

چالش‌های من و پدرم

پاسخ به سؤالات نوجوانان

دکتر محسن ایمانی - فاطمه وجدانی

سرشناسه	ایمانی، محسن، ۱۳۳۶.
عنوان و نام پدیدآور:	چالش‌های من و پدرم / دکتر محسن ایمانی، فاطمه وجدانی
مشخصات ناشر:	تهران: نشر قطره، ۱۳۸۸.
مشخصات ظاهری:	۹۶ ص.
فروست:	سلسله انتشارات نشر قطره، ۱۱۷۰، روان و زندگی: ۹۰
شابک:	978-600-119-063-6
وضعیت فهرست‌نویسی:	فیبیا
موضوع:	پدران و پسران، پرسش‌ها و پاسخ‌ها
رده‌بندی کنگره:	۲۱۳۸۸ ج ۹ الف / HQ ۸۵/۷۷۵
رده‌بندی دیویی:	۶۴۹/۱۳۲
شماره‌ی کتابخانه‌ی ملی:	۶۵-۳۴۹۱

شابک: ۶-۶۳-۱۱۹-۶۰۰-۹۷۸-978-600-119-063-6 ISBN:



نشر قطره

چالش‌های من و پدرم

دکتر محسن ایمانی * - فاطمه وجدانی

چاپ اول: ۱۳۸۹

طراح صفحات، جلد و یونیفورم: ابراهیم حقیقی

تصویر روی جلد: با استفاده از نقاشی ژان یابنست کورو (اجرا: المیرا حقیقت‌زاده)

لیتوگرافی: طاووس‌رایانه

چاپخانه: نیکا

تیراژ: ۲۲۰۰ نسخه

بها: ۲۵۰۰ تومان

حق چاپ برای نشر قطره محفوظ است.

* عضو هیئت علمی دانشگاه تربیت مدرس

خیابان فاطمی، خیابان ششم، پلاک ۲ - دورنگار: ۸۸۹۶۸۹۹۶

۸۸۹۷۳۳۵۱.۲ و ۸۸۹۵۲۸۳۵ و ۸۸۹۵۶۵۳۷

صندوق پستی ۵۱۶۵ - ۱۴۱۵۵

www.nashreghatareh.com

nashreghatareh@yahoo.com

Printed in The Islamic Republic of Iran

○ فهرست

- یادداشت ناشر ۷
- مقدمه‌ی مؤلف ۹
- اگر یک نوجوان با پدرش اختلاف نظر داشته باشد باید چه کند؟ ۱۳
- چرا پدرم اجازه نمی‌دهد که وسایل من با فناوری‌های پیشرفته‌ی دنیا هماهنگ باشند؟ ۱۶
- چرا پدرم آزادی را که بعد از بلوغ باید داشته باشم، به من نمی‌دهد؟ ۱۸
- چرا پدرم نیازهای معمولی من را و لخرچی می‌داند و به خواسته‌های من توجهی ندارد؟ ۲۲
- چرا پدرم به من محبت نمی‌کند و معتقد است که با این کار، من مرد می‌شوم؟ ۲۴
- چرا پدرم به تصمیم‌گیری‌های من توجه نمی‌کند؟ ۲۷
- چرا پدرم این همه محدودیت برای من ایجاد می‌کند و آزادی مناسب را به من نمی‌دهد؟ ... ۳۱
- چگونه می‌توانم از زحمات پدرم تشکر کنم؟ ۳۴
- پدرم کارهایی خلاف‌نظر من انجام می‌دهد، چگونه می‌توانم او را با این وضع دوست بدارم؟ ۳۵
- چرا پدرم اصرار دارد که از تجربیات او استفاده کنم و نمی‌گذارد خودم تجربه کسب کنم؟ ... ۳۷
- چرا پدرم همیشه به من بدبین است؟ چگونه می‌توانم اعتماد او را جلب کنم؟ ۳۹
- چرا پدرم فرصتی برای جبران اشتباهاتم به من نمی‌دهد؟ ۴۰
- چرا پدرم همیشه عصبانیت ناشی از کارش را بر سر من خالی می‌کند؟ ۴۳
- چرا پدرم به خاطر خطاهایم من را تنبیه می‌کند اما کارهای خوب من را تشویق نمی‌کند؟ ... ۴۵

- چرا پدرم اجازه نمی‌دهد سیگار بکشم، درحالی‌که خودش سیگاری است؟ ۴۷
- چرا زمانی که به تنهایی احتیاج دارم، پدرم اجازه نمی‌دهد در اتاقم را ببندم و تنها باشم؟ ... ۵۳
- پدرم مسئولیت‌هایی را به من می‌سپارد که نمی‌توانم انجام دهم... چه باید بکنم؟ ۵۵
- چه قدر باید با پدرم رفاقت کنم که هم حرمت‌مان حفظ شود و هم بین‌مان فاصله نیفتد؟ .. ۵۷
- مشغله‌ی پدرم خیلی زیاد است... چگونه می‌توانم با او ارتباط برقرار کنم؟ ۵۸
- چرا پدرم انتظار دارد که مثل او رفتار کنم و سرگذشتی مانند سرگذشت او داشته باشم؟ ۶۲
- چرا پدرم بیش‌تر از این که به رفتار خودم توجه کند به حرف و نظر دیگران... توجه می‌کند؟. ۶۵
- پدرم تا چه موقع و تا چه اندازه باید هزینه‌های من را پرداخت کند؟ ۶۸
- پدرم برای مسئولیت‌پذیر کردن من کارهایی می‌کند که مضطربم می‌کند، چه باید بکنم؟ ... ۷۰
- چگونه می‌توانم با طلاق والدینم و ازدواج آن‌ها با افراد دیگر کنار بیایم؟ ۷۳
- چرا پدرم اجازه نمی‌دهد با کسی که دوستش دارم رابطه داشته باشم؟ ۷۷
- چرا پدرم روی خواهرم حساسیت بیش‌تری دارد؟ آیا جامعه باعث این حالت شده است؟ .. ۸۰
- چرا پدرم با عاشق شدن من مخالف است؟ ۸۲
- چرا پدرم به دلیل سن کم من، با ازدواجم مخالفت می‌کند؟ ۸۴
- چرا پدرم من را وادار به ازدواج با شخصی می‌کند که دوستش ندارم؟ ۸۶
- چرا پدرم با این که من را وادار به ازدواج کرد، بعد از ازدواج هیچ کمکی به من نمی‌کند؟ ۸۸
- منابع: ۹۰

○ یادداشت ناشر

هنگامی جامعه‌ی سالم و متعادلی خواهیم داشت که افراد بتوانند با برخورداری از سلامت روان در عرصه‌های اجتماعی به فعالیت بپردازند. انکار تابسامانی‌های روانی جامعه کمکی به رفع آن‌ها نمی‌کند. برای درمان، نخست باید بیماری را شناخت.

در گذشته‌های دور، اندیشمندان و ادیبان با نوشتن پندنامه‌های ارزشمند رسالت خود را در اشاعه‌ی اصول متعادل اخلاقی و روانی در سطح جامعه به انجام می‌رساندند؛ اما انسان امروز که درگیر مناسبات و معضلات پیچیده‌تری است، نیازمند شناخت و به‌کارگیری روش‌هایی عملی‌تر برای مقابله با دشواری‌های فردی و اجتماعی خود است.

انسان در هر نقطه از جهان، تنها با کسب آگاهی‌ها و مهارت‌های ویژه قادر خواهد بود راه برون‌رفتی از تنگناهای فردی و اجتماعی خود بیابد.

از آن‌جا که هر اجتماعی فرهنگ، قوانین، کاستی‌ها و اختلالات خاص خود را دارد؛ بررسی، شناخت، راه‌حل‌ها و درمان‌های مخصوص به خود را نیز می‌طلبد.

نشر قطره بر آن شده است تا با همکاری گروهی از روان‌پزشکان و روان‌شناسان برجسته‌ی ایران، مجموعه کتاب‌هایی را با عنوان «روان و زندگی» منتشر کند. مؤلفان این مجموعه با دانش نظری و تجربه‌های بالینی و درمانی مفید، بخشی از مهم‌ترین اختلالات جامعه را مورد توجه قرار داده‌اند.

این مجموعه به صورت پرسش و پاسخ و به زبانی ساده تنظیم شده است تا خوانندگان بتوانند ضمن کسب آگاهی‌های لازم، پاسخ‌های روشنی را برای حل مشکلات روان‌شناختی خود به دست آورند. نشر قطره بر خود لازم می‌داند که از روان‌پزشکان، روان‌شناسان و استادان محترمی که با این مجموعه همکاری کرده‌اند، سپاسگزاری کند.

○ مقدمه‌ی مؤلف

تمام خانواده‌ها و حتی صاحب‌نظران، دوره‌ی نوجوانی را دوره‌ای پرتنش، طوفانی و البته جذاب و سرشار از نشاط و انرژی می‌دانند. انرژی و شور و حرارتی که اگر درست جهت‌دهی شود، زمینه‌ی رشد روزافزون نوجوان را فراهم می‌کند و در غیر این صورت، مسائل و مشکلات فراوانی را هم برای نوجوان و هم برای خانواده‌ی او ایجاد خواهد کرد. شبکه‌ی خانوادگی حمایتگر، عامل مهمی در پیشگیری و کاهش مشکلات دوره‌ی نوجوانی است و این مهم، زمانی تحقق می‌یابد که والدین شناخت دقیقی از ویژگی‌های طبیعی این دوره و نیازها و علایق خاص نوجوان خود داشته باشند.

اساساً دوره‌ی نوجوانی با ویژگی‌های روان‌شناختی خاصی همراه است. نوجوان می‌خواهد همه‌چیز را شخصاً تجربه کند و به هویت فردی مستقلی دست یابد. این میل طبیعی به استقلال عاطفی، اقتصادی و شخصیتی، به او کمک می‌کند از مرحله‌ی کودکی و وابستگی به والدین، به مرحله‌ی بزرگسالی و استقلال فکری گام نهد. نوجوان سرشار از انرژی است. او می‌خواهد دنیا را بر اساس معیارهای خود تغییر دهد و حتی دنیای کاملاً جدیدی بسازد.

از سویی، والدین نسبت به این تحولات و وضعیت جدید، به شدت احساس نگرانی می‌کنند. آنان می‌دانند که کسب تجربه با آزمون و خطا، گاهی خطرات فراوان و حتی جبران‌ناپذیری به دنبال دارد. دوره‌ی نوجوانی و جوانی، زمان تصمیم‌گیری‌های مهم برای زندگی است،

تصمیماتی که می‌تواند راه زندگی سعادتمندانه را به سوی او بگشاید یا برای همیشه امکان زندگی موفق و سعادتمندانه را از او بگیرد. این جاست که اگر والدین به شیوه‌های صحیح تربیتی و روش‌های درست برقراری ارتباط با نوجوان، ناآشنا یا بی‌توجه باشند، سعی می‌کنند با هر روشی او را کنترل و نظرات خویش را بر او تحمیل کنند، در حالی که نوجوان، از پند و اندرز و تحکم بیزار و گریزان است در نتیجه، میان نوجوان و والدین تعارض‌ها و کشمکش‌هایی آغاز و تشدید می‌شود.

شایان ذکر است که سنگ بنای تربیت، ارتباط صحیح و درک متقابل است. در این جهت، نقش پدر، به‌خصوص در مورد پسر خانواده، بسیار مهم و حیاتی است. اگر پدر علاوه بر ایفای نقش پدری و تأمین مایحتاج فرزند، با او دوست و رفیق نیز باشد، به عبارتی، ویژگی‌های اقتدار، ثبات، عدالت و انصاف را با صمیمیت و رفاقت در خود جمع کند، آنگاه نوجوان نیز در عین حال که پدر را به‌عنوان منبع قدرت و عدالت در خانواده می‌پذیرد و مورد تکریم و احترام قرار می‌دهد، او را تکیه‌گاه پشتیبان و رفیق شفیق نیز قلمداد می‌کند، دغدغه‌ها و مسائل خود را به راحتی با او در میان می‌گذارد و از راهنمایی‌ها و مشورت وی بهره‌مند می‌شود. درک و احترام به خواسته‌ها و انتظارات طرفین نیز این ارتباط و تعامل دوسویه را مستحکم‌تر می‌کند؛ چیزی که نوجوان در این دوره، بیش از هر زمان دیگری به آن نیاز دارد.

پدرها باید بدانند که نوجوانان نیاز به محبت، احساس تعلق، احترام،

استقلال و رشد و شکوفایی دارند. نوجوانان از والدین خویش انتظار دارند که آنان را درک کنند، برای شان، استقلال، آزادی و حق اظهار نظر و انتخاب قایل باشند، به آنان اعتماد کنند و از اعمال محدودیت‌ها و فشارهای شدید خودداری کنند. در مقابل نیز، وظایفی در قبال پدر خود دارند: آنان باید با تواضع، احترام، خوشرویی و نیکی با پدر رفتار کنند و خواسته‌های او را برآورند. پدرها از نوجوان خود انتظار دارند که به مرور زمان، تعقل، تفکر، آینده‌نگری و اعتدال را چاشنی رفتارهای خود کند و با استفاده از تجارب و رهنمودهای پدر برای زندگی خود، هدف و برنامه‌ی مشخصی داشته باشد، هماهنگ با هنجارها و ارزش‌های خانواده و اجتماع عمل کند و مسئولیت بیش‌تری را در قبال پیامد رفتارهای خود بپذیرد.

به هر حال، اگر خواهان آن هستیم که نحوه‌ی ارتباط و تعامل پدر و فرزند بهتر و گرم‌تر شود و چالش‌های موجود روبه کاهش گذارد، چاره‌ای نداریم، جز این‌که وقت بیش‌تری را با هم صرف کنیم، شناخت بیش‌تر و دقیق‌تری نسبت به نیازها و خواسته‌های یک‌دیگر پیدا کنیم، آن‌ها را به رسمیت بشناسیم و برآورده کنیم.

این کتاب، به تضادها و چالش‌هایی می‌پردازد که معمولاً میان پدرها و پسرها پدید می‌آید. و سعی دارد سؤالاتی را که غالب نوجوانان در ذهن دارند و معمولاً نیز پاسخ روشن و صریحی برای آن دریافت نمی‌کنند، پاسخ گوید. به نوجوانان کمک می‌کند تا دلیل و حکمت رفتارها و خواسته‌های پدر را بهتر بفهمند و این آگاهی و بصیرت

به نوبه‌ی خود، زمینه‌ی تحول درونی، انگیزه و اشتیاق، و التزام درونی به انجام دادن رفتارهای مطلوب و مورد نظر را برای‌شان فراهم می‌کند. پدرهای عزیز نیز با مطالعه‌ی این کتاب می‌توانند با دنیای درونی فرزندشان (دنیایی که گاهی نوجوانان، اعضای خانواده را کم‌تر به آن راه می‌دهند) بیش‌تر آشنا شوند، سؤالات و ابهامات ذهنی آنان را بهتر درک کنند و با پاسخ‌گویی منطقی و معقول به ایشان، زمینه‌ی رشد و شکوفایی هرچه بیش‌تر آنان را فراهم کنند.

دکتر محسن ایمانی