



معاونت دانشجویی  
مرکز مشاوره دانشگاه



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
دفتر مشاوره و سلامت



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
دفتر مشاور امور زنان و خانواده

# دانشگاه دوستدار خانواده



**چرا برخی از جوانان  
دچار آسیب‌های  
روانی-اجتماعی می‌شوند؟**

بهار ۱۴۰۰

# چرا برخی از جوانان دچار آسیب‌های روانی-اجتماعی می‌شوند؟

این پرسش که چرا برخی از جوانان دچار آسیب‌های روانی-اجتماعی می‌شوند در ذهن بسیاری از والدین وجود دارد. در فرهنگ ما که فرزندان ثمره اصلی زندگی توأم با تلاش و زحمت به شمار می‌روند، این پرسش کاملاً طبیعی است؛ اما روشن نیست که والدین چه پاسخ و یا پاسخ‌هایی برای آن می‌یابند. متأسفانه اطلاعات در اینباره بسیار محدود است. از همین رو، در این نوشتار می‌کوشیم به علل گوناگون آسیب‌های روانی-اجتماعی و نیز راه‌های پیشگیری از آنها بپردازیم.

**بی‌تردید، خانواده‌ها با داشتن اطلاعات علمی و مستند در این زمینه به آرامش بیشتری دست خواهند یافت و بهتر قادر خواهند بود به فرزندان خود برای دستیابی به سلامت روانی و جسمانی کمک کنند.**

## منظور از آسیب‌های روانی-اجتماعی چیست؟

قبل از هر چیز باید گفت که آسیب‌های روانی-اجتماعی بسیار متعدد و متنوع‌اند، از جمله: اعتیاد، خودکشی، بزهکاری، بی‌بندوباری، خشونت و فرار. باید توجه داشت که مفهوم آسیب اجتماعی در فرهنگ‌های گوناگون ممکن است متفاوت باشد؛ برای مثال رفتار و پوشش مردم یک جامعه ممکن است در فرهنگ دیگر کاملاً نامناسب و زننده باشد. با این‌همه، تحقیقات نشان داده است که آسیب‌های اجتماعی ریشه‌های مشترکی دارند. برای مثال، عوامل زمینه‌ساز آسیب‌های گوناگون اجتماعی مانند بی‌بند و باری، بزهکاری و اعتیاد مشترک‌اند.



## عقیده و باور مردم درباره آسیب‌های روانی-اجتماعی

باور رایج مردم در زمینه آسیب‌های روانی-اجتماعی این است که تصور می‌کنند مشکلات فقط یک علت دارند. از جمله عواملی که مردم مطرح می‌کنند اینهاست:

✘ چون مواد در دسترس جوان‌هاست، معتاد می‌شوند.

✘ رفیق ناباب معتادش کرده است.

✘ به علت فقر مردم دست به دزدی می‌زنند.

✘ تا وقتی در خیابان‌ها مواد خرید و فروش می‌شود، نمی‌توان از اعتیاد پیشگیری کرد.

✘ تا فقر وجود دارد، بزهکاری هم وجود دارد.

✘ چون پولش را بدهکار نداد، به طرفش حمله کرد و به زندان افتاد.

✘ چون بیکار شده بود و نمی‌توانست خرج خود و خانواده‌اش را درآورد، به کلاهبرداری روی آورد.

اینکه آسیب‌های روانی-اجتماعی را فقط نتیجه عوامل کلان اجتماعی مانند فقر، بیکاری و همانند آن بدانیم، مشکلاتی جدی ایجاد می‌کند از جمله :

چنین نگرشی مسئولیت رفتارهای انحرافی و ناسالم را صرفاً به جامعه

منتقل می‌کند و موجب کاهش مسئولیت‌پذیری شخصی در افراد می‌گردد. باید به این مسئله توجه کرد که هدف، وسیله را توجیه نمی‌کند. به این معنی که فقر نمی‌تواند دلیل مناسب و توجیه‌کننده‌ای برای سرقت یا بزهکاری باشد.

**۲** در صورتی که فقر و بیکاری و عوامل مانند آن دلیل رفتارهای انحرافی باشد، باید انتظار داشت که همه افراد



بیکار یا فقیر به رفتارهای ناسالم روی آورند، در حالی که چنین نیست. همه مردم یا همه جوان‌ها به آسیب‌های روانی-اجتماعی آلوده نیستند. بسیاری از جوان‌ها و نوجوان‌هایی که در شرایط نامناسب مانند محله‌های فقیرنشین و آسیب‌خیز زندگی می‌کنند که موادمخدر بیشتر در دسترس است یا امکان انجام دادن بسیاری از رفتارهای ناشایست وجود دارد، به آسیب‌های روانی-اجتماعی دچار نمی‌شوند.

**۳** از سوی دیگر، اگر پدیده‌هایی مانند فقر و بیکاری عامل آسیب‌های روانی-اجتماعی باشد، فقط باید افراد فقیر و بیکار به آسیب‌های روانی-اجتماعی دچار شوند؛ اما پژوهش‌ها نشان می‌دهد که آسیب‌های روانی-اجتماعی در اقشار ثروتمند و افرادی که وضع مالی مناسب دارند نیز وجود دارد. اگر بیکاری عامل جرم و جنایت است، پس چرا بسیاری از مجرمان شاغل‌اند؟ یا اگر مجرد بودن عامل رفتارهای نامناسب و انحرافی است، پس همه مجردها باید مبتلا به چنین رفتارهایی باشند و آسیب‌های اجتماعی در افراد متأهل نباید دیده شود؛ در حالی که چنین نیست.

## علل آسیب‌های روانی-اجتماعی

همان‌طور که مشاهده می‌کنید، واقعیت و آمار چیز دیگری می‌گویند. مطالعات علمی درباره علل آسیب‌های روانی-اجتماعی نشان می‌دهد این پدیده‌ها فقط یک عامل ندارد بلکه دلایل گوناگونی دست به دست هم می‌دهند تا چنین معضلاتی به وجود آید.

### علت‌های متعدد برای آسیب‌های روانی-اجتماعی مطرح شده است:

۱. عوامل زیستی مانند عوامل ارثی و ژنتیک.

۲. عوامل روانی و فردی مانند عزت‌نفس، مهارت‌های ارتباطی، مهارت حل مسئله، نحوه ارتباط والدین-فرزندان، میزان اعتقادات و باورهای مذهبی و معنوی فرد.

۳. عوامل اجتماعی مانند محله و محیط زندگی فرد، میزان حمایت‌های اجتماعی، دوستان و همسالان.

۴. عوامل فرهنگی و تاریخی.

۵. عوامل سیاسی و حتی جغرافیایی.

همان‌طور که مشاهده می‌کنید بعضی از این عوامل در سطح خرد است مانند علل فردی؛ بعضی در سطوح کلان است مانند علل سیاسی، فرهنگی، اجتماعی. با این حال، متأسفانه در کشور ما بیشتر مردم فقط با شماری از عوامل مؤثر در آسیب‌های روانی-اجتماعی آشنایی دارند. بیشترین توجه خانواده‌ها به‌ویژه به عوامل کلان اجتماعی، فرهنگی و مانند آن محدود می‌شود. از باورهای رایج میان مردم اینهاست:

◀ برای اینکه جوان‌ها به اعتیاد آلوده نشوند، باید مرزها را بست.

◀ وقتی جوان کاری برای انجام دادن نداشته باشد، به سراغ دزدی و بزهکاری می‌رود.

◀ وقتی جوان‌ها سرخورده می‌شوند، خودکشی می‌کنند.

◀ چون جوان‌ها نمی‌توانند ازدواج کنند، به راه‌های انحرافی کشیده می‌شوند.

◀ چون جوان‌ها محدود شده‌اند، به سراغ بی‌بندوباری رفته‌اند.

◀ تا قانون نباشد هیچ‌کاری برای پیشگیری از خشونت نمی‌توان کرد.

اگرچه عواملی مانند در دسترس بودن مواد، فقر، سرخوردگی‌های ناشی از وضع اجتماعی، محدودیت‌هایی که برای ازدواج جوانان وجود دارد، دیگر محدودیت‌های اجتماعی، نبود یا ضعف قانون و عوامل کلان دیگر بر آسیب‌های اجتماعی تأثیر

دارند و نمی‌توان به آنها بی‌توجهی کرد، اما قسمت مهمی از آسیب‌های اجتماعی در عوامل فردی و خانوادگی ریشه دارد. به عبارت دیگر، تأثیر و تعامل عوامل خرد و کلان است که زمینه را برای بروز و شیوع آسیب‌های روانی-اجتماعی مهیا می‌سازد و نه فقط عوامل کلان اجتماعی، فرهنگی، قانونی و جز آن .



**در کشور ما، بیشتر مردم فقط با شماری از عوامل موثر در آسیب‌های روانی-اجتماعی آشنایی دارند.**



## محدودیت نگرش و عقیده مردم درباره آسیب‌ها

چنانچه فقط به عوامل کلان آسیب‌های روانی-اجتماعی بپردازیم، چند مشکل جدی ایجاد می‌شود:

۱. بی‌توجهی به عوامل خرد، به‌ویژه عوامل فردی و خانوادگی.

۲. از دست دادن زمان و امکانات برای کمک به نسل جوان، نوجوان و کودک.

۳. افزایش آسیب‌های روانی-اجتماعی.

۴. درماندگی و ناامیدی درباره پیشگیری از آسیب‌های روانی-اجتماعی.

**ممکن است پرسید چرا ممکن است چنین عواقبی ایجاد شود؟** زیرا، عوامل کلان اجتماعی، فرهنگی، به سبب ماهیت و پیچیدگی، به بررسی‌ها، هماهنگی‌ها و تغییرات شدید نیاز دارد که زمان زیادی را به خود اختصاص می‌دهد. ایجاد قانون یا تغییر آن، تغییر در وضع مرزهای کشور، ایجاد برنامه‌ها و مداخلات خاص و مانند آن، همگی به برنامه‌ریزی‌ها و هماهنگی‌های بین سازمان‌ها، ادارات، وزارتخانه‌ها و حتی هماهنگی‌های بین‌المللی نیاز دارند.

برطرف کردن فقر کاری نیست که در کوتاه‌مدت انجام شدنی باشد؛ بنابراین چنانچه فقط منتظر چنین تغییراتی باشیم،

زمان زیادی از دست خواهد رفت. از سوی دیگر، چنین نگرش‌هایی باعث می‌شود امکانات و اختیاراتی که در حوزه فردی و خانوادگی، یعنی در سطح خرد وجود دارد، مورد بی‌توجهی و غفلت قرار گیرد. درحالی‌که چنین تغییراتی امکان‌پذیر است، زیرا در اختیار فرد و خانواده است و نیاز چندانی به هماهنگی‌های متعدد ندارد. به همین سبب در این مقاله سعی شده است بیشتر به عوامل فردی و خانوادگی مؤثر در پیشگیری از آسیب‌های روانی-اجتماعی پرداخته شود.

## عوامل خطر و عوامل محافظت‌کننده

هرچند بعضی عوامل فردی و خانوادگی زمینه را برای ابتلا به آسیب‌های روانی-اجتماعی فراهم می‌کنند، که به آنها **عوامل خطر ساز** گفته می‌شود، عوامل دیگری نیز وجود دارند که مانع ایجاد آسیب‌های روانی-اجتماعی می‌شوند. به چنین عواملی که از ابتلای به آسیب‌های روانی-اجتماعی پیشگیری می‌کنند، **عوامل محافظت‌کننده** گفته می‌شود. در این قسمت به تفصیل به این دو دسته از عوامل پرداخته می‌شود:

## عوامل خطر ساز:

همان‌طور که گفتیم، بعضی از خصوصیات موجب افزایش خطر ابتلا به آسیب‌ها می‌شوند و عوامل خطر ساز نام دارند. عوامل خطر ساز مهم آسیب‌های اجتماعی عبارت‌اند از:

### الف: عوامل خطر ساز فردی

۱. ابتلا به بیماری‌های روان‌پزشکی و درمان نکردن آنها، از جمله افسردگی و اضطراب.
۲. وجود بیماری‌های روان‌پزشکی در خانواده.
۳. سابقه بد رفتاری‌های مختلف در خانواده.
۴. وجود خشونت در خانواده.
۵. کمرویی، تنهایی و انزوا.
۶. پرخاشگری و سابقه رفتارهای ضد اجتماعی.
۷. ضعف در رفتارهای ارتباطی، مهارت‌های حل مسئله، مقابله با مشکلات و مسائل زندگی، استرس و رویدادهای استرس‌زای زندگی.
۸. نگرش مثبت به رفتارهای ناسالم.
۹. رفتارهای انحرافی و کسب تجربه مثبت از آنها.
۱۰. الگوهای نامناسب یا نداشتن الگوی مناسب برای زندگی و موارد دیگر.

## ب: عوامل خطر ساز خانوادگی

۱. پیوند و ارتباط ضعیف بین افراد خانواده.
۲. سابقه آسیب‌های روانی در خانواده.
۳. بیماری جسمی در افراد خانواده به گونه‌ای که مانع رسیدگی به فرزندان شود.
۴. نبود یکی از والدین.
۵. سابقه آزار، بدرفتاری و خشونت در خانواده.
۶. ضعف در نظارت و سرپرستی بر رفتار فرزندان.
۷. محیط خانوادگی متشنج و آشفته.
۸. طلاق یا جدایی والدین و رها شدن فرزند.
۹. اختلاف و درگیری‌های خانوادگی.
۱۰. نبود انضباط و مقررات در خانواده.

برخی از مهم‌ترین عوامل محافظت‌کننده عبارت‌اند از:

### عوامل محافظت‌کننده فردی:

۱. مهارت‌های فردی قوی از جمله: مهارت حل مسئله، مهارت تصمیم‌گیری، ارتباطات اجتماعی و مانند آن.
۲. پیوند و ارتباط مناسب بین فرد و مدرسه.
۳. عزت نفس و اعتماد به نفس زیاد.
۴. احساس هویت قوی.
۵. اعتقادات و باورهای مذهبی و معنوی.

## عوامل محافظت‌کننده خانوادگی:

۱. ارتباط گرم و صمیمی میان والدین.
۲. ارتباط و پیوند قوی میان والدین-فرزندان.
۳. قدرت درک و همدلی والدین.
۴. نظارت و سرپرستی والدین.
۵. وجود قواعد و قوانین و روش منطقی در خانواده.
۶. استفاده از مهارت حل مسئله و حل اختلاف در خانواده.
۷. داشتن اوقات خانوادگی مانند باهم غذا خوردن، مهمانی رفتن، برگزاری جشن، تفریح و مانند آن.

شاید خیال شما آسوده‌تر شود اگر بدانید که پژوهش و تحقیقات متعدد در کشورهای مختلف جهان نشان داده است که حتی در صورت وجود عوامل خطر ساز متعدد، اگر عوامل محافظت‌کننده فردی و خانوادگی مناسبی وجود داشته باشد، جوانان و نوجوانان دچار آسیب‌های روانی-اجتماعی نمی‌شوند. به همین سبب است که گاه از نقاط آسیب‌خیز و آلوده شهرهای بزرگ و کوچک افرادی مشهور و سالم برمی‌خیزند.

با توجه به مطالب ذکر شده، می‌توانید با تقویت عوامل محافظت‌کننده خانوادگی و فردی، سلامت روانی و جسمانی فرزندان خود را تضمین نمایید. به‌خصوص، تقویت عوامل خانوادگی در اختیار شماست. بررسی کنید تا چه اندازه محیط خانوادگی شما دارای عوامل خطر ساز و عوامل محافظت‌کننده است. با تضعیف و اصلاح عوامل خطر ساز و بهبود و ارتقای عوامل محافظت‌کننده می‌توانید به سلامت هر چه بیشتر روانی و اجتماعی فرزندان خود کمکی مؤثر و شایسته کنید.



# دانشگاه دوستان خانواده



تالیف: دکتر ربابه نوری  
تنظیم مطالب: فاطمه حسین پور  
ویراستار: سپیده معتمدی  
گرافیک: حمیدرضا منتظری



آدرس ساختمان مرکزی:  
تهران، خیابان ۱۶ آذر، خیابان ادوارد براون، پلاک ۱۳ و ۱۵، مرکز مشاوره دانشگاه



فکس / تلفن تماس: ۰۲۱ - ۶۶۴۸۰۳۶۶



مرکز مشاوره دانشگاه تهران  
<http://counseling.ut.ac.ir>  
دفتر مشاوره و سلامت وزارت علوم  
<http://ch.saorg.ir>

کلیه حقوق معنوی این کتابچه متعلق به مرکز مشاوره دانشجویی دانشگاه تهران است.