

## موضوع: جلسه نقد و بررسی آموزش خود تنظیمی جنسی

**آقای دکتر سعیدی:** آقای دکتر کارشکی در جلسه گذشته خود تنظیمی و ارتباط آن را با تربیت جنسی را مطرح کردند. سؤال مهم این است که آیا خود تنظیمی، نوعی مبنای نظری عاطفی و یا معرفتی است؟ یعنی هر کس خود تنظیم تر است هدفهای فطری تر دارد یا آدم سالم تری هست یا نه؟ (از منظر بهداشت روانی، آدمهای خود تنظیم، ابعاد سلامت چهارگانه را بیشتر از بقیه دارند؟) یا خیر "خود تنظیمی" بعد از هدف گذاری است؟ (یعنی صرفاً جنبه روشی، ابزاری دارد؟)

توضیح آن که هدف در زندگی انسان می تواند مثبت یا منفی باشد، آیا این صحیح است که بگوییم: آدمی که در گوانتانامو شکنجه می کند وقتی برای او آموزش خود تنظیمی گذاشتیم بهتر می تواند شکنجه کند؟! شهید مطهری می گوید علم جنبه مثبت یا منفی ندارد، مانند چاقو است، اگر این چاقو دست زنگی مست باشد خطرناک است، (البته ظاهراً این امر در مورد علم الهی نیست.) به هر روی "خود تنظیمی" آیا از جنس فن (روش) است یا مبنای زیستی سالم؟

چون به این رسیدیم که مساله بسیار بسیار مهمی به نام خویشتن داری جنسی برای جوانان لازم است. این شعار است که بگوییم نوجوان (در اوایل دوره بلوغ) ازدواج کند، شاید در یک هزارم خانواده های ما این مساله یا یک ده هزارم هم اجرا نمی شود و نخواهد شد تا زمان ظهور هم بعید است، پس مجبوریم در بحث بلوغ با خویشتن داری کار کنیم.

قرآن (سوره نور آیه ۳۳) می فرماید: آنان که استطاعت زناشویی ندارند، باید پاکدامنی پیشه کنند، در حال حاضر سن ازدواج خیلی بالا رفته، این بحث خیلی مهم است که نهایتاً این خویشتن داری زمینه ها و عواملش چیست یکی از چیزهایی که از نظر روانشناسی فکر کردیم کمک کننده است بحث خود تنظیمی بود. صلوات..

**آقای دکتر باقری:** لازم است دوباره به تعریف خود تنظیمی برگردیم. خود تنظیمی یعنی فرد اهدافی را برای خود تنظیم کند و برای رسیدن به آنها افکار احساسات و رفتارش را با آن هم سو نماید و مدام در این فرایند نظارت و خود سنجی کند. ما در خود تنظیمی به دنبال این هستیم افراد بتوانند عواطف و هیجانات رفتار و باورهای خود را با توجه به اهداف شان تنظیم و عملیاتی نمایند. در این کار فرد از تکنیک های فرا شناخت استفاده کرده و نظارت می کند که ببیند در مسیر حرکت می کند یا نه؟

به نظر من، خود تنظیمی یک "ابزار" استاول ارزشها و اهداف انتخاب می شوند و برای تحقق آنها افراد باید خود تنظیم باشند. به نظر می رسد خود تنظیمی در زمینه انتخاب هدف، خیلی ورود پیدا نکرده، باید هدف را خودت انتخاب کنی و تمام عوامل وجودی ات را هماهنگ کنی، باورها، احساسات و رفتار کسی که می خواهد فوق لیسانس امتحان بدهد احساسات متناسب با موفقیت را در خودش تقویت می کند. هیجان و رفتارهای لازم را در خود ایجاد می کند تا به هدف برسد.

اینکه هدف از کجا آمده خود تنظیمی موضع گیری مشخص ندارد. در ادبیات دینی اول جنبه های ارزشی مطرح می شود بعد به افراد توصیه می شود برای اینکه به اینها برسند از روش خود تنظیمی استفاده کنند. آیا خود تنظیمی اراده را تقویت می کند یا نه، به یک معنا بله، اگر هدفی را انتخاب کردم و می خواهم به آن برسم لازمه رسیدن به آن این است که با تمام وجود ورود پیدا کنم و خود تنظیمی این امکان را فراهم می کند. باور هیجان و رفتارهای مناسب را در خودت ایجاد می کنی که اینها اراده و هدفمندی را در فرد نشان می دهد به این معنا خود تنظیمی می تواند اراده را تقویت کرده و بعد از انتخاب هدف می تواند با خود تنظیمی به آن برسد.

**آقای دکتر صابری فتحی:** فکر می کنم بین برخی از مفاهیم اختلاف است، یکی self regulation که به خود تنظیمی اشاره شده که Self control است. ریگولار که می گوییم در مقابلش سینگولار (singular) داریم. سینگولار یعنی تکینگی، به طور مثال در خیابان به جوی آب می رسید یک جوی عمیق، این Singularity است و نمی توانید رد شوید، برای عبور باید پل

بزنید. شما در یک بعد نمی توانید عبور کنید باید بعد دومی ایجاد شود. با پل باید از آن بگذرید. ممکن است در روانشناسی Singularity را نوعی ناهنجاری درونی در نظر بگیریم. (با جستجویی که انجام داده‌ام زیمرمن در مقاله‌ای در سال ۲۰۰۰ تعریف سنتی خود تنظیمی را در مقابل Singularity درونی می‌داند که شخص به طور ژنتیکی یا رفتاری دارد<sup>۱</sup>) وقتی می‌گویند خود تنظیمی بیشتر روی هیجانات منفی تاثیر دارد. اگر می‌خواهی کنکور قبول شوی حالا می‌خواهی به سینما بروی و لذت ببری، باید بتوانی این خواسته‌ات را کنترل کنی برای اینکه هدفی داری و برای رسیدن به آن هدف باید (کار) تنظیم را انجام دهی، اینجا سینما رفتن می‌شود Singularity، مسیر را قطع می‌کند و خود تنظیمی باید ایجاد شود در برابر وسوسه دوستان که می‌گویند به سینما برویم، می‌گویند: «نه می‌خواهم کنکور بدهم» بعد به کتابخانه رفته درس می‌خواند برای هدفی که دارد این را تنظیم می‌کند. این با سلف کنترل متفاوت است، این یعنی شخص در موقعیتی قرار می‌گیرد و خودش را کنترل می‌کند و به هیجانات نیازی نیست. وقتی این جای آن استفاده می‌شود متفاوت هستند.

**آقای دکتر باقری:** تعیین هدف در خود کنترلی نیست. وقتی تعیین هدف انجام می‌دهم در مسیر باید از خود کنترلی استفاده کنم. خود کنترلی را ما بخشی از خود تنظیمی می‌دانیم. مثال زدم کسی که می‌خواهد کنکور قبول شود اول اهدافش را مشخص می‌کند، بعد برای رسیدن به این اهداف برنامه ریزی می‌کند رفتار و هیجانش را هدایت می‌کند، در ادامه مسیر نیازمند خود کنترلی است. باید از تکانه‌های ناهماهنگ بازداری کند. مثالی که زدید فردی که کنکور دارد و می‌خواهد سینما برود خودش را کنترل می‌کند این یک تکانه است باید بازداری شود. خود فرد این تکانه را کنترل می‌کند که هدف من چیز دیگری است. این فرایند کلی خود تنظیمی است در عین این از خود کنترلی هم استفاده می‌کنیم. بعضی از متون این دو را معادل هم گرفتند ولی به نظر می‌رسد خود تنظیمی کلی تر از خود کنترلی است.

---

<sup>۱</sup> theoretical traditions that try to define self-regulation as a “singular internal state, trait, or stage that is genetically endowed or personally discovered” (Zimmerman, ۲۰۰۰, p. ۳۴).

Ref. Zimmerman, B., J. (۲۰۰۰). Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner, Handbook of Self-Regulation. (pp ۱۳- ۳۰). San Diego: Academic Press.

آقای دکتر سعیدی: آیا خود کنترلی همان کف نفس است؟

آقای دکتر صابری فتحی: بحثی که دکتر کارشکی عنوان کردند و راهی که نشان دادند بیشتر بر مبنای روانشناسی انگیزشی بود، چون در روانشناسی انگیزشی بحث فطرت نیست، این مقداری از جهت ایجاد انگیزش است. خودتنظیمیکه در جلسه قبل تعریف کردند اول یک مربی انگیزش لازم را داده و کمک می کند، بعد در مرحله دوم مربی نقشش را کم می کند و در مرحله سوم خود شخص است که باید خودش را تنظیم کند. با این تعاریف از خودتنظیمی برای آدمهای عادی نمی توانیم استفاده کنیم. آنچه برای من غیر قابل هضم است همین است. یک نفر مشکل روانی دارد، این مشکل ابتدا با کمک یک مشاور تنظیم می شود و بعد خودتنظیم می شود. یعنی اول مورد را عادی کند و به تدریج آن مشکل و خلا موجود را رفع کند. یک نکته این بود روشهایی که ارائه شده بود انگیزشی بود این انگیزشی بودن با فطرت و منابع دینی که روی آنها می خواهیم این بسته را ببندیم سازگار نیست همچنین بحث شرطی بودن هم پیش می آید.

تفاوتی که من در self regulation و self control می بینم مقابل خودتنظیمیک Singularity است که فرد باید آن را از بین ببرد و تنظیم شود، به کمک مشاور یا روانشناس این کار را انجام دهد. در صورتی که خود کنترل از این دید در مقابل خود تنظیم است، در خود کنترل Singularity را نمی بینم. مثلاً در خود کنترل به موضع گناه می رسد خودش را کنترل می کند و گناه را انجام نمی دهد. تفاوتی که بین خود کنترل و خودتنظیم وجود و عدم Singularity است. ممکن است در خودتنظیمی در آینده بخواهد خویشتن داری بکند ولی برای آدمهای عادی خود کنترل را می توانند ببینند ولی برای کسی که اعتیاد دارد مشکلش را می خواهند رفع کنند اولش به روشهای مختلف کاری می کنند این عادت را ترک کند و بعد به این وسوسه دوباره معتاد شدن خودش را کنترل کند. در صورتی که در خود کنترل این جور نیست یک نفر می تواند از موضع گناه خودش را بیرون بکشد و فی نفسه مشکلی ندارد. به طور خلاصه یکی بحث عدم سازگاری روانشناسی غریزی (فطری بودن) و انگیزشی بودن است و دیگری Singularity است که در خودتنظیمی سعی در رفع آن است همان طور که در مثالهای دوستان

نیز مشهود است وجود دارد. اگر با این دید بخواهیم به تربیت جنسی برویم باید بپذیرفتیم دانش آموزان در این سنین مشکلی روانیدارند که فرض صحیحی نیست، شاید خیلی افراد نداشته باشند و حالا می‌خواهیم به آنها یاد دهیم به آن تسلط یابند.

**آقای محمدی مقدم:** یک جستجو در خود تنظیمی داشتم دیدم بیشتر مواردی که پرداخته شده در باره بحث یادگیری و مطالعات درسی است و ندیدم در رابطه با بحث کنترل هیجانها از این بحث استفاده کنند. آقای دکتر کارشکی اشاره کردند می‌شود از این درباره کنترل هیجانها استفاده کرد که برای ایشان هم طرح مساله جدیدی بود. ولی هدفی که آقای دکتر سعیدی عنوان کردند که بتوانیم در بحث خویشتن داری جنسی از یک مویدهای روانشناسی هم استفاده کنیم به نظر می‌رسد پرداختن به هوش هیجانی مناسب باشد. کتابهایی که ترجمه شده و تعدادی را خریداری کردیم تحت عنوان کنترل هیجانها به هوش هیجانی پرداخته شده گرچه اگر از عناوین دیگر هم بشود استفاده کرد بهتر است. از بحثهای تقویت عزت نفس هم می‌شود استفاده کرد.

**آقای دکتر منصوریان:** اینها نقطه مقابل هم نیستند، به نظر می‌رسد خیلی جاها قرابتی با هم دارند، چه نظام انگیزشی و چه شرطی سازی منافاتی با نظام فطری ندارد آنها هم زمینه درونی در افراد دارد. میل به تعالی پایه اولیه برای اینها است علوم انسانی از آن استفاده کرده و نباید یافته های جدید را با دانش قدیم مقابل هم بدانیم.

**آقای دکتر سعیدی:** آیا این روشهای شرطی سازی را در تربیت دینی باید کنار بگذاریم؟

**آقای دکتر صابری فتحی:** این روانشناسی غریزی با روانشناسی انگیزشی دو مقوله جداست. مثلاً فروید با روانشناسی انگیزشی دو موضوع جدا هستند و نوع نگاه شان فرق می‌کند. فرایند تشویق یا تنبیه ممکن است در روانشناسی غریزی هم وجود داشته باشد ولی ایجاد انگیزش را به عنوان ابزار اصلی استفاده می‌کنید یا ابزار حاشیه‌ای؟ در قرآن هم نوید بهشت داده و هم نذیر است. اگر انگیزه ایجاد کنیم و فرد پیروی کند و روز دیگر یک انگیزه دیگر و باز انگیزه قوی تر. ممکن است با این روش امروز بیست نفر را در صف جماعت بیاوریم ولی فردا اگر انگیزش قوی تری پیدا کنند به

دنبال آن می روند. اگر با این روانشناسی انگیزشی به جلو حرکت کردیم بیست سال دیگر افراد چه وضعی دارند؟ آیا می توانند خودشان را کنترل کنند یا نه آن انگیزه اگر نباشد او هیچی نیست. در صورتی که اسلام می گوید تمام اینها برای تکامل شماست. من به دکتر کارشکی گفتم فکر نمی کنم فروید خود تنظیمی را گفته باشد. این دو شیوه جداست، امروز فاصله شان کم است ولی در آینده یکی از ترکستان و دیگری از مکه سر در می آورد. آیا شرطی شدن آدمها مناسب است؟ به نظر من نه، چون بالاخره کسی با انگیزه های بهتری جهت او را تغییر می دهد. اینکه انسان به "خود آگاهی" برسد مهم است، ممکن است سخت باشد چون روی زمینه غریزی کمتر کار شده، بعد از فروید تقریباً تعطیل شده ولی هست.

**آقای دکتر سعیدی:** ما می خواهیم بحث اعتیاد را مطرح کنیم این روشها روشهای شرطی کردن است و بر اساس منطق نیست. اگر بچه ها را از استمناء ترساندیم آیا این در چارچوب روانشناسی ترس است؟ این کار از نظر اسلامی صحیح است؟ اینکه فقط بدانیم این کار گناه دارد.

**آقای دکتر صابری فتحی:** شما می دانید برای خود تنظیمی ازدواج زود هنگام موثر است. یک سیاست تشویقی را در کشور اجرا می کنید تا افراد زودتر ازدواج کنند. شرایطی را ایجاد می کنید که ازدواج تسهیل شود. به جای اینکه به طرف بگویید خودت را تنظیم کن، تنظیم طبیعی می کنید. در مورد تغذیه می بینید خیلی به این آگاهی رسیدند، مثلاً در خرید آبلیمو دقت می کند و می خواهند آنرا در حضور خودشان آبدار کنند چون فهمیده اند آبلیموی کارخانه ای مضر است. افراد وقتی به آگاهی رسیدند دیگر نیاز نیست به آنها خود تنظیمی یاد بدهید. وقتی به این نتیجه رسیدیم باید کارگروههای فکری تشکیل دهیم وقتی مانع را برداشتید با پل زدن همه از روی جوی رد می شوند.

**آقای دکتر باقری:** بحث خوبی شروع شد. فطرت و غریزه و ذاتیات، در روانشناسی اول پدیده را مشخص می کنند. این پدیده خاص چه میزان تحت تاثیر عوامل فطری غریزی و ژنتیکی است و چه میزان تحت تاثیر محیط و یادگیری است؟ به نظر می رسد خلق و خوی کودک هنگام تولد

۷۰ درصد تحت تاثیر عوامل ژنتیک است. می گویند بچه های سخت یا دشوار یا بچه های راحت. اگر خلق خاص کودک در محیط طبیعی پذیرنده و با صمیمت و محبت قرار گیرد می گویند بعد از ده تا ۱۵ سال آن خلق سخت و دشوار به درجاتی تغییر کرده تعدیل می شود. ولی اصل قضیه غیر قابل تغییر است. اینکه فطرت و غریزه و ژنتیک و عوامل ارثی در رفتارها تاثیر گذارند امروز نگاه جامعه شناسی صد در صد پذیرفته، بحث امروز این نیست که آنها تاثیر ندارند بحث این است پدیده را مشخص کنیم رفتار را مشخص کرده و سهم تعیین شود. در این مثال ۷۰ درصد است اما در زمینه یک سری از مهارتها می گویند نه، نقش محیط ۷۰ درصد است. انکار نمی کنیم عوامل فطری تاثیر گذار هستند اتفاقا بحث در مورد غریزه جنسی یعنی فرد به طور غریزی جهت دارد به سراغ ارضای این غریزه برود. ما می خواهیم این بار غریزه را تعدیل کنیم. در خویشتن داری جنسی به دنبال این نیستیم که بگوییم این غریزه بد است. می گوییم در بازه زمانی تعدیل شود و راههای جایگزین پیشنهاد کنیم تا مقداری جهت گیری مثبت پیدا کند تا بعد سراغ اصل خودش برود که غریزه جنسی برای بقای نسل لازم است. اول پدیده را شناسایی کنیم بعد سهم عوامل محیطی و هر کدام بهتر مشخص می شود. بعضی رفتارها سهم (عامل) ارث خیلی در آن ضعیف است. مثلا یاد بگیرد خودش را برای رسیدن به هدف تحصیلی آماده کند. امروزه روانشناسی به این نتیجه رسیده (دست یافته) که تنظیم هیجانی یک نکته مهم است که جهت افراد در قالب هوش هیجانی مطرح می شود. همافراد خشم، استرس افسردگی و پرخاشگری را دارند و اینها هیجانات طبیعی است اما افرادی سازگارند و سلامت روان بهتری دارند که در برابر این غریزه ها یا هیجانات طبیعی بتوانند تنظیم بهتری (خود را بهتر تنظیم) انجام دهند این هوش هیجانی است. خود تنظیمی با این تعریف باید دیده شود. اینکه فروید با رویکرد دیگر آمده، بله او اعتقاد داشت هر چه هست غریزه جنسی و پرخاشگری است و در همان ۵ سال اول انسان تثبیت شده، این نگاه در امروز غالب نیست ما نگاه جامع نگری داریم و سعی می کنیم همه عوامل را ببینیم. در ادبیات دینی می گوییم خود تنظیمی با نیروهای ماورائی هم در ارتباط است، من همه تلاش را انجام دهم اما توکل نداشته باشم امکان دارد نتیجه نگیرم. در ادبیات دینی می گوید خود تنظیم باش راه را

نشانت می دهیم. در خود تنظیمی آیا همه افراد به درد خود تنظیمی می خورند؟ همه افراد در ابتدا از نظر شرایط آمادگی این را ندارند که خودشان هدف انتخاب کرده و شروع کنند به خود تنظیمی، در روانشناسی افرادی هستند که احساس می کنند مشکل ندارند اگر مشکلی هست از دیگران است. در تغییر، اینها پایین ترین درجه را دارند یک گروه هم واقعا آمده اند تغییر کنند اگر با این گروه مواجه شدیم از تکنیک های مصاحبه انگیزشی استفاده می کنیم. مراحل تغییر را باید شناسایی کرد مثل معتادی که انگیزه ترک نداشته باشد باید انگیزه را در او ایجاد کرد. خود تنظیمی از شرطی شدن استفاده می کند نهایتا اگر خوب پیش برویم انگیزه از بیرون به درون راه می یابد. برای بچه ها از "دیگر سامانی" یا "دیگر تنظیمی" یا "هم سامانی" شروع می کنیم، به تدریج کمک می کنیم و پاداش می دهیم و سهم مسئولیت یا واگذاری مسئولیت تغییر می کند و به خودش واگذار می شود. اگر این فرایند را به خوبی پیش ببریم این فرد از دیگر سامانی به خود سامانی و خود تنظیمی می رسد. نگاه دینی این است که از کودک حمایت کن و مسئولیت بده. طبقه بندی سه دوره برای کودک که در نوجوانی مشاور توست یعنی خودش به تنظیم رسیده و بعد واگذاری تا انگیزش درونی شود و خودش به این جمع بندی برسد که ارزشها و اهدافش چیست. در بحث هویت یابی، به ارزشها و اهداف متعهد شود و برای رسیدن به آنها برنامه ریزی کرده و به پیش برود و این فرایند به خودش فید بک بدهد و جلو برود. در نگاه دینی خیلی تاکید شده اگر کسی دیروز و امروزش یکسان بود زیانکار است. وظیفه مومن این است هر شب ببیند چکار کرده آیا در راستای ارزشها، خودش را تنظیم کرده یا نه، با این نگاه چالشها بهتر حل خواهد شد.

**آقای دکتر صابری فتحی:** با این پیش فرضها بعضی اوقات آگاهی با انگیزش جابجا می شوند. فرق این دو مفهوم مهم است. آگاهی که بر مبنای انگیزش باشد به این معنا می شود که مثلا انسانهای متملق بهترین خود تنظیمی را داشته باشند چون در یک موقعیت خاص آگاه است که باید خودش را کنترل کند در حالی که وظیفه انسانی و دینی او حکم می کند که طوری دیگر رفتار کند. در جامعه ما این خود تنظیمی به طور زیر پوستی در حال رشد است آدمهای موفق کسانی

هستند که هوش هیجانی آنها قوی است. یکی از خصوصیات اینها این است بسیار متملق هستند، تعدادی از آنها کسانی هستند که در عین عصبانیت خود را کنترل کرده و احترام می کنند وقتی او از آنجا رفت... شما ارزش را مطرح می کنید ولی با شرطی شدن فرد دیگری می تواند انگیزش قوی تر به او بدهد. برای آگاهی دادن ممکن است مثلاً استفاده از "روانشناسی انتخاب" بهتر جواب بدهد. در قرآن هم برای دادن این آگاهی را دو راه در مقابل انسان قرار داده شده «و هدیناه النجدین»

**آقای دکتر باقری:** اگر شما فرزند خردسالی دارید و می خواهید خوراکی که برای او ضرر دارد بخورد و نمی توانید برای او آگاهی بدهید اینجا از سطح خاصی از خود تنظیمی، از تشویق و تنبیه یا جایگزین استفاده می کنید. اینجا سطح آگاهی او کم است اما در خود تنظیمی در زمان کودکی خیلی به جنبه آگاهی نمی توانیم بپردازیم زیرا بچه ها رشد شناختی کامل ندارند، شرطی سازی و پاداش و شخصیت و اینها خوب جواب می دهد. اما در سطح بالاتر از سطوح دیگر خود تنظیمی می توان استفاده کرد. این تعریف از خود تنظیمی خیلی آگاهانه است اگر آگاهانه نباشد فرد نمی تواند حرکت کند، مثال اینکه کسی که می خواهد فوق لیسانس امتحان بدهد و نسبت به این هدف بینش کامل نداشته باشد چطور می تواند خود تنظیم باشد. هدف ارزش داشته باشد تا برای آن انرژی روانی بگذارم بعد آگاه هم باشم امر اختیار اتفاق افتاده، اگر خواسته باشم با شرطی سازی وارد شوم در جنبه هایی می توانم عمل کنم مثل بچه های کوچک پدر و مادر تا سطحی می توانند با تنبیه و تشویق آنها را هدایت کنند بعد از آن باید آگاهی بدهند تا اقناع سازی اتفاق افتد پس آگاهی باید در خود تنظیمی وجود داشته باشد.

**آقای دکتر صابری فتحی:** در قرآن می فرماید ما راه را نشان دادیم می خواهی شاکر باش یا کفور.  
**آقای دکتر باقری:** اشاره شد دین داران چند گروه هستند بعضی تجار هستند خودشان را تنظیم می کنند اما آنها که احرارند ارزشها و خود تنظیمی آنها خیلی بالاست.

**آقای پورافشاری:** من به عنوان مربی با دانش آموزان شش تا دوازده ساله سر و کار دارم، رفتارهایی می بینم به آن می گویم "تظاهر به رفتار جنسی" چون هیچ غریزه پشتیبان جنسی یا فیزیولوژیک در آن نیست با این دو نگاه دید آگاهیبخش و نگاهی که منطبق است با مبانی فطری انسانی کارساز است؟ به نظر می رسد فراوانی انحرافات جنسی در بین مردان متاهل بین ۳۰ تا ۴۵ سال بیشتر است از جوانانی که به بلوغ جنسی رسیدند. آیا متاهلین آگاهی بیشتری از مبانی فطری دارند یا جوانان دوره های دبیرستان، این چگونه قابل حل است؟

**آقای دکتر سعیدی:** چون سن بلوغ پایین آمده خصوصاً در بچه های ششم بعضی چیزهایی که می گویند تظاهر است ممکن است تظاهر نباشد.

**آقای دکتر باقری:** در مورد تظاهر به رفتار جنسی برداشت من این است که بچه های دبستانی که این کار را انجام می دهند (خود تنظیمی یکی از عواملی که مطرح می کند) در حال الگو گیری هستند. در فضای دوستان و همسالان و ارتباطات در پی ارتباط با دوست دختر است. اما در مورد بچه های ششم نباید گفت بلوغ زود رس باید گفت بلوغ، اگر درصد اینها بالا رفت دیگر بلوغ زود رس نداریم می شود بلوغ، در مورد رفتار جنسی که گفتید در متاهلین زیاد شده یعنی یک متاهل با وجود اینکه نیاز فطری او از طریق ازدواج فراهم است به غریزه رسیده اما خویشتن داری که در ادبیات دینی آمده ندارد. امروزه به تنوع طلبی جنسی به عنوان ارزش فکر می کنند. از آنجا که رفتارهای خیانت یا فرازناشویی در حال دیده شدن است این هشدار را می دهد که متاهلین هنوز در معرض آسیبهای جدی هستند.

**آقای دکتر صابری فتحی:** در هر دو مورد آسیب انگیزشی و شرطی شدن افراد را می بینید. دوم رفتار مدرنی که افراد می خواهند نشان دهند مثلاً شنیده در دنیای فلان Exchange است به عنوان یک انگیزش می خواهد این کار را انجام دهد. آن آگاهی را ندارد. اگر تربیت بچه در خانه با دلیل از طرف پدر و مادر باشد و در دبستان با دلیل توضیحات لازم را بدهند ممکن است این تظاهر را نکند. کار تقلیدی را بر مبنای انگیزش انجام می دهد یک ارزش درست می کنند با

تبلیغات تلویزیونی یا به طور کلی "مدیا یا رسانه" و یا با مد و غیره و بر آن اساس برای افراد انگیزش درست می کنند که به آن ارزش برسد مثل مد، اگر آن آگاهی در نهادش باشد از خودش سؤال می کند چرا این کار را بکنم؟ وقتی دلیل متقنی پیدا نکند این کار را نمی کند حتی اگر نوجوان باشد. در مثال مدرسه که نوجوانان تظاهر به بلوغ می کنند ببینید چند نفر تظاهر می کنند (قاعدتاً بیش از نصف) و چند نفر نمی کنند کسانی که تظاهر نمی کنند چه تربیتی دارند؟ چگونه فکر می کنند؟ این می تواند سرخ تربیت جنسی باشد. افراد متاهلی که خیانت می کنند همین است. این ارزش توسط یک رسانه ایجاد شده و این افراد انگیزش را پیدا می کنند تا به آن برسند. خود تنظیمی به شما آگاهی نمی دهد انگیزش می دهد برای اینکه کنکور قبول شود باید درس بخواند، انگیزه او قبولی کنکور است. روانشناسی که بر مبنای فطرت است می گوید باید آگاهی را در فطرت شخص ایجاد کنید که خودش خودش را کنترل کند، نیاز نباشد برای هر چیزی یک انگیزش داشته باشد. چرا بعضی رسانه ها می توانند جامعه را مثل موج حرکت بدهند چون یک چیزی را ارزش (معرفی) می کنند مثلاً داروهای مخدری که خیلی از خانمها برای لاغر شدن مصرف کردند با انگیزه لاغر شدن بود. وقتی از روی آگاهی بخواهد عمل بکند از خودش سؤال می کند این دارو را چرا باید مصرف کنم چه تأیید پزشکی را دارد، با پزشک مشورت می کند و غیره اما در مد چون فلانی مصرف کرده پس خوب است هیچ فکری در پشت آن نیست.

**آقای دکتر باقری:** امروز در مورد خود تنظیمی و نقش فطرت و غریزه، اراده و هم چنین انگیزه ها را بررسی کردیم، به نقش آگاهی در خود تنظیمی پرداختیم و مصداقهایی را دوستان ذکر کردند که سطوح مختلفی از خود تنظیمی و آگاهی وجود داشت و برداشت من این است خیلی بحث ها هم سو است فقط با ادبیات متفاوت مطرح شده است.