

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

حسب

دوره سیزدهم، شماره پنجم

نام جزوه: جستجو

نویسنده: هیأت تحریریه موسسه در راه حق

ناشر: موسسه در راه حق

نوبت چاپ: مکرر

تاریخ چاپ: ۱۳۹۷ هـ ش

چاپخانه: سلمان فارسی

نشانی: قم، خیابان آیت الله مرعشی نجفی (ارم)

کوچه ۲۰ - پلاک ۱۰ - موسسه در راه حق

تلفن: ۲-۳۷۷۴۳۲۲۱ (۰۲۵)

www.darrahehaq.com

سامانه پاسخگویی پیامکی: ۱۰۰۰۲۲۲۳۳۳

رایگان

فهرست مطالب

- روح پرخروش..... ٥
- فواید خودشناسی..... ١١
- مشکلات دوران بلوغ..... ٢١
- نقاط قوت و ضعف..... ٢٧

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۵

روح پرخروش

روح کنجکاو و پرخروش جوان، همیشه درصدد جستجو و آشنایی با پدیده‌های وجودی خود و اطراف و پیرامون خویش است. جوان، بنا به موقعیتی که دارد، محیطی که در آن زندگی می‌کند، شرایط زمانی خاصی که در آن به سر می‌برد، دوستانی که با آن‌ها نشست و برخاست دارد، زمینه‌های شکل‌گیری افکار و عواطف و شخصیت او فراهم می‌شود.

افکار و اندیشه شما، همواره تحت تأثیر مسائل و عوامل درونی و بیرونی شماست که هر لحظه به نحوی و به شکلی توجه شما را به خود جلب کرده، سیر افکار و اندیشه‌های شما را به سوی خود می‌کشاند.

کشش و انگیزه‌های شما برای انجام دادن کارها و فعالیت‌ها، شرکت در انجمن‌ها و محافل دوروبر شما، حاکی از نیازهای جسمی و روانی شماست که به صورت هدف‌ها و آرزوها و خواسته‌ها، موجب حرکت و جنب و جوش شما برای رفع نیازها و احتیاجاتتان می‌شود.

گاهی به خود، به آینده خود، به خواسته‌ها و نیازمندی‌های خود، به محیط پیرامون خویش، به دوستانی که با آنان در ارتباط هستید و به سخنان و برخوردهای والدین می‌اندیشید. زمانی هم غرق در شناخت پدیده‌ها و شگفتی‌های بزرگ عالم طبیعت می‌شوید و به مظهر آیات الهی و خالق و آفریننده عالم طبیعت می‌اندیشید. زمانی دیگر به

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۷

شخصیت های بزرگی که در جامعه و تاریخ، انقلاب و تحوّل عظیم به وجود آورده اند. لحظه ای بعد پرنده خیالتان به محیط خانه و فضای آموزشی بازمی گردد و از برخوردی که با دیگران داشته اید، نگران می شوید و از رفتار خود با دیگران تعجب می کنید و به فکر فرومی روید. گاهی احساس موفقیت می کنید و از خود رضایت دارید و خود را از دیگران بهتر و بالاتر می دانید و فکر می کنید که دیگران، احساسات شما را درک نمی کنند و زمانی یأس و ناامیدی سراسر وجود شما را می گیرد و احساس کمبود و حقارت می کنید و خود را از دیگران کم تر و عقب مانده تر می بینید. از عصبانیت ها و پرخاشگری هایی که نسبت به دیگران داشته اید، غمگین و ناراحت شده اید، از

عهدشکنی‌های خود، از این که در مقابل تمایلات و هوس‌ها و خواسته‌های زودگذر تسلیم می‌شوید و از این که نمی‌توانید تصمیم بگیرید و اراده‌ای ضعیف دارید، سخت شرمنده‌اید.

همه این حالات و نوسانات روحی و روانی از ویژگی‌های دوران جوانی است که ذهن شما را همواره به خود مشغول می‌کند؛ زیرا شما کودک و نوجوان دیروز، یک باره در دوران بلوغ با سرعت فوق‌العاده‌ای رشد کرده‌اید و خود را در موقعیت جدید و پرمسئولیت امروز می‌یابید و همین، موجب سردرگمی شما شده است. گاهی ذهن شما فعال شده، از خود می‌پرسید که: من کیستم؟

این خواسته‌ها و تمایلات در من برای چیست؟

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۹

در برخورد با دیگران چگونه باشم؟
دیگران درباره من چه تصویری دارند؟
چگونه می‌توانم خودم را کنترل کنم؟
تا چه حد باید خشم خود را فروبرم؟
چگونه زندگی کنم که رفتارم سبب رنجش
دیگران نشود و موجب رضایت و احترام مردم باشد؟
چگونه می‌توانم از آرامش روانی برخوردار
باشم؟

چه کار کنم و چگونه باشم تا دوستان خوبم مرا

بپذیرند؟

چگونه باشم تا دیگران مرا دوست بدانند؟

و ...

همه این سؤال‌ها شمارا به دو پرسش اساسی
هدایت می‌کند و می‌کشاند که:

۱. من کیستم؟

۲. چگونه باید باشم؟

این دو سؤال و سؤال‌هایی از این قبیل، شمارا
به این حقیقت راهنمایی می‌کند که:

تا نیابی معرفت، بر نفس خویش

ره نیابد نفس تو گامی به پیش^۱

بنابراین، مهم‌ترین مسئله‌ای که شما جوان عزیز،
باید به آن پردازی و به آن دست‌یابی، خودشناسی
است. حال ببینیم که خودشناسی چه فوایدی می‌تواند
برای شما داشته باشد؟

فواید خودشناسی

۱. چون انسان، ذاتاً خود را دوست دارد، در شرایط عادی، قادر به دیدن ضعف‌ها و ناتوانایی‌ها و عیب‌ها و نقص‌های خود نیست. خودشناسی، راه را برای قضاوت صحیح درباره رفتار و اعمال خود هموار می‌کند و همچنین زمینه را برای تهذیب و پالایش نفس فراهم می‌سازد.

۲. انسان، با خودشناسی و تفکر درباره خودش می‌تواند خود را ارزیابی و تحلیل کند، رفتارهای منفی را از خود دور کند و درصدد تقویت جنبه‌های مثبت خویش و انجام دادن کارهای خوب باشد.

۳. با تفکر درباره خود و رفتار خویش، می‌توان به فعالیت‌های روزمره زندگی، شکل و جهت صحیح

داد و زمینه را برای بهره‌برداری از استعدادها و توانایی‌های بالقوه خود فراهم کرد.

۴. با خودشناسی و تفکر درباره هیجان‌ات و خواسته‌هایمان، با عواطف و غرایز خویش آشنا می‌شویم و درمی‌یابیم که چگونه باید آن‌ها را تحت نظارت و کنترل داشته باشیم و همچنین متوجه می‌شویم که چگونه از سرمایه‌های وجودی خویش و فرصت‌هایی که در مراحل مختلف زندگی به دست می‌آید، حداکثر بهره‌برداری را بنماییم و در موقعیت‌های حسّاس، مهارت‌های لازم را با به‌کارگیری معیارهای دینی در بروز رفتارهای مناسب رعایت نماییم و از هرگونه رفتارهای ناهنجار پرهیز

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۱۳

نموده و بر غرایز- که حاکمیت نیرومندی بر انسان دارند، فایق آییم.

۵. انسان با خودشناسی و تفکّر درباره خود، می‌تواند از چنگال صفات و خصلت های پلیدی چون: غرور، خودخواهی، حرص و آز، کینه، دروغ، حسد، بخل و هرگونه عادت بد و ناپسند رهایی یابد و با به‌کارگیری قدرت عقل و ایمان و اندیشه و تفکّر، در سیر به‌سوی کمال و سعادت - که همواره مردان بزرگ، پیشگام آن بوده‌اند، دست یابد.

۶. چون همه تلاش‌ها و فعالیت‌های روزانه انسان برای تأمین خواسته و تأمین نیازمندی‌ها و منافع و مصالح خویش است، بنابراین، شناخت خویش، شناخت منشأ رفتار و اعمال خود بر همه

مسائل مقدّم است و اصولاً کسی که خود را شناخت، پروردگار خویش را نیز خواهد شناخت.^۱

من کیستم؟

یکی از کنجکاوی‌های شما جوانان که برایتان بسیار لذت بخش است، این است که درباره خود بدانید و بدانید کیستید و کجااید و چه ویژگی‌هایی دارید.

آشنایی با شخصیت خودتان، به شما کمک خواهد کرد تا بهتر تصمیم بگیرید و با مشکلات و مسائل روزمره بهتر کنار بیایید و به راه‌حل‌های مناسب‌تر برسید و مهارت در حل مسائل زندگی پیدا کنید.

۱. حدیث نبوی (صلی‌الله‌علیه‌وآله): من عرف نفسه فقد عرف ربه.

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۱۵

یکی از مسائل مهم دیگری که شما جوانان، باید نسبت به آن آگاهی داشته باشید، این است که تصویر روشن و مشخصی از خود به دست آورید و بتوانید آن را به خوبی بیان کنید؛ زیرا این مسئله، اغلب برای بیشتر شما جوانان که می‌خواهید شخصیت خود را به نحوی در بین دوستان و همسالان و حتی بزرگسالان مطرح کنید، دشوار می‌شود.

بنابراین، این که شما بدانید چه کسی هستید و در این سن (آغاز جوانی و بلوغ) چه کارها و رفتاری باید انجام دهید، حایز اهمیت است.

پس باید اولاً بدانید چه ویژگی‌هایی دارید؟

ثانیاً آگاهی پیدا کنید که ویژگی‌های یک فرد، ممکن است در طول زمان و گذشت روزگار، تغییر کند و تکامل یابد.

ویژگی‌های متفاوتی که در افراد به صورت‌های مختلف وجود دارد و ممکن است موجب بروز رفتارها و خصلت‌های متفاوت آنان بشود، از این قرار است:

شخصی ممکن است ترجیح بدهد که در جمع باشد، یکی تنهایی را دوست دارد، یکی دوست دارد که فعالیت‌های آرام و بی‌سروصدایی انجام دهد و دیگری دوستدار فعالیت‌های هیجان‌انگیز است. یکی مطالعه را دوست دارد و دیگری به کارهای فنی و کامپیوتری علاقه‌مند است. یکی نگران نمرات خود

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۱۷

است و دیگری حساسیتی نسبت به آنها ندارد. یکی به وسیله شنیدن، چیز یاد می‌گیرد و دیگری به وسیله دیدن و انجام دادن کارهای عملی. یکی ترجیح می‌دهد که یادگیری درسی و حل تمرین‌ها را با گروه کار کند و دیگری دوست دارد به تنهایی کارها را انجام دهد. یکی دیگران را به راحتی تحمل می‌کند و دیگری هرگز یک لحظه حوصله تحمل دیگران را ندارد.

بنابراین، جوانان درباره این‌که چه کسی هستند و چه ویژگی‌های شخصیتی‌ای دارند و چه چیزی برای آنان مهم است، باید فکر کنند. باید درباره این مسئله بیندیشند که آیا در اثر گذشت زمان، همان‌طور که بزرگ‌تر می‌شوند، همه چیز در آنان تغییر خواهد

کرد و یا این که بعضی چیزها سال ها در آنان ثابت خواهد ماند؟

در ارزیابی و بررسی خصوصیات و ویژگی‌هایی که در بالا ذکر شد، ممکن است شما جزو گروه اول باشید و یا جزو گروه دوم و یا این که بعضی از ویژگی‌های گروه اول را داشته باشید و بعضی از ویژگی‌های گروه دوم را. مهم این است که در درجه اول، جایگاه و موقعیت خودتان را بشناسید و بدانید که چه ویژگی‌هایی دارید و بین خود و دیگران چه تفاوت‌هایی وجود دارد و همچنین این که دوست دارید جز گروه اول باشید یا دوم؟ یا هیچ کدام؟

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۱۹

انتخاب شما بستگی دارد به این که چه چیزهایی را ارزشمند می‌دانید: مطالعه کردن، سخاوتمند بودن، روحیه جمعی داشتن، مستقل بودن، آزاد بودن و ... جمع بین آن‌ها چگونه است و شما چرا آن‌ها را به عنوان یک ارزش انتخاب کرده‌اید. اگر به دلیل آن پی ببرید، دیگر سردرگم نخواهید بود و در طول گذشت زمان، همواره سعی شما این خواهد بود که صفت‌های خوب را در خود تقویت نمایید و پرورش دهید؛ ولی اگر به این مسائل آگاه نباشید، رفتارهای خود و دیگران برای شما نامعلوم و مسئله ساز خواهد بود و شما درک درستی از خود و دیگران نخواهید داشت و در انتخاب موقعیت‌ها و سازگاری با دیگران و ادامه دوستی‌ها برای شما

دشوار خواهد بود. شما کم کم پی می‌برید به این که کارهایی در گذشته انجام می‌دادید که در اثر آگاه شدن و تحوّل دیدگاه شما تغییر کرده و اکنون راه بهتری را انتخاب کرده‌اید.

شما به ویژگی‌های خود و دوستانان پی برده‌اید و از طرفی فهمیده‌اید که این ویژگی‌ها و حالات، در طول گذشت زمان، قابل تغییر و بهبود است. هر چه شما تفکر می‌کنید و آگاه‌تر و فهمیده‌تر می‌شوید، راه بهتری را انتخاب می‌کنید و به ارزش‌های والاتری دست می‌یابید و این خود، موجب رشد شخصیت شما می‌شود. بنابراین به شما این احساس دست می‌دهد که دائم در حال تغییر و رشد و پیشرفت هستید.

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۲۱

از طرفی احساس می‌کنید که ارزش‌های متعالی و مطلق‌ی وجود دارد که همواره در طول گذشت زمان برای شما ثابت و پایرجاست. مثلاً محبت به افراد ناتوان، رعایت عدالت و ظلم نکردن به دیگران، کمک به افراد نیازمند، این‌ها مواردی است که در هر موقعیت مکانی و زمانی‌ای که باشید، برای شما مهم و ارزشمند و قابل‌اعتنا است.

مشکلات دوران بلوغ

بلوغ را پایان دوره نوجوانی و آغاز جوانی (یا بخش نخست از دوره جوانی) شمرده‌اند. جوانی که به دوران «بلوغ» وارد می‌شود، به فضایی تازه و تا حدی ناشناخته گام می‌نهد.

باید بدانیم که در این دوران، همواره در حال رشد و تغییر هستیم. بسیار هم عادی است که با شروع این دوره، تغییرات گسترده‌ای در وجود ما اتفاق می‌افتد. این امر ممکن است برای نوجوانانی که نمی‌خواهند خودشان را از همسالانشان جدا و متفاوت ببینند، اضطراب‌آور باشد و احساس نگرانی کنند. برخی با تغییر شکل و قیافه و قد و وزن خود مشکل پیدا می‌کنند و در این مورد، به خودآگاهی می‌رسند و اغلب برای پرهیز از آزار و اذیت همسالان از آنان کناره‌گیری می‌کنند. با وجود این، برخی دیگر، به خاطر تغییرات ظاهری جسمی و باطنی روانی که پیدا می‌کنند، در مواجهه و ارتباط با دیگران، بسیار نگران و حساس می‌شوند.

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۲۳

در این مرحله از رشد که سالیانی چند به طول می‌انجامد، باید شما جوانان عزیز بدانید که اولاً تغییرات رشدی که در شما اتفاق می‌افتد، عادی است و این برای همه همسالان و همکلاسی‌های شما نیز اتفاق می‌افتد. دوم این که این تغییرات ظاهری و جسمی که در طی این مرحله از رشد در شما حاصل می‌شود، سریع اتفاق می‌افتد و زمان هر فردی با فرد دیگر، متفاوت است.

در این سنین، برخی از شما از نظر قد نسبت به دیگری بلندتر و بعضی کوتاه‌ترند و اگر احساس کردید که بلندترید کاملاً راحت باشید و احساس عادی داشته باشید؛ چون این امر مسئله مهمی در زندگی شما نیست و شما نباید احساس عجیبی بکنید

و یا اگر قد شما کوتاه‌تر است نیز نباید احساس نگرانی کنید؛ بلکه این موضوع را کاملاً عادی بدانید. در طی سال‌های دوره بلوغ، بیشتر افراد، به میزان متفاوتی رشد می‌کنند. وزن و قد برخی سریع‌تر از دیگران رشد می‌کند و ممکن است سنگین‌تر و چاق‌تر به نظر بیایند. بعضی از جوانان چون از مسئله رشد سریع در این دوران آگاهی ندارند، به خاطر رشد دست‌ها، پاها و حتی بینی خود، خجالت‌زده و مضطرب می‌شوند و احساس می‌کنند که مشکلی دارند؛ درحالی‌که اگر کاملاً به این امر آگاهی پیدا کنند، خواهند دانست که جریان رشد، امری زودگذر است و برای همه همسالانتان اتفاق می‌افتد و آنان پس از مدتی حالت عادی پیدا می‌کنند.

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۲۵

در طی این مرحله از رشد، امکان دارد تعدادی از دخترها یا پسرها صورتشان جوش بزند و بعضی به خاطر آن خجالت‌زده شوند؛ ولی آن‌ها که روحیه‌ای عادی و طبیعی دارند به هیچ‌وجه از این مسئله نگران نمی‌شوند، بلکه به خوبی می‌توانند با این رویدادهای طبیعی که برای بعضی از همسالانشان اتفاق می‌افتد کنار بیایند.

بنابراین، از این بابت، نباید نگران باشید. حتی ممکن است اشتهای شما به خوردن غذا زیادتر شود؛ چون بدن شما رو به رشد است و احتمالاً ممکن است چاق‌تر یا لاغرتر بشوید. با وجود این، قد شما روزبه‌روز، رو به افزایش است و پس از گذشت مدتی بدن شما کاملاً متفاوت به نظر می‌رسد. حتی

قیافه تان که ممکن است با بقیه بدن‌تان نامتناسب رشد کرده باشد و این مسئله سبب شده باشد که شما پیش خودتان تصور کنید که نامتناسب و یا بدقیافه هستید. به همین دلیل، این احساس به شما دست دهد که همه بدن شما درست رشد نکرده است درحالی‌که این امر طبیعی است و شما به تدریج حالت و رشد طبیعی پیدا می‌کنید و دیر یا زود به این مسئله آگاه می‌شوید و این حس را تجربه خواهید کرد. از طرفی کم‌کم با رشد موهای بدن و صورتتان (پسران) یا رشد حجمی برخی اندام‌ها (دختران) مواجه خواهید شد و کم‌کم صدای شما بم‌تر می‌شود. این مرحله از دوران رشد و بلوغ شما بسیار مهم است؛ زیرا تغییرات جسمانی شما طی این مرحله (البته در

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۲۷

مقایسه با مراحل دیگر زندگی شما) خیلی سریع تر رخ می‌دهد و این طبیعی است که احساس خجالت یا کمرویی کنید؛ اما به خاطر داشته باشید که این احساسات و حالت‌ها و سرعت رشد برای همیشه در شما ادامه نخواهد داشت.

اگر شما همانند همسالان خود، با سرعت رشد نمی‌کنید، هیچ نگران نباشید؛ زیرا قانون الهی طوری است که هر کس در زمان متفاوتی وارد دوران بلوغ می‌شود و آهنگ رشد و بلوغ با تغییراتی چند و با نوسانات زمانی مختلف، صورت می‌پذیرد.

نقاط قوت و ضعف

در این مرحله از رشد (بخش نخست از دوره جوانی)، بیشتر افراد در مرحله‌ای هستند که فقط همان لحظه و

همان زمان حال را می‌بینند و بیشتر آنچه را که با آن تماس دارند و ملموس است احساس می‌کنند. در نتیجه، برای آنان خیلی عادی و طبیعی است که تفکر دوگانه‌ای داشته باشند و خود را گاهی خوب و گاهی بد ببینند. از آنجایی که این گونه تفکر، تأثیر منفی بر توانایی‌ها و عملکرد نوجوان در پذیرفتن خود به عنوان یک انسان در بردارد، مهم است که بدانند که همه همسالانی که با آنان رفت و آمد و برخورد دارند، دارای نقاط قوت و ضعف‌اند و این امر، در همه وجود دارد و مختص آن‌ها تنها نیست.

بنابراین لازم است که نوجوانان در این سنین بدانند که همه افراد دارای نقاط قوت و ضعف‌اند و همچنین آگاهی پیدا کنند که اصولاً ما نباید یک فرد

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۲۹

را به طور کلی و مطلق، خوب (بدون عیب) و یا بد (بدون جهات خوبی) ارزیابی کنیم. این دیدگاه، دیدگاه درست و صحیحی نیست؛ زیرا اگر شما یک مداد و یک کاغذ بردارید و در مورد خودتان (یا هر کس در مورد خودش) فکر کنید که چه نقاط مثبت و چه نقاط منفی ای دارید، می توانید نقاط مثبت و قوت و نقاط منفی و ضعف خود را فهرست کنید. حال ممکن است بعضی، نقاط قوتشان بیشتر باشد و نقاط ضعفشان کم تر.

به هر حال، هر کس هم نقاط قوت دارد و هم نقاط ضعف. مهم این است که ما در سنی واقع شده ایم که می توانیم به تدریج، نقاط قوت خود را اولاً بشناسیم، ثانیاً می توانیم با اختیار و اراده نقاط

قوت را افزایش دهیم و از نقاط ضعف خویش، کم کنیم. در هر صورت، باید به این امر آگاهی پیدا کنیم که نقاط ضعف هر نوجوان و جوانی باعث نمی‌شود که او آدم بدی باشد و همچنین نقاط قوت هیچ کس هم سبب نمی‌شود که او مطلقاً آدم خوبی باشد. در این مرحله، مهم این است که هر کس تا چه اندازه به فکر این است که او را خودش را بشناسد و به نقاط قوت و ضعفش پی ببرد و در نهایت بتواند در تصمیم‌گیری‌های خود در زندگی، واقع بین باشد و در حل مسائل زندگی مهارت داشته باشد.

شما باید فکر کنید که غیر از ائمه معصومین (علیهم‌السلام)، آیا کسی در دنیا وجود دارد

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۳۱

که تمام ویژگی‌های او مثبت باشد؟ و آیا در دنیا کسی پیدا می‌شود که تمام ویژگی‌های او منفی باشد؟ پس حال که این طور نیست، باید این امید در شما زنده شود که حرکت تکاملی و رشدتان در صورتی تضمین شده است که سعی کنید به تدریج از نقاط ضعف خود بکاهید و به نقاط قوت خود بیفزایید و این هم، یک‌روزه نمی‌شود و به زمان احتیاج دارد و باید به تدریج صورت بگیرد، تا موفقیت و سعادت برای شما حاصل شود.

شما باید این دیدگاه خودتان را اصلاح کنید که «تصور نکنید شخص خوبی نیستید»؛ زیرا بعضی از کارها را درست و کامل انجام نداده‌اید. یا این که «صد درصد شخص خوبی هستید»؛ چون بعضی از کارها

را درست و کامل انجام داده اید! باید شما واقع بینانه فکر کنید و صادقانه بپذیرید که انسان خوبی هستید با فطرتی پاک و سالم که هنوز آلوده به فساد و یا انحراف اخلاقی نشده اید و یکی از نقاط قوت شما، قوه تعقل و تفکر شماست. ابزار تفکر مهم ترین نعمت و ثروت شما است.

عاقلانه فکر کردن و از معیارهای صحیح و به جا و به موقع استفاده کردن موجب پیشرفت و موفقیت همه انسان های بزرگ بوده و هست؛ زیرا همه انسان های بزرگ نیز، هم دارای نقاط قوت بوده اند و هم دارای نقاط ضعف. مهم این است که وجود نقاط ضعف سبب نگردیده که آنان از حرکت بازایستند و خود را ناتوان احساس کنند؛ بلکه آنان

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۳۳

همیشه دیدگاه مثبت و واقع بینانه داشته‌اند و این امر را در وجود خود و دیگران طبیعی دیده‌اند و سبب گردیده که باکمال قدرت و اراده، سعی و تلاش خود را در جهت صحیح با معیارهای درست و منطقی تطبیق دهند و احساس موفقیت کنند. با تفکر، دیدگاه خود را منطقی کنید تا احساس رضایت نمایید. جوانان در این دوران اغلب نسبت به اظهارنظر اطرافیان و صحبت‌های آنان بسیار حساس‌اند و به وسیله گوش دادن به آنچه خانواده پدر و مادر یا همسالان و معلمان درباره آنان می‌گویند و یا با مشاهده این که دیگران چگونه نسبت به آنان رفتار و عکس‌العمل نشان می‌دهند، چیزهایی را درباره خودشان برداشت می‌کنند که ممکن است واقعیت

نداشته باشد؛ زیرا آنان در این دوره سنی، هنوز چیزهای زیادی را تجربه نکرده اند و قدرت تفکر و تجزیه و تحلیل را هنوز در خود توسعه نداده اند. این امر سبب می شود که بعضی از آنان، برداشت نادرستی از خود، پرورش دهند؛ زیرا بعضی از جوانان هنوز نمی دانند و یا بهتر بگوییم نمی توانند همه دیدگاه ها و جنبه های مختلف کارها را در نظر بگیرند. این موضوع برای آنان بسیار آسان است که فقط نقاط منفی و نقاط ضعفی را که درباره خودشان از دیگران می شنوند، تعمیم و گسترش دهند و تصور کنند که همه (اعم از اطرافیان، والدین، همسالان و دیگر دوستان) درباره آنان فکر می کنند که آنان، شخص مناسب و خوبی نیستند. لذا این تعمیم و گسترش

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۳۵

تصور و پندار منفی، به طور منفی بر روی توانایی‌ها و حتی نقاط قوت آنان هم تأثیر گذاشته و خود را نمی‌پذیرند و یا دست کم می‌گیرند و لذا در انجام دادن کارها و وظیفه و تکالیف خود، سستی و لاابالگیری نشان می‌دهند.

بنابراین، مهم است که در این مرحله از رشد، جوانان بدانند و آگاه شوند که اوّلاً هر فردی اظهارنظر دیگران را با دیدگاه منفی نسبت به خود تلقی نکند و بد نپندارد. ثانیاً بر فرض پندار منفی دیگران، آن را از حقیقت و واقعیت ادراک خود نسبت به خودش جدا کند. در حقیقت، اگر در دست او گوهر باشد و تمام مردم دنیا بگویند آن گردو است، او شکی به خود راه ندهد و اگر در دست او گردو باشد همه بگویند

گوهر است، در تصوّر او تأثیری ایجاد نشود؛ زیرا اظهارنظر دیگران، حقیقت را تغییر نمی دهد و مهم این است که ما به حقیقت مسئله توجه کنیم نه اظهارنظر دیگران؛ زیرا اظهارنظر دیگران گاهی ممکن است مطابق با واقع باشد، و زمانی ممکن است مطابق با واقع نباشد.

اصولاً این موضوع اهمیت دارد که هر فردی قبل از این که به چیزی متعهد شود و در مورد مسائل و افراد دیدگاهی را قبول کند، باید همه جنبه ها را در نظر بگیرد و همچنین در مورد افراد و اشخاص همه ویژگی های آن ها را در نظر بگیرد. تنها به یک بعد توجه نکند و بقیه جنبه های دیگر فرد را فراموش کند، در این صورت قضاوت و ارزشیابی او درباره

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۳۷

مسائل غلط خواهد بود؛ به عنوان نمونه به این یک مورد اتفاق نگاه کنید که چگونه عده ای نسبت به عملکرد دانش آموزی به نام علی، فقط جنبه منفی را در نظر داشتند و از سایر جنبه های مثبت او در زندگی غافل بودند.

علی آقا در یک محله شلوغ زندگی می کرد. والدین او سرمایه زیادی نداشتند. به همین خاطر او بعد از ظهرها در نجاری کار می کرد و حتی عصرها روزنامه می فروخت تا بتواند درآمد زیادی کسب کند و بتواند برای مدرسه و زندگی خانواده خود، کمک بیشتری را فراهم بکند.

به همین جهت، در مدرسه خیلی نمرات بالایی را در درس ها نمی گرفت و معلمانش دائم به او

گوشزد می‌کردند که او باید بیشتر درس بخواند تا بالاترین نمره را بگیرد.

علی این را می‌دانست، اما آن‌ها بازهم مرتب حرف‌های خود را تکرار می‌کردند. پایان ثلث، هنگامی که علی نمراتش را به خانه می‌برد، احساس بدی داشت؛ زیرا مسئولین مدرسه از نمرات او راضی نبودند. ناظم مدرسه به او می‌گفت: «علی تو به جایی نمی‌رسی؛ مگر این که سخت درس بخوانی». مربی دیگر نیز همین حرف را تکرار می‌کرد. دوستانش نیز همین‌طور. وقتی که دیگران به او می‌گفتند: «آه، چه دانش‌آموز ناموفقی است!» به‌سادگی فراموش می‌کردند که او چه نوجوان

دوره سیزدهم، شماره پنجم / ۳۹

سخت‌کوش و مسئولیت‌پذیری در زندگی خانوادگی بوده است.

بنابراین، همه فقط از یک دید به علی نگاه می‌کردند و بقیه جنبه‌های مثبت علی را فراموش کرده بودند. در حقیقت، درباره شخصیت این دانش‌آموز، تصویر تحریف‌شده‌ای در ذهن داشتند، ولی علی نسبت به کار و خدمت به خانواده خود کاملاً مطمئن بود و سعی داشت با به دست آوردن امکانات و فرصت در آینده به درس و تلاش مضاعف بپردازد و گذشته را جبران بکند، هرچند که دیگران به این امر توجهی نداشتند.

پایان