

## أهمية دراسة مرحلة المراهقة

تعود أهمية دراسة مرحلة المراهقة إلى أنها مرحلة دقيقة خاصة من الناحية الاجتماعية؛ إذ يتعلم فيها الناشئون تحمل المسؤوليات الاجتماعية وواجباتهم كمواطنين في المجتمع، كما أنهم يكونون أفكارهم عن الزواج والحياة الأسرية.

ولا شك أن دراسة سيكولوجية المراهقة مفيدة ليس فقط للمراهقين بل أيضاً للوالدين والمربين ولكل من يتعامل مع الشباب، وبما لا جدال فيه أن الصحة النفسية للفرد طفلاً فمراهقاً ذات أهمية بالغة في حياته وصحته النفسية راشداً فشيخاً.

كما تتضح أهمية دراسة مرحلة المراهقة من التعرف على ميول المراهق واتجاهاته في هذه المرحلة؛ مما يترتب عليه دور الأسرة في توجيه ميوله واهتماماته التوجيه الأمثل.

حيث تتميز هذه الفترة بأنها فترة تغير شامل في جميع جوانب النمو، واجتياز الشباب لهذه المرحلة بسلام يؤذن بأنه سوف يكون في حياته صحيح النفس، قوى الشخصية، أما إذا لم يخرج منها الشباب سليماً فإن ذلك يؤذن بأوخم العواقب على تكوينه النفسي وسلوكه الاجتماعي في المستقبل.

ولأهمية مرحلة المراهقة فقد اهتم بدراستها العديد من العلماء والباحثين وعلى رأسهم «أرنولد جيزل A. Gessell» ومعاونوه، كما اهتم بها أيضاً عالم كبير من علماء النفس هو «ستانلى هول Stanly Hall»، وينظر «هول» لمرحلة المراهقة على أنها مولد جديد للفرد؛ فهي فترة عواصف وتوتر وشدة لما تتضمنه من تغيرات ضخمة في الحياة؛ فهي إذن نوع جديد من الميلاد مصحوب بتوترات ومشكلات وضغوط اجتماعية تحيط بالفرد.

حيث يمر المراهق بمراحل شتى يتمثل فيها التمرد والعناد أحياناً وهو يماثل سلوك طفل ما قبل الثامنة، ويصحبها نمو واضح في الجوانب البدنية والجنسية والنفسية والعقلية وترتبط بها ظواهر انفعالية حادة قد تؤدي إلى مشكلات

وأعراض اجتماعية، ولهذا نجد على سبيل المثال أن الدراسات تشير إلى أن معدل الإجمام في مرحلة المراهقة يبلغ عشرة أضعاف معدل الإجمام في مرحلة الطفولة. وتمثل مرحلة المراهقة فترة حرجة في حياة الفرد؛ بمعنى أنها تحتاج إلى تكيف من نوع جديد يختلف تمامًا عما كان الفرد قد تعود عليه من قبل، وهي - كما سبق أن ذكرنا - يتراوح مداها الزمني - أي مرحلة المراهقة - بين الطول والقصر حسب نوعية الأسرة وبيئتها ومستواها الاجتماعي والاقتصادي وثقافتها، بل إن طول هذه الفترة قد يتذبذب في المجتمع الواحد من وقت لآخر وفق الظروف الاقتصادية أو غير ذلك من ظروف.

وهو ما تؤكد الأحداث اليومية المتلاحقة في العديد من دول العالم، ولعل أبرزها ما قام به طالبان من إحدى المدارس الثانوية عام ١٩٩٩ بالولايات المتحدة الأمريكية من إطلاق النار على زملائهما داخل المدرسة مما أودى بحياة ٢٥ طالبًا وطالبة وإصابة ٤٠ آخرين، وقد أرجع الرئيس الأمريكي - آنذاك - «بيل كلينتون»- هذا الحادث إلى طبيعة العنف السائد في المجتمع الأمريكي بفعل وسائل الإعلام وزيادة نشرها لأخبار العنف والجريمة.

ولتمر هذه المرحلة بسلام دون أن تترك آثارًا ضارة على الشخصية، لا بد أن يفهم الوالدان والمربون طبيعة هذه المرحلة، كما يجب أن تتعاون المؤسسات التعليمية والدينية والإعلامية في توجيه ورعاية المراهقين.

ونتيجة لهذه الأهمية، فقد حدث تطور كبير في دراسة المراهقة وأصبحت دراستها تتناول جميع جوانب النمو بعد أن كانت تركز على الجوانب الجنسية فقط حتى يستطيع أن يتكيف المراهق مع الأوضاع الاجتماعية الجديدة.

### أشكال المراهقة

الواقع أنه ليس هناك نوع واحد من المراهقة، فلكل فرد نوع خاص حسب ظروفه الجسمية والاجتماعية والنفسية والمادية وحسب استعداداته الطبيعية؛ فالمراهقة تختلف من فرد إلى فرد، ومن بيئة جغرافية إلى أخرى.

والانتقال من الطفولة للرجولة فى المجتمعات البدائية انتقال مباشر، أما فى المجتمعات المتحضرة فقد أسفرت الأبحاث عن أن المراهقة قد تتخذ أشكالاً مختلفة حسب الظروف الاجتماعية والثقافية التى يعيش فى وسطها المراهق، وعلى هذا فهناك أربعة أشكال عامة للمراهقة فى مصر على النحو التالى.

### (١) المراهقة المتوافقة،

وتتمثل سماتها العامة فى: الاعتدال والهدوء النسبى والميل إلى الاستقرار والإشباع المتزن والالتزان العاطفى والحلو من العنف والتوترات الانفعالية الحادة، والتوافق مع الوالدين والأسرة، والتوافق الاجتماعى، والرضا عن النفس، وتوافر الخبرات فى حياة المراهق والاعتدال فى أحلام اليقظة، وعدم المعاناة من الشكوك الدينية.

أما بالنسبة للعوامل المؤثرة فى المراهقة المتوافقة فهى تتمثل فى: المعاملة الأسرية السليمة التى تتسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق وتوفير جو الاختلاط بالجنس الآخر فى حدود الأخلاق والدين وحرية التصرف فى الأمور الخاصة والاستقلال النسبى وعدم تدخل الأسرة فى شئونه الخاصة، وإشباع الهوايات، وتوفير جو من الثقة والصراحة بين الوالدين والمراهق فى مناقشة مشكلاته، وشعور المراهق بتقدير والديه واعتزازهما به وشعوره بتقدير أقرانه وأصدقائه ومدرسيه وأهله، ويسر الحال وارتفاع المستوى الاقتصادى الاجتماعى للأسرة، وشغل وقت الفراغ بالنشاط الاجتماعى والرياضى، وسلامة التكوين الجسمى والصحة العامة، والتفوق الأكاديمى والنجاح الدراسى، والتدين والشعور بالأمن والاستقرار والاستقامة والرضا عن النفس والراحة النفسية، والشعور بالمسئولية الاجتماعية وممارستها، وحرية التصرف والاعتماد على النفس، والتأثر بشخصيات رياضية، وإعلاء النواحي الجنسية والانصراف بالطاقة إلى الرياضة والثقافة الأدبية والدينية.

## (٢) المراهقة الانسحابية المنطوية:

وتتمثل سماتها العامة فى: الانطواء والاكتماب والعزلة والسلبية والتردد واخجل والشعور بالنقص، ونقص المجالات الخارجية والاقتصار على أنواع النشاط الانطوائى وكتابة المذكرات التى يدور معظمها حول النقد والتفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظم الاجتماعية والثورة على تربية الوالدين، ومحاولة النجاح الدراسى، والاستغراق فى أحلام اليقظة التى تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات غير المشبعة، والإسراف فى الجنسية الذاتية، والاتجاه إلى النزعة الدينية المتطرفة بحثًا عن الراحة النفسية واخلاص من مشاعر الذنب.

وتتمثل العوامل المؤثرة فى المراهقة الاسحابية المنطوية فى: اضطراب الجو النفسى فى الأسرة، والأخطاء الأسرية التى منها التسلط وسيطرة الوالدين والحماية الزائدة وما يصاحب ذلك من إنكار لشخصية المراهق، وتركيز قيم الأسرة حول النجاح الدراسى مما يثير قلق الأسرة وقلق المراهق، وجهل الوالدين وتوجيههما السئى، وضعف المستوى الاقتصادى الاجتماعى، ونقص ممارسة النشاط الرياضى، والتزمت والرجعية والمغالاة فى اتجاهات الأسرة، والفشل الدراسى، والتخلف فى التكوين الجسمى وسوء الحالة الصحية، ونقص إشباع الحاجة إلى التقدير وتحمل المسئولية.

## (٣) المراهقة العلوانية المتمردة:

وتتمثل سماتها العامة فى: التمرد والثورة ضد الأسرة والمدرسة والسلطة عموماً والانحرافات الجنسية، والعدوان على الإخوة والزملاء، والعناد بقصد الانتقام خاصة من الوالدين، وتحطيم أدوات المنزل، والإسراف الشديد فى الإنفاق، والتعلق الزائد بروايات المغامرات، والحملات ضد رجال الدين وإعلان الإلحاد والشكوك الدينية، والشعور بالظلم ونقص التقدير، والاستغراق فى أحلام اليقظة، والتأخر الدراسى.

وتتمثل العوامل المؤثرة فيها - أى المراهقة العدوانية المتمردة - فى: التربية الضاغطة المتزمتة وتسلط وقسوة وصرامة القائمين على تربية المراهق، والصحة السيئة، وتركيز الأسرة على النواحي الدراسية فحسب، ونبذ الرياضة والنشاط الترفيهي، وقلة الأصدقاء، وضعف المستوى الاقتصادى والاجتماعي، والعاهات الجسمية وضآلة وتأخر النمو الجسمي، والتأخر الدراسي، خطأ الوالدين فى توجيههم، ونقص إشباع الحاجات والميول.

#### (٤) المراهقة المنحرفة:

وتتمثل سماتها العامة فى: الانحلال الخلقى التام، والانهياب النفسى الشامل، والجناح والسلوك المضاد للمجتمع، والانحرافات الجنسية، وسوء الأخلاق والفوضى والاستهتار، وبلوغ الذروة فى سوء التوافق، والبعد عن المعايير الاجتماعية فى السلوك.

وتتمثل العوامل المؤثرة فى المراهقة المنحرفة فى: المرور بخبرات شاذة مريرة، والصدمات العاطفية العنيفة، وقصور الرقابة الأسرية أو تخاذلها وضعفها، والقسوة الشديدة فى معاملة المراهق فى الأسرة وتجاهل رغباته وحاجات نموه أو التدليل الزائد من ناحية أخرى، والصحة المنحرفة، والنقص الجسمي أو الضعف البدني والشعور بالنقص والفشل الدراسي، وسوء الحالة الاقتصادية للأسرة، والعوامل العصبية أو الاختلال فى التكوين الغددى.

وتعقياً على أشكال المراهقة السابق عرضها فقد وجد ما يدل على اختلاط أشكال المراهقة بمعنى تطور المراهقة من أحد أشكالها إلى شكل آخر وجمع بعض الحالات بين ملامح شكلين أو أكثر من الأشكال السابق تحديدها.

ولكن شكل المراهقة يتغير بتغير الظروف والعوامل المؤثرة فيها كما يوضح «عزیز حنا» عدم الثبات الانفعالي فى المراهقة بتأرجحها بين متناقضات عديدة بين النشاط والكسل والغمول، وبين السعادة والانقباض والحزن، وبين الثقة بالنفس والاعتدال وبين عدم الثقة بالنفس.

كذلك يتأرجح المراهق بين الأنانية وبين التضحية والإيثار، وبين الاجتماعية والفردية وبين الحساسية المرهفة والتبلد، وبين التحمس للعمل والتعلم وبين عدم الاهتمام، ولا غرابة في ذلك؛ فالمراهق يعاني من مرحلة انتقال بين الطفولة والرجولة ولم يصل بعد إلى تكوين البناء الشخصي المتكامل.

وعليه يجب على المعلم والأب أن يتحاشوا له فرص النمو السوى وأن لا يسلكا أنماطاً من السلوك تزيد من حدة هذه الانفعالات كما تزيد من تناقضها، بل تكون المعاملة الهادئة المتزنة والمعقولة، وتقدير وجهة نظر المراهق ومحاولة تفهمها عاملاً هاماً في مروره من هذه الفترة القلقة إلى الثبات والاستقرار.

وإذا أردنا أن نفهم شيئاً عن تلك الفترة العصبية التي يمر بها المراهق فنجد أنها تتسم بصفتين أساسيتين هما:

١- التغيرات الجوهرية.

٢- التمرد على السلطة.

بالنسبة للتغيرات الجوهرية:

نجد فترة المراهقة هي فترة نضال وكفاح من المراهق؛ حيث إنه يحاول أن يكيف نفسه مع التغيرات التي تطرأ عليه؛ لأن هذه التغيرات تأتي دفعة واحدة وتطرأ عليه فجأة.

فلا بد أن يكون مستعداً لها ويحاول أن يتكيف معها حتى يستطيع أن يعبر هذه المرحلة بنجاح إلى المرحلة التي تليها؛ فنجد أن في هذه المرحلة يبلغ المراهق النضج الجسمي والجنسي، وقد يصاحب ذلك اضطرابات انفعالية، ونجد أنه لا يستطيع التكيف مع الكبار لأن الآباء والقائمين على تربيته وتمشعته يتكفرون لحاجاته وورغباته.

## بالنسبة للتمرد على السلطة؛

نجد أن المراهقين يشعرون بالعدوان لنفس الأسباب التي من أجلها يتولد العدوان في نفوس الأطفال أى الاستياء والحمران والألم.

وكذلك لأن المراهقين يجاهدون فى سبيل الحصول على قدر أكبر من الحرية، وكذلك لأن المراهقين بقدر حاجاتهم إلى الاستقلال فهم يحتاجون أيضاً إلى الضبط الاجتماعى، وتسم هذه المرحلة بالتمرد على السلطة فنجدهم يطالبون بالحرية وعدم التقيد.

## مراحل تطور المراهقين

يرى بعض الباحثين - كما سبق أن ذكرنا - أن هناك صعوبة فى تحديد بدء مرحلة المراهقة ونهايتها لأنها تختلف من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر، ويطلق الباحثون على المراهقة مصطلح «The Teen years»، ويقسمها البعض إلى عدة مراحل هي:

### (١) مرحلة ما قبل المراهقة Pre Adolescence :

يطلق عليها مرحلة التحفز والمقاومة، وتمتد بين العاشرة والثانية عشرة (١٠-١٢) تقريباً؛ حيث تظهر لدى الفرد عملية التحفز تمهيداً للانتقال إلى المرحلة التالية من النمو، وكذلك تبدو مقاومة نفسية تبذلها الذات ضد تحفز الميول الجنسية، كما يزداد إحساس الفرد بجنسه فيحدث نفور الفتى من الفتاة ويتعد عنها وكذلك تتجنب الفتاة الفتى.

### (٢) مرحلة المراهقة المبكرة Early Adolescence :

تبدأ من سن (١٢ - ١٤) سنة، وتمتد من بداية النمو السريع الذى يصاحب البلوغ عند استقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد، ويتميز سلوك الفرد المراهق خلال هذه المرحلة بالسعى إلى الاستقلال والرغبة فى التخلص من القيود والسيطرة، والمراهقة المبكرة تقابل مرحلة الدراسة المتوسطة (الإعدادية).

## (٢) مرحلة المراهقة الوسطى Middle Adolescence:

وهي ما تعادل (المرحلة الثانوية) من (١٥-١٧) سنة، والمراهقة الوسطى هي قلب مرحلة المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لمرحلة المراهقة بصفة عامة.

## (٤) مرحلة المراهقة المتأخرة Late Adolescence:

من (١٨-٢١) سنة، وتمتد منذ استقرار التغيرات البيولوجية وحتى بداية سن الرشد والنضج، وتتميز هذه المرحلة بتكيف المراهق مع المجتمع الذي يعيش فيه والابتعاد عن العزلة والانطواء تحت لواء الجماعة فتقل نزعاته الفردية وتتحدد اتجاهاته نحو الشؤون السياسية والاجتماعية والعمل، والمراهقة المتأخرة تقابل مرحلة الدراسة الجامعية.

## ويقسم (مصطفى فهمي) المراهقة تقسيماً آخر إلى المراحل التالية:

أولاً: مرحلة ما قبل المراهقة: وتبدأ عادة من سن العاشرة وتنتهي في الثانية عشرة.

ثانياً: المراهقة المبكرة: وتمتد من (١٣-١٦) عاماً.

ثالثاً: المراهقة المتأخرة: من (١٧-٢١) عاماً.

أى إن مرحلة المراهقة تنتهى عند ٢١ سنة حين يصبح المراهق ناضجاً جسمياً وفسيوولوجياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً، والمراهقة كحلقة من الحلقات فى دورة النمو النفسى تتأثر بالحلقات السابقة عليها كما تؤثر بدورها فى المراحل اللاحقة لها.

## خصائص المراهقين

اهتم علماء النفس بدراسة مرحلة المراهقة - كما سبق أن ذكرنا - حيث إن هذه المرحلة تعد من أخطر المراحل التى يمر بها الفرد فى حياته.

ومع ما للمراهقة من أهمية فإنها تتميز منذ بدايتها بالعديد من الخصائص الهامة التي تميزها عن سنوات الطفولة وعن المراحل التي تليها؛ فالمراهقة ذات طبيعة بيولوجية واجتماعية خاصة؛ إذ تتميز بدايتها بحدوث تغيرات بيولوجية عند البنات والأولاد، ويتواكب مع هذه التغيرات ويصاحبها تغيرات نفسية، واجتماعية، وانفعالية، ... إلخ، وهي من الوجهة الزمنية تضم الأفراد الذين تقع أعمارهم الزمنية في الفترة الممتدة ما بين (١٢ - ١٨) سنة ومن الوجهة النفسية تضم الأفراد الذين أنهوا أو اجتازوا مراحل الطفولة.

ففترة المراهقة لها خصائصها ومزاياها التي تميزها عن أى فترة أخرى من حياة الفرد نظراً للتغيرات السيكولوجية (النفسية) التي تطرأ على الفرد؛ فهي مرحلة المرونة ويكون المراهق فيها على استعداد للتشكيل وتخلخل القديم وتقبل الجديد، ويؤدى ذلك بدوره لاضطرابات لدى الأفراد، وبذهم لمعتقداتهم السياسية والدينية؛ فقد يتخبطون في آرائهم تجاه ما يواجههم من آونة لأخرى.

ويلاحظ أن التغيرات النفسية عند المراهق ليست بالضرورة ناتجة عن التغيرات الجسمية في المراهقة فحسب، بل هي نتيجة للثقافة الموجودة في البيئة التي يعيش فيها الفرد؛ ففي المجتمعات البدائية نجد فترة المراهقة قصيرة، بعدها يتكيف الفرد مع مجتمع الناضجين، أما في المجتمعات المتحضرة فواضح أن مرحلة المراهقة فيها تطول حسب ثقافة المجتمع وتحضره، وبالتالي فإن بداية المراهقة ونهايتها تختلف من فرد إلى آخر، ومن نوع لآخر ومن سلالة لأخرى، ومن جنس لآخر.

والمراهقة المبكرة والمتوسطة يمكن وصفها بأنها فترة المحاولة للهروب من النفوذ الأبوي (Parental influence) وبالانفصال المتكرر عن أفراد الأسرة الآخرين، ومع هذا ففي الوقت الذي يصل فيه الشباب إلى نهاية سنوات المراهقة فعادة ما يطورون الوعي الذاتي والذي شكلته الحقائق البيئية.

فالمراهق يشعر دائماً بحاجته إلى التحرر من سلطة الوالدين بهدف التفرد وإبراز ذاته وفي نفس الوقت يسعى لتكوين علاقات جديدة مع الأصدقاء والزملاء

تمكنه من التعبير عن نفسه كفرد وحصوله على التقدير أو الاعتراف الاجتماعي من خلال مشاركته في الأعمال الجماعية؛ ففترة المراهقة إنما تمثل على حد تعبير «ميوشن وكونجر وكاجن» شدة الفردية وشدة الاجتماعية؛ فالمراهق يشعر دائماً بحاجته إلى الآخرين من الأصدقاء والزملاء، كما أن لديه العديد من الجوانب والأنشطة التي يفضل التفرد بها.

وبذلك فخصائص المراهق، كما يؤكد «Muss» تحتاج إلى مزيد من الحوار الذي يسمح له أن يعبر عن ذاته وأن يحقق استقلاله ويشعره بالمسئولية ويشبع رغبته في النقد واكتشاف الحقيقة والبحث عنها، كما أن هذا الحوار الفكري والعقلي يمكن أن يحقق نضجاً انفعالياً فيجعله لا يثور بسرعة ولا يبدو متهوراً أو متردداً، فالنضج الوجداني يتحدد بأسلوب التفكير والعمل والسلوك الذي يقوم به المراهق.

ويرى «مصطفى سويف» أن التغيرات التي تتم في مرحلة المراهقة ما هي إلا تغيرات ارتقائية تتبعية تهدف نحو تحقيق النضج، ويترتب عليها نتائج سيكلوجية وأنماط سلوكية عند الأفراد، وإن كان هناك اختلاف في شدتها يشير إلى أهمية المجال الاجتماعي للفرد، والاتجاه السائد في كثير من البحوث الحديثة يوضح بمختلف الظروف التجريبية من اختبارات ودراسات تتبعية آثار التغيرات الفسيولوجية التي لا يمكن إغفالها والتي تتضح في ظهور أنماط سلوكية متشابهة في بعض جوانبه الأخرى؛ بحيث تكشف عن آثار البيئة الاجتماعية في تشكيل خصائص هذا المستوى وإبرازه في صورة معينة.

وذلك أن محور الاهتمام في مرحلة المراهقة كما يراها «إريكسون Erikson» هو الهوية في مقابل الغموض؛ حيث يكون على المراهق أن يحدد هويته ويجد له دوراً اجتماعياً ووظيفياً في المجتمع الذي ينتمى إليه؛ فقد أصبح على المراهق تحديات لا بد أن يواجهها وهي: أن يتحكم في طاقته الجنسية وعدوانه، وأن يجد لهما مخرجاً يتفق وتوقعات بيئته الثقافية والاجتماعية، وأن يرتبط بواحد من أفراد

الجنس الآخر، وأن يححر نفسه من الاعتماد المفرط اجتماعياً وعاطفياً واقتصادياً، على والديه، وأن يختار عملاً، وأن ينمو لديه شعور ناضج بالهوية، هذه التحديات يعيها المراهق فيما يعرف بـ «أزمة الهوية» (Identity crisis) وهي تتبلور فى سؤالين هما: من أنا؟ وماذا أريد؟

كما أنها مرحلة طبيعية يعاد فيها تنظيم القوى النفسية والعقلية كى تجابه مطالب الحياة الراشدة، فإن وجد المراهق التوجيه السليم خلت حياته من الاضطراب والفوضى النفسية والانهماك فى المشاكل الجنسية والعدوان المدمر والتمرد الهدام، أما إذا كانت معاملتنا للمراهق تقوم على الكبت والإحباط فإن هذا يدعو إلى العناد والسلبية وعدم الاستقرار أو الالتجاء إلى بيئات أخرى يجد فيها منفذاً للتعبير عن ذاته.

فالعناد يعتبر من أهم سمات المراهق، فإذا اهتم الوالدان بالنظافة رغبة فى أن يعودها فإنه يقاوم ويتخذ النقيض بإهمال مظهره وملبسه والعزوف عن نظافة غرفته، بل ويجد لذة فى أن يظهر بمظهر القذارة والإهمال، وإذا اهتمت الأسرة بالتمسك بالأخلاق الحميدة فإنه يجنح نحو السلوك الذى لا ترضى عنه، فهو يثير المشكلات مع الناس ويحطم الهدوء المنشود فى الحياة المنزلية، وإذا أظهر الوالدان اهتماماً بفدائه انصرف هو عن الغذاء حتى لو وقع فريسة المرض والهزال، وهكذا الحال بالنسبة للدراسة يقاوم إلى درجة أن يهبط إلى مستوى التأخر الدراسى وخاصة إذا أملت الأسرة تفوقه.

وفى ضوء ذلك نؤكد على مسألة هامة كأحد أشكال العناد تقلق الوالدين وتجعلهما فى عراك دائمًا مع المراهق وهى عادة تدخين السجائر - والتي تعد البوابة الرئيسية التى يعبر منها المراهق لإدمان المخدرات كعادة، فإذا أبدى الوالدان عدم الرضا عنها كعادة سيئة لما تسببه من أضرار صحية ونفسية ومادية، فإن المراهق يسرع وينغمس فى التمسك بهذه العادة، ومن ثم إدمانه للمخدرات.

من ناحية أخرى، فإن هذه الفترة - المراهقة - هي مرحلة النضج الجنسي ودخول المراهق عالمًا جديدًا فيه لذة وإثبات لرجولته، إلا أنه يجد نفسه أمام القيود الأخلاقية التي تحول بينه وبين هذا العالم المحيط به، وهذا يحتاج بدوره لإشباع لآتجاهاته وغرائزه بوازع قوى وليس هناك أقوى من الوازع الدينى فى توجيههم الوجهة الصحيحة.

وفى هذا الإطار، يشير «فيليب ريس Philip Rice» إلى مرحلة المراهقة على اعتبار أنها مرحلة ذات طبيعة بيولوجية واجتماعية على السواء تبدأ بالبلوغ الجنسى للجنسين وتنتهى بالنضوج والاستقلالية فى الرشد وانطلاقاً من ذلك فهناك العديد من الخصائص والسمات التى تميز مرحلة المراهقة ومنها:

(١) التطلع والرغبة فى الاستقلال والتحرر من السلطة الأبوية والأسرة.

(٢) الشعور بالانتماء إلى الأصدقاء فى نهاية الفترة.

(٣) الميل إلى التحرر من العرف والتقاليد.

(٤) البحث والمناقشة فى الموضوعات والظواهر غير الملموسة مثل الفلسفة، السياسة، الاقتصاد، الدين، ... إلخ.

(٥) قد تظهر فى أواخر فترة المراهقة أعراض عدم الاستقرار، والانطواء، أو التصرفات الشاذة التى تثير قلق الكبار على المراهق.

وعلى الرغم من الاتفاق حول وجود اختلاف بين سلوك المراهقين وفقاً لاختلاف الوسط الثقافى والاجتماعى إلا أن ذلك لا ينفى أن هناك خصائص عامة ومظاهر مشتركة لتلك المرحلة، من تلك الخصائص والمظاهر، اهتمام المراهق بذاته وما طرأ عليه من تغيرات مختلفة، أيضاً التقلبات الانفعالية التى تجمله يتخبط بين الإيمان والإحاد، الشك واليقين، الاستقلال والتبعية، العناد والطاعة، الحب والكراهية، الاحترام والاحتقار، ... إلخ، وهو دائماً يقوم بتقييم علاقته بالآخرين وبنفسه، كما أنه يتجه إلى النقد والتمرد، وفى بعض الأحيان إلى الثورة على القيم والمعايير السائدة.

فمن الشائع أن نجد المراهق يبحث فى أخطاء الآخرين مع ميله إلى نقد تصرفات الغير، ونجد أن روح النقد شاملة فهى تتوجه ضد الأسرة والمدرسة والمجتمع بصفة عامة، كما أن النزعة الاستقلالية تنمو بشكل ملحوظ فنجده يرفض أن يسيطر عليه الآخرون، ويميل إلى التمرد وتحمل المسئولية، وفى بعض الأحيان يتجه إلى العصيان وتحدى عالم الكبار والمخرج عن أى قوانين أو تقاليد وفى نفس الوقت يميل إلى توجيه الآخرين.

كما نرى أن النمو العقلى واللغوى للمراهق، يجعله لا يأخذ الأمور على أنها قضايا مسلم بها وإنما يقوم بعملية فحص وتحليل، والحوار يتفق وتلك الخصائص لأنه يسهم فى التفتح ذهنى والانتباه والإدراك، كما أن المراهق يمكن أن يكسب قدرة على معالجة المسائل الاجتماعية بطريقة جدية ويقوم بتحليل المواقف تحليلاً دقيقاً.

فالمراهقون عموماً، يهتمون بالمشكلات الفردية والقضايا السياسية والاجتماعية أكثر من اهتمامهم بالمناهج الدراسية، ويساعدهم فى ذلك نمو القدرة الاستقرائية التى تبدو فى سهولة اكتشاف القاعدة من جزئياتها، والقدرة الاستنباطية التى ستبدو فى سهولة معرفة الجزئيات تحت لواء قاعدة عامة، والقدرة على إقامة الأحكام وهى من الملامح الأساسية للنمو العقلى للمراهق.

من خلال العرض السابق يمكن تحديد خصائص المراهقين فى النقاط التالية:

- (١) التقدم الواضح المستمر نحو النضج فى كافة مظاهر وجوانب الشخصية.
- (٢) التقدم نحو النضج الجسمى (أقصى طول).
- (٣) التقدم نحو النضج الجنسى.
- (٤) التقدم نحو النضج العقلى؛ حيث يتحقق الفرد واقعياً من قدراته من خلال الخبرات والمواقف والفرص التى يتوافر فيها الكثير من المحكات التى تظهر قدراته وتعرفه حدودها؛ فقد نجح وفشل وقيم نفسه وقيمة الآخرون وهكذا.

(٥) التقدم نحو النضج الاجتماعى والتطبع الاجتماعى واكتساب المعايير السلوكية والاجتماعية والاستقلال الاجتماعى وتحمل المسئوليات وتكوين علاقات اجتماعية جديدة والقيام بالاختيارات واتخاذ القرارات فيما يتعلق بالتعليم والمهنة والزواج.

(٦) التقدم نحو النضج الانفعالى والاستقلال الانفعالى.

(٧) تحمل مسئولية توجيه الذات وذلك بتعرف المراهق على قدراته وامكانياته، وتمكنه من التفكير واتخاذ القرارات بنفسه لنفسه.

(٨) اتخاذ فلسفة فى الحياة ومواجهة نفسه والحياة والحاضر والتخطيط للمستقبل.

(٩) الميل إلى الجنس الآخر والرغبة فى تكوين علاقات صداقة معه.

(١٠) كثرة الشرود وأحلام اليقظة.

(١١) القدرة على تدخل القديم وتقبل الجديد.

(١٢) مناقشة الموضوعات الدينية والسياسية.

(١٣) اهتمام المراهق بذاته وما طرأ عليه من تغييرات مختلفة.

(١٤) النقد والتمرد.

(١٥) الثورة على القيم والمعايير السائدة.

(١٦) العصيان وتحدى عالم الكبار.

(١٧) الخروج عن القوانين والتقاليد.

(١٨) الرغبة فى التحرر من سلطة الوالدين.

(١٩) الرغبة فى إبداء الرأى والتعبير عن الذات.

(٢٠) البحث فى أخطاء الآخرين.

(٢١) السعى لتكوين علاقات جديدة مع الأصدقاء.

(٢٢) الميل لتحمل المسئولية وتحقيق الذات.

(٢٣) شدة الحساسية لدى المراهق لكل ما يسمعه وما يراه وسرعة استجابته.

(٢٤) الانطواء والعزلة والشعور بالإحباط أحيانا نتيجة ما يحس به من انفعالات متقاربة.

(٢٥) الصراع النفسى الذى يتجلى فى تطرفه الانفعالى بسبب عدم فهمه لنفسه وبسبب نظرة الآخرين له على أنه غير ناضج.

(٢٦) زيادة الوعى الدينى نتيجة نمو مستوياته الإدراكية العقلية.

(٢٧) الشعور بالقلق واحوف بالنسبة للأمور الغامضة المتعلقة بالفرد أو المجتمع.

غير أنه ليس من الضرورى أن تصف انفعالات كل فرد من الذين يمرون بمرحلة المراهقة بهذه الخصائص؛ ذلك أن المراهقة دائما خبرة شخصية اجتماعية تختلف خصائص النمو فيها من فرد لفرد ومن مجتمع لآخر فى ضوء استعداداته الوراثية وإمكاناته البيئية.

لكل مرحلة من مراحل الحياة خصوصيتها الخاصة بها من التكوين العقلى والجسدى والأمراض الجسمية والمشاكل النفسية والممارسات السلوكية.

فلكل من مرحلة الطفولة، ومرحلة ما قبل المراهقة، ومرحلة المراهقة، وكذا الكهولة والشيخوخة خصوصيتها، وأن الفرد يحمل معه فى كل مرحلة بعضا من آثار المرحلة السابقة.

ولعل المشاكل التى تنشأ فى مرحلة المراهقة هى من أخطر المشاكل وأكثرها أهمية، ومن المفيد أن نذكر أبرز تلك المشاكل والقضايا الخاصة بهم.

والتأمل فى المجتمع المصرى فى السنوات الأخيرة من القرن العشرين يجد أنه قد تعرض لكثير من التغيرات والتى قد يكون لها تأثير فى ظهور العديد من قضايا ومشكلات المراهقين، ومنها الانفتاح الاقتصادى، والتطور التكنولوجى

والعلمى وزيادة قوة القيم الاستهلاكية، وطفيان الماديات على الحياة وازدياد نسبة البطالة مع ارتفاع الأسعار وأزمة الإسكان.

وليست الأوضاع الحالية التى يحيها المراهق المصرى وما تنطوى عليه من مظاهر العنف والجريمة والاغتراب والعزلة والإدمان... إلخ، إلا انعكاساً للأوضاع والظروف الاقتصادية والسياسية والاجتماعية ونتيجة للتباعد بينهم وبين الكبار من حولهم.

حيث شهدت السنوات الأخيرة، نمواً مطرداً فى انتشار العديد من الظواهر الجديدة على المجتمع المصرى، والقضايا الغريبة، كالانحراف نحو الإدمان تجارة وتهريباً وتعاطياً ونحو الجرائم الشاذة بدءاً بالاغتصاب وانتهاء بقتل الآباء والأمهات ونحو التستر فى عباءة الدين لممارسة التطرف.

ومن ثم نقول إذا سارت جميع الجوانب المحيطة بالمراهق بصورة طبيعية وجيدة وكان المناخ الانفعالى مليئاً بالحب، وتمت عملية الفطام النفسى بدون صعوبات، واعترفت كل من الأسرة والمدرسة والمحيطين بالمراهق بما طرأ عليه من نضج، وبأنه فرد له ذاتية، وساعدت على إشباع حاجاته ومتطلبات النمو لديه، فإن فترة المراهقة ستتم بسلام.

أما إذا لم تتم عملية الإشباع لحاجات المراهق ولم تتقبله الأسرة ولم تعترف بما ظهر عليه من نضج، فإن مرحلة المراهقة ستصبح مليئة بالعديد من المشكلات وتنشأ هذه المشكلات نتيجة لعدم تكيف المراهق.

ومن هنا نجد من الواجب على الوالدين والمربين والأخصائيين النفسيين معاونة الشباب على اجتياز المرحلة اجتيازاً يقوى ثقتهم بأنفسهم وبمن حولهم فى الحاضر والمستقبل.

وكثيراً ما تقف مشكلات الكبار الخاصة حائلاً أمام مساعدتهم للمراهق - إن فاقده الشئ لا يعطيه - وليست المشكلات كلها مشكلات المراهقين، ولكنها أيضاً

مشكلات الآباء الذين يضيّقون ذرعاً بأولادهم الذين تختلف أفكارهم عن أفكار الوالدين، وهي أيضاً مشكلات المدرسين الذين يريدون تعليم المراهقين أشياء لا يريد المراهقون تعلمها، وهي أيضاً مشكلات المجتمع الذي يفرض على المراهقين قيوداً جامدة يشعرون عليها أو يخضعون لها، وتتفاوت المشكلات في حدتها وخطورتها؛ فبعضها سهل الحل وبعضها عسير الحل، وبعضها يتناول موقفاً محدداً وبعضها يتعلق بمستقبل حياة الفرد.

وقد لاحظنا تنوع المشكلات التي يعاني منها المراهقون والمراهقات، فقد قسمها العديد من المتخصصين أمثال: Kathleen، Milton، Lawrance، حامد زهران، وآخرون، إلى مجالات مختلفة، ورغم تعدد تقسيمات هذه المشكلات إلا أنه قد تشابه بعض التقسيمات الخاصة بتلك المشكلات، كما أن المشكلة الواحدة لا تقوم منفردة، ولكنها عادة تتصل بمجموعة أخرى من المشاكل.

وفي ضوء تلك التقسيمات المختلفة، نستخلص أهم مشكلات المراهقين على النحو التالي:

### (١) مشكلات الصحة والنمو؛

قصور الرعاية الصحية، صعوبة الحصول على العلاج والدواء، الشعور بالتعب الزائد بسرعة، الكسل، عدم القدرة على الاسترخاء، الشكل غير المناسب، سوء التغذية، نقص الشهية، المعاناة من القيء، الانحراف عن المعايير من الناحية الجسمية، كبر الحجم أو صغره عن العادي، زيادة الوزن أو نقصه عن العادي، الإصابة بالصداع والدوار، اضطراب النوم.

### (٢) المشكلات الانفعالية؛

الشعور بتأنيب الضمير، القلق والتوتر، الانقباض وعدم السعادة، تقلب الحالة الانفعالية، الشعور بالنقص، الشعور بالخجل، الارتباك، نقص القدرة على تحمل المسؤولية، نقص الثقة في النفس، الشعور بالفراغ والضياع، الخوف من الخضوع

والإهانة، الخوف من النقد، المعاناة من الاندفاعات المزاجية، العناد، نقص الاستقرار، سهولة الاستثارة العصبية والحساسية الانفعالية، الأزمات العصبية، الإهمال، ضعف العزيمة والإرادة، نقص القدرة على التصرف وقت الطوارئ، أخذ الأشياء بجدية زائدة، الاستهتار واللامبالاة، الاستغراق فى أحلام اليقظة، الأحلام المزعجة والكابوس، الشعور بالإثم، الرغبة فى التخلص من الحياة.

### (٣) مشكلات الأسرة:

اغلافات والانفصال أو الطلاق بين الوالدين موت الوالدين أو أحدهما، رجعية الوالدين الشعور بالبعد عن الوالدين فى الميول، عدم القدرة على مناقشة الموضوعات الشخصية مثل المسائل الجنسية مع الوالدين، اللوم والتأنيب، العقاب بالضرب وغيره، الرد على الوالدين، الخوف من إخبار الوالدين عندما يخطئ؛ عدم القدرة على اعتبار الوالدين كصديقين، الشعور بأن الوالدين يتوقعان منه أكبر من طاقته، تدخل الوالدين فى اختيار الأصدقاء، عدم السماح له باخروج ليلاً أيام الدراسة، إلزامه بالتواجد فى البيت فى ساعة محددة، اعتباره غير مسئول، زيادة الرقابة فى الأسرة، معاملته كطفل فى الأسرة، التفرقة بين الإخوة، العراك مع الإخوة، النزاع الدائم بخصوص النقود، قلة المصروف والملابس، نقص التمتع بالحرية فى الأسرة، عدم حرية إبداء الرأى، الشعور بالحرمان من أشياء كثيرة، نقص الخصوصية، عدم وجود مكان للاستذكار، عدم وجود غرفة خاصة، شعوره أنه عبء على الوالدين، مشكلات تكوين أسرة جديدة.

### (٤) مشكلات المدرسة:

صعوبة تركيز الانتباه والسرхан، النسيان وضعف الذاكرة، الطريقة الخاطئة فى الاستذكار، نقص القدرة على تخطيط وتنظيم الوقت، إضاعة الوقت، نقص القدرة على استخدام المكتبة، نقص المثابرة، أحلام اليقظة أثناء الدراسة، الصعوبة فى التلخيص والحفظ، نقص القدرة على التعبير عن النفس فى الكلام والكتابة،

نقص الضبط والربط في المدرسة، نقص الانضباط في الفصل، التأخر الدراسي في مادة أو أكثر، نقص القدرة على القراءة الجيدة، الحصول على درجات ضعيفة، نقص التجاوب مع المدرسين، عدم عدل المدرسين، نقص تشجيع المدرسين له، تهكم المدرسين، تمييز المدرسين لبعض التلاميذ دون الآخرين، الشك في قيمة المواد التي تدرس له، القلق واخوف من الامتحانات، عدم معرفة كيفية الاستعداد للامتحانات، اخوف من الفشل والرسوب، الغش في الامتحانات، الملل وكره المدرسة، الشك في قدرته على التحصيل المدرسي، الشك في قدرته على التعليم العالي، الحاجة إلى المساعدة في اختيار الدراسة، كثرة أوجه النشاط التي تعطل الدراسة، مشاهدة التليفزيون أو سماع الراديو أكثر من اللازم، نقص الإرشاد التربوي.

#### (5) المشكلات الاجتماعية:

نقص القدرة والارتباك في المسائل والمواقف الاجتماعية، اخوف من ارتكاب الأخطاء الاجتماعية، اخوف من مقابلة الناس، نقص القدرة على الاتصال بالآخرين، قلة الأصدقاء، نقص القدرة على إقامة صداقات جديدة، الرغبة في الاشتراك في نواد أكثر، القلق بخصوص السلوك الاجتماعي السليم، نقص معرفة أصول السلوك في المسائل الاجتماعية، عدم فهم الآخرين، عدم اللياقة، الوحدة ونقص الشعبية ورفض الجماعة له، الرغبة في أن يكون أكثر شعبية، الرغبة في أن يصبح قائداً، الرغبة في أن ينتخبه الآخرون، قلة اشتراكه في الشؤون الاجتماعية، قلة أوجه النشاط التربوي، اعتقاد الوالدين أن التربوي لا فائدة فيه، عدم وجود من يناقش مشكلاته الشخصية معه، القلق بخصوص التعصب الاجتماعي وعدم التسامح.

#### (6) مشكلات المهنة والعمل:

نقص الإرشاد المهني، قلة المساعدة في اكتشاف قدرات الفرد، الحاجة إلى المساعدة في اختيار مواد الدراسة، قلة المساعدة في معرفة الفرص المتاحة في

المجالات المختلفة، قلة المساعدة في اختيار المهنة، نقص الخبرة في الأعمال المختلفة، نقص معرفة كيف وأين يبحث عن عمل، عدم وجود ميل لخط معين في العمل، الحاجة إلى الكسب المادى الآن، الحاجة إلى كسب المال حتى يتمكن من إكمال تعليمه العالى، الحاجة إلى معرفة كيف يستثمر المال ويعمل له ميزانية، عدم معرفة كيف يكتب طلب استخدام، عدم معرفة كيف يسلك أثناء مقابلة شخصية، القلق بخصوص متى وأين يتسلم العمل، القلق بخصوص هل سيوضع فى مكانه المناسب أم لا، قلة توافر فرص العمل المناسب، نقص التدريب والإعداد المهني، سوء التوافق فى المهنة.

#### (٧) المشكلات الجنسية:

نقص المعلومات الجنسية الصحيحة، مشكلات النمو الجنسي، مشكلات النضج الجنسي المبكر والنضج المتأخر، عدم وجود معارف من الجنس الآخر، الكبت الجنسي، الوقوع فى الحب واخروج منه، عدم معرفة السلوك السوى مع الجنس الآخر، القلق بخصوص الزواج من الشخص المناسب، القلق بخصوص الأضرار لتأجيل الزواج لظروف خارجة عن إرادته، الرغبة فى الزواج الآن، الرغبة فى أن يصبح أكثر لفتاً لأنظار أفراد الجنس الآخر، الاستغراق فى حكاية النكت الجنسية، الاستغراق فى قراءة الكتب الجنسية، الاستغراق فكرياً فى الجنس، القلق بخصوص العادة السرية، الاستسلام بسهولة للإغراء والتورط فى خبرات والشعور بالإثم.

#### (٨) المشكلات الاقتصادية:

وتشمل العجز المادى الذى يعانى منه المراهق، والإحساس بأنه أقل من زملائه من الناحية الاقتصادية، فلا يستطيع إشباع رغباته فى شراء ما يلزمه، وقد أوضح بعض العلماء أن المشكلات لدى المراهقين تزداد كلما قل المستوى الاقتصادى للأسرة.

## (٩) مشكلات الدين والأخلاق:

الحاجة إلى الإرشاد الديني، الحيرة بخصوص المعتقدات، الشك الديني، الضلال وعدم إقامة الشعائر الدينية، عدم التمسك بالتعاليم الدينية، عدم احترام القيم الأخلاقية، نقص معرفة المعايير التي تحدد الحلال والحرام والصواب والخطأ، الصراع بين المحافظة والتحرر، محاولة التغلب على عادات سيئة، الشعور بالذنب وتأييب الضمير، القلق بخصوص التعصب الديني، القلق بخصوص عدم التسامح.

وحول الأسباب الكامنة وراء مشكلات المراهقين السابق عرضها وكيفية الوقاية والعلاج يشير أستاذ الصحة النفسية الدكتور/ (حامد زهران) في كتابه (علم نفس النمو) للآتي:

أولاً: الأسباب:

- قد تكون الأسباب عميقة الجذور وترجع إلى مرحلة الطفولة.
- قد يعاني المراهق من الصراعات مع نفسه وهو يحاول التوافق مع جسمه الذي يتغير ودوافعه التي تتطور ومطامحه التي تتبلور.
- الإحباطات المتعددة ومطالب البيئة أو نقص إمكانياتها.
- صعوبة إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية.
- نقص الخبرات الجديدة اللازمة لتطبيق القدرات والمهارات الجديدة.
- عدم وجود فلسفة واضحة للحياة وعدم الرضا عن الروتين اليومي والمواقف الرتيبة في الحياة اليومية؛ مما قد يدفع المراهق إلى الاندفاع واخطارته ومخالفة القانون والعرف أحياناً.
- الرغبة القوية للارتباط برفاق السن قد تؤدي إلى تكوين شلل؛ مما قد يعارض مع المسئوليات في المدرسة والأسرة.

- إشباع الدافع الجنسي قبل الزواج والحمل قبل الزواج، وهذا يتعارض مع المبادئ الدينية والأخلاقية.

- الضغوط الأسرية والاجتماعية قد يقابلها ثورة وعقوق من جانب المراهق.

- قد يرفع المراهق درع الدفاع عن النفس بحيله المعروفة مثل التبرير والنكوص والكبت والعدوان والإسقاط ... إلخ.

- عدم النضج الانفعالي ونقص التوازن الانفعالي، وتدبذب الروح المعنوية بين الارتفاع والانخفاض، والميول الاستعراضية، وعدم الاستقرار مما يساعد على تبلور الصراعات.

- المواقف اغمارجية مثل سوء التوافق الأسرى بين الوالدين أو مع الإخوة وسوء التوافق فى المدرسة وسوء التوافق الاجتماعى ورفض الجماعة له؛ مما يزيد نار الصراع اشتعالاً ويؤجج التوتر النفسى.

- سوء التوافق الشخصى والاجتماعى والانطواء ونقص الميول والاهتمامات الاجتماعية والرياضية وغيرها.

- فساد التوجيه وقلة الرعاية فى الأسرة والمدرسة والمجتمع بصفة عامة.

**ثانياً: الوقاية:**

لا شك فى أن وقاية المراهقين من الوقوع فى المشكلات خير من العلاج، ولذلك يجب مراعاة تنفيذ التطبيقات التربوية التالية، وهى على سبيل المثال لا الحصر:

(١) ضرورة بذل الجهود لتهيئة البيئة الصالحة التى ينمو فيها المراهق.

(٢) إتاحة الجو النفسى لنمو الشخصية السوية.

(٣) ضرب المثل الصالح والقُدوة الحسنة أمام المراهقين.

(٤) مساعدة المراهق على فهم نفسه وتقبل ذاته وتقبل التغييرات التى تطرأ فى مرحلة المراهقة وتنمية ذاته.

(٥) تحسين علاقة المراهق بأسرته ومعهدته العلمي وأقرانه.

(٦) تحمل المسؤولية بخصوص تنمية مفهوم موجب للذات لدى المراهقين.

(٧) الاهتمام بالإرشاد العلاجي والتربوي والمهني وإرشاد المراهقين خاصة في المدارس الإعدادية والثانوية.

### ثالثاً: العلاج؛

\* اكتشاف المشكلات العامة التي يعاني منها المراهقون ومعرفة أسبابها والعمل على إزالة هذه الأسباب أو التخفيف من حدتها والاستعانة بالأخصائيين النفسيين واستشارتهم ضماناً لنجاح علاج مشكلات المراهقين.

\* مساعدة المراهقين على أن يتعلموا الشيء الكثير عن أجسامهم ومشكلات النمو الجسمي وكيفية علاجها، ومساعدتهم على تنمية المهارات التي تحول اهتمامهم عن مظهرهم، وتوفير الرعاية الصحية، وتشجيع المراهقين على أن يتناولوا غذاءً مناسباً متوازناً، وتشجيعهم على أن يعرضوا أنفسهم للفحص الطبي والنفسى.

\* علاج مخاوف المراهقين والاضطرابات العصبية التي يعانون منها وكل ما ينقص حياتهم الانفعالية، وتجنب نقد المراهق أو السخرية منه، وتوجيه المراهقين إلى التعود على نسيان الإساءة بسرعة واستخدام النشاط المتولد عن الغضب فى عمل ناجح والتعبير عن العواطف بحكمة.

\* توجيه المراهقين توجيهاً سليماً واتباع الطرق التربوية الصحيحة مع مراعاة اللياقة وحسن المدخل، وعلاج مشكلات الأسرة، وإرشاد الوالدين وتعريفهم بمرحلة المراهقة ومطالب النمو فيها ودورهم فى تحقيقها، وضرورة مراعاة الفروق الفردية بين المراهقين.

\* إعداد برامج منظمة لخدمات الإرشاد النفسى بالمدرسة، وأن يحقق الجو المدرسى التوافق النفسى السليم للمراهق، وضرورة مقابلة الدراسة لمشكلات

وحاجات المراهقين، وتيسير الحصول على المواد التي تساعد على الدراسة والنجاح فيها، وتوضيح أهمية الدراسة ومساعدة المراهقين على فهم أهمية النجاح الدراسي، والتخطيط الذكي للمستقبل، ومناقشة أساليب الاستذكار والتحصيل مع الطلاب، وإعادة النظر في نظم الامتحانات الحالية وتفادي عيوبها، ومساعدة المراهق على أن يكون فكرة دقيقة عن قدراته واستغلالها إلى أقصى حد ممكن، والمساعدة في تحسين اتجاهات المراهقين نحو المدرسة والمدرسين، والتعاون الكامل مع الأسرة لعلاج المشكلات المشتركة بين المنزل والمدرسة ومساعدة المراهقين في الإعداد لمستوى أرقى من التعليم واستمرار الثقافة العامة.

\* المساعدة في عملية التنشئة الاجتماعية وتعليم المعايير السلوكية الاجتماعية السليمة والسلوك الاجتماعي السوي والمهارات الاجتماعية والقواعد الأخلاقية، وتهيئة الفرص للمناقشات الجماعية حول مشكلات المراهقين وشغل أوقات فراغهم بطريقة مفيدة ومدروسة واستغلال الميول والهوايات ومساعدة المراهقين في اختيار الأصدقاء على ألا يكونوا منحرفين.

\* مساعدة المراهقين في الإرشاد المهني والإعداد للمهنة، وإدراك الفرص المتاحة بالفعل في ميدان العمل، ومدّهم بأدق المعلومات المهنية، ومساعدتهم في إدراك قيمة جميع أنواع العمل وأهميتها.

\* الاهتمام بالتربية الجنسية العلمية للمراهقين ومساعدتهم على تقبل النمو الجنسي والسعادة والفخر بالنضج الجنسي وتقبل هذا التطور الجديد في حياة الفرد قبولاً حسنًا، والحرص بخصوص المثبرات الجنسية والأفلام الجنسية، والتوجيه اللازم بخصوص الزواج وإمداد المراهقين بالحقائق عن الحياة الزوجية والأسرية ومسئولياتهما.

\* توجيه عناية خاصة إلى التربية الدينية للمراهقين وتوجيههم إلى ممارسة الشعائر الدينية وتعليم المعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية ونمو الضمير وال ضبط الذاتي للسلوك، ومساعدة المراهقين في تكوين فلسفة ناضجة للحياة والعمل على تحقيقها بمهارة ودبلوماسية حتى يتحقق النجاح في الحياة بصفة عامة.

## حاجات المراهقين

يصاحب التغيرات التي تحدث مع البلوغ تغيرات فى حاجات المراهقين، ولأول وهلة تبدو حاجات المراهقين قريبة من حاجات الراشدين، إلا أن المدقق يجد فروقا واضحة خاصة بمرحلة المراهقة، ولعلنا لا نبالغ إذا قلنا إن الحاجة والميول والرغبات تصل فى مرحلة المراهقة إلى أقصى درجة من التعقيد.

ويلاحظ أن المراهق المعوق قد يجد من الصعب أو من المستحيل فى بعض الأحيان رغم جهوده ومحاولاته إشباع بعض حاجاته.

وقد أشار العديد من العلماء إلى حاجات المراهقين وعلى الرغم من وجود اختلاف فى تصنيف تلك الحاجات، إلا أن هذا الاختلاف يقتصر فقط على الشكل وليس المضمون.

**وليما يلى عرض لبعض تلك التصنيفات:**

توصلت «هيرلوك» (Hurlock) من خلال عدة أبحاث أن الحاجات الأساسية للمراهق يمكن تصنيفها إلى ثلاث فئات هى:

(أ) الحاجات العضوية (organic Needs): كالحاجة إلى الطعام والماء والراحة والجنس، وهى أمور ضرورية لاستمرار حياة الإنسان ويقانه.

(ب) الحاجات النفسية (Psychological Needs): كالحاجة للشعور بالأمن النفسى، الحاجة لأن يكون مستقلاً غير تابع، الحاجة إلى التحصيل أى أن يحقق الفرد شيئاً معيناً.

(ج) الحاجات الاجتماعية (social Needs): كالحاجة إلى الانتماء، الحاجة إلى العطف والحب، الحاجة إلى الرفاق، الحاجة إلى المكانة الاجتماعية.

كما استطاعت «كول (Cole): أن تجمع عدة أبحاث أجريت لدراسة مشكلات المراهقين، ووفقت بينها، واستخلصت منها الحاجات الإنسانية الضرورية التي تبرز في فترة المراهقة، وتتضمن قائمة «كول» الحاجات التالية التي يتطلع إليها المراهق وهي:

(أ) الحاجة للمحافظة على الذات وتشمل: الحاجة للمحافظة على حياته وتجنب الأخطار، الحاجة للراحة والاستجمام، الحاجة للشفاء من الآلام والأمراض.

(ب) الحاجة للإشباع الجنسي وتشمل: الحاجة لتكوين ميل نحو الجنس الآخر، الحاجة لتقبل النضج الجنسي دون خوف أو زهو به، الحاجة للتفيس عن رغباته الجنسية.

(ج) الحاجة للعطف والقبول من الآخرين وتشمل: الحاجة لأن يكون محبوباً من الآخرين ويمتدح من قبلهم، الحاجة إلى تكوين أصدقاء يثق بهم ويتحدث إليهم، الحاجة للشعور بالأمن في وسطه الاجتماعي، الحاجة للانضمام إلى مجموعات والعمل معها بصورة إيجابية.

(د) الحاجة للمكانة والمركز وتشمل: الحاجة لأن يمتلك أشياء كثيرة، الحاجة لأن يكون له سمعة طيبة، الحاجة لأن يحتل مكانة في العالم.

(هـ) الحاجة للحياة الفكرية والقدرة على الإبداع والابتكار وتشمل: حاجته للمعرفة، حاجته للبحث عن الحقائق، حاجته للتعبير عن نفسه وإظهارها.

(و) الحاجة لتأكيد الذات وتمييزها وتشمل: حاجته لأن يتغلب على عيوبه، حاجته للاعتماد على نفسه وتنمية ثقته بنفسه، حاجته لإثبات نفسه وتحقيق نزغته للاستقلال، الحاجة للعمل من أجل تحقيق هدفه.

وفي هذا الإطار، تتفق مع هيرلوك وكول Hurlock and Cole على أهمية الحاجات التالية للمراهقين:

(١) الحاجة إلى الأمن والطمأنينة: وتمثل هذه الحاجة رغبة الفرد في التخلص من كل المخاطر والتهديدات التي قد يواجهها في حياته.

(٢) الحاجة إلى المكانة وتحقيق الذات: وتمثل هذه الحاجة رغبة الفرد في الاستقلال عن الأهل والاعتماد على النفس.

(٣) الحاجة إلى الانتماء وتحمل المسؤولية: وتمثل هذه الحاجة رغبة الفرد في الانتماء إلى الجماعة والعمل معها ومن خلالها، فيندمج مع الكبار فيتعرف على حقوقه وواجباته ويتحمل المسؤولية المنوطة به.

(٤) الحاجة إلى استغلال أوقات الفراغ: بصورة أنفع، وتذوقه لعالم الجمال في الطبيعة والفن والأدب، ويمثل هذه الحاجة رغبة الفرد في إعلاء دوافعه ونوازعه وترقية أحاسيسه ومشاعره.

وعلى الجانب الآخر، استطاع بعض الباحثين النفسيين والاجتماعيين وضع تصور لأهم حاجات المراهقين على النحو التالي:

(١) الحاجة للمركز والقبول الاجتماعي: وهي تتصل بالحاجة إلى الأمن والحاجة إلى الانتماء، والشعور بالأمن يتوقف على وجود علاقات اجتماعية تتضمن العطف والثقة والاحترام، وخاصة من أفراد الأسرة وجماعة الأصدقاء، ويتطلب أيضاً التحرر من الإحباط والتهديد، والقبول الاجتماعي الذي يشبع حاجة الفرد إلى الانتماء وبالتالي يحقق له الأمن والاطمئنان، لذلك يجب على الراشدين مساعدة المراهق في تكوين شخصية متزنة ومعاملته معاملة الكبار وإشعاره بالمسؤولية وإحاطته بجو يشبع فيه الوفاء والعطف والتكف.

(٢) الرغبة في الاستقلال والتحرر من الأسرة: تظهر الرغبة في الاستقلال واضحة في مرحلة المراهقة لأن المراهق يجد فيه تأكيداً لذاته وإثباتاً بأنه قد ترك عالم الطفولة ولم يعد يمت له بصلة ويزداد ذلك الشعور عنده نتيجة التغيرات الجسمية والنفسية، وتظهر رغبته في الاستقلال في سعيه الدائب نحو تكوين صداقات مع من هم في سنه خارج الأسرة ومشاركتهم نشاطاتهم، ويحاول إرغام الكبار على الاعتراف به كرجل، الأمر الذي قد يؤدي أحياناً إلى إغلاف مع والديه اللذين ينظران إليه كطفل، وواجب الوالدين الابتعاد عن العنف والقسوة

والإهمال في معاملة المراهق، ومساعدته على بناء ثقته بنفسه وإعطاؤه حق إبداء الرأي وتدريبه على تحمل المسؤوليات وتدريب أموره بنفسه والتعلم من أخطائه.

(٣) **الرهبة في الاستقلال المادي:** يتطلع المراهق إلى الاستقلال في وقت مبكر فيبدأ في التفكير في مهنة المستقبل متأثراً في ذلك بمدى تقديره لذاته واتجاهات مجتمعه نحو المهن المختلفة ويساوره القلق في اختيار نوع التعليم الذي يحق له آمله، لذلك يجب على الوالدين والراشدين المحيطين به توجيهه نحو الحياة المهنية التي ينشدها والتي تتفق مع ميوله واستعداداته العقلية؛ وذلك من خلال فهمه لذاته وإمكاناته الواقعية حتى لا يتعرض للفشل الذي يؤثر على ثقته بنفسه وتقديره لذاته ويدفعه إلى السلوك التعويضي غير السوي.

(٤) **الحاجة إلى المثل والمعايير:** يتجه المراهق إلى تخير مجموعة من القيم والمثل العليا التي يتخذها كمعايير سلوكية يحكم بها على نفسه وعلى غيره من الأفراد وتعتبر الأسرة أول وأهم مصدر لهذه القيم والمعايير؛ فالطفل يتعلمها من خلال علاقاته الأسرية، وفي مرحلة المراهقة يبدأ في مقارنة ما اكتسبه من الأسرة بتلك القيم والمعايير السائدة في المجتمع الخارجي، ويجب على الوالدين والمحيطين به مساعدته على تفهم المعايير السائدة في المجتمع كقوانين سلوكية تنظم حياة الجماعة وتوجه سلوكه.

(٥) **الحاجة إلى الفهم الكامل:** يساعد النمو العقلي للمراهق على الاستدلال والتجريد وحب الاستطلاع ومعرفة أسباب الأشياء وعلاقتها، لذلك يبدأ في مناقشة ما أخذه في طفولته كقضية مسلمة ويظهر ذلك واضحاً في المسائل الدينية التي آمن بها في طفولته لذلك يجب على الوالدين إتاحة الفرصة أمامه لكي يناقش ويفكر ويزيل شكوكه بنفسه لكي يعرف أن الشك خطوة أساسية نحو المعرفة الصحيحة.

(٦) **الحاجات البيولوجية والجنسية:** تعتبر الحاجة الجنسية من أكثر الدوافع في مرحلة المراهقة، ويظهر هذا الدافع في سلوك المراهق وميوله واهتماماته، ويرجع

ظهور هذا الدافع إلى النمو الجنسي في المراهقة؛ حيث يبدأ بشعور غير واضح يتمثل في اتجاه مشاعر المراهق نحو العواطف الرومانسية والمثل والقيم الأخلاقية إذا قدمت له بطريقة تخلو من التزمت والعنف، وحتى لا يتورط المراهق في أنواع السلوك غير السوي، يجب على الوالدين والمحيطين به مساعدته على صرف الطاقة الانفعالية الناتجة عن الدافع الجنسي بطريقة يقرها المجتمع في حالات النشاط المختلفة، كالنشاط الرياضي والإبداع الفني والخدمات الاجتماعية.

**وفي ضوء ما سبق يمكن تلخيص حاجات المراهقين الأساسية فيما يلي:**

**الحاجة إلى الأمن:** وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي والصحة الجسمية، الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، الحاجة إلى البقاء حيًا، الحاجة إلى تجنب الخطر والألم، الحاجة إلى الاسترخاء والراحة، الحاجة إلى الشفاء عند المرض أو الجرح، الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة السعيدة، الحاجة إلى الحماية ضد الحرمان من إشباع الدوافع، والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية.

**الحاجة إلى الحب والقبول:** وتتضمن الحاجة إلى الحب والمحبة، الحاجة إلى القبول والتقبل الاجتماعي، الحاجة إلى الأصدقاء، الحاجة إلى الانتماء إلى الجماعات، الحاجة إلى الشعبية، والحاجة إلى إسعاد الآخرين.

**الحاجة إلى مكانة الذات:** وتتضمن الحاجة إلى الانتماء إلى جماعة الرفاق، الحاجة إلى المركز والقيم الاجتماعية، الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة، الحاجة إلى الاعتراف من الآخرين، الحاجة إلى أن يكون قائدًا، الحاجة إلى اتباع قائد، الحاجة إلى أن يحمى الآخرين، الحاجة إلى تقليد الآخرين، الحاجة إلى المساواة مع رفاق السن والزملاء في المظهر والملابس والمصروف والمكانة الاجتماعية، الحاجة إلى تجنب اللوم، والحاجة إلى المعاملة العادلة، الحاجة إلى التقبل من الآخرين، الحاجة إلى النجاح الاجتماعي، الحاجة إلى الاقتناء والامتلاك.

الحاجة إلى الإشباع الجنسي: وتتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية، الحاجة إلى اهتمام الجنس الآخر وحبه، الحاجة إلى التخلص من التوتر، الحاجة إلى التوافق الجنسي الغيرى.

الحاجة إلى النمو العقلى والابكار: وتتضمن الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك، الحاجة إلى تحصيل الحقائق، الحاجة إلى تفسير الحقائق، الحاجة إلى التنظيم، الحاجة إلى الخبرات الجديدة والتنوع، الحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل، الحاجة إلى النجاح والتقدم الدراسى، الحاجة إلى التعبير عن النفس، الحاجة إلى السعى وراء الإثارة، الحاجة إلى المعلومات ونمو القدرات، والحاجة إلى التوجيه والإرشاد العلاجى والتربوى والمهنى والأسرى والزواجى.

الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات: وتتضمن الحاجة إلى النمو، الحاجة إلى أن يصبح سويًا وعاديًا، الحاجة إلى التغلب على العوائق والمعوقات، الحاجة إلى العمل نحو هدف، الحاجة إلى معارضته للآخرين، الحاجة إلى معرفة الذات والحاجة إلى توجيه الذات.

ومن ثم نجد أنه أثناء النمو فى مرحلة المراهقة تزداد الحاجة إلى الإرشاد النفسى لمواجهة مطالب وتحديات هذه المرحلة، وإشباع حاجات المراهقين الأساسية، ويؤدى إشباع حاجات المراهق إلى تحقيق الأمن النفسى له Psychological security.

انطلاقًا من ذلك يتضح أن إشباع الحاجات الأساسية للمراهقين هى الوسيلة الرئيسية لكى ينمو المراهق نموًا سليمًا يشمل كافة أبعاد شخصيته؛ فعدم إشباع تلك الحاجات بطريقة مباشرة سوية يدفع المراهق للبحث عن البديل، وهنا نؤكد على أنه فى معظم الأحيان يلجأ المراهق إلى طرق غير مشروعة وأساليب غير سوية؛ حتى يتمكن من إشباع حاجاته، مما يؤدى به فى النهاية إلى: الجريمة، الإدمان، التطرف، الإرهاب، ... إلخ.

## ميول المراهقين

أكثر مشكلات المراهقة تقع تبعثها على الآباء لعدم معرفتهم بطبيعة المراهقة ومتطلباتها في هذه المرحلة الحرجة من حياة المراهق، وعلى الأهل أن يتعاملوا مع الميول التي تدل على الانحراف بالعلاج والترويض بدلاً من الشدة والقسوة.  
ومن أهم ميول المراهقين؛

١- الميل الديني: ويعد من أهم الميول لدى المراهقين، ويتمثل في البحث عن القيم الدينية اللازمة للحياة وقراءة الكتب والقصص وصولاً إلى تبنى فلسفة ترشد السلوك وتوجه الحياة.

٢- الميل إلى الغضوع والانتماء إلى جماعة، يُفضى بأسراره لها؛ حيث يتحول ولاؤه من الولاء للأسرة إلى الولاء لها (للجماعة).

٣- الميل إلى الجنس الآخر.

٤- الميل إلى مساعدة الآخرين.

٥- الميل إلى النقد والرغبة في إصلاح المجتمع.

٦- الميل إلى تأكيد الذات.

٧- الميل إلى الزعامة في الناحية الرياضية، والاجتماعية، والعلمية، وهذا يتطلب من المراهق: خصائص جسمية، وشخصية سليمة سوية، ومظهر خارجي يتمثل في الملابس والزينة والتألق.

٨- الميل إلى التفاخر، بأسرته، بوالديه، بمركز والده الاجتماعي والعلمي أو السياسي، وهذا الميل يغذيه البيت السعيد المطمئن، المستقر.

٩- الميل إلى الجنوح ورفض الطاعة والغضوع، وهنا يستوجب الأمر بذل المزيد من العطف والتقدير للمراهق.

١٠- الميل إلى القراءة، وتختلف في هذا المجال قراءات المراهقين بحسب الجنس والسن؛ فكل من قراءات البنين والبنات تدرج من القصص الفكاهية

والتاريخية ومشاهير العظماء فى السنوات الأولى وتنتهى بالقصص العاطفية (وقصص البطولة عند البنين) والأزياء والقصص العاطفية، الميلودراما عند البنات).

١١- الميل للمهنة، ويتمثل فى الحرص على اختيار مهنة تناسب قدراته وتشبع حاجته إلى الاستقلال والقيام بدوره فى المجتمع.

١٢- الميل للترويح واللعب، ويتمثل فى الاهتمام بالرياضة والألعاب التى تتطلب طاقة جسمية كبيرة، ويصل هذا الميل إلى قمته فى المراهقة المبكرة، كما يتمثل هذا الميل فى مشاهدة الأفلام السينمائية والعروض المسرحية والمباريات الرياضية... إلخ، هذا بالإضافة للحفلات التى يخططون لها ويقومون بها فى المنازل أو المدارس، أو الرحلات للحدائق والمباريات كمشتركين، وأنشطة اللعب المختلفة فى النوادى والساحات تبعاً لميولهم ومواهبهم، وكذلك تبادل الزيارات وغيرها.

١٣- الميل لجمع الصور، وهذا الميل يميز لصغار الفتيات المراهقات، ولكنه لا يصل لنفس الدرجة بين كبار الفتيات، ويكون ذا أهمية قليلة للبنين وتعتبر مجلات السينما والفن مصدراً غنياً لهذه المواد.

### المراهقون ومظاهر النمو

تفتقر نسبة كبيرة من المراهقين اليوم إلى الفرص الملائمة ووسائل الدعم لكى يصبحوا راشدين ناضجين يمكنهم المبادأة والمنافسة فى المجتمع الذى يعيشون فيه، كما أن ظروف المجتمعات حالياً تتسم بعدم الثبات النسبى أكثر مما سبق، ويفتقر المجتمع إلى التأكد مما يجب وما لا يجب، وأحياناً ما تكون القواعد التى يضعها الكبار فى موضوعات الاستقلال والجنسية والقيم والمعايير مصادر مشاكل بالنسبة للمراهقين.

إن دراسة حياة المراهق تكشف عن تعقد نمو المراهق، وبسبب هذا التعقد فليس هناك نموذج واحد يمكن أن يناسب كل المراهقين، والاهتمام اليوم يركز على المحيط الذى ينمو فيه المراهق، وخاصة المحيط الاجتماعى الثقافى للحضارة.

ولكى نفهم طبيعة النمو والبيولوجيا والعمليات الاجتماعية نقول إن النمو هو نمط من الحركة أو التغير الذى يبدأ مع الحمل ويستمر خلال دورة حياة الإنسان وهو يتضمن النمو والانحدار.

والنمو يتضمن التفاعل بين العمليات البيولوجية والمعرفية والاجتماعية وهو يبدأ من فترة الحمل التى هى فترة نضج هامة.

وخلال السطور التالية سنوضح أهم مظاهر النمو فى مرحلة المراهقة:

### (١) النمو الفسيولوجى والجسمى:

النمو الجسمى فى بداية مرحلة المراهقة المبكرة تزداد سرعته ويحدث ما يسمى بطفرة النمو (Growth Spurt)؛ وذلك لمدة ثلاث سنوات تختلف من الإناث للذكور، فشتكون من عشر سنوات إلى أربع عشرة سنة عند الإناث ومن اثنتى عشرة سنة إلى ست عشرة سنة عند الذكور.

ويزداد نمو العضلات ويزداد المراهق من فترة الكمون إلى فترة البلوغ، ويزداد الطول زيادة سريعة ويبدو الأنف كبيراً بالنسبة للوجه، ويكون النمو الجسمى غير متناسق؛ مما يقلق المراهق ويجعله يعانى من النقص ويزداد حرجه بخصوص شكله.

فمن الناحية الجسمية يقوم المراهق بعملية توافق مزدوجة مع جسده الجديد وتوافق مع أقرانه وأفراد المجتمع الآخرين الذين يتعامل معهم، ونتيجة غياب الثقافة التربوية لإدراك حقيقة مرحلة المراهقة، يقابل هذا النمو عند المراهق ببعض مظاهر السخرية من قبل الكبار الذين يعتقدون أن فى ذلك نوعاً من الملاطفة للمراهق، ولا يدركون ما تترك فى نفسه هذه الانتقادات من نقمة على هذه المرحلة الهامة من حياته والتي يجب أن ينظر إليها بكثير من التقدير.

فلو كانت التغيرات الجسمية والفسيولوجية التى يمر بها الإنسان فى المراهقة مسألة تغير فى التكوين فحسب لهان الأمر، ولاقتصر الإنسان على الوصف والتسجيل وترك الأمور دون تفسير أو تطبيق، ولكن الأمر ليس كذلك، ولا يمكن

أن ننظر إليه هذه النظرة البسيطة السهلة، إذ إن التغيير البنائي (Metabolic) والتغيير الوظيفي (Functional) الذي يحدث في المراهقة إن هو إلا نقطة البدء التي ينبعث منها السلوك الاجتماعي والتي ينشأ منها الاتجاه نحو الذات، والاتجاه نحو الآخرين.

وبصاحب النمو السريع والتغيرات الجسمية في هذه الفترة بعض الأعراض كالتعب والكسل، وعادة ما يقع الآباء في خطأ أن يتصوروا أنه مادام الطفل أصبح كبيراً جسيماً، فإنه يمكنه القيام بمسؤوليات أكبر مما كان يستطيع في طفولته، وقد يؤدي ذلك إلى العصبية والتوتر والانفعال.

وعادة ما تحدث في هذه الفترة اضطرابات في الجهاز الهضمي ينتج عنها تذبذب في سرعة التحول الغذائي، والسبب في ذلك التغيرات الغذائية، والتغيرات في حجم الأعضاء الداخلية في الجسم، وهذه التغيرات قد تتداخل مع وظائف الهضم كما أن فقر الدم «الأنيميا» شائع الحدوث في هذه السن، ليس بسبب التغيرات الملحوظة في كيمياء الدم، وإنما يكون ذلك بسبب عادات الطعام غير المستقرة لدى المراهق، وهذا بدوره يؤدي إلى زيادة الشعور بالتعب والكسل، ويعانى المراهق على فترات متقطعة من آلام الصداع وآلام الظهر والهزال، وعموماً إذا كانت طفولة المراهق أكثر صحة وخاصة من حيث التوازن الغذائي، وتكوين عادات جيدة للنوم، فإن فترة البلوغ تمر بسلام أكبر من ناحية الصحة الجسمية، ولا تظهر إلا التغيرات النفسية المصاحبة للتغيرات الجسمية والفسولوجية.

وتلك التغيرات التي تطرأ على سلوك المراهق واتجاهاته إزاء البلوغ هي في جوهرها نتاج تغيرات اجتماعية أكثر منها نتاج التغيرات الغذائية، وكلما كانت البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها المراهق أقل تعاطفاً، وكان الآباء والإخوة والمعلمون والأقران أقل تفهماً لأحواله، وكانت التوقعات الاجتماعية منه في هذا الوقت أكبر من حدود قدرته - كانت الآثار النفسية للتغيرات الفسيولوجية والجسمية بالغة، وهذا يعنى إنكار أهمية التغيرات الفسيولوجية في التوازن الجسمي.

ويعتمد مقدار وعمق هذه التأثيرات للبلوغ على سرعة النضج وتأثيره على التكوين الجسمي العام للفرد من ناحية، وعلى المعلومات السابقة المتوفرة لديه والإعدادات السيكولوجية اللاحق لهذه التغيرات من ناحية أخرى، وحينما يكون هذا الإعداد في صورة معلومات غير دقيقة أو غير كاملة فإن ذلك يؤدي إلى تكوين اتجاهات غير صحيحة، وحينئذ تكون تأثيرات البلوغ على السلوك بالغة السوء.

ومن هذه التأثيرات:

#### (أ) الرغبة في التفرد والانعزال؛

يحدث للمراهق ميل إلى الانعزال والابتعاد عن الجماعة، ويقضى معظم وقته وحده، إلى جانب أنه يبعد بصورة مفاجئة عن نشاط الأسرة، وهذه العزلة ينتج عنها القلق الذي يؤدي بدوره إلى المشكلات النفسية خاصة في مرحلة المراهقة ومع بداية تكوين اتجاهات متناقضة نحو الآخرين.

#### (ب) الملل؛

يظهر على المراهق ملل من اللعب بالألعاب التي كان يستمتع بها في المراحل السابقة سواء كانت مع أقران المدرسة أو في الحياة الاجتماعية العامة، ويظهر ذلك في رفضه الاشتراك في الأنشطة التي يصفها بأنها (طفلية) وعندما لا يقابل سلوكه بالتقبل من الآخرين يظهر عليه اللامبالاة أو الإحساس بالنبذ والرفض.

#### (ج) الانفعال الشديد؛

يؤدي التوتر والاضطراب الناتجان عن الاتجاهات والميول المتغيرة من ناحية وعن التغيرات الجسمية من ناحية أخرى إلى حدة الانفعالات التي تظهر في فترة البلوغ، ويكون المراهق شديد الحساسية ويفسر معظم ما يسمعه من الكبار أو الأقران على أنه موجه إليه وتزداد حساسيته بالنسبة للإخوة كما تزداد في هذه الفترة المخاوف المتوهمة فيشعر المراهق بالقلق من المشكلات التي تتعلق بكفاءته الشخصية والاجتماعية، ويتحول من المرح إلى الكآبة، وقد تكون حالته الانفعالية موضع تعليق الكبار ونقدتهم.

## (د) نقصان الثقة بالنفس،

يصبح المراهق أقل كفاءة من الناحية الشخصية والاجتماعية لأنه يصبح أقل ثقة بنفسه فيشك في قدراته، وأيضاً يصبح مفهوم الذات عنده غير مستقر، وقد يقود أحياناً إلى وقوع بعض المراهقين في جناح الأحداث؛ فالقيام بالأعمال التي توقعه تحت طائلة العقاب من الوالدين أو المعلمين أو السلطة الجنائية مثل الشرطة أو القضاء تعد أحياناً من قبل تأكيد الذات المتفتدة في هذه الفترة.

## (هـ) الرومانسية؛

وتتميز الرومانسية بعناصر ثلاث هي: تحليل الذات ووصف المشاعر، التمرد على الأوضاع القائمة والتقاليد الموروثة.

هذه الأمور التي يتكون منها جوهر الروح الرومانسية تظهر واضحة في حياة المراهق فإن اكتشافه لذاته سرعان ما يولد في نفسه الرغبة في تحليلها وتأملها وقد يلجأ إلى كتابة خواتمه؛ فكتابة المذكرات الخاصة هي ظاهرة نفسية من أهم الظواهر في حياة المراهق؛ فهي تشير إلى رغبته في العزلة والانطواء ورغبته في الهروب من القلق النفسى، ويحاول المراهق التحرر من نزعاته الطفلية والتي يهدف من ورائها إلى التحرر من التبعية وتحقيق الاستقلال الوجدانى الذى هو غاية التطور النفسى وسمة النضج واكتمال النمو.

ومن ثم وفي ضوء ما سبق يجب على الوالدين والمربين مراعاة ما يلى:

\* تجنب التركيز على النمو العقلي على حساب النمو الجسمى.

\* العمل على استثمار طاقة المراهقين فى أوجه النشاط الرياضى والكشفى والصحى والثقافى والفنى والعلمى والاجتماعى داخل وخارج المدرسة.

\* العمل على نشر الثقافة الصحية بين المراهقين وتنمية اهتمام المراهقين بالتعرف على نواحي الضعف عنده، وأن يساعد نفسه مسترشداً بالخبراء والمختصين، مع الاهتمام بوضع وتنفيذ برامج لتحسين النمو الجسمى فى المدارس الثانوية، تنفيذاً لمبدأ «العقل السليم فى الجسم السليم».

\* الحرص التام بالنسبة لنمو مفهوم الجسم ومفهوم الذات الموجب بصفة عامة.

## (٢) النمو الحركي:

تتميز هذه المرحلة بإتقان المهارات الحركية؛ حيث تصبح حركات المراهق أكثر توافقاً وانسجاماً، ويزداد نشاطه وقوته، ويزداد إتقان المهارات الحركية مثل العزف على الآلات الموسيقية والكتابة على الآلة الكاتبة والألعاب الرياضية.

وتزداد سرعة زمن الرجوع (Reaction time) وهو الزمن الذى يمضى بين المثير وبين الاستجابة لهذا المثير.

ويلحق الذكور بالإناث من حيث نمو القوة والمهارات الحركية ويسبقونهم ويتفوقون عليهن، ويظل الحال كذلك بعد ذلك، ويتأثر النمو الحركي تأثراً سلبياً فى حالة وجود إعاقة جسمية أو إعاقة حسية.

ومن الملاحظ أن نقص الرغبة ونقص القدرة على المشاركة فى برامج التربية الرياضية ترتبط بسمات مثل الخجل والحساسية وعدم تحمل الإحباط أو الهزيمة.

ومن ثم يجب على الوالدين والمربين مراعاة ما يلى:

\* تشجيع ورعاية النمو الحركي المتزايد عن طريق النشاط الرياضى، والاستفادة من برامج التربية الرياضية فى مساعدة المراهقين المنطوين؛ مما يزيد فى تقبلهم الاجتماعى وتحسين اتجاهاتهم نحو أنفسهم ونحو الآخرين.

\* العناية بالمراهقين الذين يجدون أنفسهم بعيداً عن النشاط الحركي بسبب الإعاقة الجسمية وإشراكهم فى أوجه نشاط حركي يناسب إعاقاتهم، وتنمية مهارات أخرى يجيدونها حتى لا نضيف إلى الإعاقة الجسمية اضطرابات اجتماعية.

\* تجنب دفع المراهقين غير المتكافئين فى النمو الجسمي والحركي إلى التنافس رياضياً تجنباً للمشكلات النفسية.

### (٣) النمو العقلي،

ملاحظة النمو العقلي عند المراهق أصعب من ملاحظة النمو الجسمي؛ إذ يمكن للنمو الجسمي أن يلاحظ بالعين المجردة، ومن الشباب التي لم تعد تتسع للفتاة أو الفتى المراهقين، لكن ليس لدينا نحن الأهل المقاييس لقياس النمو العقلي، وإن كان الأب يدرك أحياناً أن نظرة ابنه للحياة قد تغيرت وازدادت نضجاً، وأصبح أكثر إحساساً بالمسؤولية إلى ما شابه ذلك من ملاحظات أخرى.

وقد وجد أنه بينما تزداد أنواع كثيرة من النشاط خلال فترة المراهقة، إلا أن بعض هذه الأنواع يبقى على حاله، بينما يتناقص البعض الآخر، ويمضى النمو العقلي خلال الحياة دون توقف طالما أن الفرد يضيف إليه خبرة ومعرفة واستبصاراً.

ونظراً للصلة الوثيقة بين الجسم والعقل؛ حيث يصعب الفصل بين الحياة الفسيولوجية والحياة العقلية، كما يصعب الفصل بين الفاكهة وطعمها، وفصل الشيء عن لونه، من ذلك نقول إن البلوغ الفيزيقي لا بد أن يسير مع البلوغ العقلي.

ومن خلال النمو العقلي يلاحظ قدرة المراهق على الانتباه من حيث المدة والطول والعمق، ويبدو ذلك في متابعته لفيلم سينمائي أو لمباراة أو لقصة طويلة يطالعها، وفي القدرة على التخيل، والتذكر، والقدرة على استنتاج العلاقات الجديدة، ويعرف المراهق بخصوصية خياله، وباستغراقه في أحلام اليقظة، وما أكثرها في هذه المرحلة.

فالنمو العقلي يتضمن نمو القدرة العقلية التي تشمل الاستعداد والقدرات الخاصة فتصبح القدرات العقلية أكثر دقة، وتكون التغيرات العقلية في المراهقة كمية أكثر منها نوعية، وتؤثر إمكانات البيئة على النمو العقلي للمراهق، كما تؤثر الوراثة في وجود الفروق الفردية في القدرات العقلية لدى المراهقين، وتؤثر أيضاً الوراثة في تنمية هذه القدرات العقلية، كما أن وسائل الإعلام قد تضيف للمراهقين بعض الأفكار.

ويستمر النمو العقلي في المراهقة سواء من الوجة الكمية أو الكيفية؛ فالتغير يكون كميًا بمعنى أن المراهق يصبح أكثر قدرة على إنجاز المهام العقلية على نحو أكثر سهولة وسرعة وكفاءة من الطفل، كما أن التغير يكون كميًا بمعنى أنه تحدث في المراهقة تغيرات في طبيعة العمليات المعرفية، فمع بداية مرحلة المراهقة تنمو في الفرد القدرة على التفكير باستخدام العمليات الصورية أو الشكلية For-mal operation كما يسميه «بياجيه»، وبعد ظهور هذه القدرة في رأيه المرحلة الرابعة والأخيرة في النمو العقلي والمعرفي عند الإنسان، وعندئذ يستطيع المراهق - الراشد بعد ذلك - أن يفكر بدرجة كافية من المرونة، ويتناول العموميات المجردة من حوله كمفاهيم الحرية والعدالة، كما يدرك الخصائص الداخلية للأشياء ولا يقتصر التفكير عند حدود الخصائص الخارجية التي يحكمها الإدراك الحسي.

وبذلك يكون المراهق قادرًا على معالجة جميع ما يحتمل أن يوجد وليس فقط صور الأشياء التي توجد بالفعل، وهذا يعني إمكانية التفكير الفرضي الاستنباطي، وتعتمد جوانب أخرى كثيرة من نمو المراهق على التقدم المعرفي الذي يحوزه في هذه المرحلة؛ فالتغير في علاقات المراهق بوالديه من سمات الشخصية في هذه المرحلة، وفي التخطيط للمستقبل التعليمي والمهني وفي زيادة الاهتمام بالمسائل الاجتماعية والسياسية والدينية والشخصية، بل وفي نمو الشعور بالهوية الشخصية؛ حيث إن كلها أمور تتأثر بالتغيرات العقلية والمعرفية في هذه المرحلة.

وانصراف المراهق إلى المسائل العقلية قد يستخدمه كحيل نفسية للتعامل مع مشاعر القلق التي يعانها، ويتمثل ذلك في اهتمام المراهق بالمسائل المجردة الفلسفية غير الشخصية؛ مثل مسائل الدين والحرية وطبيعة الصداقة، وبصفة عامة فإن «العقلانية» - كحيلة دفاعية - تستخدم من قبل المراهق الذكي المثقف من أبناء المستويات الاقتصادية الاجتماعية المتوسطة.

وهذا يوضح مدى تأثير التسهيلات البيئية والخبرة والتدريب في تنمية استثمار القدرة العقلية، إلى جانب أن القدرة العقلية تتأثر بمدى التوافق الانفعالي، الذي إذا ما توفر تيسر الوصول إلى الثقة وإلى مفهوم الذات الموجب المطلوب لتحقيق النضج العقلي.

ومن ثم وفي ضوء ما سبق يجب على الوالدين والمربين مراعاة ما يلي:

\* تطوير أسلوب التعليم بحيث يشجع الطلاب على التعلم الذاتي؛ مما يساعد المواطن على استمرار التعليم خارج المدرسة مدى الحياة.

\* تطوير أسلوب التعليم بحيث يدرّب الطلاب على استخدام الأسلوب العلمى فى التفكير وينمى لديهم القدرة على التجديد والابتكار.

\* العمل على التوسع فى إنشاء قصور الثقافة وغيرها من مؤسسات الثقافة الشعبية.

\* ملاءمة طبيعة وطريقة التدريس والمعلومات حسب مستوى النمو العقلى للطلاب والتأكد من أن قدرات المراهق دائماً إنما تنتظر الإثارة وهى إذا لم تستثر فلن تنمو كما ينبغى، ويساعد فى ذلك تكليف الطلاب بأعمال ومشكلات تتطلب استخدام ذكائهم وقدراتهم الخاصة النامية.

\* تنظيم مناهج واسعة شاملة للقدرات العقلية والميول المختلفة تهدف إلى تحقيق النمو العقلى للمراهقين إلى أقصى درجة ممكنة، جنباً إلى جنب مع النمو الجسمى والانفعالى والاجتماعى والروحى، والاستمرار فى إعداد المراهق للحياة العملية، والاستمرار فى إعداده كإنسان صالح فى المجتمع.

\* الاهتمام بالمراهقين المتفوقين عقلياً والمتكرين وتنمية قدراتهم ومواهبهم.

\* تنظيم برامج علاجية لتصحيح أى تخلف فى أى مظهر من مظاهر النمو العقلى.

\* إتاحة حرية التفكير واستخدام الطرق الجديدة لحل المشكلات وتشجيع ذلك.

\* جعل مستوى التطلع ممكن التحقيق ومتناسباً مع قدرات المراهق والعمل على تقليل عوامل ومواقف الإحباط التى تعوق تحقيق مستوى التطلع وتعويد الفرد على تجنبها والتغلب عليها بطريقة بناءة.

\* لا يعنى نقص تمكن المراهق من دراسة مادة من مواد التخصص أو سوء توفيقه فيها نقص طاقته العقلية، ولكن قد يرجع هذا إلى قصور القدرة اللازمة لها أو تأخر ظهورها لديه، ويبدو ذلك فى قدرات مثل القدرة الرياضية والقدرة الميكانيكية ... وهكذا.

\* الاهتمام بالإرشاد النفسى التربوى والمهنى عن طريق الأخصائيين فى الإرشاد على أن يساعد فى ذلك الوالد الواعى والمدرس المرشد Teacher counsellor .

\* الاهتمام بالتأهيل المهنى لمن يتركون المدرسة وحل مشكلاتهم.

#### (٤) النمو الانفعالى:

التعبير الانفعالى عند المراهق يكون شديداً، بشكل يفوق الواقع؛ فالمثير البسيط يثير فى المراهقين عاصفة من الضحك أو يثير ثورة عارمة، وقد وصفت «هيرلوك» انفعالات المراهقين بهذه الصفات:

أ- الشدة والكثافة.

ب- عدم الضبط والتحكم.

ج- عدم الثبات والدوام.

د- نمو عواطف إنسانية نبيلة، مثل الوطنية، ونمو النزعات الدينية.

ويلقى المراهق مضايقات كثيرة من الراشدين الذين يتوقعون منه نضجاً فى التفكير والسلوك الاجتماعى يعادل نضجه الجسمى، وهذا ما يؤدي إلى قلقه وتورده وارتباكته ويؤدي به إلى رفض السلطة بشكل عام ومن أية جهة أتت.

و غالباً ما يلجأ إلى أحلام اليقظة للتفيس عن مكبوتاته وانفعالاته، ويجد فى الدين مخرجاً يحقق له الشعور بالأمن الذى فقدته بسبب ما يعاينه من الأزمات النفسية وتسهم دور العبادة والجمعيات الثقافية والخيرية والنوادي الرياضية والفنية فى دعم المراهق النفسى والاجتماعى، بالإضافة إلى توجيه المجتمع المتمثل بوسائل الإعلام المرئية والسمعية، والكتب والمجلات الصالحة، وهذه كلها لها أثرها على شخصيته وسلوكه.

ومن ثم يوجد اتفاق عام على أن مرحلة المراهقة هي مرحلة «أزمة» ولعل «ستانلى هول» كان أول من أطلق هذا الوصف في عبارته الشهيرة «مرحلة المراهقة هي مرحلة الضغوط والعواصف»، وهو وصف يتضمن المعنى التقليدى وهو أن المراهقة مرحلة توتر انفعالى شديد مصدره التغيرات الجسمية والنفسية التى تحدث فى هذه المرحلة.

وقد توصل علماء الأجناس البشرية فى دراساتهم حول مرحلة المراهقة إلى أن المظاهر الاجتماعية للمراهقة تختلف من حضارة لحضارة، وأن المراهقين يعكسون هذه المظاهر الاجتماعية فيما يتخذون من اتجاهات وما يسلكون من طرق فمظاهر المراهقة إذن لا تكون استجابة لتغيرات داخل المراهق نفسه، وإنما تكون استجابة لظروف المجتمع الذى يعيش فيه المراهق.

ويمكن تفسير أزمة المراهقة بأنها مرتبطة بالظروف الاجتماعية التى تحيط بالمراهق، مثل توقعات وضغوط الجماعة على الفرد الذى لم يزود طوال سنوات الطفولة بأى أعداد لمواجهة تلك الظروف المتغيرة التى يتعرض لها خلال مرحلة المراهقة، وفى ضوء هذا نقول إننا نتوقع لمعظم المراهقين أن يمروا بخبرة «الضغوط والعواصف» التى أشار إليها «ستانلى هول» وأزمة المراهقة فى نظر «فرويد» تحدها عوامل ماضية من الطفولة المبكرة.

وعلى الرغم من انفعالات المراهقة التى تكون فى العادة حادة، والتعبير عنها لا يخضع للتحكم، وبالرغم من ظهور بعض أعراض سوء التوافق إلا أننا عادة ما نلاحظ تحسناً فى السلوك الانفعالى عاماً بعد عام، ومرة أخرى نجد النمو الانفعالى يتجه تدريجياً نحو الاستقرار مع الاقتراب من مرحلة الرشد، شأنه فى ذلك شأن النمو العقلى والجسمى.

ومن مظاهر النمو الانفعالى فى هذه المرحلة، أن المراهق قد لا يستطيع التحكم فى انفعالاته وضبطها، كما أن سلوك المراهق يكون متقلباً بين سلوك الأطفال وتصرفات الكبار، ويسعى نحو تحقيق الفطام النفسى، والاستقلال عن الوالدين وتكوين شخصية مستقلة، كما يلاحظ عليه التردد نتيجة لعدم الثقة بالنفس.

وكذلك قد يرجع الاضطراب الانفعالي إلى عدم قدرة المراهق على الملاءمة مع البيئة التي يعيش فيها، وأن هذه البيئة الخارجية الممثلة في الأسرة والمدرسة لا تعترف بما طرأ عليه من نضج ولا تقرر رجولته؛ مما يجعل المراهق يفسر كل مساعدة من والديه على أنها تدخل في شئونه، ويأخذ الاعتراض على سلوك والديه أشكالاً متعددة منها: العناد والسلبية، كما يرجع هذا الاضطراب إلى عجز المراهق المالي الذي قد يقف ضد تحقيق رغباته.

بينما يجد نفسه - أي المراهق - وسط جماعة من رفاقه ينفقون على سعة وهو في نفس الوقت عاجز عن مجاراتهم؛ مما يسبب له الضيق، ويزيد من حدة التوتر الانفعالي له.

ومن هنا يتضح أن المناخ الانفعالي يلعب دوراً كبيراً في النمو الانفعالي للمراهق؛ فالمناخ الانفعالي المليء بالحب والفهم والرعاية ضروري جداً بل ومن الأمور الهامة للنمو الانفعالي السوي للمراهق، ويتأثر النمو الانفعالي بالتغيرات الجسمية الداخلية والخارجية والقدرات العقلية والمعايير الاجتماعية.

وقد تصنف مظاهر النمو الانفعالي إلى: انفعالات الخوف مثل (الخوف الصحية، والخوف المدرسية)، انفعالات الحب التي تعتبر من أهم مظاهر الحياة الانفعالية للمراهق، وعلى الوالدين مساعدة المراهق على إشباع حاجته إلى الحب، وعلى أن تتم عملية الفطام النفسي بدون أية صعوبات، وأن يكون المناخ الانفعالي مناسباً.

أما إذا كان المناخ الانفعالي للمراهق مليئاً بالصعوبات ولم تساعد الأسرة المراهق في تحقيق الاستقلال الانفعالي فإن الاضطرابات الانفعالية تكون كثيرة، وهنا يشير العلماء إلى أن الطفل الذي حقق قدرًا كبيرًا من التوافق خلال فترة الطفولة سيلاقي قليلاً من المصاعب التي تقابله أثناء المراهقة، أما الطفل الذي لاقى عجزًا في التوافق خلال فترة الطفولة فإنه سيعاني من الأمراض خلال مراهقته؛ مما قد يسبب له كثيرًا من المشكلات.

ومن ثم وفي ضوء ما سبق يجب على الوالدين والمربين مراعاة ما يلي:

\* تربية الانفعالات وترويضها من أجل تحقيق التوافق الانفعالي، وذلك عن طريق تنمية الثقة في النفس والتغلب على المخاوف وتحقيق مرونة الاستجابات الانفعالية وضبط الانفعالات.

\* العمل على التخلص من الحساسية الانفعالية وشعور المراهق بذاته وتعزيز ثقته في ذاته وإشعاره أنه مثل الآخرين.

\* الاهتمام بقياس المستوى الانفعالي الذي وصل إليه المراهق في نموه حتى يمكن معرفة عمره الانفعالي حتى نعامله على أساسه ونسترشد به في توجيهه.

\* العمل على شغل وقت الفراغ بالمفيد من الأعمال والهوايات.

\* مساعدة المراهق في تحديد فلسفة ناجحة في الحياة.

#### (5) النمو الجنسي:

النمو الجنسي له أهميته في مرحلة المراهقة؛ فيشعر المراهق بالدافع الجنسي في أوائل هذه المرحلة، ويهتم المراهق بالجنس الآخر، فيتعلق الفتى بإحدى الجارات أو الصديقات وتفضل الفتاة مثل ذلك مع أفراد الجنس الآخر، ويلاحظ أن هذه الاهتمامات الجنسية المبكرة في مرحلة المراهقة المبكرة تكون قليلة حيث يكون لدى الذكور اهتمام ضعيل بالإناث وأنه عند العمل في مجموعات فإن المراهقين يفضلون التجمع من نفس الجنس عن التجمع من الجنس الآخر.

ثم يتجه النمو الجنسي بسرعة نحو النضج، وتتمثل مظاهره في استمرار واستكمال التغيرات التي حدثت في المراهقة المبكرة، ويزداد نبض قلب المراهق بالحُب، وتزداد الانفعالات الجنسية في شدتها، وتكون موجهة عادة نحو الجنس الآخر، ويلاحظ الإكثار من الأحاديث والقراءات والمشاهدات الجنسية والشغف والطرب بالنكت الجنسية.

ويزداد التعرض للمثيرات الجنسية، ومن المثيرات الجنسية للمراهق في هذه المرحلة المحادثات الجنسية والصور الجنسية والكتابات الجنسية والأفلام الجنسية والملامسة للجنس الآخر وأحلام اليقظة، وهذه يجب تجنبها.

وقد يمر المراهق بمرحلة انتقال من الجنسية المثلية إلى الجنسية الغيرية وقد يكون ذلك في شكل تجريب مبدئي مبكر لها، وعادة ما يتجه المراهق بسرعة بعاطفته إلى أول من يصادف من الجنس الآخر في الجيرة أو من ذوى القربى.

ويلاحظ الاتجاه إلى الجنسية الغيرية (Heterosexuality) حيث تتغير نظرة المراهق إلى الميول الجنسية فيصبح شديد الميل والاهتمام بأعضاء الجنس الآخر والحديث عنهم والاطلاع على حياتهم الخاصة والالتقاء معهم والتحدث إليهم والتسامر معهم، ويلون هذا كله الرغبة الجنسية، ويميل الفتى إلى النظر إلى مفاتيح المرأة وإلى أعضاء جسمها، وتكون نظرتة كلها رغبة وشهوة، وفي هذه المرحلة يلاحظ الحب المتعدد والاهتمام بالجمال، والرغبة في جذب انتباه أفراد الجنس الآخر، والمعاكسة، وحب الاستطلاع الجنسي.

وتلاحظ محاولة أخذ المواعيد الغرامية المتعددة مع أفراد الجنس الآخر التي يدفع إليها عوامل مختلفة منها الصداقة والجاذبية الشخصية والاكتشاف المتبادل للذات والدافع للتزواج، وفي نهاية هذه المرحلة يصل جميع الذكور والإناث إلى النضج الجنسي.

ويسبق الذكور الإناث في النشاط الجنسي، ويرجع ذلك إلى الظروف الثقافية التي تتيح حرية أكبر للذكور وتضع الكثير من المحرمات (Taboo) على السلوك الجنسي للإناث، والذكور يصلون إلى قمة طاقتهم الجنسية في المراهقة الوسطى، بينما لا تصل الإناث إلى قمة طاقتهن الجنسية إلا بعد ذلك.

ويتأثر النمو الجنسي والسلوك الجنسي بعدة عوامل من بينها شخصية المراهق نفسه، ونوع المجتمع الذي يعيش فيه، والحالة الاجتماعية الاقتصادية الثقافية له، والتكوين النفسى لأفراد الجنس الآخر، والاتجاه الدينى.

ولتكوين اتجاهات سليمة نحو الجنس، يرى بعض المتخصصين أمثال: «حامد زهران»، «ستاتون Staton»، مراعاة بعض الأسس العامة لنمو الاتجاهات السليمة نحو الجنس، والتي تتمثل فى الآتى:

\* وجود جنسين مختلفين ضرورة حيوية وضرورة لتقسيم المسؤوليات فى الأسرة.

\* الفروق الجسمية بين الجنسين عادية، ولكنها خاصة، وليست مناسبة للمحادثات المفتوحة.

\* الرغبة الجنسية عادية وليست قدرة ولا خاطفة.

\* إشباع الرغبات الجنسية قبل وخارج الزواج خطأ، والخطأ ليس فقط من وجهة النظر الدينية أو الاجتماعية، ولكن أيضاً من وجهة النظر النفسية؛ فهو يؤدى مفهوم الذات لدى الفتاة، ويشوه المفاهيم الاجتماعية لدى الفتى، ويشجع عدم المسؤولية، وقد يؤدى إلى ميلاد طفل لا أسرة له ولا منزل.

\* قد ينقاد الإنسان لمشاعره إذا أتاحت له الفرصة، ولذلك يحسن ومن الأفضل تجنب الكلمات والأفعال التى تثير المشاعر الجنسية وتشير إلى الجنس وتحرض عليه.

\* من السليم أن يكون لدى الفرد الاهتمام بالجنس وأن يعلم عنه ولكن بشرط أن يكون هذا الاهتمام وتلك المعرفة فى خدمة توافقه الجنىسى السوى السليم دينياً واجتماعياً.

\* من الطبيعى لأعضاء كلا الجنسين أن يفكروا ويشعروا بطرق مختلفة بخصوص أشياء كثيرة؛ فهناك فروق نفسية وجسمية بين الجنسين، ويجب أن يحترم كل جنس مشاعر الجنس الآخر.

\* ميل الجنسين لبعضهما أمر طبيعى؛ لأنه فى الحياة يكون الذكر دائماً شريك حياة الأنثى.

\* الذكور والإناث يتعارفون لأنهم من جنسين مختلفين، ولكن الكلام والسلوك الجنسي يجب أن يخرج عن نطاق هذا التعارف.

\* التوافق الجنسي مهم في الزواج، ولكن التوافق غالباً ما يكون انفعاليًا أكثر منه جسدياً ولا يمكن تحديده على أساس الاتصال الجنسي السابق.

ومن ثم وفي ضوء ما سبق يجب على الوالدين والمربين مراعاة ما يلي:

\* مساعدة المراهقين على التخلص من النشاط الجنسي الذاتي (العادة السرية).

\* تنمية الاتجاه السليم نحو الجنس الآخر، وأن الصداقة والعلاقات بين الجنسين أمر طبيعي، وإنما تحتاج إلى قدر من النضج والمسئولية.

\* تزويد المراهق بالمعايير الاجتماعية والقيم الخلقية والتعاليم الدينية والجوانب النفسية المتعلقة بالسلوك الجنسي والزواج وخطورة العلاقات غير الشرعية والزنا والبغاء... إلخ.

\* إمداد المراهق بالمزيد من المعلومات عن الأمراض التناسلية وطرق الوقاية والعلاج.

\* تزويد المراهق بالمعلومات الضرورية الخاصة بإعلاء الدافع الجنسي أو تحويل القوة الجنسية الدافعة إلى مسالك أخرى مثل الرياضة البدنية والاشتراك في النشاط الاجتماعي والديني وممارسة الهوايات كالموسيقى والتمثيل... إلخ.

#### (٦) النمو الاجتماعي؛

يسعى المراهقون والمراهقات في هذه المرحلة لتحقيق المستوى المطلوب من النمو الاجتماعي، وتتضح الرغبة الأكيدة في تأكيد الذات مع الميل إلى مسايرة الجماعة، ويلاحظ أن تحقيق الذات المتزايد يحدث من خلال تنمية الشعور بالألفة والمودة.

ويوضح البحث عن الذات في ثلاث جهات رئيسية هي:

\* البحث عن نموذج يحتذى (مثل الوالدين والمربين والشخصيات الهامة).

\* اختيار المبادئ والقيم والمثل.

\* تكوين فلسفة للحياة.

ويظهر الشعور بالمسئولية الاجتماعية، أى محاولة فهم ومناقشة المشكلات الاجتماعية والسياسية والعامة، والتعاون مع الزملاء والتشااور معهم واحترام آرائهم والحفاظة على سمعة الجماعة وبذل الجهد فى سبيلهم واحترام الواجبات الاجتماعية.

ويشاهد الميل إلى مساعدة الآخرين والعمل فى سبيل الغير وعمل الخير، ونلاحظ أن المشاركة الوجدانية تصل إلى قمتهأ بين الأصدقاء من المراهقين، وقد يأخذ هذا الميل أشكالاً عديدة مثل الإيثار ومساعدة الضعفاء والتضحية فى سبيل الآخرين.

ويلاحظ الاهتمام باختيار الأصدقاء والميل إلى الانضمام إلى جماعات مختلطة الجنسين ويميل المراهق إلى اختيار أصدقائه من بين هؤلاء الذين يشبعون حاجاته الشخصية والاجتماعية ويشبهونه فى السمات والميول ويكملون نواحي الضعف والقوة لديه، ويزداد ولاء المراهق لجماعة الأصدقاء، ولا يرضى أن توجه إليه الأوامر والنواهي والنصائح أمام رفاقه.

هذا ويفضل المراهقون التخطيط لنشاطهم الجماعى والقيام به، وهم يحبون أن يكون نشاطهم الجماعى بعيداً عن مشاركة الكبار وفى منأى عن رقابتهم، وتكون الصداقة قوية، ويكثر المراهقون الكلام عن المدرسة والنشاط والمطامح والرياضة والموسيقى والرحلات والحياة أو أى شىء يهتمون به.

ويلاحظ الميل إلى الزعامة الاجتماعية والعقلية والرياضية، ويتميز الزعيم هنا بقدرته على شرح الأمور الغامضة، ويعمل المراهق جاهداً على التحلى بخصائص الزعامة الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية التى تجعل أقرانه يختارونه كقائد لهم فى تفاعلهم الاجتماعى.

ويجاهد المراهق لتحقيق المزيد من الاستقلال الاجتماعي، ويسبق الرفي زميله في الحضر في تحقيق الاستقلال اجتماعيًا واقتصاديًا ويتزوج ويستقر قبله أسريًا. إن المراهق في الحضر يطول به الأمد إذ عليه أن ينتظر حتى يتخصص ويتقن مهنة ويتخرج ويدبر متطلبات الزواج من مسكن وغيره، ومن ثم يتأخر سن الزواج وتكوين الأسرة.

وتتمو الاتجاهات ويلاحظ أنها تعكس في أول الأمر اتجاهات الكبار في المنزل وخارجه وكذلك يرتبط تكون اتجاهات المراهق بخبراته وخلفيته والطبقة الاجتماعية الاقتصادية والجيرة والجنس والوطن والدين ونوع التعليم والأصدقاء، وتكون اتجاهات المراهقين نحو الأجناس الأخرى والجماعات العنصرية الأخرى سواء التسامح أو التعصب مكتسبة من الوالدين والمربين بالإضافة إلى الأحداث الخارجية.

وتشاهد الرغبة في مقاومة السلطة والميل إلى شدة انتقاد الوالدين والتحرر من سلطتهم ومن سلطة جميع الراشدين في المجتمع بوجه عام، وقد وجد أن الإناث يملن إلى قبول السلطة بدرجة أكثر قليلاً من الذكور، وأن الآباء التسلطين يميلون إلى القسوة في تنشئة أولادهم وأن أولادهم يميلون إلى أن يشبوا تسلطين مثلهم.

ويميل المراهق إلى تقييم التقاليد القائمة في ضوء المشاعر والخبرات الشخصية، ويزداد الوعي الاجتماعي والميل إلى النقد والرغبة في الإصلاح الاجتماعي وتغيير مجرى الأمور دون دراسة وتدرج كما يفعل الكبار، وقد يلجأ المراهقون إلى العنف، وقد يتحملون في سبيل ذلك مشاقاً ويضحون تضحيات جسيمة، مثل فقد بعض الأصدقاء وإغضاب أهل، وقد يكون ذلك حقاً نتيجة اقتراب المراهق من النضج الاجتماعي وتمسكه ببعض المثل والقيم الاجتماعية والاتجاهات نحو الخير والعمل الصالح، وقد يرجع إلى افتقار المراهق للتقدير الاجتماعي، وعدم الاعتراف بشأنه وسعيه إلى الشهرة والظهور وإثبات ذاته بطريقة (خالف تعرف).

ويلاحظ الشعور بعدم الارتياح نحو بعض القوانين خاصة تلك التي تحد من حركة المراهقين، وربما يرجع ذلك إلى شعور المراهقين أنه ليس لهم أى رأى فى التشريع وسن هذه القوانين، وقد يقدم المراهقون على بعض أنماط السلوك المنوع المخارج على القانون أو العرف والمعايير الاجتماعية من باب السعى نحو الاستقلال والنضج وإثبات الذات ومحاكاة الكبار ولكن بأسلوب غير ناضج.

ويتعاطف فى هذه المرحلة دور وسائل الإعلام (الإذاعة والتلفزيون والصحافة) إلى جانب استمرار تأثير الأسرة والمدرسة وجماعة الأصدقاء، فى عملية التنشئة الاجتماعية والتطبيع الاجتماعى للمراهق؛ فهى تقدم المعلومات وتؤثر فى السلوك وتتيح فرصة للترفيه والترويح، وهى تعكس جوانب هامة من الثقافة العامة للمجتمع متنوعة غنية، ويتوقف أثر وسائل الإعلام على سن الفرد وخصائصه الشخصية، وخلفيته الاجتماعية والاقتصادية والثقافية ... إلخ.

وفى ضوء ما سبق، يمكن تلخيص أهم مظاهر النمو الاجتماعى للمراهقين فى النقاط التالية:

- (١) تظهر حاجة المراهق إلى الانتماء إلى جماعة من الجماعات سواء كانت هذه الجماعة المنزل أو المدرسة أو رفاق اللعب.
- (٢) مؤسسات التنشئة الاجتماعية الممثلة فى الأسرة والمدرسة وجماعة الرفاق تؤثر فى السلوك الاجتماعى للمراهق، وتكسب المراهق بدورها صفات مورثة تؤثر عليه فى جميع المواقف الاجتماعية التى يمر بها.
- (٣) الحياة الاجتماعية فى المراهقة أكثر اتساعاً وشمولاً وتمائزاً؛ لأن المراهقة هى الدعامة الأساسية للحياة الإنسانية فى رشدها واكتمال نضجها.
- (٤) يمتاز سلوك المراهق بالرغبة فى مقاومة السلطة، المتمثلة فى الأسرة والمدرسة والمجتمع العام، وتأخذ مقاومة السلطة عدة مظاهر كالثورة والاحتجاج.
- (٥) كما تشهد هذه المرحلة تكوين علاقات جديدة طيبة ناضجة مع رفاق السن من الجنسين، والشعور الواضح بكيان الفرد وتقبل المسئولية الاجتماعية وامتداد الاهتمامات إلى خارج حدود الذات.

(٦) وخلال مرحلة المراهقة يكون الحصول على قبول جماعة الأقران والتخلص من سلطة الكبار من بين الأهداف والحاجات العامة للمراهقين.

(٧) يميل المراهق إلى الاعتماد على نفسه بدلاً من اعتماده على الغير، ويتضح لدى المراهق ميله إلى الزعامة، والتوحد مع شخصيات خارج نطاق البيئة مثل شخصيات الأبطال فى الدراما التليفزيونية ونجوم السينما.

(٨) وينمو الوعي الاجتماعى والسياسى للمراهق ويظهر الشعور بالمسئولية الاجتماعية ومحاولة فهم أو مناقشة المشكلات الاجتماعية والسياسية العامة.

(٩) ويظهر لدى المراهق بعض الميول والاتجاهات والأنماط السلوكية الخاصة، ومن أهم الخصائص السلوكية فيها الاهتمام بالجنس الآخر، ومحاولة جذب الاهتمام ومصادقته والتودد إليه.

(١٠) تعتبر مرحلة المراهقة هى مرحلة التطبيع الاجتماعى؛ حيث يتعلم المراهق استدخال القيم والمعايير الاجتماعية من الأشخاص الهامين فى حياته مثل الوالدين والمربين والقادة والمقرين من الرفاق ومن الثقافة العامة التى يعيش فيها المراهق.

(١١) تعتبر المنافسة من مظاهر العلاقات الاجتماعية فى مرحلة المراهقة؛ فالمراهق يقارن تلقائياً نفسه بأقرانه، ويحاول أن يلحق بهم ليكون مثلهم أو يتفوق عليهم.

(١٢) وتؤثر جماعة الأصدقاء على المراهقين، وهم يتأثرون ببعضهم فى طريقة اللبس والموسيقى ومجالات إنفاق المال، وفى هذه الحالة يفتقدون الخبرة المستمدة من الأسرة.

(١٣) يزداد ولاء المراهق لجماعة الأصدقاء، بدرجة ملحوظة ولا يرضى المراهق أن توجه إليه الأوامر والنواهي والنصائح أمام رفاقه، وقد يصاحب هذا الميل الابتعاد عن المنزل مؤقتاً والاهتمام بجماعات أخرى فى الأندية.

(١٤) يعد التعلم الاجتماعي جانبًا هامًا من جوانب النمو التي ينبغي على المدرسة أن تسهم فيه إسهامًا موجبًا، تتضح آثاره ونتائجه فيما يكتسبه المراهق من مهارات اجتماعية.

(١٥) كما أن المراهق ينزع إلى التخلص من الضغوط المتمثلة في الأنظمة الأخلاقية السائدة التي يتلقى مبادئها في البيت والمدرسة أثناء عملية التنشئة الاجتماعية.

(١٦) ومن المظاهر المميزة وكذلك للنمو الاجتماعي في فترة المراهقة، اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي والتعاون مع الجماعة؛ حيث تتسع دائرة نشاطه الاجتماعي ويدرك حقوقه وواجباته، ويقترب بسلوكه من معايير الناس ويتعاون معهم في نشاطهم ومظاهر حياتهم الاجتماعية.

ومن ثم وفي ضوء ما سبق يجب على الوالدين والمربين مراعاة ما يلي:

- \* تنمية ميل المراهق إلى فهم الآخرين ومساعدتهم وتشجيع رغبته في ذلك.
- \* تشجيع الميل إلى الزعامة، وتدريب المراهق على القيادة.
- \* استغلال ميول المراهق في تنمية شخصيته ومساعدته على شغل أوقات فراغه.

\* إقامة علاقة قوية مثمرة مستمرة مع المراهق أساسها الفهم المتبادل؛ مما يساعد على النمو السوي للذات ومفهوم الذات والوقاية من الانحراف.

\* فتح باب المناقشة والحديث بقلب مفتوح وعقل متطور حول الموضوعات العامة بدلاً من اتباع أسلوب الوعظ والإرشاد والمحاضرة.

\* تقبل ظاهرة التجريب التي تميز مرحلة المراهقة بصفة عامة، ومساعدة المراهقين بدلاً من التمسك بالنقد الزمن والالتزام المستمر.

## (٧) نمو الشخصية:

من الممكن أن يكون المراهق صورة مثالية عن نفسه ويحققها بالفعل في عالم الواقع، ويمكن أن يقبل نفسه بمعنى أن يحب نفسه، ويشعر بأن الآخرين يجدون فيه صفات حميدة، ونتيجة لذلك يكون أكثر تكيفاً من الناحيتين الشخصية والاجتماعية عن مراهق آخر تكون صورة ذاته المثالية غير واقعية، وتجعله يعجز عن تحقيقها بالفعل، وقد يؤدي به ذلك إلى عدم تقبل ذاته، وإلى أن يسلك سلوكاً معيناً على نحو يجعل من الصعب على الآخرين تقبله.

ويؤثر في نمو الشخصية في هذه الفترة عوامل، لم تكن لها قوة مماثلة أثناء الطفولة، ويتحدد الأثر الذي تحدثه بالأسس التي قد تكونت لدى المراهق بالفعل خلال مراحل نموه السابقة، فإذا كان قد عانى كثيراً من مشاعر النقص، فإن مكانته في جماعات المراهقين سوف تزيد عنده من حدة هذا الشعور بالنقص ومن أمثلة العوامل التي تؤثر في نمو الشخص المظهر الشخصي للمراهق واسمه ومكانة أسرته الاجتماعية وأقرانه ومستوى طموحه وتطلعه.

وربما لا يوجد عامل يلعب دوراً في مفهوم الذات لدى المراهق يفوق مستوى الطموح، فمن المعتاد أن يحدد المراهق أهدافه بحيث تتجاوز قدراته بسبب ضغوط الوالدين من ناحية، وبسبب عدم قدرته على تقدير قدراته التقدير الصحيح من ناحية أخرى، وحين يفشل في تحقيق أهدافه يشعر بعدم الكفاية، ويدفعه هذا بدوره إلى الخضوع لمزيد من الضغط للقيام بمزيد من العمل، ويؤدي ذلك كله به إلى القلق أو اللجوء إلى بعض الحيل اللاشعورية، ومنها الإسقاط مثلاً.

وتحتل أزمة تحديد الهوية Identity بؤرة اهتمام «أريكسون» في بناء نموذج للنمو الوجداني والانفعالي؛ فمع البلوغ ينمو الجسم بسرعة، وتطراً عليه تغيرات هائلة، وهذه التغيرات تحدث قدرًا من الاضطراب لدى المراهقين فتشأ لهم أدوار

اجتماعية جديدة، بالإضافة إلى أن صورهم عن ذواتهم كأطفال لم تعد ملائمة للمظهر الجديد الذى هم عليه ولمشاعرهم الجديدة نحو الجنس الآخر، وكذلك تنشأ مطالب وتوقعات جديدة لدى الكبار والأقران تختلف عن تلك التى كانت فى الطفولة، ويؤدى ذلك كله إلى خلط شديد لدى المراهق يسميه إريكسون «أزمة الهوية» والذى بدوره يدفع المراهقين إلى تكوين جماعات خاصة بهم، يلتزمون فيها بأفكارهم المخطئة والجامدة نحو أنفسهم.

ومن العوامل التى تؤثر فى هذه المرحلة نتائج الخبرات التى تعرض لها المراهق فى مراحل نموه السابقة، وهى التى تضمن التكامل الناجح بين الدوافع الأساسية لدى الفرد وقدراته الجسمية والعقلية وفرص الحياة التى توفرها له البيئة الاجتماعية، وهذا يعنى أن نمو الطفل السابق على مرحلة المراهقة يتم تركيبه مع مطلع المراهقة ليعطى للفرد شعورًا بالهوية الشخصية أو بتحديد الذات.

وهناك خطر كبير فى هذه المرحلة يسميه إريكسون «خلط الأدوار» أو «خلط الهوية» فالمراهق لا يعرف من يكون بالنسبة لنفسه، وبالنسبة للآخرين؛ فالأولاد والبنات يتحولون فيها إلى صورة مصغرة من الرجال والنساء، ويعانون نتيجة لهذا الخلط من الاغتراب والانفصال، وبعد الشعور بالهوية المشككة الجوهرية فى هذه الفترة؛ فالمراهق يسعى إلى معرفة من يكون؟ وما دوره فى المجتمع؟ وهل هو طفل أم راشد؟ كيف يكسب عيشه؟ أى مهنة يعمل؟ وهل ينجح أم يفشل؟

ولهذا نجد المراهق مهتمًا بإدراك الآخرين له ومقارنته بإدراكه لذاته، وقد يؤدى به عدم القدرة على فهم الذات أو نقصان الهوية إلى الخلط والغموض، والفشل فى حل هذه الأزمة يؤدى إلى إطالة مرحلة المراهقة، وفشل تكامل الشخصية فى مرحلة الرشد، وقد يؤدى هذا بالتالى إلى ظهور سلوك سلبى.

(٨) النمو اللينى؛

يمكن النظر إلى الدين كأحد أبعاد الشخصية الهامة فى المراهقة، ويتناول الدين كل نواحي الحياة الشخصية والاجتماعية والاقتصادية والثقافية... إلخ،

وسواء كان الاتجاه نحو الدين موجبا أو سالبا فإن الدين يعتبر قوة دافعة خلال فترة المراهقة بصفة خاصة.

وتمثل مظاهر النمو الدينى لدى المراهق فى اليقظة الدينية العامة؛ حيث يسود روح التأمل، والنشاط الدينى العملى (العبادة أو الجهاد فى سبيل الله)، وتجريد ذات الله من التشبيه والتجسيم وتصوره سبحانه وتعالى تصورا معنويا مجردا، والانشغال بصفاته وآثاره وأفعاله أكثر من الانشغال بشكله وصورته، ويلاحظ أن ضعف العقول يبتون عند المستوى الطفلى الحسى فى تصور المفاهيم الدينية.

وقد يشاهد الشك؛ حيث يلاحظ ميل بعض المراهقين إلى الشك، ويختلف الشك باختلاف شخصية المراهق، فيتراوح بين النقد العابر والارتياب الحاد فى كل العقائد، وقد يرجع ذلك إلى أن تعليم التعاليم الدينية فى الطفولة كان غير مخطط أو غير ملائم لمستوى النمو أو ناقصا أو معدوما.

وقد يشاهد الإلحاد، وهو إنكار وجود الله، ويصاحب هذا عادة صراع وقلق وقد يتباهى بعض المراهقين بالإلحاد، ولكن هذا ليس إلحادا حقيقيا، ولكنه فى الغالب يعبر عن الرغبة فى الاستقلال والتحرر والعدوان على المجتمع بمهاجمة مقدساته، وقد يكون مجرد ظاهرة عابرة لا تلبث أن تتغير، ويلاحظ أن التشعبة الاجتماعية تلعب دورا هاما فى تحديد الاتجاه الدينى لدى المراهق سواء كان توحشا أو شككا أو إلحادا.

**ومن ثم يجب على الوالدين والمربين مراعاة ما يلى:**

\* اتخاذ الوسائل الكفيلة بدعم مناهج التربية الدينية وتطويرها من حيث محتوى المنهج وطرق تدريسه، وربطه بمشكلات الحياة، وتطور نمو المراهقين، وما ينبغى أن يسود الجو المدرسى من الملامح الدينية البارزة والقذوة الحسنة والسلوك القويم.

\* الأخذ بمبادئ التربية الإسلامية، باعتبارها الأداة الرئيسية فى تنمية الإنسان الصالح؛ لما تتميز به من مفاهيم ومبادئ وخبرات وتجارب يسعى الفكر الحديث

إلى الأخذ بها، ولكونها تربية إنسانية في قيمها وخصائصها، وفي مناهجها وتطبيقاتها؛ ولأنها تستمد مصدرها من أصول العقيدة.

### (٩) النمو الأخلاقي؛

مع وصول المراهق إلى المراهقة الوسطى يكون قد تعلم المشاركة الوجدانية، والتسامح والأخلاقيات العامة المتعلقة بالصدق والعدالة والتعاون والولاء والمودة والمرونة والطموح وتحمل المسؤولية ... إلخ، وتزداد هذه المفاهيم عمقاً مع النمو.

وإذا استعرضنا بعض أنماط السلوك الخارج عن المعايير الأخلاقية في هذه المرحلة نجد من بينها مضايقة المدرسين ومشاغبة زملاء والتخريب والغش واخراج بدون استئذان الكبار وإرتياد أماكن غير مرغوبة والتأخر خارج المنزل والعدوان والهروب من المنزل ومعاكسة أفراد الجنس الآخر والميوعة والانحلال وتقليد بعض أنماط السلوك المستورد من ثقافات أخرى لا يتفق مع ثقافتنا وقيمنا الأخلاقية.

ومن المهام النمائية الهامة في مرحلة المراهقة المبكرة تعلم المراهق ما تتوقعه منه الجماعة، وتشكيل السلوك ليتوافق مع هذه التوقعات دون إشراف مستمر ودون تهديد بالعقاب كما كان الحال في مرحلة الطفولة.

وإذا كان المراهق قد اجتاز مرحلة الطفولة ولديه أساس أخلاقي قوى فإنه يستطيع أن يواجه ضغوط المراهقة بنجاح، وخاصة عندما يصبح السلوك الخلقى مسؤولية ذاتية؛ فهو مصدر الضغط، ولم يعد الأمر في يد المعلمين أو الوالدين كما كان سائداً في مرحلة الطفولة.

والواقع أن المراهق لا يكون مستعداً لتقبل المفاهيم الخلقية دون مناقشة، كما كان الحال عليه أثناء الطفولة، إنه يحاول بناء نظامه الأخلاقي معتمداً على المبادئ الخلقية التي تكونت لديه أثناء الطفولة، والتي يجب أن تتعدل وتتغير لتلائم المستوى الأكثر نضجاً من النمو في هذه المرحلة، ويقوده ذلك إلى اكتشاف أوجه التناقض في بعض المبادئ الخلقية، وخاصة التناقض بين القول

والعمل في سلوك الوالدين والمعلمين، وهذا الاكتشاف خاصة يؤدي بالمراهق إلى كثير من الغلط والاضطراب، كما قد يكتشف المراهق ما يمكن أن يسمى «المعيار المزدوج» double stand فالكذب يمكن أن يكون أيضاً، وبعض أنماط السلوك في العلاقة بين الجنسين تعد خطأ إذا صدرت عن البنات بينما هي ليست كذلك بالنسبة للبنين.

ولعل أشد مصادر الخطر ضرراً أن يعجز الضمير - وهو قوة الضبط الداخلي عند الإنسان الراشد الذي تعتبر مرحلة المراهقة المقدمة الطبيعية له - عن النمو بالمعدل المطلوب، والضمير هو الذي يحول سلطة التحكم في سلوك الفرد إلى داخله وليس إلى سلطة خارجية.

ومن ثم يجب على الوالدين والمربين مراعاة ما يلي:

العمل على نمو السلوك الأخلاقي لدى المراهق، وإصلاح النفس، والصدق والأمانة والتواضع ومعاشرة الأخيار والكلام الحسن واحترام الغير، والإصلاح بين الناس وحسن الظن والتعاون والاعتدال والعفو والعفة والإحسان والسلام والضمير.

### المراهقون ومطالب النمو

يتطلب النمو النفسي السوي للفرد في كل مراحل نموه عدة أشياء، وهذه الأشياء يجب أن يتعلمها الفرد لكي يصبح سعيداً وناجحاً في حياته.

فتحقيق مطالب النمو يؤدي إلى سعادة الفرد، ويسهل تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة، وفي المراحل التالية، ويلاحظ أن تحقيق مطالب النمو يحتاج إلى تعلم واتخاذ قرارات، وهذا واجب أساسي في عملية الإرشاد النفسي، وفي العملية التربوية بصفة عامة.

وفي نفس الوقت فإن عدم تحقيق مطالب النمو يؤدي إلى شقاء الفرد وفشله وصعوبة تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة، وفي المراحل التالية.

وهكذا نلاحظ ترابط مطالب النمو؛ فإذا أخذنا في الاعتبار النمو المتكامل للشخصية وضرورة تحقيق مطالب النمو وأهميته، نجد أن هناك تكاملاً أفقياً ورأسياً في السلوك، بمعنى أن الفرد الذي يحقق باقى المطالب فى المرحلة بدرجة حسنة، هو أيضاً يميل إلى الاستمرار فى تحقيق مطالب النمو فى المراحل التالية بدرجة مماثلة من النجاح.

وتحدد مطالب النمو فى مرحلة المراهقة فى نمو مفهوم سوى للجسم وتقبل الجسم، تقبل الدور الجنسى فى الحياة، تقبل التغيرات التى تحدث نتيجة للنمو الجسمى والفسىولوجى والتوافق معها، تكوين المهارات والمفاهيم العقلية الضرورية للإنسان الصالح، استكمال التعليم، وتكوين علاقات جديدة طيبة ناضجة مع رفاق السن من الجنسين، نمو الثقة فى الذات والشعور الواضح بكيان الفرد، تقبل المسئولية الاجتماعية، امتداد الاهتمامات إلى خارج حدود الذات، اختيار مهنة والاستعداد لها (جسماً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً)، تحقيق الاستقلال اقتصادياً، ضبط النفس بخصوص السلوك الجنسى، الاستعداد للزواج والحياة الأسرية، تكوين المهارات والمفاهيم اللازمة للاشتراك فى الحياة المدنية للمجتمع، معرفة السلوك الاجتماعى المعيارى المقبول الذى يقوم على المسئولية وممارسته، والقيام بالدور الاجتماعى الجنسى السليم، اكتساب قيم مختارة ناضجة تتفق مع الصورة العملية للعالم الذى نعيش فيه، إعادة تنظيم الذات ونمو ضبط الذات، بلوغ الاستقلال الانفعالى عن الوالدين، وعن الكبار.

كما نشير إلى أن دور المدرسة فى تحقيق مطالب النمو للمراهقين، يعتمل فى الآتى:

(١) توفير الأنشطة الجماهيرية: حيث إن الأنشطة الجماعية تعطى للطالب الفرصة للتعاون مع الجماعة.

(٢) استخدام المقاييس السوسيو معرفية: إذ عن طريقها يمكن الكشف عن العلاقات الاجتماعية بين الطلاب؛ حيث يمكن استخدام نتائج تلك المقاييس فى

تحديد وضع المراهق بين أولئك الذين يوفرون له سندا انفعالياً، كما يمكن عن طريقها تشخيص المعزولين وتقديم مساعدة خاصة لهم.

(٣) **التقليل من التنافس:** تستطيع المدرسة أن تقلل المنافسة فيما بين الطلاب إلى أكبر حد ممكن؛ وذلك لتقليل شعور المراهق بالنقص.

(٤) **مقررات تعليمية عن العلاقات الاجتماعية:** يجب تعديل المناهج وادخال مقررات تعليمية خاصة بدراسة مشاكل العلاقات الاجتماعية، إذ إن ذلك يعتبر على قدر كبير من المساعدة للمراهقين في تلك المرحلة؛ مما يؤدي إلى تقليل سلوك العنف لدى الطلاب.

(٥) **المناقشات المفتوحة في الفصول الدراسية:** يعتبر الجنس من المجالات التي تتبنى العديد من الصعوبات الانفعالية تبعاً لقواعد ومبادئ مجتمعاتنا، ولكن الصراع والعنف يمكن التخفيف من حدته إلى درجة كبيرة عن طريق المناقشات المفتوحة في الفصول الدراسية، أو حتى عن طريق التوجيه الشخصي من الموجه النفسى الذى يجب أن يشعر المراهق بالثقة التامة فيه.

(٦) **الطريق للوصول إلى الأهداف:** يزداد قبول الذات أثر كل نجاح، ويستطيع المدرس مساعدة المراهق على الشعور بالرضا عن تحصيلاته وتقديم كل نقد بناء.

(٧) **الفناء على جميع المراهقين:** من الأخطاء العامة التى تقع فيها المدارس الشناء على قلة من الطلاب الأكثر نجاحاً، أى على أولئك الذين يحصلون على أعلى الدرجات فى موادهم الدراسية، ومن ثم يحصلون على الاحترام والتشجيع والتقدير من قبل المدرسين وإدارة المدرسة وأيضاً زملائهم، بينما الطلاب الذين قد يفشلون فى تحصيل دروسهم لا ينالهم أى تشجيع، ومن ثم أقول يجب على المدرسين بمساعدة الأخصائى النفسى والاجتماعى بالمدرسة بحث أسباب تأخرهم الدراسى ومساعدتهم فى التغلب على تلك الأسباب ومواجهته؛ حتى يتمكنوا من تحقيق التفوق الدراسى بدلاً من النقد الهدام والإهانة والإهمال.