

انواع علائق در دوره نوجوانی

دکتر سید داود حسینی نسب
دانشیار دانشگاه تبریز
دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

خلاصه:

برای دوره نوجوانی عنوانهای مختلفی مانند: «طوفان و اضطراب»، «تضاد»، «هویت یابی»، «بحران»، «برزخ»، «بیکانگی» و دوره «ایده‌آلها» ذکر کرده‌اند. همه این عنوانها از فرهنگی تا فرهنگ دیگر و از جامعه‌ای تا جامعه دیگر متفاوت می‌باشند. اما آنچه در همه جا اهمیت دارد؛ این است که نوجوانی گذر از کودکی و ورود به دنیای بزرگسالی است. تغییرات سریع جسمانی و روانی می‌توانند در نوجوان حالت‌های گوناگونی از سردرگمی و هیجان به وجود آورند. در این مقاله پس از ذکر ویژگی‌های مهم دوره نوجوانی، به بررسی انواع علائق و تأثیر آنها در بروز رفتارهای نوجوان پرداخته است. آگاهی از انواع علائق مانند تفریحی، اجتماعی، شخصی، شغلی، تحصیلی و مذهبی نوجوان، می‌تواند والدین و مربیان را در چگونگی ارتباط و نحوه برخورد با نوجوان با توجه به آگاهی بیشتر و شناخت عمیقتر از او، کمک و یاری نماید.

مقدمه:

نوجوانی دوره‌ای حساس است که در آن حوادث و تغییرات زیادی روی می‌دهد. یکی از مهمترین این حوادث بلوغ^(۱) است که بتدریج مشخصه‌های جسمی بزرگسالی و خصوصیات شخصیتی آن شروع به شکل‌گیری می‌کند. سن بلوغ برحسب عواملی از قبیل نژاد، محیط اجتماعی، شرایط اقلیمی، وضع تغذیه، بهداشت و بسیاری عوامل دیگر متغیر می‌باشد. بطور کلی شروع بلوغ و جهش جسمی برای نوجوان دختر سنین ۱۱-۱۲ سالگی و برای پسران ۱۳-۱۴ سالگی در نظر گرفته شده است.

(Falkner, ۱۹۷۸). تغییرات اساسی دوران بلوغ باعث تغییرات رشد جنسی و روانی گردیده و تفاوت‌های اساسی بین زن و مرد را مشخص می‌نماید. در هنگام بلوغ، رشد فیزیکی نوجوان سریع گردیده و پختگی جنسی را به همراه دارد. در مورد تغییرات فیزیولوژیکی انسان در دوران بلوغ تحقیقات زیادی از لحاظ اندازه بدن، اسکلت‌بندی، وضعیت پوست، کنش قلب، وزن مغز و تغییر در وضعیت دندانها صورت گرفته، اما در مورد سیستم درون‌ریز^(۲) که در واقع علت اصلی کلیه تغییرات جسمی و همچنین تغییرات مهم جنسی است؛ بررسی‌های کمتری انجام یافته است (Dreyor, ۱۹۸۹).

در تقسیم‌بندی رشد انسان به دوره‌های نوزادی، کودکی، بچگی، نوجوانی، جوانی، میانسالی، و پیری؛ هفت دوره متمایز جلب توجه می‌نماید که نوجوانی حدواسط آنها قرار دارد. فرد در این دوره نه متعلق به دنیای کودکان است و نه مکان معینی در بین بزرگسالان دارد. بنابراین می‌توان گفت در عالم برزخ قرار گرفته است که می‌تواند رستگار شده و بهشتی گردد و یا در اثر مسامحه یا تریب نامناسب خدای ناکرده دچار لغزش گردیده و جهنمی و مشکل‌دار گردد. گفتنی است که عدد هفت در تمام فرهنگها معنی و مفهوم ویژه‌ای دارد و در واقع قابل تعمق و تحقیق است، زیرا همواره صحبت از هفت آسمان، هفت دریا، هفت بهشت، هفت طبقه برای جهنم، هفت رنگ، هفت نبت برای موسیقی، هفت روز هفته، و حتی هفت واژه برای فراختای حافظه کوتاه مدت انسان به میان آمده است (Driscoll, ۱۹۹۴).

نوجوانی، دوره دگرگونیهای فیزیولوژیکی و روانی است. تغییرات جسمانی و فیزیولوژیکی معمولاً سریع صورت می‌گیرند. اما تغییرات روانی آهسته و طولانی بوده و وجه مشخصه آنها بی‌نظمی، آشفتگی، دلوپسی، و اضطراب می‌باشد. نوجوانی، دوران انواع پرسشها و سؤالات درباره خود است. سؤالاتی نظیر: «من کی هستم؟»، «چه کار می‌خواهم بکنم؟» و «مفهوم واقعی زندگی چیست؟». نوجوان سعی دارد برای خویش مکانی در بین همسالان و افراد جامعه پیدا کند و به سوی یافتن هویت^(۳) اصلی خویش پیشرفت نماید. بیشترین تغییرات الگوی رشد بدنی نوجوان در سالهای بلوغ اتفاق می‌افتد، اما الگوهای رفتاری تا سالها بعد نیز ادامه می‌یابند. خاستگاه یافتن هویت در بین فرهنگهای مختلف، متفاوت است. مثلاً آمریکایی‌ها بر رشد فردی اهمیت زیادی

قائلند و استقلال و اتکای فردی را مهم می‌دانند، در حالی که چینی‌ها و ژاپنی‌ها هویت‌یابی و احساس ارزش داشتن را از طریق روابط نزدیک با دیگران و عضو بودن در جامعه تشویق می‌نمایند. (ماسن، ۱۳۷۴). در جامعه ما حالت متعارفی در بین است بگونه‌ای که اهمیت به نقش فردی در کنار ارزش اجتماعی شکل می‌گیرد و نوجوان هویت خود را از طریق روابط با خانواده، همسالان و بالاخره جامعه کسب می‌نماید.

سن نوجوانی به دوره «طوفان و اضطراب»، سن نومییدی و رنج بردن، تشدید تضاد و بحران در سازگاری، مرحله رؤیاهای خیالپردازانه، داستانهای اغراق‌آمیز، دوره بیگانگی از فرهنگ و جامعه بزرگسالان، نگاه از دیدگاههای متفاوت، و مرحله تجدید بنای مجدد آگاهی و شناخت نامگذاری شده است. از سوی دیگر می‌توان نوجوانی را مرحله جستجو برای یافتن خویش به وسیله درک همسالان و یا تشکیل گروه‌ها، به وسیله کشف ارزشهای بالا و ایده‌آل، به وسیله رشد شخصیت و تشکیل هویت، به وسیله تشخیص موقعیت بزرگسالان با تمام وظایف و مسؤولیتها دانست (Pikunas, ۱۹۷۶).

قابل ذکر است که اطلاق عنوانهایی از قبیل دوران اضطراب، تضاد، خلجان، بحران و غیره به دوره نوجوانی اغلب در فرهنگهای غرب صحت دارد و در جوامع شرقی معمولاً کمتر مصداق پیدا می‌کند. همانگونه که می‌دانیم، در دنیای غرب نوجوان دختر و پسر مشکلات متعددی را برای خانواده فراهم می‌سازند که توجیه این مسایل فقط در تحت لوای اسامی ذکر شده امکانپذیر است. در غرب، دختران نوجوان در اثر کوچکترین برخورد با خانواده، مخصوصاً مادر، از منزل فرار می‌کنند و با توجه به آزادی خاصی که در این جوامع وجود دارد؛ براحتی از شهری به شهر دیگر مسافرت نموده و امکان وجود هرگونه مشکل، فریب و یا انحراف در مورد آنها بوجود می‌آید. پسران نیز در همین سنین دست به تشکیل گروههای خرابکار^(۴) می‌زنند و هنگام تشکیل چنین گروههایی امکان بروز انواع فجایع، قتل، غارت و دزدی بالا می‌گیرد. نوجوانان جوامع شرق، مخصوصاً جامعه ایرانی، با توجه به آداب، رسوم، عقاید، دین، شیوه زندگی و فرهنگ خاص خود، معمولاً این دوران را به آرامی و بدون صدمه رساندن به خود یا جامعه پشت سر می‌گذارند. اما همواره باید توجه داشت که برای نوجوانان ما نیز با توجه به تغییرات جسمی و روانی خاص این دوره ممکن است عوارضی از قبیل قهر و غیظ:

پرخاشگری، بی‌حوصلگی، عصبانیت، تضاد افکار و عدم سازش با اطرافیان به وجود آید. بنابراین شناخت دقیقتر این دوره، از لحاظ ویژگیهای نوجوان و یا علائق او، می‌تواند اطلاعات والدین و مربیان را افزایش داده و در نحوه برخورد آنها با نوجوانان تجدید نظر صورت دهد.

نوجوانی به عنوان حلقه مهمی در تداوم رشد انسان حائز اهمیت است و می‌توان آن را به سه دوره تقسیم نمود:

۱- سالهای اولیه نوجوانی یعنی ۱۱ تا ۱۴ سالگی

۲- سالهای اواسط نوجوانی یعنی ۱۵ تا ۱۸ سالگی

۳- سالهای اواخر نوجوانی یعنی ۱۹ تا ۲۲ سالگی (Konopka, ۱۹۷۳)

علی‌رغم این‌که برخی از روانشناسان سنین نوجوانی را ۱۲ تا ۱۹ می‌دانند (Csiks Zontmihalyi, ۱۹۸۴)؛ اما آنچه که بیش از همه مورد قبول است؛ سنین ۱۱ تا ۱۸ سالگی می‌باشد و از لحاظ قانونی نیز اغلب جوامع ۱۸ سالگی را سن مسؤلیت‌پذیری قلمداد نموده‌اند. همانگونه که قبلاً متذکر گردید؛ این تقسیم‌بندیها و سنین ممکن است از جامعه‌ای تا جامعه دیگر متفاوت باشد؛ اما حالت کلی و عمومی تقریباً در همه جا صادق است. نوجوانی را همچنین دوره «موقعیت حاشیه‌ای» نیز دانسته‌اند زیرا که در آن باید سازگاریهای جدید - یعنی تمایز رفتارهای بزرگسالی از رفتارهای کودکی - براساس اصول و الگوهای تازه حاصل گردند (Muuss, ۱۹۶۸).

ویژگیهای نوجوانی:

با توجه به اسامی ذکر شده برای دوره نوجوانی، می‌توان الگوهای رفتاری و نگرشی خاصی را بعنوان ویژگیهای نوجوانی برشمرد.

۱) نوجوانی دوره انتقال است. نوجوان بیشتر به بزرگسالان شباهت دارد تا کودکان و بایستی خود را با وضعیت رفتارهای پخته‌تر متناسب سازد. در انتقال از دوره کودکی به دوره بزرگسالی، معمولاً درباره نقشی که از او انتظار دارند؛ دچار سردرگمی است، زیرا دیگر کودک نیست و بزرگسال کامل نیز نمی‌باشد. همین سردرگمی است که اریکسون (۵) آن را به نام دوره «بحران هویت» نامگذاری می‌کند (Erikson, ۱۹۶۸).

۲) نوجوانی یک دوره تغییر است. میزان تغییرات حاصله در رفتار و نگرشها همسوی با تغییرات بدنی صورت می‌گیرند. در این دوره می‌توان چهار نوع تغییرات هماهنگ را مشخص نمود.

الف - زیاد شدن احساسات که همزمان با تغییرات در رشد جنسی و روانی اتفاق می‌افتند.

ب - تغییرات سریعی که همراه با بلوغ جنسی است و نوجوان را از خود، تواناییها و علائق نامطمئن می‌سازد. او نسبت به عدم ثبات خویش حساس است و ممکن است بسته به برخورد والدین و معلمان تشدید گردد.

ج - تغییرات جسمی نوجوان و تغییر در علائق و نقشی که گروههای اجتماعی انتظار انجام دادن آن را دارند؛ مشکلات متعددی را برای نوجوان به وجود می‌آورد. برای یک نوجوان چنین به نظر می‌رسد که این مشکلات رو به تزاید بوده و به آسانی آنچه که در گذشته حل می‌شدند؛ صورت نمی‌گیرند.

د - همانگونه که علائق نوجوان و الگوهای رفتاری او تغییر می‌کند، ارزشها نیز تغییر می‌یابند چیزی که در کودکی برای او مهم بوده، اکنون از اهمیت خاصی برخوردار نیست زیرا او بیشتر به یک بزرگسال شبیه است.

۳) نوجوانی دوران خوف و بیم است. پذیرش فرهنگ خاص نوجوانی بعنوان فردی غیر مطمئن و بدون مسئولیت که ممکن است دارای رفتار ضد اجتماعی و مخرب هم باشد؛ باعث می‌شود که بزرگسالان به جای راهنمایی و هدایت او به زندگی، نسبت به نگرشها و رفتارهای طبیعی او بیمناک باشند. باورداشتهای نامطمئنی که بزرگسالان نسبت به نوجوان دارند؛ پیمودن مسیری مطمئن به سوی بزرگسالی را برای او دشوار می‌سازد.

۴) نوجوانی دوران غیرواقعی است. آرزوهای بزرگ غیرواقعی که نوجوان درباره خود، خانواده و دوستانش دارد، بوجود آورنده احساسات تند در اوایل این دوره می‌باشد. هر قدر آرزوهای نوجوان غیرواقعیت‌تر باشند؛ او بیشتر عصبانی می‌شود، به خود آزار می‌رساند، و مخصوصاً هنگامی که احساس کند دیگران او را دست کم می‌گیرند و یا به اهدافی که برای خود در نظر گرفته، دسترسی ندارد، دچار یأس و نومیدی می‌گردد.

هر قدر تجارب فردی و اجتماعی زیادتر شوند، قدرت تفکر منطقی نوجوان نسبت به خود، خانواده و دوستان واقع‌تر می‌شود.

۵) نوجوانی، آستانه ورود به بزرگسالی است. هر قدر نوجوان به بلوغ عقلی نزدیک می‌شود؛ درمی‌یابد که او بیش از این به دوره نوجوانی تعلق نداشته، بلکه در آستانه ورود به بزرگسالی است. او بتدریج درمی‌یابد که صرفاً لباس پوشیدن و عمل کردن مانند بزرگسالان کافی نیست بلکه در بسیاری از رفتارها باید شبیه آنها باشد.

لازم به توضیح است که جامعه از افراد انتظار دارد که الگوهای رفتاری معینی را در هر دوره از رشد از خود نشان دهند. این الگوها به نام «تکالیف رشد»^(۶) شهرت دارند.

تکالیف رشد برای نوجوان به قرار زیرند (Havighurst, ۱۹۵۳):

- پذیرش شکل و شمایل خود و پذیرش خود بعنوان زن یا مرد،
 - برقراری روابط تازه و مفید با همسالان خود از هر دو جنس،
 - تمایل به سوی استقلال اقتصادی،
 - انتخاب و آماده شدن برای شغل،
 - رشد مهارت‌های عقلی و مفاهیم لازم برای رقابت‌های فکری،
 - خواستن و مهیا شدن برای مسئولیت‌های اجتماعی،
 - آماده شدن برای ازدواج و زندگی فامیلی،
 - ساختن ارزش‌های آگاهانه در ارتباط با یک تصویر جهانی علمی و مناسب،
 - یافتن مدلی برای هویت‌سازی.
- برخی دیگر از روانشناسان، از تکالیف رشد به نام اهداف دوره نوجوانی یاد نموده و آنها را در سه طبقه چنین خلاصه کرده‌اند (Cole, ۱۹۴۴):

بلوغ عاطفی کلی، ایجاد علائق دگرخواهی جنسی، بلوغ اجتماعی کلی، رهایی از کنترل خانواده، بلوغ عقلی، انتخاب شغل برای آینده، استفاده مناسب از اوقات فراغت، یافتن فلسفه زندگی و همانندسازی خویش.

علائق نوجوانان:

علائق نوجوانان با توجه به جنس، هوش، محیطی که در آن زندگی می‌کنند،

فرصتهایی که در اختیار دارند، ارزش اجتماعی هر یک از علائق، خواسته‌های همسن‌ها، اعتبار علائق در گروه‌های اجتماعی، توانایی‌های درونی، علائق خانواده و عوامل مختلف دیگر متفاوت می‌باشند.

از دختران انتظار می‌رود دارای رفتارهای زنانه و از پسران توقع دارند که رفتارهای مردانه داشته باشند. بنابراین طبیعی است که علائق دختر و پسر متفاوت باشند. بتدریج که نوجوان بزرگ می‌شود؛ بسیاری از علائق دوران کودکی و کمبود وقت برای اختصاص دادن به کارهایی که نوجوان مایل به انجام آنهاست، وادار می‌شود که علائق خود را محدودتر سازد. این امر مخصوصاً در مورد علائق تفریحی صادق است. نوجوان بتدریج با ارزشهای مختلف آشنا می‌شود و همین امر در تغییر علائق او مؤثر می‌گردد. علائقی که در ابتدای دوره نوجوانی مورد توجه بودند؛ بتدریج جای خود را به علائق دیگری می‌دهند و جنبه آینده‌نگری بیشتری به خود می‌گیرند. تجارب نوجوان او را کمک می‌کند تا علائق خود را ارزشیابی نموده و معین کند که کدامیک بیشتر برایش مهم است و در نتیجه ارزشیابی انتقادی اوست که علائق ثابت می‌گردند (Hurlock, ۱۹۷۸). بطور کلی، علائق نوجوانان با توجه به خصوصیات این دوره در همه فرهنگها حالت تقریباً یکسان دارد، اما همیشه ممکن است که علائق آنها از فرهنگی به فرهنگ دیگر متفاوت باشند. مهمترین علائق نوجوانان بدین قرارند:

۱- علائق تفریحی: بتدریج که سن بالا می‌رود، تفریحات دوره کودکی جای خود را به تفریحات تازه و مناسبتر می‌دهند. به علت فشار تکالیف مدرسه، مسئولیتهای بیشتر خانه، فعالیتهای فوق برنامه و سایر امور، نوجوانان کمتر از کودکان برای تفریحات وقت دارند. بنابراین، اغلب تفریحاتی را برمی‌گزینند که از آنها لذت بیشتر برده و در عین حال وقت انجام آنها را نیز داشته باشند.

تعداد تفریحات نوجوان بسته به اینکه چقدر در آنها فعال بوده و در عین حال چقدر مورد توجه دیگران قرار می‌گیرد، متفاوت می‌باشند. اغلب تفریحات نوجوانان نیاز به مشارکت سایر همسالان دارد؛ بنابراین نوجوانی که به گروهی تعلق ندارد؛ ناگزیر است تفریحاتی را انتخاب کند که به تنهایی انجام پذیر باشند. مهمترین تفریحات

نوجوانان بدین قرارند:

- ۱- ورزش و بازی. به مناسبت رشد این دوره بازیها و ورزشهای سازمان یافته بیشتر مورد توجه قرار می‌گیرند. بازیهایی که نیاز به مهارت فکری داشته باشند جاذبتر خواهند بود.
- ۲- آرامش و استراحت. نوجوانان از داشتن آرامش، فرصت برای استراحت و صحبت با دوستان لذت می‌برند.
- ۳- مسافرت. نوجوانان به هنگام تعطیلات مدارس طالب مسافرت و گردش بوده و معمولاً مسافرتها دور از خانه را بیشتر ترجیح می‌دهند.
- ۴- سرگرمیها. بسیاری از نوجوانان طالب سرگرمیهای بخصوصی هستند. برخی متوجه سرگرمیهای مفید مانند دوختن لباس در دخترها و تعمیر رادیو، دوچرخه یا ماشین در پسرها می‌شوند. نوشتن نامه، تنظیم دفترچه خاطرات و جمع‌آوری انواع کلکسیون، از سرگرمیهای مناسب این دوره می‌باشند.
- ۵- مطالعه. اغلب نوجوانان به مطالعه مطالب غیردرسی علاقه‌مند می‌باشند و در این مورد خواندن مجلات و روزنامه‌ها را بر کتاب ترجیح می‌دهند. آنها از خواندن اشعار و داستانهای هیجان‌انگیز و خنده‌آور لذت می‌برند.
- ۶- سینما. نوجوانان سینما رفتن را دوست دارند. دختران فیلمهای رمانتیک و پسران فیلمهای ماجراجویانه را ترجیح می‌دهند.
- ۷- رادیو و نوار. نوجوانان هنگام مطالعه و یا تنهایی، از گوش دادن به رادیو و نوار لذت می‌برند.
- ۸- تلویزیون. به دلیل دید انتقادی که در طی این دوره برای نوجوان پیش آمده، علاقه‌مند است که برنامه‌های تلویزیونی را، مشاهده و نقد نماید.
- ۹- رؤیای روز. (۷) معمولاً نوجوان دوست دارد خود را به مثابه قهرمانی در چشم همسالان تماشا کند. بنابراین بهترین تفریح او هنگام تنهایی یا خستگی فرو رفتن در رؤیای روز است. اگر رؤیای روز بیش از حد و تکراری باشد ممکن است منجر به خیال‌پردازی شود.
- ۱۰- عضویت در باشگاهها. در دوره نوجوانی، عضو شدن در کلوبهای مختلف مورد

توجه قرار می‌گیرد زیرا نه تنها نیازهای اجتماعی را رفع می‌کند، بلکه فرصتهای تفریحی نیز به وجود می‌آورد.

بطور کلی نوجوان نیازمند تفریح و گردش است و نمی‌توان جلوی ایام فراغت او را گرفت. بنابراین والدین باید پس از انجام امور تحصیلی و سایر کارهای زندگی، به فکر پر کردن ایام فراغت نوجوان خود باشند. یعنی او را بیش از حد محدود نساخته و در عین حال آزادی بیش از حد به او ندهند.

۲- علائق اجتماعی: علائق اجتماعی هر نوجوان به دو موضوع وابسته خواهند بود. اول به فرصتهای مختلفی که برای او پیش می‌آید و دوم به میزان محبوبیتی که در بین گروه همسال دارد. بعنوان مثال نوجوانی که از طبقه اجتماعی پایین باشد؛ فرصت کمتری برای رفتن به مهمانیها در اختیار دارد. همچنین نوجوانی که در بین دوستان خود محبوبیتی ندارد؛ درخواستهای اجتماعی دچار محدودیت خواهد بود. رایجترین علائق اجتماعی در این دوره بدین قرارند:

الف - مهمانی. رفتن به مهمانی و آشنایی با افراد مختلف از خواستههای نوجوانان است. دختران بیش از پسران مهمانیها را دوست دارند.

ب - صحبت کردن. همه نوجوانان از به سر بردن با دوستان و صحبت در مورد چیزهای مختلف لذت می‌برند. تلفنهای طولانی به دوستان بدلیل رفع همین نیاز است، زیرا نوجوان بیش از هر فرد دیگری از طریق ارتباطات به جمع‌آوری اطلاعات می‌پردازد. موضوعات اصلی مورد بحث و صحبت نوجوانان بدین قرارند (Pikunas, ۱۹۷۶):

- در مورد روابط دختر و پسر، مال جامع علوم انسانی

- مسافرت و فعالیتهای تفریحی،

- کارهای افراد و رویدادهای قهرمانی،

- ستاره‌های سینما و تلویزیون،

- مسایل اخلاقی،

- درباره والدین و معلمان،

- درباره پول، ماشین، لباس و مد.

ج - کمک به دیگران. اغلب نوجوانان از کمک کردن به افرادی که نیاز به راهنمایی و یا

مساعدت دارند استقبال می‌کنند. به نظر می‌رسد که حساسیت نوجوان نسبت به نیازهای دیگران ناشی از مسایل و مشکلاتی باشد که خود بدانها مبتلاست. حس انسان دوستی در این دوره فوق‌العاده زیاد بوده و نوجوانان تحت تأثیر شعارها، صحبتها و سخنرانیها در ارتباط با آن قرار می‌گیرند. بدون القاء فکری نوجوانان، موفقیت گذشته کمونیسم در روسیه، نازیسم در آلمان، فاشیسم در ایتالیا و انقلاب فرهنگی در چین غیرممکن بود.

د - امور جهانی . همه نوجوانان علاقه‌مندند در امور جهانی مانند سیاست، جنگ و تصمیمات دولت، اطلاعاتی داشته و به اظهار نظر درباره آنها بپردازند. آنها این علاقه را با خواندن کتاب و بحث با دوستان، معلمان و والدین ابراز می‌دارند.

ه - انتقاد کردن و خواهان اصلاح بودن. تقریباً همه نوجوانان و بخصوص دختران شروع به انتقاد از والدین، دوستان و مدرسه نموده و سعی در تغییر روال مرسوم دارند. اغلب انتقادات آنها جنبه سازندگی نداشته و پیشنهادهای آنها برای اصلاح و تغییر غیرممکن است. بتدریج افکار آنها نظم منطقی یافته و در انتقادات خود از اصول واقعی تبعیت می‌کنند.

بطور کلی رشد عواطف انسان شامل سه مرحله (الف) ذاتی، (ب) اجتماعی، و (ج) ایده‌آلی می‌باشد. نوجوان در مرحله اجتماعی رشد عواطف قرار دازد و حالت‌های دیگر دوستی و دیگرخواهی در او فوق‌العاده قوی می‌باشند. در این دوره می‌تواند با الگو قرار دادن افراد ممتاز جامعه، به سوی اهداف متعالی، انسان دوستی و خیرخواهی پیش برود. بنابراین اطرافیان و خصوصاً افراد مهم می‌توانند بهترین الگوها تلقی گردند. در این سنین بر والدین و مربیان واجب است که نوجوانان را به سوی سرمشق‌های اجتماعی مناسب سوق دهند تا علائق اجتماعی آنها بصورت مثبت و مؤثر رشد نمایند.

۳- علائق شخصی: پذیرش خود؛ از لحاظ قیافه و سایر خصوصیات یکی از قویترین علائق نوجوانان است، زیرا که متوجه می‌شوند پذیرش اجتماعی افراد تا حدود زیادی تحت تأثیر ظاهر و قیافه قرار دارد و از سوی دیگر قضاوت گروه‌های اجتماعی درباره هر فرد براساس استقلال شخصی، برخورداری از مادیات و امکانات دیگر زندگی صورت می‌گیرد. علاقه به ظاهر می‌توند شامل لباس، اصلاح مو و با تغییرات در چهره باشد. برای دختران قیافه ظاهر مانند بیش از حد بلند بودن و یا چاق بودن بیشترین مشکلات را

به وجود می‌آورد و برای پسران بیش از حد کوتاه بودن و یا ضعیف بودن، مسأله‌ساز می‌باشد. زیبایی و جذابیت قیافه، برای نوع بشری اهمیت دارد و روی همین اصل پذیرش اجتماعی، محبوبیت و انتخاب دوست معمولاً تحت تأثیر جذابیت قیافه فرد قرار می‌گیرند. بتدریج که نوجوان بزرگتر می‌شود؛ ضوابط و الگوهای دیگری مانند کارایی، لیاقت و پیشرفت تحصیلی جای قیافه ظاهری را می‌گیرند.

نوجوان برای استقلال خود، معمولاً با والدین بگو و مگو دارد. زیرا که طبیعتاً مزیل است دارای استقلال شخصی گردد. او بزودی می‌آموزد که درآمد مالی به عنوان کلیدی جهت استقلال شخصی مطرح می‌گردد، بنابراین سه عامل ظاهر و قیافه، استقلال و داشتن امکانات مادی بعنوان علائق شخصی مورد توجه می‌باشند.

لازمه رشد صحیح در این دوره، استقلال طلبی و اتکاء به نفس است. بر والدین و مربیان واجب است که به شخصیت نوجوان ارزش و اعتبار بخشیده، تا او خود را بعنوان فردی مفید، مؤثر و کارآمد تلقی نماید.

۴- علائق تحصیلی: اغلب نوجوانان از مدرسه، محدودیتهای آن، تکالیف درسی و نحوه مدیریت شکایت می‌کنند. نوجوان معمولاً از معلمان و نحوه تدریس آنها نیز انتقاد می‌کند. علی‌رغم تمام این مسایل بیشتر نوجوانان از رفتن به مدرسه و بسر بردن با دوستان لذت می‌برند. علاقه به رشته‌های تحصیلی مدرسه بر اساس آینده شغلی و اعتبار اجتماعی آنها شکل می‌گیرد. باید توجه داشت که بیشتر نوجوانان فرصتهای ورزشی و زندگی اجتماعی را دوست دارند. برخی از عوامل که بر نگرش نوجوانان نسبت به درس تأثیر می‌گذارند، بدین قرارند:

- نگرش دوستان و همسالان نسبت به تحصیل و درس بخصوص،

- نگرش والدین نسبت به تحصیل،

- نمرات درسی،

- نگرش نوجوان نسبت به معلم و موضوعات درسی،

- علائق شغلی،

- درجه پذیرش نوجوان توسط همکلاسان در دروس مختلف.

هوش، استعداد، علاقه و پشتکار نوجوان را باید در پیشرفت تحصیلی او در نظر

گرفت. برای تعیین رشته تحصیلی فرد، صرفاً رضایت والدین و یا اهمیت رشته تحصیلی کافی نیست، بلکه باید توجه داشت که او در کدام رشته موفقتر و مؤثرتر خواهد بود. بطور کلی موفقیت یک نظام آموزشی مناسب، مستلزم وجود پنج رکن است:

۱- برنامه تحصیلی مناسب و اصولی

۲- مدرسان صلاحیت دار و کافی

۳- کتب و وسایل درسی و کمک آموزشی مناسب

۴- فضای کالبدی و فیزیکی کافی و مناسب

۵- مدیریت مطلوب (احمدی، ۱۳۶۸)

۵- علائق شغلی: پسر و دختر نوجوان معمولاً درباره آینده خود فکر می کنند، اما پسران در این مورد بمراتب جدیتر از دختران هستند. پسران معمولاً به دنبال مشاغل پرهیجان و دارای اعتبار بالای اجتماعی می گردند. بسیاری از نوجوانان طبقه کم درآمد، به دنبال مشاغلی هستند که موقعیت اجتماعی آنان را تغییر دهد. دختران اغلب مشاغلی را ترجیح می دهند که امنیت بیشتر داشته و مستلزم صرف وقت کمتری باشند. آنها در انتخاب شغل معمولاً بر مشاغلی که خدمتی به دیگران عرضه می دارد؛ تأکید دارند و معمولاً مشاغل معلمی و پرستاری را ترجیح می دهند. بتدریج که نوجوان بزرگتر می شود؛ درباره آینده شغلی خود و اینکه چه کاری را می تواند انجام دهد و یا در آینده چه شغلی را انتخاب خواهد کرد؛ بیشتر می اندیشد. در اواخر دوره نوجوانی، در انتخاب شغل جنبه های عملی و واقعی آن بیشتر مورد توجه قرار می گیرد. در اوایل دوره نوجوانی، تحت تأثیر ظواهر امر، وسایل ارتباط جمعی و احتمالاً مشاغل اطرافیان، به حرفه های معینی رغبت نشان داده می شود، اما در اواخر نوجوانی، نوجوان با واقع بینی سعی در انتخاب شغلی دارد که با تواناییهای او سازگارتر است. اگر چه همیشه پرستیژ یکی از عوامل تعیین شغل است، اما بسیاری از نوجوانان عوامل دیگر مانند اقتدار، استقلال و امنیت شغل را نیز در نظر می گیرند. دوره نوجوانی را دوران «اکتشاف» شغل نامیده اند، زیرا نوجوان معمولاً مسیر آینده زندگی را برمیگزیند. نوجوانان ایرانی اغلب به مشاغل پردرآمد و دارای شهرت و اعتبار اجتماعی فکر می کنند و معمولاً مشاغل کاملاً تخصصی و حرفه ای را مد نظر دارند.

باید توجه داشت که در اشتغال، عوامل زیادی دخالت دارند که از مهمترین آنها می‌توان از عوامل خانوادگی، اجتماعی، اقتصادی و جنسیت نام برد (احمدی، ۱۳۶۸). شرایط اجتماعی و ارزشهای جامعه در تحصیلات و نهایتاً در مشاغل نوجوانان تأثیر مستقیم دارند. هنگامی که جامعه برای پزشک و مهندس و بازاری ارزش والایی قایل باشد و سایر مشاغل در درجات بعدی اهمیت قرار گیرند؛ مطمئناً علائق شغلی نوجوان نیز تحت تأثیر چنین باورداشتی قرار می‌گیرند. بر والدین و مربیان است که به نوجوان بفهمانند تمام مشاغل دارای ارزش و اعتبار هستند. مهم این نیست که فرد چه شغلی را احراز نماید و یا چه رشته‌ای را تحصیل کند، بلکه مهم این است که فرد بتواند بدرستی از عهده شغل برآید و آن را بنحو مطلوب انجام دهد. در چنین حالتی است که صرفاً اسم یک شغل اهمیتی نداشته، بلکه انجام صحیح و کارآیی فرد مهم تلقی می‌گردد.

۶- علائق مذهبی: نوجوانان امروزی به اصول دینی و مذهبی علاقه‌مند بوده و احساس می‌کنند که این اصول می‌توانند نقش مهمی را در زندگی آنها داشته باشند. علی‌رغم این مطلب، تغییر در عقاید مذهبی نظیر بسیاری تغییرات دیگر از مشخصات این دوره سنی است. به علت رشد خصوصیات عقلانی و تفکرات منطقی نوجوانان به مسائل مذهبی علاقه‌مند می‌شوند، اما بدلیل انتقاد از خود خصوصاً انتقاد از باورداشتهای مذهبی دوران کودکی که اغلب مسائل را بدون تعمق درباره آنها پذیرفته است؛ گاه دچار شک و تردید شده و برخی اعتقادات مذهبی را زیر ذره‌بین قرار می‌دهد. نوجوانان درباره خداوند و زندگی پس از مرگ به فکر می‌پردازند. در این دوره نوجوان سعی می‌کند که اعتقادات مذهبی را با توجه به نیازها و باورداشتهای خود مورد بررسی قرار دهد و نهایتاً اعتقادات دینی ثابت خود را پذیرا گردد. والدین، همسالان و جامعه در شکل‌گیری عقاید مذهبی نوجوان نقش بسیار مهمی را دارند.

در تمام دوران زندگی بشر، مسلم شده است که او بدون تکیه‌گاه نتوانسته است زندگی مناسبی داشته باشد. بهترین تکیه‌گاه انسان اعتقاد به وجود ملجأ و مبدأ لایزال و همچنین پذیرش دین یا مذهبی الهی است. پرورش اعتقادات مذهبی مخصوصاً در نوجوانان می‌تواند آنها را از بسیاری مشکلات و گمراهیها نجات داده و این نهالهای بارور و در حال رشد را به سوی سعادت و نیکبختی سوق دهد.

نتیجه:

با توجه به دوره حساس نوجوانی و انتقال از مرحله کودکی به زندگی بزرگسالی؛ سعی گردید علائق مختلف نوجوان مورد مذاقه قرار گیرند. بطور کلی باید عنوان کرد که احساسات نوجوانان نامتعادل است. آنها گاهی شاداب، خوشحال، سرزنده و گاهی پژمرده، ساکت و اندوهگین می‌باشند. گاهی درباره شجاعت، دلوری و قهرمانی می‌اندیشند و گاهی به خود اطمینان نداشته، به همه چیز مشکوک می‌شوند. طغیان احساسات در آنها رایج است. یعنی ممکن است برای هیچ و پوچ گریه کنند و یا خشونت بخرج دهند و یا با صدای بلند بخندند. تضادهای روحی آنها گاه سبب برخورد با بزرگترها می‌گردد (تقی‌زاده، ۱۳۷۱).

نوجوان، در گذر از این مرحله حساس که استتلی‌هال آن را دوران «ایده‌آلی» یا دوران «اوج سرکشی» نامیده است باید بگونه‌ای منطقی و متعادل طی طریق نماید تا دچار مشکلات جبران‌ناپذیر نگردد. از همین روست که اهمیت بهداشت روانی در دوره نوجوانی حائز اهمیت فراوان می‌باشد. روال زندگی روزانه نوجوان، از سه محدوده اصلی جغرافیایی عبور می‌کند. هر یک از این محیطها را می‌توان در حکم کشوری فرض کرد که دارای قوانین و مقررات مخصوص بخود می‌باشند. اولین محیط شامل خانواده است، یعنی جایکه نوجوان باید راه و رسم زندگی با نظارت والدین را برای خود برگزیند. دومین محدوده عبارت از مدرسه یعنی مکانی است که نوجوان دارای اختیارات و انتخابهای کمتری بوده، باید قوانین آموزشگاه را اجرا نماید. بالاخره سومین منطقه جغرافیایی شامل جامعه یعنی پارک، دوستان، مغازه‌ها و خانه دوستان است که قوانین آنها کاملاً متفاوت و انعطاف‌پذیرتر می‌باشد. پس در گذر از این مرحله مهم، سه نهاد اساسی خانواده، مدرسه و جامعه دارای تأثیرات زیاد روی نوجوان می‌باشند و ممکن است بهداشت روانی او را تضمین کنند و یا به خطر بیندازند.

بهداشت روانی را بطرق مختلف تعریف کرده‌اند که یکی از تعاریف بدین قرار است (نیلفروشان، ۱۳۶۳): «بهداشت روانی عبارت از پیشگیری از پیدایش بیماریهای روانی و سالم‌سازی محیط روانی و اجتماعی است تا افراد جامعه بتوانند با برخورداری از تعادل روانی با عوامل محیط خود رابطه و سازگاری صحیح برقرار کرده و به هدفهای متعالی

تکامل انسان برسند.

حال که هدف بهداشت روانی، سالم‌سازی محیط روانی و اجتماعی فرد است؛ پس باید با توجه به جنبه‌های مختلف رشد در نوجوانان، علائق، انگیزه‌ها و خصوصیات آنها، بگونه‌ای عمل نمود که آنها قادر باشند از این دوران بحرانی بخوبی بگذرند و فردی مفید و دارای تعالی روانی در جامعه محسوب گردند. تمامی کسانی که بنحوی از انحاء با نوجوانان روبرو هستند - از والدین گرفته تا معلمان و سایر بزرگسالان - باید بتوانند آنها را درک نموده و تا حد امکان و بصورت معقول خواسته‌هایشان را برآورده نمایند. برای پیشگیری از انحرافات و ناهنجاریهای نوجوانان و جوانان هر جامعه، مطالعه رفتارهای روانی - زیستی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی آنان ضرورت دارد. شخصیتها و قابلیت‌های نوجوانان بستگی به چیزهایی دارد که فرامی‌گیرند و همچنین بستگی به ترتیبات جامعه‌ای که در آن زاده شده و پرورش یافته‌اند، دارد. به نظر مارگریت مید؛ مردم‌شناس معروف آمریکایی، حالات رشد در بین دختران قبایل ساموآ و آمریکا یکسان است، اما رواج انحرافات، ناسازگاریها و آسیب‌های روانی فراوان در بین نوجوانان و جوانان آمریکایی در اثر محدودیتهای اجتماعی و کجرویهای محیطی است که قهرآبر امیال و مناسبات آنان تحمیل شده است (میلانی، ۱۳۶۰).

با شناخت هرچه بیشتر و بهتر نوجوانان می‌توان آنها را از بحرانهای فراوان دوران بلوغ برکنار داشت و یا لاقبل بگونه‌ای راهنمایی کرد که از مشکلات بگذرند تا پیامدهای ناخوشایند روانی و یا عدم سازگاری اجتماعی پیش نیاید. آگاهی از انواع علائق؛ علائق تفریحی، اجتماعی، شخصی، شغلی، تحصیلی و مذهبی، می‌تواند راهنمای مناسبی برای والدین و مربیان باشد تا متوجه شوند چگونه و چطور باید در برابر خواسته‌های نوجوانان عمل کرد و آیا واقعاً این خواسته‌ها و علائق برای یک نوجوان امری طبیعی است؟ و بدینوسیله پس از درک خصوصیات نوجوانی بتوان آنها را بنحوی راهنمایی و کمک کرد که نه موجب سرخوردگی آنها و نه موجب بی‌بندوباری گردد.

پیوست:

- 2- Endocrine
- 3- Identity
- 4- Gang
- 5- Erikson
- 6- Development Tasks
- 7- Daydreaming

منابع فارسی:

- ۱- احمدی، سیداحمد. روانشناسی نوجوانان و جوانان. اصفهان. انتشارات مشعل. ۱۳۶۸
- ۲- تقی‌زاده، محمد (مترجم). روانشناسی و تربیت جنسی کودکان و نوجوانان. تهران. انتشارات بنیاد. ۱۳۷۱. صفحات ۱۲۵-۱۲۶
- ۳- ماسن، پاول هنری و همکاران. رشد و شخصیت کودک (ترجمه مهشید یاسایی). تهران. انتشارات کتاب باد. ۱۳۷۴
- ۴- میلانی، مهین (مترجم). بلوغ در ساموآ. تهران. شرکت نشر وین. ۱۳۶۰
- ۵- نیلفروشان، محمدعلی و همکاران. بهداشت. تهران. انتشارات وزارت بهداشتی. معاونت امور بهداشتی، ۱۳۶۳

منابع انگلیسی:

- 1- Cole, C. Psychology of Adolescence (6th ed.), New York: Holt, 1964, pp. 4-9.
- 2- Csikszentmihalyi, M. and Larson, R., Being Adolescent, New York: Basic Book, Inc. Publishers. 1984.
- 3- Dreyer, P. H., Sexuality during Adolescence, In B. B., Wolman (Ed.), Hand book of Developmental Psychology, New Jersey: Prentice-Hall Inc., 1982.
- 4- Driscoll, M. P., Psychology of Learning for Instruction, Boston: Allyn and Bacon, 1994.
- 5- Erikson, E. H., Identity: Youth and Crisis, New York: Norton, 1968.
- 6- Falkner, F., Tanner, J. M., Human Growth (Vol. 2): Postnatal Growth, New York: plenum, 1978.
- 7- Havinghurst, R. J., Human Development & Education, New York: Longman, 1953.
- 8- Hurlock, E. B., Evelopmental Psychology, New Delhi: TATA McGraw Hill Publishing Company, 1976.
- 9- Konopka, G., Requirements for Healty Development of Adolescent Youth, Adolescence, 8, 291-316, 1973.
- 10- Muuss, R. E., Theories of Adolescence (2d ed.), New York: Random House, 1968, P. 4.
- 11- Pikunas, J., Human Development, New York: McGran-Hill Book Company.