



شبیم کرمی
روزنامه نگار

(آفاق)

جامعه پذیری کودکان؛

آموزش از دست رفته در روزگار کرونا

شروع سال تحصیلی به روال مجازی برای بسیاری از مادران هم‌چنان مشکلات و سختی‌های یک سال و نیم گذشته را به دنبال دارد. با این حال، ضمن ناچاری از ادامه این شیوه تحصیلی، پیش‌گیری از بیماری جسمی کودکان و نوجوانان نباید عاملی برای غفلت از کاستی‌های احتمالی تربیتی و اخلاقی این نسل شود. از آنجا که بچه‌ها در این دوره زندگی خود بیشترین آموزش‌پذیری را دارند، کوتاهی در این زمینه می‌تواند به بروز آسیب‌های فردی و اجتماعی بسیاری در آینده آن‌ها منجر شود. نبود توجه به همه ابعاد وجودی کودکان و نوجوانان در دوران فراگیری، نه تنها برای خودشان ضربه‌زننده است که در آینده، همگان از این آسیب‌ها رنج خواهند برد.

در آموزش مجازی، ارتباط حقیقی میان گروه هم‌سالان وجود ندارد. از سوی دیگر، با توجه به کم‌جمعیت شدن خانواده‌های امروزی و نبود رفت‌وآمد با اقوام و دوستان، خلأ تنهایی بچه‌ها از جای دیگری پر نمی‌شود. زندگی در آپارتمان و شرایط قرنطینه به مدت طولانی نیز مانع از تخلیه انرژی کودکان و نوجوانان می‌شود و آن‌ها افرادی گوشه‌گیر یا پرخاشگر می‌سازد. خستگی و فرسودگی والدین به‌ویژه مادران از مشکلات این روزها، ارتباط‌سازنده میان کودک و فرزند را دچار خدشه می‌کند که همه این‌ها به جامعه‌پذیری کودکان ما به شدت لطمه می‌زند.

جامعه‌پذیری در حقیقت نوعی فرایند کنش متقابل اجتماعی است که در آن، فرد هنجارها، ارزش‌ها و دیگر عناصر اجتماعی، فرهنگی و سیاسی موجود در گروه یا محیط پیرامون خود را فرامی‌گیرد، آن را درونی و با شخصیت خود یگانه می‌کند (سلیمی و داوری، ۱۳۸۵: ۱۴۴) و بعد از خانواده، گروه هم‌سالان دومین عامل جامعه‌پذیری است. (ستوده، ۱۳۸۵).

هرچند والدین عامل عمده اجتماعی شدن در سنین پایین هستند و این نفوذ در نوجوانی نیز ادامه دارد، دوستان صمیمی، زمینه دیگری برای اجتماعی شدن در دوران نوجوانی به شمار می‌روند. به یقین کودکان هم‌زمان با فراگیری خواندن و نوشتن در دوره اول ابتدایی، باید الفبای ایجاد رابطه دوستانه را هم در تعامل با دیگران بیاموزند. حال، این کودکان همه این‌ها سه سال طلایی را فقط در خانه و با مادر و پدر و در نهایت یک خواهر یا برادر بزرگ‌تر یا کوچک‌تر طی کرده‌اند. آنچه بی‌گمان در این میان می‌تواند نگران‌کننده باشد موضوع جامعه‌پذیری کودکان و آسیب‌هایی خواهد بود که در این مدت به آن دچار شده‌اند. این موضوع برای نوجوانان نیز که سه سال دوره اول متوسطه خود را با غرق شدن در فضای مجازی طی کردند صادق است. گاهی از خود نوجوانان عباراتی طنزآمیز نظیر «اینترنت که قطع شد از اتاق خارج شدم و دیدم همه غریبه‌اند و فهمیدم خانواده‌ام مدت‌ها پیش از این خانه نقل مکان کرده‌اند!» می‌شنویم که اگر دقیق‌تر به این مفاهیم بپردازیم از شکاف‌های اجتماعی عمیق میان نوجوانان و جامعه و خانواده خبر می‌دهد.

از آنجا که پیوند نوجوانان با والدینشان به تدریج ضعیف‌تر می‌شود، هم‌سالان در رشد روانی آنان نقش حساسی می‌یابند. هم‌سالان امکاناتی برای یادگیری مهارت‌های اجتماعی، کنترل رفتار و در میان گذاشتن مشکلات و احساسات مشابه فراهم می‌کنند. پذیرفته شدن از سوی هم‌سالان و داشتن چند دوست نزدیک در زندگی نوجوان بسیار اهمیت دارد که البته توان ارتباط برقرار کردن با هم‌سالان به‌طور مسالمت‌آمیز و بر پایه جامعه‌پذیری از دوران ابتدایی و مدارس شکل می‌گیرد.

روابط ضعیف با هم‌سالان در دوران کودکی و نوجوانی، ناسازگاری‌های عاطفی دوران بزرگسالی، بزهکاری، اختلالات در سازگاری جنسی و سایر رفتارهای ناسازگارانه را منجر می‌شود (هاشمیان، ۱۳۹۲).

یگانگی اجتماعی، شرط بقای هر جامعه است. از این رو هر جامعه می‌کوشد با جامعه‌پذیری، اعضای خود را با هنجارها و ارزش‌های اجتماعی آشنا کند و به آن‌ها مطالبی بیاموزد تا بتوانند متناسب با هنجارهای جامعه خود زندگی کنند. اگر فرایند اجتماعی شدن ناموفق باشد و هنجارهای جامعه را ملکه ذهن افراد نکنند، افرادی در جامعه پرورش می‌یابند که به علت درونی‌نشده هنجارها، از تخلف و قانون‌شکنی احساس پشیمانی و شرمساری نمی‌کنند و تنها نیروی درونی بازدارنده آن‌ها از انحرافات اجتماعی از بین می‌رود (چلبی، ۱۳۸۹).

از این رو، با توجه به زمان از دست‌رفته آموزش جامعه‌پذیری کودکان و نوجوانان در دوران همه‌گیری کرونا، پرداختن جدی به این مهم از سوی کارشناسان و مسئولان و دادن راهکارهای مناسب به خانواده‌ها به‌ویژه مادران برای پیش‌گیری از تخریب روانی و شخصیتی فرزندان‌شان لازم و جدی به نظر می‌رسد.

شهر بانو

شهر بانو

شنبه
۲۶ مهر ۱۴۰۰
۱۱ ربیع‌الاول ۱۴۴۲ شماره ۳۵۰۶

(۲)



عکس: سعید گل‌آشهر



تکتم جاوید
کارشناس رشد روانشناسی عمومی

(فروغ)

«خودسرزنی» یعنی تو همیشه متهم هستی!

می‌شوند و هیچ کاری انجام نمی‌دهند. برای بهتر شدن زندگی و اوضاع‌شان هیچ اقدام جدی و مؤثری انجام نمی‌دهند چون معتقدند نمی‌توانند یا نمی‌شود. عده‌ای دیگر خودشان را غرق در مشغولیت‌هایی می‌کنند که فقط حواس خود را پرت کنند مثل مصرف مواد مخدر، تفریح مداوم یا روابط خارج از حیطه زناشویی. برخی دیگر هم شروع می‌کنند به تلاش بیش از اندازه و غیرمعمول برای جبران چیزی که برگشت‌پذیر نیست.

اما حقیقت این است که نباید به خودتان سخت بگیرید. گذشته ما جزئی از وجود کنونی ما به حساب می‌آید اما باید در زمان خودش نقد شود. نمی‌گوییم گذشته را فراموش کنید چون اثر آن همیشه با شما خواهد بود. می‌گوییم از یادآوری آن رنج نکشید. سعی کنید بفهمید احساس پشیمانی از گذشته قرار است چه فایده‌ای برای حال امروزتان داشته باشد.

پذیرید که اشتباه کرده‌اید اما باید یاد بگیرید وقتی از خودتان ناامید شدید چه رفتاری انجام بدهید که مغلوب آن احساس نشوید. بیشتر خودسرزنی‌های ما به اصطلاح امروزی‌ها گیر دادن است. زندگی عادی باید بگذرد با خوبی‌ها و بدی‌های خودش. سخت‌نگیرید! زندگی برای همه ما خیلی چیزها کم دارد. اصلاً خیلی‌ها از این زندگی راضی نیستند.

البته این توصیه‌ها وقتی کارساز است که احساس خودسرزنی شما باعث ایجاد افسردگی یا اختلالات روحی دیگر نشده و کیفیت زندگی‌تان را مختل نکرده باشد. در آن صورت، اولین و آخرین پیشنهاد ما مراجعه به روان‌شناس است.

«روزی چندبار خودم را برای اینکه اهل پس‌انداز نبودم سرزنش می‌کنم.» «حالا که گذشته را مرور می‌کنم، با خودم می‌گویم ای کاش به جای علوم انسانی، پزشکی می‌خواندم که درآمد بیشتری دارد.» «کاش در آن سن کم ازدواج نمی‌کردم.» «اگر عقل الان را داشتم، اصلاً بچه‌دار نمی‌شدم.» «چرا پیشنهاد شغل به آن خوبی را رد کردم؟» «اگر می‌دانستم عاقبت زندگی مشترک به اینجا می‌کشد، همان سال اول طلاق می‌گرفتم.» و ...

استثنا نداریم. همه ما آرزوهایی داشته‌ایم که به آن‌ها نرسیده‌ایم یا کارهایی بوده‌اند که در انجامشان شکست خورده‌ایم. وقتی در سن چهل‌پنجاه سالگی گذشته را مرور می‌کنیم، انگار انتخاب‌های دیگر خیلی آسان بوده و پیش‌روا چشم‌ما قدرت دیدن آن‌ها را نداشته است. آن وقت، سرزنش کردن بدیهی‌ترین کاری است که از عهده ما برمی‌آید و بعد، تحقیر خودمان که چرا این قدر ناتوان بودیم. بعضی‌ها به‌شدت در این چرخه گرفتار می‌شوند. هر روز و هر شب، به محض برخورد با یک مشکل، نقص‌های خود را به خاطر می‌آورند.

یادآوری خاطرات گذشته و سرزنش مداوم خود ابتدا ما را غمگین و در طولانی مدت افسرده می‌کند، نه به این دلیل که چرا آن کارها را انجام دادیم، بلکه به این دلیل که پس از گذشت مدت‌ها نتوانسته‌ایم از دل آن اشتباه فایده‌ای به دست آوریم. این اتفاق در روان‌شناسی به self attack مشهور است، همان خودسرزنشگری خودمان. وقتی چنین حسی به سراغمان می‌آید عده‌ای واکنش اجتنابی دارند. یعنی انتهای این سرزنش مداوم، منفعل