

باسمه تعالی

پژوهشی سیرامون

روانشناسی بالغ و نوجوان

تهیه و تنظیم: محمود حسینی

مدیر مؤسس مدارس غیرانتفاعی رسا

ناچیه 7 شهید

زمنان 87

مقدمه

جهانی که ما در آن زندگی می کنیم جهان فنون می باشد ، جهانی که حاکمیت شدید ماشین دیده می شود و این خود خبر از فاجعه ای

می دهد که آن نابودی انسان بدست ماشین ساخته شده خودش می باشد .

مقاله ای که در پیش روی شماست همانطور که از عنوان آن مشخص است مربوط به بررسی دوران بلوغ است در این نوشتار سعی شده است تا در حد امکان خواننده با مسائل و خصوصاتی از دوران بلوغ که مورد نیاز می باشد آشنا شود .

برخواننده عزیز پوشیده نیست که با توجه به اهمیت قابل توجهی که در جوامع کنونی به جوان و نوجوان داده می شود به خصوص اهمیت آن برای اولیاء گرامی و با توجه به گستردگی و وسعت تعلیم و تربیت در جامعه های مختلف و

ایجاد روشها و شیوه های تعلیم و تربیت مختلف و جدید که بر پایه تغییرات سریع روانشناسی جدید می باشد آشنایی

داشتن از دانش آموز بطور کل و بالغ و نوجوان بطور خاص از مسائل اساسی و مهم برای اولیاء ، معلمان و مربیان می

باشد و مخاطب ما در این نوشتار در ابتدا پدران و مادران محترم و سپس مدیران ، دبیران و معلمان عزیزی می باشند که

در آینده ای نه چندان دور عهده دار مسئولیت مهم و خطیر تعلیم و تربیتی می شوند و یا اینکه هم اکنون در این راه قدم

نهاده اند و مشغول می باشند .

انگیزه انتخاب نگارنده بیشتر بخاطر این جنبه و هم چنین نوع شغل و وظیفه ای که در جامعه که همان تعلیم و تربیت

است بعهدہ دارد می باشد . البته مقصد و هدف اولیه در این مقاله شامل دو بحث کلی می شود اول روانشناسی دوران

بلوغ بطور کلی و دوم روشهای تعلیم و تربیت قدیم و جدید بالغ

ولی بعد از مطالعات به این نتیجه رسیدم که بخاطر وسعت دامنه و بحث و کمی وقت که آنهم نیاز به مطالعات گسترده و

بسیار زیادی آنهم نه در یک ماه و یا چند ماه شاید نیاز به کاری مداوم و طولانی داشته باشد لذا بیشتر جنبه روانشناسی

موضوع و آنهم مواردی که با اهمیت تشخیص داده می شد را در نظر بگیرم ولی این مساله ما را از این که در موارد



لزوم نکات تربیتی را هم متذکر بشویم . منع نمی کند لذا در بعضی موارد در مواردی که لازم دیده شده است آن موارد را هم گوشزد کرده ایم .

البته قابل ذکر است که در غرب در مورد بلوغ و بالغ و مسائل مربوط به آن مطالعات و تحقیقات زیادی انجام شده است و خوشبختانه تا حدودی منابع ترجمه شده آن موجود می باشد و در سالهای اخیر با توجه با احساس نیاز کتب زیادی از محققان کشور نیز به چاپ رسیده است که بیشتر روانشناسی کودکان است. و در مورد دوران بلوغ آنهم در صفحات آخر و با تذکراتی کوتاه پیدا کنیم البته کتابهایی با نام مجزا برای بررسی این دوران (بلوغ) وجود دارد مثل کتابهای دکتر قائمی و دیگران ولی در مقابل کتابهای کودکان بسیار کم است . البته نمی خواهیم اهمیت بحث و بررسی دوران کودکی را کتمان کنیم بلکه این را می خواهیم بگویم اگر بحث هم جنبه در اصراف بلوغ و بالغ از اهمیت مباحث در اصراف کودک بیشتر نیست کمتر نیز نمی باشد .

در نزد غربیان همانطور که موريس د بس در آخر کتاب بلوغ لیست کتابهای قبل از خودش را بیان کرده نشان می دهد که غربیان چقدر به این موضوع توجه دارند که ما علت این امر را در فصل اهمیت بحث خواهیم گفت خواننده عزیز برای آشنایی با کتب غربیان در این مورد می تواند به لیست آخر کتاب بلوغ موريس د بس مراجعه کند و گفته ما را تأیید کند .

و هم چنین در کتب روانشناسی بخصوص در نزد عزیزان در این مورد کار بسیار شده است که مراجعه به آنها نیز مفید می باشد . - منابع دیگری که می توان از آن نام برد که بسیار جالب می باشد احادیث و روایات معصومین است که در این مورد در کتب مختلف موجود است و این احادیث و روایات به صورت پراکنده می باشد که مقداری از آنها در سری کتابهای حدیث تربیت از انتشارات پیام آزادی جمع آوری شده که خود نیز احتیاج به تحقیقات پر دامنه و فراوانی در این مورد دارد و شاید بتوان در آینده مقاله ای با عنوان بالغ و معصومین نیز تهیه کرد بهر حال در این نوشتار ما گفتار خودمان را در مواردی که لازم است با گفتار معصومین مزین نموده ایم که خود منبع عظیمی در این مورد می باشد .



فصل اول سابقه و اهمیت بحث

از زمانی که خلقت انسان بنا نهاده شد و خلیفه ا... در زمین گشت براساس خصوصیات فطری و ذاتی که در انسان قرار داده شده این موجود همیشه بدنبال مسائل خود و محیط اطراف خود بوده است و می باشد. حس کنجکاوی و درک مسائل و تعمق در آنها و تدبیر در آنها از خصوصیات بارز انسان است. هر چه از عمر این انسان می گذشت بروسعت دید و تدبیر و گسترش حس کنجکاوی اش افزوده شده و می شود. و این نیست جز طی زمان و گذشت مراحل مختلف زندگی انسانی.

و اکنون می بینیم که انسان امروز چگونه در راهی قدم نهاده است که شاید انسان یک قرن پیش هیچ وقت در نظرش این چنین نمی آمد انسانی که قدم به کره ماه گذاشته و نظر به کرات دیگر دارد اتم را شکافته و به آنهم بسنده نکرده و اجزاء اتم را در تحت کنترل در آورد ماشین حسابگر، رایانه، اینترنت وسایل الکترونیک و غیره را اختراع و بنا نهاد و در مسیر علوم طبیعی و زیستی نیز چنان گامی بلند نهاده است که حتی قصد دارد در مساله حیات نیز دست برد.

اما این یک روی سکه است شاخه ای دیگر که در طی قرون اخیر رشد فزاینده ای پیدا کرده است مساله علوم انسانی است مساله معرفت و انسان شناختی است و بر همین اساس منطق و فلسفه و حکمت و غیره را بنا نهاد تا درباره وجود خود نیز حس کنجکاوی اش را ارضاء کند و هر روز که می گذرد این علوم که در 2 قرن پیش کلیاتی بیش نبود و حتی در چند قرن دورتر دانشمندانی در همچون ابوعلی سینا و فارابی و غیره را جامع علوم می دانستند از طب تا فلسفه و از منطق تا نجوم اما امروزه هر چه می گذرد این علوم جزئی و جزئی تر می شود و این هم بر اساس گسترش و باز شدن افق جدید در هر رسته از علوم است و بر همین اساس است که می بینم در مورد یک عضو مانند چشم انواع تخصص ها بوجود آمده است.



و علوم انسانی که شاخه ای از آن در گذشته مربوط به معرفت نفس می شد که قدما از فلاسفه یونان مانند افلاطون و ارسطو گرفته بر اثر گذشت زمان و گسترش و وسعت دیدها به صورت روانشناسی^۱ امروزه که خود بصورت اجزائی کاملاً جدا در آمده است نمایان گردیده است .

و این تحول مدیون تلاشهای فلاسفه قدیم از افلاطون تا ابوعلی سینا می باشد و از ابوعلی سینا تا ارسطو که هر کدام به سهم خود در آن نقش عمده ای را ایفا نموده اند.

اما موضوع بحث ما در اینجا بالغ است که خود امروزه شاید بعنوان شاخه ای از روانشناسی در آمده است و بعنوان روانشناسی باغل مطرح است . اهمیت آن از قدیم مد نظر بوده است شاید یونانیان بعنوان اولین غربیانی بوده اند که بصورت جدی در مورد روانشناسی و آموزش و پرورش جوان تعمق نموده اند و نمی توان وجود آنان را از نظر دور داشت .^۲

که می توان در این مورد از مطالعات افلاطون و یا ارسطو که حتی مطالعات پر دامنه فلسفی و اخلاقی را کنار گذاشته و قسمت اعظم اوقات خود را طرف بررسی و تحقیق دوران بخصوص بلوغ کرده است .

ج- آهاد فیلد می گوید :^۳

در همین جهت ارسطو صدای نو بالغ را به صدای بز تشبیه می کرد و معتقد بود که دوره جوانی دوره رویاها و آرمان پرستی است و یا در کتاب امیل و در کتاب چهارم اسرار بلوغ را که تولد ثانی می نامد بیان کرده است .

و این نظر تاییدی است بر قدمت و سابقه طولانی قدیمی بحث در مورد جوان و نوجوان و یا بالغ .

اما جدای از این در ادبیات قدیم و جدید نیز وجود و بالغ و جوان بطور کامل محسوس است شاعران از قدیم و گذشته های دور مهره های عاشقانه خود را در متون در بی خویش از میان جوانان انتخاب می کردند و در این میان ناگزیر بعضی از خصلت ها و خویهای بالغ و یا نوجوان و جوان را بیان می داشته اند .

در ادبیات قدیم رومئو و ژولیت و در ادبیات ما فرهاد و شیرین - لیلی و مجنون و غیره ...

Psychology 1

2 انتخاب شده از کتاب آموزش و پرورش کهن - ای بی کاسل - ترجمه معین جلالی - بنگاه ترجمه و نشر کتاب

3 روانشناسی کودک و بالغ - ج آهاد فیلد - ترجمه شمس تبریزی - چاپ بنگاه مطبوعاتی صفی علیشاه ص 295



و حتی سعدی در گلستان خود بابتی را بعنوان پیری و جوانی مطرح کرده است و در باب ششم جوانی را اینطور معرفی می کند: جوانی معجب - خیره رای - سرتیز - سبک پای که هر دم هوسی برد و هر لحظه رایبی زند و هر شب جایی خسبد و هر روز یاری می گیرد

وفا داری مدار از بلبلان چشم که هر دم بر گلی دیگر سرایند

و در ادامه جوانی را در مقابل پیری می گذارد و می گوید:

پیران که به عقل و ادب زندگانی می کنند نه به مقتضای جهل جوانی

و جالب تر اینکه در باب هفتم در حکایتی صریحاً مساله بلوغ و علائم آن را بیان می کند و آن علائم را اینطور شمارش می کند یکی 15 سالگی و دیگر احتلام و سیم برآمدن موی پیش اما در حقیقت یک نشان دارد و بس آنکه در بند رضای حق جلا و علائم از آنکه باشی که در بند خط نفس خویش و هر که در و این صفت موجود نیست به نزد محققان بالغ شمارندش¹

و یا عنصر المعالی کیکاووس قابوس بن وشمگیر در کتاب قابوس نامه بابتی را بعنوان در پیری و جوانی قرار داده است که در آن فرزند خود را نصیحت می کند که اینگونه آغاز می کند ای پسر هر چند توانی پیر عقل باش . نگویم که جوانی مکن لکن جوانی خویشتن دار باش و ...² و این نشان دهنده دامنه و قدمت و اهمیت بحث و بالغ می باشد . و همینطور است بحث علمای دین در کتب فقهی که در این مورد نیز بحث های گسترده ای نیز انجام شده است .

همه اینها نشان از قدمت و سابقه بحث می دهد و همانطور که در ابتدا بیان نمودم شاید این مساله یعنی جوانی و بلوغ یا بطور کلی روانشناسی و خود شناسی همواره با انسان قرین بوده است و خواهد بود.

شاید این علم بطور خاص و بعنوان شاخه ای از روانشناسی و بعنوان علم جوانی که بطور مشخص پا به عرصه وجود نهاد از سال 1891 به بعد باشد و بعد از آن عده ای از روانشناسان که در راس آنها هال می باشد به مطالعه علمی بالغ

¹ کلیات سعدی - باهتمام محمد علی فروغی - انتشارات امیر کبیر - 1363 - ص 159

² قابوس نامه - عنصر المعالی - چاپ مرکز انتشارات علمی و فرهنگی - ص 56



پرداخت و پس از حال بود که مطالعه علمی بالغ روبه گسترش نهاد و وسعت و دامنه زیادی پیدا کرد و بخصوص در کشورهای اروپایی و غربی گسترش فراوانی یافت .

اهمیت بحث

علت اساسی این سرعت مطالعات در یک قرن اخیر در مورد بالغ را می توان یکی در تحول علمی عظیم که بعد از رنسانس ایجاد شد دانست به طور کلی روانشناسی و بخصوص روانشناسی بالغ (از این امر نیز مستثنی نبود) که در روانشناسی و مخصوصا روانشناسی بالغ بی تاثیر نبود ولی علت دیگری که بیشتر جنبه سیاسی اجتماعی دارد را می توان در حوادث بعد از قرن 19 که در جهان اتفاق افتاد است جستجو کرد .

اعتشاشات و حرکات جوانان در شوروی و انقلاب اکتبر 1917 و در آلمان و ایتالیا با تشکیل اجزاب فاشیست (1919م) و در ترکیه امروزی حرکت ترکهای جوان (1923م) به رهبری مصطفی کمال باشا (آتاتورک) جنگ بین المللی دوم (1940-1965) و حوادث دیگر که در همه آنها نقش عمده را جوانان ایفا نمودند باعث شد تا روانشناسان و جامعه شناسان پی به قدرت این نیروی عظیم برده و به فکر شناختن آنها و یا حتی در بعضی موارد شناسایی جوانب مختلف آنها و سوء استفاده از آنان با توجه به خصوصیات روحی و روانی .

و هم چنین برای استفاده در راه منافع استعماری خود همفر جاسوس انگلیسی در ممالک اسلامی یکی از مراحل پیشنهادی برای استعمار کشورهای اسلامی را اینطور بیان می کند :

باید در خانواده ها نفوذ کرد و روابط پدران و فرزندان را تا بدان حد تیره ساخت که دیگر زیر بار نصیحت و تربیت بزرگتران خود نروند و زیر تأثیر فرهنگ استعماری قرار گیرند . در این صورت ما می توانیم جوانان را از حوزه نفوذ عقاید دینی خارج سازیم و ارتباطشان را با علما قطع کنیم .¹

¹ خاطرات همفر - ترجمه دکتر محسن مؤیدی - انتشارات امیر کبیر - 1362 - ص 84



و اینها همه نشان دهنده اهمیت شناختن و روانشناسی بالغ می شود. و اما از نظر اجتماعی با توجه به رشد زندگی شهر نشینی که همراه با بعضی مفاسد اخلاقی و جنسی است و این امر بیشتر در میان جوانان دیده می شود نیز روانشناسان را به فکر شناختن این دوره (بلوغ) و به فکر و چاره اندیشی انداخت که این هم مساله عمده و اساسی می باشد.

اینها همه موارد دلایلی است که دانشمندان و علماء متوجه اهمیت این مرحله شوند و حتی علم شناخت جوانان هیلوژی¹ را بقول موريس دبس ایجاد کنند و بخصوص در جهان امروز و در تعلیم و تربیت جدید ما نقش روانشناسی طور جدی مطرح شد و حتی تعلیم و تربیت بدون روانشناسی در جهان امروز بی معنی است لذا در اینجا لازم می بینیم که بحثی جداگانه در باب اهمیت روانشناسی در تعلیم و تربیت را مطرح کنیم.

اهمیت روانشناسی در تعلیم و تربیت

در تعلیم و تربیت و یا آموزش و پرورش چند عامل مهم وجود دارد که آنها را می توان در 3 مورد خلاصه نمود عامل

اول: دانش آموز دوم: معلم سوم: وسائل آموزشی

و این عوامل باید بطور کاملاً مشخص شناخته شوند تا بتوان یادگیری را آسان نمود.

یک معلم وقتی می تواند در یادگیری موفق باشد که بتواند دانش آموز را بطور کامل بشناسد، رغبت ها و گرایشهای او را بداند اطلاع از اختلافات بین دانش آموزان داشته باشد و ...

دکتر شعاری نژاد مثالی جالب برای درک این مطلب بیان می کند وی می گوید وقتی می گوئیم سعید را حساب می آموزم فعل آموزش دو مفعول دارد (از نظر نگارنده) و یک فاعل که معلم است، یکی سعید و دیگری حساب برای اینکه من در این آموزش موفق شوم لازم است به هر یک از سعید و حساب آشنایی کامل داشته باشم. شناختن یکی هرگز معلم را از شناختن دیگری بی نیاز نمی کند.²

و بر اساس همین اهمیت است که امروزه رشته ای مجزا در روانشناسی بنام روانشناسی یادگیری³ بوجود آمده است که با توجه به خصوصیات دانش آموز بهترین راه و شیوه را برای یادگیری مشخص می کند.

¹ Hebelogie

² روانشناسی رشد - دکتر شعاری نژاد - ص 26-27

³ Psychology of learning and teaching



و روانشناسی معاصر نیز سعی در تعیین خصوصیات افراد در سنین مختلف را دارد بخصوص در روانشناسی معاصر این مساله به چشم می خورد و می توان راس این نوع روانشناسی یا روانشناسی ژنتیک را ژان پیازه دانست که بر اساس این نیاز به تقسیم بندی مراحل رشد پرداخته سات تا بتوان هر چه بهتر در مساله یادگیری از آن مراحل استفاده کرد .

و نیز از نظر روانشناسان و علمای تعلیم و تربیت آن روشی در تعلیم و تربیت مورد قبول است که مطابق با مسائل روانشناسی و توجه به اختلافات و رغبت ها باشد و حتی بعضی ها پا را جلوتر نهاده و روانشناسی را جزئی از تعلیم و تربیت و اصلاً یکی می دانند .

پوفن بررژه معتقد است بین روانشناسی عملی و تعلیم و تربیت آن چنان رابطه نزدیکی برقرار است که به نظر وی مبانی و پایه های روانشناسی بخصوص روانشناسی عملی و دانش تعلیم و تربیت یکی است .¹ و آموزش و پرورش با استفاده از روانشناسی می تواند به مسائلی از قبیل آشنا شدن با مسائل رشد - آگاه شدن به خصوصیت مختلف دانش آموزان خصوصیات معلم - مواقع تدریس و مواد تدریس و روشهای آن و ... دست یابد .

و مهم تر برای ما معلمان اینکه با مجهز شدن به اسلحه روانشناسی علاوه بر آشنایی با مسائل بالا به اعتماد به نفس خود می افزائیم و افکار غلط را از اذهان خود دور می کنیم .

پس از این بحث نتیجه می گیریم آموزش و پرورش و تعلیم و تربیت جدید باید کاملاً از روانشناسی استفاده نماید تا در امر یادگیری و تعلیم و تربیت موفق باشد .

¹ اصول روانشناسی عملی - موريس دبس و ... - ترجمه علی محمد برادران رحمتی - چاپخانه دانشگاه مشهد 1350 ص 2 فصل اول



فصل 2

در این فصل به بررسی خصوصیات بالغ از جوانب مختلف می پردازیم و این بررسی در سه جنبه خواهد بود :

1- خصوصیات جسمی و بدنی 2- خصوصیات عقلی و روحی 3- خصوصیات اجتماعی اقتصادی

قبل از آنان بهتر است بحثی راجع به بالغ بطور کلی و اینکه چه کسی را بالغ می گویند و نظرات مختلف در این رابطه را بررسی کنیم .

1- بالغ به چه کسی گفته می شود ؟

هنگام بحث از بالغ بلافاصله در ذهن یک سری تغییرات اساسی در کودک و ورود به مرحله ای جدید پدیدار می گردد . و یا در خانواده در نزد پدر مادر برابر است با نا فرمانی و گستاخی و غیره .

و این که این مرحله در چه سنی آغاز می شود بطور قطع و یقین نمی توان سنی را در نظر گرفت و نظرات مختلف است می توان گفت اختلاف روی یک سال و دو سال است ولی آنچه که معین است بطور نسبی طبق نظر اکثر دانشمندان از سن 13 سالگی شروع می گردد که نیز این زمان برای دختران زودتر خواهد بود و اما پایان آن بستگی به نوع برداشت از بلوغ است آیا بلوغ فقط مربوط به مساله بدن و جنسی است که می توان 15 تا 18 سالگی را نهایت آن و یا اینکه نه توجه مسائل عقلی و اقتصادی و اجتماعی آن نیز می شود که می توان سن 20 سالگی را در نظر گرفت و بحر حال برای آن شروع و پایان معینی را نمی توان مشخص کرد .



و بلوغ و آغاز آن وابستگی به شرایط محیطی و اجتماعی نیز دارد و این مسلم است که بلوغ دختران و پسران در شهرها زودتر از پسران و دختران روستایی است چون کودکان در شهر بوسیله مطالعه کتب و دیدن فیلم و غیره به نوعی بلوغ زودرس می‌رسند و همینطور نوع آب و هوا تاثیر زیادی در این دریا زود شدن دروه بلوغ دارد که در آینده بحث خواهد شد.

به هر حال بالغ به کسی گفته می‌شود که در او تغییرات عمده جنسی و بدنی و روحی شدید روی می‌دهد و دوران کودکی را که دوران وابستگی و تحت حمایت بودن است را پشت سر گذاشته و وارد این مرحله شود و بر همین اساس آن را تولد ثانوی (New birth) نیز

نامیده اند در صورتی که تولد دومین وجود ندارد و این براساس همین تغییرات است و می‌توان همانطور که می‌دانیم می‌توان بلوغ را نقطه شروع دو مرحله نوجوانی و جوانی دانست.

اما فرق بین بالغ و نوجوان و جوان در چیست؟ همانطور که گفته شد بلوغ نقطه شروع دو مرحله دیگر است و یا به بیان دیگر از مراحل آن بحساب می‌آیند ولی معمولاً کسانی که لفظ بلوغ را بکار می‌برند علمای زیست و روانشناسان عملی می‌باشند ولی در بررسی اخلاقی و اجتماعی علمای اخلاقی بیشتر لفظ جوان و یا نوجوان را بکار می‌برند و دوره نوجوانی را از سن دوازده تا شانزده سالگی و دوره جوانی را از هفده یا بیست سالگی می‌دانند.

که این خود همان زمان بلوغ و مدت آن است. که در این مدت اوایل آن شدت و به هرچه سن بالاتر می‌رسد از شدت آن کاسته می‌شود.

2- خصوصیات جسمی و بدنی

در بررسی این خصوصیات ما در دو جنبه رشد و مسائل جسمی و بدنی و مسائل جنسی موضوع را بررسی خواهیم کرد

الف) رشد جسمی و بدنی :

رشد عبارتست از تغییرات کمی و کیفی در طول زمان که در انسان وجود دارد و آشنایی با این تغییرات کمک زیادی به پیشرفت آموزش و پرورش می‌نماید و آشنایی اصول و ویژگیهای رشد در هر مرحله در حل مسائل آموزشی و تربیتی تأثیر بسزایی دارد.



و اینکه رشد چگونه است آیا جریانی پیوسته و یا غیر پیوسته و مرحله ای است بحث زیاد شده است مسلماً پیروان رشد پیوسته جریان رشد را یک جریان پیوسته و متصل بهم می دانند و در نظر رشد غیر پیوسته یا مرحله ای جریان رشد را مرحله ای و هر مرحله را دارای اهداف معین و مشخص می دانند که ژان پیاژه از آنان می باشد که 4 مرحله اساسی برای رشد بیان کرده است.

بحر حال بحث ما در رابطه با رشد جسمی و بدنی بالغ است و سعی می شود در اطراف مسائل مختلف در این دوره بعد از مختصر بحث شود بعد از مشخص اولین غده های بلوغ در رشد جسمی و بدنی نمایان می شود و آنهم با تغییرات سریع در بدن و شکل ظاهری بالغ است که شامل تغییراتی از قبیل ازدیاد حجم و تغییر شکل اعضای بدن دیده می شود. در این دوره قد بالغ به سرعت بلند می گردد. هنگام تولد پسران اندکی بلندتر از دختران هستند و معمولاً تا 10 سالگی این افزونی را حفظ می کنند ولی طی 3 یا 4 سال بعد دختران رشدشان از حیث قد از پسران سریعتر است و دختران درازتر از پسران می شوند و سپس مانند سابق تعادل برقرار شده به تدریج پسران پیش می افتند که برای پسران رشد از نظر طول قد تا 18 سالگی و دختران تا 16 سالگی ادامه دارد و نوعی ثبوت و استقرار می یابد.

در این مرحله با توجه به سرعت رشد قد نوجوان که این تغییر بدنی را در خود مشاهده می کند (البته در همه موارد تغییرات) پریشان حال می گردد و این امر باعث می شود که تعادل روانی خود را از دست بدهد چون آن سازگاری را که قبلاً محیط داشته از دست داده است.

لذا سزاوار است کودکان را پیش از ورود به این مرحله با تغییرات این مرحله آشنا کرد

و از جنبه های دیگر این دوره که نیز باعث پریشان حالی برای نوجوان می شود رشد سریع دستان قبل از پاها می باشد و باعث ناموزون شدن شکل ظاهر بالغ و عدم تعادل می گردد.

در این دوره بر اثر تغییرات در تارهای صوتی و حنجره صدای بالغ تغییرات محسوس می یابد.

و از دیگر جنبه های رشد اضافه وزن است که آنهم وابستگی به رشد استخوانی و قد دارد که در دختران و پسران مختلف است.



در رشد عضلانی در بعضی قسمتها از رشد قد عقب می ماند از این رو نوجوانان دردهای بدنی احساس می کنند زیر عضلات بسته به استخوانها که در حال قطورند از حیث رشد با استخوانها هماهنگ نمی شوند. در این دوره در صورت، بینی از اعضای دیگر زودتر رشد می کند و بزرگ می گردد.

علاوه بر رشد ظاهری اعضای دیگر نیز به نوبه خود رشد مخصوص خود را دارند در این دوره قلب و کبد به سرعت رشد می کنند و عضلات قلب سفت می شوند تپش قلب در هنگام بلوغ در پسرها 75 و در دخترها به 90 می رسد. و نیز معده به شدت بزرگ می شود و به همین علت یک نوع شهوت غذا خوردن پیدا می شود.

اما استثنائی که در اعضای بدن است مربوط به مغز می شود مغز در اولین سال زندگی 3 برابر می شود دیگر از 14 سالگی رشد نمی کند ما بین سن 14-20 سالگی حد متوسط وزن مغز در پسران 1374 گرم و در دختران 1244 گرم است و بعد اندکی کم می شود.

البته دستگاه عصبی که شامل مغز و نخاع می باشد در 6 سال اول زندگی فوق العاده سریع رشد می کند و در رشد بدن چنان سهمی ندارند یعنی سهم ناچیزی دارند علت آن است که از سن 9 سالگی مغز تغییرات مهمی ندارد.

اما سوالی که در اینجا مطرح می شود این است که عامل اساسی این تغییرات چیست؟

علمای زیست شناسی دو عامل مهم را برای این تغییرات بیان می کنند:

الف) عوامل درونی ب) عوامل بیرونی

عوامل درونی که از خود انسان سرچشمه می گیرد که شامل وراثت و نمو داخلی می شود.

و عوامل بیرونی شامل تغذیه - محیط اجتماعی می باشد

اما چه چیزی باعث حرکت سریع این عوامل در جهت ایجاد این تغییرات می شود سوالی است که جوابش شاید هنوز بیان نگردیده است و مبهم می باشد.

چند نکته تربیتی و بهداشتی در مورد رشد بالغان است که بر اثر این تغییرات سریع که در جسم روی می دهد و نوجوان این تغییرات را در خود مشاهده می کند نوع پریشان حالی و اضطراب در نوجوان ایجاد می شود و نیز باعث بهم خوردن تعادل روانی می گردد زیرا نوجوان آن سازگاری با محیط را که در دوران کودکی داشته است از دست داده است و



آمارگیری که در این مورد در مورد دختران و پسران بعمل آمده است نشان می‌دهد که $16/8$ درصد پسران و $18/5$ درصد دختران از اینکه قیافه اشان خوب نیست شکایت داشته اند.¹

شاید یکی از علل گرایش جوانان به جراحی بینی در کشور ما نیز همین علل باشد.

لذا بر والدین و مربیان لازم است که کودکان را پیش از ورود به این مرحله با تغییرات دوران بلوغ کاملاً آشنا کنند و یا اینکه با توجه به رغبت بالغان آنان را به کارهای تربیتی متفاوت مانند ورزش - هنر و غیره سرگرم کرده تا اوقات فراغت آنها کمتر بوده و نتیجتاً درباره مسائل جسمی خود کمتر به فکر و عالم تخیل فرو روند تا از این مشکل که به شدت در روحیه و روان بالغ تاثیر می گذارد جلوگیری کرد.

و آموزش و پرورش در این دوره باید یکی از اهدافش را مساله آگاهی دادن به بالغان از نظر جسمی قرار دهد و تا با آگاهی از مسائل و شرایط این دوره بالغان از وضع بدنی خود راضی بوده و سعی در حفاظت از آن داشته باشند. و بهتر است در دبیرستانها بخصوص در درس زیست شناسی با استفاده از معلمان با تجربه و کارآزمون مسائل مربوط به رشد جسمی دوران بلوغ و بخصوص در مورد اختلافات آن با بالغین آگاهیهای لازم داده شود تا از مشکلاتی که ممکن است پیش آید در حد امکان جلوگیری نماییم.

از نکات قابل ذکر دیگر اینکه باید کارهایی که به عهده بالغان گذاشته می شود از نوع کارهای سنگین با ظرافت نباشد چون کارهای سنگین و خسته کننده در این دوره از نظر دانشمندان کاری است مضر و بیهوده چون عضلات و اعضای فعال بدن در حال رشد و تکامل می باشد و باعث خستگی بالغان می شود و در مورد کارهای با ظرافت اینکه چون جوان مقداری از تعادل خود را در اوایل بلوغ از دست داده است و آنها بخاطر وضع جسمانی اش می باشد لذا کارهای دقیق و با ظرافت به عهده آنها گذاشته نشود چون عدم موفقیت در کارهای مزبور باعث نوعی شکست روحی و عدم اعتماد نسبت به خود می گردد. و آمارگیری که بعمل آمده است نشان می دهد $32/2$ درصد پسران و $39/6$ درصد دختران از اینکه خیلی زود خسته می شوند شکایت دارند و نیز باید به مسئله خواب بالغ توجه شود چه در این سن بالغ در شبانه روز به حداقل 8 تا 9 ساعت خواب و استراحت نیازمند است.

¹ نقل از نشریه علوم تربیتی دانشگاه تهران - سال هشتم - شماره 3 و 4 ص 92



نکته دیگر مساله اشتها بالغان در این دوره است و همانطور که بیان شد علت آن در بزرگ شدن بیش از حد معده است پس والدین توجه کافی به غذا داشته باشند و در بین روز سعی کنند تا آنها مقداری غذا و خوراکی بخورند و در هنگامی که در مهمانی ها و در مجالس شرکت می کنند از پرخوری بالغان تعجب نکرده و آنها را مورد سرزنش قرار ندهند چون امری طبیعی و عادی است .

در اینجا نیز لازم است تا با برخی از بیماریها که بالغان را تهدید می کنند نیز آشنا شویم یک سری از بیماریهای شایع این دوران از کار افتادن و یا کار غیر طبیعی غده ها می باشند که در کتب علمی و پزشکی دو بیماری *Nanism* و *Giagntisme* که معلول کمی یا زیادی رشد است مشاهده می شود که مراجعه سریع به پزشک پیشنهاد می گردد .

بیماری دیگری که بالغان و جوانان را تهدید می کند بیماری سل می باشد که طبق آمار این بیماری ابتدای بلوغ بیشتر از دوره های دیگر گریبان انسان را می گیرد و علت این امر تا کنون مشخص نشده است .



فصل 3

خصوصیات عقلانی و روحی بالغ

همزمان با تغییرات اساسی جسمی و بدنی تغییرات عمده و اساسی نیز در زندگی عقلانی و روحی و روانی بالغ رخ می دهد حتی بعضی از آن بعنوان جهش نیز نام می برند .

اما این جنبه بالغ از نظر بررسی با جنبه قبلی یعنی جسم و بدن و مسائل رشد مربوط به آن تفاوت عمده ای دارد این قسمت از بحث دارای پیچیدگی و مشکلات فراوانی می باشد چون عقل و روح روان خود فرآیندی است که تا حدودی با ابزار و وسایل مادی قابل بررسی و تجربه و تحلیل نمی باشد و فقط می توان از شواهد و نشانه های آن صحبت کرد و در مورد آن قضاوت شود و نیز از نظر اهمیت هم شانه و هم دوش رشد جسمی می باشد و با زبان دیگر این دو جنبه لازم و ملزوم هم می باشند و رشد هر جنبه بدون رشد دیگری ناقص خواهد بود.¹

به هر حال با رشد سریع استخوانها و عضلات و اعضای داخلی بدن عقل و روح و روان و احساسات نیز تحت تأثیر قرار میگرد و این رشد همگام و در طول هم می باشد همانگونه که رشد جسمی سریع است این تحولات نیز سریع و با شدت است و این رشد سریع بیشتر در احساسات بالغ دیده می شود ولی عقل یک رشد متوازن را دنبال می کند تا به مرحله کمال برسد و بالغ از آن حالت کودکی خود که بیشتر جنبه احساسات مطرح است خارج شده و پای در مرحله ششم ژان پیاژه که آن را بعنوان مرحله تشکیل ذهنی مجرد یا صورتی و تشکیل شخصیت و دخول عاطفی و عقلانی می نامند² گام می گذارند و بطور کلی در این دوره بالغ به تکامل عقلی نزدیک می شود زیرا او در دوره کودکی تجارب زیادی را آموخته است و دیگر بعد از این بالغ بیشتر از دوره های قبل تابع عقل و خردمی شود و در ابتدای این دوره مفاهیم جزئی

¹ در همین مورد حضرت سجاد (ع) می فرماید : کسیکه عقل وی از سایر قوایش کاملتر نباشد هلاکت و سقوط از آسانترین حوادث در زندگی اوست .
قال علی بن الحسین (ع) : مَنْ لَمْ يَكُنْ عَقْلُهُ أَكْمَلَ مَا فِيهِ ، كَانَ هَلَاكُهُ مِنْ أَسْرَ مَا فِيهِ
52 گفتار روانشناسی - ژان پیاژه - ترجمه نیک چهره محسنی



جای خود را به تصورات و مفاهیم کلی می دهد قدرت هضم و تحلیل و تفسیر مسائل را پیدا می کند مساله ای که در تعلیم و تربیت آنان باید در نظر گرفت. (توجه به رشد عقلانی) شهید ثانی در کتاب آداب تعلیم و تعلم در اسلام در این مورد می گوید: باید شاگردان را تدریجاً و با توجه به رشد عقلانی آنها با مسایل دینی و علمی آشنا نمود (ص 223 آداب تعلیم و تعلم در اسلام) که ما در اینجا چند خصوصیت مهم از این مرحله را یادآوری می شویم:

1- عواطف و احساسات:

احساس و حساسیت او بسیار بیشتر می باشد و حتی در بعضی از موارد به شدت افزایش دیده می شود. بلوغ آن دوران آرام کودکانه را یکباره منقلب کرده و طوفانی براه می اندازد. در کودکان احساسها بصورت تاثرات شدید و عنصر نمایش محدود و ناچیزی ظاهر می شوند. کودک خوددار نمی باشد و احساسات خود را اظهار و ابراز می دارد ولی در بالغ برعکس است دیگر احساسات محدود نمی باشد و جوان مانند کودک احساساتش را ابراز نمی کند و کمتر از کودک خوددار است و برای همین است این سن را بعنوان سن احساسها نامیده اند و یا آن را دوره بی سروسامانی روحی تعبیر کرده اند¹ از مهم ترین جنبه های مشخص احساسات احساس مهم محبت و دوستی و عشق است که از دیگر احساسات و عواطف بالغ بارزتر می باشد و این احساسها و حساسیت ها از تمام دوران دیگر زندگی بالغ شدیدتر می باشد و باعث می شود تا بالغ به هر سو که احساسش برانگیخته شود متمایل می گردد و در آنهم همانطور که گفته شد بر اثر بیداری خواهشهای عاطفی در درون آنهاست.

نکته ای را که باید ذکر کرد این است که حساسیت جوانان بر حسب جنسشان متفاوت می شود. بالغ همیشه آماده هیجان و طوفان است آماده تخریب و انقلاب است، که معمولاً در دختران طبق آمارگیری ها بیشتر نمایان است. یک ضربه و یک تحریک کوچک روحی او را منقلب می کند. و آمارگیری ها این مساله را نیز ثابت می کند 55/1 درصد پسران و 59 درصد دختران اظهار داشته اند که خیلی زود عصبانی می شوند - 51/1 درصد پسران و 60/9 درصد دختران اظهار داشته اند خیلی زود از چیزی ناراحت می شوم.

1 کورت لوین (Kurt Lewin) می گوید: نوجوانی در واقع در دوره ای زندگی می کند که می توان آن را دوره بی سروسامانی روحی تعبیر کرد روانشناسی نوجوانی برای مریبان - گلن کایز زیلر - استیموارت جونز ص 14



بالغ در این دوره در تخیلات زیاد به سر می برد که نوع مشخص آن خیالبافی است و سهم تخیل در احساسات و عواطف بالغ زیاد است و به کمک آن هر نوسان عاطفی می تواند احساسی شگفت انگیز ایجاد کند در این مرحله احساس جوان در برابر زیبا و زیبایی بسیار قوت پیدا می کند و ذوق هنری او شدید می شود و ارزش موضوعات هنری را به خوبی احساس می کند .

نکته تربیتی :

مهم ترین نکته ای که باید مورد توجه قرار داد توجه عمیق به بالغ و احترام به شخصیت او و عدم تحقیر و اهانتش است که عدم توجه به این موارد باعث خواهد شد طغیانها و هیجانهای روانی شدید در احساسات و عواطف او ایجاد گردد و باعث خواهد شد بالغ به انحراف کشیده شود پس باید سعی کرد که روان و احساس و عواطف زود رنج آنها را خدشه دار نکرد .

و برای همین است که علمای تعلیم و تربیت هنگامی که برنامه ها و کارهایی که باید برای بالغ انجام شود را ذکر می کنند یکی از آنها را توجه به این جنبه است و معتقدند که باید کاری کرد که بالغ در این دوره به استقلال عاطفی دست یابد و سعی شود آنها را تا حدودی از وابستگیهای عاطفی با والدین و سایر افراد مستقل ساخت و علت این امر را نیز با بخاطر رشد جنسی بالغ است دکتر شریعتمداری می گوید : چون پسرها و دخترهای بالغ در خانواده نمی توانند از لحاظ جنسی وضع رضایت بخشی برای خود بوجود آورند بنابراین درصدد ایجاد پیوندهای عاطفی با افراد همسن خود خارج از محیط خانواده برآیند و همین پیوند و ارتباط و روابط افراد با والدین او تاثیر می کند و ممکن است در این ضمن تصادمهایی بین آنان نیز بوجود می آید .¹

و این مساله نیز اهمیت کار معلم را در این دوره مشخص می کند که باید بالغ را در این دوران حساس راهنمایی کرد و حتی با والدین او نیز مذاکره شده و مشخصات روانی این دوران را برای آنان توضیح داده تا با مسائل آشنا شوند .

¹ روانشناسی تربیتی - دکتر شریعتمداری - ص 162



اما مساله مهم دیگری که مطرح است وظیفه مدرسه و آموزشگاه نسبت به بالغ است که آنرا علمای روانشناسی و تعلیم و تربیت بطور کامل ذکر کرده اند که ما در اینجا عنوانهای آن را بر می شماریم و برای تحقیق می توان به منابع ذکر شده مراجعه کرد.¹

1- آشنایی و برقراری روابط صحیح و جدید با همسالان

2- آشنایی با تغییرات مرحله بلوغ (بخصوص در سال اول راهنمایی و اواخر ابتدائی)

3- کامل کردن نقش اجتماعی خود به عنوان یک مرد یا یک زن یا پذیرش و یادگیری نقش اجتماعی که مورد تصویب جامعه باشد.

4- اعمال محبت و جلب اعتماد آنان و احترام به شخصیت آنان

5- به دست آوردن استقلال عاطفی و از میان بردن بستگیهای عاطفی با والدین و سایر افراد بالغ و ایجاد علاقه و احترام نسبت به والدین و سایر سالمندان

6- تامین استقلال اقتصادی و اطمینان به توانائی در تامین معاش

7- انتخاب شغل و آماده کردن آنان جهت احراز آن و راهنمایی آنان در این مورد

8- آمادگی برای ازدواج و زندگی خانوادگی

9- توسعه و رشد مهارتهای عقلانی و مفاهیم لازم جهت صلاحیت مدنی یا اجتماعی

10- کامل کردن رفتار اجتماعی و قبول کردن مسولیت های مربوط بدان

11- آشنا نمودن آنان با ارزشها و سیستمهای اخلاقی و هدایت رفتار آنان²

و از موارد دیگری که باید در مورد آموزشگاه در نظر داشت تشکیلات و سازمان مدرسه است که آن نیز اهمیت زیادی دارد مورس دبس مواردی چند از نوع این تشکیلات که شامل وسایل و امکانات آموزشی می شود را ذکر کرده است³ او معتقد است: ساختمان مدرسه باید در جایی باشد که مساله سکوت را رعایت گردد و در محلی انتخاب شود که ز

² این قسمت از کتابهای روانشناسی تربیتی - اصول و فلسفه تعلیم و تربیت دکتر شریعتمداری - تعلیم و تربیت و مراحل آن نوشته دکتر غلامحسین شکوهی - روانشناسی رشد نوشته علی اکبر شعاری نژاد و کتاب روانشناسی نوجوانی برای مربیان نوشته زیروجنز انتخاب گردیده است.

³ اصول روانشناسی عملی - مورس بس و غیره ص 61-62



مزاحمتها و صداهای ناهنجار و غیر ضروری بدور باشد چون این موارد بشدت در آموزش اختلال ایجاد می کنند - از موارد دیگر درجه حرارت است که آن نیز نقش مهمی دارد - روشنایی نیز نقش بزرگی ایفا می کند و استعمال رنگهای آرام بخش مثل رنگ سبز روشن برای کلاسها و کتابها و وسایل را نیز پیشنهاد می کند . و از موارد دیگر نیز استفاده صندلی های انفرادی با بلندی تغییر پذیر است و

به طور کلی اینها مواردی که در یک مدرسه باید در نظر داشت تا محیط آماده برای پذیرش بالغان شده و در جهت تربیت و تعلیم و صحیح آنان گام بر دارد .



فصل 4

خصوصیات اجتماعی :

همانطور که تاکنون دانسته شده دوران بلوغ مساوی است با یک تحول و تغییر شدید در تمام جنبه های آن - و در طی زمان که بالغ به آخرین مراحل دوره جوانی خود رسید آماده پذیرش مسئولیتهای اجتماعی می گردد و موجودی اجتماعی می گردد و موارد از اجتماعی شدن به گفته ساموئل لینک: کیفیتی است که در نتیجه آن آدمی یک عضو مثبت در جامعه ای می گردد که در آن دنیا آمده است و به موجب آداب و رسوم آن جامعه رفتار می کند.¹ جامعه نیز او را به عنوان یک عنصر مهم در امور اجتماعی شناخته است. و اولین نمودهای این گرایش در میل به استقلال عاطفی و اقتصادی نمایان می گردد و این مسائل اولین مرتبه در کوچکترین واحد اجتماعی یعنی خانواده نمایان می گردد و بعد از آن در محیط بزرگتر یعنی مدرسه، و نمود مشخص دیگر را می توان در روابط اجتماعی بالغ مشاهده کرد یعنی رابطه بالغ و دوستانش و خصوصیات آن.

لذا ما در این قسمت به بحث پیرامون 3 قسمت عمده یعنی الف) بالغ و خانواده ب) بالغ و مدرسه ج) بالغ و دوستانش می پردازیم.

الف) بالغ و خانواده

محیط خانواده برای کودک و برای بالغ با هم تفاوتهای اساسی دارند، کودک در اوایل از محیط خود آگاهی نداشته و بعد از آن علاقه در او نسبت به اشیاء و اشخاص پیدا می گردد - و اولین علاقه او نسبت به مادر است که از همه به او نزدیکتر می باشد و بعد از مادر به ترتیب اهمیت پدر و سایر اعضای خانواده او قرار دارند - اما در دوران بعد تا مرحله بلوغ این دایره محدود خانواده وسعت پیدا کرده و شامل دوستان و معلمان و بالاخره تمام کسانی که با او تماس دارند



می شود که تمام این عوامل در ساختن آن تأثیر دارند. محیط خانواده برای کودک یک محیط آرام و قابل اعتماد می نماید ولی برخلاف آن در دوره بلوغ، بالغ دیگر به خانه و خانواده خود خود بسنده نمی کند و به قولی دیگر برای فعالیت بالغان و بخصوص پسران کافی نیست آنها دیگر به کارهای خانه اهمیتی نمی دهند زیرا باعث کسالت آنان خواهد شد به والدین خود کمتر کمک می کنند حتی شاید دیگر از اطاعت والدین سرباز زده که اینها همه منشأ برخوردها و تضادهایی را در خانه نیز می گردد.

بالغ در خانه و خانواده زیاد اشکال گیر و بهانه گیر می شود از همه چیز ایراد می گیرد و در برابر والدین خود می ایستد چون دیگر خود را آن کودک ضعیف و ناتوان نمی بیند صدایش مانند پدرش و قدش نیز حتی به بلندی او و شاید بلندتر از پدرش شده است اینها همه عللی است که این رفتارها در بالغ مشاهده می شود. و برای همین است که دوران بلوغ به عنوان دشوارترین دوره های روابط خانوادگی است و در سنین بالاتر بالغ بیشترین مسائلی که در این روابط خانوادگی و برخوردها و تضادها نمایان می شود در انتخاب شغل و و یا ازدواج می گردد.

البته باید در اینجا بیان کنیم که عامل اصلی و اساسی این تغییرات که دیگر علل را تحت شعاع قرار می دهد همان بروز شخصیت و من (Ego) است، که در قسمتهای قبل تا حدودی توضیح داده شد. اما نکته ای را که والدین باید در نظر داشته باشند قبل از هر چیز شناسایی بالغ است آنها باید بالغ خود را شناخته و روحیات و خصوصیات او را درک کنند نسبت به آنها احترام بگذارند در تشکیل استقلال اقتصادی و عاطفی آنها را کمک کنند و حتی گاهی اوقات وسائلی فراهم کنند که مدتی در خارج از خانواده اقامت نمایند. و باید سعی کرد تا نقاط اصطکاک بین بالغ و خودشان را کم تر کرده تا بالغ از این مرحله بخوبی گذشته تا توانایی روحی و عاطفی برای پذیرش مسئولیت ها را داشته باشد.

(ب) بالغ و مدرسه :

پس از محیط خانه مدرسه محیط دیگری است که بالغ در آن وارد می گردد و از نظر برخی اهمیت آن از خانه و خانواده در این دوران بسیار زیاد می باشد. مدرسه یا آموزشگاه نسبت به خانه و خانواده مزیت هایی نیز دارد اولین



مزیت آن این است که بالغ وارد محیط بزرگتری می گردد و با افراد بیشتری در تماس است و نتیجتاً با اخلاق و سجایای مختلف و متفاوت آشنا می گردد و برخورد می کند. مزیت دیگر این است که در این محیط رشد شخصیت و نمودهای آن شکوفاتر می گردد بالغ با فرهنگ و تمدن محیط خود آشنا می گردد و مدرسه آنها را وادار می کند که فکر کنند و ...

با این همه بالغان گاهی اوقات مدرسه را بعنوان مانعی برای آزادی خود می دانند و حتی آنرا نسخه دوم خانواده می پندارند ولی با این همه همانطور که بیان شد مدرسه بعنوان مهم ترین راه برای ایجاد شرایط لازم برای تشکیل شخصیت است.

(ج) بالغ و گرایش به دوست :

بشر در تمام دوران زندگی خود از ایام کودکی و جوانی تا روزگار کهولت و پیری همواره نیازمند رفاقت و دوستی دیگران است و آن بخاطر رهایی از تنهایی و احساس آرامش است رفقا و دوستان نه تنها با هم مأنوس می شوند بلکه با همنشینی و مصاحبت موجبات شادمانی و نشاط یکدیگر را فراهم می سازند و در یکدیگر تأثیرات متقابل نیز دارند و بالغان نیز از این امر مستثنی نیستند اما این رفاقت و دوستی شدت و ضعف دارد و دوست یابی در بالغان به حد نهایت و شدت خود می رسد و مهم ترین عامل آن بیداری غریزه جنسی است که او را بسوی همسالان خود جلب می نماید.

دوستی در این دوره با دوران کودکی متفاوت است و تفاوت در انتخاب دوست است در این دوران بر خلاف کودکی به گفته موریس دبس انتخابی و اختصاصی و مه آلودست و نیز با تعصب همراه می باشد این دوستیها همه ترسها و وا همه هائی را که در شور و شوق مغز او وجود دارد شاملند و همه طوفانهای حسادت را در بردارند.

بالغان بر خلاف بزرگترهای خود در انتخاب رفیق آسان پذیر و زود پسندند زیرا آنان بیشتر با احساسات زود گذر و انگیزه های عاطفی متوجه اند تا به محاسبه های عقلی - و برای همین است که دوستیهای حساب نشده می تواند نتایج تلخی را ببار آورد.



تعصب نیز همانطور که بیان شد مشخصه دیگر دوستی بالغان است دوستی بالغان با یکدیگر همراه با تعصب و سرسختی است او انتقاد از دوستش را به دشت مانع می شود چون نمی خواهد اشتباه خود را قبول کند و سعی می کند به این طریق آنرا بپوشاند و آنهم بدلیل غرور اوست .

مشخصه دیگر دوستی بالغان افراط در دوستی است آنان بقدری در دوستی و یکرنگی افراط می کنند که گویی یک روحند در دو بدن مثل هم لباس می پوشند مانند یکدیگر موهایشان را آرایش می کنند و هیچ سری را از هم پنهان نمی کنند و روزی نیز بر اثر یک امر نامطلوب از هم جدا گشته و اسرار هم را برای دیگران فاش می نمایند .

از مشخصات دیگر دوستی بالغان افراط در محبت در زمان دوستی و هم چنین افراط در دشمنی بعد از دوستی است . و این مسائل باعث خواهد شد تا یک سری ناهنجاریها و مشکلات بیار آورد که نهایت آن را می توان هم جنس گرایی قرار داد .

دوستی بالغان برخلاف کودکان گستردگی بیشتری دارد و آنهم بدلیل اینکه برای کودک دوستی محدود به محیط خانواده می شود ولی در دوران بلوغ این محیط شامل مدرسه و اجتماع و غیره می گردد .

و لذا مریبان و والدین در این مورد کاملاً باید گوش به زنگ بوده و از روابط مشکوک بالغان خود با همسالان جلوگیری نمایند و آن را در این مورد آگاهی داده تا از مشکلاتی که ممکن است پیش آید جلوگیری نمایند .

3- شخصیت بالغ

یکی دیگر از تمایلات که با فرا رسیدن دوره بلوغ شکوفاتر و کاملتر از دوران دیگر می شود و باعث می شود بالغ را به فعالیت وادارد میل به احراز استقلال و شخصیت است .

در مورد اینکه شخصیت چیست تعاریفی مختلف شده است و هر کدام جنبه ای از جنبه های مختلف را در نظر گرفته است (البته ما در اینجا قصد بررسی آن تعاریف و صحبت پیرامون آن نداریم بلکه می خواهیم بحثی و تذکری در اطراف شخصیت بالغ داشته باشیم)

اما ژ.و. آلپورت در کتاب روانشناسی اجتماعی خود 50 معرفی برای شخص و شخصیت پیدا کرده است .



و در تمام این تعریفها نکته اساسی در نظر گرفته شده است که همه دانشمندان به آن معتقد هستند. یکی: تألیف مجموعه صفات طبیعی و اکتسابی مخصوص هر فرد که ویرا یک واحد ممتاز و بی نظیر در جامعه بحساب می آورد و آن دیگر مسأله سازگاری اجتماعی است به عبارت روشن تر معرف شخصیت، مجموعه صفات طبیعی و اکتسابی مخصوص است که مسیر آدمی را در روابط عمومی و سازشهای اجتماعی تعیین می کند و ارزش افراد را در جامعه آشکار می سازد.¹

شخصیت و تشخص طلبی بالغ بستگی زیادی به دوران طفولیت او دارد چه پایه شخصیت او در دوران کودکی ریخته می شود.

اما این دوران از این جهت نیز دارای خصوصیات مخصوص خود می باشد.

کودک به علت ناتوانی جسم و نارسائی فکر، خویشتن را شایسته استقلال آزاد نمی داند او همواره زیر نظر و طفیلی پدر و مادر است و در حمایت آنان زندگی می کند. ولی با رسیدن دوران بلوغ دوره کودکی سپری می شود و با رشد همه جانبه بدن بالغ به تدریج دارای خواهشهای درونی متفاوتی می گردد که یک از آنان تشخص طلبی است. در این دوران دیگر خود مطرح است و بالغ می خواهد مسائالش را خود حل کند.

و همانطور ه گفته شد دیگر مانند دوران کودکی مطیع و فرمانبر نیست و اینها همه جز از بروز شخصیت یا همان من است. یعنی مفهوم خود (Ego) در بالغ در شکل اصلی خود نزدیک می شود.

او بدنبال قدرت و شهرت است تا منعیهای دوران کودکی را جبران کند و به زبانی دیگر ابراز شخصیت می نماید و گاهی برای این ابراز شخصیت خود را در عالم تخیلات به مانند قهرمانان می بیند بدنبال کارهای قهرمانی و تفوق طلبی و برتری جویی است چون همه آنها برای این است که من خود را در جامعه و در درون خود به اثبات برساند و نیز جوان بی اندازه نسبت به طرز تفکر رفقاییش و نسبت به خویش اهتمام دارد و به ظاهر خود علاقه داشته، و به همین جهت در صدد زینت و آرایش خود بر می آید تا منزلت خویش را در برابر سایرین بلندتر سازد. مهم ترین مسأله در مورد شخصیت ریشه آن مربوط به دوران کودکی و نوع تربیت و محیط اجتماعی است بالغ در این زمان وارد اجتماع شده و

¹ این قسمت از جزوه درسی استاد دکتر خوئی نژاد - و کتاب گفتار فلسفی جوان از نظر عقل و احساسات ص 7 استفاده شده است.



می خواهد شخصیت خود را ابراز دارد بدنبال بروز شخصیت و یا همان من به شدت متمایل به استقلال است و استقلال عاطفی و چه استقلال اقتصادی که ما در مورد استقلال عاطفی به اختصار توضیح دادیم ، اما در مورد استقلال اقتصادی لازم است مطالبی را بیان داریم .

همانطور که گفته شد این میل به دلیل بروز شخصیت می باشد بالغ با توجه به رشد جسمی و به دست آوردن تواناییهای جسمی و مهارت و بروز شخصیت مایل است مانند بزرگسالان خود در مسائل اقتصادی و امرار معاش دست داشته باشد او دیگر تا حدودی از مسأله گرفتن پول توجیبی ناراحت است . دوست دارد در کارهای اقتصادی خود مستقل باشد پولش را خودش و برای خودش خرج کند و دیگر کسی از او در مورد خرج پولش از او سوالی ننماید .

بحر حال مسأله ای است که در بالغین وجود دارد و در اینجا وظیفه والدین و مدرسه بسیار مهم است . پل لانگران در این مورد سخن جالبی می گوید : مسئولیت اصلی این حالت بحرانی بردوش بزرگترهاست زیرا گذشته از هر چیز آنها روزی جوان بوده اند در حالیکه جوانان هرگز بزرگسال نبوده اند . والدین اگر به بالغ پول می دهند زیاد از او در مورد موارد خرجش بازجویی نکنند فقط او را از دور تحت نظر داشته باشند و اما وظیفه عمده به عهده مدرسه و آموزشگاه می باشد .

آموزشگاه باید از این تمایل و حس بالغ بخوبی استفاده نماید او را آشنا با مهارتهای مختلف نماید و او را برای مرحله انتخاب شغل و معاش در صورت لزوم آماده نماید تا بالغ درک نماید که استعداد و توانایی انجام کارهای بزرگتران را دارد .

قابل توجه است تمام این مواردی که ذکر گردید نقش عمده ای در رشد شخصیت بالغ دارند .

البته جنبه دیگر شخصیت بالغ جنبه روحی و روانی است که در مبحث قبلی نکاتی در این مورد ذکر گردید . توجه به همه این موارد چه جنبه روحی و روانی و چه جنبه مادی و اقتصادی تأثیر زیادی در اعتلاء شخصیت بالغ دارد و او را برای ورود به اجتماع و مرحله بزرگسالی بطور جدی آماده می کند .



همزمان و همراه تغییرات و تحولات جسمانی که در بالغان انجام می شود یک سری تغییرات عمده در اعضاء تناسلی و خصوصیات اولی و ثانوی نیز رخ می دهد .

عامل اساسی این تحول بستگی به میزان ترشح غدد هیپوفیز دارد پس از شدت رشد غده هیپوفیز غدد جنسی و آدرنالی کر تکس^۱ را به فعالیت زیادتری وا میدارد که این عمل باعث تأثیر گذاری بر روی هورمون استروژن^۲ در زنان و اندروژن^۳ در مردان می گردد .

که از این پس خصوصیات اولی و ثانوی در پسران و دختران می گردد .

که رشد خصوصیات اولی در دختران با اولین عادت ماهانه آشکار می شود و آنهم بر اثر رشد و رسیدگی تخمک یا اوول می باشد که در جوامع و در خانواده ها به آن اهمیت زیادی نیز می دهند . در بعضی از قبایل افریقایی این مرحله از زندگی توأم با مراسم و تشریفات خاصی است و یا در دوران رومیان این انتقال از طفولیت به مرحله بلوغ با تغییر لباس شخص می گردد . البته سن شروع عادت ماهانه بستگی به شرایط متعددی دارد مانند شرایط محیطی - اجتماعی و غیره - مثلاً قاعدگی در طبقات مرفه زودتر از طبقات فقیر آغاز می شود و نیز شهرنشینان زودتر از روستاها و در مناطق گرمسیری زودتر از مناطق سردسیری قاعدگی فرا می رسد . معمولاً سن 13 سالگی را حد وسط برای آغاز این دوره قرار میدهند ولی بطور کلی بین سن 9 تا 18 سالگی حد بالغ شدن دختران می باشد که این مرحله را به تکلیف نشستن نیز می گویند . به تکلیف نشستن دختران حدود 2 سال از پسران جلوتر می باشد و در پسران رشد خصوصیت اولی با خروج منی که اسپرماتوزوئید نیز نامیده می شود نمایان می گردد و همانطور که گفته شد 2 سال بعد از دختران این مرحله آغاز می شود و حد متوسط سنی را که برای این مسأله قرار داده اند در حدود سن 15 سالگی است همراه با رشد خصوصیات اولی یک سری خصوصیات ثانوی در بالغان مشاهده می شود که در دختران عبارتست از بزرگ شدن سینه ها (اضافه شدن بر محیط باسن) - رویش مو در مواضع بخصوص - تغییر صدا (بر اثر توسعه صخره و اضافه شدن طول تارهای صوتی و غیره)

Adrenal cortex ¹
Estrogen ²
Androgen ³



و پسران رویش موی صورت و رویش مو در مواضع بخصوص ، پیدا شدن جوشهایی در صورت که بر اثر ترشح زیادغده های چربی است و غیره می باشد .

نکته ای که در اینجا مطرح است این است که آیا در دختران مجرد قاعدگی آنها برای تولید نسل آمادگی دارند یا نه ؟ دانشمندان معتقدند که اولین قاعدگی دلیل بر آمادگی نمی باشد البته ممکن است که بارداری انجام شود ولی چون هنوز رحم و اعضاء تناسلی و غیره به حد کمال نرسیده اند دچار مشکلاتی خواهد شد لذا دختران در سن 16 تا 18 سالگی از حیث جنسی به حد کمال می رساند و پسران در سن 18 تا 20 سالگی از حیث جنسی به حد کمال می رسند .

بهمراه این تحولات در بالغان مسائل عمده ای در جنب آن نیز مطرح می شود که به بعضی از آن موارد اشاره خواهیم نمود .

اولین مسأله تحریک پذیری جنسی است پسران با ظهور این خصوصیات تحریک پذیری جنسی در همین زمان متمرکز می شود بر خلاف دختران که تحریک پذیری جنسی آنها در مدت زمان بیشتری بخش می گردد لذا مسائل جنسی که در پسران رخ می دهد بیشتر از دختران می باشد از این مورد می توان مسأله استمناء را در پسران نامبرد که در سن 12 تا 15 سالگی زیاد معمول است البته متأسفانه بعضی از دانشمندان و علمای غربی (نه همه آنان) تا حدی با این مسأله بصورت جدی برخورد نموده اند و حتی بعضی آنها علامت رشد می دانند و معتقدند به اینکه جلوی این کار بالغان را نباید گرفت .

ولی بطور کلی این عمل عملی است ناهنجار و زشت که بخصوص از نظر دینی و مذهبی به کلی ممنوع شده است و معمولاً این بیماری در کشورهای اسلامی کمتر از جاهای دیگر دیده می شود و آنها بر اثر کنترل درونی و عامل مذهب است .

اما از نظر بهداشتی و پزشکی و روانشناسی مساله استمناء به شدت منع شده است و بدترین نتیجه ای که برای بالغان دارد خستگی و خواب آلودگی - پریدگی رنگ و کمبودی دور چشمها است و از نظر روانی نیز باعث نوعی خستگی روحی و احساس شرم و گناه در بالغان می گردد .



و موریس دبس می گوید: استمناء هنگامی واقعاً وحشت آور می شود که پس از دوره بحران باقی بماند.¹

اما در دختران همانطور که گفته شد کمتر دیده می شود و این لذت از خود بردن در دختران بصورت دیگری ظاهر می شود مانند تماشای شکل و قد و قامت خویش در آینه و علاقه به زیبایی و زینت کردن خود - و تا حدودی از نظر دبس در دختران بیداری غریزه باعث عشوهِ گر شدن آنها می شود و از پسران نیز پر زورتر و عقیف تر می باشد.²

از مسائل و انحرافات دیگری که در بالغان بخصوص در پسران بیشتر دیده می شود گرایش به جنس موافق یا هم جنس بازی است - البته پزشکان معتقدند که این انحراف در میان جوانان بسیار کم است این کار را جوانان شروع نمی کنند بلکه عموماً یک فرد کامل که در جستجوی طرفی برای لذت بردن می باشد اقدام به این کار می کند لذا باید بالغان را از معاشرت های مشکوک باز داریم.³

چند نکته تربیتی:

بعد از بررسی مسائل و خصوصیات جنسی بالغان این سوال مطرح می شود که بهترین کار برای جلوگیری از انحرافات جنسی چیست. در اینجا یک بحث تربیتی لازم می آید.

بطور کلی علمای تعلیم و تربیت جدید بر خلاف سنتها و افکار قدما راه حلی که برای جلوگیری از این انحرافات پیشنهاد کرده اند آموزش و آگاه کردن بالغ از مسائل جنسی است و این وظیفه را نیز بر عهده والدین و مربیان قرار داده اند.

چون راهنمایی و هدایت بوسیله والدین و مربیان صالح بهتر از کتابها یا تعلیمات ناقص رفقای بزرگتر می باشد البته در نوع آموزش نیز باید دقت بسیار شود و روش صحیح و بطور غیر مستقیم و یا در موارد ضروری بصورت مستقیم انتخاب شود و این کار را نیز بر عهده افرادی صالح و آگاه گذاشته شود.

موارد دیگری که پیشنهاد می شود بیشتر مربوط به زندگی اجتماعی و خانوادگی بالغ است سعی شود محیط بالغ طوری باشد که باعث تحریک جنسی او نگردد و او را زیاد خسته نکنیم. محیط خواب او مناسب باشد و هنگام او را به

¹ بلوغ - موریس دبس - ص 98

² منبع سابق - ص 106

³ منبع سابق - ص 100



رختخواب فرستاده و پس از بیدار شدن بلافاصله از رختخواب خارج شود. و او را وادار به انجام ورزشهای سبک مثل

دو نماییم.

بحر حال باید او را پیوسته در حال کار و کوشش مداوم قرار دهیم تا امکان این انحرافات کمتر گردد.

فهرست منابع و مآخذ:

- آهاد فیلد-ج - روانشناسی کودک و نوجوان-ترجمه شمس تبریزی-بنگاه مطبوعاتی صفی علیشاه

- ای بی کاسل - آموزش و پرورش کهن-بنگاه ترجمه و نشر کتاب

- پیازه ژان - 5 گفتار روانشناسی-ترجمه نیک چهره محسنی

- دبس موریس - اصول روانشناسی عملی-ترجمه محمد برادران رحمتی

- روسو ژان ژاک - امیل

- سعدی شیرازی - کلیات - به اهتمام محمد علی فروغی - امیر کبیر 1363

- شریعتمداری علی - روانشناسی تربیتی

- شعاری نژاد - روانشناسی رشد

- شکوهی غلامحسین - تعلیم تربیت و مراحل آن

- شهید ثانی - آداب تعلیم و تعلم در اسلام -

- عنصرالمعالی - قابوسنامه - انتشارات علمی و فرهنگی

- فلسفی - گفتار فلسفی جوان از نظر عقل و احساسات - نشر معارف اسلامی -

- نشریه علوم تربیتی دانشگاه تهران - سال هشتم - شماره 3

- نشریه علوم تربیتی دانشگاه تهران - سال هشتم - شماره 4