

فصل اول:

آشنایی با دوره نوجوانی



آشنایی با دوره نوجوانی

نوجوانی، بلوغ و جوانی دوران حساس زندگی هر فرد هستند. دوران نوجوانی زمانی است که تغییرات ظاهری و درونی با هم همراه می‌شوند تا نوعی از کمال فرا رسد. در این دوران نه تنها رشد جسمانی آهنگی سریع دارد بلکه تکامل احساسات، روابط اجتماعی و منطقی نیز حرکتی تند و رو به جلو دارند. بلوغ دوران شناخت خود و پدیده‌های پیرامون خود است و شناخت یعنی تولد و زندگی دوباره. نوجوانی دوران تجارب جدید است. تجاربی تازه که سمبول طراوت، تازگی، رویدن و بهار عمر است.

بی‌شک سلامت جسمی، روحی و روانی در این مقاطع زندگی اساس احساسات زیبا و تجربیات موفق است. نوجوان بلوغ را تجربه می‌کند و تنها با آگاهی درست از وقایع این دوران است که می‌تواند به خوبی از تغییرات روحی و جسمی خود استقبال کند و از آن به عنوان یک



فرصت در جهت رشد خود استفاده کند. نوجوان خود را در میان انبوهی از نیازهای جدید و احساسات نو می‌بیند، تغییراتی که به خودی خود ذاتی مقدس دارد و هدفش آماده سازی انسان برای برعهده گرفتن مسئولیتهای زندگی اجتماعی و خانوادگی است. این تغییرات دنیای جدیدی از تواناییها را به روی جوان می‌گشاید و در مقابل

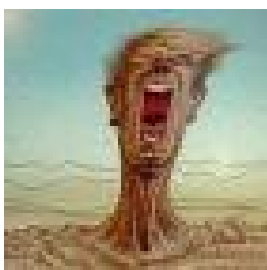
مسئولیتهای گوناگون فردی، خانوادگی، اجتماعی و از همه مهمتر مسئولیت در مقابل خود و خدای خود را پدید می‌آورد. سلامت روح و جسم، کلید برخورد صحیح با این تغییرات بالقوه مثبت است. نوجوان باید بداند که چه مسائلی روح و جسمش را تهدید می‌کند. او باید بداند که در مقابل توانایی‌هایی که خداوند به او اعطا نموده، چه مسئولیتهایی دارد. او باید روش‌های حفظ سلامت خود را بشناسد و با آگاهی بر تهدیدات بیرونی مقابله کند و درعین حال از نوجوانی و جوانی خود لذت مشروع برد و به مرور آنها در خدمت ارتقاء خود و جامعه بکار گیرد.

تغییرات همگانی دوران بلوغ

الف - **انزوطلبی:** نوجوان با رسیدن به بلوغ، از خانواده و هم سالان منزوی می‌شود و بیشتر اوقات با آن‌ها نزاع دارد و به این می‌اندیشد که چرا اطرافیان او را درک نمی‌کنند.



ب - **خستگی و ملامت:** نوجوان از مدرسه و فعالیت‌های اجتماعی و زندگی - به طور کلی - خسته و ملول می‌شود و در نتیجه، تا می‌تواند کم کاری می‌کند مثلاً بعضی از آن‌ها می‌گویند: ذهنم نمی‌کشد درس بخوانم.



ج - **تعارض و ستیزه جویی اجتماعی:** نوجوان غالباً ناهمکار، ناموافق و متعارض یا ستیزه‌جو می‌شود و به تدریج، با پیشرفت بلوغ، این حالت کاهش می‌یابد و نوجوان کم‌کم به دوستی و همکاری و آزادمنشی علاقه‌مند می‌گردد.



د - **احساسات تند و بدخلقی:** قهر، خشم، میل به فریاد زدن و مانند آن از خصایص این دوره است. نوجوانی با غم، اضطراب و زودرنجی همراه است و نوجوان با بهانه‌های کوچکی مثل نوع غذا، ساعت خواب و نحوه رفتار دیگران پرخاشگری می‌کند و فریاد می‌زند.



هـ - **فقدان اعتماد به نفس:** در حال بلوغ، نوجوان اعتماد به نفس خود را از دست می‌دهد، نسبت به خود بی‌اعتماد می‌شود و از شکست می‌ترسد. دلیل این موضوع ضعف مقاومت بدن و انتقاد مدام بزرگسالان است.

و - **حیا و عفت افراطی:** گاهی تغییرات دوران بلوغ سبب می‌شود بعضی از نوجوانان حیا و عفت افراطی پیدا کنند؛ زیرا از این می‌ترسد که دیگران متوجه تغییرات بدنی او شوند و نظر نامساعد نسبت به او پیدا کنند. یکی از علایم، علاقه نوجوان به جنس مخالف نیز همین حیا و عفت دانسته شده است که وقتی به جنس مخالف می‌رسد سر به زیر می‌اندازد.

* رشد جنسی

در وجود انسان، دو غریزه جنسی و قدرت وجود دارد که مهار آن‌ها نقش مهمی در سعادت بشر دارد. غریزه جنسی جاذبه قوی و کشش نیرومندی دارد که زن و مرد را به سوی ارضا سوق می‌دهد. از این رو، از آن به آتش شهوت تعبیر شده است. روابط جنسی در تمام زمان‌ها مورد گفت و گو و بحث در محافل دینی بوده و درباره آن تاکنون نظریات، تفریطی، افراطی معتدلی ارائه شده است که هر نظریه سعادت فرد را در عمل بر طبق آن می‌شناسد:

۱- **تفریط گرایی:** برخی مسیحیان و پیروان کلیسا و برخی از مذاهب در این دسته‌اند. آنها آمیزش جنسی را عملی پلید و حیوانی می‌دانند و از این رو، برخی از کشیشان ازدواج نمی‌نمایند و با سخت گیری، غریزه جنسی را سرکوب می‌کنند. اینان خود را از لذایذ طبیعی محروم می‌سازند.

۲- **افراط گرایی:** طرفداران آزادی غرایز مثل فروید و پیروانش در این زمینه راه افراط رفته‌اند. نظریه آن‌ها بر پایه اصالت لذت استوار است و سعادت انسان را در ارضای بی چون و چرا و بی قید و شرط غریزه جنسی می‌دانند. این نظریه در غرب، مفاسد بسیاری به بار آورده است.

۳- **اعتدال:** اسلام غریزه جنسی را نه خودسرانه و آزادگذاشته و نه آن را سرکوب کرده است، بلکه برای آن حدودی را در نظر گرفته است. پایه گذاران روش اعتدال در درجه اول پیامبران و امامان علیهم‌السلام هستند که هم مردم را به ازدواج تشویق می‌کنند تا غریزه جنسی به صورت سالم ارضا شود و هم انسان را از هرگونه لایبالی گری و انحراف جنسی منع می‌کنند.

* رشد شناختی در نوجوان

رشد شناختی انسان از دو طریق ارثی و اکتسابی صورت می‌گیرد: یعنی باید هم زمینه‌های ارثی در فرد باشد و هم محیطی تا او رشد یابد. در روایات نیز به این دو اشاره شده است. - حضرت علی علیه السلام: عقل دو قسم است: عقل ذاتی و عقل اکتسابی؛ عقل اکتسابی فایده‌ای نمی‌بخشد اگر عقل ذاتی موجود نباشد؛ همان گونه که در صورت موجود نبودن نور چشم، نور خورشید سودی نمی‌دهد.

پیاژه، روان شناس معروف سوئیسی، مطالعات تجربی ارزشمندی انجام داده و به این نتیجه رسیده که پایان سن ۱۴ - ۱۵ سالگی آخرین حد تکمیل ساختمان‌های ذهنی است و از آن پس، هیچ ساختمان جدیدی در ذهن بنا نمی‌شود و امتیاز بزرگ سال و نوجوان تنها به کم و بیش بودن تجارب است.

مهم‌ترین ویژگی‌های رشد شناختی - عقلی نوجوان

۱- پیدایش هوش نظری (تفکر انتزاعی): پیاژه در این زمینه می‌گوید: کودکان غالباً مشاهده کنندگان جهان خارجی هستند و در قید واقعیت محصورند (تفکر حسی - حرکتی) و تفکر آن‌ها وابسته به اشیای خارجی است. ولی نوجوان قدرت ذهنی فوق العاده‌ای پیدا می‌کند که او را از قید واقعیت‌های خارجی رها می‌سازد و او را به عالم ذهنی و درونی خود متوجه می‌گرداند. نوجوانی دوره تفکر انتزاعی است، «مَن» او آن قدر قوی است که می‌تواند دنیا را از نو بنا کند و چنان بزرگ است که می‌تواند آن را جزئی از خود کند؛ همان گونه که حضرت علی علیه السلام می‌فرماید:

«أَتَزَعُمُ أَنَّكَ جَرْمٌ صَغِيرٌ وَ فَيْكَ انْطَوَى الْعَالَمُ الْأَكْبَرُ»

بر اساس همین تفکر انتزاعی، بعضی از نوجوانان خوب می‌نویسند و وقایع را دقیق مجسم می‌کنند و بعضی خوب سخنوری می‌کنند و مفاهیم را در قالب‌های متعدد بیان می‌نمایند.

بدین ترتیب می‌توان به مراحل ذیل در توانایی ذهنی نوجوانان اشاره کرد:

الف. **عملیات فرضی - استنتاجی:** در این دوره، فرضیه می‌تواند اساس و پایه یک عمل ذهنی قرار گیرد؛ مثلاً، اگر به کودکی بگوییم ده مداد یک متری هر کدام ده تومان، نمی‌تواند بپذیرد؛ چون این را منطبق بر واقعیت نمی‌بیند، ولی نوجوان این مطلب را بر اساس فرض می‌پذیرد.

ب. **منطق قضایا:** در این دوره، نوجوان قضایای منطقی را می‌تواند به خوبی درک کند؛ مثلاً، اگر بگوییم تمام گنجشک‌ها پرنده‌اند. تمام پرندگان حیوان‌اند. پس تمام گنجشک‌ها حیوان‌اند. این استدلال به خوبی برای نوجوانان قابل درک و پذیرش است.

ج. **جدا شدن شکل از محتوا:** بر خلاف کودکی، که مرحله تفکر انضمامی (انضمام با اشیا) بود، نوجوان می‌تواند شکل را بدون محتوا در نظر بگیرد.

د. **عملیات ترکیبی:** این توانایی به نوجوان پایه استدلال علمی را می‌دهد، به گونه‌ای که نوجوان با استفاده از قدرت ذهن می‌تواند نظام معینی را با ترکیب سایر توانایی‌های ذهنی در خود به وجود آورد و حداکثر امکانات ذهنی خود را به کار بگیرد.

۲- ظهور استعدادها: در نوجوانی، با افزایش سن، استعدادها نیز بیش‌تر اختصاصی می‌شود، در حالی که در کودکی بیش‌تر عمومی بود؛ مثلاً، اگر دانش آموز سوم ابتدایی در درس فارسی قوی باشد معمولاً (نه همیشه) در سایر دروس هم نمره خوبی کسب می‌کند، بر خلاف نوجوان که ارتباط متقابلی بین دروس او دیده نمی‌شود و هر نوجوانی در درسی ممکن است موفقیتی کسب کند. یکی از اهداف روان‌شناسی تربیتی، کشف همین استعدادها، و کمک به نوجوانان است تا استعدادهای نهان خود را بیابند و شکوفا کنند؛ مثل بچه‌ای که (چه بسا به اجبار والدین) رشته ریاضی را انتخاب کرده ولی مدام در فکر کارهای هنری است که این نشان دهنده استعداد هنری اوست.

۳- شک و تردید: در این دوره، ساده اندیشی دوران طفولیت از بین رفته است و نوجوان به قضاوت و سنجش و ارزیابی مجدد اشیا، اشخاص، موضوعات و پدیده‌ها می‌پردازد تا در نظام ذهنی خود، دوباره آن‌ها را باز سازد. از این رو، شاید در همه چیز شک کند و یا به همه چیز، حتی افکار و عقاید والدین خود انتقاد نماید. در این دوره، بر خلاف کودکی، نوجوان، بزرگ سالان را افرادی عاری از عیب و اشتباه نمی‌داند، بلکه به عکس کوچک‌ترین عیب والدین را با ذره بین مخصوص دوره بلوغ بزرگ می‌بیند و شاید این اشتباه اصلاً برای نوجوان قابل تحمل و بخشش نباشد.

بنابراین، در این دوره، نوجوان در ابعاد وجود خود، باورها و اعتقاداتش دچار شک و تردید می‌شود، نه این که آن‌ها را نفی کند بلکه می‌خواهد آن‌ها را دوباره سازی کند و آنچه را که قبلاً از روی تقلید و اطاعت پذیرفته بود، با زیربنای فکر و استدلال ذهنی خود بازسازی کند. بدین وسیله، او در پی کسب «استقلال فکری» خود می‌باشد. از این رو، در این دوره، معلمان و مربیان نباید انتظار داشته باشند آنچه را آن‌ها می‌گویند نوجوان بپذیرد و آن‌ها باید به این خصوصیت شناختی نوجوان توجه کافی مبذول دارند و از شک و تردیدهای نوجوان نسبت به موضوعات گوناگون دچار نگرانی و اضطراب نشوند، بلکه از شک او برای رسیدن به یقین استفاده نمایند.

حضرت علی علیه السلام نیز می‌فرمایند:

«ظَنُّ الْإِنْسَانِ مِيزَانُ عَقْلِهِ.» ظن و شک انسان میزان عقل او را مشخص می‌کند.

بنابراین، به اولیا و مربیان توصیه می‌شود مواظب باشند که نوجوانان در شک باقی نمانند و این امکان را فراهم آورند که آن‌ها پایه‌های منطقی و فلسفی مسائل اعتقادی را به تدریج بنا نهند.

* رشد اجتماعی

شکل‌گیری هویت در نوجوان یک بحران است. به نظر اریکسون، هویت در نوجوانی شکل می‌گیرد که سؤالاتی مثل من کیستم؟ کجا می‌روم؟ چه هدفی دارم؟ و مانند آن را از خود می‌پرسد. نحوه جواب‌گویی به این سؤالات در رشد هویت او اثر می‌گذارد. اگر او بتواند به این سؤالات پاسخ مناسب بدهد احساس آرامش می‌کند و گرنه دچار اضطراب می‌شود.

اریکسون دوره نوجوانی را در «مهلت روانی» (فاصله بین امنیت کودکی و خودمختاری جهت یافته بزرگ سالی) می‌خواند. نوجوان می‌تواند نقش‌های مختلفی را تجربه کند. اگر در بحران هویت ناموفق باشد، احساس گم‌گشتگی و رنج می‌کند. اریکسون این حالت را «سردرگمی نقش» می‌نامد.

هویت‌یابی نوجوان

الف: موفق در اجتماعی شدن: نوجوانی که از نظر جسمی سالم است و از نظر تربیتی، از رهنمودهای سالم مربیان و والدین بهره گرفته، به آسانی خود را با جامعه تطبیق می‌دهد و اجتماعی می‌شود.

ب: ناموفق در اجتماعی شدن: بر خلاف مورد قبل نوجوانی که از نظر جسمانی ناقص است و یا تحت تربیت صحیح قرار نگرفته بعضاً تا آخر عمر در سازگاری با محیط موفق نمی‌شود و این قبیل نوجوانان بعضی راه انزواطلبی را در پیش می‌گیرند و عمر خود را این گونه سپری می‌کنند؛ بعضی دست به طغیان و عصیان می‌زنند و مرتکب جرایم و جنایاتی می‌شوند؛ و بعضی بر اثر فشارهای شدید، ناکامی‌ها و شکست‌های روحی، خود را می‌بازند و یا اقدام به خودکشی می‌کنند. تعداد زیادی از کارهای غیرعادی نوجوانان ممکن است به دلیل سر درگمی نقش باشد؛ مثل فرار از خانه و مدرسه، ترک شغل و بیرون از خانه به سربردن.

پیش از انتشار عقاید و نظرات اریکسون این گونه نوجوانان بزهکار تلقی می‌شدند، چون در این سن نوجوان در پی استقلال و هویت‌یابی است، لذا رفتارهایی از او سر می‌زد که به ظاهر برای افرادی که از ویژگی‌های این دوران غافل بودند نابهنجار می‌نمود و این رفتارها را به منزله رفتارهای ضداجتماعی و بر علیه اطرافیان می‌دانستند. نوجوانان همه با بحران هویت روبه روده‌اند، با این تفاوت که بعضی ساده‌تر آن را حل می‌کنند.

ابراز لیاقت در نوجوانان و جوانان: نوجوانان و جوانان شیفته‌ی ابراز لیاقت و اظهار وجود و شایستگی‌های خود هستند. اثبات شخصیت و احراز هویت برای آنان یکی از مطبوع‌ترین لذاذ روحی است که برای نیل به آن، از هیچ کوششی دریغ نمی‌کند. مثلاً، نوجوانی که شغل و مسئولیتی به عهده می‌گیرد به خود می‌بالد و احساس می‌کند که جامعه او را به عضویت پذیرفته است؛ او این پولی را که از این راه به دست می‌آورد - هر چند کم باشد - با چندین برابر پولی که رایگان از والدین گرفته است قابل مقایسه نمی‌داند؛ چون این پول را سند شخصیت خود می‌داند.

پسر جوانی که پس از مرگ پدر سرپرستی خانواده را عهده دار می‌شود احساس سربلندی و افتخار می‌کند. او برای مخارج آن‌ها با تمام قدرت، شب و روز کار می‌کند، به همه مشکلات تن می‌دهد و در درون مسرور است؛ زیرا از این راه می‌تواند مراتب شایستگی و لیاقت خود را آشکار سازد.

به عکس نوجوانی که نمی‌تواند با مردم بیامیزد و احراز هویت و شخصیت کند، همواره افسرده خاطر و متأثر است و از محرومیت خود رنج می‌برد. به طور خلاصه، می‌توان گفت: احراز شخصیت و هویت و حسن سازگاری با اجتماع یکی از تمایلات درونی نسل جوان و از ارکان اساسی زندگی اجتماعی است.

دلیل این که اولیای دین اسلام به نوجوان نقش و مسؤولیت «وزارت» داده‌اند نشان دهنده اهتمام اسلام به رابطه با جوان و نوجوان است. در این سن، او دنبال کسب هویت است و اگر از طرف خانواده تحقیر شود، هویت خود را نمی‌یابد.

امام صادق علیه السلام می‌فرمایند: «بر تو باد که به جوانان توجه داشته باشی؛ زیرا آن‌ها از دیگران در انجام امور خیرپیش قدم‌ترند.»

دکتر هاریس می‌گوید: نوجوانان برای خود موجودات مستقلی هستند و شما باید آن‌ها را صاحب شخصیت بدانید. در دوران بلوغ، بیش از هر زمان دیگر، انسان به این که مورد توجه باشد اهمیت می‌دهد و به شدت احتیاج دارد که به عنوان دوست و شریک تلقی شود. احتیاج جوان به استقلال، به همان اندازه است که در کودکی به حمایت و راهنمایی احتیاج دارد.

یاغی‌گری نوجوانان برای نیل به استقلال، یک امر طبیعی محسوب می‌شود و زمانی این یاغی‌گری به صورت دردسر درمی‌آید که جوان برای کسب استقلال بخواهد با والدین سخت‌گیر خود از راه مبارزه وارد شود. هیچ چیز بیش از حق رأی در تربیت آنان مؤثر نیست. بنابراین، باید در خانه و مدرسه، به آنان حق اظهار عقیده داده شود.

لازم به تذکر است که استقلال دادن به نوجوان و تکریم شخصیت او بدان معنا نیست که او را در تمام اعمالش آزاد بگذاریم تا طبق خواست خود، در هر محیط فاسدی و با هر رفیق فاسقی، هر کاری خواست انجام دهد. این همان اشتباهی است که دنیای غرب به تصور تأمین «آزادی» انجام داده و دچار ضربات و مشکلات فراوانی شده است.

خطر آزادی مطلق برای نوجوانان

نوجوانان عقل ضعیف و احساسات تند و آتشین دارند، همیشه در معرض سقوط و انحراف‌اند. اگر آزادی مطلق داشته باشند به انواع گناه و پلیدی، فحشا و بی‌عفتی و عادات مضر گرفتار می‌شوند.

به نظر دکتر هاریس، منظور از استقلال، آزادی، حق رأی و اظهار عقیده است نه آنکه نوجوانان را به کلی رها کنیم و در خانه و مدرسه آن‌ها را به حال خود بگذاریم تا هر چه

می‌خواهند بکنند. مسلماً آن‌ها نمی‌توانند راه سربالایی زندگی را بدون راهنمایی و یاری بزرگترها بیمایند؛ باید دستشان را گرفت.

از کلمه «وزیر» هم که در روایات آمده است، محدودیت آزادی جوانان و نوجوانان استفاده می‌شود؛ زیرا وزارت به معنای یاری و معاونت است و نوجوان هم معاون و معاضد والدین است و او به عنوان وزیر، اجازه اظهار نظر و کمک به والدین داده شده، ولی تصمیم نهایی در اختیار والدین است.

به طور طبیعی و فطری، نوجوان در عطش استقلال و شخصیت است و بنا به فرموده پیامبر ﷺ، والدین باید با نوجوان به عنوان وزیر عمل کنند و میل طبیعی او را برآورده سازند. در این صورت، نوجوان اعتماد به نفس پیدا می‌کند و زندگی مستقل، مفید و با ارزشی خواهد داشت.

اگر والدین آزادی لازم را به نوجوانشان ندهند و مداوم او را تحت فشار بیش از حد قرار دهند و تحقیر نمایند - هر چند این کار به عنوان علاقه بیش از حد صورت گیرد - و قدرت تعقل و تفکر به نوجوان داده نشود، در این صورت، والدین نوجوان را از خود منقطع کرده، متکی به غیر بار می‌آورند.

در نتیجه دو شکل در نوجوان بروز می‌کند:

الف: بر اثر فشارهای طاقت فرسا، نیروی مقاومت خود را از دست می‌دهد، تسلیم شرایط موجود می‌شود و از تشخیص طلبی و استقلال چشم می‌پوشد که این به ظاهر خوب است ولی استعدادهای او را می‌میراند و موجب از دست دادن اتکا به نفس در او می‌شود.

ب: در مقابل فشارهای بی مورد والدین ستیزه جو می‌شود که در این صورت کانون گرم خانواده تبدیل به صحنه مبارزه می‌شود و هر قدر والدین بر سخت‌گیری خود بیفزایند، مشکلات او بیش‌تر خواهد شد و از همین جا، زمینه انحرافات اخلاقی و روی آوردن به جوانان شروع می‌شود. آنان به تصور خود، از این راه می‌خواهند برای خود شخصیت کسب کنند.

خصایص اجتماعی دوره نوجوانی

- ۱- گرایش به انس و الفت با دیگران.
- ۲- کاسته شدن تسلط خانواده بر نوجوان و تلاش نوجوان برای تثبیت موقعیت خود و جلب اعتراف اطرافیان و پذیرش این واقعیت.
- ۳- بینش اجتماعی در مرحله نوجوانی که موجب درک روابط موجود بین خود و دیگران می‌شود و منجر به دریافت بصیرتی خاص در آثار و اعمال متقابل رابطه نوجوان و مردم می‌گردد.
- ۴- سرکشی و تمرّد علیه فشار موجود در خانواده که ناشی از احساس فردیت و استقلال طلبی اوست.
- ۵- احساس تمسخر نسبت به محیط واقعی زندگی که ناشی از آرمان گرایی نوجوانان می‌باشد.
- ۶- رقابت با دوستان و هم سالان در صحنه‌های مختلف که ناشی از احساس اثبات موقعیت اجتماعی و خودنمایی نوجوان است.
- ۷- پای بندی نوجوان به عقاید و افکار خود در مقابل معیارهای والدین و فرهنگ و محیط زندگی.
- ۸- آمادگی برای ایفای نقش زن و مرد.
- ۹- تقلید و تبعیت از نمونه‌ها و سرمشق‌های خود به جای تبعیت از قواعد و مقررات اخلاقی.
- ۱۰- کاهش وابستگی نوجوان و رشد روحیه استقلال طلبی در نوجوان.

* رشد عاطفی

یکی از عواملی که در شخصیت نوجوان مؤثر است عواطف نوجوان می‌باشد. نوجوانان افرادی عاطفی‌اند و گاهی کوچک‌ترین چیز احساسات و عواطف آن‌ها را خدشه دار می‌کند و در نتیجه، موجب دگرگونی آن‌ها می‌شود. پس همه افراد، به خصوص بزرگ‌ترها باید در برخورد با نوجوانان به عواطف آن‌ها توجه کافی مبذول دارند.

ویژگی‌های رشد عاطفی نوجوان

۱- هیجان و عواطف تند و شدید؛ نوجوان از محرک‌های هیجانی به سرعت متأثر می‌شود که دلیل آن نامتعادل شدن ترشحات غدد داخلی و تغییر گرایش او نسبت به محیط است که از یک سو، نمی‌خواهد و نمی‌تواند واکنش‌های کودکی را از خود نشان دهد و از سوی دیگر، هنوز نمی‌تواند کاملاً با وضع موجود سازش یابد و واکنش مطلوب اطرافیان را نشان دهد. از این رو وقتی به رفتار او انتقاد می‌شود سریع ناراحت و غمگین می‌شود.

۲- گاهی در تعبیر و بیان عواطف خویش دچار تردید می‌شود و حتی به دلیل نگرانی از انتقاد و سرزنش مردم، آن‌ها را آشکار نمی‌کند. به این دلیل، در خود فرو می‌رود، به توهمات پناه می‌برد، از مردم کناره می‌گیرد و گاهی از ناسازگاری امیال با واقعیات ناامید می‌شود.

۳- واکنش‌های هیجانی و عاطفی نوجوان ناپایدار است که دلیل این ناپایداری در دو چیز می‌باشد:

الف: تغییر در ترشحات غدد درون ریز که موجب تحریک عاطفی بیشتر او می‌شود.

ب: تغییرات رشدی خاص دوران بلوغ و تردیدهای اجتماعی که تنش عاطفی نوجوان را افزایش می‌دهد.

۴- به دلیل آن که نوجوان تجربه بزرگ سالان را ندارد، در نحوه اظهار پاسخ‌های هیجانی و عاطفی نمی‌تواند سنجیده عمل کند.

انواع عواطف در دوره نوجوانی

عواطف در دوره نوجوانی به امور خاصی تعلّق می‌گیرد که شاید در ابتدای امر متناقض به نظر برسند؛ مثل ترس و خشم که نوجوان از طرفی می‌ترسد و از طرف دیگر خشم می‌کند.

الف - ترس: برخی تحقیقات نشان می‌دهد که نوجوان در اوایل بلوغ هنوز برخی ترس‌های کودکی را دارد؛ مثل ترس از اشباح که به تدریج، این ترس‌ها را از خود دور می‌کند. موضوع ترس در نوجوانی ممکن است این موارد باشد:

۱- ترس‌های مدرسه‌ای؛ مثل ترس از امتحان، کوتاهی در انجام تکالیف، تمسخر و استهزای معلمان و هم کلاسان و اجبار به شرکت در بحث گروهی و سخنرانی.

۲- ترس‌های بهداشتی که به شکل ترس از حوادث ناگهانی، مصیبت‌ها، بیماری و مرگ ظاهر می‌شود.

۳- ترس‌های خانوادگی که هنگام بیماری افراد خانواده یا مشاجره آن‌ها مشاهده می‌شود.

- ۴- ترس‌های اقتصادی که از پایین آمدن سقف اقتصادی خانواده ناشی می‌شود.
- ۵- ترس‌های اخلاقی که به صورت احساس گناه در هنگام خطا و اشتباه ظاهر می‌شود.
- ۶- ترس‌های جنسی که ناشی از نگرانی کیفیت ارتباط با جنس مخالف و اختلال احتمالی کارکرد اعضای تناسلی او می‌باشد.

نمودها و مظاهر ترس

- ۱- اضطراب و دلواپسی که معمولاً علت آن روشن نیست.
- ۲- کم‌رویی که با ترس از وضع موجود در محیط همراه است و از توجه نوجوان به خویش ناشی می‌شود.
- ۳- پریشانی که با ترس همراه است و هنگام نومیدی و نیافتن راه گریز از وضع موجود، پیدا می‌شود و همچنین ترس از استهزای دیگران یا افراط در تعریف و تمجید که او را پریشان می‌کند.
- ۴- افسردگی که غالباً نتیجه یادآوری ناکامی‌ها، شکست‌ها و غم خوردن‌های پیشین است.

عوارض ترس

معمولاً این عوارض در هنگام ترس بروز می‌کند: لکنت زبان، ادرار غیرارادی، خواب پریشانی، حرکات عصبی، حسادت و کم‌رویی.

ب - خشم: عوامل خشم در نوجوان عبارت است از:

- ۱- به تعویق انداختن: اگر فرد نتواند در فعالیتی که انجام می‌دهد موفق شود یا او را از گفتگو، خواب یا غذا منع کنند و کارش را به تعویق اندازند.
- ۲- احساس ستم و محرومیت: وقتی از اعضای خانواده، معلم یا دوستان نسبت به خود ستمی احساس نماید یا دیگران به نزدیکان او ظلمی کنند.
- ۳- تعدی به حریم و مقدسات فرد: مثل این که کسی به خط و فکر و دین نوجوان توهین کند.
- ۴- وضع مزاجی: مزاج نوجوان از عوامل طبیعی خارجی متأثر می‌شود، مثلاً اگر باد تند بوزد یا گرما شدید باشد یا دیر به ماشین برسد خشمگین می‌شود.

واکنش‌های خشم در نوجوانی:

این واکنش‌ها عبارت است از:

- ۱- علایم حرکتی، مثل این طرف و آن طرف رفتن و نشستن و برخاستن، سر تکان دادن و از خانه خارج شدن که نشان دهنده سرگردانی شخص است.
- ۲- علایم کلامی، مثل تهدید و دشنام که نشان می‌دهد نوجوان خشمگین است.
- ۳- بیان چهره‌ای یا زبان حال، که نوجوان با کتک و داد و فریاد همراه نیست، ولی خشم خود را با چهره نشان می‌دهد، مثل قهر.
- ۴- سرزنش، مثل این که خود را گنه کار بداند و خویشتن را سرزنش کند و خشم‌اش را متوجه خویش کند که در این صورت، گاهی از شدت ناراحتی گریه می‌کند.

ج - محبت: در دوران کودکی، دایره محبت محدود به شخص کودک است، سپس والدین را هم دوست می‌دارد و هر قدر سن او بیش‌تر می‌شود، قلمرو محبت او نیز افزایش می‌یابد؛ مانند محبت به مال، مقام، فرزندان، همسر، نوع بشر، ایمان و خدا.

البته لازمه محبت به موارد مزبور، حبّ ذات بوده که غریزی است و ریشه‌ای عمیق در وجود بشر دارد؛ این گونه محبت‌ها نیازی به حمایت و پرورش ندارد. ولی نوع دوستی و دگر دوستی ضعیف و کم فروغ است و بدون تربیت و مراقبت نیرومند نمی‌شود. از این رو، اولیا و مربیان باید توجه کافی به این موضوع مبذول دارند. اما اگر خود دوستی زیاده از حد تقویت شود و از حدود مصلحت تجاوز کند، به خودپسندی تبدیل می‌شود و در نتیجه، مفاسد بزرگی، از جمله، آلودگی به سیئات اخلاقی و تجاوز به حقوق دیگران به بار می‌آورد. بر خلاف آن، اگر دگر دوستی تقویت شود، درندگی و صفات حیوانی انسان زایل شده، فرد به عالی‌ترین صفات انسانی متصف می‌گردد. البته منظور از دگر دوستی، محبت به انسان‌ها برای کسب فضایل اخلاقی و شرافت انسانی است، نه نیل به خواش‌ها و تمنیات غریزی و مادی.

نیاز به محبت متقابل:

آدمی از لحظه تولد تا هنگام مرگ در هر سنی و شرایطی که باشد، نیازمند محبت است. او دوست دارد به دیگران محبت کند و مورد محبت آن‌ها باشد، به خصوص در سنین نوجوانی و جوانی که در پی کسب هویت است؛ اگر احساس کند فردی بی‌فایده است هویت سالم او شکل نمی‌گیرد و اگر این نیاز او ارضا نشود، زندگی‌اش مختل می‌گردد و نه تنها همیشه اضطراب و

بدبینی و احساس تنهایی دارد، بلکه هرگز نمی‌تواند به دیگران محبت ورزد؛ زیرا خودش آن را تجربه نکرده است.

نوجوان در سنین نوجوانی شیفته محبت است، به حدی که محبت یکی از نیازهای او محسوب می‌شود و برای جلب توجه و محبت دوستان، مثل آنان لباس می‌پوشد، آن‌گونه که آن‌ها می‌پسندند حرف می‌زند و به عقاید و خواسته‌های هم سالان و مقررات گروه احترام می‌گذارد.

* رشد مذهبی

اصل گرایش به دین و مذهب فطری است و در همه انسان‌ها وجود دارد؛ ارسال رُسل و انزال کتب برای شکوفا کردن و غبارروبی از این فطرت الهی است. فرایند شکل‌گیری مذهب از کودکی تا بزرگ سالی دارای مراحل می‌باشد که در نوجوانی تحت تأثیر تفکر صوری و شناختی، تغییرات زیاد مذهبی نیز رخ می‌دهد. در این دوره، نوجوان دنبال یافتن نوعی فلسفه برای زندگی است که تعریف مشخصی از زندگی و جهان اطراف ارائه دهد؛ فلسفه‌ای که جمیع شؤون زندگی او، اعم از سیاسی، اقتصادی و اجتماعی را شامل شود و بتواند نیازهای او را مرتفع کند و به سؤالات او جواب مناسب بدهد.

رغبت‌های دینی



بر خلاف تصوّر بعضی، نوجوانان به دین و مذهب علاقه مندند و احساس می‌کنند دین نقش مهمی در زندگی آن‌ها ایفا می‌کند. آن‌ها درباره ادیان و مذاهب سخن می‌گویند،

در مراسم دینی شرکت می‌کنند و در مورد مفاهیم دینی از بزرگ‌ترها می‌پرسند. از این رو، دوره نوجوانی را «دوره تردید دینی» نام نهاده‌اند؛ زیرا در این سنین، نوجوان می‌خواهد باورها و اعتقاداتش را از نو بسازد و از تقلید کورکورانه و صرف، خارج شود و با استدلال عقل در معتقدات خود تجدید نظر کند. در این سنین نوجوان در انجام اعمال مذهبی مثل نماز و روزه سهل‌انگاری می‌کند با این که پیش از این سن مرتب و مقید به انجام این عبادات بوده است،

حتی گاهی در مقابل بزرگ‌ترها که او را به دلیل نماز نخواندن سرزنش می‌کنند می‌گوید: چرا نماز بخوانم؟ والدین نباید نگران این شک و تردید باشند؛ زیرا بر حسب فرموده حضرت علی علیه السلام که قبلاً هم ذکر شد، شک و تردید انسان در موضوعات مختلف نشانه عقل و میزان رشد اوست. در این موارد، وظیفه اولیا و مربیان است که طوری برای نوجوان زمینه را فراهم کنند که از شک برای رسیدن به یقین استفاده کند و در شک باقی نماند.

کودک احساس می‌کند والدین و بزرگ‌ترها از اشتباه مبرا هستند، ولی چنین تصویری در نوجوان وجود ندارد. او بزرگ‌ترها را ممکن الخطا می‌داند. بنابراین، احساس می‌کند که به آن‌ها هم نمی‌تواند اعتماد کند. از این رو، نیازمند پایگاهی مستحکم می‌شود که بتواند او را هدایت کند و خود بدون خطا باشد.

دوره‌های شکل‌گیری دین و مذهب در نوجوانان:

در نوجوانی شاهد تغییرات و تحولات زیادی از جمله تغییرات شناختی هستیم. از این رو شکل‌گیری دین و مذهب در نوجوان چند دوره را طی می‌کند:



۱- دوره بیداری دینی: در این دوره، نوجوان علاقه‌مند است مثل والدین خود، آداب و مراسم دینی را انجام دهد. همین اعمال موجب افزایش رغبت دینی در او می‌شود. از این رو، شایسته است اماکن عبادی دارای جاذبه باشد تا نوجوان را جذب کند.

۲- دوره تردید دینی: در این دوره، او به انتقاد مفاهیم دینی می‌پردازد و سؤالاتی به ظاهر کفرآمیز مطرح می‌کند؛ اگر خدا نباشد چه می‌شود؟ چرا خدا دیده نمی‌شود؟ او مراسم مذهبی را مورد انتقاد قرار می‌دهد، بدون این که آن‌ها را مردود بشمارد.

۳- دوره بازسازی دینی: نوجوان احساس می‌کند که به حقایق دینی تازه‌ای نیاز دارد، اما متفاوت از آنچه والدینش بدان معتقد بودند. برای این منظور، ممکن است به گروه‌های دینی خاص گرایش پیدا کند. در این جا نقش محیط و اولیا و مربیان روشن می‌شود و باید زمینه سالم را برای او فراهم کنند. نوجوانی که در دوره تردید دینی به سر می‌برد و می‌خواهد زیربنای دین خود را با عقل و استدلال بسازد، نیاز شدیدی به کمک اولیا و مربیان دارد. فقدان ارشاد

آن‌ها یا ارشاد با شیوه غلط موجب می‌شود نوجوان راه خطا در پیش گیرد. البته در این زمینه، نباید از نقش محیط و دوستان غفلت کرد.



شیوه‌های جذب نوجوانان به مذهب

در زمینه شیوه‌های جذب نوجوانان به مذهب، توصیه‌هایی در ارتباط با خود نوجوانان، خانواده و دوستان ضروری است که به اختصار به آن‌ها می‌پردازیم:

۱- در ارتباط با خود نوجوان:

الف. جهل زدایی از طریق والدین و مربیان و شناخت خداوند توسط کتاب‌ها، مجلات، فیلم‌ها، دوستان و مانند آن.

ب. ایجاد رغبت از طریق برقراری رابطه محبت آمیز با نوجوان.

ج. استفاده از شور و احساس مذهبی و شرکت دادن نوجوان در مراسم مذهبی.

د. ایجاد اعتقاد در نوجوان نسبت به نظارت مستمر خدا بر اعمال همه انسان‌ها.

هـ. استفاده از تفکر انتزاعی نوجوان

برای درک پدیده‌ها و قدرت خداوند؛ مثل استفاده از برهان نظم.

و. یادآوری نعمت‌های خداوند؛ مثل سلامتی.

ز. پاسخ به پرسش‌های نوجوان و مجهز کردن او در دفاع از مذهب.



ی. زمینه سازی برای خودسازی و خودیابی و محاسبه نفس و پرهیزگاری.

۲- در ارتباط با خانواده:

الف. بُعد الگویی خانواده از اهمیت خاصی برخوردار است؛ هر قدر آنان در اعتقادات و عبادات مستحکم‌تر باشند برای نوجوان بهتر است.

ب. ایجاد رابطه با نوجوان در محیط گرم خانواده به طور صمیمی و نشان دادن محبت در این ارتباط ضروری است.

ج. مسؤولیت پذیری و تشخیص طلبی نوجوان به عنوان مشاور بودن برای والدین برحسب توصیه روایات الزامی است.

د. نظارت‌های غیرمستقیم و مراقبت‌های غیرآشکار و دادن تذکرات به موقع و مخفی - نه رسواگرانه - موجب هدایت او می‌گردد.

هـ «سخن کز دل برآید لاجرم بر دل نشیند.» بنابراین، باید حرف و عمل والدین و دیگر اعضای خانواده یکی باشد.

۳- در ارتباط با معاشران و دوستان و خواهر:

الف. نوجوان آسان‌پذیر و متأثر از رفیقان است. بنابراین، باید مراقب دوستان او بود. دوست اثر عمیق بر او می‌گذارد، به حدی که گاهی به خاطر دوست، خود را به زحمت می‌اندازد و از باور خود دست برمی‌دارد. این موضوع در دختران نمود بیش‌تری دارد.

ب. وحدت فکر و عمل در رفتار خواص و مسئولین

ج. عضویت در مراکز سالم، اعم از کتابخانه و باشگاه، که در گسترش اعتقادات نوجوان مؤثر است.

مشکلات تربیت مذهبی نوجوانان

تربیت مذهبی نوجوانان در جامعه با دشواری‌هایی روبه‌روست که این مشکلات به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند:

۱- آنچه مربوط به ماهیت تربیت مذهبی می‌شود و دارای سه عنصر است:

الف. تحول در شناخت.

ب. تحول در عواطف.

ج. تحول در رفتار.

سه عنصر قسم اول، مثلی را می‌سازند که در آن، سه عنصر مزبور با هم ارتباط متقابل دارند. اما مشکل وقتی ظاهر می‌شود که از یکی از آن‌ها غفلت شود. بنابراین، نباید صرفاً به یک بُعد توجه کرد و سایر ابعاد را فدای آن نمود، بلکه این سه باید متناسب با هم مورد توجه قرار گیرند. اگر کاری بدون توجه به عواطف نوجوان صورت گیرد، نمی‌توان گفت آن نوجوان تربیت مذهبی شده است؛ مثلاً، اگر نوجوان در اول وقت نماز بخواند (رفتار)، ولی دلیل کار خود را نداند (فقدان شناخت) تربیت او مذهبی نیست.

۲- آنچه مربوط به شرایط و فضای خاصی می‌شود که در آن قرار داریم.

که مربوط به فضای خاص زندگی است، مثل این که اقامه نماز جماعت در مدارس اجباری باشد، همین تأثیر منفی بر جای می‌نهد. البته این ادعایی است که مؤید عقلی و نقلی دارد. مؤید عقلی آن این است که اگر فردی چیزی را درک نکرده باشد و تقلید صرف باشد، دچار تزلزل می‌شود و با مشاهده مورد خلاف دچار تردید می‌گردد، اما اگر برای خودش توجیه شده باشد کم‌تر اتفاق می‌افتد که از آن دست بردارد. در مورد مؤید نقلی هم روایاتی هست که می‌گوید خواب عالم از عبادت جاهل بهتر است. اکتفا به این موضوع هم که فضا و حکومت مذهبی است درست نمی‌باشد و به صرف فضای مذهبی، نباید انتظار داشتن فرزندی مذهبی داشته باشیم، بلکه باید همه ابعاد تربیت دینی او نیز در نظر گرفته شود. محیط و فضای سالم مذهبی لازم است، ولی کافی نیست. تأکید بر امر به معروف و نهی از منکر از همین باب است تا به هر کس خطاهایش تذکر داده شود.

تبادل فرهنگی با سایر جوامع

از جمله مسائلی که در تربیت مذهبی اثر منفی می‌گذارد، مسأله تبادل فرهنگی با کشورهای بی بند و بار است؛ مثلاً، نوجوانی که فیلم‌های آن‌ها را می‌بیند سبک لباس و دیگر اشیای مستعمل را مشاهده می‌کند، تحت تأثیر فرهنگ خاص آن‌ها قرار می‌گیرد. در این زمینه، وظیفه اولیا و مربیان است که در مورد فرهنگ غرب، بین محاسن و معایب تفکیک قایل شوند. این که به طور مطلق بگوییم فرهنگ غرب را قبول نداریم، برای نوجوان قابل پذیرش نیست؛ زیرا در مواردی، محاسن آن‌ها را دیده یا شنیده است. پس باید بین این دو را تفکیک کرد و متقابلاً از امدادهای غیبی و کمک‌های معنوی خداوند مثل کمک‌های خداوند در طول جنگ تحمیلی به رزمندگان اسلام برای او یادآور شد. باید به نوجوان گفت که آنچه از غرب منفی و مورد نکوهش است، فرهنگ ابتدال و بی‌بندوباری است که روز به روز جنگ‌ها و نزاع‌ها، طلاق‌ها و جدایی‌ها و مفاسد اجتماعی، از اعتیاد گرفته تا مسائل ناموسی و جنگ و خون‌ریزی، همه ناشی از آن است.