دانلود
کتاب



آینده پسرت را بساز

نویسنده : مایکل سی. ریچرت

آینده پسرت را بساز

نقش روابط صمیمانه در تربیت فرزند

نویسنده: مایکل سی ریچرت

ترجمه‌ی پگاه فرهنگ مهر

فصل اول: محصور در کودکی

چند سال پس‌از تولد پسر اولم، در یک مدرسهٔ پسرانهٔ قدیمی در خارج از فیلادلفیا به نام مدرسهٔ هاورفورد[1] مشغول به کار شدم. این مدرسه از مدت‌ها پیش وقف تعلیم‌وتربیت پسران شده بود، اما در آن‌زمان که نزدیک به یک‌صد سال از پایه‌گذاری آن می‌گذشت، به‌تدریج مأموریت اصلی‌اش تحریف شده بود. مطالعات بازار نشان می‌دادند که بسیاری از خانواده‌ها نسبت به آموزش پسران، به شکل جدا از دختران، بدگمان هستند؛ با ظهور دغدغه‌هایی در این باب که مدارس پسرانه برابری جنسیتی را نقض می‌کنند، تغییر مسیر به‌سمت آموزش مختلط، کشور را دربرگرفت.

پیش‌از مشخص‌کردن جایگاه رسمی من در مدرسه، از من خواسته شد تا با والدین دانش‌آموزان درمورد آسیب‌پذیری پسران در برابر وابستگی به موادمخدر و دیگر رفتارهای پرخطر که تخصص بالینی‌ام بود صحبت کنم. پس‌ازآن، گفت‌وگویی با مدیران مدرسه در باب دانش‌آموز سرشناسی داشتم که درگیر مصرف موادمخدر شده بود و درنهایت آن موضوع با مداخلهٔ مدرسه، درمان همراه با بستری و قدردانی آن دانش‌آموز از مدیر مدرسه در مراسم فارغ‌التحصیلی و درآغوش‌گرفتن او به جهت حمایت حیات‌بخشی که دریافت کرده بود، ختم به خیر شد.

در آن زمان، من به پسران و خانواده‌های بسیاری در چالش‌های مشابهی کمک می‌کردم و به آنها از تجربهٔ خودم می‌گفتم، تجربه‌ای بسیار دردناک در چند سال پیش‌ازآن: در اواخر تابستان بیست‌وچهارمین سال زندگی‌ام، برادر کوچک‌ترم در یک تصادف رانندگی جان خود را از دست داد. او در دوران

نوجوانی با مشکلاتی دست‌وپنجه نرم می‌کرد - مشروبات الکلی، موادمخدر و دورشدن از خانواده و مدرسه - اما به‌مرور اوضاع در حال بهترشدن بود. زمانی‌که به هجده‌سالگی رسید، نشانه‌های زیادی از انتخاب‌های سالم‌تر در زندگی‌اش دیده می‌شدند. آن روز بعدازظهر، با یکی از دوستانش قرار داشت. آنها کمی مشروب و احتمالاً موادمخدر مصرف کرده بودند و او غافل از خطرات این کار، روی صندلی کنار راننده در خودروی دوستش نشسته بود. دوستش در حال پایین‌آمدن از یک تپه با سرعت زیاد، کنترل ماشین را از دست داده و با درختی بزرگ و قدیمی در حیاط جلویی خانهٔ همسایه تصادف کرده بود. هیچ‌گاه صدای زنگ در را که ساعت دو صبح به صدا درآمد از خاطر نمی‌برم؛ آنگاه که پلیس‌ها سؤال کردند آیا برادرم اینجا زندگی می‌کرده است و برایمان گفتند برادرم و دوستش درون لاشهٔ سوختهٔ ماشینشان، در حالی پیدا شده‌اند که بر اثر برخورد مستقیم با یک درخت به دور آن پیچیده شده‌اند.

ابتدای همان سال، پس‌از فراغت از تحصیل، من اولین شغلم را به‌عنوان مشاور دادگاه خانواده که به واحد پیش‌از محکومیت مجرمان زیر سن قانونی اختصاص داده شده بود آغاز کردم. ناگهان از میان درِ گردان دادگاه سیلی از پسران نوجوان که گرفتار بزهکاری‌های مختلف شده بودند سرازیر شد: دعوا، غیبت از مدرسه، فرار از خانه، سرقت، دزدی خودرو و حتی خودکشی. به‌نظرم رسید باید مسیر زندگی آنها را در نظر بگیرم، مشکلات و نقاط قوتشان را بررسی کنم و پیشنهادهای مناسبی در باب عواقب اعمالشان به قاضی ارائه دهم. عموماً گزارش‌های ناراحت‌کنندهٔ پلیس و مدرسه را می‌خواندم، با جوانان و قیّم‌های آنان ملاقات کرده و سعی می‌کردم تصور کنم چطور می‌توانند از چنین مشکلاتی در آینده بگریزند.

در همان روزها دقیقاً پس‌از وقوع تصادف، درحالی‌که برادرم در بخش

مراقبت‌های ویژهٔ بیمارستان به زندگی چنگ زده بود و خانواده‌ام بر بالینش شب‌زنده‌داری می‌کردند، من با آنچه واقعاً در حال رخ‌دادن بود روبه‌رو شدم. بین داستان برادرم و تمامی داستان‌هایی که مراجعینم برایم تعریف می‌کردند، یک نقطهٔ مشترک وجود داشت، یک مصیبت ناگفته: اینکه تمامی قربانیان مرد بودند. در هر مورد، نوعی حس سردرگمی، تاحدی بی‌توجهی و بی‌پروایی، قطع ارتباط با محیط اطراف و انزوای ذهنی، دلیل اصلی انتخاب‌های خودتخریبی و خودویرانگر آنان بود. در میانهٔ دههٔ ۱۹۷۰، درک چندانی از آنچه مایکل کافمن[۱]، فعال و محقق کانادایی، «ترکیبی عجیب از قدرت و ناتوانی، رجحان و درد» در رشد و تکامل مردان توصیف می‌کرد وجود نداشت. همچنین ارزش ماهیت‌های انسانی پسران که اساساً رابطه‌ای هستند به‌خوبی درک نمی‌شد؛ این واقعیت که رشد و تکامل انسان در ارتباط با افرادی که به او اهمیت می‌دهند و از او مراقبت می‌کنند رخ می‌هد.

اما، به‌دنبال موفقیت‌های جنبش زنان، جنبش مردان به‌تدریج شروع به جوانه‌زدن کرد. گرچه این جنبش هنوز نوبنیاد و ناقص است، بر مبنای این ایده بنا نهاده شده که پسران و مردان دچار آسیب‌هایی می‌شوند که برای آنها باید بهای زیادی بپردازند. همان‌طورکه مراقبان - والدین، معلمان، جامعه - ارزش‌های مردانهٔ سنتی را به کودکان مذکر انتقال می‌دهند، به گفتهٔ ویلیام پولاک[۲]، روان‌شناس دانشگاه پزشکی هاروارد، آنچه باقی می‌ماند «ازبین‌رفتن آسیب‌زایی محیط‌هایی است که پسران در آنها فعالیت دارند». بسیاری از پسران ارتباطات صمیمی خود و علایق عاطفی‌شان را در ابتدای زندگی از دست می‌دهند. آنها به‌محض انفصال از پیوندهای ارتباطی خود، نسبت به وسوسه‌های روزگار آسیب‌پذیر می‌شوند و خودِ واقعی‌شان را گم می‌کنند.

اینها چیزهایی بودند که من در زمان خدمت در دادگاه خانواده شاهدشان

بودم؛ آنچه در برادرم دیده بودم و آنچه بعدها در مردان جوانی دیدم که در دوران بازپروری کمکشان می‌کردم.

هرکدام تحت‌تأثیر یکی از کدهای مردانگی داروین قرار گرفته بودند که در مسیر رشد و تکامل انسانی، فضیلت‌ها و رفاه اجتماعی‌شان تباه‌کننده بود.

احساس می‌کردم برای انجام کاری فراخوانده شده‌ام. پس‌از صحبت‌کردن با والدین آن بچه‌ها و همراه با فقدان برادرم در عمیق‌ترین بخش وجودم، زمانی‌که ازطرف مدرسه برای کار به‌عنوان مشاور روان‌شناس پیشنهادی دریافت کردم، آن را پذیرفتم و باور داشتم این شغل به‌واقع فرصتی است تا روی نقش جدید دیگری تمرکز کنم که همان پدری‌کردن برای یک پسر بود. در اواخر دهۀ ۸۰ تا دهۀ ۹۰ و حتی تا قرن جدید، همان‌طور که پسرم در حال مردشدن بود و من به‌عنوان پدرش هر روز درک بیشتری از این موضوع پیدا می‌کردم، مدرسه هم رشد و تکامل یافت. مدرسه، پس‌از یک فرایند برنامه‌ریزی استراتژیک جست‌وجو، با دقت بیشتری متعهد به توجه ویژه به پسران شد و اقدام به ایجاد برنامه‌ای با عنوان «به نمایندگی از پسران»[۱] کرد. این برنامه را در سال ۱۹۹۵ با کمک هیئت‌مشاورۀ ملی و به‌همراه برنامه‌های آموزشی جدیدی برای والدین و پروژه‌های تحقیقاتی گوناگون پایه‌گذاری کردیم.

اگر بخواهم صادق باشم، کمی نگران پسر خودم بودم و اینکه زندگی چه برنامه‌هایی برایش دارد. هر روز آژیرهای خطر بیشتری برای پسران به صدا درمی‌آمدند؛ اینکه آنها در مدرسه عقب افتاده‌اند و قادر به پیشرفت در زندگی خود نیستند و در «جنگ» و «بحران» به‌سر می‌برند. تعهد من با تولد پسر دومم از این هم فراتر رفت. در آن زمان بر من روشن شد که من و همسرم نمی‌توانیم هرگز پسرانمان را آن‌قدر آمادۀ مبارزه تربیت کنیم که قادر به دفع

وسوسه‌های اغواکننده‌ای باشند که بسیاری از پسران را درگیر خود می‌کنند. من نتیجه گرفتم بهترین کاری که می‌توانیم انجام دهیم این است که در برابر ارزش، معصومیت و فرصت‌های پسران، به‌گونه‌ای موضع بگیریم که پسرانمان از موضع ما آگاه باشند.

آسیب‌هایی که هر روز به پسران وارد می‌شوند حقیقتی تلخ درمورد پسربودن هستند. پسران از جایگاه‌های اجتماعی مختلف با موفقیت به دوران مردانگی نمی‌رسند، به‌خصوص زمانی‌که مردانگی با اضطراب‌های ناشی از نژادپرستی و فقر درهم می‌آمیزد. در مقاله‌ای با نام «وضعیت پسربچه‌های آمریکایی»[۵] در سال ۲۰۰۹، روان‌شناس، جودیت کلاینفلد[۶]، از دانشگاه آلاسکا، نگرانی خود را به‌ویژه درمورد جوانانی که از جامعه و خانواده‌شان کناره گرفته‌اند اظهار داشت. در این گروه تعداد پسران دوبرابر دختران است و بیشتر اعضا رنگین‌پوست هستند. به روش‌هایی واقعی و قابل‌اندازه‌گیری، این مردان در سمت اشتباهی از شکاف جنسیتی در بحث آموزش، استخدام و مشارکت مدنی قرار می‌گیرند. به‌علاوه، همان‌طور که به بلوغ می‌رسند، این جدایی و قطع ارتباط را به‌عنوان مردان بالغ به زندگی خود وارد می‌کنند. به‌خصوص در عصر جدید که اقتصادها جهانی شده‌اند و مبتنی بر دانش هستند و نظر به توسعهٔ برابری جنسیتی، پسران را باید با دقت و توجه آماده کرد. الگوی تاریخی پسربودن که نسل‌هاست تغییری نکرده، متأسفانه از زمانه بسیار عقب است.

تام مورتنسون[۷]، جمعیت‌شناس، از مرکز ملی سیاست‌های عمومی و تحصیلات عالیه که یک سازمان تحقیقاتی غیرانتفاعی است، می‌نویسد: «مردان به‌خوبی خود را با این جهان جدید انطباق نداده‌اند. تعداد روزافزونی از مردان نیز اصلاً وفق پیدا نکرده‌اند و درنتیجه، زندگی‌شان در حال ازهم‌پاشیدن است.»

جهت بهبود آسیب‌های وارده به پسربچه‌ها چه کارهایی می‌توان انجام داد؟ چطور می‌توانیم از پسرانی که آنها را تحت‌سرپرستی خود داریم در برابر تهدیدهایی که بر سر راهشان قرار می‌گیرند محافظت کنیم؟ چطور می‌توانیم مطمئن شویم پسرانمان به‌خوبی آمادهٔ شروع دوران مردانگی خود هستند؟

من در مسیر شغلی خود به‌عنوان یک روان‌شناس و از زمان تصادف و فوت برادرم، با هزاران پسر و مرد جوان صحبت، تحصیل و کار کرده‌ام. در تحقیقاتم مردان جوان از سرتاسر جهان گزارش‌هایی را از امیدها و سختی‌ها، موفقیت‌ها و موانع خود با من در میان گذاشته‌اند. این داستان‌ها نشان می‌دهند زندگی‌ای که در زمان کنونی در انتظار پسران است، درواقع چه احساسی را برای آنان به‌همراه دارد و اینکه چگونه فرصت‌های محدود، عموماً ذات انسانی آنها را از بین می‌برند؛ اینکه چقدر احساس تنهایی می‌کنند و موردغفلت قرار می‌گیرند یا می‌بینند که به‌درستی از سوی دیگران درک نمی‌شوند.

در نتیجهٔ این شواهد روایی قانع‌کننده، من باید موافقت خود را با کارولین نیو[۸]، روان‌شناس بریتانیایی، اعلام کنم که می‌گوید به‌واقع نوعی «بدرفتاری سیستماتیک» در زیربنای دوران بچگی پسران مشاهده می‌شود و ما که مسئول طراحی و حفظ این دوران هستیم - نه خود پسران - باید این مشکلات را رفع کنیم. به‌زودی خواهیم دید که پسران، خود آمادهٔ همکاری هستند و بسیار مشتاق‌اند همان کسی که واقعاً هستند دیده شوند و قلبشان در پشت نقابی که هر روز باید به صورت بزنند به‌تندی می‌تپد، اما برای رفع مشکلات پسربچه‌ها، ابتدا باید این مشکلات را به رسمیت بشناسیم و به درک مشترکی از علل آنها دست یابیم.

این کار مشکل‌تر از آن است که به‌نظر می‌رسد. من انتظار داشتم برنامهٔ «به

نمایندگی از پسران»، برنامه‌ای باشد که مورداستقبال قرار می‌گیرد و ملاحظهٔ دقیق‌تر آنچه را پسران نیاز دارند به‌همراه داشته باشند، اما از همان ابتدا، اوضاع کمی پیچیده شد. تعدادی از اعضای مدرسه که بیشتر با مفاهیم سنتی راحت بودند، اشاره به جنسیت پسران را مورداستهزا قرار دادند، درحالی‌که طرف‌داران حقوق زنان می‌ترسیدند این برنامه دسیسه‌ای باشد تا پسران مردانگی خود را در بوق‌وکرنا کنند. یکی از مقاله‌نویسان روزنامهٔ محلی، که به‌دنبال جنجال بود، این طرح را به‌سخره گرفت و ترسی اساسی را برانگیخت: «لازم نیست پسران حتماً شجاع باشند. نباید برای موفقیت بیش از حد تلاش کنند. به‌نظرم پسران باید بیشتر... مثل دختران باشند.»

واقعیت این است که تعصب و عقاید کلیشه‌ای خیلی زود در زندگی پسران نمود پیدا می‌کنند و حتی دیدگاه کسانی را از بین ما، که به‌هیچ‌عنوان نیت بدی نداریم، شکل می‌دهند و تحریف می‌کنند. جودی چو[۹]، روان‌شناس دانشگاه استنفورد، مشاهده کرد که والدین و معلمان چگونه موجب محدودکردن پتانسیل‌ها و ظرفیت‌های پسران در زندگی می‌شوند. او به‌نوعی شاهد انجماد هویتی در برخی پسران بود؛ نوعی بسته‌شدن تمام درها به رویشان و نوعی «مصالحهٔ بیش از حد» با هنجارهای فرهنگی و فشارهایی که در روابط آنها ایجاد می‌شوند. او در طول دو سال حضور مستمر در کلاس‌ها، به این نتیجه رسید که پسرانی که ذهن بازتری دارند و قابل‌اعتمادترند خود را محدودتر کرده و کمتر در لحظه زندگی می‌کنند. او می‌نویسد: «آنچه معمولاً برای پسران هنجار فرض شده و توصیف می‌شود، به‌واقع تجلی ماهیت آنها نیست، بلکه انطباق با فرهنگ‌هایی است که پسران را ملزم می‌دارند اگر می‌خواهند به‌عنوان "مردانی واقعی" شناخته شده و پذیرفته شوند، باید ازنظر عاطفی خویشتن‌دار، پرخاشگر و رقابتی باشند.»

بنا بر تجربهٔ خود من، به‌نظرم رفتارهای کلیشه‌ای که نشان از مردانگی دارند، به‌واقع در همه‌جا دیده می‌شوند و ناخودآگاه‌اند و بر این موضوع که ما به پسران تنها براساس ادراک خود می‌نگریم تأثیر می‌گذارند. یکی از دوستانم که معلم زیست‌شناسی دبیرستان است، چند سال پیش دوقلو باردار بود و به من گفت: «می‌دانم کدام‌یکی پسر است.» من از روی کنجکاوی سؤال کردم از کجا این موضوع را می‌داند؟ دوستم در پاسخ گفت: «آن یکی که لگد می‌زند.» نایوبی وِی[illegible]، از محققان دانشگاه نیویورک درزمینهٔ رشد و تکامل، از تحقیقات خود نتیجه گرفت که نظرات رایج درمورد پسرها نظر به شواهد موجود یا حتی نیازهای واقعی آنان، پایه و اساس چندانی ندارند. به‌رغم این باور رایج که پسرها اقتصاد را ترجیح می‌دهند و به ارتباطات نزدیک علاقهٔ چندانی ندارند، مردانی که او در تحقیقاتش از آنها کمک گرفته بود اظهار داشتند که بدون دوستانشان می‌میرند یا عقلشان را از دست خواهند داد. او هشدار می‌دهد که بستر کلیشه‌های فرهنگی موجود درمورد پسران، فعالیت‌های خانوادگی و آموزشی ناقص و شکست‌های آشنا در اثر عملکرد کمتر از حد قابل‌قبول، انزوا، اعتیاد و رفتارهای ناپسند است.

من در آغاز دوران جدید زندگی‌ام به‌عنوان یک پدر، شاهد تعصب‌های فرهنگی‌ای در خود بودم که اصلاً از وجودشان خبر نداشتم و گاهی به بدترین شکل خود را نشان می‌دادند. خانوادهٔ ما در محله‌ای زندگی می‌کرد که خانه‌ها کنار هم و به شکل ردیفی قرار داشتند و البته شهرت شهر فیلادلفیا نیز به‌خاطر همین موضوع است. دقیقاً در انتهای خیابان، زمین بازی کوچکی قرار داشت که باندهای خلاف‌کاری پسرانی که حتی به سن نوجوانی هم نرسیده بودند، هر روز برای بازی استیک‌بال و بسکتبال آنجا جمع می‌شدند. پسر من به ورزش علاقهٔ زیادی داشت و عاشق بازی‌کردن بود، اما برای چیزی که با بزرگ‌شدن و رسیدن هم‌بازیانش به سن بلوغ به‌سراغش می‌آمد آمادگی نداشت.

گرچه آنها سال‌ها باهم دوست بودند و می‌خندیدند و با اسباب‌بازی‌های خود در محله بازی می‌کردند، بسیاری از آنان در بزرگ‌سالی خشمگین و بدجنس شدند و به‌نظر، دوستان خود را فراموش کردند. نهایتاً، کل گروه از سوی همان چند نفر تحریک شدند و همگی علیه پسر من جبهه گرفتند و او را از گروه بیرون راندند و از زمین بازی محروم کردند. او بارهاوبارها با سری فروافتاده و چهره‌ای شکست‌خورده به خانه بازمی‌گشت.

من به‌جای اینکه به او اجازه دهم فقط تلویزیون تماشا کند یا بازی‌های ویدئویی انجام دهد، خودم در کنارش بازی می‌کردم و سعی داشتم اعتمادبه‌نفسش را تقویت کنم تا قادر باشد برای بازی‌کردن دوباره به زمینِ بازی برود؛ اما صبح یک روز شنبه، درحالی‌که هفتهٔ بسیار فشرده و سختی را پشت سر گذاشته بودم، زمانی‌که پسرم دوباره از زمینِ بازی در حال برگشتن به خانه بود، روی پله‌های جلوی خانه به استقبالش رفتم و به او گفتم نمی‌تواند وارد خانه شود. گفتم: «نمی‌توانی وارد خانه شوی. من تا هر زمان که بخواهی اینجا کنارت خواهم ماند، اما اجازه نمی‌دهم به این سادگی جا بزنی.» بعداز اینکه پسرم سعی داشت مرا هل دهد و وارد خانه شود، تحقیر و سرخوردگی موجب شد از کوره دربرود و فریاد بزند دیگر دوست ندارد دوباره به زمین بازی برگردد و ناگهان کنترلش را از دست داد و درحالی‌که جیغ می‌کشید و گریه می‌کرد، تلاش کرد همان‌طور که جلوی راهش را گرفته بودم از کنارم عبور کند. من نیز مدام می‌گفتم: «تو می‌توانی. تو نباید ناامید شوی.» یکی از همسایگان از خانه‌اش بیرون آمد و به‌نظر از سروصداهایی که شنیده بود و شبیه به کودک‌آزاری بودند کمی ترسیده بود.

آیا این کار من کمکی کرد یا صرفاً در حال انتقال این کلیشه به پسرم بودم که یک مرد هرگز نباید در دعوا جا بزند؟ آیا من داشتم این درس وحشتناک را به

پسرم می‌دادم که باید مشکلاتش را، هر چقدر هم که از آنها می‌ترسد یا به‌نظر حل‌نشدنی می‌آیند، خودش حل کند؟ در عین واکنش نشان‌دادن به آنچه ازنظر من تهدیدی خطرناک برای آیندهٔ پسرم در خیابان محل زندگی‌مان بود، من همچنین در حال واکنش نشان‌دادن به چیزی در اعماق وجود خودم بودم. این ترس که پسرم ممکن است از زمین بازی، از لذت‌های بچگی‌اش رانده شده و به زندگی محدودتری تبعید شود، چقدر به من انگیزه داده بود؟

من خوش‌شانس بودم؛ چون سرانجام راهی برای پاسخ به چنین سؤال‌های خودکاوانه‌ای یافتم. کمی پس‌از شروع تحصیل در دانشگاه، به یک شبکهٔ مشاورهٔ همسان پیوستم؛ نقطهٔ عطف غیرمترقبه‌ای که زندگی‌ام را متحول کرد و درنهایت مرا به‌سمت حرفه‌ای که امروز دارم سوق داد. من یاد گرفتم به دیگران گوش کنم و درعوض، به شکلی صبورانه و مستقیم توجه آنها را جلب کنم. من در میان گروهی از افراد معمولی مشغول‌به‌کار شدم تا تنش‌ها و تعصباتی را که با عملکرد سالم ما تداخل داشتند حل‌وفصل کنم. خودش بود؛ جنبشی مردمی برای اینکه توانایی حاضربودن و خلاق‌بودن در ارتباطات به‌جای گرفتاربودن در الگوهای ارتباطی قدیمی ترویج شود. با همین تمرین گوش‌دادن به دیگران، من به‌طور کلی دقت بیشتری پیدا کردم.

در طول سال‌ها، این فرصت‌ها برای مشخص‌کردن واکنش‌ها، احساسات و افکار خود، به من در مقابله با چالش‌هایی همچون فوت برادرم و کسب دیدگاه‌هایی در باب تعصباتی که در کودکی خود من به‌عنوان یک پسربچه دیده می‌شدند و جهان‌بینی‌ام را تغییر دادند، کمک بسیاری کردند. حتی متوجه شدم چه زمان‌هایی واکنش‌های من به پسرانم، بیشتر به زندگی خودم بازمی‌گشته است تا زندگی آنان.

در این نمونه، پس‌از خودکاوی بیشتر متوجه شدم که من همواره سعی داشته‌ام بین دو چیز تعادل برقرار کنم: اول اینکه دوستان پسرم با او رفتار بدی داشته‌اند و دیگری اینکه باید باور کند می‌تواند زندگی‌اش را به هر شکلی که می‌خواهد پیش ببرد و هر مانعی که بر سر راهش باشد مهم نیست. دوست داشتم درس مهمی را به آنها انتقال دهم که آرزو می‌کنم ای‌کاش خودم زودتر از اینها متوجه آن شده بودم: اینکه او می‌تواند دیدگاه خود را داشته باشد و مهم نیست چقدر احساس ناامیدی و گرفتاری می‌کند. بعداً، زمانی‌که در آرامش بیشتری باهم صحبت کردیم، سعی داشتم این پیام را به او منتقل کنم تا او ندای مرا بدون ناراحتی، ترس و سردرگمی‌ای که در وجودش احساس می‌کرد بشنود، اما من مطمئنم هنوز هم نگرانی‌های بسیاری در راه هستند. با تمام ناراحتی‌ای که او در وجودش داشت، ناراحتی من تنها شدت احساساتش را بیشتر می‌کرد.

والدین پسربچه‌ها غالباً بسیار فوری و ناگهانی عمل می‌کنند. وقتی پسرشان رفتار خاصی را در پیش می‌گیرد - در مدرسه اشتیاق چندانی ندارد، در خانه بسیار خودمحور است، گروه هم‌سن‌وسالانش او را پس می‌زنند، با خواهر و برادرش بدرفتاری می‌کند، در زمینِ بازی خشن، مضطرب، خشمگین یا خجل است - آنها دیگر تحمل این موضوع را ندارند و با یک دنیا نگرانی یا آزردگیِ‌خاطر شروع به مداخله می‌کنند. آنها سعی می‌کنند فرزندشان را نصیحت کنند و زمانی‌که پسرشان اهمیتی نمی‌دهد، بیش‌ازپیش حس ناامیدی دارند و احساس خطر می‌کنند.

خوشبختانه، من و پسرم از اتفاق روی پله‌های جلوی خانه جان سالم به در بردیم، بااین‌حال هنوز هم اتفاقات بیشتری انتظارمان را می‌کشند. او به معلمی فوق‌العاده و صبور برای پسربچه‌ها و پدری گرم و مهربان برای پسر خودش

مبدل شده است. مطمئن نیستم آن‌موقع پیام مرا دریافت کرد یا نه، اما همچون هر پسر دیگری، او نیز لحظاتی داشته که در آنها زندگی خود را ازنظر گذرانده و به‌قطع مجبور بوده است که شجاعت درون خود را بیابد. رابطهٔ من و پسرم دستخوش چالش‌های بسیاری بوده است و من باور دارم او می‌داند حتی زمانی‌که کمی ناشیانه عمل می‌کنم، همچنان مایلم به او در سختی‌های زندگی‌اش کمک کنم.

پسرانمان

یک روز در میان گروهی از والدین پسران نوجوان، این سؤال را مطرح کردم: آیا زمانی را که فردی - یک معلم، یک مربی یا یک راهنما - تأثیر مثبتی بر پسرتان گذاشته است به خاطر دارید؟ هریک از مادروپدرها نمونهٔ دلگرم‌کننده‌ای مطرح کردند. همان‌طور که این داستان‌ها را می‌گفتند، لحن صحبت‌ها در اتاق گرمای بیشتری گرفت. تمامی ما تنها یک آرزو داشتیم، اینکه پسرانمان زندگی خوبی داشته باشند، ایمن باشند و ریشه‌های عمیقی دوانده و برای رسیدن به رؤیاهای خود دوردست‌ها را نشانه بگیرند و مهم‌ترین موهبتی که برایشان درخواست داشتیم این بود که کمک موردنیازشان را دریافت کنند!

من با دیدن احساسات بسیار قوی و پرمایهٔ والدین، درحالی‌که داستان‌هایی را از کمک‌های دیگران به پسرانشان تعریف می‌کردند، بسیار تحت‌تأثیر قرار گرفتم. یکی از پدرها درمورد زمانی صحبت کرد که پسرش بعداز گیرافتادن در حال انجام یک کار اشتباه به معلم خود دروغ گفته بود. او هیچ عذر و بهانه‌ای برای رفتار پسرش نیاورد؛ نگران عادت بد پسرش بود و اینکه چطور ممکن است آن عادت، پسرش را در زندگی عقب نگاه‌دارد. از بدشانسی پسر، سال بعد هم باید درس ریاضی خود را با همان معلم می‌گذراند، اما معلم به‌جای چنگ‌انداختن به دیدگاه بد اولیهٔ خود از پسر، به او فهماند که مرتکب اشتباه شده و امکان شروعی دوباره برایش فراهم آمده است. معلم همیشه برای کمک در دسترس بود و به پسر می‌گفت مطمئن است اگر بخواهد می‌تواند عملکرد خیلی خوبی در کلاس داشته باشد. در پایان سال تحصیلی، پسر نمراتی بالاتر از همیشه گرفت، به‌عنوان یک دانش‌آموز علاقه‌مند به ریاضی، اعتمادبه‌نفس زیادی در خود یافت و از آن معلم به‌عنوان یکی از معلم‌های

موردعلاقهٔ خود نام می‌برد.

یکی دیگر از والدین درمورد زمانی صحبت کرد که پسرش مریض شده بود و نیاز داشت که در بیمارستان بستری شود. در طول دوران اقامت فرزندش در بیمارستان، نه‌تنها معلمش مکرراً به او درمورد تکالیفش یادآور می‌شد و سعی داشت او را با کلاس هم‌سطح نگاه‌دارد، بلکه برای ملاقات او به بیمارستان می‌آمد و یادداشت‌هایی از هم‌کلاسی‌هایش برایش می‌آورد. مادر آن پسر احساسش را نسبت به آن معلم چنین توضیح داد:

«این کار معلم باعث شد احساس کنم فقط من و پدرش نیستیم که نگران پسرمان هستیم و کسان دیگری هم آن بیرون هستند که به او اهمیت می‌دهند. آن فرد از وقتی که مختص به خودش بود استفاده کرد و به دیدار دانش‌آموزش آمد. مجبور نبود این کار را بکند. می‌دانم او پسر بسیار فوق‌العاده‌ای است، اما اینکه دیگران هم می‌دانستند چقدر او خاص است، روی من خیلی تأثیرگذار بود. من همواره سپاسگزار و مدیون آن معلم هستم.»

مادری دیگر داستانی درمورد یک مربی تعریف کرد که سختی‌های زیادی را تحمل کرده بود تا کمک کند پسر او مهارت‌های ورزشی‌اش را تقویت کند، تاحدی که پسرش توانسته بود توجه مربیان دیگر را در سطح منطقه‌ای به خود جلب کند. زمانی‌که از مادر سؤال کردم وقتی رابطهٔ آن دو را می‌دیده چه احساسی داشته است، گفت: «آسودگی خیال.»

من سؤال کردم: «آسودگی خیال؟»

مادر توضیح داد: «کار این مربی موجب شد پسر من به خودباوری برسد.

بزرگ‌ترین ترس من این است که پسرم نداند چه موهبت خاصی در وجودش دارد. اکنون به‌نظرم چیز باارزشی در زندگی‌اش دارد: یک یادآوری که همواره آن را به خاطر خواهد داشت.»

شاید این احساسات، زمانی‌که والدین درمورد بچه‌هایشان صحبت می‌کنند بسیار رایج باشند، اما به‌نظر من این کار، بار ویژه‌ای به‌همراه داشت، چراکه ما درمورد پسران صحبت می‌کردیم. آنچه ناگفته ماند، بی‌اعتمادی زیادی بود که به‌خصوص این روزها، والدین به پسران خود دارند. یک پسر ممکن است به شیوه‌های مختلفی به راه خلاف کشیده شود. بر طبق نظر دیوید استاین[۱۱]، نویسندهٔ کتاب پرده‌برداری از ناکامی اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی[۱۲]، رفتار پسران عموماً پیامدهای شدیدی را به‌همراه دارد؛ برای مثال، او گزارش کرد که به ازای هر یک دختر، پنج پسر دچار نوعی اختلال روان‌شناختی هستند. مقاله‌ای در سال ۲۰۱۲ در باب ترجیحات جنسیتی پدرومادرخوانده‌ها نشان داد که دختران تقریباً سی درصد بیش از پسران به فرزندی گرفته می‌شوند. توضیح محقق این بود: «ازنظر والدین، دختران خطر ریسک کمتری دارند.»

به‌خصوص در عصر جدید، وقتی پدرانی که منتظر تولد فرزند خود هستند متوجه می‌شوند فرزندشان پسر خواهد بود، این موضوع کمی ذهنشان را مغشوش می‌کند. بازیگر محبوب، جاستین بالدونی[۱۳] که بیش از همه برای نقش خود به‌عنوان رافائل سولانو[۱۴] در سریال تلویزیونی شبکهٔ سی‌دبلیو با نام «جِین ویرجین»[۱۵] شناخته می‌شود، درمورد زمان‌هایی صحبت می‌کند که همسرش پسرشان را حامله بوده است. او اخیراً نوشت: «با جلوآمدن شکم همسرم احساس دیگری نیز در من رشد می‌کرد: وحشت.» چه چیز ازنظر او تا این حد ترسناک بوده است؟ بالدونی که نقش مردی بسیار خوش‌چهره را بازی

می‌کرد، اعتراف کرد که رابطهٔ ناسالمی با بدنش برقرار کرده و نگران است که پسرش از او تقلید کند. «دوست نداشتم او اصلاً شبیه به من باشد. دوست دارم او بیشتر بداند، احساس بهتری داشته باشد و از من موفق‌تر شود.»

هرکس به‌نوبهٔ خود داستانی از پسری می‌داند که دچار مشکل شده است. همچون این داستان که درمورد یک پسر کلاس‌هفتمی است.

زمانی‌که مادرش با من تماس گرفت، دیوید کنترل خود را از دست داده بود: گرچه او پسر خیلی باهوشی بود، به‌دلیل تلاش ناکافی و بدرفتاری مستمر، در درس‌های خود مردود شده بود؛ نسبت به والدینش بی‌اعتنا و نسبت به خواهر کوچک‌ترش بدخلق و گاهی حتی بدلحن بود. مادرش از یک شبکهٔ پشتیبانی والدین کمک گرفته بود، اما پیشنهادهای آنها برای سخت‌گرفتن به پسربچه تنها موجب تشدید درگیری‌های او با پسرش شده بود. زمانی‌که به‌صورت خصوصی با دیوید ملاقات کردم، متوجه شدم او واقعاً باور دارد مادرش دوستش که ندارد هیچ، حتی دیگر از او خوشش هم نمی‌آید. در اثنای یکی از منازعات تلخشان، مادرش کنترل خود را از دست داده و گفته بود: «از اینکه مادر تو هستم متنفرم.» گویا چند وقتی این‌گونه گذشته بود و همان‌طور که دیوید به دوران نوجوانی وارد می‌شد، بیش از هر زمان دیگری تلاش‌های مادرش را برای تربیت خود پس می‌زد.

من ملاقاتی خصوصی با لیلی داشتم تا از او سؤال کنم چه احساسی به پسرش دارد و او قبول کرد پسرش از همان ابتدا کمی برایش مشکل‌ساز بوده، درحالی‌که دخترش که چند سالی از دیوید کوچک‌تر است، رؤیای هر پدرومادری است. همان‌طور که درمورد زایمان اول خود و دوران نوزادی دیوید صحبت می‌کرد، مشخص شد لیلی افسردگی پس‌از زایمان داشته است و نیازهای

پسرش برای او همچون کشیدن ناخن روی تخته‌سیاه بوده‌اند. لیلی بسیار خسته و درهم‌شکسته بوده و زمانی‌که دیوید با گریه او را صدا می‌زده، احساس آزردگی و بی‌توجهی داشته است. ارتباط اولیه‌ای که او با پسرش برقرار کرده به‌همین‌صورت در طول زمان و با نزدیک‌شدن دیوید به دوران نوجوانی ازنظر ابعاد خشم و عصبانیت بدتر شده است.

دیوید وقتی به‌تنهایی با من صحبت می‌کرد درواقع بسیار هم دوست‌داشتنی بود و به‌مرور ارتباط بسیار خوبی باهم برقرار کردیم. او متوجه می‌شد که من از صحبت‌کردن با او لذت می‌برم و معتقدم که بسیار بااستعداد و نجیب است. باهم می‌خندیدیم و من مراقب بودم او را در دعواهایی که با پدرومادرش دارد و نمرات پایین و مشکلات رفتاری‌اش مقصر ندانم و درعوض به او بفهمانم که نظر به تمامی اتفاقات، بیشترین تلاش خود را انجام داده است. نهایتاً از ارتباطی که باهم برقرار کرده بودیم استفاده کردم و ماهیت خودشکنانهٔ رفتارهای او را برایش آشکار ساختم و او خود اعتراف کرد که آرزو می‌کند همه‌چیز بهتر از این بود. همچنین مداخله‌ای در رفتارهای پدرومادر دیوید داشتم و خواستار توقف تهدید و اجبار از سوی آنان شدم و به‌خصوص مادر را به‌سمتی هدایت کردم که ارتباط خود را با پسرش ازطریق انتقال سرور و خوشی خود به او بازسازی کند. ازآنجاکه پسرشان ورزشکار بود و ازنظر فیزیکی بسیار قدرتمند و به بازی‌های خشن علاقهٔ زیادی داشت، مادر را ترغیب کردم با او جنگ بالش یا بازی‌های پرسروصدا و بانشاط دیگری انجام دهد.

ارتباطشان در این مدت پستی‌وبلندی‌هایی داشت. دیوید همچنان به تعهد مادرش نسبت به خود مشکوک بود و لیلی تلاش می‌کرد او را به‌دلیل بی‌احترامی و عدم قدردانی از تلاش‌هایش محکوم نکند؛ اما با بزرگ‌شدن دیوید و افزایش علاقه‌اش به ارتباط با دختران، توجه و ملاحظهٔ خود را افزایش دادم.

توضیح دادم نوع رفتاری که او با مادرش داشته - نگرشش به او، تجربه‌اش از نزدیکی و اعتماد به مادرش - چارچوبی برای دیگر روابطش خواهد بود. من به او صمیمیتی سالم‌تر را پیشنهاد دادم تا گذشتهٔ دردناکشان را به‌طور کامل پشت سر بگذارند. همچنین از آنها خواستم هیچ‌گونه مدارایی درزمینهٔ بدرفتاریِ او با خواهرش نداشته باشند. در طول زمان، با تشویق‌هایی که مادرش انجام می‌داد، دیوید توانست بر عادت‌های رابطه‌ای بدِ خود که در طول سال‌های ابتدایی در وجودش نقش بسته بودند غلبه کند.

در روز شکرگزاریِ کلاس نهم، پس‌از اینکه چند ماهی بود که دیگر او را ندیده بودم، ایمیلِ زیر را از مادرش دریافت کردم:

«می‌خواستم گفت‌وگوی کوتاهی درمورد دیوید با شما داشته باشم. اینکه زودتر از اینها تماس نگرفته‌ام نشانهٔ بسیارخوبی است. درهرصورت، او رفتارش فوق‌العاده شده است. امیدوارم با فرستادن این ایمیل برای شما چشمش نزنم. بااین‌حال من غالباً به شما فکر می‌کنم و به اینکه در زمان کارکردن با شما به چه پیشرفت‌هایی دست پیدا کردیم و اکنون، سرانجام، ثمرهٔ تلاشمان را می‌بینیم. او خیلی بیشتر از گذشته به من و پدرش توجه می‌کند. کمی با خواهرش بهتر شده (فکر نمی‌کنم تا زمانی‌که کاملاً بزرگ شود هیچ‌گاه واقعاً رفتار خوبی با او داشته باشد)، همچنین مسئولیتِ کارهایی را که انجام می‌دهد می‌پذیرد و زمانی‌که در اشتباه است به این موضوع اعتراف می‌کند. از همه مهم‌تر اینکه، به من اجازه می‌دهد مادرش باشم. هر چقدر هم به‌خاطر زحمات شما تشکر کنم، کافی نیست. کاری که شما انجام دادید بسیار گران‌بها بود!»

این خانواده در معرض خطر بودند و دیوید در شُرُف قدم‌گذاشتن در مسیرِ اشتباهی بود که ممکن بود باقیِ زندگی‌اش را تحت‌تأثیر قرار دهد. من در طول

ارزیابی‌ام نتیجه گرفتم که بحران خانواده در نتیجهٔ یک نظریهٔ اشتباه بوده است: والدین باور داشتند پسرشان از روی میل و باطنِ خود بدرفتاری می‌کند و به‌واقع سعی دارد در مبارزه‌ای خصمانه برای کسب قدرت، صبر و تحمل آنها را بسنجد. این نظریه موجب شد باور کنند که اجبار و سرزنش‌نکردن بهترین جواب‌ها هستند.

مداخلهٔ من اما جهت دیگری نیز در خود داشت و نشان می‌داد که نیازِ سفت‌وسختی به ایجاد وابستگی‌هایی بر پایهٔ اعتماد به والدین وجود دارد. من می‌دانستم دیوید در اثر طردشدن از سوی مادرش و دوگانگی و امتناعِ وجودیِ خود بسیار زخم خورده است و با آنها در این مورد صحبت کردم که چطور شیوه‌های تربیتی ابتدایی اشتباه لیلی، رابطهٔ آنها را به‌سمت شروع بدی پیش برده است. به‌رسمیت‌شناختن احساس موردستم واقع‌شدن در دیوید و همچنین تصدیق محبت مادرش و حقش مبنی بر اینکه به او احترام گذاشته شود، موجب شد هر دو متوجه شوند که من همه‌چیز را فهمیده‌ام. آن‌موقع بود که توانستم برای داشتن رفتاری بهتر به دیوید سخت بگیرم و از او بخواهم از آن مردهایی باشد - برادر بزرگ‌تر، پسر، دانش‌آموز، ورزشکار - که همیشه دوست داشته است.

برای خانواده‌هایی که به‌دنبال دریافت کمک برای پسرشان هستند، بسیار مهم است که بحرانِ خود را به‌واقع به فرصتی برای تفکر دوباره درمورد نظریه‌هایی تبدیل کنند که در روابطشان جواب نمی‌دهند. مجموعهٔ صحیح‌تری از فرضیه‌ها نیز ضروری هستند. به‌محض اینکه متوجه شویم همه‌چیز مسیر اشتباهی را در پیش گرفته، رویکرد جدیدی را می‌توان تدبیر کرد؛ رویکردی که احتمالاً شامل درکِ عمیق‌تر نیاز به ارتباط در پسر می‌شود. در بسیاری از خانواده‌ها، ممکن است بین آنچه والدین برای پسرشان آرزو داشته‌اند و اینکه پسرشان واقعاً چه

چیزی از آب درآمده اختلاف زیادی وجود داشته باشد. پسران که بسیار وابسته به پذیرش و عشقِ پدرومادرشان هستند، زمانی‌که مجبور شوند برای به‌دست‌آوردن آن عشق و پذیرش بهایی بپردازند، انتخابِ چندانی ندارند. بسیاری از آنها ابتدا تلاش زیادی می‌کنند تا انتظارات و امیدهای والدین خود را برآورده کنند؛ برخی نتیجه می‌گیرند تلاش‌هایشان احتمالاً به بار ننشسته و در جای دیگری به‌دنبال رفع نیازهای خود می‌روند؛ اما پیروی از پدرومادر و تلاش برای خشنودکردن آنان یک جنبهٔ منفی نیز دارد: نتیجه‌گیریِ بدبینانهٔ پسر مبنی بر اینکه داشتن یک زندگی خانوادگی مشروط به رفع نیازهای دیگران است. ماهیت مشروطِ عشق والدین، موجب می‌شود درنهایت بسیاری از پسران احساس ناامنی داشته باشند.

گویی والدین باور دارند می‌توانند پسری را با یک شخصیت خاص تحویل جامعه دهند و به شکل رؤیاهای خود درآورند، یا اینکه پسرِ خود را تحت‌فشار قرار دهند و در قالبی که خودشان دوست دارند او را شکل دهند. چند نفر از پسران تا به امروز از سوی پدرومادر خود نسخه‌ای از این پیام‌ها را شنیده‌اند که دیگر وقتش است «مرد» شوند، باید برای مدرسه یا ورزش تلاش بیشتری به‌کار ببرند یا چیزهای بیشتری به‌دست آورند؟ باید بر احساسات خود «سرپوش» بگذارند و عزم و ثبات بیشتری از خود نشان دهند؟ دیدگاه‌های قدیمی درمورد مردانگی، مبنی بر اینکه سخت تلاش‌کردن پاسخی به همه‌چیز است، دیدگاه‌های علمی را در این مورد که ثبات چگونه ایجاد می‌شود و انگیزه چطور با وضعیت احساسی یک پسر در هم آمیخته است، نادیده می‌گیرند. مشکلِ تلاش برای شکل‌دادنِ یک پسر به‌صورت هویتی ازپیش‌تعیین‌شده، پیامی است که او درمورد خود دریافت می‌کند: اینکه او به‌اندازهٔ کافی خوب نیست.

جعبهٔ مردانگی

جورج اورول[۱۶]، نویسندهٔ بریتانیاییِ کتاب ۱۹۸۴، در جوانی در مستعمرهٔ برمه افسر پلیس بود. او در مقاله‌اش در سال ۱۹۳۶ با عنوان «هدف قراردادن یک فیل»[۱۷] که تاحدی براساس تجربه‌های خود اوست، قصهٔ افسر پلیسی را تعریف می‌کند که با وظیفهٔ خود برای کشتن یک فیل که به شکلی دیوانه‌وار در خیابان‌ها رها شده است دست‌وپنجه نرم می‌کند. او نه‌تنها باید حیوان را بکشد بلکه باید بسیار سرد و بی‌روح و عاری از هرگونه نزاعِ درونی به‌نظر برسد. نقل‌قولی از این کتاب، جملهٔ آغازینِ فیلم «نقابی که درون آن زندگی می‌کنید»[۱۸]، انتخابِ رسمی جشنوارهٔ فیلم ساندنس[۱۹] در سال ۲۰۱۵ بود که فیلم به‌واقع «پسران و مردان جوان را همان‌طور که سعی دارند با خود روراست باشند و درعین‌حال، با تعریفِ بسیار محدودِ مردانگی در کشور آمریکا تا حدودی همراه شوند» دنبال می‌کند. همان‌طور که اورول می‌نویسد: «هر مرد نقابی بر صورت زده است و سعی می‌کند خود را با آن انطباق دهد.»

به‌واقع، استعارهٔ نقاب میزانِ زیان‌هایی را که پسرها با آن روبه‌رو می‌شوند کمتر از چیزی که هست نشان می‌دهد. مطالعه‌ای که در سال ۲۰۱۷ از سوی گروه مطالعاتی پروموندو[۲۰]، پیشروی جهانی در برنامه‌های آموزشی و جامعه‌محور، برای مردان و پسران انجام گرفت، تصویرِ قدرتمندتری ارائه کرد: جعبهٔ مثل یک مرد رفتار کن. اینکه داخل یا بیرون از جعبه چه چیزی هست براساس رفتارهایی که برای مردان پسندیده یا ناپسند هستند تعیین می‌شود: خودکفایی، سرسخت‌بودن، جذابیت ظاهری، بیش‌فعالی جنسی، خشونت و کنترل. محققان به نمایندگی از تمامی مردانِ هجده تا سی‌ساله، نمونه‌ای را در ایالات‌متحده، انگلستان و مکزیک موردبررسی قرار دادند و تفاوت‌های

چشمگیری میان سطح خشونت، قلدری، آزار جنسی، افسردگی و افکار خودکشی میان مردان جوانی که داخل یا خارج از جعبه بودند یافتند. تیم تحقیقاتی نتیجه گرفت که «اثراتِ مشکل‌ساز جعبهٔ مردانگی بسیار شدید، واقعی و آزاردهنده‌اند. اکثریت مردانی که به قوانینِ جعبهٔ مردانگی پایبندند، بیشتر احتمال دارد سلامت و رفاه خود را به‌خطر بیندازند، خود را از دوستی‌های صمیمی کنار بکشند، در زمانِ نیاز کمک دریافت نکنند، افسردگی را تجربه کنند و مکرراً درمورد پایان‌دادن به زندگی خود بیندیشند.»

محققانِ ابتدایی درزمینهٔ جنسیت، همچون ساندرا بم[۱۱۱]، که بنیان‌گذارِ مطالعهٔ نقش‌های جنسیتی قطبی و کلیشه‌ای بود، اظهار داشت که پسران بیش از دختران به هنجارهای جنسیتی پایبندند. اینکه یک دختر تامبوی[۱۱۲] باشد، با اینکه یک پسر «زن‌نما» باشد زمین تا آسمان تفاوت دارد. هم در خانه و هم در زمینِ بازی، پسرها اگر از آنچه برایشان تجویز شده دور شوند، به شکل قاطعانه‌تری با آنان برخورد می‌شود. اولگا سیلوراستاین[۱۱۳]، روان‌شناس خانواده، در کتاب خود با نام شجاعتِ بزرگ‌کردن مردان خوب[۱۱۴]، به یک مطالعهٔ تحقیقاتی اشاره می‌کند که در آن مادری که نوزادی در بغل دارد - لباس سفید پوشیده و ما در نگاه اول قادر نیستیم بفهمیم پسر است یا دختر - در اتاق انتظار یک پزشک نشسته است. زمانی‌که پرستار نام مادر را صدا می‌زند، زن مؤدبانه از افرادِ دیگرِ حاضر در اتاق انتظار می‌پرسد آیا می‌توانند «دخترم» یا «پسرم» را نگاه‌دارند تا او برای مشاوره نزد دکتر برود یا نه. یک دوربینِ مخفی تمام آنچه را اتفاق افتاده ضبط کرده است. زمانی‌که نوزاد، دختر معرفی می‌شد همه او را محکم‌تر در آغوش می‌گرفتند و با او صحبت و بازی می‌کردند؛ اما زمانی‌که جنسیت کودک پسر گفته شد، غالباً او را روی فرش می‌انداختند تا با یک دسته‌کلید بازی کند.

مادران نقش بسیار مهمی در مردانگی فرزندان دارند. روزنامه‌نگار، کِیت استون لومباردی[۲۶]، برای کتاب خود با نام افسانهٔ پسرِ مامان: چرا نزدیک نگاه‌داشتن پسرانمان آنها را قدرتمندتر می‌سازد؟[۲۷]، با مادران پسرها مصاحبه کرد تا کشف کند چطور فشارهای فرهنگی بر روابط آنها با پسرشان تأثیر می‌گذارند. او دریافت تعصب‌های شدیدی بر دوش مادران است تا پسرانِ خود را از خود دور کنند، حتی اگر این کار به‌نظرشان صلاح نباشد. او نوشت: «حداقل به مدت یک قرن خِرد جمعی درمورد مادران و پسران چیزی به این شکل بود: مادری که حتی پس‌از پنج‌سالگی ازنظر عاطفی به پسرش نزدیک می‌ماند، رفتار نادرستی دارد. او همان مادرِ خفقان‌آوری است که احتمالاً پسرش را از بزرگ‌شدن و تبدیل‌شدن به مردی قوی و مستقل بازمی‌دارد.»

مطالعهٔ پروموندو درمورد منابع مختلف فشار جهت انطباق با هنجارهای رایجِ مردانگی صحبت می‌کند. در میان مردانِ جوان در ایالات‌متحده، ۶۰ درصد با این حرف موافق هستند: «پدرومادرم به من یاد داده‌اند که یک مرد واقعی باید قوی باشد، حتی اگر احساس اضطراب یا ترس داشته باشد.» و درمورد درس‌هایی که در کودکی آموخته‌اند، انسجام قابل‌توجهی میان آنچه خانواده‌ها و جامعه به شکل گسترده‌تر از آنها انتظار دارند دیده می‌شود. سه نفر از هر چهار نفر می‌گفتند: «مردان حتی اگر در درونشان احساس ترس یا اضطراب داشته باشند باید قوی باشند» و ۶۸ درصد هم موافق بودند که «اگر دیگران مردی را موردتمسخر قرار دهند و او با آنها مبارزه نکند، ضعیف است».

آموزش‌های هر پسر برای مردانگی در خانواده‌اش آغاز می‌شوند و در مدرسه شدت می‌گیرند. جودی چو با مشاهدهٔ گروه چهار تا شش‌سالهٔ خود در پیش‌دبستانی و مهدکودک شاهد بود که پسران چطور از روراست‌بودن، سخنوری و باملاحظه‌بودن در روابط خود به تظاهرکردن و پنهان‌کردن همه‌چیز

در خود تغییر جهت می‌دهند. بر طبق گفتهٔ چو، آنها «بدبین» و «هشیار» شدند و ارتباطشان با کلاس قطع شد. او نتیجه گرفت که رشد پسران درواقع بدین شکل است که یاد می‌گیرند تظاهر کنند، چراکه متوجه می‌شوند اینکه واقعاً چه کسی هستند اهمیتی ندارد، آنچه اهمیت دارد این است که نقش خود را تا چه حد خوب بازی کنند.

زیان‌های پسران از تظاهرکردن هم فراتر می‌روند. نظریه‌های غلوشده درمورد مردانگی که در فرهنگ نهادینه شده‌اند و ازطریق تصاویر رسانه‌ها، بازی‌ها و تلویزیون منتقل می‌شوند، پسران را به‌سمت رفتار افراطی تحریک می‌کنند. در مطالعهٔ چو، پسران یک «تیم بدجنس» تشکیل دادند و تصمیم گرفتند «دیگران را اذیت کنند» -به‌خصوص دخترهای کلاس را. پسران هر چقدر هم که احساس همدلی داشته باشند، در تفکر گروهی‌شان این دیدگاه به‌طور کامل نادیده گرفته می‌شود.

اواخر دههٔ نود با خود دغدغه‌هایی بر این مبنا به‌همراه داشت که هیچ‌چیز در زندگی پسران سر جای خودش نیست و مشکلات پسرانگی همچنان دیده می‌شوند. بر طبق آمار مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری در آمریکا، والدینِ پسرانِ چهار تا هفده‌ساله، با نرخِ دوبرابر دختران از کارمندان مدرسه کمک می‌گیرند. علاوه‌بر ریسک‌پذیری‌های خطرناک، عدم توجه و مشکلات رفتاری، پسرها در مهارت‌های اجتماعی و رفتاری که موجب تسهیل موفقیت در مدرسه می‌شوند از دخترها عقب‌تر هستند؛ آنها بی‌قرارتر، بی‌توجه‌تر، جسورتر و کنترل‌نشده‌تر هستند. مخرب‌بودن و عدم توانایی یا عدم تمایل به رعایتِ محدودیت‌های بزرگ‌سالان، باعث می‌شود پسران از سوی معلمانشان شاهد اقدامات اصلاحی باشند. آنها اولین کسانی هستند که مجازات‌های انضباطی و تجویز دارو را دریافت می‌کنند، گرچه براساس گفتهٔ ال آلِن اِسروف[illegible]، محقق

رشد کودک از دانشگاه مینه‌سوتا: «تا به امروز هیچ مطالعه‌ای مزایای بلندمدت داروهای کمبود توجه را بر عملکرد آکادمیک، روابط با همتایان یا مشکلات رفتاری موردتوجه قرار نداده است.»

همچنین بسیار بیشتر احتمال دارد پسران به‌گونه‌ای رفتار کنند که خطر بیماری، آسیب و مرگ را برای خود یا دیگران به‌همراه آورند: آنها غالباً سلاح به‌همراه خود دارند، بیشتر دعوا می‌کنند، کمتر کمربند می‌بندند، بیشتر در حالت نامتعادل رانندگی می‌کنند و بیشتر رابطهٔ جنسی محافظت‌نشده دارند. همبستگی موجود میان این هنجارهای مردانگی و رفتارهای نامتمدنانه مشکل‌ساز است. در یک مطالعهٔ بین‌فرهنگی دیگر، دیوید گیلمور[۲۸]، انسان‌شناسِ دانشگاه استونی‌بروک[۲۹]، دریافت بسیاری از اقدامات زن‌ستیزانهٔ مردان که او آنها را «ناخوشی مردانه» می‌نامد، به‌واقع تجلی تلاش آنها برای سرکوب هرچیزی در خود هستند که زنانه پنداشته می‌شود. او نوشت: «مردانی که از زنان متنفرند، از خودشان تنفر بیشتری دارند.»

زندگی در جعبه یا در پشت نقاب، نه‌تنها محدودکننده است بلکه نیکی و تقوا را در پسران ریشه‌کن می‌کند. پسران که به‌وسیلهٔ یک نقاب محافظت می‌شوند و چهره‌ای غیرواقعی از خود نشان می‌دهند، منزوی و بی‌توجه شده و «سویهٔ واقعی» ارتباط با دیگران را از دست می‌دهند. ظاهرسازی از اصالت و اعتبار بهتر است، «باحال‌بودن» از خلوص مهم‌تر بوده و عدم مشارکت در تحصیل جایگزین تعهد است. هرچه پدرومادرها به پسران خود درمورد عدالت، صداقت و خلوصِ‌نیت آموزش دهند، در فرهنگِ «برادریِ» همتایانشان و فیلم‌هایی همچون خانهٔ حیوانات[۳۰] معنایی نخواهد داشت. پسران که مجبور به انطباق خود می‌شوند نسبت به نیروهایی که به‌خصوص برای ایجاد مشارکت میان ذهن و قلبشان طراحی شده‌اند، بسیار آسیب‌پذیر هستند.

خبرِ خوب

خوشبختانه برای مشکلات پسران راه‌حلی نیز وجود دارد. اگر شجاعت خود را جمع کنیم، می‌توانیم دیدِ بازتری نسبت به تجربیات واقعی پسران پیدا کنیم و برایشان دورانِ کودکی‌ای بسازیم که آنها را قادر سازد همانی باشند که هستند. کتاب‌های بسیاری در انتهای دهۀ ۱۹۹۰، دیدگاه‌های بسیارخوبی درمورد پسران به دست می‌دادند؛ اما این کتاب‌ها به‌سمت یکی از دیدگاه‌های قطبی‌شده تمایل داشتند: ۱) اینکه پسران ازنظر بیولوژیکی به‌سمت بازی‌های بی‌قانون‌وقاعده، خصومت بی‌جهت و ریسک‌پذیری مداوم کشیده می‌شوند یا ۲) بی‌گناهانِ ساده‌لوح، قربانیان سرکوب اجتماعی می‌شوند و در سکوت رنج می‌برند. در هر دو حالت، پسران قربانی هستند؛ یا قربانی ژنتیک خود یا زیست‌بوم اجتماعی‌شان. آنچه در اینجا فراموش شده است، نقشِ دوست‌داشتنی و الهام‌بخشی است که تخیلات خود پسر در زندگی‌اش بازی می‌کند.

اما من خوش‌بین هستم که در حال نزدیک‌شدن به موفقیتی تاریخی هستیم. گرچه پسران همچنان در معرض افسانه‌ها و تعصباتی قرار دارند که ریشه در گذشته دارند و شیوه‌های جدیدتر و سالم‌تر برای مردبودن هنوز جایگزین الگوهای قدیمی نشده‌اند، تناقض‌ها میان واقعیت‌های اقتصادی، پویایی خانواده و هنجارهای رایج، موجب می‌شوند که تعریف جدیدِ پسرانگی اجتناب‌ناپذیر باشد. همان‌طور که تقاضاهای اجتماعی جدید، محدودیت‌های شدیدِ پسرانگی را در گذشته نشان می‌دهند، ایده‌های جدیدی اعتبار خواهند گرفت.

در زیر، نمونه‌های بسیاری را در مقیاس کوچک مشاهده می‌کنید که به چیزهایی که ممکن است رخ دهند اشاره دارند:

زمانی‌که یک مدرسهٔ شبانه‌روزیِ قدیمی پس‌از ۱۵۰ سال پسرانه‌بودن مختلط شد، با نوعی مشکلاتِ فرسایشی روبه‌رو شد که تا به آن زمان هرگز در آن زمینه‌ها مشکلی نداشت. تنها چند سال پس‌از ورود دختران، پسرانِ کلاس‌های نهم و دهم به‌مرور ترکِ‌تحصیل می‌کردند. قرار بر آن شد که با دانش‌آموزان مذکر، والدینشان و معلمانشان جلسه‌ای برگزار شود تا با همدیگر توضیحی برای ناراحتیِ جدید پسران بیابند. چندان مشکل نبود: در مقابل چشمان همگی - آن‌قدر واضح که عملاً نامرئی به‌نظر می‌رسید -سیستمی سرزنشی ایجاد شده بود که پسرانِ بزرگ‌تر را ترغیب می‌کرد با جوان‌ترها رفتار بدی داشته باشند، اما در میان دختران این‌طور نبود. پسران به مدرسه‌ای وارد می‌شدند که در سنت‌های خشنِ مرد بارآوردن پسران فرورفته بود و همگی در آنجا موردسوءاستفاده قرار می‌گرفتند و به‌نوعی به آنها اجازه داده می‌شد که از پسران جدیدی که بعداز آنها به مدرسه می‌آمدند سوءاستفاده کنند. همگی به این سنت بسیار افتخار می‌کردند و به‌عنوان سنتی که شخصیت پسران را می‌سازد، مدام از سوی والدین، معلمان، مربیان و مدیران مدرسه بر آن تأکید می‌شد. فقط اینکه، باتوجه‌به تجربهٔ کاملاً متفاوت دختران، تحمل برای پسران هر روز سخت‌تر و سخت‌تر می‌شد. چراکه شیوهٔ اداره‌کردن مدرسه و الگویی که براساس آن برای پرورش پسران عمل می‌شد دچار اختلال شده بود.

من شواهدِ خود را برای یافتن ارتباطی میان سرزنش‌ها و فرسایش ایجادشده پیشنهاد دادم و مدیران مدرسه با قدرت وارد عمل شدند. آنها برنامهٔ خود را مطابق با پسران کم‌سن‌وسال‌تر بازسازی کردند و در برنامهٔ جدید بر ایمنی و رهبری تأکید داشتند و پیشرفت ثابتی را به‌سمت حذف سنتِ آسیب به همتایان

یا سیستم «موش» شاهد بودند. گرچه آنها نسبت به تغییرات بسیار لجوج بودند، آزارواذیت‌ها به‌مرور از ارتباطات پسران خارج شدند و نرخ فرسایش مدرسه به‌مرور کاهش یافت. امروز این مدرسه به‌عنوان نهادی مدرن شناخته می‌شود.

مثال دوم در دورهٔ سؤال‌وجواب و پس‌از سخنرانی من برای والدین مشاهده شد. مشخص بود آنچه آنها را در شبی زمستانی وسط هفته به مدرسه کشانده، امید برای کمک به پسرانشان بود که بسیار نگرانشان بودند. در آن جلسه مادران و پدران همگی داستان‌هایی شخصی از اضطراب، فقدان و سردرگمی را به‌اشتراک گذاشتند. یکی از مادران دست بلند کرد. او توضیح داد که مادری دست‌تنهاست و از پدرِ پسرش جدا شده و سروکله‌زدن با پسرش هر روز برایش مشکل‌تر می‌شود. پسر از خانواده جدا شده بود و اختیار مادرش را برای محدودکردن او به رسمیت نمی‌شناخت.

مادر سؤال کرد: «آیا این موضوع طبیعی است و آیا من باید از پدرش بخواهم حالا که دیگر به نوجوانی رسیده است از او مراقبت کند؟»

همگی به نشانِ درک‌کردن و حتی موافقت سر تکان دادند. من این سؤال را از زمان شروع کارم به شیوه‌های مختلف شنیده بودم و انتظارش را داشتم. حتی در گروه‌های تحقیقاتی که با محققان دیگر حضور داشتم، آنها هم با اطمینان تصدیق می‌کردند که به‌طور قطع برای واردشدن به عرصهٔ مردانگی، پسر به مرد دیگری احتیاج دارد. درواقع، یک متخصص توصیه کرده بود این نقشِ مادر است که برای پسرش «پلی به‌سمت پدر» بسازد.

این دیدگاه اشکال‌های بسیاری دارد. اولاً، هیچ شواهدی وجود ندارد که تنها

یک مردِ دیگر می‌تواند پسر را به‌سمت مردانگی هدایت کند. درواقع، این‌گونه توصیه‌ها اغلب موجب تقویت و جاودانگی ایده‌های سنتی می‌شوند. این بدین معنا نیست که پسران نمی‌توانند از توصیه‌های مردی مسن‌تر چیزی بیاموزند: اینکه چطور از خواب بیدار شده، صورت خود را اصلاح کرده، با شریک زندگی‌اش ارتباط برقرار کرده و کارهایش را انجام دهد. پسرها دوست دارند ببینند مردان دیگر به چه دیدگاه‌هایی رسیده‌اند. درواقع، در غیابِ یک مرد واقعی، پسران بیشتر در برابر دیدگاه‌های بزرگنمایی‌شده آسیب‌پذیر هستند؛ اما تأکید بر یادگیری مردانگی می‌تواند رشدِ انسانیت و آموختن مهارت‌های ضروری را برای موفقیت در عصر کنونی برای پسران مشکل سازد.

به مادرِ مذکور این‌گونه گفتم: «گرچه من به‌شدت به ارتباطات میان پسران و پدرانشان باور دارم، اما این ایده که مادران باید پسرانشان را از ترس اینکه لوس و بچه‌ننه بار بیایند از خود دور کنند، تمام آنچه را دانشمندان حوزهٔ رشد درمورد نیاز کودک به‌نوعی وابستگی ایمن و قابل‌اتکا اظهار داشته‌اند نقض می‌کند. پسران نیز مانند دختران، نیازهای انسانی اساسی دارند که در خطرند. کودکی که پذیرش و عشقِ بدون چون‌وچرای پدرومادرش را نداشته باشد، شجاعت و اعتمادبه‌نفس کمتری دارد و در برابر تأثیرات منفی آسیب‌پذیرتر خواهد بود.»

من به او اصرار کردم: «لطفاً پسرت را نزدیک به خودت نگاه‌دار. اینکه بداند در زمانِ پیش‌رفتن در جهانِ هستی، شما دقیقاً در کنارش هستید، برایش خیلی مهم خواهد بود.»

برخی از پدران سر تکان دادند و با شگفتی و قدردانی نگاه کردند و اعتماد به شکل جدیدی در صورت‌های مادران ظاهر شد. آنچه مرا آزار می‌داد این بود که

این مادر تا چه حد اسیرِ ایده‌های بدی بود که تقریباً تمامی غرایز مادری‌اش را نقض کرده بود و چقدر آمادهٔ دریافت اجازه برای اعتماد به این غرایز بود.

مثال سوم در یک برنامهٔ اجتناب از خشونت مشاهده شد که برای پسرانی در اوایل نوجوانی، در همسایگی یا اطراف فیلادلفیا برگزار شده بود. ازآنجاکه خشن‌شدن تا حد زیادی با تجربه‌کردن یا مشاهدهٔ خشونت ارتباط دارد، تیم تحقیقاتی من کار خود را با ارزیابی میزان قرارگرفتن پسران در معرض خشونت آغاز کرد: دعواها، مشاهدهٔ تیراندازی یا شنیدن صدای تیر، تجربهٔ مستقیم جرم و تهدیدهای شخصی. هدف، ایجاد برنامه‌ای بر مبنای داده‌های واقعی درمورد تناوب و شدت تجربیاتی بود که موجب برانگیختن واکنش به عکس‌العمل‌های حاد اضطرابی می‌شدند.

ما سطوح وحشتناکی از خشونت را یافتیم. به‌رغم شواهد موجود در باب عوامل اضطراب‌آور غیرطبیعیِ محیطی، شاهد تردید از سوی مؤسسان و هیئت‌مشاوران در این باب بودیم که آیا این پسران می‌توانند از مداخله‌ای بهره ببرند که هدفش هم محافظت و هم کمک به آنها جهت بازیابی از اضطراب سمی باشد یا خیر. برخی اظهار داشتند که اضطراب‌ها بیش از حد شدیدند، پسرها بیش از حد پیش رفته‌اند، منابع زیادی محدودند و هنجارهای جامعه بیش از حد خشونت را برمی‌انگیزند. تمامی تعصب‌های نژادی، طبقاتی و جنسیتی گذشته نیز مطرح شدند؛ ایده‌هایی که باعث می‌شدند همه‌چیز همان‌طور که هست باقی بماند.

اما فشارها برای محافظت از پسرانی که در معرضِ خطرِ قربانی‌شدن قرار داشتند، بسیار متقاعدکننده بودند. ما گروه‌هایی را بعداز مدرسه سازمان‌دهی کردیم و به‌سرعت دریافتیم که بسیاری از پسران از ملاقات با پسرانِ دیگر و

رهبری بزرگ‌سال برای صحبت‌کردن درمورد احساسی که به جنبه‌های مختلفِ زندگی خود دارند بسیار خوشحال می‌شوند. بسیاری از پسران سال‌ها فقط برای صحبت‌کردن، بازی‌کردن و عموماً رفع تنش‌هایی که در خانه، مدرسه و همچنین در محله شاهدشان بودند در گروه حاضر می‌شدند. بحث و بررسی‌ها آنها را قادر ساختند که درمورد احساسشان صادق باشند و تحقیقات تأیید کردند که به‌مرور نسبت به اجرای مجدد کورکورانهٔ سناریوهای خشونت‌آمیز کمتر آسیب‌پذیر می‌شوند.

بسیاری از پسران زمانی‌که از آنها سؤال می‌شد، همان سخنانی را بر زبان می‌آوردند که از سوی تِرِنس[۲۱] عنوان شده بود؛ اینکه گرچه گاهی مجبور است با زور از خود دفاع کند، به دعواکردن «علاقه‌ای ندارد». پسری کم‌سن‌وسال‌تر با نام جوآن[۲۲]، دیدگاه خود را کمی بیشتر بسط و گسترش داد: «من معمولاً آدمی هستم که دوست ندارد دعوا کند. یعنی مردی هستم که خانم‌ها دوست دارند. دعوا نمی‌کنم. خب، من معمولاً عاشق‌پیشه هستم تا عشقِ دعوا. من شعر می‌نویسم. کارهای مختلفی انجام می‌دهم.»

پرورش مردانی خوب

در هریک از این مثال‌ها، تعبیر صحیحِ پسران بر تعصب‌های قدیمی غلبه کرد. با تعهد به رشد انسانیِ پسران به‌عنوان نقطهٔ شروع، پیامدهای متفاوتی در خانواده‌ها، مدارس و جوامع موردتوجه قرار گرفتند. مارتا نوسبوم[۲۲]، اخلاق‌شناس، از مدرسهٔ حقوق دانشگاه شیکاگو، این هدف را که «مردم به‌راستی قادر به انجام چه کارهایی هستند» به‌عنوان معیار اخلاقی مناسبی از اینکه آیا کودک مراقبت‌های مناسبی دریافت می‌کند یا خیر پیشنهاد کرده است. از دید او، آنچه یک جامعهٔ اخلاقی را تعریف می‌کند خلق شرایطی است - منابع و روابط - که کودکان را قادر می‌سازند قابلیت‌های ذاتی خود را به قابلیت‌های واقعی تبدیل کنند. چه نوع پسرانگی‌ای ممکن است پسران را قادر سازد ظرفیت‌های انسانی کامل خود را کشف کنند؟

تحقیقات مختلف همگی یک جهت را نشان می‌دهند. بر طبق گفتهٔ نایوبی وِی، روان‌شناس: «آنچه ما را انسان می‌سازد مهارت‌های رابطه‌ای و احساسی ماست و ما باید راه‌هایی جهت تقویت این مهارت‌های مهم در زندگی بیابیم.» او همچنین شاهدِ تغییرِ مشخصی در کیفیت ارتباطات پسران از نوجوانی تا ابتدای بزرگ‌سالی بود. درحالی‌که پسرانِ کم‌سن‌وسال‌تر قادر به مراقبت، ارتباط و صمیمیت با یکدیگر در کودکی هستند، فشارهای فرهنگی برای مردانِ جوان اجتناب‌ناپذیرند. پسرانی که درعوض از دوستانِ نزدیک خود دور شده‌اند، ارتباطشان را با منابعِ اولیهٔ ارتباط و اشتراک از دست داده و همچنین تمایل خود را به بیان احساساتشان از دست داده‌اند، چراکه می‌ترسیدند آنها را «هم‌جنس‌گرا» بخوانند. گرچه آن پسران زندگی را بدون دوستان خود تاریک و گاه تحمل‌ناپذیر می‌دیدند، تعداد کمی از آنان قادر بودند در برابر جریانِ شدید

آب شنا کنند. اکثرشان در مقصدِ آشنای انقباضِ احساسی، انزوای اجتماعی و عدم صحتِ فردی زخمی می‌شدند.

تحقیقات او با تحقیقاتی در زمینه‌های دیگر هم‌زمان شدند. مطالعات جدید در باب رشد مغز، بر این نکته تأکید دارند که فرضیه‌های سنتی چقدر از واقعیت دور بوده‌اند. ایمی بَنکس[۳۴]، روان‌پزشک از مؤسسهٔ جین بیکر میلر[۳۵] در دانشگاه ولزلی[۳۶]، می‌گوید این فرض که استقلال و فردیت در قلبِ سیستم ارزش‌های مردانگی قرار دارد، با طراحیِ آناتومی انسان کاملاً در تناقض است. درواقع، او از این هم جلوتر می‌رود و می‌افزاید که زمینهٔ نسبتاً جدید علوم عصبی رابطه‌ای به ما می‌آموزد که روابط فقط موارد اضافیِ خوب نیستند، بلکه برای داشتن زندگی بهتر ضروری‌اند. هر فرد، چه مرد و چه زن، طوری خلق شده است که «در شبکه‌ای از روابط انسانی عمل کند». زمانی‌که افراد از ارتباطات خود جدا می‌شوند، یک آبشار عصبی منفی حاصل می‌شود. سلامت و شادی تابعی از خاصیتِ حیاتی این ارتباطات هستند. اثباتِ این موضوع در مغزها و بدن‌های ما دیده می‌شود. بنکس چهار سیستم عصبی را شناسایی کرد تا مطمئن شود هر فرد با دیگران هماهنگ است: سیستم واگ هوشمند که به ما کمک می‌کند با احساسات مناسبی در بسترهای اجتماعی واکنش نشان دهیم؛ قشر سینگولیت قدامی پشتی که واکنش‌های ما را نسبت به محرومیت و درد اجتماعی معتدل می‌کند؛ سیستم آینه‌ای که به ما کمک می‌کند ذهن دیگران را بخوانیم و به‌صورت احساسی به آنها واکنش نشان دهیم؛ و سامانهٔ پاداشی مغز که بر تجربه‌های لذت در روابط حکم‌فرماست. این دیدگاه‌های عصبی آناتومی کاربردهای بسیارمهمی برای تربیت فرزندان دارند.

نویسندگان دکتر دانیل جی.سیگِل[۳۷] و ماری هارتزل[۳۸] در کتاب خود به

نام فرزندپروری از درون به برون: چطور درک عمیق‌تر از خود به شما کمک می‌کند کودکانی بزرگ کنید که کامیاب شوند[۲۹]، این دیدگاه سنتی را که می‌گوید پسران به‌دلیل ارثِ بیولوژیکی مردانهٔ خود به شکل «پسر» بزرگ می‌شوند به‌چالش می‌کشند. آنها می‌گویند: «تجربه همان زیست‌شناسی است. اینکه ما چه رفتاری با فرزندان خود داریم، موجب تغییرِ آنان و چگونگی رشد و پیشرفتشان می‌شود.» عصب‌شناسی بین‌فردی زیربنای تشکیل مدل‌های ذهنی کودکان است که به آنها کمک می‌کند با دیگران ارتباط برقرار کنند: بر طبق گفتهٔ روان‌شناس کانادایی، دونالد هِب[۳۰]، «نورون‌هایی که باهم شلیک می‌شوند، باهم نوشته می‌شوند».

یافته‌های سیگل و هارتزل از یک مطالعهٔ مهم درزمینهٔ رشد کودک که در آن محققان به پدرومادرها مقیاسِ دل‌بستگی بزرگ‌سالان را تجویز کردند (مقیاسی که میزان کیفیت پیوند بین والد و کودک را اندازه‌گیری می‌کند)، استفاده کردند و دریافتند که این آزمون کیفیت وابستگیِ کودکانشان را با صحت ۸۵٪ در روابط متعاقب پیش‌بینی می‌کند. ادعای «پسرها، پسر هستند» بدین معناست که عکسِ این موضوع صحیح است: سیگل نتیجه‌گیری کرد که «تعاملات محیطی، به‌خصوص روابط با دیگر افراد، به‌طور مستقیم رشد و عملکرد ساختار مغزی را شکل می‌دهند».

پسرها در ابتدای بزرگ‌سالی بسیار آسیب‌پذیر هستند. در قلبِ هر پسر، ایمانِ عمیقی نسبت به کسانی مشاهده می‌شود که از او مراقبت می‌کنند. هرکدام ممکن است ناامید شوند و به‌دلیل شرایط رشد خود که اکسیژن کافی برایشان به‌همراه ندارد، مانند قناری در معدن زغال‌سنگ از پا درآیند: ارتباطات، کمک، ایمنی، عشق. لازم نیست پسرانمان طعم تنبیه‌های قدیمی را بچشند تا مرد شوند؛ همچنین نباید آنها را رها کنیم تا استقلال را بیاموزند. آنچه بسیاری از

والدین آن را دست‌کم می‌گیرند، حُسن روابط ماست. پسران نسبت به طیف گسترده‌ای از تأثیرات، فراتر از خانواده‌هایشان حساس هستند و آنچه اصول اولیه را به آنها می‌آموزد این است که تا چه حد کسانی را که به آنها اهمیت می‌دهند به یاد می‌آورند، ما را در قلبشان نگاه می‌دارند و به یاد دارند که تنها نیستند. هیچ‌یک از ما قادر نیستیم پسرانِ خود را در برابر تمامی آسیب‌ها محافظت کنیم، اما هرگز نباید قدرتِ ارتباطات خود را جهت تقویت آنها و ایمن نگاه‌داشتنشان دست‌کم بگیریم.

آلیسون گوپنیک[۲۱]، روان‌شناس، از دانشگاه کالیفرنیا در برکلی، با رویکردهایِ بزرگ‌کردن فرزندان که آنان را به‌سمت پیامدهای ازپیش‌تعیین‌شده هدایت می‌کنند مخالف است. با مرور تحقیقاتِ مربوط به رشد کودک، او ادعا می‌کند که والدین و دیگران به‌سمت استعارهٔ اشتباهی کشیده شده‌اند. او می‌گوید تنها در ابتدای میانهٔ دههٔ ۱۹۵۰ بود که همراه با تغییر زندگی خانوادگی در واکنش به الگوهای کاری و مصرف جدید، مفهومِ «پدرومادربودن» مطرح شده و به بحثِ روز تبدیل شد. پدرومادربودن، در این دیدگاه جدید، همچون کار نجارانی است که یک تکه‌چوب برمی‌دارند و آن را به چیزی ازپیش‌تعیین‌شده، مثلاً یک صندلی یا میز تبدیل می‌کنند.

در مقابل، ازنظر گوپنیک پدرومادربودن به سانِ باغبانی است: «درعوض، زمانی‌که باغبانی می‌کنیم، فضایی محافظت‌شده و مناسبِ رشد برای گیاهان ایجاد می‌کنیم تا رشد کنند و شکوفا شوند.» این دیدگاه او که از سوی علوم اعصاب و مطالعات آزمایشگاهی نیز پشتیبانی شده است، چنین می‌گوید که کودکان واقعاً پروژه نیستند و پدرومادربودن بیشتر درمورد ارتباطاتِ ما با فرزندانمان و کمتر درمورد پیامدهاست. او می‌گوید: «اینکه پدر یا مادر باشیم، اینکه از فرزندی مراقبت کنیم، به معنای آن است که بخشی از یک ارتباط

انسانی ژرف و بی‌نظیر باشیم و در شکل مشخصی از عشق مشارکت کنیم.»
درواقع بذل عشق پدرومادری بدین معنا نیست که نباید سخت بگیرند یا
از کودک تقاضایی داشته باشند، چراکه این کار تا حد زیادی هدفمند است.
گوپنیک اضافه می‌کند:

«عشق هیچ‌گونه مقصود، محک یا نقشه‌ای ندارد، اما هدفِ مشخصی دارد.
هدف این است آنان را که دوست داریم تغییر ندهیم، بلکه آنچه را برای
پیشرفت و کامیابی نیاز دارند در اختیارشان بگذاریم. هدفِ عشق این نیست
که سرنوشتِ عزیزانمان را شکل دهیم، بلکه باید به آنها کمک کنیم خودشان این
کار را انجام دهند.»

پسران ربات نیستند تا نشان‌های پسرانگی را بر سینه بزنند. آنها هم انتخاب
می‌کنند، چیزهای مختلف را امتحان می‌کنند، از میان گزینه‌هایی که گاهی
بسیار محدود هستند، چیزهای مختلفی را امتحان می‌کنند و گاهی حتی با
ارزش‌های خود بیگانه‌اند. آنها به‌دنبال فرصتند؛ فرصتی برای اینکه خودشان
باشند. در زمانه‌ای که بسترها بسیار خشن و هنجارهای مردانگی بسیار
سفت‌وسخت و بی‌هدف هستند و دسته‌هایی از پسران هنجارهای گروه را
سیاست‌گذاری می‌کنند و آمادهٔ پریدن به دیگران هستند، پسرها بیش از هر
زمانی احساس تنهایی و ناامیدی می‌کنند؛ اما در روابطِ باکیفیت، برابری،
اصالت و عشق با رشدکردن پسران در دیدگاهی که خود از مردانگی دارند
شکوفا می‌شوند.

شناختِ اینکه پسران تا چه حد بر روابط متکی هستند، می‌تواند پسرانگی را
دچار تغییرات اساسی کند. زمان‌های بسیاری هستند که فشارها برای پیروی از
دیگر پسران بسیار شدید هستند، حتی برای پسرانی که بیشترین میزان شجاعت

یا خلاقیت را دارا هستند؛ اما وقتی از پسری به‌اندازهٔ کافی حمایت کنیم تا ذهنیت خود را حفظ کند و قلبش را بر باد ندهد، بیشتر احتمال دارد در زمانِ تغییر این شرایط، جایگاهی سالم‌تر و سازگارتر اتخاذ کند. بهترین راه جهت آماده‌سازی پسران برای جهانِ پیش‌رو این نیست که آنان را آموزش دهیم از استانداردهای منسوخ و قدیمی پیروی کنند، بلکه باید به انسانیت آنها اجازهٔ شکوفاشدن دهیم. همان‌طور که گوپنیک می‌گوید: «حتی اگر ما انسان‌ها می‌توانستیم به‌دقت رفتار کودکانمان را شکل دهیم تا با اهداف و ایدئال‌هایمان تناسب پیدا کنند، انجام این کار نتیجهٔ معکوس دربرداشت. ما از پیش نمی‌توانیم بفهمیم کودکانِ آینده با چه چالش‌های بی‌سابقه‌ای روبه‌رو خواهند شد. ما که آنان را در تصویر خود، یا تصویرِ ایدئال‌های کنونی شکل داده‌ایم، ممکن است به‌واقع آنان را از همراه‌شدن با تغییرات در آینده بازداریم.»

من یک‌سری مطالعات سراسری را رهبری می‌کردم که بررسی می‌کردند کدام استراتژی‌های آموزشی برای پسرها مفیدند. من و همکارانم به درکی سریع از هزاران معلم و پسر رسیدیم. زمانی‌که پسران ازنظر ارتباطی درگیر باشند، به آنان توجه شود، همان‌طور که خودشان را می‌شناسند و می‌فهمند، شناخته شده و درک شوند، سعی‌شان را خواهند کرد. زمانی‌که به شکل مؤثری به‌سمتشان دست دراز شود، پسرانی که دچار شکست شده‌اند و عملکرد چندان خوبی ندارند مشغول می‌شوند، بهبود می‌یابند و پیشرفت خواهند کرد. پسرانی که قبلاً در کلاس باعث حواس‌پرتی دیگران می‌شدند و مخالف بودند، توجه بیشتری به کلاس پیدا می‌کنند و محترم‌تر می‌شوند و مشارکت بیشتری خواهند داشت. جهت‌گیریِ پیشنهادی از سوی نقش ارتباطات در درک ظرفیت پسران برای عمل‌کردن تنها محدود به مدرسه نیست. روابطِ همراه با مراقبت و ملاحظه، پسران را از این‌رو به آن‌رو می‌کنند؛ به‌خصوص پسرانی که دچار مشکل یا در خطرند.

جادویِ واقعیِ ارتباطاتِ پسران با پدرومادر، معلمان، مربیان و اساتیدشان در این موضوع نهفته است که چگونه درونی می‌شوند و به‌واقع ذهن و قلب خود را شکل می‌دهند. آنچه ما نقاط قوت شخصیتی می‌نامیم، بیشتر حاصلِ پرورش و کمتر در نتیجهٔ ژنتیک یا فطرت انسانی هستند. کودکان بیشتر احتمال دارد تحت شرایط رشدی که این ویژگی‌ها را پرورش می‌دهند، بلندپروازی و شفقت پیدا کنند. محاسن اخلاقی از موعظه یا سخنرانی به‌دست نمی‌آیند. درعوض، محاسن اخلاقی و نقاط قوت شخصیتی همگی پیامدهای تجربهٔ کودک در مواجهه با چالش‌ها، تصمیم‌گیری و گنجاندن درس‌های زندگی در خودانگارهٔ خودشان هستند. همان‌طور که پسران در نتیجهٔ درک ناکافی از نیازهای ارتباطی خود در درس‌هایشان عقب می‌افتند، بسیاری نیز قادر نخواهند بود محاسن اخلاقی و نقاط قوتی را که نیاز دارند به سبب سردرگمی در باب قدرت ارتباطات برای ساختِ شخصیت در خود پرورش دهند.

در سال ۱۹۹۳، ویلیام بِنِت[۲۱]، وزیر اسبق آموزش ایالات‌متحده در زمان ریاست‌جمهوریِ رونالد رِیگان، کتابِ فضیلت‌های اخلاقی: گنجینه‌ای از داستان‌های کوتاه جهان[۲۲] را منتشر کرد؛ واکنشی به دغدغه‌هایی که از گوشه‌وکنار کشور درمورد وضعیت اخلاقی جوانان آمریکایی شنیده می‌شدند. سایر تلاش‌های ملی جهت ارتقای شخصیت‌آموزی نیز در طول همان زمان انجام گرفتند که «از همه مهم‌تر ائتلاف شخصیت است!» بود؛ پروژه‌ای از سوی مؤسسهٔ اخلاق و تربیت جوزف و ادنا جوزفسون[۲۳] که «شش رکنِ شخصیت» را اشاعه می‌داد: امانت‌داری، احترام، مسئولیت‌پذیری، انصاف، ملاحظه و تابعیت. همان‌طور که این ائتلاف در وب‌سایت خود توضیح داده است: «روابط فردی در مدرسه، در محل کار - در زندگی - و اینکه شما چه کسی هستید تفاوت بسیاری ایجاد می‌کنند! شخصیت ارثی نیست، به‌صورت اتوماتیک هم

ایجاد نمی‌شود، بلکه باید به شکل آگاهانه با الگو و تلاش رشد داده شود.»

اما با رشد و پیشرفت جنبش شخصیت که پشتیبانی مالیِ فدرال داشت، دانشمندان شروع به تمرکز روی این موضوع کردند که شخصیت به‌واقع چطور رشد می‌کند. روان‌شناس، ماروین برکوویتز[۲۵]، از دانشگاه میزوری - سنت لوئیس[۲۶] «علمِ آموزش شخصیت» را به‌طور خلاصه بیان کرد. براساس دیدگاه برکوویتز: «مشخص است که نحوهٔ برخورد پدرومادر با کودک، اولین تأثیر مهم بر رشدِ شخصیت کودک است.» درواقع، شکل‌گیریِ شخصیت کودک از همان ابتدا، در روابط میان والدین و کودک در طول سال اول زندگی آغاز می‌شود. او می‌نویسد: «ایجاد پیوند و دل‌بستگی، رابطهٔ احساسیِ قدرتمندی که بین نوزاد و کسی که از ابتدا از او مراقبت می‌کند (معمولاً مادر)، ممکن است مهم‌ترین مرحله در رشد شخصیتی او باشد.»

نِل نادینگز[۲۷]، استادِ افسانه‌ای دانشگاه استنفورد (و مادر ده فرزند، مادربزرگ سی‌ونه نوه و مادرِ مادربزرگ بیش از بیست نتیجه) «تاریخچهٔ طولانی و بررسی‌شدهٔ» آموزش شخصیت را به‌چالش کشید و اخلاقِ مراقبت را به‌عنوان رویکردی جایگزین مطرح کرد. او توضیح داد ارزش‌های کودکان در تجربیات شخصی آنان از مراقبت ریشه دارد: «ما ابتدا می‌آموزیم که چطور باید از ما مراقبت شود و اینکه چطور به تلاش‌های عاشقانهٔ دیگران برای مراقبت از خودمان به‌گونه‌ای که از تلاششان حمایت شود واکنش نشان دهیم.» او نگرانِ این موضوع بود که اخلاقِ مراقبت با چه کیفیتی در خانواده‌ها و مدارس پرورش داده شده و ادعای اجتماعی گسترده‌ای برای ماهیت اساسی این کار ارائه کرد. او نوشت: «احتمالاً این موضوع صحیح است که فرد باید پیش‌از یادگیریِ مراقبت از دیگران، بیاموزد چگونه از او مراقبت می‌شود و چگونه باید از خود مراقبت کند.»

***

امروزه - شاید برای اولین‌بار - فرصتی واقعی پدید آمده است تا به پسرانمان مردانگی را به بهترین شکل هدیه دهیم. در تاریخچهٔ طولانیِ کودکی، رشد اجتماعی از دوره‌های تحریک اجتماعی حاصل شده است. دغدغه‌های مربوط به «آسیب‌دیدن و ازمیان‌رفتن مردان» ممکن است درنهایت به‌راستی صداقت و شجاعت موردنیاز را برای خلق فرصت‌های جدید برای پسران اجباری کند. اگر این‌طور باشد، محققان حوزهٔ پسرانگی می‌توانند درک بهتری از این موضوع به دست دهند که پسران چگونه یاد می‌گیرند، رشد می‌کنند و سجایای اخلاقی را در خود پرورش می‌دهند. تحقیقات صحیحی که به‌واقع به پسران گوش سپرده و تهدیدهای موجود را بر سر راه شکوفایی آنان شناسایی کرده است، می‌تواند راه را به‌سمت داشتن پسرانگی سالم‌تر و انسانی‌تر نشان دهد.

در فصل‌های آتی، من چالش‌های مشخصی را شناسایی کرده و استراتژی‌هایی جهت هدایت تمامی پسران، دانش‌آموزان و ورزشکارانِ حامی ارائه خواهم کرد. بااینکه داستان‌هایی را مربوط به پسرانی که در محل کارم فعالیت دارند با شما به‌اشتراک خواهم گذاشت، استراتژی‌ها بیشتر تاکتیکی هستند تا خاص، و بیشتر درمورد ما هستند و نه درمورد آنها. آنچه من در اینجا ارائه خواهم داد بیش از اینکه دستورالعمل باشد، یک حالت است. اگر از شیوهٔ تربیتِ خود، سال‌های حمایت بالینی، مداخلهٔ اجتماعی و تحقیقات مشاهده‌ای یک چیز آموخته باشم، این است که رشد انسان نیرویی قدرتمند و قابل‌اطمینان است. زمانی‌که رشدمان صحیح باشد، زمانی‌که نیازهای فرزندانمان را برآورده کنیم، به شکل فوق‌العاده‌ای رشد می‌کنند. پسرانی که دل‌بستگی‌های قدرتمندی به پدرومادر، معلمان و مربیان خود دارند قادرند خودشان باشند و انسانیتشان پرورش

می‌یابد. در طول این کتاب، توضیح خواهیم داد که چطور ارتباطاتِ قدرتمندی با پسران خود بسازیم و این ارتباطات را حفظ کنیم؛ پسرانی که در پسرانگیِ خود با چالش‌های بسیاری روبه‌رو هستند و این چالش‌ها ممکن است آنان را از وابستگی‌های فکری و عاطفی خود دور کنند.

و همان‌طور که تمامی ظرفیت‌های انسانی آنان ازجمله شجاعت و صداقت را پرورش می‌دهیم، من مطمئنم که پسرانمان ما را با نوآوریِ شکل جدیدی از پسرانگی که با دنیای امروز همخوانی دارد، شگفت‌زده خواهند کرد.

فصل دوم: رهاکردن پسران از بند

در دلِ رشد و بزرگ‌شدن جنس مذکر، تناقضی گیج‌کننده وجود دارد. از یک طرف، عزمِ مدارس و والدین برای آموزش این موضوع به پسران که چطور باید مرد باشند، نشانگر تمایلی صادقانه برای کمک به آنهاست؛ اما حتی با داشتن بهترین نیت‌ها، زمانی‌که والدین گرفتارِ درس‌دادن به پسران درمورد مردبودن می‌شوند، ممکن است پسرانشان را تا حد پروژه‌های کاری پایین آورند و شخصیت‌های یکتای آنان را نادیده بگیرند تا اغلب با زور در جعبه‌های سنتی جایشان دهند.

پسرها دارای این توانایی هستند که برای خود زندگی‌هایی با طراحی خودشان تصور کنند. آنها از رؤیاهایشان الهام می‌گیرند و در برابر تلاش‌ها برای تبدیل‌کردنشان به چیزی که نیستند مقاومت می‌کنند. به‌جای اینکه این مقاومت را لذت‌جویی یا اجتناب عمدی بنامیم، دانشمندان حوزهٔ رشد آن را به‌واقع تجلیِ ابتدایی‌ترین غریزهٔ انسانی در نوجوانان جهت صیانت نفس می‌دانند. همان‌طور که او برای خود و آن چیزی که دوست دارد بشود می‌جنگد، ارزش‌های اساسیِ صداقت و شجاعت را به‌کار می‌بندد. در دهه‌های هشتاد و نود، مطالعاتِ انجام‌شده درمورد مقاومت دختران نسبت به محدودیت‌ها و فداکاری‌های جامعه‌پذیریِ جنسیتی، نشان می‌دهند که کودکان چگونه ذاتاً دوست دارند شخصیت واقعی خود را نشان دهند.

اما گاهی فشارها برای وفق‌دادن خود با هنجارهای اجتماعی و حتی هنجارهای زیان‌بار، منکوب‌کننده می‌شوند و مقاومت نوعی مجازات می‌شود. اینکه آیا یک پسر تسلیم این فشارها شود یا در مقابلشان مقاومت کند، بسیار گیج‌کننده

خواهد بود. شرایطِ داخلی و محیطی که از مقاومت سالم یک پسر پشتیبانی می‌کنند کدامند؟

جامعه‌پذیریِ جنسیتی به‌خصوص برای پسران مؤثر است. در تمامی ارتباطات آنان - با همتایان، والدین و معلمان - یک سیستم پاداش و تنبیه وجود دارد که ویژگی‌های زنانه را سرکوب می‌کند و کودکانِ مذکر را به‌سمت ایدئال‌های مردانگی هل می‌دهد. شیوه‌های بازی، اسباب‌بازی‌ها، کارهای خانه، نظم‌وانضباط و الگوهای تعامل بزرگ‌سال - کودک، انطباق با این هنجارها را تقویت می‌کنند.

ازآنجاکه این جامعه‌پذیری ممکن است از غرایز اولیه تخطی کند، گفته می‌شود که هویت مردانه بسیار «شکننده» است؛ شاید در توضیحِ اینکه چرا این‌قدر متعصبانه اجرا می‌شود. ادعاهای مربوط به تفاوت‌های بیولوژیکی از سوی شبه‌علم‌ها پشتیبانی می‌شوند. درحالی‌که شعارِ «زیست‌شناسی تقدیری جمعی است» به‌ندرت برای دختران به‌کار می‌رود، توضیحاتِ هورمونی و مغزی برای پسران آن‌قدر رایج هستند که عدم تجانس به‌ندرت مشاهده می‌شود.

حتی متخصصان نیز هنوز درگیرِ کلیشه‌های مردانگی هستند. زمانی‌که روان‌شناس جودی چو با شش پسر در سنِ پیش‌دبستانی به هنگام مطالعهٔ دوسالهٔ خود ملاقات کرد، بسیار متعجب شد. او همان‌طور که در کتابِ خود با نام وقتی پسرها پسر می‌شوند: رشد، روابط و مردانگی[۴۸] نوشته است، در ابتدا «نمی‌دانسته رفتارِ خشن، کنترل‌ناپذیر و به‌ظاهر پرخاشگر را چگونه درک کند». نخستین پیشرفتش زمانی رخ داد که یک پسر بعداز احوالپرسی گرمی با او، دستش را به شکل اسلحه درآورد و به او شلیک کرد؛ او نگاهش را برگرداند و مطمئن نبود چطور باید واکنش نشان دهد؛ اما همان روز، وقتی دوباره این کار

را انجام داد، دکتر چو لبخند زد و تظاهر کرد به پسر شلیک کرده است. پسر با صبوری توضیح داد که او باید به زمین بیفتد و تظاهر کند مرده است و این‌گونه شانس دیگری به دکتر داد. وقتی کاری را که پسر گفته بود انجام داد، پسر بسیار خشنود شد. بعداً باتوجه‌به ارتباطی که بینشان شکل گرفته بود، پسر از او خواست در طول زمانی‌که داستان می‌خوانند روی پایش بنشیند.

همان‌طور که چو به‌مرور متوجه شد چگونه تعصباتش موجب محدودکردنِ درک او از اتفاقی که رخ می‌دهد می‌شوند، سعی کرد «نه‌فقط فیزیک آنها و خشونتشان را (برای مثال رفتارهایی که بازتاب‌دهندهٔ کلیشه‌های مردانگی هستند) بلکه ملاحظه‌کاربودن و بافکر عمل‌کردن آنان را نیز درک کند». در ارتباطات آنها، او شاهد بود پسرانی که به هم «نزدیک و علاقه‌مند» هستند، این افسانه‌ها را که مردان باید فردگرا، خودمحور و بی‌توجه به روابط باشند درهم می‌شکنند.

اما در طول دو سالی که او با آن پسرها گذراند، آنان تغییر کردند و اعتبارشان کاهش یافت و بیشتر مستعد خودنمایی و تظاهر شدند. تحقیقات او نشان دادند اولین ارتباطی که در پسران قطع می‌شود، ارتباط با خودشان است که موجب وقوع جریانی از بیگانگی‌ها و زیان‌ها در رشد می‌شود. پسران اگر پسرانگی را پنهان نکنند موجب محکومیت و مجازات و عذابشان می‌شود، پس تنها گزینهٔ مطمئن را انتخاب می‌کنند؛ این یک استراتژی کوتاه‌مدت با عواقب بلندمدت است.

مربیِ چو، کارول جیلیان[۱۳۱]، فمینیستِ پیشگام، راه‌های گوناگونی را که کودکان می‌توانند با استفاده از آنها برای حفظ تمامیت خود بجنگند فهرست کرده است. گاهی‌اوقات مقاومت آنان به شیوه‌های سالمِ روان‌شناختی نمودار

می‌شود، به‌خصوص زمانی‌که کسی را می‌یابند که می‌توانند با او درمورد آنچه برایشان رخ داده است صحبت کنند. گاهی استراتژی‌هایشان داخلی‌تر هستند و شامل دورشدن از جامعه و یک نمایش عمومی غیرمعتبر می‌شوند. گرچه مقاومت به‌واقع واکنشِ طبیعی یک پسر به فشارهاست تا به چیزی که نیست تبدیل شود، اضطرابِ حاد می‌تواند او را وادار کند زمانی‌که دیگر قادر به عقب‌نشینی نیست، ارتباطش را با خود قطع کند.

در تحقیقات چو، نمونه‌های بسیاری از مقاومت پسران وجود داشتند که «در درجهٔ اول بر ضد ساکت‌کردن خود، به‌منظور صحبت‌کردن و ازدست‌دادن احساسِ فاعلیت آنها» بودند. در تحقیقاتم پسرانی را در شکل‌های مختلف یافتم که در برابر فشارهای فرهنگی مقاومت می‌کردند؛ بااین‌حال این دیدگاه پایه به تمامی آنها قابل‌اطلاق است: اینکه تا چه حد انسانیت و اصالت خود را چه در ظاهر و چه به شکل خصوصی حفظ می‌کنند، بسته به کیفیت ارتباطاتی است که در خانواده‌ها، مدارس و همسایگی‌های خود می‌یابند.

حمایت از پسران برای اینکه خودشان باشند

می‌توانیم مدل جدیدی را برای پسرانگی متصور شویم که ذاتاً از روابط آغاز می‌شود. برای اینکه پسران بتوانند در برابر هنجارهای مردانگی که زیان‌بار، ناسالم و ظالمانه هستند مقاومت کنند، دست‌کم به یک نفر نیاز دارند که به آنچه برایشان اهمیت دارد توجه داشته باشد. این شخصِ «متحد» می‌تواند پدر، مادر، دوست، معلم، مشاور، خاله یا دایی‌شان باشد؛ کسی که به آنها متعهد است و تمایل دارد به شکوفاشدن رؤیاهای شخصی‌شان کمک کند. ارتباطی که در آن پسر متوجه باشد برای دیگران اهمیت دارد، برای توانایی‌اش جهت فکرکردن بدون کمک و دنبال‌کردن رویه‌ای مستقل، حیاتی است. اعتمادبه‌نفس یک مرد جوان تصادفی نیست، بلکه ناشی از تجربیاتِ او در درک‌شدن، دوست‌داشتن و حمایت‌شدن به شکل صحیح است.

من در اولین شغلِ واقعی‌ام متوجه قدرت شناخت انسانیت در پسران شدم. نایلز [illegible] نوجوانی بود که وقتی به‌عنوان مشاور در دادگاه خانواده کار می‌کردم با او ملاقات کردم. در واحدِ بررسی پیش‌از محکومیت، یاد گرفتیم که پیش‌بینیِ احتمالیِ یک پسر عموماً با قُطر پرونده‌اش سنجیده می‌شود - و نایلز دارای قطورترین پرونده‌ای بود که تا به امروز دیده‌ام. اعضای خانواده‌اش همگی مراجعان و متهمانِ سرویس‌های اجتماعی و قانون بودند. خانوادهٔ فقیرِ این کودکِ آفریقایی-آمریکایی، که به مدارسی با امکانات بسیار محدود در شهری با تاریخچهٔ طولانی تبعیض نژادی سپرده شده بود، در طول زندگی با سختی‌های بسیاری روبه‌رو شده بودند. در چنین فضایی، اعتمادکردن به روابط بسیار مشکل بود. در ابتدا، متوجه شدم تلاش برای صحبت‌کردن با نایلز احتمالاً نتیجهٔ چندانی دربرنخواهد داشت، اما زمانی‌که با مِن‌مِن و در اظهاراتی

کینه‌توزانه آشکار کرد که به نقاشی علاقه دارد، من یک بسته کاغذ و یک جعبه مدادرنگی مقابلش گذاشتم و او را به نقاشی‌کشیدن دعوت کردم و خودم مشغول انجامِ مصاحبه‌های لازم شدم.

درنتیجه، بعداز گذشتِ سال‌ها، نقاشی‌هایی که نایلز کشید هنوز در خاطرم زنده‌اند. به‌مرور و در طولِ جلسه‌های بعدی که می‌توانستم بنشینم و در سکوت توجه کنم، او چهره‌ها و صحنه‌هایی کشید که نشانگر بخش‌های مهمی از زندگی‌اش بودند. چیزهای زیادی درمورد شیوهٔ زندگی‌اش آموختم و توانستم علاقهٔ خود را به اینکه او در ذهنِ خود چه کسی است نشانش دهم. همان‌طور که نقاشی‌هایش را با من در میان می‌گذاشت، صحبت هم می‌کرد و من درمورد اینکه نقاشی‌ها نشانگر چه هستند از او سؤال می‌کردم.

گرچه رابطهٔ ما در بسترِ مشاوره‌های اجباری دادگاه شکل گرفت، درحالی‌که نایلز منتظرِ تصمیمِ قاضی درمورد سرنوشتش بود، به‌مرور مشارکتِ فعالانه‌تری در تفکر درمورد آنچه ممکن است پس‌ازاین رخ دهد پیدا کرد. هنر در خونش بود و هنرش راهی دیگر برای نمایش سختی‌ها (راهی به‌جز آنچه در خیابان‌ها انجام می‌داد). بالاخره پس‌از اینکه پرونده‌اش در دادگاه بررسی شد، قاضی از اختیارات خود برای ارجاعِ نایلز به یک مدرسهٔ شبانه‌روزی که برنامه‌های هنریِ قدرتمندی داشت استفاده کرد. گرچه نمی‌توانم ادعا کنم من و نایلز در آخر به هم نزدیک شدیم، اما او به من چگونه گوش‌کردن را آموخت و اینکه محبت باعث می‌شود حتی سخت‌ترین پسران به ما بگویند خود را چگونه می‌بینند و دوست دارند آینده‌شان چه چیزی را به‌ارمغان آورد.

ارتباط برقرارکردن با پسران به‌نظر بسیار ساده می‌رسد، اما در عمل، همواره کارِ آسانی نیست. بسیاری از پسران عادت‌هایی چون بی‌اعتمادی، کناره‌گیری و

کم‌گویی دارند. آنها یاد گرفته‌اند خود را خونسرد نشان دهند، بخشِ کوچکی از احساسات واقعی‌شان را به‌نمایش بگذارند و رفتاری مبتنی بر بی‌تفاوتی، کسل‌شدن یا آزردگی از خود نشان دهند. والدین و دیگر مراقبان که با این ماسک‌های دفع‌کننده روبه‌رو می‌شوند، سردرگم و دلسرد می‌شوند. برخی هم همه‌چیز را رها می‌کنند و پسر را مقصر می‌دانند، بر این مبنا که او نمی‌تواند اعتماد کند.

پس‌از جلسه‌ای برای والدین در یکی از مدارس، بسیاری از پدرومادرها شخصاً نزد من آمدند. دغدغهٔ رایج این بود که آنها پسرانِ خود را از دست داده‌اند؛ گروهی از همتایان، خشم یا سکوتِ عمیق، بازی‌های ویدئویی یا رسانه‌های اجتماعی و البته غالباً عشق‌وعاشقی، پسرشان را از آنها گرفته بودند؛ اما دلیلش هرچه باشد، قطع ارتباطشان با پسرشان موجبِ نگرانی، ناراحتی و احساسِ ناتوانی در آنها شده بود. والدین در اعماق وجودشان می‌دانستند فرزندشان نیاز به مراقبت دارد، بنابراین زمانی‌که پسرشان با آنها قطع ارتباط می‌کرد، حسِ خوبی نداشتند و احساس خطر می‌کردند.

من برای هر پدر یا مادر توضیح دادم که قدرتِ واقعی حتی زمانی‌که فرزندمان عصبانی، کله‌شق یا از ما دور است، به‌واقع در دست کسانی است که برای ارتباط با پسرشان دست دراز می‌کنند تا چیزی برای بخشیدن به فرزندِ خود داشته باشند - مراقبت و ارتباط - چیزی که نهایتاً مقاومتِ آنها را درهم بشکند. توجه‌کردن، گوش‌کردن و مراقبت با اعتماد و پافشاری، منابعِ اصلی برای رشدِ هر پسر هستند. حتی پسرانی همچون نایلز، که بارهاوبارها ناامید می‌شوند، به‌طور کامل قادر نیستند نیاز به شناخته و درک‌شدن از سوی والدین خود را از یاد ببرند. هر پسر، زمانی‌که مراقبت و توجه یک بزرگ‌سال را دریافت می‌کند، در وجود خود احساسِ ارزشمندی خواهد کرد. نه‌فقط آنچه به‌دست

می‌آورد، بلکه ظاهرش یا اینکه عملکردش چقدر خوب بوده نیز اهمیت دارند، اینکه خودش چه کسی است نیز اهمیت بالایی دارد. همان‌طور که خودپندارهٔ یک پسر ازطریق مراقبت و توجهی که دریافت می‌کند تقویت می‌شود، او در جایگاهِ مطمئن‌تری برای تلاش‌های آینده‌اش قرار می‌گیرد تا در برابر فشارهای پسرانگی مقاومت کند.

زمانی‌که قدرت ارتباطاتِ آنها برای والدین روشن‌تر می‌شود، ممکن است نگرانِ زمان‌هایی شوند که گرفتار یا بی‌اعتنا هستند و پسرانِ خود را ناامید می‌کنند؛ اما تمامی ارتباطات انسانی دوره‌های ارتباط - قطع ارتباط - و برقراری ارتباط مجدد دارند که بعداً توضیح خواهم داد. میریام رایدر - راث[۵۱]، استادِ آموزشِ دانشگاه سینسیناتی[۵۲]، در تحقیقاتی که درمورد معلمان انجام داد، کشف کرد که پس‌زدن معلمانی که سعی دارند با پسران ارتباط برقرار کنند، از سوی پسرانِ متزلزل گاهی موجبِ ناامیدی معلمان می‌شود. در مقاله‌ای در سال ۲۰۱۲، تیم تحقیقاتی او توضیح داد: «در چنین موقعیت‌هایی، معلمان فکر می‌کردند مشکل از خودشان است و بیشتر احساسِ خطر می‌کردند... این نوع مقاومت همچنین گاهی موجب می‌شد معلمان ارتباطِ خود را با دانش‌آموز "رها کنند" یا "عقب بنشینند".» اما در مطالعاتِ خود من از رویکردهای موفقِ آموزش به پسران، ارتباطی که از روی علاقه به خاطر داشتند، معمولاً ارتباطی بود که دوره‌های تلاش و آزمایش‌وخطا را به‌همراه داشت. مصمم‌بودن معلم برای دست‌درازکردن به‌سمت آنها، به‌رغم تمامی موانع مقاومتی، موجب شد ارتباط برای پسران معنادار شود.

بسیاری از پسران مشکلاتشان را درزمینهٔ یادگیری، پشتِ نقابی از بی‌تفاوتی و کنش‌پذیری پنهان می‌کنند یا به شکلی آشکارتر در سردرگمی و مقاومت به‌نمایش می‌گذارند. زمانی‌که بی‌احترامی کرده یا همکاری نمی‌کنند، معلمان

ناراحت و عصبانی می‌شوند. شیوه‌هایی که پسران ناراحتی خود را به‌وسیلهٔ آنها نشان می‌دهند موجب ناراحتی میان کسانی می‌شوند که به آنها اهمیت می‌دهند و همین امر موجب می‌شود که پسران را مقصر بدانند و آنها را بیش‌ازپیش از خود دور کنند. در مطالعهٔ رایدر - راث، معلمی که در رابطهٔ خود با پسر جوانی در کلاس مشکل داشت، عصبانیتِ خود را نسبت به دانش‌آموزان به شکلِ احساسی «عمیق» و دلسردکننده توصیف کرد. باتوجه‌به فرصتِ کمی که برای پردازش این واکنش‌های قدرتمند وجود دارد، احتمالش کم است که معلم عامل دیگری را، جز خود پسر، مشکل بپندارد. بااین‌حال، همان‌طور که تیمش اقرار کردند، «بچه به‌واقع حضور و دسترسی‌پذیریِ معلم را در کلاس متوجه می‌شود و به آن واکنش نشان می‌دهد». بسیار بعید است که معلمی عصبانی، تحقیرکننده یا منتقد، به پسری که پشتِ نقاب قرار دارد دست پیدا کند.

حفظِ ارتباطات و مراقبت از پسران می‌تواند بسیار مشکل باشد. پسری که با دل‌بستگی‌های ناامن یا متزلزل به مدرسه می‌آید بیشتر احتمال دارد از وابستگیِ آسیب‌زا به معلمانِ خود اجتناب ورزد؛ اما همان‌طور که دایانا دیوِچا[60]، روان‌شناس رشد، از مرکزِ هوش هیجانیِ دانشگاه ییل، می‌گوید: «تاریخچهٔ دل‌بستگی، سرنوشتِ فرد نیست. می‌توان بر تجربیاتِ نه‌چندان خوب در روابط با والدین ازطریق تجربه‌های مثبت در روابطِ بعدی غلبه کرد.» مدل‌های کاری‌ای که کودکان از تجربیات آزاردهندهٔ خود با پدرومادرانشان می‌سازند نیز حتی می‌توانند اصلاح شوند. نتیجه‌گیری‌های منفی می‌توانند رد شوند و امید دوباره ظهور کند. همان‌طور که در تحقیقات خود دریافتیم، معلمان معمولاً قادرند پسرانی را که بی‌اعتماد و متخاصم می‌شوند مدیریت کنند، بر موانع دفاعی آنها غلبه کرده و مسیر زندگیِ آنان را از این‌رو به آن‌رو کنند. همان‌طور که دیوِچا به‌خوبی خلاصه کرده است: «کودکانی که

دست‌کم به یک نفر بزرگ‌سال وابستگی دارند، مزایای بسیاری را تجربه خواهند کرد.»

درواقع، نظر به اینکه گسیختگی‌های ارتباطی تا چه حد رایج هستند، هم به‌طور کلی و هم به‌خصوص برای پسران، اینکه سرپرستان رابطه‌ای مثبت و پایدار داشته باشند، نسبت به اینکه کیفیت ارتباط خود را با پسر کنترل کنند از اهمیت کمتری برخوردار است؛ اگر رابطه ضعیف شده یا شکسته شود، باید آن را ترمیم کنند. آنچه در مطالعات من، معلمانِ موفق را از معلمانی که موفقیت کمتری دارند متمایز می‌کند، این است که چگونه به‌طور کامل نقش خود را به‌عنوان «مدیران ارتباط» درک می‌کنند. اینکه برای رابطه خود را مسئول بدانیم - تلاش فراوان برای کمک به پسری که گیر افتاده است تا شکستِ رابطه را جبران کنیم - موجب تفاوتِ زیادی می‌شود. بر طبق گفتهٔ آلن شور[۵۴]، عصب‌شناسِ مرکز فرهنگ، مغز و رشدِ دانشگاه کالیفرنیا در لس‌آنجلس: «وابستگیِ متزلزل فقط در اثرِ بی‌توجهی مراقبان ایجاد نمی‌شود. عدم موفقیت در التیام شکستگی‌ها نیز این مشکل را به‌همراه دارد.»

همان‌طور که من در ابتدای مسیرِ شغلی‌ام متوجه شدم، برای کسانی که از پسرها مراقبت می‌کنند چالش‌های رابطه‌ای بسیار زیاد خواهند بود. تونی[۵۵] از اولین پسرانی بود که در زمان آغازِ شغل جدیدم به‌عنوان مشاور مدرسه در مدارس شهریِ فیلادلفیا، مسئولیتش را بر عهده گرفتم. او که کلاس هشتم بود، از سوی یکی از مدیرانِ نگران که جز مشکل و دردسر چیز دیگری برایش پیش‌بینی نمی‌کرد، به من ارجاع داده شد. مدیر امیدوار بود صحبت‌کردن با پسری جوان که با دیگر افرادِ زندگی‌اش تفاوت دارد به او کمک کند کلیشه‌های سفت‌وسخت مردانگی را که تمام مهربانی و معصومیتش را از او گرفته بودند، نادیده بگیرد. او که پدری الکلی و همواره عصبانی و خشن داشت و دیدگاهش

درمورد نظم و تربیت، کتک‌زدن فرزندانش بود، در سن سیزده‌سالگی بیشتر به شکلِ مردی کوچک و نه یک پسربچه دیده می‌شد و اصلاً اجازه نمی‌داد رویِ نرم و آسیب‌پذیرش خود را نشان دهد.

بعداز اولین ملاقاتم با تونی متوجه شدم که نشستن روی صندلی در یک دفتر برای او راهگشا نخواهد بود. برای جلسهٔ دوم، کتی بر تن کرده و او را دعوت به راه‌رفتن در خیابان‌های مجاور کردم. ما سرگردان بودیم و هرجا تونی دوست داشت سر می‌زدیم و تنها عامل محدودیتمان زمان بود. درمورد هفته‌ای که گذشت از او سؤال کردم، به‌آرامی مسائلی را که در مدرسه رخ داده بودند مطرح کردم و بدون هرگونه قضاوتی به او گوش دادم. می‌دانستم تنها در صورتی تأثیری خواهم داشت که او با من صحبت کند و به‌مرور، دیدگاه مرا نیز در نظر بگیرد.

بعضی روزها تونی بسیار عصبانی بود و نمی‌شد با او ارتباط برقرار کرد. او که تقریباً از سوی تمامِ بزرگ‌سالانِ زندگی‌اش خیانت دیده و دیگر از خشونت پدر و خشونت‌های خیابانی خسته بود، آموخت تنها به نیروهای برتر احترام بگذارد. یک روز با زخم‌های بسیاری به دفتر آمد و توضیح داد او و پدرش شب گذشته دعوا کرده‌اند. می‌دانستم ازآنجاکه تونی هنوز سعی دارد ارتباط خود را با پدرش حفظ کند نباید او را محکوم کنم، اما درنهایت به او گفتم درصورتی‌که روابطش با پدرش واردِ عرصهٔ کودک‌آزادی شود، وظیفه دارم به خدمات حفاظتی کودکان زنگ بزنم. همان‌طور که هر هفته به حرف‌های او گوش می‌دادم و با غریزه‌ام برای تماس‌گرفتن مبارزه می‌کردم، درعین‌حال، به‌سادگی سعی کردم اهمیت داده و به تونی نشان دهم برای خشونت و سختی‌ای که در زندگیِ اوست متأسفم.

یک روز در زمانِ پیاده‌روی در ابتدای بهار که هوا رو به گرم‌شدن می‌رفت، با خود اندیشیدم شاید تونی به‌مرور به این زمانی که باهم می‌گذرانیم وابسته شود؛ اما به‌محض اینکه این ارزیابی مثبت را انجام دادم، تونی چالش جدیدی را بر سر راهم قرار داد: او با اتهام گفت: «تو هم‌جنس‌گرا هستی؟» من به‌سادگی جواب دادم: «چرا چنین سؤالی می‌پرسی؟» او با نوعی تمسخر پاسخ داد: «چون خیلی خشن و سرسخت نیستی، همین.» از این حرفش بسیار جا خوردم تا اینکه متوجه شدم تونی سعی دارد از ارتباط با مردی که با دیگر مردانِ این جهان متفاوت است سر دربیاورد. من متوجه شدم پاسخ به این سؤال و اینکه چطور خودِ واقعی‌ام را برای او آشکار کنم، اهمیت بسیاری دارد. من با شرمی واقعی خندیدم و گفتم واقعاً غیرمعمول است که مردی دیگر بدون داشتنِ نقشه‌های مشکوک در سر به او علاقه داشته باشد؟ همین‌طور توضیح دادم در مبارزه خیلی ماهر نیستم و هرگز واقعاً مجبور به این کار نشده‌ام، که مزیتی فوق‌العاده است. اصلاً نمی‌دانستم اینکه هر لحظه آمادهٔ مبارزه‌کردن باشی چه حسی دارد. سؤال را به خود او برگرداندم و پرسیدم: «می‌بینم که تو یک نجات‌یافته هستی و مجبور شده‌ای خیلی برایش بجنگی. این موضوع چه حسی دارد؟» او به‌شدت جا خورد اما به‌نظر می‌رسید پاسخ مرا به سؤالش فهمیده است. دست‌کم متوجه شد من به او احترام می‌گذارم و هدفم استثمار نیست.

دوست دارم فکر کنم با حضورِ مستمر و ناراحت‌نشدن از دمدمی‌بودن، خودداری و بی‌احترامی‌های او توانستم برای تونی تفاوتی ایجاد کنم. دوست داشتم او ببیند بزرگ‌ترهایی هم هستند که دوست دارند به‌سمتش دست دراز کنند، که او هرطور هم رفتار کند، احساسات آنها مشکلی برایش ایجاد نخواهند کرد و مردانی هستند که تنها هدفشان تسلط بر او یا فشارآوردن در روابط نیست، بلکه متوجهند او تنها یک پسربچه است و نیاز دارد برای کمک به

دیگران تکیه کند.

مثال‌های نایلز و تونی همگی نشانگر رویکردی مستقیم و بدون هرگونه پیچیدگی درمورد پسرانی هستند که سردی و خودداری‌شان به‌نوعی عادت تبدیل شده است: پذیرش را هرطور که پسر دوست دارد به او بدهید. حداقل در ابتدا، موضوع مهم فقط گوش‌دادن خواهد بود. با توجه‌کردن به او و آنچه او به آنها اهمیت می‌دهد، سؤال‌کردن و نشان‌دادن علاقه، فردِ مراقب علاقهٔ خود را به آنچه پسر درموردش فکر می‌کند، احساس می‌کند و انجام می‌دهد به‌نمایش می‌گذارد؛ یعنی، اینکه او چه کسی است برایش واقعاً اهمیت دارد، نه اینکه تنها نقش بازی‌کردن باشد. بر طبق گفتهٔ روان‌شناس مایکل نیکولز[۵۶]، نویسندهٔ کتاب هنر گم‌شده گوش‌دادن: چگونه فراگیری مهارت گوش‌دادن به بهبود روابط کمک می‌کند[۵۷]: «این تأیید برای حفظ تصدیقی که به‌عنوان احترام به خود شناخته می‌شود ضروری است. اگر کسی به ما گوش نسپارد، در تنهاییِ قلب‌های خود خفه می‌شویم.»

بنابراین، من می‌توانم دو ابزار اساسی را برای مراقبانی که تمایل دارند احترام به خود را در پسران بیشتر کنند و مقاومتشان را افزایش دهند و عزم و اراده‌شان را برای مبارزه‌کردن برای خود تقویت کنند، پیشنهاد کنم.

گوش‌دادن به پسران

زمانی‌که سرپرستان تمایلی مبنی‌بر گوش‌دادن و مشاهده‌کردن در درون خود ایجاد می‌کنند، بدون اینکه قضاوت یا پندواندرزی براساس تجربه‌های خود داشته باشند، اوضاع برای پسرانی که سعی دارند به قضاوت‌های خود اعتماد پیدا کنند کاملاً عوض می‌شود. زمانی‌که والدین به پسرانِ خود گوش می‌کنند، بنا به گفتهٔ نیکلاس، «شاهدِ» تجربهٔ پسر می‌شوند و اعلام می‌دارند که او تنها نیست. برخلافِ فردیت کلیشه‌ای که در مردانگیِ سنتی تبلیغ می‌شود، مطمئن‌ترین راه برای توانمندسازی پسران این است که نیازهای وابستگی آنان رفع شوند. گوش‌کردن مهم‌ترین ابزاری است که والدین برای ایجاد مقاومت در پسرانِ خود در اختیار دارند.

بچه‌ها زمانی‌که با احساسات و واکنش‌های خود تنها هستند، احساس ترس و ناامنی می‌کنند. تحقیقات انجام‌گرفته در باب وابستگی‌های ایمن به ما می‌آموزند کودکانی که قادرند به سرپرستان خود تکیه کنند، قوی‌تر، شادتر و دارای اعتمادبه‌نفس بالاتری هستند. اینکه کودک به چه شخصی تبدیل شود، از دیدنِ خودش در نگاه دیگر اشخاص مهم زندگی‌اش سرچشمه می‌گیرد. از سنین بسیار پایین تا باقیِ دوران کودکی، مهم‌ترین تجربه‌ها - مواردی که بیش از همه به ادراکِ او از خود کمک می‌کنند - در روابطِ نزدیک رخ می‌دهند. تنهابودن ترسی بدوی است و با اساسی‌ترین غرایز انسانی مخالف است. وابستگیِ ایمن از پیش‌شرط‌های استقلال است. گوش‌کردن به‌سادگی اساسی‌ترین راه برای پرورش وابستگی است.

البته، گوش‌دادن نیازمند چیزی بیش از پذیرفتنِ اطلاعات است. گوش‌دادن

به‌واقع تبادلی را شامل می‌شود که بیشتر شبیه به دریافت‌کردن، درک‌کردن و نگاه‌داشتنِ آن چیزی است که گفته شده. نوعی تبادل اطلاعاتی وجود دارد - کلمات و مفهوم‌هایی ردوبدل می‌شوند - اما در سطح احساسی، طنینِ عمیقی شکل می‌گیرد و اجازه می‌دهد چیزی بدوی رخ دهد: کسی که به او گوش می‌دهیم برایمان ملموس‌تر و شناخته‌شده‌تر می‌شود و بر این اساس، فردیتِ پسر و جنبه‌هایی از وجود او که از سوی شنونده موردپذیرش هستند، تقویت می‌شوند. در مقابل، فردیتِ ناشناخته همان‌طور ناکامل باقی می‌ماند و به‌دنبال تصدیق است. برای پسری که «خوب شناخته نشده»، نوعی جدایی میانِ خودِ اصلی و خودِ عمومی‌اش که به‌صورت ناخودآگاه در جست‌وجوی تصدیق است ایجاد می‌شود و غالباً تنها در گروهی از همتایان یافت می‌شود که بهایِ خود را به‌زور مطالبه می‌کنند. همان‌طور که نیکلاس توضیح می‌دهد: «آنچه هرگز شنیده نمی‌شود، بر چیزی بیش از تفاوتِ میان آنچه به‌صورت اجتماعی قابل‌اشتراک‌گذاشتن است و آنچه خصوصی است تأثیر می‌گذارد.»

گوش‌دادن مطمئناً شامل توجه نیز می‌شود. نمی‌توان به دیگری گوش سپرد اگر دغدغه‌های سرکوب‌کننده بیشترِ توجهتان را به خود جلب کرده باشند، اما از همه مهم‌تر اینکه گوش‌سپردن نوعی عملِ احساسی است. در تبادل‌های شنیدن میان سرپرستان و فرزندان، پیامد اولیه این است که ناراحتی‌ها و نگرانی‌ها ازطریق نزدیکی، گرما و درکِ یک مادر یا پدر تسکین می‌یابند. بر طبق گفتهٔ عصب‌شناس دنیل سیگل، تبادل موفق احساسات برای ایجادِ حس شور و نشاط و معنا ضروری است. احساسِ «فهمیده‌شدن از سوی دیگران» که برای یک پسر پس‌از ارتباط برقرارکردن والدینش با سطحِ احساسیِ تجربهٔ او حاصل می‌شود، او را از احساسات بد رها می‌سازد. او همان‌طور که تنش‌های خود را بر دوشِ شنونده تخلیه می‌کند، متوجه می‌شود که قدرت در حال بازگشت به ذهنش است و استقلالش از فشارهای گوناگون و هنجارهای تهدیدکننده در زندگی‌اش

رهایی یافته است. مهم نیست دیگران چه فکری می‌کنند یا از او چه می‌خواهند، او موجودیتی مستقل دارد. همان‌طور که سیگل و هارتزل می‌نویسند، بدین جهت «والدین به‌واقع پیکرتراشانِ فعالِ مغزهای درحال‌رشد فرزندان خود هستند».

بر طبق گفتهٔ نیکولاس، گوش‌دادن مؤثر شامل «توجه، درک و تأیید» می‌شود. آنچه شنوندگان سعی دارند به‌دست آورند «پاسخ‌گویی همدلانه» است که پسر بفهمد به او اهمیت می‌دهند؛ صرف‌نظر از اینکه چه احساسی دارد یا چه کاری انجام داده است و اینکه احساساتش پذیرفته شده‌اند و شنونده‌اش را سردرگم نکرده یا او را در احساسات خود مقید نکرده است. زمانی‌که والدین به‌وضوح می‌گویند هدفشان ارتباطِ همدلانه است، کار بعدی پسر یا چگونگی درک همه‌چیز، اهمیتِ کمتری نسبت به تأیید و تقویتِ خودِ اصلی‌اش خواهد داشت. شنوندگان یاد می‌گیرند اعتماد کنند که پسران خودشان گلیمشان را از آب می‌کشند و اگر تنها نباشند، این کار را بهتر نیز می‌توانند انجام دهند.

مشکل اصلی این است که گوش‌دادن به پسران ممکن است مشکل باشد. ازآنجاکه گوش‌دادنِ دقیق شامل سرکوب‌کردن یا کنارگذاشتنِ واکنش‌های احساسیِ خود و درعین‌حال، طنین‌انداختن تمامیِ احساسات پسرانشان در قلبشان است، والدین ممکن است به‌وسیلهٔ احساساتِ خود تحت‌کنترل درآیند. در موقعیت‌هایی خاص، به‌ویژه وقتی به یادِ برخوردهای ناخوشایندِ خود با کلیشه‌های پسرانگی می‌افتند، والدین ممکن است ظرفیت محدودی برای «بودن» با پسران داشته باشند. همان‌طور که پسرانشان به‌دنبال دریافتِ توجه و همدردی از سوی والدین خود هستند، ناراحتی‌های شعله‌ورشده‌شان به‌طور دائمی نمود پیدا می‌کنند. چه تعداد از مکالماتی که با پسران انجام می‌گیرند به این دلیل به جایی نمی‌رسند که یکی از والدین یا یک معلم احساس می‌کند باید

به امید دورکردن پسران از خطری فرضی، پند و اندرزی به آنها بدهد؟ و بدین‌گونه پسران به‌جای یافتنِ آسایش و اطمینان، نگرانی‌ها و شک‌وشبهه‌های بیشتری درمورد توانایی‌های خود احساس می‌کنند.

برای والدین، حضورداشتن در عینِ گوش‌دادن، نیازمند مدیریت واکنش‌های احساسی است تا اینکه مکالمه را از آنِ خود نکنند. سیگل و هارتزل، بیشترین و کمترین واکنشِ مغز ما را به برانگیزاننده‌های احساسی مشخص کرده‌اند. بیشترین واکنش‌ها در بخشِ مهم‌ترین اولویت‌های ذهنی رخ می‌دهند و شامل تأمل درمورد تجربه و کدگذاریِ احساساتی می‌شوند که با زبان و تفکر برانگیخته می‌شوند. اما کمترین واکنش، همان کنارگذاشتنِ این فرایندهای عقلانی و استفاده از واکنش‌های دعوا کن - دعوا کن - بی‌حرکت باش است. مشخصهٔ واکنش کمتر، عدم انعطاف‌پذیری است.

والدین چون می‌خواهند پسرشان باور کند که واقعاً دوست دارند نظرات و احساساتِ او را بدانند، با این مشکل مواجه می‌شوند که تظاهر به توجه کارِ بسیار مشکلی است. احساسات قدرتمندِ نگرانی، خشم یا ناراحتیِ ناخودآگاه نوعی حسِ فوریت را منتقل می‌کنند که پوشاندنش کار مشکلی است. اگر احساساتِ والدین مکرراً توانایی آنها را در گوش‌دادن مغلوب کنند، پسران می‌آموزند که از آنها دور بمانند. پسری که محتاط و کم‌حرف شود همان پسری است که انتظار ندارد کسی صدایش را بشنود. ایجاد این انتظار در یک پسر که کسی را خواهد یافت که به او گوش می‌سپارد، نیازمند آن است که سرپرستان متوجه باشند چه زمانی توجهشان به‌سمت دل‌مشغولی‌هایشان جلب می‌شود. قوی‌ترین احساسات آنهایی هستند که از همه سخت‌تر می‌توان بیانشان کرد. برای بسیاری از افراد، اینها کمتر به‌عنوان احساسات و بیشتر به‌عنوان دغدغه‌های مشروع مطرح می‌شوند، درس‌های اخلاقیِ غیرقابل‌مذاکره که

والدینِ خوب باید به پسرانشان منتقل کنند.

پسران به‌خصوص مستعدِ لبریزکردن صبر و حوصلهٔ والدینشان هستند و اینکه درنهایت والدین قادر نخواهند بود به آنها گوش کنند. قدرت‌آزمایی‌ها ممکن است موجب زنده‌شدن خاطراتِ بد والدین شده و به واکنش‌های غیرارادی منتج شوند؛ اما برای کمک به یک پسر در کسبِ خوددستوریِ درونی‌اش، رفتارهای غیرمعقول یا نامناسب باید با آرامش و از سوی سرپرستی که با کودک ارتباط دارد پاسخ داده شوند. آرام‌بودن در زمان رویارویی با رفتار بد، کلیدِ تربیتِ مؤثر است. پسری که رفتار بدی دارد درواقع به‌دنبال مسامحه نیست، به‌دنبال آن است که یکی از آشنایانش «ناراحتی‌اش» را تشخیص دهد و تنشی را که موجب این بدرفتاری شده است از دوشش بردارد. راهش این است که کمتر نگرانِ تعیین محدودیت‌ها و بیشتر متمرکز بر درکِ این موضوع باشیم که چه چیزی موجب رفتار غیرمعقول شده است، برقراریِ ارتباط با ذهن و قلب در پشتِ رفتارِ مذکور.

زمانی‌که استفاده از اختیارات به‌خودیِ‌خود تبدیل به هدف شود، سرپرستان به‌واقع ارتباط خود را با پسر از دست می‌دهند و فقط به هدف نهایی، یعنی استفاده از اختیاراتشان در تربیت پسر می‌اندیشند و همسوییِ عاطفی‌شان با او از دست می‌رود. به‌خصوص زمانی‌که اعمال قدرت موجب بیرون‌کشیدن احساسات ناامیدی و عصبانیت می‌شود، سرپرستان مشغولِ دفاع از احساسات خود می‌شوند. احساسات قدرتمندِ برانگیخته‌شده در مقابله با پسرها غالباً در «خاطرات ضمنی» ریشه دارند: تجربیات کودکی که پدر یا مادر، آنها را فراموش کرده‌اند، باوجوداین دارای چنین قدرتی هستند که واکنش‌های او را هدایت کنند. زمانی‌که سرپرستان متوجه می‌شوند توجهشان به‌سمت دغدغه‌های داخلی گرایش دارد، نشان از آن دارد که چیزی تمام نشده است و هنوز کاری

برای انجام‌دادن وجود دارد، مگر اینکه بخواهند دوباره و سه‌باره به این نقاطِ کور بازگردند.

نظر به اینکه گسیختگی‌ها هر چندوقت یک‌بار در روابط با پسران رخ می‌دهند، شاید مهارت‌های بهبود و رهایی از تحت‌کنترلِ احساسات درآمدن، حتی از شنیدن هم مهم‌تر باشند. زمانی‌که پسران درک می‌کنند سرپرستشان خود را کنترل می‌کند و سعی در بهبودِ روابط دارد، انتظاری شیرین در وجودشان شکل می‌گیرد: «من می‌توانم روی مادر، پدر، مربی، یا معلم خود برای ماندن در این رابطه حساب کنم و طوری از مسیرم منحرف نشوم که آنها مرا مقصر بشمارند، به‌سمتم دست دراز نکنند یا مرا از خود دور سازند.» آنچه سیگل و هارتزل «گسیختگی‌های مسموم» می‌نامند، همان وقت‌هایی هستند که سرپرستان مرتکب واکنش‌های غیراخلاقی و فریبکارانه می‌شوند و پسرِ خود را مقصرِ این احساس ناراحتی می‌پندارند. قطع ارتباط‌های احمقانه و تصادفی موجب تضعیف اعتمادِ هر پسری می‌شوند.

اصلاحِ روابط همیشه مسئولیتِ سرپرست است. هیچ پسری در جایگاهی نیست که وقتی دچار شکست در روابط خود با والدین، معلمان یا مربیان شد، درصدد بهبود روابط برآید. بر عهدهٔ فرد بزرگ‌سال خواهد بود که خودآگاهی کافی به‌کار ببندد، تاحدی که قطع ارتباط‌های ناشی از واکنش‌های خصمانه یا خشونت‌آمیز اصلاح شوند. خوشبختانه، کمال در اینجا الزامی نیست. پسران خود را به تعهدی که از سوی دیگر می‌بینند وابسته می‌کنند، حتی زمانی‌که سرپرست در مرتبط‌ماندن یا گوش‌کردن مشکل دارد. زمانی‌که سرپرستان بعداز عصبانیت، با این تصدیقِ صادقانه که به‌صورت لحظه‌ای تحت‌کنترلِ احساسات خود درآمده‌اند، به نزد پسران بازمی‌گردند، پسران یک درسِ مهمِ اخلاقی از این کار آنان می‌آموزند. با گفتنِ اینکه «متأسفم این‌قدر از دستت عصبانی شدم.

گرچه کاری را که انجام دادی دوست نداشتم، اما ناراحتی‌ام بیشتر مربوط به تجربیات خودم از بدرفتاری‌های گذشته است. می‌دانم قصدت اذیت‌کردن نبوده است». پسرها زمانی‌که احساس ناامنی یا رهاشدگی می‌کنند کمتر قادرند پیام‌های اخلاقی را درک کنند.

صرفِ زمانی ویژه برای پسران

پَتی ویپ‌فلر[۵۸]، مؤسسهٔ غیرانتفاعی آموزشی والدین واقع در کالیفرنیا، والدینِ همراه، مجموعه‌ای از ابزارها را جهت بهبود روابط والدین با کودکانشان ارائه کرده است:

- گوش‌دادن محض (توجه‌کردن به کودک درحالی‌که ناراحتی‌های خود را بیرون می‌ریزد)؛
- بازی‌کردن و گوش‌دادن (پیروی از کودک در یک بازی که موجبِ خنده و شادی می‌شود)؛

تعیین محدودیت‌ها (قطع‌کردن حرف کودک که رفتارش نشانگر ناراحتی‌اش است؛ به‌آرامی اما با قاطعیت)؛

- زمانِ ویژه (توجه‌کردن به کودک به شیوه‌های قابل‌اعتماد و کودک‌محور).

این ابزارها برای کودکانِ تمام سنین کاربردی هستند و توانایِی پدرومادر را جهت ارائهٔ کمکی که پسران در زمانِ دست‌یابی به اهدافی که مهم هستند نیاز دارند، بهبود می‌بخشند. همان‌طور که ویپ‌فلر، یک مادر و مشاورِ پدرومادرها، در کتابِ خود با نام گوش کنید: پنج ابزار ساده جهت مقابله با چالش‌های روزانهٔ پدرومادرها[۵۹]، با همکاریِ توشا شور[۶۰] اظهار می‌دارد: «وقتش رسیده که تمرکز بر فرمان و کنترل را در سرپرستی، با تمرکز بر ارتباط، محدودیت‌های معقول و گوش‌کردن جایگزین کنیم.»

در کودکانِ کم‌سن‌وسال‌تر، زمانِ ویژه شامل برنامه‌ریزیِ فرصت‌ها برای کودک جهت بازی‌کردن، تماشای فیلم، مطالعه یا به‌سادگی صحبت‌کردن همراه با سرپرستش می‌شود. راهش این است که کودک تصمیم بگیرد زمان چطور

ساختاربندی شود و از فرصتِ خود برای «استفاده» از منبع توجه، هرطور که دوست دارد لذت ببرد. پیامدِ اصلی این خواهد بود که حسِ شناخته‌شدن و موردتوجه قرارگرفتن در او به شکل خودآگاه و ناخودآگاه عمیق‌تر می‌شود و رشد می‌کند. از این زمانِ ویژه، همچنین می‌توانید با تأثیر فراوان در روابطِ خود با پسرانِ نوجوان بهره بگیرید، چراکه کودکان با سن‌وسال بیشتر، به‌خصوص جنس مذکر، به‌ندرت بزرگ‌سالانی را می‌یابند که با آنان وقت بگذرانند.

گذراندنِ زمانی ویژه با یک پسر نوجوان در ابتدا به معنای بازی‌کردن بازی‌های ویدئویی، موسیقیِ ناآشنا یا فیلم‌های تلویزیونیِ خشن خواهد بود. گاهی‌اوقات به معنای ساخت قلعه، تماشای پسر در حالِ اسکیت‌کردن، بازیِ بسکتبال (و اجازه‌دادن به پسر برای برنده‌شدن) یا ضربه‌زدن در دروازهٔ لاکراس در حیاط‌پشتی خواهد بود. هدف این است که اشتهای پسربچه را به‌منظور پذیرش پشتیبانی از سوی فرد بزرگ‌سال که به‌دنبال هدایت‌کردن، تسلط‌یافتن یا اصلاحِ او نیست تقویت کنیم. بذل توجه و علاقهٔ خود به عرصه‌هایی که پسرتان در آنها به شکل فوق‌العاده‌ای نتایجِ خوبی به‌دست می‌آورد، کافی است.

ویپ‌فلر و شور، ایده‌هایی کاربردی برای چگونگیِ گنجاندنِ زمانی به‌خصوص در روتین‌های خانواده ارائه کردند. آنها پیشنهاد می‌کنند این زمان را مشخصاً نام‌گذاری کنیم (هر نامی که مناسب است، اما حتماً باید اسم داشته باشد) و زمان و تاریخ به‌خصوصی برای آن تعیین شود تا پسر قادر به پیش‌بینی و تکیه بر آن باشد. سرپرستان برای خودشان هم که شده باید با تعهدِ زمانیِ کوتاه‌تر، شاید حتی پانزده دقیقه، کارشان را آغاز کنند تا میزان توجه و توانایی خود را در پیروی‌کردن از خواسته‌های پسر بسنجند. به‌مرور که اطمینان و توجه آنها بهتروبهتر حاصل شد، می‌توان زمان را تا یک ساعت افزایش داد. غربال‌کردن چیزهایی که موجب سردرگمی می‌شوند معمولاً یک چالش است، اما تمرکز بر

فرزندان و لذت‌بردن از ارتباطی که با آنها دارید، لذتی رضایت‌بخش خواهد بود. نکته اینجاست که ذهنِ بچه هر کجا که می‌رود و هرطور که ابراز وجود می‌کند، با آن کنار بیایید و درجهٔ والایی از درک را ایجاد کنید که باعث می‌شود کودک و پدرومادر هر دو احساسِ نزدیکی به یکدیگر داشته باشند.

همواره، زمانی‌که یک پسر انتظار توجه دارد و باور دارد در اختیارش قرار خواهد گرفت، استفادهٔ بسیار خوبی از آن به‌عمل می‌آورد. بودن با یک پسر، پذیرشِ او با دنبال‌کردنش در بازی یا مکالمه‌ها، ابرازِ تمایل به شناختن او با توجه‌کردن به تمام کارهایی که می‌کند یا چیزهایی که می‌گوید، نوعی تأیید است که احساس فردیتِ قدرتمندتر و همراه با اعتمادبه‌نفس بیشتری را به‌همراه دارد. گذراندنِ زمانِ ویژه با او همچون گذاشتنِ پول در حساب بانکیِ پسربچه است: از او در برابر تمامی اضطراب‌هایی که پیش‌رو دارد محافظت می‌کند.

پیش‌از اینکه روان‌شناس شوم و حتی پیش‌از اینکه خودم پسردار شوم، در کارگاه‌های ویپ‌فلر و دیگرانی که از این ابزارها استفاده می‌کردند شرکت می‌کردم. به‌خصوص به قدرتِ ارتباط جهت ارتقای رشد سالم مردان علاقه‌مند شده بودم. یکی از دوستانی که در یکی از کارگاه‌ها دیدم، مادری مجرد با پسری دوازده‌ساله بود که از من سؤال کرد آیا دوست دارم کمی با پسرش وقت بگذرانم؟ جیمی پسری قدرتمند و عاشق ورزش‌کردن بود، گرچه بسیار هم حساس بود و گاه خودسر و وحشی می‌شد. من هم عاشق ورزش‌کردن بودم و فکر کردم می‌توانم در این چالش با او همراه شوم. متعهد شدم یک‌بار در هفته با او وقت بگذرانم تا درک خود را از پسران بیشتر کرده و خودم را برای اینکه روزی پدر شوم آماده کنم. علاوه‌بر کمک‌کردن به دوستم و پسرش، باور داشتم که می‌توانم چیزهای زیادی درمورد خودم بیاموزم. اولین‌باری که به خانه‌شان

رفتم، مادرش به او توضیح داد که من یکی از دوستانش هستم و می‌خواهم او را بیشتر بشناسم. مادر، جیمی و من آن روز بعدازظهر را باهم گذراندیم و هر کاری که پسرک دوست داشت انجام دادیم. در تیم بیسبال لیگ خردسالان در آن زمان، جیمی دوست داشت در نقشِ دونده بازی کند و توپ را به اطراف پرتاب کند. یک‌بار من توپ را پرتاب کردم، مادرش توپ را گرفت و جیمی مدتی طولانی چوب را چرخاند. در پایان زمان بازی، از او سؤال کردم آیا می‌توانم دوباره پیشش بیایم و با او بازی کنم؟ او گفت: «البته.» الگویی که ایجاد کردیم تا سال بعد هم ادامه پیدا کرد: من هفته‌ای یک بار، که از قبل آن را مشخص کرده بودیم، به خانه‌اش می‌رفتم و دیگر مجبور نبودم هیچ توضیحی درمورد علاقه‌ام به وقت‌گذراندن با او بدهم. به شکل غریزی، بچه‌ها انتظار دارند بزرگ‌سالان دوست داشته باشند با آنها وقت بگذرانند؛ اما من مجبور بودم هر هفته به او اطمینان دهم که هفتهٔ بعدی هم خواهم آمد. پدرومادرش چند سال پیش از هم جدا شده بودند و او از بعضی‌چیزها که ممکن بود با رفتنِ پدر ناپدید شوند، بیم داشت.

در مدتی کوتاه، جیمی به زمانی‌که ما باهم می‌گذراندیم بسیار وابسته شد. ما به جنگل کنار خانه‌شان می‌رفتیم و او تمام جاهای به‌خصوص نزدیک خانه‌شان را به من نشان می‌داد یا اگر گرسنه بودیم به مک‌دونالد می‌رفتیم تا چیزی بخوریم. در طول زمان‌های به‌خصوص من خودم را به‌چالش می‌کشیدم تا بیشتر به جیمی توجه کنم، اینکه هیچ کاری را خودم شروع نکنم یا حتی در صورت شروع، آن را به کاری که جیمی دوست داشت تغییر دهم. مبارزهٔ درونیِ من برای برنده‌شدن و به‌دست‌گرفتن قدرت و انجام کارهایی که برای من جالب بودند، نبود. ذهنم به‌طور منظم به‌سوی دغدغه‌ها یا نگرانی‌هایی که داشتم منحرف می‌شد. مجبور بودم خود را جمع‌وجور کرده و توجهم را دوباره به جیمی و لحظهٔ کنونی معطوف کنم.

توانستم جیمی را بهتروبهتر بشناسم. گاهی‌اوقات، هرچه اعتمادِ جیمی به من بیشتر می‌شد، بیشتر با من احساس راحتی می‌کرد و این باعث می‌شد روابطمان پیچیدگی‌های بیشتری پیدا کند - همکاری نمی‌کرد، به‌راحتی می‌رنجید، تقاضاهای غیرمعقولی داشت - و به‌نظر آزمون‌هایی برای من ترتیب می‌داد که من مجبور بودم به آنها «نه» بگویم و برایش محدوده‌ای مشخص کنم. در این زمان‌ها، احساساتش شعله‌ور می‌شدند و عصبانی می‌شد، قهر می‌کرد یا حتی می‌زد زیر گریه و باتلاقی از احساساتِ دردناک خود را دوباره متجلی می‌کرد. او گاهی بی‌ادب می‌شد و بی‌احترامی می‌کرد. من اگر می‌توانستم اعتمادبه‌نفس و خونسردی‌ام را حفظ کنم و رفتارهای او را به دل نگیرم و در واکنش به او عصبانی نشوم، او بعداً با آرامشِ بیشتری به‌سراغم می‌آمد. رابطهٔ ما رشد کرد. درمجموع، شانسِ تمرین‌کردن رویکردی رابطه‌ای با یک پسرِ نوجوان بسیار گران‌بها بود، من چیزهای بسیاری از جیمی آموختم.

بسیاری از اوقات رفتارِ او نیاز به سرزنش داشت؛ اما ازآنجاکه من در حال تمرین‌کردن نوعی تعلیم‌وتربیت - نوعی رویکردِ گوش‌کردن برای ساخت رابطه - بودم زبانم را گاز می‌گرفتم و آموختم چقدر مهم است روی تمایلات غیرارادی خود در قضاوت و تصحیح پسربچه‌ها کنترل داشته باشیم. من می‌دانستم زور و قدرتم بر او می‌چربد اما دوست نداشتم صرفاً بر جیمی تسلط داشته باشم. همچنین باور داشتم نیازی نیست به او درس بدهم چطور رفتار کند، بلکه باید همان‌طور که او سعی دارد خود را وفق دهد از او پشتیبانی کنم. غالباً، والدین و دیگران بدونِ فکرکردن واکنش نشان می‌دهند و قوانین و شیوه‌های روابط را از یک نسل به نسلِ بعدی منتقل می‌کنند. ما غالباً فکر می‌کنیم پندواندرزدادن - «من وقتی به سنِ تو بودم...» - بهترین راه برای پسران است تا قضاوت خود را بهبود ببخشند، بدون اینکه نسبت به تفاوتِ زمانه و چالش‌های آن واقع‌بین

باشیم.

قوانینِ بسیاری در این زمینه وجود دارند که به ما می‌آموزند چطور بیشترین بهره را از یک زمانِ به‌خصوص ببریم: پندواندرزندادن، تقسیم‌نکردنِ توجه میان وظایف گوناگون، صرف‌نکردن زمان با دیگران به‌جای فرزندمان، یا خراب‌نکردن زمانی‌که متعهد شده‌ایم آن را با پسربچه بگذرانیم و عدمِ اصلاح یا تغییر فعالیتی که کودک انتخاب کرده است، هر چقدر هم که درکش برایمان مشکل باشد. گرچه، قانونِ اصلی این است که توجه خود را متمرکز بر پسر قرار دهید و با او ارتباط برقرار کنید. این به‌خودیِ‌خود برای هر سرپرستی چالش‌برانگیز است، چراکه اکثر ما با توجه بسیار کم عمل می‌کنیم. به چند نفر از ما این‌گونه توجه شده یا این‌طور گوش داده شده است؟ چه کسی از ما پدرومادر یا معلمی تا این حد علاقه‌مند داشته که همه‌چیز را کنار بگذارد تا به ما گوش دهد و با ما بازی کند؟ اکثر بزرگ‌سالان سرگرمِ کارهای خود هستند و به‌ندرت پیش می‌آید افکار و احساساتی را که ما در عمق وجودمان داریم در خود داشته باشند - ما همگی از کمبود توجه رنج می‌بریم.

زمانی‌که مدیریت می‌کنیم تا در طول زمانی مهم و به‌خصوص با یک پسربچه بمانیم، چه انتظاری می‌توانیم داشته باشیم؟ به‌خصوص در ابتدا یا در روابطمان با پسرانی که از ما دور شده‌اند، می‌توانیم در انتظارِ آزموده‌شدن باشیم، چراکه پسرها بسیار دیرباور شده‌اند. گویی با خود می‌اندیشند: «مطمئنم اگر تمام افکار و احساسات خود را بیرون بریزم، مامان و بابا دوست نخواهند داشت با من وقت بگذرانند.» یا «مطمئنم وقتی کاری را که واقعاً دوست دارم انجام دهم، آنها دیگر با من همراه نخواهند شد.» در طول یک سالی که من با جیمی وقت می‌گذراندم، او گاهی‌اوقات چالش‌ها را بیشتر می‌کرد و من کمی سردرگم می‌شدم. نمی‌دانستم چه کنم؛ برای مثال، یک‌بار بدون مقدمه و بی‌هیچ دلیلی

قهر کرد و در مسیرِ بازگشت از رستوران به خانه سکوت کرد. در دراماتیک‌ترین شکلِ ممکن، او از خوشحال‌بودن و صحبت‌کردن به نشستن در صندلی‌اش دور از من، بیرون را نگاه‌کردن و جواب‌ندادن زمانی‌که از او می‌پرسیدم مشکل چیست، تغییر حالت داد. نمی‌دانستم چه اتفاقی رخ داده است و نگران بودم. با خودم غرغر کردم: «این دیگر چه کوفتی است؟»

اما در مقابلِ جیمی تا زمانی‌که به خانه‌شان رسیدیم همچنان صبور و گشاده‌رو ماندم که سریعاً به‌سمت اتاق‌خوابش دوید و در را از پشت بست. من هم به‌دنبالش رفتم و بیرون در نشستم و تصمیم گرفتم خود را به او تحمیل نکنم و به‌جایش از پشتِ در صحبت کنم و به او اطمینان بدهم هر احساسی که دارد ازنظر من مشکلی ندارد و من هیچ‌کجا نخواهم رفت. از پشتِ در صدای هق‌هقِ گریه‌اش را می‌شنیدم، اما مدتی طولانی جوابی از پشتِ در نیامد. تا اینکه سرانجام بیرون آمد و من به او لبخند زدم و تا حیاط‌پشتی دنبالش رفتم و او چوب بیسبال را برداشت و بازی را از سر گرفت. من متوجه شدم جیمی هنوز قادر نیست مستقیماً به من بگوید چه زمانی ناراحتی بر او غلبه می‌کند و همچنین فهمیدم با ماندن در کنارِ او در زمان طوفان - و بزرگ‌نکردنِ موضوع - در امتحانم قبول شده‌ام. او متوجه شد من نه او را قضاوت می‌کنم و نه ترکش می‌کنم.

شیوه‌های مختلفِ پسران برای آزمودن سرپرستانشان در یک رابطهٔ خاص با این هدف نیست که آنان را از خود برانند، بلکه ناخودآگاه دوست دارند سؤالی را که در ذهن دارند پاسخ دهند: «آیا این شخص از عهدهٔ مراقبت از من برمی‌آید؟» همان‌طور که آزمون‌ها تأیید می‌کنند توجه و مراقبتِ فرد، واقعی و قابل‌اتکاست و فردی مناسب و شایسته برای رابطه است، پسربچه امیدِ بیشتروبیشتری را در رابطه سرمایه‌گذاری می‌کند: «شاید واقعاً بتوانم بر این

رابطه اتکا کنم.»

زمانِ ویژه، حتی درحالی‌که به‌خوبی پیش می‌رود، ممکن است به ناراحتی منتج شود. گاهی پسربچه زبان باز کرده و درمورد چیزهایی صحبت می‌کند که برایش مشکل‌ساز شده‌اند، حتی مستقیماً درمورد سرپرستش صحبت خواهد کرد. گاهی، به‌خصوص زمانی‌که احساساتِ خجالت‌آور و دردناکی را تجربه می‌کند، ممکن است احساساتِ خود را تا وقتی که اعتمادِ بیشتری به سرپرست خود پیدا می‌کند مخفی سازد. زمانی‌که به احساساتِ دردناک یک پسربچه گوش می‌کنید، بسیار مهم است که صحبت‌های او را دنبال کنید و اجازه ندهید کنجکاوی‌تان بر شما غلبه کند. این پسربچه است که تعیین می‌کند چه مقدار از افکار خود را با چه سرعتی با شما در میان بگذارد.

گاهی‌اوقات پسربچه‌ها در ابراز احساساتی که بیان‌کردنشان در قالبِ کلمات دشوار است، با سختی روبه‌رو هستند و موقعیتی ایجاد می‌کنند که آنها را قادر سازد احساساتِ خود را در بسترِ بازی به‌نمایش بگذارند؛ برای مثال، جیمی گاهی‌اوقات در طول بازیِ بیسبال یا بسکتبال به خود صدمه می‌زد و به زمین می‌افتاد و گریه می‌کرد. نقشِ من این بود که آسیب‌دیدگی‌اش را جدی بگیرم، حتی اگر نمی‌دانستم چطور اتفاق افتاده است و با صبر و حوصله به غرولندهایش گوش کنم. من شاهد بودم انبوهی از سردرگمی و ترس حولِ بازی‌کردن او رخ داده و به‌سادگی به من نشان می‌دهد چقدر تلاش می‌کند تا از چالش بگذرد.

پیشنهادِ زمان‌های ویژه به پسران، مستلزم این است که سرپرست روحیهٔ بالایی داشته باشد و نظم و توجهِ آنها را درگیر کند. برخی روزها ساده‌تر از بقیه خواهند بود. در روزهای سخت، به‌نظر می‌رسد گویی هر دقیقه نوعی

سردرگمی، دخالت و مشکل، افکارتان را از پسر کوچکتان به دیگر مسائل منحرف می‌کنند. سرپرستان که دیگر از تقاضاها و نیازهای بسیارِ اطرافِ خود به تنگ آمده‌اند، به‌ندرت قادرند تمامِ توجه خود را معطوف به فرزندشان کنند، به‌خصوص زمانی‌که او فقط دوست دارد بازی کند؛ اما این کار کمک می‌کند به یاد داشته باشیم که زیرِ پوششِ بازی، پسربچه به‌واقع در حال انجام کارهای مهم است. او در ذهن و قلب خود حک می‌کند آن‌قدر برای سرپرستانش اهمیت دارد که حتی وقتی کارهایی دارند که معمولاً بزرگ‌سالان با آنها دست‌وپنجه نرم می‌کنند، برای او وقت خواهند گذاشت. او خود را برای چالش‌های پسرانگی تقویت می‌کند. یک سرپرست با تلاش‌کردن و بازگشت پس‌از طردشدن از سوی کودک، به‌سادگی هدیهٔ بزرگی را به فرزند خود می‌دهد.

فصل سوم: پسرها و قلبشان

در فصل اول، شما را به مطالعهٔ «جعبهٔ مردانگی» در سال ۲۰۱۷ توصیه کردیم که در آن مردانِ جوان‌تر در ایالات‌متحده، انگلستان و مکزیک موردبررسی قرار گرفتند. زمانی‌که برای اولین‌بار گزارشِ آن مطالعه را دیدم، مجموعه‌ای از یافته‌ها نظرم را به خود جلب کردند: در میان هجده تا سی‌ساله‌هایی که به هویت مردانگی سنتی روی آورده بودند، سه نفر از هر چهار نفر می‌گفتند حداقل یک‌بار در دو هفتهٔ گذشته «انجام این کار لذت بسیار کمی برایشان به‌همراه داشته است»؛ دو نفر از هر سه نفر گفته بودند که احساسِ «ناراحتی، افسردگی یا ناامیدی» داشته‌اند؛ و دو نفر از پنج نفر بیان کرده بودند که به فکر خودکشی بوده‌اند. شیوعِ ناراحتی در میان این مردانِ جوان شاهدی بر تناسبِ نه‌چندان خوبِ هویت‌هایشان به‌عنوان مردانی با قلب‌های انسانی‌شان بود. آنان که مجبور به سانسورکردن افکار و احساسات خود بودند، زندگی‌شان بیشتر به‌نوعی اجرا و نه یک تجربهٔ واقعی تبدیل شده بود. آنها تنها و دلسرد بودند و آن راحتی و تعالی را که با ارتباطِ احساسی همراه است دارا نبودند.

فرهنگِ محبوب بیان می‌دارد که زنان احساسات خود را بروز می‌دهند اما مردان عمل می‌کنند؛ ولی از آن زمانی که همه‌چیز همین‌طور بود خیلی وقت است که گذشته. زنان با نمایش توانایی‌های خود در احساسات و عملکردشان به مبارزه با تعصب‌های مربوط به توانایی‌هایی خود پرداختند. به‌همین‌صورت، تحقیقات اخیر نشان می‌دهند که کلیشه‌های مربوط به ناتوانی‌های احساسیِ مردان به‌همین‌اندازه اشتباهند. درواقع، بر طبق تحقیقاتِ جدید، امروزه مردانِ جوان بیشتر از سلامت جسمی به سلامت روانی خود توجه دارند. آنها متوجه

هستند که مدیریتِ ذهنشان کلیدِ داشتن زندگی خوب است. کِوین لاو[۲۱]، بازیکن بسکتبال NBA، با گفتن اینکه حمله‌های عصبی‌ای که دچارشان می‌شود بازی‌اش را در یکی از بازی‌های مهم تحت‌تأثیر قرار داده است، دنیای بسکتبال را دچار غوغا کرد. برای اولین‌بار در طول بیست‌ونه سال، او مجبور شد زندگیِ احساسی خود را در نظر بگیرد و به‌عنوان الگویی برای دیگر مردانی عمل کند که احساساتِ خود را نادیده می‌گیرند. همان‌طور که در یک وب‌سایت ورزشی با نام «تریبونِ بازیکنان»[۲۲] نوشت: «هرکسی با مشکلی دست‌وپنجه نرم می‌کند که ما قادر به دیدن آن نیستیم.»

این‌طور هم نیست که کلیشه‌های مردانِ بی‌احساس هیچ پایه‌واساسی نداشته باشند. نظر به اینکه قراردادهای مردانگی همچنان با توجه و تلاشِ بسیار اعمال می‌شوند، اکثر پسران یاد می‌گیرند احساساتشان را برای خودشان نگاه‌دارند و آنها را سرکوب کنند. پسران معمولاً ارتباطِ خود را با احساساتشان از دست می‌دهند؛ به‌جز خشم. دوش‌های آب سرد، سرزنش‌ها، قلدری و آزمون‌های شجاعت ازنظر تاریخی موجب تقویت قطع ارتباط احساسی شده‌اند. زمانی‌که پسربچه به بزرگ‌سالی می‌رسد، حاضربودن ازنظر حسی به‌واقع یک چالش خواهد بود. زمانی‌که پسران احساسات خود را سرکوب می‌کنند، پیامدهای منفی بسیاری را به‌دنبال خواهند داشت؛ از عملکردِ ضعیف آکادمیک گرفته تا رفتارهایی که سلامتشان را به‌خطر می‌اندازند؛ ازجمله مصرف موادمخدر، دعواکردن و بی‌پروایی.

اما مفهومِ قلمروهای جداگانه برای عمل‌کردن و احساس‌کردن اشتباه شده است.

به‌خصوص در جهانی که همه‌چیز با یکدیگر درهم‌تنیده‌اند، ارتباطات برای

زندگی از اهمیت بسیاری برخوردارند. زمانی‌که پسربچه مجبور می‌شود خود را از احساساتش جدا کند، کمتر قادر است با دیگران ارتباط برقرار کند. احساسات قدرتمندی که در وجودش از نظرها پنهان شده‌اند و ورای کنترلِ او هستند، بیشتر احتمال دارد رفتارِ او را تحت‌کنترل خود درآورند. او که هیچ‌گونه همدلی ندارد، بیشتر احتمال دارد به دیگران آسیب بزند.

هرچه باشد، تقاضاهای احساسی برای جوانانِ امروزی از این هم پیچیده‌تر و چالش‌برانگیزتر است. روان‌شناس دانشگاه ایالت سن‌دیه‌گو، جین توئنگ[۲۰۱۶]، رشدِ هشداردهندهٔ ناراحتی را در میان مردان و زنانِ جوان‌تر مشاهده کرده است. او درمورد «شدیدترین بحران سلامتِ ذهنی برای جوانان در دهه‌های اخیر گزارش می‌دهد» که نشانگر رشدِ قابل‌توجه در میزان تنهایی، افسردگی، اضطراب و نارضایتی از زندگی در میان نسلِ زد (کسانی که بین سال‌های ۱۹۹۵ تا ۲۰۱۲ زاده شده‌اند) از سال ۲۰۱۱ است. همچون کوین لاو، بسیاری از مردان به‌نظر آمادهٔ تصدیقِ این موضوع هستند که قطع ارتباط عاطفی، استراتژیِ بسیار ضعیفی در زندگی است. در نظرسنجیِ اخیر پسران جوان در انگلستان، اکثریت گزارش دادند که اضطراب بسیار شایع است و بر کار و زندگی اجتماعی آنان تأثیر منفی دارد. داده‌های جانبیِ به‌دست‌آمده از نظرسنجیِ انجام‌گرفته از سوی مؤسسهٔ ملی سلامت ذهنیِ آمریکا، تأیید کرده است که تقریباً یک‌سومِ جوانان از اضطراب رنج می‌برند. نسلِ زد نیز با همه‌گیریِ بیماری غم و اندوه روبه‌رو شده است.

علائم افسردگی نیز «به‌سرعت» بالا رفته و بنا به گفتهٔ توئنگ به بالاترین میزان ممکن در سال ۲۰۱۶ رسیده‌اند و اکثریتِ دانشجویان سال‌اولی، هم‌اکنون سلامت ذهنی خود را «کمتر از میزان متوسط» رتبه‌بندی می‌کنند. گرچه ۶ میلیون مرد هرساله از افسردگی رنج می‌برند، نشانه‌ها معمولاً گیج‌کننده‌اند و

ممکن است تشخیص داده نشوند. توئنگ توضیح می‌دهد: «مردان بیشتر احتمال دارد خستگی، آزردگی و ازبین‌رفتن علاقه به کار یا تفریحات را به‌جای احساسات ناراحتی یا بی‌ارزش‌بودن گزارش کنند.» به‌علاوه، خودکشی که از سال ۲۰۰۰ روند روبه‌افزایشی داشته، اکنون هفتمین دلیلِ مهمِ مرگ در میان مردان است که جان مردان را چهاربرابر بیشتر از زنان می‌ستاند.

محققان شیوه‌های بسیاری را مستند کرده‌اند که در آنها پسران در رشدِ احساسی خود دچارِ ناتوانی هستند. روان‌شناس رونالد لوانت[۶۴] از دانشگاه اِکران[۶۵]، پیشنهاد کرده است که نارسایی هیجانی یا «نداشتنِ کلماتی برای توصیف احساسات» را معمولاً بازماندگانِ آسیب‌ها مشاهده می‌کنند، اما همچنین شرایط احساسی بسیاری از مردان را نیز توصیف می‌کند. استادِ روان‌شناسی دانشگاه کِنِتیکت[۶۶]، دکتر جیمز اونیل[۶۷] که تمام مدت حرفهٔ خود را صرفِ تحقیق درمورد زندگی مردان کرد، نتیجه گرفت که «محدودیت احساسی» به فهرستِ بلندبالایی از پیامدهای ناسالم ازجمله «گرایش‌های خصمانه نسبت به زنان، ریسک‌پذیری‌های خطرناک درزمینهٔ مشکلات جنسی و سلامت، سوءمصرف موادمخدر، اضطراب روانی، گرایش‌های منفی نسبت به کمک‌خواستن، رفتارِ بزهکارانه، اعتمادبه‌نفس پایین، خصومت و پرخاشگری، سطح فشارخون بالاتر، افسردگی، اضطراب و مشکلات خانوادگی منجر می‌شود.»

درحالی‌که این احساسات گاهی‌اوقات ازطریق تفاوت قائل‌شدن میان احساساتِ مردان و زنان توضیح داده می‌شوند، واقعیت این است که پسرها و دخترها با ظرفیت‌های مشابهی جهت ابراز وجود، زندگی خود را آغاز می‌کنند. در طول دوران کودکی است که رشد احساسی در این دو از هم دور می‌شود. استفنی شیلدز[۶۸]، روان‌شناس دانشگاه ایالتِ پن[۶۹]، معتقد است که پسران و

دختران در ابراز احساسات، و نه تجربه‌شان از احساسات، باهم تفاوت دارند. شرایط موجب این تفاوت می‌شوند: «پسرها می‌آموزند احساسات پسرانه را با مجموعه‌رفتارهای خود مطابقت دهند و دختران احساسات دخترانه و هر دو شیوهٔ احساسیِ منسوب به جنس دیگر را برای خود غیرقابل‌قبول می‌دانند.»

جامعه‌شناسِ دانشگاه کالیفرنیا در برکلی، آرلی هاکس‌چایلد[۷۰]، عبارتِ «قوانین احساسی» را برای اولین‌بار جهت توصیف اینکه هنجارهای اجتماعی چگونه بر احساسات انسانی حکمرانی می‌کنند، مورداستفاده قرار داد. همان‌طور که کودکان به این قوانین خو می‌گیرند، خود قوانین به ماهیتِ دوم آنها تبدیل می‌شوند. پسران یاد می‌گیرند نه‌تنها «به‌صورت سطحی» بلکه به‌صورت اساسی و «عمیق» نقش بازی کنند، که درمورد دوم سعی دارند یک رفتار احساسی مناسب را نشان دهند و به‌واقع آن را اجرا کنند. آنها باید شجاعت و خونسردی از خود نشان دهند و سعی کنند از هیچ‌چیز نترسند. پسران زمانی‌که ترس را تجربه می‌کنند از خود ناامید می‌شوند و خجالت می‌کشند.

اضطراب‌های زندگیِ مدرن موجب فشار بسیاری بر والدین پسران شده‌اند: دوران متغیرِ امروزی، هوش هیجانی را عزیز می‌دارد و پسران خودشان دوست دارند از ذهنشان مراقبت کنند، اما مدل‌های سنتیِ معاشرت در پسران، سوادِ احساسی آنان را به‌خطر می‌اندازند. خوشبختانه این ایده‌های قدیمی به‌صورت سیستماتیک موردچالش قرار می‌گیرند.

برای مثال، مدارس متوجه فرصت‌های درحال‌تغییر شده و بدان واکنش نشان داده‌اند. برنامه‌ها در یادگیری اجتماعی - هیجانی اکنون استاندارد هستند. در مدرسهٔ پسرانه‌ای که من مدت‌ها در آنجا کار می‌کردم، مدیران مدرسه تصمیم

گرفتند تمامیِ دانش‌آموزان دبیرستانی خود را به برنامه‌ای معرفی کنند که پشتیبانی همتایان و گوش‌دادن مشترک را ترغیب می‌کرد. در کارگاه‌های مربوط به کمک‌های اولیهٔ هیجانی، درمورد نگرانی‌ها، آسیب‌ها و اضطراب‌های روتینِ زندگی سخن گفتیم و علیه نگاه‌داشتن همه‌چیز در عمق وجودمان صحبت کردیم. مهارت‌های سخن‌گفتن و گوش‌کردن توصیف شدند و از پسران خواسته شد شریکی را انتخاب کرده و او را امتحان کنند.

همان‌طور که دانش‌آموزان گروه‌های دونفره تشکیل دادند و در اتاقی بزرگ پخش شدند، اکثر آنها در تمرینِ تبادلِ گوش‌دادن با تعهدِ صادقانه شرکت کردند. من از اینکه چطور اکثر آنها چالش را به‌راحتی پذیرفتند بسیار متعجب شدم؛ تعجبِ من یادآورِ دیگری از این موضوع بود که چگونه اکثرِ ما در وجودمان کلیشه‌ها را نگاه می‌داریم، همان‌طور که استاد دانشگاه نیوهمپشایر[۷۱]، توماس نیوکریک[۷۲] درمورد «دلهرهٔ مردانگی برای خلوص نیت صحبت می‌کند». اما مشخصاً این نسل از مردان جوان یا دست‌کم آنان که مقابلِ من بودند، نیاز به ابزارهایی برای مبارزه با اضطراب و اندوه داشتند. با نگاهی به اطراف اتاق و گروه‌های دونفره که روی زمین نشسته، به دیوار تکیه داده یا روی تشک‌های کشتی که به یک طرف تا شده بودند دراز کشیده بودند، من از اینکه آنها به اجازهٔ یک بزرگ‌سال برای نقضِ تابوی موجود در برابر صحبت‌کردن با یکدیگر نیاز دارند، متعجب شدم. آنها می‌توانستند بنا به فرمانِ من با تابوهای مردانگی مبارزه کنند، اما خود به‌تنهایی قادر به تخطی از آنها نبودند.

برخی با این چالش دست‌وپنجه نرم کرده و تمرین را مختل می‌کردند. درحالی‌که اکثریت توانستند به‌رغم احساسِ ناراحتی‌شان این کار را انجام دهند، برای بسیاری از پسران این کار آن‌قدر ناآشنا بود که به‌راحتی جا زدند. یک پسر که

بسیار عصبانی شده و شروع به آزارواذیتِ همسایگانِ خود کرده بود، برای من اعتراف کرد: «من چیزی برای گفتن ندارم.» هم نیوکریک و هم روان‌شناس ویلیام پولاک، نویسندهٔ کتاب پسرهای واقعی: چگونه پسرانمان را از اسطوره‌های دوران کودکی نجات دهیم[۷۳]، با حساسیت، «بن‌بستِ دوسویهٔ» به‌اشتراک‌گذاشتن احساسات را برای مردان توصیف کرده‌اند. بر طبق گفتهٔ پولاک: «پسری که می‌داند باید بنشیند و درمورد نمراتِ ناامیدکننده‌اش، بیماریِ مادرش یا آخر هفته‌های تنهایش صحبت کند، درواقع کلیشهٔ پسرانگی را شکسته است.»

من متوجه شدم زمانی‌که پسرها از من سؤال می‌کردند نیز همین‌قدر به آنها پاسخ می‌دادم. اکثر مردان منحرف‌کردن توجه‌ها را از زندگی درونی خود به عادت تبدیل می‌کنند. زمانی‌که شغلی درزمینهٔ مشاوره پیدا کردم، به بچه‌ها می‌گفتم آخرین باری که احساساتی شدم یادم نیست. درواقع، حتی یک‌بار هم به یاد نداشتم که کسی از من پرسیده باشد چه احساسی دارم - نه والدینم، نه معلمانم، مربیانم یا حتی دوستانم. اگر هوش هیجانی شاملِ درکِ احساسات و آگاهی و کدگذاریِ آنها با زبان باشد، من عملاً بی‌سواد شده‌ام. همچون برخی از پسرانی که قبل از من در این اتاق بودند، هراسِ بسیاری برای صحبت‌کردن با دوستانِ نزدیک یا حتی والدینم درمورد سختی‌های زندگی داشتم. من پسرها را می‌فهمیدم، حتی آن کسی را که «چیزی برای گفتن» نداشت. زندگیِ احساسی من یک راز بود و درک اینکه چطور باید درموردش صحبت کنم، فراتر از توانم.

مشخصاً، سرکوبِ احساسات بهایی به‌همراه دارد که در تحقیقاتِ جعبهٔ مردانگی نیز شاهد آن بودید. خوشبختانه، قوانین احساسی که بر رشدِ احساسی حاکم هستند در حال تغییرند. دکتر اونیل، براساس مروری بر تحقیقات، پیش‌بینیِ خوش‌بینانه‌ای منتشر کرد. او نوشت: «نوعی تغییرِ الگو در آمریکا در

حال رخ‌دادن است... در این باب که جامعهٔ آمریکا، احساسات مردان را چطور درک می‌کند. امروز بیش از هر زمان دیگری مردان اجازه دارند انسان‌هایی احساساتی و آسیب‌پذیر باشند.»

تاحدی، چنین تغییراتی یک نوع ضرورت عملی هستند، چراکه دنیای امروز به شکل فزاینده به‌دنبال مهارت‌های «نرمی» است که انگیزه، استقامت و کنترل نفس را پرورش می‌دهند. در سال ۱۹۹۵، کتابِ بسیار مهمی با نام هوش هیجانی[۷۴] اثر دانیِل گولمن[۷۵]، روحِ زمانه را تسخیر کرد و موضوع علمیِ جدیدی به‌همراه آورد. هوش هیجانی که از سوی انجمن تحصیلی یادگیری اجتماعی (CASEL)[۷۶] به‌عنوان مهارتی درزمینهٔ خودآگاهی، مدیریت خود، آگاهی اجتماعی، ارتباطات و تصمیم‌گیریِ مسئولانه تعریف شد، تا به امروز موضوعِ هزاران مطالعه بوده است. رشدِ برنامه‌های یادگیری اجتماعی - هیجانی در مدارس یکی از نتایجِ مستقیمِ آن است. تا سال ۲۰۰۵، شصت درصد از مدارس در سرتاسر کشور برنامه‌هایی جهت آموزش مهارت‌های احساسی ارائه کردند.

تحلیلِ صورت‌گرفته در سال ۲۰۱۱ روی بیش از دویست مطالعهٔ انجام‌شده در باب برنامهٔ SEL[۷۷]، با شرکتِ ۲۷۰۰۰۰ کودک، اثربخشی این برنامه‌ها را تأیید کرده است. نویسندگان نتیجه گرفتند: «برنامه‌ریزی SEL موجب ارتقای ارتباطات دانش‌آموزان با مدرسه، رفتار در کلاس و عملکردِ آکادمیک می‌شود.» نظرسنجیِ انجام‌گرفته در سال ۲۰۱۲ درمورد معلمان، نشان داد که «مربیان می‌دانند این مهارت‌ها قابل‌تدریس هستند و دوست دارند مدارس اولویتِ بیشتری برای ادغام این رشد در برنامهٔ درسی، دستورالعمل‌ها و فرهنگِ مدرسه قائل شوند و باور دارند که استانداردهای یادگیریِ دانش‌آموزان باید این اولویت را بازتاب دهند». نسبت به زمانی‌که رواقی‌گری، افتِ عاطفی و عزمِ راسخ،

ایدئال‌های احساسی بودند، پسران امروزه پیام‌های مختلفی درمورد احساساتِ خود می‌شنوند.

مرکز هوشِ هیجانِ دانشگاه ییل، رویکردی جهت «تزریقِ احساسات در دی‌اِن‌اِی یک مدرسه» ارائه کرده است که اکنون در ۱۲۰۰ مدرسهٔ دولتی و خصوصی در ایالات‌متحده و دیگر نقاطِ دنیا اجرا می‌شود. این برنامه کارمندانِ مدرسه را جهت آموزشِ مهارت‌های شناخت، درک، نام‌گذاری، بیان و کنترل احساسات تمرین می‌دهد تا بتوانند این مهارت‌ها را در تدریس خود اعمال کنند. مارک براکت[۱۷]، مدیرِ مؤسس مرکز، که در سال ۲۰۱۷ درمورد پذیرشِ مدارس در این برنامه موردپرسش قرار گرفت، پاسخ داد: «اگر راستش را بخواهید همه‌چیز بسیار منکوب‌کننده است. هم‌اکنون ما صدها مدرسهٔ عمومی و خصوصی داریم که هرساله در پیِ ثبت‌نام هستند.»

کمک‌کردن به والدین و معلمان جهت ایجادِ سوادِ هیجانی در زندگیِ روزمرهٔ پسران نشانگر عزیمتی رادیکال از قرن‌ها غفلت، سرکوب و برداشت‌های غلط است. در خانواده‌ها، والدین می‌توانند پسرانِ خود را ترغیب کنند دایرهٔ لغاتِ احساسیِ خود را با گوش‌کردن به آنها با علاقه و صبری واقعی گسترش دهند. در برنامه‌های مدرسه، دانش‌آموزان یاد می‌گیرند احساسات خود را به‌رسمیت بشناسند و درمورد آنها دیدگاهی پیدا کنند، به‌جای اینکه اجرایشان کنند. تأکید بر تمرین نیز در این برنامه‌ها بسیار مهم است. کودکان یاد می‌گیرند نه‌تنها احساسِ خود را پردازش کنند بلکه براساس درکی که از احساسات خود دارند، آنها را نشان دهند. در مغزهای درحال‌رشدِ آنها، حلقهٔ احساسات، آگاهی و عمل تقویت می‌شود تا از ربوده‌شدن به‌وسیلهٔ احساسات منفی که واکنشی غیرارادی را به‌همراه دارند جلوگیری کند.

زمانی‌که مرد جوانی گفت: «من حرفی برای گفتن ندارم» درواقع موقعیتِ پیش‌فرض دانش‌آموزانی را بیان کرد که رشدِ احساسی‌شان ناقص بوده است و آنها غالباً دانش‌آموزان مذکر هستند. پسران به‌طور کلی در زندگی فرصت‌های بسیار کمتری برای تمرین مهارت‌های هوش هیجانی دارند. در سطوحِ مقیاسِ آگاهی هیجانی، معیارِ طراحی‌شده از سوی ریچارد لِین[۷۹] از دانشگاه آریزونا و برانکا زای پولرمان[۸۰] از دانشگاه جنووا جهت تمایزِ سطوحِ مختلف رشد هیجانی، امتیازات برای بانوان معمولاً بالاتر از مردان هستند. ایجادِ پشتیبانیِ واقعی برای پسران جهت انجامِ این کار بسیار مهم است.

تبدیل‌شدن به مردی شاد

اختلافات نسلی در رشدِ هیجانی این موضوع را بازتاب می‌دهند که فرصت و پیامد، چگونه باهم ارتباط دارند. بهای مشروط‌سازی پسران به هنجارهای مردانگی این است که سواد احساسی پیدا کنند؛ اما خوشبختانه هر زمان شرایط اجازه بدهد، پسرها خود آمادهٔ کسب سواد احساسی هستند.

ما برنامهٔ مشاوره از سوی همتایان را در مدرسهٔ هاوِرفورد طراحی کردیم تا اقدام به ترغیب تمرینِ مهارت‌های هیجانی در پسران کنیم: گوش‌کردن با همدلی و صحبت‌کردن با صداقت درمورد موضوعاتی که ازنظر احساسی مشکل هستند و اجازهٔ بروز احساسات دردناک. با کمی آموزش، بچه‌درس‌خوان‌ها، مدرسان رشته‌های نمایشی و مربیانِ کشتی و فوتبال، تمرین می‌کنند که با همدلی گوش بسپارند و اضطراب‌ها و ناراحتی‌های خود را توصیف کنند. همان‌طور که ارتباط و اعتمادبه‌نفس در پسرها بیشتر می‌شود، آنها قادر خواهند بود که درمورد موضوعات حساسی همچون ارتباط با والدین، دختران، رابطهٔ جنسی، موادمخدر و الکل صحبت کنند. آنان شجاعت این را پیدا می‌کنند تا با سخت‌ترین موضوعات روبه‌رو شوند و حتی رفتارهایی را که نگرانشان هستند یا از انجامشان پشیمانند، بپذیرند.

در برابرِ کلیشه‌های مردانی که ازنظر هیجانی هیچ دانشی ندارند، این برنامه امید دارد پسران بتوانند به‌طور کامل احساسات خود را بروز دهند. درواقع، زمانی‌که درمورد احساساتی که بیانشان سخت است زبان باز می‌کنند، از «مشاورهٔ دوستان» بسیار احساس خشنودی دارند؛ چراکه تنش‌های جمع‌شده در خود را آزاد کرده‌اند.

یکی از شرکت‌کنندگان این موضوع را توضیح داد:

«پیش‌از مشاورهٔ همتا، زمانی‌که ناراحت یا عصبانی می‌شدم، خودم را در اتاقم حبس می‌کردم و با هیچ‌کس صحبت نمی‌کردم، اما مشاوره با هم‌کلاسی‌ها به من نشان داد زمانی‌که با کسی صحبت کنید، باعث می‌شود احساس بهتری پیدا کنید. وقتی با نامزدم به‌هم زدم، داشتم با دوستم صحبت می‌کردم و معمولاً در چنین موقعیتی تنها خودم را در اتاقم حبس می‌کردم؛ اما با فکرکردن به مشاوره با دوستان، متوجه شدم همان‌طور که درمورد موضوع صحبت می‌کنیم، همه‌چیز بهتر می‌شود؛ بنابراین تصمیم گرفتم با دوستم صحبت کنم و این کار واقعاً به بهبودم کمک کرد و باعث شد احساسِ خیلی بهتری داشته باشم.»

فرصت‌های روراست‌بودن با یکدیگر در پسرانگی، که هنوز تحت‌سلطهٔ خودانکاری قرار دارد، بسیار محدودند. یکی از دانش‌آموزان اشاره کرد تفاوت قابل‌توجهی میان آنچه پسران در طول جلسه‌ها انجام می‌دهند و آنچه باقیِ عمرشان به آن می‌پردازند وجود دارد. او همچنین گفت: «آسیب‌پذیربودن و اجازه‌دادن به هم‌کلاسی‌ها برای صحبت‌کردن، چیزی صادقانه در خود دارد که باعث می‌شود آن شب گریه کنم. این موضوع تنها چیزی است که به مدت چند روز می‌توانم درموردش فکر کنم.»

محققان دریافتند نحوهٔ «نمایش احساسات» در مردان با افزایش سن محدودتر می‌شود؛ اما بنا به تجربهٔ ما در این برنامه، زمانی‌که شرایط امکان صمیمیتِ احساسی را فراهم می‌آورند، پسران همگی مایل به بیان احساسات خود هستند، همان‌طور که این پسر توضیح می‌دهد:

«این واقعیت که می‌توانی درمورد هرچیزی که دوست داری در این محدوده و با این سطح از محرمانگی صحبت کنی، باعث می‌شود اینجا مکانِ امنی باشد. گویی هیچ‌کس تو را قضاوت نمی‌کند. به‌نوعی انگار خودت را جای آنها می‌گذاری و به‌نظر من این چیزی است که باعث می‌شود مکان امنی باشد. هیچ واکنشی مثلِ "خدای من، باورم نمی‌شود این کار را انجام داده‌ای!" یا مثلاً "باورم نمی‌شود چنین احساسی داری!" وجود ندارد. فقط می‌گویند "می‌فهمم چه چیزی به تو می‌گذرد" و شاید فقط سخنانی برای تشویق و ترغیب بگویند و به‌نظرم این چیزی است که هیچ جایِ دیگری پیدایش نمی‌کنید و باعث می‌شود احساس کنم اینجا مکانِ امنی است.»

در طول سال‌ها، نمونه‌های بسیاری از پسران وجود دارند که اعتبار و اصالتِ خود را در امنیتِ برنامه افزایش می‌دهند. تات[redacted] پسری دوست‌داشتنی بود که وجودِ گرم و صادقش دلِ هم‌کلاسی‌هایش را تسخیر کرده بود. گرچه او اضافه‌وزنِ بسیاری داشت و قادر نبود در برنامه‌های ورزشی شرکت کند، در مسابقات و بازی‌ها حاضر می‌شد تا هم‌کلاسی‌هایش را تشویق کند. کمی پس‌از اینکه تات به برنامهٔ مشاورهٔ هم‌کلاسی ملحق شد، از او خواستم در مقابل همه صحبت کند که بخشی استاندارد از هر جلسه بود و این بخش همواره هم برای گروه و هم برای فردی که داستانش را تعریف می‌کند، مفید خواهد بود.

به‌رغم اینکه تات بسیار دلپذیر و سخاوتمند بود، اما داستانی را با ما در میان گذاشت که بر همگان آشکار ساخت وقتی پسرها کسی را برای دوستی ندارند، تا چه حد تنها و منزوی می‌شوند. زمانی‌که شروع به صحبت کرد، آشکار کرد که مادرش چندین سالِ پیش از دنیا رفته است. باتوجه‌به حالتِ نگاه پسرانِ دیگر، متوجه شدم هیچ‌کس از این موضوع خبر نداشته است؛ او نتوانسته بود این موضوع را با معلمان یا دوستانش در میان بگذارد. همان‌طور که تات شروع کرد

و توضیح داد چطور به مزار مادرش می‌رود، صندلی‌ای می‌گذارد و در زمان اضطراب با مادرش صحبت می‌کند، درک ما از اینکه او چقدر تنهاست بیشتروبیشتر شد. او همچنین توضیح داد پدرش را نمی‌شناسد و هرگز با او زندگی نکرده است و نمی‌تواند باری بر دوشِ پدربزرگ و مادربزرگش باشد که درحال‌حاضر از او مراقبت می‌کنند. همان‌طور که تات درمورد احساساتش صحبت می‌کرد و دوستانش او را با محبت در آغوش گرفته بودند، نمی‌شد درمورد تمام آن سال‌هایی که مادرش درگذشته و او این بارها را بر دوش می‌کشیده فکر نکرد.

متأسفانه، تات تنها پسری نبود که رازهای عمیقی داشت. در اولین جلسهٔ برنامه در هر ماه سپتامبر، پسران بسیاری را ملاقات می‌کنیم که از جهان پنهان شده‌اند؛ اما همان‌طور که تات جسورانه، موانع را برای تعریف‌کردن داستان خود از میان برداشت، دیگر پسران نیز واکنش نشان می‌دهند. دستورالعملِ قابل‌اعتماد برای کمک به پسران جهت گشودنِ قلبشان چندان هم محرمانه نیست. پسران نیز همان چیزی را می‌خواهند که همه دوست دارند: با کسی صحبت کنند که به حرفشان گوش می‌دهد، آن را درک می‌کند و بدان اهمیت می‌دهد. آنها بینِ خالی‌کردن دلشان و جنگیدن برای حقِ شادی، ارتباطی برقرار می‌کنند. نزدیک به پایانِ سال یکی از پسرها نوشت:

«تجربهٔ من: در مشاورهٔ هم‌کلاسی بیش از هرچیز یاد گرفتم که چطور مرد باشم؛ به‌طور مشخص، اینکه چطور شادی را به‌عنوان یک مرد دنبال کنم. تصوراتِ غلط بسیاری در این مورد که مردانگی واقعاً چیست وجود دارند که از دیوارهای این مدرسه به داخل نفوذ می‌کنند، اما من یاد گرفته‌ام که چطور مردانگی و شادبودن را در کنار هم برای خودم تعریف کنم. می‌دانم که شادی به معنای راحت‌بودن در نمایشِ صادقانهٔ احساسات است. من می‌دانم شادی به

معنای پایبندی به آن چیزی است که اهمیت دارد. من می‌دانم شادی از مسئولیت‌پذیری در برابر اعمالم حاصل می‌شود. من یاد گرفته‌ام که پذیرفتنِ ضعف‌هایم و پذیرش اشتباهاتم زندگی‌ام را بهتر خواهد کرد و مرا ترغیب می‌کند به چیزهای بالاتری دست یابم، خضوع را به من می‌آموزد و مرا به قلمروی عشقِ به خود و بخشش دعوت می‌کند.»

در جلسه‌های بالینیِ خصوصی‌ام، غالباً می‌بینم شکافی میان آنچه یک پسر احساس می‌کند و آنچه اطرافیانش حس می‌کنند وجود دارد. رازداری بخشِ مهمی از پسرانگی است؛ اما فرودادن احساسات هرگز نتیجهٔ خوبی نخواهد داشت و معمولاً در رفتارِ فرد نمود پیدا می‌کند. به‌علاوه، احساساتِ روی هم تلنبارشده به‌مرور بزرگ و بزرگ‌تر شده و در اتاقِ پژواکِ افکار یکنواختِ پسر منحرف می‌شوند.

مشکل شان[۸۷] نیز همین بود؛ پسری که در شانزده‌سالگی از همه‌لحاظ دچار مشکل شده بود: در مدرسه، در خانه با والدینش، او حتی سعی داشت توجه عموم را به خودش جلب کند. زمانی‌که پدرش برای قرار ملاقات تماس گرفت، فهرستِ بلندبالایی از دغدغه‌هایش را تهیه کرده بود. شان در مدرسه عملکرد خوبی نداشت، در خانه از قوانین سرپیچی می‌کرد و به‌رغم هشدارهای والدینش درمورد تاریخچهٔ خانوادگی‌شان در سوءمصرف موادمخدر و الکل، به آنها آلوده شده بود. او ورزشکارِ بسیار بااستعدادی بود، اما عملکردش در زمین بازی خیلی خوب نبود و اعتمادِ مربی‌اش را به خود از دست داده بود. همه‌جا، همه به او ایراد می‌گرفتند و مشکلاتش را به انتخاب‌های بد، شخصیت بد و فقدان ثبات نسبت می‌دادند. او در مسیر تبدیل‌شدن به «پسری بد» بود.

من انتظار داشتم پسری بسیار سرسخت ببینم، بنابراین وقتی از درِ دفتر وارد

شد بسیار جا خوردم. به‌محض اینکه از آستانهٔ در عبور کرد، شروع به گریه‌کردن کرد. در کل آن جلسه و تمامیِ جلساتِ بعدی، شان به‌راحتی تنش‌ها و دردِ عاطفی‌ای را که روی قلبش سنگینی می‌کرد بیرون می‌ریخت. او به‌راحتی در این مورد صحبت می‌کرد که چقدر از بیگانگی با والدینش قلبش شکسته است. از دیدگاه او، آنها سریعاً او را مقصر می‌دانستند و خشمگین می‌شدند و تنبیهش می‌کردند، یا با سردی از او رو برمی‌گرفتند. در مواجهه با مشکلاتی که او ایجاد کرده بود، والدینش پسری را که درونِ او زندگی می‌کرد فراموش کرده بودند. او احساسِ ترس و تنهاییِ بسیاری داشت و منتظر فرصتی برای مشاوره بود تا از سویِ کسی درک شده و رها شود.

ازآنجاکه او قادر بود ذهنش را از ناراحتی‌ها پاک کند، به شکلِ واضح‌تری شروع به تفکر درمورد انتخاب‌های خود کرد و نهایتاً کنترل بهتری نسبت به رفتارش به‌دست آورد. یک بار او توضیح داد همواره نیاز داشته غم‌ها را از روی دلش بردارد. او درمورد «فشار درونی» صحبت کرد، زمانی‌که مجبور بوده است همه‌چیز را در خود بریزد، اما پس‌از اینکه او و والدینش در مارپیچی روبه‌پایین قرار گرفتند، قادر نبود به هیچ‌کس درمورد احساساتش بگوید. او بدین‌خاطر به الکل و موادمخدر روی آورده بود که فشار را تخلیه کند.

شان توانست دیدگاه درستی به‌دست آورد و به‌مرور ماهیتِ خودستیزانهٔ رفتارش را دریافت. در مدتی کوتاه، او موافقت کرد در یک برنامهٔ درمانی مصرف الکل و موادمخدر ثبت‌نام کند و عادتِ بی‌حس‌کردن خود را نسبت به مشکلاتی که دارد و از کنترل خارج شده‌اند، رفع کند. او در جلساتی که همراه با پدرومادرش حضور یافت، توضیح داد که آنها چطور می‌توانند کمکش کنند. او پس‌ازآن نمراتش را بالا برد و با تعهدِ بیشتری در تیم فوتبال بازی را از سر گرفت و نهایتاً از تیمِ فوتبال یکی از کالج‌های مطرح، بورسِ تحصیلی گرفت.

تعجبِ من از فهمیدن این موضوع که شان خودش از مشکلاتش آگاهی دارد، نشان می‌دهد تصاویرِ پسرانی که ازنظر احساسی محدود شده‌اند به چه خوبی ذهنِ عموم را بر خود مسلط کرده. من نیز همچون شان و تات به‌خوبی برای درکِ عمق و میزان احساسات پسران آماده نشده بودم. آموزشِ عاطفیِ خود من، کلیشه‌های مردانگی را در ذهنم کاشته بود. زمانی‌که خودم وارد شبکهٔ مشاوره با همتایان شدم، سال‌ها از روزی که با دیگران کاملاً صادق بودم می‌گذشت. اصلاً نمی‌فهمیدم تا چه حد خود را بی‌حس کرده بودم تا بر احساسات ژرف و سنگینم غلبه کنم و در جهان به راهم ادامه دهم.

سالِ اول برنامه، به شکلی کورکورانه به‌دنبال احساساتِ عمیق‌تر خود گشتم. یادگرفتنِ اینکه دوباره چطور احساس کنم به‌مرور به‌دستم آمد. باید آنچه را در ذاتِ تمامی ماست دوباره یاد می‌گرفتم. همان‌طور که برای بهبود ازهم‌گسیختگی یا دورشدن از احساسات انسانی‌ام می‌جنگیدم، خاطرات بسیاری از ساکت‌شدن از سوی دیگران، خجالت‌داده‌شدن، تهدیدشدن یا به‌سادگی نادیده‌گرفته‌شدن به‌ذهنم آمدند. چند سال بعد، وقتی با پسری مثل شان برخورد کردم - پسری که توانست توانایی‌اش را برای برداشتن موانع در زمان نیاز دوباره به‌دست آورد - تا حد زیادی از تمامیتی که در وجودش حفظ کرده بود تحت‌تأثیر قرار گرفتم.

بازپس‌گیریِ دسترسی به قلبم نیاز به تلاش، نظم و انضباط و ایمانِ بسیار داشت؛ اما من از اینکه چقدر از احساساتم دور شده بودم ناراضی بودم و احساس می‌کردم چیزی بسیار مهم را گم کرده‌ام. پروژهٔ بازپس‌گیریِ ذهنم اغلب بسیار دردناک بود - واکنش‌های احساسی و خاطراتی که ذخیره کرده بودم خیلی خوشایند نبودند - اما وقتی به خودم اجازه دادم دوباره احساساتم

را حس کنم، شاهد بهبود قابل‌توجهی بودم. نه‌تنها تنش‌ها از بین رفتند، بلکه من جهان را به چشم دیگری دیدم، چراکه دیگر از پشتِ لنزِ ناامیدی، تلخی و ترس دنیا را نگاه نمی‌کردم. حتی احساساتی که ناخودآگاهند و به‌صورت ناخودآگاه در بدبینیِ عادت‌گونه شکل می‌گیرند، به قدرتِ صحبت‌کردن و شنیده‌شدن منجر می‌شوند. رابطه برقرارکردن با آنچه احساس می‌کردم، به چشم‌اندازی امیدبخش و نیروبخش‌تر منجر شد.

اکثر پسران، با سن‌وسال پایین، نسبت به من در بزرگ‌سالی راحت‌تر عمل می‌کنند. در برنامهٔ مدرسه، تجربهٔ ما این بود که هر پسری می‌تواند احساسات خود را بهتر ببیند و آنها را ابراز کرده و تعدیل کند. پسران در ابتدا، بسته به اینکه زندگی‌هایشان تا چه حد اضطراب‌آور بوده و کیفیتِ روابطشان در چه حد است، سطوح مختلفی از گشودگیِ احساسی را از خود به‌نمایش می‌گذارند؛ اما همان‌طور که در برنامه تمرین می‌کنند، هر پسر باید شروع به صحبت کند و به شانسش خوشامد بگوید. هم تات و هم شان، احساساتی داشتند که بیانشان برایشان بسیار دشوار بود و قادر نبودند آنها را از روی دلشان بردارند. تصمیم‌های بد با انزوای آنان درهم آمیختند و پیامدهای منفی را چندبرابر کردند.

دو حالتِ هیجانی به‌خصوص برای پسران اهمیت بسیاری دارند، خصوصاً زمانی‌که دارای فرصتِ بازگشت از مشکلات نیستند. هنجارهای فرهنگی موجبِ تقویتِ تجربه‌های پسران در زمینه‌های خجالت و عصبانیت می‌شوند و پیشرفتِ هیجانی آنان را مختل و دچار مشکل می‌کنند.

تجربه‌هایی از خجالت

خجالت به‌واقع بخشِ جدایی‌ناپذیری از رشدِ مردان است و تصویری را که هر پسر از خود دارد، تحت‌تأثیر قرار می‌دهد. دکتر جودی چو در میان گروه چهار تا شش‌ساله‌ها دریافت استانداری غیرقابل‌دست‌یابی برای مردانگی از همین حالا به زندگیِ این بچه‌ها وارد شده است و تنشی طولانی‌مدت را میانِ اینکه این پسر، چه کسی است و فکر می‌کند چگونه باید با انتظارات فرهنگی مقابله کند، در درونش موجب می‌شود. روان‌شناس، استیون کروگمان[۸۴] می‌گوید: «ممکن است با مسخره‌شدن به‌خاطر بازیِ دخترانه یا "موش"شدن آغاز شود و به همدمِ هر سربازی تبدیل شود که در مواجهه با میدان جنگ، از ترسِ خود وحشت می‌کند و این احتمال که ترسِ غیرمردانه‌اش موجب شود مثل یک ترسو رفتار کند.» خجالت‌زده‌کردن پسرانی که به این استانداردها دست پیدا نمی‌کنند، سنتی است که از یک نسل به نسلِ بعدی منتقل شده است. او اضافه می‌کند: «اجتماعی‌شدن هنجارگونهٔ مردان، تا حد زیادی بسته به قدرتِ خجالت در شکل‌دادن رفتارِ قابل‌قبولِ مردانه بوده و بسیاری از پسران را تا حد زیادی حساس به خجالت باقی می‌گذارد.»

پسران نسبت به احساسِ بی‌کفایتی بسیار آسیب‌پذیرند، چراکه همواره خوار می‌شوند. ایدئال مردانه، گرچه غیرقابل‌دست‌یابی است، صرفاً انتزاعی نیست و در یادآورهای روزانه مرتباً یافت می‌شود. پدر یا مادری که نگران است پسرش چگونه توپ را پرت می‌کند، معلمی که در اثر ناامیدی از سوءرفتار دانش‌آموزش او را نادیده می‌گیرد، مربی‌ای که سعی دارد با توهین و تحقیر به شاگردانش انگیزه دهد، هم‌کلاسی‌هایی که به‌سرعت پسر را «هم‌جنس‌گرا» صدا می‌زنند. اثر نهایی این رفتارها است که شیوهٔ تفکر هر پسر را درمورد خودش

دچار مشکل می‌کنند. پسران از همان ابتدا - بر طبق گفتهٔ چو در پنج‌سالگی - یاد می‌گیرند که باید به شیوه‌های مشخصی لباس بپوشند، صحبت کنند یا با فرمان‌های منفی روبه‌رو شوند.

ازآنجاکه خجالت معمولاً از سوی نزدیک‌ترین افراد زندگی به پسر تحمیل می‌شود، او قادر نیست نقدِ بی‌امان بر آنها روا دارد. منفی‌گرایی به تصویر هر فرد از خود نفوذ می‌کند؛ بنابراین پسران می‌آموزند شک و تردیدِ خود را برای خودشان نگاه‌دارند.

همان‌طور که کروگمان توضیح می‌دهد: «خجالت با تسلیم‌شدن پسر افزایش می‌یابد و او شخصیتِ ذهنی‌اش را پنهان می‌کند.» یک نتیجه این است که احساساتِ پسران بسیار مخفی هستند و حتی نزدیک‌ترین‌هایشان هم از آنها بی‌خبرند. یادگیریِ عمل‌کردن در عینِ وجود شک و تردیدِ خود، آن‌قدر خودکار انجام می‌گیرد که تا حد زیادی ناخودآگاه می‌شود.

اما اجتناب تنها همین‌قدر پیش می‌رود. احساس خجالت گاهی‌اوقات گریزناپذیر است. یک نمونه در این مورد، جاش[۱۰۲] بود؛ یک پسرِ سیزده‌سالهٔ بسیار آگاه و حساس، با اختلال کم‌توجهی که موجب شده بود خیلی چیزها ازجمله عملکردش در مدرسه و زندگی اجتماعی‌اش دچارِ مشکل شوند. او به اینکه همیشه در کلاس بدترین باشد عادت کرده بود و به اینکه هشدارهای مکرری به‌خاطر رفتارِ بی‌قرارش از معلمانِ خود دریافت کند. او همچنین متوجه شد مدیریتِ کشمکش‌هایی که با هم‌کلاسی‌هایش دارد برایش کار مشکلی است. او که احساسِ آسیب‌پذیری و خجالت داشت، برای دیگر پسرانی که به‌دنبال سرگرمی بودند یا می‌خواستند خودنمایی کنند، به هدفِ آسانی تبدیل شده بود. سرخوردگی‌های ناخوشایندش عاقبت فوران کردند، که البته این

کار همه‌چیز را برای او نزد معلمان و هم‌کلاسی‌هایش بدتر کرد. دغدغه‌های پدرومادرش بیشتر شدند و درنهایت جلسه‌ای برای ملاقاتِ من با جاش ترتیب دادند.

از ابتدا متوجه شدم در خانوادهٔ سنتیِ آنان، پدرِ جاش که بیشتر روز را بیرون از خانه سپری می‌کند، نقشِ صلح‌طلب را بر عهده دارد، درحالی‌که مادرش مسئولیتِ انضباط‌دهنده را داراست. در دفترِ من، پدر قادر بود با لحنی تسکین‌دهنده با پسرش صحبت کند؛ اگرچه، مادر که مملو از آزردگی و ناامیدی بود، قادر نبود به‌خوبی پسرش را تسکین دهد و با مهربانی با او صحبت کند. والدین نه‌تنها نگرانِ مشکلات جاش در مدرسه بودند، بلکه کج‌خلقی‌های او را با مادرش نیز زیر نظر داشتند. به‌رغم اینکه موقعیت بسیار مشکل شده بود، این نوجوان ارتباطِ عمیقی با والدین خود داشت و هنوز برایش مهم بود آنها چه نظری درموردش دارند. بیش از همه، دوست داشت مادرش او را تأیید کرده و پدرومادرش را هم سربلند کند.

همان‌طور که من و او به بررسیِ بدرفتاری و افت‌های ناگهانی‌اش پرداختیم، مشخص شد این معضلات زمانی رخ می‌دهند که او به نقطهٔ ناامیدی می‌رسد و احساس می‌کند هر کاری که انجام دهد، بازهم مادرش از او خشنود نخواهد بود. در واکنش به تنش‌هایی که در کنارِ مادرش احساس می‌کرد، یا خود را کنار می‌کشید یا عصبانی می‌شد. او آموخت خود را در یک رمانِ عکس‌دار یا بازی ویدئویی دفن کند و با کله‌شقی، در برابر تلاش‌های دیگران برای شرکت‌دادن او در کارهای مفیدتر بایستد. والدینش سکوتِ او را مقاومتی خودخواسته می‌پنداشتند و تنبیهاتی همچون محدودکردن لوازمِ الکترونیکی برایش در نظر می‌گرفتند که او را از برقراریِ ارتباط با همان چند دوستی که داشت، در رسانه‌های اجتماعی بازمی‌داشت. ارتباط آنها با جاش هر روز بدتر و بدتر

می‌شد.

به‌محض اینکه به من نشان داد چقدر خانواده‌اش را دوست دارد و به انتظاراتی که از او دارند اهمیت می‌دهد، او را وادار کردم که پدرومادرش را نیز در جریانِ راز خود بگذارد. با کمی صبر و حوصلهٔ پدرومادر، او بالاخره توانست به آنها بگوید دلیلش برای دوری‌کردن و سکوت، احساسِ خجالت بوده است. من به والدینش کمک کردم متوجه شوند آنچه او بدان نیاز دارد، مقصر پنداشته‌شدن نیست، بلکه قوت قلب‌دادن است؛ اینکه بداند هر اشتباهی هم که مرتکب شود یا هر مشکلی بر سر راهش قرار گیرد، خوبی‌هایش از وجودش نخواهند رفت. آنها برایش روشن کرده بودند که اگر اشتباهی مرتکب شود، پدرومادرش را از دست نخواهد داد.

نهایتاً، خجالت باید حل‌وفصل شود یا اینکه بر روابطِ یک پسر حکم‌فرما خواهد شد، با خودش و دیگران. اما استراتژی‌های سالم و ناسالمی برای مدیریتِ خجالت و شرم وجود دارند. پنهان‌کردن ترس‌ها و تزلزل‌ها به شرم قدرت می‌بخشند، گرچه پنهان‌شدن ممکن است به‌نظر تنها کارِ ممکن برسد. اما زمانی‌که یک پسر شناخته شده و پذیرفته شود، می‌تواند یاد بگیرد که خود را به‌عنوان فردی ناتمام و ناقص بپذیرد. می‌تواند خود را به شکلی مستقل از استانداردِ مردانگی ببیند و حتی نقدی رهاکننده از هنجارهای جامعه ارائه کند. می‌تواند با آسیب‌پذیری‌های خود روبه‌رو شود و از کسانی که او را عزیز می‌دارند آرامش بگیرد، حال هر چقدر هم که اشتباه کند یا در رفتارش نقص داشته باشد.

دِرِک[illegible] پسری باهوش و خجالتی از دلِ شهر بود که موفق شده بود از یک مدرسهٔ خصوصی در حومهٔ شهر بورس تحصیلی بگیرد. او که باادب و فعال، گرم و بااستعداد بود، به‌دلیل کم‌رویی همیشه به دور از جمعیت ایستاده بود و

به بهای درلحظه‌بودن، از آنچه در اطرافش رخ می‌داد بهره می‌گرفت. همه دِرِک را دوست داشتند و او دوستان زیادی داشت، اما روابطش کمی سطحی بودند. او بسیار خوش‌مشرب بود و معمولاً در لیستِ مهمانان مهمانی‌ها قرار می‌گرفت، اما زمانی‌که به مهمانی می‌رفت چندان موردتوجه قرار نمی‌گرفت.

سرانجام، مربیِ دوومیدانی‌اش که متوجه تردید او شده بود و باور داشت او بیشتر از اینها توانمند است، یک روز او را کنار کشید و از اوضاع و احوالش سؤال کرد. دِرِک با گفتن اینکه می‌داند دارد خودش را قایم می‌کند به سؤال مربی صادقانه پاسخ داد. او توضیح داد زمانی‌که برای اولین‌بار یاد گرفته بود «چیزی را بروز ندهد»، چه دورانی بوده است. مشخص شد پدرش که تمام عمر با تحصیلاتِ پایین و بیکاری می‌جنگیده، دچارِ مشکلات عصبی شده و دِرِک همواره شاهدِ بحث‌وجدل‌های خشونت‌آمیزی میان والدین خود بوده است. یک بار، بعداز اینکه پدرش بیرون رفته بود و او و برادرش خوابیده بودند، دِرِک با هراس و در اثر شنیدن صدای مشاجره و فریاد بیدار شده بود. سرانجام، صدای کوبیده‌شدن قدم‌های پدرش در حال آمدن به طبقهٔ بالا را شنیده بود که فریاد می‌زد به‌زودی بچه‌ها را برمی‌دارد و از این خانه می‌رود. همان‌طور که پدرش با تمامِ قدرت وارد اتاق شد، مادرشان هم به او رسید و سعی داشت جلویش را بگیرد. پدر او را کنار زده و از پله‌ها به پایین هل داده بود. افتادنِ مادرش بالاخره پدر را سر عقل آورده و از خانه بیرون زده و دیگر هرگز برنگشته بود.

دِرِک و مادرش بعداز این اتفاق به زندگیِ خود ادامه دادند؛ اما او شوکه شده و احساساتِ متضادش او را بسیار سردرگم کرده بودند. همان‌طور که اغلب برای کودکان اتفاق می‌افتد، او از اینکه نتوانسته بود پدرش را متوقف کرده و از آسیب‌دیدن مادرش جلوگیری کند، احساسِ بدی داشت. او خود را مقصر

می‌دانست که تا این حد ترس بر او غلبه کرده و هیچ کاری انجام نداده بود. پس تصمیم گرفت به هیچ‌کس نگوید چه اتفاقی برایش رخ داده است و به‌محض اینکه بروزندادن مسائل برایش عادت شد، این خصیصه در عمقِ وجودش ریشه دواند. او به مربی توضیح داد که «ترحمِ» هیچ‌کس را نمی‌خواهد. در مدرسهٔ جدیدش خانواده‌هایی که از شهر آمده بودند در میان دوستان و هم‌تیمی‌های دیگرش به‌وفور دیده می‌شدند.

دِرِک که از گفتن این داستان برای یک نفر خیالش راحت شده بود، آمادهٔ بیانِ این موضوع بود که شرم چطور مانع از بروز احساسات در او می‌شده است. او و مربی‌اش باهم فکری کردند. مربی از او خواست خود را کاملاً متعهد کند: «حتی اگر به دیوار برخورد کردی هم نباید احساساتت را در درونت نگاه‌داری.» در طول تمرین، مربی بر سرش فریاد می‌کشید تا به بخش‌های عمیق‌تری از وجودش دست پیدا کند. سرانجام در یک روز خسته‌کننده، دِرِک در خط پایان و در طغیانی از اشک و خشم درهم شکست. تمام ناراحتی و ناامیدی‌اش را از اینکه این موضوع چطور او را محدود کرده بود بیرون ریخت. مربی کنارش روی زمین نشست و فقط به احساساتش گوش سپرد و به او گفت همه‌چیز درست می‌شود.

ترکیبی از صداقتِ درک و غریزهٔ مربی، او را قادر ساخت پیشرفتِ غیرمنتظره‌ای داشته باشد. هر دو آنها خودداری احساسی را که مانع از دست‌یابی به تمام پتانسیلِ او به‌عنوان یک دونده می‌شد، درک کردند. اینکه فرد مجبور باشد قلب و احساسش را سانسور کرده و مدام خود را زیرورو کند، به سرزندگی و نشاط هر پسربچه‌ای آسیب می‌زند.

احساس شرمساری موجب می‌شود پسربچه خود را منزوی کند تا

خودانتقادی‌اش از روی اضطراب را تسکین دهد. الگوی انزوای مردان از همان کودکی شکل می‌گیرد؛ برای مثال، زمانی‌که پسربچه این پیام‌ها را دریافت می‌کند که باید سرسخت، مستقل و خودکفا باشد، احساساتِ معمولِ نیاز به نزدیک‌بودن به مادرش، مورد ظن و شک قرار می‌گیرند. بر طبق گفتهٔ ویلیام پولاک: «این فرایند دردناکِ جدایی که به سبب آن بسیاری از پسران کم‌سن‌وسال براثر شرم خود را بیش از آنچه می‌خواهند از مادرشان دور می‌کنند و بعدها تنها تاحدی از سوی پدرشان پرورش داده می‌شوند، در زندگیِ احساسیِ پسر اختلالی ویرانگر است. مادران پسرها در تمام دنیا از سنی که پسرانشان از بغل‌کردن آنها جلوی دیگران شرم‌زده می‌شوند و می‌ترسند دیگران آنها را "بچه‌ننه" یا "نی‌نی‌کوچولو" بنامند، بسیار دلگیرند.»

بسته به اینکه این پیام‌ها تا چه حد همراه با خشونت هستند، یک پسر ممکن است حالت دفاعی به خود بگیرد تا احساساتِ شرم‌آور وابستگی و اشتیاقش را پنهان کند. یک استراتژیِ رایج، انکارِ تمامی تمایلات است - «من به هیچ‌کس احتیاج ندارم» - یا روی‌آوردن به برقراریِ ارتباط دوستانه با مردان دیگر و رفتارهای مردانه به‌جهت نمایش نزدیکی و ارتباط با آنها. برای برخی از پسران، قطع ارتباط با دیگران موجب تشدید عصبانیت و خشم می‌شود. آنها هرچه بیشتر از پذیرفته‌شدن از جانب دیگران منع می‌شوند، بیشتر احتمال دارد به تنها خروجیِ عاطفی ممکن روی آورند.

پسرانِ خشمگین

عصبانیت نمونهٔ خاصی از این موضوع است که چطور قوانینِ احساسی برای مردان و زنان تفاوت دارند. از دختران انتظار می‌رود خشمشان را درون خود بریزند - مهربان و خوش‌برخورد باشند - اما پسران معمولاً اجازه دارند عصبانیتشان را نشان دهند؛ درنتیجه، پسران بیشتر در معرضِ خشونت و تخاصم قرار می‌گیرند و بیشتر احتمال دارد به دزدی یا دیگر اقدامات ضداجتماعی روی آورند. این قوانینِ احساسی، موجب ایجادِ معمایی در ذهن کسانی می‌شوند که به پسران اهمیت می‌دهند. مدت‌های مدید است که خشم تنها شیوهٔ مجازِ بیان احساسات برای پسران است - احساساتی از قبیل ترس، ناراحتی، ناامیدی و فقدان - پس پسران چطور می‌توانند هوش هیجانی خود را تقویت کنند؟ روان‌شناس دانشگاه پنسیلوانیا، استفنی شیلدز در کتابش به نام سخن‌گفتن از ته قلب: جنسیت و معنای اجتماعیِ احساسات[۸۴] می‌نویسد: «خشم پارادوکسی اساسی در کلیشه‌های زنانِ عاطفی/ مردانِ بی‌عاطفه است. کلیشه می‌گوید زنان باید احساساتی باشند، اما کلیشهٔ عصبانیت که احساسی اولیه است به مردان اشاره دارد.»

او همچنین می‌گوید عصبانیت زمانی اوج می‌گیرد که «باور کنیم از چیزی که باور داریم حق ما بوده محروم شده‌ایم». برخلافِ ناراحتی، عصبانیت یک احساسِ عملی است. فردِ خشمگین در خود حامل این انگیزه است که بی‌عدالتی را اصلاح کند و به‌نظرش استفاده از خشونت و قدرت در این راه توجیه‌شده است. افرادی که ارشدیت بیشتری دارند، بیشتر ممکن است عصبانیت را تجربه کنند، اما آنان که در موقعیت‌های سطح پایین‌تر هستند بیشتر احتمال دارد فقدان را با ناراحتی یا گناه منطبق سازند.

عصبانیت، هم به‌عنوان یک خصیصه و هم یک حالتِ روحی شناخته می‌شود و برخی از افراد بیش از دیگران مستعدِ واکنش‌های همراه با عصبانیت هستند؛ برای مثال، پسرانی که مدام در زمان تمرینِ یک مهارت یا ورزش عصبانی می‌شوند، سرخوردگیِ آنان سرریز می‌شود، یا مرد جوانی که همه با سلام‌وصلوات از کنارش رد می‌شوند چون از انفجارهای عصبی‌اش می‌ترسند. والدینِ دیوید مشکلشان با او هرچیزی که بود - تماس‌هایی که ازطرفِ مدرسه درمورد رفتار او گرفته می‌شدند، نمره‌هایش که روبه‌افول بودند، دعواهایی که با خواهرش می‌کرد، تخلفات در زمانِ رفت‌وآمد به خانه و توافق‌های مربوط به استفاده از اینترنت - این مشکلات به شکلِ اجتناب‌ناپذیری منجر به از ریل خارج‌شدن دیوید شدند. سرخوردگی و ناامیدیِ دیوید بنا به پیش‌بینی‌ها سرریز شد. ازطرف‌دیگر، عصبانیت چَد[۸۷]، تنها در واکنش به پسری که حرف‌هایش از خط‌قرمزها گذشته بودند طغیان می‌کرد. این دو شیوهٔ ابرازِ خشم در میان پسران، دلایل مختلفی دارند: آزادی در بیان خشم زمانی‌که جفایی در حقشان انجام می‌گیرد و نوعی محق‌دانستن خود نسبت به مقولهٔ خشم.

مگان بولر[۸۸]، نویسندهٔ مشهور و استاد دانشگاه تورنتو، نیز دو نوعِ مختلف از خشم را - اخلاقی و دفاعی - بسته به واکنشی که در هر موقعیت بروز داده می‌شود به‌رسمیت شناخته است. زمانی‌که پسری باور می‌کند قربانیِ ناعدالتی شده، نوعی احساسِ خشم از غیظِ اخلاقی و عدالت‌خواهی در او برانگیخته می‌شود؛ اما زمانی‌که یک پسر احساس کند تهدید شده است، واکنش‌های پر از خشمش بیشتر با ترس در ارتباط هستند. اخیراً مردِ جوانی را دیدم که به‌راحتی نمی‌توانست با پدرش ارتباط برقرار کند و در زمانِ جروبحث به نقطه‌ای از عصبانیت می‌رسید که ازنظر فیزیکی عصبی شده و به شکل کنترل‌ناپذیری شروع به لرزیدن می‌کرد. به‌راحتی می‌شد دید احساساتِ برانگیخته‌شده در

وجودش از سوی پدرش چطور کنترل نفس را در او دستخوش تغییر می‌کردند. بولر می‌گوید: «به‌نظر دو ویژگیِ اصلی زیربنای خشم دفاعی هستند: ترس در واکنش به تغییر و ترس از فقدان. در بیشتر ترس‌ها، اینکه عصبانی شویم راحت‌تر از آن است که در وجودمان آسیب‌پذیری‌هایمان را احساس کنیم.»

روان‌شناس، مایکل کیمل[۸۹]، در کتاب خود در سال ۲۰۱۷ با نام مردان سفید خشمگین: مردانگی آمریکایی در پایان یک عصر[۹۰] می‌نویسد که پدیدهٔ تاریخیِ محق‌بودن مردان، قدمت زیادی دارد. برخی از مردان به سببِ رویارویی با برابری جنسیتی و نژادیِ بیشتر، از خود احساساتِ "محق‌بودن با آزردگی" را نشان می‌دهند، چراکه فکر می‌کنند فرصت‌هایشان تقلیل یافته‌اند. به‌جای صحه‌گذاشتن بر ترس و فقدان، این مردان عدالت‌خواهی و خشم را از خود بروز می‌دهند، چراکه معتقدند آنچه متعلق به "آنان" بوده از آنها گرفته شده است. من شاهدِ واکنش‌های مشابهی از سوی پسرانی بوده‌ام که در تیم‌های فوتبالِ پسرم حذف می‌شدند یا مجبور به نیمکت‌نشینی بودند. آنها - و گاهی والدینشان - به‌جای اینکه اشتباه خود را بپذیرند، غالباً از مربیانی شکایت می‌کنند که فرصت بازی را از آنها گرفته‌اند.

محاسباتِ خطر معمولاً بر میزان ابرازِ خشم پسران حکم‌فرما هستند: «آیا به دردسر خواهم افتاد؟»، «آیا جرئت دارم با عواقبِ این کار روبه‌رو شوم؟». شکافِ جنسیتی بزرگ در بدرفتاری در مدرسه گواهی بر این موضوع است که پسران چقدر راحت‌تر می‌توانند خشم خود را بروز دهند. سرپیچی و مخالفتِ عمدی، همچنان رفتارهای دانش‌آموزانِ مذکرِ خشمگین و سرسخت را تشکیل می‌دهند. دانشمندان متوجه شده‌اند که در خانواده‌ها، پسران برای موضوعاتِ مشابه، سخت‌تر از دختران بازخواست می‌شوند.

داستانی که از یکی از پسرانم در محل کار شنیدم نشان می‌دهد که چگونه عصبانیت و سوءرفتار باهم در ارتباط هستند. لارنس[۹۱] از دانش‌آموزانِ مقطع راهنمایی و تقریباً همیشه گرسنه بود. او که مسئولیتِ بسته‌بندی ناهار خود، ازجمله برداشتن ساندویچ از داخل فریزر را بر عهده داشت، یک روز صبح فراموش کرد و زمانی‌که به کافه‌تریا رسید متوجه شد جعبهٔ ناهارش خالی است. او پولی نداشت و دوستانش هم دیگر حاضر به قرض‌دادن به او نبودند، پس موجی از خشم نسبت به مادرش در وجودش شکل گرفت و انگیزه‌ای ناگهانی را برای خراب‌کاری در وجودش برانگیخت. هرطور که بود وارد صفِ کافه‌تریا شد، غذایی را که دوست داشت برداشت و پیش‌از اینکه به صندوق‌دار برسد از صف خارج شد. تنها زمانی‌که به‌دلیل دزدی دستگیر و معلق شد و با مادرش صحبت کرد و از سوی او تنبیه شد، متوجه شد ناامیدی چطور قضاوت او را تحت‌الشعاع قرار داده بود.

عصبانیتِ پسران و بدرفتاری‌ای که به‌دنبال آن می‌آید معمولاً همه را گیج می‌کند. به مدت چند نسل، همه فکر می‌کردند هورمون‌ها عامل اصلی تفاوت‌های احساسی و رفتاری میان دختران و پسران هستند، گرچه تحقیقات هرگز از این دیدگاه پشتیبانی نکردند. پسران بدین‌خاطر احساسات خصمانه از خود بروز می‌دهند که می‌توانند، و بدین‌خاطر که بروزِ احساسات دیگر کار مشکل‌تری است. بسیاری از پسران زمانی‌که احساس می‌کنند نمی‌توانند کاری را که واقعاً دوست دارند انجام دهند، دعوا می‌کنند: از موقعیت می‌گریزند یا ازنظر احساسی درهم می‌شکنند.

یک روز صبح به هنگام انجام کار در دادگاه خانواده، یکی از ضابطین مرا به زیرزمین فراخواند. همان‌طور که داخل آسانسور بودیم، او توضیح داد من باید با موکلم صحبت کنم. زمانی‌که درِ آسانسور گشوده شد، در یک سلولِ تکی در

وسط اتاق موکلم، نایلز، با ترشرویی و صورتی زخمی و کبود نشسته بود. پسری حساس و شیرین با استعدادِ هنری که با من جلسه‌های هفتگی داشت، به مردی خشمگین و سرسخت تبدیل شده بود که اصلاً ارتباطِ ما را به‌رسمیت نمی‌شناخت. او درحالی‌که برای جلسه‌های هفتگی به نزد من می‌آمد، پس‌از شروع‌کردن دعوایی با پسرهای گروه رقیب در لابی تسلیم شده و در میانهٔ نزاع، نانچیکوی خود را که در شلوارش چپانده بود بیرون آورده بود.

من با خود اندیشیدم چرا نایلز زیرِ بینیِ سیستم قضایی که قرار بود سرنوشتش را تعیین کند دست به خشونت زده است؟ واکنش او به دیگر پسران بیش از آنکه عقلانی باشد غریزی بود؛ او کاری را انجام داده بود که فکر می‌کرد باید انجام دهد. او که در گوشه‌ای کز کرده و از عواقبِ کارش ناآگاه بود، احساسِ خشم را نسبت به احساساتِ دشوارتر یعنی ترس و شرم برگزیده بود. خشم واکنشی بود که او واقعاً می‌توانست ابرازش کند.

آنچه روان‌شناسان کودک، دَن کیندلون[۹۶] و مایکل تامپسون[۹۷] «فرهنگِ خشونت» می‌نامند، باعث می‌شود تمامی مردان تمرین زیادی درزمینهٔ ایستادن در برابر قلدرها و دفاع از خود در برابر تحقیرِ عمومی داشته باشند. احساساتی که پسران اغلب از خود بروز می‌دهند معمولاً احساسی را که در درون دارند، بد نشان می‌دهند. اضطراب و عدم اطمینان، شرم و تحقیر، افکارِ شخصیِ بسیاری از پسران را تسخیر می‌کنند. در عرصهٔ عمومی، قوانینِ احساسی پسران را ملزم می‌دارند هرگز از ترس‌های خود عقب‌نشینی نکنند.

والدین در نقش مشاورانی برای فرزندان خود

رشد هیجانی مشکل بسیار مهمی در پسران است. به‌طور سنتی، تفاوت‌های جنسیتی در پیامدهای احساسی در نتیجهٔ تفاوت‌های بیولوژیکی توجیه می‌شوند، اما تفاوت‌هایی که می‌توان در رفتار احساسی پسران و دختران مشاهده کرد، احتمالاً نتیجهٔ تجربیاتِ احساسی‌ای هستند که قوانینِ مبتنی بر جنسیت بر آنها حکم‌فرما هستند. تحقیقات تأیید می‌کنند که پشتِ نقاب‌های پسران قلبی تپنده و پراحساس وجود دارد. به‌تنهایی، تعدادِ کمی از آنها قادرند با هنجارهای قدرتمند اجتماعی که محصورشان می‌کنند مقابله کنند.

والدین و سرپرستان اولین قهرمانانِ پسرها هستند، «اولین واکنشگران» و رازدارانِ ناراحتی‌هایشان. اینکه آزردگی و ناراحتیِ خود را با سرپرستمان مطرح کنیم و به‌دنبال آسودگی و درک‌شدن باشیم، کاملاً غریزی است و از نوزادی آغاز می‌شود؛ از همان زمان که احساسِ گرسنگی، سرما یا تنهایی می‌کنیم. با گذر زمان و رشد و افزایشِ سن این احساسات گسترش می‌یابند. اینکه پدرومادر مشاور فرزند خود باشند بخشی از شرح وظایفشان است. چطور می‌توانیم این نقش را به بهترین شکل برای پسرانِ خود ایفا کنیم؟

اول از همه، باید بفهمیم اوضاع چطور منحرف می‌شود. گرچه یک پسر ممکن است در مدیریتِ احساساتی که بیانشان دشوار است به کمک نیاز داشته باشد، اما در اکثر موارد هیچ کمکی دریافت نمی‌کند. واکنش‌های والدین که گاهی ناخودآگاه هستند، موجب محدودکردنِ توجه، شفقت و آسان‌گیریِ آنان می‌شوند. بعضی موضوعات برای صحبت‌کردن مشکل‌تر هستند. والدین ممکن است در ردشدن از مرزها کمی تعلل کنند و وارد موضوعاتِ شخصیِ فرزندشان

شوند. پسرانی که در قالبِ مردانگیِ سنتی جای نمی‌گیرند، ممکن است تعاملاتِ بسیار کمی داشته باشند که با ناراحتی خودِ والدین همراه نشوند. چنین دغدغه‌هایی همچنین می‌توانند والدین را متمایل کنند تا پسرشان را ترغیب کنند رفتار مردانه‌تری داشته باشند. به شیوه‌های مختلف، تنش‌ها ممکن است با توانایی آنها برای گوش‌دادن تداخل داشته باشند.

کوری[۱۲] و مادرش پس‌از اینکه مادر دیگر قادر به تحمل نبود، به دیدن من آمدند. پسرش که کلاسِ دهم بود، در کلاس‌هایش مشکل داشت و نتایجِ خیلی ضعیفی می‌گرفت. زمانی‌که تنها با او ملاقات کردم متوجه شدم عدم انگیزه و عملکرد ضعیفش با این واقعیت در ارتباط است که کوری تقریباً هر روز مواد مصرف می‌کند؛ این راهی بود که برای سروکله‌زدن با خانواده‌اش که سال‌ها بعداز رفتنِ پدرش هنوز در حال تلاش برای بقا بود در پیش گرفته بود. مادرش این موضوع را که همسرش رهایش کرده است هنوز هضم نکرده بود و به‌جز شغلش و کارهای روزمرهٔ خانه، توانایی دیگری نداشت. کوری از او مراقبت می‌کرد و دلواپسش بود. مصرفِ مواد به راهی تبدیل شده بود تا خشمش را نسبت به پدرش و نگرانی‌اش را برای مادرش کنترل کند.

کوری پس‌از جداشدن پدرومادر و فروپاشیِ زندگیِ خانوادگی‌اش، تصمیم گرفت تنها به خودش وابستگی داشته باشد. او برایم توضیح داد که دوست ندارد به بارهایی که بر دوشِ مادرش هستند چیزی اضافه کند. او نه‌فقط پدرش بلکه مادرش را هم از دست داده بود و هیچ‌کس نبود که در اضطراب‌ها کمکش کند.

به‌نحوی توانسته بود از مادرش بخواهد کسی را پیدا کند که قادر باشد حرف‌هایش را به او بزند. همان‌طور که کوری توضیح می‌داد چطور سعی

داشته با پنهان‌کردنِ همه‌چیز از مادرش به او کمک کند، من به کوری گفتم کمک به مادرش برای انجام وظایف مادرانه همان کمکی است که باید انجام دهد. کوری با بی‌میلی به داشتنِ جلسه‌ای مشترک موافقت کرد تا مادرش را نیز از احساساتِ خود آگاه کند. در آن جلسه، من با مادرش در این مورد صحبت کردم که وقتی همسر و شریکِ زندگی‌اش او را ترک کرده احتمالاً چقدر اوضاع برایش مشکل بوده است، اما هر روز قوی‌تر از دیروز می‌شود. او را ترغیب کردم به پسرش بگوید اکنون قوی‌تر از هر زمان دیگری است و عاشقِ حمایت از پسرش است و دوست دارد دوباره پسرش به زندگیِ قبلش بازگردد. من به کوری کمک کردم توضیح دهد که چقدر احساسِ تنهایی و ترس می‌کرده است و به او آموزش دادم سرش را بر شانهٔ مادرش بگذارد و این واقعیت را هضم کند که مادرش قادر است وزن او را تحمل کند، که نیازش به مادرش باری بر دوش او نمی‌گذارد.

من از این موضوع بسیار متعجبم که چطور با بزرگ‌شدن پسرها و کلفت‌شدن صدا و بزرگ‌شدن عضله‌هایشان، والدین فراموش می‌کنند آنها هنوز هم به مراقبت و توجه نیاز دارند. این افسانه که مردان مسئولیتشان را خودشان بر دوش می‌کشند، به روابط والدین و پسرانشان نفوذ می‌کند. من معمولاً سعی می‌کنم چند جلسه را با پسرانِ جوان و والدینشان باهم برگزار کنم، چراکه راهنماییِ آنان در روابط اولیه بهترین درمانِ بلندمدتی است که می‌توانم به آنها پیشنهاد کنم. پسر را کمی هدایت می‌کنم تا نیازهای احساسیِ خود را جدی بگیرد و با والدینش روراست باشد. درعین‌حال، به مادران و پدران یادآوری می‌کنم که آنها هنوز هم باید نقش‌های مهمی را بازی کنند، گرچه حل‌کردن مشکلات او کارِ پدرومادرش نیست، اما والدین می‌توانند با گوش‌دادن و دادن شانسی به پسران برای کنارآمدن با احساسات خود، به آنها کمک کنند.

صبور باشید و اعتمادِ خود را حفظ کنید

مهم‌ترین مشخصه‌هایی که شنونده‌های پسران باید داشته باشند صبر و اعتماد هستند. به دلایلِ بسیار، اکثر پسران مجبور شده‌اند از همان کودکی مرد باشند و خود را آموزش دهند تا احساساتِ ناراحت‌کننده یا نامطمئن را نزدِ خود نگاه‌دارند و تنها به خشمشان اجازهٔ بروز بدهند. معکوس‌کردن شیوهٔ همیشگی و بازکردن سفرهٔ دل، گرچه درنهایت آسودگیِ بسیاری را به‌همراه دارد، در ابتدا به‌نظر تهدیدآمیز و بیگانه می‌رسد. برخی از پسران ممکن است احساس کنند پسرفت کرده و وابستگی بیشتری به والدینشان پیدا کرده‌اند و به‌نحوی مردانگی‌شان در خطر است. والدین نمی‌توانند پسران را از این‌گونه نگرانی‌ها برهانند؛ خود پسر است که باید دودوتاچهارتا کند و متوجه شود که قوی‌تر از اینهاست و زمانی‌که کمتر تنهاست مقاومتِ بیشتری دارد.

همان‌طور که با نگرانی، ناامنی و تنهایی که درنهایت با سرکوبِ بخشِ احساسیِ وجودش همراه خواهد بود دست‌وپنجه نرم می‌کند، هر پسر ممکن است ناراحتیِ خود را به پدر یا مادرش که سعی دارند با او ارتباط برقرار کنند انتقال دهد، چراکه احساس می‌کند پدرومادرش می‌گویند او در حالِ انجامِ کاری اشتباه است. همان عملِ ارتباط برقرارکردن با پسری که پشتِ ماسک خود را پنهان کرده است، او را دعوت می‌کند تا نشان دهد که واقعاً چه احساسی دارد. ممکن است همان‌طور که ناراحتیِ پسر آشکار می‌شود، والدین احساساتِ ناخوشایندِ بسیاری را تجربه کنند. نکته همین است: والدین که از خود به‌عنوان طعمه استفاده می‌کنند، در اغواکردن پسر برای رابطه‌ای صادقانه موفق می‌شوند.

آنچه درنهایت کار را مشکل می‌کند درکِ گفته‌های پسر یا نحوهٔ رفتارش نیست. بسیاری از والدین ظرفیتِ بسیار محدودی در برخورد با بی‌احترامی یا طردشدگی دارند، به‌خصوص زمانی‌که همان اول قرار است محدودهٔ آسایشِ خود را ترک کنند؛ اما من از والدینی که دلسرد یا ناراضی می‌شوند درخواست می‌کنم درمورد موقعیت فکر کنند: آیا واقعاً به یک کودکِ عصبی نیاز دارند تا کنترل نفس را تمرین کرده و افکار آشفتهٔ خود را سانسور کند؟ آیا واقعاً باید از کودک انتظار داشت آن‌قدر درمورد احساساتِ خامش دانش داشته باشد که بتواند آنها را کنترل کرده و با مدارا درموردشان صحبت کند؟

مأیوس‌نشدن، آرام‌ماندن و حتی لبخندزدن با مهربانی و شکیبایی درحالی‌که پسربچه آنها را به باد انتقاد گرفته، مقصر دانسته و طرد می‌کند، موجب می‌شود که او بداند والدینش می‌توانند واقعیتِ احساساتش را مدیریت کنند. میزانِ اضطراب در پسران که پشتِ نقابی خود را پنهان می‌کنند، معمولاً بیشتر از چیزی است که والدین فکرش را می‌کنند. آنها با دوری‌کردن از دیگران به‌نوعی ترس خود را از انجام کارهای به‌ظاهر غیرممکن پنهان می‌کنند. این وظیفهٔ والدین است که به فرزندانشان بفهمانند تنها نیستند و می‌توانند از پسِ زندگیِ خود برآیند (باوجود نگرانی‌هایشان).

سرمایهٔ رابطه‌ای ایجاد کنید

والدین زمانی‌که تصمیم به گوش‌کردن می‌گیرند، ممکن است متوجه شوند که زمان‌بندی‌شان مشکل دارد. فرزندشان در موقعیتی نیست که رازهای خود را با آنان در میان بگذارد که درنهایت سبب دلسردشدن آنها می‌شود. هیچ سؤالی به‌نظر درست جمله‌بندی نشده است و هیچ لحنی به‌نظر به‌اندازهٔ کافی آرام نمی‌رسد. گاهی‌اوقات ناراحتی‌های پسرها به شکل فشرده‌ای «مدیریت می‌شوند» و مشکلاتشان به‌نظر فراتر از کمک و درکِ والدینشان هستند، گویی بهترین کاری که از دستشان برمی‌آید این است که خود را از دیگران دور کنند و دوباره بیندیشند، درحالی‌که اصلاً آزردگیِ خود را پنهان نمی‌کنند.

علاوه‌بر اجتناب از سرفصل‌هایی که احساس می‌کنند والدینشان با آنها مشکل دارند، درعوض ترجیح می‌دهند با دوستان یا شرکایِ احساسیِ خود صحبت کرده یا اینکه احساساتِ خود را مخفی کنند و غالباً پیش‌از اینکه پسرها دعوتِ والدینِ خود را برای سخن‌گفتن اجابت کنند، موانعِ بسیاری وجود دارند. داشتنِ بنیانی از لذت و خشنودی در ارتباط با پسرانِ خود که با گذراندن وقت و همراه‌شدن با آنان حاصل می‌شود، اهمیت بسیاری دارد. پسران زمانی‌که با احساساتِ مشکل‌تر روبه‌رو می‌شوند این خودداری را نادیده می‌گیرند.

گاهی‌اوقات پسران می‌توانند درمورد نیاز به سخن‌گفتن صریح باشند؛ دیگر اوقات تنها پهلوبه‌پهلوی والدین خود حرکت می‌کنند و امید دارند که موردتوجه قرار گیرند. تحتِ شرایط ایدئال، والدین به‌سادگی از پسرانِ خود پیروی می‌کنند. سؤالی نامشخص و نامحدود همچون «اوضاع چطور است؟» یا «دیشب خوش گذشت؟» نشان از تمایلِ آنان به گوش‌دادن دارد؛ اما والدین نباید درصورتی‌که

پسرشان پاسخی ندهد ناامید شوند؛ زیرا ممکن است عوامل دیگری سخن‌گفتن او را محدود کرده باشند و فشارآوردنِ بیش از حد نتیجهٔ عکس بدهد. گاهی‌اوقات پسر به‌خاطرِ اصرار و پافشاریِ والدینِ خود قدردان است، اما گاهی‌اوقات دخالت‌نکردن در حریم او موجب افزایشِ حسِ اعتمادش می‌شود. زمانی‌که پسرِ کم‌سخن بالاخره زبان می‌گشاید، بیشتر احساس خواهد کرد مسئولیتِ خود را بر عهده دارد و از ارتباطش با پدرومادر دلگرم می‌شود.

برای بسیاری از والدینِ پسرانِ نوجوان، «نیاز به دانستن» بیش از اینکه ناشی از ضرورت باشد، ناشی از اضطراب است؛ اما والدینی که رویکردِ مدیرمانند را در برابر پسران خود اتخاذ می‌کنند، دارای این درک اشتباه هستند که کیفیت ارتباط با پسر نسبت به عملکرد، ایمنی یا پیروی از قوانین، انتظارها و ارزش‌ها در درجهٔ دوم قرار دارد. پسرها معمولاً به یکی از این دو شکل به رویکردهای بالا واکنش نشان می‌دهند: برخی طغیان کرده و به شکل منفعلانه‌ای خود را از والدینشان جدا می‌کنند تا استقلال داشته باشند، درحالی‌که سایرین اصولِ تبادل را در رابطه درک می‌کنند و قادر به شکل‌دادن به زندگیِ خود نخواهند بود.

هر دو پسرِ من فوتبال بازی می‌کنند و از سن چهارسالگی به آن پرداخته و در دورانِ دبیرستان و حتی کالج همچنان آن را ادامه داده‌اند. در این مسیر، من و مادرشان نشسته بر صندلی‌های ورزشگاه‌های بی‌شمار، بارها شاهد بودیم که بسیاری از پسران تزلزل پیدا می‌کردند و قادر نبودند روی استعدادهایِ خود سرمایه‌گذاری کنند. درحالی‌که برخی به ورزش‌های دیگری علاقه‌مند بودند و اصلاً فوتبال را دوست نداشتند، بعضی هم بدین خاطر کناره‌گیری می‌کردند تا بر خواست پدرومادران فوتبالی خود غلبه کرده و پیروز شوند. نهایتاً، والدینشان نمی‌توانستند آنان را وادار به بازی‌کردن کنند و آنها با باختن در بازی، برنده

می‌شدند.

راهی بهتر از تلاش برای مدیریت یک پسر این است که به آنها جادویِ دوست‌داشته‌شدن، فهمیده‌شدن و شنیده‌شدن را بچشانیم. این رویکرد ممکن است اضطرابِ موجود در زیربنای انگیزهٔ ناگهانیِ والدین را برای کنترل و تسلط‌یافتن کاهش ندهد، اما شانسِ بیشتری برای ایجادِ ارتباطی صریح، به‌خصوص با پسرانِ نوجوان ایجاد می‌کند. گاهی‌اوقات در میان تجارب شغلی‌ام پسری را می‌بینم که به پدر یا مادرش همه‌چیز را می‌گوید. چراکه به‌یقین می‌داند، پشتِ ارتباطِ او این باور قرار دارد که پدر یا مادرش همیشه کنارش خواهند ماند؛ نه مسلط بر او و نه آمادهٔ دخالت شتابان و بدون فکر در امور او هر زمان که مشکلی پیش بیاید.

واکنش به خشم را مدیریت کنید

شاید بتوان گفت آنچه از مدیریتِ میلِ طبیعی پسران جهت اجتناب از درمیان‌گذاشتنِ مشکلات با والدین نیز چالش‌برانگیزتر است، نحوهٔ واکنش پدرومادر به عصبانیتِ پسرشان است. خشم یا دست‌کم بدخلقی، در پسران بسیار شایع است؛ در نوجوانی این تنها احساسی خواهد بود که آنها گمان می‌کنند باید از خودشان نشان دهند؛ اما مردانِ عصبانی ممکن است ترسناک باشند. در طول سال‌ها، پسرانِ بسیاری با دست‌های بانداژشده یا گچ‌گرفته‌شده در دفتر من حاضر شده‌اند، درحالی‌که چند سوراخِ بزرگ در دیوار اتاقشان به جا گذاشته‌اند. پسرهایی که محدود هستند و قادر به تخلیهٔ تنش‌های خود نیستند، گاهی‌اوقات به شکلی بی‌رویه عصبانی می‌شوند. عصبانیت یک پسر، به‌خصوص زمانی‌که به بلوغِ فیزیکی نزدیک می‌شود اما قادر به کنترلِ خود به شکلی بالغانه نیست، ممکن است مشکلاتی به‌همراه آورد. زمانی‌که والدین نیز با خشم یا ترس به عصبانیتِ فرزندشان پاسخ می‌دهند و سعی در کنترلِ او دارند، گویی بر روی آتشی مشتعل، گازوئیل می‌ریزند.

عصبانیت معمولاً اولین موجِ برون‌ریزیِ احساسی در هر پسر است؛ اولین انفجار از تمامِ انرژی دردناک وجودشان که بر احساساتی که بیانشان دشوار است، مقدم‌ترند. معمولاً اگر والدین با آرامش و اطمینان واکنش نشان دهند، فضا و امنیتِ کافی برای پسر فراهم می‌شود تا لایهٔ بالایی احساسات خود را کنکاش کند و به احساساتِ ملایم‌تر همچون ترس، شرم، ناامیدی و آزردگی در قلبش برسد. بسته به اینکه پسر چقدر مشکل دارد و تا چه حد آسیب دیده است، انفجارِ عصبانیت ممکن است بزرگ و پرسروصدا باشد. ممکن است هیچ‌گونه آگاهیِ عقلانی بر این خشم حاکم نباشد؛ اما چقدر متفاوت خواهد

بود زمانی‌که یک پسر جوان فضای کافی پیدا می‌کند تا نشان دهد چقدر احساس ناامیدی و سردرگمی دارد. ماهیچه‌های سفت و گرفته، آرام می‌شوند، نفس‌هایی عمیق و آسان جایگزینِ درد معده می‌شوند و به‌جای پاسخِ جنگ‌وگریز، راحتی، ارتباط و آگاهی را خواهیم داشت.

برای اینکه والدین به‌واقع مشاورانی برای پسرانِ عصبانی باشند، ممکن است لازم باشد تجربه‌های خود را از آسیب‌هایی که از مردانِ عصبانی در گذشته دیده‌اند بیان کنند. غالباً، ارتباطِ میان عصبانیت پسر آنها و آسیب‌هایی که در گذشته دیده‌اند به‌نوعی ناخودآگاه است. در چنین شرایطی، والدین شاهدِ آن هستند که احساساتِ قدرتمندی برای سرکوبِ فرزند خود یا اجتناب از او در وجودشان شکل گرفته است؛ اما زمانی‌که والدین با آسیب‌های حل‌نشده محدود شده‌اند و نمی‌توانند ازنظر احساسی در دسترسِ فرزند خود باشند، فرصت را از دست خواهند داد.

برای مثال، جان یک پسرِ دبیرستانی بود که خود را با مدرسه وفق داده بود و ازنظر موسیقایی بااستعداد بود و ازنظر اجتماعی خود را با محیط اطراف وفق داده بود. خانواده‌اش عاشقِ او بودند و تمام توجهشان را وقف او کرده بودند. درحالی‌که او هم به پدر و هم مادرش بسیار نزدیک بود و به آنها احترام می‌گذاشت، پدرِ پرمشغله‌اش تمامی مسائل مربوط به هر دو والدین را بر دوش مادر انداخته بود. جان و مادرش ارتباطِ ویژه‌ای داشتند، تا اینکه او به نوجوانی رسید و شروع به آزمودنِ ظرفیتِ اخلاقی مادرش کرد. مادر و پسر هر دو به توصیهٔ مدیر مدرسه که شاهد بود جان سرگردان‌تر شده و هر روز تمرکز خود را بر مسئولیت‌هایش بیشتر از دست می‌دهد، به دیدن من آمدند. در ارزیابی‌های خود متوجه شدم گرچه مادر سیاست‌های محکمی درمورد استفاده از مصرف موادمخدر و رفتارهای جنسی داشته، اما تلاشش در این زمینه بیهوده بوده

است. جان یا دروغ می‌گفت یا از عشقِ مادر به خود محدودیت‌ها را دور می‌زد و درعین‌حال، بیشتروبیشتر در جهت‌های غیرعقلانی پیش می‌رفت. زمانی‌که مادر مقابلِ جان ایستاد، جان عصبانی و سردرگم شد و مادر نیز دلش به رحم آمد. زمانی‌که درمورد پیامِ سردرگم‌کننده‌ای که به پسرش می‌فرستد سؤال کردم، ناگهان دچار اضطرابِ شدیدی شد. دیگر قادر به کنترل‌کردن یا محدودکردن او نبود.

در طول زمان، آنچه درنهایت مشخص شد این بود که او پدری الکلی داشته که از او سوءاستفاده می‌کرده است و او نیز در دوره‌ای از زندگی‌اش تا آنجا که می‌توانسته از خانواده و پدرش دور شده است. باتوجه‌به اینکه انرژیِ احساسی این آسیب‌ها هنوز احساس می‌شد، تعادل او با محرک‌هایی همچون رفتار پسرش به‌راحتی به‌هم می‌خورد و حتی ممکن بود به حالت بیم و ترس فروبرود. او که از میگرن‌های مزمن رنج می‌برد، هر روز زندگی برایش دشوار و چالش‌برانگیز بود. همان‌طور که جان بیشتروبیشتر مادرش را آزمایش می‌کرد، او نیز خسته‌تر می‌شد و اضطراب بیشتری می‌گرفت.

والدینی که نمی‌توانند نسبت به پسران خود محکم و قاطع عمل کنند، غالباً به‌صورت آگاهانه یا ناآگاهانه به‌نوعی در تکرار موقعیت‌های گذشته گرفتار می‌شوند؛ موقعیت‌هایی که در آنها واقعاً هیچ قدرتی نداشته‌اند. در ابتدایی‌ترین سطح، اجتناب از تعارض‌ها به دغدغهٔ اصلی تبدیل می‌شود، حتی اگر پسرهایشان آنها را به‌سمت قلمرویی ناسالم هدایت می‌کنند. در سناریویی دیگر که تا همین اندازه با عدم قدرت والدین در ارتباط است، والدین ممکن است کنترلشان را از دست بدهند و برای بقای خود بجنگند و فراموش کنند که فردی مسئول برای گوش‌کردن باشند.

ایجاد ارتباط میان آسیب‌های گذشته و واکنش‌های امروز، می‌تواند به والدین کمک کند خود را از الگوی تکراری رفتار غیرمؤثر برهانند. اگر با یک تجربهٔ دردناک آگاهانه برخورد شود، به‌مرور حل‌وفصل خواهد شد و کمتر احتمال دارد رفتار والدین را تحت‌تأثیر قرار دهد. گرچه انرژیِ دردناک آن تجربه ممکن است کمی زمان برای بهترشدن نیاز داشته باشد، والدینی که با درد و رنجِ خود روبه‌رو می‌شوند کمتر امکان دارد به شکل کورکورانه‌ای، پسرانِ خود را در نقش دشمن قرار دهند.

مرتبط‌ماندن با یک پسر حتی در زمانِ افزایش عصبانیت، موجب ایجاد فضایی می‌شود که در آن او می‌تواند به اشتباهاتش که او را از ارتباط دور کرده‌اند، چه واقعی و چه فرضی، بپردازد. والدین کامل نیستند، نیازی هم نیست کامل باشند و باید فضای کافی برای پسر وجود داشته باشد تا هر زمان احساس ناراحتی می‌کند آن را بیان کند، یا اینکه ممکن است از خانواده دور شود. اینکه از پسران بخواهیم احساسات خود را پنهان کنند و همیشه «خوش‌برخورد» باشند، آنها را از این مهم که رابطهٔ نابودشده را ترمیم کنند محروم می‌کند. در زمانِ ممکن، وقتی والدین از لحن یا برخورد پسر متوجه می‌شوند او عصبانی است، همیشه خوب است که نه به شکل تدافعی، ولی سؤال کنند که «آیا ما کاری کرده‌ایم که موجب ناراحتی تو شده است؟» یا «اتفاقی بین ما افتاده است؟». زمانی‌که زخمی واقعی بر اثر توجه و کنترل بیش از حد یا غفلت ایجاد می‌شود، والدین باید عذرخواهی کنند. گاهی‌اوقات حتی عذرخواهی‌کردن درهرصورت مؤثر خواهد بود: «متأسفم که درست متوجه حرفت نشدم.» خوشبختانه، والدین آن‌قدر قدرت و پشتیبانی دارند که قادر باشند تقصیر را به‌گردن بگیرند تا ارتباطشان با فرزندان بازیابی شود.

ایده‌هایی برای مدارس

برنامهٔ مشاورهٔ همتا که قبلاً درموردش توضیح دادم در مدرسه و به‌دلیل خوبی برگزار می‌شود. چنین برنامه‌هایی، آموزش‌های لازم را در مهارت‌های ضروری که قرار است «پسران را برای زندگی آماده کنند» فراهم می‌آورند. برنامه‌های SEL در همه‌جا بازتاب‌دهندهٔ این اهداف هستند.

بر طبق گفتهٔ انجمن تحصیلی یادگیری اجتماعی (CASEL) که سازمانی متعهد به تحقیق، تمرین و سیاست‌گذاری است، رشد اجتماعی و احساسی در کودکان «یک عنصر اساسی در موفقیت آکادمیک» است. زمانی‌که پسران در برنامهٔ مشاورهٔ همتا آن را ارزیابی می‌کنند، به مهارت‌هایی همچون گوش‌دادن به دیگران، صحبت‌کردن با آنها درمورد احساسشان و آموزشِ اعتماد به فردی دیگر و نیز به مهارت‌هایی که به‌دست آورده‌اند اشاره دارند. آنها همچنین دوست دارند بشنوند که دیگر پسران چه مشکلاتی دارند و به هم‌کلاسی‌های خود نزدیک‌تر شوند و از همه مهم‌تر اینکه می‌فهمند تنها آنان نیستند که مشکل دارند و دوستان دیگرشان نیز با همین مشکلات درگیرند.

برای معلمی که در رابطهٔ یک‌به‌یک با دانش‌آموزی قرار دارد، تنازع میان نقشش به‌عنوان مسئولِ نمره‌دهی و همچنین یک رازدار باید برای پسر مشخص شود تا فرصتی را جهت بحث و بررسی درمورد مسائل شخصی درک کند. واکنش‌های ناخودآگاه ازجمله نصیحت‌کردن، قضاوت‌کردن، سانسورکردن یا حتی احساسِ برتری‌کردن، همچنین موجب می‌شود پسر مشکلاتش را پنهان کند. راه‌حل این است که معلم با هر دانش‌آموز ارتباطی در سطح شخصی داشته باشد و از مجموعه‌ای از حرکاتِ رابطه‌ای استفاده کند؛ برای مثال،

درمیان‌گذاشتن یک علاقه، هویت یا تجربهٔ مشترک با دانش‌آموزان به‌منظور افزایش عمقِ ارتباط. انتقالِ اعتماد یا حتی شوخ‌طبعی و انتظارِ اینکه نهایتاً حتی پسرانِ کله‌شق‌تر هم سر عقل بیایند، خوب است.

پیامدهای انضباطی موجب تحریک احساساتِ پسران می‌شوند. غالباً در مدارس، اولویت با قوانین رفتاری‌ای است که مربیان را در حالتِ برقراری نظم و نه مشاوره قرار می‌دهند. استدلالی که من می‌شنوم این است که قوانینِ سفت‌وسخت، بهترین راه برای آموزشِ شیوهٔ زندگی در راستای خطوط رفتاری قانونی به پسران هستند. قطعاً من با پسرانِ زیادی برخورد داشته‌ام که به واقعیتِ مشکل پیامدها نیاز دارند تا درمورد واکنش‌های خود دوباره فکر کنند، اما آنچه در اتکا به تنبیه نادیده گرفته شده، کمک به پسران جهت به‌دست‌آوردن دیدگاه و کنترل فردی بهتر است. زمانی‌که تنبیه رویکردِ غالب باشد، پسران به‌راحتی در برابر ادراکاتِ تدافعی که عموماً مزخرفات محض هستند و آنها را از دیدن اشتباهات خود و تغییر رفتارشان بازمی‌دارند، عقب‌نشینی می‌کنند.

تِد [illegible] بیشتر اوقات پسرِ ساکتی بود، اما یک روز با معلمش که مچش را در زمان استفاده از تلفن‌همراه در کلاس گرفته بود، به جروبحث پرداخت. به‌رغم اینکه تخطیِ او بسیار واضح و مشخص بود، پسر به معلم گفت که باید برای او استثنا قائل می‌شده است. زمانی‌که معلم برگهٔ تنبیه را به دستش داد احساس کرد اصلاً به‌خوبی به حرف‌های او گوش نمی‌کند، درنتیجه عقلش را از دست داد و شروع به فحاشی کرد. خوشبختانه من آن روز در مدرسه بودم و توانستم برای او وقت بگذارم. او تنها، پشت میزی در دفتر نشسته بود و در حال گذراندن تعلیقِ داخل مدرسه از صبح همان روز بود و زمانی‌که سؤال کردم چه اتفاقی رخ داده است، آتش خشمش دوباره شعله‌ور شد. من گوش دادم و

به‌خاطر منجلابی که در آن گیر افتاده بود با او همدردی کردم و خیلی طول نکشید که تِد درهم شکست و شروع کرد به گریستن. او همان‌طور که با احساساتِ پیچیده‌ای دست‌وپنجه نرم می‌کرد، برای من آشکار ساخت که تحت فشارهای بسیار زیادی قرار دارد.

او که در بازی تنیس بسیار مستعد بود، در اثنایِ فرایند انتخاب بازیکن برای یک کالج، قلبش از اینکه مادرش بیشتر به موفقیتِ او در زمین بازی علاقه‌مند بود تا اینکه چه احساسی دارد، شکست. او تنها و غمگین بود و داشت به پیامی فوری از سوی مادرش پاسخ می‌داد که معلم مچش را گرفت. او هم کنترلش را از دست داد. وقتی برایم کاملاً توضیح داد اوضاع از چه قرار است، توانستیم برنامه‌ای برای او تهیه کنیم تا از معلم عذرخواهی کند و توضیح دهد که عصبانیتش هیچ ارتباطی به او نداشته است و هر تنبیهی را که معلم برایش در نظر بگیرد می‌پذیرد. ما نیز موافقت کردیم با او و مادرش ملاقات کنیم تا به آنها کمک کنیم به شکلی صادقانه باهم ارتباط برقرار کنند. تعیینِ محدودیت معمولاً آغازِ درکِ اتفاقاتی است که در حال رخ‌دادن هستند.

متأسفانه، بسیاری از پسران نوجوان در راه خود به‌سمت قطع ارتباط عاطفی قرار دارند، چراکه هنوز کسی را برای اعتمادکردن پیدا نکرده‌اند. جهت سرکوبِ احساسات پیچیده، این پسران مجبور شده‌اند که استقامت بیشتری در زندگی داشته باشند. تربیت و تنبیه غالباً تنها شیوهٔ مقابله با این پسران به‌نظر می‌رسند، چراکه آنها خیلی دورتر و غیرقابل‌دسترس‌تر هستند؛ اما یک استراتژیِ دیگر نیز ارزش امتحان‌کردن دارد: معلمان و مربیان می‌توانند به‌نوعی الگو باشند.

در برنامهٔ جلوگیری از خشونتِ جوانان، با نام قدرتِ مسالمت‌آمیز، که به‌وسیلهٔ

گروه اول پسران در فیلادلفیا آن را آغاز کردیم، مهم‌ترین نکتهٔ آموزشِ رهبران محلی برای کارکردن در مراکز جوانان، برنامه‌های ورزشی و گروه‌های کلیسا بود. هدفِ ما این بود که مردانِ بزرگ‌سال را آموزش دهیم تا به پسرانی که بسیاری از آنها در خانه مردی نداشتند، نشان دهند که چطور باید با احساسات خود کنار بیایند. این مردان کلاس‌های فوق‌برنامه‌ای را برای پسرانی که به‌تازگی به سن بلوغ رسیده بودند برپا کردند که در این کلاس‌ها تمامی شرکت‌کنندگان، ازجمله رهبر، درمورد تجربیاتی سخن می‌گفتند که آنها را ناراحت می‌کردند. مهم این بود که این کار باعث شود درگیری با احساسات و صحبت‌کردن درمورد آنها به موضوعاتی نرمال تبدیل شوند. هدف این بود که شیوه‌ای انسانی‌تر برای نمایشِ مردان در بازی‌های ویدئویی، فیلم‌ها و برنامه‌های تلویزیونی به‌عنوان جنگجویان و چهره‌های خشن پیدا کنیم.

در همین راستا، آقایی که در یکی از مدارس حومه مربی لاکراس بود و نیز فارغ‌التحصیل از آکادمی نظامی وست‌پوینت[۹۰] و یک معلمِ ریاضی بسیار محبوب، در یکی از گردهمایی‌ها تصمیم گرفت سخنرانی کند و آن را «گریه‌کردن» نامید؛ چراکه استدلال کرد بسیاری از پسرانی که او معلمشان است به‌واقع اسیرِ کلیشه‌های مردانگی هستند. او در صحبت‌هایش بیان کرد که متوجه شده است چقدر برای مردانی که همه‌چیز را در عمقِ وجود خود احساس می‌کنند، طبیعی است ک در بیان احساساتشان ازجمله دل‌شکستگی، اندوه و ناراحتی خود را محدود نکنند. او تصمیم گرفته بود احساساتِ واقعی خود را به دوستانش نشان دهد و گفت هر زمان که نیاز داشته جلوی همه گریه کرده است. گرچه او مجبور بود برخلافِ هنجارهای فرهنگی که یک مرد را از این آزادی محروم می‌کنند عمل کند، اما احساس می‌کرد مسئول است که دربارهٔ واقعیت‌های زندگی احساسی یک مرد، با مردان جوان‌تری که برایشان الگو به‌حساب می‌آید صادق باشد.

ورزش بستر دیگری است که فرصت‌های زیادی را برای پسران به‌همراه می‌آورد تا با احساساتِ خود ارتباط برقرار کنند. بسیاری از مربیان به‌خصوص برای پسرانِ کم‌سن‌وسال‌تر، نقش خود را نه‌فقط برای بردن بازی‌ها و آموزش به ورزشکاران، بلکه برای ساختن شخصیتِ آنها به‌رسمیت می‌شناسند. آنها متوجه هستند که نصایحشان احتمالاً به صحبت‌های احساسی با پسران که در عملکرد خود محدودیت‌هایی دارند منجر می‌شوند. اینکه از یک پسر بخواهیم عنوان کند خود را در بسترِ یک تیم یا رقابت چطور می‌بیند، به‌خصوص زمانی‌که به‌نحوی عملکردش کافی نبوده، پنجره‌ای را می‌گشاید که معمولاً محکم بسته می‌شود. اینکه یک تیم روی کمک او حساب کند، احساساتی همچون ترس یا فقدانِ اعتمادبه‌نفس را به مرکز توجه می‌آورد و انگیزه‌های شفافی برای پسران به‌همراه دارد تا درمورد احساسات و تلاش‌های خود لب به سخن بگشایند.

پاروزدن، دویدن، شناکردن و دیگر ورزش‌های تیمی که شخصیتِ پسر را ازطریق عملکردش در مهارت‌ها و توانایی‌هایش آشکار می‌سازند، فرصت‌های بسیارخوبی برای مربی به‌همراه دارند تا به بزرگ‌شدن و رشدکردن پسر کمک کند و نیازمندِ تغییر دیدگاه پسر نسبت به خود و حسابرسی عاطفی است. بهترین راه برای اینکه یک پسر برنده باشد، این است که راه خود را در ذهنش پیدا کند.

فصل چهارم: یادگیری و تحصیلِ پسران

یک پسرِ کلاس‌هفتمی با حسرت به بیرون از پنجرهٔ کلاس علوم و به زمین ورزشی که بعداز مدرسه در آن فوتبال بازی می‌کند زل زده است. گرچه معلمش تمام تلاشش را می‌کند تا با دانش‌آموزان ارتباط برقرار کند، همان‌طور که به اطرافِ اتاق نگاه می‌اندازد، متوجه پسر دیگری می‌شود که دزدکی به گوشی خود نگاه می‌کند و چند پسر هم در انتهای کلاس باهم پچ‌پچ می‌کنند. علایقِ بسیاری هستند که ممکن است توجه دانش‌آموزان او را به خود جلب کنند.

بر طبق گفتهٔ مایکل کوهن[۹۴]، تاریخ‌شناس، «عادتِ بطالتِ سالم» سرمایه‌گذاری آکادمیک دانش‌آموزان مذکر قرن هفدهم را تشکیل داده است. از بسیاری جهات، بطالت همچنان شیوهٔ بسیاری از پسران در یادگیری است، فقط اینکه پیامدهای عملکردِ آکادمیک ضعیف از سلامتِ کمتری برخوردار هستند. بسیاری از پسران به راه خود ادامه می‌دهند و حتی با نمراتِ بسیار ضعیف، انگیزه نمی‌گیرند و زمانی‌که لازم است سخت‌تر تلاش کنند، شانه بالا می‌اندازند. بسیاری، هرگز رضایتی را که از تلاش با تمام وجود برای چالش‌های آکادمیک حاصل می‌شود، تجربه نمی‌کنند. تحصیل در مدرسه فرصت‌های بسیاری را برای محکم‌شدن به‌همراه دارد: ظرفیتِ جنگیدن در راهِ رسیدن به رؤیاهای فردی. بسیاری از پسران این موضوع را کلاً نادیده می‌گیرند.

مقاله‌ای در سال ۲۰۱۵ در مجلهٔ اکونومیست[۹۵] اظهار داشت: «دختران که جنسِ ضعیف‌تر نامیده می‌شوند در زمینه‌های آکادمیک از پسران پیشی گرفته‌اند.» این مقاله بر پایهٔ گزارشِ ارائه‌شده از سوی سازمان همکاری و

توسعهٔ اقتصادی ارائه شد که پیامدهای آکادمیک نیم میلیون دانش‌آموز پانزده و شانزده‌ساله را در شصت‌وپنج کشور ارائه کرد. این گزارش که به بررسیِ شکاف جنسیتی جهانی «جدید» پرداخته، برخی از تفاوت‌های جنسیتی را که سبب ناتوانی پسران در مدرسه می‌شوند، شناسایی کرده است:

- پسران بازی‌های ویدئویی بیشتری بازی کرده و نسبت به دختران در خارج از مدرسه وقت بیشتری را پشت کامپیوتر و در اینترنت صرف می‌کنند؛
- آنها کمتر احتمال دارد برای لذت مطالعه کنند؛
- کمتر احتمال دارد تکالیف خود را انجام دهند (هر هفته کمتر از یک ساعت)؛
- بیشتر احتمال دارد نگرشی منفی به مدرسه داشته باشند (همچنین دوبرابر ممکن است مدرسه را «وقت‌تلف‌کردن» بدانند)؛
- بیشتر احتمال دارد دیر به مدرسه بروند.

اما در یک اقتصاد جهانی مبتنی بر دانش، غیرقابل‌دسترس‌بودن دلیل موجهی نیست. من در بازدید از مدارس در سرتاسر جهان و ملاقات با پسرانِ مختلف در مصاحبه‌ها و مشاهدات مدرسه، از این موضوع که چطور آنها آشکارا امید به موفقیت دارند بسیار جا خوردم. زمانی‌که یک پسر ازنظر تحصیلی چندان مشارکت نمی‌کند، این توضیحِ سنتی که «او اهمیتی نمی‌دهد» دیگر کافی نخواهد بود. اهمیت‌ندادن یک پیامد است، نه یک علت.

مرحلهٔ ازدست‌دادن

عدم موفقیت تحصیلی یکی از مشخص‌ترین فقدان‌ها در پسران است. در سرتاسر جهان، به‌دلیل عدم موفقیت تحصیلیِ پسران، گفته می‌شود که آنها دچار «بحران» هستند. هم در ایالات‌متحده و هم در سرتاسر جهان، درحالی‌که دستاوردهای دختران در طول دهه‌های گذشته رشدِ قابل‌توجهی داشته است، پسران هیچ پیشرفتی نداشته‌اند. بر طبق گزارشِ OECD[۹۹]، دختران به میزانِ معادل متوسط یک سال تحصیلی کامل نسبت به پسران عملکرد بهتری داشته‌اند. پسران عملکرد سطحِ پایینی داشتند و ۵۰ درصد بیش از دختران احتمال داشت که در امتحان مهارتِ پایهٔ ریاضی، خواندن و علوم رد شوند.

با تحلیل داده‌های ایالات‌متحده مربوط به قرنِ گذشته، اساتیدِ جامعه‌شناسی توماس دی‌پرت[۱۰۰] از کالجِ معلمان دانشگاه کلمبیا و کلودیا باکمن[۱۰۱] از دانشگاه ایالت اوهایو، دریافتند که از سال ۱۹۰۰ شکافِ جنسیتی در دستاوردها کاملاً وجود داشته است. تفاوت‌های میان پسران و دختران از همان اول و پیش‌از مهدکودک نمایان می‌شوند و در سال‌های ابتدایی افزایش می‌یابند. این عوامل به نتایجِ زیر می‌انجامند:

- دختران مدرسه را با مزیت‌هایی در مهارت‌های رفتاری و اجتماعی آغاز می‌کنند؛
- دختران نسبت به پسران بیشتر تلاش کرده و بازده بیشتری از تلاش‌هایشان دریافت می‌کنند؛
- دختران سطوح وابستگی بیشتری به مدرسه نشان می‌دهند و خشنودیِ بیشتری از عملکرد خود دارند.

در پایانِ دوران راهنمایی، آنچه مهارت‌های شناختی نرم می‌نامیم همچون تکمیل تکلیف‌ها و آماده‌بودن در کلاس، آن‌قدر در موفقیت بلندمدت مهم هستند که نمراتِ کلاس هشتم، شانسِ تمام‌کردن دانشگاه را بسیار دقیق‌تر از نمراتِ استاندارد آزمون‌ها پیش‌بینی می‌کنند. آنها همچنین نقاط ضعف درحال‌رشد پسران را توضیح می‌دهند. شکافِ مهارت‌های آموزشی میان دختران و پسران بسیار بزرگ‌تر از شکاف‌های مربوط به فقر یا سختی‌های نژادی است.

بر طبقِ نظرسنجی‌های سالیانه، تفاوت‌های دستاوردی، آرمان‌های مختلفی را در خود پرورش می‌دهند و شکافِ جنسیتی را بدتر می‌کنند. در کلاس هشتم، پسران استانداردهای پایین‌تری برای خود دارند و به‌همین‌منوال تلاش کمتری می‌کنند. آنها دوره‌های مشکلِ کمتری را می‌گذرانند و نمرات پایین‌تری می‌گیرند. آنها که دستاوردهای مدرسه‌شان چندان برایشان اهمیت ندارد، بیشتر تمایل دارند ریسک‌هایی همچون سیگارکشیدن را انجام دهند که نشان از دغدغهٔ کمتر برای آینده‌شان دارد.

والدینی که هم پسر و هم دختر دارند معمولاً داستان‌هایی تعریف می‌کنند که این آمار را واقعی‌تر نشان می‌دهند. چارلی پسری بود که خواهری بزرگ‌تر از خود به نام حنا داشت. خواهرش ستاره بود: منظم، خودانگیزش، با معلمانش صداقت داشت و نیز مشتاق بود آنها را خشنود کند و بسیار هم بلندپرواز بود. ازطرف‌دیگر، چارلی عاشق این بود که با دوستانش وقت بگذراند، بازی‌های ویدئویی انجام دهد و مسخره‌بازی درآورد. او با دیگران خیلی خوب کنار می‌آمد و همیشه به چشم معلمان دل‌نشین بود، اما چندان به مدرسه علاقه‌ای نداشت. والدینش عملکرد او را با خواهرش مقایسه می‌کردند و در کارنامه‌هایش درمورد رفتار، آمادگی و سرمایه‌گذاریِ ضعیف‌ترش در مدرسه نظر می‌دادند. مدرسه برای او به‌اندازهٔ خواهرش جذاب و کارآمد نبود. او و

دوستانش درمورد دوستانِ مؤنثشان که تکالیف مدرسه برایشان خیلی مهم بود، شوخی می‌کردند.

تفاوت‌های جنسیتی در دستاوردها زمانی تشدید می‌شوند که پسران تحت اضطراب بیشتری قرار می‌گیرند. در یک مطالعهٔ به‌تازگی انجام‌شده در مقیاس بزرگ، محققان شناسنامه‌ها و سوابق سلامت، نظم‌وانضباط، آکادمیک و فارغ‌التحصیلی از دبیرستان را در بیش از یک میلیون دختر و پسر در فلوریدا که بین سال‌های ۱۹۹۲ تا ۲۰۰۲ متولد شده بودند باهم انطباق دادند. در میان یافته‌های آنان، پسرانی که از محله‌های کم‌درآمد بودند و به مدارسِ سطح‌پایین دولتی می‌رفتند، بیشتر از خواهرانشان احتمال داشت با مدرسه‌گریزی و بدرفتاری در سال‌های دبستان و راهنمایی مشکل داشته باشند. به‌علاوه، پسران نرخ ناتوانیِ شناختی و روان‌شناختی بیشتری از خود نشان دادند، عملکرد بدتری در آزمون‌های استاندارد داشتند و کمتر احتمال داشت دبیرستان را تمام کنند و همچنین بیشتر متمایل به مشکل پیداکردن با سیستم عدالت نوجوانان بودند. بر طبق نظر نویسندگانِ مقاله، این عوامل اضطراب‌زا، تأثیر بیشتری بر پسران دارند، «نه به این خاطر که پسران به‌خودی‌خود بیشتر تحت‌تأثیر محیط خانوادگی قرار می‌گیرند، بلکه بدین‌خاطر که محله‌ها و مدارسی که کودکانِ محروم در آنها بزرگ می‌شوند، به‌خصوص برای پسران، چندان مناسب نیستند».

با درنظرگرفتن فشارهای اجتماعیِ نژادی و فقر، هنجارهای فرهنگیِ مردانگی باعث می‌شوند که عملکرد خوب در مدرسه برای پسران مشکل‌تر باشد.
شرایطی که با تعهدات آنها به یادگیری تداخل پیدا می‌کنند و حتی تا گرایش‌ها و رفتارِ معلمانشان نیز گسترش می‌یابند. جامعه‌شناس هوآ - یو سباستین چرنگ[۱۰۲] از دانشگاه نیویورک، به ارزیابیِ کیفیت روابط معلمان دبیرستانی با دانش‌آموزانشان پرداخته و تأیید کرده است که روابط باکیفیتِ دانش‌آموز -

معلم، انتظاراتی مبنی بر انتظارات و دستاوردهای بیشترِ دانش‌آموزان به‌همراه دارد. این مطالعه همچنین نشان داد که کودکانِ مهاجر و نوجوانانِ رنگین‌پوست کمتر به این شکل بسیار مهم از سرمایهٔ اجتماعی دسترسی دارند.

همان‌طور که گزارشِ OECD به‌صراحت اشاره کرد، مطالعات بسیاری نشان داده‌اند که دانش‌آموزان دارای بهترین عملکرد، دانش‌آموزان «خوبی» هستند و ادامه داد: «یا به‌خاطر اجتماعی‌بودن یا تفاوت‌های ذاتی، احتمال دارد که پسران به‌طور میانگین بیش از دختران مخرب باشند، صبر و تحملِ پدرومادر خود را آزمایش کنند و ازنظر فیزیکی فعال باشند. به‌عبارت‌دیگر، خودکنترلیِ کمتری داشته باشند.» در روابط میان پسران و معلمان، کلیشه‌های مختلفی عمل می‌کنند و شرکت در یادگیری را کمتر محتمل می‌سازند.

به‌تازگی از دبیرستانی دیدن کردم تا رشد و توسعهٔ حرفه‌ای را به معلمان آنجا پیشنهاد دهم. ماه مه بود و فارغ‌التحصیلی بسیار نزدیک. همان‌طور که از کنارِ دفتر مشاورهٔ کالج می‌گذشتم، گروهی از دانش‌آموزان سال‌آخری را دیدم که گرد هم جمع شده بودند و میانشان یک دختر بالاوپایین می‌پرید و تلفن‌همراهش را در یک دست گرفته بود و با هیجان می‌گفت در دانشگاهی که انتخابِ اولش بوده پذیرفته شده است. دوستش کنارش ایستاده بود و سعی داشت با او ابراز خوشحالی کند؛ اما در صورتش نشانه‌هایی از تناقضی که در وجودش احساس می‌کرد دیده می‌شد: او نیز از دانشگاهش خبری دریافت کرده بود، اما خبری بود مبنی بر اینکه در لیست انتظار قرار گرفته است.

توماس مورتِنسون[۱۰۳] از مؤسسهٔ پِل[۱۰۴] درزمینهٔ مطالعهٔ فرصت‌ها در تحصیلات تکمیلی، هم روندهای روبه‌رشد در اشتغال، تحصیل، رهبری و مشارکتِ مدنی زنان و هم روندهای روبه‌کاهش مردان را بر روی نقشه نمایش

داده است. او همچنین در باب کاهش میزانِ ثبت‌نام مردان در دانشگاه، نداشتن چشم‌انداز برای به‌دست‌آوردن شغل، دستمزدهای راکد و افزایش در میزان بیکاری، حبس، فقر و نرخ خودکشی سخن گفته است.

اما هشدارها درمورد شکافِ دستاوردهای جنسیتی همواره به‌خوبی دریافت نشده‌اند. دغدغهٔ صادقانه برای پسران با واکنشِ کدگذاری‌شده در مقابلِ برابریِ جنسیتی نفرین‌شده. واکنش‌های قابل‌توجیه به امتیازات مردان موجب شده‌اند که برای برخی از ناظران، مشاهدهٔ اینکه پسران چطور قرار است شکست بخورند کار مشکلی باشد. جامعه‌شناسِ بریتانیایی، دِبی اپستاین[۱۰۶] و همکارانش سه باورِ رایجی را که موجب کشیده‌شدن مکالمات به جهت‌های غیرمولد می‌شوند مطرح کردند.

اولین مورد، الگویِ رفتاری «پسران بیچاره» است که پسران را قربانیانِ بیچارهٔ شرایط سخت و استثمار بی‌روح نشان می‌دهد. در این دیدگاه، مدارس جاهایی هستند که شرایطی همچون قلدری، کنترل بیش از حد و نظم‌وانضباط هدفمند، پسران را وادار می‌کند مثل یک مردِ معمول در جامعه رفتار کنند؛ اما این دیدگاه، نقشِ پسران را در رشد هویتشان دست‌کم می‌گیرد. کسب افتخارات در ورزش یا رفتارکردن همچون مردانی بزرگ در محوطهٔ دانشگاه، برخی را اغوا می‌کند تا محبوبیتِ کوتاه‌مدت را به‌جای چشم‌اندازهای بلندمدت برگزینند. همچنین این موضوع را که معلمان و مدارس چقدر سخت کار می‌کنند تا تمامی دانش‌آموزانشان را در مسیر درست قرار دهند، نادیده می‌گیرد. تجربهٔ ذهنیِ بازیگرانِ یک سریال درامِ درمورد تحصیل، در برخورد با نیروهای اجتماعی بزرگ نابود می‌شود.

دوم، موضوع «مدارسِ ناکارآمد» است که در آن، مدارس به شکلِ

سازمان‌دهی‌شده و مناسب برای دختران دیده می‌شوند. مدافعانِ این دیدگاه اظهار می‌دارند با تلاش برای بالابردن دختران، «مدارس را زنانه» کرده و به دلسردیِ پسران افزوده‌اند. مشکل اینجاست که شواهد نشان می‌دهند پیشرفت‌ها در امر برابری به‌طور کلی موجب بهبود جوّ مدارس می‌شوند. این باور همچنین این واقعیت را که تقریباً در تمامی مدارس، زنان معلمان محبوب پسران هستند نادیده می‌گیرد.

سرانجام، این باور که «پسران پسر هستند» بیان می‌دارد که باتوجه‌به خشونتِ هورمونی، رقابتی‌بودن و فعالیتِ بیش از حدِ پسران، مدرسه به‌واقع نمی‌تواند جای خوبی برای آنها باشد. استقلال، ماجراجویی و اقداماتی که موجبِ پیوندِ میان مردان می‌شوند تنها راه‌های پرداختن به غرایزشان هستند، اما این باور صرفاً بازگوییِ این استدلال است که «بیولوژی سرنوشت است»، که به‌شدت ارتباط پیچیدهٔ میانِ آناتومی، تجربه و ذهن‌های درحال‌رشد را به‌اشتباه تعریف می‌کند. این دیدگاه به‌هرحال در پسران محتمل است.

دیدگاه‌های جالب‌تری نیز وجود دارند که هم پسران را به‌خودی‌خود و هم زندگی‌هایشان را به‌عنوان یک مرد در نظر می‌گیرند. توماس نیوکریک از دانشگاه نیوهمپشایر می‌گوید: «ازآنجاکه مردانگی دسته‌ای است که ازنظر فرهنگی به شکل قدرتمندتری ساخته شده و جرایم شدیدتری برای انحراف به‌همراه دارد، عدم تمایل پسران به مشارکت در مدرسه را می‌توان نوعی ایستادگی دانست.» او می‌گوید برخی از پسران ممکن است «دانش‌آموزِ خوب‌بودن» را با «ساکت‌بودن، غیرمردانه‌بودن و نقض کسی که هستند و می‌خواهند باشند یکی بدانند». در همین راستا، استادان انگلیسی بکی فرانسیس[۱۰۶] که از دانشگاه روهامپتون[۱۰۷] بازنشسته شده است و کریستین اسکلتون[۱۰۸] از دانشگاه لندن، تأیید کردند که رفتارهای

طغیان‌گری، ریسک و توانمندی ورزشی براساس هنجارهای فرهنگی، به‌واقع ویژگی‌های رفتاریِ اصلی در پسران تلقی می‌شوند. در هر دو استدلال، تصویرِ پسری که باید با ساختارهای فرصتِ پسرانگی مقابله کند، محترمانه‌تر و امیدوارکننده‌تر است.

راه‌حل

در بازار جهانیِ جدید، مهارت و استعداد پسرانی که در مدرسه عملکرد ضعیفی دارند با ضررهای بیشتری روبه‌رو می‌شوند، اما سرپرستان پسران نباید این آینده و عملکرد ضعیف را ناگزیر دانسته و دست روی دست بگذارند، چراکه می‌توان از آنها اجتناب ورزید. تحقیقات جدید نشان می‌دهند به‌خصوص معلمانی که پسرانگی را فهمیده‌اند و گرایش‌های تدافعی خودتخریبی را در آنان متوجه می‌شوند، می‌توانند با آنها ارتباط برقرار کنند و تغییرشان دهند. در رابطهٔ کاریِ ایجادشده بین پسران و مربیان و معلمانِ آنها، تمایلات بیشتری به ورودکردن به عرصه‌های دانسته‌های خود خواهند داشت و چیز جدیدی را خواهند آموخت. والدینِ خوش‌شانس شاهد خواهند بود آن زمان چه اتفاقی ممکن است رخ دهد. پسرانی که قبلاً بال‌بال می‌زدند و تدافعی عمل می‌کردند، کاملاً از این‌رو به آن‌رو می‌شوند. آنها می‌آموزند روی خود سرمایه‌گذاری کنند و به دستاوردهایشان ببالند.

همان‌طور که اِیمی بَنکس می‌گوید، تمامی کودکان «برای ارتباط برقرارکردن ساخته شده‌اند» و در مقابل دعوت به ارتباطی که به شکلِ ماهرانه ازطریق یک معلم گرم و علاقه‌مند ارائه شده است، مقاومت نخواهند کرد. علاقهٔ جدید به این جنبهٔ قابل‌اتکا از ارتباطات کلاسی، نویدبخشِ پیشروی‌های مهمی در انگیزش پسران خواهد بود. تقریباً پانزده سال پیش، گروهی از دانشمندان آموزشی، مقالهٔ «مانیفستِ تربیت رابطه‌ای: ملاقات برای یادگیری، یادگیریِ ملاقات»[۱۰۹] را نوشتند تا آگاهی دیگران را از قدرتِ آنچه آن زمان خط جدیدی از تحقیقات بود افزایش دهند. آنها نوشتند: «مهی از فراموشی سرتاسرِ سیستم آموزشی را فراگرفته است. آنچه در این مه فراموش شده این است که

آموزش به‌واقع با انسان‌ها ارتباط دارد و ازآنجاکه مدارس جاهایی هستند که انسان‌ها گرد هم می‌آیند، ما نیز فراموش کرده‌ایم که تحصیلات در درجهٔ اول درمورد انسان‌هایی است که با یکدیگر در ارتباطند.»

محققانِ آموزشی ناامیدانه سعی دارند دستاوردهای نه‌چندان خوب را به دستاوردهای خوب تبدیل کنند و به شکلِ فزاینده‌ای بر بعد رابطه‌ای تمرکز کرده‌اند. روابط «مثبت معلم با دانش‌آموز» در برنامهٔ ارزیابی بین‌المللیِ دانش‌آموزان در سال ۲۰۰۹ تأیید شد و برای پانزده‌ساله‌ها در بیش از هفتاد کشور به‌وسیلهٔ OECD به اجرا درآمد تا پیشرفت آموزشی را اندازه‌گیری کند، و همچنین در مرور انجام‌گرفته در سال ۲۰۱۴ در نزدیک به یک‌صد مطالعه، تیم تحقیق هلندی دریافت که روابط مثبت و منفیِ معلم - دانش‌آموز هر دو تأثیرهای قابل‌توجهی بر دستاوردهای دانش‌آموز دارند. حتی دانش‌آموزانِ بسیار کله‌شق به معلمانی که راه‌هایی برای برقراری ارتباط با آنها پیدا کنند واکنش نشان می‌دهند. روابط یادگیری مثبت به‌خصوص در برقراری ارتباط با پسرانی مؤثرند که در انتهای کلاس می‌نشینند. خلاصهٔ تحقیقاتِ اخیر انجمنِ روان‌شناسان آمریکا از اثراتِ مثبت روابط میان دانش‌آموز - معلم نشان داد که با داشتنِ ارتباطی قدرتمند «دانش‌آموز بیشتر احتمال دارد به معلم خود اعتماد کند، مشارکتِ بیشتری در یادگیری داشته باشد، رفتار بهتری در کلاس از خود نشان دهد و ازنظر آکادمیک به سطوح بالاتری دست پیدا کند».

ارتباط قدرتمند با معلم می‌تواند «بنیانی ایمن» ایجاد کند و کودک را از اضطراب‌های نامطلوب محفوظ نگاه‌دارد و معلم را قادر سازد هم الگوی مردانگی و هم الهامی برای کودک باشد. پسرها در روابط معلمان با آنان که در کنارشان احساسِ امنیت و آرامش می‌کنند، بیشتر انگیزهٔ اعمالِ کنترل عاطفی و تمرین و بهبود کنترل اجرایی بر رفتار خود خواهند داشت. یک بار همکار

تحقیقاتی من، ریچارد هاولی[۱۱۰] و من کشف کردیم که روابط مهم در یادگیریِ پسران چه تأثیری دارند. ما دریافتیم این موضوع بیش از اینکه با نحوهٔ یادگیریِ پسر ارتباط داشته باشد، با این موضوع که برای چه کسی درس می‌خواند ارتباط دارد.

ما برای تحقیقات خود که از سوی IBSC[۱۱۱] پشتیبانی می‌شد، داستان‌های معلمانی را که علاقهٔ به‌خصوصی به برقراری ارتباط با یک پسر داشتند جمع‌آوری کرده و تحلیل کردیم. به‌محض برقراری ارتباط، آنها از تأثیری که برای افزایش تمایل پسر به تلاش بیشتر به دست آورده بودند استفاده کردند. آنچه در رویکردهای رابطه‌ای با پسران ضمنی است، درک این نکته است که بسیاری از پسران پیش‌از اینکه سعی کنند نمرات خود را بالا ببرند یا عملکردِ ورزشی خود را بهبود دهند، کسی را که چنین خواسته‌ای از آنها دارد می‌شناسند. تعهدِ آنان را نمی‌توان به‌راحتی به‌دست آورد، به‌خصوص اگر از آنها بخواهیم کاری جدید یا به دور از نقاط قوت و علایق خود انجام دهند. چرا یک پسر باید چنین کاری انجام دهد؟ یا به بیانِ دقیق‌تر: برای چه کسی یک پسر حاضر است چنین کاری بکند؟ آنچه در مطالعاتِ خود یافتیم این بود که قدرتِ ارتباط برای رساندنِ پسران به دستاوردهای جدید در مدرسه کاملاً واضح است.

به‌رغم اینکه روابط دانش‌آموز - معلم چطور توجه پسران را به خود جلب می‌کنند، ایده‌های سنتی هنوز بر اینکه مربیان چگونه به «بحرانِ پسرانگی» واکنش نشان می‌دهند حاکم هستند. باورِ «شیوه‌های یادگیری» از ثباتِ مداوم آنان در تصوراتشان، به‌رغم فقدان اساسِ علمی در آن بهره می‌گیرد. درواقع، گروهی از برجسته‌ترین روان‌شناسان، عصب‌شناسان و مربیان جهان اخیراً نامه‌ای را به‌طور مشخص برای به‌چالش‌کشیدن این رویکرد منتشر کردند و اظهار داشتند نه ساختار مغز و نه هورمون‌ها شیوه‌های یادگیری مختلفی برای

دختران و پسران ایجاد نمی‌کنند و اینکه این تفاوت‌های گفته‌شده نباید راهنمای عملکرد معلمان باشند. از امضاکنندگان این نامه، ازجمله استیون پینکر[۱۱۲]، استاد روان‌شناسی دانشگاه هاروارد، اضافه کرد: «مغز برای یادگیری ضروری است، اما شیوه‌های یادگیری یکی از باورهای اشتباه رایج هستند که برای ارتقای یادگیری هیچ کمکی نمی‌کنند.»

متأسفانه نظرسنجی اخیر نشان داد ۸۵ درصد از مدیران مدارس به‌رغم فقدانِ شواهدی که آنها را تأیید کنند، به رویکرد شیوهٔ یادگیری اهمیت می‌دهند. یک صنعتِ واقعی به مدارسی که تمایل دارند برنامهٔ درسی خود را با شیوه‌های یادگیریِ سفت‌وسخت منطبق سازند، آموزش و مشاوره را پیشنهاد می‌کند. یکی از جدی‌ترین مشکلاتِ آموزش «مناسب برای پسران» این فرض است که با پسرانِ مختلف - یک سوارکارِ ماهر، یک علاقه‌مند به علم، پسری که تحت اضطراب خانوادگی قابل‌توجهی قرار دارد، دیگری که با خشونت خیابانی و زوالِ جامعه مقابله می‌کند - باید به یک صورت برخورد کرد. گرچه من در کارم در مدارس دریافتم که مردبودن به‌طور قطع علایق و شخصیتِ یک پسر را شکل می‌دهد، احتمالش کم است که پسرانِ زیادی تنها براساسِ هویت‌های مردانهٔ خود به درخواست‌ها واکنش نشان دهند. آنچه معلمان از زندگی‌های آنان می‌دانند این است که برای برقراری ارتباط با هر پسری باید براساس شخصیتِ یکتای خودِ او ارتباط برقرار کنند.

داستان زیر درمورد پسر باهوشی است که در چرخهٔ نزولی عملکرد ضعیف گیر افتاده بود و پیش‌از اینکه یک مربیِ متعهد و بابصیرت بتواند او را به حرف بیاورد، نشان می‌دهد که چگونه هر رابطهٔ معلم‌وشاگردی‌ای نیازمند درکِ مشخصی از پسر، مهارتِ بداههٔ استادانه از سوی معلم و حجم زیادی مهربانی و عمل آگاهانه است. همچنین نشان می‌دهد روابط یادگیری تا چه حد

می‌توانند قدرتمند باشند و زندگی هر فرد را دستخوش دگرگونی کنند.

کِوین [redacted] پسری بااستعداد، بسیار بدجنس، خودسر و همواره آماده برای خندیدن و بازی‌کردن بود. او عاشق جوک‌گفتن و مسخره‌کردن و ماجراجویی بود و با بازی‌هایی شامل دویدن، دنبال‌کردن و قایم‌شدن بزرگ شده بود. او در مدرسه چندان مشکل‌ساز نبود، اما اکثر اوقات کسل بود و تکالیفش را بسیار کسل‌کننده می‌پنداشت. همان‌طور که به دبیرستان رفت و نیازمند زمان و توجه بیشتری بود، دیگر دست از تلاش برداشت و فقط بی‌هدف به راهش ادامه داد. نه نمراتِ خیلی بدش و نه فشارهای والدین و معلمانش مسیر او را عوض نکرده و گرایش‌هایش را تحت‌تأثیر قرار ندادند. او به‌راحتی می‌توانست درصورتی‌که خود را مجبور کند درس‌ها را یاد بگیرد اما هیچ‌گاه اجباری برای خود تعیین نمی‌کرد. گرچه کِوین مردود نمی‌شد، اما ویژگی‌های اندکی را از عادات دانش‌آموزانِ موفق - کوشش و افتخار، کمک‌خواستن در زمان مشکلات، مدیریت زمان و نظم - تمرین یا اجرا می‌کرد. درواقع، او مجموعهٔ دیگری از مهارت‌ها را در خود ایجاد کرده بود: راضی‌بودن به نمرات بسیار ضعیف، دلیل‌آوردن برای شکست، لاپوشانی و دروغ‌گفتن جهت اجتناب از عواقبِ منفی‌ای که مانع از موفقیتش می‌شدند. مسیرِ او برای دبیرستان و پس‌ازآن، چندان نویدبخش نبود.

والدینش همه‌چیز را امتحان کردند - بررسیِ تکالیف پسرشان، نشستن در کنارش تا نیمه‌شب برای تکمیل تکالیفِ طولانی‌تر، سخنرانی برای او درمورد اهمیت تحصیلات، تحسینِ او به‌خاطر توانایی‌هایش، تنبیه او زمانی‌که نتایج بدی می‌گرفت و تلاش نمی‌کرد - اما هیچ‌یک از استراتژی‌ها تأثیرِ پایداری نداشتند. کوین به‌سادگی پاسخ می‌داد که «از مدرسه متنفر است»، چون مدرسه وقتش را می‌گرفت و نمی‌توانست کارهایی را که دوست دارد انجام دهد و

به‌همین‌خاطر از مدرسه بیزار بود.

معلمان، به‌نوبهٔ خود، نیز گمراه شده بودند. فهرستِ آنان برای دانش‌آموزان باانگیزه - صحبت‌کردن با آنان، صرف وقت برای دست‌یابی به توافق، سخن‌گفتن با والدین، دادن وقت اضافی، اعمال تنبیهاتی همچون توقیف در مدرسه یا نمراتِ پایین - تأثیر پایدار بسیار کمی بر نحوهٔ برخورد کوین نسبت به وظایفش داشتند. آنها او را «تنبل» می‌نامیدند؛ عنوانی که هر سال آن را به‌دوش می‌کشید.

اما در کلاسِ هفتم، یک معلم ریاضیِ جوان که همچون کوین به فوتبال علاقه داشت و او نیز عاشق خندیدن و بازی‌کردن بود، علاقهٔ خاصی به او پیدا کرد. کلاس‌های کوین عموماً صرف بازی‌ها و ماجراهای مختلف می‌شدند و حواسش همواره با مسخره‌بازی و بی‌قاعدگی منحرف می‌شد؛ بااین‌حال، همین مربی او را با مهارت در برنامهٔ درسی هدایت می‌کرد. او معلم‌بودن را دوست داشت و واقعاً از حضور دختران و پسران در کلاسش لذت می‌برد. احساساتِ مثبتِ او به دانش‌آموزانش منتقل می‌شدند و زیربنای لازم را برای ارتباطات کلاسی فراهم می‌آوردند. به‌نظر همه‌چیز به‌خوبی پیش می‌رفت. زمانی‌که نوبت به جلسه‌های اولیا در فصل پاییز رسید، او به والدین کوین توضیح داد که پسرشان او را یادِ خودش می‌اندازد که استعدادهای درک‌نشدهٔ بسیاری داشت، اما با روتین‌ها و تکراری‌بودن مدرسه مشکل داشت.

والدین کوین سؤال کردند: «چه چیزی موجب شد همه‌چیز برایتان عوض شود؟» معلم اظهار داشت که رفتارش نه‌فقط در مدرسه بلکه به‌طور کلی در زندگی زمانی تغییر کرد که او را به یک معلم انگلیسی سپردند و معلم نظر او را جلب کرد. او هرگز واقعاً در نظر نگرفته بود که نوشتن می‌تواند جالب باشد

یا اقدامی برای ارضای خلاقیت، اما این معلم انگلیسی عاشق نوشته‌های خوب بود و نمونه‌هایی از نویسندگانِ محبوب خود را با احترام و تکریم می‌خواند. او دانش‌آموزانش را ترغیب می‌کرد ذهنشان را روی آنچه می‌نویسند متمرکز کنند، حتی برای تمرین‌هایی که بسیار روتین هستند، تا نشان دهند واقعاً چه احساسی دارند. معلم کوین توضیح داد که معلمِ انگلیسی‌اش به او کمک کرده است تا چیز جدیدی درمورد خود کشف کند که قبلاً به‌وضوح ندیده بود و بدین‌خاطر بسیار از او متشکر بود.

معلم که از این مهربانی تحت‌تأثیر قرار گرفته بود، قول داد که کوین را پروژهٔ ویژهٔ خود قرار دهد. او در ساعت‌های به‌خصوصی از روز برای کوین وقت می‌گذاشت، کنار میزش می‌ایستاد تا درمورد کارش با او صحبت کند و پیش‌از شروع کلاس باهم بخندند. همان‌طور که ارتباطشان بیشتروبیشتر جان می‌گرفت، معلم کوین را به‌چالش می‌کشید تا در کارش بیشتر نشان دهد که او واقعاً چه کسی است. همواره در این مورد نظر می‌داد که کوین چه کارهایی را خوب انجام داده و به‌سادگی از شخصیتِ فردی او لذت می‌برد. در طول فصلِ فوتبالِ حرفه‌ای لیگ انگلستان، تیم‌های موردعلاقهٔ آنان برای کسب جایگاه اول رقابت می‌کردند و آنها درمورد افت‌وخیزهای باشگاه‌های موردعلاقه‌شان بسیار سربه‌سر همدیگر می‌گذاشتند.

در طول سال، مادروپدر کوین شاهد بهبود مستمر در نگرشِ او نسبت به مدرسه بودند. تا ماه ژوئن، او نیز یاد گرفت به کارش اهمیت دهد؛ عادتی که در سطوحِ بعدی مدرسه نیز با خود به‌همراه داشت؛ اما اکتشافِ او درمورد خود یادگیری بود که بیش از همه تغییرش داد: اگر به کاری دل بدهد می‌تواند موضوعاتِ مختلف را کشف کند و ماجراجویی‌های روشنفکرانه‌ای داشته باشد که بسیار خوشحالش می‌کنند. کلِ دنیایِ ناشناخته به رویش گشوده شد. در

رابطه‌ای بر پایهٔ اعتماد که با معلمش شکل داده شده بود، یاد گرفت به جاهایی برسد که به‌تنهایی تصورش را هم نمی‌کرد. والدینش در بیان میزانِ خشنودی و تشکر خود مشکل داشتند.

افزایشِ درک

ریچارد هاولی و من از ابتدای سال ۲۰۰۸ مشارکتِ خود را با IBSC آغاز کردیم و درمورد آنچه واقعاً در آموزش به پسران ارائه می‌شود، به مطالعه پرداختیم. در یک‌سری مطالعات، داستان‌ها و مثال‌های قدرتمندی از بیش از چهل مدرسه از انواع مختلف و همچنین ۲۵۰۰ مرد نوجوان و ۲۰۰۰ معلمشان در شش کشور انگلیسی‌زبانِ مختلف جمع‌آوری کردیم.

جهت آغاز مطالعهٔ اکتشافیِ خود، به‌سادگی از معلمان و پسران سؤال کردیم بنا به تجربهٔ آنان چه چیزهایی مؤثر هستند. درحالی‌که پاسخ‌های پسران و معلمان تا حد زیادی همپوشانی داشتند و درمورد مشخصه‌های درس‌های موفقی که آنان توصیف می‌کردند اطمینان می‌دادند، یک واگراییِ کاملاً مشهود وجود داشت. معلمان بر مهارتِ دروس تمرکز کرده بودند و به زبانِ فنی درموردشان صحبت می‌کردند، اما پسران بیشتر به بحث و بررسیِ ویژگی‌ها و شخصیت‌های معلمان خود می‌پرداختند. گرچه در دستورالعمل به‌وضوح از آنها خواسته بودیم به نامِ هیچ‌کس اشاره نکنند، اما آنها حتماً از معلم یا مربی‌ای که زندگی‌شان را تغییر داده بود نام می‌بردند و با جزئیاتِ دقیق او را توصیف می‌کردند. تفاوتِ میان نحوهٔ پاسخ‌گویی معلمان و پسران به ما، توجهمان را به ارتباط دانش‌آموز - معلم جلب کرد. پسران چه چیزی را می‌دانستند و چرا برای آنها مشخص بود، اما برای مربیان حرفه‌ای مشخص نبود؟ در جهت تأیید معلمانی که آنان را الهام می‌بخشیدند، متوجه شدیم که برای پسران «رابطه همان رسانه‌ای است که ازطریق آن آموزش و یادگیریِ موفق انجام می‌گیرد».

به‌محض انتشار نتایج، درخواست‌های متعددی برای صحبت‌کردن درمورد آنچه

یافته بودیم در کنفرانس‌ها و بازدید از مدارس دریافت کردیم. کمک به مدارس به‌منظور پشتیبانی از تقدمِ تلاش‌های ارتباطی معلمانشان بسیار مهم بود، اما متوجه شدیم به‌رغم تعهدِ قابل‌توجه معلمان و مدیران مدرسه، برای مدارس اصلاً کار آسانی نیست که روابط را مرکزِ آنچه انجام می‌دهند قرار دهند. ما دریافتیم اگرچه معلمان به‌طور کلی می‌دانند پسران نیازمند ارتباطی برای مشارکت هستند، فرصت بسیار کمی برای فکرکردن به شکل سیستماتیک به این موضوع داشتند. زمانی‌که از آنها خواسته شد عنوان کنند چرا چنین کارهایی می‌کنند، آنان اغلب به‌سختی قادر به توضیح رفتارهای خود بودند. تعلیم‌وتربیتِ رابطه‌ای آنان معمولاً در سطح شهود اتفاق می‌افتد، گویی در یک جعبهٔ سیاه ایجاد شده است. مربیان سرشار از کلیشه‌های فرهنگیِ پسران به‌عنوان موجوداتی مستقل هستند و معمولاً علم و آگاهی کاملی درمورد آنها ندارند.

ازطرف‌دیگر، پسران خود بسیار شفاف عمل می‌کنند. در یک گروه تمرکز، در واکنش به سؤال ما درمورد معلمانی که به‌خوبی با آنها کنار آمده‌اند، یک پسر به شکلِ انیمیشنی شروع به صحبت‌کردن در این مورد کرد که یک معلم چگونه او را «گیر» انداخته است. دیگر پسرانِ گروه نیز با او هم‌نوا شدند. آنها با حرارت بسیاری از این معلم صحبت می‌کردند و جوّ کلاسش را طوری توصیف می‌کردند که گویی فضایی بسیار کمیاب است. آنها می‌گفتند «در کلاسِ او، دیگر اصلاً دوست ندارید سرپیچی کنید». حضور معلم سخت‌گیرانه یا آمرانه نبود. درعوض، آنها احساس می‌کردند باید موضوع را جدی بگیرند، چراکه معلم درمورد آن بسیار جدی بود؛ پسران درمورد «علاقه» و مراقبتی که از آنها به‌عمل می‌آورد سخن می‌گفتند. صبور، متعهد، باملاحظه و مفید: او را این‌گونه توصیف می‌کردند. یکی از پسران گفت: «چیز خاصی در وجودش دارد که باعث می‌شود اگر بیشترین تلاشت را نکنی شرمنده شوی.»

ما متوجه شدیم برای کمک به مدارس در ساختِ روابطی مرکزی‌تر، نیاز داریم آنها را به شکل مشخص‌تری روی نقشه بیاوریم. در مطالعهٔ بعدی‌مان، مشخصه‌هایی از روابط را که مؤثرند و آنهایی را که مؤثر نیستند پیدا کردیم. دریافتیم ویژگی‌های معلمانی که با دانش‌آموزان ارتباط برقرار می‌کنند، در فرهنگ‌ها، کشورها و مدارسِ مختلف دارای تناسب و شباهت هستند.

در زیر شاهد فهرستی از ویژگی‌های معلمانی هستید که ما متوجه شدیم در غلبه بر کله‌شقی پسران مؤثر بوده‌اند و مشارکت‌های کاری را شکل می‌دهند:

- تسلط بر موضوعی که تدریس می‌کنند؛ روابط مثبت میان دانش‌آموز - معلم به سادگیِ ایجادِ ارتباطی دوجانبه نیست؛ درعوض، دانشِ شفاف از موضوعِ مربوطه اساسِ مشارکتِ پسران در یادگیری است؛
- استانداردهای بالا؛ پسران غالباً به معلمانی توجه دارند که استانداردهای شفافِ کلاسِ درس و کیفیت کار را همچون معلمانی که بیشترین اعتماد را به آنان دارند، در سطح بالا نگاه می‌دارند؛
- پاسخ‌دادن به علایق یا استعدادهای شخصیِ یک دانش‌آموز؛ این درک از سوی دانش‌آموزی که معلمش او را فراتر از یک دانش‌آموز ریاضی یا انگلیسیِ کلاس‌هفتمی می‌داند، ارتباطش را با معلم قوی‌تر می‌کند و تمایلش را به مشارکت در تمرینات افزایش می‌دهد؛
- داشتنِ یک علاقهٔ مشترک با دانش‌آموز؛ به‌همین‌صورت، داشتنِ یک علاقهٔ فردی - چه ورزشکاری، موسیقایی، مکانیکی - موجب ایجاد ارتباطی مطمئن با تأثیراتِ مثبت مشابه بر عملکرد می‌شود؛
- داشتنِ یک مشخصهٔ معمولِ مشترک با یک دانش‌آموز؛ این واقعیت که معلم مشخصه‌ای مشترک با دانش‌آموز دارد - یک مشخصهٔ فیزیکیِ

- قابل‌توجه، پیشینه، قومیت، زخم، غلبه بر یک مشکل - غالباً راهی برای برقراری ارتباط با اوست؛
- تطبیق‌دادن خود با سرکشی و بی‌توجهی پسران؛ معلمانی که بتوانند در برابرِ شخصی‌سازیِ رفتار مخالف پسران مقاومت کنند و درعوض با خویشتن‌داری و حتی شوخی بدان پاسخ دهند، نه‌تنها می‌توانند اعتماد دانش‌آموزان را جلب کنند بلکه در کلاس جوّ خوبی ایجاد می‌کنند؛
- تمایل به آشکارسازیِ آسیب‌پذیری؛ گاهی‌اوقات معلمان یک تلاشِ فردی را به‌عنوان راهی برای انسانی‌کردن خود در برابر دانش‌آموزان به‌کار می‌گیرند و همین یکی از شیوه‌های رایج‌تر عذرخواهی از دانش‌آموزان است زمانی‌که اشتباه می‌کنند.

زمانی‌که معلمان با به‌کارگیریِ یک یا چند مورد از این استراتژی‌ها رابطهٔ موفقی با پسر ایجاد می‌کنند، می‌توانند تفاوت قابل‌توجهی را موجب شوند. البته مزایای عملی از همه مهم‌تر هستند: زمانی‌که پسران مهارت‌های مختلف و توانایی تسلط بر موضوع را به‌دست می‌آورند، قادر خواهند بود که آزمون‌های لازم را از سر بگذرانند. این مزیت همان‌طور که یکی از دانش‌آموزان گفت، دستاورد کوچکی نیست:

«من همیشه در ریاضیاتِ راهنمایی مشکل داشتم، به‌خصوص هندسه. نمی‌توانستم ذهنم را متمرکز کنم. هرچه بیشتر سعی می‌کردم، بیشتر متوجه نمی‌شدم. پس‌از چند درس، یک معلمِ ریاضیِ دیگر به مدرسهٔ ما آمد و من از او خواستم معادلات را با من کار کند. او به‌آرامی آنها را برایم توضیح داد و من به‌مرور متوجه شدم. در کتابم نوشت چطور همه‌چیز را برایم توضیح داده است و من به‌مرور بهتروبهتر متوجه شدم. سپس در مسائل بعدی، همان کاری را که او گفته بود انجام دادم و همه‌چیز را به‌خوبی متوجه شدم. من برای ادامه‌دادن کارم بسیار انگیزه داشتم، همچنین به‌خاطر فهمِ این موضوع که چه

کاری انجام می‌دهیم بسیار خوشحال بودیم. این موضوع باعث می‌شد به کارم ادامه دهم و من درنهایت با نمرهٔ ۴۸ از پنجاه در امتحان قبول شدم. از همان‌موقع دیگر با ریاضی مشکلی نداشته‌ام.»

اما فراتر از بهبودهای آنی، مزایای دیگری نیز وجود دارند. زمانی‌که پسران توانایی‌های جدیدی به‌دست می‌آورند، مفهومی که از خود در ذهن دارند رشد می‌کند و قادر خواهند بود امکانات جدیدی را در زندگیِ خود شاهد باشند. پسران می‌گویند یک معلم فیزیک آن‌قدر رویشان تأثیر گذاشته است که دوست دارند دانشمند شوند، یا با داشتنِ یک معلم خوب انگلیسی، علاقه‌مندند شاعری را پیشه کنند. یک مرد جوان درمورد انگیزه‌گرفتن از معلم تاریخ خود به‌گونه‌ای سخن می‌گفت که موجب شده بود او در مسیری غیرمنتظره قرار بگیرد:

«یک تجربهٔ کلاسیِ مشخص که برایم بیش از همه خاطره‌انگیز است، تاریخ آمریکاست. از لحظه‌ای که به کلاس پا گذاشتم، مملو از هیجان و علاقه به تاریخ بودم. شبیه به هیچ تجربه‌ای که تا به امروز داشته‌ام نبود. معلمم عاشق تاریخ بود و آن‌قدر بدان علاقه داشت که عشقش به شکل آنی به من منتقل شد. من نیز از این عشق مجذوب و اسیر شدم و آن اولین‌باری بود که واقعاً برای درسی تلاش می‌کردم. از آن لحظه به‌بعد، برای یادگرفتن همه‌چیز به‌خصوص تاریخ تلاش کردم. این مطمئناً نقطهٔ تغییری در تجربیاتِ تحصیلی من بود.»

علاوه‌بر افزایش مهارت‌های خود و افزایشِ جاه‌طلبی‌هایشان، در یک رابطهٔ موفق با یک معلم یا مربی، پسران مشاهده کردند کمکی به آنها شده است و می‌توانند انتظار داشته باشند که نیازهایشان برآورده شود. آنها متوجه شدند حتی زمانی‌که با موانع دشواری روبه‌رو می‌شوند تنها نیستند. این مرد جوان

داستانی را با ما به‌اشتراک گذاشت که در کلاس کامپیوتر اتفاق افتاده بود، اما از آن کلاس فراتر رفت:

«این اتفاق در کلاسِ مطالعات کامپیوتر پایهٔ دهم با معلم رخ داد. زمانی‌که شروع به برنامه‌نویسی کردیم، من در درکِ این موضوع که برنامه‌نویسی چگونه است و چطور باید آن را انجام دهم مشکل داشتم، معلم که درک بالایی نسبت به من داشت، کمکم کرد در مسیر صحیح پیش بروم. او هرگز از من ناامید نشد حتی بااینکه بازهم مشکل داشتم و درنهایت، بعداز جلساتِ کمکیِ صبح و ظهرِ بسیاری، نوری در ذهنم روشن شد و همه‌چیز را متوجه شدم. توانستم در امتحان نهاییِ آن درس نمرهٔ خیلی خوبی بگیرم، اما این پایان و نکتهٔ اصلی داستان نیست. نکته این است که او هرگز از من ناامید نشد و همواره باور داشت می‌توانم کارم را انجام دهم. هیچ راهی وجود نداشت که من بتوانم در این درسِ گیج‌کننده و دشوار، بدون کمک بی‌شائبهٔ او نمرهٔ قبولی کسب کنم. او تمام تلاش خود را برای کمک به من انجام داد.»

عمقِ قدردانی پسران از معلمانی که به آنها کمک می‌کنند همواره بسیار ژرف است. فلسفه‌دانِ آموزشی دیوید هاوکینز[۱۱۴] در مقالهٔ مشهور خود با عنوانِ «من، تو و آن»[۱۱۵] این جنبه از شراکت‌های موفق را برای یادگیری مدنظر قرار داده است و می‌نویسد: «شما چه احساسی نسبت به فردی که این کار را برایتان انجام داده است دارید؟» نیازی نیست عشق باشد، اما حتماً باید احترام باشد. شما بدین‌خاطر فردِ مقابل را ارج می‌نهید که به شکل یکتایی برای شما در پیشرفتِ زندگی‌تان اهمیت دارد.»

ناتوانی در برقراریِ ارتباط

بااینکه پسران در زمان دریافتِ کمک بسیار قدرشناس هستند، ممکن است ناراحت، ناامید، عصبانی و حتی تلخ شوند، اگر معلمانشان نتوانند ارتباط لازم را با آنان برقرار کنند. بدون چنین ارتباطاتی، پسران به‌سرعت از صحنه کنار می‌روند. آنان باور دارند که هر معلمی باید علاقه‌مند به هدایت و راهنمایی آنها باشد. همان‌طور که بیش از یک پسر در مصاحبهٔ گروهی به ما گفت: «این وظیفهٔ آنهاست. آنها باید به ما اهمیت دهند و در یادگیری کمکمان کنند.»

در روابط یادگیری که از نوعی شکست رنج می‌برند، پسران نظراتشان را پنهان نمی‌کنند و حرفشان را خواهند زد: آنها این معلمان را معلمانی بی‌توجه، بدرفتار، ضعیف و نامحترم و یا حتی بدجنس توصیف می‌کنند. یکی از پسران درمورد معلمی که احساس می‌کرد با او بدرفتاری می‌کند، گفت: «از او متنفرم. هیچ کاری در کلاسِ او انجام نمی‌دهم. می‌تواند مرا رد کند، می‌توانند مرا از مدرسه بیرون کنند، من هیچ کاری انجام نخواهم داد.» زمانی‌که از او علت را سؤال کردند، نظر به اینکه او بیشتر از معلم درواقع به خود صدمه می‌زد، اما همچنان مصمم بود: «من هیچ کاری برای او انجام نخواهم داد.» چنین گرایش‌های سختی در داستان‌های پسرانی که در روابط خود دچار شکست شده بودند نیز بسیار دیده می‌شد. پسران که احساس می‌کردند ناامید شده‌اند، به‌آسانی ارتباط خود را قطع می‌کردند.

ما از پسران خواستیم توضیح دهند چرا فکر می‌کنند در ارتباطاتِ خود با معلمانی به‌خصوص، عملکرد خوبی ندارند. فهرست توضیحات تقریباً عکسِ فهرستی بود که در توضیحِ روابط مثبت نام بردند. همچنین موضوعِ دیگری که

بسیار قابل‌توجه بود این بود که شکایت‌هایشان تا چه حد ارتباطی است و شامل تمام دفعاتی می‌شود که معلمان با شیوه‌های مختلفی ناامیدشان کرده و انتظاراتشان را مبنی بر اینکه کمکشان کنند برآورده نکرده‌اند:

- معلمانی که به آنها بی‌احترامی کرده یا تحقیرشان می‌کنند؛ احترام از الزاماتِ اساسی برای یک ارتباط یادگیری از دیدگاه پسران بود: نبودِ احترام رایج‌ترین توضیح آنها برای شکست در رابطه بود. معلمانی که گرایش‌هایی منفی یا انتقادی از خود نشان می‌دهند، موجبِ امتناعِ مطلق پسران در برقراری ارتباط می‌شوند، حال عواقب آن هرچیزی که می‌خواهد باشد؛
- معلمانی که علاقهٔ فردی کمی به درسِ خود نشان می‌دهند؛ پسران انتظار دارند معلمان در درس خود خبره باشند و عمیقاً به آنها اهمیت بدهند. انتظار دارند با علاقهٔ شخصیِ معلم به شیوه‌هایی که کلاس را ترفیع دهند و آن را جالب کنند، هدایت شوند؛
- معلمانی که به آنها بی‌توجه یا بی‌تفاوت باشند؛ پسران نه‌تنها انتظار دارند درس‌ها به‌خوبی به آنها تدریس شوند بلکه معلمانی را می‌خواهند که قادر به مشاهدهٔ علاقهٔ آنان باشند و ممکن است از دست معلمانی که به آنها گوش نمی‌کنند بسیار عصبانی شوند؛
- معلمانی که واکنشی نشان نمی‌دهند؛ به‌همین‌صورت پسران انتظار دارند - نیاز دارند - معلمانشان به تلاش‌هایشان برای یادگیری با تعهد به کمک، ازجمله تمایل به تجدیدنظر در شیوهٔ خود درصورتی‌که با شیوهٔ یادگیریِ پسر همخوانی نداشته باشد، واکنش نشان دهند؛
- معلمانی که قادر به کنترل کلاس خود نباشند؛ از بسیاری جهات، تناوبِ این موضوعِ گزارش‌شده موجب تقویتِ این یافتهٔ ما شد که پسران به‌واقع انتظار دارند کلاس‌ها به‌وسیلهٔ معلمانی شایسته برگزار شوند تا آنان قادر به تمرکز و یادگیری باشند؛

- معلمانی که کسل‌کننده یا عاری از هرگونه جذابیتی باشند؛ به‌جز میزانِ علاقهٔ معلم و مشارکتش در موضوع، اینکه معلمان چطور درس‌های خود را تدریس می‌کنند نیز برای پسران اهمیت بسیاری دارد. آنها امیدوارند به‌وسیلهٔ معلمانشان از یکنواختیِ روتین‌های مدرسه خارج شوند؛
- معلمانی که در برقراریِ ارتباط ضعیف عمل می‌کنند؛ گاهی‌اوقات پسران هیچ‌گونه رنجشِ خاصی از معلم خود احساس نمی‌کنند، درعوض، به‌سادگی قادر به درکِ آنها یا درس‌هایشان نیستند.

به‌نظر ما دیدگاه‌های پسران از شکست‌های ارتباطی، کل داستان نیست و موضوع اصلی فراتر از این است، اما زمانی‌که همین سؤال را از معلمان پرسیدیم، دیدگاه آنان نیز همچون پسرها بود: چرا رابطه‌ای که توصیف کردند خوب نبود؟ بااینکه وقتی معلمان قادر به ترمیم شکستِ ارتباطی نبودند احساس پشیمانی می‌کردند - غالباً در قالب کلماتی که بسیار غم‌انگیز بودند - اما همچون پسران، آنان نیز خود را مقصر نمی‌دانستند و در پایان، شرایط شخصی یا خانوادگیِ دانش‌آموزان، مشکلات روان‌شناختیِ آنان، نقایصِ یادگیری یا در برخی از موارد، فشارهای فرهنگی را عامل شکست‌های ارتباطی می‌دانستند. معلمان و مربیان عموماً اظهار می‌داشتند تمام کاری را که ازنظر حرفه‌ای از آنها انتظار می‌رفته انجام داده‌اند - گرچه در موفقیت‌های خود، تلاش‌های مداومشان را برای غلبه بر این شرایط جشن می‌گرفتند - و به شکل تدافعی باور داشتند نیروهایی فراتر از کنترل آنها موجب شکست شده‌اند.

چندان تعجب‌برانگیز نیست که شکست‌های مکرر در روابطِ یادگیری رخ دهند. هرچه باشد، هم پسران و هم معلمان زندگی‌های کاملی دارند و بسیاری از منابعِ اضطراب می‌توانند بر توانایِی آنان در توجه کامل به روابط مدرسه تأثیر بگذارند. در روابط انسانی به اشکال مختلف، بسیار رایج است که چرخه‌هایی از ارتباط - قطع ارتباط - به‌منظور برقراریِ مجدد ارتباط وجود

داشته باشند که دانشمندانِ عرصهٔ ارتباط نیز بر آن شهادت می‌دهند. قطع ارتباط مشکلِ اصلی نیست. چالش اصلی برای آموزشِ رابطه‌ای، به گفتهٔ جین بیکر میلر، روان‌پزشکِ معاصر و نویسنده، از کالج ولزلی[۱۱۶]، عبارت است از «اینکه چگونه این موانع را می‌توان به مسیرهای ارتباطی تبدیل کرد».

نظر به تناوبِ قطع ارتباط‌ها، کوچک و بزرگ، در کلاس درس و روابط مدرسه، ما فکر می‌کردیم مشکلِ شکست ارتباطی را چگونه می‌توان حل کرد. از میان دیدگاه‌های مختلف معلمان، غالباً این دیدگاه را می‌شنویم که وظیفهٔ پسربچه بوده که رابطه را درست کند: «من با این پسر تا جایی که توانسته‌ام پیش رفته‌ام؛ او باید قدم بعدی را بردارد پیش‌از اینکه من حتی یک قدم دیگر پیش بگذارم.» اما زمانی‌که این ایده را در یک گروه تمرکز با دانش‌آموزان ارشدِ پیشرو در دبیرستانی مطرح کردیم، متوجه شدیم که حتی توانمندترین دانش‌آموزان نیز در زمانِ قطع ارتباط با معلمان یا مربیان خود دچار مشکل می‌شوند. پسرانی که دچارِ احساسِ ترس یا نفرت می‌شوند، غالباً در جایگاهی نیستند که تا ورای مرزهای سنی و تفاوت‌های قدرتی پیش بروند و ارتباط را دوباره برقرار سازند. در عوضِ تلاش برای ترمیم ارتباط، معمولاً آن درس یا معلمش را کاملاً از ذهن خود خط می‌زنند و تا آخر ترم تصمیم به تحمل می‌گیرند و گاهی‌اوقات رفتارِ منفی را پیشهٔ خود می‌سازند.

به دلایلِ عملی، مسئولیتِ برقراری ارتباط با یک دانش‌آموز بر عهدهٔ معلم، به‌عنوان فرد بزرگ‌سال و حرفه‌ای است. روان‌شناس دنیل راجرز[۱۱۷] از دانشگاه کِنسا[۱۱۸]، این نقشِ پیش‌فرض را به‌عنوان مدیر روابط توصیف می‌کند و سه مسئولیت مشخص را بدان نسبت می‌دهد:

- متخصص‌بودن و تسهیلِ یادگیری دانش‌آموزان؛

- حفظ آگاهی عمومی از اتحاد میان معلم و دانش‌آموز؛
- کنترل و بهبودِ هر دو طرف در اتحاد آن دو.

ما در داده‌های خود دریافتیم معلمانی که در ایجاد و حفظ ارتباطات با دانش‌آموزان موفق هستند، از آنها انتظارِ مسئولیت‌پذیری برابر در رابطه ندارند. آنها فرض می‌کنند پسر که آسیب‌پذیر و کاملاً مجذوبِ تلاش برای آموختن یک موضوعِ درسی مشکل است، تمام تلاشِ خود را به‌کار می‌بندد، اما مدیریتِ ارتباط با تعداد زیادِ دانش‌آموزان به‌واقع کاری تقریباً غیرممکن است.

پسران هم کار را آسان نمی‌کنند. زمانی‌که دانش‌آموزانِ مذکر مورداهانت قرار می‌گیرند، می‌ترسند، درهم می‌شکنند یا به‌گونه‌ای مقاومت می‌کنند که حتی صبورترین معلمان را نیز ناامید می‌کنند. در رویارویی با پسرانِ متخاصم، مخرب، نفی‌کننده یا گستاخ، بسیاری از پسران حالت دفاعی به خود می‌گیرند. آنها در محافظت از خود به موقعیتی چنگ می‌زنند که هرآنچه را از آنها انتظار می‌رود انجام می‌دهند؛ اکنون وقت آن است که پسر به‌رغم تمامی مشکلات، قدم بعدی را اجرا کند؛ بنابراین، ما دریافتیم در انتهایِ شکست‌های ارتباطی، معلمی قرار دارد که از مدیریت ارتباط به محافظت از خود تغییر رویه داده است. این نامهٔ پذیرش از سوی یک معلم به‌واقع تصدیقِ این نتیجهٔ بسیار رایج بود:

«دلیلِ اینکه من قادر نبودم رابطهٔ مناسبی با این دانش‌آموز برقرار کنم این بود که صادقانه بگویم، چشم‌اندازِ آینده بیش از حد خسته‌کننده بود؛ نقاط مشترکِ زیادی نداشتیم و من هیچ تمایلی از جانب او به برقراری ارتباط نمی‌دیدم. می‌دانستم او همچنان با چالش‌های خانوادگی بسیاری دست‌وپنجه نرم می‌کند، اما هر روز ظاهری بی‌تفاوت به خود می‌گرفت. زمانی‌که مشکلی داشت به‌سختی می‌شد متوجه شد. آن‌طور که من متوجه شدم، این دانش‌آموز

مشخصاً کودکی بود که نیاز به کمک داشت اما کمک نمی‌خواست. او دوست داشت باحال باشد، ورزش کند و من فکر می‌کنم از همه مهم‌تر اینکه می‌خواست مردِ جوانِ قدرتمندی به‌نظر برسد. به نظرِ من درخواستِ کمک یا حتی پذیرفتنِ آن به‌نظرش نشانی از ضعف می‌رسید. باید اعتراف کنم دیگر دوست نداشتم تلاش کنم. او معمولاً به من و دیگران اخم می‌کرد، به همتایانِ خود بی‌احترامی کرده و همه‌چیز را تحقیر می‌کرد. پذیرفتنِ این موضوع برای یک معلم/ مربی کار بسیار دردناکی است، اما من دیگر ناامید شدم؛ بنابراین مطمئنم او نیز متوجه ناراحتیِ من از خودش شد. این موضوع را با گفتنِ اینکه او هیچ احترامی به من نمی‌گذارد و مشخصاً مرا دوست ندارد توجیه کردم. احساس می‌کردم در طولِ دو سالِ اول واقعاً سعی‌ام را کرده‌ام. نمی‌توانستم ناامیدیِ خود را از او پنهان کنم و مطمئنم او نیز از این موضوع بیشتر بهره می‌برد. دست‌وپنجه نرم‌کردن با او دیگر کار مشکلی شده بود، اما احساس می‌کردم هر کاری در توانم بوده انجام داده‌ام.»

در مقابل، زمانی‌که معلمان ناامید نمی‌شوند یا بارِ ترمیم رابطه را بر دوش دانش‌آموز می‌گذارند، حتی باوجود احساس سردرگمی و منفی‌نگری، ممکن است پیشرفت‌هایی ایجاد شوند؛ برای مثال، سارا در یک مدرسهٔ پسرانه معلم ریاضی بود که گروهی از پسران در آنجا او را به‌اندازهٔ کافی جدی نمی‌گرفتند. آن گروه آخر کلاس می‌نشستند و صحبت می‌کردند و مسخره‌بازی درمی‌آوردند. زمانی‌که سارا حرف‌هایشان را اصلاح می‌کرد، آنها گاهی مسخره‌اش می‌کردند و پشت سرش حرف‌هایی می‌زدند. سارا برای اینکه مشکل را در نطفه خفه کند، کالوین[redacted] را رهبرِ گروه تشخیص داد و او را یک روز بعداز کلاس کنار کشید. او توضیح داد که پتانسیلِ رهبری را در او می‌بیند، اما نگران است که در جهتی منفی و نه سازنده رهبری کند. در طولِ جلسه، او مؤدب و ساکت بود، سارا احساس کرد به هدفش رسیده است؛ اما از همان روز به‌بعد، به‌نظر می‌رسید

کالوین اعتمادبه‌نفسش را از دست داده است: او خیلی کم کار می‌کرد، به‌ندرت در کلاس توجه می‌کرد و به‌سختی زمانی‌که سارا صحبت می‌کرد به او نگاه می‌کرد.

با مشخص‌شدن این موضوع که «راه‌حلِ» سارا رابطه را بدتر کرده است، او تصمیم گرفت رویکردِ دیگری را در طول جلسهٔ اولیاومربیان امتحان کند. در آغازِ جلسه، او از پسر عذرخواهی کرد و به والدینش توضیح داد درمورد کالوین قضاوتِ اشتباه کرده و احتمالاً او را شرمنده کرده است و از کالوین خواست شانسِ دیگری به او بدهد. گرچه کالوین مقابلِ پدرومادرش حرف زیادی نزد، سارا متوجه شد که کمتر از گذشته ساکت است، تکالیفش را به‌موقع تحویل می‌دهد و خود را از دیگر پسران جدا می‌کند - که موجبِ کم‌شدن شدتِ آزارواذیت‌ها شد. در زمان مناسب، سارا توانست به‌سمت رابطه‌ای رضایت‌بخش‌تر پیش برود و حتی انتقادهای سازنده‌ای درمورد تکالیفش به او می‌داد و پیشرفت‌هایش را در طول سال موردتشویق و تحسین قرار داد.

فرضیهٔ عملیاتیِ سارا، همچون تمامی مدیرانِ روابط خوب، این بود: اگر یک استراتژی نتیجه ندهد، آن‌قدر تلاش خواهد کرد تا استراتژی دیگری پیدا کند. علاوه‌بر اعتماد و پافشاریِ او، آنچه بسیار قابل‌توجه بود، انعطاف‌پذیری‌اش بود. مشکل را او باید حل می‌کرد؛ او هرگز جرئت نمی‌کرد مسئولیتش را بر عهدهٔ یک پسر یا خانواده‌اش بگذارد.

در زمانِ درنظرگرفتنِ شکست‌ها در ارتباطات یادگیری، فشارهایِ انسانیِ آموزشی از همه مهم‌تر هستند. تامارا بیبی[illegible] از دانشگاه آموزشیِ لندن، این فشارها را با نوشتنِ عبارت زیر به‌تصویر کشید: «احساسِ همیشگی اینکه دیگران او را می‌بینند، همراه با نیاز مداوم به اطمینان از اینکه او دیده

می‌شود، به او ارزش گذاشته می‌شود و می‌تواند تصدیق شود که به‌اندازهٔ کافی خوب است و بنابراین شایستهٔ توجه (عشق) است، موجب می‌شود کلاس درس مکانی بسیار پیچیده و خطرناک شود؛ مکانی که می‌تواند برای تمامی افراد دیگر اضطراب ایجاد کند.»

گاهی‌اوقات مایهٔ تعجب است که به‌رغم چالشِ شغلیِ مدیریت تعداد زیادی روابط پیچیده، معمولاً تحت‌شرایط بسیار مشکل، فارغ‌التحصیلانِ دانشگاهی ایدئال‌گرا، همچنان به حرفهٔ تدریس روی می‌آورند؛ اما امید این معلمان جدید، بیهوده نیست. در صحبت با مربیان کهنه‌کار که دهه‌ها وقت خود را با جوانان گذرانده‌اند، همواره داستان‌هایی در باب ماهیتِ رضایت‌بخش کار آنان وجود دارد. بااینکه آموزشِ رابطه‌ای می‌تواند بسیار چالش‌برانگیز باشد، اما پاداش‌های کافی را به‌همراه خواهد داشت تا افراد از حرفه‌شان کناره‌گیری نکنند.

مدارسِ رابطه‌ای

در پروژه‌ای دیگر از سری مطالعاتم، مجموعه‌ای کوچک از مدارس با من همکاری کردند تا آموزشِ رابطه‌ای را محور اصلی رویکرد خود کنند. هر مدرسه استراتژی‌هایی ارائه کرد تا از معلمان و مربیان در تلاش‌های رابطه‌ای‌شان پشتیبانی کند، با علم به اینکه اکثر آنها در طول سال تحصیلی با چالش‌های رابطه‌ای روبه‌رو می‌شوند. قراردادن منابع ارزشمندِ زمان و توجه، پشتِ تعهد مدرسه جهت دست‌درازکردن به‌سوی هر پسر، بدین معناست که معلمان خودشان به‌تنهایی لازم نیست از همه‌چیز سر درآورند.

بدبینی درمورد برقراری ارتباط با یک دانش‌آموز زمانی افزایش می‌یابد که یک معلم تحت‌اضطراب باشد و تهدیدی در برابر شایستگی و توانمندیِ حرفه‌ای خود احساس کند. معلمان درصورتی‌که به سه شکل تحت‌فشار قرار گیرند، ممکن است حالت دفاعی را اتخاذ کنند. اندی هارگریوز[ ]، استاد دانشگاه بوستون، که درمورد «بارِ عاطفیِ» تدریس مقالاتی نوشته است، دریافت که احساس عدم توانمندی و قدرت به‌خصوص برای معلمانی ناراحت‌کننده است که هویت‌های حرفه‌ای‌شان وابسته به موفقیتی است که با دانش‌آموزان کسب می‌کنند. در پرتو اینکه پسرانِ ترسیده تا چه حد از تلاش‌های دیگران برای مشارکت‌دادن آنان طفره می‌روند، برای معلمان غیرواقع‌بینانه است که مقاومتِ آنها را به خودشان بگیرند. اما در عمل، مقاومتِ یک پسر به‌راحتی می‌تواند آنان را عصبانی یا آزرده‌خاطر کند.

برخی از اصول پایه باید نشان دهند که مدارس چگونه از تدریسِ رابطه‌ای پشتیبانی می‌کنند. همان‌طور که قبلاً هم گفتم، باید توافقی فلسفی بر این مبنا

میان همه وجود داشته باشد که مدیریت رابطه همواره با معلم باشد، نه دانش‌آموز. این موضوع در کلاس ساده‌تر از چیزی است که در حالت نظری دیده می‌شود. به‌رغم تمایلِ قابل‌درکِ دانش‌آموزان به اینکه مسئولیتِ بیشتری بپذیرند، به‌خصوص با افزایش سن، اینکه منتظر یک پسر بمانیم تا در رابطهٔ میان معلم بزرگ‌سال و دانش‌آموز قدمی بردارد بسیار غیرعملی است. این فردِ حرفه‌ای است که باید مشکلاتِ رابطه را حل کند.

به‌همین‌صورت، همه در مدرسه باید از این ایده پشتیبانی کنند که مهم نیست مشکلات چه باشند، هر پسری می‌تواند هدفِ برقراری ارتباط باشد. معلمانِ رابطه‌ای دانش‌آموزانِ سرسخت خود را برای تخلف‌های انضباطی اخراج نمی‌کنند. درعوض، روی ایجاد تأثیر ازطریق یافتن راه‌هایی جهت برقراریِ ارتباط با آنها کار می‌کنند و امیدوارند توجه و مراقبتشان بتواند پسرانی را که به‌وضوح مشکل دارند هدایت کند. معلمانِ رابطه‌ای تنگناهای خود را با دانش‌آموزان، نشانه‌ای در نظر می‌گیرند که می‌گوید هنوز به رویکردی مؤثر با آنها دست نیافته‌اند و همچنان تلاش می‌کنند تا زمانی‌که به موفقیت دست یابند.
درحالی‌که جمع‌آوریِ اطلاعات بیشتر از یک پسر ازطریق ارزیابی‌های خارجی می‌تواند ابعادی به تلاش‌های رابطه‌ای اضافه کند، ارجاعِ بیش از حد پسران برای سرویس‌های پشتیبانی روانی - آموزشی، بیش از اینکه به نیازِ معلمان ارتباط داشته باشد، با سردرگمی و ناامیدی آنان مرتبط است.

همچنین در اینجاست که پشتیبانیِ همتایان اهمیت خاصی پیدا می‌کند. هیچ معلمی نمی‌تواند انتظار داشته باشد همواره بی‌طرف باشد. به‌خصوص زمانی‌که سعی دارد از خود محافظت کند، ممکن است نقشِ خود را در شکست‌های ارتباطی نبیند. میریام رایدر - راث به معلمان یادآوری می‌کند که مقاومت فایدهٔ چندانی ندارد: «ما نمی‌توانیم نقاط کور خود را بدون بازخوردهای مستمر

و ملایمِ همکارانمان ببینیم.» بسیاری از مدارس فرصت‌های رشد حرفه‌ای را مطرح می‌کنند تا امکان تفکر و هدایتِ همتایان برای دانش‌آموزان فراهم آید. اختصاصِ برخی از این فرصت‌ها جهت مرورِ مشکلات رابطه‌ای باعث می‌شود احتمال اینکه معلمان بررسی کنند در کجا کشمکش را تجربه می‌کنند افزایش یابد.

در کارگاه‌هایی با این مدارسِ رابطه‌ای، من مدلی را برای کمک به معلمان، برای تغییر زمان‌هایی که نمی‌توانند به کار خود با یک دانش‌آموز ادامه دهند، آزمایش کردم. در کارگاهی در یک مدرسه، مدیر مدرسه داستانی درمورد یک پسر ناسازگار و مخل تعریف کرد. او پذیرفت که در یک دعوای بسیار پرسروصدا با پسر، بیش از حد عصبانی شده است. پس‌ازآن، برقراریِ ارتباط با پسر از این هم مشکل‌تر شد. همان‌طور که او درمورد اتفاقاتِ بعدی صحبت می‌کرد - پسر دچار مشکل شد، از مدرسه اخراج شد و به سبب اضطرابش به دردسرهای بیشتری افتاد - دیگر قادر به کنترلِ خود نبود. اتاق کاملاً ساکت شده بود و او در این مورد سخن می‌گفت که هنوز هم بعداز گذشت تمام این سال‌ها چقدر احساس ناراحتی و گناه می‌کند. آنچه در داستانش بسیار مشهود و برای همکارانش آشکار بود، تعهدِ قلبیِ او به پسر و غم و اندوهش از کم‌کاریِ خود بود.

همان‌طور که او سعی می‌کرد خودش را جمع‌وجور کند، تعدادِ دیگری از معلمان به‌صورت خودجوش سخن گفتند تا شجاعت و صداقتِ او را تأیید کنند و بازخوردهایی ارائه دهند. یک‌به‌یک درمورد خوبی او، احترامی که برایش قائلند و اینکه واضح است او تمام تلاشش را برای پسر کرده است سخن گفتند. آنها همچنین ایده‌هایی را مطرح کردند مبنی بر اینکه او چه کارهایی را باید متفاوت انجام می‌داد و اینکه دفعهٔ بعدی چه باید بکند و بر این موضوع تأکید

داشتند که ذهنیتِ رشد چطور بخشِ جدایی‌ناپذیری از آموزه‌های رابطه‌ای است: همه می‌توانند بهبود پیدا کنند. پشتیبانیِ همتایان به معلمانی که دیگر ایده‌ای ندارند کمک زیادی می‌کند - حتی بهترین معلمان.

والدین چه جایی دارند

والدین نقشی اساسی در یادگیری بازی می‌کنند. زمانی‌که هم‌راستا با معلمان قدم بردارند، جبههٔ متحدشان موجب محکم‌کردن پسرانِ متزلزل و دمدمی در زمان ورود به رابطهٔ مشارکتی با معلمانشان می‌شود. زمانی‌که کمتر خود را با معلم همسو سازند، کناره‌گیری و احساساتِ منفی‌شان ممکن است به پسر منتقل شود و پسر احساس کند در کنار شخص خوبی است. اتحادِ یادگیری باید نه‌فقط شامل معلمان بلکه شاملِ پسر و والدینِ او نیز باشد.

تحقیقات ما نشان می‌دهند که این مشارکتِ ضروریِ پدرومادر با معلم ممکن است برای بسیاری از خانواده‌ها گیج‌کننده باشد. والدین معمولاً از این موضوع راضی هستند که باید تسلیمِ نقش اولیهٔ معلم شوند، اما بسیاری نمی‌دانند چگونه نقشِ مؤثری در پشتیبانی از تلاش‌های معلمان بازی کنند. این واقعیت که والدین یا معلمان نه می‌توانند اثربخشیِ یکدیگر را تقویت کنند و نه آن را نادیده بگیرند، معمولاً به‌رسمیت شناخته نمی‌شود.

والدین به‌خصوص درزمینهٔ ارتباطی، انتظارات بالایی از معلمان دارند که معمولاً آن را به‌زبان نمی‌آورند. آنها باور دارند هر معلمی باید حساسیت و دیدگاه حرفه‌ای لازم را برای درکِ دقیق پسر آنها و انطباق‌دادن شیوه‌های تدریس خود با نیازهای یادگیری او داشته باشد. شاید مهم‌ترین ویژگی‌ای که آنها در یک معلم به‌دنبال آن هستند توانایی برقراری ارتباط با پسرشان باشد. آنها دوست دارند معلم فرزندشان آن چیزی را ببیند که آنها می‌بینند و پسرشان را «درک کند». زمانی‌که معلمی پسرشان را خوب درک می‌کند، احساس می‌کنند در مسیر درستی قرار گرفته‌اند. یکی از والدین گفت: «وقتی معلمی به‌نحوی با

او ارتباط برقرار می‌کند، نسبت به یادگیری دیدِ بسیار بازتری دارد.»

به هنگام برگزاری جلسات با والدین، مشخص می‌شود که آنها تا چه حد به‌دنبال دریافت کمک از سوی معلمان و نه‌فقط تلاش‌های علمی‌شان هستند. والدین می‌خواهند معلمان وقت لازم را صرف کنند و تمامی جنبه‌های پسرشان را ببینند و فراتر از عملکرد آکادمیکشان آنها را بشناسند و درک کنند، که وقتی آنها با معلمشان ارتباط خوبی برقرار کنند سخت‌تر تلاش می‌کنند و نمرات بهتری خواهند گرفت. ازنظر والدین، با داشتنِ ارتباط فردی، معلمان می‌توانند بهترین وجه وجودی پسرشان را بیرون بکشند.

در زیربنای این امیدها و انتظارات دارای احساساتِ قدرتمندی هستیم. والدین به‌عنوان افراد بزرگ‌سال دیگری که به شکل معناداری چشم‌اندازهای پسرشان را شکل می‌دهند، تا حد زیادی به کیفیت ارتباطاتِ معلمان با پسر خود ارزش می‌گذراند. آنها بخش قابل‌توجهی از وجودِ خود را روی او سرمایه‌گذاری کرده و دعا می‌کنند دیگران نیز بتوانند بر ارزش‌هایی فراتر از ارزش‌هایی که برای آنان امکان‌پذیر است بیفزایند. وقتی معلمی را می‌یابند که کمک می‌کند، تسکین و قدردانی‌شان بسیار زیاد است، همان‌طور که این مادر توضیح می‌داد:

«پسرِ من رابطهٔ فوق‌العاده‌ای با یکی از معلمان مدرسه‌اش داشت. این موضوع رفتار او را به‌کل عوض کرده بود. این موضوع باعث شده بود رفتارش به‌کل دگرگون شود و به خودش ایمان پیدا کند. خیلی جالب بود که رابطه‌اش با دیگر دانش‌آموزان و کل سیستم اجتماعی اطرافش در نتیجهٔ این ارتباط کاملاً تغییر کرده بود. بزرگ‌ترین و مهم‌ترین دغدغهٔ من این بود که او ویژگی‌های خاصِ وجود خود را نمی‌بیند و این رابطه موجب شده او به خود باور پیدا کند. این رابطه به‌واقع نحوهٔ تعاملِ او را با خودش تغییر داده و این موضوع همه‌چیز را

تحت‌تأثیر قرار داده است. او به‌راحتی و در امنیت کامل خود را می‌کاود. به‌نظرم درحال‌حاضر او چیزی در زندگی‌اش دارد که تا ابد می‌تواند به عقب برگردد و آن را ببیند و به‌واقع به‌عنوان یک نشانه از آن استفاده کند تا هر اتفاقی هم که می‌افتد، این دستاورد و خاطره فقط برای خودش باشد.»

زمانی‌که رابطه با معلم خوب پیش می‌رود، درواقع یک نعمت است. والدین خوشحال می‌شوند که کنار بروند و اجازه دهند معلم کارش را بکند و تلاش‌هایش را تا بیشترین حد ممکن افزایش دهد.

اما والدین غالباً رهاکردن فرزند را کار مشکلی می‌دانند. زمانی‌که رابطهٔ معلم با دانش‌آموز بابِ دلشان نیست، دودل می‌شوند. آیا باید دخالت کنند و خطرِ مخالفت با معلم را به جان بخرند یا اینکه ساکت بمانند؟ برخی احساس می‌کنند در تنگنا قرار دارند: بین دفاع از پسرِ خود و مشارکت با معلم. در چنین موقعیت‌هایی بسیاری از والدین منفعل می‌شوند و نگرانی‌ها آنان را دربرمی‌گیرند. به‌نظر می‌رسد میزان اضطراب پدرومادر دارای رابطهٔ مستقیم با کیفیتِ ارتباط پسرشان با معلم است. یکی از والدین می‌گفت: «دوست نداریم معلمِ پسرمان را ناراحت کنیم. دوست نداریم او را ناامید کنیم و به او توهین کنیم، چراکه در پایان، این کودکِ خودمان است که گرفتار می‌شود.» برخی از والدین حتی سعی می‌کنند در خانه نقش معلم را ایفا کرده و نقایصِ موجود در کلاس را برطرف کنند؛ اما کسانی که این کار را انجام می‌دهند گاهی‌اوقات گزارش می‌کنند که این کارشان تأثیر منفی بر ارتباطشان با پسرشان داشته است؛ لازم به ذکر نیست که این کار نمی‌تواند به‌طور مستقیم مشکل پسر با معلم را برطرف کند و او را در موقعیتی دشوار در کلاس قرار می‌دهد.

والدین در این گروه‌های تمرکز پیشنهادهایی برای کمک به معلمان در برقراری

ارتباط با پسرانشان ارائه کرده‌اند:

- اعتمادبه‌نفس را منتقل کنید؛ اول از همه و مهم‌تر از همه، آنها پیشنهاد می‌کنند معلمان به پسرانشان اعتمادبه‌نفس بدهند. اعتمادبه‌نفس داده‌شده به‌وسیلهٔ فردی حرفه‌ای برای تصویری که پسر از خودش دارد بسیار مهم است. یکی از والدین می‌گفت: «شاهد خواهید بود او رشد می‌کند و شکوفا می‌شود. به‌خصوص زمانی‌که ببیند کسی هست که به او باور دارد.»
- احترام بگذارید؛ والدین می‌گویند معلمان می‌توانند ارتباطات بهتری با پسرانشان برقرار کنند اگر به آنها احترام بگذارند. آنها می‌گویند پسران نیز در صورتی بیشتر احترام خواهند گذاشت که از جانب معلم احترام دریافت کنند و بیشتر مایل هستند تحت این شرایط کار کنند. یکی از والدین درمورد یک معلم به‌خصوص گفت: «او همیشه خونگرم و مهربان نیست، اما موضوع احترام است، احترامِ پسرم به معلم. او به‌راستی برای معلمی که به او احترام بگذارد ارزش زیادی قائل است و تلاش زیادی خواهد کرد.
- حس شوخ‌طبعی داشته باشید؛ نظر به اینکه شوخی و خوش‌رویی تمایلِ فرزندانشان را به برقراری ارتباط مثبت تسهیل می‌کند، والدین نوعی حس شوخ‌طبعی را نیز پیشنهاد می‌کنند. باتوجه‌به شروطِ قابل‌توجه در عملکرد مدرسه، معلمی که بتواند به پسر کمک کند (و البته به والدینش) همه‌چیز را در نظر داشته باشد، ارزشِ بسیار زیادی دارد. یکی از والدین می‌گفت: «او واقعاً آن سال از مدرسه‌رفتن لذت می‌برد و در کلاس بسیار خوش می‌گذراند.»
- تدریسِ خوب را تمرین کنید؛ والدین در تأکید خود بر رابطهٔ میان معلم و دانش‌آموزان، تشخیص دادند که تدریسِ خوب به‌طور کلی اهمیت زیادی دارد و یکی از شرایط اصلی در موفقیت رابطه است. اگر پسران نتیجه

- بگیرند یک معلم در انتقال دروس ضعیف است یا اینکه به رشتهٔ خود علاقهٔ چندانی ندارد، بیشتر احتمال دارد تلاش‌های او را نادیده بگیرند حتی اگر دوستش داشته باشند.

والدین چطور می‌توانند به پسرانِ خود در مدرسه کمک کنند

در برخوردهایی که با خانواده‌ها داشتم، پیوسته شاهد بودم که چطور انتظاراتِ والدین با درک پسر از خود و آرمان‌هایشان آمیخته شدند. به‌همین‌خاطر، همان‌طور که معلمان باید مراقبِ انتظاراتِ کمی که ممکن است از یک دانش‌آموز پیدا کنند باشند، والدین نیز باید آنچه را احساس می‌کنند پسرانشان قادر هستند به‌دست آورند، بررسی کنند. آیا تجربیاتِ خود آنها از مدرسه، پتانسیلِ پسرانشان را نیز در دید آنان تحت‌تأثیر قرار می‌دهند؟ این سخن که «پسرها پسر هستند» تا چه حد شکل نوعی انتظار از پسر به خود می‌گیرد؟ آیا از تلاش‌های ناکافی یا رفتارهای بد ناامید می‌شوند و چشم‌پوشی می‌کنند؟ آیا در درگیری با یک معلم طرفِ پسرشان را می‌گیرند و به او اجازه می‌دهند از رابطه خارج شود به‌جای اینکه سعی در اصلاح آن داشته باشد؟

در بسیاری از موارد، زیربنایِ عدم موفقیتِ پسر در مدرسه، ناتوانی والدین برای جلبِ توافق او در ارائهٔ بهترین عملکردش است. دلایل بسیاری ممکن است وجود داشته باشند؛ برای مثال، پسر ممکن است به‌دلیل تجربیات منفی، نوعی بیزاری پیدا کرده باشد و به شکلی قدرتمندانه از او دفاع شود و والدینش را خسته کند، یا شاید مشکلاتی که تلاش‌هایش را تحت‌تأثیر قرار می‌دهند به‌خوبی شناسایی نکرده باشد. اما من در حالتِ کلی، عدمِ کفایتِ عملکردی را نشانه‌ای از شکستِ سیستم می‌دانم: پسران می‌آموزند ابتدا در خانه کار کرده و بعد همان تعهد را در مدرسه پیاده‌سازی کنند. مدارس می‌توانند پسران را تعلیم دهند تا با اثربخشیِ بیشتری بیاموزند و حتی کار کنند، اما معمولاً مشارکت‌دادن پسری که با تلاش‌کردن رابطهٔ چندان خوبی ندارد برایشان مشکل است.

بسیاری از والدین نمی‌دانند زمانی‌که پسرشان دیگر از یادگیری ناامید می‌شود چه باید بکنند و معمولاً از استراتژی‌هایی کمک می‌گیرند که کارشان را آسان‌تر نخواهد کرد. خودسر و سخت‌گیربودن، تلاش برای فرمان‌دادن به‌جای همراهی با پسرانِ خود، یا نزدیک‌شدن به آنها در جهتِ معکوس با بی‌تفاوتی و فقدانِ سرمایه‌گذاری شخصی، به یک اندازه در به‌بارنشستن تلاش‌های پسرانشان ناموثر خواهد بود. بچه‌ها معمولاً کاری را انجام می‌دهند که والدینشان واقعاً باور دارند آنها باید آن را انجام دهند؛ زمانی‌که پسری به هدف دست پیدا نمی‌کند، خوب است تلاشش را به‌واقع چالشی برای ارتباط و نه مشکلِ پسر به‌تنهایی ببینیم.

به‌محض اینکه پسران اطمینان یافتند انتظاراتِ پایه‌ای‌شان مناسب و شفاف هستند، والدین می‌توانند مرور کنند که آیا آنها واقعاً به‌طور کامل بخشی از تیم یادگیری هستند یا خیر. آنها قادر نیستند مشارکتِ دانش‌آموز - معلم را کنترل کنند، اما تأثیرشان برای هر دو نفر می‌تواند سودمند باشد. همان‌طور که شاهد بودم، نگرش آنها بر نحوهٔ برخورد پسرشان با معلم و انجام تکالیف تأثیر می‌گذارد. پشتیبانیِ آنها می‌تواند بر معلم نیز تأثیر بگذارد که میزانِ توجه عاطفی آنها را ببیند و به مشارکت و همکاری آنان توجه خواهد داشت. والدین با مرتبط‌ماندن در پیشرفت‌های پسرشان و گشودگی نسبت به این موضوع که معلم، پسر را چطور می‌بیند و انتقال تمایل به پشتیبانی از اینکه معلم سعی دارد چه کاری انجام دهد، به معلم کمک می‌کنند بهترین عملکردش را داشته باشد.

والدین به‌عنوان بخشی از هم‌تیمی‌بودن با معلمانِ پسر خود، باید اطمینان حاصل کنند که معلمان تمامی اطلاعات لازم را در اختیار دارند. اگر به‌نظر برسد

معلمی از راهی وارد شده که مؤثر نیست، والدین می‌توانند به پسر خود آموزش دهند خودش صحبت کند، به‌جای اینکه خودشان وارد معرکه شوند و افسار سخن را به‌دست بگیرند. این موضوع به پسر کمک می‌کند دفاع‌کردن از خود و مذاکره را بیاموزد. همچنین این استراتژی، او را به‌سمت معلم هدایت می‌کند و به او یادآور می‌شود که این ارتباط از آنِ اوست. پسر این پیام را دریافت می‌کند که والدینش باور دارند او می‌تواند مشکلات را در ارتباطاتِ خود حل‌وفصل کند. فقط درصورتی‌که فرزند ناامید شود والدین نقشِ فعال‌تری اتخاذ خواهند کرد. گاهی‌اوقات این موضوع به معنای دعوت‌کردن او به رفعِ سردرگمی‌ها و ناامیدی‌هایش و بعد امتحانِ دوباره است. والدین نباید بپذیرند پسرشان به‌سادگی در رابطه با معلم ناامید شود و آن کلاس یا درس را خط بزند، چراکه شکست‌هایی این‌چنینی می‌توانند به شکلِ بدبینیِ عمومی درآیند.

تمرکز بر بلندمدت

یادگیری برای پسران امری شخصی است. این همان درسِ ابتدایی تحقیقات ما بود. درزمینهٔ ارتباط پسران با معلمان و مربیان، پسران به تقاضاها و چالش‌هایی که با تلاش برای افزایش دانش و بهبود مهارت‌ها همراه هستند واکنش نشان می‌دهند. بااینکه این موضوع شخصی است، پستی‌وبلندی‌های زندگی‌های معلمان و پسران در میزان مشارکتِ آنها و تمرکزشان بر تدریس و یادگیری تأثیر می‌گذارد. پسران ممکن است سردرگم شوند و معلمان ممکن است گرفتار یا خسته شوند.

زمانی‌که همه‌چیز به‌خوبی عمل می‌کند، تیمِ والدین، معلمان و پسران می‌توانند نیروی قدرتمندی برای رشد باشند. کار تیمیِ خوب میان معلم و والدین به پسران کمک می‌کند در مسیر خود باقی بمانند و از شکست‌های خود آگاه باشند، حتی زمانی‌که اضطراب‌های شدیدی دارند. توبی [redacted] یک کلاس‌نهمی بود که پدرش مچ مادرش را در حالِ خیانت گرفت و خانواده‌اش از هم پاشید. توبی که هم به پدر و هم مادرش نزدیک بود دچار دوگانگی شد و به‌جای اینکه یکی را انتخاب کند، از هر دو دوری کرد. درحالی‌که پدرش از خانه رفته بود و فرایند قانونی ادامه می‌یافت، توبی به دوستانِ مدرسه و برادرانِ بزرگ‌ترش برای پشتیبانی روی آورد. خانهٔ خانوادگی‌شان به‌نظر خاطراتِ خانوادهٔ شادی را که به آنها اتکا کرده بود در ذهنش تداعی می‌کرد.

مادرش نگرانِ او بود و دوره‌های مشاوره را پیشنهاد کرد، اما توبی هر بار امتناع می‌کرد. طیِ یک‌سری برخوردهای انفجاری با پدرش که توبی اظهار داشت چقدر از شخصیت و ارزش‌هایی که رفتارِ پدرش نشان می‌دهد ناامید شده،

دغدغه‌های مادر را بیشتر کرد؛ ولی توبی اصرار داشت کارها را به روش خودش انجام دهد و اظهار داشت ایمانِ خود را هم به پدر و هم مادرش از دست داده است.

مادرش تنها می‌توانست برای کمک دست دراز کند. علاوه‌بر درخواست مشاوره برای پسرش، از دوستان و خانواده نیز کمک گرفت. او کاری کرد که توبی با مشاورِ مدرسهٔ ابتدایی خود و همچنین مدیر مدرسه دیداری داشته باشد تا آنها نیز از همه‌چیز خبردار شوند و مراقبتِ ویژه‌ای از پسرش به‌عمل آورند.

در طول سال بعد، پستی‌وبلندی‌های زیادی وجود داشتند. نمراتِ توبی کاهش یافتند و او به تیم فوتبالِ مدرسه راه پیدا نکرد. مادرش باور داشت اعتمادبه‌نفس پسرش در اثرِ تغییراتی که در زندگی‌اش رخ داده‌اند دچار تحول شده است. او مدام با معلمان و مربیان در تماس بود و دلش نمی‌خواست باعث آزارواذیت آنها شود، ولی دوست داشت همه بدانند که لازم است جهان اطراف پسرش را همچنان پیشرو نگاه‌دارد. او با احتیاط، راهش را در مسیرِ پرپیچ‌وخمِ طلاق پیش گرفت و سعی کرد با همسر سابقش مرتبط بماند؛ اما نگرانِ توبی و اثراتِ اضطراب خانوادگی بر توانایی او جهت متمرکزماندن بر کاری بود که باید انجام می‌داد.

معلم و مشاور کلاسِ توبی کسی بود که او واقعاً دوستش داشت. نه‌تنها معلمِ انگلیسیِ خوبی بود که علاقه‌اش به نوشتن مشهود بود، مربیِ تیم ورزش‌های میدانی نیز بود. زمانی‌که عملکرد توبی نزول کرد و نمراتش بسیار افت کردند، معلم با مادر توبی مشاوره کرد و تصمیم گرفت اعتمادبه‌نفسش را تقویت کند، به‌جای اینکه درمورد نمرات یا عملکردش سخنی بگوید. او توبی را برای دویدن در تیم به‌کار گرفت و ساعت‌های زیادی را در طول فصل پاییز صرفِ دویدن در

کنار او، داستان‌گفتن، تشویق‌کردنش در مسابقات و درواقع، دوستی با توبی کرد.

زمانی‌که توبی به سببِ عملکردش در یک مسابقه دلسرد شد، معلم ضمن یادآوری تمامی دستاوردهایش به او ترغیبش کرد که چشم‌انداز بلندمدت‌تری اتخاذ کند. او پستی‌وبلندی‌هایی را که خودش به‌عنوان دونده با آنها روبه‌رو شده بود مرور کرد و توضیح داد که حتی زمانی‌که حواس‌پرتی‌ها و مشکلات فراوانند، چطور دویدن را استعاره‌ای از تمامی چیزهای دیگر زندگی‌اش می‌بیند که نیازمند عملکرد آگاهانه هستند. همان‌طور که ماه‌ها پیش می‌رفتند، توبی از معلمش یاد گرفت که تنها به اهدافش چشم بدوزد، فراتر از تلاطمی که مشکلاتِ خانواده‌اش برایش ایجاد کرده بودند و به‌جای منفجرشدن از درون به خود انگیزه دهد. مادرش، که بر تأثیر مربیگریِ معلم آگاه بود، بیش از هر زمان از مربی تشکر کرد.

فصل پنجم: برادری و باشگاه‌های پسران

کودکان زمانی‌که به دوسالگی می‌رسند غالباً از دختر یا پسربودن خود آگاه می‌شوند و اساسِ درکِ شخصی را از خود بنا می‌نهند. گرچه این تمایزِ دوگانه با دوبرابرشدن تعداد کودکانی که از سال ۲۰۱۱ تا ۲۰۱۶ خود را تراجنسیتی خواندند هر روز سست‌تر می‌شود، کودکی که خود را دختر یا پسر نداند بسیار کم دیده می‌شود. بااین‌حال، نشانه‌های زیادی وجود دارند مبنی بر اینکه نحوهٔ تفکر ما درمورد دسته‌های جنسیت هر روز در حال رشد و تکامل است. مقاله‌ای در صفحهٔ مقابلِ سرمقاله‌ها در سال ۲۰۱۷ در مجلهٔ نیویورک‌تایمز، توسط لیزا سلین دیویس[۱۲۳] به‌عنوان یک نویسنده نشان داد که دخترش هنجارهای زنانگی را از سه‌سالگی پس می‌زده است: «درواقع جنسیت نامنطبق نیست، بلکه الگویِ جنسیتی نامنطبق است.» بسیاری از والدین رویکردهای خنثای جنسیتی را در بزرگ‌کردن فرزندانِ خود امتحان می‌کنند و دوست ندارند آیندهٔ فرزندانشان را محدود سازند.

اما بیشترین تلاش والدین برای محافظت از کودکانشان به کنار، هنجارهای جنسیتی در تمامی جوامعِ امروزی اجتناب‌ناپذیر است و بر همه‌چیز، از پوشش گرفته تا اسباب‌بازی و انتخاب دوست، تأثیر می‌گذارد. در سه‌سالگی، پسران و دختران تا حد زیادی براساس جنسیت جدا می‌شوند؛ پیامدی که فداکاری‌های پرهزینه‌ای نیاز دارد، اما مزایایی نیز به‌دست می‌دهد. تحقیقات نشان می‌دهند که قراردادهای جنسیتی پسران را ترغیب می‌کنند تا مستقل باشند و آزادانه‌تر از دختران در جامعه بگردند. یک یافتهٔ رایج این است که پسران وقت بیشتری را خارج از خانه سپری می‌کنند. آزادی آنها را قادر می‌سازد ماجراجویی کنند و به‌مرور اعتمادبه‌نفس و مهارت‌ها را برای مذاکرهٔ زندگی عمومی خود بیاموزند؛

اما آزادی همچنین می‌تواند موجبِ محروم‌ماندن آنها از تأثیراتِ مثبتِ خانواده‌ها و جوامعشان شود.

جامعهٔ پسرانه قوانین خود را وضع می‌کند. هنجارهای مردانگی این قوانین را موجب می‌شوند و پسران را تحریک می‌کنند کارهایی انجام دهند که خودشان دوست ندارند. وقت‌گذراندن با دوستان به یک هدف تبدیل شده است و هر روز بیش از دیروز توجه پسر را به خود جلب می‌کند. همان‌طور که گروه هم‌کلاسی‌ها با فعالیت‌ها و تجربه‌هایی که معمولاً با خانواده یا مدرسه در میان گذاشته نمی‌شوند جهان خود را می‌سازند، ارتباط با اعضای خانواده ضعیف‌تر خواهد شد. پسران دوست دارند یکدیگر را تحت‌تأثیر بگذارند و کاری را که گروه ارج می‌نهد انجام دهند تا جایگاه خود را حفظ کنند.

پسران از دوران پیش‌دبستانی تا میانهٔ جوانی به حالِ خود رها می‌شوند، درنتیجه دوستی‌های مردانه شیوهٔ اصلیِ رشد مهارت‌های ارتباطی و احساسِ نزدیکی خارج از خانواده‌هایشان هستند. پسران همراه با دوستانشان مراقبت‌کردن، اعتمادکردن، به‌اشتراک‌گذاشتن و دادن‌وستاندن را یاد می‌گیرند. آنها ویژگی‌هایی را همچون وفاداری که ابتدا در خانواده‌های خود می‌آموزند، به یکدیگر ارزانی می‌دارند.

ازنظر دکتر هری استَک سالیوان[۱۱۳]، روان‌پزشکِ مشهورِ نیمهٔ اول قرن بیستم، کودکان با رشدِ توانایی‌های شناختیِ خود یاد می‌گیرند که به هم حمایت و پشتیبانی متقابل ارزانی کنند. ارتباطاتِ عمیق‌تر و آنچه او «رفاقت» می‌نامد، به کودکان می‌آموزد دیگر دیدگاه‌ها را نیز در نظر بگیرند و خود را متعهد به رفاه دوستانشان کنند. داشتنِ یک دوست و دوستِ کسی‌بودن، اهمیتِ زیادی دارد. زندگیِ کودکان که در ابتدا حول خانواده‌ها و

همسایه‌هایشان شکل می‌گیرد، با ایجاد شبکه‌های دوستی در مدرسه توسعهٔ بیشتری می‌یابد و دوستی‌های خیلی خوبی ایجاد می‌شوند و درنهایت زندگی‌های آنان ابعاد جدیدی به خود می‌گیرند.

نایوبی وِی روان‌شناس دانشگاه نیویورک، نوعی همدلی، عشق و صمیمیتِ عمیق را در دوستی‌های پسرانِ نوجوان ثبت کرده و این امر موجب شده است به این موضوع توجه کند که میان دوستی‌های دختران و پسران تفاوت‌های اساسی وجود دارند. او توضیح می‌دهد دوستی‌های پسران به‌خصوص مهم هستند، چراکه داشتن فردی که آنها را بشناسد و بپذیرد موجب بهبود زندگیِ پسران می‌شود.

متأسفانه، این دوستی‌ها با یک نیروی فرهنگی که می‌گوید پسران نه می‌توانند منحرف شوند و نه به‌طور کامل فرار کنند پایمال می‌شوند. همین پسرانی که با نایوبی وِی این‌قدر آزادانه درمورد ارتباط با یکدیگر صحبت می‌کردند، گزارش کردند که با افزایشِ سن، دوستان خود را از دست می‌دهند و همچنین تحت‌فشار بیشتری قرار دارند تا مطمئن شوند هیچ‌کس آنها را به‌خاطر دوستی‌شان هم‌جنس‌گرا نمی‌داند. فرمانِ ارتباط با جنس مخالف و محدودکردن صمیمیت در ارتباطات با ورود پسران به میان‌سالی افزایش می‌یابد.

درنهایت، نتیجه این است که مردانِ جوان از دوستی‌های ضروری برای نیک‌بختیِ خود جدا می‌شوند. روان‌شناسان در سال‌های اخیر توجه بیشتری به آنچه «اپیدمیِ تنهایی» می‌نامیم داشته‌اند که به‌خصوص جوانان و میان‌سالان را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد. بنا به گفتهٔ هارا استراف مارانو[۱۱۵]، نویسنده، که به یک دغدغهٔ اجتماعی درحال‌رشد می‌پردازد: «دوستی تا حد زیادی شبیه به غذاست. ما برای دوام‌آوردن به غذا نیاز داریم... زمانی‌که نیازمان به روابط

اجتماعی برآورده نمی‌شود، ازنظر ذهنی و حتی فیزیکی دچار فروپاشی می‌شویم.» گفته می‌شود تنهاییِ مزمن واکنشِ اضطراب را در بدن هدف قرار می‌دهد و سطح هورمونِ اضطراب یعنی کورتیزول را افزایش می‌دهد و سیستم ایمنی را سرکوب می‌کند. براساس افزایشِ آگاهی در باب شیوع و خطراتِ آن، در سال ۲۰۰۸، نخست‌وزیرِ بریتانیا، تِرِسا مِی[۱۲۶]، وزیری برای تنهایی مشخص کرد تا واکنش‌های بهداشت عمومی را در انگلستان هماهنگ کند. امید است افزایشِ توجه به ایده‌ها برای کمک به پسران به ایجاد مقاومتِ بیشتر در برابر نیروهایی بینجامد که دوستی‌های آنان را زیر سؤال می‌برند.

پیوندهای وابستگی

پسران در حالتی که از دختران جدا هستند، احساسات و واکنش‌های خود را به‌اشتراک می‌گذارند و آسایشی را که ناشی از همدردی و درک یک همتای دلسوز است کشف می‌کنند. نایوبی وِی مشاهده کرد که پسران درمورد اهمیت دوستی‌هایشان بسیار شفاف عمل می‌کنند. همان‌طور که یک مرد جوان برای او توضیح داد: «تو کسی را برای صحبت‌کردن داری؛ مثلاً، اگر مشکلی داشته باشی با او صحبت می‌کنی. می‌دانی، اگر مشکلات را همیشه برای خودت نگاه‌داری دیوانه می‌شوی و سعی می‌کنی ناراحتی‌ات را سر کس دیگری خالی کنی.»

دوستی‌های پسران مهارت‌های مهمی در زندگی ایجاد می‌کنند. یادگرفتن تفاوتی که وقتی یک نفر پشتت را می‌گیرد ایجاد می‌شود، اینکه چطور ارتباط با همتایان موجب کاهشِ اضطرابِ چالش‌های جدید و تقویتِ اعتمادبه‌نفس در طول شکست‌ها می‌شود، همگی درس‌های زندگی هستند. همان‌طور که برِت و کِیت مک‌کی[۱۲۷] در وبلاگ خود با نام «هنرِ مردانگی»[۱۲۸] نوشتند: «دوستان همان مردانی هستند که وقتی دچار گرفتاری شدی، بتوانی به آنها اتکا کنی و حتی وقتی کل دنیا علیه شماست، آنها پشتتان بایستند.»

در مطالعه‌ای جداگانه، جودی چو پسران نوجوان را در روابطشان با یکدیگر موردبررسی قرار داد و با آنها مصاحبه کرد. مشاهدات او تأیید کردند اینکه پسری دوستی پیدا کند که در کنارش بتواند خودش باشد، چقدر مهم است. با بررسیِ اینکه کدام پسران بهتر قادرند در برابر فشارهای مردانه مقاومت کنند، او متوجه شد برخی از پسران بیشتر تسلیمِ هنجارها می‌شوند، حتی زمانی‌که

احساس می‌کنند خود واقعی‌شان نشان داده نشده است، درحالی‌که دیگران جرئت بیشتری به‌خرج می‌دهند. وجود حداقل یک دوست واقعی، کسی که آنها را بفهمد و بپذیرد، سبب تمایز گروه‌ها از هم می‌شود. او نوشت: «پسرانی که احساس می‌کردند در روابط خود شناخته شده و ارج نهاده می‌شوند، به‌نظر بهتر می‌توانستند در برابر فرضیه‌های دیگران مقاومت کنند؛ شاید به بهانهٔ حفظ تمامیت خود.»

یکی از پسرانی که با او ملاقات کردم مایهٔ سرافکندگیِ پدرومادرش بود و بیش از چیزی که هست «مردانه» نبود و می‌توانست به‌رغم فشارهای خانواده و مدرسه با خودش راحت باشد، چراکه دوستی داشت که او را می‌پذیرفت. او در مصاحبه‌ای با چو توضیح داد:

«زمانی‌که سیزده سال داشتم، با نزدیک‌ترین دوستم آشنا شدم و او بسیار به من کمک کرد تا آن کسی باشم که می‌خواهم... مثلاً، تمام کارهای اشتباهی را که مادرش در حق او انجام می‌داد برایم تعریف کرد... و من هرگز نمی‌دانستم قضیه از این قرار است... بعد مرا نسبت به همه‌چیز آگاه کرد و آن‌وقت بود که من با خودم گفتم: "واقعاً این کار اشتباه است." و درنهایت هر دو گفتیم: "هی، ما چرا نمی‌توانیم همان کسی باشیم که دوست داریم؟"

او می‌گوید دوستی‌های پسران به‌خصوص از این جهت اهمیت دارند که پسران قادرند در دوستی‌های خود در برابر کدها و قوانین پسرانه مقاومت کنند. یک پسر به نام جورج توضیح داد: «با دوستانِ خوب دیگر مجبور نیستم نقاب به صورت بزنم و چیزهایی بگویم که دیگران دوست دارند بشنوند... این‌طور نیست که مجبور باشم چیزهایی بگویم که دوستم خوشش می‌آید یا می‌گوید.» در مصاحبه‌های خودش و تیمِ محققانش، پسران توضیح دادند که چقدر

می‌توانند با یکدیگر نزدیک و مراقب هم باشند:

«من و بهترین دوستم عاشقِ هم هستیم... همین است... یعنی شما چیزی بینتان است که عمیق است؛ خیلی عمیق. درونتان است و قادر به توضیحش نیستید... به‌نظرم گاهی‌اوقات در زندگی دو نفر می‌توانند واقعاً یکدیگر را درک کنند و اعتماد، احترام و عشق به یکدیگر داشته باشند. این اتفاق طبیعی است. ذاتِ انسان همین است.»

آنها می‌گفتند بدون دوستانشان به‌هم می‌ریزند یا عصبانیتشان را سر کس دیگری خالی می‌کنند. جودی چو باتوجه‌به مطالعاتش نتیجه گرفت که پسران هم به‌اندازهٔ دختران به دوستان خود نزدیک بوده و به‌همان‌اندازه ازنظر احساسی با یکدیگر هماهنگ هستند.

در تاریخچهٔ کوتاه خود از دوستیِ مردانه، مک‌کِی‌ها تکاملِ آن را ردیابی کردند: از دوستیِ قهرمانانه در یونانِ باستان که دوستی افلاطونی به‌عنوان شکل ایدئال دوستی بنیان‌گذاری شد تا پیوندهای شدید و علاقهٔ عمیقی که در آمریکای قرن نوزدهم رایج بود (هم آبراهام لینکلن و هم تئودور روزولت به شکلی آشکارا دوستی‌هایِ نزدیکی در سال‌های بزرگ‌سالی داشتند)، و تا پیوندهای رسمی‌تر و دورترِ قرن بیستم. به‌جز در سازمان‌هایی که به شکلِ سنتی مردانه هستند؛ ازجمله ارتش، تیم‌های ورزشی و نیروهای پلیس و آتش‌نشانی، اکثر مردان امروز با مردانِ دیگر روابط محدودی دارند. وجود دغدغه‌هایی مبنی بر اینکه هم‌جنس‌گرا به‌نظر برسند دلیلِ اصلی این موضوع است.

پسری پانزده‌ساله، با نام کنی[illegible]، اخیراً به من گفت پسرانِ دیگر در کلاس شایعه‌هایی پخش کرده‌اند مبنی بر اینکه او با پسر دیگری رابطهٔ

هم‌جنس‌گرایانه دارد. او از این شایعه‌ها ناراحت و سردرگم شده بود. این اولین تجربهٔ او با چنین برخوردهایِ تهدیدآمیزی از سوی همتایانش بود. این موضوع باعث شده بود با خود فکر کند: «آیا من مشکلی دارم؟» و سپس کمی خجول شود و به‌مرور روابطش را با پسرانِ دیگر کنترل کند. روان‌شناس گریگوری لنه[۱۳۰] از دانشگاه جانز هاپکینز[۱۳۱]، این مشکل را این‌گونه بیان می‌دارد: «عشق و دوستی‌های نزدیک در محیط رقابتی به‌سختی حفظ می‌شوند، چراکه اعتراف به نقاط ضعف و پذیرفتنِ مشکلاتِ خود به معنای این است که به‌اندازهٔ کافی مرد نیستید.»

ازدست‌دادن یک دوست خوب همواره دردناک و گاهی‌اوقات ویرانگر است که پسری در این‌باره به او گفت:

«دوستی که از دست دادم... تنها کسی بود که به او اعتماد داشتم و درمورد همه‌چیز باهم صحبت می‌کردیم. زمانی‌که ناراحت بودم، کاری می‌کرد حالم بهتر شود. من هم همین کار را برای او می‌کردم؛ بنابراین حالا بسیار احساس تنهایی و گاهی افسردگی می‌کنم. چون کسی را ندارم که با او بیرون بروم، پشت تلفن صحبت کنم و رازهایم را بگویم. هیچ‌کس مشکلاتم را برایم حل نمی‌کند... به‌نظر هیچ‌وقت زندگی‌ام مثل قبل نخواهد شد. به‌نظرم وقتی یک دوستِ واقعی دارید و او را از دست می‌دهید، دیگر دوستی مثل او پیدا نخواهید کرد.»

تنهایی و فقدانی که او روایت می‌کند ممکن است به تغییری ترسناک منجر شود که میان پسرانِ نوجوانِ بزرگ‌تر دیده می‌شود: نرخ خودکشی چهاربرابر دختران است. او می‌گوید این موضوع اصلاً تصادفی نیست: «در فرهنگی که خواستن یا نیاز به پشتیبانی یا صمیمیت احساسی نقطهٔ مقابلِ مردانگی است،

پسران در اواخر نوجوانی از انزوایِ عمیقی رنج می‌برند که از این باور ناشی می‌شود.»

برادری

جامعه‌شناس بِری تورن[۱۳۲] در یک مطالعهٔ فوق‌العاده از زمینِ بازی مدرسهٔ ابتدایی مشاهده کرد: «گرچه دختران و پسران در کلاس درس، کافه‌تریا و در زمین بازی باهم هستند و معمولاً تعامل دارند، این برخوردها خیلی کم به دوستی یا پیوندهای پایداری می‌انجامند، درحالی‌که تعاملاتِ جنسیت‌های مشابه بیشتر احتمال دارد به پیوندهای پایدارتر و تصدیق‌شده‌تر منجر شوند.» پسران و دختران زمانی‌که یاد می‌گیرند محدودیت‌های جنسیتی را در زندگیِ هر روز خود مشاهده کنند، به «غریبه‌های آشنا» تبدیل می‌شوند.

نظریه‌های مختلفی وجود دارند که توضیح می‌دهند چرا دختران و پسران زمانی‌که شانس انتخابِ هم‌بازیِ خود را داشته باشند از هم جدا می‌شوند؛ از سرشت‌های اجتماعی‌شان و تفاوت‌ها در شیوهٔ بازی تا فشارهای فرهنگی جهت ردکردن جنسیت دیگر تا فرایندهای شناختی که پسران را متمایل می‌سازند پسران دیگر و کارهایی را که انجام می‌دهند جذاب‌تر ببینند؛ اما آنچه مطالعهٔ تورن آشکار ساخت این بود که مدرسه چگونه به‌عنوان مهم‌ترین صحنهٔ اجتماعیِ سپری‌شده به‌وسیلهٔ کودکان، تفاوت‌های جنسیتی را سازمان‌دهی کرده و تقویت می‌کند. زمانی‌که یک پسر چیز جالبی در بازی یک دختر می‌بیند یا با یک دخترِ به‌خصوص احساسِ پیوند می‌کند، خود را در حاشیه‌ای قرار می‌دهد که از سوی دیگر کودکان و همچنین بزرگ‌سالان کنترل می‌شود. آزار و اذیتی که در این مرزها رخ می‌دهد به پسران می‌آموزد از الگوهای مردانگی پیروی کنند، یا اینکه بد می‌بینند.

درنتیجه، گروه‌های دختران و پسران در جهت‌های مختلفی رشد می‌کنند. باور

مرسوم این است که دختران به پیوندهای دونفره علاقه‌مندند، درحالی‌که پسران با گروه ارتباط برقرار می‌کنند. دختران مهارت‌های ارتباطی‌ای همچون صحبت‌کردن و درمیان‌گذاشتن رازهایشان را تمرین کرده و پسران در بازی‌ها و پروژه‌ها شرکت می‌کنند؛ اما مشاهداتِ تورن در زمین بازی، شیوه‌های مرسومی را نشان می‌دهند که پسران و دختران با یکدیگر در ارتباطند: بازی‌های پسران در برابر بازی‌های دختران، بازی‌های دنبال‌کردن و حمله و آزارواذیت. بازی‌هایشان این الگوی اجتماعی را نشان می‌دهند که پسران و دختران به شکل قابل‌توجهی با یکدیگر تفاوت دارند.

نظر به اینکه هرکدام در گروه‌های جداگانه‌ای دسته‌بندی می‌شوند، پسران به یک ویژگیِ متمایز پسرانگی دست پیدا می‌کنند: برادری. همان‌طور که گروه‌های دختران هنجارهایی را که به شکل مجزا به دختران اعمال می‌شوند در خود دارند و اجرا می‌کنند، قوانینی هستند که برادریِ مختصِ فرهنگ پسرانگی را کنترل می‌کنند. ایستادگیِ هر پسر با گروه همتایان خود مشخص می‌کند در همسایگی و مدرسه چطور با او رفتار می‌شود. فراتر از ارزشِ بقای آن، ارتباط با گروه همچنین ازنظر رفاقت و پذیرشی که به‌همراه دارد بسیار مهم است. داستان‌های مربوط به ماجراجویی‌های فوق‌العاده، دورانِ شیفتگی و دیوانگی و دوستی‌های تا آخر عمر، جایگاه مقدسی در میان مردانِ تمامی فرهنگ‌ها دارند. تأیید نهاییِ یک پسر عبارتِ «هوایت را دارم» است.

برادری در بنیان و اساسِ پسرانگی جای دارد: گروه‌های بازی، زنگ تفریح، تیم‌های ورزشی، پسرانِ پیشاهنگ و باشگاه‌های پسران. در این گروه‌ها پسران برای یکدیگر اجراهایی انجام می‌دهند و از قوانینی پیروی می‌کنند که کاملاً مجزا از دوستی‌های فردی‌شان هستند. هیچ پسری نمی‌تواند از گروه همتای خود بگریزد و هر پسر باید راهی به درونِ آن پیدا کند. تجربه‌های گروه همتا

نشان می‌دهند یک پسر چطور خود را درک می‌کند و زندگی‌اش را چه می‌پندارد.

برادری در بهترین حالتِ خود می‌تواند حس تعلق را در پسر ارتقا دهد و ارزش‌های ماندگاری به او بیاموزد؛ برای مثال، در تیم‌های ورزشی. جو اِهِرمن[۱۲۳]، مربی فوتبال و تمرین‌دهندهٔ مربیان، باور دارد بخشی از تیم‌بودن یعنی یادگرفتن اینکه «چطور مردی برای دیگران» باشیم، تا این هدف که بخشی از چیزی بزرگ‌تر از زندگی خود باشیم و مسئولیتی را که نسبت به هم‌تیمی‌ها و مربیانی که به‌همان‌اندازه به شما تعلق دارند داریم، درک کنیم. او توضیح می‌دهد: «ما به یکدیگر تعلق داریم. قانون، پذیرشِ کامل است. ما به یکدیگر نیاز داریم. هر تیم ارگانیسمی پیچیده است. ما وابستگی‌های متقابلی داریم؛ هیچ هم‌تیمی‌ای نمی‌تواند بدون ارتباط با دیگر هم‌تیمی‌ها فعالیت کند. بر یکدیگر تأثیر می‌گذاریم؛ یکی‌بودن؛ هر تیم یکتاست.»

اهرمن فلسفه‌ای ارائه کرد که آن را «مربیگریِ تحول‌گرا» می‌نامد. جدای از «مربیِ معاملاتی» که فقط به فکر بردوباخت است، مربیِ تحول‌گرا «به درکِ خود و همدلی تعلق دارد و ورزش را رشته‌ای بافضلیت و مقدس می‌خواند». هدف نهاییِ او این است که بازیکنان «سه چیز را پیش‌از فارغ‌التحصیلی از دبیرستان بفهمند. یک) دوست داشته می‌شوند؛ دو) به‌خاطر همان کسی که هستند و نه کارهایی که انجام می‌دهند دوست داشته شده و پذیرفته می‌شوند؛ سه) باید بدانند چیز مهمی برای عرضه به دنیای اطراف خود دارند.» این نمونه، نیم‌نگاهی به قدرتِ ارتباطات ساخته‌شده در برادری، در جهت ایجاد محاسن و تقویت شخصیت دارد.

نمونه‌های مهم دیگری نیز وجود دارند. دکتر وِی آموخت که پسرانِ اقلیت‌ها و

پسرانِ طبقهٔ کارگر و خانواده‌های فقیر با منابع کمتر، برادری را تا حد یک هنر زیبا توسعه داده‌اند. در میان مردانِ آفریقایی-آمریکایی، برادریِ مبتنی بر ظلم و ستمِ مشترک، بر ارزش‌های وفاداری و ارتباط تأکید می‌کند. دکتر لیونِل هاوارد[۱۲۴] از دانشگاه جورج‌واشنگتن که تحقیقاتش متمرکز بر نقش ارتباطات در رشد مردانِ آفریقایی-آمریکایی است، می‌گوید نحوهٔ مدیریت تفاوت‌ها و چالش‌های زندگی از سوی مردان دورگه بسته به کیفیت پیوندهایِ آنان با دیگر مردان آفریقایی-آمریکایی است.

بسترِ دیگری که تحقیقات آشکار ساختند که برادری تجربه‌های مثبتی به‌همراه دارد، در مدارس تک‌جنسیتی است. مدافعان ادعا می‌کنند زمانی‌که پسران دیگر برای نشان‌دادن تفاوت‌های خود با دختران تحت‌فشار نیستند، احساسِ آزادی بیشتری برای امتحان‌کردن همه‌چیز خارج از جعبهٔ مردانگی دارند: هنر، بیان احساسات، یادگیری مشارکتی، دوستیِ عمیق. یکی از همین مدارس با نام آکادمیِ عقاب برای مردان جوان، در برانکس[۱۲۵]، نرخ فارغ‌التحصیلیِ مردان آفریقایی-آمریکایی را بالاتر از دوبرابر متوسط شهر نیویورک به خود اختصاص داده است: ۹۰ درصد از فارغ‌التحصیلانِ این مدرسه به دانشگاه می‌روند.
تاحدی، مدیران مدرسه موفقیت خود را به خلقِ فرهنگی همتا نسبت می‌دهند که در آن پسران به شکل فعالانه به یکدیگر اهمیت می‌دهند. همان‌طور که دکتر جوزف دریک نِلسون[۱۲۶] از دانشگاه سوارتمور[۱۲۷] در تحقیقات خود دریافت، پسران در چنین مدارسی چیزی را می‌آموزند که او آن را «برادریِ دگرگون‌کننده» می‌نامد:

- تا نیازهای دیگران را مهم‌تر از نیازهای خود بدانند؛
- تا زمانی‌که کسی به کمک نیاز دارد به کمکش بروند؛
- تا دست کمک دراز کنند؛

- تا به‌طور کامل در اقدامات مشترک مشارکت کنند؛
- تا همتایان خود را هرطور که هستند بپذیرند.

در بهترین حالت، برادری به پسران کمک می‌کند درک شوند، پشتیبانی شوند و دوست داشته شوند، که در مثال‌های مختلف شاهد آن بودید. آنان که از سنین پایین مجذوبِ دیگر پسران می‌شوند، به‌محض مشاهدهٔ این موضوع که مردبودن بخش مهمی از وجودشان است، دوستی‌های پسران می‌توانند از رشدِ مهارت‌های مهم زندگی در آنان پشتیبانی کنند. برادری می‌تواند زندگی پسران را ارتقا داده و حتی نجات دهد.

با این‌همه، برادری گاهی‌اوقات تأثیر منفی‌تری نشان می‌دهد. زمانی‌که عضویت به‌وسیلهٔ کسانی تعریف شود که خود نادیده گرفته می‌شوند، باشگاه‌های پسران به‌نوعی فرقه‌ای می‌شوند و رفتارهایی را ترویج می‌دهند که خارج از محدودهٔ مدنیت هستند. انجمن‌های برادری، تیم‌های ورزشی و دیگر گروه‌هایی که بر برادری تأکید می‌کنند، گاهی نسخه‌ای بسیار افراطی از مردانگی را تبلیغ می‌کنند که موجب انحرافِ ارزش‌ها و قضاوتِ پسر می‌شود.

حتی در دورانِ ابتدایی، گروه‌های پسران ممکن است هنجارهای ضداجتماعی را ترویج دهند، اعضای این گروه‌ها را تحریک کرده و به شیوه‌هایی رفتار کنند که به شکلِ یک‌نفره به آنها فکر نخواهند کرد. مطالعهٔ دوسالهٔ جودی چو روی پسران سه و چهارساله نشان داد زمانی‌که رفتن به مدرسه را آغاز کردند نسبت به کسانی که با آنها بازی می‌کردند هیچ‌گونه تبعیضی نداشتند، اما به‌مرور در گروهی ادغام شدند که دختران را نادیده می‌گرفتند. هر پسر بیشتر درمورد کسانی که با آنها به بازی می‌پرداخت، اسباب‌بازی‌هایی که انتخاب می‌کرد و اینکه چطور در فضایِ عمومی مدرسه رفتار کند، محتاط می‌شد. این گروه مرزهای خود را با خصومت نسبت به دختران مشخص کرده بود.

گروه همتایان هم می‌کشد و هم فشار می‌آورد. بسیاری از پسران با ورود به فضایی کاملاً پسرانه، متوجه می‌شوند که بخش زیادی از وجود خود را نباید وارد این فضا کرده و باید به پنهان‌کردن آن اقدام کنند. آنها در برابر کششِ جاذبه‌ای گروه برای انطباق می‌جنگند تا خودشان باشند. درکِ اینکه چگونه به پسران کمک کنیم، به‌رغم فشارهای اجتماعی‌ای که آنان را به‌سمت قایم‌شدن

می‌کشند تا فردیتِ خود را حفظ کنند، برای مردانی که در آینده خواهند شد بسیار ضروری است. بدون داشتنِ شخصی نزدیک جهت مراجعه، افراد سالخورده بیشتر احتمال دارد به تظاهر روی آورند. همان‌طور که جورج اورول نویسنده متوجه شد، پسران می‌توانند به شکلِ نقاب‌هایی درآیند که بر صورت دارند.

سَم[۱۳۸] بچهٔ میانی یک خانوادهٔ بسیار بزرگ بود. برادرانِ بزرگ‌ترش، هم ازنظر آکادمیک، هم ورزشی و هم اجتماعی از او خیلی سرتر بودند و در زندگی‌های پرمشغلهٔ خود وقت زیادی برای او نداشتند. پدر سَم نیز حتی وقتی کار نمی‌کرد، به‌نظر مشغولِ فعالیت‌های ورزشیِ پسرانِ بزرگ‌ترش (یکی در بیسبال و دیگری لاکراس) بود. سَم در متمایزکردن خود نسبت به برادرانش در نگاه پدر با سختی‌های زیادی روبه‌رو بود، گرچه او خود نیز ورزش‌های بسیاری را امتحان کرده بود. مادرش، درعین‌حال که بسیار مهربان و همراه با سم بود، راحت‌تر می‌توانست با خواهرانِ کوچک‌تر او ارتباط برقرار کند.

در مدرسهٔ سم، کلاس‌هشتمی‌ها بالاتر از همه قرار داشتند و بزرگ‌ترین، سرسخت‌ترین و جسورترین پسران بر همه حکمرانی می‌کردند. دور از چشمِ والدین، دعواهایی بعداز مدرسه و در حیاط رخ می‌دادند که ترتیبِ سلسله‌مراتبیِ غالب را تقویت می‌کردند. پسرانی که در مدرسه عملکرد خوبی داشتند، با معلمان همکاری می‌کردند و برای تکالیف خود زحمت می‌کشیدند، مسخره می‌شدند و به شیوه‌های گوناگون زجر می‌کشیدند؛ آنان در صف هل داده می‌شدند، در راهرو به زمین می‌خوردند و در دست‌شویی منبعِ شوخیِ دیگران بودند.

سَم، که نویسندهٔ بااستعدادی بود، در تکالیف خود مشکلی نداشت و درواقع،

یادگیری را بسیار دوست می‌داشت. معلمان کاملاً آشکار او را بیش از دیگر پسرانی که در کلاس مشارکت نمی‌کردند دوست داشتند؛ اما با نزدیک‌شدن به بلوغ، سم متوجه شد به‌واقع اهمیت‌دادن به مدرسه و تحسین‌شدن از سوی معلمان او را با هم‌کلاسی‌هایش درگیر می‌کند - او به هدفی آسان تبدیل شده بود.

در کلاس هشتم، نمرات او بسیار افت کردند، به‌خاطرِ سوءرفتارهای جزئی برگهٔ تنبیه می‌گرفت و در خانه نیز عصبی و کج‌خلق شده بود. گاهی‌اوقات نسبت به مادرش حالت تدافعی داشت و نسبت به خواهران کوچک‌ترش بدجنسی می‌کرد. والدینش متوجه شدند او گروه دوستان خود را در مدرسه عوض کرده است و اینکه آخر هفته‌ها از آنها می‌خواهد در خانهٔ پسرانی بماند که در مدرسه محبوب هستند. آنها از این رشد آخر او خیالشان راحت شده بود و برایش خوشحال بودند و فکر می‌کردند به‌مرور «از پوستهٔ خود خارج می‌شود» و بدخلقی‌هایش را نیز به پایِ بلوغ و هورمون‌ها گذاشتند. او علاقهٔ زیادی به دختران از خود نشان می‌داد، اما یک بار مادرش تصاویرِ وحشتناکی را در تلفن‌همراهش که به‌صورت محرمانه کنترلش می‌کرد کشف کرد. دوستان جدیدش دو بار عکس‌های هرزه و وسوسه‌انگیزی از دختران برایش فرستاده بودند.

درمجموع، مشخص شد که سم به دردسر افتاده است و والدینش به‌دنبال یافتنِ مشاوری برای او بودند. در جلسه‌های فردی در طول ارزیابی ابتدایی، سم آشکار کرد چون اذیت و مسخره‌شدن در مدرسه برایش تحمل‌ناپذیر شده بود، درنهایت نتیجه گرفت راهی جز پیوستن به دیگر پسرانِ محبوبی که او را نیز در مهمانی‌های شبانهٔ خود راه می‌دادند ندارد. بعدازآن سم متوجه شد این کار بسیار سرگرم‌کننده است - پسر بانمک - و مایل بود ریسک‌های بیشتری را

بپذیرد تا جایگاهش را محکم کند. او هرگز سلطهٔ پسرانِ بزرگ‌تر را به‌چالش نکشید و درواقع، یک پسرِ خاص را کشف کرد که بسیار دوستش داشت و او نیز از سم خوشش می‌آمد. او به‌مرور از امنیتِ ناشی از پذیرفته‌شدن در یک گروه خوشش آمد. او یاد گرفته بود که خود را با دیگران همراه کند و زندگی را پیش ببرد.

اما سم همچنین آشکار کرد چقدر از مسیری که دارد می‌رود ترسیده و چقدر در خانواده تنهاست. والدینش هیچ ایده‌ای نداشتند که او دارد با چه مشکلاتی دست‌وپنجه نرم می‌کند. هرچه سم بیشتر با دوستانش همراه می‌شد، بیشتر از خانواده‌اش و خودش بیگانه می‌شد. اینکه حتی فرض کند روزی واقعیتِ زندگی‌اش را برای پدرومادرش تعریف کند، برایش سخت‌تر و سخت‌تر می‌شد.

خوشبختانه کمک‌کردن به سَم کار مشکلی نبود. والدینش که دیگر از خواب بیدار شده بودند، بالاخره توانستند ببینند با نادیده‌گرفتن او، پرمشغله‌بودن و گیرافتادن در موفقیتِ ورزشی پسرانِ بزرگ‌ترشان، چطور موجب بدترشدن موقعیتِ متزلزلِ پسرشان شده‌اند. پس، از او عذرخواهی کردند و راه‌هایی برای تصدیق ویژگی‌های وجودی‌اش که او را از برادرانِ بزرگ‌ترش متمایز می‌کردند، ازجمله عشقش به نوشتن خلاقانه، پیدا کردند. پدرش هر هفته‌اش را با صحبت‌کردن با سم آغاز می‌کرد و از او سؤال می‌کرد آیا دوست دارد وقتش را با پدر بگذراند و کاری را که سَم دلش می‌خواهد انجام دهد یا نه. گاهی‌اوقات به رستوران می‌رفتند، گاهی توپ لاکراس را برای هم پرتاب می‌کردند، گاهی‌اوقات در زیرزمین می‌نشستند و سم پدرش را در بازی‌های ویدئویی به بهترین شکل شکست می‌داد.

هم برای سم و هم والدینش تجربهٔ کلاسِ هشتم درسی درمورد قدرتِ

اغواکنندهٔ برادری و خطراتِ آن بود. سم ممکن بود راهش را گم کند. تاحدی که پسران کدهایی را که در روابط خود با دوستانشان دنبال می‌کنند ملکهٔ ذهنشان می‌شود و ممکن است از سجایایِ اخلاقیِ خود دور شوند. صداهای والدینشان ممکن است در فشارهای آنی و دارای اهمیتِ گروه گم شوند. داستانِ سَم یک داستانِ آموزنده درمورد وابستگی به لنگرهای رابطه‌ای جهت کمک به آنها برای مقاومت در برابر هنجارهای همتایان است. در این داستان، ما همچنین محدودیت‌هایِ شجاعتِ پسران را می‌بینیم. داستانِ سم، داستانی احتیاطی در این مورد بود که پسران چگونه دچار مشکل می‌شوند و توافق می‌کنند با دیگر پسران هم‌راستا شوند، حتی زمانی‌که به کاری که انجام می‌دهند باور ندارند.

برای پسرانی که نسبت به سم کم‌شانس‌تر هستند، بدون داشتن والدینی که به آنها کمک کنند، هنجارهای برادری می‌توانند بسیار مغشوش‌کننده باشند. پِگی ساندی[۱۲۹]، انسان‌شناس، از دانشگاه پنسیلوانیا، مشاهده کرد که تجاوز یک پدیدهٔ جامعه‌شناختی فرهنگی است و بیشتر احتمال دارد تحت شرایط خاصی رخ دهد. زمانی‌که نسخه‌های افراطیِ مردانگی، ازجمله رفتارهای خصومت‌آمیز نسبت به زنان، در گروه‌های مردانه ترویج می‌یابند، گروه به گروهی تبدیل می‌شود که «مستعدِ تجاوز» است. رفتارهای مردانهٔ افراطی و الگوهای جنسی که زنان را دستاویز تمایلات مردان می‌بینند، تحت این شرایط ترکیب بسیار خطرناکی هستند. روان‌شناس دانشگاه یوسی‌اِل اِی[۱۳۰]، نایل مالاموت[۱۳۱]، یک مقیاسِ احتمال تجاوز تهیه کرد و مشاهده کرد که یک‌سوم پسران در سن دانشگاه گفته‌اند ممکن است به یک زن تجاوز کنند «اگر مطمئن باشند دستگیر نشده یا مجازات نمی‌شوند».

اما زمانی‌که یک پسر ریشه در یک پایگاه خانگی دارد، کمتر با هنجارهای

ضدزنانه روبه‌رو می‌شود. ارتباطات، پسران را از طیف وسیعی از رفتارهای افراطی، توهین‌آمیز و مخرب که در فرهنگ‌های مردانهٔ افراطی موردتوجه هستند محافظت می‌کنند. این نسخه‌های افراطی از مردانگی، جذابیت خاصی برای پسرانی دارند که اجتماعی‌شدنشان در خانواده‌ها و گروه‌های همتا موجب شده است که پذیرای این رفتار افراطی باشند. با افزایشِ سن از والدین خود دور می‌شوند و گروهشان را خانهٔ خود می‌کنند و مهم‌ترین چیز در زندگی‌شان کسب «احترام» گروه می‌شود.

گروه‌های برادریِ یونانی که امروزه بیش از هر زمانی در طول تاریخ محبوبند و یک مرد از هر شش مرد در دورهٔ چهارسالهٔ دانشگاه به آنها می‌پیوندد، شرایطی را نشان می‌دهند که در آن ماهیت برادری تغییر می‌یابد و دیگر آن چیزی نیست که باید باشد. در یک مقالهٔ مجلهٔ تایم در سال ۲۰۱۴، نویسنده، جسیکا بِنِت[illegible]، سؤال کرد: «انتظار دارید در کلوپی که زنان، بیگانه، کالاگونه یا حتی به‌عنوان طعمه تلقی می‌شوند و مردان قانون‌گذار هستند چه اتفاقی رخ دهد؟ چندان جای تعجب نیست اگر باشگاه را از نو خلق کنند، باشگاهی که برای پسران هم چندان فوق‌العاده نیست.»

عضویت در آن گروه‌ها نیازمند مذاکرهٔ فعال و مستمر میان فردی که پسر باور دارد خودش است و هدفِ اصلی گروه است. اکثر پسرها گاهی‌اوقات تسلیمِ قدرتِ گروه می‌شوند، حتی همچون اتفاقی که برای سم افتاد در برابر هنجارهای آن تسلیم شده و گم می‌شوند، اما همچون سم، ارتباطاتشان می‌توانند ارزش‌های اصلی‌ای که به آنها کمک می‌کنند تا راه خود را برای بازگشت و رهایی از هنجارهای سمی پیدا کنند، تقویت کنند.

کمک به پسران در به‌دست‌آوردن شجاعت، یک مهارت بسیار مهم در

بزرگ‌کردن پسران است. تقویتِ محکومیت‌های یک پسر و افزایشِ مقاومتش، عکسِ هنجارهای مردانگی هستند. اینکه معضلاتِ ایجادشده از سوی گروه‌های برادری چگونه حل‌وفصل می‌شوند، می‌تواند باقیِ مسیر زندگی پسر را مشخص کند.

والدین و مدارس چه کاری می‌توانند انجام دهند

همان‌طور که یک پسر با گروه همتای خود ارتباط برقرار می‌کند، اساسی‌ترین نکته‌ای که والدین و معلمان باید در نظر داشته باشند، این ضرب‌المثل است که می‌گوید: «برای اینکه دوستی داشته باشی، باید دوست خوبی هم باشی.» اهمیت‌دادن، اعتمادکردن، همدلی و مصالحه، مهارت‌های ارتباطی‌ای هستند که تمامی بچه‌ها باید برای موفقیت در دوستی‌های خود آنها را کسب کنند. پسرها همان‌طور که اولین قدم‌ها را در رابطه برمی‌دارند، از مدل‌های کاری توسعه‌داده‌شده در روابط مبتنی بر وابستگی با والدینشان جهت استقرار شیوهٔ عقلانیِ خود استفاده می‌کنند. ازاین‌جهت، روابط ابتدایی با والدین، معلمان و خواهروبرادرها، صحنه را برای آنچه بعدازآن قرار دارد آماده می‌کند. پسرانی که می‌دانند کسی از آنها مراقبت می‌کند و بدین‌خاطر ایمن هستند، اعتمادبه‌نفسی را که برای برقراری ارتباط با دیگران نیاز دارند در اختیار خواهند داشت. آنها راحت‌تر می‌توانند دست‌ودل‌باز باشند، نوبتی کار کنند و به دوستان خود علاقه نشان دهند. راحت‌تر می‌توانند پیشنهاد انجام کارهایی را که با شخصیتشان مطابقت ندارند رد کنند.

برخی از تحقیقات نشان داده‌اند که پیوندِ پسر با مادرش به‌طور مشخص موجب تقویت توانایی او در بیان احساسات نسبت به دیگران می‌شود. مادران نه‌تنها بیشتر احتمال دارد به پسران خود کمک کنند تا در برابر قراردادهای مردانگی برای محدودیت‌های احساسی مقاومت کنند، قدرت ارتباط آنها با ورودِ پسر به سن نوجوانی نیز مستقیماً با این امر در ارتباط است که تا چه حد به‌خوبی امکاناتِ عاطفیِ خود را در مسیرِ دوستانش حمل می‌کند. نایوبی وِی می‌نویسد: «پسرانی که گزارش کرده‌اند رابطهٔ پشتیبانی از سوی مادران خود از

کلاس ششم تا هشتم دارند نیز احتمال دارد سطوح بالاتری از مقاومت را در برابر قراردادهای مردانگی در دوستی‌هایشان از خود نشان دهند.»

به‌نظر می‌رسد کیفیت پیوند ارتباطی که کودکان با سرپرستان خود شکل می‌دهند، عامل پیش‌بینیِ بسیار قدرتمندی از کیفیتِ پیوندهای بعدیِ آنان است. همان‌طور که در فصل اول اشاره کردم، محققانِ زمینهٔ وابستگی دریافتند که مقیاسِ بیست‌سؤالی وابستگیِ بزرگ‌سالان می‌تواند میزان وابستگیِ پسران و دختران را به والدینشان با دقت ۸۵ درصد پیش‌بینی کند. درحالی‌که شیوه‌های ارتباطی می‌توانند در بزرگ‌سالی بهبود پیدا کنند، غلبه بر الگوهای محافظت، عدم‌اعتماد، سلطه و استثمارِ شکل‌گرفته در قلب نوجوانان می‌تواند بسیار مشکل باشد. برای مادران، پدران و دیگر بزرگ‌سالان، شکل‌دادن ارتباطاتِ مستحکم با پسران و مربیان و حفظ کیفیت و عمق این روابط، یک استراتژیِ بازدارندهٔ ضروری جهت توانمندسازی پسران برای بزرگ‌سالی است.

ورایِ مشخص‌کردن پایه و اساس، در این کتاب، یک‌سری پیشنهادهای مشخص را برای والدین و کسانِ دیگری که می‌خواهند در دوستی و همراه‌شدن با گروه‌های همتای خود از آنها پشتیبانی کنند مشاهده می‌کنید.

فرصت‌هایی فراهم آورید

ازآنجاکه داشتنِ دوستان خوب برای رشدِ پسران از اهمیت بالایی برخوردار است، خانواده‌ها باید در برنامه‌های کلاسی و خانوادگیِ شلوغِ خود فضایی برای پسرانشان فراهم آورند تا با دوستانشان وقت بگذرانند. این موضوع با انطباقِ کودکی با زندگی‌های کاریِ شلوغِ خانواده‌های مدرن، سخت‌تر و سخت‌تر شده است. میانِ مراقبت‌های روزانهٔ تمام‌وقت و صرف زمان بیشتر در مدرسه، کمپ‌های تابستانی و برنامه‌های ورزشی و هنری، وقت کودکان دیگر متعلق به خودشان نیست.حداقل تا زمانی‌که به سن مناسب برسند و قادر باشند خود را جمع‌وجور کنند، پسران نیاز دارند والدینشان برایشان وقت صرف کنند و اجازه دهند به‌صورت هفتگی، آخر هفته‌ها را با دوستانشان بگذرانند.

ازآنجاکه محله‌ها این روزها کمتر خانوادگی و دوستانه شده‌اند، کودکانِ کمتری می‌توانند از خانه خارج شوند و دوستان و هم‌بازی‌های خود را پیدا کنند. راه‌حلِ جایگزین این کار گذاشتن قرارِ بازی میان کودکان است، گرچه این کار معمولاً فراتر از قابلیت‌های برنامه‌ریزیِ پسران کوچک‌تر است که خودشان برای خودشان قرار بگذارند. اینجاست که توجه والدین و توانایی آنها در گوش‌دادن به پسرشان اهمیت پیدا می‌کند: هر طرحی که برای اجتماعی‌کردن فرزند اتخاذ کنند باید ترغیب شود. حتی عبارت‌های ساده‌ای مثل «ای‌کاش می‌توانستم با تامی بازی کنم» نشانگر قدم‌های اولش به‌سمت حل مشکلِ انزوای اجتماعی هستند. ارائهٔ پشتیبانیِ لُجستیک به‌نحوی که پسران شانس خوبی در ایجاد ارتباطاتِ موفق برای خود داشته باشند، بدین معناست که پاسخ‌دادن با سؤال‌های «چرا این آخر هفته دعوتش نمی‌کنی؟» و «دوست داری بعداز اینکه با او قرار گذاشتی با مادرش هماهنگ کنم؟» و دنبال‌کردن پسر

به‌جای هدایت‌کردن او، استقلال و ابتکارِ عمل او را افزایش می‌دهد.

بااین‌حال، نظر به پرمشغله‌بودن والدین و افزایشِ انتظارات از معلمان، یافتنِ بزرگ‌سالانی در جایگاه مناسب برای پشتیبانی از نیازِ آنان در راستای صرف زمان با دوستان کار سخت‌تری شده است. سریع‌تر و کارآمدتر است اگر روز هر پسر را خودمان برنامه‌ریزی کنیم تا اینکه منتظرِ او بمانیم که خودش اعلام کند چه چیزی می‌خواهد و اینکه خواسته‌اش را دنبال کنیم؛ اما نکتهٔ اصلی، رشد مهارت‌ها در بلندمدت است. دوست داریم پسرها بدانند چگونه جهان خود را هدایت کنند؛ والدین و معلمانی که نیت خوبی دارند نمی‌توانند مهارت‌های خود را جایگزینِ مهارت‌های پسران یا دانش‌آموزانشان کنند. تلاشِ اجتماعی و سلسله‌مراتب‌های درحال‌تغییر، نیازمند اندازه‌گیری منصفانهٔ انعطاف‌پذیری، خلاقیت و ثبات هستند؛ مهارت‌هایی که در حالت ایدئال از پیش‌از واردشدن به بزرگ‌سالی آموخته می‌شوند. در ابتدای جوانی، زمانی‌که گروهی از همتایانشان آوای استقلال از والدین و معلمان را سر می‌دهند، پسرانی که یاد نگرفته‌اند از خود دفاع کنند ممکن است در جلبِ احترام دیگران سختی‌های بیشتری بکشند.

تحقیقات درزمینهٔ مقاومت نشان می‌دهند هر پسری بهتر می‌تواند به حرکت خود ادامه دهد، اگر دست‌کم یک همراه داشته باشد: کسی که به وجودش ارج بنهد، به آنچه می‌خواهد اهمیت بدهد و هرچه شد بازهم کنارش بماند. پسران درحالی‌که به‌دنبال یک یا دو دوست می‌گردند، با پذیرشِ بی‌قیدوشرط معلمان، مربیان، روحانیان و والدین است که قدرت بیشتری پیدا می‌کنند. ایستادن در برابر تهدیدِ محروم‌شدن، ممکن است همواره در موقعیت‌های به‌خصوص عاقلانه نباشد، اما آنچه در بلندمدت اهمیت دارد این است که هر پسر باور دارد کسی از او پشتیبانی می‌کند، پناهگاهی برایش وجود دارد و اینکه به‌طور

کامل وابسته به نیروهای فراتر از کنترلش نیست. متوازن‌سازیِ ترجیحات فردی و پیداکردن جایگاه در گروه، حقه‌ای است که هر پسری باید آن را بیاموزد.

چشمان خود را باز نگاه‌دارید

در داستانِ سم و همچنین داستان‌های مستندشده از سوی شاهدان، ازجمله روان‌شناس جودی چو، مشخص است که والدین و معلمان در ارتباط با دوستی‌های پسران که معمولاً ناشناخته هستند نقش‌هایی دارند. به‌خصوص زمانی‌که پسران آن‌قدر جوان هستند که زندگی‌های اجتماعی‌شان نسبتاً شفاف است و چالش‌هایشان به شکل معقولی قابل‌مدیریت هستند، والدین و معلمان می‌توانند به آنها کمک کنند مهارت‌هایی درزمینهٔ متوازن‌سازیِ تقاضاهای گروه در برابر ارزش‌ها و نیازهای خود کسب کنند. دقت و توجه به چگونگیِ مدیریت این چالش‌ها از سوی پسران و حفظ تعادل خود - مداخله برای هدایتِ آنان که راه خود را گم می‌کنند یا دچار سردرگمی می‌شوند - به‌واقع درحالی‌که دیدگاه‌های خود را در این مورد که چه کسی هستند و زبردستی‌شان در رسیدن به تعادل مناسب - تضمینی به‌دست می‌دهد. مشکل اینجاست که «جامعهٔ کودکان» دارای قوانین مختص به خودش است که خارج از دید و ورایِ کنترل و اختیاراتِ بزرگ‌سالان است. در مطالعهٔ انجام‌گرفته به‌وسیلهٔ تیم تحقیقاتی دانش‌آموزان در یک مدرسهٔ مستقل درزمینهٔ قلدری و خشونت، دو یافتهٔ اصلی، ماهیتِ دیده‌نشده اما واقعیِ این قوانین را موردتأکید قرار داده‌اند. دعواکردن و سرزنش‌کردن در یک پسر از هر ده پسر گزارش شده است. یک نفر از هر سه نفر هم موردقلدری، تهدید یا ارعاب قرار گرفته بود. درمورد محل وقوع این حوادث نیز معمولاً کافه‌تریا، حیاط مدرسه، باشگاه و محل تعویض لباس رایج‌ترین مکان‌ها بودند - فضاهایی که بزرگ‌سالان کمتر در آنها حضور داشتند - این موضوع کاملاً مشخص بود. پسرها در یافتن شکاف‌هایی در نظارتِ بزرگ‌سالان استاد هستند.

نه اینکه والدین و معلمان خیلی گوش‌به‌زنگ باشند؛ درواقع، خارق‌العاده است که چگونه فقط مشخص‌ترین تعاملات موردتوجه قرار می‌گیرند. افراد جوان‌تر و مسن‌تر که به سبب تفاوت‌های نسلی در هنجارها، دیدگاه و درک خود از هم متمایز می‌شوند، توجه اندکی به یکدیگر دارند و به‌نظر واقعاً در سیاره‌های متفاوتی زندگی می‌کنند. با افزایشِ سن، پسران درمورد مسائل مهمی همچون پوشش، موسیقی، ارتباطات، آرمان‌ها و باحال‌بودن بیشتر و بیشتر به دوستان و گروه همتایان خود می‌نگرند و تمامی حرف‌ها و رفتارهای بزرگ‌سالان را به تمسخر می‌گیرند. پسران نوجوان خود طایفه‌ای جداگانه هستند.

قوانینِ این طایفه و تأثیراتش بر پسران است که باید موردتوجه بزرگ‌سالان قرار گیرد. پسران که تمایل دارند با دیگران دوست شده و در گروه دوستان خود پذیرفته شوند، تحت‌فشار قرار می‌گیرند تا با هنجارهایی که حتی با هنجارهای آموخته‌شده در خانواده تضاد دارند، خود را وفق دهند؛ حتی زمانی‌که این هنجارها از ارزش‌های عنوان‌شده در خانواده‌هایشان منحرف شوند. راه‌رفتن روی مرزِ میان مشمول‌شدن در روابط و پایبندماندن به ارزش‌های خود، یک نوع آزمون‌وخطا بوده و نیازمند قضاوت و شجاعت است. شانسِ زیادی برای هر پسر وجود خواهد داشت تا ایستادن در برابر فشارها را تمرین کند و احتمالاً در این راه اشتباهاتِ زیادی نیز خواهد کرد. زمانی‌که یک پسر تسلیمِ فشارهای مقاومت‌ناپذیرِ یک گروه می‌شود، بسیار مفید خواهد بود اگر بتواند به کسی نشان دهد در انجامِ این کار دچار تنازع شده است و راحت نیست.

زمانی‌که پسرشان به یک گروه از همتایان خود می‌پیوندند، این به معنای فرصت‌های بسیار برای والدین نیز هست - فرصت‌های گوناگون. بدون مدیریت زندگی اجتماعی پسرشان، والدین و دیگر مراقبان دوست دارند نسبت به کیفیت زندگی اجتماعی او مطمئن باشند: آیا او شبکه‌ای از ارتباطات را

ساخته است؟ آیا پسرانی که او همه‌جا همراهشان می‌رود انسان‌های اخلاق‌مداری هستند؟ آیا او می‌تواند حداقل نزدِ تعدادی از آنها خودش باشد؟ آیا دوستی‌های او پایدار و بادوام هستند؟ در حالت ایدئال، یک ارتباط مورداعتماد با والدین، پسر را قادر می‌سازد درمورد دوستان، هم‌تیمی‌ها و دیگر همتایان خود رُک باشد. خیلی خوب است که یک پسر بتواند از والدینِ خود به‌عنوان عاملِ انتشار عقاید استفاده کند، بدون اینکه ترس از جایگزین‌شدن یا نگران‌شدن را در وجود خود احساس کند.

در نمونهٔ سم، هم اخبار خوب و هم اخبار بد آموزنده‌اند. خانوادهٔ او در عینِ مهربان و محتاط‌بودن، متوجه نشدند او به‌وسیلهٔ دینامیکِ گروه دچار مشکل شده تا اینکه رفتارش نشان داد واقعاً در خطر افتاده است. زمانی‌که نیت خود را عوض کرده و دوباره به‌سویش دست دراز کردند و او توانست آنها را نیز واردِ واقعیتِ زندگی اجتماعی خود کند، سم تمامی عقاید خود را از نو تنظیم کرد. صحبت‌کردن درمورد مشکلات و مشاهدهٔ درکِ والدینش، تصمیمش را برای بازگشتِ تعادل تقویت کرد. نمراتش بالا رفتند و وقت بیشتری را با خانواده سپری می‌کرد و بااینکه با همان گروه از پسران در مدرسه رفتاری دوستانه داشت، مداخلهٔ پدرومادرش بهانه‌ای شد تا مهمانی‌ها را بسیار کم کند و دیگر سعی نکند با سرعتِ بالا اما سطحیِ گروه محبوبش در مدرسه همراه باشد.

هنجارهای برادری گرچه در فرهنگ‌های مختلف متفاوتند، همچنان همگی بازتاب‌دهندهٔ یک ایدئال یکتا و غالب‌اند که ویژگی‌ها و انواع مشخصی از پسران را بهره‌مند کرده و دیگران را مجازات می‌کنند. باوجود اینکه اعتمادبه‌نفس دخترانی که ازنظر فیزیکی از همتایان خود بسیار بزرگ‌تر هستند دچار آسیب می‌شود، موضوع برای پسران برعکس است: پسرانِ بزرگ‌تر که سریع بالغ می‌شوند به شکلی مثبت‌تر از پسرانِ کوچک‌تر یا آنان که کمتر پیرو

کلیشه‌ها هستند، از دید دیگران مشاهده می‌شوند. اینکه پسران خود را در آینهٔ برادری چطور می‌بینند، به‌واقع بازتاب‌دهندهٔ تعصب فرهنگی آنهاست. اینکه سعی کنند پیام‌های مثبت و منفیِ دریافتی از این آینه را به خود نگیرند خیلی مشکل خواهد بود. آنها مشکلات زیادی در به‌گوش‌گرفتنِ پیام‌های مثبت و منفی آن آینه دارند.

ملیک[۱۴۲۷] پسری بود که در طول سال تحصیلیِ پنجمِ خود دوستان بسیاری داشت، اما با فرارسیدنِ نوجوانی و بلوغ و جهش‌های رشد، دینامیک گروه در مدرسهٔ راهنمایی تغییر کرد. او می‌دید که نادیده گرفته شده است و به شکل فزاینده‌ای از گروه‌ها حذف می‌شود. یک گروه چهار یا پنج‌نفره از پسران به‌مرور به‌عنوان محبوب‌ترین گروه شناخته شدند و به شکل انحصاری به جست‌وجوی دوستانِ خود پرداختند. در زمان ناهار برای هم جا می‌گرفتند، درحالی‌که ملیک و دیگر پسرانی که همیشه با آنها دوست بودند، به‌سرعت باید یکی از صندلی‌های باقی‌ماندهٔ میز را برای خود دست‌وپا می‌کردند. در طول ناهار، پسرها با اشتیاق باهم صحبت کرده و معمولاً دیگر پسرها را مسخره می‌کردند تا جایگاه خود را تقویت کنند.

نقطهٔ شکست زمانی فرارسید که ملیک متوجه شد پسرها در حال برنامه‌ریزیِ تولد برای یکی از خودشان هستند و او را دعوت نکرده‌اند. فهمیدن این موضوع چندان هم کار آسانی نبود، چراکه مهمانی در خفا برنامه‌ریزی شده بود. او جمعه‌شب به یکی از پسرانِ دیگری که با گروه می‌پلکید پیام داد و سؤال کرد آیا کار خاصی دارد و اینکه دوست دارد با او وقت بگذراند یا نه و در پاسخ این پیام را گرفت که نمی‌تواند، چون باید به «مهمانیِ ایوان برود». تمامیِ سرخوردگی، تحقیر و بیهودگی‌ای که احساس می‌کرد روی هم جمع شد و همراهش ملیک در هم شکست.

خوشبختانه، مادرش همان‌طور که پیام را می‌خواند متوجه صورتِ ملیک شد و آمادهٔ گوش‌کردن به حرف‌های او بود. گرچه او نیز به‌اندازهٔ پسرش صدمه دیده بود، زبان به دهان گرفت و او را بدون نظردادن تسلی داد. مادرش به خاطر داشت که نباید فقط همین لحظه را در نظر داشته باشد و باید به بلندمدت نیز بیندیشد، نه ناراحتیِ آنی‌ای که پسرش احساس می‌کند. ملیک خودش باید می‌توانست درمورد چگونگیِ مدیریت زندگی اجتماعی‌اش در مدرسه فکر کند. او که خودش را داشت و بس، متوجه شد پسرانی که کنارش وقت می‌گذرانند دوستانش نیستند و او باید بر روابط با گروهی دیگر از پسران اتکا کند که در عینِ محبوبیت کمتر، باهم رفتارِ بهتری دارند.

پسرانی را که از بروزِ احساسات خود دوری می‌کنند به صحبت‌کردن ترغیب کنید

زمانی‌که پسران دوره‌های سختی را با دوستان خود می‌گذرانند، والدین نباید نگران شوند. بر طبق تحقیقات انجام‌گرفته درمورد دوستی‌های پسرانی که در عنفوانِ بلوغ هستند، از سوی روان‌شناس ویلیام باکووسکی[۱۲۴] از دانشگاه کنکوردیا[۱۲۵] در مونترآل، دورانِ رکود اجتماعی برای همه رخ می‌دهد. باوجود تمام چیزهایی که در جریان است، تعجب‌آور خواهد بود اگر دوستی‌های یک پسر نیز دچار فرازونشیب‌هایی نشوند. تاحدی که دوستی‌هایشان یک فضای آموزشی برای مهارت‌های ارتباطی بلندمدت است، حتی مطلوب است که پسران یاد بگیرند خود را با موقعیت‌های متغیر انطباق دهند و با موانعِ موجود دست‌وپنجه نرم کنند، گرچه بسیاری از والدین به شکل غیرواقع‌بینانه‌ای انتظار دارند آنان موفقیت خود را همچنان حفظ کنند.

اما وقتی یک بار دچارِ مشکل شوند، دوبرابرِ گذشته خجالت می‌کشند. برای برخی از پسران، همراهی با گروه همتایان کار بسیار مشکلی به‌نظر می‌رسد و درنتیجه از تلاش دست برمی‌دارند. جِب[۱۲۶]، که در اولین دیدارش با من کلاس ششم بود، به‌سرعت نشان داد که در برخورد با بزرگ‌سالان اعتمادبه‌نفس بالایی دارد: شوخ، سرگرم‌کننده و قابل‌اعتماد است و از آسیب‌پذیربودن نمی‌ترسد. او می‌توانست خودش باشد و قلباً می‌دانست که من با احترام و توجه به حرف‌هایش گوش می‌سپارم. این چیزی بود که او آموخته بود در ارتباط با معلمان و والدین خود از آنها انتظار داشته باشد.

روابطش با هم‌کلاسی‌هایش داستان دیگری بود؛ چراکه او کلاس‌ششمی‌های

دیگر را ناخوشایند و بی‌پروا می‌خواند. عدم موفقیت او در یافتن دوستان خوب دیدگاهش را به آنچه در کنار آنها ممکن بود، لکه‌دار کرده بود. جب که نزد معلمانش بسیار محبوب بود و او را به‌دلیل اصالت، علاقه و شوخ‌طبعی‌اش بسیار تحسین می‌کردند، آخر هفته‌ها را تنها در کنار خانواده می‌گذراند. به‌ندرت نیز پیامی از هم‌کلاسی‌هایش روی تلفنش پدیدار می‌شد.

اینکه جب هرگز نمی‌توانست از وقت‌گذرانی و خوشحالی با دوستانش بهره ببرد، موجب شده بود بدبین و محزون شود. بااین‌حال نه خود جب و نه مادرش این دو را به هم مرتبط نکردند. درواقع، آنها مشکل اول را - کم‌بودن دوستان جب - به دیگری نسبت دادند و فرض کردند که تمایلات افسردگی در او بیولوژیکی هستند. جِب نیز نسبت به باقی دانش‌آموزان تفاوت در یادگیری داشت و سال‌های ابتدایی مدرسه را در اتاق‌هایی کنارِ دیگر دانش‌آموزان با نیازهای خاص گذراند، تا اینکه راهش را به‌سمت مسیر اصلی پیدا کرد. سال‌هایی که از دیگران جدا بود موجب شدند او در حاشیهٔ گروه همتایان خود در مدرسه قرار بگیرد و حتی پس‌از حضور در کلاس تربیت‌بدنی یا سلامت، گاهی‌اوقات حرف‌های پستی از دیگر پسران می‌شنید. جب فکر می‌کرد متفاوت است و هیچ‌گاه امکان ندارد از سوی پسران دیگر پذیرفته شود. دیدگاهی که نسبت به خود داشت دچار مشکل بود.

پس‌از دریافتِ تصویر کاملی از جب از سوی والدین، معلمان و همچنین آزمون‌ها در طول ارزیابی اولیه، متوجه شدم او در یک فشارِ رشدی گیر افتاده که هر روز در حال تنگ‌ترشدن است. پسران غریزه‌ای درونی دارند تا با استفاده از روابطشان با دوستان، به فردی که دلشان می‌خواهد تبدیل شوند و باید زندگی خود را بسازند. جِب به دامان امن خانوادهٔ خود پناه برده بود و مادرش ازطریق تصدیق این احساس که او اساساً متفاوت است، بدون تمایل

قلبی به ازدست‌رفتنِ قدرتِ او هر روز بیشتر از دیروز کمکش می‌کرد. شاید، با خود فکر می‌کرد آیا لازم است جب دارو مصرف کند یا خیر. جب نیز به‌نوبهٔ خود هیچ‌گونه سرنخی درمورد خارج‌شدن از مسیر نزولی زندگی‌اش نداشت.

من از جب درمورد روابطش سؤال کردم و مطمئن شدم حتماً به او بگویم چقدر شوخ‌طبع، باهوش و خوش‌صحبت است و اینکه مطمئنم دیگران هم او را همین‌طور می‌بینند. زمانی‌که درمورد پسران دیگر گلایه می‌کرد و فعالیت‌نکردن خود را توجیه می‌کرد، من پیشنهاد می‌کردم هدفی مشخص کند و اینکه من تا زمان رسیدن به هدف در کنارش خواهم بود: حداقل یک قرارِ به‌خصوص هر هفته. به او کمک کردم فهرستی از تمام پسرانی را که دوست داشت با آنها دوست باشد تهیه کند و به او اجازه می‌دادم درمورد هر پسری که می‌خواهد شکایت کند، اما نه اینکه او را به‌طور کامل از فهرست حذف کند. «هیچ‌کس کامل نیست جِب، اما تو به‌دنبال یک دوست خوب هستی و باید به خیلی از پسرها اجازه بدهی شانسشان را امتحان کنند.» اعتماد و اطمینانِ من به او و رفتارِ آرامم نسبت به پسرانی که او دوستشان نداشت، به‌نظر اعتمادبه‌نفس او را به‌اندازهٔ کافی بالا برد و تصمیم گرفت حرف‌های مرا امتحان کند. البته، متوجه شد که بسیاری از هم‌کلاسی‌هایش دوست دارند با او وقت بگذرانند و درنتیجه، رفتارش رو به تغییر گذاشت. او به‌واقع در مدتی کوتاه به هدف خود رسید و دیگر درمورد افسردگی شکایت نکرد.

من به اینکه چقدر دیگر پسرانِ کلاس نسبت به جب بدجنس و خشن بودند بی‌تفاوت نبودم. او خودش این موضوع را از من هم بهتر می‌دانست، اما من چیزی را می‌دانستم که او نمی‌دانست: درحالی‌که اوضاع به‌نظر به سود او نمی‌رسید، او توانست به‌سادگی با دوستی با پسرانی که بیشتر به او توجه می‌کردند و گسترش روابط خود، دوستانش را یکی‌یکی تغییر دهد و خود را از

حاشیه به مسیر اصلی بازگرداند. با تجربهٔ موفقیت، احساسِ ناتوانی و ناامیدی از روی سینه‌اش برداشته شد و اعتمادبه‌نفس بیشتری پیدا کرد. پسرِ بانمک و خونگرمی که بزرگ‌سالان می‌دیدند، خود را بیشتروبیشتر در کنار دوستانش نشان می‌داد و جب راز مهمی را درمورد کنارآمدن با تیم بدجنس‌ها کشف کرد: اینکه برای قربانی‌شدن یا پذیرفتنِ آزارهای دیگران داوطلب نشود.

هر پسری در گروه همتایان احساس ناامنی می‌کند، حتی سردسته‌های گروه که از همه بالاتر هستند. هرکسی ممکن است به‌صورت تصادفی هدفِ مسخره‌شدن دیگران قرار گیرد. بسیاری از پسران که احساس سالم و خوبی نسبت به خود دارند به‌صورت طبیعی این دینامیک را تهدیدبرانگیز می‌بینند، ولی به‌رغم اینکه خود را برای پیوستن به گروه پایین می‌آورند، زمانی واکنش نشان می‌دهند که فردی که احساس می‌کند به آنها پیوند خورده به آنها یادآوری کند واقعاً چه کسی هستند. در پس هنجارهای ناسالم برادری می‌توان انسانیت را در تمام پسربچه‌ها یافت. کمک به پسران در کشف اینکه چگونه با همتایان خود ارتباط برقرار کنند، درحالی‌که آرمان‌های خود را نیز به‌رغم هنجارهای گروه حفظ کنند، شیوه‌ای اساسی جهت توانمندسازیِ آنان است.

در عملکرد پسرانی که راه خود را گم می‌کنند مداخله کنید

برای پسرانی مثل سم، تبدیل‌شدن به بخشی از گروه، احساسِ نادیده‌گرفته‌شدن را جبران می‌کند. نه خانواده‌اش و نه هم‌کلاسی‌هایش هرگز توجه خاص و ویژه‌ای به او نداشتند. او بیش از هرکسی تلاش می‌کرد تا توجه باحال‌ترین پسران را در کلاس به‌دست آورد و برای جلب‌توجه آنها تظاهر و خودنمایی می‌کرد. سم احساس می‌کرد پیداکردن جایگاهی در حلقهٔ پسران محبوب کلاس، ممکن است خودکم‌بینی را در او جبران کند؛ اما همان‌طور که در مسیرِ ناسالم بیشتروبیشتر پیش می‌رفت، بیشتر با گروه همراه می‌شد و سازش‌هایش افزایش می‌یافتند. زمانی‌که والدینِ او مداخله کردند، به‌واقع احساس خلاصی داشت.

سَم مطرود نیست. بسیاری از پسرانی که تحت‌سلطهٔ هنجارهای برادری قرار می‌گیرند، در خفا آرزو دارند یک نفر برای کمک به آنها پا پیش بگذارد و توازنِ بهتری ایجاد کند. متأسفانه به‌جای اینکه آنها را قربانیانِ نیرویی پرقدرت ببینیم، زمانی‌که والدین و دیگر بزرگ‌سالان با پسرانی که بیش از حد پیش رفته‌اند سروکله می‌زنند، پسران ممکن است واکنشی اخلاقی داشته باشند. پسران در رویارویی با چنین قضاوت‌هایی احساس می‌کنند به شکل نامنصفانه‌ای موردقضاوت قرار گرفته و با استانداردی منسوخ و غیرواقعی سنجیده شده‌اند. قضاوت درمورد پسری که بیش از حد سازگاری می‌کند با استفاده از امنیتِ نسبی بزرگ‌سالی کار مشکلی است؛ اما چنین قضاوت‌هایی پسران را بدان سمت می‌برند که خود را از منابع اولیهٔ درک و پشتیبانی دور کنند و موردشفقت همتایان قرار گیرند.

برای آنان که نگرانِ دوستی پسران با همتایانش هستند، این چارچوب عملیاتی

ممکن است مفید باشد:

سطح اول

برای والدینی که همه‌چیز را زود متوجه شده و ملتفت می‌شوند پسرشان به‌نوعی پنهان‌کاری می‌کند، اولین مرحله انجام یک نظرسنجی از خود است: آیا ناامیدی و عدم تأیید یا حتی بی‌احترامی، دغدغهٔ شما را بیشتر می‌کند؟ به‌محض اینکه دغدغه‌هایتان شفاف‌تر شدند و بیشتر در رحمت و شفقت و عشق نسبت به پسر خود پیش رفتید، نقاط قوت او را مرور کنید تا به خود یادآوری کنید که او واقعاً چه کسی است. این همان کودکی است که باید با او ارتباط برقرار کنید. این دیدگاه همچنان به والدین کمک می‌کند پیامی ترغیب‌کننده‌تر ارسال کنند و بر آن‌گونه که پسر خود را از دید شما می‌بیند تأثیر بگذارد. اعتباردادن صریح و از روی تفکر به پسرشان، بازیکنشان، یا دانش‌آموزشان تقریباً همیشه ایدهٔ خوبی برای کسانی است که دوست دارند کمک کنند، به‌خصوص به پسرانی که ممکن است هم‌اکنون بازخوردهای منفی از دیگران بگیرند.

ازآنجاکه هدف، برقراریِ مجدد ارتباط و نه تصحیح پسر یا توقف رفتار مشکل‌ساز اوست، هیچ عجله‌ای در کار نیست؛ پسرتان وقتی دوباره با شما ارتباط برقرار کند رفتارش را تصحیح خواهد کرد. ممکن است طول بکشد تا بر بدبینی خود غلبه کند. باور کنید شما قصد گول‌زدنش را ندارید، به‌خصوص اگر فاصلهٔ قابل‌توجهی میان او و والدینش ایجاد شده باشد. زمان و گوش‌دادن، استراتژی‌های قابل‌اطمینانی برای کمک به ارتباط مجدد با پسران هستند. با جمع‌کردن حواس خود جهت تمرکز بر پسرتان، گوش‌دادن به او و توجه به اینکه چطور واکنش نشان می‌دهد، چیزهای زیادی خواهید آموخت که قدم بعدی شما را شکل می‌دهند.

در این سطح، چیزِ خاصی برای نگرانی وجود ندارد و هیچ مشکلِ آنی‌ای نیست که نیاز به حل‌شدن داشته باشد - بازسازیِ ارتباط مهم‌ترین نکته است.

سطح دوم

با این فرض که با عمیق‌ترشدن رابطه، گفت‌وگو ممکن می‌شود، بهتر است با پسرِ خود درمورد تلاشی که شاهدش بودید صریح باشید: «به‌نظر می‌رسد برایتان سخت باشد که به دوستانِ خود نشان دهید واقعاً چه کسی هستید.» این مشاهدات نباید به شکل انتقاد یا اتهام مطرح شوند - زیرا موجب می‌شود پسر حالت دفاعی به خود گرفته و تصمیم به عقب‌نشینی بگیرد - بلکه باید به‌نوعی دارای لحنی دلسوزانه و مشفقانه باشند. درمیان‌گذاشتنِ داستان‌های شخصی مشابه، قطعاً می‌توانند به نرمال‌سازیِ وضعِ نامساعدِ پسر و کاهش ماهیت بالا به پایینِ تعامل کمک کند. مؤثرترین مداخله‌ها با هدفِ تعهد، احترام و توجه صورت می‌گیرند؛ به‌خصوص برای کسی که هم‌اکنون احساسِ خجالت و ناتوانی می‌کند.

اگر مداخله موجب پیشرفت شود و تصدیقِ مسئله را به‌همراه داشته باشد، والدین، معلمان یا مربیان در نقطهٔ تصمیم‌گیری قرار می‌گیرند: آنها باید تصمیم بگیرند آیا موقعیت، نیازمند عمل‌کردن جهت تغییر شرایط پسر است یا خیر؛ برای مثال، رفتن به یک مدرسهٔ جدید یا پیوستن به یک تیم جدید و یا شاید مشاورهٔ حرفه‌ای. اگر شرایط به‌وضوح از خط قرمز گذشته باشند، والدین تنها قدرتِ لازم را برای اصلاح محیط دارند تا پسرشان شانسِ رهایی را به‌دست آورد؛ اما اگر حقیقتاً برای پسر مشکل بود که بدونِ چشم‌پوشی از چیزهایی که برایش مشکل هستند خود را وفق دهد، فرد بزرگ‌سال می‌تواند کمک و پشتیبانیِ خود را در اختیار او قرار دهد تا گزینه‌هایی را که پیش‌رویش قرار دارند با طوفانِ فکری شناسایی کند.

در هر دو مورد، پسر به‌دلیل صحبت‌کردن با فردی دیگر درمورد ماهیت واقعی مشکلاتِ خود، تغییر جهتی تعیین‌کننده داشته است. مجدداً باید دقت داشت که این اتفاق در بلندمدت رخ می‌دهد و پسر خود وظیفه دارد تغییرات لازم را ایجاد کند. او می‌تواند به‌طور مداوم موفقیت‌هایش را جشن بگیرد و رهبری و تشویق بیشتری از معلمان خود دریافت کند، اما نباید احساس کند باید همیشه به ناظر جواب بدهد. هدف، در حالت ایدئال این است که او دوست داشته باشد به‌خاطر خودش و نه‌فقط راضی‌کردن پدرومادرش تغییر کند.

سطح سوم

برای برخی از پسرها، وابستگی به گروه همتایان، پیوند بسیار محکمی را موجب می‌شود. گروه‌های برادری که بر بنیانِ فریبندهٔ پذیرش، هیجان و ترس بنا شده‌اند، وفاداری را یکی از ارزش‌های اصلیِ خود معرفی می‌کنند. زمانی‌که ارتباطاتِ دیگر پسر کمتر استحکام دارند، می‌تواند بر برادرانش اتکا کند که همیشه کنارش بمانند. دوستانش ممکن است جایگزین‌ناپذیر به‌نظر برسند. پسرانی که وابسته به گروه هستند و از بزرگ‌سالان دوری می‌کنند، ممکن است ناامیدانه به‌دنبال آن باشند که داشته‌هایشان را از دست ندهند. تجربهٔ آنان غالباً شامل خسارت‌های آسیب‌زا و ازدست‌دادن ارتباطی مهم در ارتباطاتِ اولیهٔ خود است که موجب می‌شود کمتر تمایل داشته باشند داشته‌هایشان را به‌خطر بیندازند.

این پسران که ناامید هستند، در هنجارهای برادری گیر می‌افتند. آنان که فاقد هرگونه اخلاق نیک و وجدان برای اهمیت‌دادن به بزرگ‌سالانی هستند که برایشان اهمیت دارند، قادر به فریب‌دادن خود در تفکر گروهی و جوّی شبیه به مأمن هستند. الکل و دیگر موادی که عملکرد ذهن را تغییر می‌دهند نیز همه‌چیز را بدتر می‌کنند. مستی و وحشیگری به اهداف نهایی آنان تبدیل شده، مشکل را برای پسرانی که همین‌الان هم با اخلاقیات دست‌به‌گریبان هستند بدتر می‌کنند.

این موضوع در میان روان‌شناسان رشد موردبحث فراوان قرار دارد: چطور می‌توان از یک پسر انتظار داشت نظم و قانونمندی را در خود افزایش دهد، اگر او روابط سازنده که این ظرفیت را ایجاد می‌کنند از بین ببرد؟ حتی جدی‌تر

از آن اینکه، یک پسر را در چه برهه‌ای می‌توان بی‌وجدان دانست؟ خبرهای خوب از سوی عصب‌شناسان براساسِ پیشرفت‌هایشان در درکِ پاسخ‌گوییِ مغز به تجربیات جدید در روابط، بر این موضوع تأیید داشتند که یک پسر هرگز غیرقابل‌دسترس نیست. برای هر پسری که داستانش به‌نظر بسیار ناامیدکننده می‌رسد، داستان دیگری درمورد فردی دیگر با شرایط مشابه وجود دارد که زندگی‌اش را از این‌رو به آن‌رو کرده است. فرقش تقریباً همیشه این است که یک بزرگ‌تر مداخله کرده و توانسته است در زمانِ گمراهی و تنهایی او را با خود همراه کند. درحالی‌که تجربیات اولیه مدل‌های قدرتمندی خلق می‌کنند که پایدار خواهند بود، این مدل‌ها در شرایط متغیر تطبیق پیدا می‌کنند.

این موضوع برای یکی از والدین یا معلمانی که سعی دارند به پسری که خود را در برادری گم کرده کمک کنند چالش‌برانگیز است. والدین نه‌تنها باید با تنازعاتِ وفاداری و فریبِ مسمومیت مبارزه کنند، بلکه در راه رسیدن به پسر خود با موانعِ آگاهانهٔ کمتری روبه‌رو خواهند شد. من در شغلِ خود معمولاً با پسرانی برخورد می‌کنم که وقتی تلاش‌هایم برای برقراری ارتباط با آنها، بی‌اعتمادی ناشی از تجربه‌های سخت و ناامیدکننده را موجب می‌شود، بدخلق می‌شوند. من یاد گرفته‌ام صبور باشم، انتظارِ پیچ‌وخم جاده را داشته باشم و مقاومت کنم. نهایتاً، باتوجه‌به ماهیت و ذاتِ انسانیِ پسر، ارتباط برقرارکردن با آنها بسیار محتمل‌تر است، چراکه فاقد توانایی دوری هستند. مخصوصاً شخصی که اهمیت می‌دهد - به‌ویژه زمانی‌که پسر را مقصر ندانسته و تحمیل‌کننده به‌نظر نرسد - مقاومت‌ناپذیر است.

در پسرانی که به‌ویژه راهشان را گم کرده‌اند یا به شکل مزمنی از همه اجتناب می‌کنند، زمانی‌که انتخابِ محدودتری درمورد موضوع داشته باشند اوضاع بهتر پیش می‌رود؛ برای مثال، برنامه‌ریزیِ وقت خانوادگی شیوه‌ای قابل‌اطمینان

جهت حل مشکلاتِ وابستگی متقابل در پسر است. فرض کنید مادر به اتاق‌خواب پسرش آمده است و با او وقت می‌گذراند، حتی اگر به معنای ایستادن صبورانه باشد، پسر تمام تلاشش را به‌کار می‌بندد تا میزان صبوری و حوصلهٔ والدینش را بسنجد. مادران و پدران می‌توانند از سکوت به‌عنوان فرصتی برای توضیح این موضوع استفاده کنند که فقط تمایل دارند با او ارتباط برقرار کنند، او را بهتر بشناسند و از اینکه تا این حد از هم دور شده‌اند متأسفند: «وقت‌گذراندن با تو برای من در اولویت قرار دارد و من هرطوری که بشود بازهم با تو خواهم بود. من نمی‌خواهم تو تظاهر کنی یا حتی با من مهربان باشی. آنچه من به‌دنبالش هستم این است که تو را همین‌طور که هستی بشناسم.» ازآنجاکه ممکن است احساسِ اعتماد چندان قوی نباشد، برای والدین بسیار مهم است نشان دهند مایلند هر کاری را که لازم است برای حفظ رابطه انجام دهند.

علائم فیزیکی ممکن است مهم باشند؛ برای مثال، درحالی‌که پسر به شکل محافظه‌کارانه‌ای از شما دور می‌شود، ممکن است سعی کنید کمی به او نزدیک‌تر شوید - نه اینکه به‌طور کامل به فضای پسرتان تجاوز کنید بلکه مرزهای سفت‌وسخت را نپذیرید - با لمس‌کردن انگشت پایشان یا پرتاب‌کردن بالش به‌سمتشان. ممکن است برای پدرومادر مشکل باشد که رانده‌شدن از سوی پسرشان را به خود نگیرند، اما من تا به امروز بسیار با این مسائل روبه‌رو شده‌ام و به‌خودی‌خود می‌دانم والدین هر چقدر هم در این مورد دودل باشند، پسر بیشتر از آنها در مقولهٔ اعتمادکردن دودل است.

گرچه پسر نقشی در گفتنِ این موضوع که آیا وقتشان را باهم خواهند گذراند یا نه ندارد، بسیار مهم است اتفاقی که در این زمان ویژه رخ می‌دهد، چیزی باشد که تحت‌کنترلِ او باشد. برای اینکه پیامِ صحیحی برای او بفرستید، باید

شرایط او را نیز در ملاقات‌ها در نظر بگیرید.

غالباً، هدفِ شما از وقت‌گذراندنِ باهم، از یک موضوعِ بسیار کوچک مشخص می‌شود: زمانی‌که یکی از والدین مایل است در سکوت بنشیند یا همراه با پسرش به فعالیت‌هایی بپردازد که ممکن است بی‌معنا به‌نظر برسند. من به والدین آموزش می‌دهم که انتظارِ آزمایش‌های بسیاری را از سوی پسر خود داشته باشند، پیش‌از اینکه درِ قلبش را دوباره به رویشان باز کند. یافتن چیزی که او از آن لذت می‌برد، نشانگر تمایل به صرف وقت و توجه به چیزی است که پسر بدان اهمیت می‌دهد. صریح‌بودن درمورد دستورکار - «من فقط می‌خواهم با تو ارتباط برقرار کنم» - نیز بسیار مؤثر است، چون پسرانی که احساس می‌کنند گیر افتاده‌اند، مراقبِ تله‌ها هستند.

فداکاری و سعهٔ نظر قطعاً در بازسازیِ روابط با پسران بسیار کارآمد هستند.

تمامی حقه‌های پدرومادری همچون صبوربودن و اعتمادداشتن، هم‌سوشدن با فرزند و ناراحت‌نشدن از طردشدن، وارد عمل می‌شوند. اینکه مرتباً نفس خود را بررسی کنیم تا مطمئن شویم به حالت دفاعی و بدبینانه برنگشته‌ایم، بسیار مهم خواهد بود. هر چقدر هم پدرومادر بخواهند او را به‌خاطر رفتارش مقصر بدانند، خوبی و تعهدِ پسر نیز باید در نظر گرفته شود؛ با این‌همه، شوقِ موفقیت در روابطتان با پسرتان دارای ارزش تلاش و زحمت است.

فصل ششم: عشق، رابطهٔ جنسی و محبت

پسرانِ کم‌سن‌وسال از ظرفیت‌های جدید خود برای رابطهٔ احساسی و جذابیتِ جنسی بسیار ذوق‌زده می‌شوند. درواقع، نظر به افزایشِ روزافزونِ جنسی‌سازیِ رسانه‌ها، این افسون غالباً حتی پیش‌از بلوغ آغاز می‌شود: آزمایش بدن‌هایشان که هر روز در حال تغییر هستند، یادگیریِ نحوهٔ تبدیل احساساتِ عاشقانه به تبادلاتِ مهربانی و حفظ روابط نزدیک - این موضوع و بسیاری دیگر از موضوعات به شکل بی‌انتهایی جذاب هستند؛ بااینکه آنها آماده‌اند نزدیکیِ فیزیکی را کشف کنند، هنجارهای مردانگی که بر رشد جنسی و رابطه‌ایِ پسران غالب هستند، مانعشان می‌شوند. همان‌طور که پسران به‌دلیل رشدِ آرام‌تر مهارت‌های مهم غیرشناختیِ خود دیرتر از دختران واردِ مدرسه می‌شوند، نقایص موجود در تجربه‌شان درزمینهٔ محبت و نزدیکی نیز در زمانِ تلاش برای نزدیکی برایشان مشکل‌تر خواهد بود.

خبر خوب این است که به‌رغم افکار عمومی مبنی بر اینکه مردانِ نوجوان سعی دارند بزرگ‌سالان را از این بخش از زندگی‌های خود خارج کنند، والدین و دیگر مراقبان می‌توانند به پسران در این چالش‌ها کمک کنند. برجسته‌ترین تجربیاتِ احساسیِ یک پسر غالباً زمانی اتفاق می‌افتند که او برای رسیدن به عشق دست دراز می‌کند و طبیعتاً می‌خواهد زمانی‌که احساس امنیت می‌کند درمورد آنها صحبت کند. والدین و مربیان به‌سادگی در نقش شنونده می‌توانند به پسران کمک کنند راه خود را در این دورانِ گیج‌کننده پیدا کنند. به‌علاوه، مثال‌های خودِ والدین و اینکه پدر یا مادرش چقدر می‌توانند نزدیکیِ خود را با پسرشان حفظ کنند، اینکه جوانان چطور موانع موجود بر سر راهشان را به‌سمت تمایلاتِ جنسی سالم و بالغانه هدایت می‌کنند.

پسرها امروزه با تهدیدهای جدیدی روبه‌رو می‌شوند که از زمانِ کودکیِ والدینشان تا به امروز پیش آمده‌اند. فشارهای طولانی‌مدتِ فرهنگ همتایان و هنجارهای محدودکنندهٔ مردانگی به‌وسیلهٔ رسانه‌های اجتماعی و ارتباطات بیش از حد معمول با جنس مخالف تشدید می‌شوند. گرچه، فراتر از این پیشرفت‌های تدریجی، آغاز جنبش «#من هم همین‌طور» و قوانین جدید در برابر آزار جنسی در محوطهٔ دانشگاه و مدارس و همچنین قوانین مربوط به قرارهای عاشقانه در مدارس راهنمایی و دبیرستان بودند که الگوهای عاشقانهٔ قدیمی را متوقف کردند و پسران هر روز بیش از دیروز سعی دارند بفهمند در حوزه‌های عشق، رابطهٔ جنسی و محبت، به‌راستی چه کسی هستند. یک پسر همان‌طور که خواستار چیزی واقعی است، می‌تواند از پشتیبانیِ فعالانهٔ یک بزرگ‌سال که به خوبیِ او ایمان دارد و درعین‌حال، درمورد چالش‌هایِ واقعی هنجارهای مردانگی و قوانین جدید قرارگذاشتن صادق است منفعت ببرد.

چشم‌اندازِ بزرگ

کلیشه‌های جهانی درمورد ذهنیت جنسی مردان، عمیقاً در فرهنگ عمومی و روابط با همتایان جا افتاده‌اند و می‌توانند نحوهٔ ادراک یک پسربچه را از خودش شکل دهند.

از همان بدوِ تولد، والدین به ترس‌های فرهنگی خود در باب لوس‌کردن پسر ازطریق ایجاد فاصله بین خود و پسرشان واکنش نشان می‌دهند. این امر موجب محدودشدن فرصت‌های آنان برای ارتباط، نزدیکی و محبت می‌شود. از زمانی‌که یک پسر خود را به‌عنوان جنس مذکر شناسایی می‌کند، حتی زمانی‌که هنوز در رحم مادر است، رفتار کاملاً متفاوتی با او می‌شود. روان‌شناسان رونالد لِوانت، رئیس اسبق انجمن روان‌شناسی آمریکا و ویزدام پاول[۱۶۷] از دانشگاه کارولینای شمالی، از واژه‌هایی همچون «آسیبِ روحی» و «رهاسازی» استفاده می‌کنند تا توضیح دهند چگونه وابستگی یک پسر پیش‌از اینکه آمادهٔ مستقل‌بودن باشد تضعیف می‌شود و نیازهای عاطفی‌اش در طول سازنده‌ترین سال‌های زندگی‌اش برطرف نمی‌شوند.

ترکیب این کلیشه‌ها به‌واقع نشانگر عدم تمایلِ عجیب‌وغریبِ آمریکایی‌ها به بحث و بررسیِ روابط عاطفی با نوجوانان است. بر طبق گفتهٔ روان‌شناس اِیمی شالِت[۱۶۸] از دانشگاه ماساچوست: «نوعی ناراحتیِ عمیق در جامعهٔ آمریکایی نه‌فقط درمورد روابط نوجوانان، بلکه همچنین دربارهٔ عشق در نوجوانان وجود دارد.» و والدین تنها کسانی نیستند که فکر می‌کنند باید از روابط عاطفی پسر خود را کنار بکشند. پسرانِ کمی می‌توانند یک بزرگ‌سال مسئول را پیدا کنند که مایل باشد با آنها درمورد سؤال‌ها و تمایلاتشان صحبت

کند.

در این سکوتِ اجتماعی، رفتارهایِ بدِ تعداد کمی از مردان که توجه همه را به خود جلب می‌کنند، بر اینکه پسران چطور به‌عنوان یک گروه در نظر گرفته می‌شوند تأثیر می‌گذارند. تابه‌حال در چند فیلم شاهد رفتارها و فرهنگ پسرانی بوده‌ایم که در خوابگاه زندگی می‌کنند، گویی مثال‌هایی بامزه از این جمله‌اند که «پسرها، هرچه باشد پسرند.» تبلیغ‌کردن تصاویرِ مردانی که به شکلی ملایم و کاملاً مسلط با زنان سر صحبت را باز می‌کنند، چطور بر نسل‌هایی از پسرانِ نوجوان نامطمئن و بدون تجربه تأثیر می‌گذارند؟

بسیاری از پسران، شاید به جهت اجتناب از انتظاراتِ کلیشه‌ای، یاد می‌گیرند احساساتِ مربوط به عشق، رابطهٔ جنسی و محبت را نزد خود نگاه‌دارند. پسران ازآنجاکه در این وظیفهٔ بسیار مهم در راه تبدیل‌شدن به بزرگ‌سالانی مسئولیت‌پذیر تنها هستند، ممکن است گیر بیفتند. آنان از هر جهت تحت‌فشار بوده و مجبور به خودنمایی و پنهان‌کردن احساسات عدم اطمینان و تنهایی در خود هستند.

شکارچیِ آنلاین تنها

اساساً، پسرها فعالیتِ جنسی خود را بین دوازده تا چهارده‌سالگی و با فرارسیدن بلوغ آغاز می‌کنند؛ گرچه برخی ممکن است قبل‌ازآن هم چیزهایی احساس کنند.

بین دورهٔ فرارسیدن بلوغ و بلوغِ کامل - بیست‌ویک‌سالگی - پورنوگرافی بسیاری از پسران را به‌سمت خود می‌کشد. صنعت پورنوگرافی با ترویجِ یک حالت جنسیِ منفصل از اشتراکِ احساسی، پسرانِ تنها و کنجکاو را به درونِ خود می‌کشاند؛ به‌محض ورود به این صنعت، بسیاری از پسران گیر می‌کنند. احساس خجالت، شرم و عقده‌های روحی ممکن است این بخش طبیعی از رشدشان را با مشکل مواجه کنند و آنها را به خفا بکشانند.

اولین اقدامِ لازم برای پسری که احساساتش درمورد تمایلاتِ جنسی دچار سردرگمی شده‌اند، این است که او را زیر پروبالِ خود بگیریم و به او اطمینانِ‌خاطر دهیم که احساساتش در انگیزه‌های سالم و طبیعی ریشه دارند.

از دیدگاه تکامل سیستم عصبی، محققان می‌گویند کاربرانِ مستمرِ پورنوگرافی ممکن است به «معتادان جنسی» تبدیل شوند و مغزهایشان به‌اندازهٔ همین فیلم‌ها رشد کنند که درنهایت موجب می‌شود در روابط جنسی تنها به‌دنبال ارضای خود و تحریک شدید خودشان باشند. دغدغهٔ دیگر این است که چطور بر برخوردها در زندگیِ واقعی تأثیر می‌گذارد.

بدتر اینکه پورنوگرافی پسران را اصلاً برای دریافتِ رضایت در رابطهٔ جنسی

آماده نمی‌کند. در محیط‌های دانشگاهی در سرتاسر کشور، تغییرات اخیر در تعریفِ قانونی رضایت در رابطهٔ جنسی موجب شده‌اند که برخوردهای جنسی از این هم پیچیده‌تر شوند.

درکِ جنسیت به شکل قرارگیری در یک نقطه از یک طیف، به‌جای اینکه یک دسته‌بندیِ ثابت وجود داشته باشد بیشتر درمورد نسل هزاره و نه نسل‌های قدیمی صحت دارد. در یک نظرسنجی ملی که پرسیده بود: «زمانی‌که درمورد جهت‌گیریِ جنسی فکر می‌کنید کدام‌یک از موارد زیر به دیدگاه شما نزدیک‌تر است؟» اکثراً گزینهٔ «جنسیت نوعی مقیاس است و ممکن است جایی میان هر دو جنس باشد» را انتخاب کرده بودند.

اما باوجود تغییراتی که رخ می‌دهند، بسیاری از مشخصه‌های پسرانگی تصاویرِ کلیشه‌ای یا حتی اغراق‌شده‌ای را از جنسیت پسران به‌نمایش می‌گذارند. بخش قابل‌توجهی از فیلم‌های پورن آنلاین حاوی تصاویرِ خشونت‌آمیز و تحقیرکننده‌ای نسبت به زنان هستند. این تصاویر بر ظرفیتِ پسران جهت برقراریِ ارتباطی سالم با همتایانِ مؤنث خود تأثیر می‌گذارند. از دیدِ دانشمند مجلهٔ نیویورک‌تایمز، راس دوتات[۱۴۹]، پورنوگرافی تناقض‌های شخصیتی را در مردان جوان شدت می‌بخشد: «موجوداتی محق و بی‌میل، عصبانی و بی‌انگیزه، "بیدار" و پست، شکل‌گرفته با امکاناتِ بی‌سابقه جهت ارضای جنسی و ناامید از اینکه زنانِ واقعی کمتر در دسترس بوده و پیچیده‌تر از زنانی هستند که روی صفحهٔ کامپیوترشان می‌بینند.»

نمونهٔ این سرخوردگی، گروهی است که خود را اینسل‌ها[۱۵۰] می‌نامند: مردانِ جوانی که خود را به شکل «غیرداوطلبانه» مجرد می‌نامند و زنان و جریان فمینیسم را در سرنوشتِ غمبار خود مقصر می‌دانند. بر طبق گفتهٔ مرکز کنترل

و پیشگیری از بیماری‌ها، تا ۲۷ درصد از مردانِ پانزده تا بیست‌وچهارساله ممکن است به شکل غیرداوطلبانه هیچ رابطهٔ عاشقانه‌ای نداشته باشند. یکی از محققان این عدد را ۷/۴ میلیون مرد در سال ۲۰۱۲ تخمین زد. این مردان در سال‌های اخیر و پس‌از اینکه یک‌سری از قاتلانِ دسته‌جمعی، خشم و تنهاییِ خود را به نادیده‌گرفته‌شدن از سوی زنان نسبت دادند، موردتوجه ملی و بین‌المللی قرار گرفتند.

تحقیقات بسیاری نشانگر پیوند میان نگرش‌های ضدزن و رفتارهای پرخاشگرانهٔ جنسی هستند. یک تیم تحقیقاتی از مرکز بین‌المللیِ تحقیقاتِ زنان و گروه پروموندوی آمریکا، که هر دو در واشنگتن قرار دارند، تحقیقاتی بین‌المللی از سال ۲۰۰۸ تا سال ۲۰۱۰ انجام دادند. در میان یافته‌های گزارش، عوامل مؤثر بر خشونت جنسی شامل گرایش‌های حق جنسی از سوی مردان را که دکتر لینا آلن بوفارد[۱۰۱] از دانشگاه ایالت ایووا با عنوان «این باور که نیازها و تمایلات مردان را مقدم‌تر از نیازهای زنان هستند» تعریف می‌کند می‌توان یافت. در مطالعهٔ جعبهٔ مردان، محققانِ پروموندو مشاهده کردند که تقریباً یک مرد از هر سه مرد جوان در طول ماه گذشته، حرف‌های آزاردهندهٔ جنسی به یک زن یا دختر گفته است. مردانی که بیش از همه احتمال داشت زنان را اذیت کنند، آنهایی بودند که «هنجارهای سمی مردانگی» را به‌شدت باور داشتند و به‌صورت گروهی ده‌برابر بیشتر احتمال داشت زنان را آزار دهند، نسبت به مردانی که کمتر از همه نسبت به این هنجارها تسلیم شده بودند.

البته، حجم بالای پورنوگرافی اینترنتی تنها بر چنین ایده‌هایی استوار است و به پسرانِ نوجوانی که هم‌اکنون خودشیفته هستند نیز می‌آموزد این‌گونه باشند. رسانه‌های محبوب گاهی‌اوقات این دیدگاه را دنبال می‌کنند که مردان دارای نیازهای قدرتمند و کنترل‌ناپذیر جنسی هستند که زنان باید آنها را برآورده کنند.

افسانه‌ها و راهنمایی‌های اشتباه

متأسفانه، بسیاری از پسران خودشان باید راهشان را از میان تمامی افسانه‌های گیج‌کننده‌ای که رسانه‌های محبوب منتشر کرده‌اند پیدا کنند. همان‌طور که جاستین گارسیا[۱۵۲] و تیمش در مؤسسهٔ کینزی[۱۵۳]، نوشتند: «الگوهای جنسی در رسانه‌های محبوبِ سرگرمی، به‌واقع نمونه‌های اغراق‌شده از رفتارهایی هستند که با هدف احساس‌گراییِ رسانه‌ها و فعال‌سازی منافع اصلی به افراط کشیده شده‌اند.» یکی از این افسانه‌ها این است «که همه این کار را انجام می‌دهند»؛ اما درواقع، روابط جنسی در میان نوجوانان روبه‌کاهش است.

به‌رغم تغییرات فرهنگی، افسانه‌های مربوط به فعالیت جنسی بیش از حد در مردان هنوز پابرجا هستند. بسیاری از پسران به سبب کلیشه‌های موجود برای عمل‌کردن به‌جای ارتباط برقرارکردن، در این مورد احساس اجبار می‌کنند. پدیدهٔ ارسال پیام‌های جنسی - «خلق و انتقال تصاویر جنسی ازطرف کسانی که زیر سن قانونی هستند» - نشانگر شکاف میان اساطیر فرهنگی و پسران واقعی است.

برخی از پسرها به‌سادگی خود یا همراهانشان را نادیده می‌گیرند. به‌نظر می‌رسد که دو پندارِ غلط زیربنای این پیامدها هستند: اینکه مردان «محقِ» رابطهٔ جنسی هستند و اینکه اشکالی ندارد زنان را به‌استثمار بکشند. ریشهٔ این گرایش‌ها نه‌فقط در فرهنگ همتایان بلکه همچنین در تجربه‌های کودکی قرار دارد. در برخی از خانواده‌ها، گرایش‌های مردانگی بیش از حد، یا حتی برتری مردان، در تاروپود زندگیِ اجتماعی پسران بافته شده‌اند. والدینی که نظم‌وانضباط شدیدتر و فیزیکی‌تری برای پسران خود در نظر گرفته و نحوهٔ

بیان احساسات و نیاز به ارتباط را در آنها به‌سُخره می‌گیرند، درواقع به آنان می‌آموزند که از هرچیز زنانه‌ای دوری کنند و درواقع، متنفر باشند. پدرانی که مادرانِ پسران را خوار می‌شمارند یا آنها را کنترل می‌کنند، به‌واقع نوعی سفسطهٔ مردانه به شیوهٔ قدیمی را مدل‌سازی می‌کنند که نحوهٔ درک پسرانشان را از ارتباطاتِ خود با زنان شکل می‌دهند. بسیاری از پسران در خانواده‌هایی بزرگ می‌شوند که وجود نگرش‌های خصمانه و نفرت‌انگیز نسبت به زنان یک نوع قانون است و این رفتارها، روابط آنان را در نوجوانی و بزرگ‌سالی شکل می‌دهند.

با این‌همه و به‌رغم تیترهایی که مشاهده می‌کنید، تنها تعداد کمی از مردان آلودهٔ میکروبِ استثمارِ جنسی می‌شوند. پسران اصلاً به خشونتِ جنسی متمایل نیستند، حال به‌دلیل هورمون‌ها، شرایط یا فرهنگ موجود.

جهت کاهش تأثیر هنجارهای مردانگیِ زیان‌بار، بزرگ‌سالان باید تعهد خود را در کمک به پسران در جهت یافتن عشق و صمیمیت تقویت کنند. خطر و نویدِ رشد جنسی یک پسر در روابطش قرار دارد. اینکه آیا شجاعت دارد در برابر هنجارهای تحقیرآمیز همتایان خود بایستد یا نه و آیا از چنین شهامتی برخوردار است که در برابر کلیشه‌های مردانگی مقاومت کند یا تنها به ارتباطش با خودش بستگی دارد که در روابطش با دیگران تقویت شده و درک می‌شود. نقطهٔ شروع برای کمک به یک مرد جوان در آشکارسازیِ احساسات عاشقانه‌اش بسیار ساده است. چند سال پیش، مجموعه‌ای از مدارس دخترانه و پسرانهٔ منطقهٔ فیلادلفیا فرصتی فراهم آوردند که دانش‌آموزان آن را کارگاه‌های آگاه‌سازی جنسیتی نام نهادند. از من و یکی از همکارانم خواسته شد رهبریِ کارگاه‌ها را بر عهده بگیریم. تقریباً یک‌صد نوجوانِ دبیرستانی صبح شنبه در کارگاه حاضر می‌شدند که هیجان و هراس بسیاری داشتند. روزمان را با انتخابِ

یک پسر و یک دختر و دعوت‌کردن از آنها در مقابل دیگران آغاز می‌کردیم تا در این مورد صحبت کنیم که «پسربودن چه حسی دارد؟» و «دختربودن دارای چه حسی است؟»

من یکی از پسرانِ محبوب مدرسه را به‌عنوان اولین نفر انتخاب کردم، تا اینکه الگویی باشد و باقی اعضای گروه را ترغیب کند. همان‌طور که برد[۱۰۶] نشسته و به دیگر دختران و پسران روی کرده بود، برخی او را به‌خوبی می‌شناختند و برخی را قبلاً هیچ‌گاه ملاقات نکرده بود. ناگهان از تمرکز و توجهی که در اتاق حکم‌فرما شد جا خوردم. از او یک سؤال ساده پرسیدم: «چه چیزی را درمورد پسربودن بیشتر از همه دوست داری؟» اما از همان ابتدا، او در یافتنِ کلماتِ مناسب مشکل داشت. او در مقابلِ چشمان همه لکنت‌زبان پیدا کرد، سرخ‌وسفید شد و عرق کرد. گرچه تماشای ناراحتیِ او بسیار دردناک بود، همدردیِ گروه در لبخندهای گرمشان مشهود بود. جوانانی که معمولاً بسیار تند صحبت کرده و خوش‌وبش می‌کردند، همگی میخکوب شدند، چراکه برد نشان داد حتی پسرانِ محبوب در مدرسه در زمانِ غلبه بر تقسیم جنسیتی چقدر دچار گرفتگیِ زبان و مشکل در بیان می‌شوند.

این کارگاه‌ها یک‌سری دیدگاه‌های مهم به‌همراه داشتند. بااینکه این تجربه برای برد خیلی مشکل بود، او به‌واقع تعهدی قاطعانه به یادگیریِ روراست‌بودن با دیگران پیدا کرد. باقیِ روز، هم پسران و هم دختران او را الگو قرار دادند و از فرصتِ تمرین برای صحبت‌کردن درمورد خود بهره بردند. ما متوجه شدیم آنها می‌خواستند این کار را انجام دهند ولی قادر به انجام آن به‌صورت شخصی نبودند. دلیلش ساده بود: دختران و پسران خیلی دوست دارند درمورد زندگی خصوصی یکدیگر بدانند، فراتر از ظاهرسازی‌هایی که از سوی کلیشه‌های رسانه‌های اجتماعی اعمال می‌شوند. علاقهٔ فراوان در مدارس باعث شد که

کارگاه‌ها چندین سال ادامه یابند.

الگوی جدید

ازآنجاکه شرطی‌سازی موجب محدودکردن فرصت‌های پسران برای روابط می‌شود، عدم اطمینان و بی‌تجربگی در آنان، زمانی به منصهٔ ظهور درمی‌آیند که سعی دارند روابط احساسی و عاشقانه را جعل کنند. تیمی از محققانِ دانشگاه بولینگ گرینِ[۱۶۵] ایالت اوهایو دریافتند که به‌جای تصویرِ بااعتمادبه‌نفس و غالبی که در رسانه‌های محبوب نمایش داده می‌شود، پسران در مطالعاتِ انجام‌گرفته سطوح بسیار پایین‌تری از اعتمادبه‌نفس و سطوح بیشتری از «ناراحتیِ ارتباطی در روابط عاشقانه» را به‌نمایش گذاشتند.

داستان زیر نشان می‌دهد چه اتفاقی برای یک پسر می‌افتد وقتی تجربهٔ احساسی خوب پیش می‌رود. ویل[۱۶۶] به‌اندازهٔ یک بازیکن دفاعیِ پشت‌خط حرفه‌ای قدبلند و قدرتمند بود. پتانسیل او به‌عنوان یک ورزشکار درجه‌یک در دبیرستان از سوی مربیان موردتوجه قرار گرفته و از سوی پدرش که قبلاً خودش از ورزشکاران حرفه‌ای در دوران دانشگاه بود تشویق می‌شد؛ اما بعداز مدتی پدر ویل در اثر حملهٔ قلبی درگذشت و دنیای این نوجوان از این‌رو به آن‌رو شد. مادرش دچار افسردگی شد و ویل متوجه شد قادر نیست فکر و ذهنش را بر فوتبالش متمرکز کند. از اینکه با رفتنِ پدرش و دیدن ناراحتی و دل‌مشغولیِ مادرش، در زندگی‌اش احساسِ تهی‌بودن داشت تعجب کرده بود. خود را در زندگی به‌اجبار به جلو می‌راند اما یک روز متوجه شد دیگر قادر به این کار نیست. قادر به حرکت‌کردن نبود و نمی‌توانست از تخت خارج شود و به مدرسه برود. ویل یک سال تمام مرخصی پزشکی گرفت و تحصیلاتش را در یک مدرسهٔ دیگر ادامه داد تا راهی برای پیشبرد زندگی‌اش پیدا کند.

ویل در یک مهمانی با آنی[illegible] آشنا شد. جذبِ مهربانی او شده و از علاقه‌اش به خودش دچار برانگیختگی شده بود. آنها از صحبت‌کردن با یکدیگر لذت می‌بردند و مدت‌ها مدام به هم پیام می‌فرستادند. آنی موضوع پدرش را فهمیده بود و نگرانیِ خود را به‌گونه‌ای ابراز می‌کرد که موجب می‌شد ویل ترغیب شود احساساتِ بیشتری را با او در میان بگذارد. ویل متوجه شد دوست ندارد جلوی آنی تظاهر کند که هر چقدر هم دوست داشته باشد می‌تواند ناراحت باشد. آنی نه‌تنها دوست داشت بداند حال ویل چطور است، بلکه با ناراحتی و غمِ او نیز مشکلی نداشت. آنی به او درک و پذیرش را هدیه داد. ابتدا در پیام‌ها و بعد در تماس‌های شبانه، او هر روز بیش از دیروز به آنی علاقه‌مند می‌شد.

من پس‌از بازگشت ویل به مدرسه با او ملاقات کردم، زمانی‌که به گروه مشاورهٔ همتا پیوست و داستان رابطهٔ سه‌سالهٔ خود را با آنی تعریف کرد، با شجاعت درمورد تأثیر آن دختر بر خودش صحبت کرد: «او زندگی مرا نجات داد.» مراقبت و پشتیبانی آنی به او کمک کرد در تاریک‌ترین روزهای زندگی‌اش جلو برود. همان‌طور که سخن می‌گفت، آنچه از همه مشهودتر بود تعهدی بود که به آنی داشت و اینکه چقدر از مراقبت‌های او احساس رضایت می‌کرد، اینکه چقدر عمیقاً به یکدیگر اهمیت می‌دادند. ویل عاشق او بود و در عشقی که آنی درعوض به او می‌داد غرق شده بود. احترامی که برایش قائل بود واضح بود.

داستانِ ویل در ذهن تمامی کسانی که در گروه بودند طنین‌انداز شد. محبتی که در قلبش داشت، محافظتی که از رابطه‌شان در قلبش می‌کرد و تصدیقِ بی‌ترس‌ومحابایش از اینکه آنها عاشق یکدیگر هستند، در تمامی پسرها اثرگذار بود. برخی حسادت می‌کردند و سایرین، همدل بودند، اما همگی تصدیق

می‌کردند که ویل خیلی خوش‌شانس است؛ رابطهٔ او با آنی او را از فقدانش بالا کشیده و به زندگی‌اش معنا و هدف جدیدی بخشیده بود.

آنچه به‌خصوص موجب شد داستان ویل متقاعدکننده باشد، این بود که چقدر توانمندانه احترام و آسیب‌پذیری را الگوسازی کرده بود. چنین آدمِ بزرگی به‌عنوان یک نمونهٔ کلاسیک از مردانگی، زمانی‌که درمورد آنی حرف می‌زد، تنها چیزی که به چشم می‌آمد برابریِ احساسی بود که آنها در رابطه‌شان ایجاد کرده بودند. آنچه در این نمونه از همه مهم‌تر است این است که یک مرد جوان چطور می‌تواند با دیدنِ جنس مخالفِ خود به‌عنوان فردی برابر سود ببرد.

گرچه این داستان مثال به‌خصوصی از وابستگی‌های نوجوانان است، مشاهده‌ای کلی‌تر می‌توان از این موضوع که هم‌کلاسی‌های ویل چگونه بدان واکنش نشان دادند به‌عمل آورد: پسران و دختران در ظرفیتِ متعهدساختن قلب خود به یک نفر برابر هستند. آنچه ویل تجربه کرد به‌واقع نشانگر همان چیزی بود که بسیاری از دیگر پسران احساس می‌کنند، گرچه برخی سخت‌تر می‌توانند تمایلات خود را عملی کنند.

زمانی‌که یک پسر دارای ارتباط قدرتمندی با یکی از والدینش است، جست‌وجویش برای یافتن یک رابطهٔ عاشقانه بیشتر احتمال دارد سالم و ساده باشد. به‌عنوان مثال، گرگوری [illegible] به‌وسیلهٔ مادرش بزرگ شده و بسیار به او نزدیک بود؛ پدرش او را برای کس دیگری رها کرده و به ایالت دیگری رفته بود و معمولاً با آنها ارتباط نداشت. اگرچه گرگ گاهی‌اوقات از اینکه پدری در زندگی‌اش نداشت ناراحت می‌شد، به‌خوبی می‌فهمید که از اولویت‌های مادرش است. مادرش که با حقوق معلمی زندگی می‌گذراند، زندگیِ راحتی داشت. گرگ از بده‌بستانِ راحتی که در روابط خود داشتند خیلی راضی بود؛ گرگ از

مادرش مراقبت می‌کرد و از سنین پایین کارهای مردانه را آموخت و سعی داشت برای تمامِ تلاش‌های مادرش از او تشکر کند، درحالی‌که مادرش حتی در جوانی نیز نزدیکی خود را با او حفظ کرد. گرگ درمورد هرچیزی که در زندگی‌اش می‌گذشت با مادرش صحبت می‌کرد، ازجمله اینکه چه زمانی برای اولین‌بار دوست جنس مخالف پیدا کرده است.

همان‌طور که به دختر بیشتروبیشتر علاقه‌مند می‌شد، نزدیکیِ بینشان بیشتر رشد می‌کرد. گرگ به‌نظر چندان در این مورد آگاهانه عمل نمی‌کرد و با دوستش روی مبل خانه در حال تماشای تلویزیون با مادرش دراز می‌کشید که روی یک صندلی چند متر آن‌طرف‌تر نشسته بود. مادرش در طول یکی از جلسات در دفتر من توضیح داد که گرچه عمدتاً از این موضوع احساس ناراحتی می‌کند، متوجه است که بی‌توجهیِ گرگ نشانگر دیدگاهی سالم نسبت به جنسیت است. مادر حتی از این موضوع که پسرش احساسِ عشق خود و علاقه‌اش را پنهان نمی‌کند بسیار خوشحال بود. درعوض گرگ عاشق این بود که دوستش را به خانه بیاورد. گرگ طوری نشان می‌داد گویی پیداکردن عشق چیزی بسیار طبیعی است و مادر اطمینان‌خاطر داشت که به‌رغم مشکلات ازدواج خودش، پسرش در تعهد به دیگری مشکلی نخواهد داشت.

در غوغای پرشورِ امروزی از کلیشه‌های مربوط به پسران، داستان‌هایی همچون داستان گرگ که نشانگر معصومیت آنان هستند به‌ندرت شنیده می‌شوند. حتی نمونه‌های پدرومادرهایی همچون مادر گرگ هم چندان رایج نیستند؛ اما این یک حوزهٔ رشدِ بسیار مهم برای شادمانیِ نهایی در زندگی پسر است. زمانی‌که تجربه‌های یک مرد جوان از ارتباط عاطفی ریشه در ارتباطی قدرتمند با تأثیر حداقل یکی از والدین دارد - که اولین وظیفه‌اش نه هدایت، بلکه تماشاکردن، همراهی‌کردن و تصدیق‌کردن است - پسر بیشتر احتمال دارد در مسیرِ سالمی

باقی بماند. کمک به پسران جهت مقاومت در برابر افسانه‌های مردانگی باید بخشی از شرحِ وظایف والدین و مربیان آنها باشد.

یک والد یا یک مربی که سعی دارد با پسران در این برهه از زندگی‌شان مشارکت کند، می‌تواند ابتدا هدفش را شکستنِ سکوتی قرار دهد که پسر را فراگرفته است. برای پسرانی که نسبت به خجالت‌زده‌شدن یا مقاومت در برابر تلاش برای مداخله، قضاوت یا کنترل انتخاب‌ها حساس هستند، والدین باید تغییرِ نقش خود را درک کنند. نکتهٔ اصلی نیاز آنان به اطلاعات نیست بلکه علاقه‌ای است که به پسرشان دارند. در تمام طول روز، هر روز - در زمان صبحانه، در راه مدرسه، در زمان تماشای تلویزیون هر بعدازظهر، یا در زمان بازدید از اتاق پسربچه برای شب‌به‌خیرگفتن - می‌توانند از فرصت‌های موجود استفاده کنند و ارتباطی بسازند که ارزش‌های اصلی پسر را در طول دورهٔ رشد جنسی تقویت کند.

اگر همین‌الان هم در رابطه فاصله افتاده باشد، والدین نمی‌توانند از همان ابتدا چنین موضوع حساسی را مطرح کنند و باید ابتدا سرمایهٔ رابطه‌ای خود را افزایش دهند. بخش جالبش اینجاست: وقتی می‌بینیم پسری سفرهٔ دلش را باز می‌کند، متوجه می‌شود پدرومادرش واقعاً به علایقِ او توجه داشته و فقط دوست دارند او را بیشتر بشناسند. مادرِ سه پسر، یک بار به من گفت راهی ساده برای ارتباط با پسرانش پیدا کرده است، به این صورت که شب‌ها بعداز اینکه هر روز کبودی‌های ورزشی و کارهای مدرسه‌شان تمام می‌شود پشت کمرشان را مالش می‌دهد. در طول این زمان آرام و راحت، پسرانش به‌راحتی هرچه در ذهن دارند برایش بیان می‌کنند. او سیاستی دارد که بعداً هرگز حرف‌هایی را که زده‌اند به‌زبان نمی‌آورد و متوجه شده است اگر آنها بخواهند، خودشان موضوع را دوباره مطرح خواهند کرد.

زمانی‌که پسر ارزش درمیان‌گذاشتن رخدادهای زندگی خود را با یکی از والدین یا مربیانش درک کند و بیاموزد که بازگوکردن حرف‌های دلش به توصیه، انتقاد یا کنترلِ ناخواسته منجر نخواهد شد، ارتباط می‌تواند تابِ تحمل سؤال‌های شخصی‌تری را داشته باشد. این ضرب‌المثل که «اگر نشکسته، لازم نیست اصلاحش کنی» باید همه‌گیر شود، اما والدین هشیار ممکن است متوجه موضوعی شوند که دوست دارند بیشتر درموردش بحث و بررسی کنند. به‌عنوان یک قانون، پسران نوجوان نسبت به والدین خود که سعی دارند اضطراب‌هایشان را از بین ببرند بسیار حساس هستند، اما دعوت برای اشتراک‌گذاری نحوهٔ تفکر آنها درمورد زندگی‌هایشان می‌تواند توجه را به شکل متمرکزتر به خود آنها منتقل کند.

یک شیوهٔ مفید جهت اتخاذ رویکرد مداخله‌گرانه با پسرانی که ممکن است در جست‌وجویشان برای روابط جنسی دچار سردرگمی شده باشند، این است که کمتر بر اصلاح رفتار و بیشتر بر قدرت گوش‌کردن تمرکز کنیم تا به آنها کمک کنیم خود را اصلاح کنند.

- والدین باید ابتدا ارتباطی بسیار قدرتمند ایجاد کنند که پسر قادر باشد درمورد تجربیاتِ صمیمی خود سخن بگوید. درمیان‌گذاشتنِ داستان‌های خود، نظردادن درمورد اخبار یا رویدادهای محبوب جدید و پرسیدن سؤال‌های ساده، همگی راه‌هایی برای برداشتن قدم اول در راه همراه‌شدن با پسر هستند. تلاش برای غلبه بر موضوعاتِ مشکل‌تر بدون مشارکت داوطلبانهٔ پسر، تنها به مقاومت یا انطباق سطحی منجر می‌شود؛ زمانی‌که پسر می‌گوید آن‌قدر احساس امنیت می‌کند که درمورد خود صحبت کند، مرحلهٔ دوم این است که والدین با حساسیت، مسئلهٔ به‌خصوصی را مطرح

- کنند و مراقب باشند برایش سخنرانی نکرده یا از او انتقاد نکنند. هدف این نیست که به یک پسر بگوییم باید چه فکری بکند، بلکه باید توانایی‌اش را در فکرکردن مستقل افزایش دهد. سؤال‌هایی همچون سؤال‌های زیر می‌توانند راه را برای ارتباط باز کنند: «تابه‌حال کسی را پیدا کرده‌ای که به او اهمیت بدهی؟» «زمانی‌که به شکل فیزیکی به فردی دیگر نزدیک می‌شوی، اوضاع چه تغییراتی می‌کند؟»
- بسیاری از والدین نگران هستند که ممکن است به حریم خصوصی فرزندشان وارد شوند؛ اما آنها از انجام این کار هدف دارند. نکته این است که پسرشان به آنها نیاز دارد، حتی اگر از زبانش نشنوند «از علاقه‌ای که به من داری متشکرم». البته، سؤالات باید عاری از هرگونه انتقاد، خجالت‌زده‌کردن یا کنجکاوی نادرست باشند. یک پسر نوجوان از اینکه والدینش او را تحت‌فشار قرار دهند تا خشنودشان کند متنفر است؛ زمان و مکان ممکن است مشخص کنند چنین سؤال‌هایی چگونه دریافت می‌شوند. والدین باید درک کنند که در زندگیِ یک پسر خیلی چیزها جریان دارند. باید زمانی را انتخاب کنند که پسر نسبتاً آرام بوده و قادر است دعوت را برای به‌اشتراک‌گذاشتن و صحبت‌کردن با آنها بپذیرد. مادری که کمر پسرانش را مالش می‌داد متوجه شده بود پسرانش روی این ساعت‌ها برای برداشتن بارِ سختی‌ها از دوش خود وابسته‌اند. سایر والدین گزارش کردند که رساندن بچه‌ها به مدرسه و از مدرسه به خانه، توپ‌بازی‌کردن و بازی‌های ویدئویی، به‌واقع بسترهایی طبیعی فراهم می‌کنند که پسران را قادر می‌سازند درددل کنند و با آنها صادق باشند؛
- قدم آخر این است که وقتی پسر به سؤال پاسخ می‌دهد به او گوش کنند. اگر صدایش به‌نوعی حالت دفاعی دارد، نشان از آن دارد که لحن والدین یا احساساتی که لحن والدین به او منتقل کرده‌اند، او را به یک گوشه رانده‌اند. والدین می‌توانند به پسر خود یادآوری کنند که به او ایمان دارند

- و به او اطمینان دهند که لحن انتقادی ندارند. هدف این است که پسر آنچه را در ذهن دارد و زمانی‌که احساس می‌کند با کسی که قلبش را می‌شناسد و ارزش‌های او را می‌داند دچار سردرگمی شده، لب بگشاید و حرفش را بزند. والدین لازم نیست مشکل را حل کنند، حتی اگر تلاش‌های پسرشان برایشان دردناک است؛ انجام این کار موجب تقویت احساسِ درماندگی در پسر می‌شود. با دریافت حمایت و به‌دست‌آوردن فرصتی برای تخلیهٔ خود، بسیاری از پسران بهتر قادر خواهند بود در برابر فشارهای همتایان و فشارهای فرهنگی بایستند.

آنچه والدین می‌توانند به‌دنبال آن باشند الگویی کاربردی است که ممکن است نشان‌دهندهٔ اعتیاد باشد: عملکرد نزولی در مدرسه؛ کنارکشیدن از خانه و خانواده؛ صرف زمان بیش از حد در اتاق، غالباً با در بسته یا قفل‌شده؛ آزردگی و حتی خشونت زمانی‌که مرزها زیر پا گذاشته می‌شوند. در این مورد، دغدغه کمتر به میزان استفاده مربوط بوده و بیشتر با تأثیری که بر عملکرد کلی دارد مرتبط است.

زمانی‌که مادران و پدران متوجه مشکل می‌شوند، باید به ندای درونی خود گوش دهند و مداخله کنند، اما او را مقصر ندانسته یا محکوم نکنند. به‌رسمیت‌شناختنِ تنهایی و مشکلاتِ او، احساسِ دلسردی یا کم‌رویی درزمینهٔ عشق و نزدیکی، نشان از تمایل والدین به کمک به او در خندق‌های چالش‌برانگیزِ نوجوانی است. پسری که همدلی پدرومادر را به‌دست می‌آورد و اعتماد آنها را جلب می‌کند، می‌تواند این موضوع را که چطور گیر افتاده است با آنها در میان بگذارد و باری از دوش خود بردارد، سپس می‌تواند آزاد باشد تا راه دیگری را امتحان کند.

بزرگ‌سالان باید بدانند چقدر راحت پسرها احساس خجالت می‌کنند و بی‌خیالِ

همه‌چیز می‌شوند یا بدتر اینکه از رفتارِ خود دفاع می‌کنند. بسیاری از پسران، قدردانِ پدر یا مادرِ نگران خود هستند که شرایطی ایجاد می‌کنند که بتوانند به کارشان اعتراف کنند. گاهی‌اوقات تمام آنچه لازم است این است که سؤالی بپرسیم یا آنها را به‌دقت نظاره کنیم. گاهی‌اوقات خجالت و انزوای یک پسر می‌تواند سبک شود، درصورتی‌که مادر یا پدر تجربهٔ خود را بازگو کند - اکثر ما تجربه‌های بسیاری برای نقل‌کردن داریم.

تام و تامی، پدر و پسری بودند که خیلی باهم وقت می‌گذراندند، بنابراین زمانی‌که تامی به سن بلوغ رسید، ارتباطشان بسیار قدرتمند بود. تام از بلوغ و علاقهٔ جدید پسرش به موضوعاتِ گسترده‌تر لذت می‌برد. تام همچنین دوستیِ عمیقی با همسر خود داشت و تامی از پسری که فقط با دوستانش بازی‌های ویدئویی می‌کرد به پسری که رابطهٔ متعهدانه‌ای در کلاس هشتم دارد تبدیل شد؛ اما دوستش این وابستگی را درمورد این ارتباط خفه‌کننده می‌دانست و به‌خاطر یکی از هم‌کلاسی‌هایش با تامی به‌هم زد و او را در سطوح ناشناخته‌ای از خشم و ناراحتی فروبرد.

خوشبختانه، این پدر و پسر رانندگی‌های طولانی‌مدتی را برای رفتن به زمین‌های فوتبال داشتند. یک روز تام از تامی پرسید چه احساسی درمورد این شکست عشقی دارد. تامی گفت دوست دارد شریکی داشته باشد که به او بسیار نزدیک باشد و آنچه را تام و مادرش باهم دارند ستود و خود را ناامید از یافتنِ چنین ارتباطی می‌دید. تام تصمیم گرفت مشخص کند چطور به این ثبات در رابطهٔ خود با مادر تامی رسیده است. او برخی از طردشدن‌ها و ناامیدی‌هایی را که در این راه تجربه کرده بود برای تامی بازگو کرد. در این بحث و گفتمانِ دوطرفه، تام به پسرش اطمینانِ‌خاطر داد که او نیز همه‌چیز را به‌زودی درک می‌کند. یافتن شریک زندگی مثل مسابقه نیست. در این مرحله تنها چیزی که

اهمیت دارد این است که تامی بیشتر درمورد خودش و ارزش‌هایش بیاموزد؛ ازجمله اینکه چگونه از میان ناامیدی‌ها راه برگشت را پیدا کند.

مهم نیست بزرگ‌تری که درموردش حرف می‌زنیم پدر است یا مادر، یا حتی مربی، این مثال‌ها نشانگر قدرتِ ارتباطِ محکم جهت تقویت مقاومتِ پسر در برابر هنجارها و فشارهای غلطی هستند که ممکن است او را از رسیدن به ارتباطی رضایت‌بخش بازدارند. در نتیجهٔ شرایط غافلگیرکننده، ویل درک شفافی از این موضوع پیدا کرد که نیاز دارد کسی به او اهمیت دهد و پشتیبانی احساسی واقعی به‌عمل آورد. شان نیز توانست به شخصی دیگر، یعنی مربی خود تکیه کند. برت هم با کمی اجبار، متوجه شد که چطور می‌تواند از رابطهٔ خود برای بهبود زندگی‌اش استفاده کند. مادرِ آری[illegible] و پدر تامی هر دو از ارتباطاتِ قدرتمند خود با پسرانشان استفاده کردند تا به آنها در چالش‌های مختلفی که ممکن است تحت‌تأثیرشان قرار دهند کمک کنند.

پیداکردن عشق و شریکِ احساسی یکی از مراحل رشد است که پسران باید آن را از سر بگذرانند. همان‌طور که به این مرحله که مملو از کلیشه‌های غلط مردانه و وسوسه‌های گمراه‌کننده است وارد می‌شوند، چندان جای تعجب نیست که ممکن است گمراه شوند و گاهی‌اوقات کامل راهشان را گم کنند. ازآنجاکه یک نوجوان دوست دارد خودش دربارهٔ امورش فکر کند و تصمیم بگیرد، بهترین مشارکتِ کسانی که دوست دارند کمک کنند این است که او را بشناسند و دوستش بدارند. دارایی‌های ارزشمندی همچون ارتباط و گوش‌کردن می‌توانند موجب تقویت تعهد یک پسر به عشق و نزدیکی شوند. او با علم به اینکه یک نفر هوایش را دارد، مطمئن می‌شود که می‌تواند خواسته‌های واقعی قلبش را کشف کند.

فصل هفتم: پسران و بدن‌هایشان - ورزش و سلامت

اینکه پسران چطور با بدن‌هایشان ارتباط برقرار می‌کنند، به‌واقع با این موضوع ارتباط دارد که از مردبودن چه آموخته‌اند. صیانتِ نفس یکی از غرایزِ انسانی اساسی است و بنیانِ تمامیتِ فرد است؛ اما این غریزه با هنجارهای اجتماعی که پسران را ترغیب می‌کنند درد را تحمل کرده، سلامت خود را فدای اهداف غیرفردی‌شان کنند و طوری رفتار کنند گویی ماشین‌هایی فناناپذیر هستند، در معرض خطر قرار می‌گیرد. بسیاری از پسران به ندایِ استفاده از بدن‌هایشان به شیوه‌های اجباریِ بدون فکر پاسخ مثبت می‌دهند.

هویت یک پسر با بدنش آغاز می‌شود. هم‌زمان که پسران می‌آموزند پسر باشند، پیام‌های فرهنگی مبنی بر اینکه چطور باید لباس بپوشند، غذا بخورند، ورزش کنند، ریسک کنند، بخوابند، از خود مراقبت کنند و غیره تأثیر زیادی بر آنها می‌گذارند. بسیاری از والدین - شاید اکثرشان - باور دارند که بیولوژیِ مردان به‌واقع هادیِ رفتار مردانهٔ آنهاست و تفاوت‌های زیادی که بین دختران و پسران شاهد هستیم، به‌خصوص از جنبه‌های فیزیکی، ناشی از این علل بیولوژیکی هستند؛ اما پس‌از دهه‌ها تحقیق درمورد تفاوت‌های جنسیتی - یکی از پرمخاطب‌ترین موضوعات تحقیقاتی در روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و علوم سیاسی، بر طبق گفتهٔ روان‌شناس استرالیایی راوین کونل[۱۷۰] - هیچ تفاوتِ مهمی بدین شکل یافت نشده است. روان‌شناس جَنت هاید[۱۷۱] از دانشگاه ویسکانسین[۱۷۲]، بیش از پنج‌هزار مطالعه شامل هفت‌میلیون شرکت‌کننده را تحلیل کرد و مشخص کرد اکثر تفاوت‌های جنسیتیِ گزارش‌شده در مطالعات بسیار اندک یا حتی صفر هستند. براساسِ این شواهد، کونل اظهار داشت: «یافتهٔ به‌دست‌آمده از نزدیک به هشتاد سال تحقیقات، نشانگر شباهتِ

روان‌شناختیِ عظیمی میان زنان و مردان است.»

به‌رغم این شباهتِ اساسی، از زمانی‌که کودکان به‌عنوان مؤنث یا مذکر شناسایی می‌شوند، بدن‌هایشان به‌عنوان اساسی برای تمایز میان آنها مورداستفاده قرار می‌گیرند. سیستم جنسیت، درواقع به بدن‌هایشان بستگی دارد و با مجموعه‌ای از فرضیات در این مورد که اشکال مختلف بدن‌ها نشانگر چه چیزی هستند آغاز می‌شود. براساس این بازنمایی‌ها، معنا، هویت و شیوه‌های برقراریِ ارتباط با بچه‌ها در اقداماتی در مقیاس گسترده ایجاد شده و از یک نسل به نسل بعدی منتقل می‌شوند.

اما کودکان چیزی بیش از دریافت‌کنندگانِ صرفِ این معانی و روش‌ها هستند. تحقیقات جدیدتر نشان می‌دهند نه درنظرگرفتنِ بدن به‌عنوان ماشینی که ازطریقِ احکام بیولوژیک هدایت می‌شود و نه شناختنِ آن به‌عنوان کاغذ سفیدی که جامعه ویژگی‌های جنسیتی را روی آن منقوش می‌کند، هیچ‌کدام در شکل‌دادنِ هویت در کودکان مؤثر نیستند.

کونل مثال پاشنهٔ پا را بیان می‌کند که گرچه معمولاً بسیار دردناک است، در میان زنانِ جوانی که با استانداردهای مد همراه می‌شوند و از ظاهر خود لذت می‌برند بسیار محبوب است. در مطالعه‌ای دیگر از یک بدن‌ساز مرد، کونل تلاش‌های آن مرد جوان را برای تبدیل‌کردن خود به نمادی از کمال مردانه توصیف می‌کند تا نشان دهد پسرها چگونه هنجارهای جنسیتی را اخذ می‌کنند و بدن‌های خود را بر این اساس شکل می‌دهند.

آنچه والدین و کسانِ دیگری که به پسران اهمیت می‌دهند کشف می‌کنند، این است که این فرایند تعاملی تا چه حد می‌تواند ملاحظات بهداشتی و سلامت را

کاهش دهد. وظیفهٔ کسانی که از پسران نگه‌داری می‌کنند این است که مراقب باشند و در زمانِ لزوم مداخله کنند.

مراقبت‌کردن از خود

در باب خطر بیماری، این واقعیت که مردان و پسران نسبت به زنان و دختران در هر پانزده دلیلِ اصلی فوت، نرخ مرگ‌ومیر بالاتری دارند (البته به‌جز بیماری آلزایمر)، نقطهٔ آغازِ مهمی است. از این واقعیت باید چه چیزی را متوجه شویم؟ مردانگیِ سنتی چگونه چنین تأثیر مضری از خود باقی می‌گذارد.

مثال‌های بسیاری از عدم انطباق میان هنجارهای مردانگی و نیازهای بدن‌های پسران وجود دارند. در پاسخ به ایدئال جامعه به‌عنوان «جنس قوی‌تر» - محکم، قدرتمند و متکی‌به‌نفس - پسران گرایش‌ها و رفتارهایی را اتخاذ می‌کنند که تأثیر منفی بر سلامتشان دارند. روان‌شناس ویل کورتنی[۱۹۹۷] از مثال سرطان پوست برای بیانِ این نکته استفاده می‌کند. بر طبق آمار مرکز مدیریت و پیشگیری از بیماری، نرخ مرگ‌ومیر ناشی از سرطان پوست در مردان دوبرابر زنان است. بااین‌حال، مردان بسیار کمتر از زنان از کرم ضدآفتاب استفاده می‌کنند. اینکه مطمئن شویم پسرها از کرم ضدآفتاب استفاده می‌کنند، به‌نظر پاسخی منطقی می‌رسد؛ درعوض، مردان جوان به ندایِ بلندتر، پرفشارتر و آنی‌تری که از آنها می‌خواهد سرسخت باشند پاسخ می‌دهند. همان‌طور که کورتنی می‌نویسد: «مردانی که مردانگیِ زیادی دارند به سلامتِ خود اهمیتی نمی‌دهند؛ مردانی که مردانگیِ زیادی دارند نسبت به بیماری‌ها آسیب‌پذیر نیستند؛ استفاده از لوسیونِ بدن تفریحی زنانه است؛ مردانی که مردانگیِ زیادی دارند نسبت به بدن‌های خود حساس نیستند.»

نمونه‌ای دیگر، مردانِ جوانی هستند که در ماشین از کمربند استفاده می‌کنند. بر طبق گفتهٔ سازمان ایمنی ترافیک بزرگراه‌های ملی آمریکا که در سال ۲۰۱۸

یک کمپینِ تابستانی را به‌خصوص برای مردان آغاز کرد، ۱۰۴۱۸ مسافر بدون کمربند در سال ۲۰۱۶ کشته شدند که از این میان، ۴۴ درصد مردان هجده تا سی‌وچهارساله بودند. از کل تعداد مرگ‌ومیرهای جاده، NHTSA [۱۶۴] تخمین می‌زند که ۲۵۰۰ نفر می‌توانستند با بستن کمربند ایمنی جان خود را نجات دهند.

نگرشِ بی‌تفاوت نسبت به بدن‌هایشان از پسران سرچشمه نمی‌گیرد. مثالِ دیگر، سرطان‌هایِ مخصوص مردان و واکسیناسیونِ پیشگیرانه است که در این مثال انتخاب‌های مردان جوان بازتاب‌دهندهٔ گرایش‌های خانواده‌های آنان و ارائه‌دهندگانِ خدمات پزشکی هستند. CDC[۱۶۵] برآورد می‌کند که ۷۰درصد از سرطان‌های دهانی و گلو که مردان دچارشان می‌شوند ناشی از ویروس پاپیلوم هستند که به‌طور متوسط سالانه سیزده‌هزار مورد از آن کشف می‌شود و تعدادشان با مواردِ سرطان رحم در زنان برابری می‌کند. قرارگرفتن در معرض اچ‌پی‌وی[۱۶۶] اکنون تقریباً برای بزرگ‌سالانی که ازنظر جنسی فعال هستند اجتناب‌ناپذیر است، که ۸۰ درصد از مردم در برهه‌ای از زندگی خود و ۲۰ تا ۳۰ درصد از نوجوانان بدان مبتلا شده‌اند. واکسیناسیون تفاوت زیادی را موجب می‌شود. در یک مطالعه در سال ۲۰۱۶، مشخص شد که در طولِ ۱۰ سال از زمانِ اولین واکسیناسیون، نرخ ابتلا به ایدز تا ۹۰ درصد در کشورهایی همچون استرالیا که برنامه‌های ایمن‌سازیِ اجباری داشته‌اند کاهش داشته است.

اگرچه در ایالات‌متحده، ۶۰ درصد از بزرگ‌سالان اکنون به واکسیناسیون روی آورده‌اند، که از رقم ۳۰درصدیِ یک دهه قبل رشد قابل‌توجهی داشته است، نرخ واکسیناسیون در مردان به دلایل مختلف کمتر از زنان است. زمانی‌که واکسن‌ها اولین‌بار به‌وسیلهٔ غولِ دارویی جهان، مِرک اند کو[۱۶۷] معرفی شدند، بازاریابیِ اصلی دختران را هدف قرار داده بود، چراکه تقریباً تمامی مواردِ

تشخیص سرطان رحم را می‌توان به اچ‌پی‌وی نسبت داد. زمانی‌که محققان به مطالعهٔ انتخاب پدرومادرها جهت اجتناب از واکسیناسیونِ پسران خود پرداختند، رایج‌ترین دلیل ارائه‌شده این بود که تأمین‌کنندگانِ مراقبت‌های بهداشتی هرگز آن را توصیه نکرده‌اند. درواقع، درحالی‌که واکسیناسیون برای دختران از سال ۲۰۰۶ به‌بعد پیشنهاد می‌شد، سالِ ۲۰۱۱ بود که برای پسران نیز برای اولین‌بار پیشنهاد شد. یک باور عمومی وجود داشت که واکسیناسیون برای پسران ضروری نیست، به‌علاوهٔ این نگرانی که واکسینه‌کردن پسران موجب ترغیبِ بی‌قیدیِ جنسی می‌شود. درنتیجه، داده‌های سال ۲۰۱۶ نشان دادند که اگرچه میزان واکسیناسیون از ۸/۷ درصد در سال ۲۰۱۱ تا ۲۷ درصد در سال ۲۰۱۶ در میان مردان افزایش داشته است، همچنان از زنان با نرخ ۴۸درصدی خیلی عقب‌تر است.

از غفلتِ آنها در استفاده از کرم ضدآفتاب یا نزدنِ واکسن‌های ضروری، می‌توانیم ببینیم تعامل پیچیده‌ای میان هنجارهای مردانگی، مراقبان و مردانِ جوانی وجود دارد که در طیف وسیعی از رفتارهای خطرناک شرکت می‌کنند و خطرِ بیماری، آسیب و مرگ را افزایش می‌دهند. بله، پسران خود نقش مهمی در این موضوع دارند، اما آیا آنها در غیابِ نشانه‌های فرهنگی جهت انجام این کارها نیز چنین انتخاب‌های غیرعاقلانه‌ای خواهند داشت؟ مرور تازه‌ای از سویِ متخصصِ داروهای بزرگ‌سالان در مرکز پزشکی دانشگاه کلمبیا، دیوید بل[۱۶۸]، نشان داد: «در مقایسه با بانوان، مردان بزرگ‌سال و بالغ نرخ مرگ‌ومیر بالاتری دارند که در نتیجهٔ مراقبت‌های اولیهٔ کمتر و سطوح بالای نیازهای رفع‌نشده است.» این مطالعه نشان داد هرچه پایبندی به هنجارهای مردانگی بیشتر باشد، مردان جوان کمتر احتمال دارد مراقبِ سلامت خود باشند. پسران از موادمخدر بیشتری همچون الکل و تنباکو استفاده می‌کنند، با دقت کمتری رانندگی کرده و در روابط جنسی با ریسک بالاتر شرکت می‌کنند و

بیش از دختران در انواعِ فعالیت‌های خطرناک مشارکت دارند.

گروه سنی‌ای که دارای بیشترین شکاف سلامتِ جنسیتی است، پانزده تا بیست‌وچهارساله‌ها هستند: ۷۵ درصد از موارد مرگ‌ومیر در این گروه سنی، مردان هستند. مردان سه‌برابر بیش از زنان در معرض احتمال فوت در اثر صدماتِ وارده در وسایل نقلیهٔ موتوری یا حتی دوچرخه، ورزش، زمین‌خوردن یا در نتیجهٔ آسیب‌های نخاعی و مغزیِ واردشده قرار دارند. مردان همچنین چهاربرابر بیشتر احتمالِ خودکشی دارند. در سال ۲۰۱۴، نرخ خودکشی برای تمامی کودکانِ ده تا چهارده‌ساله از میزان مرگ‌ومیرشان در اثر تصادف‌های ترافیکی نیز پیشی گرفت و در طول پنج سال، از سال ۲۰۰۹ دوبرابر شد. از مجموعِ خودکشی‌ها در آن گروه سنی، دوسوم پسر بودند. بر طبق تحقیقاتِ CDC، این افزایش را می‌توان تاحدی به فرهنگ جدید رسانه‌های اجتماعی نسبت داد که موجب شده است خجالت‌زده‌کردن در برابر چشم همگان به شکلی گسترده‌تر و برجسته‌تر انجام گیرد.

اما این واقعیت که پسران ترغیب می‌شوند از ضدآفتاب کمتری استفاده کرده یا تصمیماتِ ناعاقلانه‌ای در باب سلامت خود اتخاذ کنند، نیمی از داستان است. حتی پس‌از ورود به سیستم بهداشت سلامت، سلامتِ آنها تحت‌تأثیر گرایش‌های مرتبط با جنسیت قرار می‌گیرد. تشخیص و درمان موجب شده است که دوبرابرِ پسران نسبت به دختران تحت درمان‌های محرک قرار گیرند - به‌خصوص اگر از خانواده‌های قشر پایینِ جامعه باشند. همچنین در طول سی سال گذشته، شاهدِ افزایشِ بیست‌برابری در تشخیص‌های مربوط به اختلال کم‌توجهی - بیش‌فعالی بودیم و CDC رشدِ ثابتی را از مقدارِ ۸/۷درصدیِ پسران در سال ۲۰۰۳، تا ۵/۹درصدی در سال ۲۰۰۷ و تا ۱۱درصدی در سال ۲۰۱۱ گزارش کرده است. بر طبق گفتهٔ روان‌شناس، ال آلن اسروف، رویکردِ

موجود در باب تفاوت در میزان توجه، براساسِ باور به نقایصِ درونی «کاملاً غلط» است. او می‌گوید: «اگرچه عملکرد مغز اندازه‌گیری می‌شود، این مطالعات به ما هیچ‌چیزی در این مورد که آیا نقایصِ مشاهده‌شده در زمان تولد هم وجود داشته‌اند یا در اثر ضربه، اضطراب مستمر یا دیگر تجربه‌ها در ابتدای کودکی ایجاد شده‌اند، نمی‌گویند.»

پسران وادار می‌شوند در زندگی روزمرهٔ خود تاحدی اضطراب را در نظر بگیرند و این‌گونه ترغیب می‌شوند بدن‌های خود را به شکل ابزار و نه راهی برای ارتباط با دیگران ببینند. مطابق الگوهای فرهنگیِ موجود، بدن‌های مردان ابزار هستند؛ ابزارهایی برای یک پایانِ به‌خصوص. در بازی‌های خشن، رقابت‌های نامحدود و بازی‌های نظامی، پسران از این الگو پیروی می‌کنند که بدن‌هایشان یا انسانِ درونشان نیست که اهمیت دارد، بلکه نقش‌هایی که بازی می‌کنند مهم است. خطرکردن، مراقبت‌های فردی و نرخ تصادف‌ها و مرگ‌ومیر نشان می‌دهند که پسران تا چه حد با ایمان نقش خود را بازی می‌کنند: ۷۰ درصد از مرگ‌های زودرس در میان مردان بر طبق گفتهٔ سازمان سلامت جهانی به الگوهای رفتاریِ ایجادشده در زمان نوجوانی نسبت داده می‌شوند.

از همان ابتدا در شغل اولم به‌عنوان مشاور مدرسه، پسران بسیاری را می‌دیدم که رفتارشان آنان را به‌خطر می‌انداخت؛ برای مثال، تیمی[redacted] درمجموع نمونهٔ بارزی از یک پسر شیرین و بی‌گناه بود که در خیابان‌های محلهٔ خود به‌مرور بی‌پروا و تندخو شد. زمانی‌که با او ملاقات کردم یازده سال داشت و در محله‌ای نه‌چندان خوب با مادربزرگش که از طبقهٔ کارگر بود زندگی می‌کرد. او در یک مدرسهٔ وابسته به کلیسا، دقیقاً در انتهایِ یک خیابان بسیار باریک تحصیل می‌کرد. او از سوی مدیر به من در نقش مشاور مدرسه ارجاع داده شد، چراکه مدیر بسیار نگرانِ نبودِ هرگونه الگوی مردانه در زندگی او و

کشیده‌شدنش به خیابان‌ها و کارهای خلاف بود. زمانی‌که با تیمی وقت می‌گذراندم، او بی‌گناه، گشاده‌رو و شیرین و عاشق تماشای برنامه‌های مربوط به حیوانات در تلویزیون بود.

تیمی در طول چند سال پیش‌از اینکه در کلاس نهم به مدرسهٔ تجارت برود، شب‌ها در پارک نزدیک محله وقت می‌گذراند و در زمین‌های بسکتبال و بیسبال مراکز تفریحی نزدیک خانه بازی می‌کرد. وقتی او با دوستانش متحد شد، دعواهایشان با دیگر گروه‌ها از دیگر زمین‌های بازی بیشتر و خشن‌تر شدند. از او پرسیدند آیا از دعواها نمی‌ترسد و او پاسخ داد اصلاً. گفت اسم‌مستعارش سنگ مرمر است و از نام‌خانوادگی‌اش گرفته شده است و تاحدی نشان می‌دهد که چقدر خوب می‌تواند مشت بخورد. او توضیح داد: «اصلاً احساسش هم نمی‌کنم.» او گفت در بازیِ فوتبال و بازی‌های هاکی خیابانی «عاشق مشت‌زدن هستم». سؤال شد منظورش از این حرف چیست و او توضیح داد زمانی‌که بازیکن دیگری را تکل می‌کند، احساس آرامش به او دست می‌دهد؛ تیمی نوعی راه تخلیهٔ خشم برای خود پیدا کرده بود.

روابط اجتماعی مردانه، به پسران آموزش می‌دهند که خیلی به بدن‌هایشان نپردازند و آنها را عمدتاً عاملی برای ورزش، کارکردن و حتی روابط جنسی بدانند. آنچه بسیار مهم است این است که بدن‌هایشان به وظایف خود عمل کنند و سدِ راهشان نشوند. بنابراین بسیاری از پسران برای رسیدن به اهداف نهایی‌شان از خود جدا می‌شوند، تاحدی که درد، دیگر خود را نشان نمی‌دهد.

در حال ورزش‌کردن

تاریخ‌شناسانِ ورزشی، به بررسی محبوبیتِ روزافزونِ ورزش‌های سازمان‌دهی‌شده و آموزش‌های ورزشی به پسران در اواخر قرن نوزدهم پرداختند که از ترسِ اینکه پسران خیلی «لطیف شوند» انجام می‌گرفتند. مرزهای جنسیتی با تغییر نقش‌های شغلی و خانوادگی در حال محوشدن بودند و تأکید بیشتری بر برتری فیزیکی مردان صورت می‌گرفت. ورزش در آن زمان محبوبیت بسیار زیادی داشت. مایکل کیمل در تاریخچهٔ فرهنگیِ خود با نام «مردانگی در آمریکا»[ ] می‌نویسد: «مردان در تلاش برای نشان‌دادن ویژگی‌های مردانهٔ خود همگی به ورزش روی آورده بودند و نوعی جنون در رابطه با ورزش در آنها ایجاد شده بود.»

ورزش‌کردن اعصابِ بدن را به شکل بسیار لذت‌بخشی فعال می‌کند. ورزش‌کردن، بازیکنانی را که مهارت‌های جدیدی در خود کشف کرده و ظرفیت‌های جدیدی در برابر تشویق‌های مربیان، هم‌تیمی‌ها و هواداران پیدا می‌کنند بسیار توانمند می‌سازد. بازی‌های پسرانه نشانگر تضادی لذت‌بخش با فشارهای مدرسه، محل کار و زندگی اجتماعی هستند. ورزش‌کردن محرک‌های عمیق و غریزی را وارد عمل کرده و لذت‌های عمیقی را در فرد ایجاد می‌کند. همان‌طور که روان‌شناس ورزشی، دیوید ویتسون[ ]، توضیح می‌دهد: «تجربهٔ نیرو و مهارت در کنار هم، هر چقدر هم که کوتاه باشد، در زمان دویدن برای کسب امتیاز در بیسبال، در ضربهٔ کاملاً دقیق در گلف؛ ضربه‌ای که تا سمت دیگر زمین می‌رود یا نشاطی که در دویدن در سرتاسر کشور وجود دارد، بخش قابل‌توجهی از آن چیزی است که باعث می‌شود ورزش‌ها تا این حد محبوب باشند.»

ورایِ لذت ناشی از حرکت‌کردن و تلاش‌های لازم برای افزایش قدرت و مهارت، پیوند میان اعضای تیم لذت دیگری است که در ورزش قابل‌مشاهده است.

فرصت‌های لازم برای به‌اشتراک‌گذاشتن احساساتِ عمیق به‌وضوح توضیح می‌دهند که چرا مردان جوان معمولاً تا حد ممکن به ورزش‌کردن روی می‌آورند و ادامه می‌دهند. درواقع، بسیاری از آنها ورزش‌کردن را بسیار جذاب‌تر از چالش‌های آکادمیک یا شغلی می‌دانند. برخی از مردان جوان زندگی خود را وقف ورزش می‌کنند و با اکراه خود را با دیگر مسئولیت‌های بزرگ‌سالی وفق می‌دهند. ورزشی که به‌عنوان زمینه‌ای آموزشی برای مردشدن در نظر گرفته شود، درواقع می‌تواند پسرانگی را بیشتر به‌تعویق بیندازد. برای برخی از ورزشکاران با ستاره‌شدن در سطح مدرسه یا کالج اوضاع هرگز بهتر نمی‌شود.

اما بااینکه ورزش‌کردن مشغولیتِ ذهنی قابل‌توجهی را به‌همراه دارد، به‌عنوان بستری آموزشی برای مردانگیِ سنتی طراحی شده است. در میان پسران در هر محله و مدرسه، ورزش‌کردن می‌تواند سلسله‌مراتب مردانه را مرتب و ترویج کند.

زمانی‌که «بهترین‌بودن» جایگاه به‌خصوصی به فرد می‌دهد، دنبال‌کردن موفقیت ورزشی می‌تواند بر زندگی پسران مسلط شود.

حتی درحال‌حاضر نیز، به‌رغم ظهور ورزشکاران زن، ورزش همچنان سنگری برای ارزش‌های سنتی مردانه است. بازی‌کردن «حتی در زمان درد» و فداکردن خود «برای تیم» عمیقاً در آموزش‌های ورزشی به پسران دیکته شده‌اند. روان‌شناس ورزشی، دان سابو[۱۷۶] از کالج دیوویل[۱۷۷] در بوفالو، از «اصلِ

درد» صحبت می‌کند که در این اصل، بازیکنان و مربیان و دیگر هم‌تیمی‌ها فرهنگِ انکار را درمورد هزینه‌ها و پیامدهای واقعی بازی‌کردن به‌رغم آسیب‌های وارده در پیش می‌گیرند. آموزش به پسران جهت سرکوبِ احساساتِ آسیب‌پذیر، کاهش میزان موفقیت، آسیب به دیگران به‌عنوان بخشِ مشروعی از بازی و تحملِ آسیب‌هایشان در اجتماع و درمجموع اعمال قدرت جهت غلبه بر رقبا، همگی شیوه‌هایی هستند که ورزش بدان شیوه‌ها هنجارهای مردانگیِ سنتی را به‌مرور القا می‌کند.

با تصویبِ لایحهٔ اِل‌ایکس[۱۷۴] در سال ۱۹۷۲، قانون تصمیم گرفت تبعیضِ جنسیتی را در آموزش از بین ببرد و ورزشِ زنان دچار انقلاب شد. در سال ۱۹۷۲، تنها هفت درصد از ورزشکارانِ دبیرستانی زن بودند؛ تا سال ۲۰۱۲، این تعداد به ۴۱ درصد افزایش یافت. در سال ۱۹۷۲ تنها ۲ درصد از بودجهٔ ورزشکاران کالج برای ورزش زنان صرف می‌شد؛ در سال ۲۰۱۰، دختران توانستند ۴۸ درصد از مبلغ بورس‌های تحصیلی و ۴۰ درصد از بودجهٔ ورزشی را از آن خود کنند. دختران در استفاده از بدن‌هایشان برای ورزش مزایای بی‌شماری کسب می‌کنند. عملکرد آکادمیک ورزشکاران نیز نسبت به همتایان غیرورزشکارشان ازجمله درزمینهٔ علمی بهبود می‌یابد. زنانِ ورزشکار بیش از همه احتمال دارد از مدرسه فارغ‌التحصیل شوند، نمرات بالاتری بگیرند و در آزمون‌های استانداردسازی‌شده رتبه کسب کنند؛ ۸۲ درصد از مدیرانِ تجاری زن، ورزشکار بودند.

بااینکه برخی چیزها تغییر می‌کنند، برخی ثابت می‌مانند. در سطح دانشگاهی، ورزش‌های تیمی مردان - به‌ویژه بسکتبال و فوتبال - سهمِ نامتناسبی از دلارهای ورزشی را به خود اختصاص می‌دهند. هزینه‌های فوتبال سطح ۱ به‌تنهایی فراتر از تمام هزینه‌های ورزش زنان هستند. همان‌طور که تحلیلگرانِ

قانونی، جوآنا گروس‌من[۱۷۵] و دِبورا بریک[۱۷۶] مشاهده کردند «هرچه مردانه‌تر باشد، پول بیشتری بدان اختصاص داده می‌شود، هوادارانِ بیشتری دارد و بیشتر هنجارهایِ سنتی مردانگی را ترغیب می‌کند».

در مدارسی که برتریِ مردان در ورزش‌هایی که بودجهٔ قابل‌توجهی دارند مشهود است، ورزشکاران ممکن است گیج شوند. این همان سندرم «سوارکار سمی»[۱۷۷] است که نشان می‌دهد پسران چگونه خود را با نقش ورزشکار می‌شناسند و انسانیت و فردیت خود را از دست می‌دهند. انتقادشدن از سوی همتایان، محق‌بودن در روابط جنسی و رفتارهای پرخطر، همگی از فرهنگی ناشی می‌شوند که احساسِ محق‌بودن را پرورش می‌دهد.

ورزشکارانِ این تیم‌ها مستعدِ ریسکِ بالاتری از رفتار مجرمانه در دسته‌های مختلف هستند. دیوید ویتسون می‌گوید: «جهان ورزش‌های مردانه، سنگری ارتجاعی است که در آن مردانگیِ سنتی تقدیر شده و دیگر انواع مردانگی تحقیر می‌شوند.»

من به ورزشکارانِ بسیار مشتاقی تا به امروز مشاوره داده‌ام. برخی برای کمک پیش من آمدند تا به عملکرد بهینه‌تری دست پیدا کنند و برخی بدین‌خاطر که رفتارشان بیرون از میدان برایشان مشکل‌ساز شده بود. بیل[۱۷۸] مرد جوانی بود که رؤیاهای ورزشی‌اش به تمرکز اصلی در زندگی خود و والدینش تبدیل شده بودند، تااینکه این رؤیاها ناگهان پایان گرفتند.

او به فوتبال بسیار علاقه‌مند شد و از همان ابتدا انگیزهٔ زیادی برای موفقیت پیدا کرد. بیل به‌عنوان یک پسر ورزشکار که برای سنش زیادی بزرگ بود، امتحان ورودی داد و جایگاهی را در یکی از تیم‌های منطقه‌ایِ بسیارخوب

به‌دست آورد. این تیم به‌سختی تمرین می‌کرد. آخر هفته‌های خانوادگی همه صرفِ مسابقات و روزهای بازی در تمامی بخش‌های منطقهٔ وابسته به سه ایالت می‌شدند. همان‌طور که تیم در میان هم‌سالانِ خود بیشتر می‌درخشید، مربی هم بیشتر به تمرین، تخصص و تعهد اهمیت می‌داد. مهم نبود در چه فصلی و چه آب‌وهوایی قرار داشتند، پسرها درهرصورت در حیاط مشغولِ تمرینِ دریل و تاکتیک می‌شدند.

بیل قبلاً ورزش‌های دیگری را نیز بازی کرده بود - بیسبال، لاکراس - اما همان‌طور که تیمش به‌سمت موفقیت پیش می‌رفت، او تمام ورزش‌ها را کنار گذاشت تا نیازهای روزافزون مربی را که مشخصاً گفته بود هیچ بازیکنی غیرقابل‌جایگزینی نیست، برآورده کند. زمانی برای استراحت و بازی، پاداشِ مربی به پسرانی بود که تمایل داشتند با تمام وجود تمرین کنند. بیل موفق شده بود و والدینش هر روز از رؤیاهای بزرگ او دلگرم می‌شدند و در حاشیه تشویقش می‌کردند و رؤیای بورسیهٔ دانشگاه و چیزهای بیشتری را در سر می‌پروراندند. آنها ناخواسته این پیام را می‌فرستادند که فوتبال مهم‌ترین علاقهٔ پسرشان است. گرچه فوتبال ابتدا خیلی جذاب بود، به‌مرور به وظیفه‌ای تحت فشار زیاد تبدیل شد. بازی‌ها، هم رقابتی‌تر و هم ازنظر فیزیکی خشن‌تر می‌شدند. تیم به‌طور منظم به تمرینِ سرزدن با توپ می‌پرداخت و خطراتِ مربوط به ضربات مغزی، به‌کل نادیده گرفته شده بودند. صدمات و آسیب‌ها به واقعیت‌هایی اجتناب‌ناپذیر تبدیل شدند؛ هرکس نوعی آسیب را تجربه می‌کرد - کشیدگی عضلات، چرخش مچ پا، پاره‌شدن رباط زانو - که گاهی سبب می‌شدند این حرفه برایشان به‌پایان برسد.

اما بیل هنوز خودِ بازی را خیلی دوست داشت. لحظاتِ خلاقیت و کار تیمی در میدان و پاداش‌ها برای تمامی سخت‌کوشی‌ها در زمان تمرین باعث می‌شدند

که او به این کار ادامه دهد. در دورانِ دبیرستان، تیم به رقابت در مسابقاتِ نمایشی منطقه‌ای پرداخت، جایی که خطوط کنارهٔ زمین مملو از مربیانِ دانشگاهی بودند که به‌دنبال یافتن بازیکنان آینده‌دار به آنجا می‌آمدند. گرچه اتحادیهٔ ملی ورزش دانشگاهی، پولی را که در اختیار تیم‌ها قرار می‌گیرد محدود می‌کند، هر پسر فرض می‌کند او یکی از چند نفری خواهد بود که این فرصت نصیبش خواهد شد.

در یک بازیِ سخت، فیزیکی و پرخطر در مسابقات ایالتی، داور ابتدا کمی آسان گرفت و تعداد خطاها رو به فزونی گذاشت. نهایتاً، همان‌طور که بیل از دروازه دفاع می‌کرد، بازیکنِ مهاجم با تمام قدرت به پای بیل که برای بیرون‌راندنِ توپ از چارچوب دروازه دراز شده بود، ضربه زد و درشت‌نی او را شکست. بیل نه‌تنها باقیِ فصل را نتوانست بازی کند، بلکه باوجود پین‌هایی که در پایش کار گذاشته بودند، دیگر هرگز نمی‌توانست به‌اندازهٔ کافی سریع و بی‌پروا عمل کند.

تصادف‌ها و آسیب‌ها در ورزش طبیعی هستند، اما همان‌طور که برابریِ جنسیتی بر فرهنگ ورزشکاران تأثیر می‌گذارد، این سؤال در این مورد پیش می‌آید که چگونه هنجارهای مرتبط با اجتناب از صدمات و آموزش ممکن است تحت‌تأثیر قرار گیرند. اریک اندرسون[۱۷۹] از دانشگاه وینچستر[۱۸۰] نوعی «ملایم‌شدن» مردانگیِ سنتی را در میان ورزشکاران گزارش کرد. در یک مطالعه در سال ۲۰۰۹ که به ردیابیِ کاهش مشارکت در ورزش‌های تیمی پرخطر همچون هاکی روی یخ و فوتبال می‌پردازد، اریک اندرسون در نظرات خود عنوان می‌کند: «اگر مردان دیگر قرار نباشد با مفاهیمِ ارتودوکس مردانگی وفق پیدا کنند، ممکن است تمایل کمتری به شرکت در فعالیت‌هایی داشته باشند که برای سلامتشان مضر هستند.» در گزارشی در بابِ مشارکت جوانان

در ورزش‌های مختلف از سال ۲۰۰۹ تا ۲۰۱۴، فوتبال و کشتی بازندگانِ اصلی بودند. حتی در استرالیا که دیوانهٔ راگبی هستند، مطالعات نشان از کاهش ثابت و مستمر دارند.

گرچه ورزش‌های رقابتی پرطرف‌دار ممکن است فعلاً از بررسی انتقادی اجتناب ورزند، اینکه آموزش فعالیت‌های فیزیکی در مدارس چطور ارائه می‌شود، توجه تازه‌ای را به خود جلب کرده است. تناسب‌اندام در کودکان، گرچه از مهم‌ترین عوامل پیش‌بینیِ تناسب در بزرگ‌سالی شناخته شده است، به‌دلیل مقاومت بسیاری از پسران برای بدن‌سازی و ورزش که آنان به‌واقع آن را فضایی بسیار مناسب برای قلدری‌کردن می‌شناسند، امروزه ارزش کمتری دارد. دانشمندان کانادایی، مایکل آتکینسون[۱۸۱] و مایکل کِهلر[۱۸۲]، یک جنبش روبه‌رشدِ «ایدئولوژیِ ضدورزش» را شناسایی کرده‌اند که از فرهنگی که در رختکن‌ها جا افتاده، رقابت در میان ورزشکاران و همدستیِ معلمان در این جرم شکل گرفته است و همگی موجبِ کاهش اثربخشی برنامه‌های ورزشی ضروری در مدارس شده‌اند. آنها می‌نویسند: «بنابراین اصلاً جای تعجب نیست که چرا پسران یاد می‌گیرند از مشارکت دسته‌جمعی در تمرین‌های فیزیکی نفرت داشته باشند.»

رختکن‌ها به‌خصوص بهترین مکان برای بدرفتاری با هم‌تیمی‌ها هستند.
رختکن‌ها فضاهایی غیرمعمول در مدارس برای فاصله‌گرفتن از کنترل
بزرگ‌سالان هستند و بیشتر تحت‌کنترل پسرانی قرار دارند که به دیگر پسران، قلدری می‌کنند و آنان را زیر نظر دارند. در ایالات‌متحده و دیگر بخش‌های جهان، تربیت‌بدنی، طراحی و نظارت بر رختکن‌های پسران و دیگر برنامه‌های ورزشی به شکلِ کلی‌تر مورد تجدیدنظر قرار گرفته‌اند، چراکه رویکردِ سنتی یک‌دست برای همه، بسیاری از پسران را نادیده گرفته است و نقشِ مهمی در دائمی‌کردن هنجارهای زیان‌بار دارد.

علاوه بر این روندهای کلی، مشکلاتِ سلامتی مختلفی نیز وجود دارند که نیازمند توجه ویژهٔ والدین و دیگر کسانی هستند که از پسران مراقبت می‌کنند.

ضرباتِ مغزی در ورزش

به‌رغمِ محبوبیتِ اصل درد در ورزش‌های پسران، دغدغه‌های روزافزونی وجود دارند مبنی بر اینکه آسیب‌های سر که در برخی از ورزش‌ها نسبت به سایرین بیشتر رایجند، کمی بیش از حد هستند. یافته‌های جدیدی در این مورد که ورزش‌های دارای برخورد، نرخ نسبتاً بالایی از صدمات مغزی را به‌همراه دارند به‌دست آمده‌اند. بر طبق گفتهٔ CDC «ضربهٔ مغزی نوعی آسیب شدید به مغز است که در اثر تکانِ ناگهانی یا ضربه به سر یا ضربه‌ای به بدن که موجب می‌شود سر و مغز به‌سرعت به عقب و جلو بیفتند ایجاد می‌شود. این حرکت سریع ممکن است موجب شود مغز در جمجمه تکان بخورد و تغییراتی شیمیایی در مغز ایجاد شوند و گاهی‌اوقات به سلول‌های مغزی آسیب می‌رساند.»

دانش‌آموزان دبیرستانی در سنین پانزده تا هجده سال، ۴۶ درصد از ضربات مغزی را تجربه می‌کنند. بر طبق گفتهٔ محققان دانشگاه کالیفرنیا در سان‌فرانسیسکو، نرخ ضربات سر بین سال‌های ۲۰۰۷ تا ۲۰۱۴، تا ۶۰ درصد افزایش یافتند - به‌خصوص در میان نوجوانان - و ۵۵ درصد از تشخیص‌ها مرد بودند. بر طبق گفتهٔ آکادمی پزشکی اطفال آمریکا، نزدیک به ۲ میلیون نفر جوانِ زیر هجده سال، سالانه دچار ضربات مغزی می‌شوند. یک نفر از هر پنج ورزشکارِ دبیرستانی در طول فصل ورزش دچار ضربهٔ مغزی می‌شود و یک‌سوم، بیش از یک آسیب در همان سال خواهند داشت.

فوتبال آمریکایی عاملِ بیش از نیمی از تمامی آسیب‌های فیزیکی مرتبط با ورزش است. هاکی، فوتبال، کُشتی و لاکراس نیز نرخ آسیبِ نسبتاً بالایی دارند.

شیوعِ ضربات مغزی در دبیرستان‌ها به‌خصوص بین ماه سپتامبر و اکتبر هر سال در زمانِ اوج فصل‌های فوتبال و فوتبال آمریکایی افزایش پیدا می‌کند. بر طبق گفتهٔ جان دبلیو پاوِل[۱۸۳]، محقق طب ورزشی در ایالت میشیگان، درباره فوتبال آمریکایی: «برخی از بازیکنان در هر بازی ضربه به سر را تجربه می‌کنند.» در یک مطالعهٔ هراس‌انگیز، مانیتورهای شتاب در کلاه ایمنیِ بازیکنان هفت و هشت سالهٔ فوتبال نصب شدند و متوسط ۱۰۷ ضربه به سر در سال به هر بازیکن ثبت شد. مطالعات نشان می‌دهند زمانی‌که شتاب آنها از سرعت آستانه بیشتر می‌شود «آسیب به مادهٔ سفید» رخ می‌دهد که می‌تواند تا یک سال با فرد باقی بماند. باوجود پیشرفت‌ها در فناوری پیشگیرانه، هنوز هیچ کلاه ایمنی‌ای که نسبت به ضربه مقاوم باشد وجود ندارد.

به‌واقع، شواهد اخیر نشان می‌دهند آسیب به بافت مغز تجمعی است و حتی ضرباتی که موجب آسیب نشوند نیز بر آن تأثیر می‌گذارند. در مطالعهٔ متخصصان مغزواعصاب در مدرسهٔ پزشکیِ وِیک فارست[۱۸۴]، بیست‌وپنج پسر هشت تا سیزده‌ساله کلاه‌های ایمنی خاصی به‌سر کردند که میزان ضربه را به مدت یک فصل ثبت می‌کرد؛ در ابتدا و در پایان فصل نیز از آنها اسکن‌های مغزی گرفته شد. یافته‌ها: هرچه ضربات به سر بیشتر بودند، آسیب وارده به نورون‌های عایق‌بندی‌شده به نام مادهٔ سفید، که برای برقراری ارتباط میان مناطق مختلف مغز ضروری هستند، افزایش می‌یافت. آنسفالوپاتی[۱۸۵] مزمن ناشی از ضربه که یک اختلال مغزی درمان‌ناشدنی است، احتمال می‌رود که در اثر ضرباتِ مکرر به سر که معمولاً کمتر از میزانِ قابل‌تشخیص به‌عنوان ضربهٔ مغزی هستند، ایجاد شود.

والدین پسرانی که می‌خواهند ورزش‌های پربرخورد را دنبال کنند نمی‌دانند چه کاری باید انجام دهند. اندرو[۱۸۶] نیز چنین پسری بود؛ یک پسر ده‌ساله که

بسیار محکم و بیش از سنش عضلانی بود و سال‌ها ورزش‌های مختلف را امتحان کرده بود تا درد و ریسک فیزیکی را در خود کاهش دهد. هم پدر و هم مادرش ورزش‌هایی در سطح مدرسه و دانشگاه انجام می‌دادند، برادرِ بزرگ‌ترش در تیمی از نخبگان برای یک باشگاه سطح‌بالای فوتبال محلی بازی می‌کرد و عمویش برای یک تیم NFL کار می‌کرد، درنتیجه، ورزش بخشی دائمی از فرهنگ خانوادهٔ او بود. اندرو عاشقِ بازی‌کردن بود و حتی در حیاط‌پشتی خانه با پدرش سخت بازی می‌کرد. زمانی‌که در برف بازی می‌کردند، قلعه‌هایی که ساخته بودند به یخ تبدیل می‌شدند و درنهایت جنگِ یخی را به‌همراه داشتند؛ در بازی‌های بسکتبالِ حیاط جلویی خانه، بارها نفر مقابل را با آرنج هل می‌داد و خطا می‌کرد. بازی‌های پرسروصدایش با پدر، به تلاش‌هایی عمدی برای مشت‌زدن یا لگدزدن به او منتهی می‌شدند - اندرو بیش از حد رقابتی بود.

اندرو، ورزشکاری شجاع و نترس، توسط مربی فوتبال خود به‌عنوان مدافع مرکزی انتخاب شد؛ کسی که باید مایل باشد هر کاری در توانش هست انجام دهد تا به‌عنوان آخرین نفر در جهت اهداف تیمش جلوی حمله را بگیرد. او کوتاه‌قد بود، اما همچنان نیرویی بود که به‌دلیل سرعت و تکل‌های خشونت‌آمیزش، جایگاه ویژه‌ای در تیم داشت. طبیعتاً، او عاشقِ فوتبال بازی‌کردن بود؛ ورزشی مردانه و ناب در میان دوستانش، و بی‌امان با پدرومادرش مذاکره می‌کرد تا اجازه دهند فوتبال آمریکایی را ادامه دهد. مادروپدر اندرو تحقیقات لازم را انجام داده و نگرانِ امکان آسیب به‌خصوص در کودکانی بودند که مغزهایشان هنوز به‌طور کامل رشد نکرده است. آنها پسر خود را می‌شناختند و می‌دانستند او با همان سطح از رقابتی که همه‌جا داشت، فوتبال بازی خواهد کرد. آنها به پسرشان گفتند: «تا قبل از دوازده‌سالگی اجازه نداری.» و گریه‌ها و ناراحتیِ او را به جان خریدند. بهترین

دوستش در یکی از تیم‌ها بازی می‌کرد و اندرو مجبور بود وقتی او درمورد فصلِ ورزشی‌اش گزارش می‌دهد به او گوش کند، درحالی‌که تردیدهای والدینش او را از دیگران عقب نگاه‌داشته بودند.

زمانی‌که خانواده‌اش برای دیدن من آمدند، ناراحتی و شکایت‌های اندرو همگی بخشی از مجموعهٔ دغدغه‌ها و نگرانی‌ها بودند. می‌دیدم که آنها تا چقدر عمیق و با موفقیت روابط خود را با پسرشان ساخته و درک کرده‌اند که مشکل این است که او چندان به قضاوتشان ایمان ندارد و به آنها اجازه نمی‌دهد در نقش والدینش ظاهر شوند، حتی تاحدی که محدودیت‌هایی را که دوست نداشت یا به‌طور کامل درک نمی‌کرد پذیرفت. من و والدینش به‌طور خصوصی دغدغه‌هایشان را در این مورد که فوتبال و خطراتش چطور ممکن است همان الگوی بی‌ملاحظگی و بی‌توجهی به بدنش را که مادروپدرش بسیار از آن می‌ترسیدند، برای او به‌همراه آورند؛ چراکه بارهاوبارها پس‌از اعمال بی‌پروای او به اورژانس رفته بودند. آنها خطوط و مرزها را برای اندرو مشخص کردند و او بااینکه در ابتدا کمی گله کرد، اما درنهایت پذیرفت که والدینش درواقع دارند از او مراقبت می‌کنند.

اندرو همچون بسیاری از پسرانی بود که در مسابقهٔ پاداش‌های مردانگی برنده می‌شوند. آنها که بسیار ارج نهاده شده و به‌واقع نمونه‌های شجاعت و موفقیت هستند، ممکن است در متوازن‌سازیِ اولویت‌های خود با مشکل برخورد کرده و به متحدی نیاز پیدا کنند تا به آنها کمک کند مسیرشان را حفظ کنند. در برابر اثراتِ مسموم‌کنندهٔ توجه به‌دست‌آمده از سوی همتایان و بزرگ‌سالان، تنها احترام اندرو برای پدرومادرش و ارتباطی که با آنها داشت او را از بی‌تفاوتی نسبت به نظراتشان بازمی‌داشت. او همین‌حالا هم نشان داده بود که ریسک‌کردن ممکن است موجب شود سلامت خود را نادیده بگیرد.

والدینش لازم بود وارد ماجرا شوند.

ورزش‌های پسرانه اکنون در برههٔ بسیار مهمی قرار دارند. چهار ایالت - کالیفرنیا، ایلینویز، مری‌لند و نیویورک - به‌دنبال وضع مقرراتی هستند که فوتبالِ پربرخورد را برای پسران زیر چهارده سال محدود یا ممنوع کنند. سنت‌گرایان با هراس و هشدار واکنش نشان داده و این کار را تهدیدی نه‌فقط برای فوتبال، بلکه برای تمامی ورزش‌های پربرخورد دانسته‌اند. درعین‌حال، تغییر قوانین، تمرینات با برخورد محدود و تکنیک‌هایِ جدید ممانعت و تکل‌زدن، به‌طور گسترده در تلاش برای رفع دغدغه‌های پزشکی اجرا شدند؛ اما از دید محققانِ بنیاد میراث ضربه‌مغزی که سازمانی وکالتی با هدف پایان‌دادن به ضربات مغزی است، «هیچ‌گونه تکل‌زدنی برای کودک درحال‌رشد هرگز به‌اندازهٔ کافی ایمن نیست».

همان‌طور که والدین باید در نظر داشته باشند پسرانشان چطور مشارکت می‌کنند، مدارس و سازمان‌های جوانان نیز باید درمورد چیزهای زیادی فکر کنند؛ برای مثال، پدیدهٔ آسیب به سر هنوز حل‌وفصل نشده است. سندرمِ ضربهٔ دوم، زمانی رخ می‌دهد که یک ورزشکار پیش‌از درمانِ کامل ضربه به سر، به میادین بازگردد که البته بسیار نیز بحث‌برانگیز بوده است. مطالعات اخیر نشان از عملکرد شناختی کمتر، درمان و بهبود طولانی‌تر و افزایش احتمال ضرباتِ متعاقب از آسیب‌های مکرر به سر هستند. همراه با پیشرفتِ دانش، ندای جانبی برای مشخص‌کردن این موضوع که یک ورزشکار چه زمانی آمادهٔ بازگشت به بازی است، در ذهن فرد باقی می‌مانند و هیچ‌گاه بروز داده نمی‌شوند.

نبودِ اعتمادبه‌نفس فیزیکی

اختلالاتِ خوردن مدت‌ها برای دختران و زنان مشکل‌ساز بوده‌اند، به‌خصوص زمانی‌که استانداردهای غیرممکنِ زیبایی در انتقادهای بی‌پایان از خود درونی‌سازی می‌شوند؛ اما تحقیقاتِ جدید نشان داده‌اند که پسران هم از ادراکِ نادرست از بدن رنج می‌برند. درحالی‌که دغدغهٔ دختران لاغرتربودن است، پسران به عکس این موضوع تمایل دارند. آنچه گاهی‌اوقات دیسمورفیک عضلانی[۱۸۸] می‌نامیم، به‌واقع عکسِ بی‌اشتهایی عصبی است. محققِ دانشگاه پزشکی هاروارد و متخصص اطفال، آلیسون فیلد[۱۸۹]، همچنین می‌گوید این مسئله تقریباً ۱۸ درصد یا در میان هر یک نفر از پنج نفر رواج دارد. برای مردان جوانی که این شکل از ناراحتی را در بدن خود تجربه می‌کنند، هدفشان عملاً غیرقابل‌دست‌یابی است؛ اینکه هم عضلانی‌تر و هم لاغرتر باشند. حتی پسرانی که اضافه‌وزن دارند ممکن است همان‌طور که گرسنگی می‌کشند تا به ایدئال مردانه یعنی ماهیچه‌های شکمیِ شش‌تکه دست پیدا کنند، خود را از دیدگاهی تحریف‌شده می‌دیدند. پسرانِ کمال‌گرا یا ناراحت به‌خصوص در معرض خطر قرار دارند و ممکن است درمورد وزن و ماهیچه‌های خود دچار وسواس شوند.

در دورانی که هر مرد جوان تقریباً هفت ساعت در روز را مقابل رسانه‌ها صرف می‌کند، پسران بیش از هر زمان در معرض چهره‌های شجاع و پرزور و ابرقهرمان‌هایی قرار دارند که در میان جوانان بسیار برجسته هستند. بازاریابان و تولیدکنندگان اسباب‌بازی‌ها پیام خود را به بدترین شکل ممکن به مخاطبانشان منتقل می‌کنند. بر طبق نظر روان‌شناس ریموند لِمبرگ[۱۹۰]، شخصیت‌های تلویزیونی و بازی‌های ویدئویی در طول یک یا دو دههٔ گذشته

چربی‌های خود را از دست داده و ماهیچه اضافه کرده و استانداردی غیرممکن برای بدن مردان تعیین کرده‌اند. او افزود: «تنها یک یا دو درصد به‌واقع بدنی به این شکل دارند. ما انسان‌ها را به شکلی غیرطبیعی به کودکان نشان می‌دهیم.»

بسیاری از پسران با روی‌آوردن به ویتامین و مکمل‌های غذایی و تمرین‌های ورزشی شدیدتر و منظم‌تر به این ایدئال‌ها واکنش نشان می‌دهند. تحقیقات نشان می‌دهند همان‌طور که شیوه‌های سنتی برای اثبات مردانگی روبه‌کاهش هستند، تأکید فرهنگی بر نمایش مردانگی از قبل هم مهم‌تر شده است. در مطالعه‌ای در سال ۲۰۱۲، بیش از یک‌سوم از مردانِ دبیرستانی از پودرها یا شِیک‌های پروتئین برای عضله‌سازی استفاده کرده و درصد کمتری، بین ۳ تا ۱۲ درصد، به استفاده از استروئیدها اعتراف کرده‌اند. مردانِ جوانی که نگرانِ جعبهٔ مردانه هستند، بیش از همه احتمال دارد در جست‌وجو برای بدنی «فوق‌العاده» افراط و زیاده‌روی کنند.

اصطلاح «عُقدهٔ آدونیس»[۱۹۱] که برای اولین‌بار به‌وسیلهٔ سه متخصص اطفال جهت توصیف این مشکل در مردان مورداستفاده قرار گرفت، از افسانه‌های یونانی و داستانِ بدن‌های نیمه‌مرد/ نیمه‌خدا به‌عنوان زیباترین اندام در میان مردان یاد می‌کند. این اصطلاح به‌واقع نشانگر عدم امکان دست‌یابی به استاندارد مردانهٔ جدید و احساس بی‌کفایتی در پسران است که سعی دارند به این استاندارد دست پیدا کرده و سختی‌هایی را در راه رسیدن به کمال - ازجمله ورزش اجباری، مکمل‌های تغذیه و استفاده از استروئید - تحمل کنند.

البته افزودن ماهیچه و کاهش چربی‌ها تنها مشکلات پسران در تصویری که از بدن خود دارند نیست. تماشای پورنوگرافی هم که بدتر موجب شده این مشکل

به سطوح جدیدی برسد.

مصرف موادمخدر و الکل

براساس یک نظرسنجی فدرال از میزان استفاده از موادمخدر و سلامت، مردان نوجوان با نرخ بالاتری نسبت به دختران از موادمخدر استفاده می‌کنند.
استفاده از الکل در پسران بیش از هر گروه دیگری است. در گزارشی در سال ۲۰۱۳، ۴۰ درصد از مردان دبیرستانی به استفاده از الکل در ماه گذشته اعتراف کردند و نزدیک به ۲۵ درصد هر بار بیش از پنج عدد نوشیدنی می‌نوشیدند. به‌علاوه، ۲۵ درصد پسران استفاده از ماری‌جوانا را در ماه گذشته گزارش داده، ۱۰ درصد از مواد استنشاقی استفاده کرده و ۱۰ درصد از اکستازی هم استفاده کرده بودند. بسیاری از پسران، استفاده از مواد یا نوشیدنِ الکل را پیش‌از نوجوانی آغاز می‌کنند. تا سن ۱۳سالگی، تقریباً ۲۵ درصد الکل نوشیده و ۱۰ درصد ماری‌جوانا کشیده‌اند.

دیدگاه‌ها و نظریات محققان بسیاری، سعی داشتند تفاوت‌های جنسیتی را در استفاده از موادمخدر، ازجمله تأثیر هورمون‌های مردانه را بر تمایل به ریسک‌کردن توضیح دهند. بلوغِ کندتر در نواحیِ جلویی مغز که تنظیم‌کنندهٔ رفتارِ مردان هستند و الگوبرداری از ستاره‌های ورزشی، نمادهای سرگرمی و دیگر مردانِ مهم، موجب ایجاد تمایل به ریسک‌کردن می‌شوند؛ اما تبلیغاتِ شرکت‌های نوشیدنی هم مطمئناً نقش مهمی در این‌باره دارند. تبلیغاتِ شرکت‌های آبجوسازی یک برند مردانه ایجاد کرده‌اند - شخصی ایدئال، آرام، جالب، دوست‌داشتنی، رمانتیک و جذاب ازنظر جنسی در قالب یک برند - که بر دیدگاه پسران از خود و آرمان‌هایشان تأثیر می‌گذارد. یک مطالعه در سال ۲۰۱۲ که از سوی انجمن متخصصان اطفال آمریکا انجام گرفت، ۴۰۰۰ نوجوان را از کلاس هفتم تا کلاس دهم دنبال کرد. پسرانی که در این مطالعه از آنها

کمک گرفته شد «مشخصاً الکل بیشتری نسبت به دختران می‌نوشیدند»، عواقب منفی بدتری گریبان‌گیرشان شده و نشانه‌هایی از این موضوع داشتند که نوشیدن الکل در آنها تحت‌تأثیر تبلیغات آبجو است. نوجوانانِ کم‌سن‌وسالی که می‌گویند از تبلیغاتِ نوشیدنی‌های الکلی خوششان می‌آید، بیشتر احتمال دارد الکل بنوشند و مشکلات جدی‌تری با این موضوع خواهند داشت.

دو مرور تحقیقاتی در باب اثرات تبلیغات بر استفاده از الکل در نوجوانان، یکی در سال ۲۰۰۹ و دیگری در سال ۲۰۱۶، شواهد قاطعی یافتند مبنی بر اینکه قرارگرفتن در معرض این تبلیغات بر رفتار نوشیدن الکل در نوجوانان مؤثر بوده است. همان‌طور که نویسندگانِ مرور اخیر توضیح می‌دهند: «همبستگی‌های قابل‌توجهی میان قرارگرفتن در معرض بازاریابی الکل، آگاهی از آن، مشارکت و پذیرابودن نسبت به آن در ابتدای استفاده از الکل، نوشیدن بیش از حد، نوشیدن در طول سی روز گذشته و/ یا مشکلاتِ الکل در ادامه مشاهده شده‌اند.»

دیده شده که برنامه‌های مدرسه به جوانان می‌آموزند رسانه‌ها را با چشم بصیرت ببینند - سواد رسانه‌ای داشته باشند - و به نوجوانان کمک می‌کنند پیام‌های تبلیغاتِ نوشیدنی‌های الکلی را رمزگشایی کنند، که البته محدودیت‌های قانونی بر محتوا و تبلیغات هم همین‌طور بودند. اینکه به پسران کمک کنیم سؤال‌هایی از این قبیل بپرسند - «این تبلیغ واقعاً چه چیزی را تشویق می‌کند؟» «از منافع چه کسی حمایت می‌کند؟» «چقدر جانبدارانه است؟» - به ما کمک می‌کند از آنها در برابر تلاش‌های پیچیده برای دستکاریِ گرایش‌ها و رفتارهایشان محافظت کنیم؛ اما بسیاری از کسانی که با نوجوانان کار می‌کنند از باختن در نبرد می‌ترسند. گزارشِ سال ۲۰۰۴ از سوی کمیتهٔ ملیِ ارائهٔ راهکاری جهت کاهش و یا اجتناب از نوشیدن الکل زیر سن قانونی، با این

دیدگاه بسیار تأمل‌برانگیز پایان یافت: «کمیته به این نتیجهٔ اساسی دست یافت که نوشیدن را در جوانان زیر سن قانونی نمی‌توان به شکل موفقیت‌آمیز با تمرکز بر جوانان به‌تنهایی حل کرد. جوانان در بسترِ جامعه‌ای به نوشیدن روی می‌آورند که در آن استفاده از الکل رفتاری هنجاری است و تصاویر فراوانی از این کار در همه‌جای شهر دیده می‌شود.»

جنبشِ قانونی‌کردن استفاده از ماری‌جوانا نیز نشانگر پیوند میان اعمال محبوب اجتماعی و استفاده از مواد در پسران است. مطالعات مربوط به استفاده از مواد در میان جوانان در واشنگتن که موجب قانونی‌شدن استفاده از ماری‌جوانا به‌صورت تفریحی برای بزرگ‌سالان شد، خبر از افزایشِ روزافزونِ این مواد در میان کلاس‌هشتمی و دهمی‌ها از زمان قانونی‌شدن آن داد که با کاهش در زیانِ درک‌شدهٔ مواد سازگار است. در مقابل، در ایالت‌هایی که استفادهٔ تفریحی از مواد را قانونی نکرده‌اند، استفاده از ماری‌جوانا در طول همان دوره کاهش داشت. بر طبق گفتهٔ سازمان کلرادو که به‌دنبال قوانینِ سخت‌تر است، در یک نظرسنجی فدرال که به ارزیابی استفاده از ماری‌جوانا در میان دوازده تا هفده‌ساله‌ها پرداخته بود، کلرادو رتبهٔ اول را به خود اختصاص داد. تنها ۴۸ درصد از دانش‌آموزان استفاده از ماری‌جوانا را خطرناک می‌دانستند.

تجربهٔ حرفه‌ایِ من، هم در درمان وابستگی شیمیاییِ نوجوانان و هم در مدارسی که سعی دارند برنامه‌های پیشگیریِ مؤثری برقرار کنند، موجب شده با آنان که می‌گویند تلاش برای کنترلِ استفاده از موادمخدر در میان نوجوانان در بستری که پیام‌های مختلطی دریافت می‌کنند موفق نخواهد بود، موافق باشم؛ اما بزرگ‌سالان درحال‌حاضر بیش از هر زمان دیگری وظیفه‌ای اساسی برای کمک به جوانان در اخذ تصمیمات سالم دارند.

من زمان زیادی را به‌عنوان رهبر گروه در یک برنامهٔ بیمارستانی برای نوجوانانی که هم سوءمصرف مواد داشتند و هم از مشکلات احساسی رنج می‌بردند صرف کردم. دختران و پسران به دلایل مختلفی پذیرش شده بودند. گاهی‌اوقات والدینشان دیگر نمی‌توانستند با رفتار کنترل‌ناپذیر، ناسازگار یا نافرمانِ آنان مدارا کنند. گاهی‌اوقات مدارس، درمان را به‌عنوان پیامدی انضباطی اجبار می‌کردند و گاهی‌اوقات نظام عدالت نوجوانان آنان را به من ارجاع می‌داد. آنچه بیش از همه مرا تحت‌تأثیر قرار می‌داد، تغییراتِ مشهودی در برخی از نوجوانان بین زمانی‌که اولین‌بار پذیرش شده بودند و زمانی‌که ترخیص می‌شدند به‌چشم می‌خورد. آنان که در ابتدا وحشی و کنترل‌ناشدنی بودند و به‌هیچ‌عنوان تصمیم‌های بزرگ‌سالان را قبول نداشتند، در زمانِ ترک بیمارستان دوباره جوان شده بودند. حتی صورت‌هایشان تغییر کرده و آرام‌تر، روشن‌تر و گشاده‌تر شده بود. پس‌از اینکه متوجه شدند نمی‌توانند قوانین را به نفع خود تغییر دهند، بشکنند یا دور بزنند، و بزرگ‌سالانی را یافتند که بالاخره می‌توانستند به آنها اعتماد کنند، همه‌چیز بهتر شد.

اما یکی از آنها کاملاً با بقیه تفاوت داشت. او به‌عنوان یک ورزشکار، دانش‌آموز و یک رهبر، بسیار ممتاز و بااستعداد بود. او کاپیتانِ تیم کشتیِ مدرسه بود و به‌عنوان یک سالِ‌آخری، ریاست هیئت دانش‌آموزی را بر عهده داشت. او همچنین مشکل مصرف موادمخدر داشت و زمان زیادی را در روز مست بود. رفتارش به‌طور کامل بر او مستولی شده و توجه جامعه و مدرسه را به خود جلب کرده بود. والدینش و مدرسه، در ابتدا تمایل داشتند مشکلات پسر را به ویژگی‌های پسرانه نسبت دهند، اما با بیشترشدن هرروزهٔ مشکل، به‌اجبار موضوع را عمیق‌تر بررسی کردند. یک ارزیابی حرفه‌ای نشان داد که والدین، خود ناتوانی ذهنی داشتند و زندگی خانوادگی تحت‌سلطهٔ مادرِ خانواده بود که از بیماری روانی رنج می‌برد و پدر نیز دچارِ اعتیاد به الکل بود. بن[۱۲۲]

مسئولیت زندگی‌اش بر عهدهٔ خودش بود و اطلاع چندانی نداشت که چرا تا این حد احساس تنهایی می‌کند. زمانی‌که مدرسه بالاخره مداخله کرد، او را به یک برنامهٔ درمانی فرستاد و من مسئولِ مراقبت از او شدم.

در این برنامه که اعتیاد را بیماری می‌دید، موجب شد بن ابتدا بدین سمت هدایت شود که میزان وابستگی خود را ارزیابی کند و سپس درمورد چگونگی بهبودی از آن وابستگی، آموزش ببیند. در درمان فردی و گروهی، او هر روز در این باب که تا چه حد همه‌چیز برایش ترسناک بوده است صداقت بیشتری به‌خرج می‌داد؛ اینکه چطور به‌راحتی از پاسخ‌گویی به پدرومادرش طفره می‌رفته و اینکه چقدر از این موضوع احساس تنهایی می‌کرده است. در جلسه‌های آموزشی گروهی، داستان‌های وحشتناکی در این مورد شنید که زندگیِ دیگر نوجوانان چگونه در اثر نیاز دیوانه‌وار به مصرف مواد ویران شده است. در این مورد صحبت کرد که در خانواده‌اش چه کسانی را از دست داده و اعضای جدیدی از خانوادهٔ جدیدش به او اطمینان داده‌اند که به کمکش خواهند آمد. پیش‌از بازگشت به خانه، تعهد کرد همچنان به صحبت‌کردن با حامی خود ادامه دهد تا کمتر احتمال داشته باشد خود را گول بزند.

همچون بسیاری از پسران نوجوان، بن از حقش برای خوشحالی‌کردن و مهمانی‌رفتن دفاع کرد. او می‌توانست رفتارش را با ارجاع به والدین، دوستان یا حس تعلق خود توجیه کند، اما واقعیتی که درنهایت آن را تصدیق کرد این بود که زندگی بدون اینکه کسی از او مراقبت کند، ترسناک و ناپایدار خواهد بود. زمانی‌که داستان‌هایی این‌چنینی را برای والدین، مدارس و دیگر سازمان‌ها که با جوانان سروکار دارند تعریف می‌کنم، منظورم این است که مستی تنها یک راه برای گم‌شدن پسران در زمان بی‌توجهی و رهاشدن به حال خودشان است. رابطهٔ خوب با فردی که اهمیت دارد، به‌واقع قطب‌نمایی خواهد بود که پسران

را در مسیرشان به‌سمت مردانگی هدایت می‌کند و زندگی‌شان را نجات می‌دهد.

آسیب به خود

استادانِ جامعه‌شناسی، پاتریشیا آدلر[۱۹۴] از دانشگاه کلرادو و پیتر آدلر[۱۹۴] از دانشگاه دنور[۱۹۵]، در کتاب خود با نام برش ظریف: درون جهانِ پنهانِ آسیب به خود[۱۹۶]، به توصیفِ پدیدهٔ «بریدن، سوزاندن، علامت‌گذاری و شکستن استخوان‌ها در نوجوانان می‌پردازند». این زوج در تحقیقات خود به بررسی ابعادِ جنسیتی آسیب به خود پرداخته‌اند. این رفتار به شکل سنتی بیشتر در میان زنان رایج است، اما نرخ آسیب به خود، به‌درستی نشانگر مردانی نیست که رفتارشان ممکن است به اتاق اورژانس بیمارستان کشیده نشود. بسیاری معتقدند نرخ آسیب به خود در میان پسران هر روز در حال افزایش است و همان‌طور که آدلرها می‌گویند، تاحدی بدین‌خاطر است که «این رفتار بسیار مُسری است». بر طبق گزارش سرویس سلامت همگانیِ بریتانیا در سال ۲۰۱۶، تنها براساس میزان مراجعه به اورژانس، میزان آسیب به خود در میان پسران و مردان جوان‌تر در بیشترین مقدار خود در طول چهار سال قرار داشته است.

بر طبق گفتهٔ یکی از حامیان جوانان: «پسران هم خود را می‌برند اما نه لزوماً به‌اندازهٔ دختران. مشکل آنها این است که تمام مدت وارد دعواهایی با دوستان خود می‌شوند، خود را در موقعیت‌های خطرناک قرار می‌دهند و کتک می‌خورند.» مردان در زمانِ بریدن یا سوزاندنِ خود، بیشتر احتمال دارد برش‌ها یا سوختگی‌های عمیق‌تری بر جای بگذارند و نسبت به دختران کمتر آن را مخفی کنند. آیین‌های برادری که شامل علامت‌گذاری یا پیوند «برادرِ خونی» هستند نیز از این دیدگاه که دردکشیدن بخشی از مردبودن است تقدیر می‌کنند.

بسیاری از مردان جوانی که به دیدن من می‌آیند و در چنگالِ ناراحتی، خشم و تحقیر نفس گرفتار شده‌اند و راه‌های دیگری برای بروزِ احساسات خود ندارند، الگوهای خودتخریبی را در خود ایجاد می‌کنند. یکی از این مردان آندرس[۱۶۷] بود؛ دانش‌آموزی دبیرستانی که مربی‌اش پس‌از مشاهدهٔ تعدادی جای برش روی بازوهایش وقتی ژاکتش را درآورده بود، او را نزد من فرستاد. زمانی‌که مربی به پدرومادر آندرس خبر داد، او قادر نبود به پدرومادرش علت این کار را بگوید اما درخواست آنان را برای کمک پذیرفت.

زمانی‌که اجبارِ آسیب‌رساندن به خود در آندره شکل گرفت، من سعی کردم به آندره کمک کنم بررسی کند چه احساسی دارد. من فکر می‌کردم تا زمانی‌که احساساتِ او برای بریدن خودآگاهانه‌تر شوند، او احتمالاً قادر نخواهد بود هیچ‌گونه کنترلی بر احساساتِ خود داشته باشد. او برای اینکه انرژی مخربش را تحت‌کنترلِ ذهن خود درآورد، نیاز داشت احساساتش را زمانی‌که کسی به او توجه دارد بیان کند و درنتیجه دوباره ناراحتی و نگرانی‌ای که او را به اینجا رسانده بودند تجربه کند. پس‌از اینکه به من اعتماد کرد و به او قول دادم رازدار باشم، از او خواستم آخرین‌باری که این کار را انجام داده است به من بگوید و حتماً احساسی را که در طول این کار و پس‌ازآن داشته است بیان کند. مشخص شد او پس‌از آسیب‌رساندن به خود، به‌نوعی احساس آرامش و راحتی می‌کند؛ نوعی آسودگی ناشی از خشم و گناهی که به‌دلیل ازدست‌دادن دوستش در تصادف چند سال قبل او را فراگرفته است. زمانی‌که آندرس خود را زخمی می‌کرد، هم حس نزدیکی بیشتری به دوستش داشت و هم از اینکه او تنها بازماندهٔ حادثه بود و به‌خاطر آن احساس گناه می‌کرد، دست به مجازات خودش می‌زد. زمانی‌که آندرس با من ارتباط برقرار کرد و توانست اندوه زیرینِ خود را به شکل مستقیم‌تری بیان کند، این نوجوان احساسِ آرامش قابل‌توجهی

پیدا کرد، بدونِ اینکه به خود آسیب برساند.

در نقطهٔ پایانیِ طیفِ آسیب به خود، خودکشی قرار دارد که یکی از سه علت اصلی مرگ‌ومیر در میان نوجوانان است. در ایالات‌متحده، پسران چهاربرابر بیشتر از دختران احتمال خودکشی دارند. در سال ۲۰۱۷، ۴۶۰۰ مورد مرگ در اثر خودکشی در میان جوانانِ ده تا بیست‌وچهارساله گزارش شده که به‌طور متوسط ۱۲ مورد در هر روز است. از این تعداد، ۸۱ درصد مرد بودند. همان‌طور که پسران در مسیر بلوغ قرار می‌گیرند، روند روبه‌رشدی را به‌سمت خودکشی شاهد هستیم: از سنین ده تا چهارده، پسران دوبرابر دختران دست به خودکشی می‌زنند؛ در سنین شانزده تا نوزده، این نرخ تا چهاربرابر رشد خواهد داشت. علاوه‌بر خودکشی‌های موفق، ۵۷۵۰۰۰ مورد تلاش برای خودکشی نیز داریم.

متأسفانه، بسیاری از پسرانی که با من دیدار می‌کردند، فکر خودکشی در سر داشتند و برخی نیز براساس این افکار خود عمل کرده بودند. دنیس[۱۹۸] از همین پسرها بود. او پس‌از اینکه به مشاور مدرسه‌شان گفته بود افکارِ کنترل‌ناپذیری درمورد کشتن خودش دارد، به دیدن من آمد. او به این موضوع فکر کرده بود که چطور باید چنین کاری را انجام دهد اما ترسیده بود. همان‌طور که من سعی داشتم تنش و ناامیدی‌ای را که او احساس می‌کرد تاحدی کاهش دهم، او چیزهای زیادی برای گفتن داشت: طلاقی ناراحت‌کننده میان والدینش که هنوز هم ادامه داشت، همراه با فروپاشیِ عصبی مادرش و عدم توانایی آنان برای اینکه پسرشان را دراین‌میان درگیر نکنند؛ تاریخچه‌ای از قلدری‌ها در دورانِ راهنمایی زمانی‌که کمی اضافه‌وزن داشت و ناتوانی در نزدیک‌شدن به دخترانی که دوستشان داشت. او که اکنون سال آخر دبیرستان بود، با چالشِ ادامهٔ زندگی روبه‌رو شده بود و نمی‌دانست چطور باید خوشحال

باشد.

هدف اصلی من این بود که به دنیس کمک کنم روحیهٔ جنگجویی را در خود بیابد و این احساس را که می‌تواند همه‌چیز را بهتر کند در خود رشد دهد. درعین‌حال، به او اطمینان دادم حتی اگر والدینش این‌طور تلخ و سردرگم باقی بمانند، بازهم او می‌تواند زندگی خوبی داشته باشد. گفتم از او در برابر آنها دفاع خواهم کرد و از آنها خواهم خواست باوجود هرچیزی که بینشان می‌گذرد به او فقط عشق و پشتیبانی خود را عطا کنند. به او اطمینان دادم لایق دفاع از سوی من است و کمکش کردم به یاد آورد که قبلاً خودش هم به این موضوع باور داشته است. به‌تدریج، همان‌طور که خود را از منازعاتِ خانوادگی و تزلزل‌هایی که در برخورد با گروه همتایانش احساس می‌کرد کنار کشید، اعتمادبه‌نفس خود را از نو کشف کرد.

او که پسری باهوش بود، در بسیاری از دانشگاه‌هایی که درخواست داده بود پذیرفته شد. او دورترین کالج از خانه را انتخاب کرد و تمایل داشت فصل جدیدی را در زندگی‌اش آغاز کند، اما این باور را با خود به‌همراه برد که هرچه بشود والدینش این‌بار دیگر هوایش را خواهند داشت.

کمال در پسران

چطور می‌توانیم به پسران کمک کنیم زمانی‌که قربانی‌کردن بدنشان ستوده شده و نشانی از شهامت در نظر گرفته می‌شود، از خود مراقبت کنند؟ اینکه مردان تصدیق کنند واقعاً دعواکردن چه احساسی دارد، اینکه خود را تا سطوح نامعقولی از خستگی پیش ببرند، یا اینکه آسیب ببینند، درواقع، عکسِ باورهای فرهنگی است. اتخاذ چنین رویکردی می‌تواند موجب ترسِ خود والدین از «لطیف»شدن بیش از حد پسران شود. اما آنچه تحقیقات جدید درمورد رشد مهارت‌ها، تمرین‌های مقاومتی و ورزش‌کردن با شجاعت ارائه می‌کنند، به‌واقع به نتیجه‌ای معکوس اشاره دارد. همان‌طور که مربی جو اِهِرمن گزارش می‌کند، پسرانی که به احساسات خود دسترسی دارند بهتر قادرند در محل آرامش داشته و بیشترین و بهترین عملکرد خود را داشته باشند. در بهترین حالت «گروه‌های برادری» به پسران می‌آموزند که هر عضو را به‌عنوان بخش جدایی‌ناپذیری از گروه، ارج نهاده و از همه مراقبت کنند و هیچ‌کدام را تنها نگذارند.

کمک به مردان جوان‌تر در تمایز میان جنبه‌های مثبت و منفیِ ورزشکاری به آنها کمک می‌کند احساساتشان را درمورد مردانگیِ خود حل‌وفصل کنند. در پرتوِ آنچه محققان درمورد پیام‌هایی که در باب مردانگی به پسران می‌دهند آموخته‌اند، احتمال دارد پسرانی که سعی دارند بدن‌هایشان را نادیده بگیرند - که خود را در برابر درد بی‌حس می‌کنند، از محدودیت‌ها فراتر می‌روند یا حتی در زمان آسیب هم به بازی‌کردن ادامه می‌دهند - چنین آموخته‌اند که از آنان انتظار می‌رود این‌گونه باشند. در بسیاری از آنان، شجاعت به‌واقع قربانی‌کردن خود به شکلی نابخردانه درک شده است.

پیام بهتر و صحیح‌تر این است که بدن در مرکزِ فردیت آنان به‌عنوان یک انسان قرار دارد. اینکه چطور باید با بدنشان رفتار کنند - اینکه چطور باید با احساساتشان ارتباط برقرار کنند و از آنچه قادر به انجامش هستند لذت ببرند - زندگیِ آنان را در اساسی‌ترین واقعیت موجود بنیان‌گذاری می‌کند. از بسیاری جهات، ترغیبِ محدودیت‌های مهارت و تحمل در ورزش به پسران ذهنیت رشد می‌دهد. آنان می‌آموزند چطور با پذیرش و سپس افزایشِ پایدار این محدودیت‌ها، بهترین را از خود انتظار داشته باشند. آنان به‌مرور متوجه می‌شوند که زندگی بیشتر در باب تسخیر بدن‌هایشان ازطریق سرکوبِ ضعف‌هاست، نه تزکیهٔ ظرفیت‌های جدید.

دان سابو جامعه‌شناسِ ورزشی و بازیکنِ اسبق فوتبال که از طرف‌دارانِ سلامت در پسران است، پیشنهاد می‌کند که والدین و دیگران، پیامی مخالف با دیدگاه‌های فرهنگی غالب به پسران بدهند: «برای بدنتان، دوست خوبی باشید.» او مربیان و والدین را ترغیب می‌کند به پسران کمک کنند درد خود را نشان دهند تا اینکه از آن تجلیل کنند. در حواشیِ مسابقاتِ ورزشی، فرصت‌های زیادی برای کمک در زمان آسیب وجود دارد، درحالی‌که در اکثر موارد پیام‌های «همینه که هست!» یا «این‌قدر غر نزن!» تنها عبارت‌هایی هستند که پسرانِ مصدوم می‌شنوند.

آموزش‌های قدیمیِ مردانگی بر پایهٔ این فرض هستند که عملکرد بهینه از تسلط بر درد و محدودیت‌های بدن نشئت می‌گیرد. مربی ارمان و جامعه‌شناسِ ورزشی سابو، ازطرف‌دیگر، هدفِ ورزش را که همان ساخت شخصیت جوانان است در مرکز کار خود قرار می‌دهند. ارمان کارش را با یادآوری به پسران جهت ارج‌نهادن به تمامیت خود و دوست‌داشتن یکدیگر آغاز می‌کند. پیامِ او به بازیکنانش کمک می‌کند زمانی‌که نوبت به محدودیت‌هایشان می‌رسد به غرایز

خود اعتماد کنند. پاداش‌دادن به پسران زمانی‌که از خود مراقبت می‌کنند، به‌جای اینکه صرفاً آنها را تشویق کنیم سخت‌تر تلاش کنند، موجب تقویتِ مهارت خودگردانی در آنان می‌شود.

جهت مقابله با سرمایه‌گذاریِ بلندمدت خود روی دیدگاه‌های سنتی در باب مردانگی، من به والدین دستورالعمل‌هایی سرراست و مستقیم برای زمانی‌که پسر دچار درد و ناراحتی است پیشنهاد می‌کنم: هیچ‌گاه شکایت‌های او را نادیده نگیرید و اجازه ندهید ناراحتی‌اش را کمتر از چیزی که هست جدی بگیرد. درعوض، همواره باید خود را علاقه‌مند نشان دهید و ابراز نگرانی کنید، صرف‌نظر از اینکه آسیب وارده مشهود است یا نه. در ابتدا، خیلی جای تعجب نیست اگر پسر با این موضوع راحت نباشد. حتی ممکن است از نیاز به توجه پدرومادرش احساس خجالت کند و احساس کند ضعیف است یا اینکه سرسخت‌بودنش زیر سؤال رفته؛ اما اینکه پدرومادر به‌خاطر درد و رنج با پسرشان همدردی کنند، از او بخواهند درموردش صحبت کند و هرچه گفت نسبت به حرف‌هایش صبور باشند، پسر را قادر می‌سازد باور کند فرصتِ بیان احساساتش واقعی است. همچنین این پیام را دریافت می‌کند که نیازی نیست به‌تنهایی در سکوتِ خود درد بکشد.

یکی از آسیب‌های ضمنیِ آموزشِ این موضوع به پسران که بدن‌هایشان ابزارهایی هستند که باید ساخته شده و حتی برای بردن قربانی شوند، همان فضیلتِ کمال است. اینکه یاد بگیرند بدن‌های خود را فقط به شکل مادی در نظر بگیرند گویی ماشین هستند، موجب می‌شود نسبت به سالم نگاه‌داشتن خود تعهد کمتری داشته باشند. آنها تمایل خواهند داشت که خود را توجیه کرده، نادیده گرفته و در برابر آسیب‌ها و زیان‌ها بی‌حس کنند. زمانی‌که بیاموزند خود را بدین شیوهٔ ابزاری ببینند، کمتر قادر خواهند بود برای درد و

رنج دیگران همدردی کنند، همچنین درد خود را به دیگران تحمیل می‌کنند، به‌جای اینکه خودشان با آن دست‌وپنجه نرم کنند.

فصل هشتم: خشونت، قلدری و آسیب‌پذیری

زمانی‌که چهارده‌ساله بودم و به‌عنوان یک کلاس‌نهمی وارد یک دبیرستان پسرانهٔ بزرگِ شهری شدم، به‌سرعت فهمیدم این وضعیت فراتر از ظرفیت‌های من است. در سال‌های اول دبیرستان، زندگی با دوستانم به شکل ثابتی هر روز پیچیده‌تر می‌شد. زمان بیشتری را با یکدیگر و به دور از والدینِ خود سپری می‌کردیم. رقص‌ها و مهمانی‌ها بیشتر شده بودند و گروه‌های بیشتری از نوجوانان را در کنار هم گرد می‌آوردند. برخی از دوستانم مرتب در یک سالن بولینگ محلی دیدار می‌کردند؛ جایی که میزهای بیلیارد هم بودند و پسرانِ بزرگ‌تر که کمی خشن‌تر به‌نظر می‌رسیدند سیگار می‌کشیدند. همان‌طور که جهان اجتماعی ما توسعه یافت، برخی از دوستانم شروع به خودستایی کردند و حالتِ مردان سرسخت را به خود گرفتند. گویی چیزی در آنها دگرگون شده بود.

زمانی‌که به سال‌های بالاترِ دبیرستان رفتیم، تغییرات از این هم بیشتر شدند. ناگهان گروه‌هایی تشکیل شدند، دعواهای بعداز مدرسه، سیگارکشیدن در دست‌شویی، استفاده از موادمخدر و الکل و سلسله‌مراتبی که به‌خوبی تعریف شده بود و پسرانِ بزرگ‌تر و بدجنس‌تر بر دیگران حاکم بودند. پدیدهٔ جدید اراذل‌واوباش را نیز داشتیم که گروه‌هایی از پسران به شکل کاملاً خودجوش حولِ دو پسر که در حال دعواکردن بودند، جمع می‌شدند و آنان را تشویق می‌کردند. در طول سال اول دبیرستان، هروقت در کلاس هندسه حوصله‌مان سر می‌رفت، من و یکی از هم‌کلاسی‌ها شروع می‌کردیم به بازی‌کردن. هر دو کفش‌های تختِ چرمی به پا داشتیم و نسخهٔ جدیدی از بازی «مرغ‌های مهاجم» را انجام می‌دادیم، با این تفاوت که ما به ساق پای یکدیگر ضربه می‌زدیم. بدین‌ترتیب که هریک از ما یا باید ضربه‌ای را که خورده بود جبران

می‌کرد یا خطر درد بیشتر را به جان می‌خرید. در تمام مدت سال، کبودی‌های رنگارنگ و بریدگی‌های زخم‌شده‌ای روی پاهایمان داشتیم. دوشنبه‌ها وقت ناهار، دیگر پسرانی که سر میز ناهار ما می‌نشستند درمورد دعواهای آخر هفته صحبت می‌کردند که یک گروه را از میان برداشته بودند؛ گروه حیاط (نامی برای حیاط مدرسه که یکدیگر را آنجا ملاقات می‌کردند)، در برابر گروه دیگر: ایالت اول (نام یک سالن بولینگ در شهر تولد من، ویلمینگتون، دلاوِر[۱۹۹]).

در بهار آن سال، همان‌طور که یکی از رقص‌های ماهانهٔ مدرسه پایان یافت و همگی به‌سمت ماشین‌هایشان می‌رفتند، بار الکتریکی یک مبارزه ایجاد شد و جمعیت به‌سمت یکی از خروجی‌های سالن ورزشی هجوم بردند. من درحالی‌که به جمعیتِ روبه‌رو خیره شده بودم، تعدادی از پسرانی را که سر میز ناهارم می‌نشستند شناختم. یکی از آنها، یعنی پسر مسن‌تری که می‌گفتند دیوانه است، در حال فرارکردن و لگدزدن به پسر دیگری بود که به زمین افتاده بود. بعداً فهمیدم پسری که روی زمین افتاده بود، که اتفاقاً پسر بسیار ساکتی بود و من هم به اسم می‌شناختمش، در یکی از کلاس‌های من بوده است. او همان شب در اثر ضربه به سر در آن دعوا فوت کرد.

گرچه این آخرین‌باری نبود که من شاهد خشونت وحشتناک مردان بودم، آن شب چیزی درمورد خودم و آسیب‌پذیری‌هایم یاد گرفتم. بدون اینکه کاملاً درک کنم چه احساسی دارم، از والدینم خواستم سال بعد مرا به مدرسهٔ دیگری ببرند. همچون هر پسر دیگری، من نیز تصور کردم اگر خود را در موقعیت خشونت‌آمیزی همچون این موقعیت بیابم چه باید بکنم و مطمئن شدم دوست دارم احتمالِ حضور در چنین صحنه‌هایی را به حداقل برسانم.

گذرِ سال‌ها، خاطراتم را از نوجوانیِ پر از خشونتم به‌کلی محو کردند. مدرسهٔ جدید، تهدیدِ آنی را کاهش داده بود اما همچنان مردانِ جوانی که دنبال دردسر بودند همه‌جا دیده می‌شدند. من شاهد دعواهای بیشتری بودم و گاهی‌اوقات خیلی عذاب می‌کشیدم. زمانی‌که قدم به بزرگ‌سالی گذاشتم، تمام اینها به خاطراتی در دوردست تبدیل شدند و تصمیم گرفتم خود را از خشونتی که در زمان نوجوانی شاهدش بودم دور کنم؛ اما همان‌طور که ریسک‌کردن و اهمیت‌ندادن به سلامت به‌واقع نشان‌دهندهٔ این است که پسران چگونه با بدن‌های خود ارتباط برقرار می‌کنند، استفاده و تجربهٔ خشونت نیز بخش جدایی‌ناپذیری از روابط پسران با همتایانشان است.

پسران به شکل نامتناسبی، هم به‌عنوان قربانیان و هم عاملان خشونت، تحت‌تأثیر قرار می‌گیرند. در تحقیقی ملی در سال ۲۰۱۱ درمورد قرارگرفتنِ کودکان در معرض خشونت که به‌وسیلهٔ تیمی از دانشگاه نیوهمپشایر انجام شد، تا هفده‌سالگی، از هر ده نفر هفت پسر ضرب‌وجرح را به دست جوانان دیگر تجربه کرده بودند. بیش از ۶۰ درصد از کسانی که موردتحقیق قرار گرفتند، در سال گذشته قربانی شده بودند. بیش از نیمی از آنها از تجربهٔ مکرر خشونت پرده برداشتند و ۱۵ درصد نیز شش تجربه یا بیشتر را گزارش کردند. پسران درمجموع نرخ حمله و درگیریِ بیشتری داشتند (۴۵ درصد پسران در مقایسه با ۳۷ درصد دختران) و نرخ آسیب بالاتری را در اثر حمله گزارش کردند. نرخ ارعاب فیزیکی (یک نفر از هر چهار نفر پیش‌از هفده‌سالگی) و نرخ پرخاشگری رابطه‌ای برای پسران نشان می‌دهند چطور خشونت در تمامی جنبه‌های زندگیِ آنان دیده می‌شود.

در سال گذشته، پسران بیش از دختران در دعواهای فیزیکی حضور داشتند. در مطالعهٔ سال ۲۰۱۷، انجام‌شده توسط مؤسسهٔ چایلدترندز[illegible]، که یک مرکز

تحقیقاتیِ غیرانتفاعی واقع در بِتِسدای مری‌لند[۲۰۱۱] است، ۲۸ درصد از پسرانِ چهارده تا هجده‌ساله تأیید کردند که در دوازده ماه گذشته، دست‌کم در یک دعوا حضور داشته‌اند. این عدد از ۲۷ درصد برای نوجوانان سفیدپوست و اسپانیایی و تا ۳۹ درصد برای سیاه‌پوستان متغیر بود. همچنین احتمال اینکه پسران در خانه‌های خود قربانیِ خشونت شوند بیشتر است.

در میان قربانیان خودکشی در سال ۲۰۱۴ که بین ده تا بیست‌وچهار سال سن داشتند، ۸۶ درصد مرد بودند. خودکشی به‌دلیل اصلی مرگ برای جوانان آفریقایی-آمریکایی تبدیل شده است. در مقیاس جهانی، از هر چهارصدهزار نفر که هر سال در سرتاسر جهان کشته می‌شوند، ۸۰ درصد مرد بوده و بیش از ۷۹ درصد از قاتلان نیز مرد هستند. گری بارکر[۲۰۱۲]، پزشکِ رشد کودکان و نوجوانان و رئیسِ سازمانِ پروموندو، برای این نابرابری جنسیتی توضیح خوبی دارد: «تبدیل‌کردن پسران و مردان به قاتل تلاش زیادی می‌طلبد... آسیب شدید، تحقیر، خجالت‌زده‌کردن، انزوای اجتماعی و تلقین شدید، معمولاً همواره بخشی از وجود مردان را قاتل می‌سازد.»

ازنظر مایکل کافمن، فعال و دانشمند کانادایی، سه نوع خشونت مردانه متقابلاً تقویت می‌شوند: خشونت علیه زنان، خشونت در برابر مردان دیگر و خشونت در برابر خود. این سه‌گانه بازتاب‌دهندهٔ الگویی از اجتماعی‌کردن پسران است که با سطوح بالایی از سلطه و کنترل مشخص می‌شود و به‌عنوان الگویی برای ارتباط برقرارکردن با جهان نسبت به دیگران و نسبت به خودشان درونی شده است. ازنظر کافمن، پسران متوجه نمی‌شوند که این دینامیک‌ها به بخشی از وجودشان تبدیل می‌شوند - مجموعهٔ الگوواری از واکنش‌ها. تنش‌هایی که با تسلیم‌شدن پسر در برابر این واقعیت روی هم انباشته می‌شوند و احساسات واقعی او را برای یافتنِ راه خروج از این خشونت‌ها سرکوب می‌کنند.

پیوند میان مردانگی و خشونت، موضوع یک گزارش ارائه‌شده از سوی پروموندوی ایالات‌متحده در سال ۲۰۱۸ بود. به‌رغم تلاش‌ها و منابع بسیاری که به جلوگیری از خشونت تخصیص یافته بودند، نویسندگان می‌گویند: «تلاش نسبتاً محدودی انجام گرفته است تا بحثِ مردانگی را به حوزه‌های مختلفِ جلوگیری از خشونت وارد کند.» جهت بحث و بررسی بیشتر، آنان به شناسایی فرایندهای فرهنگیِ عمومی که خشونت مردان را محتمل‌تر می‌سازند می‌پردازند؛ ازجمله محدودکردن طیف احساسیِ پسران، نرمال‌سازیِ چگونگی کنترل آنها از سوی یکدیگر و انتظارداشتن از پسران که مردانگی خود را به‌اثبات برسانند. پس‌ازآن، هشت شکل از خشونت مرور می‌شوند: اولاً برای اینکه نشان دهند مردان چگونه به شکل نامتناسبی نشان داده می‌شوند و بعد برای اینکه ارتباط صریحی میان هنجارهای غالبِ پسرانگی و اینکه در هر شکل چطور خود را نشان می‌دهند برقرار کنند. این هشت شکل عبارتند از:

- خشونت علیه همسر/ نامزد؛
- خشونت فیزیکی علیه کودکان در خانواده‌ها؛
- سوءاستفادهٔ جنسی از کودکان؛
- قلدری کردن؛
- خودکشی و جرایمِ خشونت‌آمیز؛
- خشونت جنسی علیه غریبه‌ها؛
- خودکشی؛
- منازعه/ جنگ.

میریام میدزیان[۱۰۳]، نویسنده، سال‌ها قبل زمانی‌که با بیش از ۱۳۰ متخصص در زمینه‌های مختلف ازجمله روان‌شناسی، جامعه‌شناسی، مردم‌شناسی، نظریهٔ سیاسی، بیولوژی، حقوق، مدیریت دولتی و ارتباطات، جهت بررسی دقیق و

جامعِ ریشهٔ خشونت مصاحبه کرد، به بررسیِ همین سؤال‌ها درمورد هنجارهای فرهنگی و خشونت در مردان پرداخت. آنچه او دریافت نیز همان سنت‌های مردانه را متهم می‌کردند: «بسیاری از ارزش‌های مردانه ازجمله سرسختی، حکمرانی، سرکوبِ همدلی، رقابت شدید و افراطی، نقش مهمی در خشونتِ جنایی و خانگی ایفا می‌کنند.»

در سال ۱۹۹۴، انجمنِ روان‌شناسی آمریکا، کمیسیونِ خشونت و جوانان را تشکیل داد تا «تخصصِ روان‌شناسی را درمورد مشکلاتی به‌کار گیرد که همراه با افزایش تعداد جوانانی که قربانی، شاهد یا عاملان خشونت بین‌فردی بودند ایجاد می‌شدند». یکی از بهترین یافته‌های آن کمیسیون این دیدگاه بود که الگوهای خشونت زمانی‌که در کودکی تثبیت شوند، تا بزرگ‌سالی همراه فرد خواهند بود. نویسندگانِ این گزارش نوشتند: «سطح نسبیِ خشونت یک فرد در میان هم‌سن‌وسالانش نشانگر استمرار و قابلیت پیش‌بینیِ قابل‌توجه خشونت در طول زمان است.» درواقع، محققان نتیجه گرفتند که الگوهای خشونت حتی با افزایش سن بیشتر تثبیت می‌شوند.

به‌رغم دغدغه‌های موجود درمورد الگوهای خشونتی که در کودکی آموخته می‌شوند، تحقیقات نشان می‌دهند که نوع «بازی جنگیِ» رایج در میان گروه‌های پسران ممکن است به‌واقع به خشونت آنان کمک کند. مربیِ کودکان دایان لوین[۲۰۴] از کالج ویلاک[۲۰۵]، در پاسخ به مدارسی که شاهدِ بازی‌های خشونت‌آمیز بیشتری در میان دانش‌آموزان پسر خود بودند، ارتباطی میان افزایش نسبی در بازی‌های خشن و تصمیمِ کمیسیون ملی ارتباطات جهت سهولت مقررات تبلیغاتی در سال ۱۹۸۴ مشخص کرد. به‌دنبال این تغییر، سیلی از تبلیغات، پسران را هدف قرار دادند که حول محصولاتی همچون جی.آی.جو[۲۰۶] و تصاویر خشونت‌آمیزی که به فروش کالا کمک می‌کنند

ایجاد شده بودند.

همان‌طور که محققان سعی داشتند شیوع خشونت را در دهه‌های پایانیِ قرن بیستم توضیح دهند، روان‌شناس دانشگاه استنفورد، آلبرت باندورا[۲۰۰۷]، جایگاه سفت‌وسختی را در برابر چیزهایی که این روزها محبوبند ازجمله «ابرقدرت‌ها» یا «تخم‌مرغ‌های بد»[۲۰۰۸] اتخاذ کرد، با اظهارِ این دیدگاه که «انسان‌ها با مخازنِ ازپیش‌ساختهٔ رفتار خشونت‌آمیز متولد نمی‌شوند بلکه این خصیصه‌ها را به‌مرور می‌آموزند». براساس مدل یادگیری اجتماعی او، پسران با مشاهدهٔ رفتارهای خشونت‌آمیز در دیگران، تجربهٔ خشونت و پیدانکردنِ نمونه‌هایی از خودگردانیِ سالم در خانه‌ها، جوامع یا مدارس خود، به خشونت روی می‌آورند. محققان موفق به یافتن سه مسیر به‌خصوص شدند که به خشونت منجر می‌شوند: ۱) مسیری آشکار که توالیِ سازگاری از خشونت را میان سنین هشت تا دوازده سال نشان می‌دهد و پس‌ازآن از سنین دوازده تا چهارده سال است که به شکل مبارزه بروز می‌کنند و از آن به‌بعد به شکل خشونتیِ شدیدتر انباشته می‌شوند؛ ۲) مسیرِ تنازعِ اختیارات اولیه که بر نافرمانی و سرسختی تمرکز می‌کند؛ و ۳) مسیر پنهان که شامل رفتارهای بزهکارانه است.

تحقیقات بعدی نشان دادند که مشاهدهٔ خشونت به‌تنهایی می‌تواند بر ذهن جوانان تأثیر روان‌شناختی داشته باشد. بر طبق گزارشِ چایلدترندز در سال ۲۰۱۶: «کودکانی که در معرض خشونت قرار دارند بیشتر ممکن است از مشکلات وابستگی، رفتار پسرفت‌کننده، اضطراب و افسردگی رنج ببرند و مشکلات رفتاری یا خشونت داشته باشند.» حتی خشونت در جامعه که کودکان به‌طور مستقیم شاهد آن نیستند، تأثیر منفی بر رشد مغز آنان دارد.

متأسفانه، تیراندازی‌های دسته‌جمعی به داستان‌های همیشگی در اخبار شبانه تبدیل شده‌اند. تیمی از مجلهٔ مادر جونز[۲۰۱۹] در شمارش این رویدادها از سال ۱۹۸۲ تا سال ۲۰۱۷ به عدد هشتادوهشت مورد دست یافتند که در همه به‌جز سه مورد، یک مرد مقصر اصلی بود.

روان‌شناس جیمز گاربارینو[۲۰۱۰]، از دانشگاه لویولا[۲۰۱۱] در شیکاگو، می‌گوید اکثر والدین پسری ندارند که خشونت داشته باشد، اما پسرشان «دوستانی دارد که عصبانی و ناراحت هستند و ممکن است خشونتی کشنده را به‌کار گیرند». هر بچه با پسرانی به مدرسه می‌رود که آمادهٔ واکنشِ خشونت‌بار هستند. این گفته به‌خصوص برای مردانِ اقلیت صحت دارد؛ کسانی که خودکشی در بینشان علت اصلی مرگ است.

روان‌پزشک دانشگاه نیویورک، جیمز گیلیگان[۲۰۱۲]، پس‌از یک دورهٔ شغلی کار با مردان زندانی، باور دارد که خشونت مردان از این احساسِ زیربنایی شکل می‌گیرد که زندگی تحمل‌ناپذیر است. او می‌گوید مردان خشن هیولا نیستند، اما زمانی‌که مرگِ نفس و ازدست‌دادن ارتباطات همدلانه انسانیتشان را تنزل می‌دهد، دیگر آن مرد قدیم نخواهند بود و گویی آنها را نمی‌شناسی. او در ابتدا وقتی در آن مرکز شروع به‌کار کرد، به هنگام رفتارهای خشونتِ‌آمیز مردان زندانی، مدام این توضیح را از زبان آنان می‌شنید: «مرا دست انداخت.» این نیاز آنان به احترام است که موجب می‌شود کنترل خود را از دست بدهند. گیلیگان توضیح داد: «انگیزه یا علتِ روان‌شناختیِ پایه برای رفتار خشونت‌آمیز، نیاز به ازبین‌بردنِ احساس خجالت و تحقیر است؛ احساسی که دردناک است و حتی می‌تواند تحمل‌ناشدنی یا مقاومت‌ناپذیر باشد، تا آن را با عکس احساس خجالت و تحقیر جایگزین کنند: احساسِ غرور.»

اِلایژا اندرسون[illegible]، جامعه‌شناس، در مطالعهٔ روشنگرانهٔ خود درمورد زندگی شهری، همچنین دریافت که احترام مهم‌ترین عامل و کد در میان خلاف‌کارانِ خیابانی است. او معتقد است: «یک مفهوم عمومی وجود دارد که می‌گوید احترام به همه نمی‌رسد، بنابراین هرکسی رقابت می‌کند تا هر چقدر می‌تواند آن را به‌دست آورد.» ازنظر روان‌شناسان، دن کیندلون، و مایکل تامپسون، کم‌شدن احساسات در پسران، به‌واقع پاسخِ خشن به چالش‌های بین‌فردی را محتمل‌تر می‌کند. همان‌طور که در گروه همتایان خود سرسخت‌تر شده و مجبور می‌شوند احساساتِ لطیف‌تر خود را سرکوب کنند، تنها اجازهٔ بروزِ واکنش‌هایی همچون «عصبانیت، تهاجم، خشونت و عدم بیان احساسات» را دارند.

من به‌تازگی به احساساتِ خشم و آسیبِ یک مرد از کشفِ این موضوع که یکی از دوستانِ خوبش با نامزد سابقش پس‌از جدایی‌شان رابطه داشته، گوش می‌کردم. پیتر احساس می‌کرد به او خیانت شده است و او را احمق فرض کرده‌اند و صورتش کاملاً سرخ شده بود و عضلاتش بسیار پرتنش بودند و کلماتِ بسیار خشنی در زمان تعریف‌کردن داستان بر زبانش می‌راند. من از او سؤال کردم دوست دارد چه کند، چراکه آن شب قرار بود همان شخص را در یک گردهماییِ دوستانِ مدرسه ملاقات کند. او گفت دوست دارد یک مشت به صورتش بکوبد. از دیدگاه گیلیگان، خشونت تلاشی قابل‌درک و درعین‌حال تلاشی اشتباه و نادرست جهت بهبودی از آسیب‌ها ازطریق خجالت‌دادنِ شخصی است که قلبتان را به درد آورده است. او می‌گوید: «قدرتمندترین راه برای خجالت‌دادنِ فردی دیگر این است که به خشونت متوسل شوید.» نشان‌دادن چنین واکنش‌هایی به آسیب و خجالت، برای مردان و زنان بسیار رایج است؛ آنچه مختصِ مردانی مثل پیتر است، سطوحِ خشمی است که در نتیجهٔ تجربهٔ مردانهٔ خود تصور می‌کنند.

زندگی در خیابان‌ها

در شهرهایِ اصلی ایالات‌متحدهٔ آمریکا، چند دههٔ آخر قرن بیستم شاهد نزول قابل‌توجهی در زندگیِ مدنی بودند. برای کودکانِ این شهرها، به‌خصوص در محله‌هایی که امکاناتِ کمتری در اختیار دارند، چنین شرایطی به معنای افزایشِ قرارگیری در معرض خشونت اجتماعی بود. همان‌طور که اِلایژا اندرسون می‌گوید: «از میان تمامی مشکلاتی که جامعهٔ سیاه‌پوست و ضعیفِ داخل شهر را محاصره کرده‌اند، هیچ‌کدام مهم‌تر و بیشتر از خشونت بین‌فردی نیستند. این پدیده هر روز به بدترین شکل ممکن بر زندگیِ ساکنان شهر نازل می‌شود... زندگی‌کردن در چنین محیطی، خود جوانان را در خطر قرار می‌دهد و موجب می‌شود قربانیِ رفتارهای خشونت‌آمیز باشند.» دغدغه‌های موجود درمورد میزانِ قرارگیریِ آنان در معرض خشونت بود که موجب شد یک شعبه از سازمان پزشکانِ دارای مسئولیت اجتماعی در فیلادلفیا، برنامه‌ای برای پسرانی که تازه به بلوغ رسیده‌اند ترتیب دهد. ما تحقیقاتِ ارزیابیِ نیازها را در یک جامعهٔ هدف انجام داده و دریافتیم که ۷۴ درصد از جوانان در آنجا شاهد اقدامات خشونت‌بار بوده و ۴۸ درصد به‌طور مستقیم قربانی این خشونت‌ها شده‌اند؛ ۸۱ درصد با اشخاصی که قربانیِ خشونت با اسلحه شده آشنایی داشته‌اند و ۷۵ درصد کسی را می‌شناخته‌اند که با شکلِ دیگری از خشونت روبه‌رو شده بود.

تیم ما به‌خصوص نگرانِ تأثیر این اضطراب‌ها بر شخصیت یک پسر درحال‌رشد بود. ما از روی مطالعاتِ رشتهٔ نسبتاً جدیدِ اضطراب پس‌ازسانحه، متوجه شدیم که حالت‌های احساسیِ بدوی، در اثر چنین تهدیدهایی برانگیخته می‌شوند. زمانی‌که ترس شدید، شناختِ فرد را شکل دهد و توانایِی پردازش آن تجربه را از

او بگیرد، فرد ممکن است واکنش‌هایی از خود نشان دهد که به‌خودیِ‌خود حل‌وفصل نشوند.

هدف از مداخله‌ای که ما طراحی کردیم ارائهٔ فرصت‌هایی برای پسرانِ نوجوان بود تا اعتماد به خود و جهان اطرافشان را از سر بگیرند. برنامهٔ آموزشی ما بر فرصت‌های مثبت برای ارتباط و رابطه و بیان احساسات - به‌خصوص در جهت دفعِ تجربهٔ خشونت - و هنجارهای گروهی جدیدی که راه‌حل‌هایی جایگزین به‌جای رفتارهای خیابانی ارائه کنند، تأکید می‌کرد. پشتیبانی گروهی از صدایِ هر پسر قرار بود در قلبِ اقداماتِ درمانگرانهٔ برنامه قرار داشته باشد، چراکه بهبودی از تجربه‌های ناراحت‌کننده، نه‌تنها نیازمند تعریف‌کردن داستان هستند بلکه نیازمند تأیید مجدد خود نیز هستند.

تهدید و تجربهٔ دعواکردن، موضوعاتی برجسته در تحقیقاتی بودند که ما برای برنامه انجامشان دادیم. همان‌طور که درو[۲۰۰۴] چهارده‌ساله گفت، گرچه او ممکن است «سعی کند از کسانی که دوست دارند دعوا کنند دور بماند» واقعیت این است که «انسان هرگز نمی‌تواند، یعنی می‌تواند تلاش کند که از یک دعوا دور بماند، اما بالاخره در طول زندگی باید جنگید... باید در مبارزاتِ خود بجنگی تا بدانی چطور باید از خودت دفاع کنی». هرکدام از پسرانی که با ما مصاحبه کردند، داستان‌های بسیاری برای گفتن داشتند که از این دیدگاه پشتیبانی می‌کردند.

برای مثال، لورنزو[۲۰۱۵]:

«یک روز داشتیم از مدرسه برمی‌گشتیم خانه؛ دو تا از بچه‌ها داشتند باهم دعوا می‌کردند. درحالی‌که همهٔ ما داشتیم به پسری که در حال کتک‌خوردن بود

می‌خندیدیم، او به من رو کرد و گفت: "اگر چیزی برای گفتن داری، رودررو به من بگو." و من گفتم: "از جلوی چشمم دور شو، چون نمی‌خواهم با تو درگیر شوم." و او مشتی به‌طرفم پرتاب کرد و مشتش خطا رفت و اینجا بود که دعوا شروع شد.»

برنامه‌های جلوگیری از خشونت می‌گویند دعواکردن به میزان کمتر، باعث موفقیت می‌شود؛ اما واقعیت شکل پیچیده‌تری دارد. پسران توضیح می‌دهند که گاهی باید فقط برای حفظ اندکی امنیت و عزت‌نفس دعوا کنند. انگیزه‌ها و اهدافِ دعواکردن ممکن است از شور و اشتیاقِ بازیگوشانه تا رقابت برای سلطه، تا ادعایِ سرسخت‌بودن برای حفظ امنیت خود و درنهایت، بدجنسی و آسیبِ محض متغیر باشند. استادیار آن آرنت فرگوسن[۲۱۶]، از کالج اسمیت[۲۱۷]، از مشاهدات خود در یک مدرسهٔ دولتی نتیجه گرفت: «دعواکردن به‌واقع مراسمِ نمادینی جهت نمایش قدرت در مردان است. شرکت در این مراسم برای پسران و مردان به‌واقع بروز رفتاری منحرفانه و ضداجتماعی نیست، بلکه بسیار هنجاری بوده و کاملاً هم اجتماعی است.»

اما، به‌رغم فشار موجود برای دعواکردن، ما دریافتیم بسیاری از پسران تلاش زیادی به‌کار می‌بندند تا از دعواکردن اجتناب کنند؛ برای مثال، جیکوب[۲۱۸] که زندگیِ خانوادگی‌اش حول جایگاه پدرِ کشیشش در جامعه می‌چرخید، به‌نظر متعهد به دنبال‌کردن الگوی پدرش بود: «برخی از افراد بسیار بد هستند، اما من از آنها دوری می‌کنم.» بااین‌حال، خشونت در میان همتایان برای او اجتناب‌ناپذیر بود. او گروهی از پسران را که در راه خانه از مدرسه ملاقاتشان می‌کرد، این‌گونه توصیف کرد:

جیکوب: آنها خیلی فحش می‌دهند و به مردم سنگ می‌زنند.

مایکل: تابه‌حال کسی به تو سنگ پرتاب کرده؟

جیکوب: بله، اما به من نخورد؛ آنها خیلی بد هدف می‌گیرند... من سعی می‌کنم از آنها دور بمانم؛ مثلاً وقتی در خیابان می‌بینمشان، راهم را کج می‌کنم.

در جایی که جیکوب سعی می‌کند در زمانِ درگیری «از سر راهشان کنار برود» و کالوین هر زمان «لازم باشد دعوا خواهد کرد»، میگوئل[۲۱۹] به‌نظر به شکل معجزه‌آسایی از دعواکردن پرهیز می‌کند که شاید انگیزه‌اش البته بسیار واضح باشد: «همان‌طور که بزرگ‌تر می‌شدم، اصلاً دوست نداشتم آسیب ببینم. نمی‌دانم چرا. با کمی افزایش سن... از انجام بسیاری از کارها می‌ترسیدم، چراکه می‌خواستم از آسیب در امان باشم و نمی‌خواستم صدمه ببینم و الان هم همین‌طور هستم.»

آنچه ما از این پسران آموختیم این بود که دعواکردن موقعیتی بوده و مملو از نیازها و فشارهای متناقض است. جوآن سعی دارد هویت خود را به‌عنوان «فردی که دوست ندارد دعوا کند» حفظ کند، اما محدودیت‌های عملی بر سر راهش وجود دارند:

اساساً من به دردسر نمی‌افتم مگر اینکه خیلی اذیتم کنید. اگر خیلی اذیتم کنید به نقطه‌ای خواهیم رسید که راه دیگری جز دعواکردن با شما نخواهم داشت. یک کلاس‌پنجمی بود که مرتب برای من قلدری می‌کرد... یک روز نزد من آمد و من فقط به او مشت زدم و او به زمین افتاد، بعد رویش نشستم و ادامه دادم... معلمان سعی داشتند مرا عقب بکشند. آنها را هم هل دادم و دوباره روی پسر پریدم... خون‌ریزی کرده بود. ابرویش شکسته بود، بینی‌اش خون‌ریزی

داشت، دهانش هم خون‌ریزی می‌کرد.

واکنش‌های شدیدتر به خشونت در پسرانی که انتخاب‌های کمتری داشتند و می‌توانستند با انعطاف‌پذیریِ کمتری واکنش نشان دهند مشاهده شدند؛ برای مثال، پسرانی مثل تِرِنس که می‌گفت تا سن دوازده‌سالگی تقریباً در هفتادوپنج دعوا شرکت کرده است و داستانِ زیر را که در آن با اسلحه سروکار داشته است تعریف می‌کرد:

پسری ناگهان به‌سمت من آمد... از او خوشم نمی‌آمد، اما سرم به کار خودم بود. بااین‌حال او پیشم آمد و همین‌طور گفت: «حرف‌هایی را که قبلاً گفته بودی به‌یاد داری؟» و من گفتم: «از جلوی چشمم دور شو.» بعد او مرا هل داد... روی صورتم چاقو کشید و من گفتم: «بازی تمام نشده.» و با خودم گفتم خب، می‌دانم او چاقو دارد، پس من هم چاقوی آشپزخانه را برمی‌دارم. اگر چاقویش را به روی من کشید، من هم به رویش چاقو می‌کشم... و او را چاقوچاقو می‌کنم.

برایان[۲۷۰] مردِ جوانی بود که با او مصاحبه کردیم و هیچ مشکلی با دعواهای خیابانی نداشت. او داستان‌هایی از دعواکردن بر سر دخترها، دعواهای گروهی، قاچاقِ مواد در شب و شورش در مدرسه تعریف می‌کرد. از او سؤال کردم آیا تابه‌حال به‌سمتش شلیک کرده‌اند و او پاسخ داد: «نه، اما یک‌بار یک نفر به رویم اسلحه کشید.» از او سؤال کردم آیا خودش تا به امروز از اسلحه استفاده کرده است؟ او گفت نه، اما توضیح داد که همیشه «با خودم چاقو حمل می‌کنم».

مایکل: چرا الان با خودت چاقو آوردی؟

برایان: محض احتیاط اگر کسی به من حمله کرد.

مایکل: با چاقو تا حالا چه کارهایی انجام داده‌ای؟

برایان: خب، روی مردم چاقو کشیدم؛ مثلاً... من خیلی دوست ندارم دعوا کنم مرد، چون وقتی دعوا می‌کنم، خب، من اصلاً دوست ندارم دعوا کنم، اما می‌دانم اگر اعصابم به‌هم بریزد دیگر نمی‌توانم جلوی خودم را بگیرم... به این خاطر دعواکردن را دوست ندارم... پس همیشه می‌گویم «من نمی‌خواهم دعوا کنم مرد» اما وقتی نزدیک می‌شوند چاقویم را بیرون می‌کشم و این‌طوری خودشان ولم می‌کنند.

باتوجه‌به چنین نظراتی، ما متوجه شدیم بااینکه پسرانی که در محله‌های خشن زندگی می‌کنند معمولاً در حال دعواکردن هستند یا زندگی خود را در ترس به‌سر می‌برند، اما یاد گرفته‌اند با شرکت در خشونت‌ها در صورت لزوم، از خود محافظت کنند. تمامی پسرها، ملایم یا سرسخت، آنان که به ضعیف‌بودن اعتراف دارند و آنان که چاقو حمل می‌کنند تا مهاجمان را بترسانند، از منابعی که در اختیار دارند برای بقا استفاده می‌کنند. تیمی از محققانِ دانشگاه پنسیلوانیا که روی تأثیر خشونت بر رشد جوانانِ شهری مطالعه می‌کردند، دریافتند که این موضوع نه‌تنها بخشِ نرمالی از شکل‌گیری هویت در میان برخی از جوانانی است که در محیط‌های پرخطر زندگی می‌کنند، بلکه برای بقای روان‌شناختی نیز ضروری است.» روان‌شناس هاوارد استیونسون[illegible]، همچنین از دانشگاه پنسیلوانیا، می‌گوید: «ژستِ عمومیِ پهلوان‌پنبه، پاسخی طبیعی به احساس "آسیب‌پذیریِ شدید" است.»

برنامهٔ ما درکِ ظریف‌تر و بهتری را از واکنش‌های پسران به خشونت مزمن به ما بخشید. به‌طور مشخص، آموختیم آنها چطور به کسانی که دوستشان دارند و آنان را پذیرفته‌اند چنگ می‌زنند. ارتباطات بودند که کمکشان می‌کردند تا چیزی فراتر از رفتارهای خیابانی را در پیش بگیرند.

بزرگ‌ترین و بدترین

قلدری جایگاه خاصی در زندگی پسربچه‌ها دارد. قلدری که به‌عنوان الگویی بین‌المللی از آزار، سوءاستفاده و خشونت تعریف شده، ممکن است شامل فعل‌وانفعالات نوشتاری، الکترونیکی، زبانی یا فیزیکی باشد. درمجموع، ۱۳ درصد از کودکانِ دو تا هفده‌ساله قلدری فیزیکی را تجربه کرده‌اند و ۳۶ درصد اذیت شده و ازنظر احساسی در طول سال تحصیلی ۲۰۱۳-۲۰۱۴ مورد آزار قرار گرفته‌اند. نه‌تنها پسران دوبرابرِ دختران مورد قلدری واقع می‌شوند، بلکه قلدری‌ای که پسران را هدف قرار می‌دهد، بُعدِ فیزیکیِ مجزاتری دارد.

مدرسه، جایگاه اولی است که بچه‌ها مورد قلدری واقع می‌شوند. بر طبق مطالعه‌ای توسط بنیاد خانوادهٔ کایزر[۲۲۲]، که از سازمان‌های سیاستِ سلامت پیشرو است، ۸۰ درصد از دوازده تا هجده‌ساله‌هایی که گزارش کردند مورد قلدری واقع شده‌اند، گفتند این اتفاق در مدرسه رخ داده است. تقریباً یک دانش‌آموز از هر ده دانش‌آموز، گزارش کرده که سال گذشته در زمین مدرسه دعوا کرده است؛ جایی که دیدگاه «بقا برای بهترین‌ها» می‌تواند فرهنگ را مسموم کند. پسران بزرگ‌تر، بدجنس‌تر و خشن‌تر در چنین فضاهایی حکمرانی می‌کنند.

تحقیقات درمورد تأثیراتِ قلدری نشان داده‌اند که ۶ درصد از دانش‌آموزان یک یا چند روز از هفته را به‌خاطر احساسِ ناامنی به مدرسه نمی‌روند. دانش‌آموزان یاد می‌گیرند از محیط‌های به‌خصوصی در مدرسه دوری کنند - نقاطی مثل رختکن که نظارت نمی‌شوند - یا فعالیت‌های خاصی را همچون تغییر کلاس انجام ندهند. پسرانی که مورد قلدری قرار می‌گیرند، اعتمادبه‌نفس و دوستانِ

کمتری دارند و ساکت و متفاوت شناخته می‌شوند. رایج‌ترین واکنش به قلدری، دعواکردن است. فراتر از صدماتی که ممکن است در اثر قلدری و عواقب بعدی‌اش حاصل شوند، قربانیان در خطر بالایی برای شکایت‌های روانی، افسردگی، اضطراب، اختلال در خواب و افزایش مشکلات آکادمیک قرار دارند.

دو معلم بریتانیایی به نام‌های جاناتان سالیزبری[۲۲۶] و دیوید جکسون[۲۲۷]، فرهنگ دبیرستان را در کتاب خود با نام به‌چالش‌کشیدنِ ارزش‌های مردسالارانه: راه‌هایی عملی جهت کارکردن با پسرانِ نوجوان[۲۲۸] تعریف کردند: «برای بسیاری از دانش‌آموزان زندگیِ روزانه در مدرسه، باشگاه و دانشگاه یک تجربهٔ خشونت‌بار است. در هر راهرو در زنگ تفریح، در کلاس‌ها، در دست‌شویی‌ها، پشتِ سایبان دوچرخه‌ها، همه ممکن است مکان‌هایی تهدیدآمیز و خطرناک باشند.» ازنظر آنان، قلدری در مدرسه نشانگر «کشمکش و تلاشِ پسرانی است که می‌خواهند مردانه‌تر شوند». سالیزبری و جکسون افزودند: «میان قدرت و آسیب‌پذیری در زندگی پسران ارتباطی وجود دارد؛ در این خصوص که آنها چگونه سعی دارند برخلاف تمام ترس‌هایشان نسبت به اضطراب و وابستگی و آگاهی از ضعف‌هایشان راه خود را پیدا کنند.»

متأسفانه، قلدری می‌تواند به مشکلاتی بلندمدت همچون بزهکاری، مشکلاتِ ارتباطی و شغلی و سوءمصرف موادمخدر منجر شود. در نقش قربانی، اینکه وقتی تهدید می‌شوند مبارزه نکنند، موجب می‌شود پسر در خطر بزرگ‌تری گرفتار شود. محققان دریافتند جایی که فرهنگ قلدری وجود داشته باشد، قوانین داروین نیز برقرارند. اگر پسری خود را قدرتمند نشان دهد، احتمال اینکه امنیت داشته باشد بیشتر خواهد بود.

با خشونتِ پسران چه باید کرد

پسرانگی، پسران را در خشونت فرومی‌برد. چه آشکارا به شکلِ دعوا و قلدری‌کردن یا به شکلِ ضمنی در پس‌زمینه، تهدید و فشار همیشه حاضر هستند. در پسِ تمامی فعل‌وانفعالاتی که پسران با یکدیگر دارند، این احتمال واقعی وجود دارد که او را خارج از جعبهٔ مردانگی، گروه یا باشگاه ببینند؛ او را در حال تخطی از راه‌های پذیرفته‌شده برای مردبودن پیدا کنند و درنتیجه در معرض خطر بوده و هدف قرار گرفته می‌شوند. نهایتاً، پتانسیل مستمر موجود برای خجالت، تهدید، سانسورکردن و خشونت بخشی از نگرشِ ناآگاهانهٔ پسر به زندگی می‌شوند. اینکه او درمورد خود چه فکری می‌کند، چه چیزی قابل‌قبول و ارزشمند است و چه چیزی نیست، از تجربه‌های پسرانگی حاصل می‌شود. پسری که می‌ترسد او را به این خاطر که خارج از جعبه است مسخره کنند، خودش زودتر از همه، پسران دیگر را به این جرم محکوم می‌کند.

برخلاف جریانِ ثابت و مداوم خشونت و ارعاب در مردان، اقداماتی از سرِ خصومت، خشونت و آزار نشانگر شعله‌وریِ ناگهانی هستند - جوش‌آمدن پس‌از قُل‌زدن مستمر. محققِ اجتماعی، برت استوت[illegible]، از دانشگاه سیتی در نیویورک، مطالعه‌ای دقیق روی پسرانِ یک دبیرستان انجام داد. او مشاهده کرد اکثر جوانانی که با تحقیرهای مداوم روبه‌رو می‌شوند، مجبورند تسلیمِ دیگران شوند و از وجود سلسله‌مراتب‌های اجتماعی که به‌وسیلهٔ رقابت بدون مانع و تهدیدهای آشکار تقویت می‌شوند کناره‌گیری کنند. او نتیجه‌گیری کرد: «خشونت ممکن است مشهودترین و نادرترین حلقهٔ یک زنجیره باشد که شاملِ اشکال نرمال‌سازی‌شدهٔ خشونت مردانه که هر روز در مدارس اتفاق می‌افتند نیز باشد.»

برنامه‌های ضدخشونت معمولاً هدفشان کمک به جمعیت‌های خاصی است که در خطر هستند، اما تا زمانی‌که پسرانگی شامل تعیین روزانهٔ «خودی‌ها» و «غیرخودی‌ها» باشد، خشونت به شکل اجتناب‌ناپذیری در جایی و به‌نحوی جوانه می‌زند و همه را مسموم می‌کند. محققانی همچون استوت تأیید می‌کنند که هر پدرومادری که پسری در سنین راهنمایی دارد، اول‌ازهمه می‌داند که در پسِ فوران اقدام‌های خشونت‌آمیز افراطی، هزاران زخم وجود دارند که هر پسر در بچگی تحمل می‌کند. همان‌طور که گزارش پروموندو می‌گوید: «هنجارهای مردانگی این احتمال را شکل می‌دهند که مردان و پسران خشونت را تجربه کنند.»

خبر خوب این است که اکثر پسران از میانِ تمایلاتِ خشن و ضداجتماعی سر برمی‌آورند. به‌رغم اینکه چقدر برایشان رایج است که رفتار خشونت‌آمیزی داشته باشند - یک مطالعه نشان داده است که ۳۵ درصد از پسران در سال گذشته در جرایم خشونت‌آمیز شرکت داشته‌اند - برای اکثر آنها این موضوع تناوب کمتری پیدا می‌کند. درصد بسیار کمی، نزدیک به ۵ درصد، که تقریباً همگی مرد هستند، مسئولِ نیمی از تمامی جرایم جدی و خشونت‌آمیزند.

برای جوامع و دولت‌هایی که به موجِ افزایشِ خشونت واکنش نشان می‌دهند، خوب است این موقعیت را نوعی اپیدمیِ سلامت عمومی بدانند. شرایط آن‌قدر وخیم است که یک مدل پزشکی به‌نظر مناسب می‌رسد. این مدل سه سطح دارد: اول، دوم و سوم.

جامعه، مدرسه و خانواده: جلوگیریِ اولیه

در سال ۲۰۱۶، CDC یک بستهٔ فنیِ جامع جهت جلوگیری از خشونت در جوانان و رفتارهای پرخطر منتشر کرد که اعمال خشونت‌آمیز آشکار را با قرارگرفتن در معرض اضطراب مزمن مرتبط می‌دانست. این سند، رویکردی را پیشنهاد می‌کرد که هم عوامل ریسک و هم عوامل محافظتی را موردبررسی قرار می‌داد. تعدادی از برنامه‌ها سعی دارند پسرها را به‌خصوص در طول ساعت‌های مهم بعداز مدرسه، که خشونت بیشتر در محله اتفاق می‌افتد، از اضطراب دور کنند. این برنامه‌ها بیشتر در کلیساها، سازمان‌های غیرانتفاعی در محله و سازمان‌های ملی همچون پسرانِ پیشاهنگ و باشگاه‌های دختران و پسرانِ آمریکایی اجرا می‌شوند. گرچه این برنامه‌ها شامل فعالیت‌های مختلف، آموزش، ایجاد توانایی‌های مختلف و پیشرفت و تعامل آموزشی می‌شوند، عامل انگیزش اصلی آنها روابط سالم است. همان‌طور که CDC گزارش کرد: «روابط با بزرگ‌سالانی که به نوجوان اهمیت می‌دهند، به‌جز والدین و مراقبان، می‌تواند بر انتخاب‌هایِ رفتاری جوانان تأثیر بگذارد و ریسک آنها را برای مشارکت در جرایم و خشونت کاهش دهد.»

یادگیریِ اجتماعی و احساسی در مدارس به‌دلیل ارزشی که در پیشگیریِ اولیه از خشونت دارد، بسیار محبوب شده است. این برنامه‌ها با ترویج مدیریت فردی و مهارت‌های مدیریت ارتباطات، اعتمادبه‌نفس افراد، حل مسئلهٔ اجتماعی، ابراز وجود، سواد احساسی و غیره را هدف قرار داده‌اند که همگی موجب کاهش رفتارهای ضداجتماعی می‌شوند. باور عمومی این است که ساختِ شایستگی‌های بین‌فردی، پسران را در زمان عصبانیت یا منازعه، از پسرفت به‌سمت استراتژی‌های خصمانه بازمی‌دارد. یکی از این برنامه‌ها با نام

«قدم‌هایی به‌سمت احترام»، کاهش سی‌درصدی در قلدری و قربانی‌شدن را پس‌از سال دوم برنامه گزارش کرده است.

هنجارهای سالم در کلاس درس معمولاً موجب می‌شوند احتمال اینکه پسر فکر کند می‌تواند از زیر عواقبِ آزاردادن پسری دیگر به‌راحتی دربرود کاهش پیدا کند. برنامه‌های اجراشده در مدرسه درزمینهٔ وساطتِ هم‌سالان و حل‌وفصل منازعات نیز با هدایتِ سطوح فزایندهٔ تنش و خشونت در فعل‌وانفعلات روتین و زبانی، به پسران کمک می‌کنند ارتباط بهتری با همتایان خود داشته باشند. برخی از مردان جوانی که استفاده از ارعاب و خشونت برایشان عادت شده است، فراتر از این تلاش‌ها برای ایجاد مهارت‌های مختلف پیشرفت کرده‌اند. ازآنجاکه آنان عمیقاً در سیستم‌های پاداش جایگزینِ گروه همتایان خود گرفتار شده‌اند، کمتر تحت‌تأثیر هنجارهای اجتماعی قرار می‌گیرند. برای این پسران، بسیار مهم است که محدودیت‌های سفت‌وسختی تعیین شود و انتظارات و عواقب تخطی از قانون به‌روشنی بیان شوند: دوزِ قدرتمندی از واقعیت. در ترکیب با برنامه‌هایی که مهارت‌های آنان را افزایش می‌دهند، سیاست‌های قدرتمند در برابر خشونت و قلدری به ارتقای هنجارهای مثبت کمک کرده و از اقدامات خشونت‌آمیزِ تصادفی جلوگیری می‌کنند.

یکی از مدارسی که من با آنها همکاری داشتم، سنتِ طولانی‌مدتی برای بیگاری‌کشیدن از بچه‌ها داشت. این بخشی از فرهنگ مدرسه بود و نسل‌های مختلفی از پسران آن را تاب آورده بودند. سیستمِ «آدم‌فروشی» در مدرسه مزیت قابل‌توجهی برای پسران بزرگ‌تر و از مراحل مهم تحصیل برای «پسران جدید» تلقی می‌شد. پسران از سوی سیستم دارای این اختیار بودند که به یکدیگر درس‌هایی اساسی درمورد مردانگی، احترام برای سلسله‌مراتب و تحملِ رفتارهای خشن بدهند. البته مدرسه درنهایت متوجه شد این سنتِ بدرفتاری با

همتایان به آبروی مدرسه لطمه وارد کرده است. سرانجام خانواده‌ها در این مورد وارد عمل شدند و نرخ ثبت‌نامِ دانش‌آموزان در مدرسه به‌شدت کاهش یافت. مدرسه سعی داشت درک بهتری از میزان مشکل پیدا کرده و راه‌حل‌هایی پیدا کند. نهایتاً مدیران هرگونه آزار و اذیت را ممنوع کرده و سیاست‌های مدرسه را با هشیاری بیشتر و عواقبِ شدیدتر تقویت کردند. هدفِ آنها تجارت بود. بااین‌حال، تقویت مداوم در طول سال‌ها ضروری بود تا زمانی‌که آزارهای پسران از جانب یکدیگر پایان بگیرند. دانش‌آموزان جدید در حالی به این مدرسه می‌آمدند که انتظار داشتند حق حکمرانی بر پسرانِ جوان‌تر را به‌عنوان سنتی «ارج‌نهاده‌شده» داشته باشند.

برنامه‌های مبارزه با قلدری نیز در مدارس اجرا می‌شوند که مهم‌ترین محل‌های قلدری هستند؛ اما برخی از رویکردها در این مورد نسبت به رویکردهای دیگر بیشتر راهگشا هستند. در خلاصهٔ تحقیقاتیِ سال ۲۰۱۳ در باب رویکردهای مختلف به برنامه‌های قلدری، سازمانِ تحقیقاتی چایلدترندز، سه نظریه را ارائه کرد: اول، برنامه‌هایی که والدین را هدف قرار داده و به آنان درمورد چگونگی صحبت‌کردن با فرزندان خود درمورد قلدری آموزش می‌دادند، به شکل گسترده‌ای موفقیت‌آمیز بودند؛ دوم، چشم‌اندازی که کل مدرسه را دربرگیرد و نه‌فقط دانش‌آموزان را که شامل آموزشِ کارمندان در باب چگونگیِ یکپارچه‌سازیِ پیام‌های اصلیِ برنامه در کلاس‌ها و برنامهٔ درسی در طول سال تحصیلی بود، نیز به‌خوبی جواب داد؛ ترکیبِ برنامه‌های والدین و مدرسه موجب تقویتِ هر رویکردی می‌شد. سوم، برنامه‌های یادگیری اجتماعی - احساسی، شامل مواردی که مهارت‌های به‌خصوصی همچون همدلی و تصمیم‌گیری را هدف قرار می‌دادند، نشان‌دهندهٔ نتایجی بودند که صراحتِ کمتری داشتند. تجهیزکردن پسران با ابزارهای اجتماعی - احساسیِ بهتر احتمالاً موجب تولید تغییرات کلی نخواهد شد، مگر اینکه هنجارهای مردانه که در

فرهنگ مدرسه نهادینه شده‌اند نیز موردتوجه قرار گیرند.

زمانی‌که کارمندان مدرسه قلدری را به‌چالش بکشند، این کار پیام مهمی به پسران درمورد امنیت اخلاقی ارسال می‌کند، حتی اگر قلدری ادامه پیدا کند. زمانی‌که یکی از معلمان یا مدیرانِ مدرسه، سیاست‌ها را با اجرایی‌کردن به شکل واقعی پشتیبانی کند، پسران احساس می‌کنند از آنها به‌خوبی مراقبت می‌شود. مؤثرترین مداخلاتِ مقابله با قلدری، با مرور فرهنگ جامعی برای پیام‌های مختلف و هرگونه تحمل ناخواستهٔ بدرفتاری از سوی همتایان آغاز می‌شود. مدارس زمانی‌که در کنترل قلدری مؤثر عمل کنند، می‌توانند جایی برای مسئولیت‌پذیری اخلاقی در جوامع روبه‌نزول باشند.

بستر دیگری که در آن قلدری رشد می‌کند، کمپ‌های تابستانی هستند. روان‌شناس کودک، باب دیتر[illegible]، یک رویکرد سه‌جانبه برای مدیران کمپ و مشاوران در کمپ‌های مجلهٔ آنلاینِ انجمن کمپ‌های آمریکا پیشنهاد می‌کند. او برای قربانیان، مهندسیِ اجتماعی تجربیات مثبت همتایان را پیشنهاد می‌کند که پسران را قادر می‌سازد خود را به شکل مؤثرتری اثبات کنند و کمکشان می‌کند عملکرد بهتری در مطالعه و واکنش به نشانه‌های اجتماعی داشته باشند. برای فردی که قلدری می‌کند، استراتژی او یک محدودهٔ مزخرف‌نگفتن و سوءاستفادهٔ فیزیکی و زبانی تعیین کرده و پسر را هدایت می‌کند سرگردانیِ خود را به شکلی سازنده‌تر هدایت کند. سرانجام، به‌خاطرِ جامعه، مهم است که تماشاگران به‌سمت قربانیان دست دراز کنند و به آنان از وضعیتِ قطع‌ارتباط‌شده خوشامد بگویند.

اگرچه، مهم نیست گروه‌های اجتماعی و مدارس چه کاری انجام دهند، چندان محتمل نیست به‌طور کامل بر الگوهایی که پسران در خانواده‌های خود

می‌آموزند غلبه کنند، به‌خصوص اگر همچنان در معرض شرایط زیان‌بار خشونت خانگی، غفلت، یا نسخه‌های اغراق‌شدهٔ مردانگی قرار داشته باشند. بر طبق گفتهٔ محققان CDC، «محیط‌های خانوادگیِ ناپایدار، اضطراب‌آور، فاقد ساختار و نظارتِ لازم که ارتباطات ضعیفی درون خود دارند و بین اعضای خانواده گفت‌وگوی چندانی انجام نمی‌گیرد و بچه‌ها به شکلی خشک تأدیب می‌شوند، از عوامل بسیار قابل توجه ریسک خشونت در جوانان هستند.» کمک به والدین در رفع نیازهای ارتباطی فرزندان خود، به‌خصوص همان‌طور که آنها را تأدیب و تربیت می‌کنند، یکی از استراتژی‌های مهم در اجتناب از خشونت است.

یکی از دغدغه‌های رایجی که من از زبان والدین می‌شنوم، این است که پسرشان با خواهر یا برادر کوچک‌تر خود بدرفتاری می‌کند. در پرتو این موضوع که چطور ادراک پسر از خود می‌تواند به شکل زیان‌باری تحت‌تأثیر بدرفتاری دیگران قرار گیرد، زمانی‌که والدین می‌بینند پسر با خواهر و برادر کوچک‌تر خود نامهربان است، وقت مداخله است. قلدری و بدرفتاری در میان کودکان ممکن است نشان از آن باشد که نیاز به رقابت برای منابع کمیابِ توجه و مراقبت را درک کرده‌اند. زمانی‌که یک پسر هنجارهای فرهنگی را برای «برادران بزرگ‌تر خود» نادیده می‌گیرد - اینکه از خواهران و برادران کوچک‌تر خود مراقبت کند - نشان از آن دارد که چیزی او را تحت‌تأثیر قرار داده است.

در جلسه‌ای میان رهبرانِ مشاورهٔ همتا، شان درمورد ارتباط خود با برادر کوچک‌ترش صحبت کرد. او گفت برادرش مهم‌ترین شخص زندگیِ اوست؛ کسی که توجه ویژه‌ای به پرورش و هدایتش دارد. همان‌طور که صحبت می‌کرد، چشمانش پر از اشک شدند؛ می‌توانستم عمق تعهد او را ببینم و متوجه شدم شان هم به‌اندازهٔ برادرش از این رابطه بهره می‌برد. او اعتقاد دارد هر روز

تفاوت مهمی در زندگی برادرش ایجاد می‌کند.

اما در خانواده‌ای دیگر، رابطهٔ بدِ دیوید با مادرش موجب شده بود احساس طردشدگی، ناامیدی و شکست داشته باشد. او خود را متقاعد کرده که خواهرش «احمق» و «اعصاب‌خردکن» است تا به‌نوعی هدف قراردادنش با نفرت و خشمِ نهفتهٔ خویش را توجیه کند. دیوید برای مشروعیت‌بخشیدن به بدرفتاری‌ای که با خواهرش دارد، که البته با بی‌گناهی عاشق برادرش بود و دوست داشت او نیز عشقش را پاسخ دهد، از شکلِ قربانی به‌خودگرفتن تبدیل به کسی شد که احساس می‌کرد به‌عنوان یک سرکوب‌گر بسیار قدرتمند است؛ اما سخت‌گیری با خواهرش موجب نشد احساس بهتری نسبت به خود داشته باشد. به‌علاوه، هیچ مشکلی را درمورد رابطه با مادرش رفع نکرد و امنیتِ خواهرش را نیز در خانواده به‌خطر انداخت. من زمانی‌که گفتم می‌دانم او به‌خاطر بی‌صبری و خشن‌بودن چقدر از خود ناامید است، تصدیق کرد که احساسِ شرمساری زیادی دارد.

ایده‌هایی برای پسرانی که در خطر هستند: مداخلاتِ دستهٔ دوم

مداخلات دستهٔ دوم مربوط به پسرانی هستند که نشانه‌هایی ابتدایی از خشونت، بدرفتاری و تندی نشان می‌دهند. اینها جوانانی هستند که بیش از همه در خطرِ الگوهای ماندگارِ خشونت قرار دارند، مگر اینکه اقداماتی هدفمند مداخله کنند و مسیر رشد آنان را تغییر دهند. مزیتِ مداخلاتِ دستهٔ دوم در این است که کارآمد بوده و مناسبِ گروهی هستند که می‌دانیم کمک نیاز دارند و معمولاً مؤثر واقع می‌شوند؛ برای مثال، برنامه‌های انحرافی جوانان، مجرمانِ کم‌سابقه را در سیستم عدالت کودکان شناسایی کرده و آنها را به برنامه‌های مشاوره و رهبریِ گروهی معرفی می‌کنند. در مدارس، برنامه‌های آموزشیِ بیشتری بر مهارت‌هایی همچون استدلال و تعارض و مدیریت خشم متمرکز هستند. در سطح دوم، برنامه‌ها ممکن است بسته به نیاز افراد و گروه‌های مختلف باشند. یک نمونهٔ مبتنی بر مدرسه، کنترلِ رفتاریِ شدیدی را با تأکید بر بازخورد مثبت برای اَعمال خوب، به گروهی از کلاس‌هفتمی‌ها که به‌وسیلهٔ سوابق انضباطی پیشین شناسایی شده‌اند ارائه کرد. گروه‌درمانی نشانگر تغییراتی مثبت و حتی پایدار تا پنج سال بعد بود.

اما در طول سال‌ها، دیده شده است که برخی از مدل‌های مداخله مؤثر نبوده‌اند؛ برای مثال، درزمینهٔ انحراف جوانان، بسیاری از طراحی‌ها نتوانستند پسران را از مسیر مجرمانه‌ای که آغاز کرده بودند بازدارند. بر طبق گفتهٔ محققان، شکست در چنین برنامه‌هایی بیشتر ناشی از طراحیِ نه‌چندان خوب و ابهام درمورد اهداف و روش‌ها و نه قدرتِ مداخلاتِ هدفمند جهت کسب نتایج مناسب است. یک مطالعهٔ تحقیقاتیِ جالب، جوانانِ موردمطالعه را به شش گروه درمانی مختلف، ازجمله دو گروه که هیچ‌گونه مداخلهٔ واقعی

نداشتند تخصیص داد. جوانانی که در گروه‌ها درمان می‌شدند واکنش بسیار بهتری نسبت به کسانی داشتند که کمکی دریافت نمی‌کردند و هریک از مدل‌های درمانی تغییرات مثبتی در رفتارها و گرایش‌های آنان ایجاد کردند. توجه و پشتیبانیِ ویژه از پسرانی که در مسیر اشتباه قرار گرفته‌اند، به‌خصوص با تقویت خودتنظیمی و مهارت‌های بین‌فردی، تفاوت‌های زیادی را به‌همراه خواهد داشت.

مداخلات خانوادگی برای پسرانی که مشخص شده بود مشکلاتی دارند نیز بسیار محبوب بودند. کمک به والدین در تأدیب مؤثر، پشتیبانیِ احساسی مؤثر و خلق روتین‌هایی که امنیت و ایمنی را به‌همراه دارند، به عمقِ الگوهای بین‌فردیِ ناسازگار که پسران را به راه اشتباه می‌برند وارد می‌شوند. شیوهٔ پرخاشگرانه و رفتارهای آزاردهندهٔ برخی از جوانان، همان ابتدا، پیش‌از تحصیل در مدرسه و براساس تعاملاتِ ناسالم با والدین آنها تثبیت می‌شوند. پرورشِ کودکان و اقدام‌های انضباطی که در فرهنگ‌های خانوادگی پایدار هستند، به‌رغم سوگند هر نسل برای عدم تکرار اشتباهات والدینشان ممکن است نیازمند مداخلهٔ بیرونی باشد. افسانه‌هایی در این مورد که پسران به چه چیزهایی نیاز دارند و چطور باید مدیریت شوند، به‌سادگی صرف‌نظر از اینکه واقعاً صحت دارند یا نه، سینه‌به‌سینه به نسل بعدی منتقل می‌شوند.

همان‌طور که گزارشِ کمیسیون انجمن روان‌شناسی آمریکا درمورد خشونت و جوانان در باب مداخلات دستهٔ دوم نتیجه‌گیری کرد: «ازآنجاکه الگوهای شناختی که در زیربنای رفتار پرخاشگرانه قرار دارند از همان ابتدای کودکی آموخته می‌شوند، ذاتاً از روی عادت هستند و بااین‌حال، به‌صورت بالقوه ازطریق مداخلات مستقیم قابل‌اصلاحند. برنامه‌های آموزشی‌ای که این الگوهای شناختی را تغییر می‌دهند باید به تغییرات نسبتاً پایداری در رفتار

خصمانه بینجامند.»

درمانِ پسرانِ پرخاشگر و خشن: مداخلات دستهٔ سوم

مداخلاتِ دستهٔ سوم معمولاً به معنای درمان هستند و عموماً یک‌به‌یک قابل‌ارائه‌اند. زمانی‌که در دادگاه خانوادهٔ شهر دِلاور در واحد پیش‌از محکومیت مجرمان، شروع به کار کردم و پیشِ قاضیان مختلف برای پسرانی که بزهکار شناخته شده بودند درخواست عفو می‌کردم، بررسی کردیم آیا یک پسر ممکن است مسیر زندگی خود را تغییر دهد یا نه. با پسران در این مورد صحبت می‌کردیم که چطور به اینجا رسیده‌اند و درمورد مسیری که در آن حرکت می‌کنند چه نظری دارند. به آنها گوش می‌سپردیم و بازخوردهای ملایمی را درمورد تفسیرهایشان به آنها ارائه می‌کردیم. بسته به اینکه تا چه حد با اشتیاق در این جلسه‌ها شرکت می‌کردند، قاضی‌ها می‌توانستند برای آنان که نشانه‌هایی از آمادگی برای ایجاد تغییر در خود نشان می‌دادند، در صدور حکم با دست بازتر عمل کنند.

تمایز میان برنامه‌های مداخلات دستهٔ اول برای پسرانی که درگیرِ رفتارهای ناسازگارانه هستند و رویکردها برای کسانی که عمیقاً دچار مشکل هستند ممکن نیست. معمولاً قضاوتِ ارزیاب مشخص می‌کند پسر در چه گروه و دسته‌ای قرار گیرد، اما این موضوع به‌شدت تحت‌تأثیر این امر قرار می‌گیرد که بدرفتاریِ پسر را چطور می‌بیند؛ برای مثال، در ابتدایِ حرفهٔ من، یک معلم کلاس‌پنجمی در یک مدرسهٔ کاتولیک در فیلادلفیا، از من خواست با او ملاقات کنم و درمورد پسری در کلاسش باهم صحبت کنیم. زمانی‌که بعداز مدرسه به کلاس او رفتم و روبه‌روی میزش نشستم، او پسر را به من معرفی کرد.

من یاد گرفته بودم بفهمم چرا توجه یک معلم، کودکِ به‌خصوصی را نشانه

می‌رود و باید می‌فهمیدم چه موضوعی او را دچار اختلال کرده و از رفتارهای بچه‌های دیگر متمایز کرده است. همان‌طور که این معلم داشت درمورد پیت صحبت می‌کرد که مشخصاً علاقهٔ زیادی هم به دانش‌آموزش داشت، به‌مرور چشمانش پر از اشک شدند و بی‌صدا شروع به گریه کرد. از او سؤال کردم چه چیزی تا این حد او را ناراحت کرده است؟ او پاسخ داد این پسر را دیده که به‌سمت مسیری خطرناک شروع به حرکت کرده است - مملو از زندگی و قادر به رهبری. معلم سرانجام گفت: «دوست ندارم این پسر هم خلاف‌کار شود.» او به محلهٔ طبقهٔ کارگر که خودش هم آنجا بزرگ شده بود اشاره داشت؛ جایی که شاهد از خود دورشدن و ازدست‌رفتنِ بسیاری از دوستان و اعضای خانواده‌اش بر اثر نوشیدن افراطی، خشونت و هویت‌های خلاف‌کارانه بود.

درمورد پیت درست می‌گفت، او به‌دلیل هنجارهایی که بر محله‌اش حاکم بودند، با پسران بزرگ‌تر از خودش به خیابان و دارودسته‌های خلاف‌کار کشیده شده بود. زمانی‌که ارجاعِ آن پسر را از جانب معلمش پذیرفتم، مشاهده کردم که نقش من ایجادِ یک وزنهٔ تعادل جهت دورکردن او از خیابان‌هاست؛ رابطه‌ای که می‌توانست درکِ پیت را از اینکه واقعاً چه کسی است معتبر بشمارد و بر این موضوع که تا چه حد درمورد نقایصِ انتخاب‌های کنونی خود صادق است تأثیر بگذارد. پیت شیفتهٔ پاداش‌هایی شده بود که گروه‌های همتایش به او پیشنهاد می‌دادند: محبوبیت، هیجان، احساس تعلق، جذابیت و ماجراجویی. با جلورفتنِ کار ما دو نفر با یکدیگر، من توانستم در این مورد که چه چیزی انتظارش را می‌کشد و اینکه این موضوع چطور با آرمان‌های فردی او در تناقض است کمکش کنم. برنامهٔ من این بود که رؤیاهای او را برای زندگی‌اش تقویت کنم تا وسوسه‌های این لحظه را از خود دور کند.

روان‌شناس، جیمز گاربارینو، از دانشگاه لویولا در شیکاگو، با مطالعهٔ مردان

جوانی که گرفتار خشونت شده بودند، آنان را «پسربچه‌هایی گم‌شده» معرفی کرد که به ارتباطاتِ همدلانهٔ خود بی‌توجه شده‌اند. او به پسرها برای اینکه انسانیت خود را حفظ کنند، توصیه می‌کند لنگرهایِ زندگی‌شان را شناسایی کنند: «این ارزش‌ها و ارتباطات... آنان را از تأثیراتِ مسمومیتِ اجتماعی، گروه‌های همتای منفی، خشونت در رسانه‌های جمعی و مادی‌گرایی که در فرهنگ ما جایگاه مهمی دارد حفظ می‌کنند.» در میان این لنگرها می‌توان به «بزرگ‌سالانی که خود را به شکل بی‌قیدوشرطی متعهد به رفع نیازهای رشدی در کودکان می‌کنند» اشاره کرد.

پسری که با خشونت رفتار می‌کند، از حالت آگاهانه و باتفکر به حالتی واکنشی روی آورده است. در ذهنِ او سیلی از احساساتِ داخلی جریان دارند که موجب می‌شوند ناگهان کنترلش را از دست بدهد. پسربچه که رفتارِ پرخاشگرانهٔ خود را با جریانی از عقلانیت توجیه می‌کند، احساس می‌کند درمورد قطع ارتباط با انسانیت فرد مقابلش عادلانه رفتار کرده است؛ اما هرچه لنگرهای یک پسر محکم‌تر باشند و هرچه بیشتر با دیدگاه فردی که اصول عقلانی‌اش با او تفاوت دارند مرتبط باشد، کمتر متمایل به ازدست‌دادن کنترل خود خواهد بود. والدین و مربیان در روابط خود با پسر می‌توانند زمانی‌که رفتاری خودمحور یا آزاردهنده را توجیه می‌کند، او را فرابخوانند.

در سطح گسترده‌تر پسرانگی، بزرگ‌سالان باید فرهنگِ خانواده، مدرسه و جامعه را که مردانگیِ بیش از حد را موردتجلیل قرار می‌دهند به‌چالش بکشند. آنها با الگوبودن به بهترین شکل می‌توانند این کار را انجام دهند. پدری که احساسِ آزردگی خود را در طغیانی خشمگین و خودخواهانه به‌نمایش درمی‌آورد، این پیام را می‌فرستد که همراه با قدرت، این امتیاز نیز وجود دارد که می‌توان خشم خود را بر سر دیگران خالی کرد. پسران می‌بینند که هم خالی‌کردن

ناراحتی‌ها بر سر دیگران و هم آزاررساندن به خود، شیوه‌هایی هستند که تأثیر چندانی در حل‌وفصل احساسات ندارند، بااین‌حال این رفتارها را به منصهٔ ظهور می‌گذارند. پسرها تنها زمانی به آزار دیگر پسرها روی می‌آورند که فرصتی برای صادق و آسیب‌پذیربودن پیدا نمی‌کنند، چراکه خودشان نیز در حال آزاردیدن هستند.

حتی در زمانِ هجومِ احساسات ناراحتی و آزردگی، می‌توان از آنها انتظار داشت که روی رفتارهای بی‌خردانه و ناگهانیِ خود کنترل داشته باشند. یک مرد، به‌خصوص مردی که برای یک پسر محترم است، با مدیریت آزردگی و ناراحتی به شکلی شجاعانه و همراه با آسیب‌پذیری، به‌واقع مدلی ارائه می‌کند از اینکه یک مرد واقعی چگونه احساساتِ خود را ازجمله ترسیدن، ناامید یا آزرده‌بودن می‌پذیرد و به آنها اقرار می‌کند. این تصویر می‌تواند یک عمر دوام داشته باشد. معلمان و مربیان، به سهمِ خود، درصورتی‌که کنترلِ خود را در کلاس یا در زمین بازی از دست بدهند، اما بعداً از انجام آنها عذرخواهی کنند، به‌واقع درس‌های مهمی درمورد هوش هیجانی به بچه‌ها می‌دهند. برای پسرانی که سعی دارند در برابر هنجارهای فرهنگی که خشونت را در مردان تشویق می‌کنند مقاومت کنند، این روابط و تجربه‌ها به‌واقع نوعی اندوختهٔ ارزشمند هستند.

فصل نهم: اسباب‌بازی‌های پسران در عصر دیجیتال

یک روز بعدازظهر در زمان صرف شام، یکی از دوستانم به من درمورد پسر بیست‌وسه‌ساله‌اش الکس گفت که سعی دارد در آینده فیلم‌نامه‌نویس موفقی در لس‌آنجلس شود. پدرش گفت: «الکس که برای دست‌یابی به این مهم تلاش زیادی کرده است، روزانه تمام وقتش را صرف نوشتن می‌کند و تاحدی که برایش مقدور باشد در کارهایش نظم و ترتیب دارد. روزهای او به چندین دورهٔ تمرکز باکیفیت تقسیم شده‌اند که با زنگ‌تفریح‌های کوتاهی از هم جدا می‌شوند. در طول این استراحت‌های بیست تا سی‌دقیقه‌ای، او بازی کامپیوتری خود را روشن کرده و با شدت زیادی شروع به بازی‌کردن می‌کند تا اینکه درنهایت بازی را کنار می‌گذارد و به سر کارش بازمی‌گردد. از پیش‌از دورانِ نوجوانی، بازی‌های ویدئویی بخش مهمی از زندگی الکس بوده‌اند. او و برادرِ بزرگ‌ترش که در بخش‌های متفاوتی از یک ایالت زندگی می‌کنند، باهم در یک تیم بازی هستند و حتی در مسابقات هر سال نیز شرکت می‌کنند.»

آنچه در توصیفِ دوست من از زندگی پسرش برجسته‌تر از نکات دیگر بود، این بود که بازی‌کردن به‌واقع از مهم‌ترین عناصرِ زندگی اوست. پدرش توضیح داد که الکس به‌طور کلی زندگی اجتماعی خود را محدود می‌کند، اما ذهنش را آزاد کرده و با برادر و دیگر دوستانش در دنیای مجازیِ بازی ارتباط برقرار می‌کند. او یاد گرفته است که وقت خود را تنظیم کند و همچنان با ورود به دنیای ارتباطات اینترنتی، می‌توان گفت به‌نوعی دارای زندگیِ اجتماعی مختص به خودش است. اینکه الکس و برادرش مرد هستند، یک علاقهٔ مشترک آنلاین دارند و زندگی‌های پربار و پرکاری دارند اتفاقی نیست. انقلابِ تکنولوژیکی چند دههٔ اخیر، روندی قدیمی درزمینهٔ رشد مردان پیش گرفته و چند بُعد

جدید را بدان اضافه کرده است.

در یک کارگاه که به‌تازگی برای والدین برگزار شد، من داستان‌هایی از لحظاتِ بسیار رایج اما چالش‌برانگیزِ پدر یا مادربودن را به‌اشتراک گذاشتم: پسری که موردقلدری قرار گرفته، دیگری که از خانوادهٔ خود دوری گزیده و رفتارهای پرخطری را پیش گرفته و بسیاری دیگر. یک سناریو، استفادهٔ پسران از رسانه‌های اجتماعی بود که به‌نظر داغ‌ترین موضوعِ روز بود. پسرانی که معتادِ گوشی‌های موبایل، کامپیوتر و بازی‌های ویدئویی هستند؛ پسرانی که فقط به‌صورت آنلاین با دیگران ارتباط برقرار می‌کنند؛ پسرانی که از اینستاگرام، فیس‌بوک، توییتر و دیگر وب‌سایت‌ها به‌گونه‌ای استفاده می‌کنند که والدینشان را شوکه می‌کنند؛ این موضوعات همگی بحث و بررسی‌های پراضطراب و داغی را درنهایت به‌همراه دارند. بسیاری از والدین برای گروه درمورد خطراتِ زمانِ نامحدودی که مقابل صفحهٔ مانیتور صرف می‌شود سخنرانی کرده و دیگران درمورد سیاست‌های خانوادگی، ازجمله مصادرهٔ تلفن‌های همراه در زمان غذاخوردن سخن گفته‌اند. رفتارهای پسران با دستگاه‌های الکترونیکی‌شان، نگرانی‌های بسیاری را برای والدینشان به‌همراه داشته است.

بر طبق تحقیقِ مؤسسهٔ پو[۱۲۸] در سال ۲۰۱۵، تقریباً نیمی از والدین نگران این موضوع هستند که فرزندانشان وقت زیادی را به‌صورت آنلاین در فضای مجازی صرف می‌کنند؛ اما این نگرانی برای والدینِ پسران تاحدی حادتر است. در سال ۲۰۱۴، بر طبق یک مطالعه در باب بازی‌های کامپیوتری، «بازیکنان زن کمتر احتمال داشت این کار را به‌عنوان شغل خود برگزینند. آنان ساعت‌های کمتری بازی می‌کردند و به‌دنبال استفاده از بازی‌ها به‌عنوان تعاملات اجتماعی نبودند.» مطالعه‌ای دیگر نشان داد مردان ۳۰۰ درصد بیشتر از زنان وقتشان را صرف بازی‌کردن می‌کنند. در سال ۲۰۱۴، محققان کشف کردند که مردان

به‌طور متوسط سیزده ساعت بیشتر در هر هفته مشغول بازی‌کردن هستند (چهل‌وسه ساعت در برابر سی ساعت). این عدم توازنِ جنسیتی موجبِ ایجاد این کلیشه شده است که مردان عاشق بازی‌های ویدئویی هستند، به‌رغم این واقعیت که زمان بازی در دختران به شکل فزاینده‌ای در حال افزایش است.

در یک حلقهٔ بازخورد مدور، کلیشهٔ مردانی که عاشق بازی‌کردن هستند نه‌تنها بر اینکه چه کسانی هدف اصلی قرار گرفته‌اند، بلکه بر شیوهٔ طراحیِ بازی‌ها نیز مؤثر بوده است. یکی از محققان بازی‌ها را با عبارت‌های «خشن» و «معمولی» متمایز کرد که در این تمایز، صحنه‌های تاریک و خشن بیشتر مردان را جذب می‌کردند، درحالی‌که بازی‌هایی همچون کندی کراش ساگا بیشتر زنان را هدف قرار می‌دادند. بازی‌های خشن به‌طور کلی نه‌تنها فاقد شخصیت‌های مؤنث هستند بلکه وقتی شخصیت‌های زن وارد بازی می‌شوند، شخصیت‌هایشان بیش از حد جنسی و کلیشه‌ای است. انتقاد بر تعصب جنسیتی در بازی‌ها موجب راه‌افتادنِ مناظرهٔ #Gamergate شد که در آن مردان جوان در یوتیوب اظهار داشتند: «بازی‌های ویدئویی به‌وسیلهٔ مردان و برای مردان تهیه می‌شوند.»

این باور به‌رغم شواهد موجود مبنی بر اینکه فضای بازی منصفانه‌تر شده، همچنان پایدار است. در یک تحقیق از سوی مرکز تحقیقاتیِ پو در سال ۲۰۱۵، تعداد مساوی از زنان و مردان گفتند که اقدام به بازی‌های ویدئویی می‌کنند؛ اما این تحقیق همچنین نشان داد مردان دوبرابر بیشتر احتمال دارد خود را گِیمر بنامند و ۶۰ درصد گفتند باور دارند کسانی که بازی‌های ویدئویی را انجام می‌دهند، بیشتر احتمال دارد مرد باشند.

نشانه‌های موجود حاکی از آن هستند که بازیکنانِ نسلِ جوان‌تر ممکن است

همه‌چیز را متفاوت ببینند: تحقیقاتِ بسیاری از سال ۲۰۱۴ نشان دادند که مردان نوجوان بر این کلیشه که بازیکنان همه مرد هستند صحه نمی‌گذارند. روزالیند وایزمن[۲۳۰]، نویسندهٔ کتاب‌های زنبورهای ملکه و آنان که دوست دارند زنبورِ ملکه باشند[۲۳۱] و اَبَرمتفکران و همراهان[۲۳۲]، در سال ۲۰۱۴ مطالعه‌ای روی ۱۴۰۰ دانش‌آموز دبیرستانی و راهنمایی انجام داد تا بررسی کند آیا افسانه‌های شنیده‌شده در این صنعت به طولانی‌ترشدن بازنمایی‌های جنسیتی سنتی کمک می‌کنند یا نه. تیم او سه موضوع بسیار تعجب‌برانگیز را دریافتند: اول، پسرانِ این مطالعه حاضر به نمایشِ شخصیت‌های زن به‌عنوان دستاویزهای جنسی نبودند؛ دوم، جنسیتِ شخصیت اصلی داستان بر انتخاب پسر از اینکه با کدام شخصیت بازی کند تأثیری نداشت؛ و درنهایت اینکه، دختران انواع بازی‌ها را بازی می‌کنند؛ ازجمله تک‌تیرانداز و بازی‌های ورزشی را.

بااین‌حال، حلقهٔ بازخوردی که طراحی، بازاریابی و تقاضای مصرف‌کنندهٔ اسباب‌بازی‌ها را شامل می‌شود، باورهای سنتی را ترغیب می‌کند. در سال ۲۰۱۶ یکی از کنفرانس‌های کاخ سفید با عنوانِ «شکستنِ کلیشه‌های جنسیتی در رسانه‌ها و اسباب‌بازی‌ها تا کودکانمان قادر باشند بدون حدومرز اکتشاف کنند، یاد بگیرند و رؤیاپردازی کنند»[۲۳۳] تشکیل جلسه داد. دلیل این کنفرانس براساس دعوت‌نامهٔ آن، این بود: «همگی می‌دانیم علایق، آرمان‌ها و مهارت‌های کودکان از همان ابتدا به‌وسیلهٔ رسانه‌هایی که استفاده می‌کنند و اسباب‌بازی‌هایی که با آنها بازی می‌کنند شکل می‌گیرند و این فقط بر رشد آنها مؤثر نیست، بلکه بر قدرتِ اقتصاد ما در دهه‌های پیشِ‌رو نیز مؤثر خواهد بود.» در هیئتِ آغازکنندهٔ کنفرانس، من اظهار داشتم این پسران نیستند که پسرانگیِ خود را می‌سازند، بلکه شرکت‌های اسباب‌بازی و رسانه‌ای نیز به معماریِ زندگی پسران کمک زیادی می‌کنند.

متأسفانه، اسباب‌بازی‌ها و رسانه‌ها بیش از هر زمان دیگری به شکلی جنسیت‌بندی‌شده در اختیار خانواده‌ها قرار می‌گیرند. حتی بااینکه مردان و زنان امروزه برابریِ بیشتری در حقوق اجتماعی پیدا کرده‌اند، بازاریابی بر این اساس که ذاتاً باهم تفاوت دارند به قانون تبدیل شده است. محققان با مقایسهٔ وب‌سایت‌های دیزنی و کاتالوگ‌های سِرز[۲۳۴] متوجه شدند که رنگ‌بندیِ هدفمند، امروز بسیار بیشتر از پنجاه سال پیش به یک هنجار تبدیل شده است. پسران بیشتر برای اسباب‌بازی‌های اکشن و لباس‌های قهرمانان بازاریابی می‌شوند؛ دختران برای لباس‌های پرنسس‌ها و اسباب‌بازی‌های منفعل‌تر. در سال ۲۰۱۲، روان‌شناس کریستیا اسپیرز براون[۲۳۵]، از دانشگاه کنتاکی[۲۳۶]، اظهار داشت که شرکت سازندهٔ لِگو تصمیم گرفته است که جذابیت خود را برای دختران نیز بیشتر کند و بدین منظور برای نسخهٔ دخترانهٔ این اسباب‌بازی، اقدام به ارائهٔ بسته‌های لگوی صورتی و بنفش همراه با قالب‌هایی برای آشپزخانه، آرایشگاه و فروشگاه کرد.

در کنفرانسِ کاخ سفید، نمایندگان صنعت اسباب‌بازی اظهار داشتند که تحقیقاتِ بازاریابی، آنان را به آن سمت کشیده که چنین تفکیک‌های جنسیتی‌ای انجام دهند. آنان به تعدادی از تحقیقات مهم اشاره داشتند که نشان می‌دهند باور به تفاوت‌های جنسیتی اساسی از دههٔ ۱۹۷۰ رشد قابل‌توجهی داشته باشد؛ اما جهش از این یافته‌ها به این باور که والدین بیشتر محصولاتِ مخصوص هر جنسیت را ترجیح می‌دهند، همچنان موردبررسی و گفتمان است. جامعه‌شناس الیزابت سوییت[۲۳۷]، از دانشگاه ایالاتیِ سن‌خوزه[۲۳۸]، بر این موضوع تأکید دارد: «اتکا بر دسته‌بندیِ جنسیتی از سوی بالادستی‌هاست: من هیچ شواهدی پیدا نکرده‌ام که نشان دهد روندهای چهل سال گذشته در نتیجهٔ تقاضای مشتریان بوده باشند.»

طراحی‌های محصول و ارائه‌های بازاریابی که مبتنی بر کلیشه‌های جنسیتی مرسوم هستند، حتی اگر به‌واقع با باورهای مخاطبان هدف خود انطباق نداشته باشند، به صداهایی که این کلیشه‌ها را ترویج می‌کنند قدرت بیشتری می‌دهند. والدین از پیش‌از تولد فرزندشان معمولاً تمایل دارند جنسیتش را بدانند. بر طبق گفتهٔ براون، به‌محض اینکه بچه متولد می‌شود، «وسواسشان درمورد جنسیت بچه» افزایش می‌یابد. معمولاً اولین لباس‌های کودک دارای رنگ‌بندیِ جنسیتی هستند. رویِ لباس‌های یکسره‌شان عبارت‌های هوشمندانه و درعین‌حال جنسیت‌محور به‌چشم می‌خورند. اسپیرز می‌نویسد: «از همان ابتدا، آگاهی از جنسیت، تمامی خریدهای ما را هدایت می‌کند. حتی اسباب‌بازی‌های خنثی ازنظر جنسیتی همچون دوچرخه‌ها، که هم دختران و هم پسران از آنها استفاده می‌کنند، دو نسخه دارند: یک نسخهٔ آبرنگیِ صورتی یا بنفش و یک نسخهٔ براقِ قرمز یا آبی.»

این موضوع از چشم بچه‌ها دور نمی‌ماند که مهم‌ترین بزرگ‌سالانِ زندگی‌شان به‌نظر وسواسِ زیادی روی جنسیت دارند. آنها با بازی‌کردن به‌واقع نقش خود را در الگوی جنسیتیِ ازپیش‌تعیین‌شده تمرین می‌کنند. دختران در زمان بازی بیش از پسران مرزهای جنسیتی را رد می‌کنند. عواقبِ پسرانی که خارج از خطوط بازی می‌کنند بسیار شدیدتر هستند. درکِ اسباب‌بازی‌های پسران، طراحی‌شان، شیوهٔ بازاریابی‌شان و تأثیرشان بر کودک بسیار حیاتی است؛ اما موضوع پیچیده‌تر از اینهاست.

فناوری و رشدِ پسران

در دهۀ ۱۹۶۰، مارشال مک‌لوهان[۲۲۹]، نظریه‌پردازِ فرهنگیِ کانادایی، ایدۀ «نظارۀ خودپندارۀ شیشه‌ای»[۲۳۰] را به عرصۀ مطالعات رسانه‌ای کشاند. مفهومِ بسیار معروف او «رسانه یک پیام است»، توضیح داد که چگونه تفکرکردن و ارتباط برقرارکردن نه‌فقط از محتوای کتاب‌ها، تلویزیون و امروزه رسانه‌های اجتماعی، بلکه از نوع خود ارتباط تأثیر می‌پذیرد. زمانی‌که نسل امروزیِ بومیان دیجیتال را در نظر می‌گیریم که استفاده‌شان از بازی‌های ویدئویی و رسانه‌های اجتماعی «به شکل قابل‌توجهی درکِ کودکان را از واقعیت تغییر داده است»، راحت‌تر می‌توانیم این دغدغه را که من در میان والدین حاضر در کارگاه شاهدش بودم درک کنیم. نظر به اینکه ۹۲ درصد از نوجوانان به شکل روزانه آنلاین می‌شوند - و ۲۴ درصد تقریباً به شکل مداوم - جوانانِ امروزی به‌طور مجازی در فضای سایبری زندگی می‌کنند.

به‌طور مشخص، بر طبق نظر لی راینی[۲۳۱] و جانا اندرسون[۲۳۲]، از مرکز تحقیقاتیِ پو، آنچه نسل دیجیتالی را از نسل‌های قبلی متمایز می‌کند، ارتباط آنها با دستگاه‌های تلفن‌همراه است. امروزه وقتی به اتاق انتظارِ مطبم می‌آیم تا به مراجعِ بعدی‌ام خوشامد بگویم، او معمولاً روی تلفن هوشمند خود در میانۀ یک بازیِ مهیج خم شده یا به شکلی دیوانه‌وار در حال پیام‌دادن است. پسرها وقتی به من می‌گویند با کسی صحبت کرده‌اند، منظورشان این است که پیام ردوبدل کرده‌اند. زمانی‌که از دوستانِ خود حرف می‌زنند، معمولاً منظورشان کسانی هستند که فقط به نامِ اینترنتی‌شان آنها را می‌شناسند. بر طبق گزارشِ اخیر مؤسسۀ پو، ۵۷ درصد از نوجوانان به‌صورت آنلاین دوست پیدا می‌کنند.

والدین در تمایلِ مضطربانهٔ خود برای درکِ این موضوع که فناوری چطور بر رشد پسرانشان تأثیر می‌گذارد تنها نیستند. به‌تازگی تعداد زیادی کتاب درمورد این موضوع منتشر شده‌اند. متأسفانه، آنها نظراتِ بسیار متفاوتی در این باب دارند. استیون جانسون[۲۲۴]، نویسندهٔ حوزهٔ فناوری و نویسندهٔ کتابِ هر چیزِ بدی برای شما خوب است: چطور فرهنگِ امروزی به‌واقع ما را باهوش‌تر می‌کند[۲۲۵]، این دیدگاه خوش‌بینانه را اتخاذ می‌کند که رسانه‌های دیجیتالی «صراحتاً جهت آموزش عضلاتِ شناختی مغز» طراحی شده‌اند. بازی‌هایی که برای سیستم‌های پاداشِ مغزی بسیار جذابند، بازیکنان را برای مدتی طولانی درگیر خود می‌کنند، چراکه بازیکنان به تمرینِ مهارت‌های جست‌وجو، تصمیم‌گیری، اولویت‌بندی، همکاری، چندوظیفه‌ای‌بودن و غیره در سطح اجرایی می‌پردازند. زمانی‌که فناوری‌های جدید، درک عمیق را موجب نمی‌شوند، پیچیدگیِ دنیاهایی که خلق می‌کنند موجب ترویجِ شیوه‌های مختلفی برای شناخت و برقراری ارتباط با دیگران می‌شوند. روان‌شناس دانشگاه استنفورد، فیلیپ زیمباردو[۲۲۶]، اخیراً «فوت مردان» را در اثر بازی‌های اعتیادآور و تماشای پورن بسیار تقبیح کرده است. او با اشاره به سطوح فزایندهٔ انزوای اجتماعیِ جوانان، پیامدهای عصبی را ناشی از قرارگیری بیش از حد در معرض محتوای برانگیزاننده‌ای می‌داند، که البته او آن را «اعتیاد به برانگیختگی» نام نهاده است. او به این واقعیت اشاره دارد که بچه‌ها وقت بیشتری را به‌صورت آنلاین می‌گذرانند تا اینکه وقت خود را در مدرسه صرف کنند و بدین شکل پیوندی میان استفادهٔ افراطی از پورن و بازی‌کردن و ضعف‌های آموزشی و چاقی، اضطرابِ اجتماعی بیشتر و اتکای بیش از حد بر مواد محرک و داروهای خیابانی ترسیم کرده است.

روان‌شناس دانشگاه هاروارد، هاوارد گاردنر[۲۲۷]، برداشت ملایم‌تری از «نسلِ

اینترنتی» ارائه می‌کند. گاردنر و همکارش کِیتی دِیویس[۲۶۷]، از سال ۲۰۰۸ تا ۲۰۱۲ یک مطالعهٔ تحقیقاتی انجام دادند که در طول این تحقیق با مربیان و نوجوانان هم در ایالات‌متحدهٔ آمریکا و هم برمودا در باب استفاده از فناوری مصاحبه کردند و نتیجه گرفتند کسانی که از زمان ظهور رسانه‌های دیجیتالی به سن بلوغ رسیده‌اند، به‌وسیلهٔ این فناوری‌ها از این‌رو به آن‌رو شده و «فرایندهای تفکر، شخصیت‌ها، تصورات و رفتارهایشان» از نو تعریف شده‌اند. گاردنر و دیویس به‌دقت به بررسیِ سه حوزهٔ رشد پرداختند - هویت، صمیمیت و تخیل - تا این تغییرات را به‌خوبی توضیح دهند؛ برای مثال، در این باب که اعضای نسلِ اینترنتی چه فکری درمورد خود می‌کنند، نویسندگانِ مطالعه دریافتند که این نرم‌افزارها بیشتر از دیدگاه افراد بیرونی بودند و باوجود اینکه فرصت‌های جدیدی خلق می‌کردند، اما به ایجاد چالش‌های جدید نیز می‌پرداختند.

در جانبِ مثبت، گاردنر و دیویس باور دارند که قرارگیریِ گسترده در معرض رسانه‌های دیجیتالی موجب می‌شود نسلِ دیجیتالی نسبت به تفاوت‌ها، جهان‌بینی و مدارای بیشتری داشته باشد و فرصت‌های بسیاری برای ابراز وجود به‌دست آورد؛ اما همان‌طور که خود را به مخاطبانِ بیشتر و بادقت‌تری نشان می‌دهند، فشارِ متناظری بر جوانان وجود دارد که ایمن رفتار کنند و گزینه‌های مختلف هویتی را پیش‌از موعد ببینند. خلقِ هویت‌های فردی پیش چشم مخاطبان موجب ترغیب بهبود ارائهٔ خود نسبت به اکتشافاتِ شخصی می‌شود و به خودشیفتگی می‌انجامد. در باب تأثیر رسانه‌های دیجیتالی بر روابط، خلاقیت و تخیل، گاردنر و دیویس با احتیاط درمورد «آگاهی از دنیای دیجیتال نتیجه گرفتند: برای هرآنچه دوست داریم بدان دست یابیم شیوه‌هایی تعریف‌شده وجود دارند.»

هم محتوا و هم خطوط زندگی‌های پسران تحت‌تأثیر جهانِ سایبری‌ای که درون آن زندگی می‌کنند قرار دارند. یک نمونه، زمان است: بر طبق گفتهٔ پروفسور شِری تِرکل[۲۲۸]، از مؤسسهٔ فناوریِ ماساچوست، ماهیت همواره برقرارِ ارتباطات «به شکل یکتایی، برای زندگیِ پر از کار و برنامه‌ای که ممکن می‌سازد مناسب است». او می‌افزاید روابط «بیش از حد» ساده‌سازی شده و مفاهیمِ سنتیِ جداسازی و فردگرایی در رشد کودک از بین رفته‌اند؛ برای مثال، یکی از مراجعانِ جوان من که از تنهابودن مضطرب است و می‌ترسد، دوست‌دختری دارد که در فیس‌تایم با او ارتباط برقرار می‌کند؛ بعضی شب‌ها چندین ساعت دوربین خود را روشن می‌گذارند و همان‌طور می‌خوابند.

میزانِ تأثیر فناوری بر رشد چشمگیر است. ترکل به مطالعهٔ «تاریخچهٔ درونیِ دستگاه‌ها» پرداخته و از دههٔ ۱۹۸۰ تا ۱۹۹۰، برای یک پدیدهٔ جدید به نام «خودِ به‌هم‌پیوسته» سیر تکاملی مشخص کرده است. این دستگاه‌ها به بخشی از وجود نوجوان تبدیل می‌شوند؛ ابزارهای ابراز وجودی که به شکلی یکپارچه‌تر از آن چیزی که والدین حتی فکرش را بکنند با ذهن نوجوان آمیخته می‌شوند. همان‌طور که جوانان شیوه‌های ارتباطی خود را به پیام‌های متنی، عکس‌های اینستاگرام، اسنپ، توییت و پست‌های فیس‌بوک تغییر می‌دهند، نحوهٔ تفکرشان شکل می‌گیرد و به‌وسیلهٔ این رسانه‌ها محدود می‌شود. از این جهت، نحوهٔ رشد جوانان و فردیتی که در وجودشان شکل می‌گیرد، ازطریق محیط دیجیتالی با پارامترها، فشارها و طرح‌های خاصی شکل داده می‌شود. ترکل، نگرانی‌های والدین را در باب این نیروهای جدید تصدیق می‌کند: «اگر سه، چهار یا پنج ساعت از روز را در یک بازی آنلاین یا فضای مجازی (تعهدی زمانی که چندان هم غیرمعمول نیست)، احتمالاً جای دیگری هست که باید آنجا باشید، اما نیستید و آن جای دیگر همان صرف وقت با دوستان و خانواده‌تان است.»

نسل‌های پیشین درمورد آنچه آشنا بوده و به آنها قوت قلب بخشیده است سوگواری کرده‌اند، درحالی‌که نسل‌های بعدی خود را با شرایط تطبیق داده‌اند. همچون پدرِ پسرهای دیگر، من هم این موضوع را کاملاً شخصی متوجه شدم، همان‌طور که سعی داشتم با پسرانم در طول جلسه‌های بازی‌های ویدئویی همراه شوم. گرچه من تا حد زیادی دچار مشکل شده بودم، این مشکل اصلاً برای آنها مطرح نبود - آنها از شکست‌دادن من لذت می‌بردند؛ اما هیچ کار دیگری برای من تا این حد گیج‌کننده و سرگرم‌کننده نبود و دلایل زیادی برای کنارکشیدنِ خودم داشتم و از آن به‌بعد پسرانم برای سرگرمی‌های آنلاین به دوستانشان روی آوردند.

شاید درسِ اصلیِ این تحقیقات این است که ذهنِ کودکان در گفت‌وگویی صمیمی و بسیار حساس با محیط‌های درون‌فردی و فیزیکی‌شان رشد می‌کند. گوشی‌های هوشمند از ابزارهایی برای ارتباط به آواتارهایی تبدیل شده، پروفایل‌های آنلاین هویت شده و پیام‌های متنی به شیوه‌های دلخواه برای مکالمه تبدیل شده‌اند. نظریه‌پردازانِ رشد کلاسیک، جدایی و فردیت را مراحلی ضروری برای بلوغ می‌دانند. نظریه‌پردازان با کمک بینشِ روان‌شناسی فمینیستی، به اصلاحِ این الگو پرداخته و نشان داده‌اند که مردم واقعاً در روابط خود و ازطریق آنها رشد می‌کنند و رشدشان جدایِ از این روابط نیست. امروزه ما اصلاحِ دیگری را در درک خود از رشدِ طبیعی در نظر می‌گیریم: اینکه ذهن‌های جوان چقدر راحت خود را با بستر یا رسانهٔ موجود برای ارتباط با دیگران تطبیق می‌دهند.

بی‌شک، تغییرات بزرگ دیگری در راه هستند، اما همچون بسیاری دیگر از حوزه‌های رشد در مردان، افسانه‌ها، ترس‌ها و اغراق‌های بسیاری در مقابل

دیدگان والدین وجود دارند که باید هم‌زمان با هشیاری کامل درمورد این چشم‌انداز ناآشنا و دیجیتالی، دیدگاه صحیحی درموردشان به‌دست آورند.

اعتیاد به برانگیختگی

شرکت‌های بازی و رسانه‌های اجتماعی به معدن طلا دست پیدا کرده‌اند. پیش‌بینی شده که بازی‌های ویدئویی در سرتاسر جهان تا سال ۲۰۲۰ به فروش ۱۳۰ میلیارد دلاری دست پیدا خواهند کرد. شش شرکت برتر درزمینهٔ رسانه‌های اجتماعی در پایان سال ۲۰۱۷ تقریباً ۶۰۰ میلیارد دلار ارزش داشته‌اند که دوسومش مربوط به فیس‌بوک بوده است. این شرکت‌ها با استخدامِ دانشمندان برتر علوم اعصاب، طراحان بازی و متخصصان در اقتصادهای رفتاری و بازاریابی، در کسب سلیقهٔ مردم مهارت بسیار زیادی دارند تا با کسب پاداش‌های موجود، بر احساسات منفی غلبه کنند. سیگنال‌های داخلیِ این محصولات که هر روز پیچیده‌تر و دقیق‌تر می‌شوند، هر روز در تقویت رفتار کاربران بیشتری موفقیت کسب می‌کنند، تا جایی که اعتیاد به اینترنت به موضوعی جنجالی تبدیل شده است؛ برای مثال، بازیِ فورتنایت بتل رویال[۲۴۹] را که داغ‌ترین بازی ویدئویی است و موردتوجه همه قرار گرفته در نظر بگیرید، بر طبق گفتهٔ روان‌شناس لیسا دامور[۲۵۰]: «فورتنایت تمامی آنچه را طراحان بازی درمورد چگونگی اطمینان از اسیرکردن مخاطبان خود می‌دانند دربرگرفته است.»

در نسخهٔ به‌روزرسانی‌شدهٔ سال ۲۰۱۳ از راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی توسط انجمن روان‌شناسی آمریکا، اختلالِ بازی‌های اینترنتی به‌عنوان مشکلی در نوجوانان که باید موردمطالعهٔ بیشتر قرار گیرد شناسایی شد. مطالعه‌ای در سال ۲۰۱۷ به مطالعهٔ جوانان در ایالات‌متحده، انگلستان، کانادا و آلمان درمورد این اختلالِ معرفی‌شده پرداخت که ۸۶ درصدشان اخیراً بازی‌های ویدئویی بازی کرده بودند. این مطالعه از مشکلاتی که به بازی‌کردن

نسبت داده می‌شوند فهرست زیر را ارائه کرد:

شیفتگی و مشغولیت بیش از حد؛

- فرورفتن در خود به هنگام بازی‌نکردن؛
- تحمل (اجبار به صرف وقتِ بیشتر برای بازی‌کردن)؛

مشکل در کنترل زمان بازی‌کردن؛

انجام‌ندادنِ کارهای دیگر به‌خاطر بازی و بازی‌کردن به‌رغم رخ‌دادن مشکلات فردی؛

فریبکار و مرموزشدن؛

- تکیه بر بازی‌ها جهت کاهش احساساتِ منفی.

آدام آلتر[۲۵۱]، استاد دانشگاه نیویورک و نویسندهٔ کتابِ مقاومت‌ناپذیر: ظهور فناوری اعتیادآور و تجارتِ سرگرم‌کردن ما[۲۵۲]، در سال ۲۰۱۷، داستانی درمورد فیس‌بوک تعریف می‌کند که به‌واقع به ما سرنخی از آنچه والدینِ پسرانِ نوجوان با آن دست‌وپنجه نرم می‌کنند به‌دست می‌دهد. در سال ۲۰۱۲، مدیرانِ فیس‌بوک که آن زمان ۲۰۰ میلیون کاربر داشت، همچنین برنامهٔ تقویتی‌ای را که از سوی روان‌شناسان تحقیقاتی در ایجاد پشتکار و تعامل بیش از همه مؤثر بود، به‌کار گرفتند. نامش هم تقویتِ متناوب است. آنان یک دکمهٔ «دوست‌داشتن» را به رابط خود افزودند. با این نوآوری ساده، فیس‌بوک بسیار تعاملی شد و پاداش پیش‌بینی‌ناپذیر اما جذابِ تأیید اجتماعی را ارائه کرد. جامعهٔ فیس‌بوک در طول سه سال بعدی سه‌برابر شد و تا فوریهٔ سال ۲۰۱۷، به ۲ میلیارد کاربر نزدیک شد.

کمک به مردم جهت تنظیم احساساتِ خود و مدیریت حالت‌های روحی‌شان، کسب‌وکار قابل‌توجهی است، همان‌طور که بسیاری از شرکت‌ها که تنباکو یا الکل یا رابطهٔ جنسی می‌فروشند این موضوع را کشف کرده‌اند. جایی که تقاضا

باشد، عرضه هم خواهد بود. در طول عمرِ من، ماری‌جوانا از غیرقانونی‌بودن و ابزاری مشکوک به دست‌کاری در خواسته‌های یک نسل، به دارویی برای کاربردهای پزشکی و تفریحی تغییر یافت. من بیست سال پیش در دوران کاری خود در یک مرکز درمان نوجوانانِ بستری در بخش تشخیص دوگانه، شاهد بودم که نزدیک به نیمی از پذیرش‌ها در هر زمان در درجهٔ اول برای استفادهٔ مزمن از الکل و مواد بودند. امروز دیگر نمی‌توانم بگویم چه کسی احتمالاً از این مواد استفاده می‌کند؛ پسران از هر نژاد و رنگی به‌اندازه‌ای که در گذشته مردم آبجو می‌نوشیدند، امروز نشئه می‌کنند.

بااین‌حال، تجربهٔ من این است که بسیاری از پسران به ماری‌جوانا وابسته می‌شوند. از اینکه جرم‌زدایی شده است خیلی خوشحالم اما از این بابت که ابزار دیگری برای مسمومیت تا این حد در اختیار پسران نوجوان قرار دارد خیلی ناراحتم. از زمانی‌که هدایت برنامهٔ «مشاورهٔ همتا» را بر عهده دارم، درمورد استفاده از الکل و موادمخدر صحبت می‌کنم و سعی دارم تا حد امکان موعظه نکنم. پسرانِ نوجوان این روزها به‌سرعت قضاوت‌های اخلاقی والدین خود را تشخیص می‌دهند. هر سال بی‌باکانه سعی می‌کنم این پیام را به آنها برسانم: «مستی و مسمومیت با الکل به‌واقع عملکردِ عکس در خودتنظیمیِ احساسی دارند. با نشئه یا مست‌شدن، پسرها هیچ‌چیزی درمورد احساس آرامشی که از برداشتن بارهای احساسی سنگین از روی دوششان پیدا می‌کنند، نمی‌آموزند.»

اینکه شرکت‌های فناوری نیز شیوه‌های بسیار مؤثری جهت مقاومت‌ناپذیرکردن محصولات خود برای مشتریان جوان پیدا کردند مرا نگران می‌کند. بسیاری از خانواده‌ها برای پسرانشان که بازی‌کردن در آنها دارای ضوابط ارائه‌شده در راهنمای تشخیصی[illegible] و آماری اختلال‌های روانی است، از متخصصان کمک

گرفتند. من همیشه به وینستون[۲۶۴] فکر می‌کنم؛ یک دانش‌آموزِ دمدمی‌مزاج سال آخر دبیرستان که مادرش در برابر علاقهٔ او به دنیای بازی‌های ویدئویی تسلیم شده بود. او که مشخصاً در این زمینه استعداد داشت، با استفاده از قطعاتی که از فروشگاه دیجیتال خریده بود برای خود کامپیوتری تهیه کرده بود. آنچه به او انگیزه می‌داد، تمایل به سیستمی بود که برای بازی‌کردن با فناوری بالا سفارشی شده باشد. نمراتش در مدرسه خیلی خوب نبودند، کلاس‌ها برایش کسل‌کننده بودند و تعداد دوستانش با افزایش مشارکت در جوامعِ بازی‌های آنلاین هر روز کمتر می‌شدند. او ساعت‌های خیلی زیادی را صرف بازی‌کردن می‌کرد و آن‌قدر در این زمینه مهارت پیدا کرده بود که بازی‌هایش را ضبط می‌کرد، بهترین لحظاتشان را روی وب‌سایت‌های بازی می‌فرستاد و نام خود را در شرکت سازندهٔ بازیِ محبوبش ثبت‌نام می‌کرد تا داوری برای قوانین و مقررات آنلاین باشد.

وینستون به‌خوبی با نمایهٔ توصیف‌شده توسط روان‌شناس برنت کنراد[۲۶۵]، نویسندهٔ کتاب چطور به کودکانِ معتاد به بازی‌های ویدئویی کمک کنیم: راهنمایی برای والدین[۲۶۶] همخوانی دارد. او نیز پسر است، با یک عملکرد آکادمیکِ روبه‌افول که به‌سمت بازی‌های اکشن و مبارزه‌ای کشیده شده، در بسترهای اجتماعی مدرسه‌اش بسیار مضطرب است و اغوا می‌شود تا بازی‌کردن خود را به سطوح بالاتری برساند و زمانِ فزاینده‌ای را صرف بازی‌کردن به‌جای انجام کارهای دیگر کند؛ اما به‌رغم غریوهایی که می‌گویند پسرانی همچون او را باید معتاد در نظر بگیریم - تاحدی که کره‌جنوبی صدها مرکز درمانی را ایجاد کرده و درمان‌هایی همچون درمان با الکتروشوک را امتحان می‌کند - این ایده دو مشکلِ بزرگ دارد.

مشکل اول این است که تا وقتی مهارت‌های فرد برای مدیریت و حلِ تنش‌های

احساسی در سطوحِ مبتدی باقی بمانند، او در خطرِ وابسته‌شدن به استراتژی‌های بیرونی قرار دارد - مواد شیمیایی، فعالیت‌ها، تجربه‌ها - که به‌طور موقت احساسات او را تغییر می‌دهند. روان‌شناسان کریستوفر فرگوسن[۲۵۷] از دانشگاه استتسان[۲۵۸]، و پاتریک مارکی[۲۵۹] از دانشگاه ویلانووا[۲۶۰]، که باهم کتابِ مورتال کمبت: چرا جنگ در بازی‌های ویدئویی غلط است[۲۶۱] را نوشته‌اند می‌گویند: «بازی‌ها درواقع ریشهٔ اصلی مشکل نیستند، بلکه مشکل جای دیگری قرار دارد.»

درمورد وینستون، آن چیز دیگر، ارتباطش با والدینش بود که از تلاش‌های سرسختانهٔ او برای کنارزدن آنها و ماندن در واقعیت مجازی خسته شده بودند. دلایلِ زیادی وجود دارند که چرا یک پسر ممکن است بخواهد والدینش را از خود دور کند، که از آن جمله می‌توان به تمایلِ سالم برای استقلال اشاره کرد. من همیشه این موضوع را در خانواده‌هایی که برای کمک‌گرفتن درمورد پسرشان مراجعه می‌کنند می‌بینم؛ اما میان بلوغ مترقی و جداییِ واکنشی، تفاوت هست. برای اینکه پسر استقلال بیشتری به‌دست آورد لازم نیست وابستگی‌اش را به والدینش برای درک و پشتیبانیِ آنها کم کند. ازطرف‌دیگر، قطع ارتباط با والدین مکرراً و معمولاً در واکنش به مادران یا پدرانی که به شکل ناخواسته و در اثر اضطراب، تنهایی یا عزمی جدی، برای اینکه تنهاییِ خودشان در کودکی برای کودکشان تکرار نشود، کنترل‌کننده شده‌اند رخ می‌دهد. تنها راهی که یک پسر می‌تواند در چنین شرایطی خود را توانا و متمایز نشان دهد، جداشدن از خانواده است.

یکی از پسرانِ پانزده‌ساله‌ای که به دیدار من می‌آمدند، اسمش آرون[۲۶۲] بود و هنوز هم به مادرش خیلی نزدیک بود، اما نگران این هم بود که وابستگی‌اش به مادرش او را «بچه‌ننه» نشان دهد. برایش خیلی مهم بود که مرزهای

قدرتمندی مشخص کند و از مادرش جدا شود و نیاز داشت خود را متفاوت ببیند. دراین‌زمان، نوعی ترسِ ناآگاهانه در مادرش ایجاد شد که موجب شد او را به باد انتقاد بگیرد. رابطهٔ آنها دچار بحران شد و آرون از اینکه مادرش چطور اعتمادبه‌نفس او را نادیده می‌گیرد و همیشه ضعف‌های او را می‌بیند خیلی عصبانی شد و مادرش نیز از عدم قدردانیِ آرون از اینکه چقدر خود و زندگی‌اش را فدای او کرده بیزار بود. آنچه مشکل را پیچیده‌تر می‌کرد این بود که چگونه هرکدام در غیابِ دیگری و به‌دلیل صحبت‌نکردن باهم و یافتن راهی روبه‌جلو یا درکی مشترک بسیار تنها شدند.

هم درمورد وینستون و هم آرون، من توانستم به والدین کمک کنم تا گره‌های ارتباطی را باز کنند. ازطریق هدایت و خلق فرصت‌هایی برای روبه‌روشدن با احساساتِ وابسته به یکدیگر - که ریشه در گذشته‌های دردناکی داشتند که الگوهای رابطه‌ای صلب و غیرقابل‌بهبود را ایجاد می‌کنند - والدین توانستند تنها با بودن در کنارشان، خود را علاقه‌مند نشان‌دادن، «رشوه‌دادن» به آنها با فعالیت‌های دیگری که هنوز دوست داشتند و مشارکت با آنها جهت تعیین محدودیت‌های معقول بر رفتارهایی همچون بازی‌های آنلاین، پسرانشان را دوباره به مسیر درست بازگردانند. آنچه موجب موفقیت آنان شد، شناخت این مسئلهٔ مهم بود که چگونه نیازهایشان وارد رابطه شود و به شکلی ماهرانه آنها را به‌سمتی هدایت کند که به پسران خود بپیوندند یا به شیوه‌هایی به آنها واکنش نشان دهند که تلاش را برای ایجاد شایستگی در پسرانشان دست‌کم بگیرند. عملکرد استراتژیک در بازیابیِ ارتباط نیازمند این بود که آنها نگرانی‌های خود و عشقشان را به پسرکوچولویی که قبلاً بود نادیده بگیرند تا مرد جوانی را که امروز به کمکشان نیاز دارد حمایت کنند تا به مردی مسئولیت‌پذیر تبدیل شود.

اما بازکردن گره‌های ارتباطیِ والدین ممکن است با ترس‌های احساسی و عاطفی ایجادشده به‌دلیل تأثیر اعتیاد دیجیتال بر اعصاب بغرنج شود. بازی‌ها و رسانه‌ها به‌واقع در شبیه‌سازیِ مرکز لذت در مغز بسیار زبردست عمل می‌کنند، اما آزادشدن دوپامین، ماده‌ای شیمیایی در مغز، یا انتقال‌دهندهٔ عصبی، که مراکز پاداش و انگیزه را در مغز کنترل می‌کند، با لذت‌های بسیاری انجام می‌گیرد (ازجمله خواندن یک کتاب خوب یا تماشای یک برنامهٔ تلویزیونی جذاب) که هیچ‌گاه اعتیادآور شناخته نمی‌شوند. بر طبق یافته‌های فرگوسن و مارکی، دوپامینِ آزادشده در واکنش به یک بازی ویدئویی معادل با تأثیر خوردنِ یک برش پیتزاست. مطالعه‌ای در سال ۲۰۱۶ که در مجلهٔ روان‌شناسی آمریکا منتشر شد، به تحلیلِ نتایج چهار تحقیق، درمجموع از هجده‌هزار پاسخ‌دهنده پرداخت. بر طبق نظر نویسندگان، کمتر از یک درصد از کسانی که بازی‌های ویدئویی بازی می‌کنند، نشانه‌های اعتیاد را در خود داشته‌اند - بسیار کمتر از قماربازان. از همه مهم‌تر اینکه، حتی آنهایی که این ضوابط و شرایط را داشتند آن‌قدر دچار پیامدهای منفی نشدند که نشان دهند این طبقه‌بندی اشتباه است. فرگوسن و مارکی درمورد گزارش چنین نظری دادند: «بزرگ‌ترین تفاوتِ میان معتادان و غیرمعتادان که در این مطالعه یافت شد این بود که معتادان بیشتر بازی می‌کردند.»

به‌عنوان یک مراقب، این تمایل در ما وجود دارد که با هشیاری، به استفاده از فناوری در میان نوجوانان واکنش نشان دهیم. همان‌طور که مادروپدرها با درکِ این نیروی جدید، قدرتمند و فراگیر، در زندگی پسرانشان دست کمک دراز می‌کنند، نسبت به ادعاهای متخصصان نیز، که در این زمینه بسیار فراوانند، آسیب‌پذیر هستند؛ یک نویسنده در گزارش خود در نسخهٔ آمریکایی روزنامهٔ گاردین در سال ۲۰۱۷، سؤال کرد: «چرا این تعداد از مردم - از والدین گرفته تا محققان و بازیگران نودویک‌ساله - به وجود اعتیاد بازی‌های ویدئویی

و دیگر اثرات منفی این بازی‌ها باور دارند، زمانی‌که شواهد از این موضوع پشتیبانی نمی‌کنند؟» گزارش او ادعاها و نظراتِ مبتنی بر اعتیاد را به یک تمایلِ قدیمی و مضطربانه مبنی بر سلطه و کنترلِ جوانان پیوند داد. در این مقاله فرگوسن افزود: «کسانی که دیدگاه‌های منفیِ بسیار افراطی درمورد بازی‌های ویدئویی دارند، دیدگاه‌های منفی بیشتری نیز نسبت به کودکان و نوجوانان دارند.»

همراه‌شدن با پسران در فضای سایبری

زمانی‌که در سال ۲۰۰۵، مرکز تحقیقات پو برای اولین‌بار شروع به ثبت میزان استفاده از رسانه‌های اجتماعی کرد، تنها هفت درصد از کودکان بالای هجده سال از شبکه‌های اجتماعی بازدید می‌کردند. تا سال ۲۰۱۵، این درصد ده‌برابر شد. بیشترین و سریع‌ترین میزان افزایش در جوان‌ترها بود که استفاده از رسانه‌های اجتماعی در میان آنان در همه‌جا دیده می‌شد. هجده تا بیست‌ونه‌ساله‌ها، ۸۸ درصد حسابِ فیس‌بوک داشتند. استفاده از تلفن‌همراه نیز شاهد تغییراتِ بسیار سریعی بود: در سال ۲۰۱۱، ۳۵ درصد از مردان تلفن‌همراه هوشمند داشتند، در سال ۲۰۱۷ در گزارشی از سوی پو، این عدد، ۷۷ درصد در تمامی سنین و ۹۲ درصد در میان هجده تا بیست‌ونه‌ساله‌ها اعلام شد.

حضورِ تقریباً جهانیِ دستگاه‌های دیجیتالی در زندگیِ پسران، یک تفاوتِ تکان‌دهنده میانِ نسل امروز و والدین آنهاست. این تفاوت به‌واقع شکاف طبیعی در میزان درک را میان جوانان و آنان که سعی دارند نزدیکشان بمانند، کمی بزرگنمایی می‌کند. والدین که همین‌الان هم به‌دلیل رفتارِ خارج‌ازکنترل پسران خود بسیار مغشوش هستند، ممکن است تلفن‌های همراه و بازی‌های ویدئویی را غول بپندارند و آنها را علت و نه نشانه بدانند. بنا به تجربهٔ من، مشخص نیست کدام مورد اول است: اعتیاد یا قطع ارتباط. پسران حتی بدون اینکه خودشان این موضوع را بدانند، به‌دلیل وجود افسانه‌های مردانگی درمورد استقلال، از والدین خود دور می‌شوند. این موقعیت نشانگر طوفانی است که در آن باورهای غلط رایج در جامعه که مشوق قطع ارتباط پسران با خانواده‌هایشان هستند در پیام‌های بازاریابی‌ای که آنان را طعمهٔ فناوری

می‌کنند ادغام می‌شوند. بازی‌ها و نرم‌افزارها به‌سادگی نشانگر یک عامل دورکنندهٔ دیگر برای پسران از روابطشان هستند.

در راستای افزایش فناوری‌های دیجیتال، تغییرات قابل‌توجهی در آنچه مایکل کیمل «سرزمینِ مردان»[۱۲۶۲] می‌نامد، انجام گرفته‌اند. درحالی‌که در سال ۱۹۶۰ تقریباً هفتاد درصد از مردانِ نوجوان آمریکایی خانه‌های خود را ترک کرده بودند، تحصیلاتشان را به‌پایان رسانده، شریکی عاطفی برای خود یافته و به نیروی کار پیوسته بودند، امروز کمتر از یک‌سوم از مردان تا سی‌سالگی به این دستاوردها دست می‌یابند. کیمل در تحقیقات خود مردانِ جوانی را مشاهده کرد که دوستیِ اعضای انجمن‌های برادری، کسانی که به مهمانی‌ها می‌روند و کسانی که بازی می‌کنند را به روابط و آرمان‌های جدی‌تر ترجیح می‌دهند. او نتیجه گرفت: «ازقضا، آزادیِ نوظهورِ زنان، مردان را دعوت به این امر می‌کند که بزرگ‌سالی را بیش از این به‌تأخیر بیندازند. بدون داشتنِ خانواده‌ای که از آن پشتیبانی کند، بدون هرگونه مسئولیت نسبت به هرکسی به‌جز خودشان و زنانِ جوانی که ازنظر جنسی به‌اندازه‌ای که حتی فکرش را هم نمی‌کردند بازیگوش و فعال هستند، آزادند تا بزرگ‌سالیِ خود را تا ابد به‌تأخیر بیندازند.»

دفترِ ملی پژوهش‌های اقتصادی که یک سازمانِ تحقیقاتیِ غیرانتفاعی است، اخیراً مقاله‌ای منتشر کرده است که در آن کاهش تعداد ساعت‌های کاریِ مردانِ این هزاره را به بازی‌های ویدئویی ارتباط می‌دهد. محققان دریافته‌اند که بیست‌ویک تا سی‌ساله‌ها در سال ۲۰۱۵، به‌طور میانگین ۲۰۳ ساعت کمتر از همان گروه سنی در سال ۲۰۰۰ صرف کار کرده‌اند. بخش قابل‌توجهی از اوقات فراغتِ آنها به‌صورت آنلاین صرف شده است؛ تضادی واضح با همتایانِ مؤنثشان که بیشتر احتمال دارد وقت آزاد خود را صرف خوابیدن یا مراقبت از

خود کنند.

بزرگ‌سالان جهت همراه‌شدن با پسرانی که در فضای سایبری زندگی می‌کنند و عملاً در هر روز از ابزارهای فناوری بهره می‌گیرند، با چالش‌هایی روبه‌رو می‌شوند که هم به چالش‌های نسل‌های پیشین شباهت داشته و هم پیچیدگیِ بیشتری دارند. نگاهی به دو جنبه از زندگیِ پسران که تحت‌تأثیر فناوری قرار گرفته‌اند، نوعی حس رقابت را ایجاد می‌کند. بر طبق گزارشِ دیگری در سال ۲۰۱۵ از سوی مؤسسهٔ تحقیقاتیِ پو، از میان سیزده تا هفده‌ساله‌هایی که گفته بودند دارای رابطه‌ای عاشقانه هستند، رسانه‌های دیجیتالی نقشی اساسی در ارتباطاتی داشتند که با اهداف عاشقانه آغاز می‌شدند. دوست‌شدن در فیس‌بوک، لایک‌کردن یا دنبال‌کردن فرد و پیام‌دادن، همگی راه‌هایی هستند که نوجوانان تماس با یکدیگر را آغاز می‌کنند. ارتباطاتی که به کمک کامپیوتر شکل می‌گیرند راه‌های جدیدی برای ارتباط یا طنازی هستند. نوجوانان به‌محض متعهدشدن به یک شریک عشقی متوجه می‌شوند که ارتباط‌داشتن انتظاراتِ جدیدی را با خود به‌همراه می‌آورد: ۱۱ درصد انتظارِ صحبت‌کردن زودبه‌زود با شرکای عاطفی خود دارند؛ ۸۵ درصد، حداقل یک بار در روز. برای والدینی که پیش‌از این پدیده‌ها سن بلوغ خود را طی کرده‌اند، انتظاراتِ ارتباطی از این قبیل قابل‌درک نیستند.

جنبهٔ دیگر این است که پسران نوجوان چگونه خود را به‌صورت آنلاین به فرد مقابل ارائه می‌کنند. نیاز به ساختِ یک پروفایل فردی، نوجوانان را وادار می‌کند تصویری از خود منتشر کنند که به‌طور گسترده دست‌به‌دست می‌شود. معمولاً آنها از هنجارهای گروه همتایان خود برای پرکردن صفحهٔ خالی کمک می‌گیرند. همان‌طور که سعی دارند نحوهٔ دیده‌شدن خود را از جانب دیگران درک کنند، تلاش دارند در نوعِ عکس‌هایی که پست می‌کنند و زبانی که برای

توصیف خود از آن بهره می‌گیرند، از قراردادهای مردانه استفاده کنند. پسران ممکن است عکس‌هایی را منتشر کنند که شامل استفاده از الکل، نمایش اندام جنسی و ورزش باشند. زبانی که از آن استفاده می‌کنند معمولاً خشن است و آنان را مردتر از آنچه واقعاً هستند نشان می‌دهد. درمجموع، پسرانِ نوجوان بیش از دختران در پروفایل‌های خود از اغراق و جعل بهره می‌گیرند.

والدینی که می‌دانند بعداز رفتنِ پسر به دانشگاه و سپس در محل کار چه چیزی پیشِ‌روی پسرشان قرار دارد، قادرند واکنشِ مسئولان پذیرش دانشگاه و کارمندان منابع انسانی را زمانی‌که با این پروفایل‌های آنلاینِ ناخوشایند روبه‌رو می‌شوند تصور کنند. تحقیقاتی در سال ۲۰۱۳ اظهار داشتند که ده درصد از درخواست‌های شغلیِ جوانان به‌دلیل پروفایل‌های رسانه‌های اجتماعی‌شان رد می‌شوند. چالش اصلی بر سر راه والدین این است که به پسر خود عواقبِ بلندمدت تصاویر منتشرشده در رسانه‌های اجتماعی را توضیح دهند، بدون اینکه باعث شوند او از آنها فاصله بگیرد و با خود بیندیشد: «چرا اینها نمی‌فهمند»، چون از نسل دیگری هستند. به‌علاوه، آنها باید این دیدگاه را بدون اینکه بگویند «ما از تو بیشتر می‌دانیم» ارائه کنند، چراکه این جواب تنها باعث می‌شود پسر خود را از پدرومادر کنار بکشد.

یلدا اولز[۲۲۵]، روان‌شناس، از دانشگاه یوسی‌ال‌ای، در مصاحبه‌ای برای مجلهٔ آنلاینِ پی.سی[۲۲۶]، که درمورد چگونگی بزرگ‌کردن کودکان مسئولیت‌پذیر در عصر دیجیتال سخنرانی می‌کند و می‌نویسد، به والدین یک بستر تاریخی برای انقلاب دیجیتالی ارائه کرد. او به آنها یادآوری کرد که پدران و مادران در پایان قرن نوزدهم چگونه نگرانِ فرزندان خود بوده و آنها را منع می‌کرده‌اند. «این هم همان اصل است. کنترل و اقتدارگرایی». او به‌عنوان راه‌حل جایگزین، «میانجیگری فعال رسانه‌ای» را پیشنهاد می‌کند که در آن والدین با کودکان

خود همکاری کرده و یک رویکرد «مثبت و انفعالی» را اتخاذ می‌کنند که زمانِ صرف‌شده مقابل صفحهٔ کامپیوتر را با دیگر فعالیت‌های مهم متوازن می‌سازند و پارامترهایی را حول مشکلات اساسی همچون خواب، حریم خصوصی و محتوای مناسب مشخص می‌کنند.

در رویکردهای این‌چنینی، مشکلِ زمان صرف‌شده مقابل صفحهٔ کامپیوتر نسبت به ارتباط اهمیت کمتری دارد. هدف این است که چارچوبِ مشارکتی برای حل مسئله تهیه کنیم که از موضوعاتِ تهدیدآمیزتری همچون رانندگی، سوءمصرف مواد و غیره که در پایان راه فرامی‌رسند، کمک بگیرد؛ گرایشِ برد - برد که در آن دغدغه‌های پدرومادر درمورد سلامت و مسئولیت با شناخت برابر دغدغه‌های مشروع پسر درمورد دوستی، تفریح و خوش‌گذرانی متوازن شده و درنهایت موجب تقویت ارتباط آنها می‌شود.

تمامی پدرومادرها میان حفظ ارتباط بهینه با پسران خود و ایجاد اعتمادبه‌نفس و قضاوت مستقل در آنان دچار نوعی تنش می‌شوند. براساس یکی از تحقیقاتِ پو از والدینی که پسران سیزده تا هفده‌ساله داشتند، اکثر والدین آمریکایی به‌نوعی نظارت دیجیتالی را اجرا می‌کنند: ۶۱ درصد فعالیت‌های پسر نوجوان خود را در وب کنترل می‌کنند و ۶۰ درصد هم به بررسی پروفایل‌های آنان در رسانه‌های اجتماعی می‌پردازند؛ نزدیک به ۵۰ درصد نیز تلفن‌ها و پیام‌های فرزندان خود را بررسی می‌کنند. نصبِ کنترل‌گرهایی روی کامپیوتر یا گوشیِ کودک برای والدین چندان رایج نیست، اما تقریباً نیمی از والدین از نوجوانان می‌خواهند رمز عبورشان را با آنها در میان بگذارند. منعِ لوازم دیجیتالی به مدت محدود یک شکل تأدیب آنهاست و ۵۵ درصد نیز محدودیتِ روزانه برای این دستگاه‌ها تعیین می‌کنند.

باوجود اینکه این موضوع ممکن است برای والدین بسیار ناآشنا و تهدیدآمیز باشد، اما بُعدِ دیجیتالی زندگی پسران نشانگر فرصتی بسیار مهم برای پشتیبانی از پسرانشان هم‌زمان با واردشدن به جهان گسترده‌تر است. جست‌وجو به‌دنبال دستورالعمل‌ها و قالب‌های راهنمایی در جهت مدیریت تداخل فناوری با زندگی خانوادگی، این واقعیت را نادیده می‌گیرد که کیفیت روابط آنهاست که اهمیت دارد، نه نحوهٔ مراقبتشان.

برای مثال، آیا پدر یا مادر باید فیلترهای جست‌وجو و کنترل‌های دیگری برای کامپیوتر یا تلفن‌همراه پسر خود تعیین کنند؟ با علم به اینکه هر پسر نوجوانی از ابتدای نوجوانی با محتوای پورنوگرافیک روبه‌رو می‌شود و فشارهایی را برای درگیرشدن بیش از حد در بازی‌های ویدئویی پیشِ‌رو خواهد داشت، والدین چطور می‌توانند بر آنها نفوذ مداوم داشته باشند؟ یک بار با مادری ملاقات کردم که پسرش گاهی در این امور زیاده‌روی می‌کرد و به‌همین‌دلیل او پیام‌ها و ایمیل پسرش را زیر نظر داشت، تمامی پسوردهای او را از حفظ بود و به شکل تصادفی تاریخچهٔ فعالیت‌های آنلاینش را نگاه می‌کرد. درحقیقت، هدف مادر از این کار این بود که وقتی متوجه شود پسرش قضاوت بهتری پیدا کرده است، به‌آرامی این نظارت‌ها را پایان دهد. به‌جای تنبیه‌کردن پسر، پس‌از یک‌سری مشکلات در جوانی و جاهلی، آنها به این راه‌حل دست یافته بودند. برنامهٔ طرح‌شده این بود که پسر نیز در این راستا کمک کند تا خودش به مدیریت بهتر کارهایش بپردازد.

آکادمی پزشکی اطفال آمریکا، دستورالعمل‌های جدیدی در باب استفاده‌های سایبری در سال ۲۰۱۶ منتشر کرد که از محدودکردن زمان کلی صرف‌شده مقابل صفحهٔ کامپیوتر، به حصول اطمینان از اینکه کودکان در زمان پیام‌دادن یا تماشاکردن تنها نیستند، تغییر رویه داده بود. «با کودکان خود همراه شوید و به

کودکانتان کمک کنید درک کنند چه چیزی تماشا می‌کنند و هدایتشان کنید آن چیزی را که یاد می‌گیرند در جهان اطرافشان به‌کار ببندند.» این قانون جدید با پیشنهادِ صرف زمان ویژه با پسران هم‌راستاست: والدین و دیگر مراقبان باید جایی باشند که پسران هستند.

اما والدین به‌عنوان معمارانِ کلیدی در دوران نوجوانیِ فرزندانشان، نباید دنیای سایبریِ رسانه‌ها و بازی را آزاد بگذارند و کنار بایستند و اجازه دهند پورنوگرافی یا مصرف مواد به‌صورت تفریحی، رشد فرزندشان را دچار مشکل کند. جنبشی در جهت «کودکی بدون تبلیغات» در واکنش به فناوری شروع شده است که کودکان را از بازی‌ها، روابط و طبیعتِ خودجوش و بی‌پایان دور می‌کند. هدف از این کمپین برای داشتنِ کودکیِ بدون تبلیغات، که در سال ۲۰۰۰ از سوی روان‌شناس مدرسهٔ پزشکی هاروارد، سوزان لین[۱۲۶] تأسیس شد، این است که از تلاش‌های «والدین» برای بزرگ‌کردن خانواده‌های سالم ازطریق محدودکردن دسترسی تجاری به کودکان و پایان‌دادن به اقداماتِ استثمارگرایانهٔ بازاریابیِ کودکان پشتیبانی کند. این کمپین مجموعه‌ای از منابع را ارائه می‌کند و یک هفتهٔ بدون دستگاه‌های دیجیتالی دارد که با هفتهٔ کتاب کودکان مصادف شده است. جهت ایجادِ توازنِ سالم و کلی در خانواده‌ها،[۱۲۷] CCFC هفت استراتژی آزمایش‌شده را در راستای کاهش زمانی که کودکان مقابل نمایشگر صرف می‌کنند آزمایش کرد؛ برای مثال، وقت غذاخوردن و صبح‌ها را زمان‌هایی بدون دستگاه‌های دیجیتالی تعریف کرده بود و بازی‌های بیرون از خانه و تخیلی را ترغیب می‌کرد و از بزرگ‌سالان می‌خواست استفادهٔ متوازن از دستگاه‌های خود را الگوی بچه‌ها قرار دهند.

زمان‌هایی که پسرها آنلاین هستند، مجموعهٔ روبه‌گسترشی از دستورالعمل‌های شهروندیِ آنلاین به آنها ارائه می‌شود. با درکِ اینکه بومی‌های دنیای دیجیتال

لزوماً کاملاً آگاه نیستند، برنامهٔ آموزشیِ زندگیِ آنلاین که توسط معلم، روبن لویی[۲۶۹]، در ارتباط با مربیان دیگر ارائه شده، متشکل از سی ماژول است که عناوینی همچون تاریخچهٔ اینترنت، اخلاقِ دیجیتال، روان‌شناسی سایبری و روابط آنلاین را پوشش می‌دهد. ام‌تی‌وی[۲۷۰] هم پروژهٔ حقوق دیجیتالی خود را ارائه کرد که می‌گوید: «من درمورد تلفن‌همراهم و زمانی‌که آنلاین هستم حق دارم...» و در ادامه فهرستی آورده شده که شامل این موارد است: «بدون فشار یا سوءاستفاده زندگی کنم»، «درصورتی‌که شاهد آزاردادن کسی بودم وارد عمل شوم و به او کمک کنم»، «روابط ناسالم را پایان دهم»، و «هر زمان دوست داشتم از آن فضا خارج شوم». یک شرکت رسانه‌ای کمپینی آموزشی برگزار کرد که سه سؤال مهم را برای نوجوانان به‌همراه داشت تا از خود بپرسند: ۱) چرا دوست‌دختر/ دوست‌پسر من باید هر لحظه از روز بداند کجا هستم و چه‌کار می‌کنم؟ ۲) آیا ارسال یا دریافت یک پیام هر پنج دقیقه در طول روز و شب به‌نظر طبیعی می‌رسد؟ ۳) آیا پیام‌هایی که دریافت می‌کنم گاهی باعث می‌شوند احساس بدی پیدا کنم؟

برای والدینی که با خود می‌اندیشند آیا پسرشان به ابزارهای دیجیتال وابستگی پیدا کرده است یا خیر، رویکردی جالب و کاربردی از سوی جیمز هامبلین[۲۷۱]، فیزیک‌دان و نویسنده، ارائه شده است. او بر ضد رویکردهای درمان اعتیاد که پرهیز طولانی‌مدت را پیشنهاد می‌کنند سخن می‌گوید: «چراکه مطمئن نیستم ضروری باشند، یا حتماً به نتایج بلندمدت بینجامند.» با استفاده از قیاسی برای رویکرد جدیدِ واکنش نشان‌دادن بیش از حد، روزه‌داری متناوب، این رویکرد به افراد کمک می‌کند استفاده از دستگاه‌های دیجیتال را با «بازآموزیِ ارادی» تنظیم کنند. دکتر هامبلین درمورد مزایایِ عدم استفاده از دستگاه‌های دیجیتال می‌نویسد: «کلیدِ هدفمندبودن درمورد استفاده از رسانه‌ها، ازبین‌بردنِ این عادت‌هاست که برنامه‌ها و دستگاه‌ها برای نگاه‌کردن

بی‌فکرانه و واکنش به هر لرزش دستگاه یا صدای هشدار ساخته شده‌اند.»

اما اگر عدم استفاده از دستگاه را رویکردی بیش از حد افراطی بدانیم، آنیا کامنتز[۲۷۲]، خبرنگار آموزش دیجیتال برای رادیوی عمومی ملی، این دستورالعملِ بسیار سرراست را پیشنهاد می‌کند: «از دستگاه‌های دیجیتالی خود لذت ببرید؛ اما نه خیلی زیاد؛ به‌خصوص باهم.»

برای والدینی که سعی دارند یک سیاست خانوادگی مناسب را برای استفادهٔ فرزندان خود از دستگاه‌های دیجیتال پیدا کنند، این سؤال‌ها ممکن است به آنها کمک کنند. هدف این است که از واکنش والدین جلوگیری شود تا سیاست‌هایشان مؤثر واقع شوند.

- اگر پسرتان از رابطهٔ خود با شما کناره‌گیری می‌کند، درواقع سعی دارد از چه چیزی دور شود؟ در روابط قدرتمند یک نیروی مغناطیسی وجود دارد که به‌رغم کششِ گروه همتا یا جاذبه‌های دیگر، پسران را در مدارِ حول والدینشان نگاه می‌دارد. پسران که بسیار وابسته هستند زمانی‌که نیاز به درک، آسایش، پشتیبانی یا کمک داشته باشند به آنان روی می‌آورند. آیا مانعی ایجاد شده که ارتباط مؤثر شما را با فرزندتان قطع کرده است؟
- به‌طور مشخص، همان‌طور که پسرتان نشانه‌هایی از وابستگی بیشتر را نشان می‌دهد، آیا شما بیشتر با او دعوا می‌کنید؟ آیا به نداشته‌هایش اشاره می‌کنید به‌جای اینکه از آنچه دارد تقدیر کنید؟ آیا انتقادکردن به شیوه‌ای ناخودآگاه برای بیان اضطرابی که از دورشدن فرزندتان دارید تبدیل شده است؟
- چطور سیاست‌های استفادهٔ منصفانه از دستگاه‌ها را با پسرتان به مذاکره می‌نشینید؟ مکالماتی در این مورد که چه چیزهایی سالم و مناسب هستند

- در نظر بگیرید و به او کمک کنید درک کند که رفتار آنلاین چگونه باید بازتاب‌دهندهٔ ارزش‌های اصلی او باشد. اگر با او هیچ گفتمانی نداشته‌اید، چه چیزی مانع کارتان شده است؟
- آیا پسر شما از یک برنامهٔ استفاده از دستگاه‌های دیجیتال در مدرسه بهره می‌برد؟ آیا می‌توانید نقش خود را به‌خوبی بازی کنید و مطمئن شوید برنامه به‌روز و کافی است؟ آیا نشانگر ارزش‌های خانوادهٔ شماست؟
- اگر دغدغه‌های واقعی درمورد کلِ زمان صرف‌شده مقابل صفحهٔ کامپیوتر به وجود آیند، آیا پسرتان به چارچوبی قوی‌تر نیاز دارد تا با فشارها و وسوسه‌های زندگی سایبری انطباق پیدا کند؟ آیا می‌توانید یک سیاست کنترل برای او تعیین کرده، اهداف را مشخص کرده و جدول زمانی برای استقلال نهایی او مشخص کنید؟

فصل دهم: قرنِ بیست‌ویکم و پس‌از آن

در کارگاهی برای والدین، تحقیقاتِ خود را درمورد پسرانی که یادگیرندگانِ ارتباطی هستند ارائه کردم و به شرکت‌کنندگان گفتم پسرانِ بسیارکمی در این مطالعه - در اصل هیچ‌کدام - به گزارش زمانی پرداخته‌اند که رابطهٔ خرابشان را با مربی یا معلمشان اصلاح کرده‌اند. توضیح دادم نتیجه‌گیریِ ما این است که معلمان و مربیان باید فرض کنند مدیران رابطه هستند. در همان زمان پدری دست بلند کرد و با خشم شکایت کرد: «مرا ببخشید، اما مردانگی کجا رفته است؟ با نوازش‌کردن پسرها به شیوه‌هایی که تحقیقات شما نشان می‌دهند، آیا درواقع آنها را بیشتر وابسته و منفعل نمی‌کنیم؟» من دغدغهٔ او را متوجه شدم و اضافه کردم من هم نگرانم که این تحقیقات در میان پسران نوعی محق‌بودن را ترویج دهد. گفتم از معلمان خواسته‌ام دو چیز را از مطالعهٔ ما یاد بگیرند: اول اینکه ناتوانی پسران در مسئولیت‌پذیری نسبت به روابط یادگیری‌شان خط شروع است و مقصد نهایی نیست و این موضوع بازتاب‌دهندهٔ آن است که اوضاع برای پسران امروز از چه قرار است. معلمان نباید خود را کنار بکشند و منتظر باشند پسر صحبت کند یا کمک بخواهد یا به‌خاطر اشتباهی که مرتکب شده است عذرخواهی کند. زمانی‌که رابطه دچار مشکل می‌شود، وظیفهٔ بزرگ‌سال و فرد حرفه‌ای است که مشکل را برطرف کند.

دوم، فقدان ابتکار عمل پسران در یک رابطهٔ مشکل، به‌واقع پیامد منطقی نحوهٔ معاشرت آنان است. مربیان نباید پیامد متفاوتی را انتظار داشته باشند مگر اینکه کاری در این مورد بکنند. این‌طور نیست که پسران بعداز قطع ارتباط با کسانی که سعی دارند چیزی به آنها بیاموزند، ازنظر بیولوژیکی قادر به بهبود روابط نباشند، اما بسیاری نمی‌توانند این کار را بدون اینکه مشکلاتی برای

خودشان به‌همراه داشته باشد انجام دهند.

همان نوعِ معاشرتی که بسیاری از پسران را ازنظر ارتباطی در مدرسه فلج کرده است، به عملکرد آموزشیِ نه‌چندان خوب آنان درمجموع منجر می‌شود. شکافِ جنسیتی موجود ازنظر دستاوردها را می‌توان بدین شکل خلاصه کرد: بسیاری از پسران دل به کار نمی‌دهند. ازآنجاکه یادگیری نوعی شراکت است، رضایتِ فعال یادگیرنده بسیار ضروری است. معلمان می‌توانند هر چقدر دوست دارند آنان را ریشخند کرده، به آنها فشار آورده یا تهدیدشان کنند، اما پسر درنهایت از این قدرت برخوردار است که بگوید: «من از تو چیزی یاد نخواهم گرفت.» آنچه ما در تحقیقات خود دریافتیم قدرتِ رابطه‌ای است که برای هر دو طرف مورداحترام باشد و موافقت پسر را برای تلاش‌کردن جلب کند.

به‌محض اینکه تأیید کردیم عملاً هر پسری را می‌توان با کمکِ معلمانی متعهد که به‌خوبی ازنظر احساسی کار خود را انجام می‌دهند به‌سمت موفقیت پیش برد، عامل محدودکننده به سیستم تبدیل می‌شود - نه پسر و نه معلم به‌تنهایی. اینکه بسیاری از پسران در مدرسه عملکرد ضعیفی دارند، درواقع به ما هشداری دربارهٔ خودمان می‌دهد تا پسران. والدین، معلمان، مربیان - کسانی که با پسرها ارتباط دارند - باید در این روند کمک کنند. تنها زمانی‌که با فرضیات صحیح درمورد پسران وارد عمل شویم - که آنها در یادگیری خود رابطه‌ای عمل می‌کنند (و در کل موجوداتی مبتنی بر رابطه هستند) - می‌توانیم مدلی برای آموزش صحیح به آنها بیابیم. آنچه درمورد آموزش به پسران صحیح است، به‌طور کلی درمورد مراقبت و رشدشان نیز صحیح خواهد بود.

چه چیزی موجب می‌شود اوضاع را به‌درستی متوجه نشویم؟ اول از همه،

وجود ایده‌های منسوخ درمورد پسران است؛ این ایده‌ها همیشه نتایج خوبی نداشتند، اما با عنوان افسانه‌های فرهنگی به خورد پسران داده می‌شدند. دیگر اینکه، نوعی کمبودِ رهبری وجود دارد - شاغلان و مربیانی که بنا به شواهد و نه ایدئولوژی و شبه‌علم عمل می‌کنند - تا از شرایط بهتر برای پسران دفاع کند. دیدگاه ما درمورد پسران به‌دلیل افسانه‌های موجود دچار نوعی ابهام است.

و نگاهی که ما به آنها داریم به‌واقع بر نگاه خودشان از زندگی و جهانشان تأثیر می‌گذارد. مردان جوان زمانی‌که جنبش‌های موجود برای کسب برابری بیشتر، انتظاراتِ ارثی را منسوخ می‌کنند خود را بر سر دوراهی می‌بینند. بااین‌حال پسران در خواندن نشانه‌های تغییر بسیار ضعیف عمل می‌کنند، تاحدی بدین‌خاطر که پیام‌های مختلطی درمورد قوانین بازی می‌گیرند. باربارا رایزمن[۲۷۲]، جامعه‌شناسِ دانشگاه ایلینویز شیکاگو، «سرگیجهٔ جنسیتی» را از پدیده‌های رایج در میان گروه سنی بیست سال تشخیص داده و همچنین چهار گروه مختلف را با واکنش‌های مختلف شناسایی کرده است: مؤمنان واقعی، غیرمتعهدان، خلاقان و شورشیان. بزرگ‌ترین گروه یا همان غیرمتعهدان - «آنان که از خود مطمئن نیستند» - بازتاب‌دهندهٔ وضعیتِ بینابینیِ دوران هستند.

مؤمنان واقعی و همچنین برخی از غیرمتعهدان به نقش‌های سنتی خود چنگ می‌زنند درحالی‌که همه‌چیز زیر پایشان در حال دگرگونی است. واکنش‌های کورکورانهٔ آنان با رهبران فکری همچون جردن پیترسون[۲۷۳]، روان‌شناس دانشگاه تورنتو، نویسنده و سخنرانی که دیدگاه «روحِ مردانهٔ موردحمله واقع‌شده» را ترویج می‌دهد و بازگشت به «ارزش‌های ابدی» را پیشنهاد می‌کند، تقویت می‌شوند؛ اما زمانی‌که دوازده قانونِ زندگی را معرفی می‌کند (قانون ۱: صاف بایستید و شانه‌هایتان را عقب نگاه‌دارید)، شکل جدیدی که از استعاره‌های کهنهٔ مردانه ارائه می‌کند، به مردان جوان‌تر در یافتن واکنشی

خلاقانه به چالش‌های مدرسه، کار، قرارگذاشتن و محیط‌های خانوادگی که در آن قرار دارند کمکی نمی‌کند. از سال ۱۹۸۰، مزایای داشتن مدرک دانشگاهی بسیار کاهش یافته‌اند. گروهی از اقتصاددانان دریافتند که با ازبین‌رفتن مشاغلِ تولیدی، مردانی که آمادگیِ حضور در اقتصاد دانشی را ندارند، شرکایِ نامطلوب‌تری برای زندگی خواهند بود. تولد فرزندانِ نامشروع از هر زمان دیگری بیشتر شده است و نزدیک به ۴۰ درصد از تولدهایی را که هرساله صورت می‌گیرند به خود اختصاص می‌دهد و کاهشی کلی در ازدواج و باروری مشاهده می‌شود. بر طبق نظر اقتصاددانی دیگر، دیوید آتور[۲۷۵] از دانشگاه ام‌آی‌تی[۲۷۶]: «شما دوست ندارید با مردی که ازنظر اقتصادی عملکرد خوبی ندارد ازدواج کنید، چراکه چیز خوبی عایدتان نخواهد شد.» تیترهای مختلف همگی هرگونه شک‌وشبهه‌ای را در این مورد که بی‌خیالی در مدرسه، زندگی در خوابگاه و بازی‌های ویدئویی و نوشیدنِ الکل در دانشگاه یا نزدیک‌شدن به زنان با هدفِ جنسی به کجا می‌انجامند برطرف کرده‌اند.

بااین‌حال برخی از مردان جوان همچنان متقاعد نشده‌اند. جامعه‌شناسان جوآنا پیین[۲۷۷] و دیوید کوتر[۲۷۸]، دریافتند که هراس «درمورد جایگاه مردان در جامعه» موجب انگیزش بسیاری از افراد شده است تا به‌سمت «مردانگیِ نمادین» عقب‌نشینی کنند. آنها می‌گویند بعداز درخواست برای تساوی زن و مرد به مدت بیش از بیست سال، دانش‌آموزانِ سال آخر دبیرستان که به اقتدار شوهر در خانه و تقسیم وظایف فکر می‌کنند، به شکل قابل‌ملاحظه‌ای سنتی‌تر شده‌اند.» محقق سیاسیِ دانشگاه فرلی دیکینسون[۲۷۹]، دکتر دان کازینو[۲۸۰]، در خانواده‌هایی که درآمدها میان شرکای زندگی نسبتاً برابرند، مشاهده کرد که «مردان با تأکید بر اهمیت نقش‌های سنتی زنان تاوان می‌دهند».

مردان جوان‌تر که آسیب‌پذیر و نامطمئن هستند، ممکن است به شکل جدی‌تری گمراه شوند. اولین‌باری که درمورد پدیدهٔ مجردهای ناخواسته شنیدم، زمانی بود که با یک پسرِ ببیست‌ودوسالهٔ آشفته به نام الیوت راجر[۱۷۱] ملاقات کردم. او که خود را «قاتلِ باکره‌ها» می‌نامید، شش نفر را به قتل رسانده و به چهارده نفر دیگر در کالیفرنیا در سال ۲۰۱۴ آسیب رسانده بود. وی پیش‌از این افول اخلاقی، در یوتیوب درمورد نداشتن رابطهٔ جنسی و مجردبودن یاوه می‌گفت: «زندگی خیلی غیرمنصفانه است، چراکه دختران مرا نمی‌خواهند.» دیدگاه‌های او در میان اعضای یک گروه آنلاین از افرادی که به شکل غیرداوطلبانه مجرد بودند بسیار محبوب شدند. در آوریل سال ۲۰۱۸، مرد جوان دیگری عابران پیاده را به شکل تصادفی درحالی‌که با یک ون در پیاده‌رویی در تورنتو رانندگی می‌کرد به قتل رساند. الک میناسیان[۱۷۲] نیز زنان و فمینیسم را مقصر دانست و در یک پست فیس‌بوک هشدار داد: «شورشِ مجردهای غیرداوطلبانه آغاز شده است!»

درحالی‌که این مجردها ادعای حقوقی برای روابط صمیمی با زنان دارند، گروه دیگری نیز از عکسِ این موضوع دفاع می‌کنند. جنبشِ مگتاو[۱۷۳] یا «مردان راه خود را می‌روند» متشکل از مردانی است که تصمیم می‌گیرند در وب‌سایت‌ها و وبلاگ‌هایی با این موضوع‌ها زندگی کنند:

«مردان راه شادشدن خود را با تأمین خانواده، محافظت از آنها و فداکردن خود گم نکردند؛ ما به‌سادگی کشف کرده‌ایم که برآورده‌کردن نیازهای فمینیست امروزی، کارکردن مثل سگ جهت محافظت از خانواده‌ای است که ممکن است در یک لحظه از شما گرفته شود، یا به‌خطرانداختن زندگی‌هایمان جهت فراهم‌کردن منابع برای زنانِ نمک‌نشناسی است که ادعا می‌کنند خودشان قادر به مراقبت از خود هستند، شیوهٔ زندگیِ تهی و بی‌هدفی است.»

به‌رغمِ پاسخِ بی‌منطقِ چنین مردانی به برابری زنان، از خطوط اول جبههٔ پسرانگی خبرهای بهتری به‌گوش می‌رسند. در کنار تلاش‌های برخی برای تجلیل و ستودن برتری مردان، بسیاری از مردان جوان در حال ازنوسازیِ مردانگی هستند؛ برای مثال، نظرسنجی مصاحبهٔ سلامت کالیفرنیا در سال ۲۰۱۵-۲۰۱۶ نشان داد که بیش از یک‌چهارم نوجوانانِ کالیفرنیا خود را «ناهم‌نوای جنسیتی» می‌نامند و پسرها باور دارند زنانه‌تر هستند و دختران احساس می‌کنند مردانه‌تر هستند. نویسنده، سارا ریچ[۲۸۴]، در کتاب آتلانتیک[۲۸۵]، این تفسیر جذاب را ارائه کرد: «یک مرد واقعی تنها به چند شکل مختلف می‌تواند متجلی شود و زمانی‌که جوان‌ترین نسل‌ها از خود نشانه‌های تغییر شکل مردانگی را بروز می‌دهند، تنها واژه‌ای که برای آنها وجود دارد ناهم‌نواست. این واژه نشان می‌دهد هیچ‌کس نمی‌داند این شکل‌های مختلفِ مردانگی را چه بنامد.»

پسران گرچه هویت‌های مردانهٔ خود را تاحدی تغییر می‌دهند و آن را بازسازی می‌کنند، در این ازنوسازی‌ها، آنچه را از مردبودن زندگی‌بخش می‌دانند به‌کار می‌گیرند. عنوانِ یک مقالهٔ دیگر هم همین چند وقت پیش توجه مرا به خود جلب کرد، از این جهت که تعارضِ میان مردانی که در هویتی منفی گیر افتاده‌اند و کسانی را که از مشخصه‌های مثبت‌تر مردانگی دفاع می‌کنند به‌خوبی نشان می‌دهد. در اواخر ماه مه سال ۲۰۱۷، فاجعه‌ای در پورتلند اورگان رخ داد. یک مردِ سی‌وچندساله با تاریخچه‌ای طولانی از مشکلات - بی‌رگ‌وریشه‌بودن و حبس به‌دلیل جرایم مختلف، خود را پوچ‌گرا تعریف می‌کند و سفیدپوستان را برتر می‌داند - در یک قطارِ محلی، شروع به بیانِ نظراتی نژادپرستانه نسبت به دو زنِ جوانِ رنگین‌پوست کرد که یکی از آنان محجبه بود. وقتی سه مسافر مرد جلو آمدند تا به زن‌ها کمک کنند، مرد به آنها چاقو پراند و دو نفر را کشت و نفر سوم را زخمی کرد. یکی از مردان از

جانبازانِ ارتشی بود که به‌تازگی بازنشسته شده و پدرِ چهار پسر نوجوان بود؛ دیگری بیست‌وسه سال داشت و به‌تازگی از دانشگاه فارغ‌التحصیل شده بود. پسر بیست‌وسه‌ساله که پیش‌از رسیدن آمبولانس به حالت هشیار روی زمین خوابیده بود، به زنانی که کمکش می‌کردند گفت: «می‌خواهم به تمام کسانی که در این قطار هستند بگویم دوستشان دارم.»

مرد سوم، که شاعری بیست‌ویک‌ساله بود، برای زخم چاقو تحت عمل جراحی قرار گرفت و خوشبختانه زخم از نزدیکیِ ژوگولار[۲۸۲] او گذشت و زمانی‌که از بیمارستان مرخص شد، این شعر را که خودش گفته بود برای همه خواند:

زنده‌ام
به روی زشتی و نفرت خندیدم و زنده ماندم.

این است آنچه باید برای یکدیگر انجام دهیم.

باید برای هم بمانیم.

در ظاهر، این سه مرد - یک شاعر، یک فارغ‌التحصیلِ دانشگاه و یک خدمتگزارِ مردم - با یکدیگر تفاوت‌های زیادی داشتند اما همگی مردبودن را در یک چیز می‌دیدند. همگی متعهد به محاسنِ شجاعت، همدلی و خدمت به دیگران بودند. ازطرف مردی که واژه‌های نژادپرستانه و خارجی‌ستیز خود را به زن‌ها ابراز می‌کرد، نسخهٔ افراطی از مردانِ محق، خودمحور و خشن را نشان داد که به‌خصوص در میان «مردانِ خشمگینِ سفیدپوست» دیده می‌شوند و در آتشِ این تفکر که آواره شده و جایشان را گرفته‌اند می‌سوزند.

این اشکال افراطی از مردانگی، نشانگر تنوعِ امکاناتِ حاضر برای پسران و خانواده‌هایشان در این دورانِ تغییر هستند. پسران که با آشفتگی و پیام‌های متناقضِ زیادی روبه‌رو می‌شوند، جالب است که تعداد زیادی از آنها نیت‌های درونی خود را به‌خوبی پنهان می‌کنند، اما برخی نیز در این راه منحرف می‌شوند. پسر همان‌طور که دوران نوجوانی خود را می‌گذراند، با نوعی گیج‌ومنگی روبه‌رو می‌شود. آنچه موجب می‌شود پسر استوار مانده و با خودش روراست بماند، صداهای قلبش هستند که به آنها گوش می‌کند.

برخلافِ انسان‌های سنت‌گرا و بدبین که به آسیب‌های مردانگی اشاره دارند و خواستار بازگشت به سنت‌های قدیمی هستند، من از این موضوع که چقدر پسران برای جهان جدید آمادگی دارند تحت‌تأثیر قرار گرفتم. بسیاری از آنان از عدم اطمینان‌ها و ریسک‌های موجود بر سر راهشان خوشحالند و آنها را به چشم ماجراجویی می‌بینند.

اوضاع ممکن است هر روز تغییر کند یا پسرانگی و مردانگی از نو تعریف شوند و با مشخصه‌هایی که پسران باید در وجود خود پرورش دهند همراه خواهند شد - تا وابسته شوند، تا ظرفیت‌های احساسی و ارتباطی خود را بهبود دهند، تا در یادگیری مشارکت کنند و ارزش‌های خود را در زندگی به‌کار گیرند - یا همچنان پسران را مجبور به اخذ هویت‌هایی می‌کند که هر روز کمتر از دیروز موفق خواهند بود. بر طبق گفتهٔ جامعه‌شناسِ استرالیایی، راوین کونل، در اینکه پسران در جهان معاصر لازم است چه درکی از زندگی خود داشته باشند، ظرفیتِ «خلاقیتی نامحدود» وجود دارد.

پسرانگی به شکلی جدید

چند سال پیش ایمیلی ازطرف مدیر یک مدرسه دریافت کردم که گفته بود آخرین کتاب مرا مطالعه کرده است و از من خواسته بود پیش‌از شروع سال تحصیلی جدید با معلمانش جلسه‌ای داشته باشم. او گفته بود ترجیح می‌دهد این جلسه نسبت به جنسیت بی‌طرف باشد. من بسیار متعجب شدم که او از من می‌خواست تحقیقات خود را در باب جذب و آموزش پسران به‌گونه‌ای مطرح کنم که تأثیر کلیشه‌ها و افسانه‌های سنتی موجود را درمورد مردانگی کمتر از واقعیت نشان دهند. برون‌یابیِ داده‌های جمع‌آوری‌شده از پسران به دختران، یک اشتباه علمی اجتماعیِ کلاسیک است. درعوض، من پیشنهاد کردم تحقیقات خود را روی پسران به‌عنوان نمونه‌ای از این موضوع که چطور جنسیت به شکل غیرقابل‌انکاری با فرایند آموزش ارتباط دارد توضیح دهم.

واکنش‌های فرهنگیِ شدید به پیشرفتِ برابری جنسیتی هر روز بیشتر می‌شوند و مردان هر روز فریاد دادخواهی سر می‌دهند. زمانی‌که رئیس‌جمهور، باراک اوباما، در سال ۲۰۰۹، کمیسیونِ زنان و دختران را پایه‌گذاری کرد، در سال ۲۰۱۱ با درخواست‌هایی برای کمیسیونِ کاخ سفید با نام «درمورد پسران به مردان» ادامه یافت. سرکردگیِ ائتلافی که درخواستِ این کمیسیون را داشت، روان‌شناس وارن فارل[۲۸۷]، نویسندهٔ کتابِ بحرانِ پسران: چرا پسران ما مشکل دارند و چه کاری باید در این مورد انجام دهیم[۲۸۸] بود که یکی از مخالفان اصلیِ این دیدگاه است که تبعیضِ جنسیتی، مردان و زنان را به یک اندازه تحت‌تأثیر قرار می‌دهد. او در پیشنهاد خود اعلام کرده بود که «دختران و پسرانِ ما همگی در یک قایق هستند؛ بنابراین، اگر فقط یک جنس برنده شود، هر دو جنس بازنده خواهند بود. کمیسیونِ ما به‌دقت به‌تحقیق می‌پردازد و ما هر روز

بیش از دیروز نگرانِ بحرانِ موجود بر سر راه پسران، پدران و مردان خود می‌شویم.»

رهبرانِ فمینیستی اما دیدگاه دیگری دارند. در پاییز سال ۲۰۱۴ و تابستان سال ۲۰۱۵، هزاران فعال و دانشمند در کنفرانس‌های نیودهلی هندوستان و شهر نیویورک، با موضوعِ مشارکت‌دادن پسران و مردان در برابری جنسیتی شرکت کردند. در نظراتِ ارائه‌شده در زمان آغاز کنفرانسِ ایالات‌متحده، پومزیله - ملامبو نوکا[۲۸۹]، رئیسِ نهاد سازمان ملل متحد برای برابری جنسیتی و قدرت‌بخشیدن به زنان که در سال ۲۰۱۱ جهت ارتقای برابریِ جنسیتی، افزایش فرصت‌ها و غلبه بر تبعیضِ جنسیتی بنیان گذاشته شد، توضیح داد: «اهداف ما به‌عنوان رهبرانِ زن با اهداف مردان و پسرانِ خوب یکی هستند.» فعالِ فمینیستی و نویسنده، گلوریا استاینم[۲۹۰]، که تا همین اندازه به عمل‌گرایی باور داشت، به‌طور خلاصه بیان کرد که مردان سعی دارند از برابری جنسیتی چه چیزی به‌دست آورند: «من می‌خواهم بگویم همهٔ ما یک چیز را می‌توانیم از جنبش فمینیستی به‌دست آوریم: کلِ انسانیتمان را.»

خودِ پسران با قاطعیت پافشاری می‌کنند که والدین باید ماهیت واقعی آنان را بشناسند، مدارس باید امکاناتشان را تصدیق کنند و جوامع باید از تفاوت‌های آنان تجلیل به‌عمل آورند. خوشبختانه، به‌رغم اینکه جعبهٔ مردانه چطور سعی دارد مانع از تغییر شود، غرایزِ انسانی را نمی‌توان به‌طور کامل سرکوب کرد. تکامل انسان یک نیروی انقلابی است. حتی بااینکه مردانگیِ سنتی آنان را عقب نگاه می‌دارد، مردان جوان هر روز به شکل خلاقانه‌ای خود را با روابط برابرتر انطباق می‌دهند. از دیدِ جامعه‌شناس، مایکل کیمل، «داده‌ها به این سمت متمایل هستند که اکثر مردان آمریکایی به‌آرامی و بدون هرگونه هیاهوی ایدئولوژیکی‌ای خود را بیش از هر نسلی پیش‌ازاین، با برابری جنسیتی هم در

روابط شخصی و هم روابط کاری‌شان سازگار کرده‌اند.»

همان‌طور که ملامبو نوکا می‌گوید، مهم‌ترین نکته، «مردان و پسران خوب» هستند. صحبت‌ها در این مورد که مردانِ باتقوا چگونه هستند و پرورش این ویژگی‌ها به چه چیزهایی نیاز دارد، هر روز بیش از دیروز انجام می‌شوند. اقداماتِ مردان در پورتلند، به‌نوعی یافته‌های یک نظرسنجی در مقیاس بزرگ را درمورد محاسن و نقاط قوت شخصیتی، که به‌وسیلهٔ مرکز روان‌شناسیِ مثبتِ دانشگاه پنسیلوانیا انجام شده است، تصدیق می‌کنند. این مرکز دریافت که مردان هم در ویژگی‌های خوب و هم در ویژگی‌های بدِ افراطی غالب هستند. بسیاری از مردان که در جعبه قرار داده شده‌اند، دلسرد، ناامید و خطرناک می‌شوند. به‌محض اینکه پیوندهای همدلانه از بین بروند و خودآگاهی محدود شود، مردان به‌ظاهر قادر به انجام هر کاری هستند.

اما برخی از مردان همچون مردانی که در مقابلِ آن مردِ سوءاستفاده‌گر از زنان ایستادند، به‌رغم محیطی که در آن بزرگ شده‌اند به ویژگی‌های خوب شخصیتی روی می‌آورند. اقداماتِ آنها تأیید قدرتمندی بر خوبی مردان هستند. قهرمانان به ما کمک می‌کنند قابلیت‌های مردان را ببینیم. در هر روز از زندگی برای چه کارهایی می‌توانیم بر پسران و مردان اتکا کنیم؟ آیا خوبیِ آنان برای مغلوب‌کردن ناامیدیِ تقویت‌شده ازطریق تجربیات آنها به‌عنوان پسر کافی خواهد بود؟

نسخهٔ امروزیِ پسرانگی خیلی چیزها را به شانس محول کرده است. هر پسری بسته به شانس تولد و کیفیت منابع و روابطی که در دسترسش قرار دارند، به‌نوعی رشد می‌کند و پرورش می‌یابد. پسرانگی هم‌اکنون در مدارس، برنامه‌های ورزشی، جوامع و خانواده‌ها بهایی برای رشد و پرورش به‌همراه

دارد که خلاف وجدان است. برخی از پسران می‌توانند خوبی خود را حفظ کنند و برخی قلب خود را به‌یک‌باره از دست می‌دهند. هیچ خانواده، مدرسه یا جامعه‌ای نباید مجبور باشد تصمیم بگیرد هر پسر به کدام‌یک از آن دو دسته تعلق دارد.

به‌خاطرِ هر پسری که در زندگی خود داریم و برای منفعت‌رساندن به جامعه به‌طور کلی، کسانی که مسئولیتِ پسران را بر عهده دارند باید مسئولیتِ آسیب‌های آنان را نیز بر عهده بگیرند. ارائهٔ راه‌حل‌های فردی، راه‌حلی ناکارآمد برای یک مشکل اجتماعیِ تاریخی است.

امروزه بیش از هر زمان دیگری از پسران حمایت می‌شود تا جعبهٔ مردانگی را رد کرده یا در مقابل آن مقاومت کنند؛ اما برای اینکه این پشتیبانی را به جنبش تبدیل کنیم، تاحدی که آسیب‌ها و زیان‌های مردانگی به‌جای اینکه نرمال باشند انحراف تلقی شوند، باید درمورد هزینه‌های واقعی آن صداقت به‌خرج دهیم.

دو نوع از آسیب‌های عجیب‌وغریب مردان به ما یادآوری می‌کنند که تا چه حد درکِ صحیح پسرانگی مهم است.

پسرانِ قطحی‌زده

در کارگاه‌های مدیران مدارس، من معمولاً پسران را با نشان‌دادن مصاحبه‌هایی که با بسیاری از پسرانی که در مطالعات شرکت کرده و توافق کرده بودند از آنها فیلم‌برداری شود، به داخل فضای کارگاه می‌آورم. برندون[illegible] که به یک مدرسهٔ دولتی در تورنتو می‌رفت، در یکی از ویدئوها حضور دارد. در ویدئوی اول، نوجوان توضیح می‌دهد زمانی‌که احساس می‌کند با معلمی ارتباط برقرار کرده است، وقتی حس می‌کند او را شناخته‌اند و به او احترام می‌گذارند، راحت‌تر می‌تواند وظایف خود را انجام دهد و در کارهای کلاسی شرکت کند. در غیابِ ارتباط مناسب، با مشکلات بیشتری روبه‌رو می‌شود. او می‌گوید: «ممکن است این از نقایصِ شخصیتیِ من باشد، اما زمانی‌که ارتباط خوبی با فرد برقرار کنم واکنشِ مثبتی خواهم داشت و زمانی‌که ارتباط خوبی برقرار نشود، ناخواسته خود را کنار می‌کشم.» برندون در پاسخ به اینکه وقتی «خود را کنار می‌کشد» چه اتفاقی رخ می‌دهد، می‌گوید: «این موضوع به رابطهٔ ما لطمه می‌زند چون آنها ممکن است فکر کنند من بچه هستم و دوست ندارم در کلاس باشم، اما من بچهٔ باهوشی هستم. دوست دارم یاد بگیرم. فقط اینکه وقتی معلم به من احترام نمی‌گذارد، کارکردن سخت می‌شود.»

از او پرسیدم زمانی‌که ذهنش متمرکز بر کلاس نیست چه اتفاقی می‌افتد و برندون پاسخ داد: «بیشتر حرف می‌زنم و واقعاً به حرف‌های معلم گوش نمی‌دهم.» اگر معلم سعی کند او را به‌دلیل بی‌توجهی تنبیه کند، او «ممکن است ساکت شود و تکالیفش را انجام دهد، اما فقط منتظر است که آن ترم تحصیلی سریع‌تر تمام شود». او همچنین می‌گوید: «اگر با من صحبت کنند و سعی داشته باشند ارتباط بهتری با من برقرار کنند، احتمالاً در کلاس توجه

بیشتری خواهم کرد. اگر به شکلی خوب و مثبت با من صحبت کنند، رفتارم را بهتر خواهم کرد.»

اگر معلم رفتار بدی داشته باشد و با او به شکلی آگاه و دوستانه صحبت نکند چطور؟ «کمی از آنها دوری می‌کنم، نفرتم بیشتر می‌شود و به‌نوعی نسبت به آنچه سعی داشته‌اند به من بگویند کمتر واکنش نشان می‌دهم.» سؤال می‌کنم آیا ممکن است رفتار مخربی از خود نشان دهی؟ او بدون تردید پاسخ می‌دهد: «بله قطعاً.» و داستانی درمورد معلم فرانسه‌اش تعریف می‌کند که به‌خاطر بدرفتاری او را از کلاس درس به دفتر مدیر فرستاده و «واقعاً سعی نکرده بود با او ارتباط برقرار کند». زمانی‌که اجازهٔ برگشت به کلاس را گرفته، درگیری از این هم بدتر شده و برندون سعی کرده به شیوه‌های مختلف «اختیار را از دست او بگیرد» - کلاس به میدان جنگ این دو تبدیل شده بود.

همان‌طور که فیلسوف آموزشی، نِل نادینگز، سؤال کرد: آیا کسانی که از آنان مراقبت می‌کنیم مسئولیتی اخلاقی برای واکنش نشان‌دادن با معیار احترام و ملاحظه به کسانی که از آنها مراقبت می‌کنند ندارند؟ زمانی‌که این مسئولیت نادیده گرفته می‌شود چه اتفاقی رخ می‌دهد؟ در این ویدئو، برندون به‌عنوان یک پسرِ نوجوانِ آشفته اما صادق، دوست‌داشتنی و ماهر در سخنوری دیده می‌شود. واکنش‌های او به معلم برای هرکسی که با پسران وقت می‌گذراند قابل‌تشخیص هستند. او که مشخصاً قادر نیست آسیب‌پذیری خود را در رابطه تصدیق کند، دیدگاهش این است که معلم تخلف کرده است. در عین اینکه او مایل است به «نقایصِ شخصیتی خود» اقرار کند، به‌سادگی احساس بدی درمورد مشکل‌سازبودن برای معلم فرانسوی‌اش ندارد. درواقع، به‌نظر از این موضوع لذت هم می‌برد. متأسفانه، آنچه برندون در درکِ اطرافش کم دارد، اخلاقِ کاری است تا رفتار او را زمانی‌که کسی ناامیدش می‌کند هدایت کند.

بدون این سطح از اخلاقیات، او درعوض از سوی هنجارهای مردانگی هدایت می‌شود که منازعاتش با معلم را تقویت می‌کنند و مشکل رابطه‌ای واقعی را در هاله‌ای از ابهام قرار می‌دهند. برندون درگیری‌هایش با معلمش را تنها در چارچوب ناامیدی‌هایش می‌بیند. تمایل به اینکه بفهمد معلم از کجا آمده است و احساساتِ دیگران را درک کند و به آنها واکنش نشان دهد در او وجود ندارد؛ بااین‌حال، این مهارت رابطه‌ای از اهمیت زیادی برخوردار است. گرفتارشدن در الگوهای خودشیفتگی فقط با سن در ارتباط نیست، بلکه تواناییِ فکرکردن در این مورد که دیگران چه احساسی دارند، با تمرین ممکن می‌شود.

بر طبق گفتهٔ روان‌شناسان، کیث کمپبل[۲۹۳] از دانشگاه جورجیا و جین توئنگ از ایالت سن‌دیه‌گو، خودشیفتگی عموماً در میان کسانی که زیر سی سال سن دارند روبه‌افزایش است. آنها بیش از یک‌صد نظرسنجی را از نمراتِ دانش‌آموزان در باب موجودیِ صفات خودشیفتگی مرور کرده و «افزایشِ گسترده‌ای» را تا سال ۲۰۰۸ شاهد بوده‌اند. گروه دیگری از محققان افزایش نزدیک به سه‌برابری را در تشخیص اختلال خودشیفتگی در میان بیست‌وچندساله‌ها در مقایسه با نسل‌های مسن‌تر شاهد بوده‌اند. در فرامطالعه‌ای دیگر، امیلی گریجالوا[۲۹۴] از دانشگاه بوفالو[۲۹۵]، تیمی را رهبری می‌کرد که به بررسی ۳۵۵ مقاله درمورد سه جنبهٔ خودشیفتگی پرداختند: رهبری، بزرگ‌نمایی و عورت‌نمایی و محق‌بودن. آنها دریافتند مردان به‌خصوص درزمینهٔ محق‌بودن از زنان سر هستند و بیشتر احتمال دارد دیگران را به‌استثمار خود درآورند و باور دارند که باید امتیازاتِ بیشتری داشته باشند.

جفری کلوگر[۲۹۶]، نویسندهٔ کتاب همسایهٔ خودشیفته: درکِ هیولایی که در خانواده، دفتر و تختخواب شماست[۲۹۷]، با خلاصه‌سازیِ این یافته که مردان بیشتر معیارهای خودشیفتگی را در وجود خود دارند می‌نویسد: «اگر به‌دنبال

کسی هستید که به خود می‌بالد، خرامان راه می‌رود، خودشیفته، مغرور، خودنما، متکبر، بی‌عاطفه و محق است، تعداد بیشتری از آنها را در میان پسران و نه دختران مشاهده خواهید کرد.»

خودپندارهٔ مثبت ویژگی بسیار سالمی است؛ اساسی ضروری برای اعتماد و ساختنِ زندگی. هیلل بزرگ[۲۹۷]، محقق زبان تاریخیِ عبری، در سؤالی مشهور پرسید: «اگر من خودم را دوست نداشته باشم، چه کسی مرا دوست خواهد داشت؟» البته، مادران و پدران از پسران خود می‌خواهند به هرکسی که هستند افتخار کنند. بخش زیادی از پدرومادربودن درواقع، در باب تصدیقِ این باورِ کودک است که می‌تواند خود را به جایی برساند؛ اما همان‌طور که تحقیقاتِ روان‌شناس دانشگاه استنفورد، کارول دوئک[۲۹۸] تأیید می‌کنند، خودپندارهٔ مثبت از ارکان اصلی موفقیت نیست.

در اواخر دههٔ ۱۹۶۰، باور بر این بود که اعتمادبه‌نفس کودک دارای ارتباط مستقیمی با دستاوردهای اوست. اقدام‌های آموزشی‌ای که اعتمادبه‌نفس را پایین می‌آورند دیگر ادامه داده نشدند. مربیان جایزه‌دادن به همه را آغاز کردند. معلمان آموزش داده شدند تا انتقاد را با ستایش جایگزین کنند. در سال ۲۰۰۳، روان‌شناس روی بامیستر[۲۹۹]، به مرورِ ادبیات علمی در باب اعتمادبه‌نفس در یک دورهٔ سی‌ساله پرداخت و مشکلاتِ جدی را در هر دو روش و نتیجه‌گیری‌هایشان پیدا کرد. دویست مطالعه‌ای که از استانداردهای تحقیقاتی پایه برخوردار بودند، به‌واقع نشان دادند که اعتمادبه‌نفس بالا با نمرات یا دستاوردهای شغلی همبستگی ندارد.

تحقیقاتِ دوئک نشان دادند که باور در خدمتِ تلاش است که موجب برانگیختن انگیزش می‌شود و دستاوردهای بهتری به‌همراه دارد. زمانی‌که کودکان

از توانایی‌هایِ درونی خود دفاع کرده و بر موفقیت‌های فرضی خود تکیه می‌کنند، موفقیتشان را زیر پا می‌گذارند. برندون خود را «کودکی باهوش هستم که دوست دارم یاد بگیرم» معرفی کرد؛ اما درکِ او از آنچه در کلاس فرانسه رخ داده بود - تراژدیِ یک پسر باهوش که تمایلش به آموختن در رقابتی برای زیرسؤال‌بردنِ معلمش نابود شد - یک نوع توجیه خویشتن به شکل دفاعی بود. او همان‌طور که از معلمی که از او تقدیر نمی‌کرد فاصله گرفت، اهدافِ مدرسه‌اش را قربانی کرد.

بسیاری از پسران به‌نوعی به‌سمت خودشیفتگیِ کوته‌نظرانه عقب‌نشینی می‌کنند تا از خود در برابر بازخوردهای منفی دفاع کنند. آنان که دارای دیدگاه «تقصیر من نیست» هستند، قادر نخواهند بود به شکل کارآمدی به جلو حرکت کنند و زمانی‌که این استراتژی به بهبود پیامدها منجر نشود، بیشتروبیشتر حالت دفاعی به خود می‌گیرند.

اصطلاحِ بالینیِ «خودشیفتگی» یا نارسیسیسم از داستانِ یونانی مردی جوان به نام نارسیسوس گرفته شده است که شیفتهٔ تصویر خودش بود. متفکرانِ روانکاویِ اولیه، خودشیفتگی را به‌عنوان مرحله‌ای توصیف کرده‌اند که اساسِ ارتباط با دیگران را فراهم می‌آورد. اگرچه روان‌شناسان رشد متوجه شده‌اند برخی از افراد که اکثراً مرد هستند به روابطی که باید متقابل باشند وارد نمی‌شوند. ازنظر روانکاو هاینز، کوهات[۲۰۰۱]، که ایده‌هایش درمورد خودشیفتگی و همدلی موجب تحولی در روان‌شناسیِ رشد در دههٔ نود شدند، این کودکان «بازتاب» کافی از خود نمی‌گیرند و اعتمادبه‌نفس کافی ندارند و گرفتارِ احساس تزلزل هستند. آنان نیازِ سیرنشدنی به تأیید دارند، از ارتباط واقعی با دیگران دوری می‌کنند و خشک و کنترل‌مآب هستند. بر طبق گفتهٔ زیگموند فروید، بنیان‌گذارِ اتریشیِ روانکاوی: «زمانی‌که چنین مردانی عاشق

می‌شوند هیچ خواسته‌ای ندارند و زمانی‌که آرزو دارند، هیچ عشقی ندارند.»

هر جنبه از رشد پسران که مورد بی‌توجهی قرار گیرد، به‌دلیل ماهیتِ بسیار رقابتیِ پسرانگی بدتر می‌شود. بسیاری از پسران که احساسِ ناامنی و گرسنگی دارند، به‌سمت جایگاه و پاداش‌ها کشیده می‌شوند، گرچه اینها هرگز واقعاً سؤال‌های آنان را درمورد اینکه چه کسی هستند پاسخ نمی‌دهند. هیلل در بخشِ بعدی چالش خود می‌افزاید: «اگر من فقط متعلق به خودم هستم، چه هستم؟» پسرانگی آسیب‌هایی را به اشکال مختلف به‌همراه دارد، اما پسری که هرگز یک عامل تعادل‌بخش مناسب برای ورود به دریاهایِ نامعلوم ارتباط ندارد، بیش از همه غمگین است. بسیاری از مردان زندگی خود را صرف تلاش برای تقویت احساساتِ پوچ خود در نتیجهٔ عدم دریافتِ تأیید کافی به‌عنوان یک پسر می‌کنند.

پسرانِ بد

مردان جوانی که درگیر نیازهایِ رفع‌نشدهٔ خود هستند معمولاً با کسان دیگری که به شیوهٔ ضداجتماعی عمل می‌کنند اشتباه گرفته می‌شوند. هم خودشیفته‌ها و هم جامعه‌ستیزان، فریبکار و حتی استثمارگر هستند و با هیچ‌چیز تحت‌تأثیر قرار نمی‌گیرند جز اینکه چطور منافع خود را پیش ببرند. هر دو فاقد علاقه و توجه به دیگرانند و آنان را تنها راهی برای رفع نیازهای خود می‌بینند. هر دو ممکن است بسیار جذاب و متقاعدکننده باشند، به‌خصوص زمانی‌که به‌طور کامل بر هدفی مهم تمرکز می‌کنند. هر دو ممکن است مرد باشند.

اختلال شخصیتِ ضداجتماعی را با «بی‌اعتنایی فراگیر برای حقوق دیگران» توصیف می‌کنند. روان‌شناس، دونالد بلک[۱۰۱]، در کتاب خود با عنوان پسرانِ بد، مردانِ بد: روبه‌روشدن با اختلالِ شخصیتِ ضداجتماعی[۲۰۲] نتیجه می‌گیرد: «قابل‌توجه‌ترین ویژگیِ اپیدمیولوژیکِ این اختلال این است که تقریباً به شکل انحصاری از اختلالاتِ مردان است.» اما رفتارِ ضداجتماعیِ بدون ملاحظه به‌واقع پیامدی نه‌چندان عجیب از شایسته‌سازیِ مردان است. در دنیای سخت و پرخطرِ پسرانگی، بسیاری از پسران به شیوه‌هایی رفتار می‌کنند که نسبت به دیگران بی‌توجه هستند. آنان با الگویی از رفتارهای فریبکارانه، خصمانه، تحریک‌آمیز و بی‌پروا شناخته می‌شوند که از سوی قوانین یا هنجارهای اجتماعی موردقبول نیستند.

خوشبختانه، پسرانی که بدرفتاری می‌کنند، با افزایش سن و نزدیک‌شدن به بلوغ خودتنظیمی و خویشتن‌داریِ همدلانه را در خود پرورش می‌دهند. اکثر

رفتارهای بد در میان مردان نوجوان، زمینه‌ای است و با تأثیراتِ منفی همتایانشان ارتباط دارد و با افزایش سن و بلوغ رفع می‌شود. درواقع، تا ۶۰ درصد از پسران در نوعی رفتار بزهکارانه در دوران نوجوانی شرکت می‌کنند که گواهی بر تأثیر فشارهای مردانه است.

من پسران زیادی را دیده‌ام که از سوی والدینِ نگران خود به درمانگاه‌های روان‌پزشکی آورده شده یا از سوی مقامات مختلف به من ارجاع داده می‌شدند و به‌نوعی بدرفتاری می‌کردند. دِرک پسری است که از سوی مدرسه پس‌از گیرافتادن به جرم خراب‌کاری مجبور به مشاورهٔ اجباری شد. همان‌طور که من و او به بررسی افکارش در زمانِ نشان‌دادن چنان رفتار مخربی از خود می‌پرداختیم و سعی داشتیم به‌نوعی انگیزه‌های پشت اقداماتش را معنا ببخشیم، متوجه شدیم که او با تحریک‌های هیجان‌انگیز و ضداقتداریِ گروهی از همتایان خود که با آنها وقت می‌گذراند دچار هیجان بیش از حد شده است. هیچ‌چیز دیگری - نه احساس خشم یا تفکر نادرست - نبود که نشان از فقدان قضاوت و کنترل فردی باشد. روان‌شناس، تِری موفیت[۳۰۳] از دانشگاه ویسکانسین، برآورد کرده است که تقریباً پنج درصد از مردان دارای برچسبِ اختلال رفتار ضداجتماعی هستند.

اما در دورانِ کار خود با بیماران بستری، با مردان نوجوانی برخورد کردم که نسبت به پاداش‌ها و تنبیه‌های نظامِ درمانیِ ساختاریافتهٔ ما بی‌توجه بودند. سیستمِ مدیریتی که بر آن واحد نظارت داشت، مبتنی بر اهدافی مشخص و مزایایی معنادار بود که هدفش پرورش فشار همتای مثبت و تأثیر رابطه‌ای بود و تأثیر کمی بر این مردانِ نوجوان داشت. اینکه آیا پاداش‌های مرتبط با سطح ۴ را به‌دست می‌آوردند (آزادیِ عمل برای بیرون‌رفتن یا بازدید از سالن تفریحی یا ماندن در سالن غذاخوری بعداز غذا و غیره) یا همچنان محدود به واحدِ

قفل‌شده در سطح ۱ باقی می‌ماندند، به‌نظر تنها با ناراحتیِ آنان ارتباط داشت. آنها می‌توانستند تحریم‌های منفی را تحمل کنند، درحالی‌که گاهی‌اوقات به‌نظر می‌رسید واقعاً ارتباط برقرار می‌کردند. در پایان متوجه شدیم این ارتباط به‌طور کامل ابزاری بوده است - «من از این ارتباط چه چیزی به‌دست می‌آورم؟» - و اینکه ما را بازی داده‌اند. آنچه مردم درمورد آنها فکر می‌کردند تنها زمانی اهمیت داشت که کمکشان کند یا بر سر راه چیزی که می‌خواستند قرار بگیرد.

میزان محاسبات و فریبکاریِ برخی از پسرها عرق سرد بر تنِ ما می‌نشاند. در واحد درمان نوجوانانِ بستری، بیماران مشکلات زیادی داشتند. برخی بدین‌خاطر در آنجا پذیرش شده بودند که افسرده بودند و احتمال خودکشی داشتند و برخی نیز به این دلیل که در خانه، مدرسه و حتی محله کنترل‌ناپذیر شده بودند؛ چند موردی خراب‌کاری در همه‌جا گزارش شده بود. برخی از سوی سیستم عدالتِ نوجوانان به‌دلیل جرایمی همچون دزدی، خراب‌کاری، سرقت، فروش مواد و حتی ضرب‌وجرح به آنجا ارجاع داده شده بودند. زمانی‌که با یکی از بیماران برای ارزیابی ملاقات کردم، دیدِ اولم از او داده‌هایی در این مورد به‌دست دادند که او چه کسی است. زمانی‌که شاهد بودم یک مرد جوان تا چه حد می‌تواند منزوی و محاسبه‌گر باشد، موهای بدنم سیخ شدند، چراکه می‌دانستم هیچ‌چیز به‌جز ترس از گیرافتادن، او را در مسیر صحیح نگاه نمی‌دارد. او هیچ‌گونه لنگر رابطه‌ای نداشت تا به‌سوی اخلاقیات رهنمونش شود.

یک مرد جوان به نام جو، بسیار خوش‌چهره، با لبخندی که به دیگران انتقالش می‌داد و بی‌پروایی ظاهری، به یکی از بزرگ‌ترین مشکلاتی تبدیل شد که تا به امروز با آن برخورد کرده‌ام. او بی‌رحمانه تمامی قوانین را زیر پا می‌گذاشت و از هیچ پیامد منفی‌ای نمی‌ترسید. رویکردهای رایج برای تحت‌تأثیر قراردادن او به

هیچ‌کجا منتهی نشدند. در برهه‌ای از زمان، از چاقویی که از سالن غذاخوری دزدیده بود برای کندن سوراخی در دیوارِ اتاق خود به اتاق بغل استفاده کرد که البته زنی در آنجا بستری بود که پس‌از سال‌ها سوءاستفادهٔ جنسی به آنجا آورده شده بود. مرد به‌نوعی او را ترغیب کرده بود ازطریق سوراخی که در دیوار کنده بود با او رابطهٔ جنسی دهانی برقرار کند. زمانی‌که از سوی تیمش با او درمورد بی‌توجهی‌اش نسبت به زن و احساساتش برخورد شد، فقط شانه بالا انداخت - او هیچ احساسی نداشت.

در سال‌های ابتداییِ شغلم، سعی کردم مهم‌ترین لحظاتی را که به آزار منجر شده و موجب شده بودند پسرانی همچون جو قید مردم را بزنند شناسایی کنم. امید داشتم به آنها کمک کنم با ناامیدی‌های خردکننده‌ای که آنان را از ارتباط دور کرده بودند روبه‌رو شوند و از آنها پشتیبانی کنم تا الگوهای دفاع از خود را که مانع از لذت واقعی در زندگی‌شان شده بودند تغییر دهند. من به قدرتِ بهبود خوش‌بین بودم. سال‌ها بعد، از این هم بیشتر تحت‌تأثیر قدرت ذهن انسان در غلبه بر زخم‌ها قرار گرفتم؛ اما درحال‌حاضر از میزان آسیبی که برخی از پسران تجربه کرده‌اند نیز آگاهی دارم و آنچه لازم است - شجاعت، ارتباط عمیق و صبورانه، اعتمادبه‌نفس - تا راه درمان را در پیش گیرند می‌شناسم.

در جست‌وجوی پاسخ‌هایی برای این مورد که یک پسر چگونه ضداجتماعی می‌شود، محققان به مطالعاتِ بیولوژیکی روی آوردند؛ اما الگوهای شخصیتیِ ضداجتماعی از دلایلِ بسیاری نشئت می‌گیرند. بر طبق نظر دکتر بلک، ژنتیک، آسیب‌ها، نادیده‌گرفته‌شدن و سوءاستفاده در دوران کودکی، همگی به «شرایطی که در ترکیبِ صحیحی از موقعیت‌ها جوانه می‌زنند و شکوفا می‌شوند» کمک می‌کنند؛ باوجوداین، درمورد شخصیت ضداجتماعی نیز

خبرهای خوبی داریم. گرچه مسیر حرکتِ یک پسر به‌سمت رفتار ضداجتماعی ممکن است در محرومیت‌ها و آسیب‌های ابتدایی تجربه‌شده ریشه داشته باشد، می‌توان بر الگوهای ضداجتماعی غلبه کرد. بلک می‌نویسد: «همه می‌دانیم که تغییر ممکن است. دلیلش هرچیزی که باشد، برخی از کسانی که رفتار ضداجتماعی دارند به‌مرور بهبود پیدا می‌کنند.»

این پیش‌بینیِ دلگرم‌کننده به‌خصوص زمانی اهمیت دارد که در نظر می‌گیریم نژاد و طبقهٔ اجتماعی چطور با مردانگی ترکیب می‌شوند و رفتار ضداجتماعی را نتیجه می‌دهند. به فهرستِ عواملی که جرم و بزهکاری را به‌همراه دارند، تجربه‌های ناشی از ظلم و ستم اجتماعی را نیز می‌توان افزود. مردان سیاه‌پوست پنج‌برابر بیش از سفیدپوستان به زندان می‌افتند؛ در پنج ایالتِ آمریکا، نابرابری نژادی بیش از ده به یک است. بر طبق گزارشی از سوی مرکز تحقیقاتیِ پروژهٔ زندانی‌کردن، در واشنگتن، که از مدافعانِ اصلاح عدالت کیفری است، این اختلافات ناشی از حکم‌های سنگین برای موادمخدر، تعصب نژادی در نگرش قضایی و معایبِ سیستمی هستند که بر خانواده‌های اقلیت‌های نژادی تأثیر می‌گذارند؛ به‌عبارتِ‌دیگر، به مردانِ جوان رنگین‌پوست همواره با نوعی تعصبِ ذاتی نگاه می‌شود که تنبیه را به‌جای توان‌بخشی برایشان مناسب‌تر می‌داند.

برای این مردان، زندان نقطه‌ای در یک مسیر مستقیم است که از مدرسه آغاز می‌شود. آنچه این پسرها به شکل آگاهانه و ناآگاهانه می‌دانند این است که تعصبِ نژادی موجب نابودکردن زندگی‌شان در هر کجا که باشند می‌شود. مطالعهٔ جدیدی که از سوی محققان دانشگاه استنفورد، هاروارد و ادارهٔ آمار ایالات‌متحده انجام گرفت نشان داد در میان مردان با موقعیت‌های اجتماعی اقتصادیِ مشابه، پسرانِ سیاه‌پوست وضعیت معیشتی بدتری نسبت به

سفیدپوست‌ها دارند. درواقع، برخی از بزرگ‌ترین اختلافاتِ میان سیاه‌پوستان و سفیدپوستان در سطوحِ درآمدی بالاتر، خود را نشان می‌دهند. همان‌طور که روزنامهٔ نیویورک‌تایمز گزارش کرد: «تحقیقات نشان می‌دهند موانعی که سیاه‌پوستان با آنها روبه‌رو هستند، ویژگی‌های یکتایی در خود دارند.»

استاد دانشگاه اسمیت، آن آرنت فرگوسن، یک مطالعهٔ سه‌ساله را در یک مدرسهٔ ابتدایی شهری انجام داد و توضیح داد چگونه گروهی از مردان جوان از سوی کارمندان مدرسه «مستحقِ زندان» شناسایی شدند و به‌نوعی احساسِ تحریف‌شده‌ای از آنان در جامعه‌ای که ازنظر نژادی دارای تعصب است درونی شده است. روان‌شناس دانشگاه پنسیلوانیا، هاوارد استیونسون درمورد «آسیب‌پذیریِ بیش از حد» پسران سخن می‌گوید که نه به‌عنوان پسر بلکه به‌عنوان تهدیدهای اجتماعی شناخته می‌شوند و کلیشه‌هایی را که درموردشان وجود دارد در موارد سرپیچی و جبران خسارت کمی بزرگنمایی می‌کنند.

ارتباط میان مردانگی بیش از حد و آسیب‌پذیری بیش از حد، چیزی است که من آن را در رابطه با نایلز، پسری از دوران کار در دادگاه خانواده، به خاطر می‌آورم. در جلساتم مرد جوانی را دیدم که بسیار حساس و علاقه‌مند به هنر بود و در برابر فشارهایی که او را وادار می‌کردند تا شخصیتی خیابانی به خود بگیرد، گزینه‌های پیش‌روی خود را سبک‌وسنگین می‌کرد. درحالی‌که منتظر جلسهٔ استماعِ دادرسی بود، اتهام‌های جدیدی به دادگاه آورده شدند - دراختیارداشتن موادمخدر، سرقت خودرو، دزدی - و من متوجه شدم برنامهٔ جایگزینی که سعی داشتم با او کار کرده و آماده کنم، در رقابت با فشارهای آنی‌ترِ زندگی او در خانواده، مدرسه و محله‌اش بود. زیر نظرِ من، او داشت به همان پسر بدی تبدیل می‌شد که جامعه از او انتظار داشت: او پس‌از تسلیم‌شدن همان‌طور داخل سلول ایستاده و از دعواکردن و ایستادن در برابر

تهدید و خشونت آن‌قدر خشنود بود که عملاً شخص دیگری شده بود.

راهی که با فرزندانِ خود پیشِ‌رو داریم

در این دورانِ پرخطر، والدین با ایده‌های متناقضی در این باب که چطور باید فرزندانِ خود را بزرگ کنند محاصره شده‌اند. برخی، همچون اریک دیویس[۲۰۰۵] و دانا سانتورلی[۲۰۰۵]، نویسندگانِ کتاب بزرگ‌کردن مردان: از پدران به پسران[۲۰۰۶]، در پیِ انتشار ارزش‌های مردانگیِ سنتی هستند؛ درس‌های زندگی از آموزش‌های نیروی دریایی که بدونِ فکرکردن، پیش‌از هرگونه آموزش دست و پاهای پسران را پشت سرشان می‌بندند و در استخر می‌اندازند. برخی این ایده را پخش می‌کنند که بیولوژیِ مردان اولویت اصلی است و پیشنهادهایی ارائه می‌کنند تا با رفتاری غیرمجزا از دختران آنان را کمی نرم‌تر کنند. گفته‌های موجود در این مورد که چطور باید پسر بزرگ کنیم، مرا به یاد سخنانی می‌اندازند که درمورد چگونگیِ آموزش به پسران در ابتدای شغلم شنیدم: درمورد تفاوت‌های هورمونی در سطح انرژی و نگرش به مدرسه، معلمان و یادگیری. مشکلِ این نظریه‌ها این بود که هیچ‌کدام مبتنی بر تحقیقاتِ صحیحی نبودند.

زمانی‌که پروژه‌ای با عنوان «از جانبِ پسران» را در مدرسه سروسامان می‌دادم، بحث‌ها و اشعارِ زیادی بودند که با پدرومادران در میان بگذاریم اما هیچ‌کدام بر هیچ علمی استوار نبودند. ما هر تعداد ایدهٔ مبتنی بر شواهد را که قادر بودیم کنار هم قرار دادیم تا کارگاهی ایجاد کنیم و آن را کلاسِ مقدماتی بزرگ‌کردن پسران بنامیم. این کارگاه بیانگر تلاش برای کمک به والدینِ پسران جهت کسب دیدگاهی وسیع درخصوص شغل و پاسخ‌دادن به برخی از سؤال‌های مهم آنان است.

کلاسِ مقدماتی بزرگ‌کردن پسران

کلاسِ مقدماتیِ بزرگ‌کردن پسران حولِ مجموعه‌ای از موضوعاتِ پرورشی است و اطلاعات، مهارت‌های مرتبط و فهرست‌هایی از بایدهاونبایدها را به‌دست می‌دهد که در پنج درس سازمان‌دهی شده‌اند:

درس اول: از پسر خود دفاع کنید

دفاع‌کردن از پسران در درجهٔ اول، باید شامل درکِ تهدیدی باشد که به‌دلیل فشارهای اجتماعی با آن روبه‌رو شده‌اند. والدین با درکِ گسترده‌تری از رشد مردان، در جایگاه بهتری برای رفاه پسران خود قرار می‌گیرند؛ برای مثال، زمانی‌که والدین متوجه می‌شوند پسرانشان تحت‌فشار همتایان خود و دیگر عوامل قرار گرفته‌اند تا انتخاب‌های محدودی داشته باشند، می‌توانند مداخله کرده و قدرتِ او را برای پیش‌رفتن در مسیر خود تقویت کنند.

برای اکثر پسران، این فشارها به‌خصوص از ابتدا آغاز می‌شوند؛ زمانی‌که نوزاد را به‌خاطر گریه‌کردن ساکت می‌کنند و می‌گویند: «پسرِ بزرگی باش!» بعداً، اگر پسر با عروسک یا اسباب‌بازی‌های دیگری که دخترانه تلقی می‌شوند بازی کند، ممکن است از او بخواهند دیگر این کار را انجام ندهد یا حتی خجالت‌زده‌اش کنند. سپس فشارهایی در زمین‌های ورزشی یا زمینِ بازی مدرسه به پسران وارد می‌شوند تا با انتظاراتِ کلیشه‌ای موجود خود را تطبیق دهند: تا عاشقِ رقابت باشند، باوجود درد به بازی ادامه دهند، به‌دنبال سلطه‌جویی باشند و غیره. در دورانِ نوجوانی، والدین تقریباً هر روز فرصت‌های زیادی پیدا می‌کنند تا به پسرشان یادآوری کنند او برای همین کسی که هست دوست داشته می‌شود و خودش می‌تواند در این مورد که چگونه دوست دارد مردانگی‌اش را ابراز کند و بشناسد، بیندیشد.

در چنین زمان‌هایی، راه‌های بسیاری وجود دارند که پدرومادر می‌توانند کمک کنند: مداخله، نرمال‌سازیِ تلاش‌های پسر و مطمئن‌شدن از اینکه رابطه‌شان برای او پناهگاهی است؛ برای مثال، زمانی‌که فشارهای موجود برای انطباق، پسر را

بیش از حد تحت‌تأثیر قرار دهند، والدین می‌توانند از او سؤال کنند آیا دوست دارد در مدیریت این موقعیت کمک کند یا نه. می‌توانند ایده‌هایی ارائه کنند که چه کارهایی می‌توان انجام داد، با او همراه شوند و درمورد موقعیت فکر کنند. همان‌طور که پسر بزرگ‌تر می‌شود، ممکن است از کمک‌خواستن از والدینش احساس خجالت کند؛ در این زمان‌ها، بازگوییِ داستان‌هایی از مشکلاتی که خود والدین با هنجارهای جنسیتی داشته‌اند می‌تواند احساسِ خجالت و تحقیر را در پسر کاهش دهد. گاهی‌اوقات والدین با مشاهدهٔ اولویت‌های رقابتی از قبیل تعیین محدودیت و اعتباربخشیدن به فرزندشان دچار سردرگمی می‌شوند. من ابتدا از آنها می‌خواهم درمورد موقعیت کلی فکر کنند: پسر زیر چه فشاری قرار دارد و این موضوع چطور او را تحت‌تأثیر قرار داده است و به کدام‌یک بیشتر احتیاج دارد: محدودیت‌ها و موعظه‌ها یا خوشامدگویی و استراحت؟

ما به‌عنوان والدین باید قضاوت‌های استراتژیکی داشته باشیم و هدف نهایی را در نظر بگیریم: پسران خود را قدرت بخشیم تا در مقابل فشارها بایستند و هر زمان منابع فردی‌شان نیاز به تقویت‌شدن داشت کمک بگیرند. دوست خوبی برای یک پسربودن، به معنای خوشامدگویی و صحه‌گذاشتن بر تلاش‌های اوست، هر طور هم که باشد و درعین‌حال، داشتن انتظاراتی بالا از توانایی‌های او برای سر درآوردن از مشکلات زندگی خود.

غالباً، والدینِ پسران نکتهٔ اصلی را نادیده می‌گیرند. گرچه بسیاری به شیوه‌های مختلف به پسرشان کمک می‌کنند، غالباً مشکلات او را اشتباه برداشت می‌کنند. آنها حریمِ شخصی پسر را نقض می‌کنند و چیزهایی را که نگرانشان هستند - برای مثال، اینکه ممکن است او در مدرسه محبوب نشود - با مشکلاتی که او واقعاً با آنها روبه‌روست اشتباه می‌گیرند. آنان معمولاً دچار این نگرانی‌ها

می‌شوند و ابتکار عمل پسرشان را نادیده گرفته و سهواً زمام امور را خود به‌دست می‌گیرند. پسرها به‌جای اینکه احساس حمایت و امنیت کنند، کمتر نسبت به خود اطمینان دارند و حتی از والدینشان نیز متنفر می‌شوند.

دفاع از پسران را باید از آنجا شروع کرد که به‌طور کامل پسرانگی و کلیشه‌های مردانه را شناخت و سعی در تغییرشان داشت. این موضوع تا زمانی‌که والدین متوجه شوند هر پسر از کلیشه‌ها مجزاست، ممکن نخواهد بود. والدین برای به‌دست‌آوردن دیدگاهی مناسب، می‌توانند رشتهٔ مطالعاتِ پسران را دنبال کنند و کتاب‌هایی بخوانند که داستان‌هایی واقعی از تجربیات پسران را به‌اشتراک می‌گذارند. نفوذ به هاله‌ای که پسران را دربرگرفته است به والدین کمک می‌کند انسانیتِ پسرشان را همواره در نظر داشته باشند.

والدین در دورانِ زندگیِ پسرانِ خود، باید به‌طور مرتب به آنان یادآوری کنند که چقدر خوب است که پسر هستند. در اوضاعِ امروز، دوگانگیِ قابل‌درکی در این مورد وجود دارد که مردان به چه دیدی نگریسته می‌شوند و به همین منظور، والدین نسبت به تقویتِ رفتارهایی که ممکن است به مشکل منجر شوند، محتاطانه عمل می‌کنند. پسران در تمامی سنین این تردید و دودلی را متوجه می‌شوند. خیلی خوب است که والدین نشان دهند چقدر از پسرشان راضی هستند. والدین همان‌طور که می‌کوشند این خشنودی را به آنها منتقل کنند، ممکن است متوجه خشم یا نفرت خود نسبت به مردان شوند. این خودآگاهی می‌تواند مسیری به‌سمت درمان و رشد فردی باشد.

مدافع‌بودن به معنای تلاش برای نجات‌دادن پسر نیست. بسیار بهتر خواهد بود اگر به او کمک کنیم متوجه شود در این راه تنها نیست و اینکه کنارش بمانیم و آماده باشیم در صورت نیاز سپری برایش درست کنیم. بدین شکل،

اعتمادبه‌نفس را در پسر خود تقویت می‌کنیم.

درس دوم: برای داشتن خودانگاره‌ای قدرتمند، روابط خوبی با آنها داشته باشید

ازآنجاکه فشار همتایان در پسران بسیار شدید است، نیاز به خودانگاره‌ای قوی وجود دارد تا از هنجارهای منفی دور بمانند؛ به‌عنوان والدین، ما باید به خاطر داشته باشیم که ارتباطمان با پسرانمان سنگرِ اولیهٔ آنهاست و از مصالحهٔ بیش از حد دورشان می‌کند. اگر بدانند همیشه در قلب پدرومادرشان هستند، پسران هم مادر و پدر را در قلب خود خواهند داشت و ارزش‌های آنان را در خود می‌پرورانند.

آنان اگر قدرت بیشتری پیدا کنند، جهان را با استقلال بیشتری زیر پا می‌گذارند.

چطور باید ارتباطی قدرتمند با پسران خود داشته باشیم؟ یک راه این است که مهارتِ بازتاب‌دادن را بیاموزیم. والدین می‌توانند این کار را با شریک زندگی‌شان تمرین کنند و به‌نوبت، تمام آنچه را در پسران خود دوست دارند تحسین کنند و بدان عشق بورزند. تا حد امکان دقیق صحبت کنید و داستان‌هایی را درمورد لحظاتی واقعی از زمان‌هایی که پسرتان نشان داده چقدر فردِ خاصی است تعریف کنید. نه‌تنها این‌گونه تمرین‌ها والدین را در موقعیت‌ها و شرایطی که در زندگی واقعی به وجود می‌آیند آماده می‌کنند، بلکه مهارتِ آنها را در تصدیق و ارائهٔ نظرات مثبتی که به‌دلیل نگرانی یا انتقاد از آنها کاسته نشده است افزایش می‌دهند. درنتیجه، الگوهای یافتن اشتباه یا ربوده‌شدن به‌وسیلهٔ نگرانی‌های شخصی، آگاهانه‌تر و قابل‌کنترل‌تر خواهند شد.

تمامی استراتژی‌هایی که ما در تحقیقات خود در باب استراتژی‌های رابطه‌ایِ

موفق برای معلمان شناسایی کردیم، با والدین نیز در ارتباط هستند. یافتنِ یک علاقه یا هویت مشترک، ارائهٔ کمک‌هایی که به‌خوبی با نیازهای اصلی پسر هماهنگی دارند: صبور و همیشه در دسترس و اختیار پسر باشند و غیره؛ این‌گونه رفتارها در جهت بهبود رابطه، احتمال اینکه پسر والدین خود را منبع یاری و کمک ببیند به‌جای اینکه آنها را قاضی یا هیئت‌منصفه بداند افزایش می‌دهند. ازآنجاکه هنجار فرهنگی برای پسران به‌واقع تکیه بر والدینشان نیست، بسیار ضروری است که والدین خود را در اختیار پسرشان قرار داده و به زندگیِ او توجه و علاقهٔ ویژه‌ای نشان دهند.

یک روز در دفترم در زمان ملاقات با سیریل[۳۰۷] و مادرش، این موضوع به من یادآوری شد که چطور بسیاری از پسران سهواً از والدین خود مراقبت می‌کنند، به‌جای اینکه از خودشان مراقبت به‌عمل آید. سیریل در سیزده‌سالگی این‌طور به‌نظر می‌رسید که یا مشغول بازی‌های ویدئویی است یا همواره احساس خشم می‌کند. مادرش این موضوعات را ناشی از بلوغ می‌دانست، اما همان‌طور که به آنها کمک کردم تا با یکدیگر در این مورد که هر روز دارند از یکدیگر دورتر می‌شوند صحبت کنند، مشخص شد سیریل سعی دارد از مادرش محافظت کند و به‌واقع سعی داشت با بیان‌نکردنِ اضطراب‌ها و ناراحتی‌هایش، به ناراحتیِ مادرش که ناشی از فوت قریب‌الوقوع مادربزرگش بود واکنش نشان دهد. مادرش روحش هم خبر نداشت سیریل سعی دارد چنین باری را به‌دوش بکشد و به‌خاطر خود اوست که دارد دوری می‌کند. زمانی‌که مادر متوجه این موضوع شد، اصرار داشت سیریل به این موضوع دید بازتری داشته باشد و زمانی‌که مادر به‌نظر ناراحت یا دل‌مشغول می‌رسد با او صحبت کند. او توضیح داد که نزدیک‌بودن به سیریل همیشه باعث می‌شود احساس بهتری پیدا کنم.

با دریافتِ این مقدار بازخورد که بنا به ارزش‌های رقابتی و فرهنگ عام دچار

انحراف شده است، یا پسر بازتابی واقعی در خانوادهٔ خود دریافت می‌کند یا از محرومیت رنج می‌برد. در صورت وجود بازتابِ ناکافی، پسران نسبت به پاداش‌های پیشنهادیِ فرهنگی آسیب‌پذیرتر هستند - برای مثال بردن یا همراه‌شدن با گروه همتایان - و کمتر احتمال دارد خودشان در این مورد فکر کنند. داشتنِ حداقل یک رابطه که در آن واقعاً شناخته شده و به آنها عشق ورزیده می‌شود، بسیار مهم است.

درس سوم: ابرازِ وجود احساسی را ترغیب کنید

آگاهی از احساسات و ابراز آنها در روابط است که هر روز بیش از دیروز رشد و پیشرفت می‌کند. می‌توان از پسران انتظار داشت احساساتِ خود را تنها زمانی به‌اشتراک بگذارند که در مقابلِ خوارشدن و موردقضاوت واقع‌شدن ایمن باشند. زمانی‌که موانع و تهدیدها از سر راه برداشته می‌شوند، پسران تعلل نخواهند کرد: آنها عاشقِ داستان‌گفتن هستند. ابتدا، احساساتشان ممکن است خام و نامطلوب باشند یا حتی مملو از خشم، و ممکن است بیش از همه والدینشان را نشانه بروند. آزردگیِ مزمنِ سیریل مطمئناً مادرش را از او دور کرد تا مادر متوجه شود او سعی دارد نشان دهد قادر نیست همه‌چیز را در خودش بریزد، هر چقدر هم که سعی کند. بااین‌حال تنها در زمان ارتباط با والدین که بی‌قیدوشرط عاشقِ فرزندشان هستند، پسران متوجه می‌شوند که چطور باید ارتباط خود را حفظ کنند، حتی زمانی‌که احساساتشان به آنها می‌گویند باید همه را از خود دور کنند.

مهارتِ گوش‌دادن به احساسات پسران، هم بسیار ساده و هم بسیار چالش‌برانگیز است. بسیاری از والدین به‌رغم وظایف زیادی که هر روز بر عهده دارند و تمام کارهای ناتمامی که بر دوش می‌کشند و بدون اینکه کمکی از سوی دیگران دریافت کنند به پسر خود گوش می‌کنند. اضطراب‌هایی که آنان تحمل می‌کنند ممکن است موجب شود در زمان مشاهدهٔ رفتار غیرمعقولی از سوی فرزندانشان بی‌توجه، تحریک‌پذیر و ازنظر احساسی منفعل شوند؛ اما زمانی‌که صرفاً سعی داریم به پسران خود واکنش نشان دهیم، فرصت‌های موجود را برای یافتنِ دلیل رفتارهایشان از دست می‌دهیم.

برای کسب مهارتِ لازم در گوش‌کردن، والدین ابتدا باید یاد بگیرند صحبت‌های تک‌نفرهٔ خود را در وجودشان ساکت کرده و از خود توجه، گرما و علاقه ساطع کنند. زمانی‌که شما به‌عنوان والدین توانستید حواس خود را کاملاً متمرکز کنید، تمام آنچه لازم است این است که پسر را هرجا که هست بیابید و تمام توجهتان را به او معطوف کنید؛ اگر در حالِ بازی‌کردن یا تماشای تلویزیون است، کنارش بنشینید و به آنچه انجام می‌دهد ابراز علاقه کنید بدون اینکه روند درحال‌جریان را تغییر دهید. زمانی‌که هر دو داخل ماشین هستید، سؤالی برای پرسیدن پیدا کنید که به‌نوعی کنجکاویِ واقعی او درمورد بخش موردعلاقه‌اش در زندگی باشد: «به چه آهنگی گوش می‌کنی؟» «در برنامه‌ای که تماشا می‌کردی چه اتفاقی رخ داد؟» «تیمی که دنبال می‌کردی در آخرین بازی‌اش چطور عمل کرد؟» نکته اینجاست که نباید پسر را مجبور کنید چیزی را توضیح دهد یا حتی به درکِ شما کمک کند؛ پسر تنها باید توجه والدین خود را لذت‌بخش بداند.

همان‌طور که والدین گوش‌دادن به فرزند خود را تمرین می‌کنند، کیفیتِ توجهشان بیشتر می‌شود و کمتر نسبت به حواس‌پرتی یا انحراف آسیب‌پذیر خواهند بود و ازآنجاکه پسران شنیده‌شدن را تجربه‌ای مثبت می‌پندارند، خود نیز به این کار دل می‌دهند. با به‌دست‌آوردنِ پایهٔ ارتباطی به این شکل، نتیجهٔ نهایی زمانی مشاهده می‌شود که پسر به‌دنبال یک سنگِ‌صبور و گوش شنوا می‌گردد. زمانی‌که اعتماد دوطرفه و مزایای شنیده‌شدن بر او مبرهن شدند، پسرها ازنظر احساسی ارتباط بهتری برقرار خواهند کرد و کمتر احتمال دارد احساسات خود را نادیده بگیرند و به ندای قلبشان گوش ندهند.

اجتناب از رایج‌ترین موانع موجود بر سر راه گوش‌دادن - تمایل به سؤال‌کردن صرفاً برای کسب اطلاعات بیشتر یا رفع کنجکاوی و به‌خودگرفتنِ احساساتِ

پسرانشان - نیازمند تمرین مکرر است؛ اما زمانی‌که پسر بتواند بدون نگرانی درمورد اینکه والدینش چه واکنشی نشان خواهند داد ابراز وجود کند، نتیجهٔ بهتری خواهد گرفت. کسب چشم‌انداز در این باب که احساسات چگونه بر تفکر و رفتار تأثیر می‌گذارند، مهارتی مهم در هوش هیجانی است.

از همه مهم‌تر، والدین هرگز نباید با موعظه‌کردن به مطالبی که پسرشان با آنها در میان می‌گذارد واکنش نشان دهند. وقتی به آنها بگوییم چه فکری بکنند دیگر قادر نخواهند بود برای خود فکر کنند و معمولاً احساس می‌کنند به آنها بی‌احترامی شده است. اکثر پسران به‌خصوص با افزایش سن، بر آزادیِ خود در تصمیم‌گیری پافشاری می‌کنند و تمایل دارند صحبت‌کردن را فدا کنند، اما پند و موعظه نشنوند.

درس چهارم: از اقتدار خود استفاده کنید

گروه‌های پسران بیشتر خود را از بزرگ‌سالان جدا می‌کنند و به شکل فعالانه به‌دنبال آزمودنِ صبر والدین و قدرتِ قوانینی هستند که آنها وضع می‌کنند، بر اعضای گروه فشار وارد می‌کنند که در میانهٔ راه کم نیاورند، با دختران بدرفتاری می‌کنند و اعضا را ترغیب می‌کنند برای دست‌وپنجه نرم‌کردن با احساساتِ سرکوب‌شده، به دستگاه‌های دیجیتالی و مصرف مواد روی آورند. والدینِ پسران باید محدودیت‌هایی مشخص کرده و آنها را از ارزش‌های فرهنگ همتایانِ خود دور کنند. پسر سخت‌تر می‌تواند مهارکردن خود را یاد بگیرد، مگر اینکه پدرومادر به‌درستی زمان‌هایی را که پسرشان بدرفتاری می‌کند مدیریت کنند.

زمانی‌که سعی دارید پسر را مسئولیت‌پذیر بار آورید، سه ویژگی بسیار مهم هستند: پذیرش احساسی، مهار رفتاری و هدایتِ اجتماعی.

والدین حتی زمانی‌که محدوده‌ای را مشخص می‌کنند و سعی دارند رفتار پسرشان را بررسی کنند، نباید واکنشی منفی به احساساتی که در زیربنای رفتارهای نامناسب قرار دارند نشان دهند؛ برای مثال، خشم: اینکه برای بیانِ خشم محدوده‌ای مشخص کنیم یک چیز است - هیچ‌گاه منطقی نخواهد بود که مخرب‌بودن، تهدیدها یا خشونت را مجاز بدانیم - اما اینکه پسران را به‌خاطر نشان‌دادن خشم خود محکوم کنیم موضوع دیگری است.

زمانی‌که احساس ناامیدی دارید - «تو واقعاً مرا ناامید کردی» - هر چقدر هم که توضیح‌دادن، دفاع‌کردن یا پایین‌آوردنِ نسخهٔ پسر از وقایع وسوسه‌تان کند، گوش‌دادن به احساساتِ او معمولاً برای رفع ابهامات کافی است و موجبِ

تقویتِ آزادیِ عاطفی می‌شود. اینکه خود را تکیه‌گاهی برای تمامی احساساتِ دردناک آنان معرفی کنیم، از عناصرِ اصلیِ نقش والدین به‌عنوان مشاوران است. محدودیت تعیین‌کردن معمولاً با بیرون‌ریختنِ احساساتِ دردناک همراه بوده و نکتهٔ اصلی این است که کمک کنیم پسر خود را از تنش‌هایی که موجب بدرفتاری در او شده‌اند رها کند.

زمانی‌که والدین محدودیت تعیین می‌کنند، این خود راهی برای انتقالِ این مفهوم است که پسرشان را فردی توانا و بااخلاق می‌دانند که قادر است تمامی اضطراب‌ها و مشکلاتش را پشت سر بگذارد و رفتار بهتری از خود نشان دهد. همین پدیده را در تحقیقاتِ آموزشی خود دیدیم؛ زمانی‌که بدرفتاریِ یک پسر موجب نشد معلمش برداشتِ اشتباهی از شخصیت او داشته باشد؛ چراکه وقتی معلم بعداز اشتباه پسران امکان شروع دوباره را به آنها می‌بخشد بسیاری از آنان از این‌رو به آن‌رو می‌شوند. آنها متوجه خواهند شد که معلم قابلیت‌هایشان را نادیده نگرفته است و درنتیجه رفتارشان را تا سطح موردانتظار بهبود می‌دهند.

بدون آگاهیِ واقعی، پسران از والدین خود انتظار دارند در برابر رفتارهای خصمانه یا آزمایشیِ آنان مقاومت کنند؛ اما انتظار دارند والدینشان به‌گونه‌ای این کار را انجام دهند که موجب قطع ارتباط بین آنها یا ازبین‌رفتن احساسِ پذیرفته‌شدن، مشکلات و غیره نشود. برای کسب توازنِ لازم، استفاده از قدرت و اختیارات از سوی والدین باید استراتژیک باشد، نه منفعلانه. محدودیت‌ها همواره باید از ملاحظهٔ متفکرانهٔ موقعیت و تمایل به گوش‌دادن به هر ناراحتی‌ای که رفتار نامعقول را موجب شده نشأت گیرند. واکنش‌هایی که از ناراحتیِ خود والدین حاصل می‌شوند ناسازگار و ناپایدارند و حتی شاید سهواً صبرآزمایی و مقاومتِ نیرومندانه را تقویت کنند.

درس پنجم: ترویجِ استقلال

شکلِ ایدئال استقلال به‌صورت انزوای کامل همچنان یک تصویر فرهنگی قدرتمند است؛ اما در یک رشدِ سالم، استقلال، کمتر از خودمختاری حاصل‌شده ازطریق ابتکار عمل، قضاوت و اعتمادبه‌نفس، هدف اصلی به‌شمار می‌آید. برای پرورش این مهم در فرزندان، والدین باید پسر خود را در تمامی چالش‌ها همراهی کنند، بدون اینکه در زمان مشکلات یا اشتباهات به شکل سیستماتیک مسئولیت را خودشان به‌دست بگیرند. درعوض، همچون یک مربی خوب، والدین به فرزندان خود اعتمادبه‌نفس می‌دهند و زمانی‌که احساسِ سردرگمی یا شکست در فرزندانشان ایجاد می‌شود آنها را به‌جان می‌خرند.

در شیوه‌ای متناقض، استقلال به‌واقع به شکلی طبیعی در روابط ظهور می‌کند و ناشی از کنارکشیدنِ خود از والدین نخواهد بود. اینکه والدین تا چه حد می‌توانند هم ارتباطشان را با پسرشان حفظ کنند و هم درمورد ارزش‌های مهم و نیازهای خانواده با او صادق باشند، آزمونِ نهایی توانایی آنان در پشتیبانی از استقلال پسرشان خواهد بود. یکی از مردانِ جوانی که به دیدن من می‌آمد با والدینش مذاکرات بسیاری درمورد اجازه برای مصرف ماری‌جوانا داشت: «همه این کار را می‌کنند. شما خیلی ساده و ناآگاه هستید. این کار هیچ اشکالی ندارد.» آخرین اقدامش این بود که آنها را دور می‌زد یا شب‌هنگام در انباری خانه این کار را انجام می‌داد.

اما والدین او به‌خوبی توانستند احساسات خود را کنترل کنند. حتی زمانی‌که اصرار داشتند آلوده‌شدن او به این مواد هیچ نفعی برایش ندارد و تکرار می‌کردند نباید کارش را دوباره تکرار کند، مطمئن می‌شدند که به او عشق و

احترام نشان دهند. گاهی‌اوقات بحثشان بالا می‌گرفت، به‌خصوص زمانی‌که والدین می‌گفتند اگر بفهمند قوانینشان را دور زده است، او را محدودتر خواهند کرد؛ اما پسر کاملاً باور داشت که پدرومادرش فقط به صلاح او می‌اندیشند، حتی اگر با دیدگاه آنها موافق نباشد و شک داشته باشد، اما بازهم چشم‌بسته به آنها اعتماد دارد. زمانی‌که تسلیم قضاوت آنان می‌شد به‌نظر نمی‌رسید که خود را تسلیم کرده باشد.

درحالی‌که مصالحه و مذاکره همواره در هر رابطه‌ای ضروری هستند، زمانی‌که اعتماد، گوش‌سپردن و رهاشدن از احساساتِ شدید برانگیخته شوند، درگیری‌های ظاهری معمولاً از بین می‌روند. همواره، زمانی‌که احساساتِ دردناک کنار می‌روند، راه‌حلی در هر منازعه‌ای وجود خواهد داشت. جهت دست‌یابی به توازنِ سالم میان حفظ ارتباط و پشتیبانی از تمایلِ پسرشان به بازکردن بال‌هایش، والدین معمولاً باید بررسی کنند که نیاز خودشان به استقلال چطور در خانواده‌هایشان مدیریت شده و چطور این تجربیات بر رابطه‌شان با پسر تأثیر گذاشته است.

مردانی خوب و منصف

از دید انتقادی، در اقتصادِ به‌هم‌پیوستهٔ جدید، پسران و مردان جوان نیز دوشادوش دیگران - همه افراد جامعه - به‌صورت تیمی کار می‌کنند. آنها در روابط و خانواده‌هایی قرار دارند که بیش از هر نسلی در گذشته دمکراتیک هستند و تعهدِ عمیق‌تری به رعایت حقوق انسانی برای همه دارند. برای اینکه پسران مؤثر و کارآمد باشند، باید این شرایط مبادله و جایگاه‌های شغلی را که کمتر محق و سلسله‌مراتبی هستند بپذیرند. مردان جوان باید این موضوع را بدانند که عدالت و اخلاق برای موفقیت ضروری هستند. حتی بااینکه امروزه، همچنان شعارِ مردان مهم‌تر از زنان هستند بر لب‌ها جاری است، مردانِ نسل زد باید این موضوع را درک کنند که جهت راه بازکردن در جهان مدرن، امتیازاتِ ناخواستهٔ جنسیت، نژاد و طبقهٔ اجتماعی، منصفانه و ارزنده نیستند. والدین چطور باید چنین موضوعی را به پسران خود توضیح دهند؟

همان‌طور که گلوریا استاینم می‌گوید، یک استراتژی «این است که پسرانِ خود را بیشتر شبیه به دخترانمان بزرگ کنیم» و طیفِ عاطفی گسترده‌تری را در اختیارشان قرار دهیم. در مقاله‌ای که به‌تازگی در مجلهٔ وَنِتی‌فِر[۳۰۸] منتشر شده است، مونیکا لوینسکی[۳۰۹]، دانشمند، درمورد «مرزهای جدیدِ آسیب‌پذیری مردان» نوشته و برد پیت، شاهزاده هری و جِی زی[۳۱۰] را الگوهایی برای «متفاوت‌بودن - احساساتی‌بودن، متعهدبودن، آسیب‌پذیربودن و حتی فمینیست‌بودن» دانسته است. زمانی‌که پیت آماج هجومِ سنت‌گرایانی که می‌گفتند باید مرد باشد و درمورد رهایی از اعتیاد و علاقه به تفکر و رشد فکری صحبت کند قرار گرفت، لوینسکی از او دفاع کرد و به تحولی اشاره کرد که در طول نسل قبل رخ داده است: «مردشدن و "مردبودن" در میان پسرانِ

جوان امروز با بیان احساسات، تصدیق نقایص، بازکردن سفرهٔ دلشان و روبه‌روشدن با پیامدهای این موضوع همراه شده است.»

دانشمند و محقق روزنامهٔ نیویورک‌تایمز، کلیر کِین میلر[۳۱۱]، مقالهٔ محبوبی با عنوان «چگونه پسرمان را فمینیست بار بیاوریم»[۳۱۲] نوشت. با تعریفِ فمینیست به‌عنوان کسی که قادر است برابری کامل را میان زن و مرد بپذیرد، او به‌دنبال مشاورهٔ متخصصان بود و مجموعِ دوازده پیشنهاد را ارائه کرد که «به هرکسی که می‌خواهد کودکانی مهربان، دارای اعتمادبه‌نفس و آزاد تربیت کند تا رؤیاهای خود را دنبال کنند» قابل‌اطلاق است.

او گفت: «برای شروع، پسران باید اجازهٔ گریه‌کردن داشته باشند. اینکه تمامِ احساسات خود را به شکل انفجارهای عصبی بروز دهند پیامدهای بسیار منفی‌ای به‌همراه دارد. تنها زمانی‌که قلب و ذهن باهم عمل کنند، زمانی‌که پسران بتوانند درمورد مشکلاتِ خود صادق باشند، می‌توانند واقعاً ارتباط خود را با دیگران احساس کنند. انسان ذاتاً برای همدلی رشد و تکامل می‌یابد و زمانی‌که ابرازِ وجود طبیعی در پسران مختل می‌شود، تقوا نیز در آنان کاهش می‌یابد. راه‌حل ساده است و عواقبِ ژرفی به‌همراه دارد.»

ایده‌های دیگری نیز از جانب او برای کنارزدن و منسوخ‌کردن افسانه‌های مردانگی مطرح شده‌اند؛ برای مثال، پیشنهاد کرده است که الگوهایی مشخص شوند و به پسران کمک کنند کلیشه‌ها را کنار بزنند و مردبودن را به معنای واقعی ببینند. پیشنهادِ دیگر این بود که به پسران آموزش دهیم مسئولیت کارهای خود را به‌گردن بگیرند، نه اینکه اکثر مسئولیت‌های خانواده به شکل نامتناسبی بر دوش دختران باشد. همچنین، او توصیه می‌کرد والدین به پسر خود آموزش دهند از دیگران مراقبت کند تا به‌اندازهٔ دختران با مقولهٔ

مراقبت‌کردن آشنا شود. او به تحقیقات انجام‌گرفته به‌وسیلهٔ یک برنامهٔ کانادایی با نامِ «ریشه‌های همدلی»[۳۱۳] اشاره کرد که به‌دلیل موفقیت در جلوگیری از قلدری و خشونت در سرتاسر جهان گسترش یافته است.

بر طبق نظر کین میلر که به والدین توصیه می‌کند «بازی کنند، شوخی کنند، باهم برنامه‌های ورزشی تماشا کنند، از درخت بالا بروند و اردو بزنند»، پسرها باید پسربودن خود را دوست داشته باشند؛ اما او در مبارزه با کلیشه‌هایی که زندگی پسران را محدود می‌کنند پیشنهاد می‌کند واقعیت «نه‌گفتن» نیز به آنها آموزش داده شود تا قادر باشند برانگیختگی‌های خود را مدیریت کنند، سرخوردگی‌ها را تحمل کنند و زمانی‌که حقوق دیگران نقض می‌شود از آنها دفاع کنند. پسرها باید به خواندن ترغیب شوند و وقتی از واژهٔ «دختر» به‌عنوان توهین استفاده می‌کنند، به‌سرعت تنبیه شوند. آنها باید درمورد زندگیِ زنان آموزش داده شده و ترغیب شوند با دختران دوست باشند.

نویسنده‌ای دیگر به نام اندرو راینر[۳۱۴]، در مقاله‌ای با عنوان «صحبت‌کردن با پسران، همان‌طور که با دختران سخن می‌گوییم»[۳۱۵]، این موضوع را از این هم بیشتر مورد کنکاش قرار داده است. او به مطالعاتِ بسیاری درزمینهٔ تعاملاتِ پدرومادر با فرزند خود اشاره کرده است که نشان می‌دهند والدین چطور کلیشه‌های سنتی را از همان ابتدا و به‌طور کامل به پسر خود منتقل می‌کنند. به‌طور مشخص، مطالعاتِ زبانی و سبک‌های تعامل نشان می‌دهند که والدین با دخترانِ خود بیشتر صحبت کرده و ازنظر احساسی بیشتر ابراز وجود می‌کنند. بر طبق گفتهٔ سوزان دیوید[۳۱۶]، روان‌شناس دانشگاه هاروارد که با او مصاحبه‌ای انجام داده بود، والدینی که سعی دارند این تعصب را نسبت به پسران خود تصحیح کنند به‌سادگی باید «همیشه برای کمک آماده باشند، از آنها بخواهند حرف دلشان را بزنند و نشان دهند به حرف‌های پسرشان اهمیت

می‌دهند».

ازنظر روان‌شناس کریستیا اسپیرز براون، والدین می‌توانند دو کار مهم برای بزرگ‌کردن فرزندان خود انجام دهند که فراتر از انتخابِ «لباس‌های صورتی و آبی» است. از همه مهم‌تر آنان باید کلیشه‌های جنسیتی را به‌چالش بکشند: «حتی بااینکه مبارزه با این کلیشه‌ها کار بسیار مشکلی است، شما را دعوت می‌کنم درهرصورت برای مبارزه با آنها تلاش کنید. به‌نظرم مبارزهٔ خوبی است و درنهایت ارزشش را خواهد داشت. افرادی که هم مشخصه‌های مردانه و هم زنانه را دارا هستند (که قاطع، مستقل و همدل هستند) باقی زندگی خود را بهتر می‌گذرانند.»

در زمانِ عمل‌کردن، والدین باید تصمیم سختی جهت مبارزه با کلیشه‌ها بگیرند. براون نیز خود فهرستی از اهداف عملیاتی اصلی تهیه کرده است: او تمامی لباس‌ها یا اسباب‌بازی‌های کلیشه‌ای را بیرون می‌ریزد و ابزارهای سرگرمی‌ای همچون برنامه‌های تلویزیونی و فیلم‌های جنسیت‌محور را نیز حذف می‌کند؛ مراقب حرف‌زدن خود است و از ارجاعات مستقیم یا غیرمستقیم به جنسیت پرهیز می‌کند؛ برای مثال «دختر زیبا» یا «پسر بزرگ». زمانی هم که فرزندانش از واژه‌های کلیشه‌ای استفاده می‌کنند، با مهربانی اما قاطعیت حرفشان را اصلاح می‌کند.

اما تعهد به پرورش مردان خوب باید چیزی فراتر از اجتناب از کلیشه‌ها در صحبت، اسباب‌بازی‌ها و رسانه‌ها باشد؛ اقداماتی که به‌خودیِ‌خود موجب تقویتِ تقوا و پرورش انسانیت نمی‌شوند. فیلسوف دانشگاه استنفورد، امان کالان[۱۲۱۷] که به مطالعهٔ تابعیت می‌پردازد، می‌گوید: «برای منصف‌بودن... باید حتماً به دیگران اهمیت بدهیم.» مهارتِ اهمیت‌دادن به دیگران،

تحت‌تأثیر قرارگرفتن از انسانیت مشترک آنها، از تجربه‌های یک کودک در بابِ مراقبت نشأت می‌گیرد. کودک در نبودِ ارتباطاتِ همدلانه، ممکن است به شکل کوته‌نظرانه‌ای غرق در تمایلاتِ خود شود و ناگزیر، مایل باشد هر کاری لازم است انجام دهد تا تمایلاتش برآورده شوند. تجربهٔ یک پسر از عشقِ والدین، اساسی برای خوبی به‌همراه می‌آورد. از دیدِ فلسفه‌دانی دیگر، جان راولز[۲۰۰۱]، والدینِ متعهد به رفتارِ پسرشان با دیگران، «ایجاد ارتباط و دل‌بستگی را اهداف غایی» می‌دانند. پسر از تجربهٔ خود در روابط نزدیک می‌آموزد که عدالت از حقوق اساسی هر انسان است. اطمینان از اینکه پسران موردتوجه هستند، اینکه نیازشان به ارتباط به‌دلیل عملکردشان تحت‌الشعاع قرار نگرفته است، اساسی ضروری برای بزرگ‌کردن مردانی خوب است.

همان‌طور که داستان‌های بسیاری درمورد مردانِ خودمحور و خودشیفته و غره از حرف‌های مردانه‌ای که در رختکن اظهار می‌دارند می‌توانند با شرکای عشقی خود بدرفتاری کنند و هرگونه شانسی را برای ارتباط عاشقانه با آنها از بین ببرند می‌شنوم، به یادِ این یافتهٔ بسیار مهم می‌افتم که انواع مختلف فرهنگ‌های مردانگی، سطوح متفاوتی از خشونتِ جنسی مردان را موجب می‌شوند. تحقیقات آنان به ما یادآوری می‌کنند الگوهای ارتکابیِ مردان که در داستان‌های «#من هم» نیز توضیح داده شده‌اند، به شکل آنی از خود پسران سرچشمه نگرفته‌اند و از اجزای ضروری در پسرانگی هستند - هیچ پسری ذاتاً پیچیده و آزاردهنده نیست.

جهت رساندنِ جنبش برابری به مکانی باثبات و حصول اطمینان از اینکه پسران می‌توانند دختران و زنان را به‌عنوان همراهانی که قلبشان را به روی مردان می‌گشایند و همراهشان هستند و دوست دارند کمکشان کنند با احترام کامل بپذیرند، والدین و دیگر کسانی که مسئولیت پسران را بر عهده دارند باید

مطمئن شوند که پسرانشان رفتاری انسانی دریافت می‌کنند. باید با دقت توجه داشته باشیم که پسرانگی چه زمانی رشد انسانی پسرمان را دچار انحراف می‌کند. براساس جبهه‌های اصلی قادریم ببینیم که پسران کاملاً آماده و مایل به تجربهٔ «رشد کامل ظرفیت‌های خود» هستند؛ ازجمله عشق، خلاقیت و ارتباط.

پویشی برای زندگیِ پسرها

زمانی‌که نوهٔ من متولد شد، از اینکه می‌دیدم او تا چه حد مرا از آنِ خود می‌داند جا خوردم. گاهی برای مدتی طولانی به من خیره می‌شد و در صورتم به جست‌وجو می‌پرداخت و عمیقاً در چشمانم می‌نگریست. وقتی با او صحبت می‌کردم و می‌گفتم چقدر از اینکه او اینجاست خوشحالم، به‌نظر به زبانی سخن می‌گفتم که او متوجهش می‌شد، گرچه هنوز خودش قادر به صحبت‌کردن نبود. او مرا پذیرفت و وقتی چند ماه دیگر از زندگی‌اش گذشت شروع کرد به لبخندزدن. یک بار زمانی‌که به خانهٔ ما آمد و صدای مرا شنید، آن‌قدر همه‌جا را خیره نگاه کرد تا اینکه جای مرا یافت و زمانی‌که چشم در چشم شدیم لبخندی درخشان به رویم پاشید. کمی بعد، با دیدن من از خوشحالی وول می‌زد و پاها و بازوهایش را با سرعت به سینهٔ پدرش می‌کوبید. من بسیار خوشحال بودم از اینکه یک کودک - چه دختر و چه پسر - ذات و سرشتش این‌گونه بود که عمیق‌ترین و پایدارترین ارتباط را برقرار کند.

زمانی‌که دو پسرم متولد شدند، دیدم حتی ابرقهرمانان نیز قادر نیستند آنان را در برابر فرهنگی که بدان وارد می‌شوند محافظت کنند. از دلایل اصلی‌ای که پذیرفتم در مدرسه‌ای پسرانه مشاور باشم، پسرانم بودند. با خودم فکر کردم حداقل شاهد خواهند بود که من طرف آنها ایستاده‌ام. یک بار در اثنای کار، متوجه علاقهٔ شدیدی در خودم نسبت به زندگی پسران داخل و خارج از مدرسه شدم. برنامه‌ای برای پسران ایجاد کردیم که به‌دلیل نیاز موجود، به مرکز مطالعهٔ زندگی دختران و پسران هم کشیده شد. در طول سال‌ها، کار خود را هر روز بیشتر توسعه دادیم، تحقیقاتی انجام دادیم و در مشارکت با سازمان‌های جهانی همچون ائتلاف بین‌المللی مدارس پسرانه، پیشاهنگان آمریکا، باشگاه‌های

آمریکایی دختران و پسران و پروموندو، سازمانِ عدالت جنسیتی، وکالت آنان را بر عهده گرفتیم.

در این دوران، من از مدارس و جوامعی در سرتاسر جهان بازدید کردم و چیزهایی درمورد پسران شنیدم که تقریباً در همه‌جا یکسان بودند. متوجه شدم در سرتاسر جهان، خانواده‌ها، مربیان و رهبرانِ جوانان به‌دنبال ایده‌های کاربردی‌تری برای مراقبت و توجه هستند. به‌رغم جنگ‌های فرهنگی و واکنش‌های جدید نسبت به آن، هنوز در جایی که بزرگ‌سالان با پسران کار می‌کنند فراخوان‌هایی برای شفافیت و رهبری شنیده می‌شوند - در یک سازمانِ غیردولتی در نایروبی، کنیا؛ مدرسهٔ پسرانه در پیترماریتسبرگ[illegible]، آفریقای جنوبی؛ کارگاهی برای رهبران مدارس کاتولیک در دوبلین ایرلند؛ و هر کجا که در کانادا و ایالات‌متحده تا به امروز سفر کرده‌ام.

همان‌طور که دنیا منسجم‌تر شده و به سبب پیوندهای مالی و ارتباطی محدودتر می‌شود، الگوی مردانگی نیز همگون‌تر می‌شود. جهانی‌سازی موجب صادرکردن موضوعاتِ غالبِ فرهنگِ سنتی پسرانگی در غرب به سرتاسر جهان شده است. حتی همان‌طور که ناممکن‌بودن آن هر روز مشهودتر شده و بسیاری از پسران دچار طغیان شده‌اند، این ایده‌ها سرسختانه در هنجارهای خانوادگی و فرهنگ نهادها جای گرفته‌اند. این موضوع نیازمند تلاشی هماهنگ است؛ پویشی که این سنت‌های فرهنگی را ریشه‌کن کند. به‌خاطرِ نوه‌ام، به‌خاطر دورانِ بچگی‌ای که می‌تواند با مهربانی و شادی بگذراند، می‌نویسم به این امید که والدین و دیگر کسانی که اهمیت می‌دهند در این مقاومتِ جمعی به هم بپیوندند.

یک کمپین برای زندگی پسران به چه شکل خواهد بود؟ اولاً که باید دربرگیرندهٔ

ارزش‌ها و تمامیت اساسی پسران باشد. با گردهم‌آوردنِ محققان، رهبران، سیاست‌گذاران و فعالان، تصویری صحیح از تجربه‌های واقعی پسران ترسیم خواهد شد - جدای از تصاویر کلیشه‌ای موجود - و زندگی‌شان را از منظری اخلاقی خواهیم دید. این کمپین نه‌تنها تلاش می‌کند به فداکاری‌های گزافی که بر دوش پسران افتاده‌اند پایان دهد، بلکه سعی دارد رویه‌های سالم‌تر، بهتر و مؤثرتری را در مدارس، خانواده‌ها و جوامع ترویج بدهد. هدف این است که پسران - پسرانی از همه‌نوع - رشد کنند و پرورش یابند. جامعهٔ منصف نمی‌تواند زیان‌های سیستماتیک رشد را برای هیچ گروهی مجاز بداند. بسیار مهم است که پسران - و مردانی که بعداً می‌شوند - درک و آغوش گرم ما را بیابند.

نوآوری‌های انگیزه‌بخشی در این مسیر وجود دارند. در بریتانیای کبیر، آزمایشِ ذهن‌های سالم آن‌قدر موفق بوده است که هر روز منابع بیشتری را به‌کار می‌گیرد. نزدیک به یک میلیون نفر در سال، جذبِ مشاورهٔ سلامت ذهنیِ رایگان می‌شوند و درمجموع، تعداد بزرگ‌سالانِ انگلیسی‌ای که اخیراً خدماتِ این مراکز را دریافت کرده‌اند از یک نفر در هر چهار نفر به یک نفر در هر سه نفر افزایش یافته است. این برنامه راهی طولانی برای ازبین‌بردنِ ننگِ موجود در صحبت‌کردن درمورد مشکلات را در ملتی که ازنظر فرهنگی به استوئیسم[ ] گرایش دارند پیشِ‌رو دارد. این برنامه در سال ۲۰۰۸ ازطریق مشارکت یک روان‌شناس و یک اقتصاددان آغاز شد و سرمایه‌گذاری اولیه‌اش برنامه را قادر ساخت که سی‌وپنج کلینیک در سرتاسر کشور برپا کند. تأمین مالی همچنان ادامه یافت و هم‌اکنون به ۵۰۰ میلیون دلار رسیده است که در عرض چند سال آینده دوبرابر خواهد شد.

در استرالیا، همچون دیگر بخش‌های جهان، دغدغه‌های موجود درمورد

خودکشی بر مشکلاتِ مردانی که به‌دنبال دریافت کمک هستند تمرکز کرده‌اند.

سه‌چهارمِ خودکشی‌ها را مردان تشکیل می‌دهند و نرخ خودکشی در آنجا به رقمِ بسیار بالایی رسیده است. امروز «وضعیت اضطراری در میزان خودکشی ملی» اعلام شده است. در پاسخ، پویشی جدید با نام «مشکل‌ترین چالشی که تا به امروز با آن روبه‌رو شده‌ایم» از سوی سازمانِ پشتیبانی از بحران، لایف‌لاین[۲۲۱] به راه افتاده است تا تلاشِ مردان را برای کمک‌گرفتن از دیگران شجاعانه نشان دهد. برای مردان جوان‌تر، کمپینِ پدر نیز از سوی پروژهٔ هِداسپیس[۲۲۲]، سازمان ملی سلامت ذهنی جوانان، به راه افتاده است که پدران را ترغیب می‌کند مشاهدات خود را درمورد سلامت ذهنی پسرانشان ناگفته نگذارند و اگر متوجه شدند دچار التهاب یا سردرگمی هستند، مداخله کنند.

سازمان سلامت جهانی خلاصه‌ای از رویکردهای مؤثر بر مردان و پسران را منتشر کرد. برنامه‌های موجود برای اینکه به‌خوبی مشارکتِ مردان را جلب کنند باید زندگیِ مردان و پسران را بهبود ببخشند. پروموندو از این اصل برای توسعهٔ برنامه‌های مبتنی بر تحقیقات، ازجمله برنامهٔ H برای مردان جوانِ پانزده تا بیست‌وچهارساله استفاده می‌کند. هدف این برنامه که در سال ۲۰۰۲ کلید خورد و اکنون در بیست‌وپنج کشور اجرا می‌شود، این است که مردان جوان را ترغیب کند در این مورد که هنجارهای موجود چه تأثیری بر آنها دارند تأمل کنند. برنامهٔ H که به «مردانگی نسخهٔ ۲»[۲۲۳] در ایالات‌متحده تغییر نام داده است، از سوی بانک جهانی و سازمان سلامت جهانی به‌عنوان بهترین روش در ترویج برابری جنسیتی و اجتناب از خشونت مبتنی بر جنسیت شناخته شده و به‌وسیلهٔ یونیسف و سازمان ملل برای اثربخشیِ خوبش تقدیر شده است.

***

در خانواده‌ها، کلاس‌های درس، میادین ورزشی و جوامع، آنان که مسئولیت پسران را بر عهده دارند، هر روز فرصت‌های زیادی برای تغییرِ زندگی آنان به‌دست می‌آورند. پسرها می‌خواهند خودشان باشند و با اطمینان از هر فرصتی که به آنها پیشکش می‌شود بهره گیرند. آنچه موجب کاهش سرعت پروژهٔ رهایی بشر شده است، نقصِ ماهیت مردانه نیست، اشتهایِ پسران برای کسب امتیازات به بهای آزار دیگران هم نیست. آنچه یک پسرِ ذاتاً همدل را به فردی سخت و بی‌احساس و خودخواه تبدیل می‌کند، منع‌کردن او از ارتباطی است که برای انسان‌ماندن و پاسخ‌گوماندن نیاز دارد. نگاه‌داشتنِ پسران در روابطی که دوست داشته می‌شوند، بهترین راه برای ساختنِ مردانی خوب است.



Haverford School



Michael Kaufman



William Pollack



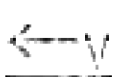
On Behalf of Boys



The state of American boyhood



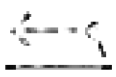
Judith Kleinfeld



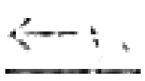
Tom Mortenson



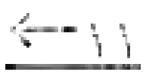
Caroline New



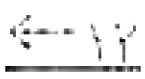
Judy Chu



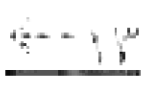
Niobe Way



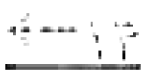
David Stein



Unraveling the ADD/ADHD Fiasco



Justin Baldoni



Rafael Solano



Jane the Virgin



George Orwell



Shooting an Elephant

←۱۸

The Mask You Live In

←۱۹

Sundance Film Festival

←۲۰

Promundo

←۲۱

Sandra Bem

←۲۲

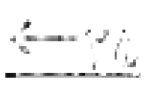
تامبوی به دخترانی اطلاق می‌شود که خصوصیات یا رفتارهای مختص جنس مذکر را به نمایش می‌گذارند؛ ویژگی‌هایی همچون پوشش مردانه یا انجام فعالیت‌هایی که در اغلب فرهنگ‌ها مربوط به پسران است.

←۲۳

Olga Silverstein

←۲۴

The Courage to Raise Good Men



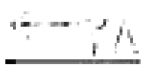
Kate Stone Lombardi



The Mama's Boy Myth: Why Keeping Our Sons Close Makes Them Stronger



L. Alan Sroufe



David Gilmore



Stony Brook University



Animal House



Terrence



Juan



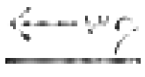
Martha Nussbaum



Amy Banks



Jean Baker Miller



Wellesley University



Dr. Daniel J.Siegel



Mary Hartzell



Parenting from the Inside Out: How a Deeper Self-Understanding Can Help You Raise Children Who Thrive



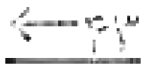
Donald Hebb



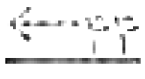
Alison Gopnik



William Bennett



The Book of Virtues: A Treasury of Great Moral Stories



Joseph and Edna Josephson



Marvin Berkowitz



University of Missouri–St. Louis



Nel Noddings

When Boys Become "Boys": Development, Relationships, and Masculinity

Carol Gilligan

Niles

Miriam Raider-Roth

University of Cincinnati

Diana Divecha

Allan Schore

Tony

Michael Nichols

The Lost Art of Listening: How Learning to Listen Can Improve Relationships

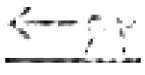
Patty Wipfler

Listen: Five Simple Tools to Meet Your Everyday Parenting Challenges

Tosha Schore



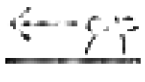
Kevin Love



Players' Tribune



Jean Twenge



Ronald Levant



Akron



University of Connecticut



Dr. James O'Neil



Stephanie Shields



Penn State University

←٧٠

Arlie Hochschild

←٧١

New Hampshire

←٧٢

Thomas Newkirk

←٧٣

Real Boys: Rescuing Our Sons from the Myth of Boyhood

←٧٤

Emotional Intelligence

←٧٥

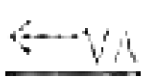
Daniel Goleman

←٧٦

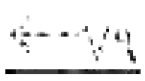
Collaborative for Academic, Social-Emotional Learning

←٧٧

Social-Emotional Learning



Marc Brackett



Richard Lane



Branka Zei Pollermann



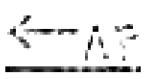
Tate



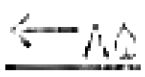
Sean



Steven Krugman



Josh



Derek

Speaking from the Heart: Gender and the Social Meaning of Emotion

Chad

Megan Boler

Michael Kimmel

Angry White Men: American Masculinity at the End of an Era

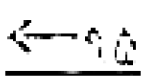
Lawrence

Dan Kindlon

Michael Thompson



Cory



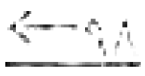
Ted



West Point



Michele Cohen



Economist



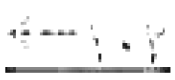
Organization of Economic Cooperation and Development



Thomas DiPrete



Claudia Buchmann



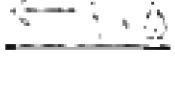
Hua-Yu Sebastian Cherng



Thomas Mortenson



Pell Institute



Debbie Epstein

Becky Francis

Roehampton

Christine Skelton

Manifesto of Relational Pedagogy: Meeting to Learn, Learning to Meet

Richard Hawley

Institutional Biosafety Committee

Steven Pinker

Kevin

←۱۱۴

David Hawkins

←۱۱۵

I, Thou, and It

←۱۱۶

Wellesley College

←۱۱۷

Daniel Rogers

←۱۱۸

Kennesaw State University

←۱۱۹

Calvin

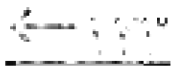
←۱۲۰

Tamara Bibby

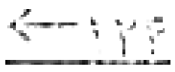
←۱۲۱

Andy Hargreaves

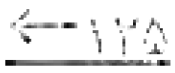
Toby



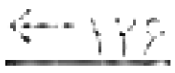
Lisa Selin Davis



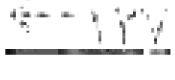
Dr. Harry Stack Sullivan



Hara Estroff Marano



Theresa May



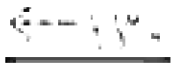
Brett and Kate McKay



The Art of Manliness



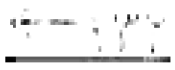
Kenny



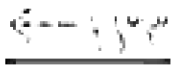
Gregory Lehne



Johns Hopkins University



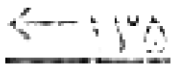
Barrie Thorne



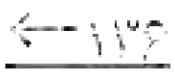
Joe Ehrmann



Dr. Lionel Howard



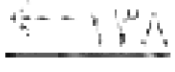
Bronx



Dr. Joseph Derrick Nelson



Swarthmore College



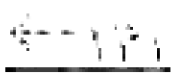
Sam



Peggy Sanday



UCLA



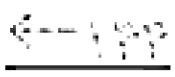
Neil Malamuth



Jessica Bennett



Malik



William Bukowski



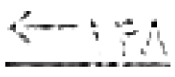
Concordia University



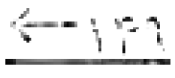
Jeb



Wizdom Powell



Amy Schalet



Ross Douthat



Incels



Leana Allen Bouffard



Dr. Justin Garcia



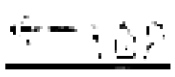
Kinsey Institute at Indiana University



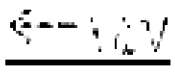
Brad



Bowling Green



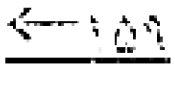
will



Annie



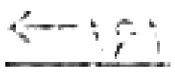
Gregory



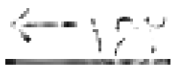
Ari's mother



Raewyn Connell



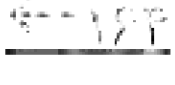
Janet Hyde



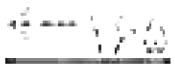
University of Wisconsin



Will Courtenay



National Highway Traffic Safety Administration



Centers for Disease Control and Prevention



HPV: Human papillomavirus



Merck & Co.



David Bell

←۱۶۹

Timmy

←۱۷۰

Manhood in America

←۱۷۱

David Whitson

←۱۷۲

Don Sabo

←۱۷۳

D'Youville College

←۱۷۴

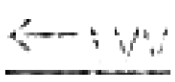
Title IXیک قانون حقوق‌بشری فدرال که در سال ۱۹۷۲ به تصویب رسید ؛ و به موجبِ آن هیچ‌گونه تبعیضی براساس جنسیت در برنامه‌های آموزشی و فعالیت‌هایی که کمک‌های مالی فدرال را دریافت می‌کنند نباید اعمال شود.

←۱۷۵

Joanna Grossman



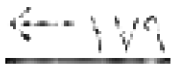
Deborah Brake



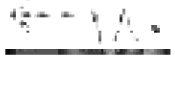
"Toxic Jock" Syndrome



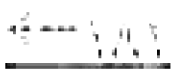
Bill



Eric Anderson



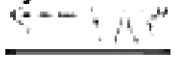
University of Winchester



Michael Atkinson



Michael Kehler



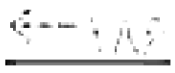
John W.Powell



Wake Forest School of Medicine



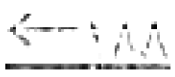
Encephalopathy



Andrew



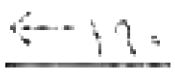
National football league



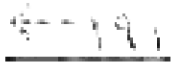
"Bigorexia," Muscle Dysmorphia



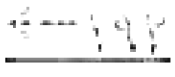
Alison Field



Raymond Lemberg



Adonis complex



Ben

←١٩٣

Patricia Adler

←١٩٣

Peter Adler

←١٩٥

University of Denver

←١٩٦

The Tender Cut: Inside the Hidden World of Self-Injury

←١٩٧

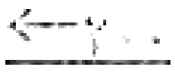
Andres

←١٩٨

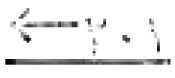
Dennis



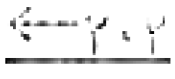
Wilmington, Delaware



ChildTreands



Bethesda, Maryland



Gary Barker



Myriam Miedzian



Diane Levin



Wheelock College



G.I. Joe



Albert Bandura

۲۰۸

نام یک بازی استراتژیک برای دستگاه‌های مجهز به سیستم‌عامل اندروید است که از سوی استودیوی Bad Viking منتشر شده و در دسترس کاربران قرار گرفته است. در این بازی مولتی‌پلیر آنلاین که به‌صورت turn-based (براساس نوبت) است شما باید به مصاف رقبا بروید و آنها را با استفاده از تجهیزات و مهمات گوناگون از پا درآورید؛ از جملهٔ این تجهیزات می‌توان به انواع راکت، نارنجک و امکان بمباران منطقه‌ای اشاره کرد.

۲۰۹

Mother Jones

۲۱۰

James Garbarino

۲۱۱

Loyola University

۲۱۲

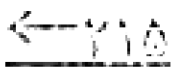
James Gilligan

۲۱۳

Elijah Anderson



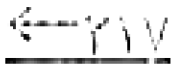
Drew



Lorenzo



Ann Arnett Ferguson



Smith College



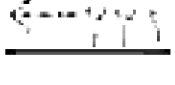
Jacob



Miguel



Brian



Howard Stevenson



Kaiser Family Foundation



Jonathan Salisbury



David Jackson



Challenging Macho Values: Practical Ways of Working with Adolescent Boys



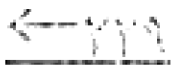
Brett Stoudt



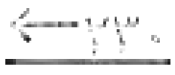
Bob Ditter



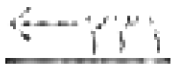
Pew Survey



Candy Crush Saga



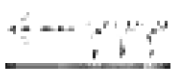
Rosalind Wiseman



Queen Bees & Wannabes and Masterminds and Wingmen



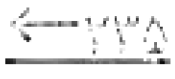
Masterminds and Wingmen



Breaking Down Gender Stereotypes in Media and Toys So That Our Children Can Explore, Learn, and Dream Without Limits



Sears



Christia Spears Brown

University of Kentucky

Elizabeth Sweet

San Jose State University

Marshall McLuhan

Looking Glass Self-Concept

Lee Rainie

Janna Anderson

Steven Johnson

Everything Bad Is Good for You: How Today's Popular Culture Is Actually Making Us Smarter

←۲۲۵

Philip Zimbardo

←۲۲۶

Howard Gardner

←۲۲۷

Katie Davis

←۲۲۸

Sherry Turkle

←۲۲۹

Fortnite Battle Royale

←۲۳۰

Lisa Damour

←۲۳۱

Adam Alter

←۲۳۲

Irresistible: The Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked

←۲۵۳

DSM-5

←۲۵۴

Winston

←۲۵۵

Brent Conrad

←۲۵۶

How to Help Children Addicted to Video Games: A Guide for Parents

←۲۵۷

Christopher Ferguson

←۲۵۸

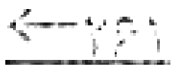
Stetson University

←۲۵۹

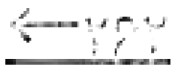
Patrick Markey



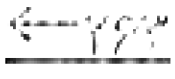
Villanova University



Mortal Combat: Why the War on Video Games Is Wrong



Aaron



Guardian



Guyland



Yalda Uhls



PC Magazine



Susan Linn



Campaign for a Commercial-Free Childhood



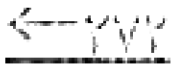
Reuben Loewy



MTV



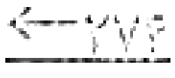
James Hamblin



Anya Kamenetz



Barbara Risman



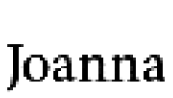
Jordan Peterson



David Autor



MIT



Joanna Pepin



David Cotter



Fairleigh Dickinson University



Dan Cassino



Elliot Rodger

←۲۸۱

Alek Minassian

←۲۸۳

MGTOW movement

←۲۸۴

Sarah Rich

←۲۸۵

Atlantic

←۲۸۶

ورید ژوگولار یا سیاهرگ‌های وداج؛ نام دو سیاهرگ بسیار مهم (ژوگولار خارجی و داخلی) هستند که در هر دو طرف گردن قرار دارند.

←۲۸۷

Warren Farrell

←۲۸۸

The Boy Crisis: Why Our Boys Are Struggling and What We Can Do About It

←٢٨٩

Phumzile Mlambo-Ngcuka

←٢٩٠

Gloria Steinem

←٢٩١

Brendon

←٢٩٢

Keith Campbell

←٢٩٣

Emily Grijalva

←٢٩٤

University of Buffalo

←٢٩٥

Jeffrey Kluger

←٢٩٦

The Narcissist Next Door: Understanding the Monster in Your Family, in Your Office, in Your Bed—in Your World

←二三七

Hillel the Elder

←二九八

Carol Dweck

←二九九

Roy Baumeister

←三〇〇

Heinz Kohut

←三〇一

Donald Black

←三〇二

Bad Boys, Bad Men: Confronting Antisocial Personality Disorder(Sociopathy)

←三〇三

Terrie Moffitt

←三〇四

Eric Davis



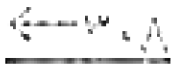
Dana Santorelli



From Fathers to Sons -Life Lessons from Navy SEAL Training



Cyril



Vanity Fair



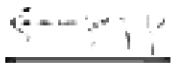
Monica Lewinsky



Jay-Z



Claire Cain Miller



How to Raise a Feminist Son



Roots of Empathy

←۳۱۴

Andrew Reiner

←۳۱۵

Talking to Boys the Way We Talk to Girls

←۳۱۶

Susan David

←۳۱۷

Eamonn Callan

←۳۱۸

John Rawls

←۳۱۹

Pietermaritzburg

←۳۲۰

Stoicism

←۳۲۱

Lifeline

←٣٢٢

Headspace

←٣٢٣

Manhood 2.0

HOW TO RAISE A BOY



THE POWER OF CONNECTION TO BUILD GOOD MEN

MICHAEL C. REICHERT

Translated by Pegah Farhangmehr

در شرایطی که پسران بسیاری در بحران هستند، نقشهٔ راهی برای تبدیل پسران به مردانی قوی و مهربان ضروری است.

در دو دههٔ گذشته مطالعات زیادی درمورد افکار و احساسات پسران انجام شده است. در آیندهٔ پسرت را بساز، روان‌شناس، مایکل ریچرت با استفاده از سال‌ها تجربه و تحقیقات خود عرف و اعتقادات قدیمی جامعه دربارهٔ تبدیل پسران به مرد را به چالش می‌کشد.

ریچرت توضیح می‌دهد که چطور پارادایم‌های موجود درمورد پسران که آنها را ملزم می‌کند «مثل مرد» باشند درواقع منجر به خشم، گوشه‌گیری و رفتارهای نامحترمانه یا حتی مخرب می‌شود. کلید این تغییر فرهنگی در دستان والدین، مربیان و معلمانی است که باید به پسران کمک کنند از نظر اجتماعی و احساسی رشد کنند. نویسنده راهنمایی گام‌به‌گام برای این مهم فراهم آورده است.

آیندهٔ پسرت را بساز کمک می‌کند تا برای کودک و نوجوان خود شرایطی را فراهم کنید که به مردی بااعتمادبه‌نفس، محترم و مهربان تبدیل شود.