



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



**کنترل، مسامحه
یا نظارت؟**

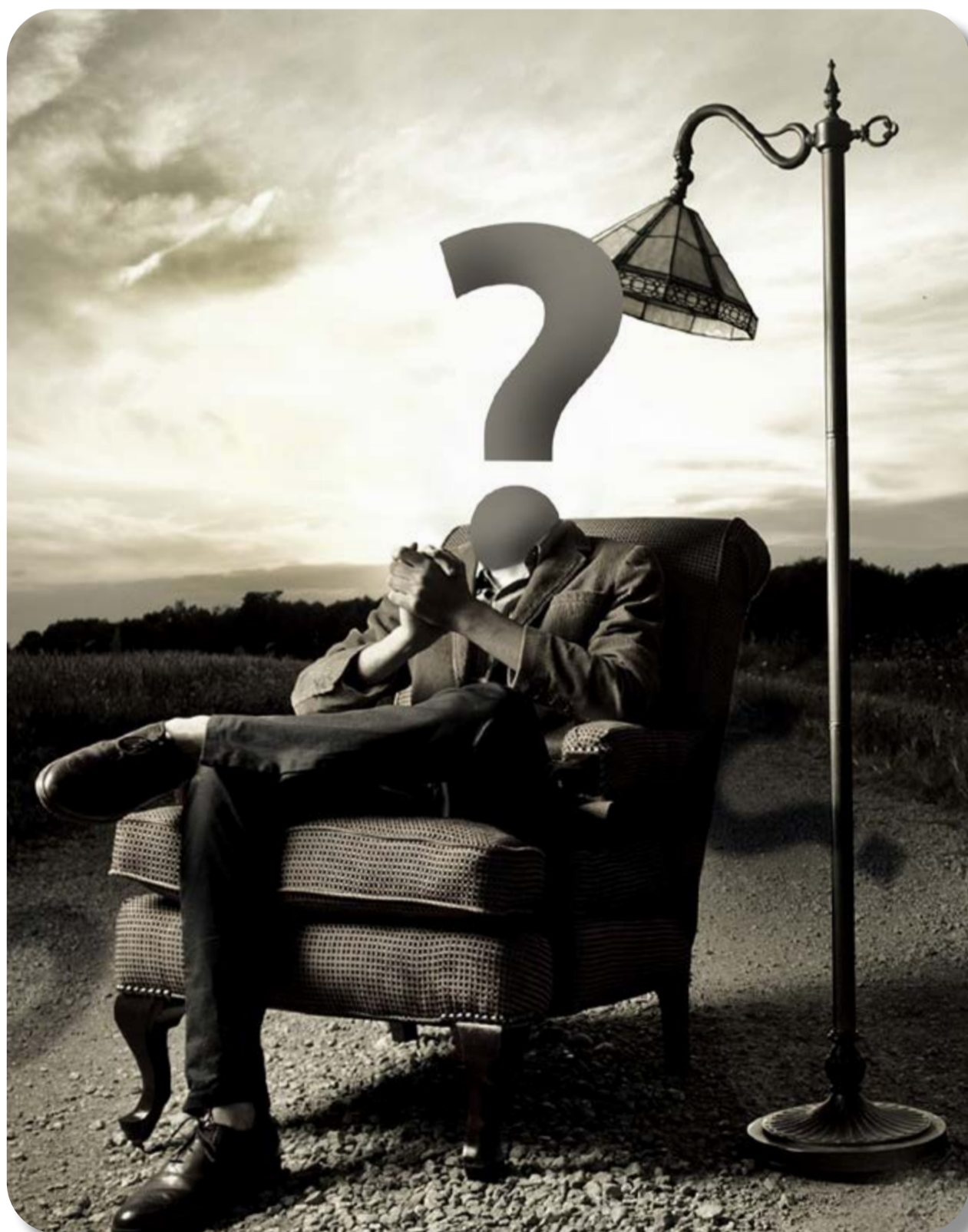
بهار ۱۴۰۰

کنترل، مسامحه یا نظارت؟

در یکی از جلسه‌های اولیای دانشجویان، سخنران از والدین تقاضا کرد نسبت به فرزندان خود بی‌تفاوت نباشند و تصور نکنند چون آنان دانشجو شده‌اند از والدین و نظارت آنان بی‌نیازند. او به تشریح مسائل و مشکلات شهرهای بزرگ از جمله آسیب‌های روانی-اجتماعی پرداخت و بر نظارت والدین بر رفتارهای دانشجویان تأکید کرد. پس از پایان سخنرانی، بیشتر حاضران با نگرانی از مسئولان دانشگاه درخواست کردند سرویس‌هایی در مراکز و میدان‌های مهم شهر مستقر شوند تا کلیه دانشجویان خوابگاهی و غیر خوابگاهی را مستقیماً به داخل دانشگاه منتقل کنند، تا تعامل فرزندان آنان با مردم شهر کمتر باشد. تصور آنان این بود که کمتر شدن تعاملات و ارتباطات دانشجویان با مردم، از آسیب‌های اجتماعی جلوگیری می‌کند.

نظر شما درباره آسیب‌های روانی-اجتماعی مانند اعتیاد، خودکشی، بی‌بندوباری، بزهکاری و خشونت چیست؟ به نظر شما دلیل این‌که عده‌ای به آسیب‌های اجتماعی دچار می‌شوند چیست؟ آیا با عقیده والدینی که در آن جلسه حضور داشتند، موافقید؟

حقیقت آن است که یکی از نگرانی‌های مهم والدین آن است که فرزندانشان دچار آسیب‌های روانی-اجتماعی شوند. این نگرانی کاملاً بجا است؛ زیرا، بیشترین قربانیان آسیب‌های روانی-اجتماعی، جوانان‌اند؛ ولی نگرانی کافی نیست بلکه حتی می‌تواند خود مشکل‌ساز نیز باشد. نگرانی شدید والدین به مشکلات دیگری منجر می‌شود که اتفاقاً زمینه را برای آسیب‌های روانی-اجتماعی فراهم می‌آورند.



نقش والدین در پیشگیری از آسیب‌ها

واکنش والدین به آسیب‌های روانی-اجتماعی، در بیشتر موارد دچار افراط و تفریط است. بعضی از والدین، (همانند والدینی که در مثال مطرح شد) در مورد آینده فرزندان خود بسیار نگران‌اند و همین مسئله موجب می‌شود روش‌های مختلفی را در پیش بگیرند که امکان دارد برخی از این روش‌ها صحیح نباشند که اشاره‌ای به آنها می‌شود.



کنترل

بعضی از والدین، رفتارهای فرزندان خود را کنترل می‌کنند. تصور آنان از آسیب‌های روانی-اجتماعی، تصویری است که از میکروب و ویروس دارند.

آنان تصور می‌کنند هر نوع ارتباط و رفت و آمدی در جامعه فرزندان را به چنین آسیب‌هایی دچار می‌سازد. درست مانند سرماخوردگی یا آنفولانزا که مسری است.

بی‌تردید دیدگاه این والدین به آسیب‌های روانی-اجتماعی اشتباه است و به همین سبب واکنشی که برای پیشگیری از آن در پیش می‌گیرند نیز اشتباه است. رفتار اصلی این گروه از خانواده‌ها کنترل است. به همین سبب، آنان سعی می‌کنند فرزندان را به محیط خانواده و ارتباطات خود محدود کنند. همچنین حضور فرزندان را در محیط‌های اجتماعی محدود می‌کنند و در بیشتر اوقات از فرزند خود انتظار دارند که غیر از درس و دانشگاه و خانواده به هیچ کار دیگری نپردازد. بعضی از خانواده‌ها، حتی صحبت‌ها و مکالمات فرزندان را گوش می‌دهند و گاه وسایل شخصی او را مخفیانه جست‌وجو می‌کنند. در چنین خانواده‌هایی، والدین

بیشتر دستور می‌دهند، برای فرزندان خود تصمیم می‌گیرند و از او فقط انتظار اطاعت و حرف‌شنوی دارند و بس. به نظر می‌رسد فرزند آنان در برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری برای زندگی شخصی خود نقشی ندارد. به همین سبب، بعد از مدتی اختلاف‌نظرها، بگومگوها،

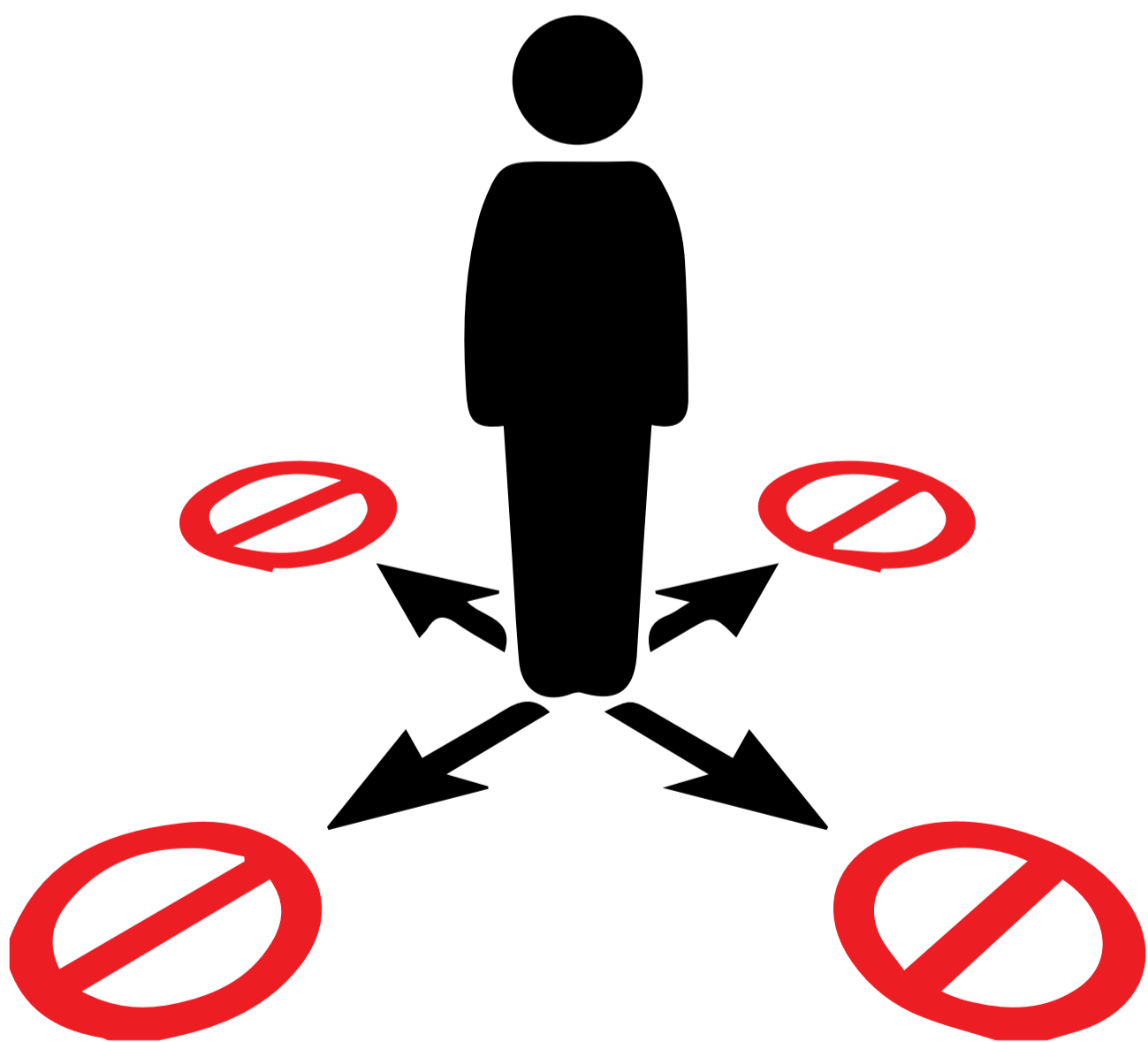


مشاجره‌ها و درگیری‌های خانوادگی میان فرزند و والدین آغاز می‌شود، به طوری که فضای خانواده را تنش‌زا می‌سازد که نتیجه آن سردی در روابط خانوادگی و دوری هرچه بیشتر فرزند از خانواده است؛ در حالی که تحقیقات گوناگون نشان داده‌اند یکی از عوامل بازدارنده آسیب‌های روانی-اجتماعی، فضای خانوادگی صمیمی و ارتباط گرم با والدین است. این پدیده در روانشناسی به «تناقض نوروتیک» معروف است. مفهوم تناقض نوروتیک را می‌توان با این مثال بهتر توضیح داد: فردی که از بلندی می‌ترسد برای اینکه از پشت‌بام به زمین نیفتد به اندازه‌ای عقب می‌رود که از طرف دیگر پشت‌بام به زمین می‌افتد. تناقض نوروتیک به این دلیل وجود می‌آید که فرد از روی ترس یا هیجانات و احساسات به طور نسنجیده واکنشی نشان می‌دهد که نتیجه‌ای جز دردسر و ناراحتی به دست نمی‌آورد. به عبارت دیگر، تناقض نوروتیک حاصل واکنش افراطی فرد است و به همان چیزی منجر می‌شود که فرد از آن فرار می‌کند.

پیامد کنترل

معمولاً خانواده‌هایی که به کنترل فرزندان خود می‌پردازند، دیر یا زود با مشکلات متعددی روبه‌رو می‌شوند. شایع‌ترین مشکل آن است که جوان دانشجوی آنان با افراد زیادی از قشرهای گوناگون آشنا می‌شود و با نظارت‌ها و کنترل‌های شدید والدین به مخالفت می‌پردازد. جوان از رفتار والدین و محدودیت‌سازی آنان عاصی می‌شود و شورش می‌کند. یکی از پیامدهای کنترل، عصبانیت جوان است. عصبانیت از این‌که به حقوق او توجهی نمی‌شود، توانایی‌های او دست‌کم گرفته می‌شود، والدین نظریات غیرواقع بینانه‌ای می‌دهند که گاه ناعادلانه است. نتیجه چنین عصبانیتی، گاه مشاجره با والدین است که به پرخاشگری کلامی نیز می‌انجامد. گاه نیز چون جوان از والدین خود عصبانی است، با لجبازی سعی می‌کند همان کاری را انجام دهد که والدین او را از آن برحذر می‌داشتند. دختر جوانی می‌گفت: «پدرم همیشه رفت و آمد مرا محدود می‌کرد. همیشه با من به‌گونه‌ای رفتار می‌کرد که انگار کار بدی انجام داده‌ام همیشه احساس می‌کردم به من اعتماد ندارد. اگر کمی برای اتوبوس معطل می‌شدم مرا مورد

بازخواست قرار می‌داد که با چه کسی بودی. زندگی خانوادگی برایم جهنم شده بود به همین دلیل، برخلاف نظر پدرم هنگام انتخاب رشته، شهرستانی را که بسیار دور بود انتخاب کردم. از طرف دیگر، آنقدر به علت رفتارهای پدرم در فشار بودم که نتوانستم در رشته خوبی قبول شوم و در همان دانشگاه دورافتاده قبول شدم. وقتی دانشجو شدم هیچ‌وقت سعی نکردم در طول ترم، به خانه بروم، حتی در تعطیلات. چون از خانه و خانواده بیزار بودم. همیشه در همان دانشگاه و خوابگاهی که امکانات مناسبی نداشت می‌ماندم. هر ترم واحدهای کمی برمی‌داشتم تا دوره تحصیلاتم طولانی

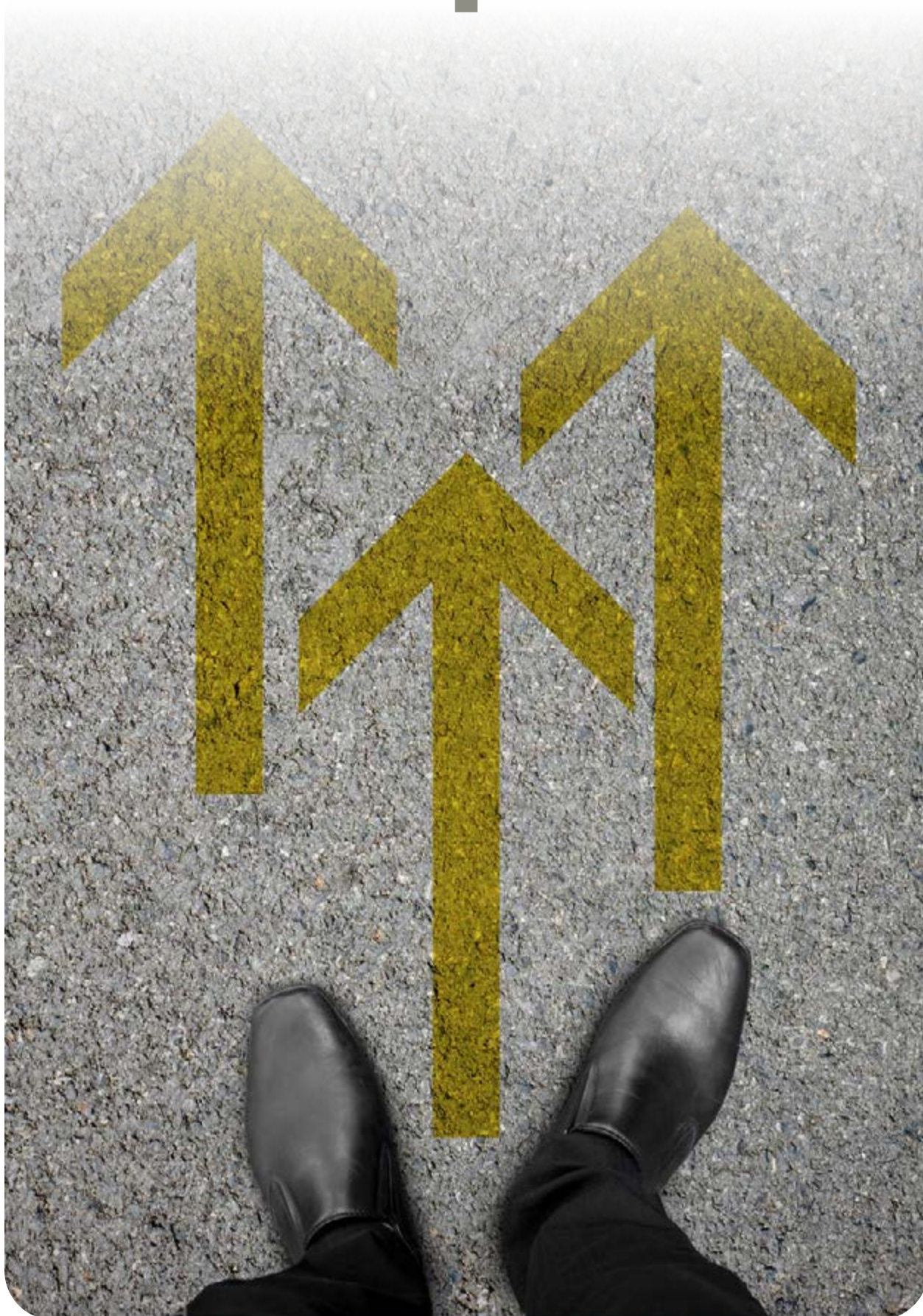


شود. حتی سعی می‌کردم در تابستان هم در همان شهرستان بمانم و به همین دلیل واحدهایی در ترم تابستانی برمی‌داشتم. با اینکه تمایل چندانی به ارتباط با پسرها نداشتم، ولی برای لجبازی با پدرم، در دوران تحصیل دانشگاهی وارد روابط عاطفی با جنس مخالف شدم. این بی‌پروایی نه تنها لطمه زیادی به اعتبارم در آن شهرستان وارد آورد، بلکه با همه استعدادی که داشتم نتوانستم در درس‌ها پیشرفت کنم؛ هرچند بازهم خوشحال بودم که کاری را انجام دادم که همیشه برایش تنبیه شده بودم.»

بعضی از فرزندان هیچ‌گاه با نظارت‌های شدید والدین مخالفت نمی‌کنند. آنان مطیعانه به کنترل‌های والدین تن می‌دهند. با این حال، این برای آنان نیز مشکلاتی را پیش می‌آورد. برای مثال، چون مطیعانه در مسیری گام می‌گذارند که خود تصمیم‌گیرنده آن نبوده‌اند، در آینده‌ای نه‌چندان دور با سرخوردگی‌ها و ناکامی‌هایی روبه‌رو می‌شوند که به سرعت آنان را افسرده یا مضطرب می‌سازد. پس ملاحظه می‌کنید که کنترل روش مناسبی نیست.



بعضی از فرزندان در مسیری گام می‌گذارند که خود تصمیم گیرنده آن نبوده‌اند، در آینده‌ای نه‌چندان دور با سرخوردگی‌ها و ناکامی‌هایی روبرو می‌شوند که به سرعت آنان را افسرده یا مضطرب می‌سازد.



مسامحه

برخی دیگر از والدین، به تصور آنکه فرزند آنان بزرگ‌شده و دانشجوست و بسیاری از مسائل را به‌خوبی درک می‌کند، او را بدون مراقبت در جامعه رها می‌سازند. بعضی دیگر از این دسته والدین، حتی از این نیز فراتر می‌روند. آنان به اشتباه عقیده دارند «جوان باید همه‌چیز را تجربه کند»؛ «جوانان باید جوانی کنند» و البته از نظر آنان جوانی کردن یعنی خوش‌گذرانی نامحدود. این دسته از والدین، آزادی بی‌حسابی را برای فرزندانشان قائل‌اند. اما این نکته را نادیده می‌گیرند که دوره جوانی، دوره آسیب‌پذیری است و جوانان قربانی اصلی آسیب‌های اجتماعی‌اند. برخلاف گروه قبل، این دسته از والدین تصور می‌کنند که هیچ عاملی نمی‌تواند برای فرزندانشان مشکل ایجاد کند. آنان به‌اشتباه، فرزندان خود را آسیب‌ناپذیر می‌دانند. به‌عبارت دیگر، والدین کنترل‌کننده بر اساس ترس‌ها و نگرانی‌های خود عمل می‌کنند و والدین مسامحه‌گر بر اساس خوش‌بینی غیرواقع‌بینانه. این روش نیز اشتباه است. به این مثال توجه کنید: «دانشجوی پسر ۲۴ ساله و شهرستانی که در خوابگاه مستقر است در دو سال گذشته، غالباً با عده‌ای از دوستانش که

خانه‌ای در تهران دارند، زندگی می‌کند. دوران دانشجویی او به دلیل مشروط شدن‌های متعدد ۶ سال به طول انجامیده است؛ به همین سبب وضع تحصیلی نامناسبی دارد و در خطر اخراج از دانشگاه است. او به علت اضطراب شدید در مورد تحصیلات خود مدت‌هاست به دانشگاه نمی‌رود و اوقاتش را با دوستان خود می‌گذراند. پس از مدتی، او تصمیم گرفت حداقل وضع مالی خود را سروسامان دهد و سال گذشته دوازده میلیون تومان از دوستان و آشنایان قرض گرفت تا پروژه‌های راه‌اندازی کند؛ ولی



پروژه شروع نشد و آن مبلغ نیز به تدریج خرج شد و در حال حاضر او در معرض فشار طلبکاران نیز قرار دارد. اکنون در این فکر است که بتواند برای پرداخت قرض‌های خود دوباره مبلغی را با بهره زیاد قرض بگیرد. والدین او نه به این موضوع فکر می‌کنند که چرا تحصیلات او به این اندازه طولانی شده است، و نه به فکر وضع آشفته و نابسامان او هستند. به تازگی از والدینش تقاضای کمک مالی کرد، اما آنان به او اطلاع دادند که به علت مشکلات مالی به هیچ‌وجه قادر به ارسال این پول نیستند. به همین دلیل، او بیشتر امیدوار است که با قرض و بهره زیاد بتواند مشکل مالی خود را بهبود بخشد.»

همان‌طور که در این مثال می‌بینید، این برخورد والدین، زمینه ابتلا به آسیب‌های روانی-اجتماعی را فراهم آورده است. وضع این جوان که از نیروهای مستعد و توانمند کشور است چه خواهد شد؟ دوازده میلیون تومان مقروض بودن برای جوان ۲۴ ساله‌ای که شاغل نیست و از نظر تحصیلی نیز وضع نابسامانی دارد به کجا می‌انجامد؟ آیا دوباره قرض گرفتن آن هم با بهره زیاد مشکل او را حل می‌کند؟ آیا برای چنین جوانی زمینه برای ورود به مسیرهای ناسالم

ایجاد نشده است؟

واقعیت آن است که جوانان نه به آن اندازه که گروه والدین کنترل کننده تصور می کنند، آسیب پذیرند و نه آن طور که گروه والدین مسامحه گر می پندارند کاملاً آسیب ناپذیرند. ممکن است پرسید پس چه برخوردی صحیح است؟

امروزه تحقیقات نشان داده اند که بهترین شیوه برخورد والدین با فرزندان، به ویژه جوانان، نظارت و پایش رفتارهای آنان است. شایان ذکر است که در این روش خصوصیتی از هر دو روش قبلی وجود دارد. شباهت این روش با کنترل در آن است که والدین درباره فرزندان خود بی تفاوت نیستند و آنان را به حال خود رها نکرده اند؛ بلکه به رفتارهای فرزند خود توجه دارند. تفاوت آن با روش کنترل در نوع برقراری ارتباط با جوانان است:

۱. در کنترل به توانایی ها، قدرت عقل و منطق جوانان توجهی نمی شود و حتی این توانایی ها نادیده گرفته می شود؛ در حالی که در روش نظارت، والدین این احساس را به جوانان منتقل می کنند که به توانایی های آنان توجه دارند. اما، در مقابل، انتظاراتی نیز از آنان دارند.

۲. در روش کنترل، فضای بی‌اعتمادی میان والدین و فرزندان وجود دارد. هر جا که کنترل وجود دارد، مخفی‌کاری نیز حاضر است. به عبارت دیگر دو جبهه در مقابل هم به وجود می‌آید که در صدد مخفی کردن مسائل از یکدیگرند.

۳. در کنترل از استدلال استفاده نمی‌شود. بلکه، فقط انتظارات به فرزندان دیکته می‌شود. به عبارت دیگر به نظر می‌رسد در روش کنترل، والدین از قدرت خود در نظام خانواده استفاده نادرست می‌کنند: «هر آنچه من می‌گویم درست است، چون من پدرم» و پدر شخص اول خانواده است. در نظارت بر رفتار فرزندان، از استدلال استفاده می‌شود و انتظارات دو طرف از یکدیگر بر مبنای استدلال مطرح می‌شود.

۴. در پایش و نظارت، ارتباطی قوی بین والدین با فرزندان وجود دارد: شنیدن صحبت‌های یکدیگر، وقت گذاشتن برای هم، احترام متقابل، حرف زدن و بیان کردن انتظارات، نارضایتی‌ها، احساسات مثبت و منفی و مانند آن. همان‌طور که قبلاً گفته شد، ارتباط قوی بین والدین و فرزندان یکی از مهم‌ترین عواملی است که مانع ابتلای جوانان به آسیب‌های روانی-اجتماعی می‌شود.

۵. یکی از مهم‌ترین تفاوت‌های کنترل و نظارت و پایش آن است که در کنترل از نصیحت و پندهای مکرر استفاده می‌شود؛ در حالی که در نظارت و پایش بیشتر از همدلی و بیان احساس‌ها استفاده می‌شود.

۶. پایش و نظارت مبنی بر واقعیت‌هاست. در حالی که کنترل بیشتر بر مبنای ترس‌ها و نگرانی‌هاست. به همین سبب، بسیاری از فرزندان خانواده‌های کنترل‌گر احساس می‌کنند که والدینشان آنان را از موضوعاتی برحذر می‌کنند که مشکل یا مسئله آنان نیست. همان‌طور که در مثال دیدیم، پدر دخترش را از ارتباط ناسالم میان دختر و پسر برحذر می‌داشت در حالی که دخترش اصلاً چنین ارتباطی نداشت. چرا چنین اتفاقی پیش می‌آید؟ زیرا در کنترل بیشتر بر اساس احساس عمل می‌شود تا بر اساس واقعیت‌های جامعه و زندگی.

شباهت روش نظارت با روش مسامحه در آن است که واکنش‌ها بر اساس احساس ترس، وحشت و نگرانی از وضع موجود و خطرهای آینده نیست. والدین به فرزند خود اعتماد دارند و به او اجازه فعالیت‌های اجتماعی و ارتباطی

را در محدوده معین می‌دهند. تفاوت این دو روش آن است که خانواده‌های مسامحه‌گر فرزند خود را کاملاً رها می‌کنند و به مسائل آنان توجه چندانی ندارند. ولی در روش نظارت و پایش، خانواده‌ها به عملکردهای اجتماعی و تحصیلی و زندگانی فرزند خود توجه دارند و به محض اینکه احساس کنند که وی از مسیر معمولی خود خارج شده وارد عمل می‌شوند و فرزند خود را متوجه وضع موجود می‌کنند و به کمک او می‌شتابند. به مثال زیر توجه کنید:

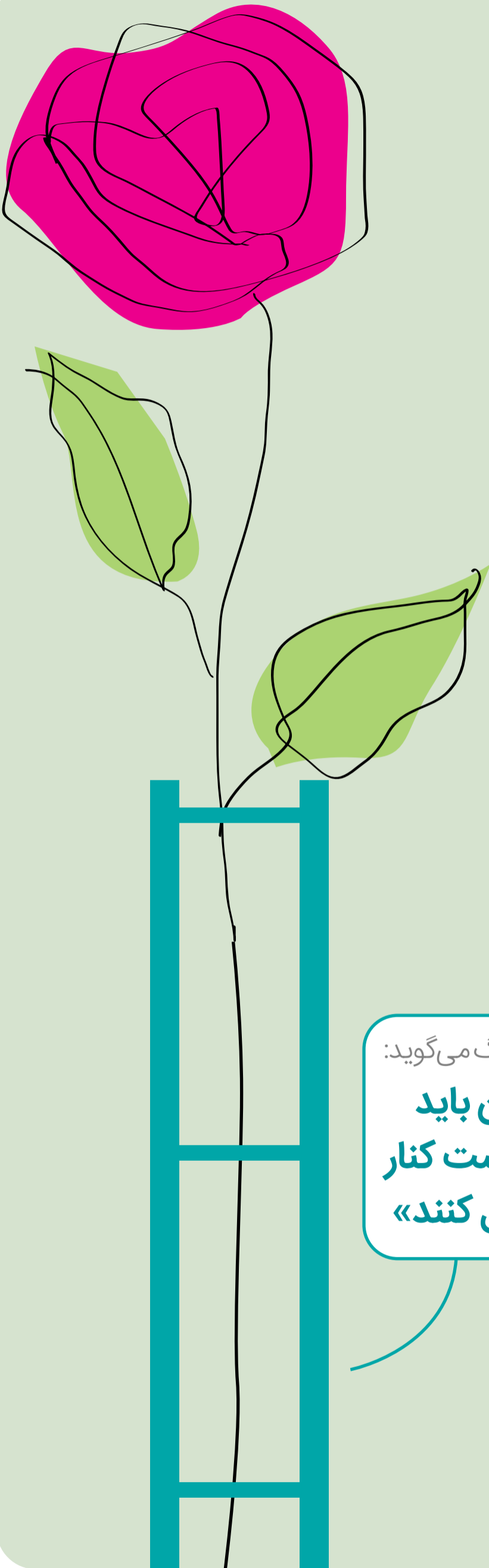
«دانشجویی در همان ترم اول مشروط شد. والدین در طول ترم به او یادآور شده بودند که به وضع درسی خود رسیدگی چندانی نمی‌کند و بیشتر به سرگرمی‌ها و تفریح‌های خود می‌پردازد. با این حال، او به والدین خود اطمینان داده بود که مراقب وضع درسی خود هست تا مشکلی پیش نیاید. به همین سبب، والدین به او فرصت دادند تا وضع درسی خود را بهبود بخشد؛ هنگامی که ترم اول به پایان رسید و آنان متوجه مشکل تحصیلی پسر خود شدند، با او بدون پرخاشگری، طعنه و کنایه صحبت کردند و از او خواستند در برنامه زندگی خود تغییراتی ایجاد کند. آنان یادآور شدند که مشروط شدن آن هم از همان

ترم اول، صحیح نیست و از او خواستند تکلیف خود را روشن کند یا با جدیت به ادامه تحصیل پردازد، یا تحصیل را رها کند و برنامه سالم دیگری برای زندگی خود در نظر بگیرد. آنان تأکید کردند در صورت ادامه این وضع و مشروط شدن‌های مکرر، حمایت خود را کم خواهند کرد. در نتیجه این رفتار والدین، او کوشید ترم گذشته را جبران کند و برنامه درسی منظم و فشرده‌ای در پیش بگیرد.»

همان‌طور که در این مثال می‌بینید، والدین سعی نکردند فرزند خود را وادار به ادامه تحصیل کنند، او را نصیحت



نکردند و با او بدرفتاری نکردند. به‌علاوه، برخلاف روش مسامحه، به وضع درسی او توجه کردند و به‌سرعت به مشکل او رسیدگی کردند. آنان از فرزند خود خواستند تا برای مشکل خود و زندگی آینده خود تصمیمی مناسب بگیرد، ولی برای او تصمیم نگرفتند. یافته‌ها نشان می‌دهند بهترین رفتار با فرزندان که می‌تواند از آسیب‌های روانی-اجتماعی نیز پیشگیری کند، آن است که والدین در جریان مسائل زندگی فرزندان خود باشند و به‌محض اینکه دریافتند آنان با مشکلی روبه‌رو شده‌اند، کمک‌های مناسب ارائه دهند. البته منظور این نیست که والدین به‌جای فرزندان خود به حل مشکلات بپردازند بلکه باید به او کمک کنند تا به مشکل خود رسیدگی کند و از راه‌های سالم به حل آن بپردازد. یکی از روانشناسان بزرگ به نام ویگوتسکی می‌گوید: «بزرگسالان باید همانند داربست کنار بوته گل عمل کنند»؛ یعنی دورادور مراقب او باشند تا از مسیر خود منحرف نشود. والدین باید ناظر بر رفتارهای فرزند خود باشند و زمانی که متوجه مشکلی شدند به کمک او بشتابند و دورادور به او کمک کنند تا در مسیر سالم حرکت کند.



يك روانشناس بزرگ می گوید:

**«بزرگسالان باید
همانند داربست کنار
بوته گل عمل کنند»**

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.