع سختی در سر راه او قرار گیرد چنین فردی می‌کوشد به هر وسیله که ممکن است نیازهای خود را تأمین کند و چه بسا ممکن است که این وسیله غیر عادی و مورد تأیید جامعه نباشد و اینجا است که فرد به انحراف کشانده می‌شود یا بدین ترتیب روح هم‌آهنگی دچار اختلال می‌گردد. مثلاً "انسان گرسنه گاهی در اثر اوضاع سخت و نامساعد زندگی برای تهیه معاش دست به سرقت می‌زند و انسانی که از احترام جامعه در حد طبیعی برخوردار نمی‌گردد به دشمنی و ستیزگی و مخالفت برمی‌خیزد و جوانی که در خانواده خود مورد بی‌مهری قرار می‌گیرد به سبب از دست دادن روح الفت و وابستگی ممکن است به افسردگی و فرو رفتن در لاک خود مبتلا شود. بنابراین دزدی در آن شرائط بخصوص و همچنین سرپیچی و دشمنی و در لاک خود فرو رفتن به سبب وجود توافق و هم‌آهنگی میان فرد و محیط رفتار و سلوکی رادر وی بوجود می‌آورد که همه آنها زائیده محرومیت از نیازهای اولیه در شرائط عادی و طبیعی است.

اساس پیدایش روح توافق و هم‌آهنگی منوط به دو امر است:

۱- شخص باید بتواند زندگی خود را بطور صحیح و موفقیت‌آمیز اداره کند و از همه احتیاجات خود بهره‌مند گردد.

۲- شخص باید احتیاجات ضروری خود را طوری تأمین کند به احتیاجات مشروع دیگران لطمه وارد نسازد، مثلاً "آن شخصی که از فرط گرسنگی و محرومیت از دیگر احتیاجات زندگی به مال دیگران دستبرد می‌زند بی‌شک نیاز خود را تأمین کرده است ولی از راه زیان رساندن به دیگران یعنی سرقت و دزدی که با روح مسئولیت اجتماعی سازگار و هم‌آهنگ نمی‌باشد.

ب- انسان واجد تخصص و مهارتی باشد که او را در تأمین احتیاجات زندگی یاری دهد؛ بی‌شک چنین تخصص و مهارتی باید در دوران نخستین زندگی تحقق یابد تا وسیله تأمین احتیاجات فرد گردد و در حقیقت هم-آهنگی و توافق محصول همان تجاربی است که شخص در زندگی خویش بدست می‌آورد. که در جهت و کیفیت اشباع و تأمین احتیاجات وی تأثیر مستقیم دارد و از همین زاویه شخص روابط خود را با دیگران در زمینه زندگی اجتماعی برقرار می‌نماید. بر این اساس بدون شک پنج سال اول کودکی در جهت تکوین شخصیت عامل بسیار مهم بشمار می‌آید و از اهمیت فوق‌العاده‌ای در این پنج سال اول همان‌گونه که (فروید) تصریح می‌کند نخستین معالم و مظاهر شخصیت طفل

تکوین می‌پذیرد و نهادهای هم‌آهنگی و عدم هم‌آهنگی در وجودش ریشه می‌دواند و دانشمندان روانکاوانه این سال‌های نخستین از زندگی فرد را به گلخانه تشبیه می‌کنند که فرد چون گل در محیطی مساعد در دامن لطف و محبت و عاطفه سرشار باغبان زندگی (پدر و مادر) پرورش پیدا می‌کند و شاداب و شکوفا می‌گردد و این شرایط مساعد در پرورش روحیه سالم اجتماعی کودک زمینه رشد شخصیت وی را فراهم می‌کند و در نتیجه می‌تواند از این گلزار (خانواده) به مرغزار بزرگتری انتقال یابد (جامعه) و انتقال هنگامی صورت می‌گیرد که فرد از کلیه مهارت‌های لازم زندگی برخوردار است و او را برای ایفای نقش سازنده در جامعه کمک و یاری می‌نماید و بالاخره فردی خواهد بود از افراد جامعه و عضوی از اعضای آن فردی و عضوی هم‌آهنگ با سایر افراد و اعضا. حقیقت آنست که هر فردی از افراد بشر در میان‌سالی و کهن سالی خودبقیایاتی از حالات دوران کودکی دارد که در اعماق وجود وی ریشه دوانیده است که بی‌شک در نموده‌ها و مظاهر شخصیت کنونی وی مؤثر می‌باشد از اینجا است که می‌توان به اهمیت رابطه میان روح هم‌آهنگی و تکوین شخصیت فرد در دوران کودکی کاملاً پی برد.

ج - انسان باید خویشتن را بشناسد ۲:

خویشتن‌شناسی یگانه‌عامل تکامل شخصیت انسان است که می‌تواند خود را از نظر تفکر و

نیروی اراده مورد ارزشیابی قرار دهد تا بتواند بر اساس این شناسائی تمایل خود را نسبت به انجام کاری ابراز دارد و یا نسبت به انجام عدم تمایل نشان دهد و چنانچه به امکانات و مقدرات مادی و معنوی خود واقف نباشد ممکن است درصدد انجام کاری برآید و به خواسته خود تحقق بخشد ولی در پایان با شکست روبرو شود و بالمآل نتواند به خواسته خود جامعه عمل ببوشاند و این ناکامی و عدم امکان ارضای نفس خویش یکی از عوامل اختلال روح هم‌آهنگی است.

د - انسان باید خویشتن را پذیرا باشد:

به خود اندیشیدن یکی از عوامل مهمی است که در سلوک و رفتار انسان مؤثر می‌باشد چنانچه این برداشت از خویشتن نیکو و مرضی و پسندیده باشد این چنین حالتی انسان را به کار و کوشش و هم‌آهنگی و سازش با افراد جامعه خود سوق می‌دهد و هم این حالت او را بر حسب میزان کاربرد قدرتش به سر حد پیروزی و موفقیت می‌رساند بدون آن که برای دست یافتن به این موفقیت به کارهای دست‌زند که از عهده انجام آنها برنیاید و به شکست و ناکامی منجر شود. اما شخصی که خویشتن را پذیرا نباشد و به‌گریز از خود روی آورد در زندگی با دشواری‌های کوبنده مواجه خواهد شد که او را درمانده و زبون و ناتوان می‌سازد، چنین شخصی روح تعادل و هم‌آهنگی را از دست داده و رفتار و سلوک

۲- خویشتن‌شناسی در اسلام از اهمیت خاصی برخوردار است و دستورات شارع مقدس اسلام پیروان خود را به معرفت نفس و خویشتن - شناسی تشویق و تحریض می‌نماید چه خویشتن - شناسی راه خداشناسی را که کلید نجات و رهایی جوامع بشری از پلیدی‌ها است هموار می‌نماید، حضرت علی علیه‌السلام می‌فرماید:

«من عرف نفسه فقد عرف ربه» .

★ ★ ★

اجتماعی وی دستخوش اختلال گردیده است که بالمآل خوی ستیزه‌جویی و یک‌دندگی و پرخاش به او دست خواهد داد تا بتواند از این راه انظار دیگران را به خود جلب کند و اذهان آنان را از آنچه درباره او فکر می‌کنند منصرف سازد.

۱- احتیاجات ضروری مانند خوراک و پوشاک و احتیاجات شخص مانند ابراز عشق و محبت و وابستگی و تملک و آزادی.

نقش پدر در سازندگی کودک

بقیه از صفحه ۲۳

موضوع می‌شویم که با پدران خود چه رابطه‌ای داشته‌ایم، چه چیزهایی از آنان فرا گرفته‌ایم و روابط ما با آنها در کجا نقص داشته است. من افراد زیادی را می‌شناسم که با پدران خود مناسبات بسیار کمی داشته‌اند ولی همین امر به آنان آموخته است که برقرار کردن ارتباط پسرانه با کودکانشان تا چه حد حائز اهمیت بوده است. این افراد در کودکی به خوبی یاد گرفته‌اند که باید برای کودکان احتمالی خود وقت زیادتری داشته باشند و به آنان بیشتر توجه نمایند.

هست که نحوه پدر بودن و رفتار با کودکان آینده خود را فرا می‌گیرد. دختر بچه هم از مشاهده رفتار پدرش می‌فهمد که معنی مرد بودن چیست و رفتار یک پدر چگونه است. و آنچه که دختر به استناد رفتار پدرش در باره مردان می‌آموزد به او کمک می‌کند که هویت خود را بعنوان یک زن بهتر به دست آورد، بخصوص اگر در باره رفتار پدر و مادرش با یکدیگر هم تجارب کافی اندوخته باشد.

با توجه به تجارب شخصی خود هر یک از ما بخوبی متوجه ایسن