

تربیت اخلاقی (۱)

دوره نوجوانی

• افضل الملوك حسینی

که این دوره را «دوره لباسهای تنگ و کوتاه» نام نهاده اند. یعنی لباسهایی که قبلاً اندازه بوده در مدت کوتاهی تنگ و کوتاه می شود. در کنار تغییرات بدنی، تغییرات دیگری ناشی از هورمونهایی که از غدد داخلی ترشح می شود سبب بروز صفات ثانویه جنسی می شود.

نوجوان از لحاظ روانی و اجتماعی نیز دچار تحولات عمیقی می گردد، او دیگر کودک مطیع و سربه زیر گذشته نیست و می خواهد استقلال و حق رأی داشته باشد.

• خصوصیات بدنی و جسمی

نوجوانی دوره تغییرات بدنی و جسمانی است. این تغییرات، ناگهانی و خیلی سریع انجام می گیرد. اوج آن در دختران حدود ۱۴ - ۱۲ سالگی و در پسران ۱۶ سالگی است.

تغییرات بدنی هم اعضای داخلی بدن و هم استخوان بندی را شامل می شود. قلب، سینه و سایر اندامها بزرگ شده و استخوان بندی کامل می گردد. قدم به مرحله نهایی رشد خود می رسد و وزن نیز زیاد می گردد.

نحوه تغییرات در دو جنس دختر و پسر یکسان نمی باشد چنان که رشد قد و وزن در دختران زودتر انجام می گیرد، یا شکل حنجره پسران در نوجوانی کاملاً تغییر می یابد که باعث دو-رگه شدن صدای آنها می شود. در حالی که در دختران چندان محسوس نیست. در ابتدای نوجوانی علاوه بر تغییرات بدنی فرد در معرض تغییرات فیزیولوژیکی قرار می گیرد که باعث ظهور علائم بلوغ و صفات ثانویه آن می گردد، ترشحات غددی مانند غدد جنسی و غدد فوق کلیوی، ترکیبات شیمیایی خون و ظهور میل جنسی از مهمترین پی آمدهای این تغییرات می باشد که این تغییرات فیزیولوژیکی در افکار و رفتار نوجوان نیز تأثیر

نوجوانی عبارت از دوره ای است که با پایان دوره کودکی شروع و تا به دست آوردن خصوصیات کامل یک بزرگسال ادامه می یابد، بعضی معتقدند پایان کودکی با ظهور بلوغ و خصوصیات مربوط به آن مشخص می گردد. هر چند بنا بر این اعتقاد نوجوانی و بلوغ با هم آغاز می شوند. اما بلوغ تنها جنبه فیزیولوژیکی دارد، در حالی که نوجوانی علاوه بر تغییرات بلوغ، تغییرات روانی، ذهنی، اجتماعی را هم شامل می شود، نوجوانی پس از دوره بلوغ نیز ادامه می یابد تا زمانی که فرد از هر لحاظ زن و یا مرد کاملی گردد که این آغاز دوره جوانی است، بنابراین نوجوانی حد فاصل کودکی و بزرگسالی است. برای نوجوانی نمی توان سن و زمان دقیقی معین نمود زیرا این دوره بستگی به شرایط جغرافیایی فرهنگی، اجتماعی جوامع و خصوصیات مختلف شخصیتی افراد دارد، مثلاً شهری با روستایی بودن خود یک عامل تعیین کننده آغاز و پایان نوجوانی است. بنابراین سن نوجوانی در همه جا یکسان نیست. بعضی آغاز نوجوانی را از ۱۱ سالگی و عده ای از ۱۳ سالگی می دانند. در مورد پایان نوجوانی نیز عده ای ۱۸ سالگی و برخی ۲۰ سالگی را مطرح می کنند. بر حسب برخی از تحقیقات نوجوانی به سه دوره تقسیم شده است:

- اوایل نوجوانی ۱۳ - ۱۱ سالگی

- اواسط نوجوانی ۱۶ - ۱۳

- اواخر نوجوانی ۱۸ - ۱۶

در دوره نوجوانی فرد با تغییرات و تحولات فراوانی در خود مواجه می شود از اینرو روستوان دوره را تولدی تازه یا «تولدی دوباره» نام نهاده است. همچنین می توان آن را دوره تغییر و دگرگونی نامید. زیرا نوجوان از هر لحاظ و در هر لحظه در حال دگرگونی است، تغییرات بدنی در نوجوان به قدری سریع است

می گذارد.

رشد بدنی در کلیه خصوصیات فکری، عاطفی، روانی، اجتماعی و به عبارتی در کل شخصیت و رفتار نوجوان اثر عمیقی دارد.

هر چند بعضی از صاحب نظران غربی معتقدند تغییرات بدنی باعث شادی و غرور نوجوان می گردد اما این مسئله در جامعه ما صادق نیست بلکه غالب اوقات عکس آن مشاهده می شود یعنی تغییرات ناگهانی بدنی، همچنین ظهور غریزه جنسی باعث غافلگیر شدن نوجوان و در نتیجه اضطراب و انزوا و خجالت او می گردد که این در حالت دختران بیشتر دیده می شود. این تغییرات گاه باعث می شود که نوجوان احساس بلا تکلیفی نموده و تعادل خویش را از دست بدهد. اما در عین حال به بدن خویش اهمیت داده و مرتباً خویش را با دیگران مقایسه می کند و نسبت به تغییرات بدنی خویش بسیار حساس و دقیق می شود، دختران دوست دارند خوش اندام باشند پس، از اضافه وزن وحشت دارند و پسران مایلند بلندقد و قوی باشند بنابراین به نوع غذای خویش توجه دارند. اشتهاى زیاد نیز یکی از خصیصه های نوجوانی است. نوجوان به علت فعالیت زیاد به غذای بیشتری نیاز دارد. ترشح غدد نیز در ازدیاد اشتها مؤثر است. اما اگر این امر منجر به پر خوری شود نوجوان را دچار مشکل می نماید از جمله چاقی بیش از حد که دارای عوارض جسمی و روحی نیز خواهد شد.

در قرآن راجع به تغییرات بدنی نوجوان آمده است که: *اللّٰه الذی خلقکم من ضعف ثم جعل من بعد ضعف قوه خداوند انسان را آفرید و در کودکی ضعیف بود و سپس قوت و توان جوانی را به فرد عطا کرد.* (۵۴/روم)

● خصوصیات ذهنی، عقلانی

رشد ذهنی و قدرت یادگیری در دوره نوجوانی پیشرفتی شگرف دارد. آلبرت شوابرتز پزشک عالی مقام و فداکار عصر حاضر می گوید: اگر انسان در تمام عمر خود قدرت یادگیری و تواناییهای ذهنی نوجوانان ۱۵-۱۴ ساله را داشت علوم خیلی پیشرفت کرده بود.

فریند برگ معتقد است به قدری افکار و استعدادهاى فرد در دوران بلوغ گسترش می یابد که بهتر است، دوران بلوغ را دوران گسترش فکری بنامیم. کما این که موريس ديس هم دوره

نوجوانی را دوره گسترش سریع افق فکری نام نهاده است. موسیه در کتاب پرورش ذهن می گوید: بلوغ و نوجوانی سومین دوره ای است که فرد از دوره های بی غمی و بی دقتی خارج گردیده و بر تخت تفکر جلوس می نماید.^۱

تحولات عقلی نوجوان عبارتند از:

۱- به ظهور رسیدن تفکر انتزاعی

کودک قادر به تفکر انتزاعی نیست. مثلاً تصور مفاهیم سیاهی و سفیدی برای او امکان ناپذیر است. یعنی یک صفت خاص را بدون توجه به چیزی که دارای آن صفات است نمی تواند ادراک کند. اما سفیدی قند یا سیاهی مرکب برای او معنا دارد. اما پس از ورود به دوره نوجوانی می تواند فرضیه ای را اساس عمل ذهنی قرار داده و قادر به درک مفاهیم انتزاعی و تعمیم و نتیجه گیری از آنها و تفکر فرضی - استنتاجی می باشد.

۲- قدرت استدلال

نوجوان بر عکس کودک قادر است. بین مفاهیمی که رابطه مستقیمی با هم ندارند ایجاد ارتباط کرده و قضیه بسازد. توانایی عقلی نوجوان هر سه نوع استدلال (قیاس، استقراء، تمثیل) را در بر می گیرد.

نوجوان اصولاً به بحث و استدلال علاقه مند است بنابراین گاهی صرفاً برای بحث کردن مسئله ای را طرح می کند بدون آن که هدفی داشته باشد. هر چند قدرت استدلال، نشانه تواناییهای ذهنی است خود آن نیز می تواند در توسعه قدرت ذهنی نوجوان مؤثر واقع شود این امر نیز به نوجوان در بررسی و حل مسائل و مشکلاتش کمک می کند.

۳- ظهور عملیات نظامدار

در نوجوانی تغییر دیگری در ساخت ذهنی نوجوان به وجود می آید که سبب بروز عملیات ترکیبی است و براساس آن نوجوان می تواند در حد واقع و ممکن به عمل بپردازد و آن عملیات ترکیبی یا منطقی است که پایه استدلال علمی را تشکیل می دهد، یعنی کار طبق نظام معینی انجام می گیرد.

در نوجوانی تمام عملیات صوری هماهنگ همراه می شوند و یک شبکه را تشکیل می دهند که آخرین حد تکمیل ساختمانهای ذهنی است و از این پس هیچ نوع ساختمان جدیدی ایجاد

نمی‌گردد. بنابراین نوجوان ۱۵ - ۱۴ ساله از لحاظ ابزار ذهنی، به حداکثر تحول عقلی خود رسیده است. تنها امتیاز و تفاوت بزرگسال از نوجوان، تجربه بیشتر اوست، نوجوان تجربه کمتری دارد و برای روبرو شدن با واقعیتها، آمادگی کافی ندارد.

او به علت امکان ذهنی جدیدی که قبلاً فاقد آن بوده یک نوع حالت تمام نشدنی و پابان ناپذیری در فرد حس می‌کند یعنی معتقد است که هر کاری را می‌تواند انجام دهد، این حالت باعث می‌شود نوجوان برای خود طرحها و برنامه‌هایی تنظیم کند.^۲ نوجوان حتی برای اصلاح دنیا نظریه‌ها و طرح‌های زیادی دارد او همچنین می‌تواند تمام راههای ممکن برای حل مسئله‌ای را در نظر گرفته و بهترین راه را انتخاب نماید.

۴ - خیالبافی

یکی دیگر از مختصات دوره نوجوانی خیالبافی است. نوجوان دارای ایده‌آها و آرزوهای زیادی است که دائماً فکر او را مشغول می‌کنند. او ممکن است ساعتها بدون آن که متوجه اطرافش باشد، در اندیشه و تخیل خویش به سربرد و به تمام آرزوهایش برسد اما هنگامی که متوجه شد اینها همه خیال بوده، ناراحت و دل‌تنگ می‌شود. تخیل ابتدا از یک هیجان و احساس ساده منشاء می‌گیرد و سپس در نتیجه تجربیات گذشته و تداعی آنها شکل تازه‌ای گرفته نوجوان را وارد دنیایی نیمه خیالی و موهوم می‌سازد. نوجوان در این حالت هر چند در خواب و رویا نیست اما ارتباط او برای مدتی با واقعیتها قطع می‌گردد. البته این حالت با آنچه در بیماران عصبی است، متفاوت است. زیرا در این حالت اراده نوجوان تا حدودی نقش دارد یعنی نوجوان دوست دارد که در عالم تخیل بسربرد. هر چند خیالبافی گاهی مانع درک حقایق زندگی است اما در ایجاد قوه ابتکار و ابداع مؤثر است. رادیو و تلویزیون، سینما، رمان‌ها در ایجاد و گسترش قدرت تخیل نوجوان نقش به‌سزایی دارد.

نکته مهم و قابل توجه پیرامون رشد ذهنی نوجوان این است که علی‌رغم توانایی ذهنی و اعلام استقلال بسیاری از مواقع به علت غلبه احساسات و همچنین خصیصه خیالبافی نمی‌تواند منطقی و صحیح فکر کند.

در روایتی از امام علی (ع) آمده است: جهل الشباب معذور

و علمه محصور.^۳ عذر نادانی جوان پذیرفته و علم و دانش کوچک و حقیر است.

● خصوصیات اجتماعی

کودک پس از ورود به مدرسه وارد اجتماع شده و رشد اجتماعی او آغاز می‌گردد. اما با آغاز دوره نوجوانی مرحله تازه‌ای از رشد و تکامل اجتماعی پدیدار می‌شود که منجر به سازگاری با اجتماع و بروز خصلتها و خصایص اجتماعی می‌گردد. پیاژه می‌گوید: کودک تا سن ۱۱-۱۰ سالگی زیاد مقید به رعایت مقررات اجتماعی نیست اما در سن بلوغ خود، قوانین اجتماعی را تدوین می‌کند، هر چند ممکن است به واسطه خصوصیات بلوغ از اجرای آن سرپیچی کند.^۴ بنابراین نوجوانی دوره تکمیلی رشد اجتماعی است. که تا اواخر نوجوانی نیز طول می‌کشد. رفتار اجتماعی در اوایل نوجوانی جنبه تقلید و اطاعت دارد. بعد از آن نوجوان آهنگ استقلال طلبی نموده و برای رسیدن به آن، گاه با طغیان و گاه با شرکت و همکاری با بزرگترها اقدام می‌نماید. اما در اواخر نوجوانی او به توازن اجتماعی رسیده و رفتار اجتماعی او متعادل می‌گردد.

کودک شدیداً به خانواده‌اش وابسته است اما در دوره نوجوانی تدریجاً از وابستگی او کاسته شده علاقه‌مند به ارتباط با دوستان می‌گردد. قطع وابستگی به خانواده را اصطلاحاً «از شیر گرفتن روانی» می‌گویند.

از مهمترین نمودهای رفتار اجتماعی در نوجوانی تشکیل گروههای اجتماعی و یا پیوستن به گروههایی است که از افراد هم‌سن و همفکر تشکیل می‌شود.

● گروههای اجتماعی

هر چند تشکیل و تعلق به گروه در تمام دوره‌های زندگی دارای اهمیت است اما در دوره نوجوانی وابستگی به گروه دارای شدت بیشتری می‌باشد.

نوجوان برای گروه دارای ارزش خاصی است و تسلط گروه بر افراد نیز در این دوره زیادتر است. به خصوص اگر نوجوان دارای رشد اجتماعی، عاطفی کافی نباشد و نتواند روی پای خود بایستد تاثیر گروه افزایش می‌یابد، اثرات گروه در اواخر نوجوانی به میزان چشمگیری کاهش یافته، افراد خود را بزرگسال

تلقی کرده مایلند مستقل باشند.

تقلید از ایشان و کارهاشان سعی در نزدیک نمودن خویش در جهت آن ایده‌آلها می‌نماید.

گاهی نوجوان به قهرمانان به طور عجیبی عشق می‌ورزد چنان که این عشق تمام زندگی او را تحت الشعاع قرار می‌دهد. او تلاش می‌نماید نحوه زندگی او و حتی ریزترین حرکاتش را در یافته و ادامه دهنده شیوه او باشد.

مسئله تقلید نوجوان تنها به قهرمانان منحصر نمی‌شود. والدین، معلم، دوستان موفق و سایر اشخاص قابل احترام، مورد تقلید نوجوان قرار می‌گیرند.

۳- اثبات و ابراز شخصیت

از مشخصه‌های مهم رشد اجتماعی نوجوان ابراز شخصیت است. نوجوان احساس می‌کند که دیگر کودک گذشته نیست و مانند بزرگترها انسان کاملی است. مهمترین نمود اثبات شخصیت استقلال طلبی است، نوجوان دوست دارد آزاد باشد و خود مسئول اعمال خویش باشد. بنابراین از نوجوان عکس‌العملهای مختلفی سر می‌زند که عبارتند از:

● الف: طغیان و سرکشی

نوجوان گاهی برای اثبات شخصیت و اعلام استقلال دست به عصیان و شورش بر می‌دارد. اعتراض و طغیان نوجوان دو جنبه دارد:

۱- مخالفت با والدین

۲- مخالفت با آداب و رسوم

نوجوان مغرور نمی‌تواند بپذیرد که با او چون کودک رفتار شود، امر و نهی‌های مداوم والدین و دیگر بزرگترها او را به ستوه می‌آورد. زیرا او نمی‌تواند دلیل دخالت آنها در کارهایش را بفهمد و لزومی به این امر نمی‌بیند زیرا خود را به اندازه کافی عاقل و آگاه می‌بیند که صلاح کار خویش را بداند، پس به تمرد و سرکشی می‌پردازد.

بی‌توجهی به گفته‌های نوجوان، شرکت ندادن او در تصمیم‌گیری و به زبان دیگر او را به حساب نیاوردن، از دیگر عوامل سرکشی نوجوان است. او تصور می‌کند با لجاجت و نافرمانی می‌تواند محیط را با خویش هماهنگ سازد و دیگران را تشبیه نماید. عدم توانایی بزرگترها در درک و شناخت توجوه نوجوان

پیوستن به گروهها به خصوص گروه دوستان می‌تواند اثرات مفید و یا مخرب داشته باشد، گروه به نوجوان امتیاز و آرامش می‌دهد و او را در انجام فعالیت‌های سازنده و مفید تحریک می‌کند. در گروه نوجوان تابعیت قانون و مقررات و رعایت حقوق دیگران و طریق همکاری و تعاون با افراد دیگر را می‌آموزد. نیاز نوجوان در تعلق به گروه باعث می‌شود او کلیه رفتارهای ناپسند خویش را که ممکن است باعث طرد شدن او از گروه گردد ترک نماید. عکس این امر نیز صادق است یعنی اگر در گروه افراد نایاب باشند و با رهبری گروه به دست فرد ناشایستی بیفتند، ممکن است نوجوان را به بیراهه بکشانند. زیرا اصولاً در این مواقع نوجوان تحت تاثیر عاطفه و احساس قرار گرفته و افراد را واقع‌بینانه نمی‌سنجد، مثلاً کافی است فردی دارای قدرت جسمانی خوبی باشد و از شگردها و روشهای جذب کننده استفاده کند و رهبری گروه را به عهده بگیرد بدون آن که دارای ویژگیهای مثبت اخلاقی و اجتماعی باشد، در چنین گروههایی افراد رفتار ضد اجتماعی و اخلاک‌گری را می‌آموزند و خیلی از مواقع منجر به بزهکاری نوجوانان می‌گردد.

● جلوه‌های رشد اجتماعی در نوجوان

نوجوان در رابطه با اجتماع گاهی با مدارا و محبت رفتار می‌کند و گاهی با سخت‌گیری و خشونت، مهمترین مظاهر رشد اجتماعی او عبارتند:

۱- تمایل به جنس مخالف

تمایل به جنس مخالف بخصوص در اوایل نوجوانی نمود خاصی دارد این تمایل گاهی از درون تجاوز نکرده و نوجوان چیزی بروز نمی‌دهد گاهی هم باعث رفتارهای دیوانه‌وار نامعقولی می‌شود که باعث مشکلات زیادی برای فرد و جامعه می‌گردد. نوجوان برای جلب نظر جنس مخالف دست به اقدامات مختلف و گاه عجیبی می‌زند. اما بعضی از نوجوانان با این تمایل خویش مقابله نموده و آن را سرکوب می‌نمایند.

۲- قهرمان‌پروری و تقلید

نوجوان به شخصیت‌های برجسته اجتماعی، هنری، سیاسی، ورزشی توجهی خاص دارد او از آنها قهرمان می‌سازد و آنها را نمونه کامل و تمام عیار آرمانها و ایده‌آل‌های خویش می‌بیند و با

باعث می شود در مقابل نرد نوجوان و اکنشهایی نشان دهند که نه تنها کمکی به هدایت او ننموده بلکه روح حساس او را جریحه دار کرده و با شدت بیشتری سر به طغیان برمی دارد، تمسخر، اعتراض، توهین و تنبیه نوجوان این اندیشه را در ذهن او ایجاد می کند که آنها با او دشمن هستند، پس با رفتارهای ضد اجتماعی خویش درصدد انتقام گیری برمی آید. در حالی که اگر بزرگترها با عملکرد غلط خویش این رفتارها را تشدید نکنند، پس از مدتی از بین رفته و نوجوان به روش عادی زندگی می گردد.

نوجوان گاهی به علت روحیه نخواستگی و تنوع طلبی با آداب و رسوم و ارزشهایی که بزرگترها به آن پایبندند، اعلام جنگ نموده و معتقد به از بین رفتن سنتهای دست و پا گیر است. او با خیالبافی، آرمان و ایده آلهای جدیدی را جایگزین باورهای گذشته می سازد. اما در اواخر دوره نوجوانی، کم کم واقعیت اجتماعی خویش را شناخته و دنیای آرمانی اش را رها می سازد. البته گاهی مخالفت و طغیان نوجوان به علت بی عدالتیها، آداب و سنن تخدیر کننده و اعمال نادرست دیگران است. روح پاک نوجوان تاب تحمل خطا کارها و دغل بازیهای دیگران را ندارد، او نمی تواند بپذیرد، افراد برای دستیابی به منافع شخصی به ممنوع خود ضرر و آسیب برسانند، پس دست به اعتراض و اعتصاب می زند که ممکن است تا بزرگسالی نیز ادامه یابد.

● ب: قبول مسئولیت و همکاری

نوجوان برای اثبات شخصیت و اعلام استقلال دوست دارد پایه پای والدینش فعالیت و تلاش نماید. اگر به نوجوان مسئولیتی داده شود که خود به تنهایی عهده دار آن باشد، به او احساس مسرت و غرور دست می دهد و تمام هم خویش را در ایفای صحیح آن به کار می گیرد و تا رسیدن به نتیجه به تلاش ادامه می دهد. نوجوان همکاری با بزرگترها و کمک به آنها را به خصوص در کارهایی که از نظرش مهم است با رغبت انجام می دهد.

● ج: رقابت

نوجوان برای اثبات و ابراز شخصیت در موارد مختلفی مانند تحصیل، ورزش فعالیتهای هنری با همسالانش به رقابت می پردازد. نوجوان از این طریق هم مقام و موقعیت خویش را

تثبیت نموده و هم توانایی و لیاقت و منزلتش را به دیگران می نماید.

بیراهمون خصوصیت اجتماعی و ارتباطی نوجوان از دید اسلام می توان به روایتی از علی (ع) اشاره نمود که: فرزند تو در هفت سال اول مانند برگ خوشبویی است که او را می بویی و می بوسی سپس در هفت سال دوم مطیع و فرمانبردار توست آنگاه ممکن است دشمن با دوست تو باشد.

بنابراین اگر افراد رعایت حال نوجوان را بنمایند و با او به شکل صحیح رفتار نمایند او نیز به مانند دوستی صدیق و فداکار و با اخلاص هر چه تمامتر سعی در جلب رضایت و خشنودی آنها می نماید.

اما عدم درک نوجوان و داشتن رفتاری نسنجیده و نامعقول با او موجب برانگیختن خشم و طغیان و سرکشی می شود.

بنابراین باید به نوجوان احترام گذاشت و برایش ارزش و اعتبار قایل شد. پیامبر (ص) می فرماید: فرزند در هفت سال اول آقای خانه و در هفت سال دوم مطیع و عبد خانه و در هفت سال سوم مشاور و وزیر است.

مشورت با نوجوان بهترین راه احترام نهادن به اوست نوجوان از این طریق احساس شخصیت و بزرگی می کند چون بزرگسالان نظر او را نیز صائب و مهم می دانند. و این امر موجب تکریم شخصیت او و در پی آن کشاندن او به اموری که موجب عزت و سربلندی است می گردد.

● بی نوشتها

- ۱- خسرو پور، یوسف، روانشناسی بلوغ و نوجوانی، ص ۲۶۴
- ۲- منصور، محمود، روانشناسی زنتیک، ص ۱۱۷
- ۳- غزالحکم، ص ۳۷۲
- ۴- خسرو پور، یوسف، روانشناسی بلوغ و نوجوانی، ص ۲۰۳
- ۵- شریعتمداری علی، روانشناسی تربیتی، ص ۲۳۸

