

## جلسه دوم استاد ریحانی - ۱۳۹۹/۸/۱۱

ما جلسه‌ی پیش کلاً در مورد بحث نوجوانی و دوره‌ی پیش نوجوانی صحبت کردیم و به این مسأله اشاره کردیم، در بحث بلوغ که دوران بحران بلوغ هم از آن یاد می‌شود در واقع دوره‌ی متحولی است بین دو دوره‌ی ثبات. ما در واقع یک دوره ثبات در کودکی داریم و یک دوره ثبات در بزرگسالی و ما بین این دو دوره، یک دالانی هست که آن، "دالان نوجوانی" هست که نام آن بیشتر "دوره‌ی بلوغ" به گوش تان خورده. نکاتی در آن هست مثل اصطلاح بحران بلوغ که آن را نباید به معنای منفی برداشت کنید بلکه به این معنی است که شاید بیشترین تغییراتی که انسان در کل عمرش دارد و بیشترین دامنه‌ی تغییرات را ما در دوران بلوغ داریم. یعنی در همین چند سال بین کودکی و بزرگسالی که گفتیم در دختران حدود ده الی یازده سالگی و پسران حدود دوازده الی پانزده سالگی به سن بلوغ می‌رسند و چون ما داریم در مورد انسان صحبت می‌کنیم، ممکن است کمی زودتر یا دیرتر از این سن هم باشد. بلوغ آخرین مرحله‌ای است که آن تغییرات اتفاق می‌افتد و بعد از این مرحله دیگر تغییرات جسمی و هورمونی روی انسان شدت این دوره را ندارد.

یکی از نکات در دوره‌ی بلوغ، بحث رشد جسمی و جنسی و آن احساس هویت شخص نوجوان است. آن نگرش و تلقی والدین و افراد نزدیک خانواده و فامیل نسبت به فرد است که نگرش خود فرد را می‌سازد. در اینجا از نظر اطرافیان فوق العاده مهم است چون القائاتی که نسبت به نوجوان از اطرافیان مطرح می‌شود آن شاکله‌ی هویت فرد را می‌سازد.

بحث بلوغ از یک تغییرات جسمانی و فیزیولوژیک شروع می‌شود منتها با فرهنگ و نقش فرهنگ روی این مسأله به پایان می‌رسد و ادامه پیدا می‌کند.

چیزی که ما باید فوق العاده روی آن حساس شویم به عنوان والدین، بحث هویت سازی و نقش مان روی هویت است. **اریکسون** (یکی از روان‌شناسانی که نظریه‌اش فوق العاده در این مسأله جای خودش را در مجامع علمی باز کرده) اعتقاد دارد که فهم نوجوان بزرگسالانه است یعنی فهم یک انسان بزرگسال را دارد اما استنباطش کودکانه است. یعنی مسائل پیچیده را خیلی خوب می‌فهمد اما هنوز استنباط و استدلالش کودکانه است. در اینجا شما می‌بینید یکدفعه در برخوردها به چالش کشیده می‌شوید، چون می‌بینید یک مسائلی را مطرح می‌کند که مسائل بزرگسالان است اما وقتی با او وارد بحث می‌شوید، می‌بینید که نمی‌تواند مسائل را درست حل‌جی کند به همین خاطر اگر که القائات اطرافیان درست نباشد دچار تعارضات درونی می‌شود و از خودش می‌پرسد: چرا با من اینگونه برخورد می‌کنند چرا پدر یا مادرم اینطور می‌گویند؟ ولی من اینجوری می‌فهمم و عملاً شاید نتواند این تعارضها را حل کند.

نظر اریکسون این است. می‌گوید اگر به نوجوان بتوانیم کمک کنیم و کنارش باشیم می‌تواند آرام آرام هویت واقعی خودش را به دست بیاورد و اگر زیاد به او امر و نهی بشود و نتوانیم به او به چشم یک وزیر نگاه کنیم یا به عنوان یک مشاور با او برخورد کنیم نمی‌تواند این تعارضها را حل کند. این نگاهی که در روایات هم داریم که این دوران را به سه ۷ سال تقسیم کردند؛ هفت سال اول را می‌گویند بچه سید است، هفت سال دوم عبد است و هفت

سال سوم بحث وزیری و وزارت را مطرح می‌کنند دقیقاً همین است. چون از آن مرحله‌ی امر و نهی بیرون آمده و بحث وزیری که مطرح می‌شود یک وزیر همیشه در کنار حاکم است، و همانطور که از واژه‌اش پیداست یعنی ثقل و کارهای سنگین را به دوشش می‌گذارند و نقش وزیر را به او می‌دهند. او همیشه دست راست حاکم است، اینجا اگر حاکم را والدین و وزیر را بچه بدانیم ارتباط دو سویه‌ی بین والدین و فرزندان کمک می‌کند نقش هویت‌یابی نوجوان کامل شود. یعنی فهمش فهم بزرگسالی است ولی استنباطش، استنباط یک بچه است آرام آرام اینجا حاکم است که باید به مشاوره‌هایی که به او می‌دهد و از او می‌گیرد به او کمک کند، یعنی در نقش‌های بزرگسالی او را بازی می‌دهد، اینجا به صورت آرام آرام و نامحسوس می‌تواند مسائل‌اش را حل کند تا هویتش بتواند به درستی شکل بگیرد.

هر کدام از روان‌شناسان یک نظر خاصی در این مسأله دارند از جمله فروید که این مرحله را مرحله‌ی طغیانی جنسی می‌داند، اما اریکسون این مرحله را، مرحله‌ی بحران هویت نام می‌گذارد. فروید دلایل خاص خودش را دارد اما نظر اریکسون نسبت به این مسأله چیز دیگری است (در فرهنگ غرب چون از حدود ۱۲ سالگی نوجوانان تقریباً آزاد هستند و رابطه‌ای را که می‌خواهند در جامعه ایجاد می‌کنند) به خاطر همین نامگذاری فروید برای این دوران در جامعه‌ی غربی به عنوان طغیان جنسی کاملاً طبیعی است. اما ما می‌توانیم در این دوره خیلی از مسائل را کنترل و مدیریت کنیم. درست است که این دوره، دوره‌ی غلیان جنسی هست اما غلیان با طغیان از دیدگاه ما تفاوت دارد؛ یعنی در واقع غلیان جنسی را داریم و می‌توانیم آن را مدیریت کنیم. ولی وقتی بحث طغیان مطرح می‌شود، دیگر قابل کنترل نیست.

به لحاظ فیزیکی یک نوجوان در این سن تقریباً ۵ برابر یک فرد عادی در بدنش هورمون جنسی وجود دارد، و چون بدن در حال رشد کردن است و مهم‌ترین تغییرات در بدن نقش هورمون‌ها است لذا وقتی در این سن قرار است که اندام‌های جنسی در افراد شکل بگیرد به خاطر همین هورمون‌ها چندین برابر می‌شود.

گفتیم که اصل پایه‌ای تداوم رشد، تفاوت‌های فردی، تغییرپذیری و آن اصل تأثیر و تأثر متقابل در رشد جسمی تفاوت افراد حتی تفاوت روحی افراد با تفاوت جسمی ارتباط مستقیم دارد. این از یک طرف و از طرفی، گفتیم رشد و نمو جسمی افراد روی واکنش‌های عاطفی نوجوانان تأثیر مستقیم می‌گذارد و این امر به نوبه‌ی خود می‌تواند به شکل‌گیری و تغییرات احساس خود در نوجوان بیانجامد و تقریباً تأثیر اصلی خودش را داشته باشد.

به عنوان مثال، نوجوانی که قد کشیده و دارای اندام مناسبی هست و مهارت‌های حرکتی خوبی را دارد، وقتی در رقابت‌های ورزشی می‌تواند موفق شود احساس بهتری از خودش دارد. این امر در روابط اجتماعی او با همسالان و دیگران دقیقاً تأثیر می‌گذارد. فیزیکی و رشد جسمی فرد با احساس و برداشتی که از خودش دارد ارتباط مستقیم دارد و چیزی که این را کامل‌تر می‌کند تلقی افراد از آن فردی است که در حال رشد است و القاء مفاهیمی که نسبت به او دارند. یعنی در واقع نوجوان تعریف از خودش را که می‌خواهیم به عنوان هویت مطرح کنیم، با چه ملاتی می‌سازد؟ ملاتش آن تعاریفی است که دیگران از نوجوان دارند.

تفاوت و انحرافات هنجارهای سنی قد و وزن می تواند دلایل ژنتیک یا بهداشتی داشته باشد. توضیح دادیم که والدین یکی از مهم ترین نقش هایشان در سن نوجوانی این است که نهایت تلاش را داشته باشند که بچه ها به آن حد متعادل رشدشان برسند. چون در این محدوده سنی هست که صفحات رشد که اطراف استخوان های طولی ما قرار دارند در حال فعالیت هستند و بعد از بلوغ اینها متوقف می شوند. به همین دلیل است که توجه به تغذیه، ورزش، و عوامل محیطی و بهداشت فردی یک نوجوان تأثیر مستقیمی در رشد بدنی اش دارد.

گفتیم هر چه قدر این رشد بدنی به آن حد متعادل برسد باعث می شود که فرد احساس خوبی از خودش داشته باشد و همین امر باعث می شود که مؤلفه های هویت شکل بگیرد (شما اگر هویت را یک پازلی در نظر بگیرید هر کدام از این چیزهایی که می گوئیم یک گوشه از این پازل را کامل می کند) هویت یعنی آن برداشتی که فرد از خودش دارد. می خواهد پاسخی در برابر سؤال "من کی ام و من چی ام" داشته باشد و این پازلی که در ذهن اوست، تعاریف، تلقی ها، القائات اطرافیان به این مسأله کمک خواهد کرد.

پس بنابراین اینجا فعلاً مهم ترین نقش، نقشی است که والدین توجه اساسی شان را به بهداشت فردی، تغذیه ای و عوامل محیطی که بر آن تأثیر دارد داشته باشند.

اندازه ی قد کودکان اثر مهمی بر چگونگی رفتار همسالان و بزرگسالان با آنها دارد. در واقع قد افراد (قد بلند و عضلانی شان) با تلقی شان درباره ی شایستگی بیشتر و کارایی و مدیریت بالاتر ارتباط مستقیم دارد. افرادی که قد کوتاه دارند و ظریف ترند در واقع والدین بیشتر از اینها مراقبت می کنند. در کارهای خیلی اساسی زیاد به بازی گرفته نمی شوند، و نگاه کودکانه به آنها دارند. اینجا این نکته خیلی مهم است که روانشناسی رشد نوجوانان در تشخیص وضعیت و خصوصیات گوناگون افراد نباید نسبت به این مسائل بی توجه باشد. ما در تفاوت های فردی که داریم بعضی از افراد قد کوتاه اند و برخی قد بلندند؛ ولی این که گفتیم شاید به صورت عرف اینچنین است و تلقی افراد روی این مسأله بوده و برای خودشان خیلی مهم است که به صورت طبیعی افرادی که بلندقدتر و عضلانی ترند خیلی رویشان حساب می شود. ولی نکته ای که جای دلگرمی دارد این است که تصور می شود رشد جسمی نوجوان تغییر ناپذیر است، این کارهایی که در سال های اخیر هم انجام شده شاید هنوز عوارضش مشخص نیست که حالا با آن داروهای هورمونی که می دهند یا تجویز می کنند برای کودکان که برطرف کننده ی نقایص رشدشان است این اتفاقات می افتد.

یک راه حل دیگر هم این است که ما بیاییم و طرز تلقی و رفتارمان را نسبت به این مسأله درست کنیم که حالا حتماً کسی که قد بلندتر است لایق تر است از کسی که قد کوتاه تر است؟ نه؛ واقعاً ما باید این تغییر دیدگاه را داشته باشیم که اگر هر فرد با هر ویژگی بدنی وقتی تحت تعلیم و تربیت صحیح باشد و در واقع آن رشد اجتماعی فرهنگی صحیح برایش اتفاق بیافتد قابلیت این را دارد که ما به او به عنوان فردی که لایق است کار را به او بسپاریم نگاه بکنیم. ما در اینجا نیاز به یک تغییر دید و بینش فرهنگی داریم که تمرکز را روی این مسأله بیاوریم.

تغییرات سن بلوغ در پسران بیشتر از دختران است و جدول زمانی خاص خودش را دارد و یک عدم تعادلی در تناسب اندام‌های نوجوانان می‌بینیم، یعنی یک دفعه می‌بینید گردن و دست و پاها رشد کرده، ولی تناسبی ندارد. در دوره‌ی نوجوانی و جوانی، افراد ممکن است کمتر بیمار بشوند و ابتلا به بیماری‌های مزمن در آنها کمتر دیده می‌شود، ولی در عوض استرس‌های زیادی را بچه‌ها تجربه می‌کنند. یکی از مهم‌ترین موضوعاتی که بچه‌ها را مضطرب کرده و برایشان استرس ایجاد می‌کند، همین وضعیت ظاهری‌شان است و دیدید مثلاً دائماً چقدر روی موی‌شان یا روی پوست صورت‌شان حساسند، مثلاً یک جوشی که می‌زند انگار تمام آرزو و آمالش اینجا به هم ریخته به خاطر اینکه وضعیت ظاهرش به هم ریخته است.

اندازه‌ی اندام‌های بدن، در نوجوانی به شدت رشد می‌کند مثل رشد دست‌ها و پاها (در مقایسه با سر مثلاً رشد بیشتری دارد) گفتیم تنها در دوره‌ی نوجوانی در نظام بازتولید به سرعت رشد می‌کنند و به اندازه‌ی بزرگسالی می‌رسند و این امر در دوره‌ی بلوغ، امکان عملکردهای جنسی در سال‌های نوجوانی و جوانی و بزرگسالی را فراهم می‌آورد. هورمون جنسی که در فرد در سن بلوغ ترشح می‌شود، دقیقاً ۵ برابر هورمون جنسی است که یک فرد بزرگسال در بدنش ترشح می‌شود. چون حجم این هورمون‌ها در بدن به شدت زیاد می‌شود اضافه‌ی این هورمون‌ها از بدن خارج می‌شود و این را نباید به منزله‌ی استمناء بگیریم و یک چیز کاملاً طبیعی است که میزان وقتی بالا می‌رود سرریز می‌کند و ممکن است بچه‌ها در لباس‌شان احساس کنند، این مسأله کاملاً طبیعی است و والدین باید این را بدانند و به صورت کاملاً طبیعی با این مسأله برخورد کنند.

ترشحات هورمونی و اثر این ترشحات روی رشد، این اتفاق در ماه چهارم بارداری می‌افتد. غده‌ی تیروئید با ترشح هورمون تیروکسین، رشد طبیعی مغز و نظام عصبی را امکان‌پذیر می‌کند در صورتی که ترشحات هورمون در این مرحله از رشد کافی نباشد ممکن است باعث عقب ماندگی ذهنی جنین در آینده بشود. یکی از مکانیزم‌های کلیدی در تبدیل برنامه‌های ژنتیکی به رشد جسمی، به وسیله‌ی هورمون‌ها انجام می‌شود.

ترشحات هورمونی و اثر آن بر رشد کارکرد هیپوتالاموس یعنی مرکز رشد جسمی در مغز است که نقش مهمی در هماهنگی، تولید و جریان بسیاری از هورمون‌های مربوط به رشد را به عهده دارد. حالا چگونه این هورمون‌ها در رشد تأثیر می‌گذارد؟ این هورمون‌ها تأثیرشان متفاوت است. مثلاً در حالی که هورمون تستوسترون منجر به رشد بیشتر عضلانی و استخوانی در پسران می‌شود، هورمون استروژن قادر به انجام چنین کاری نیست. یعنی در واقع این دو هورمون که از هیپوتالاموس ترشح می‌شوند نوع تعاملش‌شان در جنس دختر و پسر با هم تفاوت دارد.

هورمون جنسی زنانه همان استروژن و هورمون مردانه آندروژن است. تستوسترون قوی‌ترین هورمون جنس مذکر است که فقط مختص به همان جنس نیست. ما در هر دو جنس، هر دو هورمون را داریم هم در مردان استروژن وجود دارد هم در زنان تستوسترون. منتها میزان ترشح‌اش در دو جنس متفاوت است. از ۷ سالگی این هورمون‌ها به مقدار بیشتر از گذشته تولید و وارد خون می‌شوند در واقع ترشح این هورمون‌ها با تغییرات عاطفی مثل پرخاشگری در پسران و حالات تعارضی و افسردگی در دختران همراه است. پس بنابراین در بحث بلوغ، یکی از آن مهم‌ترین عوامل

هورمون‌های جنسی هست که ترشح می‌شود. نکته‌ای که در اینجا اشاره شد اینکه هر دو جنس هورمون‌ها را دارند منتها میزان ترشح هورمون‌ها در دو جنس متفاوت است.

یکی از چیزهایی که در اینجای بحث باید به آن توجه شود همان عوامل محیطی یا ژنتیکی است که اگر خدای ناخواسته میزان تعادل به هم بخورد یعنی در یک جنسی که بر فرض به لحاظ فیزیولوژیک پسر هست اگر آن میزان استروژنی که در یک حد پایین در او وجود دارد به خاطر خیلی از عواملی که بعداً گفته می‌شود اگر این بالا برود همین عامل باعث می‌شود آن صفات ثانویه جنسی که از آن جنس سراغ داریم برعکس شود. صفات ثانویه پسرانه‌ای را از جمله صدا و رفتار در دخترتان می‌بینید. این به خاطر میزان بالای تستوسترونی است که از حد خودش به هم خورده و در خونش بیشتر ترشح شده. این عامل باعث می‌شود که می‌بینید در رفتارها و اندامش و حتی جسمش یک دختر فیزیکی مردانه‌ای پیدا می‌کند. حتی موهای زائدی که در صورتش دیده می‌شود یا بالعکس پسری که میزان هورمون استروژن در خونش بالا می‌رود، شما این را در آن صفات ثانویه در جسمش می‌بینید. مثلاً حتی رفتاری که از خودش بروز می‌دهد به لحاظ ظرافتی که در بدنش می‌بینید اینها تقریباً مال عدم تعادل ترشح هورمونی هست که در خونش هست.

مسئله‌ی دیگری که ممکن است در اینجا ما با آن برخورد کنیم، بلوغ زودرس است، که تقریباً الگوی بلوغ بچه‌ها معمولاً تابع پدر یا عمو و عمه‌ها یا مادر و دایی یا خاله‌ها هست. بستگی دارد ژن کدام خانواده غلبه کرده باشد. مثلاً اگر در ژن خانواده‌ی مادر بلوغ دیررس باشد، ولی ژن خانواده‌ی پدر بلوغ زودرس باشد؛ باید دید که کدامیک غلبه کرده که حالا آن بلوغ زودرس خودش را نشان داده. خیلی از مسائل به همین مسئله‌ی غلبه‌ی ژن‌ها برمی‌گردد. در مورد بلوغ هم اولین فاکتور مؤثر همین وراثت است. البته همیشه ترکیبی از ژن‌های پدر و مادر است که به فرزند منتقل می‌شود، اما به هر حال در هر مسأله ژن‌های یک طرف غالب است و این غلبه تا هفت نسل هم می‌تواند مؤثر باشد. (ما از نظر اسلام می‌گوییم تا ۹۰ نسل هم مؤثر است). با بررسی حدود ۲ نسل انسانی (که حدوداً تقریباً ۱۵۰ سال طول می‌کشد) این زمان در انسان قابل بررسی و آزمایش نیست. در مورد حیواناتی مثل خرگوش هر دو سال توالد و تناسل اتفاق می‌افتد و خیلی وقت‌ها در مدت زمان کوتاهی هم می‌شود این آزمایشات را انجام داد.

چیز دیگری که به بلوغ زودرس چه در دختران و چه در پسران کمک می‌کند تغذیه، وزن و میزان چربی بدن است؛ داشتن بافت چربی نسبتاً زیاد در بدن نسبتاً سالم (چه دختر و چه پسر) فرایند بلوغ زودرس را ایجاد می‌کند. تعامل فرایندهای زیستی چگونه می‌تواند به تفاوت‌های فردی و رشد جسمی و دیگر جنبه‌های رشد بیانجامد؟ فردیش یکی از دانشمندان می‌گوید: ممکن است هیپوتالاموس باعث سوخت و سازهای معینی در بدن بشود که در تعیین اندازه‌ی اندام‌ها و مقدار چربی عضلات مؤثر باشد. همچنین برخی از عوامل طبیعی مثل ورزش بیش از حد در دختران و کمبود تغذیه‌شان می‌تواند نخستین عادت ماهیانه را که نشانه‌ی کمال بلوغ هست به تأخیر بیاندازد. حتی تحقیقات نشان داده که در مناطق جغرافیایی متفاوت مثلاً در نقاط مرتفع و کوهستانی که اکسیژن کمتری به بدن می‌رسد رشد جسمی و بلوغ جنسی با تأخیر بیشتری صورت می‌گیرد.

**سؤال:** فرمودید چرا در سن نوجوانی اخلاقشان تند می‌شود و زودرنج می‌شوند؟ باید چه کار کنیم؟

ببینید. من اگر بخواهم مثال بزنم گفتیم یکی از مهم‌ترین تغییرات فیزیکی در بچه‌ها در این سن بالا رفتن ترشح هورمونی هست که به میزان ۵ برابر یک انسان بزرگسال در بدن اینها هورمون جنسی ترشح می‌شود. پس بنابراین قانداً اینها می‌روند که اندام‌ها را بسازند ولی خوب، روی خلقیات هم تأثیر می‌گذارد. به خاطر همین مسأله شما می‌بینید که یک شرایط ثابتی در نوجوان به لحاظ اخلاقی نمی‌بینید، یک مرتبه داد می‌زند، بعد می‌آید عذرخواهی می‌کند یک جا این قدر مهربان می‌شود بلافاصله شما می‌بینید که طور دیگری می‌شود. اگر زودرنج هستند به همین خاطر است. ما همواره باید او را در شرایطی ببینیم که انگار بچه‌ای است که ۴۰ درجه تب دارد. بچه‌ای که ۴۰ درجه تب دارد را چطور با او برخورد می‌کنید؟ آیا وقتی داد می‌زند شما هم داد می‌زنید؟ وقتی بداخلاقی می‌کند شما چه می‌گویید؟ می‌بینید این بچه تب دارد. به دیگران می‌گویید قدری ملاحظه‌اش را بکنید. بچه‌ها در سنی هستند که در درونشان غوغایی است، بنابراین زودرنجی‌شان، تند مزاجی‌شان، اینها تقریباً علت‌اش مشخص است و می‌طلبد که والدین در اینجا صعه‌ی صدر بالایی داشته باشند تا انشاءالله بچه‌ها از این دالان به سلامتی عبور کنند.

**سؤال:** در مورد بلوغ زودرس سؤال کردند.

ببینید، ما گفتیم بلوغ زودرس پایه و اساس ژنتیکی و وراثتی دارد. حالا ممکن است این بحث ژنتیک در پدر باشد یعنی ژن او این بلوغ زودرس در آن باشد، یا مادر؛ فرقی نمی‌کند. بستگی دارد ژن غالب در بچه‌ها از کدام والد باشد. در سلامت جسمانی بلوغ زودرس را ما بیماری نمی‌دانیم. مگر اینکه شما یک دفعه ببینید که یک دختر ۵ ساله یا یک پسر ۷ ساله به بلوغ رسیده، که تقریباً خیلی زودتر از موعد است و از این مسئله خیلی رنج می‌برد. یا مثلاً کودکی در ابتدای تولدش ممکن است مشکل کلیوی یا قلبی عروقی دارد احتمال دارد که دیرتر به بلوغ برسد. اما اگر فردی از ابتدای تولد سالم باشد و مشکلی نداشته باشد ممکن است در شرایطی زودتر به بلوغ برسد و این مشکل محسوب نمی‌شود. در واقع، یکی از مهم‌ترین عواملی که باعث بلوغ زودرس می‌شود استرس است. چرا؟ استرس عاملی است که باعث می‌شود در بدن ما هورمون کورتیزون زیاد ترشح بشود و این هورمون از لحاظ ترکیب ژنی بسیار شبیه تستوسترون هست و تنها یک مولکول با آن متفاوت است. به خاطر همین وقتی فرد به مدت طولانی تحت استرس قرار می‌گیرد، خود به خود در اثر یک شکست مولکولی کورتیزون تبدیل به تستوسترون یا استروژن می‌شود و همین عامل باعث می‌شود اگر مقدارش آن قدر زیاد باشد می‌تواند باعث بلوغ زودرس شود.

در چنین موردی می‌شود گفت که تقریباً حالت مرضی دارد و طبیعی نیست.

**سؤال:** در مورد شباهت کورتیزون با تستوسترون در خود ما خانم‌ها هم که دوران بلوغمان را گذرانده‌ایم استرس‌های شدیدی که به ما وارد می‌شود، مثلاً وقتی عادت ماهانه‌مان جلو می‌افتد این هم مثل همان است؟

**پاسخ:** بله، کاملاً مؤثر است.

**سؤال:** ورزش کردن در این سن بلوغ برای پسرهایمان، آیا می‌تواند هورمون‌هایی را که بیش از حد باعث سرریز شدن می‌شوند و در جای خودشان خوب استفاده نمی‌شوند کنترل کند؟

**پاسخ:** تا حد زیادی هدایت کننده است. ببینید، این انرژی باید یک جوری تخلیه بشود و ورزش تا حد زیادی تعدیل کننده‌ی این موضوع است، ولی نوع تغذیه مهم تر است. دومین علت بلوغ زودرس، آگاهی زودهنگام از مسائل جنسی است. از طریق اینترنت یا رسانه، که مدت طولانی تحت تأثیر آنها مثل صحبت‌ها و تصاویر که قرار می‌گیرند، روی بلوغ زودرس آنها تأثیر می‌گذارد. در واقع کودکی که به سایت خاصی دسترسی پیدا می‌کند و دائماً می‌تواند داستان‌های جنسی بخواند، و یا مطلبی که بیش از اندازه فضای ذهنی او را پر کرده که وارد این عرصه شود، و دیگر نتواند از آن فانتزی‌هایی که در ذهن‌اش است خارج شود، این تفکر زیاد و تمرکز روی این مسائل هم باعث می‌شود که ذهن و مغزش پیروی می‌کنند و دستور ترشح هورمون جنسی صادر می‌شود و باز بلوغ زودرس اتفاق می‌افتد. یک زمانی این اعتقاد وجود داشت که عوامل جغرافیایی مثل آب و هوا در بلوغ زودرس یا دیررس مؤثرند، اما امروزه ثابت شده که این عامل و تقریباً تغذیه و مواد غذایی دیگر، تقریباً تأثیر قابل ملاحظه‌ای ندارند ولی بی‌اثر هم نیستند.

**سؤال:** استاد؛ کتاب خاصی در نظر دارید که روی آن تدریس می‌کنید یا اینکه ما باید مطالب شما را جزوه بنویسیم؟

**پاسخ:** من چون از یک جزوه یا یک کتاب نمی‌گویم. اگر مطاب را به صورت جزوه بتوانید بنویسید چون فایل صوتی هم ضبط می‌شود و در دست تان هست، به نظرم چون ممکن است این مطالب از جزوات مختلفی جمع آوری شده باشد بیشتر به دردتان می‌خورد.

برخی برای اینکه بچه‌هایشان کوتاه قد نشوند آمپول‌هایی را مصرف می‌کنند به هر حال اینها آسیب‌های خودش را هم دارد. هر چند شاید هنوز عوارضش کاملاً مشخص نشده است. به طور کلی پسران که زودتر بالغ می‌شوند (پسران دوست دارند زود بالغ شوند، در مقابل دختران این مطلب را زیاد دوست ندارند) دختران تصویر بدنی محبوب‌تری دارند از خودشان نسبت به زمانی که بالغ می‌شوند، در مقابل پسران دوست دارند زود بالغ شوند و آن تصویر زمان بلوغ‌شان برایشان دلچسب‌تر یا سازگارتر است. و در واقع دخترانی که زود بالغ می‌شوند و یا برعکس پسرانی که دیر بالغ می‌شوند اینها معمولاً دچار مشکل می‌شوند و تصور بدنی خوبی از خودشان ندارند همین عامل باعث می‌شود که آنها دچار یک سری مشکلات هیجانی و اجتماعی شوند. چون پسران دوست دارند زودتر صفات مردانه پیدا کنند و به جرگه‌ی بزرگسالان بروند و مرد به حساب بیایند. برعکس، دختران دوست ندارند زود بزرگ شوند و دوست دارند کوچک بمانند که این خیلی رایج است تا جایی که برخی خانم‌ها به سن بزرگسالی هم که می‌رسند خیلی دوست ندارند از سن و سال‌شان کسی باخبر شود.

**سؤال:** استاد ببخشید پسر من در سن نوجوانی است و ۱۶ سالش است. کلاً الان یک سالی هست که مدام فقط می‌گوید من حوصله ندارم، حال ندارم، یا اگر یک کاری از او می‌خواهم سریع عصبانی می‌شود و داد می‌زند، مخصوصاً در مورد درسی‌اش؛ مثلاً به او می‌گویم درس‌هایت را خواندی؟ یا این کار را کردی؟ می‌گوید: وای مامان، چقدر تو به من گیر می‌دهی. مدام با پرخاشگری صحبت می‌کند. من نمی‌دانم این رویه تا کی باید ادامه داشته باشد و من باید چه کار کنم؟

**پاسخ:** ببینید طبیعی بودن این مسئله را برای ما بزرگسالان اگر حل بشود که ما چقدر از یک بچه یا فردی که تب بالا دارد چه انتظاری داریم، شما نگاه کنید کنید متأسفانه الان همین بیماری کرونا چقدر آستانه‌ی تحمل افراد را پایین می‌آورد؟ چقدر میزان عصبانیت‌شان را بالا می‌برد؟ این تغییراتی است که در بدن دارد اتفاق می‌افتد، بچه‌ای هم که در سن بلوغ است گفتیم که حمله‌ی هورمونی دارد می‌شود یعنی در یک مدت خیلی کوتاه میزان هورمون‌ها یک دفعه دارد ۵ برابر می‌شود. عملاً دچار یک دوگانگی، تعارض شده و همه‌ی اینها باعث بی‌حوصلگی و مواردی از این دست می‌شود. مثلاً در ایام پریودی خانم‌ها یک مقدار که اصلاً با تغییرات دوران هورمونی دوران بلوغ قابل مقایسه نیست چقدر آستانه‌ی تحمل‌ها به هم می‌ریزد و پایین می‌آید. تا جایی که در قرآن، این دوره را دوره‌ی بیماری خطاب کرده است. این دوره یک دوره‌ی تغییرات هورمونی است در یک مدت محدود. خوب، حالا خود شما این را تعمیم دهید به یک چند سالی که بچه‌ها درگیر این مسأله هستند، آنجا جواب پیدا می‌شود. اگر حوصله ندارد، اگر با پرخاشگری جواب می‌دهد، اگر اعتراض می‌کند نسبت به خیلی از مسائل، اینها خیلی طبیعی هستند. والدین باید یک مقدار آستانه‌ی تحمل‌شان را بالا ببرند که انشاءالله بچه‌ها بتوانند این دوره را به خوبی پشت سر بگذارند.

**سؤال:** پسر من الان چند وقتی است که لاغر شده و مدام از اینکه لاغر شده اذیت می‌شود، همه‌اش می‌گوید: من باید چکار کنم چاق بشوم؟ حالا چاق هم نبود هیکلش خوب بود ولی الان لاغر شده، چه کنم؟

**پاسخ:** پسران وقتی که به سن بلوغ می‌رسند زود می‌خواهند وارد جرگه‌ی بزرگسالی بشوند. تصور آن از یک مرد قوی جسم تنومند است. تا الان شاید قدش به این بلندی نبود به این لاغری نبود این قدر لاغری اذیتش نمی‌کرد. ولی الان که قد کشیده همان حجم چربی و آن چاقی بدنش که تبدیل به قد شده و قد کشیده، همین تغییر فرم برایش ناراحت کننده است. نگران است و دوست دارد که زودتر به جرگه‌ی بزرگسالی بپیوندد این است که از این حالتش ابراز نارضایتی می‌کند. اینجا شما به او دلگرمی بدهید، غذاهایی که درست می‌کنید و مشاوره‌هایی که به او می‌دهید انشاءالله یک مقدار سطح این دلنگرانی را در آنها پایین بیاورد. دائماً باید در کنارشان باشید. به او بگویید: طوری نیست، همینجوری هم خیلی خوبی. دوره‌ی گذر است؛ بلافاصله خوب می‌شوی، بابایت را ببین، اطرافیانی مثل خودش را مثال بزنی انشاءالله این مسأله رفع می‌شود.

**سؤال:** با توجه به ۵ برابر شدن هورمون در سن بلوغ باید چکار کرد که بچه‌ها به سمت تصاویر مبتذل نروند؟

**پاسخ:** این دلیل نیست که چون هورمون بالا رفته طبیعی است که بچه‌ها به سمت عکس‌های مبتذل بروند. کنجکاوی بچه‌ها در این سن به هر حال در این زمینه زیاد می‌شود. این بستگی دارد به مدیریت والدین، اطرافیان، اینکه به هر حال اگر موبایلی دست‌شان هست، اگر سیستم کامپیوتری در اختیارشان است، اگر اینترنت در خانه وجود دارد این حتماً باید مدیریت بشود. در کامپیوترها یک نرم‌افزارهایی هست که دسترسی بچه‌ها را به سایت‌های مبتذل محدود می‌کند. در موبایل هم جدیداً شنیده‌ام که برنامه‌ای هست که فعال می‌کنید و دسترسی بچه‌ها را به این سایت‌ها محدود می‌کند. [توجه داشته باشید اگر از پیام‌رسان‌هایی مانند تلگرام استفاده می‌کنید که نیازمند فیلترشکن برای اجرا هستند، ممکن است این محدودیت‌ها بی‌اثر یا قابل دور زدن باشند] اما اینکه به سمت این عکس‌ها بروند، یک ورودی ابتدایی



در ذهن‌شان بوده یا اتفاق افتاده و حالا شما نه می‌توانید آن را متوقف کنید و نه از بین ببرید. بلکه این باید مدیریت شود. تا حدی که بتواند سرگرم چیزهای دیگر بشود تا انشاء اله از این مسأله فاصله بگیرد.

**سؤال:** نوجوانم از من فاصله می‌گیرد ۱۲ ساله است و با پدرش صمیمی است. این عادی است؟

**پاسخ:** این عالی است. چون این سن، سنی است که بچه‌ها دارند همانندسازی می‌کنند و بهترین الگو برایشان پدر است. و حتی اگر این طور نبود شما باید تلاش می‌کردید یک زمینه‌ی صمیمیتی با پدرش ایجاد بکنید.

**سؤال:** چطور بچه‌ها را در زمینه‌ی مواجهه با عکس و فیلم‌های بد مدیریت کنیم؟ همچنین سایت‌هایی که گفتید باید ببینید چی است؟

**پاسخ:** متأسفانه بعضی از سایت‌ها هستند که آدرس‌هایشان آدرس خیلی مشخصی هم نیست که شما بدانید، ولی بعضی از بچه‌ها گوش در گوش هم این مسائل را مطرح می‌کنند. سایت‌هایی که فیلم‌های مستهجن را دارد، فیلم‌های پورن را به وضوح به نمایش می‌گذارد، و بچه‌ها خیلی راحت با کلیک یک آدرس می‌توانند وارد این سایت‌ها بشوند و فوق‌العاده آسیب‌زا است. اینجا یک مقدار توجه عزیزان را می‌طلبد. نمی‌خواهم بگویم پلیسی؛ به هیچ عنوان توصیه نمی‌کنم. توجه پلیسی این که دائماً دنبالش بروید و احساس کند شما از مقابل دارید او را کنترل می‌کنید و بچه‌ها دائماً به این سمت می‌روند که قدرت خودکنترلی در ایشان تقویت شود، اینها فقط کنترل از بیرون می‌شود و یکی از بزرگترین مشکلات ما این است که در آموزش و پرورش بچه‌ها تا دبیرستان از هم جدا هستند بلافاصله بعد دیلم وارد دانشگاه می‌شوند که هیچ کنترلی روی آنان نیست بعد اینجا بچه‌هایی که عادت کردند دائماً دیگران کنترل‌شان کنند این دیگران کسانی هستند که در جامعه وجود دارند و کنترل بچه‌های ما را به عهده می‌گیرند و آنجا جای پدر و مادر را می‌گیرند. پس با بچه‌ها غیر مستقیم صحبت کنید و درایت به خرج بدهید و اگر سیستم کامپیوتر هست به این نرم‌افزارها مجهز کنید که دسترسی‌شان به این سایت‌ها محدود شود.

اول و آخر باز فضل و عنایت الهی است که انشاء الله بچه‌ها را باید فقط به خدا بسپاریم. ما هم در این بین وسیله‌ای هستیم که اگر خدا عنایت کند می‌توانیم تأثیرگذار باشیم روی روند رشد و هدایت بچه‌ها.

هویت یک مفهوم دو سویه است. از یک طرف به احساسات فرد در مورد خودش بستگی دارد از طرف دیگران به توصیف‌های از او حائز اهمیت است. حتی در عامل اول هم توصیف‌های دیگران دخیل است. فرد انگار دائماً می‌خواهد بداند دیگران از او چه تعریفی دارند. اینجا اگر ما در قالب دیگرانی باشیم که اطراف این نوجوانان هستیم، اگر درست صحیح دقیق و آن امر دقیق را تکرار کنیم. اگر یک عامل مثبتی در بچه دیدیم آن را دائماً تکرار کنیم و آن را بزرگ کنیم نه غلو. شفاف کردن با چند برابر کردن فرق می‌کند. من یک واقعیت مثبتی را در بچه‌ام می‌بیند و شروع می‌کنم به تعریف کردن. مثلاً در صورتش جوش زده می‌خواهم بگویم چشم‌های تو این قدر قشنگ است که اصلاً این جوش تو در صورتت به چشم نمی‌آید. مثلاً ابروهایت اینقدر قشنگ است که خودت احساس می‌کنی که چشم‌هایت ریز است. پس من می‌گردم وجه مثبت در ظاهرشان را پیدا می‌کنم و آن را برایش تعریف می‌کنم. یا اینکه می‌بینم در یک بحث خیلی دقیق است به قدری دقتش را تعریف می‌کنم که او برایش جا می‌افتد که

من آدم دقیقی‌ام. از طرف دیگر حالا اگر بخواهد یک واگویه یا طرز تلقی از خودش داشته باشد و دقیقاً اگر بخواهد بلافاصله خودش را تعریف کند، می‌گوید من آدم دقیقی‌ام. چرا؟ چون این دفعه در ذهن‌اش می‌آید که پدر و مادرم می‌گویند. تا کسی یک دفعه در جامعه به او می‌گوید تو آدم دقیقی هستی می‌گوید: بله، پدر و مادر من هم دقیقاً همین را می‌گویند. فایل ذهنی این بچه پر است از مطالبی که ما به او گفته‌ایم. از کسانی که به این مسائل توجه نمی‌کنند بچه‌ها را خیلی در معرض ارتباط با آنها قرار ندهیم چون این سن فوق‌العاده سن حساسی است.

در بحث انواع هویت یافتگی بخواهیم بگوییم، یک هویت با تأخیر داریم، یک اغتشاش در هویت داریم، یک هویت زودرس داریم، و یک هویت کامل داریم. در هویت یافتگی که گفتیم هویت با تأخیر یا اغتشاش در هویت، در واقع فرد در آن پنج ضلع هویتی خودش (یک بعد این پنج ضلعی بعد اجتماعی، دیگری بعد تحصیلی، دیگری بعد انسانی، دیگری بعد شخصیتی و آخری بعد منشی) تکلیف خودش را نمی‌داند.

در بحث هویت زودرس، بچه‌های بازاری‌های قدیم هر کدام از پدرانی که در بازار کسب و کاری داشتند یا برخی و یا همه‌ی بچه‌هایشان را اینها زودتر از موعد بچه‌ها را کنار خودشان می‌بردند و مشغول کار می‌کردند، به همین نسبت این افراد ممکن بود بلافاصله بعد از فوت پدر، مشغول کار او می‌شدند و در واقع یک هویت زودرسی برای آنها ایجاد می‌شد که اینها بعد از یک مدت دچار نارضایتی می‌شوند و حتی احتمال دارد شغل‌شان را عوض کنند. فرد باید در این پنج ضلع شخصیتی به یک حد متعادلی از رشد برسد تا یک هویت متعادل پیدا کند. به عنوان مثال، شما قطعاً بعضی را دیده‌اید که مثلاً به لحاظ تحصیلی فوق‌العاده‌اند، مثلاً خیلی سریع مراحل مختلف تحصیل را پشت سر گذاشته و الان مثلاً فوق تخصص یک رشته‌ای شده است. اما شما این شخص را می‌بینید که اصلاً به لحاظ اجتماعی کار درستی ندارد. مثلاً برخورد درستی ندارد، به لحاظ اجتماعی شاید الان دکترای فلان رشته شده است، ولی شما می‌بینید که اصلاً مریض‌هایی که به او مراجعه می‌کنند هیچ رضایتی از نوع برخورد ایشان ندارند. یک جایگاهی برای خودش در نظر می‌گیرد و یک خود برتر بینی ممکن است داشته باشد که اصلاً منطبق با آن سطح تحصیلاتش نیست. یعنی اینها یک شخصیت کاریکاتوری پیدا می‌کنند. یا به عنوان مثال شاید بگویم فردی شاید به لحاظ اجتماعی توانسته جایگاه‌های بالایی پیدا کند مثلاً وکیل یا وزیر؛ ولی شما می‌بینید اصلاً به لحاظ انسانی فاکتورهایی را که ما قلمداد می‌کنیم می‌گوییم فلانی این ویژگی‌های انسانی در او رشد یافته، می‌بینیم اینها را در او نمی‌بینیم. در واقع این آدم اینجا باز هویتش دچار مشکل شده است. فرد نمی‌تواند در مورد هویت خودش به ثبات برسد. هر روز به یک سمت میل می‌کند. حالا چه به لحاظ ظاهر و چه به لحاظ عقاید و یا رفتار، این ثبات ندارد. شما می‌بینی حتی نمی‌تواند به یک شغل ثابت برسد. حتی نمی‌تواند به یک عقیده یا رفتار ثابت برسد. ما می‌گوییم این هویت، هویت مغشوش است. یعنی فرد حسابش با خودش معلوم نیست یعنی نمی‌داند با خودش چند چند است.

**سؤال:** پسر من چند سالی مانده است تا به آستانه‌ی ۱۲ سالگی بلوغ برسد ...

**پاسخ:** ما نباید صبر کنیم بچه‌ها بیایند از ما سؤال کنند. بچه‌ها وقتی زود هنگام از مسائلی باخبر می‌شوند، در واقع بلوغ زودرس می‌تواند یک ناهنجاری‌هایی در اجتماع و خانواده به همراه داشته باشد. به ویژه اگر والدین از این

امر ناآگاه باشند. مشکل بلوغ زودرس این است که کودک به بلوغ رسیده ولی پدر و مادرش فکر می‌کنند هنوز به زمان بلوغش چند سال مانده است. به خاطر همین مسائل و پرسش‌ها و نیازهای حمایتی که باید از کودک داشته باشند، ندارند و اگر بچه در این زمان بیاید و سؤالی کند به او می‌گویند پر رو شده، این چه حرفی است که می‌زنی؟ خجالت بکش. اینجا بچه خجالت می‌کشد از پدر و مادر پرسد می‌رود سؤالش را از هم سن و سال‌های خودش می‌پرسد یا سراغ اینترنت می‌رود و می‌خواهد از آنجا مسائل خودش را پیدا کند. اینجاست که اگر والدین آگاهی از بلوغ نداشته باشند و نتوانند درست از بچه حمایت کنند قطعاً مشکلاتی در مسائل جنسی برایش رخ خواهد داد که هم در شخصیت‌اش و هم در روابط او با دیگران تأثیر دارد. پس بنابراین این که ما بگوییم هنوز چند سال مانده است تا به آستانه‌ی بلوغ برسد ولی من مادر باید مسائل دوران بلوغ را بدانم و باید اطلاعاتم را کافی کنم. من باید آماده باشم تا به محض این که این شرایط را می‌بینم، آمادگی این را داشته باشم که بتوانم از بچه حمایت کنم. منتهای مراتب خیلی از ما می‌گوییم هنوز که وقتش نرسیده است. وقتش هم که برسد، دیگر رویم نمی‌شود با او صحبت کنم! که خود بهتر می‌دانید بچه‌ها در این مسائل راحت‌ترند با هم سن و سالان خودشان در جریان بگذارند که آنها هم اگر راهنمایی کنند، راهنمایی درستی نخواهد بود. پدر و مادر دائماً باید مجهز به این مسئله شوند که در وقت معین انشاء الله اطلاعات کافی و وافی را در اختیار بچه‌ها بگذارند.

**سؤال:** پسر ۱۳ ساله‌ام همه‌اش قربان صدقه‌ی من می‌رود و می‌خواهد با من کشتی بگیرد. دائماً مرا می‌بوسد ...

**پاسخ:** کاملاً طبیعی است. فقط همینکه نزدیک به شما می‌شود که شما را ببوسد شما پیش قدم بشوید پیشانی یا صورتش را ببوسید. قطعاً آن ضربی که او می‌خواهد بیاید شما را در بغل بگیرد و ببوسد گرفته می‌شود. وقتی می‌خواهد با شما کشتی بگیرد به او بگویید من خانمم، خانم‌ها ظریف‌اند و نمی‌توانند همچین چیزی را تحمل کنند. شما می‌توانی با پدرت این کار را بکنی. همان زمان هم اگر ناراحت شد و پرخاشگری کرد از کنارش رد می‌شویم. اصلاً مقابله به مثل نمی‌کنیم. از دیگر جاهایی که جای تغافل هست همین جاست. مثلاً می‌رود درب یخچال را باز می‌کند غر و لندی هم می‌کند، م‌هم از کنارش رد می‌شوم. انگار نه انگار که همچین حرفی زده است. این مسائل کاملاً طبیعی است.

**سؤال:** ایجاد خودکنترلی برای ...

**پاسخ:** من انشاء الله یک جلسه‌ای را به این موضوع اختصاص می‌دهم که دائماً باید بچه‌ها را سوق بدهیم به سمت اینکه همان چیزی که ما داریم می‌گوییم عالم محضر خداست در محضر خدا گناه نکنیم، این مسأله اول باید برای خودمان جا بیافتد. چون خیلی از ما خودمان این خودکنترلی را نداریم. این قدر که از دیگران می‌ترسیم از خدا نمی‌ترسیم. خودمان اگر بتوانیم اول نسبت به این مسئله عامل باشیم قطعاً به بچه‌ها تسری پیدا می‌کند. دائماً وجدان خود بچه‌ها را درگیر مسائل بکنیم. ولی اگر به این سمت برویم که بیشتر مچ بچه‌ها را بگیریم به جای اینکه کمک‌شان کنیم، هیچ وقت آن خودکنترلی در بچه‌ها ایجاد نمی‌شود. عیلی کارها را انجام نمی‌دهد چون من دارم می‌گویم. بلافاصله اگر از چشم من غافل شود دیگر مقید به آن مسأله نیست. ما اگر آن گارد را از روی بچه‌ها برداریم که "دائماً

من دارم کنترلت می کنم" قطعاً آرام آرام این مسئله در او ایجاد می شود. می خواهم بگویم بدترین نوع کنترل، کنترل پلیسی است.

پدر و مادر مثل خاک دور گلدانند. خاک دور گلدان فقط گل را حمایت می کند که مستقیم بالا برود. ولی خیلی وقت ها ما می خواهیم به جای بچه ها به مغزشان فرمان بدهیم در صورتی که باید اجازه بدهیم این قوه ی بی بدیل خداوندی کار بیافتد و در جای خودش بتواند از خود دفاع کند. چون همیشه که ما نیستیم. یکی از اشتباهات سیستم آموزشی ما هم همین است که تا دبیرستان بچه ها را جدا نگه می داریم و حس مان هم این است که بچه مان مدرسه ی اسلامی دارد درس می خواند. بعد وارد مکانی به نام دانشگاه می شوند که هیچ کنترلی در آن وجود ندارد بعد آنجا هست که متأسفانه وقتی کنار یکدیگر قرار می گیرند کنترلی هم دیگر از طرف والدین وجود ندارد کافی است فضایی داشته باشد، در این فضا دارد القاء می شود که هر کس دوست دختر یا پسر نداشته باشد عقب مانده به حساب می آید. در این زمان است که فرد سعی می کند برای اینکه بین دوستانش از قافله عقب نماند بالاخره با یک نفر به هر قیمتی که شده دوست می شود و آمار مشکلات ناشی از روابط اینچینی در دانشگاه خیلی بالاست.

دانشگاه علامه طباطبایی آمد بحث تک جنسی کردن کلاس های عمومی اش را دو سال اجرا کرد در واقع یک طرح پژوهشی بود و مشخص شد که نمرات دانشجویها بخصوص پسران به شدت افزایش پیدا کرده و در واقع فضا، فضای درسی خوبی شده است. تا جایی که خود دانشجویها درخواست دادند که حتی درس های تخصصی هم کلاس تک جنسیتی باشد. حتی در دانشگاه های خارج از کشور، یک سری شرایط پوششی وجود دارد. هم برای آقایان لباس جین ممنوع است که این قواعد حداقلی است اما جالب است که برای آن جامعه مفید است. بنابراین در محیط دانشگاه فضا باید پوشیده تر از بیرون باشد.

**سؤال:** برای نماز و درس خواندن و همه ی کارها اگر امر و نهی نباشد انجام نمی دهد.

**پاسخ:** ما الان با این مسائلی که گفتیم، ثابت کردیم که برای بچه هایی که در ۷ سال سوم سن شان هستند، برای اینها امر و نهی بیش از حد باعث می شود قدرت تفکر و اختیار از طرف مقابل گرفته شود و شاید به هیچ عنوان آن خود کنترلی در او ایجاد نشود. امر و نهی باید باشد اما نباید جنبه ی دائمی داشته باشد. ۷ سال دوم سنی است که بچه ها نرم اند و خیلی راحت می پذیرند. البته برای بچه ای که دوره ی سیدی خودش را طی کرده باشد. یعنی نیازهایش در آن دوره ی سیادت پاسخ داده شده باشد وقتی وارد دوره ی هفت سال دوم شد عبد می شود یعنی نیاز به امر و نهی ندارد. تا زمانی که شما امر و نهی کنید و او بخواهد با امر و نهی شما پیش برود شما هستید که به جای مکانیزم فرماندهی مغز آن بچه نشسته اید و دارید کار را اینطوری پیش می برید. لذا هر زمانی که این مکانیزم برداشته شد چیز دیگری باید جایش بنشیند. اگر کس دیگری جایش ننشیند، بچه دچار دستپاچگی می شود. نمی داند باید چکار کند. نمی داند چه کاری درست و چه کاری اشتباه است. لذا دنبال این است که کس دیگری بیاید و این امر و نهی را به دست بگیرد. شما می بینید بچه هایی که در خانواده های مادر سالار رشد می کنند دقیقاً وقتی زن می گیرند زمانی احساس موفقیت می کنند که همان زن هم، همان امر و نهی مادر را دارد. یعنی اینجا احساس رضایت بهتری می کنند که زیر

بار امر و نهی همسری می‌روند چون دائماً شخصیت‌اش اینطوری شکل گرفته. اینکه حالا اگر امر و نهی نباشد انجام نمی‌دهد من موافق این امر نیستم. اگر بچه را در این حالت می‌بینیم، باید بدانیم که زیاده‌روی کرده‌ایم.

**جمع بندی:** یک مقدار راجع به شرایط بلوغ، سن بلوغ، شرایط جسمی بلوغ، و هویت و ماهیت خود بلوغ در این جلسه صحبت کردیم. در مورد هویت و هویت یافتگی؛ انواع هویت، بلوغ و شرایط و بلوغ زودرس و عواملش صحبت کردیم و مسائلی را که تقریباً مربوط به این عناوین بود این جلسه خدا توفیق داد و توانستیم در خدمت عزیزان باشیم. کتابی هم که به نظرم رسید و خودم کتاب خوبی دیدم و به عزیزان توصیه می‌کنم "دنیای نوجوان" از آقای دکتر محمد رضا شرفی (چاپ مؤسسه فرهنگی منادی تربیت - تلفن تماس فروشگاه ۸۸۹۳۱۸۵۲) که تقریباً برای والدین راهنمای خوبی است. ارسال رایگان ۶۶۴۷۵۴۷۵