

# بلوغ دیررس، بلوغ زودرس

سارا حجاری

کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی - اصفهان

مقدمه

با به کار بردن کلمه بلوغ، نوجوانان در ذهن ما مجسم می‌شوند. ممکن است یک کودک قبل از رسیدن به سن نوجوانی بالغ شود و رشد جسمی یک کودک در ابتدای دوازده سالگی چشمگیر باشد. می‌توان دوران بلوغ را به دورانی اطلاق کرد که پسر یا دختر برای رسیدن به کمال جنسی پشت سر می‌گذارند و از آن جا که بلوغ برای اغلب مردم در فاصله سنین ۱۲ تا ۲۰ سالگی پیش می‌آید، برای سهولت، این سال‌ها را سال‌های بلوغ می‌نامند. (النسون وایت، ۱۳۷۰، ترجمه شاهلویی پور)

نقطه زمانی پدیدآیی غریزه جنسی را در کودک، شروع بلوغ می‌گویند. این دوره منشأ تغییرات زیادی در وجود شخص است. بلوغ موجب می‌شود که فرد به گونه‌ای متفاوت رفتار و احساس نماید، نگاهش نسبت به جهان تغییر کند و برخورد او نسبت به دیگران و خودش عوض شود.

اگرچه پسران و دختران همگی به نوعی به سن بلوغ می‌رسند، ولی بسیاری از احساسات آن‌ها در مورد رشد، یکسان است. آن‌ها اغلب از تغییراتی که در بدنشان روی می‌دهد، هم احساس شغف می‌کنند و هم دچار نگرانی می‌شوند.

اگر فرزند شما زود بالغ شود، در عین حال که از مشاهده رشد خود نسبت به همسالانش احساس غرور می‌کند، ولی

گاه نیز دستپاچه و کلافه می‌شود و دلش نمی‌خواهد بزرگ‌تر از همسالانش باشد. اگر دچار بلوغ دیررس باشد، چه بسا که در برابر همسالان بالغ خود احساس حقارت کند. زمان بلوغ فرزند شما هر زمان که باشد، او به هر صورت با همسالان خود تفاوت‌هایی خواهد داشت. یکی از مشکل‌ترین بخش‌های بلوغ دیررس، ناهمگون بودن رشد کودک با سایر همسالانش است، در حالی که در این سن افراد علاقه دارند هم قد و قواره همسالان خود باشند. (النسون وایت، ۱۳۷۰، ترجمه شاهلویی پور)

## پیامدهای بلوغ دیررس و زودرس در دختران

آلساگر نشان می‌دهد دخترانی که زود بالغ می‌شوند، در آغاز بلوغ تصویری نسبتاً منفی درباره بدن خود دارند، ارزیابی آنان از خود نیز روی هم رفته منفی است و از جانب هم کلاسان خود که هنوز دوره کودکی را می‌گذرانند، مورد قبول قرار نمی‌گیرند و تنها می‌مانند. در سال‌های بعد که همسالان آنان نیز به بلوغ می‌رسند، این دختران وضع بهتری پیدا می‌کنند و از جانب ایشان به عنوان افراد رشد یافته‌تر تلقی می‌شوند، اما باز هم اعتماد به نفس آنان به اندازه پسران زودرس نیست. تحقیقات فلانری و همکاران (۱۹۹۳) حاکی از آن است که تمایل و درگیری‌های جنسی این گروه از دختران نیز بیش‌تر از سایر دختران است. دخترانی که دیررس‌اند، در مقایسه با همکلاسان خود معمولاً پیشرفتگی

دوم راهنمایی)، دختران دارای بلوغ زودرس پایگامی در میان همسالان خود به دست می‌آورند. دختران دارای بلوغ دیررس ممکن است با والدین و همسالانشان رابطه رضایت بخشی نداشته باشند. (بیابانگرد، ۱۳۷۶).

## پی‌آمدهای بلوغ دیررس و زودرس در پسران

تحقیقات در مورد پسرانی که زود بالغ می‌شوند حاکی از آن است که این نوجوانان اعتماد به نفس بیش‌تری دارند و از جانب بزرگسالان نیز زودتر به عنوان یک فرد رشد یافته مورد قبول واقع می‌شوند. مشکل این گروه آن است که فرصت کافی برای کودک بودن ندارند و از آنان انتظار می‌رود که هم‌زمان با رشد خود نقش‌های مربوط به افراد بالغ را نیز پذیرا گردند. (لطف آبادی، ۱۳۸۰، به نقل از آلساگر، ۱۹۹۲) پسرانی که

دخترانی که زود بالغ می‌شوند، در آغاز بلوغ تصویری نسبتاً منفی درباره بدن خود دارند. ارزیابی آنان از خود نیز روی هم رفته منفی است و از جانب هم کلاسان خود که هنوز دوره کودکی را می‌گذرانند، مورد قبول قرار نمی‌گیرند و تنها می‌مانند.

دیررس‌اند، بر عکس پسران زودرس در ارتباط اجتماعی دیرتر مقبول واقع می‌شوند و این امر ممکن است باعث خودکم‌بینی در آنان شود. تحقیقات آلساگر نشان می‌دهد که بسیاری از این پسران در جوانی نیز دچار دشواری در قبول مسئولیت‌های اجتماعی، از قبیل تأخیر در ازدواج و کاریابی و هم چنین گرفتار ناامنی‌های شغلی می‌شوند.

نکته مهم در تبیین ویژگی‌های روانی و اجتماعی دختران و پسرانی که بلوغ زودرس یا دیررس دارند این است که هرگز نباید تنها همین عامل را در تبیین ویژگی‌های روانی و اجتماعی آنان مورد توجه قرار داد. به بیان دیگر، خصوصیات روانی، اجتماعی و رفتاری افراد، متأثر از عوامل گوناگون است و تأثیر هر یک از این عوامل بر افراد مختلف، که هر کدام زمینه‌های زیستی، خانوادگی، اجتماعی،

اجتماعی کم‌تری دارند و نزد دیگران کودک به حساب می‌آیند. از آن جا که این‌گونه دختران مدتی پس از همسالان خود به بلوغ می‌رسند، انتظار بزرگسالان از آنان کم‌تر است و کم‌تر مورد انتقاد قرار می‌گیرند، اما از سوی دیگر در مقایسه با همسالان بالغ شده خود دیرتر به موقعیت اجتماعی بزرگسالی می‌رسند و این نیز ممکن است در میزان اعتماد به نفس آنان اثر منفی داشته باشد. (لطف آبادی، ۱۳۸۰)

به نظر می‌رسد که بلوغ زودرس دختران تا پایه اول راهنمایی باعث شهرت چندانی در بین همسالانشان نمی‌شود. بلوغ زودرس، یعنی بر خلاف بیش‌تر همسالان همجنس خود بودن، ممکن است با از دست دادن موقتی محبوبیت (تا زمانی که همسالان وی به او نرسیده‌اند) همراه باشد. وقتی که همسالان وی به او رسیدند (معمولاً در کلاس

بلوغ جسمی کند بوده و به اندازه هم‌طرازان خود رشد نکرده است نیز والدین مرتکب اشتباه می‌شوند و احساس می‌کنند فرزند ایشان هم چنان کودک است و رشد شناختی، عقلانی و عاطفی وی را نادیده می‌گیرند و بدان بی‌توجه‌اند. به نظر می‌رسد برخی والدین دوران نوجوانی را تنها دوران بلوغ جسمی و جنسی می‌دانند و به بلوغ شناختی و عقلانی نوجوانان خود توجه نمی‌کنند. عدم توجه به همه جنبه‌های رشد و تحول در این دوران حساس می‌تواند منجر به بروز بسیاری از تنش‌هایی گردد که نه تنها انرژی والدین، بلکه انرژی نوجوانان را نیز می‌گیرد و مانع از آن می‌شود که بتوانیم از این دوره نیز به عنوان یکی از مراحل رشد و تغییر فرزند خود لذت ببریم. اگر از فرزند خود به اندازه توانایی‌های شخصی وی انتظار داشته باشیم و



با او مانند فرد بزرگسال یا کودکی خام رفتار نکنیم، می‌توانیم همراه و دوست و مشاور خوبی برای وی باشیم. به یاد داشته باشیم که خود نیز زمانی نوجوان بوده و احساساتی تقریباً مشابه فرزند خود داشته‌ایم. در خاتمه به نکاتی که توجه بدان‌ها می‌تواند در همراهی شما والدین گرامی با نوجوان خود کمک‌کننده باشد، اشاره می‌کنیم:

● رشد و تحول دارای ابعاد مختلفی اعم از رشد شناختی و عقلانی، رشد و تحول رفتاری و رشد و تحول عاطفی و... می‌باشد و رشد جسمی تنها یکی از ابعاد چندگانه رشد افراد در مسیر تحول است.

● همواره به خاطر داشته باشید که بلوغ و رشد جسمی فرزند شما توأم با رشد شناختی وی نخواهد بود و گاه بین این دو فاصله زمانی وجود دارد، لذا بین درخواست‌های خود و

اقتصادی و فرهنگی گوناگونی دارند، یکسان نیست. پیچیدگی‌های رشد همیشه بسیار بیش‌تر از آن است که بتوان آن را با کمک معدودی از عوامل به درستی تبیین کرد.

گاه والدین و اطرافیان از فرزند خود که زود به بلوغ جسمی و جنسی رسیده است انتظاراتی دارند که با میزان بلوغ فکری، عاطفی و شناختی وی هماهنگی ندارد. والدین باید بدانند که لزوماً بلوغ جسمی همراه با بلوغ شناختی و فکری و هم‌چنین بلوغ عاطفی نیست. وجود ناهماهنگی و تعارض بین آن‌چه در امکانات و توانایی‌های نوجوان است و آن‌چه والدین از نوجوان خود می‌خواهند، می‌تواند منجر به بروز تنش و تعارض در خانواده گردد. این در حالی است که نوجوانی که از نظر جنسی و جسمی دیرتر از همسالان خود به بلوغ رسیده است نیز احتمالاً با خانواده خود درگیری دارد. چنین نوجوانانی غالباً معتقدند که والدین و خانواده با ایشان همچون کودک رفتار می‌کنند. در مواردی که نوجوانی از نظر

توانمندی‌های فرزندتان تعادل و توازن ایجاد کنید.

● راجع به بلوغ و رشد و تغییرات جسمی و جنسی این دوران، نوجوان خود را آگاه کنید و از صحبت کردن با او در این موارد نهراسید.

● به خاطر داشته باشید که بهترین راهنما و مشاور در مورد اطلاعات جسمی و تغییرات فیزیولوژیکی این دوران برای نوجوان، والدین می‌باشند. اگر در این زمینه اطلاعات اندکی دارید از مشاور یا کتاب‌هایی که در این زمینه تألیف شده است استفاده کنید یا از پزشک خانوادگی خود اطلاعات لازم را دریافت کنید.

● به فرزند خود اطمینان خاطر بدهید که رشد وی بهنجار است و مشکل مهمی در کار نیست. به راحتی برای وی توضیح دهید که اصل بلوغ و رشد همیشه در همه یکسان



پسرانی که دیررس اند، بر عکس

پسران زودرس در ارتباط

اجتماعی دیرتر مقبول واقع

می‌شوند و این امر ممکن است

باعث خودکم‌بینی در آنان شود.

تحقیقات آلساکر نشان می‌دهد

که بسیاری از این پسران در

جوانی نیز دچار دشواری در قبول

مسئولیت‌های اجتماعی، از قبیل

تأخیر در ازدواج و کاریابی و هم

چنین گرفتار ناامنی‌های شغلی

می‌شوند.



نیست و در برخی با تأخیر و در برخی سریع‌تر رخ می‌دهد و این دلیلی بر بیماری یا نابهنجاری فرد نیست.

● از تجارب و خاطرات شیرین خود در دوران بلوغ و نوجوانی برای فرزندتان تعریف کنید و به او اطمینان دهید که همه گاهی در این دوران احساس دستپاچگی و نگرانی دارند.

● به خاطر داشته باشید شما نیز زمانی نوجوان بوده‌اید و همچون دختر و پسر خود نگران غرورهای جوانی، تصورات دیگران در مورد خود، اندام و جذابیت ظاهری بوده، همچون وی گاه دستخوش تغییرات سریع احساسات می‌شدید.

● هراز چند گاهی با فرزند نوجوانتان آلبوم عکس‌های دوران نوجوانی و جوانی خود را تماشا کنید و برای او توضیح دهید که شما در آن دوران چه احساسی داشتید.

● به فرزند خود فرصت دهید خود را در جریان سریع تغییرات این دوران دریابد، و به خاطر داشته باشید این دوره به رغم همه تلاطم و تنش‌هایی که ایجاد می‌کند، یک دوره موقتی است. خیلی از مسائل نگران‌کننده والدین در این دوران بعد از مدتی به خودی خود رفع می‌شوند.

● درنهایت این که فراموش نکنید که مشاوران می‌توانند منبع اطلاعاتی خوبی هم برای شما و هم برای نوجوانان شما باشند.

### منبع مطلب

– النسون وایت، ویلیام (۱۳۷۰): روان‌شناسی بلوغ و تربیت جنسی کودکان و نوجوانان، ترجمه فضل‌الله شاهلویی و پروین قائمی، تهران، انتشارات حسام.

– بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۷۶): روان‌شناسی نوجوانان، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی.

– لطف آبادی، حسین (۱۳۸۰): رشد جسمی و جنسی در نوجوانی، تهران، انتشارات نسل سوم.