



همکاری راهبردی ERASMUS + VET

8 - IENE توانمندسازی خانواده‌های مهاجر و پناهجو از طریق آموزش مهارت‌های والدگری

ابزار آموزشی فشرده شماره ۱.۱.  
عنوان ابزار – بزرگسال شدن

نویسندگان:

کریستینا کوتا و اِلنا روسو

دانشگاه فناوری قبرس - قبرس

اوت ۲۰۱۹



National and Kapodistrian  
University of Athens



منابع مالی این پروژه با کمک کمیسیون اروپا تأمین شده‌اند.  
این اثر صرفاً بازتاب‌دهنده دیدگاه‌های نویسنده یا نویسندگان است و کمیسیون اروپا مسئولیت کاربردهای احتمالی  
اطلاعات ارائه‌شده در آن را به عهده نمی‌گیرد.



عنوان: ۱,۴ بزرگسال شدن (۱۲ تا ۱۸ سالگی).....	3
اهداف آموزشی.....	3
فرایند بزرگسال شدن.....	3
نکات کلیدی.....	3
فعالیت.....	3
تأملی بر یکی از مسائل مهم مطرح در این ابزار آموزشی فشرده.....	4
خودارزیابی.....	4
منابع.....	4

ابزار آموزشی فشرده حاضر به فرایند بزرگسال شدن می‌پردازد. همان‌طور که در کتاب‌ها آمده است، دوران بزرگسالی از ۱۸ تا ۲۵ سالگی آغاز می‌شود. در پروژه IENE 8، برنامه درسی مهارت‌های والدگری به‌گونه‌ای تنظیم شده است تا والدین بتوانند آمادگی لازم برای مواجهه با این دوران را در سال‌های نوجوانی کودکان، که مرحله گذار به بزرگسالی است، به‌دست آورند.

## اهداف آموزشی

1. معرفی ویژگی‌ها و نیازهای اصلی دوره بزرگسالی.
2. درک فرایند بزرگسال شدن در چارچوب بافتار فرهنگ خود.
3. آگاهی‌بخشی درباره راه‌های برخورد با نوجوانانی که در حال طی فرایند بزرگسال شدن هستند.

## فرایند بزرگسال شدن

بزرگسال شدن نوعی فرایند است. فرایند بزرگسال شدن فرایندی جهان‌شمول است که ممکن است در برخی جوامع و یا فرهنگ‌ها متفاوت باشد. **نوجوانی** نوعی مرحله گذار در فرایند رشد کودک است که بین دو مرحله کودکی و بزرگسالی قرار دارد (https://www.britannica.com/science/adolescence). دوره ظهور بزرگسالی نیز مرحله‌ای جدید از زندگی است که بین دو مرحله نوجوانی و جوانی قرار دارد (Arnett, 2019).

در بسیاری از فرهنگ‌ها، **نوجوانی** تعریفی محدود دارد و با بلوغ و تغییرات فیزیکی پیوند خورده است. در سایر جوامع، نوجوانی تعریفی گسترده‌تر دارد و ابعاد روان‌شناختی، اجتماعی و اخلاقی و وجوه فیزیکی بلوغ را در بر می‌گیرد. طی دوران نوجوانی، شاهد ظهور مسائلی هستیم که ریشه در جدایی هیجانی کودکان از والدین‌شان دارند. با وجود این که این نوع «جدایی» گامی ضروری در تثبیت ارزش‌های فردی است، گذار به خودکفایی خود به بروز تغییراتی متفاوت در نوجوانان می‌انجامد (https://www.britannica.com/science/adolescence). علاوه بر این، نوجوانان به‌ندرت نقشی واضح و مشخص در فرهنگ خودشان دارند. البته، نوجوان نوعی مرحله انطباقی را بین دوران کودکی و بزرگسالی تجربه می‌کنند. بسیاری از عادات مرتبط با سلامت در همین دوره شکل می‌گیرند. البته، خانواده و فرهنگ نیز نقشی مهم در این زمینه بر عهده دارند.

پروژه IENE 8 در تلاش برای تقویت مهارت‌های والدگری و توانمندسازی والدین (به‌ویژه والدین مهاجر و پناهجو) است تا راه‌هایی را برای برخورد فرهنگی و سالم با فرزندان‌شان در شرایط و سنین مختلف یاد بگیرند. این ابزار آموزشی فشرده نیز درصدد آشناسازی والدین با فرایند بزرگسال شدن است.

**رشد و ورود به دوران بزرگسالی** شامل تغییراتی زیستی و روان‌شناختی است. این تغییرات می‌توانند تدریجی یا سریع باشند و ممکن است انعکاس‌دهنده تغییرات مثبت یا منفی شخص در مراحل کارکردی گذشته نیز باشند یا هیچ تغییر خاصی را بازتاب ندهند. در دوره ظهور بزرگسالی، شخص به‌دنبال نقشی معین برای خود است. در این مرحله، شخص دیگر کودک نیست و، البته، هنوز هم نمی‌تواند یک بزرگسال کامل باشد (Trible, 2015). بزرگسالی، از لحاظ جمعیت‌شناختی، ذهنی و هویت‌کاوی، دوره‌ای متمایز است (Arnett, 2000).

دوره ظهور بزرگسالی پنج ویژگی متمایز دارد: هویت‌کاوی، ناپایداری، تمرکز بر خود، قرار داشتن در مرحله‌ای بین نوجوانی و بزرگسالی و مواجهه با گستره‌ای از آینده‌های ممکن (Arnett, 2019).

بعضی اقدامات ممکن است به تقویت مهارت‌های والدگری کمک کنند. تعیین مرزها، برقراری ارتباط، تقویت عزت‌نفس والدین و کودکان، ارائه الگوی مطلوب، انعطاف‌پذیری، عشق‌ورزی بدون قیدوشرط و شناسایی نیازهای خود از جمله این اقدامات هستند (پزشکان متخصص حوزه سلامت کودکان).

پروژه IENE 8 بر اهمیت این مسائل در چارچوب برنامه‌های توانمندسازی والدین مهاجر و پناهجو از طریق آموزش‌های والدگری تأکید دارد.

## نکات کلیدی

1. نوجوانی مرحله‌ای از فرایند رشد است که به گذار شخص از کودکی به بزرگسالی اشاره دارد.
2. بسیاری از عادات اجتماعی و عادات مرتبط با سلامت در همین دوره شکل می‌گیرند. بنابراین، کودکان باید در این مرحله از حمایت و راهنمایی درست والدین برخوردار باشند. این حمایت و راهنمایی‌ها در جوامع مهاجر و پناهجو از اهمیتی خاص برخوردارند.
3. بزرگسال شدن نوعی فرایند است. دوره ظهور بزرگسالی مرحله‌ای در زندگی است که بین نوجوانی و جوانی قرار دارد. طی این فرایند، فرهنگ، جامعه و خانواده به نقش‌های شخص شکل می‌دهند.
4. ویژگی‌های اصلی دوره ظهور بزرگسالی عبارتند از: هویت‌کاوی، ناپایداری، تمرکز بر خود، قرار داشتن در مرحله‌ای بین نوجوانی و بزرگسالی و مواجهه با گستره‌ای از آینده‌های ممکن.
5. مهارت‌های والدگری شایسته عبارتند از: تعیین مرزها، برقراری ارتباط، تقویت عزت‌نفس والدین و کودکان، ارائه الگوی مطلوب، انعطاف‌پذیری، عشق‌ورزی بدون قیدوشرط و ...

لطفاً، به ارائه پاورپوینت مربوط به این درس فشرده مراجعه کنید.

## فعالیت

1. دوره ظهور بزرگسالی چه دوره‌ای است؟
2. چه عواملی ممکن است بر فرایند بزرگسال شدن تأثیر بگذارند؟
3. چهار مهارت والدگری شایسته را نام ببرید.

### تأملی بر یکی از مسائل مهم مطرح در این ابزار آموزشی فشرده

جواب‌های‌تان به سؤال‌های بالا را در این قسمت بنویسید.

### خودارزیابی

دختر یا پسر مهاجر یا پناجویی را در نظر بگیرید که بین ۱۲ تا ۱۸ سال سن دارد و در اقامت‌گاه موقتی همراه والدین و دو خواهر و برادر کوچک‌ترش زندگی می‌کند. این دختر یا پسر کوچک دلتنگ دوستانش در کشورش است، احساس تنهایی می‌کند و همه این‌ها را در قالب رفتار سرکشانه بروز می‌دهد. چه انتظاری از نقش و رفتار این دختر یا پسر می‌رود و چگونه می‌توان، با تکیه بر مهارت‌های والدگری، به رفتار و نقشش شکل داد؟

### منابع

Arnett, J. J. (2019). Emerging adulthood. In R. Biswas-Diener & E. Diener (Eds), *Noba textbook series: Psychology*. Champaign, IL: DEF publishers. Retrieved from <http://noba.to/3vtfvajs>

55 Emerging adulthood. A theory of development from late teens through the twenties. *American Psychology*. (2000) Arnett, J.J. ( Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10842426> .480-469 : (5)

Encyclopedia Britannica. Retrieved from <https://www.britannica.com/science/adolescence>

.2 Emerging Adulthood: Defining the Life Stage and its Developmental Tasks. *Educational Specialist*. (2015) Tribble, H.B. ( Retrieved from <https://commons.lib.jmu.edu/edspec201019/2> <https://pdfs.semanticscholar.org/ac7f/1a8b09c2800bc597d0780e81fa5a8fdbb263.pdf>

Kids Health Medical Experts. Retrieved from <https://kidshealth.org/en/parents/nine-steps.html>

جواب سؤال‌های بخش فعالیت:

جواب	شماره سؤال
------	------------

۱	دوره ظهور بزرگسالی مرحله‌ای جدید از زندگی است که بین نوجوانی و جوانی قرار دارد.
۲	عوامل مؤثر بر فرایند بزرگسال شدن عبارتند از: فرهنگ، جامعه، خانواده.
۳	مهارت‌های والدگری شایسته عبارتند از: تعیین مرزها، برقراری ارتباط، تقویت عزت‌نفس والدین و کودکان، ارائه الگوی مطلوب، انعطاف‌پذیری، عشق‌ورزی بدون قیدوشرط و . . .

جواب فعالیت خودارزیابی:

باید والدین را به گونه‌ای راهنمایی کرد که فرهنگ و پیشینه قومیتی‌شان را در برخوردهای‌شان با پسر یا دخترشان در نظر بگیرند و رفتار خانوادگی مطلوب و قابل‌قبولی با او داشته باشند. نکته مهم این است که والدین نشان دهند نیازها و فقدان‌های کودک را درک می‌کنند و آن‌ها هم در این احساسات با او شریک هستند. مهارت‌های والدگری مختلف، از جمله برقراری ارتباط، تقویت عزت‌نفس نوجوان، انعطاف‌پذیری و عشق‌ورزی بی‌قیدوشرط، می‌توانند، در کنار محبت، کمک بسزایی به حل این مشکل کنند.