

بررسی تأثیر تعارض والدین در میزان پرخاشگری نوجوانان

زهرا بتول^۱، سیده زینب رضوانی^۲

چکیده

از جمله عوامل مهم در آرامش نوجوان و زمینه سلامت روان او وجود خانواده آرامش بخش است. تعامله همراه با تعارض از راه‌های ارتباطی است که والدین در ارتباط با یکدیگر یا ارتباط با فرزندان به کار می‌برند. در گام اول، تعارض والدین با یکدیگر در تخریب شخصیت و رفتار نوجوان تأثیر زیادی دارد به گونه‌ای که ریشه بسیاری از انحرافات شخصیتی و بیماری‌های روانی نوجوان را در تعارض والدین باید جست‌وجو کرد. از میان پیامدهای متعددی که تعارض والدین منجر به نابهنجاری شخصیتی نوجوان می‌گردد، پرخاشگری عامل مهمی است که می‌تواند ریشه بسیاری از مشکلات به حساب آید. گسترش روزافزون این نابهنجاری رفتاری در شکل‌های گوناگون بر زندگی فردی و اجتماعی انسان‌ها تأثیرات منفی گذاشته و آرامش و احساس ایمنی را تهدید می‌کند. از این رو این پدیده به عنوان یک موضوع مهم مورد توجه علم روان‌شناسی و دیگر رشته‌های علوم انسانی قرار دارد. مقاله حاضر به شیوه تحلیلی-توصیفی است که با توجه به اهمیت پرخاشگری و تبعات آن، تأثیر تعارض والدین بر میزان پرخاشگری نوجوانان را بررسی می‌کند.

واژگان کلیدی: نوجوانی، تعارضات زناشویی، پرخاشگری.

۱. دانش‌پژوه کارشناسی روان‌شناسی و معارف اسلامی از پاکستان، مجتمع آموزش عالی بنت‌الهدی، جامعه‌المصطفی ﷺ العالمیه، قم، ایران.

۲. مدرس و عضو گروه علمی-تربیتی روان‌شناسی و معارف اسلامی، مجتمع آموزش عالی بنت‌الهدی، جامعه‌المصطفی ﷺ العالمیه، قم، ایران.

نوجوانی به پهنه سال‌هایی اطلاق می‌شود که کودکی را به بزرگسالی می‌پیوندد. شروع نوجوانی با تغییرات بدنی هم‌زمان می‌شود و در نتیجه ردیابی ظاهری آن آسان‌تر است درحالی‌که پایان آن بر حسب شکل‌گیری ساخت‌های عقلی و تغییرات عاطفی و اجتماعی نوسانی‌تر در نظر گرفته شده است. به همین دلیل برای کسانی که به ضابطه‌های ظاهری تکیه کرده‌اند شروع نوجوانی را زیست‌شناختی و پایان آن را فرهنگی دانسته‌اند. (منصور، ۱۳۸۷) در روان‌شناسی رشد نوجوانی را چنین تعریف شده است: «نوجوانی معمولاً از وقتی آغاز می‌شود که فرد از لحاظ جنسی نضج یافته و با رسیدن به سن قانونی یعنی، سنی که قانوناً فرد می‌تواند در اموال خود تصرف کند یا در ازدواج به ولی نیاز ندارد، پایان می‌یابد». از مطالعات درباره رشد و تکامل نوجوانان چنین برمی‌آید که تغییرات در رفتار، گرایش‌ها و ارزش‌ها در این دوره سریع‌تر انجام می‌گیرند بلکه رفتار، گرایش‌ها و ارزش‌ها با آنچه قبلاً بوده است، متفاوت می‌شوند (شعاری‌نژاد، ۱۳۹۲). این توضیحات بیانگر آن است که در دوره نوجوانی عوامل مختلفی در آرامش یا عدم آرامش نوجوان نقش دارند. از این میان خانواده به‌عنوان مهمترین عامل پایه‌گذار شخصیتی فرزند نقش به‌سزایی دارد. یکی از مؤلفه‌های شخصیت‌ساز در میان خانواده، روابط یا تعارض زوجین و والدین با یکدیگر و در درجه بعدی، ارتباط یا تعارض با فرزندان است (زارعی، ۲۰۲۰، ص ۲۲۱).

تعارض‌ها بستری هستند برای بروز برخی اختلالات؛ از این‌رو در فرهنگ لغت فارسی تعارض به معنی متعارض و مزاحم یکدیگر شدن یا با هم اختلاف داشتن است. به‌طورکلی، تعارض زمانی رخ می‌دهد که در یک وضعیت اجتماعی بر سر مسائل اساسی عدم توافق وجود داشته باشد و یا ضدیت‌های احساسی باعث ایجاد اصطکاک بین افراد شود. (کاظم‌پور، ۱۳۸۴) در فضای خانواده به‌ویژه در بین همسران، تعارض حاکی از نوعی ارتباط زناشویی است که در آن رفتارهای خصومت‌آمیز مثل توهین، سرزنش، انتقاد و حمله فیزیکی وجود دارد و زوجین در آن نسبت به یکدیگر احساس کینه، نفرت و خشم داشته و هر یک عقیده دارند که همسرانشان نامطلوب و



ناسازگار هستند و سبب رنجش آنها می‌شوند. نظریه‌پردازی به نام رایس معتقد است این‌گونه تعارض‌ها دو گونه هستند: یکی تعارض سازنده و دیگری مخرب.

تعارض سازنده: در تعارض سازنده، تمرکز بر حل مسئله است و در آن نزدیکی، احترام مثبت و اعتماد به یکدیگر وجود ندارد و هیجان منفی و پاسخ کلامی اندکی بین زوجین وجود دارد. تعارض مخرب: در تعارض مخرب، زوجین (خود) یکدیگر را به جای مسئله مورد حمله قرار می‌دهند. در این تعارض زوجین از طریق سرزنش و انتقاد سعی دارند دیگری را تحت نفوذ خود درآورده و اظهار نظرهای بسیار منفی علیه یکدیگر به کار برند. در این حالت ارتباط درستی بین آنها برقرار نمی‌شود. در این نوع ارتباط، بحث و مجادله‌های بیهوده و مخرب، بی‌اعتمادی، بی‌احترامی، توهین، خصومت، دشمنی و دشنام مشاهده می‌شود (فرح‌بخش، ۱۳۸۳).

بنابراین، تعارض زوجینی به عنوان فاکتوری خطرناک در ایجاد اختلالات فرزندان و پیش‌بینی‌کننده مهم مسائل سازگاری است؛ زیرا این تعارض‌ها حاصل اختلاف نظر زوجین در زمینه اهداف شخصی، انگیزه‌ها، ارزش‌ها یا اولویت‌های رفتاری است که زمینه‌ساز اختلالات شخصیتی در فرزندان است. (زیدنر و کلود، ۲۰۱۳) یکی از اختلالات ناشی از این تعارض‌ها، پرخاشگری است که تعاریف متعددی برای آن بیان شده است. در کتاب روان‌شناسی رشد لورابک به هرگونه رفتار با هدف آسیب رساندن یا مجروح ساختن موجود دیگر که به منظور اجتناب از رفتاری مشابه برانگیخته می‌شود پرخاشگری می‌گویند (برک، ۱۳۹۸).

فروید معتقد است که پرخاشگری ریشه در ذات و فطرت انسان دارد. او مدعی است که پرخاشگری به عنوان یک نیروی نهفته در انسان دارای حالت هیدرولیکی است که به تدریج در شخص متراکم و فشرده می‌شود و سرانجام نیاز به تخلیه پیدا می‌کند. از این رو اگر این انرژی به شکلی مطلوب و صحیح در طرق ورزش‌ها و بازی‌ها تخلیه شود جنبه سازنده خواهد داشت. در غیر این صورت به گونه‌ای تخلیه می‌شود که مخرب خواهد بود و ممکن است اعمالی مانند قتل، ضرب و شتم، تخریب و نظایر آن را دربرداشته باشد. از نظر فروید پرخاشگری در انسان نماینده

گریزه مرگ است که در مقابل گریزه زندگی در فعالیت است؛ یعنی همچنان که گریزه زندگی انسان را در جهت ارضای نیازها و حفظ هدایت می‌کند گریزه مرگ به صورت پرخاشگری می‌کوشد به نابود کردن و تخریب کردن بپردازد. این گریزه اگر بتواند، دیگران را نابود می‌کند و از بین می‌برد و اگر نتواند، دیگران را هدف پرخاشگری و تخریب خود قرار دهد، به جانب خود متوجه شده و به صورت خودآزاری و خودکشی جلوه‌گر می‌شود. بنابراین، از نظر وی پرخاشگری حالتی مخرب و منفی دارد. (اکبری، ۱۳۸۱، ص ۱۹۱)

در نگرش اسلامی سال‌ها پیش از شکل‌گیری دانش آکادمیک، روان‌شناسی بر مسئله خشم و مهارت کنترل آن تأکید داشته و در منابع اصیل دین اسلام این مباحث بررسی شده است از جمله: دیر به خشم آمدن و زود راضی شدن (ر.ک.، نهج الفصاحه، ۱۳۸۵، ص ۲۲۸، ح ۴۶۹)، فروخوردن خشم (ر.ک.، نهج الفصاحه، ۱۳۸۵، ص ۲۲۹، ح ۲۶۲۸)، مهارت کنترل خشم با خوردن آب و خاموش کردن آتش برافروخته از خشم (ر.ک.، نهج الفصاحه، ۱۳۸۵، ص ۲۲۸، ح ۶۶۰)، نمایان شدن آثار ظاهری خشم و جلوگیری از بروز آن توسط انسان (ر.ک.، نهج الفصاحه، ص ۵۴۹، ح ۱۸۷۲)، تعبیر به همنشین بد برای انسان (غررالحکم و دررالکلم ۱۳۸۱، ص ۳۰۲، ح ۶۸۹۳)، عدم خشم در یک فرد معیار دوست مناسب (ر.ک.، معدن الجواهر، ۱۳۸۸، ص ۳۴) از نشانه پستی انسان شمرده شده است و صدها روایات دیگر که همگی به توصیف خشم و انسان خشمگین و آثار رفتاری او پرداخته‌اند.

۲. اقسام پرخاشگری

از دیدگاه کلی می‌توان گفت که دو نوع پرخاشگری وجود دارد: پرخاشگری درون‌زاد یا سرشتی و پرخاشگری برون‌زاد یا واکنشی. (دادستان، ۱۳۷۶)

۲-۱. پرخاشگری برون‌زاد

پرخاشگری است که فرد را معطوف به دیگران می‌کند و با شیوه‌های مختلف فیزیکی، کلامی و ابزاری آشکار می‌شود.

۲-۲. پرخاشگری درون زاد

پرخاشگری معطوف به خود فرد است. این نوع اخیر از پرخاشگری اغلب به دنبال اضطراب، افسردگی و حتی با پیامدهایی چون زخم معده و یا ناراحتی‌های قلبی آشکار می‌شود. (الیس، ۱۹۹۸) در بررسی عوامل مختلف ایجادکننده انواع پرخاشگری، عامل تعارض‌های والدین در خانواده به‌عنوان عامل محیطی نیز می‌تواند در هر دو نوع پرخاشگری درون‌زاد یا برون‌زاد اثر بگذارد (بشیری، ۱۳۸۹).

تعارض‌های ناشی از اختلاف‌های عقیده و رفتار بین زن و مرد امری طبیعی است، ولی خانواده‌هایی وجود دارند که در آن زن و مرد زندگی مشترکشان را تبدیل به یک میدان جنگ کرده‌اند. رفتارها و روابطشان به شدت متزلزل و بدون سازندگی است. چنین خانواده‌ای یک خانواده توخالی و شبه‌خانواده است. از این رو در پژوهش حاضر با بررسی معنای تعارض و عوامل ایجاد آن، تأثیر تعارض والدین بر میزان پرخاشگری نوجوانان مشخص می‌شود.

در تعریف دقیق تعارض، عدم توافق و مخالفت دو فرد با یکدیگر صورت می‌گیرد که زمینه ناسازگاری در نظرات اهداف و رفتار ایجاد می‌شود. تعارض به‌طور طبیعی در تمام زمینه‌های شغلی، تحصیلی، خانوادگی، ازدواج و در سطح فردی و جمعی روی می‌دهد. روابط خانوادگی فشرده‌ترین موقعیت برای تعارضات بین فردی است. درمانگران سیستمی، تعارض زناشویی را تنازع بر سر تصاحب پایگاه‌ها و منابع قدرت و حذف امتیازات دیگری می‌دانند. در ارتباط بین زوجین تعارض وقتی بروز می‌کند که فرد بین اهداف، نیازها یا امیال شخصی خودش و اهداف، نیازها و امیال شخصی طرف مقابلش ناهمسازی و ناهمخوانی می‌بیند. بروز اختلاف و عدم تفاهم در خانواده امری شایع است و هیچ خانواده‌ای از این امر مستثنی نیست، اما گاهی این اتفاقات به تعارض‌های شدید منجر می‌شود. امروزه خانواده‌ها درگیر انواع مختلفی از تعارض‌ها و اختلاف‌های شدید هستند که باعث عدم کارکرد خوب و سالم خانواده به‌عنوان اولین و قدیمی‌ترین نهاد اجتماعی (Family Institution) می‌شود؛ یعنی نهادی که وظیفه اصلی آن ایجاد

روحیه و شخصیت سالم است، خود به عاملی برای اختلالات عاطفی، رفتاری و شخصیتی تبدیل می‌شود. (براتی، ۱۳۷۵)

۳. عوامل زمینه‌ساز تعارض زوجین در نگرش اسلامی

در بررسی تحقیقات به عمل آمده عوامل گوناگونی در تعارضات زناشویی و زمینه‌سازی بروز مشکلات زوجینی مؤثر هستند از جمله: تعداد زیاد فرزندان و یا نداشتن فرزند، ازدواج در سنین پایین، عدم تمکین زن و ندادن نفقه توسط شوهر، تفاوت سنی زیاد زن و شوهر، اختلاف طبقاتی و تحرک طبقاتی (مثبت و منفی)، زندانی شدن شوهر، فقر و مشکلات اقتصادی، فرزندان ازدواج قبلی، عدم آشنایی یا کوتاه بودن مدت آشنایی با همسر قبل از ازدواج، ازدواج اجباری، عدم تفاهم در گذراندن اوقات فراغت، رابطه نامشروع، بدبینی به همسر و عدم صداقت قبل و بعد از ازدواج، اعتیاد شوهر، بد رفتاری زن یا شوهر، بیماری یکی از زوجین. (دهقان، ۱۳۸۰) تعارض‌های زناشویی تأثیر عمیق منفی بر روابط زوجین و بر بافت و روابط خانوادگی می‌گذارد. تعارض‌ها در خانواده اغلب منجر به استرس می‌شود و پیش‌بینی کننده شروع افسردگی، اضطراب و بسیاری از بیماری‌های جسمی و روانی است.

۳-۱. نافرمانی و فراموشی جایگاه خود در زندگی

براساس آیه ۳۴ سوره نساء عامل اصلی به وجود آمدن اختلافات، سرپیچی و نافرمانی زوجین از یکدیگر است.

۳-۲. خودمحوری و خود شیفتگی

خودبینی و خودخواهی از مهمترین عوامل اختلافات خانوادگی است. کسانی که به این بیماری مبتلا باشند خوبی‌های خود را می‌بینند و بزرگ می‌شمارند، ولی بدی‌هایشان را نمی‌بینند. در متون اسلامی، نکوهش‌های فراوانی در مورد تکبر و خودمحوری وارد شده و گفته شده که اگر ذره‌ای تکبر در وجود فرد باشد وارد بهشت نمی‌شود (ر.ک.، دیلمی، بی‌تا)

در سوره حجرات آیه ۱۲ اشاره شده است: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید از بسیاری از گمان‌ها پرهیزید که پاره‌ای از گمان‌ها گناه است و جاسوسی نکنید». عدم توافق موجود بین زوج‌ها نه تنها غیرعادی نیست بلکه اگر ساختارمند حل شود باعث تحکیم رابطه می‌شود. غم، تنش و بروز خشم بین زوج‌ها گریزناپذیر است. حل تعارضات زناشویی با استفاده از شیوه واقعیت‌درمانی که زیرمجموعه نظریه انتخاب است امکان‌پذیر شده است. منبع این اختلاف‌ها می‌تواند تقاضاهای غیرواقع‌بینانه و غیرمعقولانه، انتظارات کشف‌نشده و موضوعات حل‌نشده یکی از زوج‌ها باشد. (طحانیان نظری، ۱۳۹۱)

۴. تأثیر تعارض والدین بر انواع پرخاشگری نوجوان

پرخاشگری یکی از مشکلات رفتاری بسیار جدی و نگران‌کننده در نوجوان است و خشونت برای بیان مفهوم بسیاری از انواع رفتارها استفاده می‌شود از جمله: بدخلقی، بحث و مشاجره کردن، زورگویی، خراب کردن لوازم شخصی و بی‌رحمی نسبت به حیوانات، دعوا کردن و... پرخاشگری یک شبه اتفاق نمی‌افتد بلکه در طول زمان گسترش می‌یابد. رفتارهای پرخاشگرانه ضعیف‌تر در کودکان نوپا به شکل گریه و زاری کردن (شکستن وسایل، گاز گرفتن، لگد انداختن و اذیت کردن دیگران به طرق دیگر) است که در نتیجه ناکامی و عصبانیت به وجود می‌آید و در مقابل هم‌بازی‌ها و والدین بروز می‌کند (به‌ویژه آنهایی که پس از ۶ سالگی نیز ادامه می‌یابد) و کودکان را مستعد پرخاشگری در دوره نوجوانی می‌کند. کودکی که رفتارهای خشونت‌آمیز و پرخاشگرانه را به‌نمایش می‌گذارد به احتمال زیاد این کار را در دوران نوجوانی هم انجام می‌دهد. تفکر و رفتار کودکان پرخاشگر با سایر کودکان فرق دارد. اغلب آنها یک باور کلی دارند که جهان سرشار از خشونت است و مردم همگی نسبت به این افراد خصومت دارند. بنابراین، در محیط اطرافشان به دنبال شواهدی برای تأیید این باور می‌گردند و از رفتارهای دیگران برداشت منفی دارند و تصور می‌کنند مردم درصدد آسیب رساندن به آنها هستند. بنابراین، اینها اغلب ترجیح می‌دهند برای حل کردن

مشکلات شخصی‌شان راه‌حل‌های پرخاشگرانه پیدا کنند و یکی از انواع خشونت را به کار گیرند. (امیری، ۱۳۸۹)

از جمله عوامل مستعدکننده پرخاشگری، واقع شدن فرد در معرض خشونت است. نوجوان با آزار جسمی، تنبیه بدنی و مشاهده خشونت در خانه یا در رسانه‌ها و... رفتارهایی را تجربه می‌کند و سپس تقلید می‌کند. علاوه بر آن، قرارگرفتن در معرض خشونت می‌تواند موجب تحریک سایر رفتارهای پرخاشگرانه شده و با کمک نمایه‌سازی خشونت در رسانه بر شدت آن بیافزاید. (امیری، ۱۳۸۹) پرخاشگری نوجوانان تحت تأثیر رفتار والدین است. بیشتر نوجوانان خشن در خانواده‌های خشن بزرگ شده‌اند. چنین والدینی توجهی به نوجوانان ندارند، نیازهای عاطفی آنها را تأمین نمی‌کنند و برای کنترل کردن فرزندانشان از رفتارهای منفی مثل تنبیه کردن، سرزنش کردن یا داد زدن استفاده می‌کنند. بنابراین، این نوجوانان فکر می‌کنند رفتار پرخاشگرانه بهترین راه حل مشکلات است.

نوجوانانی که عادت دارند در خانه جنگ و نزاع ببینند به احتمال زیاد در زندگی خودشان هم این رفتارها را به‌نمایش می‌گذارند. ناکامی و ناتوانی در زندگی عاملی است برای پرخاشگری که این مسئله در خانواده‌های با موقعیت اجتماعی - اقتصادی پایین به علت عدم رفع نیازهای نوجوانان و مشکلات مالی، بیشتر قابل رؤیت است. از سوی دیگر، توجه‌جویی نوجوان مسئله‌ای است که اگر والدین از اهمیت آن غافل شوند زمینه پرخاشگری فراهم می‌شود به‌ویژه نوجوانانی که توسط والدین خود طرد شده‌اند برای کسب حمایت و تأیید شدن به سوی همسالان کشیده می‌شوند و از دوستانشان همانندسازی کرده یا وابسته می‌شوند. این مسئله خود سبب بروز پرخاشگری وسیله‌ای و ابزاری است. این نوجوانان در مدرسه ضعیف هستند و به‌دنبال افرادی می‌گردند که مانند خودشان باشند. آنها نیاز دارند با کسی سازگاری نشان دهند و به خودشان ثابت کنند که خوب هستند چون همواره مورد ناکامی و بی‌مهری خانواده قرار گرفته‌اند. از این‌رو احتمال دارد دست به اعمال خشونت‌بار بزنند و یکدیگر را برای این اعمال مورد تشویق قرار دهند. (امیری،

در زمینه تأثیرات مخرب تعارض زوجینی، پژوهش‌های زیادی صورت گرفته که نشان می‌دهند وجود تعارض زناشویی بر بهداشت روانی و جسمی خانواده از جمله نوجوان تأثیرگذار است. (یعقوبی‌دوست، ۱۳۹۱) کاهیل و مک‌گاف بر این باور هستند که سامانه‌های عصب-زیستی در حفظ انسجام و یکپارچگی جسمانی و روانی کودک در بافت پرسترس خانواده نقش مهمی برعهده دارند و رویارویی کودکان با محرک‌های استرس‌زا پاسخ‌های عصب-زیستی به استرس بعدی را تغییر داده بر کارکرد رفتاری و مغزی تأثیر می‌گذارد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بین تعارض زناشویی و مشکلات عاطفی (افسردگی، اضطراب) و رفتاری (پرخاشگری، خشونت خانگی و بزهکاری) کودکان و نوجوانان رابطه معناداری وجود دارد (دیویس و کامینگز، ۱۹۹۴). برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهند کودکانی که والدینشان به علت تعارض زیاد طلاق گرفته‌اند دچار ناسازگاری رفتاری شده و هنگامی که به بزرگسالی می‌رسند رابطه ضعیف‌تری با والدین خود برقرار می‌کنند. همچنین پس از ازدواج، احتمال طلاق آنها افزایش می‌یابد (کونی، ۱۹۹۴).

براساس نظر گیدنز (۲۰۰۴) اگر مسائل و مشکلات ناشی از تعارضات خانواده در یک جامعه شدت یابند استحکام خانواده را به خطر می‌اندازند. این امر تهدیدی برای استحکام جامعه و نظام اجتماعی به‌شمار می‌رود. یک جامعه مستحکم باید خانواده مستحکم داشته باشد. امروز خانواده مستحکم باید بر اساس تساوی بین دو جنس بنا شود و خانواده در جهان تکه‌تکه شده، باید نمادی منسجم و یکپارچه باشد. (۲۰۰۴، ص ۵۵) پژوهش‌های دیویس و کامینگز (۱۹۹۴) گریچ و فیچنام (۱۹۹۰) نشان‌دهنده رابطه بین مواجهه کودک با تعارض والدین و مشکلات عاطفی (افسردگی و اضطراب) و رفتاری (پرخاشگری و بزهکاری) در کودکان است. تعارض زناشویی، نوجوانان را دچار استرس، ترس و خشم می‌کند و مواجهه مکرر با تجربه تعارض می‌تواند منجر به مشکلات رفتاری و عدم سلامت جسمی در کودکان شود (الشیخ، ۲۰۰۱، ص ۱۶۱۷).

سیکتی و توث (۱۹۹۱) بر این باورند که رویدادهای استرس‌زای ناشی از تعارض زناشویی تهدیدی بالقوه برای سلامت و رشد سالم کودکان و نوجوانان هستند. فوهند باو و نیبرز (۱۹۹۷)

تعارض زناشویی را یکی از مشکلاتی می‌دانند که نوجوانان همه نقاط زمین با آن مواجه می‌شوند. کاتزوگاتمن (۱۹۹۷) آن را منبع استرس می‌دانند. لویس، سیگل و لویس (۱۹۸۴) در بررسی‌های مشاهده‌ای نشان دادند که کودکان در هنگام مواجهه با خشم یا تعاملات پرخاشگرانه والدین، استرس بیشتری نشان می‌دهند و این استرس با مواجهه مکرر منجر به بروز رفتارهای پرخاشگرانه در آنها (در آینده در نوجوانی آنها) می‌شود (کامینگز و دیویس، ۲۰۰۰).

نوجوانی یکی از مهمترین مراحل زندگی انسان و آخرین مرحله تحول شناختی و گذار از مرحله دیگرپروی به دوره خودپروی است و دوره‌ای است که نوجوان به هویت و فردیت خویش دست می‌یابد. بنابراین، باید یکی از علل پرخاشگری نوجوانان که تعارض میان والدین است را تا حدی با ارائه راه‌حل‌ها کاهش داد تا از تشدید پرخاشگری و ارائه رفتارهای خشونت‌آمیز در این دوران جلوگیری شود.

۵. راهکارهایی برای کاهش تعارضات زناشویی

اختلاف میان همسران امری طبیعی و اجتناب‌ناپذیر است. همسرانی که این سبک را در زندگی مشترک خود به کار می‌برند، می‌دانند که باید با همکاری یکدیگر آن را حل کنند. آنها در کنار توجه به اهداف و علایق خود به اهداف و خواسته‌های همسرشان نیز اهمیت می‌دهند و به‌هنگام تعارض به راه‌حلی توجه می‌کنند که نیازهای طرفین را برآورده کند. (محمدپور، ۱۳۸۹، ص ۳۴) روشن است که پیامد چنین سبک سازنده‌ای، رابطه‌ای موفق است. نتایج یک تحقیق نشان می‌دهد زوجینی که هنگام تعارض و ناسازگاری، راه همدلی و محبت را پیش می‌گیرند و مشکل را مشکل هر دو می‌دانند ۳۴٪ مخالفت کم‌تری با هم دارند و ۵۸٪ از ناسازگاری آنها کاسته می‌شود (دیویس، ۱۳۸۲، ص ۱۶۲). بعضی از همسران فکر می‌کنند باید با کپی برابر اصل خود ازدواج کنند و تحمل هیچ مخالفت، سلیقه متفاوت و نظر دیگری را ندارند. اینها دچار تعارضات زناشویی می‌شوند و به دلیل حضور تعارض و چالش در زندگی مشترک، گاه در نتیجه بالاگرفتن تعارض، عرصه زندگی مشترک بر هر یک از زوجین تنگ می‌شود و در نتیجه موجب درگیری بین آنها شده و

تأثیر منفی بر بروز پرورشگری فرزندان دارد. برخی نکات برای حل تعارض همسران به صورت گام به گام عبارت است از: (پایگاه اطلاع رسانی حوزه، ۱۳۹۲)

- نیازهای زن و شوهر به یک اندازه معتبر است. زن و شوهر با درک نیازهای یکدیگر و توجه به تأمین نیازهای دیگری می‌توانند زمینه آرامش یکدیگر را فراهم کنند؛
- همسران زمان و مکان مناسبی برای بحث در نظر گیرند. باید با دقت مکانی را انتخاب کنند که بدون حواس پرتی و مزاحمت بتوانند در مورد مسائل صحبت کنند. انتخاب زمان و ساعت معین با توافق قبلی طرفین نیز اهمیت دارد؛
- تعریف مسئله یا مشکلی که در مورد آن اختلاف نظر دارند. شفاف کردن مسئله به گونه‌ای که هر دو نفر بدانند در مورد یک مسئله مشترک صحبت می‌کنند؛
- سهم هر یک از همسران در ایجاد مشکل مشخص شود. به ندرت فقط یک نفر مقصر است. مشارکت دوطرفه در مسئولیت‌پذیری، ایرادگیری از طرف مقابل را حذف می‌کند؛
- همسران تلاش‌های ناموفق گذشته را برای حل مشکل مرور کنند. مرور رویکردهای ناموفق گذشته به همسران کمک می‌کند که به طرح موضوع با راه‌حل‌های جدید تأکید کنند؛
- روش‌های جدید برای حل تعارض به بارش فکری گذاشته شود. در این مرحله شایسته است که همسران برای جالب شدن و خوشایند شدن جریان حل تعارض، همه راه‌حل‌ها حتی عقایدی را که ممکن است عجیب یا کوتاه‌بینانه به نظر برسد، فهرست کنند. البته هنگام بارش فکری هیچ عقیده‌ای ارزیابی نمی‌شود. قدم بعدی، بحث و ارزیابی عقاید است؛
- در مرحله بحث و ارزیابی راه‌حل‌های ممکن، جنبه‌های مثبت و منفی همه راه‌حل‌های پیشنهادی ارزیابی می‌شود و در نهایت یکی از راه‌حل‌هایی که هر دو زوج با آن موافق هستند، انتخاب می‌شود؛
- هر یک از زوجین برای انجام راه‌حل، مسئولیتی می‌پذیرد و در صورت امکان وظیفه خود را یادداشت می‌کند؛

- جلسه دیگری برای بحث درباره پیشرفت کار مشخص می‌شود. این مرحله، توافق درباره زمان و مکان مناسب برای صحبت در مورد پیشرفت کار را می‌طلبد.
- علاوه بر نکات بالا برخی از راهکارهای قرآنی برای رفع عوامل تعارض‌آمیز در میان زوجین به شرح زیر است:
- بررسی هدف ازدواج زوجین: در سوره روم آیه ۲۱ آمده است: «از نشانه‌های خداوند این است که از نوع خودتان همسرانی برای شما آفرید تا با آنها آرام‌گیرید و میانتان دوستی و رحمت ایجاد کرد. بله در این نعمت برای مردمی که می‌اندیشند نشانه‌هایی است». آیه شریفه نشان می‌دهد که اصل ازدواج بر اساس محبت و رحمت است و همسران مایه آرامش یکدیگر هستند. اگر هدف و نیت آنها برای ازدواج درست نباشد به‌زودی از خط خدا خارج شده و وارد خط شیطان می‌شوند و زندگیشان دچار دگرگونی و تعارض می‌شود؛
- ایجاد صلح: در آیه ۱۲۸ سوره نساء چندین مرتبه بدین واژه تأکید شده است. حسن معاشرت در رفتار، استفاده از حکم: «اگر از اختلاف میان زن و شوی آگاه شدید، داوری از کسان مرد و داوری از کسان زن برگزینید. اگر آن دو را قصد اصلاح باشد خدا میانشان موافقت پدید می‌آورد که خدا دانا و آگاه است»؛
- صداقت: در این آیه: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، تقوای خدا پیشه کنید و با راستگویان و صادقان باشید»، اعتماد در زندگی به معنای بی‌خبری نیست بلکه اطمینان داشتن است و باید طرف مقابل صادق باشد و بی‌اعتمادی نکند و عشق پایه اساس ازدواج است. صداقت داشتن باعث افزایش اعتماد بین دو طرف می‌شود، اما دروغ، زندگی خانوادگی را متلاشی می‌کند.

۶. نتیجه‌گیری

نوجوانی یکی از مهمترین مراحل زندگی انسان و آخرین مرحله تحول شناختی و گذار از مرحله دیگرپیروی به دوره خودپیروی است. دوره‌ای است که نوجوان به هویت و فردیت خویش دست

می‌یابد. از این رو شناخت این دوره از زندگی اهمیت ویژه‌ای دارد. نوجوان پیش از هر چیز در جست‌وجوی هویت خویش است. تغییرات فیزیکی و احساسی در دوره کوتاهی اتفاق می‌افتد و نیاز به پذیرش و کسب اهمیت در زندگی نوجوانان دارد. در این دوره هورمون‌ها افزایش می‌یابند، احساسات غلیظ‌تر می‌شود و ممکن است باعث پرخاشگری نوجوانان شود. هر نوجوانی باید یاد بگیرد تا با این تغییرات جدید کنار بیاید. از آنجا که خانواده بنیادی‌ترین نهاد اجتماعی است دستیابی به جامعه سالم در گرو سلامت خانواده و تحقق خانواده سالم مشروط به برخورداری افراد آن از سلامت روانی و داشتن ارتباط مطلوب با یکدیگر است.

بروز تعارض در روابط انسان‌ها با یکدیگر امری رایج و اجتناب‌ناپذیر است. تعارض پدیده‌ای است که به موازات عشق در ارتباط زناشویی به وجود می‌آید و امری غیر قابل اجتناب است. تعارض بین اعضای خانواده به وحدت و یکپارچگی آن ضربه می‌زند، شدت تعارض موجب بروز نفاق و پرخاشگری و ستیزه‌جویی نوجوان می‌شود. بنابراین، با ارائه راه‌حل‌هایی که در مقاله حاضر برای کاهش تعارضات والدین ذکر شد، می‌توان تا حدی تعارض‌های والدین را کاهش داد و از شدت میزان پرخاشگری نوجوان کاست.

فهرست منابع

- * قرآن کریم
۱. احمدیان، ابراهیم (۱۳۸۵). نهج الفصاحه. قم: نشر شهاب الدین.
 ۲. اکبری، ابوالقاسم (۱۳۸۱). مشکلات نوجوانان و جوانان. تهران: ساوالان.
 ۳. امیری، شاهرخ (۱۳۸۹). مشکلات نوجوانان (راهنمای والدین برای رفتار با نوجوانان). تهران: قطره.
 ۴. براتی، طاهره (۱۳۷۵). تأثیر تعارضات زناشویی بر روابط متقابل زن و شوهر. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه آزاد اسلامی رودهن.
 ۵. پایگاه اطلاع‌رسانی حوزه (۱۳۹۲). تعارض در روابط همسران چگونه حل می‌شود؟ نشریه پیام زن، شماره ۲۵۹.
 ۶. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد (۱۳۸۱). تصنیف غررالحکم و دررالکلم. مترجم: درایتی، مصطفی، الجواد. مشهد: ضریح آفتاب.
 ۷. جهان‌دیده کاظم‌پور، مهرداد (۱۳۸۴). تعارض سازمانی. روزنامه همشهری.
 ۸. دهقان، فاطمه (۱۳۸۰). مقایسه تعارضات زناشویی زنان متقاضی طلاق با زنان مراجعه‌کننده برای مشاوره زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه تربیت معلم.

۹. دیلمی، حسن بن ابی‌الحسن (بی‌تا). ارشادالقلوب. مترجم: مسترحمی، سیدهدایت‌الله.
۱۰. سجادی، مژگان (۱۳۹۲). مقایسه پرخاشگری نوجوانان بر اساس سبک‌های فرزندپروری والدین و سبک‌های دلبستگی والد. فرزند. نشریه علمی سازمان نظام پزشکی جمهوری اسلامی ایران، ۴(۳۱)، ۲۹۸-۳۰۶.
۱۱. شعاری‌نژاد، علی‌اکبر (۱۳۹۲). روان‌شناسی رشد ۲. تهران: پیام‌نور.
۱۲. طحانیان نظری، سمیه (۱۳۹۱). مطلبی از سایت میگنا. کارشناسی ارشد رشته مشاوره و راهنمایی. دانشگاه الزهراء.
۱۳. فرح‌بخش، کیومرث (۱۳۸۳). مقایسه میزان اثربخشی مشاوره زناشویی به شیوه شناختی آلیس، واقعیت‌درمانی گلاسر و اختلاطی از آن دو در کاهش تعارضات زناشویی. رساله دکتری دانشگاه علامه طباطبایی تهران.
۱۴. کراچکی، محمدبن‌علی (۱۳۸۸). معدن الجواهر. مترجم: قمی، عباس. بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی.
۱۵. کنت، دیویس (۱۳۸۲). راهنمای مفاهیم و فنون برای متخصص یآوری. مترجم: بهاری، فرشاد. تهران: تزکیه.
۱۶. محمدپور، احمدرضا (۱۳۸۹). مدیریت تعارض همسران. مشهد: آهنگ قلم.
۱۷. منصور، محمود (۱۳۸۷). روان‌شناسی ژنتیک، تحول روانی از تولد تا پیری. تهران: سمت.
۱۸. یعقوبی‌دوست، محمود، و عنایت، حلیمه (۱۳۹۱). رابطه بین تعارض زناشویی با خوشونت خانوادگی نسبت به دختران. نشریه زن و جامعه، سال سوم، شماره سوم، ۵.

۳۰. Bodenmann, G. (1997). Can divorce be prevented by enhancing the coping skills of couples?. *Journal of Divorce and Remarriage*, 27, 178 – 193.
۳۱. Cicchetti, D., & Toth, S. L. (1991). *A developmental perspective on internalizing and externalizing disorders*. New York: Erlbaum.
۳۲. Cooney, T.M. (1994). Young adults relations with parents: The influence of recent parental divorce. *Journal of Divorce and the Family*, 56, 46- 58.
۳۳. Cummings, E. M., Davies, P. T., & Campbell, S. B. (2000). *Developmental psychopathology and family process: Theory, research, and clinical implications*. New York: Guilford Publications.
۳۴. Davies, P. T., & Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116, 387-411.
۳۵. Ellis, A. (1998). *Anger, how to live without it*. New York: JAICO publishing houses.
۳۶. El-Sheikh, M., Harger, J., & Whitson, S. (2001). Exposure to parental conflict and children's adjustment and physical health: The moderating role of vagal tone. *Child Development*, 72, 1617-1636.
۳۷. Fincham, F., Beach, S., & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18, 72- 81.
۳۸. Giddens, A. (2004). Globalization and the Perspective family. *Political, Economic and Social Science*, 29(3).
۳۹. Grych, J., & Fincham, F. (1990). Marital conflict and children's adjustment a cognitive-contextual framework. *Psychological Bulletin*, 108, 267-290.
۴۰. Katz, L. F., & Gottman, J. M. (1997). Buffering children from marital conflict and dissolution. *Journal of Clinical Child Psychology*, 26, 157-171.
۴۱. Lewis, C. E., Siegel, J. M., & Lewis, M. A. (1984). Feeling bad: Exploring sources of distress among pre-adolescent children. *American Journal of Public Health*, 74, 117-122.
۴۲. Neighbors, B. D., Forhand, R., & Bau, J. J. (1997). Interparental conflict and relations with parents as predictors of young adult functioning. *Development and Psychopathology*, 9, 169-187.