



نوجوانی را با القاب و عناوینی همچون «دوران مسفی»؛ «زندگانی تشنج‌انگیز»؛ «دوران طوفان و فشار»؛ «تولد جدید»<sup>۱</sup> و... نام‌گذاری نموده‌اند.

### نوجوانی و ویژگیها

نوجوانی دورانی انتقالی است و مانند هر مرحله انتقالی دچار نوعی ابهام است و همین ابهام باعث نوعی گم‌گشتگی در نوجوان می‌شود. او در این مرحله نه کودک است و نه

عبور از جاده‌های پر پیچ و خم زندگی همیشه به آسانی ممکن نیست. و در این میان دوران پرمخاطره نوجوانی از سخت‌ترین گذرگاههای مسیر زندگانی به شمار می‌رود. نوجوانی در واقع برزخی بین کودکی و جوانی است. این دوره آکنده از رفتارهای متناقض، گرایز طوفان‌وار و تشنج‌زا می‌باشد. در عین حال این سنین نوید بخش تولدی دوباره در تمامی عرصه‌های جسمی، اجتماعی و ارزشی است، همچنین می‌توان از این ایام به عنوان «نقطه عطف زندگی» یاد نمود. از همین رو است که روانشناسان

۱. نک: روانشناسی نوجوانی، بلرو جونز، ترجمه رضا شاپوریان؛ همچنین «بلوغ»، موريس دبس، ترجمه حسن صفاری و دنیای نوجوان، محمد رضا شرفی، ص ۲۷.

دایره دوستیهایش را افزایش می‌دهد. از این رو ارزش بزرگسالان و والدین نزد او رو به کاهش می‌گذارد و سطح ارتباط او با آنان پایین می‌آید. در واقع او در این مرحله به سوی استقلال عاطفی گام برمی‌دارد.

۳. انتقاد ناپذیری: نوجوان تحمل شنیدن انتقاد را ندارد، اما به شدت از دیگران انتقاد می‌کند. او ممکن است انتقاد را تا آنجا ادامه دهد که روابط صمیمانه خویش با والدین اش را به مخاطره بیندازد.

۴. از خودگذشتگی: حس فداکاری در او جلوه‌گر می‌شود و در برابر ستم می‌ایستد و حاضر نیست در برابر حرف زور ساکت بماند.

۵. احساس شخصیت: تلاش می‌کند به دیگران بقبولاند فردی مستقل و کارآمد است؛ از این رو از هر نوع بی‌توجهی آزرده خاطر می‌شود و به شدت موضع‌گیری می‌کند.

۶. ناسامیدی: در صورت شکست دچار یأس و افسردگی می‌گردد. در مواقعی به گوشه‌تنباهی پناه می‌برد و در حالتهای افراطی به خاطر فرار از

بزرگسال. اگر کودکان رفتار کند مورد سرزنش قرار می‌گیرد و چنانچه بخواهد همانند بزرگترها عمل نماید، با توجه به عدم تجربه کافی دچار مشکلاتی جدی خواهد شد. این مسئله همراه جهش و تغییرات فیزیکی، عاطفی، جنسی و تغییر در نوع نگرشهای ارزشی - اجتماعی، ویژگیهای متفاوتی را برای نوجوان به دنبال می‌آورد که در ادامه به برخی از آنها می‌پردازیم.

#### الف) ویژگیهای عاطفی

۱. عدم تعادل و بی‌ثباتی عاطفی: نوجوان به سرعت خشمگین می‌شود و در کنترل رفتار خویش ناموفق عمل می‌کند. از سوی دیگر حاضر نیست به سخن و توصیه اطرافیان توجه نماید، اما به زودی پشیمان شده، خود را سرزنش می‌کند. از خصوصیات برجسته‌ی وی در این دوره زودرنجی او است که وابسته به غدد داخلی و ترشحات هرمونی و نوع تربیت و آموزش وی می‌باشد.

۲. گرایش به همسالان: به سوی دوستان و همسالانش گرایش دارد و

احساس سرشکستگی دست به بزه و خطای می‌زند.

۷. وضع ظاهری: مقداری از وقت خود را صرف وضعیت ظاهری خود می‌کند و سعی دارد خود را شخصی آراسته بنمایاند. وی برخلاف دوران کودکی در پوشش و آرایش ظاهر خود سختگیری به خرج می‌دهد و همین امر سبب درگیری او با مربیان و والدین می‌شود.

۸. تخیل: نوجوان در این دوران به خیال‌پردازی روی می‌آورد و دنیایی رؤیایی برای خود می‌سازد. این مسئله گاه آنچنان شدت می‌گیرد که موجب سرزنش وی از سوی اطرافیان می‌گردد.

۹. آینده: در عین حال نوجوان به سوی آینده نیز نیم‌نگاهی دارد و نگران سرنوشت تحصیلی، شغلی، اقتصادی، خانوادگی و اخلاقی خویش است. همین مسئله در مواردی وی را دچار پریشانی و اضطراب خاطر می‌نماید.<sup>۱</sup>

۱۰. دوستیها: روان‌شناسان در این دوران دست کم سه نوع دوستی را بیان می‌کنند:

یکم: دوستی‌هایی که نوجوان با همجنس و همسال خویش برقرار می‌کند. این نوع دوستیها با تقدیم هدیه و احساسات پاک به اوج خود می‌رسد و نوعی انحصارطلبی در آن مشاهده می‌شود.

دوم: نوجوان گاه با کودکان خردسال روابط صمیمانه برقرار می‌سازد و به حمایت از آنها می‌پردازد. در این گونه موارد از آنجا که احتمال انحرافهای جنسی وجود دارد مناسب است به دقت این روابط مورد توجه والدین و مربیان قرار گیرد.

سوم: در نوع سوم دوستی بین نوجوان و شخص بزرگسال‌تر رخ می‌دهد. در این حال شخص بزرگ‌تر طرف اعتماد نوجوان قرار می‌گیرد، حتی ممکن است این رابطه به ارتباطی تنگاتنگ بدل شود. در این موارد بایستی خانواده و اطرافیان نوجوان بر این نوع دوستی نظارت کاملی را اعمال نمایند و از پاکی و صداقت دوست

۱. جهت اطلاع بیشتر نک. هلن شاگتر و چنگیز بوئر، مشکلات نوجوانان، و راه حل آنها، ترجمه مجتبی جوادیان، مشهد، دانشسرای عالی.

بزرگسال مطمئن شوند.<sup>۱</sup>

### ب) ویژگیهای اجتماعی

با فرا رسیدن ایام نوجوانی دو حس ارزشمند در نوجوان هویدا می‌گردد. کهلبرگ روان‌شناس مشهور در همین رابطه می‌گوید: «نوجوانی مرحله‌ای انتقالی است که با دو ویژگی کشف خویشتن و هویت‌یابی و تعالی اجتماعی همراه است.»<sup>۲</sup>

۱. مشارکت اجتماعی: نوجوان در تلاش است با قبول مسئولیتها و مشارکت در فعالیتهای جمعی برای خویشتن نوعی نقش و جایگاه اجتماعی تعریف نماید. از این رو به شناخت قوانین و مقررات اجتماعی و

بررسی ارزشهای اجتماعی روی می‌آورد. در این صورت اگر وی از راهنماییهای به جای اطرافیان برخوردار باشد، می‌توان از او نقشی فعال و تا حدودی هماهنگ و ارزشمدار انتظار داشت و در غیر این صورت ممکن است این حس به انحرافات اجتماعی بیانجامد.

۲. هویت‌جویی: در سالهای آغازین نوجوانی، پسران و دختران تحت نفوذ

همسالان خود قرار دارند و برای ایشان هماهنگی با گروه دوستان بسیار با اهمیت است، اما با گذر این مرحله به تدریج نوجوان در جستجوی هویت خویش برمی‌آید و به رفتارهایی مستقلانه اقدام می‌کند. البته باید توجه داشت که ارائه آگاهیهای لازم در زمینه‌های هویت دینی و ملی می‌تواند کمک مثبتی به قوام شخصیت نوجوان در این دوران باشد. از سوی دیگر بی‌توجهی به این مسئله خطر «بحران هویت» را در پی دارد که عواقب خطرناک و اسف بار آن می‌تواند تا مدتها دامنگیر شخص و جامعه وی شود.

### نوجوانی و نیازها

شناخت نیازهای نوجوانان و پاسخگویی به آنها از مهمترین وظایف والدین و مربیان می‌باشد. این نیازها را می‌توان به دو دسته نیازهای زیستی و روانی تقسیم نمود.

۱. دنیای نوجوان، دکتر محمد رضا شرفی،

ص ۱۵۷.

۲. مسائل نوجوانان و جوانان، دکتر محمد

خدایاری فرد، ص ۲۸، باندکی تصرف.

## الف) نیازهای زیستی

این نیازها شامل نوع تغذیه، خواب، استراحت، فعالیتها و... می باشد و با توجه به تغییرات همه جانبه در دوران نوجوانی می توانند تا حدودی در بهداشت و بهبود وضعیت جسمی و روحی او موثر باشند.

## ب) نیازهای روانی

این دسته از نیازها از دسته نخست مهمتر است؛ چرا که بی توجهی به آنها موجب اختلالات شخصیتی و بیماریهای روانی می شود. بسیاری از مردم آزارها، بزهکاریها، افسردگیها، پرخاشگریها و بدبینیها، نتیجه عدم ارضای کافی و به موقع این نوع از نیازها است. از این رو به صورت چکیده و فهرست وار به بررسی این گونه نیازها می پردازیم<sup>۱</sup>:

۱. محبت جویی: نوجوان علاقه مند است تا دوست بدارد و دوست داشته شود؛ به تعبیری محبت کند و محبت ببیند. به همین خاطر وی در جستجوی محبت به هر سویی می رود. و در این میان جمع دوستان، خانواده، مدرسه و... از جمله کانونهای مورد توجه

نوجوان است که می تواند اثرات مثبت یا منفی بر وی برجای گذارد. بر پایه همین نیازها است که برخی نوجوانان به دنبال عدم ارضای این حس به کانونهای منحرف و خارج از خانواده و محیطهای نامطلوب جذب می شوند و در دام آنها گرفتار می شوند.

## ۲. امنیت خواهی: بر خلاف

ادعاهای استقلال طلبانه دوران نوجوانی، وی نیازمند به احساس امنیت خاطر و آرامش بوده، در مواقع اضطراب و هراس همواره در پی یافتن پناهگاه و یارانی است که از او در برابر ناملايمات دفاع نمایند. به همین دلیل وی به گروههای حمایتگر جذب می شود، هر چند این گروهها از دیدگاه اجتماع ناپسند جلوه کنند.

## ۳. نیاز به مقبولیت و محبوبیت: در

این سنین وی با ورود به جمع همسالان خود تلاش می کند تا با بروز استعدادهايش، طرف توجه آنان واقع

۱. جهت اطلاع بیشتر از مباحث این بخش مراجعه شود به: ظوابعی، مهدی، مبانی مشکل شناسی کودکی و نوجوانی، تهران، دانشگاه علامه طباطبایی، ۱۳۶۵.

می توان به اعتماد به نفس، احساس ارزش، توانایی، موفقیت و شایستگی اشاره نمود.

۵. استقلال: بسیاری از نوجوانان از تسلط والدین و مریان بر رفتارهای خود برمی آشوبند و در صدد کسب استقلال برمی آیند. استقلال اقتصادی و استفاده از آزادیهای فردی و اجتماعی از مهمترین خواستههای ایشان در این دوران است. همین نیاز موجب برخوردها و تنشهایی در روابط نوجوان، والدین و نیروهای اجتماعی می شود که می توان با شکیبایی، پاسخگویی و مهرورزی در تعدیل این خواستها، قدمهای مؤثری برداشت؛ به گونه ای که با جهت دهی این نیاز، آسیبهای این مرحله را به حداقل رساند.

۶. نیاز به مذهب و فلسفه زندگی: بی گمان نوجوانی یکی از عقیدتی ترین دوران حیات انسان است. نوجوان به دنبال تکیه گاهی روحی می باشد تا به مدد پشتیبانی آن راز وجودی خود و علت هستی اش را دریابد. گاه این روحیه در وی چنان شدت می یابد که

گردد. در این سالها او معیارهای گروهی را بر بسیاری از مرزها و معیارهای اجتماعی، مذهبی و خانوادگی ترجیح می دهد. و از آنجا که از مطرود شدن می هراسد، با فعالیتهای گروهی هم سویی و همدلی بیشتری نشان می دهد. امروزه با توجه به گسترش زندگی شهرنشینی و زمانه درهم شکسته شدن صمیمیتها و پراکندگی خانواده ها، مسئله گروه گرایی غالباً به شکلهای منفی جلوه گر می شود و موجب پیدایش گروه های هنجارشکن مانند رپ، هوی متال و ده ها دسته و گروه کوچک و بزرگ در سطح کشوری یا بین المللی شده است.

۴. تشویق و تکریم: نوجوان احترام خواه و تکریم پذیر است. او در برابر همراهی با ارزشهای موجود توقع تشویق و احترام دارد. از سوی دیگر علاقه مند است تنها رفتارهای مسئولانه اش مورد توجه قرار گیرد و از خطاهایش چشم پوشی شود.

پاسخگویی به این نیازها ثمرات پربراری در پی دارد که از جمله آنها

تو نیز هجوم آورد؛ از این رو آگاهی تو را از این موارد بر ناراحتی و دغدغه‌ام - از مواجهه تو با این مسائل - ترجیح دادم تا تسلیم هلاکتهای اجتماعی نشوی.»

۷. نیاز به رشد و کمال یافتگی: با فرا رسیدن ایام نوجوانی، نوجوانان تمایل دارند استعدادهای خود را شکوفا ساخته از ظرفیتهای خود بیشترین بهره را ببرند.<sup>۱</sup> همین حس است که سبب می‌شود آنان بی‌هیچ هراسی در جاده‌های سخت زندگی و شرایط دشوار گام نهند و در بسیاری از مواقع قله‌های موفقیت را فتح نمایند. نمونه زیبای این کمال یافتگی را که بیشتر ناظر به روحیات ارزشی و حماسی است در دوران دفاع مقدس و حضور حماسی نوجوانان به خوبی می‌توان یافت.

### دوران شکفتن

با توجه به آنچه گفته شد می‌توان

به ریاضتهای سخت روی می‌آورد. او در این مرحله دارای احساسات و عواطف خالصانه و لطیفی می‌شود که کشش و جاذبه آن تمام وجودش را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بر همین اساس است که امیر مؤمنان در نامه خویش به فرزند دلبدش سیر تربیت او را در آغاز بر مبنای آموزشهای مذهبی قرار می‌دهد و او را برای رویارویی با شبهه‌های زمانه آماده می‌نماید و می‌فرماید: «وَإِنْ أبتَدَيْتَكَ بِتَعْلِيمِ كِتَابِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَتَأْوِيلِهِ وَشَرَايِعِ الْإِسْلَامِ وَأَحْكَامِهِ وَحَلَالِهِ وَحَرَامِهِ لَا أُجَاوِزُ ذَلِكَ بِكَ إِلَى غَيْرِهِ، ثُمَّ أَشْفَقْتُ أَنْ يَلْتَبَسَ عَلَيْكَ مَا اخْتَلَفَ النَّاسُ فِيهِ مِنْ أَهْوَائِهِمْ وَأَرَائِهِمْ مِثْلَ الَّذِي تَلْتَبَسُ عَلَيْهِمْ فَكَانَ إِحْكَامُ ذَلِكَ عَلَى مَا كَرِهْتُ مِنْ تَنْبِيهِكَ لَهُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ إِسْلَامِكَ إِلَيَّ أَمْرًا لَا أَمِنُ عَلَيْكَ بِهِ الْهَلَكَةَ؛<sup>۱</sup> پس در آغاز تربیت تصمیم گرفتم تا کتاب خدا را به همراه تفسیرش به تو بیاموزم و شریعت اسلام و احکام آن را از حلال و حرام به تو تعلیم دهم و به چیز دیگری نپردازم. پس از آن ترسیدم که مبادا بینشهای منحرف که سبب پراکندگی و شبهه مردم گردیده است به

۱. نهج البلاغه، نامه ۳۱.

۲. جهت اطلاع نک: ابراهام فرلو، انگیزش و شخصیت، ترجمه احمد رضوانی، مشهد: آستان قدس رضوی: ۱۳۶۷.

باشیم؛ چرا که با شناسایی این علتها، مبانی رفتاری نوجوانان مشخص می‌شود و می‌توان در مواجهه با آنها روشهای مناسب را برگزید.

**الف) کشمکش رفتاری:** کودک به ناگاه وارد مرحله‌ای جدید از زندگی می‌شود. وی متوجه تغییراتی در خود می‌گردد و سطح توقعات اطرافیان را از خود بیشتر می‌بیند. از سویی در خود کششی اجتناب‌ناپذیر به سوی استقلال می‌یابد، ولی از دیگر سو نمی‌تواند از حمایت‌های والدین و توجه‌های بی‌دردسر دوران کودکی دست بکشد. بر همین اساس دچار کشمکش درونی گشته رفتارهای متفاوتی از خود بروز می‌دهد.

**ب) استقلال‌طلبی:** احساس هویت جدید به او این امکان را می‌دهد که علیه تمامی مراجع وابستگی و قدرت از جمله پدر و مادر سرکشی کند. بحثها و مجادله‌های طولانی، موضع‌گیری در برابر خواست والدین و مربیان، عدم انجام تکالیف و وظایف و در مواردی بزهکاری، از همین مسئله ناشی می‌شود.

دوران نوجوانی واز پی آن جوانی را دوران شکفتن دانست؛ دوران طلایی و پر ارزشی که تنها یکبار در زندگی انسان رخ می‌دهد. سادگی و بی‌آلایشی این دوران به همراه عشق خالص به رفتارهای والا موقعیتی کم نظیر را فراروی مربیان، مبلغان و والدین پرتلاش و مسئولیت شناس می‌گذارد که بهره برداری از آن موفقیت‌های دراز مدتی را به دنبال می‌آورد. در واقع این مرحله از زندگی همان دوران قوت و قدرتی است که خداوند در کلام خویش در میانه دو دوره ناتوانی و سستی می‌آورد و بیشترین تکالیف را برای همین دوران در نظر می‌گیرد. ﴿اللّٰهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً﴾<sup>۱</sup> «خدا همان کسی است که شما را در حال ضعف آفرید و پس از آن ناتوانی، قوت و توانایی بخشید و بار دیگر پس از توانایی، ضعف و پیری را قرار داد.»

### نوجوانی و عوامل مشکل‌زا

پس از آشنایی با برخی ویژگیهای نوجوان، مناسب است نیم‌نگاهی به عوامل مشکل‌زای این دوران داشته



سوم. معیارها و ارزشهای اجتماعی، مذهبی و فرهنگی جامعه.

در اینجا چنانچه این سه معیار با یکدیگر همخوانی داشته باشند، نوجوان می تواند به آسانی هویت خویش را شکل داده، جایگاه خود را بهبود بخشد؛ اما مشکل زمانی آغاز می شود که این معیارها با یکدیگر ناهمخوان، متضاد و متعارض باشند و از وی وظایفی ناهماهنگ را درخواست نمایند. در این فرض است که او خود را در گرداب تعارضها، سردرگمی و اضطراب، ناتوان می یابد و برای فرار از این مشکل وحشت زابه هر سویی پناه می برد.

ه) بلوغ جنسی: رشد و نمو غدد داخلی و ترشح هورمونهای جنسی، نوجوان را در آغاز راهی سخت قرار می دهد. کشش و انگیزه ای جدی برای ارتباط با غیر هم جنس در او بیدار گردیده است. وی در صدد است این انرژی متراکم را در جایی آزمایش کند؛ اما از عواقب آن می هراسد. با گسترش تمایلات جنسی، تغییراتی در سازمان جسمی و عضلانی او پدیدار می شود و زمینه را برای برخورد های خشن یا غیر متعارف با دنیای خارج فراهم می سازد. تحمل این

ج) قدرت تحلیلی: دنیای نوجوانی، دنیایی تحلیلی - انتقادی است. نوجوان در خود توانایی تحلیل مسائل را می یابد. نقاط مثبت و منفی دیگران را می شناسد و الگوهای گذشته خود را به نقد می کشد و اعتماد خود را از ایشان دریغ می دارد. از طرفی احساسات عاطفی نسبت به بزرگسالان به ویژه پدر، مادر و مربیان محبوب، او را دچار دوسوگرایی و کشمکش عاطفی می کند.

د) هدف شناسی: با پدیدار شدن علائم بلوغ جنسی و گسترش تواناییهای فکری - منطقی، فرد نیز دچار تحول جدی می شود. وی با پرسشهایی همچون «من کیستم؟» و «هدف من از زندگی چیست؟» روبرو می گردد و ذهن جستجوگر او در پی یافتن پاسخی به این پرسشها است و در تلاش است، تا شخصیتی یکپارچه برای خود بسازد. در این دوره او با سه معیار کلی روبرو است.

اول. ارزشهایی که در دوران کودکی به وی ارائه گردیده است و مورد پذیرش والدین او است.

دوم. ارزشهای گروه همسالان که همینک با آن درگیر است.

فرزندان، محرومیت‌های فرهنگی، سختگیری و مراقبت‌های بیش از حد یا رهاسازی و آزادی‌های نابه‌جا، همگی از عوامل مشکل‌زا برای سلامت دوران نوجوانی است.

**ح) شکافها و محرومیتها:** از دیگر عوامل تاثیرگذار بر کردارهای نوجوانان ساختار و اوضاع و احوال اقتصادی، اجتماعی و سیاسی جامعه است. محرومیت‌های مالی، شکاف‌های اقتصادی، کمبود امکانات فرهنگی، نبود شرایط مناسب و مساوی برای پیشرفت همگان، نبود اماکن مذهبی و نیروهای کارآمد و... از جمله اهرم‌های مهم برای ایجاد رفتارهای نامناسب در نوجوان به شمار می‌رود.

در بخش بعدی این مقاله، مشکلات روحی ایام نوجوانی، واکنش‌های دفاعی نوجوان و انتظار از نوجوان را مورد بحث قرار داده و در پایان، به ارائه توصیه‌هایی برای ارتباط بهتر با نوجوانان خواهیم پرداخت.

ادامه دارد....

مشکلات، فشارهای روحی بسیاری بر وی وارد می‌کند. این حالت به ویژه زمانی که نوجوان دچار بلوغ زودرس شده است، مشکلات بیشتری را برای وی ایجاد می‌کند و او را دچار انحرافات از قبیل مقاربت جنسی غیرمتعارف، خودارضایی، همجنس‌گرایی، حیوان‌بازی، نظر‌بازی یا... می‌نماید!

**و) بی‌تجربگی:** از جمله عللی که ریشه بسیاری از رفتارهای به ظاهر غیر خردمندانه نوجوانان به شمار می‌رود، بی‌تجربگی و عدم آمادگی برای برخورد با مسائل و مشکلات است. نوجوان به واسطه عدم آشنایی و تجربه لازم، از حل مشکلات و مسائل ناتوان می‌ماند و در خود احساس عدم شایستگی کرده، دچار خود کم‌بینی می‌شود. از زاویه دیگر، وجود روحیه عدم وابستگی نمی‌گذارد وی دست یاری به سوی دیگران دراز کند و این آغاز رفتارهای غیرمعقول او است.

**ز) پرورش و آموزش:** محیط‌های تربیتی و آموزشی نیز به عنوان یکی از عوامل بسیار مهم در شکل‌دهی رفتارهای نوجوان می‌تواند مورد توجه قرار گیرد. درگیری‌های پدر و مادر با یکدیگر یا

۱. نک. روان‌شناسی و تربیت جنسی کودکان و نوجوانان، کوچیتکف و لاپیک، ترجمه محمد تقی‌زاده، انتشارات بنیاد.