

مهدی مراد حاصل

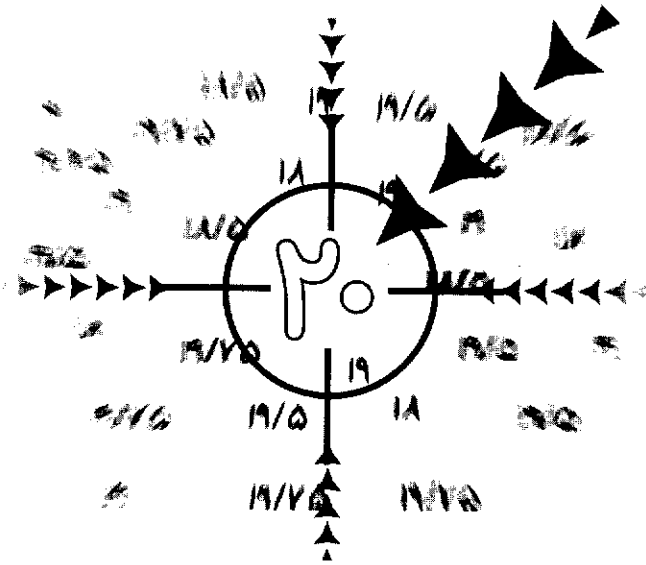


نوجوانان

نوجوانی دوره‌ای است که در آن دانش‌آموز بیش از هر زمان دیگر نیاز به راهنمایی و مشاوره دارد. نوجوان ضمن مشورت با اولیا و مربیان، دست کم باید بداند که چگونه خود را بهتر بشناسد و از برخوردهای زیان‌بخشی در محیط خانه و مدرسه پرهیز کند.

چهارراه نوجوانی، روایتگر تجربه‌های اولیا و مربیانی است که به ندرت فرصت می‌یابند فنونی را که طی سال‌ها در خویش درونی ساخته‌اند، بررسی کرده، به روشنی درباره آن سخن بگویند. چهارراه نوجوانی با توجه به تجربیات معلمان و مشکلاتی که اولیا با آن مواجه بوده‌اند، نوشته شده است.

بدیهی است که خلاقیت و ابتکار فردی معلمان و اولیای خانه، با توجه به تفاوت‌های فردی کودکان و نوجوانان، نقش سازنده‌ای در امر مشاوره خواهد داشت.



وقتی که دیکته احمد را به او دادم، اشک در چشمانش حلقه زد سرش را پایین انداخت و در حالی که دفترچه‌اش را زیر بغل می‌زد، رفت و سر جایش نشست. بچه‌ها با اشاره دست به من فهماندند که او دوباره دارد گریه می‌کند و من هم با اشاره سر به بچه‌ها حالی کردم که متوجه گریه احمد هستم. این بار اولی نبود که احمد به خاطر آن که بیست نگرفته بود، گریه می‌کرد. این کار تقریباً برای من و همه بچه‌های کلاس عادی شده بود. اما آن روز تصمیم گرفتم که دیگر تسلیم خواست‌ها و گریه‌های غیرعادی او نشوم و هیچ‌گونه گذشت و ارفاقی نسبت به نمره او نداشته باشم. با آن که بارها در سر کلاس درباره این که تنها نمره ملاک درس خواندن نیست و آنچه اصل است تلاش و سعی دانش آموز در درک مطالب درسی است، صحبت کرده بودم، با این همه این حرف‌ها چندان اثری روی احمد و حساسیت او نسبت به نمره‌های درسی‌اش نداشت.

آن روز احمد تا آخر ساعت، توجه چندانی به درس نداشت. در تمام مدت با بغضی که در گلو داشت و چشمانی که از گریه سرخ شده بود، به تخته سیاه نگاه می‌کرد. تا آن جا که من می‌دانم، معلمان کلاس اول و دوم احمد نیز با همین مشکل روبه رو بوده‌اند. شاید اگر در سال اول یا دوم برخوردی اصولی با مشکل احمد می‌شد و راه حلی عملی از طرف مدرسه و معلمان درباره او اعمال می‌گردید، حل مسئله او در سال سوم تا این اندازه دشوار نبود. فردای آن روز، چون احمد را در سر کلاس ندیدم، دلم به شور افتاد. به همین دلیل در زنگ تفریح شماره تلفن احمد را از آقای ناظم گرفتم و به منزلشان زنگ زدم. مادرش گوشی را برداشت. وقتی که از حال احمد و غیبت او جويا شدم، گفت: "حالش خوب نیست، کمی کسالت دارد. اما سعی می‌کند فردا خدمت شما برسد."

از لحن صحبت مادر احمد احساس کردم که مشکل احمد جدی‌تر از آن است که من تصور می‌کردم. موقع خداحافظی ایشان گفتند: "من هم همراه احمد خدمت شما خواهم رسید؛ می‌خواهم درباره موضوعی با شما مشورت

این بار اولی نبود که احمد به خاطر آن که بیست نگرفته بود، گریه می‌کرد. این کار تقریباً برای من و همه بچه‌های کلاس عادی شده بود.

کنم. به ایشان گفتم: "هر ساعتی که تشریف بیاورید در خدمت شما خواهم بود." فردای آن روز اول وقت، مادر احمد در دفتر مدرسه حضور پیدا کرد. خانمی بود تقریباً میانسال با چهره‌ای مضطرب. وقتی که سراغ مرا از همکاران می‌گرفت، لرزشی خاص در صدایش احساس می‌شد. او را راهنمایی کردم تا در گوشه دفتر مدرسه روی صندلی بنشیند.

مادر احمد ضمن بیان درد دل‌ها و حرف‌هایش به من گفت که او و شوهرش هر دو کارمندند و به جز احمد، دختری دارند که بزرگ‌تر از احمد است و در کلاس دوم راهنمایی درس می‌خواند. حرف‌های مادر احمد که به این جا رسید، مکثی کوتاه کرد و در حالی که نفسی عمیق می‌کشید، گفت: "احمد بچه دوم من است. او در این سه سالی که به مدرسه می‌رود به اندازه سی سال من و پدرش را پیر کرده است. او خیلی در گرفتن نمره وسواس دارد. در کلاس اول و دوم معدل هر سه ثلث او بیست شد. ولی چه فایده؟! چون

پدران و مادران کمال طلب که
بیش از حد توان فرزندشان از
او توقع دارند. به تدریج سبب می شوند
که فرزندشان دچار وسواس شود.

خواب هم کلافه و ناآرام به نظر می آمد. شما فکر می کنید
برای این که او تا این اندازه روی نمره اش حساس نباشد، چه
کاری می توانیم برایش انجام دهیم؟ من به عنوان یک مادر که
بیش تر از درس نگران روحیه فرزندم هستم، در حل این
مشکل وامانده ام. در ضمن، احمد علاوه بر وسواس درسی،
دست هایش را هم زیاد می شوید. شب ها چند بار قبل از خواب



ژوژشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

در اتاق را امتحان می کند و تا مطمئن نشود در اتاق را قفل
نکرده ایم، خوابش نمی برد. نمی دانم با او باید چه رفتاری داشته
باشم.

مادر احمد خیلی نگران بود. او به عنوان یک مادر
دلسوز که هم در خانه زحمت می کشید و هم مشغله اجتماعی
داشت، دلش می خواست فرزندش سالم و طبیعی رشد کند و
به تحصیلش ادامه دهد. به او گفتم: "شما تشریف ببرید. من با
احمد در این زمینه صحبت خواهم کرد." این پیش نهاد در
حقیقت فرصتی بود که بتوانم در آن به راه حلی مناسب و
اساسی دست پیدا کنم. راه حلی بیش از صحبت کردن و
نصیحت های متداول که کم تر راه گشاست.

همین تلاش و وسواسی که او برای گرفتن نمره بیست دارد
باعث شده که هم خودش از لحاظ روحی صدمه ببیند و هم
حسابی دل ما را خون کند. نمی دانید از دیروز که نمره اش
نوزده شده چه الم شنگه ای در خانه به راه انداخته، نه شب شام
خورده و نه صبح، صبحانه!

از مادر احمد پرسیدم: "وضع تحصیلی دخترتان چگونه
است؟" او گفت: "به خاطر تشویق های پدرش، او هم شاگرد
ممتازی است. پدرش خیلی دوست دارد بچه ها شاگرد اول
بشوند. ریحانه هم اتفاقاً در دوره دبستان اخلاقی شبیه احمد
بود، اما من خیلی با او حرف زدم و نصیحتش کردم تا کم کم
روحیه اش عوض شد. اما احمد اصلاً حاضر نیست از بیست
دست بردارد. دیشب او به قدری ناراحت بود که حتی در

نوجوان وسواسی چه ویژگی‌هایی دارد؟

نوجوان وسواسی، فردی است که خصوصیات بارز و مشخصی مثل نظم و ترتیب شدید، کمال‌طلبی و پاکیزگی افراطی و خسیس بودن را از خود بروز می‌دهد. افکار و اعمال این قبیل نوجوانان تکراری، دست و پاگیر و کلیشه‌ای است و نوجوان خودش را ناگزیر از انجام آن‌ها می‌داند، مانند امتحان کردن مکرر کلید برق و دستگیره در اتاق یا شستن تکراری یکی از اندام‌های بدن. در انجام اعمال و افکار وسواسی، نوجوان نسبت به اختلال خود هوشیار و آگاه است، ولی آن را تحمیل شده احساس می‌کند و خود را در محاصره می‌داند. واریسی کردن، لمس کردن، افکار آزار دهنده و تکراری معمولاً با اضطراب همراه است.

علل

۱- فرد وسواسی به تدریج یاد گرفته است که با استفاده از مکانیسم‌های دفاعی میزان اضطراب خودش را کاهش دهد. این عامل روانی - اجتماعی که نوعی یادگیری است، یادگیری شرطی نامیده می‌شود. پدران و مادران کمال‌طلب که بیش از حد توان فرزندشان از او توقع دارند، به تدریج سبب می‌شوند که

باید در صورت امکان کشف کرد که چه عامل

یا عواملی نوجوان را مضطرب ساخته است

تا شدت یافتن اضطراب منجر به افکار

آزار دهنده و وسواسی نشود.

فرزندشان دچار وسواس شود. هر چند رفتار وسواسی و رفتارهای بی‌اختیار غالباً با یکدیگر همراه‌اند، اما در پاره‌ای از موارد رفتارهای بی‌اختیار با اضطراب توأم نیستند.

۲- عوامل بیولوژیکی (زیستی) مثل کاهش ترشح هورمون رشد، سابقه ضربه مغزی، بالابودن میزان ناهنجاری‌های الکتروانسفالوگرافی (در نوار مغزی مشخص است) و بعضی از مشکلات عصبی موجب بروز اختلال



وسواس در نوجوانان می‌شود.

۳- وراثت تا حدی در وسواسی بودن نوجوانانی که بستگان درجه اول آن‌ها دارای بیماری‌های روان رنجوری بوده‌اند، می‌تواند نقش داشته باشد. درصد نقش وراثت را در اختلال وسواس بین ۴ تا ۸ درصد تحقیق کرده‌اند.

پیش‌گیری و درمان

۱- باید در صورت امکان کشف کرد که چه عامل یا

عواملی نوجوان را مضطرب ساخته است تا شدت یافتن

اضطراب منجر به افکار آزار دهنده و وسواسی نشود.

۲- ایجاد یک رفتار تازه و خوشایند به جای رفتار

وسواسی تا به تقویت و نگه‌داری رفتار مطلوب منجر شود. در

حقیقت باید رفتار تازه یا افکار نو و خوشایند را جایگزین رفتار

و فکر وسواسی کرد.

۳- با توجه به این که افکار و رفتار وسواسی علل و

زمینه‌های مختلف تربیتی، اکتسابی و زیستی دارد و درمان آن

نیازمند بررسی‌های بالینی است، توصیه می‌شود برای درمان

نوجوان وسواسی از مشاوره با مشاوران با تجربه یا روان‌شناسان

بالینی بهره‌مند شویم.