الباب الثالث

بـــداية المراهقـــة

بلـــوغ بأمـــان

المقدمة

بعد انتهاء مرحلة الطفولة بتغيراتها، ونهاية الطفولة الهادئة التى تتصف بالسكينة والطاعة والهدوء الذى يسبق عاصفة المراهقة. ندخل مرحلة جديدة فى حياة الإنسان مرحلة يتوجس منها الكثير ويعتقد أنها مرتبطة بالاضطراب والمشكلات . ولكن ليس الطبيعى أن كل مراهق يكون مضطرباً، وليس كل من يمر بهذه المرحلة متهوراً وغير عاقل. والدليل على ذلك أن رسول الله ﷺ أمر أسامة بن زيد رضى الله عنه أن يتولى قيادة الجيش وهو فى سن السابعة عشرة تقريباً، يعنى بمعايير اليوم فى مرحلة المراهقة المتوسطة . وهذا يعنى مدى علم رسول الله ﷺ برجاحة عقل أسامة بن زيد وقدرته على التصرف فى شؤون جيش المسلمين .

ولذا فالمراهق من الممكن أن يكون شخصاً بارزاً له دور كبير وحيوى فى مجتمعه ومن الممكن أن يسند إليه أصعب الأدوار بعد تأهيله لذلك . وينطبق عليه قول الله تعالى: ﴿إِنَّهُمْ فِتْيَةٌ آمَنُوا بِرَبِّهِمْ وَزِدْنَاهُمْ هُدًى﴾ [الكهف: ١٣].

ولكى نفهم طبيعة المراهق يجب أن ندرس بداية هذه المرحلة وما الذى يحدث فيها من تغيرات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية .

فمع بداية المراهقة يشعر الفتيان والفتيات بما فيهم من صفات حميدة أو صفات ذميمة، ويحكمون عليها بالمقارنة بأصدقائهم. كما يشعرون بدور سمات الشخصية فى علاقاتهم الاجتماعية ، ويعطيهم ذلك دافعاً لتحسين شخصياتهم على أمل زيادة تقبلهم الاجتماعى.

ويؤثر فى نمو شخصية المراهق عوامل لم تكن لها قوة وتأثير فى مرحلة الطفولة ويتحدد الأثر الذى تحدثه بالأسس التى قد تكونت لدى المراهق بالفعل خلال مراحل نموه السابقة .

وترجع بعض التغيرات التى تطرأ على شخصية المراهق إلى أثر الضغوط الاجتماعية والانفعالية التى يتعرض لها. ويتضح ذلك خاصةً فى السمات المتصلة بجنس المراهق. فسمات المخاطرة والإقدام مثلاً تميز الفتيان، بينما سمات الرقة والمحافظة والرومانسية تميز الفتيات. ويسعى المراهق لتنمية الصفات المقبولة فى شخصيته. ونحن فى حاجة إلى دراسات جادة تحدد لنا هذه السمات الفارقة لدى كل من الجنسين فى مجتمعاتنا العربية والإسلامية..

ولقد حددت الشريعة الإسلامية مرحلة البلوغ ببداية الحساب والعقاب على ما يقترفه الفرد من سلوكيات. حيث إنه قبل سن البلوغ غير محاسب على ما يفعله. فيقول الرسول الكريم ﷺ: «رفع القلم عن ثلاث: عن النائم حتى يستيقظ، وعن الصبى حتى يحتلم ، وعن المجنون حتى يعقل» . رواه الترمذى والنسائى وأبو داود . وكذلك جعل الله تعالى الفاصل فى تنفيذ الأحكام هو سن البلوغ، يقول الله تعالى: ﴿وَإِذَا بَلَغَ الْأَطْفَالُ مِنْكُمُ الْحُلُمَ فَلْيَسْتَأْذِنُوا كَمَا اسْتَأْذَنَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ﴾ [النور : ٥٩].

وفى هذا الكتاب من سلسلة الأسس النفسية للنمو الإنساني سوف نعرض لبداية المراهقة وما يحدث فيها من تغيرات تابعة للبلوغ وهى تغيرات جسمية وتغيرات عقلية وتغيرات اجتماعية وتغيرات انفعالية. وعلاقة هذه التغيرات بشخصية المراهق وسلوكياته. وكيف يمكن التعامل مع المراهقين فى بداية هذه المرحلة. وكيف نستطيع التمييز بين الذكور والإناث فى هذه المرحلة .

فنسأل الله العلي القدير أن يوفقنا إلى عمل الخير ويتقبله ويجعله فى ميزان حسناتنا.

د. سعد رياض

الفصل الأول

مفهوم المراهقة وخصائصها

- معنى المراهقة
- أزمة المراهقة
- خصائص المراهقة
- المراهقة والصراعات
- الرومانسية فى المراهقة
- التكيف فى المراهقة
- نمو الشخصية فى المراهقة المبكرة
- تعقيب وتوصيات

معنى المراهقة

المراهقة لفظاً :

رهق الغلام فهو مراهق إذا قارب الاحتلام، ومادة رهق تعنى أيضاً: السفه والعجلة وركوب الشر .

والمراهقة لفظاً معناها النمو وقولنا: راهق الفتى وراهقت الفتاة بمعنى أنهما نميا نمواً مستطرداً.

والمراهقة بمعناها الدقيق هي المرحلة التي تسبق وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج وهي بهذا المعنى تمتد عند البنات والبنين من ١٢ سنة، حتى يصل عمر الفرد إلى ٢١ سنة وهي بهذا المعنى تمتد من البلوغ إلى الرشد .

وكلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غشى أو لحق أو دنا من .... فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج .

والمراهقة بمعناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد فهي لهذا عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدئها وظاهرة اجتماعية في نهايتها .

شكل (١)

المراهقة هى المرحلة الانتقالية من الطفولة للرشد

أزمة المراهقة :

بما أن المراهقة هي المرحلة التي تجعل من الطفل إنساناً راشداً ومواطناً يخضع خضوعاً مباشراً لنظم المجتمع وتقاليده وحدوده فهي إذن مرحلة مرنة تصطبغ بشعائر الجماعة التي تنشأ في إطارها وتمتد في مداها الزمني أو تقصر وفقاً لمطالب هذه الجماعة ومستوياتها الحضارية ولهذا قد تصبح المراهقة أزمة من أزمات النمو وذلك عندما تتعقد المجتمعات التي يحيا المراهق في إطارها وعندما تتطلب من المراهق إعداداً طويلاً ونضجاً قوياً ليساير بذلك المستويات الاقتصادية السائدة في المجتمع. هذا وقد تنشأ هذه الأزمة من طول المدى الزمني الذي يفصل النضج الجنسي عن النضج الاقتصادي .

وتبدو هذه الأزمة في المدن أكثر مما تبدو في الريف وذلك لتباعد النضج الجنسي عن النضج الاقتصادي في الأولى ولتقاربهما في الثانية فما يكاد الفتى الريفي يبلغ حتى يتزوج ويقيم لنفسه علاقات جنسية صحيحة لكن فتيان المدينة وخاصة المتعلمين منهم يتأخر بهم النضج الاقتصادي إلى أن تنتهي جميع مراحل التعليم وإلى أن يقوى الواحد منهم على كسب رزقه وعلى الزواج وهو لهذا قد يعاني أزمات جنسية حادة خلال هذه المدة الطويلة التي تبدأ بالبلوغ الجنسي وتنتهي بالنضج الاقتصادي فالأزمة بهذا المعنى تنشأ من أثر انتشار التعليم وإطالة مدة الإعداد للحياة والتطور الحضاري الذي ينمو بالمجتمعات نحو التعقيد والتنظيم والرقي .

وقد تحدث الأزمة أحياناً بسبب الأهل والمحيطين بالمراهق. وذلك لتعاملاتهم الخاطئة مع من يمرون بهذه المرحلة بما لا يتناسب مع هذه المرحلة الجديدة. وما يحقق الأزمة الكبرى أيضاً هو الاعتقاد بأن ما يقوم به الآباء والمربون هو الصحيح ولا يتقبلون النصح والإرشاد. بحجة أنهم تربوا على ذلك فيتعاملون بالفطرة مع أبنائهم وهنا تكون الأزمة، أزمة اختلاف الأجيال، وأزمة تقبل الواقع .

ولكى لا نقع فى هذه الأزمة علينا أن نفهم طبيعة هذه المرحلة فهماً جيداً حتى يتيسر لنا التعامل معها بطريقة علمية صحيحة .

خصائص المراهقة :

إن من أهم ما يجب الاهتمام به في التصدي لتوضيح خصائص المراهقة أن نركز على المفهوم العلمي لمرحلة المراهقة إذ أن مجتمعاتنا المعاصرة أعطت من فرط الكتابة حول هذه المرحلة انطباعاً خاطئاً عن الدلالة النفسية لكلمة (المراهقة) جعل هذه المرحلة مرتبطة بالضرورة بحكم أخلاقي في ذهن عامة الناس من غير المتخصصين ومعظم الشباب من المراهقات والمراهقين بأنها سبة اجتماعية تعني الشذوذ في السلوك الخلقي والاجتماعي والدين أو على أحسن الفروض تفرض تشخيصاً علمياً على الشخص المعني بالكلمة فكثيراً ما يعبر الأهل أو المعلم أو فرد في المجتمع عن عدم رضاه عن فتى أو فتاة بأن يقول هذا (مراهق) وهو حينئذ يصدر حكماً أخلاقياً ولا يقرر حقيقة علمية تعنى مدلول كلمة المراهقة .

ولقد جمع ستانلي هول الملقب بـ «أبو دراسة الطفل في أمريكا» كثيرا من الحقائق وكتب الكثير من الأوصاف للسلوك المراهق وتؤكد نظرته إلى المراهقة على الفروق بين السلوك في المراهقة والسلوك السابق والتالي لها ويعتقد ستانلي هول وعلماء النفس الأوائل أن مرحلة المراهقة هي مرحلة تحول في حياة الفرد كما وضعت ميك **Meek** وصفاً تفصيلياً للمراهق من وجهة نظر الكبار وكان من التغيرات التي وصفت حدوثها في فترة التحول من الطفولة إلى المراهقة ما يلي :

١- التحول من خطوط الجسم قليلة الشبه بالكبار إلى خطوط الجسم والقوام المشابه للكبار.

٢- التحول من فترة تتميز بكثرة الميول المتغيرة إلى ميول مستقرة قليلة العدد ولكنها ذات معنى كبير بالنسبة للفرد .

٣- التحول من فترة يقل فيها الاهتمام بمعايير الرفاق ومكانته بينهم إلى فترة تتميز بالاهتمام الكبير بالرفاق ومعاييرهم وبالمكانة التي يطمح فيها بينهم .

٤- التحول من فترة يندمج فيها في أي نشاط للنشاط ذاته إلى فترة يتحول فيها السلوك ويقترب من سلوك البالغين .

٥- التحول من فترة يكون فيها كل النشاط الاجتماعي بصورة غير رسمية ولا يخضع لآداب السلوك إلى فترة يكون فيها النشاط الاجتماعي اختيارياً وخاضعاً للعرف وآداب السلوك.

٦- التحول من فترة تتسم بالصداقات المؤقتة قصيرة الأمد إلى فترة تتسم بصداقات مستمرة وقوية .

والجدول التالى يلخص خصائص المراهقة بالمقارنة بمرحلة الطفولة

جدول (١)

م	مرحلة الطفولة	مرحلة المراهقة
١	خطوط الجسم قليلة الشبه بالكبار	خطوط الجسم قريبة الشبه بالكبار
٢	كثرة الميول المتغيرة	ميول مستقرة وقليلة العدد
٣	يقل فيها الاهتمام بمعايير الجماعة	يزيد فيها الاهتمام بمعايير الجماعة
٤	يكون سلوكه موجهاًللنشاط ذاته مثل	يكون السلوك مشابهاً لنشاط الكبار
٥	اللعب	النشاط الاجتماعى رسمى طبقاً للعرف
٦	النشاط الاجتماعي غير رسمى	الصداقات دائمة
٧	الصداقات مؤقتة	التسامح الاجتماعى
٨	الارتباك الاجتماعي	التحرر من التقليد المباشر للأقران
٩	التقليد المباشر للأقران	ضبط الذات
١٠	ضبط الوالدين من أجل الأمن	الاعتماد على النفس من أجل الأمن
١١	التوحد مع الوالدين كمثال ونموذج	الاتجاه نحو الوالدين كأصدقاء
١٢	الرغبة فى الحقائق	الرغبة فى تفسير الحقائق
١٣	التفسير الذاتى للموقف	المثيرات الناضجة للانفعالات
١٤	المخاوف الطفلية والدوافع الطفلية	عادات مواجهة وحل الصراعات
١٥	عادات الهروب من الصراعات	الاهتمام بالمهن العملية
١٦	الاهتمام بالمهن البراقة	الاهتمام بمهنة واحدة
١٧	الاهتمام بمهن كثيرة	مناسبة الميول للقدرات
١٨	عدم مناسبة الميول للقدرات	الاهتمام بنجاح الفريق
١٩	الاهتمام بالنجاح الفردى	الاهتمام بهواية أو اثنتين
٢٠	الاهتمام بهوايات كثيرة	الاهتمام بأعضاء الجنس الآخر
٢١	الاهتمام بأعضاء نفس الجنس	قبول النضج الجنسى
٢٢	الوعى الكامل بالنمو الجنسى	الاهتمام بالمبادئ العامة
٢٣	اللامبالاة بخصوص المبادئ العامة	إدراك دقيق للذات
	إدراك قليل للذات	

وربما كانت أكثر خصائص المراهقة لفتاً للنظر هو وجود حالات من التناقض المزمن في سلوك المراهقين فالمراهق غير منتج وفي نفس الوقت مبدع وخصب لا نفع منه وغير مسؤول ويركز كل اهتماماته حول نفسه ومع ذلك يتمتع بقدرة غير محدودة على أن يضحي بنفسه في سبيل المثل والمبادئ كما يتميز المراهق بالإيثار والأنانية مخلص وغير مخلص اجتماعي وغير اجتماعي يخضع خضوعاً أعمى لقائد ما وينحرف عن السلطة مثالي وساخر إحساسي وقاسي القلب زاهد وفاسق متفائل ومتشائم متحمس ولا مبالٍ .

وتتفق كثير من الهيئات العلمية على الصفات الآتية للمراهقين :

١- المراهقة فترة تحول من الطفولة إلى الرشد وهي تعني تلك الخصائص الفسيولوجية والنفسية البارزة منذ البلوغ وحتى النضج وإن استخدام العمر الزمني للدلالة على بداية ونهاية هذه المرحلة أمر لا فائدة منه لأن بداية البلوغ تختلف كثيراً من فرد لآخر كما يختلف الباحثون على العمر الصحيح لنهايتها ولكن مداها يقع بين سن ١٢ – ٢١ من العمر .

٢- إن النضج الجسمي والجنسي كما يتضح لنا من الخصائص الأولية والثانوية للنمو الجنسي يؤدي إلى تغير في اتجاهات الفرد نحو الدور الجنسي الذكري أو الأنثوي الملائم وتتضمن هذه الفترة من النمو تقبل الذات الجسمية ووظائفها التناسلية .

٣- تتضمن المراهقة أيضاً البحث عن الاستقلال الوجداني والاجتماعي والاقتصادي فهي الوقت الذي يستخدم فيه الفرد إمكاناته بصورة أكثر

نضجاً وعلى مستوى أكثر تعقيداً ليعطي كما يأخذ وأن يقيم علاقات مع الآخرين وأن يثق فيهم وأن يتعلم ما ينفعه وما يضره .

إن آراء الكبار في المراهقين عادةً ما تكون مصبوغة بأحكامهم القيمية التي تميل إلى إبراز الصفات السلبية فقط لذا فمن السهل عليهم أن يغفلوا الجوانب الإيجابية في المراهقين وربما يؤدي الوصف التالي إلى تقليل تحامل الكبار إلى أدنى حد وإلى إبراز العناصر الإيجابية في هذه المجموعة من الناس، فالمراهق فرد يمكن أن نقول إنه نصف طفل ونصف راشد وتشير البحوث أنه يتميز بما يلي من صفات :

١- إنه في سن تتميز بالتمزق وعلى الأخص في نظر الكبار فالكبار دائماً يركزون على عوامل مثل مقاومة السلطة العائلية - النقد الزائد الموجه للآباء وغيرهم من الكبار- الحساسية الزائدة لآراء الكبار فيما يختص بنواحي مثل موعد الذهاب إلى النوم والأصدقاء والاستفادة من الوقت .. الخ .

وأهم معالم التمزق هي الأنانية الطفلية في استخدام خصوصيات الأسرة كالراديو والتليفون والتليفزيون والحمام ويشعر بالانزعاج خاصة من الدافع الذي يجبر المراهق على التأنق الزائد في الكلام والملبس تشبهاً بأقرانه وولائه القوي في المحافظة على أصدقائه.

٢- وبالمقارنة بتلك الخصائص السابقة وما فيها من ارتداد وعدوان كثيراً ما يبدو على المراهق حب استطلاع متزايد نحو نفسه ونحو بيئته ويتضح ذلك فيما يقوم به من تجارب ليكشف بها أين تكمن قدراته الخاصة ونواحي قوته

وقدرته على التحمل ومن خلال محاولاته وضع نفسه في أدوار تخيلية ومن خلال استفساراته ومحاولاته النجاح بتبرير المواقف التي يشعر أنها غير ملائمة ومن خلال مشاعر التفوق والتخلف غير المستقرة ومن خلال التطرف في استجاباته لمواقف النجاح والفشل .

٣- ويهتم المراهق بالتكيف لتغيرات جسمه السريعة بطرق متعددة فيتخذ وضعاً جسمياً معيناً ليخفي ما يعتقد أنه عيب فيه ويفرط في الأكل ليعوض النقص في الوزن الناتج عن النمو السريع أو عن طريق رد الفعل الانفعالي للارتباك الناتج عن التغيرات الجسمية المفاجئة غير المتناسبة ويظهر هذا الاهتمام أيضاً في محاولاته المستمرة لإشباع شهيته المفتوحة وفي مشاعره الغريبة نحو الجنس الآخر التي لا يفهمها ولا يعرف كيفية التعامل السليم معها .

٤- يسعى المراهق لتحقيق استقلاله وفي نفس الوقت يعمل على تحقيق أمنه ويظهر ذلك من اهتمامه بالنواحي المهنية ورغبته في العمل والاستقلال المالي وإصراره على أن يدبر شؤونه دون تدخل من الوالدين ويبدو ذلك من خلال رغبته في أن يختار ملابسه وأصدقاءه ومشاريعه بنفسه ومن خلال حبه غير المعلن لوالديه ومن خلال اهتمامه بكل ما يرمز إلى الراشدين كالتدخين والسب والتبجح .

٥- يعيد المراهق النظر في قيمه الشخصية التي امتصها في طفولته وإعادة النظر في معتقداته الأساسية ويعني ذلك اهتماماً بالبحث عن قيم جديدة واختيار

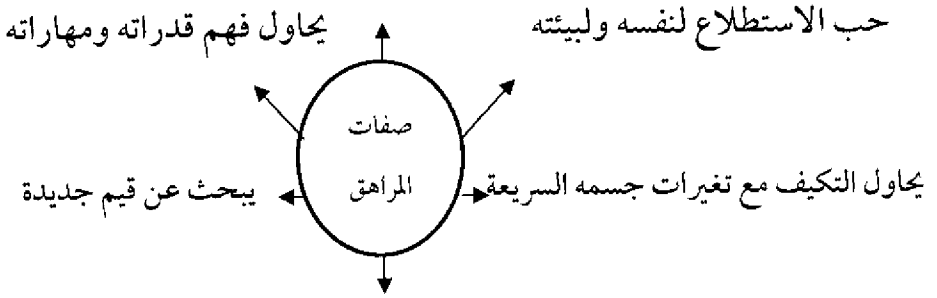
دقيق لمثله القديمة والجديدة وكثيراً ما يتضح بحثه عن الجديد من خلال التنكر والتغير السريع للشخص الذي كان محور إعجابه في وقت ما مع تناقض في شعوره بالإخلاص نحوه واشتغال المراهق بالمعتقدات الأساسية يظهر في اهتمامه العميق بما هو صحيح وما هو خاطئ كما يظهر في دفاعه الصلب عن أساليب السلوك التي تقبلها جماعة الرفاق وفي اعتقاده الساذج في تكوين التنظيمات ورموزها وشعائرها وفي تحديه السافر للكبار عندما لا تتفق المثاليات التي يتحدثون عنها مع السلوك الفعلي للكبار.

٦- يبدأ المراهق في معرفة أن الاستقلال الذي يجب أن يدعمه اكتساب المهارات والمعارف فيبدي رغبة قوية في الحصول على فهم أفضل لقدراته ومهاراته وميوله ويزعجه كثيراً أن يجد نفسه شديد الاختلاف عن الجماعة ولذلك كثيراً ما يرفض أن يستفيد من الأنشطة التي تزوده بالمعلومات والمهارات اللازمة لا لشيء إلا أن هذه الأنشطة ستكشف عن عيوبه وقد يقبل بحماس على فرص أخرى ليستعرض قدراته الخاصة في وقت لا يكون قد تمكن منها بالدرجة الكافية فتكون الكارثة .

والشكل التالى يوضح هذه الصفات:

شكل (٢)

زيادة الاهتمام بالشكل والملابس



رغبة فى العمل والاستقلال المالى

المراهقة والصراعات:

المراهقة هي السن الحرجة التي يتخوف منها كثير من الأهل لصعوبة التعامل مع الأبناء ولكثرة مطالبهم في تلك الفترة... وكسر الجمود والخروج عن التقليدية من أبرز سمات المراهقة ومطالبها، وهذا ينطبق بلا شك على غرف المراهقين، اختيار سمات الغرفة للمراهق لابد أن يشارك فيها بل يختارها بنفسه تحت توجيه و إشراف من والديه بحيث لا يضيقون عليه الخناق ولا يتركونه تماماً يفعل ما يشاء. قبل عشر سنوات لم يفكر أحد في أن المراهقين يحتاجون لديكور وأثاث خاص بهم وكان مظهر غرفهم لا يختلف عن ديكور غرف الأطفال إلا ببعض الملصقات على الحائط وملابس ومجلات ملقاة على الأرض..

وفي السنوات القريبة عندما اتسعت أسواق الأثاث الخاصة بغير البالغين تطورت العديد من الأفكار الخاصة باحتياجات الأطفال في غرفهم في مختلف أعمارهم. غالباً ما ينشد المراهقين إلى الصراعات الحديثة والأشكال الغريبة وقد يتمسك المراهق برأيه ويطلب أن يصبغ غرفته بلون غريب قد لا يراه الأهل مناسباً، أو قد يطلب سريراً كبيراً كسرير والديه، أو مصباحاً غريب الشكل وغير تقليدي وغير ذلك من الأمور التي يقف أمامها الأهل في ذهول خصوصاً مع تمسك المراهق برأيه وجديته في الموضوع .

لذلك كان لابد من مسايرة المراهقين في بعض مطالبهم التي لا ضرر منها وعيبها فقط أنها لا تروق للأهل ولا لأذواقهم .

وهنا بعض النقاط التي يجب أخذها بعين الاعتبار:

- من أبرز مطالبهم في هذه السن أن يكون لهم غرفة خاصة بهم ، وفي حال توفر إمكانية ذلك فالغرفة الخاصة من حقهم لما تطلبه هذه السن من خصوصية نتيجة للتغيرات العديدة التي يتعرض لها المراهق والتي جعلته يختلف عن سن الطفولة و لا بأس بدورة مياه خاصة بهم أيضاً .
- يرفض المراهق أي شيء يشعره بأنه ما زال طفلاً لذلك على الأهل عدم الإلحاح عليه باختيار تصميم طفولي زاهي الألوان كألعاب الأطفال أو الحيوانات أما إن أرادها بنفسه فلا تتعجب فكل شيء معقول في هذه السن.
- قد يطلب أفكاراً غريبة بخصوص غرفته كأن يطلب طلائها بنفسه و بلون غريب أو يختار سريراً معلقاً أو أريكة غريبة الشكل أو حتى إكسسوار لم تر

مثله من قبل، ومادام طلبه في حدود المعقول لا مشكلة في ذلك مع التأكيد عليه أنه المسؤول عن اختياره إذا أكتشف فيما بعد أنه غير مناسب .

- يحتاج المراهق في هذه المرحلة إلى مكتب كبير ومقعد مريح للدراسة كنتيجة طبيعية لتقدمه في مراحله الدراسية وأيضاً إلى مكان يتسع لجهاز كمبيوتر خاص به.
- من الأمور التي يحتاجها المراهق في غرفته المرآة حيث يهتم بدرجة كبير بمظهره الخارجي والفتيات والصبيان على حد سواء و يمكن أن يضاف للفتيات تسريحة لترتيب وتخزين أدواتها الخاصة بزينتها .
- التخزين من الأمور التي تتطور أيضاً مع تقدم سن الأبناء ففي مرحلة المراهقة تزداد الرغبة في اقتناء الأشياء بمختلف أنواعها من ملابس ، إكسسوارات، كتب، ومجلات...الخ فلابد من توفير مكان مناسب لتخزين كل ذلك بشكل جيد .
- الهاتف والأجهزة الكهربائية الصوتية والمرئية من الأمور التي تثير اهتمام المراهقين خصوصاً الحديث منها فعلى الأهل التوصل إلى اتفاق مناسب بهذا الخصوص مرضٍ ومقنع للجميع .

الرومانسية فى المراهقة :

تتميز الروح الرومانسية كما ظهرت في تاريخ الفكر بأمور ثلاثة أولها الاهتمام بتحليل الذات ووصف المشاعر الذاتية وثانيها حب الطبيعة حباً يبلغ حد العبادة

أحياناً وثالثها التمرد على الأوضاع القائمة والتقاليد الموروثة ومن ثمة على المجتمع بوجه عام وكل هذه الأمور تضفي على حياة الفرد غلالة من الحزن والشجن تزداد وطأتها كلما أمعن المرء في عزلته عن المجتمع وتفانيه في الطبيعة وكلما ازداد تعاطفاً مع الطبيعة زاد شعوره بالخصومة مع المجتمع .

هذه السمات التي تميز الروح الرومانسية في تاريخ الفكر نجدها واضحة بينه في حياة المراهق إبان سني الأزمة فاكتشافه لذاته، سرعان ما يولد في نفسه الرغبة في تحليلها وتأمل ما يجري فيها من أمور وقد يعمد إلى تسجيل خواطره ووصف حالاته النفسية في مذكرات خاصة فكتابة المذكرات الخاصة ظاهرة نفسية من أهم الظواهر دلالة في حياة المراهق وهي مظهر لعزلته ولقدرته على التحليل الذاتي ولرغبته في الهروب من القلق النفسي.

وقد تبدأ هذه الظاهرة بعد الثالثة عشرة بتسجيل الحوادث اليومية الأمر الذي يدل على اعتزاز المراهق بنفسه واهتمامه بكل تصرف من تصرفاته ثم تزداد قدرة المراهق على التحليل الذاتي حتى نراه في الخامسة عشرة يصف مشاعره وقد لا يبدأ الكتابة من تلقاء نفسه بل تدفعه إلى ذلك خبرات خاصة كالوقوع في حبه الأول أو كارثة تحيق به كالرسوب في امتحان أو وفاة عزيز أو كالتنبه فجأة لجمال الطبيعة هنالك يحس حاجة إلى تناول القلم لإنشاد هذه المشاعر الجديدة .

وكثيراً ما تكون المذكرات بديلاً عن صديق يبثها المراهق أشجانه ويدلي لها باعترافاته تخفيفاً من شعوره بالذنب ويبوح لها بآماله ومشروعاته المستقبلية فهي

إذن وسيلة للتنفيس ولتأكيد الذات وهي خير امتداد للذات ولذلك كانت عزيزة على نفس صاحبها وكانت بالنسبة إليه ثروة عظمى ينبغي أن تصان ولكن المراهق برغم اعتزازه بقيمتها يخجل خجلاً شديداً من بعض مضمونها فالإحساس بالذنب يمد جذوره فيها ولذلك يعمد أحياناً إلى استخدام رموز يبتكرها لتسجيل الأمور التي يخشى أن تكشف أو يكتفي بالتلميح دون التصريح حتى لا يستطيع غيره أن يتبين مقصده.

هذه السرية ظاهرة شائعة بين المراهقين وتبدو بوضوح في مذكراتهم على وجه الخصوص، فالمراهق يعتز بأسراره الخاصة ويستحي منها في نفس الوقت ولا يبوح بها لغير صديق يثق به ثقة تامة وإلا فلقصيدة ينظمها أو تأملات يسجلها أو مذكرات يكتبها وهو لا يسمح لأحد أن يطلع على المذكرات الخاصة إلا بعد أن يتعدى مرحلة المراهقة ويصبح رجلاً ناضجاً وقد كتب أحد المراهقين على مذكراته العبارة التالية (خاص ، يحرق عند وفاتي) وكتب آخر : (لا يقرأ إلا بعد مماتي) وشكا إليّ أحدهم إطلاع أحد أخوته على طرف من مذكراته وعد ذلك اعتداءً أثيماً على ملكية خاصة وكان ذلك الحادث بمثابة كارثة حلت به وتركت في نفسه أثراً سيئاً حتى جاوز أزمة المراهقة .

كل هذه الأمور تجعل للمذكرات الخاصة للمراهقين أهمية كبرى لا من حيث هي ظاهرة فحسب بل ومن حيث هي منهج علينا أن نستخدمه في دراسة هذه الفترة من حياة الفرد ولا شك أنها منهج علمي يفوق أي منهج آخر لأنه ليس أمراً

مستقلاً عن الظاهرة المدروسة، بل هو منهج وظاهرة مدروسة في آن واحد فشأنه ليس شأن المناهج الأخرى التي تبعد عن الظاهرة المدروسة بتحليلها وتشريحها أو تفقدها حيويتها وديناميكيتها لبعدها عنها إنما هو متصل بصميم الظواهر المدروسة محتفظ بحرارتها في كل سطر من سطور المذكرات الخاصة تحس بحرارة الانفعالات وعنف الغضب والجهاد العنيف للرغبات المحظورة والسعي الحثيث لإثبات الذات ويشع من صفحاتها وكلماتها رقة عاطفية متناهية وحساسية لأتفه الأحداث والخلاصة أن المراهق يحيا بكل قوة في كل سطر من سطور المذكرات .

على أن صعوبات تعترضنا أهمها السرية التي يلجأ إليها المراهق خاصة حينما يكون بصدد أهم الأمور ومنها توقفه لفترات طويلة عن تسجيل أي شيء في مذكراته ومنها الخطأ الذي قد نقع فيه نحن حين نبدأ في تحليل المذكرات إذ غالباً ما يكون ذلك من خلال أنفسنا فنشتط ونحمل الأقوال ما لا تحتمل أما عن السرية فنستطيع اختراق حجبها بإطلاعنا على ما كتب المراهق من موضوعات عامة أو قصائد أو قصص بل والرسوم فبشيء من الجهد نستطيع أن نكتشف في ثناياها ما حاول إخفاءه وأما عن توقف المراهق فهي ظاهرة جديرة بالتفسير إذ غالباً ما يكون مرد ذلك لأمور هامة كالقلق الزائد الذي يعجزه عن أداء أي عمل وأما عن الخطأ في التفسير فمرجعه إلينا ويحسن أن يكون رائدنا في البحث الحذر والحيطة .

هذا ولا يخفى أن أقرب تصرفات المرء وأقواله إلى دوافعه الحقيقية ما صدر على نحو تلقائي ولما كانت المذكرات الخاصة تصدر عن المراهق على نحو تلقائي ولما

كانـت تتعـدل وتتبـدل تبعـاً لتعـدل نفسـيته وتبـدلها كانـت خـير انعكـاس للحركـة الديناميكية النفسية مدها أو جزرها عنفها أو هدوئها ولا شك فضلاً عـن ذلـك أن المريض نفسياً إن كان من كتاب المذكرات كان ذلك من حسن حظه فستضـاف إلى قيمتها المنهجية العلمية حينئذ قيمـة تشخيصـية يفيـد منهـا الأطبـاء النفسـيون خـير فائدة .

التكيف في المراهقة :

المراهقة فترة ينتقل عبرها الطفل من مرحلة اللامبـالاة والاعـتماد عـلى الغـير إلى مرحلة المسؤولية وتوجيه الذات لذا فإن فهم المراهقة يكمن في فهم تلك العمليات التي يتم بها التكيف أي فهم للدوافع والرغبات المميزة للمراهقين وفهـم الظـروف والمعوقات التي تحول بينهم وبين إشباع رغباتهم كـذلك فهـم أنـماط الاسـتجابات وردود الأفعال التي تشكل السمات العامة للمراهقين .

نمو الشخصية في مرحلة المراهقة المبكرة :

مع بداية المراهقة يشعر الفتيان والفتيات بما فـيهم مـن صـفات حميـدة أو ذميمـة ويحكمـون عليهـا بالمقارنـة بأصـدقائهم كـما يشـعرون بـدور سـمات الشخصـية في العلاقات الاجتماعية ويعطيهم ذلك دافعاً «لتحسين شخصـياتهم» عـلى أمـل زيـادة تقبلهم الاجتماعي ولتحقيق ذلك لا يجب على المراهق أن يكوّن مفهوماً واقعياً عـن الذات فحسب ولكن يجب أن يكون راغباً أيضاً في تقبل هذا المفهوم .

والمراهق يمكنه أن يكوّن صورة مثالية عن نفسه وتحقيقها بالفعل في عالم الواقع ويمكنـه أن يقبـل نفسـه بمعنـى أن يحـب نفسـه ويشـعر بـأن الآخـرين يجـدون فيـه

صفات حميدة ونتيجة لذلك يكون أكثر تكيفاً من الناحيتين الشخصية والاجتماعية من مراهق آخر تكون صورة ذاته المثالية غير واقعية وتجعله يعجز عن تحقيقها بالفعل وقد يؤدي به ذلك إلى عدم تقبل ذاته وإلى أن يسلك 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 تكون قد تكونت لدى المراهق بالفعل خلال مراحل نموه السابقة فإذا كان عانى كثيراً من مشاعر النقص والتي قد تكون تدعمت مع بدء المراهقة فإن مكانته في جماعات المراهقين ستزيد لديه حدة هذا الشعور ومن هذه العوامل المظهر الشخصي للمراهق وملابسه واسمه وأسرته وأقرانه ومستوى طموحه وتطلعه وهي جميعاً عوامل تحتاج إلى دراسات جادة في بيئتنا العربية والإسلامية .

وترجع بعض التغيرات التي تطرأ على شخصية المراهق إلى أثر الضغوط الاجتماعية التي يتعرض لها ويتضح ذلك خاصةً في السمات المتصلة بجنس المراهق فسمات المخاطرة والإقدام مثلاً تميز الفتيان بينما تميز الفتيات سمات الرقة والمحافظة وتوجد سمات أخرى تعد مقبولة اجتماعياً وأخرى غير مقبولة اجتماعياً ونحن في حاجة إلى دراسات جادة تحدد لنا هذه السمات الفارقة لدى كل من الجنسين في مجتمعاتنا العربية والإسلامية .

وهنا يجب أن نؤكد أن الوالد والمعلم يقدر التلاميذ المراهقين على أسس تختلف عن تقدير بعضهم البعض فهو قد يقدر التلميذ مثلاً لأنه مؤدب أو متدين أو يستذكر دروسه ويؤدي واجباته المدرسية بينما يقدر المراهقون بعضهم على أسس مختلفة وليس معنى ذلك أن يتبنى المعلم والأب أسس تقدير المراهقين لأنفسهم عند تقديره هو لهم ولكن معرفة المدرس والوالد بهذه الحقيقة يفيده في فهم شخصية المراهق فالمعلم حين يمتدح التلميذ لأنه متفوق في المدرسة قد يؤدي به ذلك إلى نبذه من جماعة المراهقين التي ينتسب إليها وقد يؤدي به ذلك إلى أن يتخلف دراسياً عن قصد كما بيّنا من قبل والمهم للمعلم وهو يتعامل مع المراهقين أن يتعرف على أسس تقدير المراهقين بعضهم لبعض حتى لا يتعارض أسلوبه في معاملة المراهق مع مواضع هذا التقدير.

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 (أي عزو الفشل إلى الآخرين) .

وتؤكد الدراسات الإكلينيكية (Hurlock, 1980) أن عدد الحالات التي تعاني سوء التوافق لأول مرة في مرحلة المراهقة المبكرة قليل بصفة عامة ما لم يحدث تغير جسمي أو غدي ملحوظ في الفرد أو ما لم يعان الفرد من صدمة انفعالية عنيفة ومعظم حالات سوء التوافق في هذه المرحلة لها تاريخ مع السلوك المشكل يمتد إلى السنوات المبكرة من مرحلة الطفولة وبالطبع تتهيأ في المراهقة لهؤلاء المراهقين سيئي التوافق فرصة لزيادة هذه المشكلات الشخصية لديهم وذلك بسبب التغيرات الشديدة التي تحدث في هذه المرحلة وخاصة في مطالعها ولهذا وجدنا البحوث التي تتناول مشكلات الشباب تتخذ بدايتها في العادة مرحلة المراهقة المبكرة وقد أجريت بحوث كثيرة في هذا الميدان سنتناولها بالعرض عند الحديث عن طور الشباب ، ويقودنا هذا إلى الإشارة إلى التمييز العام بين الشخصية «العادية» والشخصية « السليمة» في هذه المرحلة فعادةً ما يوصف المراهق المبكر بأنه «عادي» لمحض أنه يقوم بأدواره تبعاً للتوقعات الاجتماعية إلا أن هذا لا يعني بالضرورة أنه «سليم» من وجهة نظر الصحة النفسية فالشخصية «السليمة» هي التي تشتق إشباعاً شخصياً ورضا ذاتياً من القيام بالدور الذي تحدده التوقعات الاجتماعية ولعلنا بهذا التمييز ننبه إلى ضرورة تهيئة بيئة مدرسية ومنزلية واجتماعية على نطاق المجتمع الشامل تهيئ للمراهق تنمية مشاعر الإشباع والرضا الشخصي فيه ولا يمكن أن يتحقق ذلك إلا إذا توافرت في هذه البيئات شروط الصحة الاجتماعية والنفسية .

هم عليه ولمشاعرهم الجديدة نحو الجنس الآخر وكذلك تنشأ مطالب وتوقعات جديدة لدى الكبار والأقران تختلف عن تلك التي كانت في الطفولة ويؤدي ذلك كله إلى خلط شديد لدى المراهق المبكر يسميه أريكسون أزمة الهوية.

ومن العوامل التي تؤثر في هذا الطور (المراهقة المبكرة) نتائج الخبرات التي تعرض لها المراهق في مراحل نموه السابقة وهي التي تضمن التكامل الناجح بين الدوافع الأساسية لدى الفرد وقدراته الجسمية والعقلية وفرص الحياة التي توفرها له البيئة الاجتماعية ومعنى ذلك أن نمو الطفل السابق على البلوغ (لفترة تصل إلى ١٢ سنة أو نحوها) يتم تركيبه وتوليفه مع مطلع المراهقة ليعطي للفرد شعوراً بالهوية الشخصية أو بتحديد الذات .

وهذا الشعور بالهوية الشخصية يتضمن أن يحتفظ الفرد لنفسه بصورة لذاته فيها التماثل والاستمرار والتي تتطابق مع التماثل والاستمرار الذي يتكون الآخرون منه ، وبالإضافة إلى ذلك فإن المراهق في حاجة إلى أن يكتسب وعياً متزايداً بأهدافه وفهماً واضحاً للعالم الواقعي الذي يتعامل معه بأسلوبه في الحياة .

والخطر الحقيقي في هذه المرحلة يسميه أريكسون «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 لهذه الصيرورة من الخلط والاغتراب والانفصال ويعد الشعور بالهوية **Identity** المشكلة الجوهرية في هذه الفترة فالمراهق يسعى إلى معرفة من يكون؟ وما دوره في المجتمع؟ وهل هو طفل أم راشد؟ هل يمكنه أن يصبح زوجاً وأباً ؟ وكيف

يكسب عيشه؟ وأي مهنة يعمل؟ وفوق هذا كله هل ينجح أم يفشل؟ ولهذا نجد المراهق مهتماً بإدراك الآخرين له ومقارنته بإدراكه لذاته ويؤدي به عدم القدرة على فهم الذات أو نقصان الهوية إلى الخلط والغموض والفشل في حل هذه الأزمة إلى إطالة مرحلة المراهقة وفشل تكامل الشخصية في مرحلة الرشد .

ومن نوع الميكانيزمات الدفاعية ضد خلط الهوية التي يلجأ إليها المراهقون التقمص الزائد للأبطال والشلل والجماهير والغايات وهو ميكانيزم قد يفقد المراهق فرديته مؤقتاً وبه يعاون المراهقون بعضهم بعضاً على التغلب على أزمة الهوية وعدم وضوح الوجهة المهنية وذلك من خلال التجمع معاً ويفسر لنا ذلك ظهور الجماعات التي تصب المراهقين في قالبها من حيث الملبس والكلام والسلوك والمثل العليا وهي جماعات لا تتسامح عادةً مع من هم خارجها وقد ينجم عن ذلك صراع مع الوالدين والأخوة والآخرين القريبين منهم وقد يمتد ذلك إلى الصراع مع السلطة في المجتمع وقد يفسر لنا ذلك ظهور الجماعات المتطرفة التي يكون معظم أعضائها من الشباب في ظروف الخلل السياسي والاجتماعي والاقتصادي .

أما المراهقون الذين يستطيعون حل مشكلات المراهقة بنجاح يحرزون شعوراً قوياً بالفردية بالإضافة إلى اعتراف المجتمع بهم كأعضاء فيه يقبلهم ويقبلونه وهو شعور صحي يقود إلى المواطنة الصحيحة والسلوك الاجتماعي السليم .

العوامل التي تساعد أو تعوق نضج شخصية المراهقين

يمكن تقسيم هذه العوامل إلى قسمين كبيرين :

١- عوامل متصلة بالعلاقات العائلية وعلاقات المراهق بوالديه .

٢- عوامل ثقافية وبيئية تنتج عن اكتساب المراهق لمركز معين في المجتمع .

أولاً العوامل الأسرية أو العائلية :

من الواضح أن اتجاهات الآباء في معاملة الأبناء تختلف من أسرة لأخرى وبالتالي تختلف استجابات الأبناء ويتوقف نمو شخصية المراهق في علاقته بالوالدين على درجة الرعاية والوقاية وعلى مقدار السيطرة المفروضة عليه وعلى ما يناله من تقدير في الأسرة واتجاهات الوالدين تؤثر في نمو شخصية المراهق تأثيرات متعددة فبعض الاتجاهات تزيد من قدر الحرية الممنوحة للمراهق والبعض يقلل من هذا القدر، بعض الاتجاهات تسمح بتنمية الشعور بالأمن والكفاية نتيجة للاختلاط بالآخرين، والبعض الآخر لا يمسح بالشعور بالأمن، بعض الاتجاهات يساعد على التفكير المستقل في حل المشكلات ورسم الأهداف وإتاحة الفرصة لتنفيذ هذه الأهداف والبعض الآخر يحرم المراهق من فرصة التفكير في المستقبل، وعلى العموم لتنمية شخصية المراهق في الأسرة فإنه يحتاج لقدر من الحرية للبحث والمحاولة والخطأ ولتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين ويمكن أن نرسم صورة لشخصية المراهق الناضجة بأنها:

١ - تلك الشخصية التي تقدر على تحمل نواحي الإحباط دون أن يؤدي ذلك إلى زعزعة مستويات طموح الفرد أو تقديره لذاته أو اعتماده على نفسه أو كفايته من ناحية العمل .

٢ - تلك الشخصية التي تقدر على رسم الأهداف وتطمع في القيام بدور إيجابي في الحياة.

٣ - تلك الشخصية التي تقدر على اكتساب الوصول إلى مركز اجتماعي يتناسب مع مستويات طموحها وقدرتها وتكون قادرة على القيام بالأعمال التي يتطلبها هذا المركز .

٤ - تلك الشخصية التي تكون مطالبها من الآخرين مطالب معقولة ومشروعة.

وعلى العموم يمكن القول بأن تحقيق هذه الأهداف إنما يعتمد إلى حد كبير على مواجهة الفرد لنواحي الإحباط في البيئة وهذا بالتالي يتطلب تقبل المراهق للقيود المفروضة عليه والصادرة من المجتمع .

ثانياً العوامل الثقافية والبيئية :

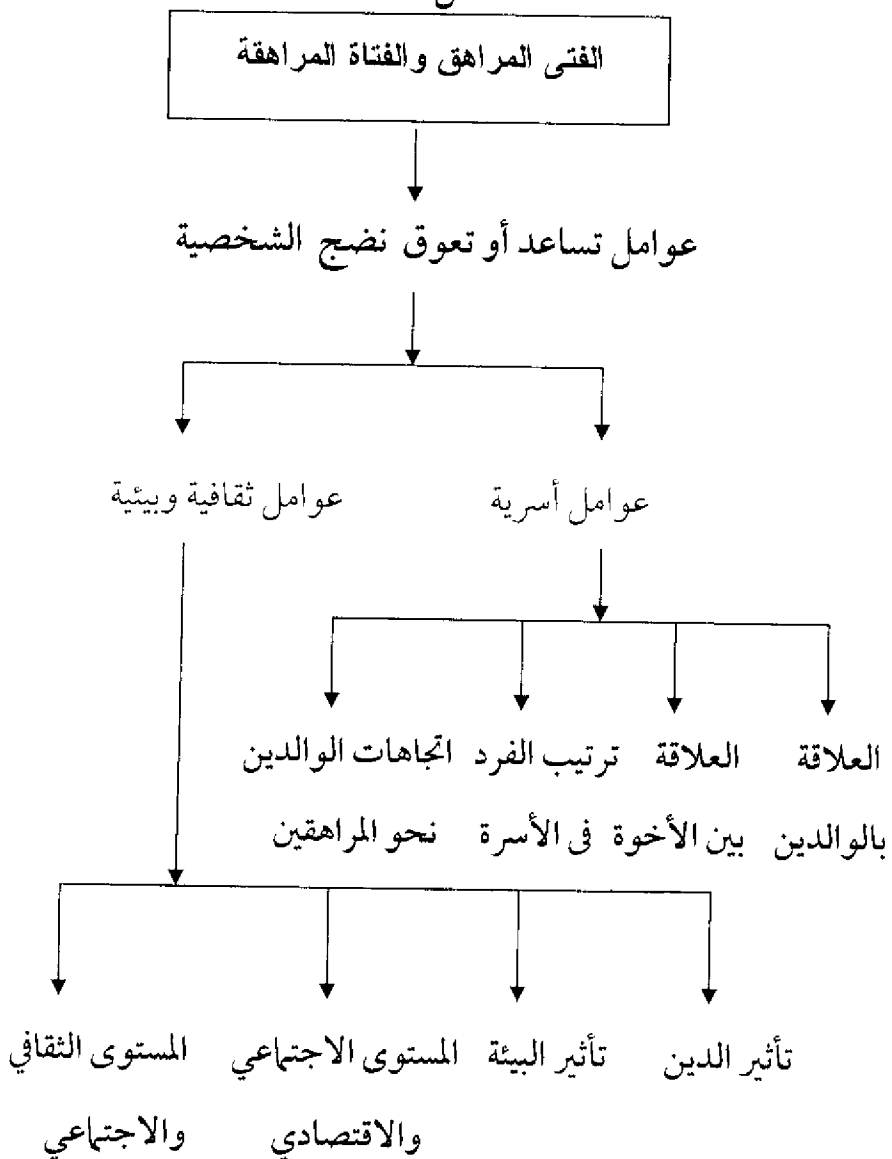
مما لا شك فيه أن المستويات الثقافية والبيئية لها تأثير واضح في نمو شخصية المراهق وفي تحديد نوع المشكلات التي يواجهها ولعل معظم المشكلات التي يواجهها المراهق في المجتمع الحديث ترجع إلى أن المراهق لا يلقى التقدير الاجتماعي أو الاعتراف به كشخص كبير له قدرة بين المحيطين به، وقد سبقت

الإشارة إلى أن دخول المراهق في المجتمعات البدائية حيث المستوى الثقافي بسيط يكون مبكراً وأن فترة الانتقال من الطفولة إلى الرجولة فترة قصيرة بعكس المجتمعات الحديثة التي تطول فيها فترة الانتقال وتتطلب كثيراً من التخصص والتعليم نتيجة لتعقد الثقافة .

والثقافة التي يعيش فيها المراهق تخلق لديه مستويات من الطموح تختلف باختلاف الأفراد وباختلاف مستويات الجماعة التي يعيش فيها فما تتوقعه البيئة من الفرد يؤثر دون شك في الصورة التي يرسمها لنفسه كما تكون بمثابة دوافع تدفع الفرد لتحقيق مستويات الطموح التي تتوقع منه وعلى العموم فثقافة الجماعة التي يعيش فيها المراهق ذات تأثير معوق أو منشط في نمو شخصية الفرد .

والشكل التالى يوضح العوامل التى تساعد أو تعوق نضج الشخصية

شكل (٣)



تعقيب وتوصيات

مع البلوغ ودخول مرحلة جديدة نجد الطفل الوديع يتحول إلى إنسان له بعض الآراء والأفكار يعاند فى بعضها ويتمرد على الأخرى. وبالتالى فهى مرحلة نمو طبيعية إذا أخذت بحقها أما إذا اعتبرت أزمة واضطراب فقد نشعر بصعوبتها وخطورتها وتكون المشكلة مشكلة فهم جيل لجيل آخر ومشكلة التعامل ومشكلة القدوة المفقودة ومشكلة نقص مفهوم الذات، ومشكلة فقد الهوية .

وهنا على الآباء والمربين معرفة ما يلى:

١- البداية الحقيقية لهذه المرحلة .

٢- معرفة خصائص هذه المرحلة .

٣- التعامل مع المرحلة حسب طبيعة التغيرات الفسيولوجية.

٤- محاولة دعم شخصية المراهق وتنمية قدراته .

٥- ترك الفرصة للمراهق للتعبير عن نفسه .