

مقدمة في مرحلة المراهقة



تمهيد

عنيت مرحلة المراهقة بالكثير من الاهتمامات لدى المختصين وغير المختصين أكثر من غيرها من المراحل النمائية الأخرى، ذلك لأنها ارتبطت في أذهان البعض بحصول الكثير من المشكلات والمصاعب. كما أنها تعد مرحلة بينية بين مرحلتي الطفولة والرشد ويعتري الفرد أثناءها الكثير من التغيرات الأساسية. فعندما يصل النمو بالفرد إلى نهاية الطفولة المتأخرة، فإنه يسير نحو البلوغ الذي لا يتجاوز عامين أو ثلاثة، ثم يتطور البلوغ إلى مرحلة المراهقة التي تمتد حتى تصل بالفرد إلى اكتمال النضج في سن الرشد. وبهذا نستطيع القول، أن البلوغ يعتبر حلقة الوصل التي تصل الطفولة بالمراهقة والمراهقة هي مرحلة الإعداد للرشد.

فما معنى البلوغ ؟ وما معنى المراهقة؟

البلوغ: مرحلة من مراحل النمو الفسيولوجي العضوي التي تسبق المراهقة وتحدد نشأتها وفيها يتحول الفرد من كائن لا جنسي الى كائن جنسي قادر على ان يحافظ على نوعه واستمرار سلالته. وتعتبر مرحلة البلوغ ثاني اسرع مراحل النمو لدى الانسان، حيث تمتد المرحلة الاولى من قبل الميلاد (المرحلة الجنينية) وحتى منتصف السنة الثانية (مرحلة المهد).

المدى الزمني لمرحلة البلوغ والعوامل المؤثرة فيه:

يختلف المدى الزمني - ابتداء وانتهاء - لمرحلة البلوغ وذلك لاعتبارات معينة:

العوامل الوراثية - الجنس - المرض - الغذاء - العوامل الوراثية - وقد يكون للمناخ والبيئة الجغرافية أثر في تحديد ذلك.

- فالإناث يبلغن أبكر من الذكور وقد يحدث لديهن فيما بين عمر ١١ - ١٣ سنة. في حين ان الذكور يتأخرون قليلا فيبلغون فيما بين ١٢-١٤ سنة.

- قد تسرع العوامل الوراثية او تؤخر من البلوغ تبعا للمحددات جينية

- كما ان طبيعة الغذاء والنظام الغذائي وكميته الذي يسير عليه المراهق له اثر في تحديد ذلك؛ فكثر البروتين تؤدي الى التبكير بالبلوغ في حين أن كثرة المواد الكربوهيدراتية ونقص الغذاء يؤخر البلوغ ويؤثر على النشاط الجنسي للفرد .

- اصف الى ان الظروف الصحية وطبيعة تكوين الفرد الجسمي سبب في تحديد البلوغ فأصحاب البنية الصحيحة جسميا والبنية القوية يبلغون ابكر من اصحاب البنية الضعيفة.

- وجدت بعض الدراسات فأصحاب المناطق الحارة أسرع ، ان للبيئة الجغرافية اثر على بداية البلوغ بلوغا من اصحاب المناطق الباردة.

هذا ولا يعني تحديد سن البلوغ للذكور والاناث ولا مداه امر منطبق على كل الافراد، وانما هذا التحديد بناء على المتوسطات العامة. فقد يقل او يزيد عن هذه السنوات وذلك وفقا للفروق الفردية بين الافراد.

المراهقة: معنى رهق في الاصل اللغوي العربي : اقترب ودنا أي قارب الحلم واقترب من البلوغ وهي توافق المعنى اللاتيني للفعل Adolescerō وتعني : التدرج نحو النضج الجنسي والجسمي والعقلي والاجتماعي والسلوكي .

المعنى العام للمراهقة: وهي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بمرحلة الرشد وفق محكات المجتمع وهذه المحكات تختلف من مجتمع الى مجتمع ومن عصر الى عصر آخر .

فالمراهقة بدايتها نضج فسيولوجي ونهايتها نضج انفعالي و اجتماعي.

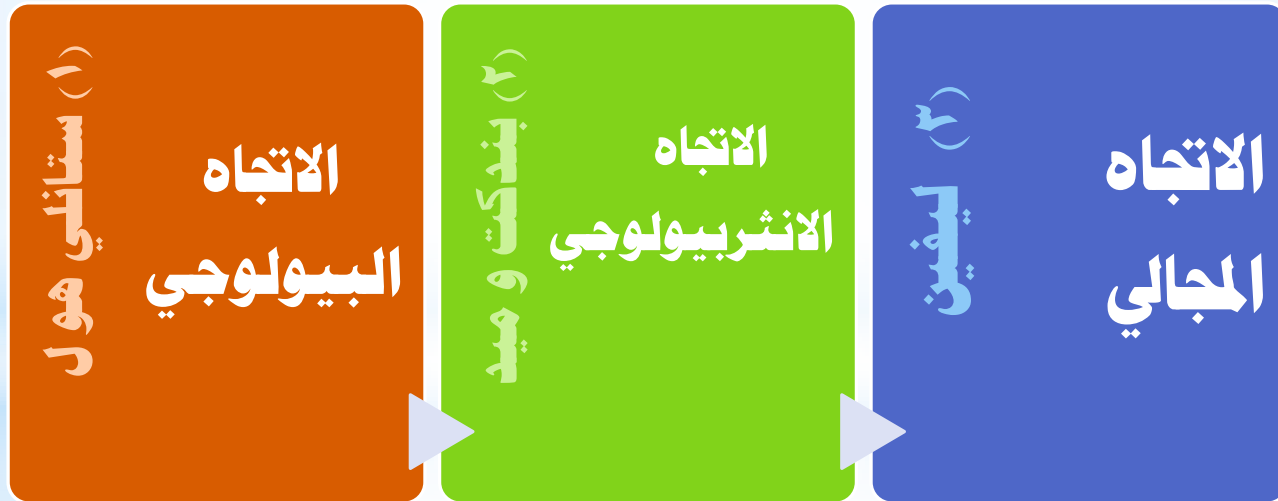
وفي هذا تقول هيرلوك " تمتد المراهقة من النضج الجنسي حتى ذلك
العمر الذي يتحقق فيه الاستقلال عن سلطة الكبار"

وتمتد مرحلة المراهقة في العادة من عمر ١٣ وحتى عمر ١٨ سنة
وقد تمتد حتى عمر ٢١ سنة

ما الفرق بين البلوغ والمراهقة؟

المراهقة	البلوغ
لا تأتي المراهقة إلا بعد البلوغ	يسبق البلوغ مرحلة المراهقة
تعتبر أعم وأشمل من البلوغ	تعتبر الوجه البيولوجي للمراهقة وهي بداية المراهقة
تشمل تغيرات عديدة في الجوانب الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية	تقتصر تغيراتها على النواحي الفسيولوجية المتمثلة في البلوغ الجنسي
قد تمتد مرحلة المراهقة إلى ثمان سنوات	يتحدد البلوغ بثلاث سنوات على الأكثر

الاتجاهات المفسرة للمراهقة:



١- الاتجاه البيولوجي

يتزعم هذا الاتجاه "ستانلي هول" والذي يركز فيه على المحددات الداخلية للسلوك أي البيولوجية. ويشير الى ان مرحلة المراهقة مرحلة تغير شديدة مصحوبة بتوترات وصعوبات التكيف يكتنفها ازمات نفسية نتيجة لما تنطوي عليه من توترات عاطفية وتسودها المعاناة والاحباط. ويرى ان سبب هذه الصعوبات ترجع الى العامل الفسيولوجي، ولا يرى في نظريته أي اثر قوي للبيئة وعليه فانه يترتب على تقديره هذا ان صورة المراهقة تفرضها طبيعة النمو وبالتالي يتشابه سلوك المراهقين جميعا!

٢- الاتجاه الأنثروبولوجي

يركز هذا المجال على المحددات الخارجية للسلوك أي العوامل الاجتماعية والثقافية والقيم المكتسبة، ويتزعم هذا الاتجاه كل من بندكت و ميد . والليان قاما بدراسة استطاعت ان تجيب عن السؤال التالي :

هل سلوك المراهقين عام وشامل ؟ ام أنه انعكاس لظروف بيئية وخبرات ثقافية معينة؟؟

فمن خلال ملاحظة «ميد» المباشرة على بعض مراهقي المجتمعات البدائية توصلت الى أن المراهقة تتكون وتتشكل ببيئة المجتمع وليس بالضرورة ان تلازمها صفات التمرد والثورة. فقد وجدت بعض المراهقين في مجتمع معين متعاونين متكيفين ذلك لانهم يتلقون الرعاية والاهتمام والعطف، أما في مجتمع اخر وجدت مظاهر العدوان نتيجة لما يلاقيه من اهمال وقسوة في طفولته، وفي مجتمع ثالث كان يتصف المراهق بالسلبية ذلك لأن السيادة فيه للمرأة.

وعليه فان هذا الاتجاه يؤكد على اهمية التنشئة الاجتماعية في معرفتنا بطبيعة المراهق وذلك تبعا لأساليب التربية وراقي المجتمع من بدائيته. كما تؤكد هذه الدراسات ان مرحلة المراهقة مرحلة نمو عادي وليست بالضرورة ازمة في كل المجتمعات وان المراهقين في كاه سلوكهم يعكسون اثر البيئة الاجتماعية التي نشأوا فيها . كما ان المراهقة لا تتخذ نمطا عاما او شكلا واحد بل قد تتخذ اشكالا مختلفة باختلاف البيئة المحيطة بالمراهق .

٣- الاتجاه المجالي

يركز هذا الاتجاه على التفاعل بين المحددات الداخلية والخارجية للسلوك ويتزعمه "ليفين" الذي يركز على عامل الصراع اثناء الانتقال من الطفولة الى الرشد من مجال معروف الى مجال مجهول . ويتمثل هذا الانتقال في الجوانب التالية :

١/فترة تغيرات فسيولوجية وجسمية شديدة، ففي مرحلة الطفولة كان يعرف طبيعة جسمه وكيف يستجيب له في ظروف متعددة لكن مع المراهقة ونتيجة للتغيرات السريعة اصبحت صورة الجسم مضطربة فهو مشغول بجسمه يدرسه في المرآة فيجد تغيرات جسمية وجنسية لا يعرف طبيعتها ولا كيف يستجيب لها.

٢/فترة تغير في الانتماء للجماعة، فبعد ان كان ينتمي الى جماعة الاطفال يعيش معهم ويتصرف وفقا لأسلوبه الطفولي اصبحت الان كبيرا يرفض ان يُعامل كطفل فعليه ان ينتزع نفسه من الاسلوب الطفولي الذي اعتاد عليه ليقيم نمطا من العلاقات تناسب الكبار وهو في هذا انتقال من مجال معروف الى مجال مجهول لم يتم تكوينه من الناحية المعرفية فلا يعرف عادات الكبار ولا قيمهم ولا اهتماماتهم وهذا النقص يخلق لديه نوع من التردد وعدم الثبات وعدم الشعور بالأمن.

٣/فترة ظهور حاجات واهتمامات ورغبات جديدة تدعو الى الاشباع النفسي والاجتماعي لم تكن موجوده من قبل وذلك نتيجة لتطوره العقلي والانفعالي والاجتماعي ودخوله عالم الكبار يخلق مناخا مليئا بالتردد ذلك لأنه يحتوي الكثير من الصراعات والتناقضات التي تربك المراهق، ويصل المراهق الى مرحلة لا يعلم هل طفل ام انه ينتمي الى عالم الكبار .

وبناء على ذلك يرى ليفين أن فترة المراهقة ليست بالضرورة ازمة لجميع المراهقين، فقد يجتازها البعض دون مشكلات والبعض الاخر تكون مليئة بالتوترات ويختلف المراهقون ، في طرق مواجهتهم لهذه المشكلات وفقا لطريقة استجابتهم. ويضيف ليفين ان المشكلات تعود الى طبيعة النمو والى الظروف البيئية المحيطة واسلوب معاملته من قبل المحيطين به، ويترتب على هذا انه قد تتشابه بعض مشكلات المراهقين نتيجة للتغيرات التي تحصل في هذه المرحلة ويختلفون في مشكلات اخرى مما يشير الى اهمية المجال الاجتماعي للفرد.

أهمية مرحلة المراهقة

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم وادق المراحل التي يمر بها الانسان وذلك لاعتبارات : مرحلة يتحول فيها الفرد من طفل غير كامل الى بالغ ناضج. تحدث فيها تغيرات عديدة تشتمل عدة جوانب جسمية عقلية اجتماعية انفعالية. كما تعتبر مرحلة طويلة نسبيا. لها مطالب وحاجات لا بد من اشباعها بطريقة شرعية و سليمة وقد يقف المجتمع بعاداته وتقاليده ضد تحقيقها مما يوقع المراهق في صراع ومشكلات .

ولهذا تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة حساسة في كافة المجتمعات ، وقد يكون لها وضعها الخاص في مجتمعنا العربي تتحدد في ثلاثة عوامل :

١/ أن هذه المرحلة تبدأ مبكرة في بلادنا إذا ما قورنت بالبلدان الأخرى وهذا يعني أن الميول الجنسية ورغبة المراهق في إشباع الجنسي تظهر في وقت مبكر. والطريق الوحيد الذي يمكن إشباعه وفق ديننا هو الزواج وهو مالا يستطيعه المراهق وذلك لأسباب عدة، منها: عدم قدرته على الاستقلال الاقتصادي وعدم وصوله إلى درجة من النضج العاطفي والاجتماعي تيسر له في ظروف مجتمعنا المعاصر أن يكون رب أسرة مسؤول، وبالتالي إذا لم يوجه بطريقة صحيحة فقد يتم إشباع هذا الدافع بطريقة منحرفة تعود بالضرر على صحته النفسية وتكوينه العام.

٢/ تمر شعوبنا العربية بفترة صراع بين العادات والتقاليد الشرقية التي عشنا عليها وقيم ديننا ، الحنيف وبين التقاليد والقيم التي اتتنا من الخارج مما يخلق نوع من الفجوة والصراع بين جيل الالباء والابناء. مما يجعلنا اكثر ايمانا بضرورة بذل الجهد نحو توجيه المراهقين توجيهها صحيحا ومناقشتهم ومحاورتهم في الاتجاهات والقيم العالمية وموقفنا منهم وان نخضع تفكيرنا معهم لواقعنا كما يتمثل في مجموعة ظروفنا واحوالنا واحكام ديننا .

٣/ نوع التربية التي نربي عليها ابناءنا، فطريقة تربية بعضنا لا تعطي للأطفال فرصة الاخذ والعطاء والمناقشة او الاشتراك في تصريف امورهم وحياتهم وانما تربية قائمة على الاوامر التي يجب ان تنفذ والطاعة الواجبة والاذعان. والنتيجة ان تصبح حياة الطفل استسلام تام لا يفكر لنفسه انما ابواه من يفكرون له، حتى اذا ما وصل الى مرحلة المراهقة تغير الحال ذلك لان المراهق لا يتقبل ان يكون فقط منفذا للأوامر. لقد اصبح شخصا كبيرا له حياته الخاصة وتطلعاته وله فكره المستقل واسلوبه وطريقته في التفكير وتصبح صورته لدى الابوين صورة مختلفة عما كان عليه من قبل، ويصعب على الآباء في اغلب الاحيان تقبل ذلك وهنا يقع مكنم الخلافات العديدة التي تنشأ داخل الاسرة بين الآباء وابنائهم المراهقين

مطالب النمو في مرحلة المراهقة

لقد حدد هافجهرست في كتابه نمو الانسان والتربية عدة مطالب للمراهقة:

١/ التوحد مع الدور الذكري والانثوي.

٢/ تقبل التغيرات الجسمية والجنسية على انها مظهر طبيعي للنمو.

٣/ تحقيق الاستقلال النفسي عن الآخرين.

٤/ التخطيط لمستقبل مهني او تعليمي مرموق.

٥/ العمل على بناء القيم توجه السلوك وتحديده.

٦/ العمل على تنمية الولاء والانتماء الاجتماعي.

٧/ الاستعداد النفسي للزواج.

٨/ اكتساب المراهق شعورا واضحا بالهوية او الذاتية كما حددها اريكسون في نظريته واسماها مرحلة البحث عن الهوية.