

مسائل بلوغ

بداله جهانگرد

و نوجوانی در خانواده

دوران زندگی انسان به چند مرحله و این مراحل هر کدام به اعتباری . ولی آنچه که مسلم است چه از دید روانشناسی و چهار دید اجتماعی ، یکی از این دوران دوره بلوغ می باشد . بلوغ در معنای لغوی یعنی رسیدن و در معنی اصطلاحی یعنی رسیدن به یک مرحله از سن بلوغ علائمی به همراه دارد که عبارتند از : تغییرات جسمانی ، عقلانی ، روانی و اجتماعی و غیره . و این علائم یک مرتبه ظاهر نمی شود ، بلکه بطور تدریجی به ظهور می رسد .

شروع این مرحله در نقاط مختلف دنیا و در بین نژادها یکسان نمی باشد . در مناطق استوایی که نمونه بارز آن در عربستان سعودی زندگی می کند در دخترها در سن ۹ سالگی و در پسرها در سن ۱۱ تا ۱۳ سالگی ظاهر می شود . اما در شمال اروپا در کشورهای سوئد و نروژ به علت نژاد و سیستم آب و هوا بلوغ در حدود سن ۲۰ سالگی و گاهی تا سن ۲۵

سالگی ظاهر می شود . بنابراین برای بلوغ مرزی نمی توان مشخص کرد . مطالعاتی که در مورد بلوغ در کشور ما شده است نشان میدهد که بیشتر دختران ایرانی در سن ۱۱ تا ۱۲ سالگی و پسران آن در سن ۱۳ تا ۱۵ سالگی بالغ می شوند .
علائم بلوغ :

۱ - تغییرات جسمانی : رشد چشمگیر در بدن بخصوص در بعضی از نقاط آن و روئیدن مو در بعضی از اندامها و رشد عجیب استخوانها و بلندی قد که گاهی مواقع این رشد به قدری است که توام با دردهای عضلانی می باشد . به این معنی که در بعضی ها در حدود ۵ سانتیمتر در یکسال استخوانها رشد می کنند و چون ماهیچه پیوست بدن هماهنگی با رشد استخوان ندارد درد و خستگی ظاهر می شود . و اگر حاد نباشد خود بخود برطرف می شود . صدا ، نیز در این دوره کلفت و بیه قول معروف مردانه می شود که این در پسران



بارزتر است . در این دوره ترشحات هورمونی زیاد شده و ترکیبات خون نیز عوض می شود به علت تغییرات جسمانی در این دوره احتیاجات غذایی او نیز تغییر می کند و بدن به مواد سفیده ای و املاح کلسیم محتاج می شود . و چون رشد در این دوره بخصوص سریعتر انجام میگیرد بنابراین نوجوانان در سن بلوغ به مواد غذایی بیشتر احتیاج دارند . بطوریکه جیره غذایی آنها با جیره غذایی دوران قبل ، و حتی با جیره غذایی بزرگسالان نیز فرق خواهد داشت رژیم گرفتن در این دوره عواقب بسیار وخیمی دارد و باعث بروز اختلالاتی در رشد می شود .

غیر از مسئله غذایی ، مسئله استراحت در این دوره مورد توجه است . اشخاص در سن بلوغ حداقل به ۹ ساعت خواب احتیاج دارند که متناسفانه مخصوصا در فصل امتحان

نوجوانان با کمبود آن مواجه می شوند . بعد از خوراک و استراحت مسئله نظافت پیش می آید . در این دوره چون نوجوانان زیاد عرق می کنند باید با داشتن امکانات هر روز و در غیر این صورت لاقط هفته ای دو بار استحمام کنند .

وظیفه پدر و مادر است که خوراک ، استراحت و نظافت و بهداشت نوجوانان خود را زیر نظر داشته و با راهنماییهای خود آنها را ارشاد کنند .

۲- تغییرات عقلانی : جنبه عقلانی شاید به مراتب مهمتر از جنبه جسمانی باشد . همانطور که موجود رشد می کند در جنبه عقلی او هم تغییراتی ایجاد می شود . که یکی از آنها ارتقاء هوش نظری می باشد یعنی هوش بچه زیادتر شده است و بنابراین راجع به مسائل بهتر فکری کند . تا دیروز مطیع محض بود ، اما امروز به علت ارتقاء هوشش و به علت بالا رفتن سطح فکرش ، دستوری که می دهیم بدنبال دلیل آن می گردد . و اگر در اثر فکر

دلیل را نیافت از ما می‌خواهد و چنانکه باز هم قانع نشد از دستورات ما سر باز می‌زند و در این موقع است که پدر، مادر و مربیان فکر می‌کنند که او عصیان کرده است در صورتی که اینطور نیست .

بنابراین در اثر بالا رفتن هوش و دنباله‌گیری دلائل ، اطاعت محض کنار رفته و پدر و مادر و معلمین باید معتقد باشند که بچه‌ها دیگر از آنها در این سنین اطاعت محض نخواهند کرد . منطبق نظری بدنبال هوش‌نظری بالا رفته و نوجوان را برای تجزیه و تحلیل مسائل علمی آماده می‌کند . و دیگر آنکه نوجوان در این دوره نوآور می‌شود . به این معنا که دیگر حاضر نیست سنتهای پدر و مادر را موبه‌مو عمل کند . بلکه می‌خواهد نوآور چیز دیگری باشد . از اختصاصات این دوره تقلید کردن از اشخاص مورد علاقه‌اش می‌باشد . مثلاً نوجوان به تقلید از معلم لباس پوشیدنش را تغییر می‌دهد . و یا به علت عمیق نبودن تفکر نوجوان و بی‌تجربگی او ممکن است اشکالاتی را بوجود آورد یکی دیگر از اختصاصات این دوره حالت بی‌ثباتی است . بسیاری از نوجوانان در کارهایشان ثبات ندارند و در عین حال بی‌تجربگی آنها باعث ندانم‌کاری می‌شود . مثلاً برای یافتن علت خرابی جاروبرقی آن را باز کرده و چون بر طرف کردن این نقص را نمی‌داند ، نقص

دیگری نیز به آن اضافه می‌کند .

از مسائل دیگر در این دوره حالت خودشیفتگی است که این حالت بخصوص بیشتر در دختران دیده شده بطوریکه ثانیه به ثانیه جلوی آئینه رفته و خود را ورنانداز کرده و به سر و وضع خود می‌رسند . عشق که نتیجه تبلور عواطف است در این دوره مطرح می‌شود . عشق نوجوانان با عشقهای دیگر فرق دارد برای اینکه عشق‌آینها عشق تسخیری است به این معنا که هرکدام می‌خواهند طرف مقابلش فقط متعلق بخودش باشد و دستوراتش را نیز موبه‌مو عمل کند . ازدواجهای زودرسی که منجر به شکست می‌شود شاید یکی از علت‌های آن همین عشق تسخیری باشد یعنی دختر و پسر نوجوانی که با هم ازدواج می‌کنند . دخترک به پسر می‌گوید که با مادرت حق صحبت کردن نداری و پسرک می‌خواهد که دختر رابطه‌اش را با خانواده قطع کند در نتیجه باعث بروز اختلاف بین آنها و گاهی منجر به طلاق می‌شود .

مخاطرات این دوره :

۱ - گریز از اجتماع : در این دوره سازش با اجتماع و ایجاد ارتباط با دیگران ممکن است قطع شود و بجای آن گریز از اجتماع بوجود آید . گه‌اگر بصورت حاد باشد یک خطر بزرگ برای آینده او محسوب می‌شود .

۲- خودارضایی یکی دیگر از مخاطرات غریزه جنسی است. بهتر است که در این دوران اتاق اختصاصی برای خواب به او بدهید ولی او را در قفل کردن در اتاقش مختار نگذارید. سعی کنید که شبها خسته به رختخواب برود تا خواب چشمانش را زودفرا گیرد و اگر این دستورات را انجام ندهید و عکس اینها را عمل کنید باعث می شوید که نوجوان به خودارضاعی بپردازد و در صورت تکرار زیاد ممکن است موجب بیماری شود که معالجه آن بسی مشکل است بخصوص در پسران.

۳- ارضاء نامشروع یا نامعقول: که باید شدیداً جلوگیری شود.

۴- در اثر شیفتگی ممکن است توجه به همجنس به وجود آید که باید پدر و مادرو مربیان به این موضوع توجه داشته باشند.

۵- اعتیاد: که ابتدا با سیگار شروع شده و در اثر بی توجهی ممکن است مشروب یا تریاک جایگزین آن شود و بالاخره هروئین آن بلای خانه مان سوز.

۶- مهاجم بار آمدن نوجوان: اگر غرائض را سرکوب کنیم ممکن است موجب پرخاشگری شود مانند دیگ بخاری که سوپاپ اطمینان نداشته باشد منفجر می شود. بنابراین این باید مواظب بود که نوجوان پرخاشگر بار نیاید.

۷- بی تفاوتی بار آمدن نوجوان: اگر در مقابل هراتفاقی بی تفاوت بماند و عکس- العمل بروز ندهد نشانه وجود بیماری می باشد و باید برای جلوگیری آن خانواده کوشا شوند. بی تفاوتی باعث سرخوردگی در بعضی موارد موجب بیماری عصبی «نوروز» می شود.

۸- گرایش داشتن به گروه همسالان خود: نوجوانان کمتر علاقهای به گوش کردن صحبتهای پدر و مادرشان دارند زیرا یک یا دو نسل با آنها تفاوت سن دارد در عوض حرف هم سالش را خوب می فهمد و سخت به همسالان نشان علاقمندند در مورد گرایش به هم سال مولانا داستان زیبایی دارد:

کودکی بالای بام رفته بود مادرش سخت متوحش بود و می فهمید که اگر او را تعقیب کند از پشت بام پرت می شود متحیر و سرگردان بود که چه کند؟ پیری از آنجا گذر می کرد گفت: غصه نخور، کودک دیگری رابه این طرف بام ببر. مادر این چنین کرد و کودک چون همسالش را دید به هوای او باز- گشت و مادر او را بدین ترتیب گرفت.

و اما خطراتی در اثر علاقه داشتن به همسال بوجود می آید زیرا نوجوان مسئله اش را با همسالش در میان می گذارد و چون اطلاعات همسالش نیز زیاد نیست. بنابراین



ارشاد نمی‌شود و خام می‌ماند . پس باید مواظب نوجوانان بود .

اجازه دهید که نوجوانان را در چند جمله بطور خلاصه معرفی کنم: نوجوان فردی است از لحاظ عاطفی نا بالغ ، از لحاظ تجربه محدود ، از لحاظ جسمی در حال رشد ، از لحاظ فرهنگ تحت تاثیر محیط ، همه چیز می‌خواهد و هیچ چیز ندارد ، همه چیز می‌فهمد ولی چیزی نمی‌داند ، هم بزرگ است و هم کوچک ، هم بار کودکی بردوش دارد و هم سنگینی بار بزرگسالان را احساس می‌کند ، در رویا و تخیل زندگی میکند ولی با واقعیات روبرو است ، دیوانه‌ای است با عقل ، مستی است هوشیار ، و بالاخره دوران بلوغ را که برزخی است بین کودکی و بزرگسالی می‌گذرانند ، در حینی که به همه چیز نیاز دارد خود را بی‌نیاز و مستغنی می‌پندارد .

که میگذارد تمام نیروها و استعداد های انسانی به‌منشاء ظهور برسد یانه بنابراین در مختار بودن شخص اجتماع نقش مهمی دارد . و بطور کلی اسلام قبل از بلوغ ، فرد را کودک می‌داند و مسئولیتی به او واگذار نمی‌کند ولی بعد از دوران بلوغ است که مسئولیت به آنها واگذار می‌کند . و بسیاری از اعمال و آداب مذهبی برای آنها بصورت تکلیف جلوه‌گر می‌شود .

پس اگر واقعا ما مواظب بچه‌ها در سنین نوجوانی باشیم و خوب آنها را تربیت کنیم آن وقت است که می‌توانیم به این آرزوی بزرگ رسیده و از خداوند بخواهیم که : رینا هب لنا من از واجنا و دریا تنا قره اعین و اجعلنا للمتقین اماما . "قرآن کریم" خدایا همسران و فرزندان ما ده که باعث روشنائی چشم باشند و ما را پیشوای پرهیزگاران قرار ده .



نظر اسلام راجع به بلوغ : مسئله تکلیف در اسلام اهمیت زیادی دارد و در اصطلاح فقه مکلف باید عاقل ، بالغ و مختار باشد . عاقل نه مثل ابوعلی سینا بلکه مثل یک فرد معمولی که قدرت تشخیص خیر و شر را داشته باشد . و دیگر آنکه بالغ هم بشود . و بالاخره در کارهایش مختار باشد . زیرا اجتماع است