ما هى مرحلة المراهقة؟

هى مرحلة انتقال بين الطفولة والرشد، هى قنطرة عبور، وعملية بيولوچية وتحول اجتماعى وثقافى فى حياة الإنسان، أمور تسير كلها معًا جنبًا إلى جنب بتناغم واتساق والأهل عاجزون فى غالب الأحيان عن فهم طبيعة وحقيقة هذه المرحلة، أو ظاهرة النمو الجديدة، فى الوقت الذى يجب عليهم فيه مساعدة الفتي أو الفتاة على اجتيازها بأمن وسلام، ويشار إليها أحيانًا بـ«مرحلة البلوغ» والبلوغ هو التطور الجسدى الذى يجعل الفتى قادرا على أن ينجب والفتاة قادرة على أن تحمل، وسبب البلوغ هو نمو الجسد، ولاسيما الغدد الجنسية وعمل الغدد الجنسية بدوره مرتبط بعمل بقية الغدد الصماء، ومن هنا كانت ضرورة تبصير كل من الفتى والفتاة وهما على أبواب مرحلة البلوغ بما سيحدث لهما، حتى لا تكون هذه التغيرات بالنسبة لهما مفاجئة، بحيث تترك ردود فعل نفسية قاسية وخاصة عند الفتيات.

فمرحلة المراهقة كما يراها «ستانلى هول» مولد جديد للفرد، وهى فترة عواصف وتوتر وشدة، تظهر فيها إلى الوجود أعلى السمات الإنسانية وأقواها.

من أجل ذلك أطلق عليها لفظ العاصفة، أو الأزمة، إنها مرحلة حتمية من عمر الإنسان، لا يمكن إلغاؤها، ولا يمكن قمعها، أو إزالة آثارها، لكن يأتى علم «الانثروبولوچيا» ليغير من نظرتنا هذه إلى المراهقة ويجعلنا نتحفظ فى رد أسبابها إلى الناحية البيولوچية والنفسية؛ فنحن نجد عند الشعوب البدائية أن فترة الانتقال من الطفولة إلى المراهقة هى سهلة وخالية تقريبًا من المشكلات، وهذا ما يشير إلى أن الأزمات الناتجة عن المراهقة فى مجتمعنا هى نتاج القيود التى تفرضها الحضارة.

وعلم النفس القديم كان ينظر إلى المراهقة باعتبارها بالفعل عاصفة هوجاء، يجب العمل على تجنبها بإقامة الحواجز المضادة، وكان يراها مستقلة عن باقى

مراحل العمر، فى حين ينظر علم النفس الحديث إلى المسألة نظرة أخرى فيراها غير مستقلة، بل هى مرتبطة تمامًا مع المرحلة التى سبقتها ومع تلك التى تليها، وينظر إليها على أنها صلة الوصل أو القنطرة أو المعبر ما بين عالم الطفولة وعالم الرشد.

أى إن علم النفس الحديث يرفض مقولة أن المراهقة ثورة وعاصفة غالبًا ما تكون مصحوبة بمظاهر سلوكية تدل على الانحراف أو سوء التوافق، ويرى أنها حالات عارضة، وما يلاحظ من تمرد وثورة ليس سوى نتيجة لما يصادفه الفتى من مواقف صلبة من الأهل والمدرسين، تصطدم برغباته وتحول دون تحقيقها، وبذلك تكون هذه العاصفة نتيجة مواقف إحباطية من البيت والمدرسة والمجتمع.

ولقد كشف علم النفس الحديث عن يمكن استغلال طاقة النمو فى هذه المرحلة لصالح المراهق نفسه واستخدامها فى تنمية قدراته وكيانه وشخصيته.

ومرحلة المراهقة وما يصاحبها من تغيرات يمكن تشبيهها بعاصفة تحمل الكثير من الأتربة والرمال أو بثورة بركان هو مزيج من عوالم متعددة يمكن تحليلها إلى عناصر أربعة تتفاعل بعضها مع بعض وهى العنصر الانفعالى، والعنصر الاجتماعى، والعنصر العقلى، والعنصر الجنسى، ولا شك أن هذه العوامل مجتمعة هى وراء ظهور هذه العاصفة المشار إليها فهى تتفاعل مع بعضها البعض، وتتحد، لتصل بالمراهق إلى قمة هذه المرحلة فنقول لقد وصل إلى نقطة البلوغ.

وأول ما تتجه إليه ثورة المراهق، هم أقرب الناس إليه وأحبهم إلى قلبه الأم، والأب، والإخوة وخاصة إذا أحاطوه بمزيد من الرعاية والعطف والحب، فإنه يثور؛ لأنهم يذكرونه بالطفولة التى لم يعد يرتضيها مكانة له، وغالبًا ما نسمع المراهقين من أبنائنا يرددون العبارة المألوفة (إنى لم أعد طفلاً .. إنى رجل ولى موقفى) وذلك عند كل تعارض لرغبته مع رغبات الأهل وفى ذلك عملية من عمليات إثبات الذات، وانتزاع اعتراف الآخرين وعلى رأسهم الأهل برجولته الاجتماعية واجتيازه لمرحلة الطفولة.

وقد يثور لأمور نراها نحن الكبار تافهة، لكنه يراها مهمة؛ فهو يثور لتأخر الطعام، أو لنوعيته أو للتدخل فى شئون دراسته، وغالباً ما تكون هذه الثورة غير متناسبة مع أهمية الموقف، وهنا يبدأ التعارض بين ما نراه تافهاً لا يستحق الثورة وما يراه هاماً جداً وموجهاً ضده فى نفس الوقت، وغالباً ما يفكر المراهق أمام هذه المشكلات بالهرب من جو الأسرة، إذا كانت متشددة، يغادرها رغبة منه فى تحطيم القيود المفروضة عليه من قبل الأسرة والمجتمع.

كذلك ينفر المراهق من الأسرة المتساهلة جداً والتى لا تحمله المسئولية وتدلله، ولا تعتمد عليه، وكأنها تريده أن يبقى طفلاً وهذا ما يرفضه المراهق فيتجه إلى ناحية يثبت فيها عكس ذلك، ومن أكثر المشكلات حدوثاً بين المراهق ووالديه سؤاله الدائم عن سبب تأخره خارج البيت، والتدخل فى شئون اختياره لأصدقائه وفرض أصدقاء معينين عليه؛ فهو بحاجة إلى الأصدقاء ليمضى معهم أوقات فراغه، وهو يتخير لنفسه صديقاً أو أكثر، أو قد يتخلص من بعض أصدقائه القدامى الذين يجدهم غير جديرين بما بلغه من نضج ونمو، وتتميز الصداقة فى مرحلة المراهقة بالحب الشديد والولاء، وقد يأتمن المراهق رفاقه على الكثير من أسراره، ويميل إلى تكوين الصداقات مع الجنس الآخر، وللأصدقاء فى مرحلة المراهقة أهمية أكبر مما لهم فى أى مرحلة أخرى من مراحل حياة الفرد؛ فهم يفهمونه الفهم الكافى، وهذه العلاقات الشديدة بين المراهقين من نفس الجنس توجد لدى البنات أكثر مما هى لدى الصبيان؛ بحيث لا تترك لديهن وقتاً أو ميلاً لعلاقات اجتماعية أخرى خارج إطار هذه الصداقة.

والسلطة على المراهق فى الريف أقوى منها فى المدن؛ حيث يجد المراهق المجالات الرحبة لقضاء وقت فراغه وممارسة نشاطاته وهواياته الخاصة مع مجموعات الرفاق.

ومن المرغوب فيه أن يتخلل وقت المراهق قدر معين من العمل؛ لأن العمل الملائم الذى لا إجهاد فيه، يُعَوِّدُ الفرد الجد والاجتهاد وينمى لديه الإحساس بالمسئولية؛ فمشاركة المراهق فى تحمل الأعباء يحوله إلى عضو نشط، منتج فى حياة الأسرة، وليس مجرد مستهلك، وإذا دُرِّبَ على الأعمال البسيطة منذ الطفولة أصبح فيما بعد، وفى المراحل اللاحقة أكثر قدرة على القيام بأعمال أكثر صعوبة وفائدة.

ويختلف علماء النفس فى تحديد مرحلة المراهقة؛ فبعضهم يتجه إلى التوسع فى تحديدها؛ فيرون أن فترة المراهقة يمكن أن يضم إليها الفترة التى تسبق البلوغ، وهم بذلك يعتبرونها بين العاشرة والحادية والعشرين بينما يحصرها بعض العلماء فى الفترة ما بين الثالثة عشرة والتاسعة عشرة (١٣-١٩) سنة.

وعلى الجانب الآخر، يؤكد بعض الباحثين على تعدد التعريفات الخاصة بتلك المرحلة والاتفاق فيما بينها على تحديد المرحلة سنيًا؛ حيث قسمت المرحلة إلى ثلاث مراحل فرعية: مراهقة مبكرة (١٢-١٤) سنة، مراهقة متوسطة (١٥-١٧) سنة، ومراهقة متأخرة من (١٨-٢١) سنة، كما اتفقت أيضاً فى أنها (مرحلة المراهقة) تبدأ بالبلوغ، الجنسي حتي الوصول إلى النضج؛ فهى مرحلة نمو جسمى وعقلى سريعين؛ مما ينتج عنه اضطرابات انفعالية وبعض المشكلات المعقدة من أعنف ما يواجه الإنسان فى مراحل تطوره؛ فالجسد يعود مرة أخرى ليقحم نفسه على الوجود من خلال نموه المفاجئ فى الحجم والشكل.

ومن التعريفات الخاصة بمرحلة المراهقة:

- تعريف «فريد جبرائيل»: المراهقة هى فترة من حياة الإنسان تتميز بنضج أعضاء ووظائف التناسل عنده، تمتد من سن البلوغ وحتى سن الرشد أى من (١٣ - ١٨) سنة.

- تعـريف «چلين Glenn»: المراهقة هى مرحلة تقع ما بين كل من مرحلة الطفولة ومرحلة الرشد.

- تعريف «معجم مصطلحات التنمية الاجتماعية»: المراهقة هى مرحلة النمو التى تبـدأ من سن البلوغ، أى من سن (١٣) سنة وتنتـهى فى سن النضـوج أى من سن (١٨-٢٠) سنة حتى سن النضوج العقلى والانفعالى والاجتماعى.

- تعريف «قاموس ويبستر Webster»: المراهقة مرحلة انتقالية فى الحياة بين الطفولة والنضج.

- تعـريف «چوزيف joseph»: المراهقة هى فترة انتقالية يترك خلالها المراهق منطقة نفسية معينة ليدخل فترة أخرى.

- تعـريف «جـوج joyg»: المراهقة يحدث فيها تغيرات جسمية وانفعالية وغيرها، والمراهقون يعانون من مشكلات مثل العنف والاكتئاب والإهمال.

- تعـريف «مـوسـوعـة برتيـانيكا»: المراهقة هى عـبـارة عن مـرحلة الطفـولة والشبـاب معًا، ورغم أى بعض المؤلفين يعتبرون المراهقة مساوية للبلوغ الجنسى والتغيرات العضوية التى تختم بالنضج وبالقدرة على التناسل، إلا أنها تكون فى الغالب مرادفة للمفهوم النفسى والاجتماعى، فمثلاً تتزامن بدايتها ونهايتها الغامضة وغير المشخصة مع البلوغ الجنسى ومرحلة الشباب، وتعد هذه اللفظة وصفًا مناسبًا لمرحلة تمتد من سن (١٢-٢٠) سنة فى حياة الشخص؛ حيث إنها لا تنطوى على أى قيد، أو تعريف معين حول خصائص نمو المراهقين أو أسباب خاصة بالمراهقة، وبالإمكان تشخيص أى مرحلة من مراحل الحياة طبقًا لبعض المسائل الخاصة بالنمو كالتطورات البيولوچية والنفسية والاجتماعية، ومنها ما يبرز بشكل واضح، ولكن ليس بالضرورة دائماً فى العقد الثانى من العمر فى مجالات الاتصال بالجنس الآخر والوعى المهنى ونمو القيم والأنا المسئولة.

– تعريف «قاموس أطلس الموسوعى»: المراهقة هى مرحلة التطور من البلوغ إلى الإدراك، وهى مرحلة النمو الممتدة بين الطفولة والإدراك.

– تعـــريف «jann Gumbiner»: المراهقة هى مرحلة انتقالية بين الطفولة والبلوغ تنتهى عند البلوغ، وحتى الاستقلال بالذات.

– ويعرفها «صلاح مخيمر»: بأنها الميلاد الوجودى للكائن البشرى؛ حيث إنه يعى نفسه لأول مرة ذاتاً تريد أن تتحد فى مواجهة الذوات الأخرى، ووجوداً يتلمس ماهيته الخاصة ويتأهب للمسيرة الأولى فى رحلة تحديد المصير التى تمتد امتداد الحياة.

– وتعرف «أنا فرويد»: فترة المراهقة بأنها فترة الاضطراب فى الاتزان النفسى، وهى تنشأ عن النضج الجنسى وما يستتبعه من صحوة القوى الليبيدية أو الشهوانية وعودة نشاطها، وقد تتعرض الأنا الأعلى فى بعض الأوقات لصد انقضاضات الهى أو هجماتها الضارية.

– ويعرفها «عبد الرحمن عيسوى»: بأنها تلك الفترة التى تبدأ من البلوغ الجنسى حتى الوصول إلى النضج، ويرجع لفظ المراهقة إلى الفعل العربى (راهق) الذى يعنى الاقتراب من كذا، والمعنى هنا يشير إلى الاقتراب من النضج الجسمى والعقلى والنفسى والاجتماعى، ولكن ليس النضج نفسه، والذى لا يصل إليه المراهق إلا بعد سنوات عديدة قد تصل إلى تسع سنوات.

– ويعرفها «عادل الأشول»: بأنها التغيرات الجسمية والعقلية والانفعالية التى تتم فى فترة العقد الثانى من العمر.

– ويعرفها «محمد شعلان»: بأنها أعنف ما يواجه الإنسان فى مراحل تطوره؛ فالجسد يعود مرة أخرى ليقحم نفسه على الوجود من خلال نموه المفاجئ فى الجسم والشكل علاوة على التغيرات الكيميائية؛ مما يصيبه بهزة فى كيانه تجعله

يكاد يفقد التعرف على نفسه، فيسأل بإلحاح وبعمق (من أنا؟) وهنا تبرز أهمية الهوية التى تكون جوهر هذه المرحلة فى حياة الإنسان.

ويعرفها كل من «عبد العزيز القوصى» و«سيد غنيم» بأنها على النقيض من مرحلة النمو الهادئة التى تسبقها، ويطلق عليها أحيانًا مرحلة الكمون، وهى مرحلة نمو جسمى وعقلى سريعين، الأمر الذى تنتج عنه بعض الاضطرابات الانفعالية وبعض المشكلات المعقدة فلا يستطيع الآباء والمربون والمشرفون توجيه المراهقين.

ويعرفها «إبراهيم قشقوش»: بأنها تمثل فترة حرجة فى حياة الفرد، بمعنى أنها تحتاج إلى تكيف من نوع جديد يختلف تمامًا عما كان الفرد قد تعود عليه من قبل وهى تبدأ عادة بنهاية مرحلة الطفولة وتنتهى بانتهاء مرحلة الرشد أو النضج ويتراوح مداها الزمنى بين الطول والقصر حسب نوعية الأسرة وبنيتها ومستواها الاجتماعى والاقتصادى وثقافتها، بل إن طول هذه الفترة يتذبذب فى المجتمع الواحد من وقت لآخر وفق الظروف الاقتصادية أو غير ذلك من الظروف.

– وتعرفها «كاميليا عبد الفتاح»: بأنها من أصعب مراحل عمر الإنسان، ولا نغالى إذا قلنا إنها فترة تخلو من السعادة من كثرة ما فيها من معاناة وخاصة فى المجتمعات الحضرية التى تضع قيوداً على سلوك الفرد ورغباته كما تحدد مستويات لطموحه؛ إنها مرحلة اضطراب وتمرد، تزداد فيها العواصف كلما ازداد ضغط الكبار وكلما زاد فى شتى صوره.

– ويعرف «عباس عوض»: المراهقة بأنها فترة يمر بها كل فرد، وهى تبدأ بنهاية مرحلة الطفولة المتأخرة طويلة أو قصيرة، وطولها أو قصرها يختلف أيضا من مجتمع لمجتمع، ومن طبقة اجتماعية لأخرى، بل وتختلف أيضاً فى المجتمع الواحد تبعًا للظروف الاقتصادية.

– ويعرف «على خضر»: المراهقة بأنها لغة تفيد الاقتراب والدنو من الحلم، يقال رهق إذا لحق أو دنا، والمراهق بهذا هو الفتى الذى يدنو من الحلم واكتمال

الرشد، ولفظ المراهقة هو ترجمة كلمة «Adolescence»، وتبدأ المراهقة بالبلوغ ومعناه العلمى هو بدء ظهور المميزات الجنسية الأولية والثانوية نتيجة لنضج الغدد التناسلية.

أما كل من «منصور حسين» و«محمد مصطفى زيدان»: فيعرفان المراهقة بأنها مرحلة العمر التى تتوسط الطفولة واكتمال الرجولة أو الأنوثة بمعنى النمو الجسمى وتحسب بدايتها عادة من بداية البلوغ الجنسى الذى يتفاوت الأفراد فيه تفاوتًا يصل فى الأحوال العادية إلى نحو خمس سنوات بين المبكرين وآخر المتأخرين وبوجه عام فإن فترة المراهقة تقابل مرحلة التعليم الإعدادى والثانوى وهى مرحلة موحدة تمثل فترة الانتقال من الطفولة إلى الرجولة والأنوثة.

ويعرفها «حامد زهران»: بأنها مرحلة المراهقة الوسطى التى تتمثل فى الأفراد الذين تقع أعمارهم الزمنية فى الفترة الممتدة ما بين (١٥- ١٨) سنة وهى المرحلة الثانوية، ويرى «حامد زهران» أن مرحلة المراهقة الوسطى أو مرحلة التعليم الثانوى هى المرحلة التى يقصدها عموماً من يتكلم عن مرحلة المراهقة.

فى ضوء ما سبق يمكن استنتاج أن المراهقة هى:

أ- الفترة التى يحدث فيها طفرة من التغييرات الجسمية والانفعالية السريعة تتسودها عدة مشكلات مثل العنف والاكتئاب والإهمال.

ب- مرحلة من مراحل التطور «Development» تبدأ من البلوغ وتتسم بحشد من التغييرات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية بجوانبها المختلفة وتدخل فى إطار علم نفس النمو، وهى تقع بين الطفولة والرشد، وأصلها فى اللاتينية الفعل «Adolescement» والذى يعنى التدرج نحو النضج والرشد بكافة أوجهه بينما يأتى فى اللغة العربية من الفعل «رهق» وهو لا يعنى الحمق والجهل بقدر ما يعنى دخول الوقت، والدنو، واللحاق، والقرب، ويقال رهق الغلام أى قارب الحلم.

جـ- فترة التحول الفيزيقى نحو النضج، وتقع بين مرحلة البلوغ وبداية سن النضج، ويحددها بعض علماء النفس عادة فى سن الثانية عشرة أو الثالثة عشرة وتختلف الاتجاهات نحو المراهقة باختلاف الثقافات، كما أن الأثر الاجتماعى والسيكولوچى للمراهقة يختلف أيضًا طبقًا لاختلاف الأنماط الثقافية.

د- مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الرشد والنضج، وتمتد من سن الثالثة عشرة إلى سن التاسعة عشرة، أو قبل ذلك بعامين أو بعد ذلك بعامين.

وفترة المراهقة هى من أصعب المراحل التى يمر بها الفرد؛ لأنه قد يتخبط أثناء محاولة تحديد هويته وتأكيد ذاته بين المحيطين به والمخالطين له ولاسميا أعضاء أسرته الذين قد يخطئون فى تفسير خصائص نموه العضوى والانفعالي والاجتماعى، وقد يلجأ أفراد الأسرة إلى أساليب غير تربوية فى تعاملهم مع المراهق مثل اللوم أو التوبيخ أو التهديد والوعيد بسبب سلوكياته التى تبدر منه ولا ترضيهم، دون أن يحاول أى منهم مساعدته على تعديلها أو تبديلها بما هو أفضل منها؛ مما يتسبب فى النيل من كرامته وجرح مشاعره وطمث معالم هويته؛ لذلك يجد المراهق سلوكياته دائماً مرفوضة فى رؤية الآباء، بينما يجد سلوكيات أقرانه المماثلة لها مقبولة فى رؤية الرفقاء؛ مما يجعله يميل إليهم من أجل اكتساب الاعتراف بذاته فى إطار جماعتهم.

وإذا كانت المراهقة مرحلة تعتريها تغيرات بيولوچية عاصفة حسب كتابات رواد التحليل النفسى فهى أيضًا تتميز بحشد من التغيرات المعرفية والنفسية وتغيرات فى الأدوار الاجتماعية، وعلى الرغم من أن توقيت وطبيعة هذه التغيرات تختلف باختلاف الثقافات، إلا أنه ينظر إليها كعملية وأنها تحدث بشكل مؤقت وسابق للتغيرات الأخرى، والتى تميز بشكل نمطى مرحلة المراهقة، على سبيل المثال التغيرات فى نمو الهوية، والاستقلالية، ... إلخ.

عموماً فمرحلة المراهقة هى الجسر الذى يصل الطفولة بالرشد؛ فهى التى تمتد حتى تصل بالفرد إلى اكتمال النضج فى سن الرشد: حوالى العشرين من العمر؛ ففيها يبلغ الفرد كمال نضجه الجسمى والعقلى والانفعالى والاجتماعى أيضًا، فالمراهقة التى تبدأ بالبلوغ وتنتهى بالرشد، هى عملية حيوية فى بدئها، ولكنها اجتماعية فى نهايتها؛ فمرحلة المراهقة هى المرحلة التى تجعل الطفل إنسانًا اجتماعيًا وكائنًا راشدًا، ومواطنًا يخضع خضوعًا مباشرًا لنظم المجتمع ومعاييره؛ فهى مرحلة تصطبغ بشعائر الجماعة التى تنشأ فى إطارها؛ لذا تعتبر المراهقة المرحلة الحاسمة فى تكوين السلوك الاجتماعى للفرد (سياسى، ثقافى، اجتماعى،.. إلخ) وتكوين الاتجاهات والمعايير والقيم التى نريدها فى مواطنينا.

ومن ثم فقد لاقت ظاهرة المراهقة اهتمام الباحثين؛ فقد جمد «فرويد» على نمط الطفولة الأولى التى ركز عليها نظريته فى التحليل النفسى، وفسرها «هول» على أساس بيولوجى، وأرجعتها «ميد» إلى الظروف الحضارية، ولكن «ليفين» ربطها بالقوى الاجتماعية والحضارية عندما تعتبر هذه القوى جزءًا من المجال النفسى للمراهق بطريقة شعورية أو غير شعورية.

فالمراهقة ليست مجرد تغير كمى فى حجم الجسم ووظائفه، بل هى ميلاد لمنظومة إدراك، وحلم، واتصالات، كلها مختلفة عن منظومة الطفل الذى كان، والمراهقة تمثل مرحلة اكتشاف الأشياء فى ضوء جديد، وهى فترة انتقالية بين الطفولة والرشد يرافقها انتقال فى أسلوب العلاقات إلى جانب التغيرات الجسدية، ومن الجوانب النفسية فى هذه المرحلة: بناء الفردية المستقلة، وتعزيز الإحساس الثابت بالهوية، والاهتمام بالأفكار المثالية والتجريدية.