



# نوجوانی و چالش های فرزندپروری

## در زمانه پرتنش کنونی

مدرس: دکتر علی صاحبی

نگارش جزوه دکتر فهیمه قیبتی

امور زنان و خانواده

وزارت نفت ۱۳۹۷

## فهرست مطالب

شماره صفحه	موضوع
۲	مقدمه
۳	ویژگی‌های دوره نوجوانی
۱۰	مهمترین چالش‌های دوره نوجوانی
۱۱	زمینه‌های بروز تعارض بین والدین و فرزندان یعنی
۱۳	اساس فرزندپروری موثر : طرز تفکر
۱۳	طرز تفکر ایستا و پویا
۱۷	شیوه‌های پرورش طرز تفکر ( شیوه نگرش پویا )
۱۹	فرزند پروری نوین در هزاره سوم
۱۹	شیوه‌های فرزند پروری
۲۲	سبک‌های فرزند پروری بر حسب محبت و کنترل
۲۵	اصول آزاد اندیشی برای انسان پروری
۲۷	علائم اعتیاد به اینترنت در رابطه
۲۷	عوامل ریسکی اعتیاد به اینترنت
۲۸	چند توصیه برای مقابله با اعتیاد به اینترنت
۳۳	پرسشنامه سبک فرزند پروری



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

### مقدمه

دوره نوجوانی از مهمترین و حساس ترین دوره های زندگی انسان به شمار می رود. در این دوره، تغییراتی در جسم و روان نوجوان رخ می دهد که هرکدام به نوعی بر او اثر می گذارد. گاهی این تغییرات، شخصیت و منش او را به کلی دگرگون می سازد. از این رو شناخت جنبه های مهم روانی، عقلانی، جسمانی و اخلاقی نوجوان، این توانایی را به او و اطرافیانش می دهد تا شیوه صحیح برخورد با تغییرات جسمی و روحی دوره نوجوانی را بدانند. این آگاهی، از بروز ناسازگاری های خاص این دوران جلوگیری می کند. دوران نوجوانی، همزمان با دوران بلوغ است. دوران بلوغ یکی از بحرانی ترین دوره های زندگی هر فرد است. دوره نوجوانی و بلوغ، به سنین بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی اطلاق می شود. گاهی گذشتن از مرز کودکی و رسیدن به قلمرو بلوغ، با نابسامانیهای زیادی روبروست. رفتار نوجوانان در این زمان با پدر و مادرها عوض می شود. آنها تمایل پیدا می کنند تا هر چه بیشتر از خانواده های خود جدا شده و مستقل شوند. به همین دلیل تمایل پیدا می کنند تا هر چه بیشتر خودشان را از پدر و مادر خود دور کنند. در این سن اهمیت آنها به دیگران به ویژه هم سن و سال هایشان بیشتر می شود و هر کاری را که آنها انجام می دهند، روی خودشان پیاده می کنند. آنها خودشان را به شکل های مختلف در آورده و در غالب افراد دیگر می روند. روی این نکته که تا چه حد با هم سن و سال های خودشان تفاوت دارند، توجه بسیار زیادی می کنند و همین امر باعث می شود تا درگیری ها و بحث های بیشتر در خانه بوجود آید. یکی از معمولی ترین انواع درگیری هایی که در سنین بلوغ بوجود می آید، مخالفت مکرر با پدر و مادر است. نوجوانان در این سن قدری سرکش می شوند و در هر مورد با والدین خود مخالفت می کنند. البته نمی توان گفت که همه نوجوانان دچار یک چنین مشکلی میشوند، اما در اکثر موارد این اتفاق روی می دهد. دلیل این امر تغییرات روانی و احساسی در وجود نوجوان ذکر شده است. به هر حال نوجوانان هر کاری که انجام می دهند، تنها یک هدف را دنبال می کنند و آن هم رسیدن به استقلال است. به این منظور آنها سعی می کنند تا آنجایی که میتوانند خودشان را از خانواده دور کنند. به ویژه بچه هایی که بیش از اندازه به خانواده وابسته هستند، تلاش بیشتری در این زمینه از خود نشان می دهند. آنها این امر را به واسطه نظرهایی مخالف با نظر والدین نشان می دهند و آنچنان که قبلاً با پدر و مادر ارتباط برقرار می کردند، با آنها رابطه برقرار نمی کنند. همچنان که



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

بزرگتر می‌شوند، تمایل پیدا میکنند تا نسبت به مسائل مختلف دقیق‌تر و منطقی‌تر فکر کنند. آنها در ذهن خود ارزش‌های اخلاقی مختلفی را تعریف میکنند، یک نظام ارزشی جداگانه را برای خود در نظر می‌گیرند، و راهکارهای پدر و مادر که تا چند وقت پیش برای آنها کارگشا بود، مشکل‌آفرین جلوه می‌دهد. روانشناسان ویژگیهای دوره نوجوانی را چنین دسته‌بندی می‌نمایند.

### ویژگی‌های دوره نوجوانی

#### ۱- برزخی بودن این دوره

در این دوره، نوجوان نه دیگر کودک به حساب می‌آید و نه هنوز به درستی بالغ شده است. وی در مرز بین این دو مرحله یعنی کودکی و بزرگسالی قرار دارد و با انتظارات خاص هر دو دوره روبرو است. اگر کاری کودکانه کند، او را ملامت می‌کنند که بزرگ شده و این کار در شأن او نیست، از سوی دیگر نیز در زمره بزرگسالان محسوب نمی‌شود. دوره نوجوانی از دیرباز مورد توجه اندیشمندان و صاحب‌نظران تعلیم و تربیت قرار داشته است. افلاطون این دوره را زمانی معرفی کرده که احساسات و عواطف بر افکار فرد چیره می‌شود. استانلی هال (STANLY HALL) متخصص در روان‌شناسی بلوغ، دوره نوجوانی را دوره طوفان و یک جهش ناگهانی می‌داند. کورت لوین، Kurt Lewin جامعه‌شناس و روان‌شناس آلمانی اعتقاد دارد که: "کودک و بزرگسال هرکدام یک نوبت بار کودکی و بزرگسالی را بر دوش می‌کشند، ولی نوجوان مجبور است یک جا بار هر دو را بر دوش بکشد، زیرا متعلق به هر دو دوره است." روان‌شناسان می‌گویند، نوجوان کسی است که می‌خواهد نسبت به آنچه تاکنون بوده تغییر شیوه دهد و برخلاف سابق، آنچه را بزرگسالان می‌گوید، نپذیرد. گاهی طرز راه رفتن خود را عوض می‌کند، لهجه خود را تغییر می‌دهد، نسبت به مسایل پیرامون خود با حساسیت بیشتر می‌نگرد و اندک‌اندک به دنیای درون خویش وارد می‌شود. نوجوان کم‌کم به قدرت تفکر و استدلال خویش پی می‌برد. مجموعه این حالات، کوششی است که در پایان راه کودکی نمایان می‌شود. این حالات، عموماً با واکنشهای روحی و روانی همراه است. والدین متوجه می‌شوند که کودک مطیع دیروز، به کلی تغییر کرده و رفتارش متفاوت شده است. گاهی نوجوان در این دوره سنی، ترش‌رو و یا گوشه‌گیر می‌شود و گاهی نیز



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

تلاش می کند که توجه دیگران را حتی از طریق عصبانی کردنشان ، به خود جلب کند . یکی از سؤالات در دوره نوجوانی این است که من کیستم ؟ این سؤال ، قرنهایست ذهن بشر را به خود مشغول کرده و موضوع اشعار ، داستانها و زندگی نامه های بی شماری بوده است . این سؤال در دوره نوجوانی ، می تواند به درک هویت نوجوان کمک کند .

### ۲- هویت یابی

اریکسون روانشناس آلمانی می گوید :

" هویت انسان در نوجوانی شکل می گیرد . در این دوره ، نوجوان سؤالاتی از خود می پرسد مثل اینکه من کیستم ؟ به کجا می روم و چه هدفی دارم ؟ نحوه جوابگویی به این سؤالات ، در رشد هویت نوجوان تاثیر می گذارد . اگر او بتواند به این سؤالات پاسخ مناسب بدهد ، احساس آرامش می کند ، وگرنه دچار اضطراب می شود . در دوره نوجوانی ، هویت یابی مسئله ای حاد می شود . بطوریکه نوجوان روز به روز برای دستیابی به هویت مشخص ، تغییر جهت می دهد . در دوران نوجوانی ، انسان با مجموعه ای از تغییرات شناختی - روانی و احساسی روبروست . نوجوان به این موضوع اهمیت می دهد که در نزد دیگران چگونه جلوه می کند .

### ۳- رشد عقلی

از دیگر ویژگیهای دوره نوجوانی ، رشد شناختی و عقلی است / ژان پیاژه PIAJET روانشناس سوئیسی می گوید : " کودک غالبا" در واقعیتها و تفکرات حسی و حرکتی محصور است و تفکر او وابسته به اشیاء خارجی است . اما نوجوان قدرت ذهنی فوق العاده ای پیدا می کند که او را از قید واقعیتهای خارجی رها می سازد . این ویژگی او را متوجه عالم ذهنی و درونی خود می کند . "روانشناسان ، نوجوانی را آغاز دوره تفکر انتزاعی می دانند . در این دوران ، نوجوان احساس قدرت زیاد می کند . نوجوان در این مقطع سنی ، می تواند قضایای منطقی را درک کند و استدلال علمی در او قوی می شود . در دوره نوجوانی ، استعدادها و توانمندیها نیز اختصاصی تر می شود . به عنوان مثال ممکن است هر نوجوانی در درس یا حرفه های خاصی موفقیت کسب کند .



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

### ۴- استقلال فکری

در دوره نوجوانی، ساده اندیشی دوران طفولیت از بین می‌رود و نوجوان به سنجش و ارزیابی مسائل می‌پردازد تا در نظام ذهنی خود، دوباره آنها را بسازد. از این رو شاید در مورد برخی امور متعارف شک کند و حتی از افکار و عقاید والدین خود انتقاد نماید. نوجوان در پی کسب استقلال فکری است. ممکن است در مورد اعتقادات خودش نیز دچار شک و تردید شود. نه اینکه آنها را نفی کند، بلکه می‌خواهد، آنها را دوباره بازسازی کند و زیربنایی استدلالی برای آنها بیابد. از اینرو والدین و مربیان نباید از شک و تردیدهای نوجوان، دچار نگرانی و اضطراب شوند، بلکه باید او را برای رسیدن به یقین، یاری کنند. بنابراین شک، توفیگاه خوبی نیست، اما معبر و راهی مناسب برای رسیدن به حقیقت است.

### ۵- ابراز وجود

از دیگر ویژگیهای دوره نوجوانی، ابراز وجود است. اثبات شخصیت و نشان دادن قابلیت‌ها، یکی از مطبوع‌ترین لذات روحی و روانی در نوجوان است که برای نیل به آن از هیچ کوششی دریغ نمی‌کند. حس سازگاری با اجتماع، یکی دیگر از تمایلات درونی نوجوانان و جوانان است. اگر نوجوانی در این مسئله موفق نشود، دچار یأس و افسردگی می‌گردد. روان‌شناسی به نام دکتر هاریس می‌گوید: "نوجوانان و جوانان برای خود مستقل هستند. شما هم باید آنها را صاحب شخصیت بدانید. در دوران بلوغ بیش از هر زمان دیگری، انسان به این که مورد توجه باشد، اهمیت می‌دهد و به شدت احتیاج دارد که به عنوان یک دوست و یا شریک تلقی شود."

### ۶- عدم تعادل عاطفی

عدم تعادل و بی‌ثباتی عاطفی یکی از بارزترین ویژگی‌های این دوره است. بیشتر وقت‌ها نوجوانان به هنگام بروز خشم نمی‌توانند رفتار و گفتارشان را کنترل کنند. خیلی زود متأثر می‌شوند. به خصوص زمانی که احساس می‌کنند کسی به حرفشان گوش نمی‌دهد. به همین خاطر دست به اعمال ناخوشایندی می‌زنند و سپس پشیمان شده خود را سرزنش می‌کنند. حساسیت‌ها و هیجانات ناشی از زودرنجی که از خصوصیات دایمی این دوران است، اغلب به علت تغییر و تحولات



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

غدد داخلی و میزان ترشح هورمون ها و نوع تربیت و آموزش دوران گذشته است که در مجموع وضع زندگی عاطفی نوجوان را تغییر می دهد. چنان که گاهی با کوچک ترین برخوردی عصبانی می شود و به هنگام عصبانیت و خشم ممکن است به گریه متوسل شود و یا غمگین و افسرده به تنهایی پناه ببرد.

### ۷- بی نظمی

نوجوانی دورانی است که فرد دچار تغییر و تحولات محسوسی می شود، عموماً آن را با نام "بلوغ" می شناسیم، که طی آن بی نظمی های شدیدی در ابعاد مختلف وجودی فرد همچون: احساس، عاطفه، جنسی، جسمانی و... مشاهده می شود که متعاقب آن نوجوان احساس آشفتگی درونی شدیدی می کند، حقیقت این است که نوجوانان نمی خواهند با شلختگی های خود شما را آزار دهند. گرچه ممکن است باور این حقیقت سخت باشد. در واقع علت اصلی این آشفتگی و شلختگی این است که ذهن و فکر آنها جای دیگری است. یک نوجوان مشغله های فکری زیادی دارد و به همان مقدار هم از نگرانی و اضطراب زیادی برخوردار است و پس مانده انرژی احساسش آن قدر نیست که بتواند در مورد رفتار روزانه اش به قدر کافی دقت کند که مثلاً جوراب کثیفش را در ماشین لباسشویی بگذارد و یا وقتی جوراب تمیز پیدا نکرد، پدر و مادرش را مقصر نداند و به آنها پرخاش نکند.

### ۸- تنهایی ، انزوا و پس زدن والدین

نوجوانان تمایل دارند بیشتر وقت خود را در اتاق خود به تنهایی بگذرانند، شاید به این دلیل که نمی خواهند با والدینی که مسایل آنها ار درک نمی کنند مواجه شود. نوجوان در این دوره بر خلاف گذشته که درباره همه چیز با والدین صحبت می کرد، حرف کمتر و تمایل کمتری برای صحبت کردن دارد ، به پرسش های والدین خیلی کوتاه، بافشردگی پاسخ می دهد و دیگر رازهایش را با والدین در میان نمی گذارد. کسانی که در سن نوجوانی قرار دارند همسالان خود را عاقل تر از والدین خود می دانند بر این اساس پاسخ سؤال های خود را در گروه دوستان جستجو می کنند. ایجاد برخی محدودیت های غیرقابل توجیه، محیط خشن، نبود رابطه دوستانه بین والدین و فرزند، ترس از والدین و... از جمله مهم ترین دلایل کمرنگ شدن



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

ارتباط میان فرزند و والدین است کودکان به تدریج بزرگ می شوند و به دنبال استقلال و آزادی می گردند اما در مقابل، والدین هر روز نگران تر می شوند و در حالی که می خواهند فرزندشان را زیر نظر داشته باشند حس می کنند نوجوان آنها را پس می زند و هر روز از آنها دورتر می شود. این پس زدگی در هر خانواده با توجه به سطح فرهنگی و اجتماعی خود را به یک شکل نشان می دهد. بی توجهی و حرف ناشنوی از والدین، دعوا و بحث کردن یا گوشه گیر شدن همگی از جمله نشانه های ورود کودک به نوجوانی است. نوجوانان معمولاً برای رسیدن به استقلال و اثبات توانایی های خود خواسته هایی دارند که گاه مورد پسند خانواده نیست و پدر و مادرها نمی توانند آنها را بپذیرند یا نمی دانند با وجود خطرهای موجود، چطور آنها را حل کنند.

### ۹- استقلال طلبی

قبل از نوجوانی او یاد گرفته در کارها و زندگی خود به والدین تکیه کند چون آنها را قوی و قدرتمند می داند که می توانند کارهای مهم را به تنهایی انجام دهند، قادر به انجام خیلی از کارها هستند که او قادر نیست و بطور کلی در کودکی فرد والدین خود به همه کار توان احساس می کند و در سایه آنها و با تکیه بر آنها فعالیت های خود را انجام می دهد. کم کم با ورود به دوره نوجوانی طرز فکر و برداشت نوجوان نسبت به والدین تغییر می یابد. او دیگر کمتر تمایل دارد فعالیت های خود را در حضور خانواده انجام دهد. بیشتر گرایش به حضور در گروه همسالان دارد و می خواهد استقلال خود را از خانواده هم به خانواده، هم به خود و هم به همسالانش ثابت کند. بنابراین از هر گونه فعالیتی که او را وابسته به خانواده نشان می دهد دوری می کند. از نظر او خانواده باید روی توانایی و قدرت او حساب کنند و به او اعتماد داشته باشند چرا که او دیگر بزرگتر شده است و می خواهد خودش مسئولیت زندگی اش را به عهده بگیرد. استقلال طلبی زمینه اولیه ورود او به اجتماع را فراهم می سازد و او را برای پذیرش مسئولیت های اجتماعی آماده می کند. هر چند جهت گیری ناصحیح آن توأم با مسائل و مشکلاتی برای او و اطرافیان خواهد بود.





## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

### ۱۰- تغییرات جسمی

نوجوانی پس از مرحله جنینی، که از تغییرات سریع و فوق‌العاده برخوردار است، دومین مرحله تغییر و تحولات چشمگیر و پرشتاب است. از این رو، روان‌شناسان بیشتر تمایل دارند که در این مورد به جای «رشد» واژه «جهش» را به کار گیرند. در سال‌های اولیه بلوغ (سنین ۱۲ تا ۱۳ سالگی) تعادل جسمی نوجوان بر هم می‌خورد و تغییرات عمیقی در ارگانیزم به وجود می‌آید، شکل و حجم بدن تغییر می‌کند و دستخوش دگرگونی می‌شود و طرح عمومی بدن نوجوان از حالت کودکی خارج شده، مانند قالب و اندازه بزرگ سالان می‌شود. اعضای بدن از پایین به بالا رشد می‌کند، به گونه‌ای که ابتدا پاها بزرگ و دراز می‌شوند، سپس رشد بخش‌های میانی بدن و عضلات آغاز می‌گردد و به همین ترتیب سایر اعضای بدن نیز تحول می‌یابند هرچند رشد بدن - از جمله قد - به دلایل ژنتیکی، محیطی، بهداشتی، تغذیه‌ای، نژادی و حتی اجتماعی - فرهنگی در بین کودکان و نوجوانان متفاوت است، ولی به هر صورت، اندازه قد کودکان و نوجوانان اثر مهمی بر چگونگی رفتار هم‌سالان و بزرگ‌سالان با آنها دارد. مردم اغلب این طور فکر می‌کنند که افراد بلندقدتر و عضلانی‌تر از شایستگی‌های بیشتر و کارایی و قدرت مدیریت بالاتری برخوردارند. کودکان و نوجوانان بلندقدتر و عضلانی‌تر نیز احساس متفاوتی درباره خودشان دارند. آنان احساس می‌کنند که «تیپ» بهتری دارند و تمایل رهبری دیگران در آنان بیشتر می‌شود. والدین نیز به این نوجوانان به چشم افراد بزرگ سال می‌نگرند، در حالی که فرزندان کوتاه‌قدتر و ظریف‌اندام‌تر خود را - حتی اگر از نظر سنّی و بلوغ جنسی در حدّ هم‌سالان بزرگ‌اندام‌تر خود باشند - تحت مراقبت بیشتری قرار می‌دهند.

### ۱۱- خود مرکزیت

در اثر رشد جسمی، نوجوانان حساسیت زیادی نسبت به بدن خویش پیدا می‌کنند. پسران این احساسات را با ایستادن‌های مکرر در مقابل آینه و نظاره کردن بدن خود و اندیشیدن نسبت به طبیعی بودن یا نبودن رشد خود ظاهر می‌سازند و نیز نسبت به تناسب اندام‌ها، حالت پوست، موی سر و حالت چهره و چاقی و لاغری و درشتی و ریزاندامی خود حساس می‌شوند. البته حساسیت دختران نسبت به بدن و جذابیت‌های خود بسیار بیشتر از پسران است. اکثر نوجوانان در دوران بلوغ



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

تصور می کنند زیر ذره بین دیگران مخصوصا همسن و سال های خودشان هستند و به همین دلیل وقت زیادی را صرف تفکر در مورد خصوصیات ظاهری خود می کنند. دختران فکر می کند هنگام رفتن به مهمانی همه به ظاهر او نگاه می کنند و اگر یک لکه کوچک روی لباسش باشد همه متوجه خواهند شد! نوجوانانی که در این دوره خود را طبیعی و بالنده تلقی می کنند، در آینده نیز از عزت نفس و شادمانی بیشتری برخوردار خواهند بود.

### ۱۲- تصور آسیب ناپذیری خود

نوجوانان در این سن فکر می کنند اتفاقات بد فقط برای دیگران می افتد و فقط دیگران آسیب می بینند. آنها به اندازه کافی عاقل هستند و به خوبی می توانند از مشکلات بگریزند. البته این افکار چیزی نیست جز یک توهم مخصوص دوران نوجوانی. این توهم می تواند پایه خطرات و انحرافات بسیاری در دختر نوجوان شما باشد. مثلا «اگر سوار ماشین یک غریبه هم باشم برای من هیچ اتفاقی نخواهد افتاد. من می دوم چطوری باید رفتار کنم.»

### ۱۳- افت تحصیلی

نوجوان در روند جدایی از کودکی، تعریفی متفاوت از خود ارائه دهد و این تعریف باید مخالف انتظارات والدین نیز باشد. او از روی مخالفت و یاغی گری، کودکی را ترک کرده و سفر خود را به سوی استقلال اجتماعی آغاز می کند. بنابراین اولویت های خود را تغییر می دهد. مثلا موفقیت تحصیلی در سالهای دبستان هم اساس عزت نفس او را تشکیل می داد و هم مایه تحسین والدینش می شد. خانواده، هنوز اولین درجه اهمیت اجتماعی را داشت بنابراین پذیرش او از سوی دوستان، بعد از موفقیت تحصیلی اهمیت داشت. قیافه و ظاهر هم احتمالا مقام سوم را به خود اختصاص می داد، اما با فرارسیدن مرحله آغاز نوجوانی اولویت های شخصی برای بچه ترتیبی معکوس پیدا می کند. اولویت درجه اول، قیافه و ظاهر و لباس می شود چون ظاهر تاثیر مهمی بر اولویت دوم یعنی پذیرش دوستان می گذارد. تحسین همسالان نیز نزد نوجوان از تاثیر اجتماعی بیشتری نسبت به نظر والدین برخوردار می شود. گاهی دانش آموزان به ویژه در دبیرستان احساس می کنند که در برخورد با



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

مسئله تحصیل مغلوب هستند. بسیاری از آنها این سخنان منفی را بر زبان می‌آورند؛ "سوال کردن کار آدم‌های خنگ است"؛ "سخت کوشی کار احمقانه‌ای است" و "بی‌خیالی با حال است."

### ۱۴- نیاز عاطفی\_ارتباط با جنس مخالف

یکی از نیازهای نوجوانان محبت و توجه از طرف والدین است که اگر تامین نشود این نیاز عاطفی را در محبت به جنس مخالف تامین خواهند کرد (البته یکی از دلایل گرایش به جنس مخالف نیاز عاطفی است، و دردختر و پسر متفاوت می‌باشد)

### قلمروهای رشد و تحول که والدین باید مورد توجه قرار دهند

۱- محافظت ۲- پیوند دو سویه ۳- کنترل یا حد و مرز مشخص ۴- یادگیری هدایت شده ۵- شرکت در فعالیت‌های

گروهی

### مهمترین چالش‌های دوره نوجوانی

یکی از مهمترین چالش‌های خانواده در دوره کنونی وجود تفاوت در دیدگاه‌ها و رفتارهای نوجوانان و والدین است. نسل جوان دیگرچندان خود را در چارچوب هنجارهای گذشتگان تعریف نمی‌کند و به دنبال الگوهای جدید زندگی برای خود است. برخی از تقدس‌ها و هنجارهای گذشته میان جوانان کم رنگ یا از بین رفته است، به بیان دیگر ما شاهد کمترین اتفاق نظر بین دو نسل در زمینه فرهنگ عمومی نظیر معاشرت قبل از ازدواج، ازدواج با خویشاوندان، نحوه گذران اوقات فراغت و رفتارهای فرهنگی و مذهبی هستیم. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد تحولات فرهنگی در جامعه و نیز در خانواده اتفاق افتاده است. بویژه این تحولات در مقایسه نسل جوان و بزرگسال مشهود است. شرایط فعلی جامعه ایران موجب شده که بحث تحولات فرهنگی و اجتماعی، تغییر ارزش‌ها و هنجارها در جامعه و نیز تعارض بین نسلی میان والدین و فرزندان بعنوان یکی از مهم‌ترین موضوعهای ضروری برای بررسی، تحلیل و آموزش قرار گیرد.



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

دگرگونی های رخ داده در چند دهه اخیر نشان می دهد که جوانان در جریان وسیع اطلاعات قرار گرفته اند و اطلاعات آنان در دنیای پیشرفته در حال تغییر، موجب پیدایش پی در پی ارزش های نو گردیده است تا جایی که با نظریه ها و دیدگاه های جدید آشنا شده اند و به همان میزان سطح انتظارات و توقعات آنان افزایش یافته است. تحول خانواده در چند دهه اخیر نیز موجب شده است که خانواده ها در معرض چالش های جدی قرار بگیرند. چالش هایی که به نظر می رسد شکل سنتی خانواده را زیر سؤال برده است

### زمینه های بروز تفاوت بین نسلی

به زعم جامعه شناسان افزایش زمینه برای رشد تحصیلی فرزندان، افزایش استفاده از رسانه های نوین از جمله اینترنت و ماهواره، دسترسی به اطلاعات گسترده، اشتغال زنان، آزادی های نسبی، حق انتخاب، تغییر شیوه زندگی افراد و همچنین تغییر گروه مرجع از جمله زمینه های بروز تفاوت های بین نسلی در خانواده ها می باشد. مهم ترین چالشی که خانواده امروزی با آن روبروست، دگرگونی سریع و عمده هنجارها و ارزش های خانوادگی میان فرزندان و والدین است تا جایی که می توان صحبت از هنجارهای رقیب در کنار هنجارهای سنتی کرد که این هنجارها منشاء بسیاری از تعارض ها در خانواده است. در زمینه هنجارهای رقیب می توان به نحوه همسر گزینی، شیوه دوست یابی، گذران اوقات فراغت، رابطه با جنس مخالف، نگرش و رفتار دینی، انتخاب در مصرف کالاهای فرهنگی اشاره کرد. این تفاوت به معنای وجود اختلاف نظرهای مهم میان والدین و فرزندان در جنبه های مختلف زندگی است. بسیاری از جامعه شناسان معتقدند که پدیده ها و وضعیت هایی نظیر خشونت و نزاع های خانوادگی، فرار از خانه، اعتیاد، افسردگی، اضطراب، ناامنی، بی تفاوتی، بی اعتمادی و نظایر آن ناشی از تعمیق تفاوت های بین نسلی در خانواده است.



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

زمینه‌های بروز تعارض بین والدین و فرزندان یعنی

انتظارات

ارزش‌ها

نگرش‌ها

رفتارها

خواسته‌ها

عدم توافق بر سر

تفاوت نگرش و جهان بینی منجر به بروز تعارض در رابطه افراد با یکدیگر می‌شود. عرصه اصلی بروز تعارض‌ها پنج حوزه مهم انسان است. نتیجه تفاوت در نگرش و باور، نیازها؛ خواسته‌ها؛ اهداف و ارزشهای افراد متفاوت بودن انتخاب‌ها و مطلوب‌ها در زندگی و رفتار افراد می‌شود. از طرفی ۴ نیاز از ۵ نیاز اساسی افراد در ارتباط با عزیزان و نزدیکان ارضا می‌شود و افراد به روابط خود جهت ارضای نیازهای اصلی خود وابسته هستند و تعارضها اولین ضربه خود به افراد را در سبک ارضا نیاز وارد می‌کنند. شکاف نسلی بیانگر اختلاف بین ارزش‌های جوانان با بزرگسالان است که پایبندی بیشتری به رسوم گذشته دارند و کمتر از تغییرات استقبال می‌کنند، جوانان به سوی ارزش‌های نو، پیش‌بینی نشده گرایش بیشتری دارند و مقتضیات زمان آنها را برای افراد جذاب می‌کند حال این که بزرگسالان نماینده ارزش‌های سنتی هستند در برابر آن مقاومت دارند و این موجب برهم خوردن روابط، برخورد با یکدیگر، مشاجره و حتی کناره‌گیری از یکدیگر و استفاده از رفتارهای مخرب برای اقناع و متقاعد کردن یکدیگر می‌شود.

**وظیفه‌ی اساسی معلمان و والدین:** فراهم‌سازی محیط کیفی برای یادگیری کیفی و رفتاری کیفی



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

### اساس فرزند پروری موثر : طرز تفکر

۱- شخصیت و ویژگی های شخصیتی ثابت است .	۱- شخصیت و ویژگی های شخصیتی تغییر می کنند .
۲- هوش ثابت است و بخش اعظم آن ژنتیک است .	۲- هوش تغییر می کند و بخش مهم آن با تلاش و عوامل محیطی تغییر می کنند .
۳- هر کسی نمی تواند چیز های جدیدی یاد بگیرد .	۳- همه افراد می توانند چیز های جدید یاد بگیرند . میزان یادگیری های خاص ، استعداد خاص می خواهد .
۴- برخی از افراد هوشمند تر به دنیا می آمده اند پس موفق تر خواهند بود .	۴- نوع به آن معنا وجود ندارد . بلکه تلاش و هدفمندی تعیین کننده است .
۵- نمی توانیم با هوش تر از اینی که هستیم بشویم .	۵- می توانیم هوش خود را افزایش دهیم .

**طرز فکر یک :** این باور که هوش و ذکاوت تغییرناپذیر است. افراد یا با ذکاوت و هوشمند متولد می شوند یا خنگ و بی ذکاوت

**طرز فکر دوم:** این باور که هوش ساخته شدنی است و می توان آن را با تلاش، سخت کوشی، پشتکار و چالش بهبود بخشید.

شیوه نگرش یا طرز فکر ما یک پیوستار است که از طرز فکر ایستا شروع می شود و به حد اعلای طرز فکر اعلامی می رسد . هیچکس نمی تواند اراده کند که از فردا شیوه نگرش خود را پویا خواهد کرد این یک سفر است که گام به گام باید در آن پیش برویم. دو نوع طرز فکر یا شیوه نگرش در میان افراد وجود دارد.

#### ✓ طرز فکر ایستا

در طرز فکر ایستا افراد بر این باورند که با توانمند سازی و شایستگی های ذاتی خاصی به دنیا آمده اند و این توانمندی ها قابل بهبود نیستند.

#### ✓ طرز فکر یا شیوه نگرش پویا



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

در طرز فکر پویا باور بر این است که توانمندی و قابلیت های درونی شان قابل بهبود است. طرز فکر پویا باعث افزایش انگیزه و پیشرفت تحصیلی بیشتری می شود.

پس از سالها پژوهش بر روی رفتار هزاران دانش آموز و دانشجو دکتر **کارول دوک** به این نتیجه رسید که افراد دارای دو طرز نگرش متفاوت اند درباره هوش و یادگیری خود هستند. این دو شیوه نگرش به خود عامل اصلی دو موضع گیری آنها در تمام فعالیت های زندگی شان است.

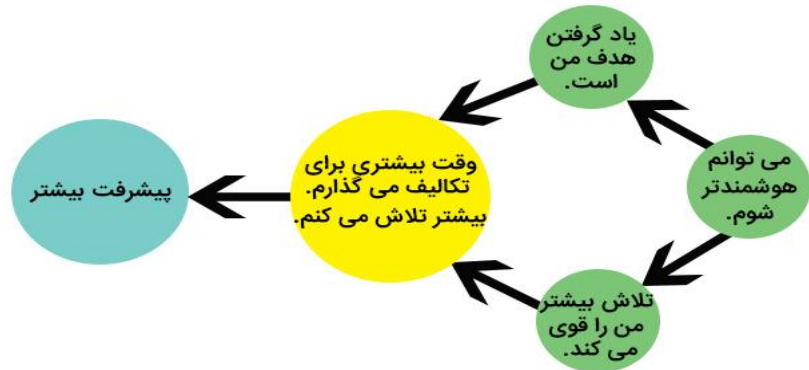


وقتی دانش آموزان می فهمند که می توانند باهوشتر شوند آنگاه متوجه می شوند که تلاش و کوشش بیشتر آنها را توانمندتر می سازد. بنابراین وقت و تلاش بیشتری را به تکالیف خود اختصاص می دهند و نتیجتاً دستاورد های بیشتری خواهند داشت. دانش آموز یا فردی که دارای طرز فکر ایستاست باور دارد که هوش و ذکاوت و شایستگی های پیشرفت و یادگیری در او ثابت است. دانش آموزان و فرزندان که با طرز فکر پویا باور دارند که هوش و ذکاوتشان می تواند رشد و توسعه پیدا کند؛ آغوش خود را بر روی چالش ها می گشایند، در مقابل ناکامی ها پیگیر و سماجت دارند. تلاش را به عنوان مسیر و راه طبیعی برتری و استادی و مهارت یافتن در هر چیزی می دانند. در مطالعه با صد ها دانش آموز و بیشتر نوجوانان دوک

(Dwek) و همکارانش به این یافته دست یافتند که دانش آموزانی که طرز فکر ایستا دارند اگر بدانند که در درسی مردود نمی شوند یا نمره قابل توجهی ندارد نه آن درس را می خوانند و نه یاد می گیرند و از یادگرفتن هر چیزی که نمره قبول و ردی نداشته باشد امتناع می کنند.



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی



در یک پژوهش دو گروه از دانش آموزان آزمون هوش غیر کلامی دادند

گروه یک چنین تحسین شدند: آفرین N تعداد پاسخ درست داده ای. واقعاً نمره عالی ای است. باید آدم باهوشی باشی

گروه دوم: آفرین N تعداد پاسخ درست داده ای. واقعاً نمره بسیار خوبی است. باید خوب تمرین کرده باشی.

گروه اول: برای توانایی شان تحسین شدند.

گروه دوم: برای تلاش شان تحسین شدند.

پژوهشگران معتقدند که تحسین قابلیت و توانایی افراد را به سمت طرز نگرش ایستا سوق می دهد. این افراد تمام نشانه های طرز فکر ایستا را نشان می دهند. وقتی به آنها انتخاب / گزینه می دهید، از تکلیف جدید چالشی اجتناب می کنند، چالشی که می توانند از آن یاد بگیرند. نمی خواهند هیچ اقدامی بکنند که شاید ضعف هوش یا توانایی شان را بروز دهد. و یا استعدادشان را زیر سوال ببرد. از سوی دیگر بر عکس، زمانی که دانش آموزان به خاطر **تلاش و کوشش** خود تحسین شدند ۹۰ درصد آنها دوست داشتند که تکلیف دشوار و چالشی جدیدی را انجام دهند تا از آن چیزی بیاموزند.

### در آزمایش بعدی

وقتی که پژوهشگر گروه تکلیف سخت تری را به آنها دادند که نتوانستند بخوبی دفعه اول انجام دهند، دانش آموزانی که برای توانایی و قابلیت های خود تحسین شده بودند - باید آدم باهوشی باشی - فکر می کردند اصلاً آدم باهوش و استعدادی نیستند.





## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرنش کنونی

اگر موفقیت به این معناست که آنها با هوش و ذکاوت اند، شکست یا ناکامی معنایش نقص و عیب داشتن است.

برای دانش آموزانی که برای تلاش خود تحسین شده بودند، وقتی که با تکلیف دشوار و سختی روبرو می شدند معنایش این بود که باید تلاش بیشتری بکنند و انرژی بیشتری بگذارند و اصلاً چنین استنباط نمی کردند که کودن و کم هوش یا بی استعدادند. یافته ناراحت کننده زمانی هویدا شد که پژوهشگران از دانش آموزان خواستند که یک نامه خصوصی به همکلاسی خود بنویسند و تجربه خود را در این آزمون را برایش شرح دهند و همچنین نمره ای که در آزمون گرفتند را به او اعلام کنند. یکی از محصولات فرعی نگرش ایستا «بی صداقتی» بود. ۴۰ درصد دانش آموزانی که برای توانایی و قابلیت خود تحسین شده بودند دربار نمره خود دروغ گفته بودند و چنان خود را وانمود می کردند که موفق به نظر برسند. در ذهنیت و نگرش ایستا غیر کامل = شرم آور، به ویژه اگر تو با استعداد و با هوش لقب گرفته باشی. از این رو درباره خود دروغ می گویند.

**درس این پژوهش این است که ما در مدرسه و خانه و کودکان و نوجوانان عادی و سالم را به**

**سادگی - با گفتن این حرف که تو: با هوش، با استعداد، با ذکاوت، تیزهوش و ... هستی - به**

**دروغگویان حرفه ای تبدیل می کنیم.**

پژوهش های پیشرفته نورولوژی و نوروساینس (علوم مربوط به مغز) نشان می دهد که مغز ما تغییرپذیرتر از آن است که تاکنون تصور کرده ایم. پژوهش های نوروپلاستی نشان می دهد که پیوند های بین نورون های مغزی با تمرین و تجربه تغییر می کند. با تمرین شبکه های نورونی، پیوند و رابطه های جدید برقرار می کنند و همچنین پیوند و رابطه های کنونی نیز با تمرین قوی تر می شوند و یا باعث ساخته شدن عایق یا روپوش عایقی بر روی نورون ها می شود که سرعت انتقال تکانه های عصبی را بیشتر می کند.



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

### شیوه های پرورش طرز فکر - شیوه نگرش - پویا در دانش آموزان

۱- خودتان طرز فکر پویا را در خود پرورش دهید.

از کمالگرایی و بی نقص گرایی و اشتباه نکردن اجتناب کنید.

۲- به طور مناسب تحسین کنید.

خوب تلاش کردی. نه اینکه ( خیلی باهوشی )

کار جالبی انجام دادی. نه اینکه ( دختر / پسر خوبی هستی )

۳- از واژه " هنوز " تا می توانید استفاده کنید.

- هنوز حل نکردن

- هنوز تمیز نکردن

- هنوز راه حلی پیدا نکردن

۴- از اشتباهات به عنوان فرصت استفاده کنید.

اشتباه را همواره بخش طبیعی فرآیند یادگیری تلقی کنید.

کودکان را برای تلاششان تحسین کنید ولی نه فقط تلاش شان بلکه باید مطمئن شوند که برای یافتن و آزمایش کردن

راه های جدید نیز تشویق شان کنند.

تشویق به سعی کردن راه های جدید - امتحان کردن راه های دیگر.

### ۵- اجازه بدهید فرزندان / دانش آموزان با شکست و ناکامی روبرو شوند.

مشکلات آنها را حل نکنید.

مسئولیت پذیرانه رفتار کنید:

عقب بایستید و اجازه دهید ناکامی را تجربه کنند. فرایند اولیه سعی و خطا منبع اصلی یادگیری و کشف فرزندان است.



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

پیاژه: هنگامی که به کودک چیزی می آموزید، مانع از آن می شوید که خود آن را کشف کند و کشف آغاز شناخت است.

۶- مفهوم طرز فکر ایستا و پویا را به آنها آموزش دهید. و درباره تغییر پذیری و ترمیم پذیری مغز به آنها آموزش دهید.

۷- شرایط ریسک پذیری را برایشان فراهم کنید. محیطی برای دست زدن به ریسک.

به دانش آموزان بگویید که شما برای تفکر بیرون از جعبه یا تفکر واگرا ارزش قائلید.

راه حل های جدید را احترام می گذارید.

آزمون کردن چیز های جدید را تشویق کنید.

تلاش دوباره و دوباره و دوباره برایتان احترام برانگیز است.

به چالش ارزش می دهید.

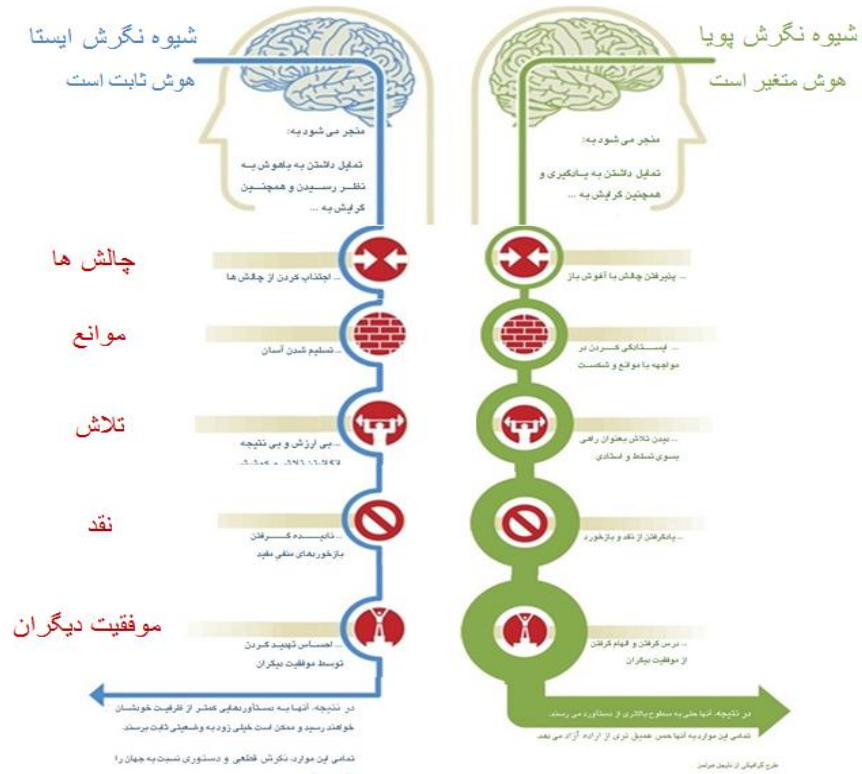
بیان دیدگاه تان به آنها اطمینان خاطر می دهد که تا به اندازه کافی احساس اطمینان کنند که در سفر یادگیری خود دست به ریسک بزنند.

۸- انتظارات خود از آنها را زیاد نشان دهید.

طرز فکر یا شیوه نگرش، مجموعه ای از باور های شخصی است. شیوه فکری که رفتار و طرز برداشت ما نسبت به خودمان و دیگران را تحت تاثیر قرار می دهد. طرز فکر یک والد و معلم مستقیماً بر چگونگی احساس فرزندش در مورد خودش، اثر می گذارد و اینکه فرزندش خودش و دیگران را چگونه ببیند از طرز فکر معلم و والدینش متأثر است. به آنها اعلام می کنید که تلاش و کوشش زیادی باید بکنند. شیوه نگرش یا طرز فکر فرزند ما مستقیماً چگونگی برخورد او با چالش های زندگی اش را تحت تاثیر قرار می دهد. ما نیازمند محیط خانه و محیط مدرسه ای هستیم که طرز نگرش پویا را پرورش دهد. طرز فکری که معتقد است هوش قابل تغییر است و همه دانش آموزان می توانند موفق شوند. همزمان باید در خانه و مدرسه به فرزندان کمک کنیم تا به این سیستم فکری باور کنند.



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرنش کنونی



## فرزند پروری نوین در هزاره سوم : فرزند پروری یا استعداد پروری

### شیوه‌های مختلف فرزند پروری

شیوه‌های فرزندپروری شامل دو معیار عمده هستند: **محبت و توقع و انتظار والدین**

توقع والدین آن دسته از رفتارهای والدین را شامل می‌شود که در خدمت جامعه‌پذیری (فرایند انتقال ارزش‌های اجتماعی از والدین به فرزندان) کودک قرار دارد. این امر به صورت توانایی والدین در اعمال رهنمود، ثبات، توانایی تحمل رفتارهای نامطلوب (برای مثال فریاد کشیدن، بهانه‌جویی، گریه و...) و استفاده از مشوق‌ها و تقویت‌ها، نمود دارد. محبت نیز شامل صمیمیت، علاقه، مهربانی و عاطفه والدین می‌باشد. بر اساس این دو شاخص مهم، شیوه‌های فرزند پروری را به سه دسته عمده تقسیم می‌کنند: شیوه مقتدرانه، شیوه سهل‌گیرانه، شیوه استبدادی.



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

### ۱- شیوه مقتدرانه (دموکراتیک)

والدینی که از این شیوه استفاده می‌کنند، واقعیت‌ها را به کودکان خود منتقل می‌سازند، و تمایل بیشتری برای پذیرش دلایل کودک خود در رد یک رهنمود (دستور) از خود نشان می‌دهند. این والدین سخنوران خوبی هستند و اغلب برای مطیع سازی از استدلال و منطق بهره می‌جویند و به منظور توافق با کودک با او گفت‌وگو می‌کنند، از رفتارهای نامطلوب نمی‌ترسند و تاب مقاومت در برابر عصبانیت کودک را دارند. والدین مقتدر به تلاش‌های کودکان در جهت جلب حمایت و توجه پاسخ می‌دهند و از تقویت‌های مثبت بیشتری استفاده می‌کنند. این والدین در بعد محبت نیز عملکرد خوبی دارند و در ابراز محبت و علاقه و مهربانی دریغ نمی‌ورزند. آن‌ها حقوق ویژه خود را به عنوان یک بزرگسال می‌شناسند و به علایق فردی و ویژگی‌های خاص کودک خود نیز آگاهی دارند. کودکان این والدین؛ فعال، دارای اعتماد به نفس، استقلال رای، واقع‌گرا، باکفایت و خشنود، توصیف شده‌اند. آن‌ها به دلیل این‌که والدینشان فرصت‌های زیادی در تصمیم‌گیری و انتخاب در اختیارشان قرار می‌دهند و به خاطر این‌که مورد عشق و محبت واقع می‌شوند از نوعی احساس امنیت عاطفی برخوردارند.

### ۲- شیوه سهل‌گیرانه

والدین سهل‌گیر کنترل کمتری بر کودکان خود اعمال می‌کنند و خواسته‌های آن‌ها چندان معقول نیست. مهرورزی و محبت آن‌ها در حد متوسطی قرار دارد. خانواده این والدین نسبتاً آشفته است. فعالیت خانواده، نامنظم و اعمال مقررات، اهمال کارانه است. والدین کنترل کمی بر کودکانشان دارند، همین‌طور در خصوص انضباط کودک از نگرش‌هایی متعارض برخوردارند. والدین سهل‌انگار در عین آن‌که به ظاهر نسبت به کودکان خود حساس هستند، اما توقع چندان از آن‌ها ندارند. فقدان خواسته‌های معقول همراه با خودداری از ارائه دلیل و گفت‌وگو با کودک، همواره از ویژگی‌های این شیوه به شمار می‌رود. این والدین بسیار به ندرت به فرزندان خود اطلاعات صحیح یا توضیحات دقیق ارائه می‌دهند. در عین حال والدین سهل‌انگار زورگو و سرکوبگر هستند. آن‌ها از روش‌های احساس‌گناه و انحراف استفاده می‌کنند. این والدین همچنین در بیشتر موارد در مواجهه با بهانه‌جویی و شکایت کودک، سر تسلیم فرود می‌آورند. والدین سهل‌انگار در ابراز محبت با والدین مقتدر



### نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

تفاوت فاحشی ندارند. مادران سهل‌انگار به عنوان تنبیه، کودک را از محبت خود محروم می‌سازند و به تمسخر او می‌پردازند. یک والد سهل‌انگار در تلاش است درباره خط مشی خود با کودک مشورت کند و قواعد خانواده را برای او توضیح دهد. او توقع چندانی برای انجام کارهای منزل و رفتار صحیح از کودک خود ندارد. او خود را به عنوان عاملی فعال که هر گاه بخواهد، می‌تواند از آن استفاده کند؛ نه به عنوان عاملی که مسئول شکل‌دهی یا تغییر رفتار کنونی یا آتی کودک است، معرفی می‌کند. کودکان این والدین از اتکاء به خود، خودداری می‌کنند و یا از استقلال رای اندکی برخوردارند. این کودکان به صورت افرادی نسبتاً ناپخته توصیف شده‌اند که هنگام مواجهه با نامالایمات، تمایل به واپس‌روی (روی گردانی) دارند. این کودکان نسنجیده عمل می‌کنند و به فعالیت بی‌هدف می‌پردازند. این کودکان نیز تکانشی، پرخاشگر و فاقد اعتماد به نفس هستند و رفتارهای بزهکارانه از خود نشان می‌دهند.

### ۳- شیوه استبدادی

نمایش قدرت والدین اولین عاملی است که این شیوه را از دو شیوه دیگر متمایز می‌سازد. این والدین بسیار پرتوقع بوده و پذیرای نیازها و امیال کودکان نیستند. پیام‌های کلامی والدین یک جانبه و فاقد محتوای عاطفی است. والدین مستبد غالباً هنگام اعمال دستورات، دلیلی ارائه نمی‌دهند. این والدین نسبت به سایر والدین در میزان مرعوب شدن در برابر رفتارهای نامطلوب، در حد متوسطی قرار دارند. در میان این سه شیوه، والدین در شیوهی استبدادی کمترین مهرورزی و محبت را از خود نشان می‌دهند. به ویژه این والدین به ندرت در رابطه‌ای که منجر به خشنودی کودک شود، شرکت می‌کنند. آن‌ها عموماً نسبت به تلاش‌های کودکان برای حمایت و توجه بی‌تفاوتند و به ندرت از تقویت مثبت استفاده می‌کنند. ابراز محبت در این الگو در پائین‌ترین سطح قرار دارد. این والدین، تایید، همدلی و همدردی اندکی را نسبت به فرزندان خود ابراز می‌کنند و شواهد اندکی مبنی بر روابط قوی میان مادر و فرزند وجود دارد. در حقیقت بر اساس گزارش‌های موجود، این والدین برای کنترل کودکان خود از شیوه‌های ایجاد ترس استفاده می‌کنند و هیچ‌گونه تفاهمی بین والدین مستبد و فرزندان‌شان وجود ندارد. این والدین اطاعت کودک را یک حسن تلقی می‌کنند و در مواقعی که اعمال و رفتار کودک در تعارض با معیارهای آن‌ها قرار می‌گیرد، از تنبیه و اعمال زور برای مهار خواسته کودک استفاده می‌کنند. بر اساس تحقیقات،



### نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

فرزندان والدین مستبد نسبت به فرزندان والدین مقتدر در برقراری رابطه با همسالان و داشتن موقعیت فعال و نیز استقلال رای در سطح پایینی قرار می گیرند. این کودکان همچنین افرادی خشمگین، منزوی، غمگین و آسیب پذیر نسبت به فشار (استرس) و محتاط توصیف می شوند.

### سبک های فرزندپروری برحسب محبت و انتظار

سبک های فرزندپروری با توجه به رویکرد روانشناسان و محققان تربیت کودک تقسیم بندی های مختلفی دارد که در این قسمت به با یکی از انواع سبک های فرزندپروری که برحسب محبت و انتظار والدین به چهار دسته مختلف تقسیم شده است را با هم مرور می کنیم:

توقع و انتظار کم	توقع و انتظار زیاد
محبت کم	اعتماد بنفس پایین فقدان قدرت تصمیم گیری
محبت زیاد	احساس ارزشمندی تشخیص حد و مرزها مسئولیت پذیری
فقر و محرومیت هیجانی ناتوان در حفظ روابط عاطفی مسئولیت گریزی	لوس، خودخواه، رفتار های ضد اجتماعی مسئولیت گریزی روحیه طلبکارانه

توقع کم	توقع زیاد
محبت کم	مستبد
محبت زیاد	مقتدر
غفلت و بی تفاوتی	
سبک سهل انگارانه	

سبک های فرزندپروری برحسب محبت و کنترل والدین به چهار دسته تقسیم می شوند.



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرنس کنونی

**نوع اول: کنترل زیاد، محبت کم** برخی از والدین عقیده دارند که سخت‌گیری نسبت به فرزندان، بهترین شیوه تربیتی و ضامن موفقیت آن‌ها در آینده است. در این راستا، برخی از والدین سخت‌گیری را از اندازه می‌گذرانند. آن‌ها فراموش می‌کنند که هر کودکی به طور طبیعی تمایل به آزادی و استقلال عمل دارد. سخت‌گیری بیش از حد، روح آزادی را در کودک از بین می‌برد و این ایده غلط را در او به وجود می‌آورد که آزاد و مستقل بودن، نامطلوب است. در دنیای پر رقابت امروز، کودک باید دارای **اعتماد به نفس** باشد. و این نیز تنها از طریق پشتیبانی والدین به دست می‌آید. در شرایطی که پدر و مادر تنها سخت‌گیری و کنترل و نه عشق و محبت را به کار گیرند، فرزندان شخصیت فردی خود را از دست می‌دهند و در تصمیم‌گیری‌های مناسب در زندگیشان ناکام می‌مانند زیرا همیشه این پدر و مادر بوده‌اند که تصمیمات لازم را برای آن‌ها گرفته‌اند. روان‌شناسان به این پدیده، **فرزندپروری قدرت طلبانه** می‌گویند. کودکانی که دارای والدین قدرت طلب باشند، استقلال لازم را به دست نمی‌آورند و در شرایطی که نیازمند تصمیم‌گیری باشند، دچار اضطراب می‌گردند. آن‌ها تمایل پیدا می‌کنند که در تمام فعالیت‌ها نقش دوم را بازی کنند. این کودکان در بزرگسالی نمی‌توانند نقش رهبری را بر عهده بگیرند. همیشه این احتمال وجود دارد که آن‌ها در کلیه زمینه‌ها احساس زبردستی نسبت به دیگران داشته باشند. در واقع، این کودکان هرگز نخواهند توانست به اهداف مورد نظر خود در زندگی دست یابند.

**نوع دوم: کنترل زیاد، محبت کم** این نوع دیگری از **فرزندپروری** است که در آن، والدین عشق و محبت بیش از اندازه، بدون اعمال کنترل‌های لازم را ابراز می‌دارند. این گونه پدر و مادرها، تحت تأثیر این کج‌فهمی و سوء برداشت که «روان‌شناسان با تنبیه مخالفند»، از به کار بردن هر نوع تنبیهی اجتناب می‌کنند. در واقع، کودکان بر حسب رفتار و اعمالشان، به تنبیه متناسب نیاز دارند. تشویق و تنبیه تنها شیوه‌ای است که باعث می‌شود کودک بین آنچه درست و آنچه نادرست است فرق قائل شود.

از طریق تشویق و تنبیه والدین است که ارزش‌های فرهنگی فرا گرفته می‌شوند. اگر شرایط ایجاد کند کودک به تنبیه نیاز دارد. اشتباه عمومی این است که از یک طرف، بسیاری از والدین در تنبیه کردن رفتارهای ناسازگار و ناهمخوان نشان می‌دهند. کودکی در یک موقعیت برای کاری که کرده است توبیخ می‌شود و در موقعیت دیگر، انجام همان کار یا نادیده





## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

انگاشته می‌شود و یا حتی مورد تشویق قرار می‌گیرد. این کار، کودک را گیج می‌کند و مورد مخالفت روان‌شناسان قرار دارد. از طرف دیگر، برخی از والدین، حتی در شرایطی که کودک باید تنبیه گردد، از این کار سرباز می‌زنند و یا با او مخالفت نمی‌کنند. روش صحیح و متعادل، پذیرش فرزند و محبت به او، و در عین حال تنبیه او به خاطر برخی کارهاست. این رفتار به کودک این حس را القاء می‌کند که والدین دوستش دارند اما برخی رفتارها و اعمال او را تأیید نمی‌کنند. در شرایط نوع ب، کودک احتمالاً لوس بار می‌آید و الگوهای رفتاری ضداجتماعی و مجرمانه از خود نشان می‌دهد.

**نوع سوم: کنترل کم، محبت کم** کودک نمی‌تواند در خلاء عاطفی رشد یابد. اگر والدین هیچگونه عشق و محبتی نشان ندهند، زندگی برای کودک بی‌ارزش و بی‌ثمر می‌شود. کودکان به طور طبیعی بیشتر هیجانی و احساسی هستند تا عقلانی و منطقی. رشد صحیح شخصیت از ترکیب هماهنگ این دو صورت می‌گیرد. هنر این ترکیب، تنها در صورتی که والدین بتوانند محبت و کنترل را به نسبت صحیح به فرزندشان نشان دهند، به دست می‌آید. هنگامی که والدین رفتار فرزند را کنترل کنند، او درک می‌کند که کنترل کردن برای یک زندگی اجتماعی آرام، کاملاً ضرورت دارد. به همین ترتیب، فرزندان نیاز به محبت دارند. هنگامی که فرزند احساس خطر می‌کند، آغوش مادر به او اطمینان و آرامش می‌بخشد. تماس بدنی بین مادر و کودک، مطمئناً نخستین شاخص عشق و محبت نزد فرزند است. همچنان که کودک بزرگ‌تر می‌شود، کلمات اطمینان بخش مادر، جای آغوش او را می‌گیرد. نیازی به ذکر این نکته نیست که بیان عشق و محبت، ضرورت قطعی برای رشد سالم فرزند دارد و در غیاب آن، شخصیت کودک دچار اختلال خواهد شد.

کودکانی که دچار فقر و محرومیت هیجانی و عاطفی باشند نمی‌توانند شریک خوبی در **زندگی زناشویی** باشند زیرا پیوند موفق بین زندگی دو فرد از طریق عشق برقرار می‌گردد.

بنابراین، هیجانان باید به شیوه قابل قبولی تنظیم و کنترل گردند. کنترل پدر و مادر، راهنمایی لازم برای بیان احساسات و هیجانان را در اختیار فرزندان قرار می‌دهد. همچنین ساختار لازم که احساسات در چهارچوب آن بروز داده شوند را در اختیار



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

می‌گذارد. فرزندپروری بدون کنترل و محبت، مطلوب نیست. به این دلیل است که روان‌شناسان این نوع فرزندپروری را «غفلت و بی‌مبالاتی» می‌نامند.

نوع چهارم: کنترل زیاد، محبت زیاد از آنچه تا کنون گفته شد کاملاً روشن است که بهترین شیوه فرزندپروری آن است که همراه با کنترل مناسب و محبت کافی باشد. والدین باید بین کودک به عنوان یک سو و رفتارهای کودکانه او از سوی دیگر، تفاوت قائل شوند.

والدین نوع ۴ این فرق را بین کودک و اعمالش قایل می‌شوند. آن‌ها کودک را به خاطر رفتارهای پسندیده‌اش تشویق و به خاطر اعمال ناپسندش تنبیه می‌کنند.

این والدین رفتار سازگار و همخوانی در ارتباط با فرزندانشان دارند. آن‌ها فرزندانشان را با تنبیه به خاطر رفتاری در یک روز و تشویق به خاطر همان رفتار در روز دیگر، گیج نمی‌کنند. **کودکان** نیز همانند همه ما، رفتارهای سازگار را بسیار آسان‌تر از رفتارهای نامتعادل درک می‌کنند. مهم‌ترین نکته در اینجا این است که هنگامی که کودک برای رفتارش تنبیه شد درک می‌کند که پدر و مادرش هنوز به او عنوان یک فرد عشق می‌ورزند. نقطه مقابل این، هنگامی است که والدین به طور کلی فرزند را طرد کنند. هنگامی که فرزند حس کند که والدین او را به طور کامل از خود رانده‌اند، احساس تنهایی و درماندگی خواهد کرد. این امر می‌تواند باعث **کاهش اعتماد به نفس کودک** گردد و به افسردگی، پرخاشگری، قطع عضو و حتی خودکشی او بیانجامد. روان‌شناسان، فرزندپروری نوع ۴ را «موتق» می‌نامند.

## اصول آزاد اندیشی برای انسان پروری

- ✓ اجازه شک کردن بی حد و مرز
- ✓ پرسش فراوان بدون ترس
- ✓ در کسب اطلاعات اجتناب از تک مرجعی / تک منبعی



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

- ✓ دریافت تشویق برای گسترش قلمروهمدردی
- ✓ بری از نژاد پرستی
- ✓ دوری از تعصب های ملی - قومی
- ✓ حس نوعدوستی
- ✓ تشویق به فراتر رفتن از مرزهای ساختگی
- ✓ تشویق برای رشد استدلال اخلاقی
- ✓ شکل دهی به حس سیری ناپذیر کنجکاوی
- ✓ آموزش تعهد همزیستی با دیگران (افراد، حیوانات، طبیعت)
- ✓ آموزش بی غرض و سوگرانه ادیان (دادن آگاهی در باره ادیان)
- ✓ آشنایی با مرگ و مرگ پذیری
- ✓ اجازه به پرسش کشیدن همه قوانین و پرسیدن از دلایل زیرین هر قانون
- ✓ طبیعی نشان دادن نادانسته ها (ندانستن عیب نیست)
- ✓ آموزش نگرش تاب آورانه

### بیاد آورید که زمانی که آنها کوچک بودند:

آنها را بو می کردی و با تمام وجود بویشان را تنفس می کردید

عشق تان به آنها غیر مشروط بود

همیشه به چشمان آنها نگاه می کردید

به هنگام بغل کردن با تمام وجود آنها را در آغوش می کشیدید



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

آن زمان به شما نیاز داشتند و اکنون هم نیازمندند ولی به شکلی متفاوت

### علائم اعتیاد به اینترنت در رابطه:

بی میلی به برقراری رابطه‌ی خانوادگی و فامیلی

درگیری بر سر اینکه یک طرف وقت زیادی را در اینترنت می‌گذراند.

سرزش دیگران به خاطر مقدار زمانی که در اینترنت صرف می‌کند (اگر تو بیشتر به من توجه می‌کردی من انقدر آنلاین نبودم!)

از دست دادن دوستان در دنیای واقعی و آشنایی با دوستان مجازی بیشتر.

کاهش زمانی که با خانواده و دوستان می‌گذراند.

گول زدن بقیه راجع به مقدار زمانی که در اینترنت صرف می‌کند.

اعتیاد به بازی‌های ویدیویی

اعتیاد به پورنوگرافی

اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی

اعتیاد به قمار یا شرط بندی آنلاین

اعتیاد به سرگرمی آنلاین (این افراد اوقات زیادی را صرف گشت و گذار اینترنتی می‌کنند.)

### عوامل خطرناک و ریسکی اعتیاد به اینترنت

بین کودکان ۱۱ ساله افسردگی و ترس اجتماعی در نوجوانی

مردان وزنانی که افسردگی دارند بیشتر در معرض اعتیاد وابستگی به اینترنت هستند.

مردان نسبت به زنان بیشتر به اینترنت وابستگی پیدا میکنند.

احتمال وابستگی و اعتیاد دانشجویان به اینترنت بیشتر از سایر افراد است.

روان رنجوری یا عصبانیت با میزان وابستگی به اینترنت رابطه‌ی مستقیم دارد.



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

افرادی که از لحاظ اجتماعی کم‌تر حمایت می‌شوند احتمال اعتیادشان به اینترنت بیشتر است.

استفاده‌ی بیش از حد از اینترنت در میان تک فرزندها بیشتر است.

مصرف الکل، استرس و نارضایتی خانواده از عوامل مرتبط با اعتیاد به اینترنت هستند.

افراد بین ۱۶ تا ۲۹ سال بیشتر در معرض ابتلا به وابستگی اینترنتی هستند.

کمبود اعتماد بنفس با افزایش خطر ابتلا به وابستگی اینترنتی همراه است

**اگر نگران این هستید که فرزندتان به اینترنت معتاد است یا نه، پاسخ این سوالات را درمورد او**

**بیابید:**

✓ آیا استفاده‌ی او از اینترنت از کیفیت زندگی اش در دنیای واقعی کاسته است؟

✓ چه چیزهایی را به خاطر استفاده از اینترنت دارد از دست می‌دهد؟

✓ آیا از زندگی اش راضی هست و به آن افتخار می‌کند؟

✓ چه اهدافی در زندگی دارد؟

✓ آیا استفاده اش از اینترنت او را به آن اهداف نزدیک‌تر کرده است؟

## چند توصیه برای مقابله با اعتیاد به اینترنت در نوجوانان

✓ صدای نوجوانان را بشنوید.

✓ کنارگذاشتن و مقاومت در برابر امور لذت بخش و نشاط آور انسان را به موجودی خونسرد و بی تفاوت تبدیل می‌کند.

✓ به یاد داشته باشید که استفاده از تکنولوژی همه مشکل شما نیست .

✓ همانندهای خود را در سایر والدین پیدا کنید.

✓ راه حل فقط محدود کردن استفاده از رسانه ها نیست



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

✓ برای واکنشی که با محدودیت شما تنظیم می شود آمادگی داشته باشید.

✓ راه هایی برای ایجاد عادات جدید استفاده از تولیدات تکنولوژیکی پیدا کنید.

### ✓ قوانین خاصی را که برای تغییر رفتار فرزندان در نظر می گیرید برای آنها شرح دهید

واضح است که قوانین ایجاد شده برای تغییر رفتار فرزندان مهم هستند. به فرزند خود اجازه دهید تا آن چیزی را که از آنها انتظار دارید بدانند. همچنین شما باید از عواقب قانون هایی که برای کودکان وضع می کنید، کاملا با خبر باشید. بهترین راه این است که بنشینید و با فرزندان در مورد قوانین جدیدی که قرار است وضع کنید، صحبت کنید.

-به فرزند خود نگویند؛ روزی چند ساعت را برای بازی های ویدئویی و یا بازی با تبلت صرف می کنید، آیا این زمان برای این کار زیاد نیست؟ این جمله خیلی مبهم است. در عوض بگویید: «روزهایی که مدارس شروع می شوند، می توانی یک ساعت بازی ویدئویی انجام دهی» به یاد داشته باشید واکنش منفی بچه ها نسبت به چنین موضوعی کاملا طبیعی است. به خصوص اگر قبل از وضع این قانون، فرزندان برای بازی کردن هیچ مرز و محدوده ای نداشتند. به احتمال زیاد بچه ها با اوقات تلخی، قهر کردن، استفاده از کلمات خشن، تهدید کردن و گاهی اوقات گریه کردن، نسبت به قانون شما اعتراض خواهند کرد. آرام باشید؛ کودکان ممکن است تا چند روز چنین رفتارهایی از خودشان بروز دهند. مراقبت را در چنین زمان هایی بیشتر کنید.

### ✓ عواقب قانون شکنی را به فرزندان بازگو کنید

یادتان باشد که فرزندان باید با عواقب قانونی که برایش وضع کرده اید، آشنا شود. اطمینان حاصل کنید وقتی که قوانین را وضع می کنید، آنها معنی عواقب را درک می کنند. اگر عواقب قانون شکنی فرزندان نامفهوم باشد، این کار فقط باعث سردرگمی شان می شود. به عنوان مثال؛ به فرزند خود بگویید اگر بیش از یک ساعت بازی کنید و قوانین را زیر پا بگذارید به تعداد دقیقی که بیش از یک ساعت بازی کرده است از زمان بازی فردایش کم می شود یا اصلا اجازه ندارد بازی کند.



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

### ✓ بیگر عواقبی که وضع کرده‌اید باشید

پس از تعیین محدودیت‌ها و پیامدهای قانون شکنی نباید مراقبت را از یاد ببرید. اگر فرزندان بفهمد بعد از هر قانون شکنی عواقبی که قرار بود بر رویش پیاده شود شل گرفته می‌شود، سعی می‌کند قانون شکنی را بیشتر کند. چون به این درک رسیده است که کسی حواسش به قانون شکنی او نیست. به فرزندان این اطمینان را بدهید که در صورت قانون شکنی باید منتظر عواقب آن باشد. ممکن است اجرای یکسری قوانین سخت گیرانه، برای فرزندان کمی ناخوشایند باشد اما این کار در دراز مدت به نفع فرزندان خواهد بود. همه پدر و مادرها فرزند خود را دوست دارند و می‌خواهند آنها دچار کمترین رنجی شوند، اما اجرای قوانین مستلزم کمی سختگیری است و گرنه با روی کاملاً باز و خندان نمی‌توان قانونی را نهادینه کرد. به یاد داشته باشید بازی با تبلت و بازی‌های ویدئویی برای سلامتی کودکان ضروری نیست و نبود بازی‌های رایانه‌ای هیچ مشکلی برای رشد فرزندان ایجاد نمی‌کند. می‌توان در صورت لزوم آن را از زندگی کودکان حذف کرد. در صورتی که فرزندان نمی‌تواند بازی‌های ویدئویی را ترک کند، این کار در دراز مدت تاثیرات جبران ناپذیری روی فرزندان خواهد گذاشت..

### ✓ از زمان سنج استفاده کنید

استفاده از تایمر برای اینکه، فرزندان از زمانی که برایش اتخاذ کرده‌اید، خارج نشود، بسیار ضروری است. تایمر می‌تواند لحظه پایان بازی را به فرزندان گوش زد کند. توجه داشته باشید که بچه‌ها برای تغییر کردن مقاومت می‌کنند. هشدار دادن به آنها از این که وقت بازی رو به پایان است، به آنها اجازه می‌دهد تا راحت‌تر از بازی‌های مجازی دل بکنند سعی کنید ۱۰ الی ۱۵ دقیقه مانده به پایان فرصت بازی به فرزندان هشدار به پایان رسیدن بازی را بدهید. سعی کنید تایمر را روی ۵ دقیقه مانده به پایان بازی تنظیم کنید. به محض زنگ خوردن به فرزندان بگویید وقتت رو به پایان است. اگر قرار است چیزی را ذخیره کنی، این کار را انجام بده که دیگر فرصتی برایت باقی نمانده است.



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

### ✓ انجام بازی بعد از تمام شدن تکالیف درسی

با فرزندتان صحبت کنید تا تکالیف درسی اش را انجام نداده باشد، حق بازی کردن ندارد. این تکالیف ممکن است، کارهای شخصی فرزندتان باشد و یا کارهایی که معلم ها از آنها می خواهند. چک کنید که کارشان را پشت گوش نینداخته باشند. اگر زمانی خواستید بازی با تبلت را به عنوان پاداش انجام تکالیف کودکان در نظر بگیرید، زمان بازی را تغییر ندهید .

### ✓ سیستم بازی ویدیویی را در یک اتاق مشترک قرار دهید

یک روش خوب برای کنترل کودکان در هنگام بازی، قرار دادن سیستم بازی شان در یک اتاق مشترک است. اگر شما سیستم بازی کودکان را در اتاق خوابش قرار دهید، شاید یادتان برود تا او را تحت نظر داشته باشید. قرار دادن سیستم بازی در اتاق مشترک باعث می شود، کودکان احساس کند، کسی مراقب اوست و تا جایی که امکان دارد، قانون شکنی نمی کند. قرار دادن کنسول بازی در اتاق کودک، به آنها آزادی بیش از حد می دهد. در غیر این صورت، در نبود شما وسوسه شده و قوانین وضع شده را زیر پا می گذارند.

### ✓ برای فاصله گرفتن فرزندتان از بازی با تبلت کمکشان کنید

فرزندتان را با روند محدود کردن بازی های رایانه ای درگیر کنید. درباره بازی های خاصی که بیش از حد هیجان انگیز و طولانی هستند، به خصوص در زمان مدارس با فرزندتان صحبت کنید و برایشان پاداشی برای فاصله گرفتن از کنسول بازی در نظر بگیرید. به عنوان مثال می توانید به فرزندتان بگویید زمان بازی ها را کاهش دهد، در عوض آخر هفته او را به شهر بازی یا پارک می برید. به این ترتیب هم می توانید به قوانین خود پایبند باشید، هم اینکه لذت بازی های جمعی را به کودک خود بچشانید.

### ✓ به آرامی زمان بازی های ویدئویی را کاهش دهید

به جای آنکه انجام بازی های رایانه ای را به طور کامل حذف کنید، این کار را در یک برنامه بلند مدت و با کم کردن زمان بازی انجام دهید. توجه داشته باشید کسی که به یک کار عادت کرده باشد، به سختی می تواند از آن کار دل بکند. در این کار شما هم باید صبور باشید تا به طور آهسته زمان بازی کودکان را کاهش دهید. هرگز سعی نکنید در این گونه مواقع با





## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

خشونت وارد شوید. این کار ممکن است کودکان را از محیط امن خانه فراری دهد. دقت کنید در زمان مدارس اگر نمرات کلاسی فرزندتان ضعیف شد. با فرزندتان صحبت کنید و او را متقاعد کنید که دلیل کم شدن نمراتش به خاطر بازی‌هایی است که انجام می‌دهد.

### ✓ شرایط تغییر را برای کودکان فراهم کنید

پایان دادن به زمان بازی رایانه‌ای ممکن است، دشوار باشد و احتمال قبول نکردن فرزندتان زیاد است. موضوع ورزش کردن را پیش بکشید و درباره فواید و جایگاه اجتماعی ورزش کردن با فرزندتان به گفتگو بنشینید و سعی کنید درباره ورزش مورد علاقه‌اش بیشتر صحبت کنید. تا او ترغیب شود جایگزین مناسبی برای بازی‌های رایانه‌ای پیدا کند. می‌توانید مدتی خودتان در انجام ورزش مورد علاقه‌اش همراهی‌اش کنید، این کار روابط بین شما و فرزندتان را نزدیک‌تر کرده و اعتماد به بازی‌های رایانه‌ای را در او از بین می‌برد.

### ✓ فرزندانتان را در انجام کارهای خانه شریک کنید

اجازه دهید فرزند شما گاهی اوقات فعالیتی را که دوست دارد، خودش انتخاب کند. توجه داشته باشید مجبور کردن بچه‌ها برای انجام کاری که میلی برای انجام آن ندارند، می‌تواند باعث سرخوردگی آنها شود. تا جایی که امکان دارد، بچه‌ها را مجبور به کاری نکنید، چرا که ممکن است با نتیجه کاملاً معکوسی روبه‌رو شوید. در انجام کارهای خانه مثل پهن کردن سفره برای شام از فرزند و یا فرزندان خود کمک بگیرید. سعی کنید فرزندتان را برای انجام برخی امور خانه تشویق کنید تا از اینکه در کنارتان هستند، احساس غرور و آرامش کنند. وقتی شما از فرزند خود کاری را می‌خواهید، یعنی او را شخصی مسئولیت پذیر فرض کرده‌اید. فرزندان وقتی بتوانند در انجام کارهای خانه نقشی داشته باشند، روحیه بهتری برای تعامل با شما پیدا خواهند کرد. اگر فرزندتان از انجام کارهای کوچکی که بر عهده‌اش می‌گذارید سر باز می‌زند، می‌توانید زمان بازی با تبلت را کاهش دهید. این کار ناخواسته او با کارهایی که بر عهده‌اش گذاشته‌اید، درگیر می‌کند.



## نوجوانی و چالش‌های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

### پرسشنامه سبک فرزندپروری

۱- مهم‌ترین موضوعی که باید درباره اش با فرزند ۱۴ ساله تان قاطع باشید کدام است؟

الف- زمان خواب

ب- ساعت خاموشی

ج- تکالیف مدرسه

د- آرایش مو

۲- مناسبترین پاسخ به فرزند ۱۶ ساله تان که در ضمن دعوا می‌گوید آرزو دارد برادرش بمیرد چیست؟

الف- هیچ. رفتارش را نادیده می‌گیرید و موضوع تمام می‌شود

ب- این حرف را نزن. برادرت خیلی پسر خوبی است

ج- عصبانی به نظر می‌رسی. درباره‌ی احساسات با من حرف بزن

د- می‌دانم چه می‌گویی. گاهی دلم می‌خواهد او را بکشم

۳- شما می‌فهمید پسر ۸ ساله تان مخفیانه با گروهی از پسرهای دیگر سیگار می‌کشد شما باید چه کاری انجام دهید؟

الف- به او می‌گویید باید سیگار کشیدن را کنار بگذاری اگر نه مانند عمویت معتاد می‌شوی

ب- کنارش می‌نشینید و به او ده نخ سیگار می‌دهید تا تمام آنها را بکشد و حالش بد شود و پیامد رفتارش را دریابد

ج- او را برای یک ماه جریمه می‌کنید ولی علت این کار را به رایش توضیح می‌دهید

د- با کسانی که در این موضوع دخیل هستند جلسه‌ای تشکیل می‌دهید

۴- کدام یک از عبارات زیر درباره‌ی قلدری کردن درست تست؟

الف- پسرها بیشتر به صورت فیزیکی و دخترها بیشتر با شیوه‌ی حرف زدندان قلدری می‌کنند

ب- دخترها بیشتر به صورت فیزیکی و پسرها بیشتر با شیوه‌ی حرف زدندان قلدری می‌کنند

ج- دخترها و پسرها در آن مورد شبیه هم هستند



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

- د- دخترها و پسرها هر دو هم به صورت فیزیکی و هم با شیوه ی حرف زدنشان قلدری می کنند
- ۵- وقتی رقابت بین فرزندان منجر به درگیری فیزیکی بین پسر ۸ ساله و ۹ ساله تان می شود چه باید بکنید؟
- الف- می گذارید با هم دعوا کنند
- ب- آنها را بدون این که طرف یکی را بگیرد از هم جدا می کنید
- ج- با اقتدار قانون " خشونت ممنوع " را بیان می کنید
- د- برای هر دو ی آنها وسایل کمک های اولیه می خرید
- ۶- شما و همسرتان برای مهمانی و گذراندن شب در یک روستای بیلاقی دعوت شده اید. برای پسران ۸ و ۹ ساله تان چه تدارکی می بینید؟
- الف- آنها را با خود می برید چون ترک کردن آنها اشتباه است.
- ب- آنها را در خانه تنها می گذارید تا بنشان دهید به آنها اعتماد دارید
- ج- از فرد بزرگسال مورد اعتمادی می خواهید با آنها باشد
- د- برای آنها یک توپ می خرید
- ۷- دختر ده ساله تان می خواهد همراه با دوستش به مهمانی برود. آنها با اتوبوس به آنجا می روند و از دخترتان می خواهید در ساعت مشخصی به خانه برگردد. چه می کنید؟
- الف- زمان غیر قابل مذاکره ای را برای بازگشت اعلام می کنید
- ب- از او می پرسید فکر می کند چه ساعتی منصفانه است
- ج- پیامد منطقی ای را برای دیر آمدن مورد بحث قرار دهید
- د- از دوستش می خواهید قراردادی را امضا کند
- ۸- شما در حال صحبت با دوستان هستید و پسر ۵ ساله تان شروع به زدن شما می کند تا توجه تان را به خود جلب کند. مناسب ترین پاسخ اولیه چیست؟
- الف- بگویید: من در حال حرف زدن هستم. لطفا صبر کن تا حرفم تمام شود.
- ب- سرش داد میزنید که کارش را متوقف کنید



## نوجوانی و چالش های فرزندپروری در زمانه پرتنش کنونی

ج- کارش را نادیده می گیرید

د- شما هم او را می زنید

۹- به نظر شما اگر دختر ۱۶ ساله تان با نگینی روی زبانش به خانه بیاید مناسب ترین واکنش چیست؟

الف- از او می خواهید آن نگین را در بیاورد وگرنه باید از خانه بیرون برود.

ب- او را به دکتر می برید تا آن را خارج کند

ج- خودتان هم نگینی روی زبانتان بگذارید

د- به او می گوئید که حتما از آن کار خیلی راضی است ولی شما می خواهید نگرانی هایتان به خصوص از نظر سلامتی و بهداشتی را در این مورد با او درمیان بگذارید

۱۰- اگر بشنوید دختر ۸ ساله تان در مدرسه مورد قلدری قرار گرفته است چه می کنید؟

الف- مدرسه اش را عوض می کنید

ب- با مدیر مدرسه صحبت می کنید

ج- به او می گوئید این تقصیر او نیست، او تنها نیست و سزاوار چنین رفتاری نمی باشد و شما می توانید با هم در این باره اقدامی انجام دهید

د- با والدین کودک قلدر صحبت می کنید