

## شیوه رفتار با نوجوانان در دوران بلوغ

معصومه طباطبایی ستوده\*

### مقدمه

عالم خلقت آکنده از شگفتی‌هایی است که عقل، «خالق» آن را به جهت این معماری تکوینی و مهندسی «حیات» مدام تحسین و ستایش می‌کند؛ و انسان این اشرف مخلوقات نیز دارای شگفت‌انگیزترین خلقت است که خداوند، پس از آفرینش او، بر حسن خلقت خود آفرین می‌گوید. در این میان، شاید بهترین دوران شکوفایی حیات در بشر، چه زن و چه مرد، دوران رسیدن به بلوغ باشد؛ دوره‌ای که بین کودکی و نوجوانی با بروز تحولات هورمونی و شخصیتی، زندگی نوپا را دستخوش تحولی اساسی می‌کند و این تحول او را برای زندگی آینده آماده می‌سازد.

البته بلوغ انواع مختلفی دارد: از بلوغ جسمی گرفته تا بلوغ فکری؛ و از بلوغ جنسی و فیزیکی تا بلوغ متافیزیکی. در هر یک از این مراحل، دین مبین اسلام احکامی دارد و حتی برای هر یک، قوانین فقهی وضع

---

\* دانش‌آموخته جامعه‌الزهراء (ع) و کارشناس روانشناسی.

کرده است. نظر به اهمیت بلوغ در نوجوانی (به گونه جسمی و فکری) در این نوشتار ویژگی‌های این دوران و نحوه تعامل والدین با فرزند، تبیین می‌شود.

## الف) ویژگی‌های دوران بلوغ

برای آشنایی با شیوه و روش رفتار با نوجوان‌ها باید قبل از هر چیز، با ویژگی‌های فیزیولوژیک دوران بلوغ آشنا شد تا بتوان بر اساس این تغییرات جسمی، بهترین برخورد را با آنها داشت.

### ۱. ویژگی‌های فیزیولوژیک دوران بلوغ

آغاز نوجوانی معمولاً از سن ۱۲ سالگی است و تا آخرین سال‌های دهه دوم زندگی - که رشد جسمانی کم‌وبیش کامل می‌شود - ادامه می‌یابد. بلوغ با افزایش ترشح هورمون‌ها آغاز می‌شود و تظاهر آن در دختران و پسران با تغییرات در چهره و نقاط شرمگاهی بروز می‌کند. در حقیقت «عواملی چون جنسیت، وراثت، منطقه جغرافیایی، ساختمان بدن، تغذیه، سلامت و... در شروع بلوغ مؤثرند»<sup>۱</sup>.

### ۲. ویژگی‌های روان‌شناختی دوران بلوغ

بلوغ، تنها یک پدیده زیستی نیست، بلکه یکی از نشانه‌های رشد فکری و اجتماعی است و در حقیقت از علائم آمادگی پذیرش مسئولیت در زندگی فردی و اجتماعی به شمار می‌رود. «عوامل انقلابی

---

۱. عباس عطاری کرمانی؛ *انگونه فرزندان را تربیت کنید*؛ ص ۲۶۸؛ برای مطالعه بیشتر ر.ک: حسن احدی و نیک‌چهر محسنی؛ *روان‌شناسی رشد* (مفاهیم بنیادی در روان‌شناسی نوجوانی و جوانی).

بلوغ نه تنها بر بدن، بلکه بر روان نوجوان نیز مؤثرند، افکار و اخلاق آنان را دگرگون می‌سازند و انقلاب عمیقی در روحشان پدید می‌آورند.<sup>۱</sup> کودک کم‌توان دیروز حالا از آنچه هست و آنچه باید باشد، احساس سردرگمی می‌کند و مدام در جهت استقلال‌طلبی، در پی کشف هویت خویش است و برای انسجام بخشیدن به هویت و شخصیت خود گاه از والدین الگوبرداری می‌کند و گاه از دوستان و گاه از رسانه. ویژگی‌های الگو می‌تواند نوجوان را یا به کمال برساند یا دچار ضلال کند؛ چراکه هیجان‌محوری و احساس‌گرایی در دوران بلوغ در بسیاری موارد، مانع عقل‌گرایی نوجوان می‌شود.

### ب) شیوه رفتار با نوجوانان در دوران بلوغ

یکی از کلیشه‌های رایج در دوران نوجوانی، تعامل نادرست میان نوجوان و والدین است که به جای تعامل تأثیرگذار و عاطفی، عموماً به بحث و سروصدا و دلخوری منجر می‌شود. از این رو، نحوه برخورد با نوجوان بسیار مهم است؛ چراکه شیوه رفتاری ناصحیح والدین، به طور ناخودآگاه فرزند را از محیط گرم و مطمئن خانواده می‌راند و راه را برای تکیه نوجوان به افراد دیگر و در نتیجه، آسیب‌پذیری وی هموار می‌کند. از این رو، در ادامه به راهکارهایی برای رفتار درست با نوجوانان اشاره می‌کنیم.

#### ۱. حفظ عزت نفس و تعظیم شخصیت نوجوان

از آنجا که رشد جسمانی زودتر از رشد عقلانی شروع می‌شود، ممکن است تغییرات ظاهری نوجوان برایش ناخوشایند باشد. در این گونه

---

۱. حسین سوزنچی؛ خلاصه گفتارهای فلسفی (کتاب جوان)؛ ص ۴۶.

مواقع، اگر فرد از اعتماد به نفس پایینی برخوردار باشد، همین مسئله و عدم مواجه شدن او با حل مشکل، ممکن است باعث گوشه‌گیری و انزوای او شود؛ بنابراین والدین در این دوران باید همواره همراه و راهنمای فرزندان باشند و نوجوان را برای افزایش عزت نفس یاری کنند. پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ در روایتی<sup>۱</sup> مراحل تربیت را به سه مرحله هفت سال (از تولد تا ۷ سالگی، از ۷ تا ۱۴ سالگی، و از ۱۴ سالگی به بعد) تقسیم کرده، به والدین و مربیان توصیه می‌کند که در هفت سال سوم زندگی (همان دوران بلوغ و نوجوانی) به او به عنوان یک شخصیت بزرگسال بنگرند. همچنین به او اعتماد و در کارها با وی مشورت کنند. «در حقیقت، رسول خدا صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ در روایت موردنظر،<sup>۲</sup> به تشخیص طلبی و استقلال‌جویی جوان توجه فرموده و او را در کشور کوچک خانواده، وزیر و مسئول شناخته است. از طرف دیگر، به پدر و مادر فهمانده است که با جوان امروز مانند کودک دیروز رفتار نکنند.»<sup>۳</sup>

بسیاری از علما از جمله مرحوم آیت‌الله کوهستانی رَحِمَهُ اللهُ سفارش پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ را در نوع رفتار با فرزندان خود به کار گرفته‌اند؛ «به گونه‌ای که علاوه بر مشورت، به قدری به شخصیت و احترام و تکریم فرزندان و اعضای خانواده‌اش اهمیت می‌داد که از آنها می‌خواست برای ایشان استخاره بگیرند.»<sup>۴</sup>

۱. «الْوَلَدُ سَبْعٌ سِنِينَ وَ عَبْدٌ سَبْعَ سِنِينَ وَ وَزِيرٌ سَبْعَ سِنِينَ» (محمدباقر مجلسی؛ بحار الأنوار؛ ج ۱۰۴، ص ۹۵).

۲. همان.

۳. حسین سوزنجی؛ خلاصه گفتارهای فلسفی (کتاب جوان و بزرگسال)؛ ص ۳۳.

۴. عبدالکریم کوهستانی؛ برقله پارسایی (شرح حال آیت‌الله حاج شیخ محمد کوهستانی)؛ ص ۱۳۹.

یکی از فرزندان شهید بهشتی می گوید:

بابا خیلی مهربان و مؤدب بود؛ حتی صحبت با کمال ادب و احترام را رعایت می کرد. وقتی می خواست صدایمان کند، «آقا» یا «خانم» را اول اسم مان می آورد و ما را با الفاظ محبت آمیز «عزیزم»، «دخترم» و «پسرم» خطاب می کرد.<sup>۱</sup>

## ۲. اخلاق نیکو در تعامل با نوجوان

باید توجه داشت که در تعامل با نوجوان نباید شیوه کنترل گری را در پیش گرفت و از ابزار اجبار و موضع قدرت استفاده کرد؛ زیرا در فرزندپروری، مداخلات مبتنی بر قدرت، تنها باعث اطاعت موقتی نوجوان می شود و موجبات ناکامی و گاهی خودسری فرزندان را در طولانی مدت فراهم آورد. قطعاً داشتن حسن خلق در رفتار با نوجوان، موجب دلگرمی او در محیط خانواده می شود. چنان که قرآن از زبان لقمان به فرزندش یاد می کند که او با واژه «بنی» فرزندش را خطاب می کند:

وَ إِذْ قَالَ لِقْمَانُ لِابْنِهِ وَ هُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ

عَظِيمٌ<sup>۲</sup> به خاطر بیاور هنگامی را که لقمان به فرزندش - در حالی

که او را موعظه می کرد - گفت: پسرم، چیزی را شریک خدا قرار مده که شرک ظلم عظیمی است.

والدین در هنگام تعامل با فرزندشان باید با احساسات وی هماهنگ شوند و با علاقه و انگیزه به حرف آنها گوش دهند؛ چراکه اگر پدر و

۱. زینب عباسی، سیره ستاره ها، ص ۹۰.

۲. لقمان: ۱۳.

مادر به نیاز عاطفی فرزندان پاسخ دهند، زمینه پرورش همدلی و اتفاق‌نظر را در آنها ایجاد می‌کنند.

خداوند در قرآن، در سوره طه به این موضوع اشاره کرده، می‌فرماید: «فَقَوْلًا لَهُ قَوْلًا لَيْنًا لَعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَحْشَى: <sup>۱</sup> با او به نرمی سخن بگویند، شاید پند گیرد یا ترسد».

والدین باید در این همدلی حدومرز آن، یعنی خیرخواهی را رعایت کنند و به او بفهمانند که طالب خوشبختی دنیوی و اخروی او هستند. همچنین در مواقع لزوم هم تذکر بدهند که مبادا به سبب کم‌تجربگی، سعادت و خوشبختی‌اش تهدید شود. <sup>۲</sup>

### ۳. اعتدال در تربیت نوجوان

در تربیت نوجوان نه باید آن‌قدر به او آزادی عمل داد که تعادل زندگی‌اش به هم بخورد و نه باید با رفتار سختگیرانه باعث شد که در لاک خود فرو رود و به مشکلات روحی دچار شود. <sup>۳</sup>

خداوند در قرآن به اعتدال در رفتار سفارش کرده، می‌فرماید: «وَأَقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاعْصُصْ مِنْ صَوْتِكَ: <sup>۴</sup> در رفتارت میانه‌رو باش و با آرامی سخن بگو!».

گاه والدین به دلیل کمال‌طلبی نابجا، در تربیت فرزندان ظرفیت آنها را در نظر نمی‌گیرند و در نتیجه باعث دلزدگی آنان می‌شوند؛ در صورتی که یکی از نکات بسیار مهم در برخورد با نوجوانان، سعه صدر و

۱. طه: ۴۴.

۲. جعفر صالحان؛ سلوک با فرزند؛ ص ۱۵۴.

۳. برای مطالعه بیشتر ر.ک: اصغر کیهان‌نیا؛ نوجوانان چه می‌گویند؟.

۴. لقمان: ۱۹.

تغافل نسبت به کارهای اشتباه آنان است. امیرالمؤمنین، علی علیه السلام در روایتی می‌فرماید: «هر گاه نوجوانی را سرزنش کردی، از برخی گناهان او در گذر تا سرزنش، او را به سرسختی (مقابله) وادار نکند»<sup>۱</sup> والدینی که در سرزنش فرزندان خود افراط می‌کنند، باعث بروز احساس گناه شدید و کاهش عزت نفس در آنان می‌شوند. در چنین شرایطی فرزند به جای آنکه بر خطای خود و جبران آن تمرکز کند، احساس ناخوشایندی درونی می‌کند و ممکن است به راهکارهایی مثل توجیه اشتباه، ظالم خواندن والدین و... روی آورد.

نقل شده است که:

شخصی با صدای زشت و نامناسب در مسجد یکی از شهرهای اسلامی اذان می‌گفت. روزی مردی غیر مسلمان برای او هدیه ارزشمند آورده و با عبارات قشنگی از وی تقدیر و تشکر نموده و از اذان گفتن وی ستایش کرد. مؤذن کریه الصوت در حالی که از رفتار مرد کافر شگفت زده بود، علت آن همه تحسین و تقدیر را جویا شد.

مرد غیر مسلمان در پاسخ وی اظهار داشت: من دختری دارم که در فراست و هوشمندی نظیر ندارد و شدیداً به او علاقه مندم. اما مدتی بود که به دین شما متمایل گشته و می‌خواست آیین محمد صلی الله علیه و آله را بپذیرد. من هر چقدر با تطمیع و تهدید و تشویق تلاش کردم تا وی را از این کار باز دارم، ممکن نشد و او همچنان بر باور خویش اصرار می‌ورزید، تا این که شما به این محل آمدید.

۱. ابن‌ابی‌الحدید؛ شرح نهج البلاغه؛ ج ۲۰، ص ۳۳۳.

از روزی که در مأذنه مسجد با آن صدای کریه و ناخوش اذان گفتن را آغاز کردید، دخترم تدریجا و به طور ناخودآگاه از اعتقاد خویش به اسلام دل‌سرد شده و دیگر چندان رغبتی به مسلمان شدن ندارد، من در مقابل این خدمتی که شما در حق من کرده‌اید خود را مدیون دانسته و این هدایای ناقابل را تقدیم شما می‌کنم.<sup>۱</sup>

همچنین تغافل و وانمود کردن به ندیدن اشتباهات و خطاهای نوجوان، سبب می‌شود که پردهٔ حجاب و حیای فطری در نوجوان دریده نشود و فرصتی برای جبران و ترمیم داشته باشد. امام علی علیه السلام می‌فرمایند: «از بهترین اخلاق انسان بزرگوار، تغافل او نسبت به دانسته‌های خویش است».<sup>۲</sup>

البته باید به این نکته توجه داشت که تغافل نیز حدی دارد و اگر نوجوان خطاهای خود را تکرار کند، باید به گونه‌ای دیگر با او رفتار کرد.<sup>۳</sup> در موارد زیادی بزهکاری نوجوانان دختر و پسر به دلیل سختگیری‌های بیش از حد والدین شکل می‌گیرد و در درازمدت، ممکن است باعث پیامدهای ناگواری از جمله فرار نوجوانان از خانه شود که عواقب جبران‌ناپذیری در پی دارد.

#### ۴. راهنمایی نوجوانان در انتخاب دوستان

شاید یکی از مهم‌ترین عوامل دوران بلوغ برای دختر و پسر نوجوان، انتخاب دوست باشد که گاه این دوستی تنها به دلیل عواطف معمول

1. <https://hawzah.net/fa/LifeStyle/View/53113>

۲. لیبی واسطی؛ عبون الاحکام و المواعظ؛ ص ۱۱۵.

۳. محمدعلی سادات؛ راهنمای پدران و مادران؛ ص ۳۵.



بشری و گاه به دلیل عواطف شدید دوران بلوغ و در اصطلاح امروزی «عشق ورزیدن» شکل می‌گیرد. در دوران بلوغ، به دلیل علاقه فرد به گسترش روابط اجتماعی، نوجوان پیوسته می‌کوشد روابط اجتماعی خود را از محدودیت خانوادگی درآورد و به اشخاص دیگر مخصوصاً همسالان خود گسترش دهد؛ چراکه خود را از پدر و مادر دور می‌بیند و شرم بیان مشکلات، مانع از ابراز ناگفته‌هایش می‌شود، به‌ناچار سراغ انتخاب دوستِ همراز و هم‌صحبت می‌رود و مشکلات دوران بلوغ و تغییرات هورمونی را با او در میان می‌گذارد. حال در صورت نادرست بودن نتیجه همفکری، ممکن است آینده فرد به خطر بیفتد و او را در زندگی دچار مشکل کند. بنابراین والدین باید همواره در انتخاب دوست، فرزندان خود را همراهی و راهنمایی کنند.

##### ۵. آشنا کردن نوجوانان با معارف اسلامی

بسیاری از رسانه‌های معاند با توجه به ویژگی‌های دوران نوجوانی، مدام در تولیدات خود سعی می‌کنند با تأثیر بر هیجان و احساس نوجوان، آموزه‌های دینی وی را مورد تردید قرار دهند تا فرد در تثبیت هویت خود دچار سرگردانی و نگرانی شود. از این رو، بهترین و مطمئن‌ترین راه برای حفاظت نوجوانان از گرفتار شدن در دام دشمنان و انحراف و کج‌اندیشی آنان، آشنا کردن آنها با مبانی دینی و احادیث رسیده از معصومان علیهم‌السلام است. امام صادق علیه‌السلام در روایتی در همین زمینه می‌فرماید: «نوجوانان خود را با احادیث ما آشنا کنید قبل از آنکه

مُرَجئه (یکی از گروه‌های منحرف عصر ایشان) بر شما پیشی بگیرند».<sup>۱</sup>

### ۶. عدم تحمیل آداب و رسوم بر نوجوان

معمولاً نوجوان علاقه‌مند به سنت‌شکنی و عدم پذیرش آداب و رسوم کلیشه‌ای است و همین مسئله موجب وحشت او می‌شود که مبادا مورد مواخذة جامعه‌اش قرار بگیرد.<sup>۲</sup> امیرالمؤمنین علی علیه السلام در روایتی به این موضوع اشاره کرده، می‌فرمایند: «آداب و رسوم خود را به فرزندان‌تان تحمیل نکنید؛ زیرا آنها برای زمانی غیر از زمان شما آفریده شده‌اند».<sup>۳</sup>

### ۷. جداسازی محل خواب فرزندان

در اسلام با توجه به آداب تربیتی متناسب با دین، ضمن احترام به عرف جامعه - برای عدم آسیب‌پذیری خانواده‌ها از ارتباط غریزی فرزندان - معمولاً در سنین بلوغ آنها را نسبت به جنسیت همدیگر آگاه و به تفکیک امور شخصی و انحصاری آنان اقدام می‌کنند. این امر اگر با آگاهی و به طور اصولی صورت گیرد، در سلامت فکری نوجوانان اثر مثبت خواهد گذاشت؛ اما اگر با جبر، کنایه و تنبیه صورت گیرد، باعث رفتار ناهنجار آینده و نفرت‌ورزی ناخودآگاه آنان خواهد شد به گونه‌ای که حتی دلیل آن را هم شاید والدین یا خود نوجوانان متوجه نشوند.

۱. شیخ طوسی؛ تهذیب الاحکام؛ ج ۸، ص ۱۱۱.

۲. علی اکبر شعاری‌نژاد؛ روان‌شناسی رشد؛ ص ۴۶.

۳. ابن‌ابی‌الحدید؛ شرح نهج البلاغه؛ ج ۲۰، ص ۲۶۷، ح ۱۰۲.