

ایرج غلامی  
کارشناس معارف اسلامی - خلخال

# بحران هویت در نوجوانان



## هویت چیست؟

در فرهنگ لغت، هویت به این معنا آمده است: «حقیقت شیء یا شخص که مشتمل بر صفات جوهری او باشد» (فرهنگ عمید، ص ۱۲۶۵). در این تعریف، هویت به مفهوم شخصیت، ذات، هستی، وجود و منسوب به «هو» می‌باشد. به بیان ساده‌تر، زمانی که شخصی از حقیقت شیء یا پدیده‌ای می‌پرسد، در واقع می‌خواهد هویت آن را درک کند. در روان‌شناسی نیز تعاریف گوناگونی برای هویت ارائه شده است، از جمله:

هویت به معنی هستی وجود است. چیزی که وسیله شناسایی فرد باشد، یعنی مجموعه خصائل فردی و خصوصیات رفتاری که از روی آن، فرد به عنوان عضو یک گروه اجتماعی شناخته شود و از دیگران متمایز گردد.

هنگامی که آدمی می‌خواهد از حقیقت وجودی خود آگاه شود، یعنی مایل است «هویت» خود را درک کند. برای این منظور، باید بتواند به سؤال‌هایی نظیر: «من چیستم؟» و «من کیستم؟» پاسخ دهد. (همان منبع).

دوره نوجوانی و بلوغ به سنین بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی اطلاق می‌شود. این دوره یکی از بحرانی‌ترین دوره‌های زندگی است. گاهی اوقات گذشتن از مرز کودکی و رسیدن به قلمرو بلوغ، با نابسامانی‌ها و مشکلات فراوان توأم می‌شود. در این دوره، نوجوان دیگر نه کودک است و نه هنوز به درستی بالغ شده است. وی در مرز بین دو مرحله کودکی و بزرگسالی قرار می‌گیرد و با فشارها و انتظارات خاص هر دوره روبه‌رو می‌شود.

بررسی‌ها نشان می‌دهد که بسیاری از مشکلات دوران نوجوانی ریشه در چگونگی گذر وی از بحران هویت دارد و چنانچه ابعاد گوناگون این دوران مهم زندگی به دقت مورد مطالعه قرار گیرد و نوجوان با آگاهی کامل این دوران را سپری کند، مصونیت وی در برابر آسیب‌های اجتماعی افزایش خواهد یافت و به سهولت «هویت موفق» را احراز خواهد کرد، هویتی که از وی فردی مصمم، دارای استقلال رأی، کوشا و خلاق می‌سازد (دفتر امور زنان وزارت آموزش و پرورش، سال ۱۳۸۰).

## بحران هویت چیست؟

رایس معتقد است: «بحران هویت، واژه‌ای است که به وسیله اریکسون، برای توصیف ناتوانی نوجوان در قبول نقشی که جامعه از او انتظار دارد، به کار رفته است» (ترجمه وهاب‌زاده، ص ۳۵). برخی دیگر از اندیشمندان در توصیف بحران هویت آورده‌اند: «جدی‌ترین بحرانی که یک شخص با آن مواجه می‌شود، در خلال شکل‌گیری هویت رخ می‌دهد. این بحران به آن جهت جدی است که عدم موفقیت در رویارویی با آن، پیامدهای بسیار دارد. شخصی که فاقد یک هویت متشکل است، در خلال زندگی بزرگسالی خود با مشکلات متعدد مواجه خواهد شد. اریکسون خاطر نشان می‌سازد که برای هر فردی امکان دارد بحران هویت روی دهد و این بحران منحصر به دوره نوجوانی و جوانی نیست» (شرفی، ۱۳۸۱).

اگر برخی افراد و به‌ویژه نوجوانان و جوانان نتوانند هویت خود را شکل دهند، در ارتباط با خویشتن و دیگران دچار مشکل می‌شوند. نتیجه آن، ایجاد نقص و نارسایی در هویت فردی و اجتماعی است که در نهایت به «بحران هویت» منجر خواهد شد.

## چرا نوجوانان دچار بحران هویت می‌شوند؟

هویت برای نوجوان، یک نیاز روحی است و جزو پنج نیاز اساسی آدمی محسوب می‌شود. برای تأمین این نیاز، دو شیوه سالم و ناسالم وجود دارد:

شیوه سالم ارضای این نیاز: حفظ فردیت است. منظور از فردیت، بقا و ثبات ویژگی‌های فردی، تمامیت و کلیت وجود آدمی است. صفات و ویژگی‌های منحصر به فرد نوجوان، فردیت او را تشکیل می‌دهد و برای تحقق هویت، تعریف و تبیین چنین فردیتی، یک ضرورت محسوب می‌شود. پذیرش فردیت به معنای کنار آمدن با خود و خصوصیات فردی است. در حقیقت، نوجوان در چنین حالتی می‌خواهد «خودش» باشد و به جای «دیگری» نباشد. او در انتخاب ویژگی‌های مطلوب از رفتار و شخصیت دیگران، فعال است و آن‌ها را می‌گیرد و در درون خود جذب می‌کند؛ ولی هسته مرکزی شخصیت وی که همان فردیت است، همچنان پابرجا می‌ماند و در شخصیت دیگران حل نمی‌شود.

## شیوه ناسالم ارضای این نیاز:

۱- هم‌رنگی با دیگران: شیوه ناسالم حس هویت یافتن، هم‌نوايي کامل با دیگران است. به گفته اریک فروم: «شکی که در

باره هویت خویش داریم، با مطابق انتظارات دیگران رفتار کردن و «همچون آن‌ها شدن»، آرام می‌شود و نوعی ایمنی به دنبال می‌آورد؛ ولی بهایی که باید در برابر بپردازیم، گران است. دست کشیدن از خودانگیزختگی و فردیت، راه زندگی را می‌بندد و آن را بی‌نتیجه می‌گذارد.» لذا نوجوانان باید قادر باشند که ضمن حفظ اصالت و هویت خویش و به عبارت دیگر فردیت خود، میان «الگوپذیری از دیگران» و «حل شدن در وجود دیگران»، حد و مرز قائل شوند. «الگو پذیری از دیگران» به فردیت آدمی آسیبی وارد نمی‌کند؛ ولی حل شدن در شخصیت دیگران، به معنای از بین رفتن فردیت انسان است (فروم، ترجمه فولادوند).

از نشانه‌های محو شدن «فردیت»، اهمیت بیش از حد قائل شدن برای تأیید نظر دیگران است، به طوری که سنکا در یکی از اظهاراتش آورده است: «آن‌چه شما درباره خود فکر می‌کنید، خیلی مهم‌تر از اندیشه‌هایی است که دیگران درباره شما دارند» (شرفی، ۱۳۸۱).

۲- بحران در شناخت نفس: از عوامل مؤثر در شکل‌گیری «بحران هویت»، ناتوانی انسان در «شناخت نفس» است. اغلب، شناخت‌های انسان را بر مبنای موضوع شناخت، به دو حوزه یا قلمرو، باعنوان‌های شناخت انفسی و شناخت آفاقی تقسیم می‌کنند. اگر هدف معرفت، نفوذ به دنیای درون آدمی باشد، شناخت انفسی نام دارد. اگر هدف، دستیابی به دنیای بیرون و جهان خارج باشد، شناخت آفاقی نامیده می‌شود. این دو شناخت، غالباً پا به پای هم پیش نرفته‌اند و تعادلی میان آن‌ها مشاهده نمی‌شود؛ زیرا بشر به مدد تجهیز ابزار علمی و تجربی، رازهای پیچیده‌ای از طبیعت برگشوده و پرده‌های بسیاری از مجهولات را کنار زده است؛ ولی به همین میزان در حوزه شناخت نفس و دنیای پیچیده درون، در مقایسه با دنیای بیرون، به موفقیت‌های چشمگیر دست نیافته است. حاصل آن، همان عدم توازن میان دستاوردهای شناخت نفس و شناخت جهان است. پیشرفت سریع و خیره‌کننده علوم آفاقی، بشر را دچار غرور و احساس بی‌نیازی کرد؛ به‌گونه‌ای که خود را نیازمند عامل دیگری غیر از علوم تجربی و شناخت عالم خارج نمی‌دید. علاوه بر آن، در شناخت درون نیز بر ابزارهای علوم تجربی جدید متکی بود؛ لذا از درک کامل دنیای نفس و درون آدمی عاجز ماند و به مرور زمان و با برهم خوردن تعادل موجود میان دو حوزه شناخت، با نوعی بحران در معرفت نفس مواجه شد (همان منبع).

۳- خدا فراموشی، زمینه خود فراموشی: معنای ساده و روشن خود فراموشی عبارت است از: «حالتی از شخصیت که

موجب می‌شود آدمی، «خودواقعی» را فراموش کند و به درستی نداند که غایت و مقصود نهایی «خود واقعی» چیست. در بینش قرآنی، خودفراموشی حاصل و نتیجه خدا فراموشی تلقی شده است؛ آن جا که می‌فرماید: «و لا تكونوا كالذين نسوا الله فانساهم انفسهم»؛ یعنی: «در زمره آن‌هایی نباشید که خدا را از یاد بردند، پس (خداوند) فراموششان کرد» (سوره حشر، آیه ۱۹) و علت آن، کم‌رنگ شدن رابطه آدمی با خدا و به تدریج قطع پیوندهای میان مخلوق با خالق است؛ زیرا همان‌گونه که خداوند می‌فرماید: «فاذکرونی اذکرکم»؛ یعنی: «به یاد من باشید، یاد کنم شما را» (سوره بقره، آیه ۱۵۲) و متقابلاً از یاد خدا غافل شدن و بریدن از او، زمینه‌ساز «خدا فراموشی» است.

### آثار و نشانه‌های بحران هویت

برخی از روان‌شناسان، آثار بحران هویت را به اجمال شامل موارد ذیل می‌دانند:

۱- احساس پوچی: احساس پوچی موجب سرخوردگی در زندگی و در نهایت، عقب نشینی از آن و در موارد حاد اقدام به انتحار است؛ زیرا اگر نتوانیم دلیلی برای بودن خود بیابیم، زندگی مان سخت و پیچیده خواهد بود.

۲- احساس از خود بیگانگی: منجر به انفعال روحی و شخصیتی فرد می‌شود و غالباً به پذیرش فرهنگ یا فرهنگ‌های بیگانه می‌انجامد. چنین فردی، الگوهای مورد نظر خود را از چنین فرهنگ‌هایی اخذ و اقتباس می‌کند.

۳- تنهایی و غربت: به نوبه خود، منجر به تنیدن حصار محکم به دور خویشتن می‌شود و بدین ترتیب راه ارتباط با دیگران قطع شده، فرد از کلیه تجارب و یادگیری‌هایی که از این طریق قابل انتقال است، محروم می‌ماند. این محرومیت در مراحل بعدی زندگی نیز همچنان اثرگذار خواهد بود و به‌ویژه در مناسبات اجتماعی، این تأثیرات بیش‌تر مشهود است.

۴- احساس هویت منفی: یکی از نشانه‌های آن موضع‌گیری در قبال برخی از ارزش‌ها و دیدگاه‌های والدین یا مراجع قدرت در جامعه است. از نشانه‌های دیگر هویت منفی، همانندسازی با الگوهای منفی است. یکی از روان‌شناسان عقیده دارد: «همانندسازی نوجوانان با الگوهای منفی به این منظور است که برای هویت منفی خود، تأیید و اعتبار به دست آورند» (همان منبع).

### حالات هویت

در رابطه انسان و هویت، چهار امکان یا حالت مختلف قابل تصور است که مارتیا به عنوان یک «روان‌شناس نوجوانی» آن‌ها را این‌گونه بیان می‌کند:

۱- محرومیت از هویت: در نوجوانان محروم از هویت، پذیرش بدون چون و چرای انتظارات دیگر افراد مهم (معمولاً والدین)، بر طی کردن یک فرایند توأم با تردید و تحول باورها و انتخاب‌های شفلی برتری دارد. نوجوانی (یا بزرگسالی) که خود را به آن دلیل آزادی‌خواه می‌نامد که والدینش آزادیخواه‌اند، نمونه‌ای بارز از وضعیت «محروم شدن از هویت» است.

۲- تعویق هویت: برخی نوجوانان در جست‌وجوی هویت، دچار چنین حالتی می‌شوند. اریکسون معتقد است نوجوانانی که در دانشگاه پذیرفته می‌شوند، ممکن است به این علت که در معرض یک دوره نوجوانی طولانی قرار می‌گیرند، بحران هویت حاد را تجربه کنند.

۳- سرگردانی در کسب هویت: سرگردانی در هویت، باناتوانی در دست‌یابی به یک معنا و مفهوم پایدار و منسجم از خود همراه است. نوجوانان در این حالت، تردید بسیار زیادی را در خود تجربه می‌کنند؛ اما به نظر نمی‌رسد که در مورد انجام هر کاری که شرایط را تغییر دهد، واهمه داشته باشند.

۴- موفقیت در کسب هویت: کامل‌ترین شکل هویت آن است که نوجوان به گونه‌ای موفقیت‌آمیز، بحران هویت را طی کند و قادر به پذیرش تعهد نسبت به یک شغل و مکتب انسانی و سیاسی شود (همان منبع).



آبراهام مازلو که از روان‌شناسان مکتب کمال است، از آثار احراز هویت چنین تصویری ارائه می‌دهد: «بنابراین، او (فرد واجد هویت) خودانگیزخته‌تر، دارای رفتاری معصومانه‌تر (بی‌ریا، ساده‌دل، صادق، صریح، صاف و ساده، کودکانه، بی‌تزویر)، طبیعی‌تر (ساده، راحت، نامردد، صمیمی، بی‌پیرایه) و آزادانه‌تر است» (مازلو، ترجمه رضوانی، ص ۱۲۵ و ۱۲۸).

### راه کارهای کاهش بحران هویت

راه کارهای کاهش بحران هویت عبارت‌اند از:

۱- تقویت زمینه‌های حضور نوجوانان در عرصه جامعه، تا خودباوری و خود رهبری در آن‌ها ایجاد شود و بستری برای بروز و ظهور توانمندی‌های خود بیابند.

۲- تحمل اظهارنظرهای نوجوانان و دادن فرصت ارائه راه‌حل به آن‌ها.

۳- آشنایی لازم (نوجوانان) با معرفت دینی.

۴- فراهم کردن فرصت‌های تبادل فکری و هم‌اندیشی با نسل نوجوان.

۵- افزایش سطح آگاهی نوجوانان در ارتباط با برخورد منطقی و معقولانه با مشکلات.

۶- تقویت زمینه‌های تبادل عاطفی و روحی نسل نوجوان و جوان.

۷- نظارت و دقت در مضامین برنامه‌های رسانه ملی.

۸- بازنگری در محتوا و مضمون کتاب‌های درسی.

### منابع:

- قرآن کریم
- عمید، حسن، فرهنگ فارسی.
- رایس، لینفورد، مباحث عمده در روان پزشکی، ترجمه وهاب‌زاده.
- شولتز، دوآن، روان‌شناسی کمال، ترجمه گیتی خوشدل، تهران: نشر نو.
- فروم، اریک، گریز از آزادی، ترجمه عزت‌الله فولادوند، تهران: انتشارات جیبی.
- مازلو، آبراهام، به سوی روان‌شناسی بودن، ترجمه احمد رضوانی.
- شرقی، محمدرضا (۱۳۸۱)، پرسش‌های امروز جوانان (۳)، سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی، دفتر انتشارات کمک آموزشی (وزارت آموزش و پرورش).
- انصاری، زهرا و اسکویی، نسرين (۱۳۸۰)، هویت، دفتر امور زنان وزارت آموزش و پرورش، انتشارات ایثا.

### برخی از آثار احراز هویت

۱- سلامت روان: بدیهی است که داشتن تصویری پایدار از خود و هویت خود، احساس احترام به خود، توانایی ایثار، عشق‌ورزی به طور آشکار و بدون قید و شرط، احساس امنیت عاطفی و داشتن هدف و منظوری که به زندگی معنا و جهت بخشد، نشانه سلامت روان است.

۲- تعریف هدف زندگی: آگاهی از هدف زندگی به زندگی آدمی کیفیتی خاص می‌بخشد که از جمله آثار آن، تحمل شاداید و سختی‌های زندگی است. آلپورت در تبیین این معنا می‌گوید: مهم‌ترین جنبه این جست‌وجوی هویت، تعریف هدف زندگی است. انگیزه شخص در این زمان بیدار می‌شود و پرورش می‌یابد. به اعتقاد من، انگیزه شخصیت سالم، آمال و آرزوها و امیدهای اوست. به نظرم این «هدف‌های تعیین‌کننده» برای داشتن «شخصیت سالم» امری حیاتی است. (شولتز، ترجمه خوشدل، ص ۳۱ و ۴۵).

۳- صمیمیت: یکی از ضرورت‌های مناسبات انسانی، دادوستد عاطفی است. به این معنا که فرد، قدرت جلب محبت دیگران و توانایی مهر ورزیدن به دیگران را توأمان در خود پرورش دهد. لازمه دستیابی به این مرحله از صمیمیت، حس پرورش یافته هویت خود است.

۴- خود انگیزگی: شخصی که انگیزه‌های زندگی‌اش را عمدتاً از درون اخذ می‌کند تا از بیرون، با اتکا به اظهارنظرها و قضاوت‌های دیگران، اقدام به عمل نمی‌کند.