

بررسی احساس کهنتری

دکتر سید احمد احمدی

در نوجوانان

و نحوه برخورد با آن

مقدمه

نوزاد آدمی با ناتوانی کنشی متولد می‌شود و نمی‌تواند به تنهایی با محیط اطراف سازگار شود. به نظر آدلر (۱۹۴۵) انسان دارای ارگانیزمی زبون و حقیر است. این احساس زبونی و حقارت در خودآگاهی فرد وجود دارد. تلاش آدمی برای غلبه بر این احساس، به سازگاری او می‌انجامد. اگر آدمی بتواند با محیط سازگار شود دارای (هویت توفیق) و چنانچه سازگار نشود دارای (هویت شکست) خواهد شد (گلاسر، ۱۹۷۵).

احساس کهنتری از ارزیابی نادرست فرد از خویشتن ناشی می‌شود و بر عدم کارایی واقعی یا خیالی مبتنی است.

احساس کهنتری نوعی احساس ناکاملی یا ناتمامی در زندگی است. احساس کهنتری از سه تجربه سرچشمه می‌گیرد:

- ۱ - احساس ناتوانی
 - ۲ - احساس ضعیف‌تر بودن از بزرگسالان
 - ۳ - احساس تابع بزرگسالان بودن، (دکتر منصور ۱۳۶۹).
- احساس کهنتری با باز خورد منفی از

خویشتن همراه است. در این صورت فرد احساس‌هایی از این قبیل دارد:

- ۱ - احساس درماندگی
 - ۲ - احساس نایمی
 - ۳ - احساس تنهایی
 - ۴ - احساس عدم اطمینان
 - ۵ - احساس رنجش
 - ۶ - احساس پوچی
- (مالتز ترجمه تراچه‌داغی ۱۳۶۸)

احساس کهنتری از ارزیابی نادرست فرد از خویشتن ناشی می‌شود و بر عدم کارایی واقعی یا خیالی مبتنی است.

احساس کهنتری به وسیله خانواده، گروه همسن و جامعه به وجود می‌آید. احساس کهنتری دارای نشانه‌های زیر است:

- ۱ - فرد نسبت به انتقاد دیگران حساس است،
- ۲ - خود را هدف همه انتقادات می‌داند،
- ۳ - از مردم کناره‌گیری می‌کند،
- ۴ - بیش از اندازه از دیگران چاپلوسی می‌کند،
- ۵ - دیگران را تحقیر می‌کند و
- ۶ - در موارد رقابت آمیز واکنش‌های نامطلوب نشان می‌دهد. (نوابی‌نژاد، ۱۳۶۵).

راجرز (۱۹۵۷) معتقد بود که اگر خانواده برای کودک بها و ارزش قائل شود و با او محترمانه رفتار کند، کودک مفهوم مثبتی از خویشتن پیدا می‌کند و برای خود ارزش قائل می‌شود. وقتی کودک احساس

ارزش کند با سایر کودکان برخوردی مثبت خواهد داشت. برداشت منفی از خویشتن، کودکان را به کناره‌گیری و انزوای از دیگران می‌کشاند.

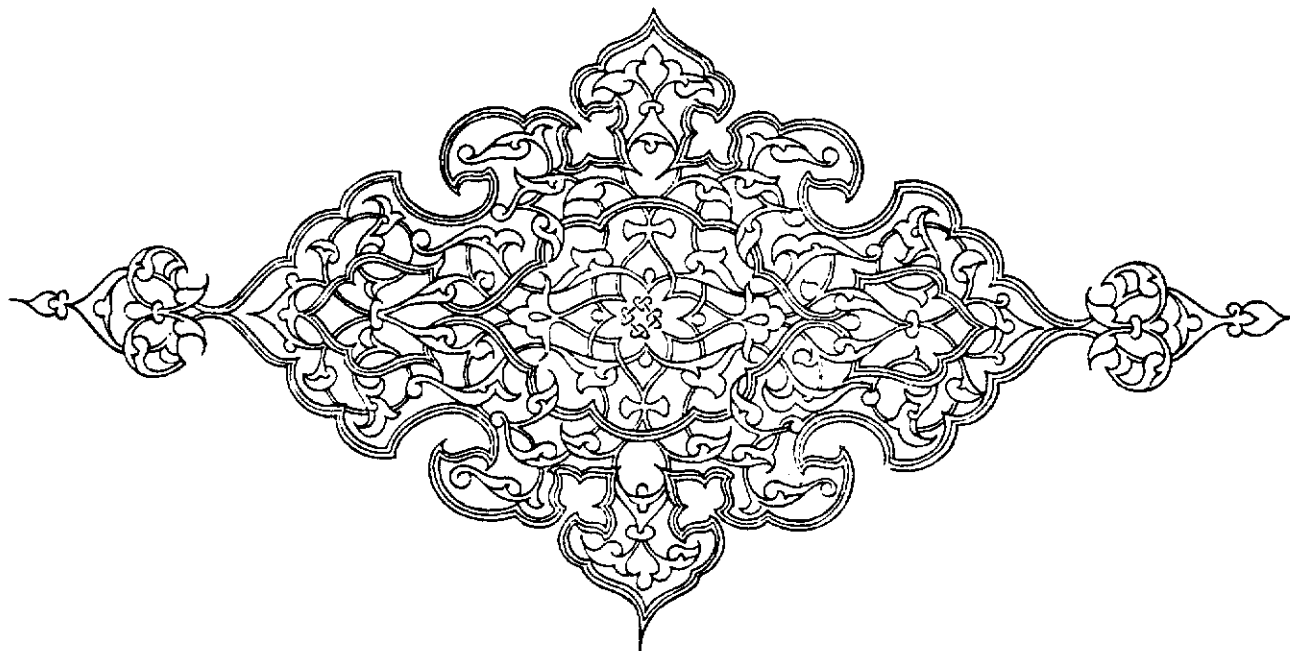
وقتی کودک احساس ارزش کند با سایر کودکان برخوردی مثبت خواهد داشت. برداشت منفی از خویشتن، کودکان را به کناره‌گیری و انزوای از دیگران می‌کشاند.

کودکی که خود را پایین‌تر از دیگران ببیند بسه واکنش‌هایی از قسیبیل ۱ - جلب توجه ۲ - قدرت‌طلبی ۳ - قبول نقص خویش ۴ - گرفتن انتقام دست می‌زند. (راجرز، ۱۳۵۷).

احساس کهنتری به رشد اجتماعی کودک لطمه می‌زند. وقتی کودک خود را پایین‌تر از سایرین ببیند و دید مثبتی نسبت به خود نداشته باشد با دیگران در نمی‌آمیزد و از تماس و برخورد با آنان پرهیز می‌کند.

بررسی احساس کهنتری نوجوانان

سه بررسی در زمینه احساس کهنتری با روش توصیفی به راهنمایی اینجانب توسط دانشجویان رشته مشاوره دانشگاه اصفهان انجام گرفت. در این بررسی‌ها از پرسشنامه



استفاده شد. برای تدوین پرسشنامه ابتدا مقوله‌های مربوط به احساس حقارت از منابع مختلف استخراج گردید و برای هر مقوله پنج سؤال طرح گردید. سؤالا از نظر محتوا، تمام جنبه‌های احساس حقارت را شامل می‌شد و بوسیله متخصصین تأیید شد، پرسشنامه در یک نمونه کوچک از دانش‌آموزانی که اظهار احساس حقارت می‌نمودند اجرا گردید و اعتبار بیرونی آن بیش از ۷۰ درصد مشخص گردید. این بررسی‌ها به صورت زیر بود:

بررسی اول:

۱۷۹ دانش‌آموز دبیرستانهای اصفهان و روستاهای حومه در نمونه تصادفی به پرسشنامه احساس کهنتری پاسخ دادند (احمدی و اعتماد - ۱۳۷۱) نتایج نشان داد که ۳۱ درصد دانش‌آموزان شهری و ۴۲ درصد دانش‌آموزان روستایی خود را باهوش نمی‌دانستند. ۳۲ درصد از دانش‌آموزان شهری و ۴۳ درصد از دانش‌آموزان روستایی احساس تنهایی می‌کردند و می‌گفتند که دوستان زیادی ندارند. ۳۵ درصد از دانش‌آموزان شهری و ۴۳ درصد از دانش‌آموزان روستایی انگیزه کافی برای درس خواندن نداشتند و خود را قادر به خواندن نمی‌دانستند. دانش‌آموزان

شهری بیش از دانش‌آموزان روستایی با دیگران مقایسه می‌شدند (۴۵ درصد شهری و ۳۰ درصد روستایی)، همین مسئله باعث احساس کهنتری آنان شده بود. دانش‌آموزان شهری و روستایی تقریباً به یک اندازه (۳۱ و ۳۰ درصد) از طرف والدین درک نمی‌شدند. نتایج این بررسی نشان داد که دختران بیش از پسران از جنسیت خود ناراضی بودند. (۱۸ درصد دختر و ۱۲ درصد پسر). درصد بیشتری از دختران از تنهایی لذت می‌بردند (۴۶ درصد دختران) در بیان علت احساس کهنتری، دانش‌آموزان به توقعات بیش از حد والدین، تبعیض بین فرزندان، سرزنش و تحقیر آنان، عدم تفاهم و بدبودن وضعیت اقتصادی اشاره کرده بودند.

بررسی دوم:

این بررسی در نمونه‌ای ۲۰۰ نفری از دانش‌آموزان دبیرستانهای اصفهان صورت گرفت. (احمدی و تصاعدیان - ۱۳۷۲) پاسخ این دانش‌آموزان به پرسشنامه احساس کهنتری نشان داد که پسران بیش از دختران به وضع ظاهری و هیكل خود حساسند.

۱۵ درصد پسران و ۱۰ درصد از دختران شکل ظاهری خود را

نمی‌پسندیدند. در مجموع دختران و پسران دانش‌آموز در زمینه جذابیت، تفاوت معناداری نداشتند ($\chi^2 = 1/04 > 0/05 > P$). دختران بیش از پسران علاقه به تنهایی داشتند (۴۸ درصد دختر و ۲۹ درصد پسر)، پسران و دختران تقریباً به صورت یکسانی از سرزنش شدن به وسیله والدین بیم داشتند (۳۳ درصد پسر و ۳۲ درصد دختر). ۴۶ درصد از دختران و ۲۷ درصد پسران تردید در تصمیم‌گیری داشتند. همچنین ۳۹ درصد دختران و ۲۳ درصد پسران فکر می‌کردند که در زندگی خود شانس ندارند. ۳۹ درصد دختران و ۳۰ درصد پسران توقعات والدین را بیش از حد می‌دانستند. ۳۰ درصد دختران و ۱۴ درصد پسران ابراز می‌داشتند که والدین آنان را درک نمی‌کنند. نیمی از دختران ترس از ابراز خویش داشتند و ۴۰ درصد معتقد بودند که جامعه نسبت به دختران تبعیض روا می‌دارد. در مجموع دختران و پسران برخورد والدین و اولیای مدرسه را متفاوت نمی‌دانستند و از نظر اعتماد به نفس، تفاوت معناداری نداشتند.

بررسی سوم:

این بررسی در نمونه‌ای ۱۰۰ نفری از دانش‌آموزان دوره راهنمایی اصفهان انجام

گرفت (احمدی و مؤمن - ۱۳۷۳) و نشان داد که دختران بیش از پسران به وضع ظاهری خود اهمیت می‌دهند (۲۶ درصد دختران و ۱۶ درصد پسران). تفاوت آنها معنادار بود ($P < 0.05$ ، $\chi^2 = 2/95$). همچنین دختران بیش از پسران کمروبی داشتند. (۴۵ درصد دختران و ۳۳ درصد پسران). از نظر اعتماد به نفس تفاوتی بین دختران و پسران نبود. ۶۹ درصد دختران و ۷۱ درصد پسران برخورد والدین را مناسب می‌دانستند.

برخورد، احساس کهنری

نتایج این بررسی‌ها نشان داد که احساس کهنری شامل احساس تنهایی، کناره‌گیری، احساس جذاب نبودن و اعتقاد به درک نشدن از طرف والدین می‌شود. این گونه عکس‌العمل‌ها مطمئناً به رشد عاطفی و اجتماعی نوجوان لطمه می‌زند. با اینکه به نظر آدلر (۱۳۷۳) احساس حقارت نشانه غیرعادی بودن نیست ولی اگر این احساس به وسیله عوامل خارجی تثبیت شود کودک مورد بی‌مهری و بی‌توجهی والدین و اطرافیان قرار می‌گیرد و اگر نتواند به صورتی جبران کند باعث سرخوردگی و احساس محرومیت او می‌شود. کودکی که احساس سرخوردگی و ناتوانی داشته باشد و چنین تصور کند که از او هیچ کاری ساخته نیست به انجام کار اقدام نمی‌کند. انجام ندادن و اقدام نکردن باعث تجربه نکردن می‌شود و مهارت‌های عاطفی و اجتماعی در کودک شکل نمی‌گیرد.

برای برخورد با احساس کهنری باید به تدابیری عملی اندیشید. تدابیر عملی زیر می‌تواند برای مقابله با احساس کهنری مؤثر باشد و به رشد عاطفی و اجتماعی نوجوان کمک کند:

۱ - جو اعتماد و فضای پذیرش در خانواده‌ها ایجاد شود و شرایط اعتماد یعنی خلوص، احترام، تفاهم و رازداری ایجاد شود.

۲ - در محیط خانه و آموزشگاه فرصت‌های اقدام و شرکت در فعالیت‌های جمعی بوجود آید و به نوجوان وظایفی در حد خودش سپرده شود.

۳ - بر نقاط مثبت شخصیت نوجوان تأکید شود و از سرزنش او و توجه به جنبه‌های منفی رفتاری او پرهیز شود.

۴ - با خطاهای رفتاری نوجوان درست برخورد شود و در تشخیص و ارائه راه حل به صورت عالمانه عمل شود.

۵ - از زدن برچسب‌های منفی بر نوجوان جلوگیری شود.

۶ - مهارت‌های سازگاری اجتماعی آموزش داده شود و فرصت‌های لازم برای کسب این مهارت‌ها ایجاد گردد.

کودکی که احساس سرخوردگی و ناتوانی داشته باشد و چنین تصور کند که از او هیچ کاری ساخته نیست به انجام کار اقدام نمی‌کند. انجام ندادن و اقدام نکردن باعث تجربه نکردن می‌شود و مهارت‌های عاطفی و اجتماعی در کودک شکل نمی‌گیرد.

۷ - فعالیت‌های گروهی تشویق گردد و نوجوان را به شرکت در آن فعالیت‌ها ترغیب نمایند.

۸ - ابراز وجود و جرأت‌آموزی آموزش داده شود و برنامه‌های لازم برای آن تدوین گردد. بهتر است این آموزش‌ها به صورت گروهی باشد.

۹ - زمینه عملی برای تغییر طرز فکرها و برداشت‌های منفی ایجاد شود.

۱۰ - با نوجوان کناره‌گیر، برخورد تخصصی شود. ابتدا با او ارتباط مشاوره‌ای ایجاد شود و آنگاه در جهت مطلوب هدایت گردد.

۱۱ - به نوجوانی که دچار نقص عضو است برای سازگاری جمعی کمک شود.

۱۲ - مشاوره خانوادگی برای تغییر روابط و تصحیح مناسبات خانوادگی انجام

پذیرد.

۱۳ - توجه به ناتوانی یادگیری و نداشتن شیوه مطالعه در نوجوان بشود تا هرگونه ضعف درسی، به تبلی و بی‌توجهی نسبت داده نشود.

۱۴ - به تفاوت‌های فردی نوجوانان در زمینه استعدادها و علائق توجه شود و به آنان در جهت شکوفایی استعدادها و علائق کمک شود.

منابع:

- احمدی، سید احمد و اعتمادی، عذرا (۱۳۷۱)، بررسی میزان همبستگی بین علل احساس حقارت و علائم احساس حقارت در نوجوانان دبیرستانی پسر و دختر شهر و روستاها. پایان‌نامه کارشناسی رشته مشاوره.
- احمدی، سید احمد و تصاعدیان، مهری، (۱۳۷۲)، بررسی شناسایی میزان احساس حقارت همراه با زمینه‌یابی و مقایسه بین دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع دبیرستان. پایان‌نامه کارشناسی رشته مشاوره.
- احمدی، سید احمد و مؤمن، فریبا، (۱۳۷۳)، بررسی میزان احساس حقارت در نوجوانان دختر و پسر مدارس راهنمایی ناحیه ۳ اصفهان، پایان‌نامه کارشناسی رشته مشاوره.
- مالتز، ماکسول، روانشناسی تصویر ذهنی، ترجمه مهدی قراچه‌داغی (۱۳۶۸) تهران، انتشارات شباهنگ.
- منصور، محمود (۱۳۶۹) احساس کهنری، چاپ سوم، تهران، انتشارات دانشگاه تهران
- نوابی‌نژاد، شکوه (۱۳۶۵) رفتارهای بهنجار و نابهنجار کودکان و نوجوانان، چاپ دوم، تهران، انتشارات ابتکار.
- Adler, A (1954), understanding Human Nature. Conn. A Fawcett Premier Book, Inc.,
- Adler, A. (1973), Individual Psychology, New Jersey, Little field, Adam & Co.
- Glasser, w. (1965), Reality Therapy, New York, Harper & Row Pub.
- Rogers, C. (1975), Client - Centered Therapy, Boston, Houghton Mifflin Co.