الفصل الخامس
المراهقة

الفصل الخامس
المراهقة
Adolescence

يمر الفرد في حياته بمراحل نمائية متعددة، ومن الثابت علمياً أن كل مرحلة من هذه المراحل تتأثر بما قبلها وتمهد لما بعدها، أي أن النمو عملية متصلة مستمرة لا تحدث فجأة بل تتطور بانتظام خطوة إثر خطوة. وتعتبر مرحلة المراهقة من أهم وأخطر مراحل النمو، لما بها من مشكلات وصعاب يواجهها المراهق ويحتاج فيها إلى التوجيه والإرشاد حتى يستطيع اجتياز هذه المرحلة بسلام وهدوء.

مفاهيم المراهقة:

أَرْهقَنا الليلُ: دنا منا. وأَرهقْنا الصلاةَ: أَخَّرناها حتى دنا وقت الأُخرى. ورهِقَتْنا الصلاة رَهَقاً: حانت. ويقال: هو يَعْدُو الرَّهَقَى وهو أَن يُسرِعَ في عدْوه حتى يَرْهَقَ الذي يطلبُه. وراهق الغلامُ، فهو مراهِق إِذا قارب الاحتلام. والمراهِق: الغلام الذي قد قارب الحُلُم، وجارية مراهِقة. ويقال: جارية راهِقة وغلام راهِق.

(ابن منظور، مادة: راهق).

فالمراهقة هي الميلاد الوجودي للكائن البشري من حيث أنه يعي نفسه لأول مرة ذاتاً تريد أن تتحدد في مواجهة الذوات الأخرى، ووجوداً يتلمس ماهيته الخاصة ويتأهب للمسيرة الأولى في رحلة تحديد المصير التي تمتد امتداد الحياة (صلاح مخيمر، ١٩٨٦: ١٥). ويعرف حامد الفقي (١٩٧٥: ٢٥٥) المراهقة بأنها فترة استيقاظ الانفعالات والحاجات المختلفة وظهور القدرات والإمكانيات الجسمية والعقلية، وتتميز هذه الفترة في كثير من الأحوال بالقلق والثورة والشك، فهي محفوفة بالألم

والأمل.

إن المراهقة هي المرحلة الانتقالية ما بين الطفولة والرشد، ويعيش فيها المراهق في صراع دائم بين أن يعتمد على أهله أو أن يستقل بذاته، ويسعى دائماً إلى تجريب قيم وأفكار وسلوكيات جديدة حتى يحدد هويته بالرغم من أن ذلك لا يرضي الوالدين، وهذا يعتبر طبيعياً في ضوء المرحلة العمرية التي يمر بها. وهي مرحلة تبدأ من البلوغ — وهو سن القدرة على التناسل — وتنتهي في مجتمعنا حوالي سن ٢٢ وتختلف بداية هذه المرحلة وطولها باختلاف الشعوب والجنس.

ويفرق بعض الباحثين بين كلمة مراهقة Adolescence وكلمة بلوغ Puberty ، فالأخيرة يقتصر معناها على ناحية واحدة من نواحي النمو، وهي الناحية الجنسية، فنستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية جديدة تنقل الطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج، وكثيراً ما تستخدم كلمة المراهقة والبلوغ على أنهما مترادفتان، وفي الحقيقة ثمة اختلاف فني في معنى اللفظين، فكلمة مراهقة تطلق على مرحلة كاملة تبدأ بالبلوغ وتستمر حتى مرحلة النضج، النضج الاجتماعي الكامل، أي فيما بين حوالي سن ١٢ سنة و ٢٠ سنة.

ويوضح حسين عبد القادر (١٩٩٣: ٧٠٤) أن مرحلة المراهقة من مراحل التطور تبدأ من البلوغ، وتتسم بحشد من التغيرات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية بجنباتها المختلفة، وهي تقع بين الطفولة والرشد. وإذا كان من السهل تحديد بداية المراهقة ببدء البلوغ الجنسي، إلا أنه من الصعب الاتفاق على نهايتها التي يمكن أن تتحدد في جماع Synthese جديد يأتلف من عدة أبعاد منها: استقرار كل من الحياة الوجدانية والنفسية بعامة والاجتماعية بما يضمنه من تحمل المسئولية والاستقلالية والوعي بالذات ليكون المراهق (والمراهقة) هو نفسه كهوية مستقلة موجبة. والمراهقة بهذا المعنى — من وجهة نظر البعض — إنما هي صدمة أو هي

مصدر لإحباطات شتى باعتبارها ميلاداً جديداً قد يؤدي إلى زملة من الأعراض تختلف باختلاف درجة النكوص إلى أي من مراحل التطور السابقة، وذلك عندما لا يستطيع الأنا شحذ طاقاته المتبقية في مواجهة هذا الصراع الفريد والممتد معاً (ضد الداخل والخارج)، وتخطي هذه المرحلة الحاسمة في البناء النفسي. آنئذ يكون النكوص للمراحل المبكرة أمراً محتوماً وخاصة عندما تفشل الصور الإعلائية أو الحلول الإفراغية التي يقوم بها الأنا فلا يملك غير الدفاعات المرضية في مواجهة الأخطار الناشئة.

فالمراهقة كما يرى "مخيمر" من حيث هي الميلاد الوجودي للكائن ليست عملية تتم في لحظة، أو تستغرق وقتاً بعينه، بل هي عملية مفتوحة ينتقل فيها الكائن من الأسلوب السالب في توكيد الكيان عن طريق التناقض إلى الأسلوب الموجب الذي يصدر عن الإمكانيات الحقيقية الداخلية للوجود الفردي الفريد. ومن هنا فقد تكتمل هذه العملية عند البعض بينما تظل مبتورة عند البعض الآخر، وقد لا تكون أصلاً عند بعض ثالث فيظلون طيلة حياتهم موجودات في ذاتها، وهويات مستعارة، وكيانات فارغة جوفاء لا تزيد عن أن تكون مجرد أقدام تضطرب بالحركة تحت بردعة الثقافة بتصوراتها النمطية وكليشيهاتها اليابسة.

ثورة المراهقة: Adolescent revolt

إن معظم سلوك المراهقة ما هو إلا نتيجة للرغبة الشديدة في إظهار الاستقلال والمساواة بالكبار، وإثبات أنهم قد استطاعوا بلوغ مرحلة الرجولة الكاملة (أو الأنوثة الكاملة)، فالاتجاه الذي يأخذه مثل هذا السلوك يعتمد على المعنى الذي نسبه الطفل إلى كلمة راشد. فإذا كانت كلمة "راشد" تعني بالنسبة إليه أن يكون حراً من جميع القيود، فإن الطفل سيحارب من أجل التحرر من كل ما يظنه قيوداً وممنوعات، ولهذا يصبح من الشائع أن ينتشر مثل هذا السلوك بين المراهقين، والكثير منهم يبدأ في التدخين، وفي استخدام لغة مختلفة ... الخ. فالطفل المطيع

كان دائماً معارضاً لوالديه، ولكن هذه المعارضة لم تظهر إلا عندما أصبح لديه حرية أكثر وقوة لممارسة هذه الحرية (ألفريد أدلر، ٢٠٠٦: ٢٣٢).

أزمة المراهقة: Adolescence Crisis

هي التغيرات الانفعالية والمشكلات النفسية التي تصاحب الطفل عند وصول نموه مرحلة المراهقة (مابين حوالي الثانية عشرة والخامسة عشرة)، وكنتيجة أساساً للتغيرات الجسمية والفسيولوجية والنفسية التي تطرأ عليه آنذاك؛ كقوة الدافع الجنسي، والرغبة في الاستقلال وفك الروابط الطفلية والتطلع إلى علاقات جديدة تميز الرجال (عند الذكور) ، أو تميز النساء (عند الإناث) (فرج طه وآخرون، ٢٠٠٣: ٧٩). وقد تكون المراهقة مرحلة أزمة بالنسبة للمراهق وبالنسبة لمن حوله، خاصة بالنسبة لتحقيق ذاته، وبالنسبة لمحاولة فهم واستكشاف الأشياء الممنوعة، وتتضح الرغبة في التمرد والاستقلال عن الأسرة والمدرسة، والتمايز بين الرفاق. وقد تكون المراهقة مرحلة حرجة بسبب الصراعات النفسية التي قد تطرأ على المراهق، وبسبب الضغوط الاجتماعية الخارجية، وبسبب الاختيارات والقرارات.

ويوضح علاء كفافي (١٩٩٨: ١٢) أن المراهقة تمثل أحد أزمات النمو. وأن هذه الأزمة – شأنها شأن عقدة أوديب عند فرويد – أزمة فطرية لها طابعها البيولوجي التكويني، وذلك لأنها مرحلة اضطراب انفعالي شديد يرتبط بإلحاح الدافع الجنسي. ويميل المراهق إلى الاعتداد بنفسه اعتداداً يجعله مفرط الحساسية، ويصطدم بوالديه إضافة إلى حيرته بين ميله الشعوري إلى الاستقلال عن والديه ورغبته في الاعتماد على نفسه، وبين ميله اللاشعوري إلى استمرار الارتباط بالوالدين والاعتماد عليهما.

ومرحلة المراهقة تزخر عند الشعوب المتحضرة بكثير من الأزمات النفسية والمشاكل السلوكية. خاصة في شطرها الأول الذي يلي مرحلة الطفولة، ثم تخفت حدة

هذه الأزمة تدريجياً حتى يصل المراهق السوي في نهايتها إلى درجة كافية من الاتزان الانفعالي والنضج الاجتماعي. ومن علامات هذه الأزمة ما يلي:

١. شعور المراهق بالخوف والقلق لأنه قادم على عالم جديد يجهله، وليس لديه من الحكمة والخبرة ما يستطيع أن يشق به طريقه فيه.
٢. تقلبات مزاجية ظاهرة: فإذا بالمراهق يترجح سريعاً بين التحمس والفتور، بين الإقدام والإحجام، بين السيطرة والخنوع، بين الخشونة والميوعة، بين الرحمة والقسوة، بين المحافظة والتطرف، يصر اليوم على حقه في اتخاذ قراراته بنفسه، ويلتمس غداً النصح والمعونة.
٣. ظهور مشكلات سلوكية من أخطرها التمرد والعدوان أو الانسحاب والهرب المادي أو النفسي من العالم في أحلام اليقظة. وللتمرد صور مختلفة، فقد يكون سافراً صريحاً كالتمرد على تقاليد الأسرة وأخلاقياتها وعقيدتها والمهن التي ترتضيها أو يبدو في شكل مخالفات صغيرة في الملبس أو تمضية أوقات الفراغ.

ويتوقف نوع استجابة المراهق لهذه الأزمة على عوامل عدة منها: استعداده الفطري ونوع تربيته في الطفولة، وما لاقاه من صدمات في حياته.

مراحل تطور المراهقة:

يذكر حامد زهران (١٩٩٠: ٣٢٥) أن تقسيمات المراهقة قد تتغير من مجتمع إلى آخر، أو من بيئة إلى أخرى، إذ أن طول فترة المراهقة يختلف باختلاف الثقافات والعادات الاجتماعية والأدوار الاجتماعية التي يقوم بها المراهقون، فالمراهقة تعتبر محصلة للتفاعل بين العوامل الوراثية الحيوية والنمط الثقافي والمجال النفسي الذي يعيش فيه المراهق.

ففي المراهقة المبكرة نجد التركيز على حُب الذات بعد أن كان موجهاً إلى

مانحي الرعاية في الطفولة، وفي هذه المرحلة أيضاً من الطبيعي أن نجد المراهقين لديهم مصادر أقل ثباتا لتقدير الذات، ويشعرون بعدم الاستقرار العاطفي وأقل تحقيقا لهويتهم، وتعتبر أجسامهم مصادر قوية للفخر بها؛ لأنها في حالة تغير مستمر، وفي المراهقة المتوسطة يلاحظ على المراهقين التمركز حول الذات، ونقص التركيز على عالم الكبار من حولهم وانشغال الفرد بعالم الأقران. كل هذه العلامات تساعد في عملية تفرد المراهق Individuation Process، بينما العلامات النرجسية في المراهقة المبكرة تساعد في عملية الانفصال Separation Process التي تبدأ بالبلوغ، وبذلك تعتبر المراهقة المتوسطة مرحلة نمو هائلة في كل من الانفصال والتفرد.

وفي المراهقة المتأخرة وفي ضوء الأخلاق والقيم الأخلاقية نجد المراهقين أكثر تركيزاً على ما يطمحون أن يكونوا، فمشاعر الفخر والجودة والإحساس بالصلاح يكون متطابقاً مع أمنيات ذواتهم، حيث تعتبر رغبات الذات وأمنياتها هي الأنا المثالي ego ideals والذي يتضح في المراهقة المتأخرة في مجموعة من تمثيلات الذات self-representations والتي تتطابق مع الرؤية الواقعية لما هو ممكن للمراهق (عبد الرقيب البحيري، ٢٠٠٧: ١٢٧).

ولا تخلو حياة أي فرد منذ بداية ميلاده وحتى لحظة وفاته من معايشته للعديد من الخبرات المليئة بالانفعالات والمشاعر المختلفة والمتنوعة. فهناك مواقف تبعث على السعادة والفرح والحب والتفاؤل والطمأنينة، وهناك خبرات أخرى تثير الكآبة والحزن والكراهية والتشاؤم ... الخ. وهكذا تتباين انفعالات ومشاعر الإنسان بتنوع المواقف والخبرات والأحداث التي يعايشها عبر مراحل عمره المختلفة.

والحياة الانفعالية للمراهق ميكانيزماً يحقق المراهق من خلاله ما عز عليه تحقيقه في الواقع من أهداف وأماني، لذا ما يجد المراهق لذة كبيرة في استخدامه هو أحلام اليقظة، وأحلام اليقظة سلاح ذو حدين، قد يكون عائقاً أو دافعاً، فهو دافع إذا ما

تخيل المراهق نفسه في مركز مرموق، فاتخذ من ذلك هدفاً وعمل على تحقيقه وبذل الجهد لذلك، ويكون عائقاً لو استغرق معظم الوقت في التخيل بدلاً من العمل وبذل الجهد، وهو تعبير عن سوء التوافق؛ حيث تكون الوسيلة الأسهل وهي التحقيق التخيلي.

ويرجع عدم الاستقرار الانفعالي إلى كمية الطاقة المعبأة لمواجهة المشكلة التي يطرحها البلوغ، إلا أنه يستند أيضاً من الناحية الفيزيائية إلى التناقض في معدلات النمو في الأجزاء المختلفة من البدن، مما قد يترتب عليه أن يضاف الإسراف في الطعام وفي النوم إلى زملة المظاهر الانفعالية السابقة. ومن هنا يعيش الكائن ميلاده الجديد غرابة شاملة، فكيانه الجديد غريب عليه، وعالمه الجديد غريب عليه، وطابع الإحباط يفرض نفسه، ويجر أحلام اليقظة للتعويض قبل أن تبرز سلسلة من المحاولات بحثاً عن الحل، فيكون التخبط والتأرجح والالتجاء إلى مختلف الحيل الدفاعية (صلاح مخيمر، ١٩٨٦: ٣٤) والنضج الانفعالي يتضمن نقل التركيز من الذات إلى خارجها، ونقل النشاط من الاعتماد إلى الاستقلال، كما أنه يقتضي حدوث تغييرات كثيرة وعميقة في الحياة الداخلية للفرد ينعكس أثرها في شعوره بالرضى والسعادة، وفي مقابلته الفشل دون انهيار، وفي الانتقال من الحياة على مستوى مبدأ اللذة الذي يدفع إلى التحقيق العاجل الكامل للرغبات إلى الحياة على مستوى مبدأ الواقع الذي يقضي بالتكيف في تحقيق الرغبات وفقاً لمقتضيات الحال.

ومن أهم خصائص المراهقة الشعور بالذات ونمو الوعي الذاتي. ولأول مرة يصبح المراهق شديد الاهتمام بنفسه وبالناس ومن حوله وبآرائهم نحوه، فيبدأ في رؤية العالم كله وخاصة ذاته، ويشعر المراهقون أحياناً بأن كثير من الانتقادات متعسفة، وأن الآخرين لا يفهمونهم كما ينبغي، وهم يشعرون في الوقت ذاته بأن أفراد المجتمع قد يتخلون عنهم، فيخشون العزلة، وهذا أحد مصادر الصراع الخفي في نفوسهم،

حيث إن الخوف من التخلي عنهم وعزلهم يمكن أن يكون مصدر إقلاق محض لديهم، وتتميز مرحلة المراهقة بمجموعة من الحاجات التي يؤدي إشباعها إلى حالة من التوافق على المستويات الثلاثة (البيولوجي والنفسي والاجتماعي) وإذا أخفق المراهق في إشباع هذه الحاجات فإنه يعاني من أزمة تنعكس آثارها على نفسه وعلى المجتمع، وذلك عن طريق عدم التكيف أو سوء التوافق الناشئة عن الإخفاق في الإشباع، ويمكن ملاحظة أثار ذلك فيما يبديه المراهق من مظاهر سلوكية تعكس اغترابه عن ذاته وعن مجتمعه، وهي مظاهر سلوكية لها دوافعها التي أدت إليها، والتي تحتم علينا أن نبحث أسباب هذه المظاهر والاضطرابات لما بها من أثار خطيرة على المجتمع وعلى الشباب ذاته، وفقدانهم لدورهم في تنمية مجتمعهم.

ويلعب النمو الاجتماعي للفرد دوراً هاماً في تشكيل سلوكه، وتكوين شخصيته، ويتأثر تطور نمو الفرد من الناحية الاجتماعية بدرجة ونوع ومدى التفاعل الذي يقوم بينه وبين المحيطين به.

وتتميز العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة بأنها أكثر تمايزاً، وأكثر اتساعاً وشمولاً عنها في مرحلة الطفولة، وباتساع دائرة العلاقات الاجتماعية يتخلص المراهق من بعض جوانب الأنانية التي تطبع بها سلوكه في مرحلة الطفولة، وأثناء تفاعله تتأكد لديه مظاهر الثقة بالنفس وتأكيد الذات، ويتولد لديه شعور بالانتماء والولاء لجماعة الرفاق (عبد الفتاح دويدار، ١٩٩٩: ٢٥٢) وأهم ما يلاحظ في فترة المراهقة الميل إلى تكوين الجماعات أو الشلل من الأقران، ويشتد ولاء المراهقين لجماعات الأقران بصفة عامة أكثر من المراهقات ويؤدي ذلك إلى تكوين الصداقات والفرق الرياضية وغيرها من ألوان النشاط.

إن هؤلاء الأقران يصبحون وسيلة لإظهار التقبل أو النبذ، وبالتالي الإثابة أو العقاب وتشكيل سلوك المراهق في الاتجاه الذي ترغبه الجماعة، مع مده بالنموذج

الذي يجب أن يحتذي به، وتتم عملية التحول من الوقوع تحت تأثير الآباء إلى الوقوع تحت تأثير الأقران تدريجياً، وذلك لحاجة المراهق إلى الانتماء إلى الآخرين، وبالتالي يمتص المراهق معايير جماعة الأقران ويحتكم إليها.

إن الإنسانية تقف في وجه نفسها حين يقف جيل الأبناء في وجه جيل الآباء. وهذا الصراع هو هو بعينه الميلاد الحق للأبناء، وهو هو الوسيلة التي تتأدى منها الإنسانية إلى أن تتخطى نفسها في ميلاد جديد فتواصل تقدمها عن طريق الحضارة. فجيل الأبناء يعي وجوده نقيضاً لوجود الآباء، ويقوم الصراع بين الجيلين ويتمخض عن ائتلاف جديد هو ائتلاف من الشيء ونقيضه يحمل الإنسانية خطوة إلى الأمام بالنسبة إلى ما كانت عليه مع جيل الآباء. ويكبر الأبناء ويأتي دورهم كآباء يتواصل وجودهم في طفولة أبنائهم، ثم يبدأ أبناؤهم الوجود بتمرد المراهقة وثورتها، وينشب الصراع من جديد، ويتمخض عن ائتلاف جديد يتقدم بالإنسانية خطوة جديدة، وهكذا دون توقف. إن جدلية الحياة هي القانون الرئيسي لكل حياة. وبحسب هذه الجدلية تمضي الحياة في تطورها من الشيء إلى نقيض الشيء. فالشيء يخلق نقيضه وينشب الصراع بين هذين النقيضين ويحتدم، قبل أن يتمخض صراع النقيضين عن ائتلاف جديد لن يلبث حتى يتمخض عن نقيضه وحتى ينشب بينهما الصراع.