تاريخ استقبال المقال:18/ 2018/07 تاريخ قبول نشر المقال:2018/08/05 تاريخ نشر المقال: 2017/09/01

مقاربة سيكو- تحليلية للمراهقـــة

PSYCHO ANALITICAL APPROACH OF ADOLESCENCE

أ. سعاد مزياني جامعة العربي بن مهيدي– أم البواقي–.

souadmeziani@yahoo.fr

الملخص:

تأتي هذه الدراسة النظرية لتسليط الضوء على ملمح جد مهم من حياة الفرد، يُعنى بتبلور بنائه النفسي والاجتماعي وتهيأته ليكون طرفا اجتماعيا صالحا وقابلا للعطاء والمشاركة المجتمعية، اننا وعبر هذه الصفحات نريد التركيز على الجانب النفسي للمراهقة وتزويد القارئ ولو بجزء يسير من التحليل النفسي لما يحدث للفرد المراهق الذي بات يثقل كاهل الوالدين والمجتمع بشكل عام، وراح القاص و الدان يتلفظ بعبارة مراهقة وكأنما هي مرض أو علة قد تنخر جسد اولادنا وفلذات اكبادنا، وبدلا من التخويف ورفع عتبة التعتيم صار لزاما وعلى عاتق المهتمين بعلم النفس اعادة النظر في دراسة هذه المرحلة المهمة، الشيء الذي سيسمح بتوضيح عديد السلوكيات الناجمة عن المراهق وفهم مبتغاه، وربما الاسراع في توجيهه وتنوير دربه لاجل مساعدته و جعله شخصا متزنا ومتفاعلا اجتماعيا.

الكلمات المفتاحية: المراهقة، البلوغ، ازمة المراهقة، الراشد.

Abstract

This study aims at pointing out a very important aspect of individual's life that looks into the making of his psychological and social composition and his readiness to become good social player able to socially contribute and assist.

We liked through these pages to focus on the psychological side of adolescence and provide the reader with at least small part of psychological analysis of what happens to the adolescent who becomes heavyweight to his parents and the society in general.

Everyone talks of adolescence as a disease or illness that spoils our children. Instead of the frightening and explaining, it became compulsory to those interested in psychology to review the study of this important period. This fact may enable the clarification of many attitudes of the adolescent and understanding his aim, and may be harrying up in orienting him and showing him the path to help him and making him socially stable and interactive.

Key-Words: Adolescence, Maturity, Adolescence Crisis, Matured Person.

مقدمـة:

يعد نمو الفرد عملية مسترسلة تمتد من الفترة الجنينية الى مرحلة الكهولة، وإن نسق هذا النمو يختلف من مرحلة الى أخرى، وقد تكون هذه الفترة من أهم مراحل النمو سرعة وعنفا، هذا التغيير السريع في الوظائف الفيزيولوجية والسمات الشكلية للفرد قد ينتج عنه ملامح سلوكية معينة متفاوتة ما بين المراهقة العابرة والمراهقة المضطربة، مما يصّعب على الوالدين والمحيطين بذلك المراهق مهمة التواصل معه واحتوائه، و قد أصبح من الضروري الاهتمام أكثر بهذه المرحلة نظرا لما ينشأ عنها من صعوبات واضطرابات ومن المهم جدا اعادة بعث صيغ التحليل النفسي لهذه المرحلة واعطاء معنى لكثير من السلوكات التي يقوم بها المراهق الغالبية منها مرفوضة اجتماعيا وغير مستساغة، ويدخل الاولياء في دوامة من التساؤلات والانشغالات بغية ايجاد توضيح وترجمة سيكولوجية لممارسات ذلك المراهق، الشيء الذي يؤكد أهمية وقيمة هذه المرحلة في بناء شخصية ابنائنا واكتمال نضجها على أحسن وجه، لذا سنحاول عبر هذه الدراسة الاجابة على التساؤلات التالية:

- ما هي المراهقة؟
- ما هي حدودها الزمنية؟ وماهي أهم مراحلها؟
- ماهي خصائصها ومميزاتها؟
- أنـواع المراهقة واهم الاضطرابات المصاحبة؟
- واخيرا ما هي اهم مشكلات المراهقة؟

أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة الراهنة الى لفت الانتباه لموضوع المراهقة نظرا لتفاقم المشاكل الناجمة عنها وظهور الكثير من الانحرافات لدى المراهقين، واتساع رقعة انتشارها.
- التاكيد على دور الاسرة في تحقيق التكيف والاتزان لدى المراهق من خلال توفير الجو السيكولوجي والاجتماعي الملائم.
- تصحيح الاعتقاد السائد والخاطئ الذي مفاده أن المراهقة هي مشكلة وعبء يثقل كاهل الاسرة، في حين أن هذه المرحلة انما هي فترة انتقالية وهامة لتحقيق النضج الكامل والاستقرار النفسي.

أهمية الدراسة:

- تكمن قيمة الدراسة الحالية في كونها تمنح أو تضيف قيمة سيكو– تحليلية لموضوع المراهقة، من خلال توضيح مجالها الزمني الذي قد يختلف عند البعض، وايضا توضيح أهم مراحلها والمشاكل التي قد تعتريها.
- كما تظهر قيمة الدراسة في لفت الانتباه اكثر الى الجانب التحليلي لأهم سلوكيات المراهق والتي قد تعد جد طبيعية تزامنا مع التغيرات التي تشهدها هذه المرحلة.

مــاهي المراهقــة؟

من الصعب إعطاء تعريف جامع و كافي أو محدد للمراهقة، و غير أنه يمكن تجاوز التعريف الكلاسيكي و الذي يقول: أن مرحلة المراهقة هي مرحلة انتقالية بين مرحلتي الرشد و المراهقة ، و هذا التعريف الوصفي يفترض أننا نستطيع وصف حالتين نفسيتين مستقرتين نسبيا (الطفولة و الرشد)، و في هذه الحالة فالطفولة دون شك ليست فترة من الاستقرار النفسي ، و حتى خلال فترة الكمون أين الإشكاليات النزوية تكون مستقرة نسبيا ، إلا أن النمو المعرفي و الاجتماعي يكون ظاهر كثيرا ، كذلك يكون من الصعب وصف حالة الرشد ، و في الوقت الحالي وجهة النظر النمائية تمتد في كل العمر أو الحياة، حسب " Pombine"، "Kirchler"، "Palmonari" سنة 1993: المراهقة ليست فقط أزمة صاخبة أساسا أو إشكالية ، لكنها فترة ضبط و تسوية لمختلف "المهمات النمائية" حسب تعبير "Havighurst" و الذي يكون فيها الحل ملتزم بالمستقبل، و يتعلق في الحقيقة بمجموع الوظائف النفسية: تكيف مع التحولات الجسمية، بناء أو تكوين الهوية ، تفاعل و كفاءة اجتماعية، النمو أو التطور المعرفي، ... الخ.

يرى "ستانلي Stanley Hall" ان المراهقة هي الفترة من العمر التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواصف و الانفعالات الحادة و التوترات العنيفة[1]، المراهقة تدل على البحث عن الاستقلالية الاقتصادية و الاندماج في المجتمع الكلي.[2]

فالمراهقة لم يعد ينظر إليها فقط من الزاوية الكرونولوجية، كسن أو كمرحلة نمو تلخص المراحل السابقة للوصول إلى النضج الراشد، فهي اليوم تحدد حتمية عمل نفسي معقد ذو طابع صراعي متناقض، يتمثل في استدخال ضغوطات و التزامات عديدة داخلية ابتدءا من تلك المتعلقة بالجسد، و بالاضطرابات النزوية و التي تؤدي بدورها إلى la resexualisation الجسد، الفكر، و الروابط مع الغير، أما الالتزامات الخارجية فهي أيضا مرتبطة بالتوقعات الاجتماعية ،لأي مجتمع معين في نطاق اندماج ثقافي اجتماعي يختلف عن عالم الطفولة من خلال متطلباته للمشاركة في نساق تبادلات و إنتاج رمزي و مادي[3].

أما من منظور علم النفس فإن "بيتر بلوس Peter Blos" **يرى أن المراهقة** هي الفترة أو المرحلة التي تخص التكيف إلى البلوغ، (وهنا ننوه الى دور هذا الباحث "بلوس" الذي ساهم كثيرا في فهم سيرورة و دينامية المراهقة)، و في حين يرى "إيريكسون**Erik Erikson**" أن المراهقة عبارة عن فترة نكوص خدمة أو مصلحة للتقدم، وقبل استطاعته أو تمكنه من تحقيقها و إتمامها تماما يجب على المراهق أن يتحصن ضد ماضيه الجذاب و أن يفلت من تبعيته الكبيرة إزاء والديه، وهنا قد يختلف الاصطلاح حيث ان "إيريكسون يعتقد بان المراهق عبر هذه المرحلة انما يهدف الى تحقيق **هويته** بينما " **بلوس**" سماها تحقيق الفردية الثانية، و كلا المصطلحين يحاول تبيان أن المراهق يكون في محاولة بحث عن معرفة جيدة لنفسه و وتمكينه من قبول تعقيده الداخلي و ارتباطه بأفراد المجتمع الآخرين ...الخ[4])

غالبا ما يختلط علينا التعبير فتارة نقول مراهقة واخرى نعبر بكلمة بلوغ، وفي الحقيقة هما مصطلحين جد مهمين ليستا مرادفتين وانما متكاملتين، وكلتا الكلمتين تنمان عن اشياء يعايشها المراهق؛ اثناء البلوغ و المراهقة تظهر إغراءات جديدة ذات مصدر داخلي و خارجي، تطرح لاختبار التحولات النفسية التي أنجزت سابقا و لا تزال في طور الإنجاز، و تعد هذه التحولات الامتحان الأول الذي يمكن من خلاله الحكم على طفولة المفحوص (لاحقا ان تطلب الامر)، و ينجم عن التحولات الجسدية التي تطبع

البلوغ اختلال في توازن الرغبة، بينما كان الإشباع الهوا مي في مرحلة الكمون يتماشى مع التأجيل إلى وقت آخر التوجهات المؤلمة و الغير مؤكدة ، هذا ما كان يترك على حاله حالة الجلال (Magnificence)، و للمثال الأعلى للأنا، فإمكانية التحقيق الفوري المجسد يعرض نهائيا هذا التوازن للاختلال و ينجم عن ذالك تعزيز للوضعية الاكتئابية و إعادة تحيين عقدة أوديب و قلق الإخصاء.

قد تتضمن هذه الأزمة بعض الأخطار على المدى القصير أو المتوسط، كما أنها يمكن أن تخفي تحولات أخرى مهمة أكثر على صعيد علم النفس المرضي. [5]

التحديد الزمني للمراهقة:

من المهم جدا تحديد المجال الزمني لمرحلة مهمة في بناء الفرد، وقد اجمعت كتب التنظير والتحليل على ان هذه المرحلة يمكن تحديدها ببدأ نضج الوظائف الجنسية و قدرة الفرد على التناسل و تنتهي بسن الرشد و إشراف القوى العقلية المختلفة على تمام النضج و هي مرحلة تغيير مستمر.[6]

و قد يسهل علينا تحديد بداية المراهقة إلا أنه من الصعب تعيين نهايتها، ذلك لأن بدايتها تتحدد بالبلوغ الجنسي، في حين تتحدد نهايتها بالوصول إلى النضج في مظاهر النمو المختلفة، و هي تختلف من فرد لآخر و من مجتمع لآخر، فالسلالة و الجنس و النوع و البيئة لها آثار كبيرة في تحديد مرحلة المراهقة ، و يختلف علماء النفس في تحديدها؛ فبعضهم يتجه إلى التوسع في ذلك فيرون أن يضم إلها الفترة التي تسبق البلوغ و هم بذلك يعتبرونها ما بين 10و21 سنة، بينما يحصرها البعض ما بين13 و19 سنة، كما وأن اختلاف الثقافات يسهم بشكل كبير في تحديد فترتها؛ فالتغيرات النفسية عند المراهق في المجتمع ليست بالضرورة ناتجة عن التغيرات الجسمية خلال تلك الفترة فحسب، بل هي نتيجة الثقافة الموجودة في البيئة التي يعيش فيها الفرد، ففي المجتمعات البدائية تبدو فترة المراهقة قصيرة، بعدها يتكيف الفرد مع مجتمع الناضجين و يصبح ضمن عداد الرجال في حفلات يقررها المجتمع القبلي و يمر بها المراهق في اختيار شديد قاس، أما في المجتمعات المتحضرة فتطور المراهقة حسب ثقافة المجتمع و مستوى تحضره ، فهي في بعض المجتمعات تستمر لمدة خمسة سنوات، و في أخرى تصل إلى ثمانية أعوام بعدها تتم عملية النضج الاجتماعي و الاقتصادي للفرد [7].

أقســـام المراهقـــة:

حتى نفهم المراهق فهما واضحا قدم "بلوسBlos" تقسيما خاصا للمراهقة (خمس مراحل):

مرحلة ماقبل المراهقة (La préadolescence): و المميزة عن طريق تفريغ ضغط غير نوعي أو مميز مع زيادة النزوات[8]، بمعنى أنها توافق استيقاظ النزوات المرتبطة بتطور مرحلة البلوغ، و لكن الأمر يتعلق إلى حد ما إلى تزايد كمي للضغط النزوي دون أن يكون هناك تحديد لموضوع حب جديد و لا لهدف نزو جديد، هذا الإستقاظ النزوي يبقى يقال عنه كذلك أنه غير مميز و غير مهم. [9]

مرحلة بداية المراهقة (La première adolescence):

و هي معروفة و محددة عن طريق المثالية لصديق من نفس الجنس و توافق أساسا مرحلة استثمار لمواضيع حب محرمة، هذا يعني مواضيع داخلية مكونة من خلال الأوديب ابتداءا من صور والدية، هذا الأمر يهدد اتزان الجهاز النفسي.

المراهقة في حد ذاتها (L'adolescence proprement dite):

هي التي تمثل المرحلة أين المراهق يهتم بالجنس الآخر، فهي مميزة باكتشاف الموضوع الجنسي الغيري و بالتالي باستيقاظ الأوديب؛ و هي مرحلة "ترجسية" بإمكانها أن تتدخل كمرحلة من عدم التزام بين الارتباط بالوالدين و الحب الجنسي الغيري لموضوع جديد؛ من جهة أخرى هذا يرتبط بنظرية التحليل النفسي في أن التخلي عن مواضيع الحب الأولي يرافقه لمحة أو سمة اكتئابية (قبل تأسيس و تكوين روابط أخرى موضوعية).

نهاية المراهقة (La fin de l'adolescence): و هي فترة دعم و تمتين: حيث الاولى وهي مرحلة ما بعد المراهقة (post– adolescence): و هي مرحلة مميزة عند "بلوس" لتسجيل الدخول إلى حياة الراشد (الوظيفة، الزواج، الإنجاب...) كما كتب عنها كل من "Brousselle"، "Gibeault"، "Vincent" (نحن لا نعلم إذا كان المراهق الذي يجتاز مرحلة المراهقة و يصل إلى مرحلة ما بعد المراهقة يكون سعيدا، لكنه سوف يتزوج و يكون لديه الكثير من الأطفال !).[10]

و المراهقة تستطيع أن تقسم إلى مرحلتين أساسيتين: الأول تبدأ بالبلوغ و هي تتميز بزيادة الغرائز أو بعبارة أخرى الدوافع الغريزية و القوة الجسمية، فجأة يكون لدى الطفل نزوات شبقية قوية و عدوانية ، المراهق يفاجأ و لا يعرف كيف يفعل و يتصرف اتجاه ذلك ؛ و بعد تجاوز سن الخامسة عشرة (15) يبدأ في مواجهة المرحلة الثانية، بمعنى في اللحظة أين يقوم بمراقبة حسنة و جيدة لنزواته ، سواء لأنها أقل قوة أو لأنه كذلك يمتلك عدة وسائل للتحكم فيها.[11]

وهناك **تقسيم آخر للمراهقة يمزج بين ماهو فيزيولوجي وما هو نفسي محظ وفيه:**

المراهقة الأولية:

حيث خلالها يكون من الصعب جدا مراقبة المراهق، و ويبدو أن ذويه يتحملون عناءا كبيرا لأجل فهمه، و لا يبدو ذلك المراهق مطيعا لوالديه، و تتضح جليا علامات المقاومة لترقبات أو توقعات والديه، إن الضغطات الناتجة عن النزوات المحسوسة تجد غالبا هدوءا مؤقتا بفضل استهلاك طاقوي أكبر (النشاطات الرياضية)، في هذه المرحلة تظهر العلامات الأولى للبلوغ، تم النمو و الحجم الذي كان نسبيا ومستقرا منذ عدة سنوات، راح يتزايد تقدميا بغية الوصول إلى القمة لبعض السنوات القادمة أو المتأخرة؛ فالبلوغ الحقيقي الجسمي يبدأ في اللحظة ويشمل تضخم الثديين (Seins)، المبيضين (Les ovaires)، الرحم (L'utérus)، الخصيتان (Les testicules) البروستات (La prostate)، الحويصلات المنوية (Les vésicules séminales) يتزايد حجمها فجأة، و فيها تكون اللحظة أين المراهق يبدأ في الابتعاد عن والديه ؛ويحس بانخفاض قيمته لديهم، إنه بحاجة قليلا إلى دعمهم العاطفي، و لهذا تأثيرهم عليه يكون خفيف و لطيف ، فهو يبحث عن دعم عاطفي لراشدين من خلال مثلا: أساتذته، مدربيه ... . هذا التراجع و التقهقر الأساسي يجلب بالتالي اكتئاب معين، و إحساس بالوحدة، ينتج عن ذالك الحاجة إلى منحة أو مكافئة التي هي أحيانا معوضة عن طريق إدخال مفرط للطعام إلى المعدة و بواسطة أيضا الإستنماء (La masturbation)، إلا أن هذه المكافئات تمنح و تجلب إحساس بالذنب و يتزايد الإحساس الاكتئابي.

في هذا العمر نجد الإحساس بالضيق و الملل، الشكاوي و الإحساس بانعدام الإشباع المعبر عنه، هو عبارة عن دفعات ضد الضغوطات الكبيرة جدا، كذالك يهتم المراهق بسرعة بنشاط معين لا يهمله و يتجاهله كليا بعد وقت قصير و بعضهم لديه رد فعل تعويضي عن طريق تحمسهم خلال اكتشاف عدة مواضيع حب التكوين أو النهاية، الواقعية أو الغير واقعية لعلاقة الصداقة تثير عند المراهق قفزات نوعية

في المزاج، أثناء هذه الفترة، النزوات تكون فعلا قوية و التي من خلال ذلك يخاف المراهق أحيانا من فقدان السيطرة و من أن يصبح مجنون؛ كذلك ليس من النادر في هذا العمر، يكون المراهق نشيط أكثر لتخفيض الضغطات الداخلية و أن يكون صلب و قاس ليدعم و يحافظ على السيطرة على ضغطاته، و الخلاصة هي أن يفقد بعضا من تلقائيته حسب "Piaget" القدرة العقلية فيما يخص العملية الشكلية تتطور في بداية المراهقة، هذا الانفتاح على الأفكار المجردة يسمح للمراهق بمعالجته للأفكار بنفسه لأول مرة، هذا الأمر يوجهه إلى بناء نظريات عامة خارج العلاقات بين مختلف الأحداث سواء المشاكل أو الأفكار، و سيستعمل هذا الاكتساب الجديد كلعبة جديدة، إنه مبتهج و مبهور و يستخدمه بتريث و بتمهل، هذا ما يعطيه و يمنحه إحساس بالقدرة الكلية(Omnipotence) و هو يظن غالبا أن كل مشاكله تستطيع أن تجد حل بسهولة عن طريق المنطق[12].

المراهقة الثانية:

بعد سن الـ 15 سنة قوة الصراع بين الأنا و الهو تتأرجح من اجل صالح الأنا و من المحتمل أن هذا الأمر يتحقق جزئيا عن طريق تعديل هرموني و بيولوجي؛ و زيادة على ذلك الثقة المكتسبة تقوي أنا المراهق ، و في هذا العمر يستعمل بدرجة أعلى الواقعية و المنطق للحصول على ما يرغب فيه ، يهتم بما يسما الحب و يعمل على إعداد مواعيد عاطفية أو رومانسية، و فيما يخص البعد الانفعالي فإن الاصطدام مع الوالدين يكون أقل.

تغيرات المزاج و السلوك عندما تكون هي نفسها متواترة و تمثل تعبير كائن ليس معتاد كليا على حالته الجديدة، لكن بعد العاصفة(المطر) "والجو الجميل"، و بعد الإنفجارات و الأزمات، تأتي فترات يسودها الهدوء تتتابع أو تتعاقب خلالها، يكون قابل و مستعد لاستقبال المساعدة؛ و لهذا و في هذا العمر العلاج النفسي الفردي يصبح سهل أكثر إذا كان ضروري.

من خلال النظر إلى أن المراهق يتقدم في السن، توقعات و ترقبات المجتمع تكبر بالنسبة إليه، و كلما ابتعد عن عائلته، كلما ازدادت علاقاته و اتصالاته بالمجتمع، هذا الأخير (المجتمع) يحاول أن يؤثر عليه من خلال تشجيعه على إتباع المسارات أو المسالك المرهقة أو الشائكة، البعض منهم يتكيف و البعض الآخر لا يفعل ذلك؛ لكن كلهم يواجهون نفس الحقائق الاجتماعية، و كل واحد منهم يحاول بطريقته التحكم و السيطرة على هذه الحقيقة أو هذا الواقع سواء بقبوله الدخول في اللعبة أو الدور المقترح لكي يتجاوز الراشدين، أو يرفض المشاركة في هذا الدور الاجتماعي، هذه التي تدعى "Drop Out" حيث يخشوا من أن يصبحوا عبارة عن دمى (عرائس) ويفقدون بذلك فرديتهم.

في هذا العمر يصبح لدى المراهق بما يسمى بالحس المسرحي ، مثل الكوميديين قليلا ، يستطيع أن يلعب دور صادق تماما في الوقت الذي يقوم به ، لكن يفقد معناه بعد ذلك ببعض اللحظات ، هذا ما يفسر العديد من التناقضات التي يلاحظها الأشخاص الذين يعاشرونه.

هذه ليست تناقضات حقيقية لأن المراهق يعيش مشاعر متناقضة بين لحظة و أخرى، بالنسبة له ما يقوله و ما يفعله يعتبر صحيح، و في هذه اللحظة وجهة نظره الزمنية تكون ناقصة ، إنه يبدو غير صبور و يريد تحقيق رغباته في الوقت الحاضر لأن المستقبل بعيد جدا و أنه مهما حدث سيستقبله و يفهمه بطريقة خيالية و غير واقعية ؛ إذا في نظريته المتمثلة في: "here and now" يجب على المراهق الاقتراب و النمو ، فيكون بالتالي من السهل فهم المراهقين الذين يقررون هجر المدرسة دون التفكير في

العواقب أو النتائج المستقبلية لهذا الفعل، و الذي يدخلون في علاقات جنسية متعددة دون التفكير في الوسائل الغير مدركة ، و الذين يقودون بصفة خطرة سيارة دون التفكير في خطر قتل الناس ، و الذين يتعاطون المخدرات سيكون متوقعا حدوث خطر بالنسبة لصحتهم (يمثلون خطورة بالنسبة لصحتهم)[13].

نهايـــة المراهقــة:

تنتهي عندما يعوض اللاإستقرار النفسي باتزان مستقر نسبيا، إنها محصلة لحالة اتزان بين قدرات الأنا اللهو و الأنا الأعلى، و على نحو مثالي، الأنا الأعلى يسهل التكيف مع الواقع دون تقييد متوالي للقدرات أو الطاقات الغريزية للهو، الاستهلاك الطاقوية كذلك محفوظة و تستطيع أن تخصص للإبداع أو الابتكار و أيضا إلى التكيف مع الواقع.

بعض المراهقون يعتبرون كقدوة و نموذج بالنسبة للراشدين لأنهم يتميزون بالكبت و الكبح (غير مثارين و هائجين) و سيصبحون راشدين غير ناضجين لأن القسوة الكبيرة جدا للأنا الأعلى لا تسمح لهم بالقيام و الالتزام بالتغيرات البنائية التي تحدث خلال مراحل النمو في المراهقة البعض الآخر يمدون مراهقتهم لأن نفس الصراعات و نفس السلوكات تدوم و تبقى خلال العشرية الثانية من حياتهم، في الواقع هؤلاء يهتدون في مراهقتهم إلى نمط معين من حياتهم، يصبحون راشدين و هم يحتفظون بهيئة مراهق، في بعض الأحيان المراهقة تنتهي مع إعداد و حدوث عصاب، و اضطراب في الشخصية أو اضطراب ذهاني.

أنــواع المراهقة واهم الاضطرابات المصاحبة:

أشكـــال المراهقــة:

في الواقع ليس هناك نوع واحد من المراهقة؛ إذ تختلف المراهقة باختلاف البيئة التي يعيش فيها المراهق، و لكل فرد نوع خاص حسب ظروفه الجسمية و الاجتماعية و النفسية و المادية، و حسب استعداداته الطبيعية، فالمراهقة إذ هي تختلف من فرد إلى فرد آخر و من بيئة جغرافية إلى أخرى، و من سلالة إلى سلالة كذالك تختلف باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في وسطها المراهق، كذلك فإن مرحلة المراهقة ليست مستقلة بذاتها استقلالا تاما، و إنما هي تتأثر بما يمر به الطفل من خبرات في المرحلة السابقة و كما نعرف أن النمو عملية مستمرة متصلة.[14]

لقد أسفرت الأبحاث على أن المراهقة تتخذ أشكالا مختلفة حسب الظروف الاجتماعية و الثقافية التي يعيش في وسطها المراهق و من بين هذه الأبحاث تلك التي قام بها "Samuel Magaruss" و أدت به إلى استخلاص أربعة أشكال عامة:

1. **المراهقة المتوافقة (السوية):** هي مراهقة متكيفة هادئة نسبيا تميل إلى الاستقرار العاطفي، فهي تكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة و تكون خالية من المشكلات و الصعوبات.
2. **المراهقة الإنسحابية المنطوية:** صورة منسحبة تميل إلى الانطواء و العزلة و الخجل و الشعور بالنقص و عدم التوافق الاجتماعي حيث يفضل الانسحاب من مجتمع الأسرة و من مجتمع الأقران و يصرف جانب كبير من تفكيره إلى نفسه و حل مشاكله أو إلى التفكير الديني و أحلام اليقظة (Les rêveries) التي قد تتحول إلى حالة مرضية.
3. **المراهقة العدوانية المتمردة:** حيث يتسم سلوك المراهق فيها بالعدوان على نفسه و على غيره من الناس و الأشياء، و يكون فيه تأثير متمرد على السلطة كما يميل إلى تأكيد نفسه و التشبه بالرجال (التدخين و اللحية).

4. **المراهقة المنحرفة:** يمثل الصورة بالشكلين المنسحب و العدواني، حيث أنهما غير متوافقين و غير متكيفين إلا أن مدى الانحراف لا يصل في خطورته إلى الصورة البادية في الشكل الرابع (المنحرف) حيث نجد الانحلال الأخلاقي و الانهيار النفسي.[15]

بمن يرتبط المراهق وعلى من يؤثر؟

سواء كان المراهق ولدا أو بنتا هو فرد من كيان المجتمع، نشأ فيه وشب على عاداته وافكاره، غير انه وخلال هذه التنشئة قد يبدي الرفض لبعض القيم والعادات والافكار وبالتالي قد يصطدم بما هو موضوع من قوانين مجتمعية، وذلك المراهق مهما كانت وضعيته الاجتماعية والعائلية فهو يؤثر ويتأثر وفيما يلي نستعرض شبكة بسيطة يتواصل عبرها هذا المراهق مع غيره.

- **المراهقة و المجتمع:** المجتمع يميل إلى وضع الثقة في المظاهر و مثال ذلك أن المراهق الجانح الذكي الذي يتميز بعادات صالحة، لا يجلب بسهولة انتباه الراشدين بمعنى لا يشكون فيه، ولكن على العكس من ذلك في الحالة التي يكون لديه شعر طويل، و يبدو بمظهر مهمل و غير لائق و يتعاط المخدرات يوجه عدوانية كذلك اتجاه نفسه، و يمثل تهديد بالنسبة للمجتمع، مع أنه يكون لديه كل الفرص ليصبح أقل خطورة بالمقارنة مع الأول و أنه ليس من المفاجئ أو غير متوقع أن المراهق يشعر أنه مرفوض من طرف المجتمع الذي يبدو بأنه غير منشغل و مهتم بأحاسيسه أو مشاعره و حساسيته. [16]
- **المراهـق و الراشـد:** التبادل بين المراهقين و الراشدين يثير انفعالات قوية عند الراشد الذي غالبا ما يعمل المراهق على توتره، هذا الخوف أو القلق يحرض أو يثار عن طريق التغيرات الجسمية و النفسية الملاحظة و السريعة عند المراهق؛ إنه قوي، كبير و يعبر عن أفكار مستوحاة من ذكاء متقن أكثر فأكثر فالراشد المضطرب أو القلق يستطيع إذا أن يستجيب بطريقتين اثنتين التحامل و الهجوم على المراهق الخطير للتغلب عليه و قهره باستعمال ضغطات قوية أو كذلك محاولة إغرائه عن طريق لعب دور المراهق معه، هاتين الطريقتين في الرد أو الاستجابة لا تعطي نتائج جيدة في الحالة الأولى، العقوبات تظهر غير متساوية أو متكافئة مع الخطأ أو الانتهاكات أو المخالفات التي قاموا بها أو سببوها؛ انعدام الأمان و الثقة التي تظهر من طرف الراشد الملتزم بالموقف الثاني لا يغلط المراهق الذي يحسه كذلك بأنه غير ناضج أكثر منه هو نفسه.
- **المراهق و الوالدين:** يبدو أن معظم الراشدين لديهم ثغرات أو فجوات تذكرية بالنسبة لموضوع مراهقتهم الخاصة، و أكثر من ذلك بعض الوالدين و لأسباب متعددة لم يتحكموا جيدا في مراحل النمو خلال مراهقتهم، هذين السببين بإمكانهما أن يفسرا لماذا بعض الوالدين يخشون و يفزعون بسهولة أمام سلوك أولادهم المراهقين، و من المهم جدا التمييز بين المراهق الذي يستعمل طاقاته من أجل الرد بطريقة مختلفة على والديه و ذلك المراهق الذي يستعمل طاقاته من أجل معارضة والديه، سلوكات المعارضة تعتبر عصابية بينما الأول ينتمي إلى النمو السوي للمراهق.

عندما يحافظ بعض الوالدين على التعبير بطريقة أكثر انفتاحا عن اضطرابهم أو ارتباكهم، شكوكهم و قلقهم بالنسبة لأطفالهم هذا من شأنه خلق وضعية محيرة جدا، أين الأطفال يجب عليهم أن يسلكوا بطريقة يطمئن فيها الوالدين بقلب كذلك الأدوار.

خصائص المراهقة و مميزاتها:

- **إشكاليــة الجسـم:** لظهور كل علامات البلوغ كنمو الأعضاء التناسلية و خشونة الصوت و بروز الثديين و غيرها أثر عميقا على سيرورة المراهقة، إذ يرى مجموعة من العلماء و على رأسهم " Mélanie Klein" ، "Winnicott" ، "Anna Freud" بأن التغيرات الفسيولوجية هي منبع الاضطرابات تمس التوازن النفسي للمراهق؛ و في دراسة أخيرة لـ"Edith Jacobson" و ضعت بإمعان دور التغيرات الفسيولوجية في إيقاظ و إحياء قلق الخصاء ، فقد لاحظت أن العملية الأولى التي يعرفها الذكور في قذف المني تؤدي عادة إلى الاستمناء، أما عند البنات فإن ظهور الحيض لأول مرة عندهن يعزز لديهن اعتقاد قديم منذ الطفولة و هو الخصاء، و تؤدي هذه التحولات المتغيرة و الشاملة التي يعرفها الجسم إلى اضطراب صورة الجسم في مجالات عديدة، إذ يعتبر الجسم وسيلة قياس و مرجع بالنسبة للفرد مع علاقته بالمحيط . [17]
- **الآثــار الجنسيــة:** هي من أبرز المظاهر المميز للمراهقة، إذا بالبلوغ يصل المراهق إلى القدرة على التناسل، و قذف الحيوانات المنوية بالنسبة للذكور، و ظهور الطمث بالنسبة للإناث، مصحوبة بانفجار ليبيدي و اندفاع نزوي تناسلي، بالإضافة إلى حركة نكوص إلى نزوات ما قبل تناسلية؛ من وجهة نظر اقتصادية الظهور المفاجئ للطاقة الحرة تدفع الفرد بطريقة لا يمكن حبسها أو ضبطها إلى البحث عن تفريغ الضغط للطاقة و التوترات و الشحنات الجنسية، و من وجهة نظر ديناميكية الصراع الداخلي للمراهق ليس فقط رد فعل بسيط للصراع الأوديبي، و إنما صراع يجمع صراعات بدائية قديمة؛ هذا الانفجار الليبيدي المصحوب بالتغيرات بمظهريها الاقتصادي و الديناميكي يؤدي إلى إضعاف الأنا في دورة الواقي في الإثارة، فما نلاحظه هنا اندفاع ليبيدي، تعزيز المتطلبات النزوية و إضعاف الأنا أو هشاشته.[18]
- **اللاواقعية (الأفكار اللاواقعية للمراهق):** يكون المراهقين مفاهيم خاطئة و غير واقعية عن مستوى طموحهم الذاتي و توقعاتهم الخاصة و أهدافهم في الحياة، هذه الطموحات الغير واقعية التي يكونها المراهقين عن أنفسهم و آباءهم و أصدقائهم تفسر جزء من قابليتهم الانفعالية الكبيرة التي تميز بداية المراهقة هذه اللاواقعية تجعل المراهق يتميز بالمثالية الزائدة و البحث عن الصورة المرضية له؛ فإذا لم تتحقق طموحاته و تطلعاته يصبح يعاني من شعور النقص و عدم القدرة على القيام بالأعمال المختلفة، و هذا ما يؤدي إلى معاناته من الإحاطات المستمرة و الفشل في توقعاته المستقبلية و حياته.[19]
- **التقمص** : إذا حدث و أن تقمص الفرد أحد والديه من نفس جنسه بطريقة جيدة، فإنه يساعد المراهق على أن يكون شخصيته الذاتية، و لكن إذا تأخر حدوثه أو لم يحدث بطريقة صحيحة فإنه سيعيش صراعات كبيرة، حيث ينقاد إلى التقليد و تقمص الشخصيات بعيدة عن بيئته من عالم الخيال، الأبطال و المشاهير الذين يعتبرهم مثلا أعلى.
- **الرغبة في الاستقلالية و تأكيد الذات** : يسعى المراهق إلى اكتساب الاستقلالية من خلال التخلص من السيطرة العائلية فيقوم بتأكيد شخصيته الجديدة عن طريق قيامه بأعمال تلفت النظر إليه، و أن له مكانة يجب على الآخرين الاعتراف بها؛ فالمراهق عادة ما يعبر عن هذه الرغبة، باشتراكه في أعمال الكبار، الراشدين و البروز كفرد له إمكانيته؛ و في بعض الأحيان يعبرون عن الذات بطريقة "خالف تعرف"، و تظهر رغبته في الاستقلال الذاتي من خلال حاجاته إلى اتخاذ قراراته بالاعتماد على نفسه؛ و في مرحلة المراهقة تزداد رغبة الاستقلالية هذه إلى درجة كبيرة، و غالبا ما تكون حساسيتهم عالية اتجاه ما يمس استقلاليتهم، و هذا ما يفسر زيادة الخلاف بين بعض المراهقين و آباءهم في كثير من المواقف.

- **الحاجة إلى السيطرة:** و هي حاجة المراهق إلى التحكم في أعمال المراهقين و أن يكون في مركز القوة و أن يتتبع الآخرون أفكارهم و رغباتهم الخاصة، حيث نجده يميل إلى الأدوار التي فيها تزعم الآخرين، و يميل إلى المنافسة و عدم قبول أراء الغير بسهولة، و يحس بالضيق عندما يشعر أنه ليس له دور في قيادة الوسط الذي هو فيه، خاصة محيط الأصدقاء، فالمراهق الذي لديه هذه الحاجة البارزة قد يجد معلميه و أفراد محيطه صعوبة كبيرة في التعامل معه من حيث مسايرة الأنظمة البيداغوجية، و انجاز الواجبات المدرسية أو عندما يكون التعامل من خلال الإخضاع و القوة، لكن ربما تنتهي هذه الصعوبة عندما يجد بعض الإشباع لنلك الحاجة من خلال توليه قيادة القسم أو التعامل بما يشعره بدوره.[20]

و تجدر الإشارة إلى أن "E.Kestemberg" في مقاله حول الهوية و التقمص في المراهقة قد ركز كثيرا و على وجه الخصوص على هذا الاتجاه المهم في المراهقة.[21]

- **الجنسية و المراهقة:** خلال السنوات الأخيرة نلاحظ أن هناك تغيرات مميزة فيما يخص المواقف الجنسية و القيم الجنسية عند الشباب في ثقافتنا، هذه التغيرات تتعلق بزيادة الحرية في النشاطات الجنسية بالنسبة لعمر صغير مع إحساس أقل بالذنب خصوصا و أن هذا حقيقي بالنسبة للمراهقين من الطبقة المتوسطة و من الطبقة العليا،حيث يميل الراشدون إلى الحكم على سلوكاتهم، ولديهم مخاوف كبيرة من الميولات الجنسية للمراهق، فهي تسبب الكثير من القلق و الاضطرابات العقلية، وهناك عنصر أخر مهم لتفسير هذه التغيرات؛ حيث يفضل المراهقون الهروب من المنازل و التجمع مع شباب آخرين من نفس العمر لاحتواء المتبادل بينهم.

- **الاستمناء (La Masturbation):** وهو مواتي في المراهقة، تقريبا كل الذكور و معظم الفتيات قد جربوا ذلك الأمر، الإستنماء مرتبط بالتوهمات أو التخيلات الجنسية و هي مرحلة استعداديه لعلاقة جنسية معبرة مع إنسان أخر، الإستنماء نفسه سوي إنه نوعية التخيلات و البحث الذي يرافقه و الذي بإمكانه أن يصبح مرضي، من جهة أخرى "بلوس" يركز على أن غيابه عند المراهق يعتبر مؤشر النمو النفسوجنسي، إذا الإستنماء مفيد و بناء عند سماحه للمراهق أن يتقدم نحو المرحلة الموالية للعلاقة الموضوعية، على عكس من ذلك يكون مضر و نكوصي إذا ساهم في إعداد شخصية قهرية أو نرجسية.

- **القلق و المراهقة:** يكون من الصحيح أو الصواب تسمية المراهقة بالعمر المتميز بالحصر، القدرة على تحمل الإحباطات يجب أن تنمو أو تتطور خلال المراهقة لأن هؤلاء الأشخاص يجب عليهم مواجهة التغيرات الهامة من وجهة نظر نفسية، تشريحية و فيزيولوجية، قوة الطبع يأتي من متاعهم الوراثي، و من علاقاتهم مع العائلة النووية و من المحيط.

هذا الأخير يمنح للأطفال التوتر أو السند الاقتصادي و الاجتماعي و سند الأقران و الراشدين غير الوالدين، "Bowlby" يركز و يشير إلى أهمية الاتصالات بالوالدين، الأقران الذكرية أو الأنثوية، و الراشدين غير الوالدين في تطور أو نمو الشخصية، "Miller" يشير إلى أهمية الأولوية الأساسية للوالدين خلال الطفولة لكن المراهق يثق أكثر في هؤلاء الأقران و هؤلاء الراشدين غير الوالدين، و فقدان أي سند من هؤلاء يسبب الحصر عند المراهق العائلة النووية تعتبر على أنها تستطيع وحدها أن تكون كافية لضمان نمو سوي للشخصية .

يكون المراهق حساسا بسبب الإصابة بالحصر وتكون الضغوطات الخارجية و الداخلية كثيرة و المنافسات مع أقرانه شديدة أو حادة؛ و إنه من الأساسي بالنسبة لهذا المراهق تمكنه من الاعتماد على

السند الانفعالي و العاطفي من أجل موازنة العديد من الضغوطات المحسوسة مما يضمن له الإمكانية في التحقيق و البحث مع صديقه عن مبررات أسباب الحصر.

- **العدوان و المراهقة :** يشير" لورانز Lorenz" بأن السلوك العدواني يعتبر مصدر نجاح و فشل الإنسان في التكيف مع محيطه؛ الموقف العدواني يستطيع أن يصاحب بإحساس بالغضب و شدة العدوان يكون متغير جدا ؛ كل سلوك عدواني هو محاولة لتجنب تجربة الضغط، التعبير عن العدوانية يتغير بين استعمال مراقب أولا و من نشاطات جسمية إلى أفعال هدامة للذات أو لأشياء أخرى.

كل عائلة و كل مجتمع يحدد أو يعين حدوده الخاصة و تقنياته الخاصة في مراقبة الأفعال العدوانية، إيجاد أشكال مقبولة للتعبير عن الغضب أمر مهم؛ الوالدين الذين يحكمون على كل شكل من أشكال التعبير عن الغضب يقدمون من خلال ذلك رسالة و المتمثلة في أن الغضب يعتبر خطير جدا و يستطيع أن يخلف أطفال الذين يفتقرون للمبادرة و حسن تأكيد الذات أو كذلك أطفال الذين يعانون من الخوف مرضي من غضبهم "Miller".

إذا كان الغضب لا يتم التعبير عنه جسميا، يجب أن يظهر من خلال كلمات أو ألفاظ عند الأشخاص المتزنين أحسن، لأنها فعلا الأقل خطورة و الأقل قسوة من التعبيرات الساخطة، الإحساس بالأمان الشخصي يستطيع بالتالي أن يزول بطريقة فعالة، بواسطة ألفاظ مهذبة و لائقة و جازمة مقارنة بألفاظ عنيفة، الوالدين الذين لا يستعملون أبدا العنف اللفظي أمام أولادهم كي لا يعطونهم في ذلك المثل السيئ لا يخدمونهم بهذه الطريقة لأنهم يخفون عنهم إمكانية استعمال وسيلة غير خطيرة للتعبير عن العدوان و يفقدون بذلك الفرصة في إظهار لأولادهم بأن لديهم أيضا عيوب و نقائص.

النكوص و المراهقة : الهروب يهيأ وسيلة لتجنب الضغوطات النفسية الشديدة قد يتم الهروب أو الفرار عن طريق انعزال جسمي أو انفعالي، النكوص يستطيع أن يكون كذلك وسيلة هروب مع خلق من جديد وضعية مريحة في الطفولة، هذا غالبا ما يحدث للذين يتعاطون المخدرات و الرجوع إلى الخلف يسمح بالعيش بطريقة انفعالية و عاطفية دون قلق.

بعض النشاطات النكوصية خلال المراهقة يرجعون إلى بنية دفاعية سوية، النوم، الإستنماء، وقت الفراغ التخيلات (Imagination)، الهوامات (Fantasmes)، الإنعزال الاجتماعي (L'isolement Social) أو الإنعزال في جماعة أقران هي غالبا مستعملة من طرف المراهق كمكانيزم نكوصي و دفاعي ضد التوتر، فمنذ سن الخامسة يعاني الأطفال من صعوبة في التخلي عن الهوامات الخاصة بالواقع، المراهق يحافظ على هذه القدرة لتحطيم الحقيقة عندما تجلب هذه الأخيرة ضغط غير محتمل؛ عيوب الواقع هي غالبا مدركة من طرف المحيط كأكاذيب، هذه الأخيرة المتمثلة في شبه أكاذيب هي في الواقع أفعال نكوصية الذي فيها يكون الهدف ليس الكذب على الأخر و لكن القيام بالكذب هو نفسه لكي يحول الحيلة الحاضرة مقبولة أكثر.[22]

مشكـلات المراهقـة:

من أبرز المشاكل التي ظهرت في مرحلة المراهقة الانحرافات الجنسية مثل الجنسية المثالية أي الميل الجنسي لأفراد من نفس الجنس، و الجنوح عدم التوافق مع البيئة و انحرافات الأحداث من اعتداء و سرقة و هروب...، ولعلماء النفس رأي حول المراهقة السوية وما يمكن ان يعتريها من ازمات:

- **أزمة المراهقة:** " تعرف الأزمة كاضطراب مؤقت لميكانيزمات التنظيم و الضبط لأسلوب الفرد أو لمجوعة من الأفراد هذا الاضطراب ناجم عن أسباب داخلية أو خارجية"[23]، وقد يبدو على المراهق عديد العلامات؛ كتعاطي المخدرات، تشوش عدوانية، عنف، فشل مدرسي، الجنوح، الهروب، صعوبات مع الآخرين من نفس العمر، الحمل، الأمراض المتنقلة جنسيا (Maladies Vénériennes)، الإجهاض شرب و إدمان الكحول، و التشرد؛ المراهقين هم حساسين جدا اتجاه العلاقات الزوجية لوالديهم .
- **أزمة الطرافة (Crise d'Originalité):** رغبة الطرافة في المراهقة تظهر في عدة أعمال ككره التفاهة "Banalité"، ميل إلى جعل الذات كشخص غير عادي، وحيد من نوعه؛ هذه الأزمة ليست دائمة ، إنها تمثل تغيرات و تقلبات و عادة هي تبدأ بابتعاد المراهق عن أحد أحبائه أو فقدانه، أو تغير مفاجئ في وجوده أو فشل في تحقيق بغض الطموحات، و غير ذلك؛ و تنفجر هذه الأزمة بشكل مفاجئ و عنيف في حالة خيبة و فشل مؤلم نوعا ما.
- **أزمة الأحداث:** "مال" يعتبر أزمة الأحداث بسيطة كمرحلة خصبة بأعلى درجة تتميز بتغيير تلقائي للفرد، هذه المرحلة المتكيفة تعرف عادة تطور صعبة، طويل و مضطرب، لكن يخرج الفرد من عالم الطفولة المحمي، هذا العالم ميز أزمة البلوغ و أزمة الأحداث بالمعنى الدقيق للكلمة.
- **أزمة البلوغ:** إنها تعتبر بداية أزمة الأحداث و تظهر في كلى الجنسين، تبدأ من 10-11 سنة و تنتهي نحو 15- 16 سنة، توجد نقطتين أساسيتين تميزان هذه الأزمة **الأولى:** الشك في أصالة ذاته و نفسه بحيث أن المراهق يتردد كثيرا في تقبل جسمه نتيجة التغيرات الفيزيولوجية التي لحقت به، **والنقطة الثانية:** الدخول في دائرة الضغط الجنسي، و ظهور الإستنماء، و صعوبة تقبل التطور نحو جنسية الراشد.
- **أزمة الهوية (Identité):** بالنسبة لـ "إريكسون" هذه الأزمة حتمية في مرحلة من الحياة حيث الأبعاد الجسمية تتغير جذريا، و حيث البلوغ التناسلي يغمر الجسم و التخيل مع مختلف أنواع الاندفاعات و حيث الألفة مع الجنس الأخر تقترب، و كذلك أين المستقبل المفاجئ يواجه المراهق بمجموعة من الإمكانيات و الاختبارات الصراعية؛ و مظاهر هذه الأزمة تتعلق بطريقة سير أزمات الهوية السابقة، و أزمة الهوية هذه بكل أشكالها تخلص في النهاية إلى تكوين هوية تختلف بحسب الأفراد.
- **الغضب الشديد:** مثل كسر الأشياء و ضرب الإخوة أو الآخرين و قد يكون في شكل نوبات عصبية كاستجابة لصراع غالبا ما يكون سطحيا، بحيث ينفجر المراهق إلى درجة أنه يفقد السيطرة على نفسه و على مراقبة أفعاله.
- **التشرد و الهروب إلى الشارع :** التشرد بمعنى الكلمة هو مغادرة المنزل فرديا بدون أن يتبنى المراهق من وراء ذلك هدفا معينا و هذا يكون عند الذين يعانون مشاكل عائلية حادة، و قد يعبر عن حالة هروب من وضعية ضغط شديد سواء كان داخلي أو خارجي، أما الهروب إلى الشارع فيقصد به المراهق قطع العلاقة مع العائلة، و محاولة البحث عن عالم أفضل، حيث يتواجد مع جماعة و يمكن من خلالها استعمال المخدرات و التمتع بالموسيقى و غير ذلك.
- **تناول المخدرات :** قد يلجأ المراهق إليها في الأول بدافع الفضول، ثم بعد ذلك يستعملها كوسيلة للهروب من المشاكل التي يعيشها و غير ذلك من الدوافع.
- **الانتحار:** الانتحار يكثر خاصة عند الفتيات، و القيام بهذا الفعل ينم عن طريق تناول الأدوية أو يأخذ أشكالا أخرى.

- **السرقة:** و تمثل السلوك الجانح الأكثر انتشارا في المراهقة، و فيها عدة أنواع كالسرقة القهرية و السرقة الاندفاعية.
- **الانحرافات الجنسية:** و هي شائعة في مرحلة المراهقة، و هي تعبر عن عدة دلالات، كجلب الاهتمام، أو تعبير غير مضبوط لجنسية لم تستقر بعد، أو هي فقط إرضاء نزوي محض.

فيهتم بهندامه و بمظهره، و ينتج عن النمو السريع في أعضاء جسم المراهق إحساسه بالخمول و الكسل و التراخي و من المشكلات التي تتعرض لها الفتاة في هذه المرحلة شعورها بالقلق و الرهبة عند حدوث أول دورة من دورات الحيض، فهي لا تستطيع أن تناقش ما تحس به من مشكلات مع المحيطين بها من أفراد الأسرة كما أنها لا تفهم طبيعة هذه العملية ، و لذلك تصاب بالدهشة و القلق.[24]

خاتمـــة وتوصيات:

ليس من السهل فهم المراهق ولا كيف يفكر أو يتفاعل، خصوصا في زمن تضاربت فيه الافكار وتشتت فيه القيم، وكثرت مصادر التلقين والتربية، فلم تعد الاسرة النبراس الوحيد لتوجيه الطفل المقبل على المراهقة و المهيأ لان يصبح راشد المستقبل، و صارمن الضروري ان تتكاثف الجهود من مجموع الباحثين والمختصين في الصحة النفسية والرعاية الاجتماعية لتقديم شرح واف وشامل لسيرورة المراهقة، تفاديا لكثير من الصراعات و الانزلاقات البنائية التي تمس شخصية المراهق والذي نعيد ونذكر كونه جزء مهم وأساسي من بناء المجتمع.

ويمكن صياغة بعض التوصيات:

- ضرورة تكاثف الجهود من قبل عديد الجهات ولاسيما المختصين النفسانيين والتربويين، وهنا العمل يكون مشتركا بين الاسرة والمدرسة(المتوسطة و الثانوية).
- اعتماد اسلوب الحوار بين المراهق ووالديه او معلميه والابتعاد كل البعد عن التشدد والسيطرة فالمراهقة مرحلة حرجة وجامحة.
- التنويه الى الاخطار الممكن ان تحيط بالمراهق وخصوصا في ظل تطور التكنولوجي وكثرة مواقع التواصل الاجتماعي التي باتت خطرا محدقا بالمراهقين وحتى الاطفال.
- اخيرا نعتقد بأن وعي الاولياء يسهم وبشكل فعال في اجتياز مرحلة المراهقة بسلام وامان، ومرور ذلك المراهق الى مرحلة الرشد فيصبح لاحقا فردا منتجا وفعالا.

قائمــة المراجــع:

[1] بهادر سعدية محمد علي، (1980)، **سيكلوجية المراهقة**، الكويت، دار البحوث العلمية، ص 28

[2] Lehalle, Henri, (1985) , psychologie des adolescents , P.U.F,pp. 12- 13.

[3] E.M.C psychiatrie (2006) , Identité et identification à l'adolescence , Article 37-213-A.30 .

[4] Mazet, Phillipe. Houzel, Didier, (1996) , psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent , paris , maloine, p. 637.

[5] Lebovici, S. Diatkine, R. Soulé M, (1995), Nouveau Traité de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent , paris , P.U.F 2éme ED.Volume 4, p. 328.

[6] أحمد عزت راجح، (1945)، **مشاكل الشباب النفسية**، مصر جماعة النشر، ص 09.

[7] Stone, L.J. Church,J, (1957) , childhood and adolescent, Maloine, pp. 268- 269.

[8] Mazet, Phillipe. Houzel, Didier, (1996) , psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent , paris maloine, p. 637.

[9] Lehalle, Henri, (1985) , psychologie des adolescents , P.U.F,p. 33.

[10] Lehalle, Henri, (1985) , psychologie des adolescents , P.U.F, pp. 33-34.

[11] Mazet, Phillipe. Houzel, Didier, (1996) , psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent , paris maloine, p.638.

[12] Mazet, Phillipe. Houzel, Didier, (1996) , psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent , paris maloine, pp. 638- 639.

[13] Mazet, Phillipe. Houzel, Didier, (1996) , psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent , paris maloine, pp. 639-640.

[14] عبد الرحمان العيسوي، (1995)، **سيكولوجية النمو دراسة في نمو الطفل و المراهق**، بيروت، دار النهضة العربية للطباعة و النشر، ص 43.

[15] عبد الرحمان العيسوي، (دون سنة)، **سيكولوجية الجريمة و الإنحراف** ،عين شمس الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ص 44.

[16] Mazet, Phillipe. Houzel, Didier, (1996) , psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent , paris maloine, pp. 641- 640.

[17] Marcelli, Daniel & Braconnier, A, (1988) , psychopathologie de l'adolescent , paris , Ed: universitaire, p. 17.

[18] Marcelli, Daniel & Braconnier, A, (1988) , psychopathologie de l'adolescent , paris , Ed: universitaire, p. 15.

[19] Hylok, Elizabeth (1978) , Trouble des conduites chez l'enfant et l'adolescent , Paris , Ed: inserm, p. 175.

[20] عمر بن عبد الرحمان المفدي، (1993)، **الحاجات النفسية للشباب و دور التربية في تلبيتها**، الرياض مكتب التربية العربي لدول الخليج، ص 45.

[21] Genèviève, G (1991) , violence et meurtre à l'adolescence , Paris , Press Universitaires,p.42.

[22] Mazet, Phillipe. Houzel, Didier, (1996) , psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent , paris maloine, p.646.

[23] Marcelli, Daniel & Braconnier, A, (1988) , psychopathologie de l'adolescent , paris , Ed: universitaire, pp. 273-275.

[24] عبد الرحمان العيسوي، (1999)، **مشكلات الطفولة و المراهقة أسسها الفزيولوجية و النفسية**، ط1، دار النهضة العربية للطباعة و النشر، ص ص 44- 45.