

## مقدمه:

یکی از دوره‌هایی حساس که نقش بسیاری در سرنوشت افراد ایفا می‌کند، سنین پس از کودکی یعنی شروع نوجوانی است. نوجوانی و تغییراتی که در آن برای نوجوان رخ می‌دهد، یکی از مسایلی است که توجه والدین و مربیان آموزشی را به خود معطوف کرده است. این دوره که حفاصل کودکی و بزرگ سالی قرار دارد بنا به تحولاتی که در جسم و روان نوجوان روی می‌دهد دارای اهمیت است. مدت این دوره در جوامع و در سطح گوناگون اقتصادی - اجتماعی یک جامعه متغیر است و حتی طول آن نیز در یک جامعه و در بین خانواده‌های مختلف ممکن است در نوسان باشد. بنابراین ماهیت این دوره نه تنها بیولوژیکی بلکه اجتماعی است و آغاز آن با تغییرات بیولوژیکی بلوغ در دختران و پسران مشخص می‌شود. اغلب نوجوانان خود را با کودکان کم سن و سالتر در خانواده و والدین و معلمان و حتی دیگر اعضا جامعه خود در تعارض عاطفی می‌یابند. یک نوجوان دیگر نمی‌خواهد مانند یک کودک با او رفتار شود و می‌خواهد دیگران بدانند که بزرگ شده. او احساس می‌کند که اطرافیان او را درک نمی‌کنند. آن‌ها تنها در مقابل دوستان همسال خود، احساس راحتی می‌کنند و مایلند که بیش تر اوقات خود را با دوستان سپری کنند. روی عقاید و نظرات همسالان خویش حساسیت خاصی دارند و به داوری و قضاوت آن‌ها بیش از بزرگ سالان اهمیت می‌دهند. به همین دلیل در این دوره توجه والدین به دوستان و ارتباط فرزندشان با دوستان و نظارت بر اعمال و رفتار آن‌ها ضروری است. ممکن است نوجوان تن به خواسته دوستان بدهد و با مشارکت یکدیگر دست به اعمال ضد اجتماعی بزنند. مخصوصاً نوجوانانی که در محیط‌های خانوادگی نامساعد و شرایط اقتصادی - اجتماعی پایین قرار دارند بیش تر از سایرین در معرض توجه دوستان ناباب قرار می‌گیرند. به همین دلیل توجه به نیازها و خواسته‌های نوجوان و آموزش و آگاهی دادن درباره مسایل این دوره و تغییراتی که در فرد روی می‌دهد، می‌تواند تنش و شکاف بین والدین و نوجوان را از بین ببرد. از سوی دیگر به لحاظ فقدان یا کمبود مؤسسات و مراکز برای هدایت و راهنمایی خانواده‌ها در زمینه پرورش فرزندان و چاره‌جویی هنگام مواجه با مشکلات، نقش مدارس و آموزشگاه‌ها و معلمین شاغل در آن، به مراتب دشوارتر می‌شود. لازم است مسئولین بیش تر به این دوره و مسایل مربوط به آن در مدارس بپردازند تا همگان حتی خود نوجوان با آگاهی، این دوره را پشت سر بگذارند.

## تعریف نوجوانی

نوجوانی دوره‌ای از زندگی فرد است میان پایان کودکی و آغاز بزرگ سالی. این دوره با تغییرات فیزیولوژیک که در فرد روی می‌دهد شناخته می‌شود و این تغییرات با بسیاری از حالات عاطفی و رفتاری در فرد همراه است. تغییرات بلوغ جنسی نیز بسیار مهم است که ظرف مدت چند سال، بدن کودک دبستانی به بزرگسالی بالغ تغییر شکل می‌یابد و همین تغییرات زمینه ساز اضطراب و نگرانی در فرد می‌شود و به خصوص هنگامی که نوجوان از ویژگی‌ها و تغییرات مربوط به این دوره آگاهی چندانی نداشته باشد. اغلب آن‌ها سوالات زیادی در مورد مسایل مربوط به خود دارند و می‌توانند پاسخ آن‌ها را از والدین و مربیان و معلمان خود بپرسند اما این در حالی است که بسیاری از والدین راحت نیستند در مورد این مسایل با فرزند خود صحبت کنند و گاهی اوقات به بیش تر با دوستان همسال و همکلاسی‌های شان در مورد این مسایل صحبت می‌کنند و گاهی اوقات به اشتباه یکدیگر را راهنمایی می‌کنند. بسیاری از نوجوانان احساس ناامنی می‌کنند و قرار گرفتن در میان دوستان را بر والدین و در کنار آن‌ها بودن ترجیح می‌دهند و هر زمان که فرصت یابند به دوستان پناه می‌برند. بنابراین اهمیت دوستان در این دوره بسیار زیاد است. آن‌ها دارای مشکلات ویژه‌ای هستند که در دوره کودکی کمتر مشاهده می‌شود. ماهیت این مشکلات با مشکلات دوره بزرگ سالی متفاوت است. اگر والدین و معلمان مایلند که نوجوانان به راحتی این دوره را طی کنند، باید مشکلات نوجوانان را به خوبی بشناسند. به هر حال نوجوانی یک دوره‌ی مشکل و نامتعادل و غیر قابل پیش‌بینی و دارای مشکلات بسیاری است که باید به شیوه‌ای رضایت بخش هم برای نوجوان و هم برای والدین و افراد جامعه حل و فصل شود. زیرا نوجوانی برای خود فرد

نیز مشکل زاست و نوجوان با نقش جدید خود در زندگی سازگار نشده و در نتیجه سردرگم و پرخاشگر و مضطرب است.

### **اهمیت نوجوانی**

نوجوانی یکی از مراحل زندگی است که از چند بعد دارای اهمیت می باشد. نوجوان اغلب برای سازگاری با این ابعاد تلاش می کند. در ادامه به بعضی از موارد اشاره می کنیم:

۱- شروع نوجوانی: بسیاری از افرادی که وارد این دوره می شوند از دنیای کودکی فاصله می گیرند و در دنیایی سرشار از خیالات و توهمات سیر می کنند. آن ها در این سال ها تغییرات بسیاری را در جسم و روان خود تجربه می کنند.

۲- تفکر انتزاعی: در این دوره، تفکر نوجوان نسبت به کودکی رشد یافته و او اینک دارای تفکر انتزاعی است و می تواند بسیاری از مسایل را درک و به موضوع های مختلف فکر کند و بسیاری از مشکلات خانوادگی و مشکلات مربوط به خود را با آگاهی حل نماید.

۳- تغییرات عاطفی: تغییرات عاطفی نوجوان آشکار و او نسبت به اتفاقات و مسایل پیرامون خود حساس است. بسیاری از هیجان- های مثبت چون شادی، بر خود بالدين و افتخار کردن، آسودگی خیال، هیجانان منفی چون اضطراب و نگرانی، پشیمانی، غم و اندوه و عصبانیت و خشم و ... باعث تغییرات عاطفی و رفتاری در نوجوان می شود. احساساتی که نوجوان تجربه می کند بسیار متفاوت تر از احساسات یک کودک یا بزرگ سال است و در مقایسه با بزرگ سالان، احساس نوجوان آفت و خیز بیش تری را نشان می دهد. البته والدین نباید نگران باشند زیرا این احساسات طبیعی و زودگذر است.

۴- تغییرات اجتماعی: در این دوره نوجوان از لحاظ اجتماعی دیگران را بر والدین و خانواده ترجیح می دهد و بیش تر مسایل خود را با هم سالان حل و فصل می کند. آن ها در گروه های دوستانه به دنبال نشان دادن قدرت و استقلال رای هستند و در میان آن- ها سازگاری بیش تری نشان می دهند. این در حالی است که در محیط خانواده سرکش و پرخاشگر می شوند. والدین و مربیان با برخورد مناسب و دادن مسؤولیت و احترام به استقلال آن ها در انجام وظایف مربوط به خودشان می توانند روحیه پذیرش مسؤولیت و انجام وظایف محوله را در آن ها تقویت کنند.

۵- هویت: بسیاری از نوجوانان به دنبال کشف هویت و شخصیتی جذاب هستند تا در چارچوب آن شخصیت قرار گیرند. آن ها هم چنین در مورد فلسفه زندگی و مرگ ابهامات بسیاری در ذهن دارند که پاسخ به این ابهامات از سوی والدین و خصوصاً معلمان دینی در مدارس صورت می گیرد. تقویت روحیه خداجویی و رسیدن به کمال نیز از وظایف اساسی والدین و معلمین است تا با تکیه بر این روحیه معنوی مانع لغزش های نوجوانان شوند.

### **عوامل مؤثر در اختلال رفتاری نوجوان**

عوامل خانوادگی شامل موارد زیر است:

الف) وضعیت روانی و عاطفی که مجموعه روابط و تعاملاتی است که بین اعضای خانواده جریان دارد و تحت تأثیر آموزش های اخلاقی، شناختی و عاطفی و یا تقلید از رفتار والدین و فرزندان دیگر صورت می گیرد.

ب) کارکردهای تربیتی نامناسب خانواده که شامل مواردی چون تربیت نادرست، طرد کودک، تنبیه شدید، عدم توجه به خواسته ها و نیازهای فرد، عدم توجه به عواطف و احساسات، انتظارات نا به جا از نوجوان، مراقبت و نظارت بیش از حد و ... می شود. همه این عوامل و یک یا چند مورد از آن ها می تواند در بروز اختلالات رفتاری مؤثر باشد.

ج) فقدان والدین و به ویژه مادر چنان چه با کمبود ارضای نیازهای عاطفی همراه شود اثرات جبران ناپذیری در رشد روانی، عاطفی و اجتماعی فرزندان به جا خواهد گذاشت. به ویژه آن که فرزند نوجوان نیز باشد. البته اگر جای فرد غایب به گونه ای مناسب پر شود، مشکلات کم رنگ تر خواهد شد.

د) قوانین و معیارهای اخلاقی: چنان چه در خانه یا مدرسه اصول اخلاقی معین حاکم و یا این که مقررات و قوانین، همیشگی و ثابت نباشد و برای دانش آموز معین نشود، مشکلات رفتاری ایجاد می کند. البته قوانین سرسختانه والدین در محیط خانوادگی و ملزم نمودن فرزندان به رعایت همه آن ها می تواند در بروز این رفتارها تأثیرگذار باشد.

### عوامل اجتماعی

الف) طبقه اجتماعی: طبقه اجتماعی والدین و میزان سواد آن ها، شغل والدین و وضعیت اقتصادی و فرهنگی حاکم بر خانواده، آداب و رسوم و اعتقادات مذهبی، هر کدام به نحوی در بروز اختلال رفتاری مؤثر است.

ب) گروه هم سالان: بهترین الگوی نوجوان پس از والدین، دوستان هم سال هستند که به خوبی می توانند تأثیر اخلاقی مطلوب یا نامطلوبی بر رفتار کودک داشته باشند. گروه هم سالان در موقعیت های مهمی چون طرد نوجوان از سوی والدین و جلب او با محبت و توجه دوستانه نقش به سزایی دارد. بنابراین توجه به شخصیت نوجوان و احترام به آن و شناخت نیازها و تمایلات او می تواند زمینه پرورش مطلوب را فراهم کند و اختلال رفتاری نوجوان را کاهش دهد.

### نوجوان و اعمال ضد اجتماعی

اعمال ضد اجتماعی عمدتاً توسط نوجوانان ناسازگار انجام می شود و از میان این اعمال، اعتیاد به سیگار و مواد مخدر شایع تر است و اغلب در پسرها بیش تر دیده می شود. عوامل این اتفاق به درون خانواده ها و حتی در بعضی مواقع به اجتماع برمی گردد. دانش آموزان ناسازگار از مدرسه فرار می کنند و با کنجکاو مواد مخدر را نیز تجربه می کنند. آن ها از سوی دوستان تشویق می شوند و الکل، سیگار و قرص های روان گردان را در گروه های دوستانه استفاده می کنند و در مواردی به بی بند و باری و اعمال غیر اخلاقی نیز می پردازند. این نوجوانان تمایل زیادی دارند که دیگر دوستان خود را در رفتار ناهنجار خود شریک نمایند. چنان چه سیگار کشیدن نوجوان مورد توجه قرار نگیرد و ادامه یابد؛ ممکن است به مسایل خطرناک تری نظیر اعتیاد به مواد مخدر و یا الکل تبدیل شود. اغلب نوجوانان در سه مرحله به اعتیاد روی می آورند:

#### مرحله اول؛ آشنایی و آغاز

در این مرحله فرد به دوست یا شخص معتاد برخورد می کند و با همراهی وی با مواد مخدر آشنا می شود و مصرف آن را آغاز می کند.

#### مرحله دوم؛ تردید

در این مرحله فرد با خود جنگ و ستیز دارد. رفتن در عالم خیال و فرار از واقعیات باعث روی آوردن مجدد به مواد مخدر می شود و از طرف دیگر نمی خواهد گرفتار شود.

#### مرحله سوم؛ اعتیاد

و بالاخره در این مرحله با مصرف دنباله دار مواد مخدر و تجربه پی در پی آن، معتاد می شود. در زمینه پیش گیری و درمان اعتیاد نوجوانان لازم است که اولاً توجه والدین و اولیای مدارس و رسانه های جمعی بر مسایل نوجوانان خصوصاً بحث اعتیاد آن ها معطوف شود. در مرحله بعد، نظارت بر اعمال آن ها خصوصاً رفتارهای مشکوک و آگاه کردن آن ها از عواقب احتمالی مصرف مواد مخدر ضروری است. آموختن مقاومت در برابر فشارهای هم سالان و ... می تواند به عنوان راه کارهایی برای پیش گیری مطرح باشد. در مراحل درمانی نیز ابتدا باید خانواده را از وضعیت فرزندشان آگاه نمود و قبل از فرد معتاد به خانواده و مشکلات آن ها رسیدگی نمود و به آن ها یادآوری نمود که یکی از علت های روی آوردن فرزندان به مصرف مواد، محیط نامساعد خانواده است. در مرحله بعد، اگر نوجوان معتاد باشد به سرعت بستری شود تا با تجویز داروهای مختلف، او را وادار به ترک کرد. در مرحله آخر پس از ترک باید روی عزت نفس و اضطراب نوجوان کار شود و حتی فرصت های شغلی و تحصیلی مناسب برای او فراهم و حس استقلال و مسؤلیت پذیری او تقویت شود. با توجه به موارد ذکر شده

می توان گفت که توجه والدین و معلمان مدارس. خصوصاً کسانی که ارتباط دوستانه تری با نوجوان دارند. می تواند مانع ارتکاب اعمال بزهکارانه باشد. بسیاری از نوجوانان ناآگاهانه مرتکب جرم می شوند و بسیاری از نوجوانان ناآگاهانه مرتکب جرم می شوند و بسیاری تحت تأثیر شرایط نامساعد قرار می گیرند و در صورت فراهم بودن آن، راحت تر از قبل به اعمال خلاف کارانه می پردازند. اکثریت نوجوانان در این دوره با مشکلات خاصی مواجه می شوند اما هیچ دلیلی وجود ندارد که در شرایط مطلوب و با راهنمایی و کمک والدین و مربیان آگاه نتواند این دوره را بدون فشار و تنش زیاد سپری کنند. معلمان و مربیان در موقعیت مطلوب و مناسبی هستند تا نوجوانان را در جهت رفع نگرانی ها و برنامه ریزی های عملی جهت ارضای نیازهای آنان یاری دهند. نوجوانان دوست ندارند با آنان همانند کودک رفتار شود و والدین و معلمان باید در زمینه دادن مسؤلیت و آزادی هماهنگ و متناسب با رشد آنان کوشش نمایند. والدین و معلمان وظیفه دارند نوجوانانی را تربیت کنند که از ادراک، دانش و مهارت بهره مند باشند و بتوانند خود را با شرایط مطلوب سازگار کنند و اندیشه ها و نظرات خود را با استدلال های دقیق ارزیابی و مشکلات جدید را حل کنند.

#### **منابع:**

۱. روان شناسی رشد، ج ۲، لورا. ای برک، ترجمه یحیی سید محمدی، ۱۳۸۰.
۲. رفتارهای بهنجار و نابهنجار کودکان و نوجوانان و راه های پیش گیری درمان نابهنجاری ها، دکتر شکوه نوایی نژاد، ۱۳۸۰.
۳. خدمات راهنمایی و مشاوره، حمید اصغری پور، ۱۳۸۰.
۴. سلامت نوجوانی، وزارت آموزش و پرورش، ربابه نوری.