

حسبوه های بلوغ

دکتر زهرا معتمدی

والدین و مربیان علاقه مند به مسائل تربیتی مطمئناً بارها شاهد درج مطالب گوناگون درباره نوجوانان، در این نشریه تربیتی بوده اند. تکرار هر چند بار این گونه مطالب نه تنها خالی از فایده نیست، بلکه بسیار مفید و سودمند نیز هست، زیرا کمکی است به والدین و مربیان در شناخت هر چه بیشتر نوجوانان برای انتخاب روش مناسب تربیتی.

نوجوانی دارای ویژگیهای مخصوص به خود است که کاملاً با رفتار و منش دوران کودکی متفاوت می باشد. گرچه نوجوانی دنباله دوران کودکی است و کودکان نیز مانند نوجوانان دستخوش احساسات تند هستند، لیکن هیجانات عاطفی نوجوانان نسبت به دوران کودکی شان دارای شدت، عمق، گسترش و دوام بیشتری است. با رشد جسمی، عقلی، اجتماعی و احساسی که در این دوره از سن به اوج می رسد، فرد از دوران کودکی بیرون آمده، بتدریج به دنیای مرد یا زن کامل بودن وارد می شود. در واقع اگر دوران کودکی را دوره تکوین بدانیم، دوران نوجوانی دوره انتقال است.

این دگرگونیهای روانی و جسمی در دومین دهه زندگی انسان یعنی از سن ۱۱ سالگی شروع می شود و تا سن ۱۸ سالگی ادامه دارد.



نوجوانی به تعبیر شعرا و دانشمندان :

نوجوانی دوره غلبه نیازها، عواطف واحساسات بر قوه تعقل و اندیشه و زمان بروز رفتارهای بی دوام و زودگذر است. از این رو این دوره را به هوای بهاری تشبیه کرده اند که یک لحظه آفتابی و سوزان و لحظه ای دیگر بارانی و سرد است.

در دوران بلوغ، نوجوان بیش از هر دوره دیگری از زندگی اش دستخوش هجوم احساسات است و دگرگونیها، التهابها، اضطرابها و جلوه های غیر معمول و ظاهراً غیر عادی در او ظاهر می شود. روشن است که این حالتها ویژه، رفتار ویژه والدین و مربیان را نیز طلب می کنند. داشتن آگاهی و شناخت از دلایل و علل بروز خصوصیات اخلاقی نوجوان، می تواند سبب پیشگیری بسیاری از سوء تفاهات و مانع برخورد میان والدین و نوجوانان شود و درکاستن ناراحتیهای این دونسل مؤثر باشد.

چگونگی رشد در نوجوان

رشد جسمی : در آغاز این مرحله، تغییرات و تحولاتی سریع و عمیق در جسم پدید می آید که سبب بروز خلق و خو و رفتاری جدید می شود. با رشد غده های مختلف، تعادل دوران کودکی به هم می خورد و بدن در وضع جدیدی قرار می گیرد. این دوره از سن مرحله بیداری و هوشیاری جنسی نیز هست.

رشد ذهنی : همزمان با رشد جسمانی، تواناییهای ادراکی نوجوان نیز توسعه

برای حسن شروع، نگاهی گذرا به ادبیات دیرین و معاصر ایران می اندازیم و نوجوانی را از دید ادیبان نظاره گر می شویم.

شاید کمتر شاعری در گذشته به گیرایی نظامی گنجوی رفتار و گفتار نوجوانان را توصیف کرده باشد. نظامی این دوره را دوره خواستنیهای دل و نخواستنیهای زبان می شناسد.

مؤلف قابوسنامه در فصول مختلف این کتاب اشاراتی ارزنده به رفتار و منش و واکنشهای نوجوانی داشته است. او این دوره را دوران غرور، سرکشی، تحقیر پیران و لطافت طبع و عاشقی می نامد.^۱

سعدی با چیره دستی نوجوانی را دوران سرکشی، هوسبازی، دمدمی مزاجی و پیوندهای زودگذر می شمارد.^۲

گویندگان معاصر نیز نوجوانی را با تعبیرهایی چون "موج ناغنده"، "اخگر نهفته به خاکستر"، "سرگشته به توفان"، "شیر پرغرور

در بند" و نظایر آن وصف کرده اند.^۳

ویکی از روان شناسان آمریکایی، به نام "استانلی هال" که او را پدر روان شناسی بلوغ می نامند، نوجوانی را دوران "توفان و فشار" نامیده است.

در طی قرون از این دوره از سن با نامهایی چون: بحران، توفان، تب بلوغ، دوره احساس گرایایی، عاطفه پرستی و دوره دیوانگیهای سازنده نیز یاد کرده اند. همه این توجهات نشانه اهمیت تأثیر این مرحله از سن در ساختن آینده فرد است.

- گاه آینده نگری می کند و از افکارش مطلع است .

نوجوانی اولین مرحله از سن است که فرد در باره خودش و نقشی که در زندگی باید داشته باشد می اندیشد و نیز به اعتبار و اطمینان اعتقاداتش فکر می کند، ولی این بدان معنایست که قادر باشد مسائل را بدرستی تحلیل کند و درباره امری ، تصمیمی صحیح و عاقلانه بگیرد. قضاوتش غالباً سطحی و مبتنی بر مشاهدات است .

رشد شخصیت : بر اثر رشد غده ها و تغییر و تحولی که در جسم نوجوانان در این سن ظاهر می شود تغییراتی نیز در نوع رفتار، برخورد و موضعگیری های آنان پدید می آید. این دوره از سن دوره تثبیت شخصیت است ؛ یعنی علائق ، انگیزه ها، تمایلات رفتاری ، همانند سازی و نقش جنسی که در سن کودکی شکل گرفته بودند، رفته رفته ثابت می شوند . در این قسمت به برخی از ویژگیهای شخصیتی نوجوان اشاره می کنیم :

- در داوری شتاب زده است ، زیرا بسیار تابع احساسات است تا عقل و منطق ، و این شتابزدگی در داوری اغلب سازش اجتماعی او را دچار اشکال می کند.

- با آنکه سطح معلوماتش خیلی پایین است، غالباً در مورد تخصصی ترین امور اظهار نظر می کند و دلایلش نسنجیده و افکارش نارس است .

- نوجوان با آنکه متوجه واقعیت و جریانات ظاهری می شود، ولی هنوز فوق العاده ذهن - گراست و گاهی بین حقیقت و مجاز فاصله ای قائل نیست .

- از ویژگیهای دیگر شخصیت نوجوان ،

می یابند. "پیاژه" این دوره از سن را دوره تحولات ذهنی یا فعالیتهای رسمی می خواند، که از سن یازده سالگی شروع می شود و در سن ۱۴ سالگی به تعادل می رسد. در این مرحله از سن، هوش در آخرین مرحله از رشد است . فعالیت ذهنی نوجوان به دو صورت توسعه می یابد:

۱ - فعالیت ذهنی بدون جهت : این فعالیت ذهنی مجموعه تخیلات و اندیشه های نوجوان را تشکیل می دهد. در این سن نوجوان اغلب

در رؤیا به سر می برد؛ از این رو این سن را سن خواب و خیال نیز می گویند. قدرت رؤیا سازی در نوجوانان به اندازه ای نیرومند و لگام گسیخته است که گاهی بیمار گونه به نظر می رسد . این خیال پردازی و رؤیا سازی خلاق را "رؤیای روز" نیز نامیده اند و عارفان نیز آن را به "احلام یقظه" تعبیر کرده اند. این گونه فعالیت ذهنی اگر به صورت افراط در نیاید و باعث جدا شدن فرد از واقعیت های زندگی نشود مفید نیز هست و گاهی می تواند ناکامیها و نامرادیهای زندگی واقعی را جبران کند. در غیر این صورت سبب بازداشتن نوجوان از تلاش در عالم واقعیت می شود و در او بی تفاوتی به وجود می آورد.

۲ - فعالیت ذهنی جهت دار: در این دوره از سن نوجوان قادر است برای حل یک مسأله از روشهای گوناگون استفاده کند .

- طرز فکرش جنبه استنتاج و نتیجه گیری دارد.

- برای حل معما یا مسأله از قوانین انتزاعی کمک می گیرد.

- طرز فکرش گاه جنبه فانتزی به خود می گیرد و با واقعیات تطبیق نمی کند.

پرخاشگری است که به صورت مخالفت با طرز فکر، ذوق و سلیقه بزرگسالان ظاهر می شود و سپس به صورت تمرد و سرکشی خود را نشان می دهد. نوجوان به علت هیجانی بودن، غالباً رفتار پرخاشگرانه خود را با حمله کردن و تهاجم ظاهر می سازد.

- بطور کلی در این سن شخصیت رشد می کند ولی نظام پیوند میان عوامل متعدد شخصیت، سبب پیدایی رفتارهای متضاد در نوجوان می گردد و هیجانات عاطفی نوجوان همواره میان دو قطب متضاد در حال نوسان است. بطور مثال، بدون هیچ دلیل مشخص ممکن است حالت شادمانه او تبدیل به افسردگی شود یا در عین غرور احساس خود کم بینی و شرمندگی کند. با آنکه خود پرست و خودخواه است ولی صفت نوع دوستی و خیرخواهی نیز در او رشد می کند و با آنکه مایل به داشتن دوستان فراوان و آشنایی با دوستان جدید است، گاه بشدت انزوا طلب می شود و در تنهایی به سر می برد. در عین قدرت ستیزی، خواهان به دست آوردن قدرت است و با آنکه دچار بی تفاوتی و بی اعتنائی است و شعار "به من چه، به تو چه" را به کار می گیرد، ولی مشتاق حل مسائل اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و هنری است و به دنیا عشق می ورزد. و در عین وابستگی به والدین با هر نوع قدرت و آقابالاسر مخالف است. در حالی که از همه توقع قبول مسؤلیت را دارد، ممکن است خود از زیر بار پذیرش مسؤلیت شانه خالی کند، چون از شکست می ترسد. همه اینها از نوسانهای متداول دوران بلوغ به شمار می رود که غالباً والدین و مربیان را دچار مشکل می کند.

- کمتر زیر بار امر و نهی می رود.
 - تصمیم گیری اش خیلی سریع است و زودتر از آنچه که تصمیم گرفته، عمل می کند.
 - حس رقابت در او شدید است. اگر در رقابت پیروز شود شخصیت عاطفی اش ارضا می شود؛ و اگر شکست بخورد دچار کینه و عداوت می گردد.
 - برای لباس و وسایل و بطور کلی هر چیزی که متعلق به اوست ارزش فوق العاده ای قائل است.
 - بسیار مقلد است. گاهی تقلیدی کورکورانه دارد و با تقلید نادرست برای خود خطر ایجاد می کند.
 - مفهوم فردی در این سن آشکار می شود. مفهوم فردی را می توان "فضاوت ارزشمندانه ای که فرد از خود دارد" تعریف کرد. نوجوانی که دارای مفهوم فردی قوی است، دارای اعتماد به نفس بیشتری می باشد، از ابراز عقاید خود ترس ندارد و براحتی احساسات خود را بروز می دهد، و برعکس کسانی که مفهوم فردی شان ضعیف است خصوصیات مخالف آنچه که گفته شد از خود نشان می دهند.
 - نوجوانی سن خود شناسی و به خود آمدن است.
 - در این سن "استعداد" تحلیل منطقی و استدلال رشد می کند. نوجوان تحت تأثیر منطق قرار می گیرد و نیز متأثر از ارزشهایی است که آن را درک می کند. او سعی دارد خود را با هدفهای اجتماعی، فرهنگی و مدنی تطبیق دهد.
 - به زندگی تاحدی بدبین است و

مخالف می تواند مورد توجه نوجوان قرارگیرد، و همین امر عامل جمع شدن پسران نوجوان نزدیک مدارس دخترانه است.

جلوه های ناخوشایند بلوغ از نظر بزرگسالان:

بیشتر رفتارهایی که از نوجوان سر می زند، مورد پسند بزرگسالان نیست و غالباً سبب اعتراض آنان می شود. انتقاد و اعتراض بی رویه والدین به نوجوانان و لجاجت آنها، برخورد و اختلاف بین این دو گروه را موجب می شود. از جمله رفتارهایی که از نوجوان سر می زند و برای بزرگسالان خوشایند نیست عبارتند از:

- عیب جویی و خرده گیری
- سنت شکنی و نگاه نداشتن حرمت بزرگترها
- خودستایی
- ستیزه جویی و پرخاشگری، بد اخلاقی و لجاجت
- بی انضباطی
- عدم رعایت مقررات و عدم اطاعت از فرمان
- پرحرفی تلفنی
- دوست گزینی های مداوم و بی فرجام
- بلند پروازی
- قهرمان پرستی
- مد پرستی و قرض دادن لباس خود به دیگر همسالان و عاریه گرفتن لباس آنان (بویژه در میان دختران)
- دلگی های بی موقع
- وقت گذرانی و پرتی زنی

احساسات منفی در او پدید می آید. مثلاً از علاقه اش به مدرسه و معلم کاسته می شود، که دلیل آن همیشه رفتار معلم نیست، بلکه علت دیگر آن این است که نوجوان در این دوره از زندگی به مسائل دیگری غیر از آنچه که در مدرسه به او تعلیم می دهند توجه و تمایل پیدا می کند.

نیازهای روحی نوجوان:

در نوجوانان نیازهایی به وجود می آید که بدون شک از عوامل تغییر دهنده رفتار آنان در این سن است. از جمله این نیازها می توان نیاز به مقبولیت، نیاز به استقلال، نیاز به ستایش، نیاز به تنهایی، نیاز به معاشرت، نیاز به مهرورزی و مهرطلبی، نیاز به خودنمایی و مهم جلوه کردن را نام برد.

از جمله نیازهای مهم این دوره "نیاز جنسی" است. بیداری جنسی در این دوره از سن با هیجانات عاطفی نوجوان بی رابطه نیست، ولی اشتباه محض است اگر بحران عاطفی و التهاب و تنش احساسات نوجوانان را تنها پیامد بیداری نیروی جنسی در آنان بینداریم. گرایش نوجوان به جنس مخالف همیشه، بتهنایی در اثر کشش جنسی نیست، بلکه گاه نیز ناشی از نیاز به مهرورزی و مهرطلبی، ابراز یا جلب ستایش و احترام ویا انگیزه از احساس مسؤولیت و حمایت است. نوجوانان دوست دارند جنس مخالف را ببینند و یا او صحبت کنند، ولی هنوز بروشنی نمی دانند چرا گاهی رفتارشان با گرایش و گریز همراه است. اغلب شخص معینی از جنس مخالف مورد نظرشان نیست، گاه در یک زمان چندین فرد مختلف از جنس

- وسواس و تردیدش به دلیل نداشتن تجربه ، عدم مهارت کافی وعدم آشنایی با معیارهای مطمئن در تشخیص درست از نادرست است .

- وسواس و دودلی
- بی قراری و بی حوصلگی
- انجام کارهای بی هدف و ناتمام گذاشتن کاری که شروع کرده است .
- خاطره نویسی و یادبودنگاری
- کشیدن سیگار و مانند آن
- تنبلی به بهانه خستگی و مدت طولانی در رختخواب ماندن و به یک نقطه خیره شدن .
- افراط و تفریط در امور تحصیلی یا مذهبی
- میل به گوشه گیری و انزوا
- علاقه به سرو صدا و حرکات تند

و پرهیجان

و دهها حرکات دیگر که سبب خشم والدین می شود، ولی لازم به تذکر است که همه این رفتارها و جلوه های بلوغ بی فایده و بدون دلیل نیستند.

فلسفه وجودی جلوه های بلوغ :

جلوه های توفانی نوجوانی یا مظاهر تب بلوغ بطور کلی، بیماری آسا یا بیهوده و بی فلسفه نیستند. برای مثال:

- اگر نوجوان از مقررات اطاعت نمی کند و از فرمانبرداری خوشش نمی آید، به این دلیل است که حس استقلال طلبی در او رو به رشد است .

- اگر عیب جویی می کند و خرده گیر است ، به این دلیل است که حس داوری و نیروی ارزشیابی و تشخیص در او روبه تکامل نهاده است .

- قهرمان پرستی و مد دوستی نوجوان در نتیجه نیاز او به نمونه و الگو برای انتخاب بهترین رفتار، شکل و قیافه ، طرز حرف زدن ، شیوه لباس پوشیدن و خوب جلوه کردن است .

- بی قراری ، بی حوصلگی ، پرسه زدن و وقت گذرانی نوجوان نشانه روح ناآرام ، بی تجربگی و ناآگاهی نسبت به هدف زندگی است که نوجوان را بلامتکلیف و سرگردان می سازد. برای رسیدن به خواسته های ناشدنی

است. به هم خوردن کارنظام عصبی، غدد داخلی وهورمونها سبب گرسنگی نامرتب در وی می شود و این امر بیشتر یک مسأله فیزیولوژیکی است تا تربیتی.

بنابراین هیچ جلوه ای از جلوه های نوجوانی بی معنی، بی هدف و بیهوده نیست و اگر بزرگسالان را دچار خشم و ناراحتی می کند دلیلش عدم آشنایی آنان با فلسفه وجودی این گونه رفتارهای نوجوان است؛ در حالی که بسیاری از این رفتارها نیازمند عکس العمل پسندیده و مناسب از سوی والدین می باشد. عکس العمل بجای یا نابجای والدین در شخصیت و منش نوجوان اثر می گذارد و آن را بهبود می بخشد یا ویران می کند.

اگر علل وجودی جلوه های بلوغ را بدرستی بشناسید و آنها را به نوجوان بشناسانید، هیچ گاه دربرقراری ارتباط، رهبری وارشاد او دچار اشکال نخواهید شد و خواهید دید که زندگی با یک نوجوان نه تنها مشکل نیست، بلکه بسیار خوشایند و لذت بخش نیز خواهد بود.

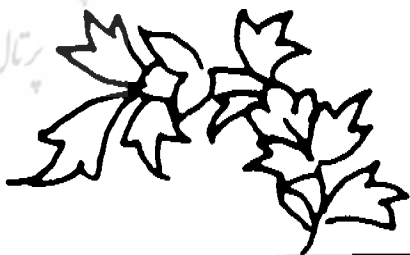
شتاب دارد؛ برای رسیدن به تمایلات شدنی هم که نیازمند صبر و تحمل رنج و زمان بیشتری است، عجز است. همه اینها نوجوان را خسته و مایوس و بی حوصله می سازند.

- علت ستیزه جویی، پرخاشگری و لجبازی اش این است که می خواهد مهم جلوه کند، دوست ندارد مانند کودک با او رفتار شود.
- دررؤیا سازیهایش جهان بینی، آینده نگری و آرمان وی نهفته است. برای شناسایی آینده نامعلوم و تنظیم برنامه های دلخواه و سازنده در تلاش است و درپی کمال مطلوب می باشد.

- خاطره نویسیها و یادبود نگاریهای نوجوانان و ورزشهای تند و حرکات هیجانی آنها عموماً مفری هستند برای صرف هیجانهای شدید عاطفی و روشی است برای خروج انرژی متراکم و مصرف ناشده و لبریز؛ و وسیله ای است برای تسکین تأثرات شدید روحی و به دست آوردن آرامش.

- دلگی های نابهنگام او برای تسکین اشتهای فردی است که بسرعت روبه رشد

ژورنال مجله علمی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی



منابع و مآخذ:

- ۱- مجله دانشکده، سال اول، شماره ۱، سال ۱۳۵۱.
- ۲- علی اکبر شعاری نژاد، روان شناسی نوجوان، ۱۳۵۱.
- ۳- گروه نویسندگان، روان شناسی رشد، ترجمه نورالله رحمانیان، ۱۳۶۴.