



هر روز می ایستاد جلوی آینه. نیم رخ، سه رخ و تمام رخش را هی نگاه می کرد. بعد هم بالاب و لوچه آویزان می نشست روی میبل و شروع می کرد به غر زدن: «اینم دماغه من دارم؟ از خرطوم فیل هم بزرگ تره. تازه داره رشد هم می کنه». مادر در سکوت سر تکان می داد. بارها دیده بود دختر نوجوانش دماغش را سانت می زند و بعد با ابروهای درهم می گوید: «باید عملش کنم. این جور می شه». چند باری که حرف پیش آمده بود، مادر اعتراضش را نسبت به عمل جراحی به زبان آورده بود اما فایده ای نداشت. دخترک به چیز دیگری می اندیشید: به کسب «زیبایی» و «درخشش میان جمع دوستان». به «بکش و خوشگلم کن...».

من چهره ام را دوست ندارم

نوجوان ها و سودای زیبایی در گفت و گو
رشد خانواده با سه کارشناس

فاطمه دولتی



گفت‌وگو با یک متخصص گوش و حلق و بینی

خطرهای پنهان عمل زیبایی

خیلی‌هایمان فکر می‌کنیم تمامی پزشکان جراحی پلاستیک، با عمل زیبایی، خصوصاً عمل بینی موافق‌اند؛ اما همیشه این‌طور نیست. بعضی از پزشکان مخالف صد درصدی این عمل‌ها هستند؛ خصوصاً در دوران نوجوانی که دختران و پسران را اوج احساسات بدنشان را برانداز می‌کنند و هیچ چیز نمی‌تواند میل به زیبایی‌شان را اقناع کند. پای صحبت‌های دکتر حمیدرضا حسنانی نشستیم تا در مورد این عمل زیبایی بیشتر بدانیم. دکتر حسنانی متخصص گوش و حلق و بینی است. او دربارهٔ عمل جراحی بینی در دوران نوجوانی می‌گوید: «نوجوانی دورانی است که شامل تغییرات فیزیکی بسیاری می‌باشد؛ از جمله تغییرات در چهرهٔ دختران و پسران. در این سن سینوس‌های نوجوانان رشد می‌کند و موجب تغییرات بسیاری در صورت نوجوانان می‌شود. هم‌چنین در این سن فک و بینی به خصوص در پسران شروع به رشد و بزرگ شدن می‌کند؛ اما نکته این است که نوجوانان در این سن دچار احساس خودبزرگی بینی هم می‌شوند. از طرفی بی‌حسی، خون‌دماغ، زخم در پایهٔ بینی، ترکیدن رگ‌های خونی کوچک سطح پوست، ورم، آسیب عصبی دائمی، نیاز به عمل‌های دوم و سوم می‌تواند از عوارض عمل‌های زیبایی باشد».

نوجوانی سن مناسبی برای عمل زیبایی بینی نیست

در حالی که تب عمل جراحی بینی در نوجوانی بسیار تند است و والدین بسیاری از اصرارهای فرزندان خود به ستوه آمده‌اند، دکتر حسنانی معتقد است نوجوانی سن مناسبی برای عمل زیبایی نیست: «جراحی پلاستیک زیبایی در سنین پایین روی رشد صورت تأثیر می‌گذارد. اگر عمل جراحی قبل از تکمیل فرایند رشد انجام شود، مشکلاتی به همراه خواهد داشت؛ چون بخشی از غضروف‌های درون بینی رشد صورت را مدیریت و فرماندهی می‌کنند. به همین دلیل ما عمل جراحی را برای نوجوانان، خصوصاً نوجوانان زیر ۱۸ سال توصیه نمی‌کنیم».

اگر صورتت مثل بشقاب بشه...

مطمئناً همهٔ نوجوان‌ها برای رسیدن به زیبایی زیر تیغ جراحی می‌روند؛ غافل از این‌که همین جراحی می‌تواند زیبایی‌شان را به خطر بیندازد. دکتر حسنانی می‌گوید: «غضروف‌های رشد درون بینی که مسئول رشد صورت هم هستند در صورت آسیب دیدن نمی‌توانند وظیفه خود را به درستی انجام دهند، پس اگر در سنین رشد و قبل از تکمیل شدن فرایند رشد عمل جراحی انجام شود امکان دارد، یک سوم رشد صورت انجام نگیرد؛ یعنی پیشانی و چانه به اندازهٔ کافی رشد کند اما میانهٔ صورت رشد نداشته باشد و نتیجهٔ این فرایند این است که صورت فرد شبیه بشقاب خواهد بود».

نوجوانی دورانی است که شامل تغییرات فیزیکی بسیاری می‌باشد؛ از جمله تغییرات در چهرهٔ دختران و پسران. در این سن سینوس‌های نوجوانان رشد می‌کند و موجب تغییرات بسیاری در صورت نوجوانان می‌شود.



گفت‌وگو با یک متخصص پوست و مو



میوه رشد کرده اما نارس

البته نگرانی نوجوان‌ها فقط به دماغ بزرگ یا گوشتی برنمی‌گردد. نوجوانان، خصوصاً دختران روی پوست خود هم بسیار حساس هستند و خیلی وقت‌ها برای پوشاندن آکنه‌ها، جوش‌ها و لک‌های صورتشان دست به دامن لوازم آرایشی می‌شوند. به همین خاطر با دکتر مجتبی امیری، متخصص پوست و مو درباره‌ی میل به زیبایی نوجوانان صحبت کردیم. این متخصص پوست گفت: «در سنین نوجوانی شاهد تغییرهای زیادی هستیم و این تغییرها گاهی خوشایند نوجوانان، به خصوص دختران نوجوان نیست. آن‌ها در این سن حساس هستند و دوست دارند که زیبا به نظر برسند. در این سن معمولاً استخوان‌ها رشد بیشتری کرده‌اند اما مانند میوه‌ای هستند که رشد کرده اما نارس است و در عین حال چون نوجوان در این سن بیشتر به چهره خود اهمیت می‌دهد، نمی‌تواند ظاهر جدید خود را قبول کند. به همین دلیل دوست دارد که به هر قیمتی شده چهره خود را تغییر دهد. در هر حال نوجوانان در دوره حساسی از زندگی خود به سر می‌برند. در این سنین انسان تحت تأثیر تغییرات هورمونی زیادی قرار می‌گیرد که تأثیرات خودش را به صورت التهاب، جوش و ناراحتی‌های پوستی نشان می‌دهد و آن‌ها ناچار در معرض تغییرات هورمونی این دوران قرار خواهند گرفت.»

جای دست‌کاری چهره، سبک زندگی درست را انتخاب کنید

خیلی از نوجوان‌ها نمی‌دانند با انجام کارهای احساسی چه ضربه بزرگی به پوست خود می‌زنند. دکتر امیری در این باره می‌گوید: «افرادی که خیلی زود دست به چهره‌شان زده‌اند، پوستشان با بالا رفتن سن افت خواهد داشت. به همین دلیل است که می‌گوییم بهتر است در سنین نوجوانی دست به صورتتان نزنید. به جای دست‌کاری پوست نوجوان‌ها تا جایی که امکان دارد از قرار گرفتن در زیر نور خورشید خودداری کنید، حتماً کرم ضد آفتاب بزنند، پوستشان را با آب و صابون شست‌وشو دهند، از محصولات غیربهداشتی استفاده نکنند، از رژیم‌های مضر و پرخطر پرهیز کنند، استرسشان را کاهش دهند، به ورزش اهمیت بدهند و مصرف غذاهای سالم همراه آبمیوه‌ها و سبزیجات، دو ویتامین مفید A و E را برای زیبایی پوست جدی بگیرند.»



بهتر است در سنین نوجوانی دست به صورتتان نزنید. به جای دست‌کاری پوست نوجوان‌ها تا جایی که امکان دارد از قرار گرفتن در زیر نور خورشید خودداری کنید.



گفت‌وگو با یک روانشناس بالینی



چرا نوجوان‌ها میل به عمل زیبایی دارند؟

میل به زیبایی، یک میل طبیعی است؛ اما میل افراطی به آن در دوران نوجوانی حتماً ریشه روان‌شناختی دارد. دکتر محمدعلی شاطری، روان‌شناس بالینی در این باره به سؤالات ما پاسخ داده تا بهتر بتوانیم دنیای نوجوان‌ها را بشناسیم و نحوه درست رفتار با آن‌ها را یاد بگیریم. در قدم اول باید در مورد چرایی این میل بدانیم. این که چرا نوجوانان با هر چهره‌ای خود را زیبا نمی‌دانند، دکتر شاطری می‌گوید: «نوجوان در این دوره، دو مرحله مهم را پشت سر می‌گذارد. اولی تغییرات جسمی نوجوان است؛ مانند رشد نامتقارن اندام‌ها. به عنوان مثال بینی‌ها بزرگ‌تر از هر بازه سنی دیده می‌شوند. پس رسش رشدی تغییراتی در فرزندمان ایجاد می‌کند که موجب خود زشت‌پنداری در آن‌هاست. البته در روان‌شناسی هم عنوان «زشتی نوجوانی» مطرح است. نکته دوم در روان فرد است. در این بازه زمانی نوجوان در حال هویت‌یابی است؛ یعنی مسئله «خودش» برای خودش اهمیت پیدا کرده است. سؤالاتی از قبیل: «من کی هستم؟ آیا زیبا هستم یا نه؟ مورد پذیرش هستم یا نه؟» در کنار این دو نکته اساسی، نوجوانان با مقوله جنس مخالف هم روبه‌رو می‌شود. هیچ‌وقت یک کودک اهمیتی برای جنس مخالف قائل نیست؛ اما نوجوانان در مورد قضاوت جنس مخالف فکر می‌کنند و برای این که در چشم جنس مخالف جذاب باشد، به فکر زیبایی می‌افتند و همین موضوع بحران‌ها و نگرانی‌هایی را برایشان ایجاد می‌کند.»

پدر، مادر و رسانه نقش اساسی دارند

هر رفتاری در انسان، از عوامل درونی و بیرونی نشأت گرفته است. در مورد میل به عمل‌های جراحی و دست‌کاری صورت و... هم حتماً ما با عوامل تحریک‌کننده بیرونی طرف هستیم. آقای شاطری می‌گوید: «عمل‌های زیبایی مثل هر تغییر دیگری در زندگی بازه‌ای دارند. بازه مثبت تا منفی و بیمارگونه. در بعضی موارد با افرادی روبه‌رو هستیم که واقعاً چهره متناسبی ندارند و نیاز به عمل دارند؛ اما عموم افراد، افرادی هستند که در چهره مشکل ندارند و فقط خودپنداره‌شان نسبت به خودشان اشتباه است؛ و همین وسواس ذهنی باعث می‌شود فرد میل به عمل کردن داشته باشند. البته در خیلی موارد این خودپنداره را پدر و مادر و جامعه در فرد ایجاد می‌کنند. واقعیت این است که

عواملی مانند برخورد والدین و اطرافیان روی اعتمادبه‌نفس فرد تأثیر می‌گذارد. از طرفی رسانه در سال‌های اخیر باورها و تصورات فرزندان ما را تصرف کرده و مفهوم و تعریف زیبایی را تغییر داده است. ما با دخترها و پسرهایی روبه‌رو هستیم که براساس الگوهای رسانه‌ای و... فکر می‌کنند؛ این که انسان باید مانند یک نقاشی بی‌نقص باشد. این خوراک و تصویر استاندارد است که رسانه برای ما تدارک دیده است و در ایجاد این میل نقش پررنگ دارد. به نظر من در بعضی از موارد نادر عمل زیبایی می‌تواند موجب افزایش اعتمادبه‌نفس و حس خوب شود اما در باقی آدم‌ها باید به فکر تغییر خودپنداره باشیم.»

با نوجوانی که اصرار به عمل زیبایی دارد چه کنیم؟

اگر ما در خانواده خود با نوجوانی روبه‌رو شدیم که اصرار به عمل زیبایی داشت، چگونه باید با او رفتار کنیم؟ آیا ایستاد مقابل او یا همراهی با او کار درستی است؟ اگر نه چطور باید این بحران را مدیریت کنیم؟ دکتر شاطری در جواب این چنین توضیح می‌دهند: «اگر با نوجوانی روبه‌رو هستیم که خودپنداره مثبتی نسبت به خود ندارد، باید در قدم اول برای اثر گذاشتن روی او مقابلش نایستیم. بگوییم: «باشه، می‌تونیم با هم حرف بزنینم. بررسی کنیم، معایب و مزایای رو بدونیم». در گام دوم باید حتماً به یک مشاور یا روان‌شناس مراجعه کنیم. چون اگر مشکل جسمی واقعاً در کار نباشد، مشکل روانی و شخصیتی وجود دارد. به فرزندمان بگوییم که باید از یک مشاور کمک بگیریم و اگر روان‌شناس صلاح دید که تو این عمل را انجام بدهی، حتماً ما به خواسته تو احترام می‌گذاریم. در بسیاری موارد اگر مشاور واقعاً کار با نوجوان را بلد باشد، می‌تواند مشکل را حل کند. با انداختن توپ در زمین مشاور می‌توان از این که حریم‌ها از بین برود، جلوگیری کنیم. برخوردهای چکشی و مواجهه‌های مستقیم یا لجبازی نوجوان را به دنبال دارد یا افسردگی او را. مسئله ما در اینجا جراحی کردن یا نکردن نیست؛ مسئله این است که ما نشانه‌ای دیده‌ایم که نشان داده فرزندمان اعتمادبه‌نفس لازم را ندارد و ما به عنوان والدین باید برای حل این مسئله تلاش کنیم. پدر و مادرها باید دنبال علت این میل باشند. چون در بسیاری از موارد به خاطر سرزنش‌ها و مقایسه‌های والدین، فرزندان میل به عمل جراحی دارند. والدین باید برای فرزندان خود ارزش قائل باشند، شخصیت او را ناچیز ندانند و مانند پرسنل اداری با آن‌ها برخورد نکنند. هر چه قدر ما به عنوان والدین برای فرزند خود ارزش قائل باشیم، هر چه قدر با احترام با آن‌ها حرف بزنینم و اعتمادبه‌نفس به آن‌ها تزریق کنیم، کمتر با چنین مشکلاتی روبه‌رو می‌شویم.»



وسواس ذهنی باعث می‌شود فرد میل به عمل کردن داشته باشند. البته در خیلی موارد این خودپنداره را پدر و مادر و جامعه در فرد ایجاد می‌کنند. واقعیت این است که عواملی مانند برخورد والدین و اطرافیان روی اعتمادبه‌نفس فرد تأثیر می‌گذارد.