



کلاف

ضمیمه نوجوان

شماره ۱۹ - ۲۶ تیر ۱۳۹۹

نوجوان  
۱۳۹۹

## «وقتی خشمگین می شویم چه می کنیم؟»

آدم ها وقتی به اصطلاح خشن می شوند به سه گروه تقسیم می شوند:

### ۱. طغیانگر

کسانی که با ماسک جوکر و زامبی می افتند به جان بشقاب های جهیزیه مادر و ضرب و شتم معلم مدرسه! و بعد که به خودشان می آیند تازه متوجه کارشان می شوند.

### ۲. درون ریزها

در این دوره و زمانه هستند کسانی که نه از روی آگاهی بلکه به قول روان شناس ها اتفاقاتی که ریشه در بچی شان دارد، خشمشان را عمر ابروز نمی دهند و می گذارند جمع و زیاد شود تا با یک عصبانیت غیر قابل جبران قاطی دسته اول شوند.

### ۳. مدیر

بعضی ها هستند که این خشم شان در نتایج خوب خلاصه می شود. مثلاً باعث می شود از آمریکا و وسط درس و دانشگاه بلند شوند و بیایند مملکت خودشان تا کمک کنند حکومت شاهنشاهی براندازی شود یا می شوند مغز متفکر جنگ های نامنظم و یک چریکی با حال در دفاع مقدس. اگر کنجکاو شده اید این فرد کیست، یک سرچ درست حسابی درباره زندگی نامه شهید چمران بکنید که چطور خشم خود را به مطالبه حق هدایت کرد.

هیچ اتفاقی  
روز معلوم  
خانواده هم  
ن هستند.  
خلیه روحی  
۴۰

## «دلایل بروز خشمونت در نوجوانان»

گفتم که خشم یک حس طبیعی است. مهم این است که بتوانیم بی خودی آن را بروز ندهیم. اما چرا برخی از ما نمی توانیم خودمان را کنترل کنیم و دست به بروز خشم مان می زنیم؟

### ۱. من وجود دارم

«در تمام طول زندگیم حتی نمی دونستم واقعا وجود دارم یا نه. ولی وجود دارم و مردم دارن کم کم متوجه می شن!» گفتم این بند را با دیالوگی از فیلم جوکر شروع کنم. شخصیتی که در تمام مراحل زندگی اش دوست داشت نورافکن های سن برنامه های خنده دار تلویزیون روی او باشد و یک کم دین معروف شود اما توسط جامعه اش نادیده گرفته شد هیچ بلکه طرد شده هم بود. همین نادیده گرفته شدن هم باعث شد دست به طغیان بزند و خشم از سر سر خوردگی اش را با کشتن آدم ها خالی کند. قطعاً یکی از دلایل عصبانیت، مورد توجه واقع نشدن است.

### ۲. من قدرتمندم

همه آدم ها به قدرت و قدرتمند بودن نیاز دارند. شخصیت جوکر همیشه مورد توهین و تمسخر بود و زیر مشتش و لگد های جسمی و روحی آدم های مختلف و در آخر و دقیقاً در بزنگاه تصمیم این که بیشتر زخمی شوم یا تمامش کنم برای این که دیگر هیچ وقت کتک نخورد با اسلحه خود قدرت نداشته اش را جبران کرد و برای مردم شهرش به رخ کشید و باعث آغاز جریان خشم در جامعه اش شد.

### ۳. من آزادم

گاهی فرد حس می کند آزادی اش سلب شده است. البته قبلاً مفصل درباره آزادی و نیازی که نوجوان ها به این حس دارند صحبت کرده ایم. اما باز هم نبود آزادی ما را یاد جوکر می اندازد و دیالوگ سنگین فلسفی اش که وقتی روانشناسش از او می پرسد: «الان که من روداری تابتونی باهام حرف بزنی بهتره یا وقتی دستگیرت کرده بودن؟» او در کمال تعجب می گوید: «وقتی توی بیمارستان زندانی ام کردن، حالم بهتر بود» چون درک نشدن را بدترین نوع اسارت می داند.

### ۴. من بزرگ شده ام

حتماً قبول دارید رفتارهای کودکان بزرگ ترها با یک نوجوان از آن دسته اتفاقاتی است که او را خشمگین می کند. وقتی سر کوچک ترین کارت باید با آنها مشورت کنی، وقتی برای چند دقیقه بیرون رفتن از خانه هم نگرانت می شوند و هی زنگ می زنند که اتفاقی برایت نیفتد. وقتی درباره تو که حرف می زنند، می گویند: «این که بچه است هنوز» و... اینها همه باعث می شود یک نوجوان به بمبی در آستانه انفجار تبدیل شود که می خواهد به همه بفهماند بزرگ شده است. مگر نه؟

س اخبار شبکه  
لا و پایین کردن  
پایدهای گرمی  
سامی شود پس

آور جور و جور را  
م و سریال ها، از  
رفی را می دادند  
راز زندانی شده

بترین رستوران

رگه ها به پشت  
بیت بد خانواده

گرور کرور نهاد و  
عه به حرف های  
اده مطمئنیم و

دم در نیاید! مثلاً  
دو زد و در کمال  
عد می گوید چرا

## فرهنگ های فرهنگی خشم

### ۱. دور شدن از فضای تنش



### ۲. عبادت



### ۳. فعالیت های هنری

