مراحل المراهقة



◄إنّ مرحلة المراهقة هي مرحلة نمو معيّنة تبدأ بنهاية الطفولة وتنتهي بابتداء مرحلة النضج أو الرشد، أي أنّها المرحلة النمائية أو الطور الذي يمر فيه النشيء وهو الفرد غير الناضج جسمياً وانفعالية وعقلياً واجتماعياً نحو بدء النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي.

ولذلك فمرحلة المراهقة هي أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان فالجسد يعود مرة أخرى ليقحم نفسه على الوجود من خلال نموه المفاجئ في الحجم والشكل علاوة على التغييرات الكيميائية (الهرمونية) مما يصيب المراهق بهزة في كيانه تجعله يفقد التعرف على نفسه فيسأل بإلحاح وبعمق (مَن أنا؟!) وهنا تبرز مشكلة الهوية التي تكون جوهر صراع هذه المرحلة في حياة الإنسان.

وتتميز هذه المرحلة باضطراب في النمو النفسي نتيجة للخصائص الجنسية التي تتميز بها هذه المرحلة إذ يختل التوازن بين دوافعه وبين الآراء نتيجة لظهور المميزات الجنسية لذلك يحتاج المراهق إلى إعادة التكيف وتحقيق توازن جديد بين دوافعه النفسية وبين ما يجب أن يفعله لإشباع هذه الدوافع.

أوّلاً- مراحل المراهقة:

المراهقة فترة يمر بها الفرد في حياته وتلي مرحلة الطفولة وبدايتها يمكن تحديدها بأحد مظاهر التغير نحو النضج فيها، وهو البلوغ ويقسم العلماء بغرض الدراسة مرحلة المراهقة إلى فترات وتختلف العلماء في تحديد هذه الفترات سواء من ناحية عددها أو من ناحية بدايتها ونهايتها الزمنية.

حيث قسم زهران (1971) مرحلة المراهقة إلى ثلاث فترات لكلّ فترة ما يقابلها من العمر الزمني، ولكن يجب أن نذكر أنّ أي تقسيم هدفه سهولة الدراسة فليس هناك فواصل حادة بين الفترات بعضها البعض، وهذه الفترات هي:

- مرحلة المراهقة المبكرة: من 14-12 سنة وتقابل المرحلة الإعدادية.

- مرحلة المراهقة الوسطى: من 17-15 سنة وتقابل المرحلة الثانوية.

- مرحلة المراهقة المتأخرة: من 21-18 سنة وهي تقابل المرحلة الجامعية.

ويلاحظ أنّ مرحلة المراهقة طويلة نسبياً إذ تمتد ست سنوات أو أكثر أن تأخرت وهي تربوياً تقابل مرحلة التعليم المتوسط (الإعدادي والثانوي) وقد تمتد إلى مرحلة التعليم الجامعي عند بعضهم كما أنّ بعضهم قد يراهق في المرحلة الابتدائية.

ويمكن تقسيم دور المراهقة إلى المراحل التالية:

أوّلاً: مرحلة ما قبل المراهقة: تبدأ من سن العاشرة وتنتهي في الثانية عشرة.

ثانياً: مرحلة المراهقة المبكرة: من سن الثالثة عشرة إلى سن السادسة عشر.

ثالثاً: مرحلة المراهقة المتأخرة: من سن السابعة عشر إلى الحادية والعشرين.

وإنّه من السهل تحديد بداية المراهقة، ولكن من الصعب تحديد نهايتها إنّ بدايتها تبدأ بالبلوغ الجنسي بينما تحدد نهايتها بالوصول إلى النضج في مظاهر النمو المختلفة.

وهناك تقسم أخر لمرحلة المراهقة وهو كالتالي:

- مرحلة ما قبل المراهقة أو أحياناً (ما قبل البلوغ):

ويطلق على هذه المرحلة أيضاً مرحلة التحفز والمقاومة، وهذه المرحلة بين سن العاشرة والثانية عشرة (12-10) تقريباً وتظهر لدى الفرد تمهيداً للانتقال إلى المرحلة التالية من النمو وكذا تبدو مقاومة نفسية تبذلها الذات ضد تحفز الميول الجنسية.

ومن علامات هذه المرحلة زيادة حساسية الفرد بجنسه ونفور الفتى من الفتاة والابتعاد عنها، وكذا تجنب الفتاة الفتى فالطفل الذي كان في المرحلة السابعة لا يجد غضاضة في اللعب مع الفتيات اللاتي في سنه، أصبح يشعر بالحرج الشديد ويخشى تهكم أقرانه ورفاقه إذا ما شاهدوه يلعب مع الفتيات حتى لا يهتم بأنّ خشونة الرجالة تنقصه، وكذلك الحال عند الفتاة التي يتزايد إحساسها ونفورها من الفتيات لتقويتهم وخشونتهم.

- مرحلة المراهقة المبكرة:

وهذه المرحلة من سن (16-13) عام، وهي تمتد منذ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ حتى بعد البلوغ بستة تقريباً عند استقرار التغيرات البيولوجية عند الفرد، وفي هذه المرحلة المبكرة يسعى المراهق إلى الاستقلال ويرغب دائماً في التخلص من القيود والمسلطات التي تحيط به ويستيقظ لدى الفرد إحساس بذاته وكيانه.

- مرحلة المراهقة المتأخرة:

وهي من سن (21-17) عاماً وفيها يتجه الفرد محاولاً أن يكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه ويوائم بين تلك المشاعر الجديدة وظروف البيئة ليحدد موقفه من هؤلاء الناضجين محاولاً التعود على ضبط النفس والابتعاد عن العزلة والإنطواء تحت لواء الجماعة فتقل نزعاته الفردية، ولكن في هذه المرحلة تتبلور مشكلته في تحديد موقفه بين عالم الكبار وتحديد اتجاهاته إزاء الشؤون السياسية

والعمل الذي يسعى إليه.

وقد حدد "هيرلوك" سن المراهقة فيما بين (12-21) عاماً.

أما "كول" فنرى أنّ فترة المراهقة تمتد من (13-21) عاماً.

ويعرف "لاندز" المراهقة وجماعة المراهقين "بأنّها جماعة مكوّنة من أشخاص تتراوح أعمارهم من (12-24) عام".

وقد قسم الحاروني وآخرون مرحلة المراهقة إلى مرحلتين وهي كالتالي:

المرحلة الأولى: المراهقة المبكرة: تبدأ بالتغيرات الجسمية المرتبطة بالبلوغ في حوالي السنة الثانية عشرة وتنتهي في حوالي سن السادسة عشر (12-16) وتشمل الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

المرحلة الثانية: المراهقة المتأخرة: وتبدأ من حوالي الخامسة عشر والسادسة عشر من العمر مع اكتمال التغيرات الجسمية وتمتد حتى سن الرشد (21 عاماً) أو قبلها بعام أو عامين وهي بذلك تشمل المرحلة الثانوية وقد تمتد حتى المرحلة الجامعية.

وإذا قيست تلك الفترة من وجهة النظر النفسية فهي تضم الأفراد الذين أنهوا أو اجتازوا مرحلة الطفولة.

ومن وجهة نظر علم الاجتماع فهي مرحلة تضم الأفراد الذين يحاولون اختيار الفجوة بين المرحلتين: مرحلة الطفولة ومن أبرز سماتها الاعتماد على الآخرين ثم مرحلة الرشد والتي يكون فيها الاستقلالية والذاتية.

ويعتقد ليفين Levien أنّ ما يعيشه المراهق من بلبلة وحساسية حول مركزه يجعله يشعر بأنّه واقع في صراع كما يؤدي إلى التذبذب وإلى الحساسية الزائدة، ويمر عندئذ بفترة من عدم الاتزان أو الاستقرار فينعذر معها إمكانية التنبوء بسلوكه.

إنّ تلك الفترة تعد مرحلة غامضة من حياة الفرد حيث يعيب الفرد فيها التردد والتداخل في الأدوار التي يعيشها، ويتعرض فيها الإنسان إلى صراعات متعددة داخلية وخارجية فهي فترة متجددة ومستمرة في الترقي والصعود نحو الكمال الإنساني الرشيد تدريجياً.

وإذا كانت المراهقة تتحدد بدايتها بوضوح بالبلوغ الجنسي فإنّ نهايتها تتحدد ببلوغ السعي ثم الرشد، والسعي يتحدد طبقاً للظروف الاجتماعية والنفسية المتغيرة التي تواجه المراهق لذلك لم يجد جمهور فقهاء المسلمين سناً معيناً لبلوغ سن الشباب والسعي أصبح متروكاً للظروف الاجتماعية والنفسية.

وقد تم تقسيم مرحلة المراهقة إلى طوريين متلازمين بالإطار الإسلامي وهي كالتالي:

الطور الأوّل: طور بلوغ الحلم (المراهقة): وهي تشمل المرحلة الإعدادية والمرحلة الأولى من التعليم الثانوي حتى حوالي الخامسة عشر وتصاحبها التغيرات الجسمية المرتبطة بالبلوغ الجنسي.

الطور الثاني: طور بلوغ السعي (الشباب): وهي تشمل نهايات المرحلة الثانوية وتمتد للمرحلة الجامعية وهي من 18 عاماً إلى 21 عاماً، وتسمى تلك المرحلة بالوصف القرآني البليغ "بلوغ السعي" ومعناها إمكانية سعي الشباب في أمور دنياه كسباً لعيشة إذا لم يشأ إكمال تعليمه.

والمراهقة تدل على التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي والجنسي.

ويختلف مفهوم المراهقة بوجه عام في المجتمعات الحضارية عن المجتمعات البدائية، فالطفل في المجتمعات البدائية ينتقل من الطفولة إلى الرجولة بهدوء شديد لا يكاد يلاحظ إلّا في بعض الطقوس التي تقام عند سن البلوغ، ثم يعتمد على نفسه اقتصادياً فيصبح حراً داخل إطار الجماعة، أما في المجتمعات الحضارية فالمراهق يعتبر راشداً قانونياً في سن الواحد والعشرين وتكفل له الجماعة حقوقه الطبيعية والمشروعة كافة، ويلاحظ أنّ فترة المراهقة تأخذ 9 سنوات تقريباً حتى يصل إلى مرحلة الرشد.

ثانياً- تحديد مرحلة المراهقة:

إنّ المرحلة السابقة للمراهقة وهي مرحلة الطفولة المتأخرة والتي تبدأ من 6-10 سنوات أما مرحلة قبل المراهقة فهي من سن 10-12 سنة تقريباً.

لذا نجد نشاط الطفل خلال مرحلة الطفولة المتأخرة موجهاً نحو المدرسة واللهو والرفاق بينما نظرته للجنس الآخر نظرة رفقة وزمالة، ولا يكاد يعني الفوارق بين الجنسين فهذه المرحلة تمتاز باستقرار النمو الجنسي والانفعالي، فهي مرحلة إتقان المهارات الحركية والعقلية، وبداية الاهتمام باللعب والتمثيل القريبين من الواقع وتبرز اتجاهاته الاجتماعية كالمنافسة والزعامة.

بينما نرى مرحلة ما قبل المراهقة حيث تبدأ مقاومة نفسية ضد تحفز الميول الجنسية ويطلق عليها مرحلة التحفز أو المقاومة أو ما قبل البلوغ ويلاحظ فيها إدراك الفروق بين الجنسين.

أما مرحلة المراهقة فهي تلك المرحلة التي تنضج فيها الوظائف الجنسية وقدرة الفرد على الناسل وتنتهي بسن الرشد واكتمال النضج في القوى العقلية ومن الصعوبة تحديد هذه المرحلة نظراً لاختلافها من فرد لآخر كذلك يختلف علماء النفس في تحديدها فبعضهم يرى أنّها الفترة التي تقع بين العاشرة والحادية والعشرين وبعضهم يحصرها بين الثالثة عشرة والتاسعة عشرة.

إنّ بعض الأفراد يتأخر بلوغهم حتى سن الثانية عشرة، وبعضهم حتى سن السابعة عشرة فهي تختلف باختلاف الثقافة والبيئة والتغيرات النفسية من مجتمع لآخر.

ويمكن تقسيم مرحلة المراهقة إلى مرحلتين وهي كالتالي:

المرحلة الأولى: المراهقة المبكرة: هذه المرحلة تبدأ منذ بدأ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ أو حتى بعده بسنة تقريباً، وذلك عند استقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد، فيسعى إلى الاستقلال ويرغب في التخلص من القيود التي تحيط به وينمو لديه الإحساس بذاته وكيانه.

المرحلة الثانية: المراهقة المتأخرة: فيتجه فيها الفرد إلى التكيف مع المجتمع المحيط به ويحاول ضبط النفس والابتعاد عن العزلة والإنطواء وينظم تحت لواء الجماعة بعيداً عن النزعات الفردية.

ثالثاً- أهمية مرحلة المراهقة:

تكمن أهمية مرحلة المراهقة في كونها مرحلة انتقالية في حياة الإنسان حيث يطلق فرويد Freud على هذه المرحلة (المرحلة التناسلية) التي تظهر عند البلوغ، وهي الفترة من الوقت التي تنشط فيها الغريزة الجنسية ومنشأ المتعة الجنسية، ويصبح وقتها بعيداً عن الأسرة بعض الشيء ويعتقد فرويد أنّ نزعات التساهل مع الآباء تنشأ مجرداً خلال فترة المراهقة ويحدث هذا التساهل عندما يصبح الفرد قادراً على تطور نضجه في علاقات الحب وممارسة استقلاليته.

أما إريكسون وهو من المحللين النفسيين المحدثين فيرى أنّ الفتوة هي فترة عملية البحث عن الذات ويأخذ (فريد بنرج) بنفس الاتجاه إذ يقول: إنّ الفتوة عملية تزيد على مجرد النضج الجنسي فهو في المركز الأوّل عملية اجتماعية تؤدي إلى تحديد الفرد لذاتيته وهو نوع من الصراع الجدلي مع المجتمع.

كما يرى (بلو سي) أنّها المجموع الكلي لكلّ محاولات التوافق لمرحلة النضج الجنسي ومجموع الظروف الجديدة الداخلية والخارجية التي يجابهها الفرد.

وتتضح أهمية مرحلة المراهقة عن باقي مراحل النمو التي يمر بها الإنسان، وذلك من خلال مجموعة من السمات الخاصة بهذه المراحل على النحو التالي:

أ) تعد كلّ مرحلة الحياة مهمة بالنسبة للفرد إلّا أنّ بعضها أكثر أهمية من الأخرى، وذلك إنما يكون بسبب تأثيراتها الحالية على الاتجاهات والسلوك أو بسبب تأثيراتها الحالية على الاتجاهات والسلوك أو بسبب تأثيراتها طويلة المدى في حياة الفرد فنحن نجد مرحلة المراهقة تجمع بين الأهميتين بما لها من تأثيرات حالية وأخرى طويلة المدى.

ب) ترجع أهميتها إلى أنّها مرحلة دقيقة فاصلة من الناحية الاجتماعية إذ يتعلم فيها المراهق تحمل المسؤوليات الاجتماعية والواجبات كمواطن في المجتمع.

جـ) تأتي أهميتها أيضاً حيث أنّها مقابل (الحلقة الثانية من مرحلة التعليم الأساسي) وتستمد مرحلة التعليم الأساسي أهميتها من حيث كونها المرحلة الأساسية التي يتم فيها تشكيل وإعداد الثروة البشرية من حيث اكتشاف قدرات الفرد واستعداداته ومهاراته وتوجيهها وإرشادها التربوي السليم حتى يتمكن كلّ فرد من المساهمة في عملية بناء مجتمعه حضارياً وثقافياً وإنتاجاً حيث أصبح يقاس تقدم الشعوب بمقدار ما تتبعه لأبنائها من فرص متكافئة لتحقيق أقصى نمو ممكن لهم.

د) بالإضافة إلى ذلك تأتي أهميتها للوالدين ولكلّ مَن يتعامل مع المراهقين حتى يقف على الخصائص والأسس النفسية لهذه المرحلة ويراعيها في تربية وتوجيه المراهقين.

هـ) كما تأتي أهميتها إلى كونها مرحلة الصراعات والانفعالات كما أشار بذلك ستانلي هول (Stanly Hall) (1956) للفرد السلوكية التصرفات فيها تتميز التي العمر من الفترة هاّبأن عرضها حينما بالعواصف والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة.

و) يؤكد الكثيرون على أنّ المراهقة هي المرحلة التي تبني فيها شخصية الإنسان أو تتفكك كما يعتبرها بعضهم فترة ولادة جديدة، وذلك لأنّ سائر السمات الخاصة بالفرد، وكذلك مختلف دوافعه تكون قد تكونت وتفتحت لذا فإنّ هذه المرحلة تعتبر مجالاً من أفضل المجالات التي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيها ما يصبون إليه من وسائل وغايات وخاصة العاملين في مجال الإعلام.

ز) كما أدى أيضاً وجود عنصرَيْ التقليد والمحاكاة، وكذلك نقل الثقافات من خلال البرامج التلفزيونية والتي تصاحبها الإعلانات التجارية عن سلع استهلاكية أدى هذا كلّه إلى تنشيط الحوافز والدوافع الاستهلاكية لدى المشاهدين.

وإذا أضفنا إلى ما سبق مشكلة عدم الاستقلال الاقتصادي عن الوالدين والتي تعد إحدى أشكال الصراع بين الآباء والأبناء خاصة في مرحلة المراهقة نجد المراهق يعاني كثيراً من الإلحاح المستمر لعملية الاستهلاك وعدم المقدرة الاقتصادية لإشباع ذلك الإلحاح.

يتضح من ذلك أهمية مرحلة المراهقة (13-19) عاماً في حياة الإنسان حيث إنّ اكتسابه لأي سلوكيات غذائية في مثل هذه المرحلة التي تتميز بكونها مرحلة نمو سريع يحتاج فيها المراهق إلى احتياجات غذائية خاصة تؤثر تأثيراً مباشراً على جميع جوانب النمو وتظل مثل هذه السلوكيات الغذائية التي تصبح نمطاً غذائياً لدى المراهق مصاحبة له في باقي مراحل الحياة.

رابعاً- احتياجات ومطالب مرحلة المراهقة:

تتميز مرحلة المراهقة بمجموعة من الحاجات التي يؤدي إشباعها إلى حالة من التوافق على المستويات الثلاث (البيولوجي – النفسي – الاجتماعي).

وإذا أخفق المراهق في إشباع هذه الحاجات فإنّه يعاني من أزمة تنعكس أثرها على نفسه وعلى المجتمع، وذلك من جراء حالة عدم التكيف أو سوء التوافق الناشئة عن الإخفاق في الإشباع وأثار حالة عدم التكيف هذه يمكن أن تلاحظها فيما يبديه المراهقين بعامة من مظاهر سلوكية تعكس اغترابه عن ذاته وعن مجتمعه.

وهي مظاهر سلوكية لها دوافعها التي أدت إليها والتي تحتم علينا أن نبحث أسباب هذه المظاهر لما لها من آثار خطيرة على المجتمع وعلى الشباب ذاته متمثل هذه المشاعر والمظاهر السلوكية قد تدفع بالمراهق إما إلى الانسحاب من المجتمع أو الرضوخ له وأيّاً كان نوع الاستجابة فإنّها تفقد الشباب دورهم في المجتمع.

ومن أهم مطالب مرحلة المراهقة ومسؤوليتها تتضح فيما يلي:

أ) مطالب اجتماعية:

- أهمها تكوين علاقات إيجابية مع الجنس الآخر ومع أفراد نفس الجنس.

- التخطيط للمستقبل تربوياً ومهنياً وتحقيق (التكيف والإذعان الاجتماعي).

ب) مطالب نفسية:

- أهمها تقبل الذات وخاصة التغيرات الجسمية والجنسية الجديدة.

- تحقيق (الاستقلال الانفعالي) وتكوين اتجاهات إيجابية نحو الآخرين (الجنس الآخر ونفس الجنس – الوالدين – الأسرة والمجتمع).

جـ) مطالب نفسية ومدنية:

- أهمها فهم أدواره ومسؤولياته في المستقبل واكتساب الخبرات والمهارات اللازمة لذلك.

- اتخاذ قرارات حيوية منها ما يتعلق بالتعليم (مستواه – نوعه – مداه) ومنها ما يتعلق بالزواج.

وبالإضافة إلى هذا تنتشر ظاهرة البطالة بين المراهقين ويقصد بها البطالة الاقتصادية والاعتماد على الآخرين، ويقصد بها أيضاً البطالة الجنسية والمراهق مؤهل جنسياً إلّا أنّه غير مسموح له أن يمارس الجنس إلّا عن طريق الزواج الشرعي.

ولا يختلف علماء النفس كثيراً على أنّ أهم الحاجات النفسية التي يتطلع إليها الفرد بوجه عام والمراهقين بوجه خاص هي كالتالي:

- الحاجة إلى المحافظة على الذات والنوع.

- الحاجة إلى القبول من جانب الآخرين.

- الحاجة إلى المكانة والاعتراف.

- الحاجة إلى إدراك الذات وتطويرها.

خامساً- التغيرات والخصائص الاجتماعية عند المراهق:

جعل الله سبحانه وتعالى في الإنسان نوعاً من النزوح إلى الحياة مع الآخرين وفطره على ذلك ومن خلال هذا يتم التعارف والتعاون (يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ) (الحجرات/ 13).

ومن المظاهر الاجتماعية التي تظهر عند المراهق ما يأتي:

1- النمو الفردية والاستقلال الذاتي والثقة بالنفس والاعتماد عليها فالمراهق يحرص على أن يتجرد من سلطة الآخرين وينتزع الاعتراف منهم بأنّه قد أصبح رجلاً ولذلك فهو يلجأ إلى كلّ ما من شأنه أن يحقق له هذه النظرة من الآخرين.

2- الميل إلى تكوين صدقات مع الزملاء والأقران الذين تجمعهم ميول واحدة تكوين الشلة يضع فيهم ثقته ويدلي لهم بأسراره ويعيش معهم حياتهم الكاملة ويشاركهم فيها.

3- زيادة الوعي الاجتماعي ونمو قطب الاجتماعية مما يدفع المراهق إلى الاشتراك في الجماعات والسير معها وإخلاص الطاعة لها.

4- ميل نحو نقد الآخرين وحب للزعامة الاجتماعية أو الذهنية أو الرياضية.

سادساً- الشعور الديني عند المراهق:

خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان على فطرة التوحيد والإيمان وقد أخذ العهد على بني آدم منذ كانوا ذرية في ظهور أبنائهم وأشهدهم على أنفسهم (وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ) (الأعراف/ 172).

وفي الحديث القدسي: "إني خلقت عبادي حنفاء كلّهم وأنّهم أتتهم الشياطين فأضالهم عن دينهم".

فالإنسان مؤمن بفطراته يتجه إلى الله عزّو جلّ وحده بالعبادة والخضوع، ولكن هذه الفطرة قد يغشاها ما يغشاها أو قد تنحرف وتمرض بتأثير بعض العوامل كالوالدين أو البيئة.►

المصدر: كتاب الشباب واستثمار وقت الفراغ