

مهدی مراد حاصل

روان‌شناس بالینی - مشاور خانواده

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 زیان‌بخش 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، نقش‌سازنده‌ای در امر مشاوره خواهد داشت.

گوشه‌گیری، کمرویی و انزوای طلبی

درش بود. اون خیلی افسرده و گوشه گیره، اصلاً با کسی نمی جوشه. اونقدر حساس و زودرنجه که نمی شه باهاش حرف زد. میدونین آقای مدیر، این بچه یک لحظه هم از من جدا نمی شه، در حالی که بچه های اول و دوم من اصلاً این طور نبودند. خدا نکنه باهاش یک کمی تند حرف بزنم، زود دلش می شکنه. روزهایی که مهمون داریم نمی دونم می ترسه؟ خجالت می کشه؟ خلاصه می ره و یک گوشه ای کز می کنه و اصلاً جلو نیامد.

گفتم: "ببخشید، رابطه او با پدرش چطور است؟"
خانم ایمانلو با حسرت سرش را تکان داد و گفت:
"اصلاً طرف پدرش نمی ره. ازش می ترسه. تا حالا من

مادر "ایمانلو" در حالی که با گوشه چادر اشک هایش را پاک می کرد گفت: "پدرش مریضه، آسم داره. مدتی که گوشه خونه افتاده و خرج مارو پسر بزرگم می ده. اون باطری سازی داره. یک دختر هم دارم که شوهر کرده. "احمد"، فرزند آخرمونه. حتماً تا حالا متوجه شدین که بچه کم هوشی نیست، اما نمی دونم چرا درش این قدر ضعیف شده. کلاس پنجم درش بد نبود، اما از وقتی که به مدرسه راهنمایی اومد، نمره هاش کم شد."

گفتم: "شما فقط نگران درش هستین؟"
مادر ایمانلو آهی کشید و گفت: "ای کاش فقط



مرکز پژوهش‌های علمی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی



ندیدم که پدرش یک دست نوازشی به سروگوش اون بکشد. وقتی که کوچک تر بود خیلی کتک می خورد، ولی حالا کم تر. هرچی از پدرش دوره، برعکس به من وابسته تره. وقتی که می خواد مدرسه بیاد ماتم می گیره. از شما چه پنهن که به معلم و مدرسه اصلاً علاقه نداره. عصرها که از مدرسه به خونه بر می گرده هر چه به او اصرار می کنم مادر جون یک کم برو دم در، توی کوچه با بچه ها بازی کن، مسابقه بده، گوشش به این حرف ها بدهکار نیست. دائماً سرشو با وسایل خودش گرم می کنه. گاهی هم که پیش بچه ها می ره نه با کسی دوست می شه، نه توجهی به کسی می کنه. خوب معلومه که بچه ها هم با اون رابطه خوبی ندارن.

حرف خانم ایمانلو را قطع کردم و پرسیدم: «شما هم او را تنبیه می کنید؟»

خانم ایمانلو مکثی کرد و در حالی که چشم هایش پر از اشک شده بود گفت: «بله، بعضی وقت ها اونو تنبیه می کنم، البته نه به اندازه پدرش. بعد بغضش ترکید و گفت: «به خدا هر کی جای من باشه دق می کنه. احمد دیگه توی خونه حوصله همه رو سربرده. گاهی وقت ها مدتی مات می شه، اصلاً با کسی حرف نمی زنه حتی با من. نمی دونم چه کار کنم، شما کمک کنین. شما توی مدرسه کاری بکنین که اون مثل بقیه بچه ها عادی زندگی کنه و این قدر گوشه گیر نباشه. من که سواد زیادی ندارم، شما که درس خوندین و معلومات دارین، معلم هستین، یه کاری برای من انجام بدین. به خدا اگر وضع احمد بهتر بشه همه شماها رو دعای من کنن. من که جز دعا کار دیگه ای از دستم ساخته نیست.»



دائماً سرشو با وسایل
خودش گرم می کنه
گاهی هم که پیش بچه ها
می ره نه با کسی دوست
می شه، نه توجهی به کسی
می کنه.
خوب معلومه که بچه ها هم با
اون رابطه خوبی ندارن.

گوشه‌گیری، کم‌رویی و انزوای طلبی عارضه‌ای است که باعث می‌شود کودک و نوجوان از برقرار کردن ارتباط با افراد و محیط خارج دوری کنند. این کودکان و نوجوانان نوعاً با تقلیل یافتن علایق ذهنی و عاطفی نسبت به اطرافیان خود از داشتن دوستان نزدیک و صمیمی محروم‌اند. نوجوانی که کم‌رو و گوشه‌گیر است، معمولاً از حضور در فعالیت‌های جمعی سرباز می‌زند و فقط با تک دوست خود که نوعاً به او بسیار وابسته می‌شود اوقات خود را سپری می‌کند.

رفتار کم‌رویی و انزوای طلبی یکی از رفتارهای نسبتاً شایع است که فرد را به شدت آزار می‌دهد و اگر درمان نشود نوجوان را به سمت و سوی مشکلات دیگری مثل عدم اعتماد به نفس، افسردگی، اضطراب و زودرنجی سوق خواهد داد. عدم احساس توانمندی و کمی عزت نفس و نیز ناتوانی در بروز احساسات، بیان افکار و نظریات، خود باعث جدایی فرد از فعالیت‌های گروهی است.

علل

علل گوشه‌گیری و کم‌رویی عبارت‌اند از:

- ۱- محرومیت از محبت خانواده
- ۲- نقص عضو یا بیماری‌های جسمی و

فیزیولوژیک

۳- اختلال در گویش و تکلم

۴- شکست‌های متعدد و تحقیر شدن کودک در

برابر جمع

۵- عدم امنیت روانی در محیط خانه و مدرسه و

نوجوانی که کم‌رو و گوشه‌گیر است،

معمولاً از حضور در فعالیت‌های جمعی

سرباز می‌زند و فقط با تک دوست خود

که نوعاً به او بسیار وابسته می‌شود

اوقات خود را سپری می‌کند.

فشارهای روانی مستمر

۶- تنبیه، تویخ و سرزنش کودک و نوجوان

توسط والدین و به ویژه محرومیت از عواطف مادر

۷- کنترل شدید تربیتی و سخت‌گیری‌های

وسواس‌گونه و غیرمنطقی

پیش‌گیری و درمان

برای پیش‌گیری و درمان گوشه‌گیری و کم‌رویی

می‌توان شیوه‌های زیر را به کار بست:

۱- حمایت‌های عاطفی در جهت تقویت اعتماد به

نفس در نوجوان.

۲- واگذاری مسئولیت‌های مناسب با توجه به

میزان توان جسمی و ذهنی نوجوان.

۳- قرار ندادن نوجوان در موقعیت‌هایی که

تجربه‌های شکست را به دنبال دارد.

۴- تشویق و زمینه‌سازی حضور نوجوان در

فعالیت‌های جمعی و گروهی.

۵- ایجاد آمادگی لازم برای جرئت‌ورزی در ابراز

عقاید و بیان نظریات خود و نیز پذیرش نظریات مخالف

از طرف دیگران.