

عبور از هیاهوی نقش‌ها

تأملی در اهمیت هویت‌یابی دختران

روح‌اله رحیمی / دکترای تخصصی مشاوره



دستیابی به هویت موفق دختران



هویتشان چیست و الزامات هویتی آن‌ها چگونه است. باید بدانند هویت چگونه شکل می‌گیرد و نقش‌هایی که متناسب با آن است چگونه به وجود می‌آیند. به وقت هویت‌یابی، سؤال‌هایی اساسی در ذهن نوجوان جرقه می‌زنند که اگر پاسخی درخور برای آن‌ها فراهم نشود، که البته دستیابی به پاسخ آن‌ها چندان آسان نیست. آنچه محتمل خواهد بود، سردرگمی نقش‌هاست.

با توجه به اینکه دختران نسبت به پسران از نظر جسمانی و روانی زودتر به بلوغ می‌رسند، یکی از این سؤال‌های اساسی مرتبط با ازدواج است. سؤال‌هایی از قبیل «بالاخره من با چه کسی ازدواج می‌کنم؟» «همسر مناسب من باید چه خصوصیاتی داشته باشد؟» ذهن دختر نوجوان را به خود مشغول می‌کند. حالا تصور کنید، مادر این دختر نوجوان در برابر کنجکاوی‌های هویتی دخترش جبهه بگیرد و بگوید: «وه تو چقدر پُر رو شدی! نکنه شوهر می‌خواهی؟!» به نظر شما عکس‌العمل دختر نوجوان مورد نظر ما چه خواهد بود؟ بله درست حدس زدید، احتمالاً صورتش تا بناگوش سرخ می‌شود، سرش را پایین می‌اندازد و به احتمال زیاد دیگر جرئت نمی‌کند چنین سؤال‌هایی بپرسد. اینجا یکی از دریچه‌های دستیابی به هویت سالم بسته خواهد شد.

یکی دیگر از سؤال‌های مرتبط با بُعد هویت دختران نوجوان، دغدغه‌های مرتبط با رشته تحصیلی و شغلی آینده است. نوجوان در پی شناسایی رشته‌های تحصیلی در مدرسه و دانشگاه و دنیای پیچیده‌ی مشاغل است. او می‌خواهد علاقه‌ها، ویژگی‌های شخصیتی و استعدادهایش را بشناسد و از بازار کار خبری بگیرد. ولی گاهی در این فرایند پرتلاطم کسی را پاسخ‌گوی سؤال‌هایش نمی‌بیند. دختری را می‌شناسم که با مشاور مدرسه، از این علاقه‌اش پرده برداشته بود، مشاور با صراحت او را از انتخاب این رشته منع کرده

کلیدواژه‌ها: هویت، رشد روانی - اجتماعی، بعد هویت، بحران هویت، بحران نوجوانی

هویت بُعد مهمی از وجود آدمی است، تا جایی که اریک اریکسون، روانکاو دانمارکی، در نظریه‌اش دستیابی به آن را به‌عنوان یک مرحله مهم در رشد روانی-اجتماعی انسان در نظر می‌گیرد. دو جمله ارزشمند زیر، اهمیت بُعد هویت در وجود انسان را بیشتر نمایان می‌کنند:

● در راه دستیابی به هویت، حضرت علی (ع) می‌فرماید: «تعجب می‌کنم از کسی که گمشده‌ای دارد و به دنبال آن می‌گردد، ولی خودش را گم کرده و گمشده واقعی خودش است و اصلاً به دنبالش نمی‌گردد.» (غررالحکم: ۶۲۶۶)

هویت پاسخی است که هر کدام از ما به پرسش بنیادی «من کیستم؟» می‌دهیم. یک نفر خود را با پدرش توصیف می‌کند، یک نفر با میهنش، یک نفر با مذهب یا جنسیتش و یک نفر نیز با قومیت یا بدنش. کودکان کمتر درگیر پرسش «من کیستم؟» هستند. چرا که هویت آن‌ها تابع والدینشان است. اما از آغاز نوجوانی و با رشد بدنی و روانی، و تلاش برای ورود به جامعه، نوجوانان می‌کوشند خود را مستقل از والدین تعریف کنند. اینجاست که دوران نوجوانی با «بحران هویت» مشخص می‌شود. اریکسون مهم‌ترین تکلیف رشدی دوران نوجوانی را گذشتن از مرحله «هویت در برابر سردرگمی نقش‌ها» معرفی کرده است.

بر همین اساس، یکی از مسائل اصلی دختران نوجوان مسئله هویت است. بر اساس داده‌های «مرکز ملی آمار ایران» در سال ۱۳۹۵، حدود ۵/۵ میلیون دختر نوجوان (دامنه سنی ۱۱ تا ۱۹ سال) در کشور زندگی می‌کنند. این دختران نوجوان باید بدانند،

بود! یا پدرش با لحن آمرانه‌ای به وی گفته بود: «نگار سر خود شدی! منم که تصمیم می‌گیرم کدوم رشته رو انتخاب کنی!» دختر دیگری به رشته «مهندسی پزشکی» علاقه‌مند بود، ولی منبع اطلاعاتی مناسبی برای شناخت بیشتر این رشته پیدا نکرده بود و با جواب‌های متناقض اطرافیان بیشتر گیج و سردرگم شده بود! در این وضعیت، وقتی آن دختر نوجوان بخواد وارد بازار کار یا جامعه شود، بدون شک دچار تنش خواهد شد. به این موارد کلیشه‌های جنسیتی مرتبط با مشاغل مردانه و زنانه را هم اضافه کنید و ببینید یک دختر نوجوان برای پاسخ‌گویی به این سؤال‌ها و انتخاب مناسب، چه مسیر سخت و پر فراز و نشیبی را پیش‌رو دارد.

یکی دیگر از سؤال‌های هویتی این سؤال است که: «نظام ارزشی من چه نظامی است؟ من باید به کدام ارزش‌ها پایبند باشم؟» یکی از ویژگی‌های فرهنگی جامعه که در هویت‌یابی نوجوان مشکل ایجاد می‌کند، نگاه صفر و یکی به آدم‌هاست. یعنی مثلاً دختر خوب، دختری است که همیشه و مطلقاً خوب باشد و کوچک‌ترین خطا، ولو خطایی سهوی او را به دایره دختران بد پرتاب می‌کند!

این‌گونه نگاه کردن به دنیای اطراف باعث می‌شود که ما در داشتن نظام ارزشی دچار مشکل شویم. زیرا این وسط هیچ پیوستاری وجود ندارد، در دنیای واقعی، دختر مورد نظر خیلی زود خواهد فهمید که من نمی‌توانم خوب مطلق باشم، چون من نقاط ضعف و ناتوانی‌هایی دارم و نمی‌توانم در همه حوزه‌ها خوب مطلق باشم. اگر ما تصور کنیم که بین خوب بودن و بد بودن مرزی بتونی وجود دارد، این تصور رشد هویتی ما را با مانع مواجه می‌کند.

هویت همچنین تحت تأثیر «هماندسازی» شکل می‌گیرد و با همانندسازی رابطه دارد؛ یعنی ما به نمایش‌نامه‌های زندگی نگاه می‌کنیم و با یک نقش همانندسازی می‌کنیم. گاهی شرایط فرهنگی خاصی باعث می‌شود نوجوانان دختر ما بحران سخت‌تری داشته باشند. ابعاد دخترانه زیستن، دخترانه عمل کردن و مؤثر بودن در جامعه ما مشخص نیست. برای مثال، از یک مدل سنتی قدیمی شروع به حرکت کرده و یک مدل جهانی برایش ایجاد شده است. با توجه به سابقه طولانی مردسالاری در جامعه ما، دختران در چارچوب جامعه برای همانندسازی با شخصیت‌های بومی موجود، انتخاب‌های محدودی دارند.

در همانندسازی ما از کسی خوشمان می‌آید، مجذوب او می‌شویم و سپس ناآگاهانه به او شبیه می‌شویم! این چنین است که ما در شنیدن و دیدن به دنبال هویت می‌گردیم! گاهی یک هنرپیشه سینما و گاهی هم یک زن ساختارشکن در مرکز هویتی دختر نوجوان می‌نشیند و تمام ابعاد وجودی‌اش را متأثر می‌سازد. البته در سال‌های اخیر این روند بی‌مدلی در جامعه ما، تغییرات ملموسی داشته است، ولی همچنان تا رسیدن به مرز وضعیت

مطلوب، راهی دور و دراز در پیش داریم. در مجموع در این زمینه باید تصویری مناسب به دختران داد، نه یک تصویر دستکاری‌شده فمینیستی که می‌خواهد از یک زن نمونه‌ای مردانه بسازد.

در مطالعات روان‌شناسی عموماً از دو مفهوم مهم دیگر برای بیان وضعیت هویت و هویت‌یابی در دوره نوجوانی استفاده می‌شود. این دو مفهوم عبارت‌اند از: «تعهد» و «بحران». تعهد به معنای سرمایه‌گذاری شخصی در انجام امور مهمی است که نوجوان مایل به دستیابی به آن‌هاست. بحران نیز حاکی از سردرگمی نوجوان در انتخاب راه مناسب برای پاسخ‌گویی به سؤال‌هایی است که در سطرهای قبل به آن‌ها اشاره شد. مطالعات روان‌شناختی نشان می‌دهند: برخی از نوجوانان ایرانی دچار کمبودهای هویتی هستند و زمینه‌های لازم برای عدم تعهد و حتی بحران هویت در آنان وجود دارد.

بی‌گمان اگر بحران نوجوانی به سرانجام برسد و دختر قصه ما به هویت دست یابد، یعنی از سردرگمی یا گیجی نقش‌ها رهایی پیدا کند، تکلیفش با همه چیز مشخص می‌شود و در اینجا به قول اریکسون، «اجتماعی‌شدن» رخ می‌دهد. دختر سالم پس از گذشتن از مرحله نوجوانی به هویت تثبیت‌شده‌ای می‌رسد. از هیاهوی نقش خلاص می‌شود و می‌داند قرار است در زندگی چه نقشی را بازی کند. از آنجا که تربیت مربی می‌خواهد، در راه دستیابی به هویت سالم، والدین نوجوان و عوامل انسانی مدرسه به‌ویژه مشاوران مدرسه نقش مهم و تأثیرگذاری دارند. در جدول کاربردی صفحه بعد نمونه راهکارهای تربیتی مناسب برای شکل‌گیری هویت مناسب دخترانه و پیشنهادهای عملی مرتبط با آن آمده است.

«تعهد» و «بحران». تعهد به معنای سرمایه‌گذاری شخصی در انجام امور مهمی است که نوجوان مایل به دستیابی به آن‌هاست

الف) الگوهای زنانه مناسبی در اختیار دختر نوجوان قرار دهید تا او بتواند ویژگی‌های حرفه‌ای و سایر نقش‌های بزرگ‌سالی را انتخاب کند.
نمونه‌های پیشنهادی مناسب:

۱. الگوهای زنانه مناسبی را که در تاریخ دینی و ملی کشورمان وجود دارد، برحسب روز تولد و موقعیت پیش‌آمده به دختران نوجوان معرفی کنید و اقدامات و خدمات آنان را به‌صورت گروهی موردبحث قرار دهید.

۲. از زنان برجسته‌ای که در محل سکونت شما (بومی-محلی) زندگی می‌کنند، دعوت کنید برای دختران نوجوان رمز و راز

الف) الگوهای زنانه مناسبی در اختیار دختر نوجوان قرار دهید تا او بتواند ویژگی‌های حرفه‌ای و سایر نقش‌های بزرگ‌سالی را انتخاب کند.

نمونه‌های پیشنهادی مناسب:

۱. الگوهای زنانه مناسبی را که در تاریخ دینی و ملی کشورمان وجود دارد، بر حسب روز تولد و موقعیت پیش‌آمده به دختران نوجوان معرفی کنید و اقدامات و خدمات آنان را به صورت گروهی مورد بحث قرار دهید.
۲. از زنان برجسته‌ای که در محل سکونت شما (بومی- محلی) زندگی می‌کنند، دعوت کنید برای دختران نوجوان رمز و راز موفقیت‌های شخصی (ورزشی، هنری و ...)، تحصیلی، شغلی و ... خود را بیان کنند و توضیح دهند چگونه توانسته‌اند علاقه‌ها و استعدادهای خود را شناسایی کنند و به موفقیت برسند.

ب) به دختران نوجوان کمک کنید، منابع مناسبی (کتاب، تارنما (وب‌سایت)، شبکه‌های مجازی، فیلم و ...) برای پاسخ‌گویی به سؤال‌های هویتی و مسائل شخصی‌شان پیدا کنند.

نمونه‌های پیشنهادی مناسب:

۱. کتاب «خاطرات سفیر» (نیلوفر شادمهری، انتشارات سوره مهر)، روایتگر خاطرات یک دختر مسلمان در کشور فرانسه است. هر چند او برای ادامه تحصیل به فرانسه رفته، اما سفیری شده است برای دفاع از حقیقت اسلام، مواجهه او با آدم‌های مختلف و اتفاقات گوناگون این ماجراجویی دخترانه را جذاب‌تر می‌کند و ...
۲. فیلم ایرانی (لاک قرمز، درساژ و ...) / فیلم خارجی (زنان کوچک و ...)
۳. معرفی مزایا و مضرات شبکه‌های اجتماعی در حوزه دختران و زنان.

ج) نسبت به نوجوانان دختری که مشکلاتی دارند، تا وقتی به دیگران آزاری نرسانده‌اند یا مانع جدی برای فعالیت‌های خانواده، مدرسه و ... نیستند، منعطف باشید.

نمونه‌های پیشنهادی مناسب:

۱. در مورد ظاهر مناسب یا نامناسب نوجوان به طور مستقیم مداخله نکنید، بلکه بکوشید به صورت غیرمستقیم (ترجیحاً با روش مباحثه یا جست‌وجوی گروهی)، بدون اینکه نوجوان در مقابل شما حالت دفاعی بگیرد، با او به صورت دوطرفه (پینگ‌پنگی) گفت‌وگو کنید.
۲. یک شبکه پشتیبانی اجتماعی قوی، مثل خانواده و گروه‌های دوستی، بخشی مهم از بهزیستی ذهنی نوجوان است و می‌تواند راهی برای به دست آوردن بازخورد و ترغیب لازم برای احساس راحتی با هویت خود باشد.

د) نظام ارزشی متناسب با جنسیت دخترانه را برای آنان فراهم کنید.

نمونه‌های پیشنهادی مناسب:

۱. توقعات و انتظارات جامعه را از زنان مرور کنید (بررسی و نقد آن).
۲. نحوه مقابله با کلیشه‌های جنسیتی رایج در جامعه را با قالب‌های آموزشی مناسب (نمایش، ایفای نقش و ...) به دختران نوجوان آموزش دهید؛ برای مثال: مشاغل مردانه و زنانه/ فرزندپروری یک کار صرفاً زنانه است و ...
۳. نوجوان را برای عضویت در گروه‌های مناسب (علمی، ورزشی، مذهبی و ...) هم‌سالان ترغیب کنید.

راهکارهای تربیتی برای شکل‌گیری هویت دخترانه مناسب (برای والدین و مشاوران مدرسه‌ها)

موفقیت‌های شخصی (ورزشی، هنری و ...)، تحصیلی، شغلی و ... خود را بیان کنند و توضیح دهند چگونه توانسته‌اند علاقه‌ها و استعدادهای خود را شناسایی کنند و به موفقیت برسند.

ب) به دختران نوجوان کمک کنید، منابع مناسبی (کتاب، وب‌گاه (وب‌سایت)، شبکه‌های مجازی، فیلم و ...) برای پاسخ‌گویی به سؤال‌های هویتی و مسائل شخصی‌شان پیدا کنند.

راهکارها

۱. کتاب «خاطرات سفیر» (نیلوفر شادمهری، انتشارات سوره مهر): روایتگر خاطرات یک دختر مسلمان در کشور فرانسه است. هر چند او برای ادامه تحصیل به فرانسه رفته، اما سفیری شده است برای دفاع از حقیقت اسلام. مواجهه او با آدم‌های مختلف و اتفاقات گوناگون این ماجراجویی دخترانه را جذاب‌تر می‌کند و ...
۲. فیلم ایرانی (لاک قرمز، درساژ و ...) / فیلم خارجی (زنان کوچک و ...)
۳. معرفی مزایا و مضرات شبکه‌های اجتماعی در حوزه دختران و زنان.

ج) نسبت به نوجوانان دختری که مشکلاتی دارند، تا وقتی به دیگران آزاری نرسانده‌اند یا مانع جدی برای فعالیت‌های خانواده، مدرسه و ... نیستند، منعطف باشید.

نمونه‌های پیشنهادی مناسب:

۱. در مورد ظاهر مناسب یا نامناسب نوجوان به طور مستقیم مداخله نکنید، بلکه بکوشید به صورت غیرمستقیم (ترجیحاً با روش مباحثه

پی‌نوشت

1. identity versus role confusion

منابع

۱. لطف‌آبادی، حسین (۱۳۹۷). روان‌شناسی تربیتی. انتشارات سمت. تهران.
2. Karaş, D., Ciecuch, J., Negru, O., & Crocetti, E. (2015). Relationships between identity and well-being in Italian, Polish, and Romanian emerging adults. *Social Indicators Research*, 121(3), 727-743.