

من می‌توانم، مرا با او رکنیپ!

بررسی تعارض‌های والد-نوجوان

مهتاب فردی

کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی

اشاره

تنظیم تحولاتی است که در زمینه اختیارات و مسئولیت‌ها ایجاد می‌شود (برانجی، دورن، والک^۲، ۲۰۰۹) و موجب بروز احساسات منفی در نوجوان می‌گردد. نوجوانان تعارض با والدین و بروز مشکل در برقراری ارتباط با آنان را از تجارب سخت و تنش‌زای خود در دوران بلوغ ذکر می‌کنند (کوهستانی، روزبهانی و باغچقی، ۱۳۸۸). از طرفی، والدین نیز دوره نوجوانی فرزندان را سخت‌ترین دوران در انجام وظایف والدینی خود می‌دانند. این روند اجتناب‌ناپذیر و رایج است و می‌تواند به پریشانی والدین و نوجوانان دامن بزند. در ادامه، این موضوع را از منظر محققان بیشتر بررسی می‌کنیم.

تعارض چیست؟

«تعارض والد-نوجوان به اختلاف یا تضاد در اهداف یا مخالفت دو جانبه بین والدین و فرزندان نوجوان گفته می‌شود که با ناسازگاری، ضدیت، هیجانات منفی و رفتارهای خصمانه و پرخاشگرانه مشخص می‌گردد» (اسدی یونسی، مظاهری، شهیدی، طهماسبیان و فیاض‌بخش، ۱۳۹۰) و اغلب به صورت بحث‌های دامن‌دار درباره مسائل و موضوع‌های خاص بین والدین و نوجوانان مطرح می‌شود (روبین و فوستر^۴، ۲۰۰۲؛ استینبرگ^۵، ۲۰۰۱). کیم^۶ (۲۰۱۱) تعارض را کشمکش و ناسازگاری برای رسیدن به توافق در انتظارات می‌داند. دونلان^۷ (۲۰۰۷)، تعارض والد-نوجوان را به صورت «بروز مشاجره‌های کلامی و الگوهای تعاملی منفی خانوادگی بین نوجوان و والدین در خصوص موضوعات گوناگونی همچون مقررات آمد و شد به منزل، «که اکثراً حل نشده باقی می‌مانند» تعریف می‌کند. البته باید توجه داشت که این تعارض‌ها از لحاظ شدت و فراوانی و درگیری ذهنی‌ای که والدین و نوجوانان گزارش می‌کنند، با اختلاف‌نظرهای معمول متفاوت‌اند.

در رابطه با تعارض، دو بُعد کلی مطرح است؛ فراوانی و شدت. بُعد فراوانی به تعداد دفعاتی اشاره دارد که والد و نوجوان مشاجرات

نوجوانی یکی از مراحل مهم تحول انسان است که با تغییرات شناختی، جسمانی و روانی-اجتماعی مشخص می‌شود. در واقع، نوجوانی دوره انتقال است که فرد در آن از امنیت کودکی به سوی مسئولیت‌پذیری و امتیازات بزرگسالی حرکت می‌کند (موگلر^۱، ۲۰۰۸). افراد در این مرحله رشدی، تغییرات مهم وابسته به بلوغ را تجربه می‌کنند و قادر به استدلال انتزاعی پیچیده و فزاینده‌اند. در پی این تحولات، روابط خانواده نیز تغییر می‌یابد (نیل-شوالم^۲، ۲۰۰۶). در این دوره است که نوجوانان در جست‌وجوی استقلال برمی‌آیند و در این راستا با هنجارها و محدودیت‌های ایجاد شده توسط خانواده به چالش می‌پردازند. این تغییرات با انتقال در روابط خانواده و ظهور و افزایش تعارض بین نوجوان و والدین همراه است.

کلیدواژه‌ها: نوجوان، والدین، تعارض والد-نوجوان، جهت‌گیری گفت‌و شنود، الگوی ارتباطی مستبدانه

نوجوان و خانواده

خانواده نخستین و مهم‌ترین نهاد تربیتی جامعه است و پدر و مادر اولین کسانی هستند که بنیاد شخصیت سالم نوجوان را می‌گذارند. والدینی که از تغییرات فرزند نوجوان خود ناآگاه و نسبت به آن بی‌توجهند، با رفتار نامناسب زمینه تنش و کشمکش را فراهم می‌سازند. طبق بررسی‌های انجام گرفته، شایع‌ترین دوره تعارض در روابط والدین و فرزندان، زمانی است که فرزندان کودکی را پشت سر می‌گذارند و به دوره نوجوانی وارد می‌شوند. تلاش فزاینده نوجوان برای استقلال و خودمختاری دلیلی برای افزایش موقتی تعارض والد-فرزند در طول این دوره است. این تعارض عمدتاً نتیجه ناهمگونی انتظارات والدین و فرزندان در ارتباط با رفتار مناسب و

کشمکش اصلی بین نوجوان و خانواده درباره میزان استقلال است. پژوهش‌های متعدد نشان می‌دهند که وقتی والدین به نوجوان خود درجه‌ای از خودمختاری را اعطا می‌کنند، تعارض کاهش می‌یابد. از سوی دیگر خشم، محدودیت، تنبیه و منع استقلال، تعارض والد-فرزندی را افزایش می‌دهد. والدینی که به تلاش نوجوان برای خودمختاری با افزایش استبداد پاسخ می‌دهند، باعث می‌شوند فرزندشان تقاضاهای آنان را کمتر اجابت کند و مبادله‌های منفی بیشتری بین آن‌ها شکل بگیرد

کلامی دارند و این مشاجرات از اوایل نوجوانی آغاز می‌شود. بُعد شدت به میزان تجربه و ابراز هیجانات و عواطف منفی مربوط است که در اواسط نوجوانی نمود بیشتری دارد. پیامدهای منفی شدت تعارض، بیشتر از فراوانی تعارض بر ناسازگاری‌های فردی، خانوادگی و اجتماعی مؤثر است (فینبرگ، کان و هنرینگتون^۸، ۲۰۰۷). لائورسن و هارتاب^۹ (۱۹۸۹) و گاتمن^{۱۰} (۲۰۱۳) نیز معتقدند که شدت تعارض در مقایسه با فراوانی آن پیش‌بینی کننده قوی‌تری برای بروز آثار منفی تعارض است. نوجوانان در اوایل نوجوانی بیشترین میزان تعارض را با والدین خود دارند (آلیسون و شولتز^{۱۱}، ۲۰۰۰) اما فراوانی آن همراه با سن به‌طور خطی کاهش و شدت آن افزایش می‌یابد (نبل-شوالم، ۲۰۰۶). پژوهش‌ها حاکی از آن است که درگیری و تعارض والدین با نوجوانان باعث بروز مشکلات رفتاری در آن‌ها می‌شود، در حالی که رابطه عکس آن مشهود نیست؛ یعنی نمی‌توان گفت که وجود رفتارهای ناسازگار نوجوان باعث درگیری و تعارض بین او و والدینش می‌شود بلکه مشکلات رفتاری نوجوانان تحت تأثیر تعارض با والدین بروز پیدا می‌کند (کلار، مک‌کوری، اپاکونو و برت^{۱۲}، ۲۰۱۱). البته اگر تعارض ایجاد شده به درستی مدیریت گردد و روش‌های مقابله‌ای مفیدی به کار گرفته شود، سازنده است و به رشد رابطه کمک می‌کند ولی اگر طرفین نحوه برخورد با آن را ندانند، اختلاف نظر موجود نه تنها رفع نخواهد شد بلکه به تداوم رابطه سالم نیز آسیب می‌رساند (کرالپ و همکاران^{۱۳}، ۲۰۰۹) و ممکن است به افسردگی در والدین و فرزندان، خشونت و آشفتنگی، عزت‌نفس پایین نوجوان و مشکلات تحصیلی منجر شود. فارغ از پیامدهای منفی و آشکار تعارض، جنبه مثبت آن زمانی مطرح است که به افراد خانواده کمک می‌کند که شناخت بیشتری از خود و ویژگی‌های متفاوت دیگران داشته باشند، مشکلات تعاملی رابطه‌شان را شناسایی کنند و انرژی و انگیزه خود را برای حل آن‌ها به کار گیرند (کرالپ و





همکاران، ۲۰۰۹). از آنجا که تعامل مثبت والد-فرزند با پیامدهای خوب برای نوجوان از جمله سطح پایین اضطراب و افسردگی، عزت نفس بالا، وقوع پایین سوء مصرف مواد و مشکلات رفتاری مرتبط است، مدیریت تعارض اهمیت زیادی دارد.

الگوی ارتباطی مستبدانه و جهت گیری گفت و شنود

دو جهت گیری عمده در رابطه با الگوهای ارتباطی خانواده وجود دارد: «الگوی ارتباطی مستبدانه» و «جهت گیری گفت و شنود». الگوی ارتباطی مستبدانه به شرایط محیطی اشاره دارد که بیانگر میزان سازگاری و توافق در نگرش ها، ارزش ها و باورهای میان اعضای خانواده است. جهت گیری گفت و شنود به گفت و گوی آزاد و حمایتی بین اعضای خانواده می پردازد؛ به طوری که هر یک از اعضا تشویق می شوند افکار و احساسات خود را به صورت مستقل بیان کنند (ریچی^{۱۴}، ۱۹۹۱). در این خانواده ها همه اعضا در بیان نظرات و دیدگاه های خود آزادند و به عقاید یکدیگر احترام می گذارند (کوثرنر و مکی^{۱۵}، ۲۰۰۴). در نتیجه، فردیت و استقلال نوجوان به رسمیت شناخته می شود. چنین جوی به نوجوان فرصت ابراز احساسات و نظرات خود را می دهد. بنابراین، بحث و تبادل نظر به صورت منطقی دیده می شود، والدین اصراری به تحمیل نظرات خود ندارند و نظر نوجوان را به عنوان یک نظر مستقل می پذیرند. در خانواده های با جهت گیری گفت و شنود بالاتر، هنگام بروز تعارض، نوجوانان احساسات منفی و تعاملات خصمانه کمتری را در تعامل با والدین تجربه می کنند. در خانواده هایی که جهت گیری گفت و شنود دیده می شود، بین روابط پذیرای خانوادگی و شدت تعارض رابطه قوی منفی وجود دارد؛ بدین صورت که الگوی ارتباطی پذیرا و مثبت والد-نوجوان به نزدیکی و صمیمیت

بیشتر آنان منجر می شود و کمک می کند که مشکلات، مسائل و تعارضات خود را با یکدیگر در محیطی انعطاف پذیر و صمیمی حل کنند (راتر و کانگر^{۱۶}، ۱۹۹۵). از سوی دیگر، وجود فضای بحث و تبادل نظر آزاد در خانواده، به رشد مهارت های ارتباطی نوجوان منجر می شود (فراحتی و همکاران، ۱۳۹۰) و او را قادر می سازد که به طور مؤثرتری درباره نقش ها و انتظارات خود با دیگران گفت و گو کند. در چنین فضایی، اعضای خانواده قادرند راه حل ها و دیدگاه های تازه و جایگزین برای حل تعارض کشف کنند (شرمان و داملا^{۱۷}، ۲۰۰۸)؛ در حالی که در الگوی ارتباطی مستبدانه، تأکید به اطاعت از والدین و پذیرش بی چون و چرای ارزش های مورد قبول والدین با خصوصیات دوره نوجوانی از جمله استقلال خواهی و هویت یابی مغایرت دارد و اختلاف نظر و چالش با والدین را تشدید می کند. بنابراین، لزوم توجه و آموزش در زمینه نحوه رفتار و تعامل والدین با نوجوان و ارتقای کیفیت مهارت های ارتباطی در خانواده می تواند در کاهش تعارض های والدین و فرزندان عاملی بازدارنده باشد (قمری و قمری، ۱۳۹۳).

چگونه تعارض را مدیریت کنیم؟

به دلیل مشاهده برخوردهای منفی در هنگام تعارض و اهمیت نحوه مدیریت آن، مطالعه این فرایند مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. گروهی از نظریه پردازان، وقوع تعارض در تعاملات روزمره والد-نوجوان را امری طبیعی و بهنجار می دانند که ناشی از الگوی طبیعی رشد نوجوان است و معتقدند بروز آن پدیده ای طبیعی و اجتناب ناپذیر است که فارغ از ساختار و فضای تعاملات خانواده رخ می دهد. در هر صورت، برای حل تعارض و بهبود روابط والدین و نوجوانان نیاز به اقدامات پیشگیرانه و برنامه های

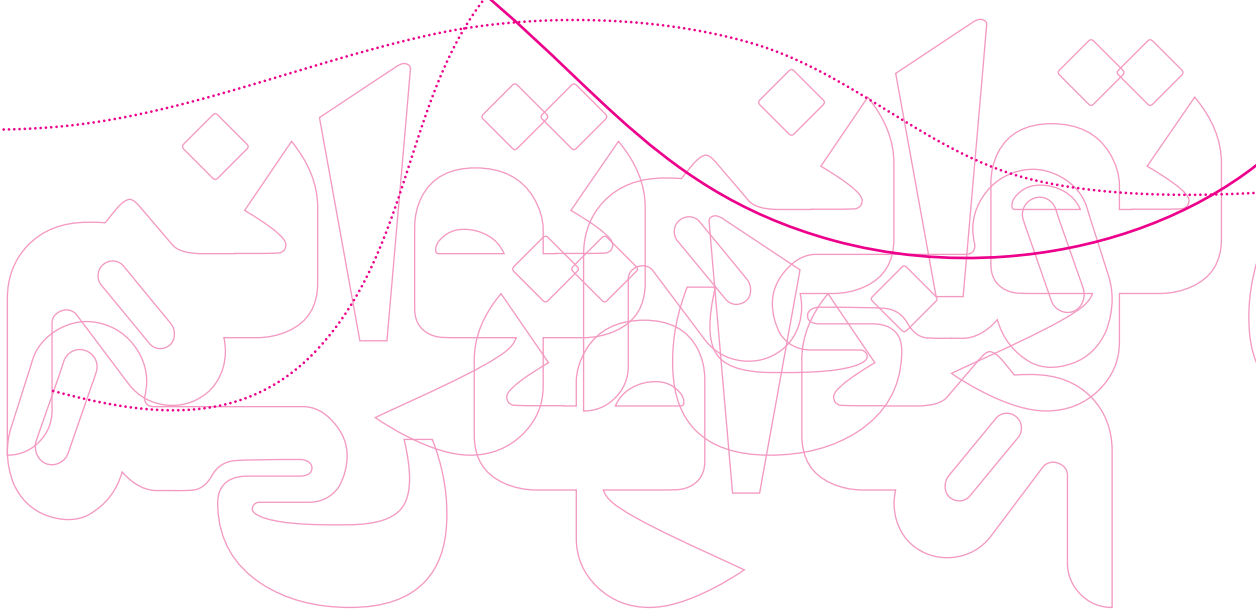
والدینی که از تفاوت ارزش‌های نوجوان با الگوهای مطلوب خانوادگی بیم دارند، ضمن محترم شمردن فرایند هویت‌یابی و انتخاب نوجوان، باید روابط والد-فرزندی را به صورت سالم و سازگار حفظ کنند. تنها در این صورت است که نوجوان شنوا و پذیرای انتظارات و ارزش‌های والدین خود خواهد بود

اخلاقی و انضباطی پایبندند، از سخت‌گیری و افراط بپرهیزند و در شرایط لازم، انعطاف‌پذیری و چشم‌پوشی داشته باشند؛ زیرا یکی از تکالیف عمده والدین ایجاد محیطی امن و شاد و تشویق‌کننده برای نوجوان است تا بتوانند در سایه استقلال به کاوش و رشد اجتماعی، شناختی و عاطفی دست یابند. وقتی فرزند به نوجوانی می‌رسد، اهمیت نظارت بر او همچنان پابرجاست اما نسبت به تشویق خودمختاری و استقلال در اولویت بعدی است. گفتنی است که بر اساس بعضی پژوهش‌ها، تعارض والد-نوجوان پیش‌بینی‌کننده تفاوت در ارزش‌های خانوادگی است اما برعکس آن صادق نیست. به عبارت دیگر، تعارض بیشتر در روابط والد-نوجوان، تفاوت بیشتر در ارزش‌های آنان را در پی دارد؛ در حالی که تفاوت در ارزش‌های خانوادگی والد و نوجوان پیش‌بینی‌کننده تعارض آن‌ها نیست (پلادیلا و همکاران^{۱۹}، ۲۰۱۶). بنابراین، والدینی که از تفاوت ارزش‌های نوجوان با الگوهای مطلوب خانوادگی بیم دارند، ضمن محترم شمردن فرایند هویت‌یابی و انتخاب نوجوان، باید روابط والد-فرزندی را به صورت سالم و سازگار حفظ کنند. تنها در این صورت است که نوجوان شنوا و پذیرای انتظارات و ارزش‌های والدین خود خواهد بود. بهتر است والدین فعالانه به صحبت‌های نوجوان گوش کنند، احساسات او را بپذیرند و به هیچ‌وجه او را به خاطر تجارب هیجانی‌اش سرزنش نکنند. فقدان یا کمبود ارتباط مؤثر بین والدین و نوجوان، از عوامل عمده افزایش سطح تعارض در ارتباط والد-نوجوان است (الکساندر^{۲۰}، ۱۹۷۳؛ باورمن و الدر^{۲۱}، ۱۹۶۴؛ به نقل از وایت^{۲۲}، ۱۹۷۸). بنابراین، در هنگام بروز اختلاف نظر لازم است والدین ضمن حفظ شکیبایی خود، در فضایی صمیمی برای چگونگی حل مسئله با هم گفت‌وگو کنند.

مداخله‌ای است که بتواند به‌طور مؤثر به بهبود رابطه و افزایش سازگاری به خانواده‌ها کمک کند.

همان‌طور که گفته شد، کشمکش اصلی بین نوجوان و خانواده درباره میزان استقلال است. پژوهش‌های متعدد نشان می‌دهند که وقتی والدین به نوجوان خود درجه‌ای از خودمختاری را اعطا می‌کنند، تعارض کاهش می‌یابد. از سوی دیگر خشم، محدودیت، تنبیه و منع استقلال، تعارض والد-فرزندی را افزایش می‌دهد (بوش و پترسون^{۱۸}، ۲۰۱۳). والدینی که به تلاش نوجوان برای خودمختاری با افزایش استبداد پاسخ می‌دهند، باعث می‌شوند فرزندشان تقاضاهای آنان را کمتر اجابت کند و مبادله‌های منفی بیشتری بین آن‌ها شکل بگیرد (الیسون و شولتز، ۲۰۰۰).

تغییرات آغاز شده در ابتدای نوجوانی، ادراکات و احساسات نوجوانان درباره خود و رابطه‌شان با دیگران، از جمله والدین، را تغییر می‌دهد (الیسون و شولتز، ۲۰۰۰). بنابراین، نوجوانان به خود حق می‌دهند که در مسائل مربوط به خانه و خانواده اظهارنظر کنند و افکار و عقاید و اعمال اعضای خانواده را مورد سؤال قرار دهند (احمدی، ۱۳۸۲). مادران و پدرانی در فرزندپروری موفق‌اند که مهارت‌های لازم در این زمینه را کسب کنند. والدینی که از ویژگی‌های رشدی فرزند خود آگاهی ندارند، ممکن است بخواهند با امر و نهی کردن و دستورالعمل‌های مستقیم نوجوان را به انجام دادن برخی از کارها و پرهیز از امور دیگر ترغیب کنند. از جمله این موارد می‌تواند اصرار و تأکید بیش از حد بر وضعیت درسی باشد که این اصرار نه تنها منجر به رشد و پیشرفت تحصیلی نمی‌گردد بلکه ضمن مختل کردن رابطه، ممکن است به مقاومت نوجوان و بی‌توجهی به تحصیل منجر شود (قمری و همکاران، ۱۳۹۳). در مجموع، بهتر است والدین در عین حال که به اصول



با او می‌دانند؛ روشی که در انتها به افزایش مهارت استدلال در نوجوان و کاهش میزان بروز تنش در روابط منجر خواهد شد (جباری و همکاران، ۱۳۹۳).

سخن پایانی

در این میان، نقش متولیان آموزش و پرورش حائز اهمیت است. نوجوانان به معلمانی نیاز دارند که از تغییرات رشدی آگاه باشند و بتوانند به آن‌ها در حوزه ارتباط با والدین آموزش‌های لازم را ارائه دهند. بنابراین، به معلمان و به‌ویژه مشاوران مدارس پیشنهاد می‌شود که با تشکیل جلسات مشاوره‌ای و آموزشی، دانش خانواده‌ها را در زمینه ویژگی‌های تحولی دوره نوجوانی، تغییرات جسمانی، شناختی و روانی - اجتماعی، اقتضائات روابط والد-نوجوان، حل مسئله، شیوه ابراز احساسات و هیجانات، استقلال‌طلبی و هویت‌یابی ارتقا دهند و در این راستا از منابع روزآمد و علمی بهره بگیرند.

● فهرست منابع لاتین در دفتر مجله موجود است.

کارکرد ارتباطی سالم در خانواده به اعضا کمک می‌کند که انتظارات، خواسته‌ها و نیازهایشان را بیان کنند و در صدد رفع آن‌ها برآیند اما فقدان ارتباط چنین امکانی را سلب می‌کند. ارتباط و تعارض بین نوجوان و والدین اغلب مستلزم مذاکره مجدد درباره قواعد، نقش‌ها و روابط مربوطه به موضوعات روزمره مانند فعالیت‌ها، دوستان، مسئولیت‌ها و مدرسه است (شرمان و داملا، ۲۰۰۸). بنابراین، بهتر است در الگوهای تعاملی والد و نوجوان، متناسب با مقتضیات نوجوانی تغییراتی صورت گیرد و به مهارت‌های حل مسئله، مذاکره و گفت‌وگو، کنترل خشم، شناسایی خطاهای شناختی، تصمیم‌گیری و تعیین قواعد و مسئولیت‌ها بیش از پیش توجه شود. در این زمینه می‌توان به متخصصان این امر مراجعه کرد. در نهایت، گفتنی است که یکی از اثربخش‌ترین روش‌ها برای تعامل سازگار با نوجوان، حفظ عزت‌نفس و ارزشمندی اوست. متون اسلامی در زمینه تربیت فرزند به سه دوره تربیتی اشاره دارند و در این میان، از دوره نوجوانی به عنوان «دوره مشورت و وزارت» یاد می‌کنند. آن‌ها یکی از شیوه‌های تقویت عزت‌نفس در نوجوان را مشورت کردن

پی‌نوشت‌ها

دانش‌آموزان مقطع راهنمایی. نشریه علمی-پژوهشی آموزش و ارزیابی. سال هفتم، شماره ۲۸، ۶۲-۵۱.

۵. قمری، محمد؛ قمری گندوانی، آرزو. (۱۳۹۳). رابطه ابعاد عملکرد خانواده با تعارض والد-نوجوان در بین دانش‌آموزان مقطع راهنمایی. فصلنامه فرهنگی-تربیتی زنان و خانواده. سال هشتم، شماره ۲۶.

۶. کوهستانی، حمیدرضا؛ روزبهانی، نسرين و باغچقی، نیره. (۱۳۸۸). تجارب دوران بلوغ نوجوانان پسر. دو ماهنامه پرستاری ایران. ۲۲ (۵۷)، ۶۵-۵۳.

۷. جباری، طاهره؛ اسمعیلی، معصومه؛ کلانتر هرمزی، اتوسا (۱۳۹۳). تأثیر آموزش حقوق متقابل والد-فرزند از دیدگاه آموزه‌های اسلامی بر کاهش تعارضات والد-فرزند. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی. سال پنجم، شماره ۱۹.

21. Bowerman & Elder
22. White

منابع

۱. احمدی، احمد. (۱۳۸۲). روان‌شناسی نوجوانان و جوانان. اصفهان: انتشارات مشعل.

۲. اسدی یونسی، محمد رضا و همکاران. (۱۳۹۰). تدوین و اعتباریابی پرسش‌نامه سنجش تعارض والد-نوجوان. فصلنامه خانواده و پژوهش، ۸(۱۲): ۴۷-۷۰.

۳. فراهی، مهرداد؛ فتحی آشتیانی، علی و مرادی، علیرضا. (۱۳۹۰). تأثیر الگوهای ارتباطی خانواده و مهارت‌های ارتباطی نوجوانان. فصلنامه خانواده و پژوهش، ۱۰، ۸۶-۶۹.

۴. قمری، محمد؛ امیری مجد، مجتبی و خوشنام، امیرحسین. (۱۳۹۳). رابطه عملکرد خانواده و تعارض والد-نوجوان با پیشرفت تحصیلی

1. Mogler
2. Nebel- Schwalm
3. Branje & Doorn & Valk
4. Robin & Foster
5. Steinberg
6. Kim
7. Donnellan
8. Feinberg, Kan & Hetherington
9. Laursen & Hartup
10. Gottman
11. Allison & Schultz
12. Klahr, McGue, Iacono & Burt
13. Kiralp
14. Ritchi
15. Koerner & Maki
16. Rueter & Conger
17. Sherman & Dumlaio
18. Bush & Peterson
19. Padilla & McHale
20. Alexander