

بحران بلوغ

نمونه‌ای از تدوین کتابهای درسی برای نوجوانان

کلید راهنما

- درس‌های بهداشت روانی یا روانشناسی بهداشتی، به ترتیب، و قید شماره، به بندهای گوناگون، و هر بنده، بانامی ویژه، تدوین شده‌اند. درس‌ها، عموماً از هشت بخش اساسی، تشکیل می‌شوند:
- ۱- فهرست آنچه که در هر درس، خوانده می‌شود. در آغاز، بخاطر آشنائی مقدماتی و اجمالی ذهن به نوع و حدود موضوع گفتگو،
 - ۲- نظر خواهی، بیازای پرسش‌هایی مربوط به موضوع درس، از دانش‌آموزان، بخاطر برانگیختن و آماده ساختن ذهن آنان برای دریافت بهتر.
 - ۳- متن درس.
 - ۴- خلاصه‌ی درس؛ در حدود یک دهم تا یک دوازدهم اصل آن. بخاطر کمک به درک و یادگیری بهتر آن.
 - ۵- یادداشت‌ها و توضیح‌ها، درباره‌ی تلفظ اصطلاحات خارجی، و پاره‌ای از موضوعاتی که احیاناً به شرح بیشتری ممکن است نیازمند باشند.
 - ۶- پرسش‌های کوتاه، برای ارزشیابی یادگیری، و برداشت دانش‌آموزان، و رفع سوء تعبیرهای احتمالی از متن درس.
 - ۷- توصیه‌ها، تمرین‌ها، و مسئله‌ها
 - ۸- معرفی منابع برای مطالعه‌ی بیشتر، پیرامون مسائل و موضوعات طرح شده در ضمن بحث.
- در نخستین درس، در آغاز هر یک از بخش‌های اساسی - به استثنای بند یک که به فهرست موضوعات درس اختصاص دارد - هدف، اهمیت و لزوم تدوین

آن بخش، خاطر نشان شده است. بدیهی است این توضیح‌ها، دیگر در درس‌های بعد، تکرار نخواهند شد.

هدف از آموزش بهداشت روانی یا روانشناسی بهداشتی را، به تفصیل و روشنی، اندک‌اندک، در ضمن درس‌ها که پیش می‌رود، می‌توان شناخت. لیکن به اختصار، هدف آنرا، ممکن است، در پنج اصل، بدینگونه بیان داشت:

۱- آشنا ساختن دانش‌آموزان با مهم‌ترین اصطلاح‌های فنی-مقداتی و مفاهیم روانشناسی بهداشتی

۲- درک بهتر خود و دیگران، بمنظور ایجاد روابط سالم و سودمند انسانی، و نیل به کمال بلوغ و رشد و شکوفائی شخصیت فردی و اجتماعی.

۳- کمک به بهبود، ایجاد و حفظ سلامت روحی، تعادل عاطفی، و در نتیجه پیشگیری از ابتلای به بیماری‌های روانی.

۴- آشنائی با کمک‌های اولیه روانی، هنگام احساس عهده‌ها، نگرانی‌ها، ناخوشی‌ها، خود کم‌بینی‌ها و ناراحتی‌های روانی درخورد، یاد دیگران، تا دریافت کمک‌های فنی و تخصصی از طرف کارشناسان، و مشاوره با آنان.

۵- آشنائی با شیوه‌های اجرایی بهداشت روانی، در کانسون‌های مختلف خانواده، مدرسه، اجتماع، و در سطوح مختلف، و شناخت سازمان‌ها، و کارشناسان مربوط به آن.

افزون بر کوشش در توجیه و بیان هدف‌های پنجگانه‌ی بالا، در ضمن درس‌های این کتاب - و کتاب مکمل آن برای سال بعد - شیوه‌ی خاص تألیف این کتاب، بر پنج پایه، یا بنیاد، بنا شده است که اینگونه است:

۱- با توجه به مفروضات سنی، و اکتش‌های روحی، و زمینه‌های انفعالی نوجوانان - خوانندگان اصلی این کتاب - تلاش خواهد شد تا روانشناسی بهداشتی، عموماً بگونه‌ای انتخاب شده‌اند که بطور مستقیم یا غیر مستقیم، در درجه‌ی اول، با مسائل، با علائق، و نیازهای روانی، آرمانی و اجتماعی خود آنان، سروکار داشته باشند.

۲- از آنجا که در باره‌ی مسائل انسانی، تجربه‌ها، اندازها، و در میان انبوه ادبیات ملت‌ها - برخلاف دست آوردهای فنی و تکنولوژی معاصر - میراثی گرانقدر وجود دارد، از اینرو، همواره کوشش شده است که این استمرار در آگاهی فرهنگی، و معرفت اجتماعی، و شعور به مسائل انسانی، بویژه در توده‌ی ذخائر ادبی ایران با بپای معرفی در یافت‌های علمی عصر حاضر، و نظریه‌های فنی جدید، تا آنجا که فرصت اجازه داده است، در متن درس‌ها، انعکاس یافته، و به خوانندگان نوجوان، به شیوه‌ای مطلوب، عرضه شوند. بدینسان، پیوند قدیم و جدید، از شرق و غرب در آنچه که درست می‌نموده است، بخاطر رشد، و استقرار هویت فرهنگ - انسانی نسل امروز، در برابر تهدید فزاینده‌ی از خود بیگانگی‌های فرهنگی، از هدف‌های

۳- آگاهی به استمرار غنای فرهنگی يك ملت، عموماً مویب «هویت فرهنگی» مردم آنست. از خود بیگانگی فرهنگی، غالباً با شکاف نسل‌ها-درمیان نسل‌های نوجوان و جوان بانسل‌های بزرگسال - وستیز آنان با یکدیگر، بی‌رابطه نیست. گوینده‌ای گفته است که در ادبیات، «کهنه»، «نو»، «نوع»، وجود ندارد. بلکه در آن «خوب» و «بد»، پاسخگویی به نیازهای يك نسل، و بیگانگی با خواست‌های وی، وجود دارد! با اعتقاد بدین مهم که در ادب گذشته‌ی ما، همواره چیزهایی خوب، و نیز با سخگوبه نیازهای امروزی ما، وجود داشته و دارد، یکی از هدف‌های ضمنی دیگر شیوه‌ی نگارش درس‌های روانشناسی بهداشتی، ترمیم شکاف میان دو نسل بوده است.

بدین ترتیب، اگر، از «سعلی»، یا از «عنصر المعالی»، نقل قولی، بجا شده است، در صورت امکان، از نقل قولی همانند از «فروغ فرخزاد»، و دیگر گویندگان معاصر ایران، نه تنها ابائی در کار نبوده است، بلکه با آگاهی و عمد، در حد تناسب و فرصت، کوشش زفته است، تا میان خوب‌ها، رساها، ماندگارها، و نمونه‌ها، از قدیم و جدید، آشتی داده شود. شکاف میان قدیم و جدید، به پیوند خوب‌ها و نغزها، همبستگی زیباها و رساها، تبدیل گردد، تا در نتیجه، تصویری پیوسته و مستمر از وحدت يك شعور فرهنگی، تاریخی و انسانی، در ذهن خواننده‌ی نوجوان، به آستانه‌ی لمس و تجسم رسد.

۴- مهم‌ترین وظیفه‌ی هر علم، در درجه اول از جمله، رده‌بندی موضوعات، و سپس اندازه‌گیری دقیق آنهاست. علوم فیزیکی، شیمیائی، طبیعی، عموماً در این رهگذر، بارده بندی و «اندازه‌گیری کمیت‌ها»، سروکار دارند. در حالیکه علوم انسانی و روانی، با وظیفه‌ای بس دشوارتر، یعنی بسا تقسیم بندی و «اندازه‌گیری کیفیت‌ها» - کیفیت‌های پیوسته‌متغیر و نامستوار - روبرو هستند! نوع احساسات، شدت، عمق و تضاد آنها، دیرپائی یا زودگذری اندیشه‌ها، بیم‌ها، امیدها، مهرها و کین‌ها، یعنی بطور کلی کیفیت‌های ابرگونه، مه‌آلود و مبهم، بیش از هر چیز، هدف پژوهش آنهاست.

علوم روانی، به معنی علمی و فنی کلمه، درست از لحظه‌ای آغاز بکار میکنند که ازمرز تجربه‌های استثنائی شخصی، آگاهی‌ها، داوری‌ها، و احساس‌های ناآزموده‌ی فردی، وذهنی، به کمیت‌های درخور اندازه‌گیری همگانی - وارد شوند. غیر قابل لمس ذهنی، به کمیت‌های در خور اندازه‌گیری همگانی - وارد شوند. کوشش در نگارش درس‌های روانشناسی بهداشتی، همواره براین مبندول بوده است که گام‌بگام، خواننده را از مراحل نخستین معرفت‌های ادبی شهردهای فردی، تجربه‌های شخصی، رویدادهای اتفاقی، پدیده‌های استثنائی، وذهنی انسانی عبور داده، اندک اندک وی را، به قلمرو سنجش‌ها، عدداندیشی‌ها، معیار شناسی‌ها و محاسبات قابل بازآزمائی دقیق آماری، و در خور تعمیم و بهره برداری عمومی، وارد سازد. مسائل را، احیاناً نخست از سطح فردی آنها، آغاز کرده، لیکن

سپس بطور حتم، به ابعاد گسترده تراجمی آنها، بازرسانند. خواننده‌ی نوجوان را، از خود گزائی‌های رنج‌زا، و دم‌گزائی‌های زیانمند افراطی باز گرفته، به آینده‌نگری‌های علمی و مرزشکنش، رهنمون شود. خودخوری‌های فردی او را به غمخواری‌های انسانی، به اندوه بخاطر دیگران، تبدیل نماید!

یکی از نشانه‌های کمال بلوغ، رشد وجدان، و احساس مسئولیت اجتماعی، یعنی از خود فرارفتن، از خود فراشگفتن، و به غمخواری دیگران، روی آوردن است. درس بهداشت روانی، باید خود، بیش از هر درس دیگری، مسئول ارشاد، رهنمونی، پرورش و نیل بدین بلوغ اجتماعی باشد. از این‌روی، بعنوان عامل مؤیدی بخاطر رسیدن بدین هدف، افزودن بر تلاش در ضمن متن‌درس‌ها، بنسب ویژه‌ای بعنوان توصیه‌ها، تمرین‌ها، و مسئله‌ها، پایان آن‌ها، افزوده شده است، تا این وظیفه را، تا آنجا که میسر است، تحقق بخشد، و پرورش دید آسپب‌شناسانه و مسئله - آگاهی اجتماعی را، در خوانندگان نوجوان خود، عهده‌دار گردد.

۵- در برابر شکایت از کمی و فقر منابع کافی و لازم، دربسیاری از رشته‌های فنی که گابگاه، شنیده می‌شود، فقر بی‌اطلاعی از منابع موجود در رشته‌های مختلف علمی، بی‌شک تلخ‌تر، و به واقعیت نزدیک‌تر است. برای جبران این نارسائی، و ایجاد عادت نیک در دانش‌آموزان برای مراجعه به منابع موجود در زبان مادری خود، و شناسائی آن‌ها، در دو بند - یادداشت‌ها و توضیح‌ها، و بند معرفی منابع برای مطالعه بیشتر - در پایان هر درس، بدین‌مهم، توجه خاص مبذول شده است. در یادداشت‌ها پس از هر توضیح، بطور فشرده، برای مطالعه بیشتر، منابعی با ذکر شماره‌ی صفحه، و دیگر مشخصات، نقل کرده‌ایم. در بند معرفی منابع برای مطالعه بیشتر، کم و بیش، روشن، دید و پاره‌ای از خصوصیات هر منبع، و صف‌شده است، تا هر کس، بدانچه که بیشتر علاقمند است، بدون اتلاف وقت، آسان‌تر، مراجعه نماید.

ذکر این منابع برگزیده که بی‌تردید، مطالعه‌ی آزاد آنها، برای همه، درخور توصیه است، برای کلیه‌ی افراد و مدارس می‌باشد که بخواهند کتابخانه‌ی مناسبی برای نوجوانان، اولیاء و مربیان آنها تهیه نمایند، می‌تواند سودمند واقع شود.

۱- در این فصل در باره‌ی بحران بلوغ می‌خوانیم:

۲- نظر خواهی در باره‌ی مسائل نوجوانی

۳- دوره‌های مختلف زندگی

۴- نوجوانی در ادب دیرین فارسی

۵- وصف نوجوانی در ادب امروز ایران

۶- نوجوانی، چگونه دوره‌ای است؟

۷- بلوغ: دوره‌ی توفان و فشار

- ۹- تفاوت احساسات در کودکی و نوجوانی
- ۱۰- رویا پردازی در نوجوانی
- ۱۱- رویا در بیداری
- ۱۲- بیداری نیروی جنسی
- ۱۳- نیازهای روانی نوجوانان
- ۱۴- انگیزه‌های گرایش پسران و دختران بیکدیگر
- ۱۵- برخورد نوجوانان پسر و دختر بایکدیگر
- ۱۶- احتیاط در تفسیر جلوه‌های نوجوانی
- ۱۷- جلوه‌های ناخوشایند بلوغ، از نظر بزرگسالان
- ۱۸- فلسفه‌ی جلوه‌های توفانی بلوغ
- ۱۹- نتیجه: ایجاد تفاهم میان دونسل
- ۲۰- خلاصه‌ی آنچه گذشت
- ۲۱- یادداشت‌ها، توضیح‌ها
- ۲۲- پرسش‌ها در باره‌ی بحران بلوغ
- ۲۳- توصیه‌ها، تمرین‌ها، مسئله‌ها
- ۲۴- معرفی منابع برای مطالعه‌ی بیشتر

۲- نظر خواهی

اطلاعات و پرسش‌های روانی و اجتماعی، عموماً از دو بخش تشکیل می‌شود: الف- آنچه که بدون مطالعه‌ی قبلی در باره‌ی آنها، هرگز نمی‌توان بدانها پاسخ گفت. برای نمونه اگر از کسی بپرسیم که منظور از میتو، نانی چیست؟ و یا آنکه نظریه‌ی توفان و فشار، در روانشناسی چگونه پیدا شده است؟ و مقصود از آن چیست؟، هیچکس بدون آگاهی و مطالعه‌ی قبلی، هرگز نمی‌تواند در باره‌ی آنها اطلاعاتی بدست دهد.

ب- آنچه که هر انسان بالغ، کم و بیش، روی احساس شخصی، و تجربه‌ی انسانی در برخورد و آشنائی با دیگران، حتی بدون مطالعه‌ی کتاب، یا مقاله‌ای، و یا شنیدن سخنرانی و گفتاری، در باره‌ی آنها، عقیده، گمان و نظری خصوصی می‌تواند ابراز نماید.

بدیهی است اینگونه اظهار نظرهای شخصی، نمی‌توانند همواره درست، و قاطع باشند. لیکن بطور مطلق نیز نمی‌توان ارزش نظرخواهی‌ها را، انکار نمود. بسیاری از واقعیات روانی و اجتماعی، از گرد آوری عقاید، از همه پرسشی‌ها، از مقایسه‌ی یکایک آنها با یکدیگر، و از طبقه بندی آنها، بدست می‌آیند.

در نظر خواهی‌ها، در میان یک گروه، در آغاز هر درس، می‌توان فواید زیر را توقع داشت:

- ۱- نظر خواهی و پرسش از عقیده‌ی کسی، در صورت رعایت تناسب لحن

و شیوه‌ی سؤال، عموماً بطور طبیعی، رغبت به تفکر در باره‌ی موضوع سؤال، و پاسخ بدان را، در وی بر می‌انگیزد.

- ۲- بیشترین افراد از جمع حاضران، نسبت به شنیدن پاسخ دیگران، نظرهای مختلف آنان، و سرانجام به اطلاع از آخرین نظر قطعی و نهائی، کنجکاو می‌سازد
- ۳- فرد را نسبت به عقیده‌ی خود در باره‌ی يك موضوع، و اهمیت آن که احياناً حتی پیش از آن نیز کمتر در آن باره اندیشیده بوده است، آگاه می‌گرداند.
- ۴- با شنیدن عقاید گوناگون، فرد و گروه را نسبت به انواع اختلاف‌ها، تفاوت نظرها، و حداکثر اتفاق آراء موجود ممکن در يك گروه، آشنا می‌نماید.
- ۵- وضع اعتقاد فرد، تعلق او را به اکثریت یا به اقلیت فوری، و یا به اقلیت ضعیف، روشن می‌کند. و یا برعکس، بدو اعتماد به نفس و قوت دل می‌دهد که در عقیده‌ی خود استوارتر بماند.

از اینرو، نظرخواهی در آغاز درس بهداشت روانی، از زمره سودمندترین تمرین‌ها، در روانشناسی گروه‌ها، بشمار می‌رود. پرسش‌های مربوط به این نظرخواهی، همه از متن درس انتخاب شده‌اند، تا هم خواننده را نسبت به درونمایه‌ی درس از پیش آماده و کنجکاو نمایند، و هم بدانها امکان مقایسه‌ی خود، با نظر فنی، و احياناً تصحیح لفظ‌ها داده شود. این پرسش‌ها، سرانجام، یکبار دیگر با اندک اختلافی در لحن و بیان، پس از مطالعه‌ی درس‌ها، تکرار می‌شوند. و آن هنگام، بطور دقیق‌تر، منشاء پرسش‌ها، در ضمن بندهای مختلف هر درس در درون پرانتزی بدست داده شده‌اند.

شاید بهتر باشد که پیش از آغاز هر درس، حدود پانزده تا بیست دقیقه، از دانش آموزان خواسته شود که پاسخ‌های خود را، در باره‌ی هر پرسش، بطور کتبی روی کاغذی بنویسند. بهتر است این پاسخ‌ها، جمع‌آوری شده، بطور نمونه چندتایی از آنها در حضور جمع خواننده شود، و سپس در پایان درس، پاره‌ای از آنها، با پاسخ‌های داده شده در ضمن درس، مقایسه گردند. برای صرفه‌جویی از وقت، در صورت امکان، بهتر است این پرسش‌ها، بصورت پلکی‌کی در اختیار دانش آموزان گذارده شوند. اینک، (۹) پرسش برای نظرخواهی و همه پرسشی در جمع، پیرامون بحران بلوغ:

- ۱- بنظر شما، آیا در نوجوانان، میل‌ها، خواهش‌ها، و گرایش‌های متضاد وجود دارد؟ اگر دارد، چرا؟ و چه نمونه و مثالی برای آنها، می‌توان بدست داد؟
- ۲- چه تفاوت‌هایی، فکر می‌کنید که میان نوع و کیفیت احساسات در کودکی و نوجوانی وجود دارد؟ و چرا؟

۳- آیا راست است نوجوانان زیاد رویائی و خیال پردازند؟ اگر چنین است، چرا؟ و دیگر آنکه این رویا پردازی‌ها ممکن است چه سودها، و یا چه زیان‌هایی را در برداشته باشد؟

- ۴- بنظر شما آیا درست است که همه دگرگونی روحی و اخلاقی نوجوانان نسبت به دوران کودکی آنها، ناشی از بیداری نیروی جنسی در آنان است؟
- ۵- مهمترین نیازهای روانی يك نوجوان، بنظر شما چیست؟
- ۶- چه انگیزه‌هایی، به جز جاذبه و نیروی جنسی، بنظر شما، ممکن است پسران و دختران نوجوان را بسوی یکدیگر سوق دهند؟
- ۷- مشهور است که غالباً بزرگسالان از بسیاری از اخلاق و رفتار نوجوانان انتقاد می‌کنند! بنظر شما، مهمترین جلوه‌های ناخوش‌آیند بلوغ از نظر بزرگسالان چیست؟ در این مسئله، درچه مواردی شما به بزرگسالان حق می‌دهید؟
- ۸- برای رفتارهای بظاهر غیر عادی نوجوانان، بنظر شما، چه دلائلی طبیعی و منطقی ممکن است، وجود داشته باشد؟
- ۹- بنظر شما، آیا شناخت دلائل و علل خصوصیات و اخلاق نوجوانان، و شناساندن آنها به پدران و مادران، می‌تواند در پیشگیری از بسیاری از سوءتفاهمها، و برخوردهای میان دو نسل، و کاستن از ناراحتی‌های هر دو گروه، سودمند واقع شود؟ چگونه باید این کار را انجام داد؟

۳- دوره‌های مختلف زندگی

از هنگام تولد تا دهسالگی را، «دوره‌ی کودکی» می‌نامیم. از یازدهسالگی تا بیست سالگی را، «دوره‌ی نوجوانی»، و از بیست و یکسالگی تا سی و پنجسالگی را، «دوره‌ی جوانی» می‌خوانیم. از سی و شش سالگی تا چهل سالگی را نیز میتوان «دوره‌ی میانسالی» و از چهل و شش سالگی تا شصت سالگی را، دوره‌ی بزرگسالی نامید. سپس، از شصت و یک تا هفتاد سالگی، دوره‌ی نوپیری، بین هفتاد تا هشتاد سالگی، دوره‌ی پیری، و پس از آن، دوره‌ی کهنسالی، آغاز می‌شود. در هر حال دوره‌ی نوجوانی را، دوره‌ی بلوغ نیز، می‌نامند. دوره‌ی نوجوانی، یا بلوغ، دارای دگرگونی‌ها، حالت‌ها، التهاب‌ها، اضطراب‌ها و جلوه‌هایی بسی سابقه، و ظاهراً غیر عادی است که از آنها، بنام‌های بحران، توفان، و یاتب بلوغ، یاد کرده‌اند.

اکثریت نزدیک به اتفاق دانش‌آموزانی که این کتاب، برای مطالعه‌ی آنها تهیه شده است، در همین دوره‌ی سال‌های بحرانی نوجوانی، یا دوره‌ی توفانی و تب‌آلود بلوغ، بسر می‌برند. از اینرو، مادران خود را، درباره‌ی بهداشت روانی، یا روانشناسی بهداشتی، از همین دوره‌ی بحرانی، آغاز می‌کنیم.

۴- نوجوانی در ادب دیرین فارسی

برای حسن شروع نخست، لحظه‌ای چند، بدین‌شعر «نظامی» که تصویرگر کرشمه‌های نوجوانی، در ادب فارسی است، توجه دوزیم:

چه خوش نازی است، نازخوبریان!

زده زانده را، دزدیده، جویان،

به چشمی، خیرگی کردن که:

- برخیز!

به دیگر چشم، دل دادن که:

- مگریز!

به صدجان از زرد آن ساعت که جانان،

«نخواهم!» گوید و،

خواهد، به صدجان!

شاید کمتر گوینده‌ای در گذشته به گیرائی و داربائی «نظامی گنجوی»

(مرگ ۶۰۵ - زایش ۵۳۵ هـ / ۱۲۰۹ - ۱۱۴۱ م) - سخن سرای بزرگ بزم‌ها

- جلوه‌ی کرشمه‌ها، گرایش‌ها و گریزها، خواستن‌های دل، و نخواهم‌گویی‌های

زبان، و سرانجام، ناهماهنگی‌های رفتاره و گفتار نوجوانی، را توصیف کرده باشد!

لیکن نظامی، تنها گوینده‌ای نیست که نسبت به جوانی و نوجوانی، وحالات و بزمی

آن، نظر داشته است.

از جمله «امیرعنصرالمعالی» کیکاوس (مرگ ۴۶۲ - ۳۹۹ هـ / ۱۰۶۹ - ۱۰۰۸ م)

در کتاب «قابوسنامه» - که آرا، آئینه‌ی فرهنگ فکری ایران قبل از مغولس

خوانده‌اند - فصلی ویژه درباره‌ی «پیری و جوانی» دارد (قابوسنامه/باب ۹).

امیر کیکاوس، قابوسنامه را، در حقیقت برای فرزند نوجوان خویش نگاشته

است، و از اینرو، هر جا که فرصت یافته است، از وی بزیاد نهم آن، در سراسر

کتاب نیز، اشاره‌هایی ارزنده به رفتار، به منش، و واکنش‌های نوجوانی دارد.

امیر کیکاوس، خطاب به فرزند خویش می‌گوید:

«ای بسرا! هر چند جوانی، «بیر - عقل» باش!

نگویم که جوانی مکن، لیکن جوانی خویشتن دار باش!

و از جوانی بزمردم عباس، که «چون شاطره» (شاد و لولیوش و زیرک).

نیکو بود! چنانکه ارسطالیس (ارسطو) گوید...:

- (جوانی، شعبه‌ای از دیوانگی است!) و نیز از جوانان جاهل مبالغه که...

از جاهلی، بلاخیزد!

بهره‌ی خویش، بقدر طاقت، از روزگار جوانی برادر که چون پیرشوی، خود

را نتوانی گرد آورد، چنانکه آن پیر گفت که:

- چندین سال، حسرت و غم خوردم که چون پیرشوم، خوبروبان، مرا نخواهند!

اکنون که پیر شدم، من خود ایشان را، نمی‌خواهم. و اگر خودخواهم (هم)

نزیبم!... اما ای بسرا! هشیاز باش، و بسه جوانی، غم‌مشو!... و همه،

تجربت و خاست، با جوانان مکن! بایران نیز، مجالست دار... که اگر از کسی

دانند که جوانان، ندانند - اگر چه غالب جوانان، بر پیران، خندند، از آنکه پیران را، محتاج جوانی بینند؛ بدین سبب، بر پیران، پیشی جویند و برایشان بسی حرمتی کنند! (قابوسنامه / باب ۹).

آنگاه امیر کیکاوس، در موردی دیگر، متوجه صفت ویژه دیگر از دوره‌ی تب‌آلود نوجوانی شده، و بایادکرداد خصوصیات اخلاقی خویش، در روزگار نوجوانی و جوانی خود، به فرزند خویش می‌گوید:

اما، حدیث شراب خوردن! نگویم که شراب بخور! و نیز نتوانم گفتن کسه مخور! (چون) که جوانان به قول کسی از فعل خود باز نگردند. که (خود) مرا (بروزگار جوانی) بسیار گفتند، و نشنودم، تا پس از پنجاه سال، رحمت کردگار، (بمن)، توبه از زانی داشت! (قابوسنامه / باب ۱۱).

همین‌باز، در فرصتی دیگر امیر کیکاوس، به حساسیت عاطفی، و لطافت، طبع، در دوره‌ی نوجوانی پرداخته یادآور می‌شود که:

«بدان‌ای پسر! تا کسی، لطیف طبع، نبود، عاشق نشود. از آنکه عشق، از لطافت طبع خیزد!... نه بینی که جوانان، بیشتر عاشق شوند... (تا) پیران؟! از آنکه طبع جوانان، لطیف‌تر باشد از طبع پیران!» (قابوسنامه / باب ۱۴).

موصف نوجوانی در ادب امروز ایران

در اشعار گویندگان معاصر ایران، وصف‌هایی بسیار شیوا و گویا، از جلوه‌های نوجوانی، و جهان توفانی آن - از رنگ‌ها، از تندها و ناکامی‌ها، از سرگستگی‌ها و ناشناختگی‌ها، از غرورها و سرخوردگی‌ها، از شادی‌ها و دل‌افسردگی‌ها، از میل به پروازها، و مهارهای آن - می‌توان یافت. برای نمونه از دهها شاهد، «سینه‌بین بهیمانی»، در چکامه‌ی «آتش نهفته»ی خود، نوجوانی‌جویا و دردمند را، با این تعبیرها، مورد خطاب، قرار می‌دهد، و بسوی او، دست یاری، دراز می‌دارد که‌ای:

- اخگر نهفته به خاکستر!
- چهره‌ی نهفته به تاریکی!
- رمز ناگشوده!
- موج ناغنده!
- سرگشته زگردش توفان!
- بازتیز پر گرفتار!
- شیر پرغور در دام!
- ناشکفته غنچه‌ی گلبرگ سوخته! (دیوان چلچراغ / قطعه ۱۶)

۶- نوجوانی، چگونه دوره‌ای است؟

نوجوانی، دوره‌ی غلبه‌ی نازها، نیازها، طنازی‌ها، و جلوه‌ی فروشی‌های تند

و فراوان، و در عین حال، بی‌دوام و زودگذر است. نوجوانی را، چه نیکو، به هوای بهاران تشبیه کرده‌اند: «یک لحظه آفتابی و سوزان، دگر لحظه، بارانی و سرد؛ حالی توفانی، و سپس، آرام!»
راستی را مگو از توفان، می‌تسوان انتظار سامان و ثبات، و یکنواختی و هماهنگی داشت؟

نوجوانی، دوره‌ی توفان و بیقراری روح است - بیقراری و توفانی که ممکن است، سال‌ها بطول انجامد! و آنچه که استعداد، و رغبت استوار نوجوان است، این میانه، به زحمت راه خود را برای شکوفائی و رشد، باز یابد!
در دوران بلوغ، نوجوانان، بیش از هر دوره‌ی دیگری، دستخوش هجوم احساسات عنان گسیخته‌ی شدید و مختلف‌اند. نوجوان تازه بالغ، زیر فشار موج‌های احساسات، سخت حساس و زود رنج می‌شود. این حساسیت شدید، ممکن است وی را، در برابر کوچکترین امر نامطبوعی، بویژه در برابر پدر و مادر - و گاه نیز احیانا در برابر دبیران و اولیاء مدارس راهنمایی و دبیرستان - به سخت‌ترین واکنش‌های گستاخانه، خشم، ناسازگاری، و پرخاشیجوئی‌های ظاهرا بی‌شرمانه، برانگیزد. و یا آنکه برعکس، وی را به پرتگاه خاموشی، قهر، گوشه‌گیری‌های پررنج، با احساس‌های افسرده‌دلی، تنهایی‌های اندوهبار، و خود خوری‌های زیانمند، در افکند!

«سعیدی»، با چیره دستی، از زبان پیرمردی گرفتار همزیستی با نوجوانی هیجان زده و متلون، جنبه‌ی توفانی، و نوسان عاطفی نوجوانان را، این چنین برای ما، ترسیم می‌کند که:

«نه گرفتار آمدی به دست جوانی معجب (خودپسند)، خیره رای، سرکش، سبک پای که هر دم، هوس می‌بزد، و هر لحظه، دای زنده، و هر شب، جای خسب و هر روز، یاری گیرد!؟»

جوانان، خرمند و، خوب رخسار -

و لیکن در وفا، باکس نیابند!

وفاداری مبار از بلبلان، چشم،

که هر دم بر کلی دیگر، سرایند! (گلستان، باب‌اتر حکایت ۱)

۷- بلوغ، دوره‌ی توفان و فشار

«استانلی‌هال» * (۱۹۲۴-۱۸۴۴) روانشناس نسامی امریکائی که اغلب او را پدر روانشناسی بلوغش می‌نامند، از آنجا که نخست در آلمان تحصیل کرده بوده است، با استفاده از نام دوره‌ی کوتاه نهضت بیست ساله‌ی رمانتیک میان سال‌های ۱۷۸۷-۱۷۶۷، در ادبیات آلمان، دوران بلوغ را، دوره‌ی

«توفان و فشار» نامیده است. نهضت توفان و فشار - در آلمان، نهضتی ادبی بوده است که گوته (۱۸۳۲-۱۷۴۹) و شیللر (۱۸۰۵-۱۷۵۹)، نویسندگان و شاعران نامی آلمان، در دوره‌ی جوانی خود، از نمایندگان بسرجسته‌ی آن بشمار می‌رفته‌اند. این نهضت ادبی، طنین‌انداز روح نویسندگان جوان، دارای جنبه‌ی آرمان‌گرایانه، احساساتی، هیجانی، خیال انگیز و اندوه‌بار، بوده‌است. استانی‌های، دوره‌ی بلوغ احساسات را از حدود دوازده سالگی تا بیست و پنج سالگی (۲۵ - ۱۲)، و در نتیجه سراسر این مدت را، دوره‌ی توفان و فشار می‌داند.

یک روانشناس بنام دیگر آلمانی، «ادوارد اشپرانگر» (۱۹۶۲ - ۱۸۸۲)، هم‌نظر با استانی‌های، به پژوهش در نوع ادبیاتی که بطور آزاد، مطالعه‌ی آنها، مورد علاقه‌ی نوجوانان است، و نیز به بررسی نوع و شکل آثاری ادبی که در دبیرستانهای آلمان زمان خود، تدریس می‌شده است، پرداخته است. پژوهش اشپرانگر نشان داده‌است که ادبیات قدیمی (کلاسیک) که اغلب، بهمان صورت دیرین خود، در برنامه‌ی دبیرستانها، گنجانیده شده است، کمتر مورد توجه دانش آموزان قرار می‌گیرد. درحالیکه ادبیات دوران «توفان و فشار» باگرایش‌ها و روحیه‌ی نوجوانان، سازگارتر است. بهمین ترتیب در موسیقی نیز، نوجوانان، قبل از آنکه به موسیقی‌های کلاسیک روی آورند، از موسیقی‌های نرمانتیک، و یا جازهای پرمیچان روز، استقبال می‌کنند.

توفان و فشار را می‌توان دوره‌ی «احساسات گرائی»، و عاطفه پرستی، و نیز «دوره‌ی اراده‌ی معطوف به عاطفه»، نامید. نویسندگان و پیشروان این دوره، در آلمان، همه از نوجوانان و جوانان بوده‌اند. آنان، با اثرپذیری از ژان ژاک روسو (۱۷۷۸ - ۱۷۱۲)، نویسنده‌ی فرانسوی زبان سوئیسی، با پیروی از زندگی صنعتی و گسترش اخلاق ماشینی، بازگشت به طبیعت را، تبلیغ می‌کرده و می‌ستوده‌اند. هرچند که بیشتر از نویسندگان این نهضت، خود در دوره‌های بعدی تکامل خویش، از احساسات گرائی تند و آتشین مرحله‌ی توفان و فشار، دوری گزیده‌اند، لیکن ارزش استوار این دوره، بعنوان مرحله‌ای انتقالی و گذران، از نوجوانی به دوره‌های دیرین جوانی، اندک‌اندک در میان روانشناسان نوجوانی، برسمیت شناخته شده است.

بیشترین افراد نوجوان جامعه‌های صنعتی، عموماً، سالی چندرا در این دوره‌ی بحرانی عاطفی، هیجانی، و پراحساس توفان و فشار روحی، بسر می‌برند. و ناچار به ادبیات، هنر، مذهب، و عقاید تند و احساساتی، روی می‌آورند. از اینرو موسیقی جاز، برای نمونه، بر اثر شدت تکیه‌ی آن بر ریتم‌های تند، ودعوت مستقیم آن از هیجان و احساسات، از موسیقی‌ها محبوب این دوره از زندگی بشمار می‌رود. نوجوانان در این دوره، به هرچیز، به مذهب، به هنر، به سیاست، به

عشق، به ورزش، و مانند آن، بیشتر بارنگ تند و هیجانی عاطفی می‌نگرند. ادبیات کمین و کلاسیک، تنها در لحن خروشان حماسی، یا انگیزنده‌ی بزمی، ادبی و بر احساس مستقیم آن، می‌تواند برای آنان گیرائی دایمته باشد. از اینرو، بر خلاف تصور پاره‌ای، گریز نوجوانان از ادبیات کلاسیک و قدیمی، گریز مطلق آنان، از ادبیات نیست. بلکه گریز از قالب‌های نامانوس، لحن سنگین و کم تحرک، و فرار از عبارات و واژه‌های دشوار و نامفهوم آنهاست. نوجوانان، عطش ادبی و هنری خود را، در سبکی دیگر، در سبک توفان و فشار، جستجوی می‌کنند. آنان، خود بخود، و غالباً ناآگاه، بسوی آثار، نوشته‌ها، بازی‌ها، و ورزش‌هایی کشیده می‌شوند که پاسخگوی عطش هیجانی آنها، انگیزنده، و نیز آرامی بخش نیازهای عاطفی روح پراشتاب، و گردباد احساسات ایشان، در این دوره‌ی تب آلوده باشند.

۸- گرایش‌های متضاد، در نوجوانی

هیجان‌های عاطفی، عموماً در دوره‌ی نوجوانی، همواره میان «خواهش‌ها و قطب‌های متضاد»، در حال نوسانند. از جمله حالت‌های ضدگمانی و خنده‌زونی نوجوان، گاه حتی بدون دلیل آشکار و مشخص، به افسردگی و پریشانی، تبدیل می‌شود. در حالی که نوجوان، احساس غرور و تکبر می‌کند، پیمان اندازه نیز ممکن است، احساس خود کم بینی و شرمندگی در وی، باشد. در بسیاری از موارد، نوجوان حالت «خود خواهی»، و بی‌قیدی کودکانه را در خود نگاه می‌دارد، در عین حال احساس «نوع پرستی» و «تخیر خواهی» نیز در وی روبه رشد می‌نهد. او با وجود داشتن دوستان متعدد، و میر به جاب توجه و دوستان تازه، گاه به شدت می‌خواهد که اوقات خود را، در «تنهایی» بگذراند. گهگاه از او، «احساسات لطیف»، و سپس احساسات خشن، سر می‌زند، گنجگویی، پرستش‌های مصرانه، انتقادی، و انکار آمیز او، در این دوران، عموماً به شدت تحریک می‌شود، و خواهان حل مسائل فراوان اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و هنری و مانند آن می‌گردد. لیکن گاه نیز یکباره، به همه چیز بی‌اعتنا و بی‌تفاوت شده، شعار «بزن چه؟ بتوجه؟» را شیوه‌ی رفتار خود قرار می‌دهد، و مه‌چیز را، بی‌پرده و بوج مرا انگارد. در حالیکه خود کوشاست تا قدرت اجرایی و فرمانروائی بدست آورد، همواره اندیشه‌های انقلابی است، با این وصف، با هر نوع قدرت ما فوق و آفا بالاسر برای خود، مخالف است. همچنین در حالیکه همه‌را مسئول بدبختی‌ها و بی‌عدالتی‌های موجود در جهان می‌شمارد، خود از زیر بار قبول هر گونه مسئولیتی، ممکن است شانه خالی کند.

۹- تفاوت احساسات در کودکی و نوجوانی

البته کودکان نیز عموماً دستخوش احساسات شدیدند. لیکن تفاوتی را که

میان احساسات کودکان، و نوجوانان وجود دارد، در واقع می‌توان:
(الف) یکی در شدت، و عمق و گسترش بیشتر دائره‌ی احساسات، در
نوجوانان،

(ب) - و دیگری، در دوام بیشتر نسبی اسر احساسات، در جسم و روح
آنان دانست.

چنانکه برخورد ساده‌ی يك نوجوان - بویژه اگر دختر باشد - با فردی مورد
توجه و جالب، و گفتگوئی زودگذر، مختصر و عادی با وی، ممکن است، آنچنان
نظام احساسات، قدرت خیال پردازی و رویا سازی وی را به هیجان آورد که از
آن، داستانی پرماجرا، و درامی پرفاجعه، پدید آید!

۱۰- رویاپردازی، در نوجوانی

قدرت رویا سازی، در نوجوانان، به اندازه‌ای نیرومند، لگام گسیخته،
گرافه‌پوی، سیال و بافته است که در موارد بسیار شدید و افراطی، از آن، بنام
«میتومانی» یعنی «جنون افسانه سرائی» «هدیان اسطوره گوئی» و بیماری خیال
باغی و خیال پردازی، یاد کرده‌اند.

اینک لحظه‌ای چند، به حکامه‌ی «رویا» سروده‌ی «فروغ فرخزاد»، نظر دوزیم
تا تجسم قدرت رویا پردازی پاره‌ای از نوجوانان را، در زیباترین جلوه‌های ادبی
آن، در شعر امروز ایران، مشاهده نمائیم:

با امیدی گرم، شادی بخش،

بانگاهی مست و «روپائی»

دخترک افسانه می‌خواند،

نیمه‌شب، در کنج تنهایی: *علوم انسانی و مطالعات فرهنگی*

- «بیکمان، روزی، ذراهی، دور،

می‌رسد، شهبازده‌ای مغرور،

می‌خورد، بر سنگ فرش کوچه‌های شهر،

مهربی مسموم باد بمانش!

می‌درخشد، شعله‌ی خورشید،

بر فراز تاج زیبایش!

تار و پود جامه‌اش، از زر،

سینه‌اش پنهان بزیر رشمته‌هایی از دروگوهر!

می‌کشاند، هر زمان، همراه خود، سوئی،

باد - پرهای کلاهش را،

یا بر آن پیشانی روشن،

حلقه‌ی موی سیاهش را!

مردمان، در گوشه‌هم، آهسته می‌گویند:

- آه! او با این غرور و شوکت و نیرو،
در جهان، یکتاست!
بیگمان، شهزاده‌ای والاست!
دختران، سر می‌کشند از پشت روغن‌ها،
کوته‌هاشان، آتش از سرم این دیدار،
سینه‌ها، لرزان و پرغوغا،
در طینش از شوق یک پندار:

- شاید او، خواهان من باشد؟!

لیک گوئی دیدمی شهزاده‌ی زیبا،
دیدمی مشتاق آنان را نمی‌بیند!
او از این گلزار عطراکین،
برگ سبزی هم، نمی‌چیند!
همچنان آرام و برتسویش،

می‌رود شادان، براه خویش
می‌خورد بر سنگفرش کویچه‌های شهر،
ضربه‌ی سم ستور باد بجا می‌شود،

مقصود او؟! خانه‌ی دلدار زیبا پیش!
مردمان از یکدیگر، آهسته می‌جریند:
- کیست بسی، این دختر خوشبخت!

ناگهان در خانه می‌پیچد، صدای در!

سوی در، گوئی زشادی می‌کشایم از بی‌ظالعات فریبگی

سوست؟! آری، اوست! *زبان جامع علوم انسانی*

آه! ای شهزاده! - ای محبوب رویائی!
نیمه شبها، خواب می‌دیدم که می‌آئی!
زیر لب، چون کودکی آهسته می‌خندد،
بالگامی گرم و شوق آلود،
برنگاهم، راه می‌بندد:

- ای دوچشمانت، روی روشن، بسوی شیر زیبائی!

ای نگاهت، باده‌ئی در جام مینائی!

آه! بشتاب ای لب، هر رنگ خون لاله‌ی خوشرنگ صحرائی!

ره؟! بسی دور است!

لیک در پایان این ره، قصر بر نور است!

می‌لسم یا بر رکاب هر کبش، خاموش!

می‌خرم در سایه‌ی آن سینه و آغوش،

می شوم مدهوش!
 بازهم، آرام و بی تشویش،
 می خورد بر سنگفرش کوچه های شهر،
 ضربه ی سم ستور بادبیمایش -
 می درخشد، شعله ی خورشید،
 بر فراز تاج زیبایش!
 می کشم همراه او، زین شمیر غمگین، رخت!
 مردمان با دیده ی حیران،
 زیر لب، آهسته می گویند:
 - دختر خوشبخت!... (کتاب دیوار رقطه ی ۲)

۱۱- رویا در بیداری

روانشناسان، از این کیفیت خیال پردازی و رویا سازی خلاق، بنام رویا در بیداری یا رویای روز، یاد کرده اند. پیشینیان، و عارفان ما، از این کیفیت، بنام «احلام یقظه»، یعنی «رویا های بیداری»، تعبیر نموده اند.
 رویا های بیداری، البته نه بشدت دوران نوجوانی، لیکن بطور نسبی همواره با ما خواهند بود. اگر به افراط نگروند، و موجب بیگانگی و دوری ما از واقعیت نگردند، شیرین و مفیدند، در پاره ای از لحظات تلخ و ناکامی، دقایق طلائی و دل انگیز را برای ما، می آفرینند، و تاحدی نیز تلخکامی های واقعیت خشک، و نامرادی های ما را، جبران می کنند. «میتومانی»، جنبه ی افراطی و بیمارگونه ی آنهاست، نه شکل دلرام و شیرین و سودمند آنها. نوجوانان، تنها نباید همواره، عنان اختیار خود را، بدست رویاها، و خیال پردازی ها، رها کنند و واقعیت، و پیکار و تلاش، بخاطر حل مسائل آنرا، یکسره بدست فراموشی، و غفلت و بی تفاوتی سپارند!

۱۲- بیداری نیروی جنسی

بدون شك، هیجان عاطفی نوجوانان، با جهش و بیداری «نیروی جنسی» آنان، بی رابطه نیست. لیکن اشتباه محض است، اگر بحران عاطفی و التهاب و تنش احساسات نوجوانان را، تنها، بی آمد بیداری نیروی جنسی آنان به پنداریم.

پاره ای از روانشناسان، مانند ادوارد اشپرانگر آلمانی، به شدت میان احساسات عاشقانه و جنسیت، یا هوس جنسی، بویژه در دوری نوجوانی، تفاوت می نهند. جنسیت، به عقیده ی اشپرانگر، یعنی لذت جوئی جسمی و بدنی که به میل شهوانی، و تحرك نیاز جنسی، منتهی می شود. در صورتی که احساسات عاشقانه، نوعی شور

و گرایش لطیف روحانی است که در آن، تمایل آگاه، برای تماس بدنی و جنسی، وجود ندارد. و در اصل، بیشتر انگیزته از حس زیبایی شناسی، خیال رویائی، رقت ذوقی و شور و التهاب عاطفی است. احساسات عاشقانه، حالتی است بیشتر روانی که بر تفاهم، همدردی، مهرورزی و خوش آیند گوئی و ستایش، متکی است. در يك رابطه‌ی عاشقانه‌ی راستین، در انسانهای بزرگسال و رشد یافته، میل جنسی، و احساسات عاشقانه، بایکدیگر ترکیب شده بصورت آمیزه‌ای از گرایش مهر آمیز، و پر عطف و جنسی، همراه با احساس مسئولیت در بازه‌ی شادی ورنج، و سلامت و شادی ورنج، و سلامت و شادکامی طرف مقابل، تجلی می‌کنند. لیکن در دوره‌ی بلوغ، این دو کیفیت - میل جنسی، و احساسات عاشقانه - غالباً بطور مستقل، و مجزا از یکدیگر، رشد می‌نمایند. بسیاری از مشکلات عاطفی و جنسی دوران نوجوانی، ناشی از استقلال، وجدائی این دو گرایش و حالت از یکدیگر است.

شکاف میان دو جنبه‌ی عشقی و جنسی در دوران بلوغ، ممکن است تا آن اندازه شدت یابد که عشق پاک و احساسات عاشقانه‌ی نوجوان - بویژه در پسران - متوجه يك دختر، و احياناً میل جنسی او، متوجه دیگری گردد. در این حال، کارشناسان، از نیاز به صمیمیت و نزدیکی مهرجویانه، و تضاد آن، با کشش‌های شهوانی، در نزد نوجوانان، صحبت می‌کنند. این تضاد و کشمکش درونی عاطفی و جنسی را، بسیاری از نوجوانان، خود احساس می‌کنند و گاه نیز بهمین مناسبت، دچار احساس شدید گناه می‌شوند. لیکن اگر آنان، خود این را بدانند، و یا به آنان گفته شود که این مرحله‌ای ناچار انتقالی و موقت است که تنها با شکیبائی و گذشت زمان، سپری خواهد شد. به حل مشکلاتشان کمک نموده، آرامش از دست رفته را، تا حد زیادی باز خواهد داد.

۱۳- نیازهای روانی نوجوانان

در نوجوانان، نیازمندی‌های اصیل و بنیادی روانی و جسمی دیگری نیز بجز «نیاز جنسی» وجود دارد که بدون شك، رفتار آنان را تحت تاثیر قرار می‌دهد. از جمله‌ی این نیازمندی‌ها، می‌توان، 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.

بیداری غریزه‌ی جنسی، از آنجا که با پیدایش صفات جسمی و روحی نسبتاً آشکار و مشخصی همراه است، سبب می‌شود که توجه به نیازمندی‌های دیگر روحی نوجوانان، مورد غفلت قرار گیرد. و احياناً، تظاهر کاملاً عادی آنها، در نظر افراد بی اطلاع از روانشناسی دوره‌ی بلوغ، بیماری آسا، و ناسالم، جلوه نماید. برای نمونه، روی کرد و توجه انسان نوجوان به «جنس مخالف» - یا اگر درست‌تر، و با هدف طبیعت از آفرینش زن و مرد، نزدیکتر بگوئیم، به

«جنس مکمل» - از این قاعده، مستثنی نیست.

۱۴- انگیزه‌های گرایش پسران و دختران بیکدیگر

گرایشی که در فرد نوجوان - پسر یا دختر - نسبت به جنس مکمل و متمم خود، دیده می‌شود - برخلاف آنچه که مردم، معمولاً در اینگونه موارد می‌پندارند همواره، انگیزه از «تمایلات شهوانی» نیست. چه بسا که آن، بیش از هر چیز، برخاسته از نیاز به تحسین و ستایش، یا جلب احترام، جلب محبت، مورد توجه واقع شدن، و مهم و بالغ جلوه نمودن باشد. و یا حتی گاه، ناشی از احساس ترحم، نوع دوستی، همکاری، پایمردی، مسئولیت، و میل به دستگیری و حمایت کردن باشد!

بویژه باید در نظر داشت که از مرحله‌ی «گرایش به جنس مخالف» یا جنس مکمل، یا مرحله‌ی «جاذبه‌ی شهوانی»، و علاقه‌ی جنسی، و مرحله‌ی آمادگی و نیاز به زناشوئی، گاه بسی فاصله، و تفاوت وجود دارد. چه بسیار نوجوانان که از سوءتعبیر علاقه‌ی لطیف و پاک، و به اصطلاح، رمانتیک خود، نسبت به جنس مخالف، به عنوان یک علاقه‌ی شهوانی، واقعا وحشت و نفرت دارند!

نخستین احساسات نوجوانی، نسبت به جنس مخالف، بگفته‌ی شاعران، غالباً جنبه‌ی ملکوتی و آسمانی، و خیال‌انگیز و شاعرانه، دارد - هر چند که همین احساسات پاک، گاه می‌توانند، بخوبی مقدمه‌ای برای یک زناشوئی سالم، و یا با کمال سوگمندی، برعکس، پیش درآمدی برای سقوط به پرتگاه‌انده‌یاب سرخوردگی، پشیمانی، غبن، احساس فریب خوردگی، و حتی رشد ناهماهنگ انحرافات، و تابسامانی‌هایی در زندگانی جنسی و زناشوئی افراد، گردند!

۱۵- برخورد نوجوانان پسر و دختر با یکدیگر

پسران و دختران نوجوان، در دوران بلوغ، سخت بهم روی می‌آورند. دوست دارند، هم رابه‌بینند. با هم صحبت کنند. لیکن هنوز آشکارا، و بروشنی نمی‌دانند چرا؟ و چه باید بکنند؟ می‌لشمان، تند و شدید، ولی گنگ و مبهم است. از اینرو رفتارشان، نامنظم، و دلربائی‌ها و طنازی‌هایشان، گاه، بس زننده و نامطمئن، و با ندانم‌کاری و ناشیگری آمیخته است. روی کرد پسران و دختران نوجوان بیکدیگر، در آغاز بلوغ - حدود چهارده سالگی به بعد - بیشتر دستخوش نوسان‌های ناهنجار «گرایش - و - گریز» است. و به اصطلاح متداول در زبان گفتگوهای روزمره، با رفتار ظاهراً متضاد آنان، یعنی با حالت شکفت‌انگیز «با دست به پیش کشیدن، و با پا پس زدن»، همراه است.

در این دوره از گرایش نوجوانان پسر و دختر بیکدیگر، غالباً، شخص معینی از جنس مخالف، مورد نظر نیست. بلکه تقریباً هر فرد، و گاه در یک زمان، چندین فرد مختلف از جنس مخالف، می‌تواند هدف این روی کرد و توجه، قرار گیرد. در همین هنگام است که فوج‌هایی از پسران نوجوان، نزدیک

مدارس دخترانه، برای دیدن آنها، براه می‌افتند. و یا نزدیک سینماها، و مراکز همانند، اجتماع می‌کنند.

۱۶- احتیاط در تفسیر جلوه‌های نوجوانی

آشنایان به دقایق پرتهاپ روح جوانی، و شناسندگان لحظات حساس شور بلوغ و نوجوانی، بخوبی می‌دانند که این «گرایش‌های توأم با گریز»، چنانکه اشاره رفت، همه، یکسره انگيخته از «غریزه‌ی جنسی» نیستند. و توجیه آنها نیز از این دریچه، پی‌آمدها، و عواقب زیانمندی را در بر خواهد داشت. اقدام به «زناشویی»، یا «وادار ساختن به زناشویی»، در چنین دوره‌ای بحرانی و توفانی، از خطرناکترین لغزش‌هایی است که ممکن است نوجوانان، خود، او یا اولیاء آنها، مرتکب شوند!

گرایش و گریز، یا دقیق‌تر بگوئیم، تلون مزاج، یا دمدمی بودن، و عدم ثبات در رفتار نوجوانان، حاکم بر تمام شئون حیات روحی و اجتماعی آنان است. در حقیقت، راز کرشمه‌های نوجوانی را، در مجموع حیات روانی نوجوانان باید جستجو نمود، نه تنها، در زندگانی جنسی او عشقی آنان!

۱۷- جلوه‌های ناخوشایند بلوغ، از نظر بزرگسالان

بزرگسالان، بسیاری از رفتار نوجوانان را نمی‌پسندند، و به انتقاد از آنها می‌پردازند. بطوریکه، در بسیاری از خانواده‌ها، این انتقادات و اعتراض‌ها - از طرف بزرگسالان - و بی‌اعتنائی‌ها و لجبازی‌ها - از طرف نوجوانان - یکنوع برخورد دائم و پیکار مستمری را میان آنها، دامن می‌زند. برای نمونه، می‌توان متداول‌ترین جلوه‌های ناخوش‌آیند توفان بلوغ را، از نظر بزرگسالان، چنین برشمرد:

- ۱- خورده‌گیری و عیب‌جوئی
- ۲- پرسش‌های عصیانی و سنت‌شکن
- ۳- خودبینی او خودستائی
- ۴- ستیزه‌جوئی و کژخوئی
- ۵- بی‌انضباطی در منزل
- ۶- فرار از مقررات و اطاعت از اوامر
- ۷- پرحرفی، تلفنی و غیر آن
- ۸- دوست‌گزینی‌های بی‌فرجام
- ۹- رویاسازی و بلندپروازی
- ۱۰- قهرمان‌پرستی
- ۱۱- مد‌پرستی، و قرض دادن لباس‌های خود بدیگر همسالان، و عاریه گرفتن لباس‌های آنان، بویژه در میان دختران

- ۱۲- بی‌اشتهائی، به هنگام معمول غذا، و برعکس، دلگی‌های بی‌موقع
 ۱۳- وقت‌گذرانی و پرسه‌زنی
 ۱۴- وسواس و دودلی
 ۱۵- بی‌قراری و بی‌حوصلگی
 ۱۶- لجبازی و سرکشی
 ۱۷- اشتغال‌های بی‌دوام و بی‌هدف
 ۱۸- خاطره‌نویسی و یادبودنگاری
 ۱۹- کشیدن سیگار و مانند آن
 ۲۰- خستگی و تنبلی فکری
 ۲۱- و یا برعکس، افراط در امور تحصیلی
 ۲۲- میل به انزوا و گوشه‌گیری
 ۲۳- و یا علاقه به سروصدا و حرکات تند و برهیجان، و دهها حالات غیرمتعادل و سنگفت‌انگیز دیگر که شاید همه از نظر پدر و مادران، یکباره، ناپهنگام و بی‌سابقه در نوجوان، پدیدار شده باشد!

۱۸- فلسفه‌ی جلوه‌های توفانی بلوغ

جلوه‌های توفانی نوجوانی، و یا مظاهر تب بلوغ، بطور کلی همه، بیماری‌آسا، یا بیموده و بی‌فلسفه، نیستند. برای مثال، اگر انسان نوجوان، خرده‌گیر و عیب‌جوست، برای آنستکه حسن‌داوری، نیروی ارزشیابی و تشخیصش، روبه تکامل نهاده پرورش می‌یابد، و در نتیجه، نیازمند به ورزش و تمرین است. وی اگر بی‌انضباط و گریزان از اطاعت مقررات است، در واقع بیشتر از آنروست که شخصیتش، روبه استقلال می‌نهد.

قهرمان‌پرستی و مددپرستی نوجوان، حاکی از نیاز او به «نمونه»، به «الگو»، به مدل و راهنما برای انتخاب بهترین روش زندگی، رفتار، شکل و قیافه، طرز حرف زدن، شیوه‌ی لباس پوشیدن، زیبایی، خودنمایی و خوب جلوه کردن است.

وسواس و تردید نوجوان، بیشتر ناشی از نداشتن یا کمی تجربه و فقدان تمرین و مهارت کافی، بخاطر سن اندک، و نیز فقر مایه‌ی فکری و ناشناختن معیارهای مطمئن در تشخیص درست از نادرست، و انگیزه از تکاپو برای رشد اجتماع و نیل به استقلال در فکر، و جبران زبونی‌ها، و خود کم‌بینی‌های خویشتن است.

در رویاسازی، و خیال‌پردازی‌های طلائی و طولانی خود، نوجوان، در تلاش شناسائی آینده‌ی نامعلوم، شکل دادن به آن، تنظیم برنامه‌ای دلخواه و سازنده برای آن، و نیز در تکاپوی کشف ذوق، شناخت استعدادها، و دریافت آرمان واقعی، و کمال مطلوب خویشتن است.

بی‌قراری‌ها و بی‌حوصلگی‌ها، پرسیه زنی‌ها و وقت‌گذرانی‌های نوجوان، نشانی از روح ناآرام، و نیاز شدید او، به استراحت بیشتر دماغی است. بی‌تجربگی و ناآگاهی نسبت به هدف زندگی، نوجوان را بلا تکلیف و سرگردان می‌سازد. شتابزدگی برای رسیدن به خواست‌های ناشدنی، و یا رسیدن سریع به خواست‌هایی که نیل‌بدان‌ها، به شکیبائی، به تحمل رنج، و بزمانی بیشتر نیازمند است، غالباً نوجوان را، فرسوده، مایوس و بی‌حوصله می‌سازد. بی‌قراری و پرسیه زنی، واکنش طبیعی نوجوان نسبت بدین نکته‌های پرابهام و طاقت‌فرساست.

در ستیزه‌چرئی‌های نوجوان، عموماً میل به مهم جلوه کردن، و در لجبازی‌ها و سرکشی‌هایش، شوق آزادی و طنین نیاز، به خودمختاری و بزرگسالی، نهفته است. او می‌خواهد که دیگر، کودکش نپندارند. مانند کودک، با او رفتار نکنند. بی‌چون و چرا، بروی، فرمان نرانند. بلکه او هم از خود نظری، از خود عقیده‌ای مورد قبول و احترام، ابراز نماید!

دلگی‌های نابهنگام نوجوان، اشتباهی فردی را تسکین می‌دهد که به‌تندی روبه رشد است. سراسر نظام هورمونی غده‌های درون‌زین داخلی نوجوان، به خاطر کمال رشد، و تکمیل بلوغش، بهم خورده است. در وی ایجاد گرسنگی‌های نامرتب می‌کند، و او را پریشان و ملتهب می‌سازد. گرسنگی‌های نابهنگام نوجوان، کمتر یک مسئله تربیتی، و بیشتر یک مسئله‌ی مربوط به فیزیولوژی، و تراوش‌های هورمونی است.

خاطره‌نویسی‌ها و یادبودنگاری‌های نوجوانان، و ورزش‌های تند و گوناگون، عموماً مفر هیجان‌های شدید عاطفی، مخرج انرژی‌های فراوان، تراکم یافته، مصرف نشده، و لبریز، و وسیله‌ی ابراز احساسات، و تأثرهای روحی آنها، و در نتیجه، سبب تسکین التهاب‌های آنان است.

بدین ترتیب، هیچ جلوه‌ای از جلوه‌های نوجوانی، بی‌معنی، بی‌هدف، و بیپوده نیست. این جلوه‌ها، اگر به درستی فهمیده و شناخته شوند، و نیز آنها را به نوجوانان بشناسانند، زندگی با نوجوانان، رهبری، و رهنمونی آنها، برای کسب استقلال، و احساس مسئولیت فردی و اجتماعی در آینده و حال، کار دشواری نخواهد بود.

۱۹- نتیجه: ایجاد مفاهیم میان دو نسل

یکی از هدف‌های درس بهداشت روانی، یا روانشناسی بهداشتی، ایجاد زمینه‌ی تفاهم بیشتر میان نوجوانان و نسل‌های بزرگسال، و کمک به بهسازی محیط عاطفی آنان، در خانواده، در مدرسه، و در اجتماع، و آشنا ساختن هر دونسل، به نیازهای روانی یکدیگر است.

۲۰- خلاصه

نوجوانی، دومین دهه‌ی زندگی است. دوره‌ی بلوغ، و توفان و بیداری روحی است. ارسطو جوانی را، شعبه‌ای از دیوانگی خوانده است. مولف قابوسنامه آنرا دوره‌ی غرور، سرکشی، تحقیر پیران، و لطافت طبع و عاشقی می‌نامد. سعدی نیز آنرا، دوره‌ی سرکشی، هوسبازی، دغدگی مزاجی، و پیوند های زودگذرش، می‌شمارد. نظامی آنرا، دوره‌ی خواستن‌های دل، و نخواستن گفتن‌های زبان می‌شناسد. در آثار گوینده‌گان معاصر نیز جوانی را همچنان با تعبیرهایی چون موج ناغنده، احگر نهفته به خاکستر، سرگشته ز گردن توفان، شیر پرغرور در بند، و مانند آن، وصف کرده‌اند. روانشناسان غربی نیز نوجوانی را دوره‌ی توانان و فشار، نامیده‌اند.

گرایش‌های متضاد - مانند افسردگی‌های بی‌دلیل، در لحظه‌های شادی، غرور، در عین خودکم‌بینی، خودخواهی در عین نوع دوستی، معاشرت طلبی، در عین تنهایی‌گزینی، کنجکامی، و بی‌تفاوتی، قدرت‌جویی در عین قدرت مستیزی، چشم‌داشت مسئولیت از دیگران، در عین گریز از مسئولیت، عصب و ورزیدن به دنیا، و پوچ انگاری همه چیز - از نوسان‌های متداول و متغیر دوره‌ی توفان و فشار است.

هیجان عاطفی نوجوانان، نسبت به دوره‌ی کودکی آنان، دارای شدت، عمق، گسترش، و دوام بیشتری است، و با ترشح هورمون‌ها، به ویژه با بیداری نیاز جنسی آنها، بی‌رابطه نیست. لیکن گرایش نوجوان به جنس مخالف، همیشه، تنها در اثر کشش جنسی نیست. بلکه گاه نیز ناشی از نیاز به مهرورزی، یا میل به استقلال است. این نیاز با استقلال‌طلبی و احترام، و یا انگیخته از احساس مسئولیت و حمایت است.

عصبانیت، خودستایی، بی‌انگیزگی، پرخوری، دوستی‌گزینی‌های بی‌فایده، رؤیاسازی، فیرمان دوستی، مدیریت، برافشایی و دلگرمی ناپسندگام، وقت‌گذرانی، تردید، بیداری، لجبازی، هوس‌های زودگذر، خاطره‌نویسی، تبلی فکری، میل به گوشه‌گیری، افراط‌های زیانمند، پرخوری‌ها، میل به سروصدا و حرکات تند، همه از جلوه‌های تب بلوغ، بشمار می‌روند که هیچ یک نیز بی‌فلسفه نیستند.

در خرده‌گیری نوجوان، حس داوری‌اش رشد می‌یابد. فرارش از مقررات به‌عبارت رشد استقلال است. در تردیدش، تکاپونی برای اجتهاد فکری نهفته است. در رؤیاسازی‌هایش، جهان‌بینی، آینده‌نگری و آرمان‌وی، نهفته است. در یادبود نگاری‌هایش، تأثرهای شدید زوچی او، آرامی می‌یابد. بدین ترتیب، اگر راز این گرشمه‌ها، بدرستی دانسته شود، و به نوجوانان و مسئولان آنها، شناسانده شوند، زندگی با نوجوانان، رهبری، و رهنمونی آنها، برای کسب استقلال، و قبول مسئولیت‌های فردی و اجتماعی، دشوار نخواهد بود. یکی از

هدف‌های بهداشت روانی، یا روانشناسی بهداشتی، آموزش همین تفاهم است.

۲۱- یادداشت‌ها، توضیحات

بخش یادداشت‌ها و توضیحات، افزون بر برنامه‌ی درسی است. لیکن بخاطر:

(الف) - رفع اشکال در تلفظ نام‌ها و اصطلاحات خارجی، و معانی آنها که بنا بر ضرورت فنی، در متن درس‌ها، پیش آمده‌اند.

(ب) - توضیح پاره‌ای از نکات که ممکن است مورد سؤال قرار گیرند، و بنظر برخی از خوانندگان مبهم جلوه کنند.

(ج) - آشنائی بیشتر با منابع ویژه‌ای که برای مطالعات وسیع‌تری در موضوع‌های مربوط، برای علاقمندان، سودمندند، شایسته است، به شیوه‌ای که دبیران محترم مناسب می‌دانند، نکته‌های یادآوری شده در این بخش، به اطلاع دانش‌آموزان برسد:

۱- در بیان حالات روانی، عادت غیرعلمی، بر این جاری است که مردمان، پیوسته، بطور قاطع داوری نموده مثلا بگویند که فلانی برون‌گرا، زود آشنا و اجتماعی است. دیگری بدبین، یا شکاک است. و فلانی برعکس، آدمی گوشه‌گیر و درون‌گراست! در داوری‌های فنی روانشناسانه، بطور عموم، کمتر جایی برای اینگونه داوری‌های قاطع صددرصد وجود دارد. بلکه همواره، حتی اگر هم ظاهراً اصطلاحی بطور قاطع بکار برده شود، منظور از آن، جنبه‌ی حداکثر، و غلبه‌ی یک کیفیت روانی، مثلا شخصیت، همتاد، و یا هشتاد درصد آن، برکسی است. بدین ترتیب، برای نمونه، زمانی که گفته می‌شود، «نوجوانی دوره‌ی توفان و فشار است»، مقصود از آن، این نیست که:

(الف) - هیچگاه، هیچ فرد نوجوانی را نمی‌توان یافت که از تعادل عاطفی

برخوردار باشد!

(ب) - هیچگاه فرد نوجوانی که دستخوش بحران بلوغ است، هرگز لحظه‌ای آرامش نخواهد داشت.

(ج) - و یا نوجوانان گرفتار به تب بلوغ و عارضه‌ی توفان و فشار، همه، بطور یکتواخت، بطور یکسان و بیک اندازه، دستخوش آیند!

بلکه مقصود آنستکه:

(د) - بیشتر از نوجوانان، نه همه‌ی آنها،

- در بیشتر از وقت‌ها، نه در تمام لحظه‌ها،

- به درجات مختلف، نه همه بیک اندازه،

- و خود هر بار نیز به تفاوت، نسبت به دفعات دیگر، نه همواره یکسان،

دستخوش نوسان‌های روانی‌اند!

بطوریکه ملاحظه می‌شود، هر حالت روانی، نسبت به گروه یا نسبت به

فرد در زمان‌ها و مکان‌های مختلف، ممکن است متفاوت باشد. درک این کیفیت تغییر پذیری، و نسبی بودن حالات روانی، ما را به درک «نظریه‌ی نسبییت در روانشناسی» نزدیک می‌سازد، یعنی پرهیز از داوری‌های جزمی و قاطع، و تصمیم‌های شتابزده! رعایت احتیاط در ابراز داوری‌ها، و کوشش به ایجاد تقاضم بیشتر، در روابط انسانی است. حالات روانی، همه نسبی، همه مشروط، و همراه با جنبه‌های مختلف شدت و ضعف، و نیز عموماً دارای علت‌های گوناگون‌اند. از اینرو، عموماً در داوری‌های روانی، باید جانی نیز برای افراد، حالات، و لحظه‌های استثنائی، و نسبییت آنها، در نظر گرفت.

یادآوری این نکته، به ویژه از این نظر ضروری است که بسیاری از نوآموزانی که به مطالعه‌ی پاره‌ای از آثار روانی می‌پردازند، غالباً بدون توجه به جمیع شرائط، عوارض، علل بیماری‌های روانی، هر اصطلاح تازه‌ای را که در مورد آنها، فرا می‌گیرند، بر درنگ آریا، با تصمیمی نابجا و نارسا، با حالتی از حالات خود، یا دیگر نزدیکان خویش تطبیق داده، در نتیجه احیاناً، خود، یا آنها را، بیمار روانی، یا مبتلا به عقده‌ای خاص، می‌پندارند. برای نمونه، یکی از این‌گونه اصطلاحات، اصطلاح «میتومانی»^۱، به معنی هذیان خیال‌پردازی، یا جنون اسطوره‌یابی است که در بند ۱۰ (ده) از درس بحران بلوغ، با آن روبرو شده‌ایم. میتومانی یک حالت مرضی است، لیکن با کمال دقت و احتیاط باید توجه داشت که:

— نه هر کس که پاره‌ای از اوقات، در عالم خوش خیال، فرو می‌رود، دستخوش میتومانی شده است!

— و نیز نه هر نوع خیال‌پردازی، میتومانی است!

— بلکه تنها کسانی که بیشتر از اوقات،

— بگونه‌ای که ارتباطشان با واقعیت قطع شود، آنچنان به تخیل فرو روند که داوری‌هایشان تحت تأثیر خیال‌بافی‌ها، دیگر گونه، غیر عادی، و غیر واقعی گردد، تنها، آنها مبتلا به میتومانی شده‌اند (در این باره همچنین رجوع کنید به شماره ۵، از همین بند ۱۰).

در هر حال، تشخیص و تطبیق اینگونه ناراحتی‌ها، فقط باید توسط کارشناسان آزموده انجام گیرد. نه بوسیله‌ی هر کس که بسطالعی گمانی چند روانی، پرداخته باشد.

۲- تقسیم زندگی به دوره‌های هشگانه‌ی رشد - کودکی، یا خردسالی، نوجوانی، جوانی، میانسالی، بزرگسالی، نوبیری، کهنسالی - یک تقسیم‌بندی پیشنهادی سودمند و قراردادی تازه است. زیرا برای شناخت مسائل انسانی و حل آنها، بویژه برای درک تحول‌های روحی و حالات و نیازهای متغیرو روانی در هر دوره از زندگی، بطور نسبی و علمی، کارشناسان، به تعیین گروه‌های سنی دقیق نیازمنداند. همچنین برای برنامه‌ریزی‌های اقتصادی، آموزشی و

عمرانی، شناخت دقیق گروه‌های سنی يك جمعیت، ضروری است. تفکیک میان دوره‌ی نوجوانی از جوانی، و اختصاص اصطلاح «نوجوانی» برای دهه‌ی دوم زندگی، از تلاش‌های فنی پژوهندگان روانی سال‌های اخیر، در زبان فارسی است. از اینرو، در عموم نوشته‌های قدیمی، اصطلاح نوجوانی، کمتر بکار رفته است. بلکه همه‌جا، با ذکر جوانی، بطور غیردقیق، هردو دوره‌ی دوم و سوم زندگی - یعنی نوجوانی، و جوانی - را یکجا قصد می‌کرده‌اند. برای نمونه، باب پنجم گلستان «سعلی» (مرگ - ۶۹۱ - ۶۱۰ هـ ز ۱۲۹۲-۱۲۱۳ م) درباره‌ی «عشق و جوانی» و باب ششم آن، درباره ضعف و پیری نوشته شده است. در این هردو باب گلستان، عموماً موضوعات و مسائلی که مربوط به دوره‌ی نوجوانی، و جوانی است، همه بهم آمیخته‌اند. و تفکیک آنها، از یکدیگر، گاه بسیار دشوار است بعنوان شاهد، به این حکایت هفدهم از باب عشق و جوانی گلستان می‌نگریم:

«یاد دارم که در ایام جوانی، گلدر داشتم به کوی، و نظر به رویی...»
 ظاهراً سعلی، در این حکایت یکی از خاطره‌های دوره‌ی جوانی خود را روایت می‌کند. اینک آیا مقصود سعلی از ذکر «ایام جوانی»، سال‌های قبل از بیست سالگی، یا پس از آن بوده است؟ حکایت در این باره، اطلاع مطمئنی بدست ما، نمی‌دهد. هردو ممکن است! نمونه‌ی دیگر:

«... مرا در عهد جوانی، با جوانی، اتفاق مخالطت (معاشرت، دوستی) افتاد...» (گلستان - باب ۵ / حکایت ۱۹)
 اینک سعلی در این «عهد جوانی»، چند ساله بوده است؟ و نیز دوست جوانش آیا بیشتر از بیست سال داشته است، یا کمتر؟ بدیگر سخن، آیا سعلی یا دوستش کدام يك نوجوان، و کدام يك جوان، بوده‌اند؟ یا آیا هردو نوجوان بوده‌اند؟

در نمونه‌ای دیگر، سعلی می‌گوید:

«روزی به جهل جوانی، بانگ بر مادر زدم. دل آزرده به کنجی نشست، و گریان همی گفت:
 - مگر خردی، فراموش کردی که درشتی می‌کنی؟»

(گلستان - باب ۶ / حکایت ۶)

آیاد ر این حکایت، منظور از جوانی و جهل آن، دوره‌ی بحرانی تب‌بلوغ و نوجوانی است؟

«سعلی»، یکبار نیز جوان و نوجوان را، کم و بیش، همانند هم، بی‌ک مفهوم، بطور مترادف بکار می‌برد:
 چون پیر شدی، ز کودکی دست بدار!

بازی و ظرافت به «جوانان»، بگذار!

طرب «نوجوان»، ذ پیر، مجوی -

که دگر ناید آب رفته بجوی! (گلستان - باب ۶/ حکایت ۵).

و یا بدین اندرز «امیر کیکاوس»، مولف قابوسنامه بنگریم:

- «... نه بینی که جوانان، بیشتر عاشق شوند... (تا) پیران؟!... اگر

به جوانی، عشق بازی کنی، آخر علری باشد، و مردم نیز معذور دارند، و گویند

جوان است. جهد کن تا به پیری، عاشق نشوی که پیرانرا، هیچ علری نیست»

(قابوسنامه / باب ۱۴).

منظور از جوانان در اینجا، چندسالگان اند؟

دو اصطلاح «نوجوانی»، و «جوانی»، هنوز هم، در بسیاری از نوشته‌های

فارسی، گاه بصورت هم معنی، بجای یکدیگر، و گاه همانند دو واژه‌ی مکمل

یکدیگر، بکار برده می‌شوند. بدیهی است، از این پس، مناسب‌تر آنست که

به خاطر دقت فنی لازم، «نوجوانی»، تنها در مورد دهی دوم زندگی، و «جوانی»

برای دوره‌ی پس از آن - میان ۲۵ - ۲۱ سالگی - بکار برده شوند.

۲- ادوارد اشپرانگر Edward Spranger ، استاد فقید دانشگاه

برلین، نماینده‌ی مکتب روانشناسی علوم عقلی و خردگرا، در عصر حاضر

بشمار می‌رود. او به علت سهمش در ادراک «روانشناسی نوجوانی»، شهرت

زیادی بدست آورده است. کتاب «سال‌های نوجوانی» اشپرانگر، از جمله

کتابهایی است که در اروپای مرکزی زیاد خوانده شده و بطور وسیع، مورد

بحث قرار گرفته است، و بارها تجدید چاپ شده است. در مورد تلفظ نام

اشپرانگر باید در نظر داشت که نام آلمانی است از لیثرو حرف لاتین، S

قبل از P، شین، و نیز حرف G بصدای گاف تلفظ می‌شود. برای اطلاع

بیشتر بر نظریه‌های ارزنده‌ی اشپرانگر رجوع کنید به:

- رالف موس: نظریه‌های بنیادی درباره‌ی نوجوانی، ترجمه‌ی جمهری -

تهرانی - صدیقی، به پیرایش و پاینویسی دکتر ناصرالدین صاحب‌الزمانی،

انتشارات مطبوعاتی، تهران، صفحه ۱۱۹-۸۸.

۴- توفان و فشار، ترجمه‌ی اصطلاح آلمانی «اشتورم توند درانگ»

Sturm und Drang است. این اصطلاح، سه مرحله داشته است:

(الف) - نمایشنامه‌ای بنام توفان و فشار، نوشته‌ی «فریدریش ماگس

میلیان کلینگز» (۱۷۵۲-۱۸۲۱) دوست گوته، در سال ۱۷۷۶ انتشار یافته است.

(ب) - تاریخ ۱۷۷۶، سال انتشار نمایشنامه‌ی توفان و فشار، سرآغاز

ادبیات کلاسیک آلمان بشمار می‌رود که بعدها نیز نام ویژه‌ی نهضت رمانتیک

آلمان را یافته است.

(ج) - در آغاز قرن بیستم، توفان و فشار، از طرف استانی‌الی هال، روانشناس

امریکائی بعنوان اصطلاحی فنی، برای بیان حیات عاطفی نوجوانان و جوانان میان دوازده تا بیست و پنج سال در امریکا انتخاب شده است. از حدود سال ۱۹۲۶ به بعد نیز، توسط «ادوارد اشپرانگر» در اروپای مرکزی، به عنوان اصطلاح عمومی برای سیمای عاطفی جوانان تعمیم یافته است.

برای اطلاع بیشتر درباره‌ی نهضت توفان و فشار رجوع کنید به:

(۱) - دکتر هوشیار: مقدمه بر ترجمه‌ی نمایشنامه‌ی آگونت، نوشته‌ی گوته (ص ۷-۱۵)، بنگاه ترجمه و نشر کتاب، تهران ۱۳۳۴.

(۲) - رالف موس: نظریه‌های بنیادی درباره‌ی نوجوانی، ترجمه‌ی جمهری - تهرانی - صدیقی، انتشارات مطبوعاتی عطائی، ص ۱۵-۱۲، ۱۳۳-۱۳۰.

(۳) - آندره مورا: رنج‌های جوانی ورتز، در کتاب دنیای خیال، ترجمه‌ی دکتر زهرا خانلری، انتشارات ابن‌سینا، تهران ۱۳۴۹، ص ۶۶-۱۴. بررسی ارزنده‌ی مورو، خواننده را با شرائط اجتماعی زمان و مکان پیدایش نهضت توفان و فشار، و وضع نوجوانان آن روزگار، آشنا می‌سازد.

(۴) - ایوان تورگنیف (۱۸۸۲-۱۸۱۸): پدران و پسران، ترجمه‌ی دکتر مهری آهی، انتشارات بنگاه ترجمه و نشر کتاب، تهران، چاپ ۳، ۱۳۵۱. این رمان، نخست بزبان روسی در سال ۱۸۶۲ منتشر شده است، و روحیه‌ی توفان و فشار را، در برخورد دونسئل - پسران و پدران - در روسیه‌ی پیش از انقلاب، بخوبی نشان می‌دهد.

۵- میتومانی Mythomanie به تلفظ فرانسوی، یا میثومانیا

Mythomania به تلفظ انگلیسی، واژه‌ای است مرکب از «میتو» به معنی اسطوره، افسانه، و «مانیا» بمعنی هذیان، جنون، بیماری روانی که در مجموع، همان «جنون افسانه‌سرازی»، هذیان اسطوره‌بافی، گفتن بیماری‌آسای قصه‌های دروغ، و خیال‌پردازی‌های غیرواقعی است. میتومانی، از زمره بیماری‌های نیروی تخیل بشمار می‌رود، و درباره‌ی آن بیماران روانی دیده می‌شود. در داستانهای مشهور دختر شیر فروش، و مرد روشن فروش، نمونه‌های جالبی از خیال‌بافی‌های نزدیک به میتومانی را می‌توان مشاهده کرد. در داستان دختر شیر فروش گفته می‌شود که دخترک، ظرفی پر از شیر داشته است. در بین راه، به دنیای خیال خود میدان می‌دهد و تصور می‌کند که شیرهای خود را به پهای گرانی فروخته، از آن گلله‌ای خریده و باز آنها، برای او تولید شیر بسیار و گاو و گوسفند فراوان کرده‌اند. تا جائیکه خود را در حد یک ملکه احساس می‌کند، و هنگام امر و نهي، دست خو را آنچنان تکان می‌دهد که ظرف شیرش، وارونه می‌شود، و شیرها، همه بر زمین می‌ریزد. و دخترک، با تلخی و ناکامی بسیار، از رویای خوش خویش، به واقعیت باز می‌گردد. همچنان مردی که دارای یک کوزه روغن بوده است، در دنیای خیال، آنقدر خرید و فروش می‌کند، و ثروتمند می‌شود، و نوکران و خدمتکاران بسیار در خدمت

خود می‌گمارد که از خود بی‌خود می‌گردد، تا جائیکه برای تنبیه یکی از خدمتکاران گناهکار خویش، چوب دست خود را برداشته محکم بر کوزه‌ی روغن می‌زند. و با ریختن روغن‌ها بر زمین، تمام زشته‌های خیالش از هم گسسته می‌شود.

۲۲- پرسش‌ها درباره‌ی بحران بلوغ

برای طرح پرسش‌ها، فایده‌هایی چند می‌توان برشرد از جمله اینکه:
(الف)- پرسش‌ها، یکتو، کالبدشکافی، و شناخت استخوان‌بندی متن درس بشمار می‌روند. در نتیجه نکاتی را که ممکن است احیاناً، در ضمن مطالعه‌ی سریع آنها، از نظر دور مانده باشند، یادآور می‌شوند.

(ب)- به دسته‌بندی موضوعات، و ارزشیابی و درجه‌بندی آنها، در ذهن، کمک می‌کنند.

(ج)- ربط، و کیفیت همبستگی موضوعات را به یکدیگر، روشن‌تر می‌سازند.

(د)- دریافت ما را از متن درس می‌آزمایند، و لغزش‌های احتمالی برداشت، و سوءتفاهم‌های ممکن را، تصحیح می‌نمایند.

(ه)- در هر حال، تکراری بتوعی دیگر، و از زاویه‌ای دیگر از درس بشمار می‌روند، و تسلط بیشتر ذهن را بر موضوع، بهتر میسازند.

از اینرو، چون روان‌شناسی بهداشتی، در حقیقت، درسی حفظ‌کردنی نیست، بلکه هضم، و اندریافت دید تازه‌ای است که باید نوجوانان، همواره در دایره‌ی‌ها، بحران‌ها، اتخاذ تصمیم‌ها، و حل مسائل زندگی خود، همواره‌بدان مجهز باشند، امید می‌رود که مطالعه‌ی پرسش‌ها، و تلاش برای پاسخگویی درست بدانها، با بذل توجه و استقبال شایسته، روبرو گردند.

نکته‌ی پرسش‌ها، بطور کلی، بر روی موضوعاتی است که عیناً در درس مطرح شده‌اند، نه به استناد معلومات خارجی دانش‌آموزان.

در پایان هر پرسش، منبع آن، با قید شماره‌ی بندهای مربوط در درس، بدست داده شده است. صحت پاسخ‌ها را می‌توان، با مراجعه به اصل آنها، ارزشیابی کرد:

۱- تقسیم طول زندگی، به دوره‌های کوتاه مدت و مشخص کردگی نوجوانی و مانند آن، چه ضرورت و اهمیت دارد؟ (بند ۳، و ۲۱ ش ۲)
۲- طول دوره‌ی نوجوانی نسبت به دوره‌ی نوجوانی، دارای چه تفاوتی است؟ (بند ۳)

۳- طول دوره‌ی میانسانی، چند سال است؟ (بند ۳)

۴- با توجه به تعریف میثومانی (بند ۱۰، ۱۱)، و توضیح آن در بند ۲۱ (ش ۱، ۵)، آیا دقیقاً می‌توان شعر رؤیای فروغ فرخزاد (بند ۱۰) را، وصفی از تجلی میثومانی دانست؟ چرا؟

- ۵- اصطلاح توفان و فشار، چگونه پدید آمده است، و منظور از آن در روانشناسی چیست؟ (بند ۲۱ ش ۴)
- ۶- آیا در ادبیات گذشته‌ی ما، توجه به خصوصیات دوره‌ی بلوغ شده است؟ چه خصوصیتی؟ در ادبیات معاصر، چه فکر می‌کنید؟ (بند ۴، ۵، و ۲۱ ش ۲)
- ۷- مقصود از گرایش‌های متضاد در نوجوانی چیست؟ (بند ۸)
- ۸- چه تفاوت‌هایی میان نوع احساسات، در کودکی و نوجوانی، وجود دارد؟ (بند ۹)
- ۹- آیا رؤیا در بیداری، دارای هیچ فائده‌ای نیست؟ (بند ۱۰، و ۲۱ ش ۱)
- ۱۰- چه تفاوتی میان رؤیا در بیداری، و میتومانی، وجود دارد؟ (بند ۱۰، ۱۱، و ۲۱ ش ۵)
- ۱۱- پیشینیان ما، چه اصطلاحی را بجای «رؤیاهای بیداری»، بکار می‌بردند؟ (بند ۱۱)
- ۱۲- رؤیایردازی، به ویژه در دختران، چه مسائلی را ممکن است، دامن زند؟ (بند ۹)
- ۱۳- آیا درست است که تمام بحران بلوغ، ناشی از بیداری نیروی جنسی است؟ چرا؟ (بند ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵)
- ۱۴- مهمترین نیازهای روانی یک نوجوان چیست؟ (بند ۱۳، ۱۴)
- ۱۵- در چه موردی ممکن است که یک نوجوان، دستخوش احساس گناه شود؟ (بند ۱۲)
- ۱۶- چه انگیزه‌هایی، به جز جاذبه‌ی جنسی، ممکن است، پسران و دختران و جوان را بسوی یکدیگر، سوق دهد؟ (بند ۱۳، ۱۴)
- ۱۷- مهمترین جلوه‌های ناخوش‌آیند بلوغ از نظر بزرگسالان، چیست؟ (۱۷)
- ۱۸- برای رفتارهای ظاهراً غیرعادی نوجوانان، چه دلالتی طبیعی و طبیعی می‌مکن است، وجود داشته باشد؟ (بند ۱۴، ۱۵)
- ۱۹- آیا شناخت خصوصیات رفتار تب‌آلود بلوغ، می‌تواند در پیشگیری بسیاری از سوءتفاهم‌ها، برخوردهای میان دوتنسل، و کاستن از ناراحتی‌های گروه، سودمند واقع شود؟ (۱۸، ۱۹)

توصیه‌ها، تمرین‌ها، مسئله‌ها

بخش مهمی از ناراحتی‌های روانی، و نیز مسائل بلوغ، عموماً از تکراری‌ها، نودگرانی‌ها، یعنی از توجه‌های افراطی به مسائل شخصی و دشواری‌های سرچشمه می‌گیرد. غالباً افرادی که دستخوش خود کم‌بینی‌ها، نگرانی‌ها، ناسازگاری‌ها و نارسائی می‌شوند، می‌بندارند که این، تنها آنها هستند که

چنین گرفتارند! این آسیب‌زدگان، گاه خود را تیره بخت‌ترین، ستم‌دیده‌ترین، و ناکام‌ترین افراد دنیا، و جامعه‌ی خویش می‌پندارند. کمتر به مشکلات همانند دیگران، و به همبستگی و رابطه‌ی مسائل فردی به رنج‌های عمومی، و پدیدم‌های کلی انسانی می‌اندیشند. از اینرو، چاره‌ها را نیز غالباً بگونه‌ای فردی، نه به شیوه‌ای اجتماعی، جستجو می‌کنند. در حالیکه پیشگیری بروز، جلوگیری از پیدائی و پیشرفت این نوع احساس‌های زیانمند، و نیز تا حد فراوانی، حتی مسائل، آسیب‌ها، و ناراحتی‌های فردی را، با آگاهی‌های اجتماعی، سنجش مشکلات شخصی در مقیاس عمومی، و مقایسه‌ی آنها در سطح دشواری‌های یک نسل، یا یک طبقه، و یک جامعه، می‌توان چاره‌جویی و درمان کرد.

بند ۲۳، یا بخش توصیه‌ها، و مسئله‌ها، بیشتر متوجه تمرین، ارشاد، و پرورش دید دانش‌آموزان، در شناخت و دریافت جدی «ابعاد اجتماعی مسائل فردی» است. فرد، در کشاکش انجام این تمرین‌ها، حل مسئله‌ها و کاربست توصیه‌ها، خواه و ناخواه، با حدود اجتماعی مسائل خود، با گسترش ابعاد یک مسئله در سطح یک نسل، و یک جامعه، و با همبستگی و اثرپذیری متقابل جنبه‌های مختلف اجتماعی، اقتصادی، جمعیتی، و آموزشی آن، در زمان حال، و در آینده‌ی نزدیکی که او خود، به احتمال قوی، از مسئولان آن بشمار می‌رود، آشنا می‌شود. افزون بر این، رشد دیده، و پرورش وجدان اجتماعی در افراد، خود از جمله بهترین ارکان استوار بهداشت روانی، و حفظ تعادل روحی، به حساب آمده است:

۱- شایسته است توصیه شود که بطور داوطلب دانش‌آموزان به گروه‌هایی چند تقسیم شوند. هر گروه، به بررسی اشعار گویندگان معاصر، و گویندگان گذشته، و مطالعه‌ی کتاب‌هایی مانند گلستان، کیمیای سعادت، قابوسنامه، و نیز کتاب‌های معاصر بپردازند. موضوعات مربوط به مسائل کودکی، نوجوانی، جوانی - و با پیشرفت درس‌ها، در باره‌ی دیگر موضوعات مربوط - مطالبی استخراج و تهیه نمایند تا در کلاس خوانده شده مورد گفتگو قرار گیرند.

۲- یکی از فعالیت‌های بسیار آموزنده و سودمند برای دانش‌آموزان، تهیه آلبوم مطبوعات، در هر رشته‌ی درسی است. در این مورد، منظور آنستکه دانش‌آموزان، داوطلبانه، در گروه‌های مختلف، مقالات مربوط به بهداشت روانی را که در روزنامه‌ها و مجلات می‌یابند، چیده در دفتری ساده - باقیمت منبع انتشار، شماره‌ی صفحه، و تاریخ آن - به چسباندند و در کلاس بخوانند. ممکن است در پایان هر سال، بهترین آلبوم‌ها، به کتابخانه‌ی کلاس یا مدرسه، اهداء شود، تا در کلاس‌ها، و سال‌های بعد نیز آنها را مورد مطالعه قرار دهند. از الگوی آنها، استفاده، کنند، و به بهبود و تکامل آنها همت گمارند.

۳- از آنجا که جمعیت ایران، اینک رو به رشد است، از اینرو، سنالیانه،

لازم است که نسبت‌های آماری، با توجه به تغییرات جمعیتی در نظر گرفته شود. دانش‌آموزان، شایسته است، با مطالعه و پرسش از افراد مطلع، این اطلاعات آماری را، برای محاسبه‌های مربوط به بهداشت روانی، بدست آورند:

(۱) - کل جمعیت ایران، در سال تحصیلی مربوط و زمان مطالعه‌ی این کتاب (حدود ۳۳ میلیون نفر، در پایان ۱۳۵۳).

(۲) - نسبت زن و مرد در کل جمعیت ایران (زن حدود ۴۸/۴ درصد، و مرد ۵۱/۶ درصد، یعنی تقریباً در برابر هر صد مرد، ۹۴ زن وجود دارد)

(۳) - میزان رشد، یا نرخ سالیانه‌ی جمعیت ایران (در سال ۱۳۵۳، رشد سالیانه، جمعیت ایران، حدود ۳/۲ درصد تخمین شده است)

(۴) - تعداد جمعیت، در گروه‌های سنی بین یک تا ده سال، (۱-۱۰) یازده تا بیست سال (۱۱-۲۰)، بیست و یک تا سی و پنج سال (۲۱-۳۵)، و به همین ترتیب، گروه‌های سنی دیگر (طبق سرشماری ۱۳۴۵، گروه سنی بین ۱-۱۰ سال، یا کودکان، بالغ بر ۳۴/۱ درصد بین ۱۱-۲۰ سال یا نوجوانان بالغ بر ۲۰/۵ درصد از جمعیت را تشکیل می‌دهند. بدین ترتیب، بالغ بر ۵۴/۶ درصد جمعیت ایران، زیر بیست سال، یعنی در دوره‌ی کودکی و نوجوانی قرار دارند. و تنها ۸/۲ درصد جمعیت، بیش از ۵۵ سال داراست)

(۵) - نسبت جمعیت شهر نشین به جمعیت روستائی در کل جمعیت (آمارهای شایان محاسبه برای سال ۱۳۵۳، حدود ۴۰ درصد شهر نشین، و ۶۰ درصد روستا نشین است)

(۶) - نسبت حرکت جمعیت از روستا نشینی به شهر نشینی، یا شهرگرایی جمعیت (این نسبت یا نرخ رشد شهرگرایی در ایران، در سال‌های اخیر ۱۷ درصد بطور سالیانه بر آورده شده است).

نسبت‌های آماری لازم را، همواره می‌توان با مراجعه یا مکاتبه، از مراکز زیر بدست آورد:

(الف) - مرکز آمار ایران، تهران. بویژه سالنامه‌ی آماری ایران

(ب) - اداره‌ی کل آمار وزارت آموزش و پرورش

(ج) - اداره‌های بهداشت وزارت بهداشتی در تهران و استانها،

(د) - مراکز ادارات تنظیم خانواده‌ی وزارت بهداشتی

(ه) - اداره‌ی کل آمار و امور جمعیتی وزارت بهداشتی

(و) - اداره‌ی آمار و سنجش نیروی انسانی - وزارت کار

(ز) - اداره‌ی آمار وزارت رفاه - تهران

البته عموماً دیگر وزارت خانه‌ها، مانند وزارت اقتصاد و امور روستائی و غیر آن، و نیز بانک مرکزی ایران، همه دارای قسمت‌هایی آماری هستند که می‌توانند این اطلاعات عمومی آماری را، در اختیار خواستارانشان بگذارند.

۴- دوره‌ی دهساله نوجوانی را می‌توان به چهار ربع، یا $2/5$ سال تقسیم نمود:

- ۱- ۱۲ر۵ - ۱۰ سالگی = ربع اول دوره‌ی نوجوانی
- ۲- ۱۵ - ۱۲ر۵ = دوم
- ۳- ۱۷ر۵ - ۱۵ = سوم
- ۴- ۲۰ - ۱۷ر۵ = چهارم

اینک از دانش آموزان خواسته شود که هر یک از سن خود را روی تکه کاغذی بنویسند. کاغذها جمع‌آوری شده اعداد محاسبه شود، و میانگین آنها که عبارت از معدل یا متوسط سن دانش‌آموزان است، تعیین گردد که درجه بخشی از بخش‌های چهارگانه‌ی دوره‌ی نوجوانی قرار دارد. همچنین تعیین شود که چند درصد از دانش‌آموزان، در هر بخش قرار گرفته‌اند. اگر ممکن مقایسه‌ی میانگین سن دختران و تعداد هر گروه کافی است. میانگین سن پسران، جدا از میانگین سن دختران محاسبه شده بایکدیگر مقایسه شود. اگر امکان مقایسه‌ی میانگین چند کلاس، با یکدیگر وجود داشته باشد، سؤاها نیز خواهد بود.

۵- بالغ‌تر $54/6$ درصد جمعیت ایران، زیر بیست سال قرار دارد. در صورتیکه این نسبت را بجای $54/6$ در 55 درصد ثابت فرض کنیم، در صورت 3 درصد رشد سالیانه جمعیت ایران، در سال 1360 چند میلیون نفر و از آن میان کودکان و نوجوانان ایرانی، چقدر خواهند بود؟ (جمعیت ایران در پایان سال 1353 ، 22 میلیون نفر محاسبه شود).

۶- سرشماری‌های جمعیتی نشان داده است که نسبت زن در جمعیت ایران، از مردان کمتر است. مردان $51/3$ و زنان $48/7$ درصدند. یعنی در برابر هر صد زن، 107 مرد قرار دارد. اینک با توجه به جمعیت ایران در زمان حاضر و 3 درصد رشد سالیانه‌ی آن، در 1360 تعداد دختران، و در برابر تعداد پسران، در جمعیت زیر بیست سال ایران، چقدر خواهد بود؟

۷- در صورتیکه برای هر هزار مردان صد نوجوان، یک مشاور روانی لازم باشد، معلوم دارید که در سال 1360 :

(الف)- برای پسران نوجوان خود، به چه تعداد مشاور روانی نیازمند خواهیم بود؟

(ب)- و نیز برای دختران نوجوان خود به چه تعداد مشاور روانی نیاز خواهیم داشت؟

(ج)- در صورتیکه هر مشاور به یک دستیار نیازمند باشد، حقوق ماهانه‌ی هر مشاور دوهزار و هفتصد تومان (2700) و حقوق ماهانه‌ی دستیار او بالغ بر دوهزار و صد تومان (2100) گردد، و نیز برای تمام مخارج دفتری آب و برق، کرایه‌ی محل، و سایر لوازم، حداقل به ما هر ماه چقدر باید بپردازیم؟

در اینصورت هزینه‌ی کل مشاوره‌ی روانی نوجوانان ایرانی در سال ۱۳۶۰ چقدر خواهد بود؟

یادداشت: در سال پایه‌ی محاسبه (۱۳۵۳) نسبت نوجوانان (گروه سنی بین ۲۰ - ۱۱ سال)، ۲۰/۵ درصد کل جمعیت است. رشد جمعیت ۳ درصد، با فرض نسبت ثابت ۲۰/۵ درصد گروه سنی نوجوان، محاسبات انجام گیرد!

۷- در یک پژوهش نمونه در میان نوجوانان شهری ملاحظه شده است که:

(الف) - ۶۵ درصد آنها، هرگز لب به سیگار نیالوده‌اند.

(ب) - ۲۶ درصد، بطور نامرتب، گاه‌بگاه، سیگار می‌کشیده‌اند.

(ج) - ۹ درصد بطور مرتب سیگار می‌کشیده‌اند.

اینک با توجه به جمعیت ۳۳ میلیون نفری ایران در سال ۱۳۵۳، و چهل درصد (۴۰٪) جمعیت شهرنشین ایران، در صورتیکه

(د) - برای ۹ درصد نوجوان معتاد به سیگار، روزانه هر نفر ۵ سیگار

(ه) - و برای ۲۶ درصد دیگر، روزانه برای هر نفر فقط یک سیگار،

(و) - و بهای هر سیگار را بطور متوسط ۱/۵ ریال، فرض کنیم، معلوم

دارید که:

(ز) - سالیانه، چه مبلغی هزینه‌ی سیگار کشیدن نوجوانان ما شود؟

اینک اگر بهای متوسط هر کتاب را یکصد ریال، یک درمانگاه را، سه میلیون ریال، و یک دبستان را شش میلیون ریال در نظر بگیریم، معلوم دارید

که بجای هزینه‌ی سیگار نوجوانان خود، سالیانه: *مطالعات تربیتی*

(ح) - چند کتاب؛ یا چند کتابخانه‌ی عمومی هزار جلد کتابی؟

(ط) - چند درمانگاه؟ *رتال جامع علوم انسانی*

(ی) - یا چند دبستان، می‌توانستیم بخریم، تهیه و بنا کنیم؟

یادداشت: عین این محاسبه را، یکبار برای سال ۱۳۵۳، و یکبار برای سال ۱۳۶۰ انجام دهید. در هر دو سال ۱۳۶۰ در نظر داشته باشید که:

(الف) - سالیانه ۳ درصد بر کل جمعیت افزوده می‌شود

(ب) - سالیانه در درون جمعیت ۱/۷ درصد از جمعیت زومستائسی کاسته

شده بر جمعیت شهری افزوده می‌شود.

۸- دانش‌آموزان هر یک، بین یک و نیم تا سه صفحه، بدون آنکه نام کسی را ذکر نمایند، شرح حال و رفتار یک نوجوان واقعی را که می‌شناسند، باقی‌بماند، بنویسند. رفتار و حالات او را با هر یک از بیست و سه صفت و رفتار نوجوانی که در بند ۱۷ بحران بلوغ، فهرست وار بدست داده شده است، مقایسه نمایند. تفاوت‌ها همانندی‌ها، فزونی‌ها و کاستی‌های آنها را نسبت بدان صفت‌ها، مقایسه نمایند. از مجموع توصیف‌های یک کلاس، یا چند مدرسه می‌توان نوجوانان را، گروه‌بندی کرد. همچنین معلوم داشت که:

- (الف) - چه صفت‌هایی بیشتر در دختران و کمتر در پسران وجود دارد؟
 (ب) - چه رفتاری بیشتر در پسران، و کمتر در دختران دیده می‌شود؟
 (ج) - چه حالات مشترکی میان پسران و دختران نوجوان وجود دارد؟
 (د) - یا چه رفتاری زودتر در دختران، و دیرتر در پسران، بامحاسبه‌ی میانگین سن آنها - و برعکس - در دوران بلوغ، آشکار می‌شود؟

۹- با توجه به یادآری‌ها درباره‌ی بحران بلوغ، یوزره با در نظر گرفتن تعریف و توضیح‌های مربوط به جلوه‌ها، حالات، و روحیه‌ی نوجوان و فشار ادبیات و منابع مربوط به آن (بنده ۲۱، ۷، ۴)، دانش‌آموزان، با گفتگو و تبادل نظر با یکدیگر و یا هر فرد مطلع دیگری، کتابهایی را که به عنوان مظهر و تجلی ادبیات توفان و فشار، در زبان فارسی می‌شناسند، با ذکر دلیل، معرفی نمایند. برای نمونه نیز نظر خود را در باره‌ی نوشته‌های زیر، ابراز دارند که آیا آنها را می‌توان از زمره‌ی ادبیات توفان و فشار، بشمار آورد، یا نه؟:

- (الف) ماتیسن: پر، ترجمه‌ی میمنت‌دانا، چاپهای مکرر از ۱۳۳۱ بدینسوی انتشارات کتابهای جیبی
 (ب) - محمد حجازی: بابا کوهسی، چاپهای مکرر، بطور مستقل و ضمن مجموعه‌ی کتاب آئینه
 (ج) - زین العابدین رهنما: پیامبر، چاپهای متعدد در سه جلد و در یک جلد
 (د) - علی، امیرالمؤمنین: نهج البلاغه (سخن‌های علی)، ترجمه‌ی جواد فاضل، انتشارات علمی، چاپهای مکرر، از نهج البلاغه ترجمه‌های چندی در دست است. لیکن آنچه که در مقایسه با تعریف توفان و فشار، مورد نظر است، همین ترجمه‌ی شادروان جواد فاضل است.
 (ه) - نهمه‌سهر: بازگشت به زاد - توفان ترجمه‌ی محمود کیانوش، انتشارات آگاه، تهران ۱۳۴۹.

نهمه‌سهر، از برجسته‌ترین شاعران و نویسندگان سیاه پوست فرانسوی زبان است. بازگشت به زادبوم، از زیباترین سروده‌های اوست که به شیوایی بی‌ارسی بازگردانده شده است.
 (و) - میهل آنجل آستوریاس: تورونومبو، ترجمه‌ی دکتر زهری خانلری، انتشارات خوارزمی، تهران ۱۳۵۱

۲۴- معرفی منابع برای مطالعه‌ی بیشتر

بحران بلوغ، و مسائل نوجوانی بمراتب وسیع‌تر، و عمیق‌تر از آنست که بتوان آنرا در درسی، یا فصلی از یک کتاب درسی خلاصه کرد. کوتاهی و اختصار باید اساس برنامه‌ی کتاب‌های درسی باشد. لیکن ضمناً کتاب‌های درسی، در عین اختصار باید کلیدی برای گشایش درهای بسته‌ی موضوعات علمی و ادبیات گوناگون

آن بدست دهد. ز اینرو، بند ویژه‌ی راهنمایی برای مطالعه‌ی بیشتر بسدین منظور، به هردرس افزوده می‌شود:

(الف) - برای اطلاع بیشتر بر مسائل کلی و عمومی بلوغ و نوجوانی رجوع کنید به:

۱- **موریس دو بس** M. Debesse : بلوغ، ترجمه حسن صفاری، در سلسله کتابهای چمی داتم، به قطع جیبی (در ۱۲۳ صفحه)، انتشارات علمی، تهران ۱۳۲۸. همین کتاب، یکبار دیگر توسط اسحق لاله‌زاری ترجمه شده و بوسیله‌ی انتشارات خورشیدتو، قطع جیبی (در ۲۱۶ صفحه) در تهران ۱۳۴۹ انتشار یافته است. موریس دو بس از دانشمندان روانشناسی و علم تربیتی فرانسوی است که چند سال پیش نیز به ایران مسافرت و سخنرانی کرده است. دو بس، در این کتاب بیشتر بر تحقیقات دانشمندان فرانسوی تکیه دارد، و نماینده‌ی شیوه تفکر فرانسویان درباره‌ی نوجوانی، بشمار می‌رود. اصل کتاب دو بس در سال ۱۹۴۳ انتشار یافته است. ترجمه‌ها از روی چاپ ۱۹۴۶ آن انجام یافته است.

۲- **گلن مایرز بلر - استوارت جونز**: روانشناسی نوجوانی برای مربیان، ترجمه‌ی دکتر رضا شاپوریان، قطع وزیری، ۱۸۲ صفحه، انتشارات امیرکبیر، تهران ۱۳۵۰. اصل این کتاب به انگلیسی در سال ۱۹۶۶ انتشار یافته است. نویسندگان آن بیشتر بر منابع و پژوهش‌های امریکائی در زمینه‌ی نوجوانی تکیه نموده و بیشتر معرف شناخت نوجوانی از دید امریکائی بشمار می‌روند. در این کتاب، اصطلاح جوانی و نوجوانی، پیوسته از طرف مترجم آن بطور مترادف بکار رفته است. لیکن عموماً منظور از هر دو، همان دوره‌ی نوجوانی و بلوغ است.

۳- **هلن دو بیچ** روانکاو دختران، ترجمه‌ی دکتر ایرج پورباقی، چاپ خصوصی مترجم، جلد اول، قطع وزیری، ۳۱۷ صفحه، تهران ۱۳۴۸. نام کتاب در اصل روانشناسی زنان - تفسیری روانکاوانه بوده است. و بطور کلی به روانکاوای زن در دوره‌های مختلف زندگی او می‌پردازد. لیکن بخش مهمی از آن، ویژه‌ی دوره‌ی بلوغ و نوجوانی است. بانوهلن دو بیچ، از روانکاوان بنام، و از شاگردان و پیروان فروید خود کمتر به روانکاوای ویژه‌ی زنان پرداخته است. لیکن هلن دو بیچ، از آنجا که حود زن است، این نقیصه را با اثر مهم خود، در مکتب روانکاوای جبران کرده است. روانکاوای دختران، خواننده را بخوبی، با شیوه‌ی تحلیل ویژه‌ی روانکاوای فرویدی، از جمله در مورد بلوغ، آشنا می‌سازد.

۴- **دکتر یوسف خسروپور**: روانشناسی بلوغ و نوجوانی، چاپ خصوصی نویسنده، قطع وزیری، ۵۱۳ صفحه تهران ۱۳۵۳. این کتاب یک تالیف ایرانی است و کوشاست تا به بیشتر از پژوهش‌های ایرانی سال‌های اخیر در مورد مسائل

جوانان، و روانشناسی نوجوانی اشاره کند، و نتایج آنها را یکجا گرد آورد. در پایان کتاب نیز، فهرستی از کتابهای فارسی در باره مباحث مختلف روانشناسی، شامل ۱۲۵ کتاب - لیکن بدون ذکر تاریخ و محل انتشار و بحث در باره چگونگی ارزش آنها - بدست می‌دهد.

۵- **الف موس:** نظریه‌های بنیادی درباره نوجوانی، ترجمه‌ی تهرانی - جمیری - صدیقی، به ویرایش و باینویسی دکتر ناصرالدین صاحب‌الزمانی، قطع متوسط، بالغ بر ۵۰۰ صفحه، انتشارات مطبوعاتی عطائی تهران. این کتاب مهمترین نظریه‌ها و مکتب‌های روانشناسی بلوغ و نوجوانی اروپائی و امریکائی را خلاصه، معرفی، بررسی، و نقد می‌کند در ترجمه‌ی فارسی. در هر مورد نیز توضیحات لازم از دید ایرانی، با ذکر منابع مطالعه فارسی، بدست‌داده شده است.

۶- **دکتر ناصرالدین صاحب‌الزمانی:** جوانی پرنج - پژوهشی درباره مسائل جوانان ایران، به قطع‌های وزیری، و جیبی، ۴۵۰ صفحه، مطبوعاتی عطائی، تهران، چاپهای مکرر از ۱۳۴۴ بدین‌سوی. این کتاب منحصرًا مسائل نوجوانان و جوان ایرانی را با اتکال به آمار و پژوهش‌های ایرانی بررسی می‌کند و منابع لازم را در هر مورد بدست می‌دهد.

۷- **دکتر رضا آواست:** تجرید حیات جوانان، در دوری یرخورد تمدن‌ها، چاپ خصوصی نویسنده، قطع وزیری، ۲۳۴ صفحه، تهران ۱۳۴۵. این کتاب، در بخش اول خود کوشاست، تا نظریه‌های روانی پژوهشگران غربی، و دریافت‌های عارفان و فلاسفه‌ی ایرانی را با مقایسه با یکدیگر - البته بسیار کوتاه و به شیوه‌ی اشاره به یکی دو شاهد و مثال - یکجا به خواننده معرفی نماید. سپس در بخش دوم خود، به مسئله‌ی جوانان در چند کشور صنعتی (امریکا، ژاپن، روسیه، فرانسه، ایتالیا) و مشکلات عمومی جوانان در کشورهای در حال رشد، با اشاره‌ای به مسائل جوانان در ایران، سعی بردارد.

(ب) - در بحث بحران بلوغ، به سه مسئله رؤیایردازی، عشق، جنسیت - اشاره رفته است که به سبب اهمیت خاص آنها، در حیات نوجوانی، نیازمند به مطالعه، و کسب اطلاع بیشتراند. برای اطلاع بیشتر درباره این مسائل، جوع کنیه به:

۱- درباره‌ی رؤیا بردازی:

(الف) - احلام‌یقطه، مدینه‌ی فاضله، گفتار ۱۴ (۷ صفحه) از کتاب آنسوی چهره‌ها، ترجمه‌ی دکتر ناصرالدین صاحب‌الزمانی، انتشارات عطائی، چاپی مکرر، به قطع بزرگ و جیبی، تهران ۱۳۴۵ بدین‌سوی

(ب) - این رویاهای ساختگی: گفتار ۱۴ (۷ صفحه) از کتاب راز گرسنه‌ها، نوشته‌ی دکتر ناصرالدین صاحب‌الزمانی، انتشارات عطائی، چاپی مکرر، به قطع بزرگ و جیبی، تهران ۱۳۵۳ - ۱۳۴۱.

(ج) - خیال پرستان: گفتار ۱۱ (۶ صفحه) از کتاب آنسوی چهره‌ها ۲ - در

بارهی عشق سالم و معیارهای آن:

- (الف) - برتر از عشق: گفتار ۱۳، (۷ صفحه) از کتاب راز کرشمه‌ها
- (ب) - معیاری برای عشق: گفتار ۲۰ (۷ صفحه) از کتاب آنسوی چهره‌ها
- (ج) - از یک فروم: هنر عشق ورزیدن، ترجمه‌ی پوری سلطانی، قطع جیبی ۲۳۵ صفحه، انتشارات کتابهای جیبی، تهران ۱۳۴۸. از یک فروم از روانکاوان و انسانگراییان بنام معاصر است. این کتاب، عشق را بمعنی والای برادرانه، مادرانه، بخود، و بخدا، بررسی می‌کند. البته از عشق جنسی نیز غافل نمی‌ماند، لیکن کسانی که در جستجوی راهنمایی در مسائل جنسی اند، در این کتاب، بطوریکه از نام آن غالباً انتظار می‌رود، مطلوب خود را نخواهند یافت.
- (د) - تصوف عشق: در کتاب خط‌سوم، نوشته‌ی دکتر ناصرالدین صاحب‌الزمانی، مطبوعاتی عطائی تهران، ۱۳۵۱، قطع متوسط صفحه ۳۳۳-۳۰۵
- ۲- در بارهی مسائل جنسی و بهداشت آنها:

(الف) - ن. م. خوراکف: آنچه باید همسران جوان بدانند، ترجمه‌ی میم. تا. قطع متوسط، ۱۹۸ صفحه، مطبوعات عطائی، تهران ۱۳۵۲. این کتاب، باآنکه در بارهی مسائل جنسی اطلاعات لازم و بهداشتی را بدست می‌دهد، همواره عفت کلام و وقار علمی را رعایت کرده است.

(ب) - تیناردنور - ایزابل جانسون: روانشناسی و دشواری‌های تربیتی کودک با مقدماتی در بارهی معرفت جنسی، و چگونگی آموزش آن در مدارس، ترجمه‌ی منوچهر نیستانی، انتشارات عطائی، قطع متوسط، ۱۱۶ صفحه، تهران ۱۳۴۱ اصل انگلیسی این کتاب توسط دو خانم روانشناس امریکائی بوسیله‌ی بنیاد بهداشت روانی ملی امریکا، در سال ۱۹۴۹ انتشار یافته است. زبان بسیار ساده است. مقدمه‌ی مفصل آن، موضوع آموزش جنسی را از دید ایران اسلامی، به تفصیل مورد گفتگو قرار داده است، و بویژه در بارهی مسئله استمناء راهنمایی می‌کند.