

ماهى مرحلة المراهقة؟

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

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

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

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

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

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

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

ومرحلة المراهقة وما يصاحبها من تغيرات يمكن تشبيهها بعاصفة تحمل الكثير من الأتربة والرمال أو بثورة بركان هو مزيج من عوالم متعددة يمكن تحليلها إلى عناصر أربعة تفاعل بعضها مع بعض وهي العنصر الانفعالي، والعنصر الاجتماعي، والعنصر العقلي، والعنصر الجنسي، ولا شك أن هذه العوامل مجتمعة هي وراء ظهور هذه العاصفة المشار إليها فهي تفاعل مع بعضها البعض، وتتحد، لتصل بالمراهق إلى قمة هذه المرحلة فتقول لقد وصل إلى نقطة البلوغ.

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

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

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

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

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

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

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

ومن التعريفات الخاصة بمرحلة المراهقة:

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

- تعريف «جلين Glenn»: المراهقة هي مرحلة تقع ما بين كل من مرحلة الطفولة ومرحلة الرشد.

- تعريف «معجم مصطلحات التنمية الاجتماعية»: المراهقة هي مرحلة النمو التي تبدأ من سن البلوغ، أى من سن (١٣) سنة وتنتهى فى سن النضوج أى من سن (١٨-٢٠) سنة حتى سن النضوج العقلى والانفعالى والاجتماعى.

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

- تعريف «جوزيف joseph»: المراهقة هي فترة انتقالية يترك خلالها المراهق منطقة نفسية معينة ليدخل فترة أخرى.

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

- تعريف «موسوعة برتيانیکا»: المراهقة هي عبارة عن مرحلة الطفولة والشباب معاً، ورغم أى بعض المؤلفين يعتبرون المراهقة مساوية للبلوغ الجنسى والتغيرات العضوية التي تختم بالنضج وبالقدرة على التماسل، إلا أنها تكون فى الغالب مرادفة للمفهوم النفسى والاجتماعى، فمثلاً تتزامن بدايتها ونهايتها الغامضة وغير المشخصة مع البلوغ الجنسى ومرحلة الشباب، وتعد هذه اللفظة وصفاً مناسباً لمرحلة تمتد من سن (١٢-٢٠) سنة فى حياة الشخص؛ حيث إنها لا تنطوى على أى قيد، أو تعريف معين حول خصائص نمو المراهقين أو أسباب خاصة بالمراهقة، وبالإمكان تشخيص أى مرحلة من مراحل الحياة طبقاً لبعض المسائل الخاصة بالنمو كالتطورات البيولوجية والنفسية والاجتماعية، ومنها ما يبرز بشكل واضح، ولكن ليس بالضرورة دائماً فى العقد الثانى من العمر فى مجالات الاتصال بالجنس الآخر والوعى المهنى ونمو القيم والأنا المستولة.

- تعريف «قاموس أطلس الموسوعي»: المراهقة هي مرحلة التطور من البلوغ إلى الإدراك، وهي مرحلة النمو الممتدة بين الطفولة والإدراك.

- تعريف «jann Gumbiner»: المراهقة هي مرحلة انتقالية بين الطفولة والبلوغ تنتهي عند البلوغ، وحتى الاستقلال بالذات.

- ويعرفها «صلاح مخير»: بأنها الميلاد الوجودي للكائن البشري؛ حيث إنه يعى نفسه لأول مرة ذاتاً تريد أن تتحد في مواجهة الذوات الأخرى، ووجوداً يتلمس ماهيته الخاصة ويتأهب للمسيرة الأولى في رحلة تحديد المصير التي تمتد امتداد الحياة.

- وتعرف «أنا فرويد»: فترة المراهقة بأنها فترة الاضطراب في الاتزان النفسى، وهي تنشأ عن النضج الجنسي وما يستتبعه من صحوة القوى الليبيدية أو الشهوانية وعودة نشاطها، وقد تتعرض الأنا الأعلى في بعض الأوقات لصد انقضاضات الهى أو هجمات الضاربة.

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

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

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

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

ويعرفها كل من «عبد العزيز القوصي» و«سيد غنيم» بأنها على النقيض من مرحلة النمو الهادئة التي تسبقها، ويطلق عليها أحياناً مرحلة الكمون، وهي مرحلة نمو جسمي وعقلي سريعين، الأمر الذي تنتج عنه بعض الاضطرابات الانفعالية وبعض المشكلات المعقدة فلا يستطيع الآباء والمربون والمشرفون توجيه المراهقين.

ويعرفها «إبراهيم قشقوش»: بأنها تمثل فترة حرجة في حياة الفرد، بمعنى أنها تحتاج إلى تكيف من نوع جديد يختلف تماماً عما كان الفرد قد تعود عليه من قبل وهي تبدأ عادة بنهاية مرحلة الطفولة وتنتهي بانتهاء مرحلة الرشد أو النضج ويتراوح مداها الزمني بين الطول والقصر حسب نوعية الأسرة ونيتها ومستواها الاجتماعي والاقتصادي وثقافتها، بل إن طول هذه الفترة يتذبذب في المجتمع الواحد من وقت لآخر وفق الظروف الاقتصادية أو غير ذلك من الظروف.

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

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

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

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

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

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

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

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

ج- فترة التحول الفيزيقي نحو النضج، وتقع بين مرحلة البلوغ وبداية سن النضج، ويحددها بعض علماء النفس عادة في سن الثانية عشرة أو الثالثة عشرة وتختلف الاتجاهات نحو المراهقة باختلاف الثقافات، كما أن الأثر الاجتماعي والسيكولوجي للمراهقة يختلف أيضاً طبقاً لاختلاف الأنماط الثقافية.

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

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

وإذا كانت المراهقة مرحلة تعريتها تغيرات بيولوجية عاصفة حسب كتابات رواد التحليل النفسي فهي أيضاً تتميز بحشد من التغيرات المعرفية والنفسية وتغيرات في الأدوار الاجتماعية، وعلى الرغم من أن توقيت وطبيعة هذه التغيرات تختلف باختلاف الثقافات، إلا أنه ينظر إليها كعملية وأنها تحدث بشكل مؤقت وسابق للتغيرات الأخرى، والتي تميز بشكل نمطي مرحلة المراهقة، على سبيل المثال التغيرات في نمو الهوية، والاستقلالية، ... إلخ.

عموماً فمرحلة المراهقة هي الجسر الذي يصل الطفولة بالرشد؛ فهي التي تمتد حتى تصل بالفرد إلى اكتمال النضج في سن الرشد: حوالي العشرين من العمر؛ ففيها يبلغ الفرد كمال نضجه الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي أيضاً، فالمراهقة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، هي عملية حيوية في بدنها، ولكنها اجتماعية في نهايتها؛ فمرحلة المراهقة هي المرحلة التي تجعل الطفل إنساناً اجتماعياً وكائناً راشداً، ومواطناً يخضع خضوعاً مباشراً لنظم المجتمع ومعاييره؛ فهي مرحلة تصطبغ بشعائر الجماعة التي تنشأ في إطارها؛ لذا تعتبر المراهقة المرحلة الحاسمة في تكوين السلوك الاجتماعي للفرد (سياسي، ثقافي، اجتماعي،... إلخ) وتكوين الاتجاهات والمعايير والقيم التي نريدها في مواطننا.

ومن ثم فقد لاقت ظاهرة المراهقة اهتمام الباحثين؛ فقد جمعد (فرويد) على نمط الطفولة الأولى التي ركز عليها نظريته في التحليل النفسي، وفسرها «هول» على أساس بيولوجي، وأرجعتها «ميد» إلى الظروف الحضارية، ولكن «ليفين» ربطها بالقوى الاجتماعية والحضارية عندما تعتبر هذه القوى جزءاً من المجال النفسي للمراهق بطريقة شعورية أو غير شعورية.

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