

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

# روانشناسی رشد جوان و نوجوان

## مقدمه

پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) می فرمایند:

(جوانان قلبی فضیلت پذیر و دلی رقیق و حساس تر دارند ، خداوند مرا به پیامبری برانگیخت تا مردم را بشارت دهم و از عذابش بترسانم. جوانان و نوجوانان سخنانم را پذیرفتند و با من پیمان محبت بستند اما پیران از قبول دعوتم سرباز زدند و به مخالفتم پرداختند.)

نوجوانی فصلی از زندگی است که با توجه به تغییرات و خصوصیات منحصر به فرد این دوره از اهمیت بالایی برخوردار است که اگر به خوبی سپری شود میتواند متضمن سعادت انسان شود و رشد صحیح روحی و جسمی را نیز به وجود آورد. همان طور که رسول خدا می فرمایند: (هر شب ملائکه بر بالین نوجوانان و جوانان می آیند و به آنها ندا میدهند که برخیزید و برای سعادت خود تلاش کنید.)

امید است که با شناخت این خصوصیات و به کار گیری آنها بتوانیم زمینه هر چه بهتر هدایت این قشر مهم از جامعه را بر عهده بگیریم.

اینک با چند سؤال رو به رو هستیم:

۱. نوجوانی چه دوره ای است و چه سنینی را در بر میگیرد؟

۲. شاخصه اصلی این دوران چیست و چگونه بر خلیات نوجوان تاثیر می گذارد؟

۳. ویژگی های این دوره چیست و چگونه میتوانیم با به کار گیری این ویژگی ها (برای ارتباط با نوجوان) حسن استفاده را به عمل آوریم؟

۴. خصوصیات عاطفی این دوره چیست؟

۵. خصوصیات جنسی و انحرافات جنسی این دوره کدام است راه های پیشگیری و درمان این انحرافات چیست؟

## نوجوانی، دوره بی سر و سامانی روحی است

زیرا در این دوره فرد دیگر نه یک کودک است و نه به درستی بالغ شده است. نوجوان برای فرار از امور جدی، دنبال سرگرمی هایی می گردد که به آنها علاقه داشته باشد، با به کارگیری این علائق و سرگرمی ها می توان نظر آنها را به خود جلب کرد و آنها را با خود همراه کرد.

دوران نوجوانی را نمی توان به سنین خاصی محدود دانست زیرا بر حسب افراد و جوامع مختلف متفاوت است. شروع آن را که همراه با بلوغ جنسی است، تقریباً با قاطعیت بیشتری می توان تعیین نمود، لکن پایان آن را بر حسب شرایط فرهنگی و محیطی نمی توان در جوامع یکسان دانست. از این رو برای پرهیز از ابهام، سنین ۱۳ تا ۱۸ سالگی را سنین نوجوانی می نامند. لازم به یادآوری است که برخی حد نهایی آن را تا ۲۲ سالگی هم ذکر کرده اند.

در اینجا به دو تعریف از نوجوانی می پردازیم:

۱. نوجوانی به حالت یا جریانی از رشد اطلاق می گردد و از نظر حقوقی به مرحله ای از زندگی که از بلوغ آغاز شده و به کمال خاتمه می یابد، نوجوانی می گویند و برای اکثریت افراد این تعریف صادق است.

۲. انتقال از مرحله آخر کودکی رابه مرحله بالندگی (کمال) در دور های از جریان تدریجی زندگی، نوجوانی می گویند که با تحول عمیق در جسم و روان و قدرت تجسم و تخیل زیاد همراه است.

## بلوغ

( فرزندم محمد روز بلوغ خود را به خاطر بسپار و آن را برای همیشه گرامی بدار و هر سال در چنین سالی در راه خدا صدقه بده، اطعام کن و شکر خدای را به جای آور که به تو توفیق بزرگ تشریف به درگاهش را عنایت فرموده است. ) «سید بن طاووس»

مهمترین شاخصه دوران نوجوانی را می توان بلوغ دانست . بلوغ به موقعیت یا مرحله ای اطلاق می شود که فرد از نظر جنسی قادر به عمل تولید مثل می گردد و علائم آن رشد اعضای تناسلی، تحول خصوصیات ثانویه ی جنسی است، علاوه بر آن بلوغ در دختران با اولین قاعدگی همراه است و به طور وسیعی سنی که معرف و شاخص بلوغ معرفی می شود، برای پسران ۱۳ تا ۱۶ سال است و برای دختران بین ۱۱ تا ۱۴ سال اتفاق می افتد و اغلب تعبیر قانونی و حقوقی از مرحله بلوغ، برای پسران ۱۴ سال و برای دختران ۱۲ سال به عمل می آید.

### انواع بلوغ

بلوغ، کلی ترین کلمه ای است که به کار می رود . بر حسب عادت، مجموعه تغییرات بدنی و روحی را که ما بین دوران کودکی و دوران جوانی به وجود می آید، با این واژه تفسیر می شود. به لحاظ این که بلوغ یک پدیده چند بعدی است ضروری به نظر می رسد که ابعاد مختلف آن را مورد اشاره قرار دهیم.

### بلوغ جسمی

یکی از فراوان ترین موارد کاربرد واژه بلوغ بعد جسمی آن است و حتی در مواردی هم که بلوغ بدون قید مشخص به کار می رود، باز مقصود جنبه جسمی بلوغ است. بلوغ جسمی به نضج نیز تعبیر می شود که مراد رشد و تکامل اعضای بدن (ارگانایسم) است، به گونه ای که رشد قد و قامت، استخوان بندی و سایر اعضای بدن به نهایت کمال خود می رسند.

### بلوغ جنسی

از موارد شایع کلمه بلوغ بعد جنسی آن است. منظور از بعد جنسی مرحله ای است که فرد بارسیدن به این مرحله، قادر به ایفای نقش جنسی خواهد بود و این نقش عموماً به تولید مثل نیز تعبیر می شود.

### بلوغ روانی

آن نوع پختگی روحی را که به انسان قدرت تشخیص مسائل و تمییز مصلحت زندگی را می بخشد ، اصطلاحاً بلوغ روانی می گویند. در این صورت فرد با برخورداری از بلوغ روانی ، به قبول مسئولیت های اجتماعی نظیر پذیرفتن شغل، تشکیل خانواده و ایفای نقش محوله قادر بوده و قدرت مواجهه و رویارویی با مشکلات پیچیده زندگی را دارا خواهد بود.

## بلوغ اقتصادی و اجتماعی

این واژه به کیفیتی اطلاق میشود که فرد از حیث تامین معاش و اداره امور اقتصادی زندگی مستقل بوده و بتواند متکی به خود باشد. معمولاً این امر زمانی مطرح است که فرد در صدد تشکیل خانواده و ازدواج باشد.

## بلوغ شرعی

فقه شیعه، سن بلوغ را برای پسران ۱۵ سال قمری و برای دختران ۹ سال قمری در نظر گرفته است.

## بلوغ زودرس و دیررس

قبلاً اشاره ای داشتیم که بلوغ معمولاً در پسران در سنین ۱۳ تا ۱۸ و برای دختران در سنین ۱۱، ۱۲ تا ۱۶ حاصل می شود. ولی همیشه این معادله برای هر کس و در همه جا صادق نیست، بلکه در مواردی بلوغ زودتر از موعد طبیعی فرا می رسد و زمانی هم برای مدتی به تاخیر می افتد. سن بلوغ و شکفتگی کامل آن بر حسب عوامل متعددی متغیر است. از این رو ابتدا اشاره ای گذرا به عوامل زودرسی و دیررسی بلوغ می نماییم:

عوامل ارثی: وضعیت فیزیکی و جسمی و خانوادگی

طرح و ساختمان فیزیکی: افراد کوتاه قد زودتر از افراد بلند قد بالغ می شوند

عامل سلامتی و نوع تغذیه خوب

عرض جغرافیایی: مناطق گرمسیر بلوغ زودتر و مناطق سردسیر بلوغ دیرتر واقع می شود

عوامل عصبی و روانی نیز در تاخیر بلوغ موثر است

## ویژگی های بلوغ و نوجوانی:

«بلوغ یک دوره شمول است»

بلوغ باید به عنوان یک دوره در بر گیرنده بخشی از دو دوره ملاحظه شود. زیرا آن، سالهای محدود کودکی و آغاز سالهای نوجوانی را در بر می گیرد و تا زمانی که آنها به بلوغ جنسی برسند کودکان با عنوان کودک بالغ نامیده می شوند. پس از این که به بلوغ جنسی رسیدند آنها را به عنوان نوجوان یا جوان نارس می نامند.

«بلوغ یک دوره کوتاه است»

در نظر گرفتن تغییرات متعدد و جامعی که در درون ارگانیسم به میزان تغییرات ظاهری و خارجی اتفاق می افتد بلوغ را نسبتاً یک دوره کوتاه جلوه گر می سازد. این مدت از ۲ تا ۴ سال طول می کشد. کودکانی که این مدت را طرف دو سال یا کمتر پشت سر می گذارند به عنوان افرادی که رشد سریعی دارند شناخته می شوند و همچنین آنهایی که به مدت سه الی چهار سال نیاز دارند تا بتوانند دوره انتقال خود را به بزرگسالی تکمیل نمایند به عنوان کند رشد شناخته می شوند

«بلوغ دوره تغییر و رشد سریع است»

بلوغ یکی از دو دوره زندگی است که به عنوان رشد سریع و تغییرات چشم گیر در اندازه های بدن مشخص می شود. دوره دیگر دوره جنینی است و اولین نیم سال اول زندگی.

تغییرات سریعی که در طول بلوغ واقع می شود، به یک نوع اغتشاش و به هم ریختگی، احساس عدم کفایت، ناامنی و تزلزل و درخیلی از موارد به رفتارهای نامطلوب منجر می شود. با دادن اطلاعات صحیح و مناسب از این دوره به نوجوانان می توان درصد خطاهای آنان را تا حد چشمگیری کاهش داد و در تمییز مسائل به آنها کمک نمود.

### «بلوغ یک مرحله منفی گرای است»

این مرحله که باید آن را دارای بقای اندکی دانست، مرحله ای است که فرد حالت ضدیت در مقابل زندگی به خود می گیرد. و یا به نظر میرسد فرد موقعیت یا چیزهای خوبی را که قبلا به دست آورده از دست می دهد.

روشن و بدیهی است که رفتار و نگرش منفی بخش عمده ی شخصیت فرد را در اولین مرحله بلوغ وی تشکیل میدهد و بد تر از همه آن که وقتی فرد به رشد جنسی می رسد مرحله منفی گرایی بیشتر می شود.

### «نوجوانی یک دوره مهم به شمار میرود»

گر چه همه دوران عمر مهم است ولی برخی از آنها مهم تر از سایرین می باشد. زیرا این دوره دارای تاثیرات ناگهانی بر رفتار و دیدگاه فرد میباشد. با در نظر گرفتن این که سایر دوره های زندگی، به دلیل تاثیرات درازمدت آن، پر معنی و قابل توجه هستند، لیکن دوره نوجوانی، یکی از دوره هایی است که از هر دو جنبه تاثیرات ناگهانی و درازمدت برخوردار و قابل توجه است. برخی از ادوار زندگی به دلیل تاثیرات فیزیکی و بدنی با اهمیت و برخی دیگر از لحاظ تاثیرات روانی قابل اعتنا هستند، لیکن نوجوانی از هر دو نظر مهم است

### «نوجوانی یک دوره انتقال برزخی است»

انتقال به معنی یک وقفه یا تغییر از آنچه که انجام شده نمی باشد، بلکه بیشتر یک عبور از مرحله رشد به مرحله دیگر می باشد. این به آن معناست که آنچه قبلا واقع شده نشانه خود را روی آنچه که در زمان

حال و آینده اتفاق می افتد، باقی می گذارد. کودکان در زمانی که از خردسالی به بزرگسالی می رسند، باید جنبه های کودکانه را کنار بگذارند و آنها باید همچنین الگوهای جدید رفتاری و نگرشی را بیاموزند تا جانشین آن چیزی شوند که ترک کرده اند.

در طی هر مرحله انتقالی، وضع و جایگاه فرد مبهم است و نوعی گم گشتگی درباره نقش هایی وجود دارد که فرد انتظار دارد آنها را ایفا کند. نوجوان در این زمان نه کودک است نه بزرگسال، اگر نوجوان مانند کودکان

رفتار کند، به آنها گفته میشود که به مانند سن خودشان عمل کنند و اگر سعی کنند شبیه بزرگترها رفتار کنند مورد سرزنش واقع می شوند.

### «نوجوانی دوره تغییر است»

میزان تغییر در نگرش و رفتار در طی دوره نوجوانی با میزان تغییر در وضعیت بدنی برابر است. در طی سالهای اولیه نوجوانی، زمانی که تغییرات بدنی با سرعت انجام می شود، تغییر در نگرش و رفتار همچنین با شتاب به وجود می آید همچنان که تغییرات بدنی آرام پیش می رود به همان میزان نگرشها و رفتار نیز تغییر میابند.

### «نوجوانی یک سن مسئله آفرین است»

گرچه هر سنی مسایل خاص خودش را دارد، با این حال، مسایل اغلب برای نوجوانان به گونه ای است که آنها به سختی از عهده حلشان بر می آیند. دو دلیل برای این مسئله وجود دارد:

اول اینکه در سر تا سر دوره کودکی مسائل آنها توسط والدین و معلمان حل می شود.

دوم اینکه نوجوانان دوست دارند احساس کنند که افرادی مستقل و آزاد هستند.

آنها درخواست ارائه راهی را دارند که خودشان بتوانند از عهده مسایلشان بر آیند، پس نقش یک دوست خوب یا مشاور در این دوره بسیار مهم است.

### «نوجوانی زمان جست و جوی هویت است»

در سراسر سن گروه گرایی اواخر کودکی، انطباق با معیارهای گروه به مراتب بسیار مهم تر از فرد گرایی است. کودکان ارشد در لباس، گفتار و رفتار علاقمندند که تقریباً در حد امکان شبیه افراد گروه باشند. هر گونه انحراف از معیار گروه به تهدید علیه تعلق به گروه شباهت دارد. در سالهای اولیه نوجوانی، تطابق با گروه هنوز برای نوجوان حائز اهمیت است. به تدریج آنها درصدد جستوجوی هویت برمی آیند و تمایل چندانی به اینکه شبیه همسالان خود باشند ندارند.

### «نوجوانی یک سن هراس است»

بسیاری از عقاید عمومی درباره نوجوانان نظری منفی نسبت به آنان می باشد. پذیرش قالبهای فرهنگی در مورد نوجوانان (افرادی نامرتب و غیر قابل اعتماد که دارای استعداد تخریب، ویرانگری و رفتاری ضد اجتماعی هستند) بسیاری از بزرگسالانی را که باید راهنمایی و حمایت از نوجوانان را عهده دار شوند به این مرحله هدایت کرده است که از قبول چنین مسئولیتی در قبال نوجوانان بهراسند و در نگرش های خود نسبت به آنان و تدابیری که در رابطه با رفتار نوجوان باید اتخاذ شود، احساس همدلی نداشته باشند.

پذیرش این کلیشه‌ها (قالبها) توسط نوجوان و اعتقاد به اینکه بزرگسالان نگرش حقیرانه‌ای نسبت به آنان دارند، انتقال آنها را به مرحله بزرگسالی دشوار می‌سازد. چنین امری در نوجوان به حساسیت زیادی نسبت به آنها منجر می‌شود و مانعی بین آنها و بزرگسالان ایجاد می‌کند.

### «نوجوانی، زمان آرمان‌گرایی است»

نوجوانان تمایل دارند که به زندگی از ورای عینک سایه روشن نگاه کنند. آنها به خود و سایرین آچنان می‌نگرند که دوست دارند بهتر از آنچه که هستند خود را باور کنند. این مطلب به ویژه در مورد آرزوهای آنان صادق است. این آرزوهای غیر واقعی نه فقط درباره خودشان، بلکه همچنین برای بستگان و دوستان آنها نیز وجود دارد. این آرزوها در اوایل نوجوانی با توسعه عواطف همراه است. بیشتر حالات غیر واقعی آنان شامل رنجش زیاد، آزار و ناکامی است و نوجوانان زمانی که احساس می‌کنند دیگران او را دست کم می‌گیرند و یا به اهدافشان دست نمی‌یابند، ادن حالات را از خود نشان می‌دهند.

باتوسعه تجارب اجتماعی و شخصی و با افزایش قدرت تفکر عقلانی، نوجوان به خود، خانواده، دوستان و

به طور کلی زندگی واقع بینانه‌تر می‌نگرد.

ارتباط با نهجوان

### "پذیرش بی‌قراری جوانان و تحمل ناسازگاری آنان"

آشنایی با فضای فکری و جلوه‌های جسمانی نسل نو بیانگر این واقعیت اصیل است که هیچ سلاحی برای درمان ناهنجاری‌ها و کج‌رفتاری‌های نوجوانان و جوانان، کارآمدتر از «شکیبایی، تدبیر و تحمل» نیست. نگاهی به گذشته خود و یادآوری رفتارها و گفتارهای نوجوانی و جوانی، بیانگر این نکته ناب و مفید است که هر یک از ما باید بی‌قراری جوانان را بپذیریم. دگرگونی‌ها و درگیری‌های آنان را تحمل کنیم

### "تظاهر نکردن به دانایی و برتری علمی"

جوانی دوره‌ای همراه با غرور و قدرت و همپای سلامت روح و تسلیم محض است! دنیای آرزوها و رویاها، شکست‌ها و ناکامی‌ها و گاه پیروزی‌هاست.

ویژگی‌های متفاوت یا متناقض در این نسل نوگرا، حساس و پویا، موجب شده که نگاه نخستین یا برخورد اولین دیگران جایگاه خاصی در بینش و برداشت آنان داشته باشد.

از این‌رو جوان امروز از کسی که «دانش و آگاهی» یا «تجربه و هوشیاری» خود را به رخ او می‌کشد و یا «عصمت و پاکی» خویش را در آینه‌ای تمام‌نما، پدیدار می‌سازد تا خود را برتر جلوه دهد، بیزار می‌جوید و کوچکترین ارتباط عاطفی برقرار نمی‌کند، البته این به معنی تایید عدم وجود این ویژگی‌ها در شخص نیست بلکه همان‌طور که گفته شد در اینجا منظور تظاهر نکردن به آنهاست تا این ویژگی‌ها برای نوجوان اثبات شود. نوجوان از لحن بزرگ‌منشانه یا قییم‌آبانه دوری می‌کند و از آنجا که در پی تثبیت «شخص» و «شخصیت»



خود در خانواده و جامعه است، انتظار همدلی و همراهی و به رسمیت شناختن خود را دارد و بیش از «علم و دانش» به «ادب و اخلاق» می‌اندیشد و بیش از «رقابت» به «رفاقت» روی خوش نشان می‌دهد.

آنان را که در حصارى خطاجویانه و منتقدانه مشغول رصد افکار و افعال اطرافیان هستند، نمی‌پذیرد و همیشه و هر حال، با لبخند صادقانه، تواضع دوستانه و دلسوزی برادرانه، تمامی هستی خویش را نثار می‌کند و شیرینی این دیدار را با هیچ پدیده مادی عوض نمی‌کند.

### "بهره‌گیری از کلام ملایم و رفتاری نرم و دلنشین"

آشنایان با روحيات جوانان، همیشه در پرنیان الفاظ و عبارات و حریر رفتار خود، سستی‌ها و کاستی‌های این نسل را به آنان گوشزد می‌کنند، بی‌آنکه کمترین غباری از غم یا غربت بر روح آنان نشیند و یا کوچکترین حالت گزندگی از شیوه آنها احساس شود.

از این‌روست که بزرگان علاوه بر «خوب حرف زدن»، «حرف خوب زدن» را نیز توصیه می‌کنند. بی‌گمان هرگاه رفتار جوانان را به باد انتقاد بگیریم، هرگز نباید انتظار اصلاح داشته باشیم، بلکه لجبازی، پرخاشگری و یا سرکشی، حاصل برخورد ما خواهد بود. بدین خاطر عادت به کلام ملایم، نرم و زیبا و رفتار متین و دلنشین و شیوا در جذب جوانان و جدایی آنان از «منفی‌گرایی» و یا دیگر صفات منفی، کاری کارستان می‌کند و به خوبی ما را به سرمنزله مقصود می‌رساند؛ به شرطی که خوب و شایسته انجام شود و در آن ذره‌ای از خار و خاشاک بددلی احساس نگردد.

### "دوری از استهزا و تحقیر احساسات جوانان"

به کارگیری «استدلال و منطق در نشست‌ها و گفتگوها» و حرکت به سوی «جلب اعتماد» جوانان به طور غیر قابل باوری تأثیرگذار است؛ همانگونه که استهزا، حساسیت‌های آنان و یا تحقیر و تکذیب روحيات‌شان بدترین ضربه را به شخصیت آنها وارد می‌کند.

اگر چه برخی از حساسیت‌ها مشکل‌آفرین است و یا غیر قابل طرح در بین همگان یا دشمنان دوست‌نما خواهد بود، اما توجه به جنسیت، دوره بروز احساسات، شرایط روحی روانی فرد و عوامل «برانگیزاننده این واکنش‌ها» ما را به دستیابی به راه حل مشکل مدد می‌رساند و به آرامش اوضاع کمک شایانی می‌کند.

### "دوری از عجله و شتابزدگی در اصلاح جوانان"

آگاهی از این مهم که «نسل جوان اغلب نسبت به اصلاح گفتار و رفتار خود از جانب دیگران، واکنشی نامناسب نشان می‌دهد»، اطرافیان را دعوت به تدبیر، صبر و شکیبایی و جلب اعتماد مناسب می‌نماید تا بدون شتاب و با رفتارهای غیرمستقیم و عملی منتظر واکنش‌های مثبت و مؤثر باشیم.

## "گفتگوهای مختصر و مفید با جوانان"

هرگاه والدین، مربیان و مبلغان گفت و شنودهایی را با جوانان ترتیب دهند و سعی کنند بیش از ضرورت، سخن گفته نشود تا از طولانی شدن بحث‌ها و ملال‌آور گفتگوها مصون مانند، سهمی مهم در اصلاح ساختار فکری نسل نو خواهند داشت و آنان را از منفی‌گرایی یا سوءظن به حالت اعتدال سوق می‌دهند

## "بهره‌گیری از روحیه «مثبت‌گرایی» در برخورد با جوانان"

هرگاه نسل نو با چشمان تیزبین و قلب حقیقت‌یاب خود الگوهای مؤثری همچون والدین، مربیان و مبلغان دینی را «مثبت‌گرا»، «خیراندیش» و «احترام‌گذار» به یکایک انسان‌ها مشاهده کردند، به یقین «دید منفی‌گرای» آنان به «دید مثبت‌نگر» تغییر می‌یابد. و دیری نمی‌گذرد که خود به دنبال ارزش‌های نهفته در این بینش به تحقیق و گفتگو می‌پردازند و پس از چندی در می‌یابند:

مثبت‌اندیشی به این معنا نیست که همه چیز را بدون تحلیل و بررسی بپذیریم و ساده‌لوحانه با وقایع زندگی برخورد کنیم، بلکه طبیعانه، مصلحانه و منصفانه نخست «حقایق» زندگی؛ یعنی «آنچه باید باشد»، سپس «واقعیات» آن؛ یعنی «آنچه هست» را در می‌یابد و با نگاهی وسیع و عمیق، دارای آرامش روحی و روانی، نشاط و طراوت معنوی گردیده و غم و اندوه کمتری بر چهره جان او می‌نشیند و در پرتو چنین بینش و گرایشی، اعتماد همگان را به سوی خود جلب و از جایگاه والای اجتماعی بهره‌مند می‌شود و «محبوب جامعه خویش» می‌گردد.

## نوجوان و حیات عاطفی

نوجوانی دوره ای است که حیات انفعالی (عاطفی) میدان وسیع تری برای عمل می یابد و نوجوان از هر حیث آماده بروز عکس العمل های هیجانی و عاطفی شدید است؛ به عبارت دیگر بین ضربه هیجان و عکس العملی که از آن ضربه در نوجوان به وجود می آید تناسب چندانی وجود ندارد و عکس العملها معمولا قویتر و حادثتر از ضربه های هیجانی است.

به زبان ساده تر در این دوره «حساسیت» ها، به «خود گرفتن» ها و «زودرنجی» ها بیش از هر دوره دیگری شخصیت نوجوان را تحت تاثیر قرار میدهد، بنابراین با وجود آگاهی از این مطلب، لزوم احتیاط بیشتر در برخورد با نوجوان مشخص می شود.

## خصوصیات عاطفی نوجوانان

### بی ثباتی عاطفی

نوسانهای عاطفی یکی از بزرگترین مشخصه های این دوره است. به همین دلیل، اگر نوجوانان در اثر بی اعتمادی و عدم اطمینان نسبت به انتقاد دیگران حساس می شوند، جای تعجب نیست.

مع الاسف در برخی موارد، وقتی بی ثباتی عاطفی نوجوانان با برخورد های نامناسب بزرگسالان در هم می آمیزد، به نوعی پریشانی عاطفی منجر؛ به گونه ای که نوجوانان احساس می کنند که دارند فرو می ریزند و تکیه گاهی برای سر و سامان بخشیدن به وضعیت عاطفی خود ندارند.

### خواهشهای متضاد

بی ثباتی عاطفی، امکان انتخاب قطعی و صحیح و مشخص را برای نوجوانان محدود می سازد؛ به گونه ای که تقریبا می توان گفت نوجوان در برخوردهایش فاقد قاطعیت همیشگی و پایدار است.

### افراط در احساسات

نوجوان در دوران بلوغ (زودانگیخت) بوده و به اصطلاح سریع التاثیر می باشد؛ به گونه ای که واکنش آنها در برابر مسایل، غالبا از کودکان بیشتر و پر هیجانتر می باشد، فوران احساسات در آنها به حدی است که با یک جمله یک کنایه و حتی یک حرکت طوفانی از احساسات به پا می کند.

### احساسات نامطبوع

اگر چه نوجوان گاهی امیدوار و گاهی مایوس و نا امید است اما در مجموع غلبه و برتری با احساسات نامطبوع و منفی است، یعنی حالت نومیدی همچون امواجی خروشان او را احاطه و به راحتی دلسرد می کند.

## تخیل گرایی

صفت بارز و مشخص این دوران از نظر عاطفی، خیالپردازی شدید و وسیع نوجوان است. تخیلات دریاچه‌هایی اطمینان بخش برای رهایی موقت از مشکلات و پناه بردن به دنیای آرام خیالات و رویاها هستند. نوجوان تصور می‌کند که واقعیت‌های دنیای خارج، درعالم خیال نیز قابل دسترس است، لذا به عالم تخیلات رو می‌کند.

خیالبافی نوجوانان بر حسب جنسیت و سن آنها متفاوت و شامل موضوع‌های متنوعی است. از سوی دیگر توسعه خیالبافی با رشد عقلانی نسبت معکوس دارد؛ یعنی هر اندازه رشد نیروی تشخیص و واقع بینی بیشتر شود، از میزان و حجم خیالپردازی کاسته می‌شود.

## ماجراجویی

ویژگی عاطفی دیگری که نوجوانان را از سایر گروه‌های سنی متمایز می‌کند، علاقه شدید آنها به حوادث ناشناخته و دنیای اسرار آمیز وقایع می‌باشد. به طور کلی مجهولات بیش از معلومات نظر آنها را به خود جلب می‌کند. این کیفیت به خصوص در سنین بین ۱۲ تا ۱۵ بیشتر و علاقه آنها به رمان‌های مربوط به حوادث ماجراجویانه شدید تر است

نوجوان به تدریج با عبور از ۱۵ سالگی قدری از حیث ماجراجویی متعادل شده و به اشعار سمبلیک و رمان‌های احساسی و تراژدیک علاقمند می‌شود. در این مرحله است که خطرات بیشتری او را تهدید می‌کند. زیرا احساس، زمینه مناسبی برای گرایش به کتب عاشقانه و رمانتیک خواهد بود و متأسفانه تعداد کتبی که با ماهیتهای غیر فرهنگی به اندیشه نوجوان هجوم می‌برند کم نیستند. لذا بهترین موقعیت برای معرفی کتاب‌هایی که در شکل‌گیری شخصیت نوجوان کمک کننده است این زمان است.

## توصیه‌هایی تربیتی در باب حیات عاطفی نوجوان

۱. توجه به نیاز مبرم نوجوان به تفکر و درونی شدن احساسات وی، لازم است فرصت‌هایی کافی در اختیار نوجوان قرار گیرد تا با خود خلوت کند، و به فکر فرو رود.

۲. اشاره نمودیم که عواطف نوجوان سرکش و نیازمند کنترل و نظارت است، اگر نظارت و کنترل به موقع، به جا، صحیح، توأم با صمیمیت و محبت صورت گیرد می‌توان در به وجود آمدن ارتباطی موثر امیدوار بود

۳. همان گونه که روابط گرم و مستحکم عاطفی، فاصله‌ها را کم می‌کند و بر تفاهم و حسن سلوک می‌افزاید، روابط غلط و معیوب عاطفی نیز نوجوان را با مشکلات دیگری مواجه می‌کند که به مراتب بهای سنگینی برای جبران‌ش باید پرداخت. پس در ارتباط با نوجوان نباید از چهارچوب اعتدال و منطق خارج شد.

۴. در پاره‌ای از موارد نوجوان برای تجسم و تبلور رویاها و احساسات نیرومند خود به بیان مسائلی می‌پردازد که از آنها به عنوان دروغ‌پردازی یاد می‌کنیم. در مواقع برخورد با این دروغ‌پردازی‌ها، از هر گونه برچسب زدن و اطلاق کلماتی از قبیل دروغ‌گویی فریبکاری و غیره از ضربه زدن به احساسات او، خودداری کنید و با سکوت

کردن نوجوان را در اتخاذ این شیوه تشویق نکنید بلکه با تدبیر و درایت به گونه ای غیر مستقیم سخنان او را گوش نموده و با طرح سؤالهایی او را وادار به گفتن حقیقت کرد. سؤال هایی از این قبیل:

- آیا مطمئنی این مطلب، همینطور است که می گویی؟

- آیا اطمینان داری که چیزی در بیان مطلب، اشتباه نشده است؟

- من حرفهایت را باور دارم ولی فکر می کنم باید بیشتر دقت کنی.

۵. از آنجا که هیجان های عاطفی عموماً در دوره نوجوانی همراه با «خواهش ها و قطب های متضاد» در نوسانند، لذا تظاهرات عاطفی آنها از قبیل غم و شادی، خشم و محبت، انزوا و تعاون و غیره دائماً در حال تغییر است، بنابراین نباید این گونه تظاهرات رفتاری را به مثابه رفتاری پایدار و همیشگی تلقی نمود و برچسب خاصی حاصل از آن رفتار و بنا بر تشخیص خود به نوجوان زد.

۶. قبلاً اشاره نمودیم که نوجوان به اقتضای عدم تعادل عاطفی، قادر به کنترل هیجان و احساسات خود از قبیل شادی و خشم نیست در این شرایط ممکن است فریاد هم بزند و سر و صدا هم راه بیندازد. در این شرایط به جای هر نوع عکس العمل تند و شدید که وضعیت را به مراتب بدتر میکند ملایمت و خویشتنداری حداقل نوجوان را جری تر و آشفته نخواهد کرد. در واقع انسان عاقل به فرموده امام علی(ع) کسی است که وقتی بین دو شر و ضرر قرار گرفت و مجبور به انتخاب شد چیزی را برگزیند که ضرر کم تری دارد. در حالت تقابل با نوجوان قرار گرفتن یک نوع ضرر است و خویشتن داری و سکوت و ملایمت نیز در توان همه کس نیست، مصلحت تربیتی اقتضا دارد که شخص هر چقدر می تواند جلوی این تقابلات با نوجوان را بگیرد و با عمل نسنجیده خود فاصله ها را بیشتر و محبت و همدلیها را کمتر نکند.

## دوستی های افراطی (وابستگی)

نوجوانان با قلبهای حساس و دل‌های پرشور در این زمینه نیز غالباً به گونه ای افراطی عمل می کنند. دوستی های آنان جنبه جذبه و شور به خود می گیرد و معیار دوستی ها بیشتر بر مبنای عواطف شکل می گیرد و از پایه های منطقی و ارزشی، کمتری برخوردار است، کمتری برخوردار می شود.

### لااقل دو نوع دوستی افراطی را در دوران نوجوانی می توان بیان کرد:

۱. دوستی های غیر معقولی که غالباً بین نوجوانان همجنس و همسن در محیط های مختلف از قبیل مدرسه شکل می گیرد که در بیشتر موارد به خاطر خدمتی است که یکی در حق دیگری انجام می دهد و یا در نتیجه سلب اعتماد از یک دوست قدیمی به وجود می آید.

۲. دوستی افراطی که بین نوجوان و فردی بزرگتر از خود به وجود می آید و دوست بزرگتر با برخورداری از جاذبه های اجتماعی می تواند اعتماد نوجوان را به خود جلب و بعضی موارد به رابطه ای تنگاتنگ منجر شود. این نوع دوستی افراطی بین نوجوان و شخص کامل به وجود می آید. نقش شخص کامل را ممکن است یکی از دوستان محیط خانوادگی، بستگان و افراد کوچک و یا محل ایفا کنند و یا علاقه نوجوان، یکی از معلمان، دبیران و یا مربیان را مورد هدف قرار دهد. پس کسانی که به دنبال کار تربیتی هستند باید مواردی را در نظر داشته باشند که در ادامه بیان خواهد شد.

در هر حال ماهیت این نوع روابط در ابتدا دوستانه، پاک و بی شائبه است، ولی امکان آلوده شدن آن به مسایل دیگر وجود دارد. زمانی که این علاقه به اوج خود می رسد نوجوان و شخص مورد علاقه هر دو در حالت سرگردانی قرار می گیرند و مصرانه می خواهند بدانند که اکنون چه باید بکنند. باید توجه داشت که این نوع گرایش های افراطی توأم با احساسات در نوجوانان دختر بیشتر مشاهده می شود.

بهترین شیوه برای حل این مسئله این است که ابتدا توجه داشته باشیم به علل شکل گیری این نوع دوستیها که عبارت اند از: مجرد بودن اشخاص، کمبود و خلأ عاطفی، شخصیت زدگی، ماهیت بلوغ و احساسات نیرومند آن، توجه بیش از حد به نوجوان و...

### با دوستهای افراطی چگونه برخورد کنیم؟

بعضاً این سوال مطرح می شود که در دوستی های افراطی نوع دوم وقتی روابط تا این حد نزدیک و صمیمانه و بعضاً عاشقانه شد، چه باید کرد؟

آیا باید روابط را به طور کلی قطع کرد؟

آیا باید روابط را توسعه و تعمیق بخشید؟

آیا باید روابط را کنترل و محدود نمود؟

به طور دقیق باید گفت که راه‌های اول و دوم به هیچ وجه توصیه نمی‌شود. زیرا صورت اول یعنی قطع نمودن روابط، تعادل عاطفی و روحی نوجوان برهم می‌خورد و او را دچار آشفتگی و اضطراب مینماید

راه دوم هم کاملاً روشن است که به جای حل مشکل، آن را توسعه می‌دهد. لکن راه سوم منطقی و معقول به نظر می‌رسد. در این حالت دوست بزرگتر با کنترل نمودن ارتباط‌هایش با نوجوان، او را به حالت تعادل سوق می‌دهد و نوعی محدودیت روابط فیما بین برقرار می‌کند. دوست بزرگتر (مربی، معلم یا عامل تربیتی) با این روش می‌فهماند که او فقط هدف توجه نیست، بلکه دیگران نیز در این مجموعه، به لحاظ روابط انسانی، سهمی دارند. ولی این مهم را به تدریج و با ظرافت و ملایمت انجام می‌دهد تا از فرو ریختن تعادل نوجوان پیشگیری کند و به صورتی گام به گام او را با موقعیتی که چندان جالب و مطلوب نیست، آشنا سازد.

در هر دو نوع روابط معیوب عامل مجرد نقش بسزایی دارد. فردی که هدف علائق افراطی نوجوان قرار می‌گیرد، در غالب موارد مجرد است و به هر دلیل هنوز تشکیل خانواده نداده است. این امر در دوستی‌های نوع اول نیز مشهود است، تا جایی که اگر یکی از طرفین روابط، ازدواج کند فرد مقابل را در وضعیت دشواری قرار می‌دهد که احتمال تهدید به خودکشی یا اقدام به خودکشی شخص وجود دارد.

اولین توصیه به مربی یا دوست بزرگ تر اینکه اگر مجرد است در اولین فرصت ممکن اقدام به ازدواج نماید و گریبان خود را از مشکلات اخلاقی و روحی ناشی از مجرد که دامنگیر مجرد ها می‌شود، برهاند و به آرامش روحی توأم با حفظ عفاف و ایمان دست یابد.

توصیه دیگری که به مربیان و عاملان تربیتی می‌شود تعادل بخشی در توجه به دانش آموزان است به این معنی که تعادل را در تمامی جنبه‌ها که حاکی از توجه و بذل عنایت مربی یا عامل تربیتی به دانش آموزان است را به دقت مراعات کند. توجه انحصاری به یک یا چند نفر، در سایرین که اکثریت کلاس یا گروه را تشکیل می‌دهد، ایجاد احساس نامطبوعی از قبیل حسادت، حساسیت، زود رنجی، احساس وجود تبعیض و مورد بی‌مهری قرار گرفتن، خواهد کرد.

شهید ثانی یکی از متفکران تعلیم و تربیت اسلامی، ضمن توصیه‌های دقیقی که به دست اندرکاران تعلیم و تربیت می‌کند می‌گوید:

**«حتی باید توجه داشت که معلم (استاد) نگاه‌های خویش را عادلانه بین شاگردانش تقسیم توضیح نماید.»**

یکی دیگر از شیوه‌های برخورد در این زمینه جایگزین کردن یک رشته فعالیت‌های ذوقی، هنری، فکری، عملی است تا بتواند خلأ به وجود آمده در زمینه عاطفی و رابطه نامطلوب نوجوان با دوست خود را پر کند و زمینه ساز شخصیت سالمی در نوجوان باشد. این به معنای برنامه‌ریزی منسجم برای وقت و زندگی خود نیز هست، لذا طبیعی است که پس از ترک روابط قبلی، او را در رابطه جدید و غنی تر قرار داد تا احساس بی‌برنامگی نکند.

امیرالمومنین علی (ع) ضمن بیان حدیثی می فرمایند :

**«نفس خود را اگر مشغول ننمودی او تو را مشغول خود خواهد کرد»**

توصیه های سازنده اخلاقی به نوجوان ایجاد فضای معنوی در محیط کلاس و مدرسه و آکنده نمودن انیشه و باور نوجوان از لذت ایمان و نشئه عرفان و معنویت و پرورش ایمان همچون سدی استوار در برابر انحرافات محسوب می شود.

البته نباید این گونه فکر کرد که این انحرافات در سنین نوجوانی فقط رخ می دهد بلکه در سنین دیگر نیز افراد مبتلا به وجود دارد که به مراتب خطرناک تر و سخت تراست و آسیب بیشتری را نیز دو طرف رابطه متحمل می شوند.



## نوجوان و حیات جنسی

بی تردید یکی از نیرومندترین غرایز، نیروی جنسی و تظاهرات حیاتی آن است. این نیرو که از ابتدای تولد به صورت کمون (نهفته) در وجود آدمی به ودیعه نهاده شده است تا زمان ظهور جوانه های بلوغ، همچنان دوران آرام و بی تحرکی را پشت سر می گذارد. اما به محض شروع دوران نوجوانی، آرام آرام زمان بیداری و شکفتگی آن فرا می رسد و رفته رفته، تمامی وجود نوجوان را در بر می گیرد و زیر تاثیرات سنگین و شدید خود قرار می دهد؛ به گونه ای که نوجوان خود را در چنگال قوی این غریزه، بی دفاع و ناتوان می بیند. البته این به معنی پذیرش هر گونه عملکرد نوجوان نیست. بلکه این امر متناسب با هر فرهنگی، در نوجوانان کنترل شده و یابهور و بروز می یابد و تکیه بر نظام اخلاقی و معنوی نوجوان، خویشتن داری نوجوان و کنترل تظاهرات حیات جنسی او در فرهنگ اسلامی جامعه ما مهم و لازم است. از این رو اگر در سنین حساس بلوغ، بتوان با تقویت اراده نوجوانان، آنان را به خویشتن داری و زندگی سالم و فعال عادت دهیم و در اوان جوانی ترغیب به ازدواج نماییم، حیات جنسی آنان را در مسیر صحیح و خداپسندانه ای قرار داده ایم.

چنانچه بتوانیم به نوجوانان تفهیم نماییم که هر میلی که به موقع و صحیح ارضا شود، موجبات سعادت و شادکامی آنان را فراهم می کند توانسته ایم مصونیت اخلاقی لازم را در آنان ایجاد نماییم.

زمانی که نیروهای غریزی جنسی در وجود نوجوان بیدار می شوند، او را با تمام قدرت برمی انگیزد تا در جهت ارضای آن اقدام نماید. آنچه که مورد تقاضای سائقهای جنسی است اقناع بی قید و شرط و بلافاصله آنهاست. نوجوان در یک نظام اخلاقی و فکری غنی می آموذ که چگونه احساسات خویش را کنترل نموده و بر آنها فایق آید و زمان مناسب را برای تامین خواسته های درونی در نظر گیرد. این مهم بستگی تام به فرهنگ خانوادگی، تثبیت عادات خانوادگی و چگونگی پرورش اراده نوجوان دارد.

## انحرافات جنسی

برای غریزه جنسی نیز مانند هر غریزه و نیروی دیگر، شیوه های مختلفی در جهت ارضا و تامین وجود دارد که برخی از آنها با طبیعت انسانی، موافقت و همسویی دارد و پاره ای دیگر، مغایر با طبیعت بشر می باشد و به آن «انحراف جنسی» گفته می شود.

بیشتر روانشناسان تمایل دارند که انحراف جنسی رابه همه روش های کسب لذت که از نظر اجتماعی مورد قبول و تصویب نباشد اطلاق کنند، در حالی که به دلیل متغیر بودن استاندارد ها و ضوابط هر اجتماع و تفاوت آن با جوامع دیگر، این تعریف ما را به جایی نمی رساند، حال آن که ضابطه محکم و متقن و پایداری همچون مذهب و شرع میتواند پایه ایبرای بنا نمودن تعردفانحراف جنسی محسوب می گردد. در حقیقت انحراف جنسی اقدام و یا انجام هر نوع رابطه جنسی برخلاف ضوابط شرعی است.

نظربه اینکه غریزه جنسی، در دوران بلوغ، یکی از پر قدرت ترین جنبه های وجود آدمی را به خود اختصاص می دهد، لذا مسایل مربوط به آن نیز، گسترده تر و متنوعتر از ابعاد دیگر، جلوه می کند.

غریزه جنسی به مانند تشنگی و گرسنگی و سایر نیازها در جهت تامین و ارضا، وجود آدمی را به فعالیت وا می دارد و او را برمی انگیزد تا به حصول نتیجه برساند در این میان راه هایی وجود دارد که از آنها به عنوان انحراف جنسی یاد میکنیم سه نوع از این انحرافات که مبتلا به بیشتری در میان نوجوانان و جوانان دارد عبارتند از:

### ۱. خودارضایی (کامجویی بدلی)

گرایش اول ، «کامجویی از خود» می باشد که با اهداف خلقت انسان و نیز فلسفه آفرینش غریزه جنسی ، مغایرت دارد و نوعی ظلم به نفس «خویشتن» و تجاوز به حریم انسانی ، محسوب می شود.

متأسفانه باید اذعان نمود که نوجوانان زیادی به شیوه «خودارضایی» عمل می کنند به گونه ای که این شیوه متوجه بدن و دستگاه جنسی خود نوجوان می شود و منجر به سوء استفاده شخص و موجب تحلیل نیرو های وجودی اش می گردد.

اصطلاح کامجویی بدلی شاید گویاترین بیان و تعبیر برای چنین عملی باشد. زیرا در ظاهر امر فرد احساس می کند که به نوعی ارضای غریزه جنسی دست یافته است ، لیکن در واقع با روشی خلاف خلقت ، این امر انجام پذیرفته است. لذا آثار نامطلوبی بر این گرایش مترتب خواهد بود.

بعضی از آثار خودارضایی عبارتند از: ضعیف شدن چشمها، لاغر شدن صورت، ضعف اعصاب، ضعیف شدن بدن، لاغر شدن بدن، سرگیجه، کم خونی، سست شدن زانو، سیاه شدن دور چشم، ضعیف شدن حافظه، زرد شدن صورت، ضعیف شدن حس شنوایی، جوش زدن صورت، شنیدن صدای زنگ در گوش، گوشه گیری، ضعف ایمان و بسیاری ناراحتی های دیگر.

### ۲. همجنس گرایی

گرایش دوم کشیده شدن نوجوان به سمت همجنس خود است. این انحراف که به «همجنس گرایی» نیز موسوم است، هم با اصول اولیه فطرت انسانی مغایر است و هم تخطی از فلسفه آفرینش محسوب می شود و آرامش و تعادل روانی فرد را بر هم می زند و خود، موجد انحرافات دیگری خواهد شد و در دین و مذهب و مکاتب اخلاقی نیز شدیدترین مذمت ها و تقبیحها نسبت به آن ابراز شده است.

در این دسته از انحرافات همچون خودارضایی فرد از نظر انتخاب شریک جنسی نادرست عمل می کند، در همجنس گرایی شخص شریک جنسی را از همجنس خود برمی گزیند و در خودارضایی نیز شخص شریک جنسی اش خودش می باشد.

### ۳. آنارشیسیم جنسی (بی بند و باری جنسی)

در شیوه سوم گرایش نوجوان به جانب جنس مخالف است که البته به هر شکلی که غیر از پیمان عقد و ازدواج صورت پذیرد، عملی حرام و ناشایست محسوب می شود. در این زمینه ، گرچه غرایز به نحوی ارضا می شوند ، اما با این عمل مبانی اخلاقی و اسلامی به شدت آسیب می بیند و در جامعه ای که این عمل توسعه یابد،

ارکان اصلی اجتماعی همچون خانواده و روابط حقوقی و قانونی آن متلاشی می شود و به دنبال آن به آنارشیسم جنسی یا بی بند و باری جنسی منجر خواهد شد.

در این شیوه شخص هدف جنسی اش را صحیح برمی گزیند لیکن در شیوه ارضای جنسی به گونه ای غیر عادی و خارج از عرف و ضوابط عمل می کند

## «علل انحرافات جنسی»

کنجکاوی هدایت نشده :

یکی از علل موثر در ابتلای نوجوانان به کامجویی بدلی در کنجکاوی هدایت نشده آنان در دوران کودکی نهفته است. کنجکاوی کودکان اگر به طریق صحیح هدایت شود، پایه های اولیه ساختمان معرفت و دانش را بنا می کند و چنانچه این غریزه پر قدرت با بی قیدی و بی مسئولیتی والدین و اطرافیان مواجه گردد به مسیر های نامطلوبی منجر خواهد گردید.

نا آگاهی و بی خبری: نوجوانان به لحاظ محدودیت تجربه و اطلاع از مسایل، در موقعیتی قرار دارند که به طور طبیعی امکان خطا و لغزش هایشان بیش از بزرگترها است و این مهم بر عهد اطرافیان و والدین و محیط اجتماعی است که به مرور زمان نوجوانان را با مسایل ویژه هر مرحله سنی و مقتضیات آن آشنا سازند؛ از جمله آنان اطلاع چندانی از ماهیت عملکرد جنسی ندارند و به مجرد اولین نعوظ و نخستین انزال، به یک تجرب ابتدایی دست می یابند و خاطره مطبوعی را در این زمینه به دست می آورند بی خبری و غفلت نوجوان، منجر می شود که او بر اساس عامل «لذت آنی» به ادامه این عمل مبادرت نماید. تنها عامل و انگیزه تداوم خودارضایی در این مرحله کسب لذت به سهلترین و فوری ترین روش است.

### انزوا:

برخی روانشناسان خودارضایی را مرض تنهایی میدانند، این مسئله در سایر انحرافات جنسی نیز مؤثر است تنهایی به چند جهت میتواند زمینه ساز انحراف جنسی باشد:

اراده و نیروی فعال نوجوان را تضعیف می کند.

فرصتهای اجتماعی را که بخش قابل توجه زندگی نوجوان را تأمین و اشغال می کند، از او می گیرد.

بر اثر محرومیت های اجتماعی (ناشی از تنهایی) نوجوان به ارتباط درونی و ارتباط با خود، روی می آورد.

بر اثر گسیختن علائق و ذوقیات مطلوب، نوجوان به کسب لذت از خود روی می آورد

نیروی اراده ای که می توانست مانع از گرایش های خودارضا کننده باشد از دست می دهد و لذا نوجوان مقاومتی در خود برای غلبه بر این گرایش ها احساس نمی کند.

### خانواده آسیب زا:

نقش خانواده در سلامت جنسی نوجوانان از سایر عوامل چشمگیرتر است. رعایت موازین اخلاقی و تربیتی در روابط فیمابین والدین به ویژه رابطه زناشویی به عنوان عامل زیر بنایی قابل توجه است و در مرحله بعدی کیفیت رابطه والدین با فرزندان خود، حائز اهمیت است.

در آموزه های دینی ما نیز بسیار بر این دو عامل توصیه شده است.

امام باقر(ع) نیز در این خصوص می فرماید: بپرهیز از (روابط ویژه) در جایی که کودکی ممیز تو را می بیند و رفتار آنچنان درک می کند که قادر است به خوبی برای دیگران توصیف و تشریح کند.

همچنین پیامبر اکرم(ص) نیز می فرماید: دختر بچه شش ساله را پسر بچه نبوسد، همچنین زنها از بوسیدن پسر بچه ای که سنش از هفت سال تجاوز کرده است خود داری کنند.

دوستیهای آلوده و مشکوک: نفوذ پذیری نوجوانان از دوستان و همسالان بیش از سایر گروه هاست؛ یعنی نوجوانان از همسن و سالهای خود بیشتر تاثیر می پذیرند. در سنین بلوغ، نجواها و صحبت های آهسته و درگوشی نوجوانان خود را بیشتر نشان می دهد و محور این گفت و گوها غالباً مسایل جنسی است که به صورت مخفیانه و دور از نظارت بزرگ ترها طرح می شود. توجه داشتن به این گونه مسایل و جهت دادن به رفتارهای نوجوان می تواند جلوی بسیاری از این مسایل را بگیرد.

### احساس کهنتری:

علی رغم آنکه همه ما دوست داریم مورد تکریم و تحسین دیگران واقع شویم، لکن این نیاز در برخیا انسان ها به ویژه نوجوانان، تامین نمی شود و غالباً به دنبال آن احساس سرخوردگی و یأس، جانشین احساس مورد احترام بودن و ارزش داشتن نزد دیگران می گردد. همان اندازه که احساس حقارت، دلسرد کننده است، انسانی که در معرض این تأثیرات نامطلوب قرار می گیرد، احساس فرومایگی و بد بودن می کند و به تدریج از قله های انسانیت فاصله می گیرد.

(کسی که در خود احساس کرامت می کند، شهوات و لغزش ها نزد او بی مقدار است) امام علی (ع)

### عوامل فرهنگی:

شرایط فرهنگی و اجتماعی به گونه ای است که نوجوانان مانند سایر گوه های سنی در معرض بمباران بی وقفه پیام های اطلاعات و علوم مختلف قرار دارند. رسانه ها زبان ارتباطی این پیامها با مردم است و نقش گسترده و فراگیر آنها برای هیچ کس قابل انکار نیست. تبادلات فرهنگی کشور های دیگر از طریق کتب، مجلات، فیلمها، نوارهای گوناگون و غیره انجام می پذیرد، به گونه ای که امروزه هیچ کشوری نمی تواند فضای فکری بسته و محدودی به وجود آورد. باید اذعان نمود که بیشتر تبادلات فرهنگی، دربر گیرنده عناصر منفی و جنبه های بدآموز هستند. امروزه آثار فرهنگ مبتذل غرب در جامعه ما کم نیست و اگرچه مبارزه با آن توصیه می شود، ولی واقعیت امر آن است که در بیشتر نقاط کشور فرهنگ مبتذل غرب را می توان دید.

## تنبیه بدنی:

از عوامل دیگری که به طور مؤثر در گرایش به انحرافات جنسی نوجوانان نقش دارد، تنبیهات بدنی است که در مورد کودکان و نوجوانان اعمال می شود. اعمال و تکرار تنبیه دنی به رابطه قهرآمیز بین والدین و کودک یا نوجوان منجر می شود و این امر آنها را از هم دور و دورتر می کند. گسستن این پیوند ها نوجوان را در انزوا قرار می دهد و همان گونه که قبلاً توضیح دادیم، انزوا، بستر مناسبی برای رشد میکروب های انحراف جنسی است .

## نگاه حرام:

در کلام معصوم (ع) آمده است که :

### «نگاه حرام تیری از جانب شیطان است.»

اگر بگوییم چشمان انسان دروازه ورود تصورات و اندیشه های انسان است، گزاف نگفته ایم. در بیشتر موارد ابتدا چیزی را می بینیم و پس از آن مدت ها در مورد آن فکر می کنیم و تخیلات خود را براساس آن می پروریم. نگاه حرام مواد اولیه و مصالح لازم تصورات و تخیلات بعدی را فراهم می کند، آنگاه نوجوان با استفاده از مناظر تحریک آمیزی که مشاهده نموده است، سفر بی پایان و خطرناکی را آغاز می کند.

## نقصان محبت:

خلاً عاطفی و روانی، راه را برای نفوذ انحرافات و گرایشهای نامطلوب هموار می کند و این کمبود ها نوجوان را آسیب پذیر می کند.

## روشهای پیشگیری از انحرافات جنسی:

با شرح عواملی که گذشت اینک با این سؤال رو به رو هستیم که چگونه می توان از ابتلای نوجوانان به انحرافات جنسی پیشگیری کرد؟

### ۱. آموزش کافی به والدین:

چنان که مشاهده شد والدین بالاترین نقش را در پرورش حیات جنسی نوجوان به عهده دارند. ضروری است که با والدین در سه موضوع، بحث و گفت و گو کرد. الف. ایجاد روابط گرم و محکم، ب. حفاظت از امور زناشویی، ج. گفت وگوهای ضروری و ثمر بخش با نوجوان در هر دوره

### ۲. آموزش به مربیان و ستاد های تربیتی:

غالباً خانواده ها آنچنان در مسایل روزمره غرق شده اند که مجال برای مسایل روحی و اخلاقی فرزندانشان نمی یابند و یا به صورت داشتن فرصت، هشیارانه با این عمل برخورد نمی کنند. در فرصتهای مناسبی که برای

مربیان و ستادها فراهم می شود باید به طرح مسایل مربوط به این دوره پرداخت و دانش آموزان نوجوان را با اهم وظایفشان آشنا کرد یکی از بهترین این موقعیت ها سفر راهیان نور است. لکن اینکه چه مسایلی را باید با نوجوان در میان گذاشت نیاز به تحقیق جامع در حوزه بلوغ و مسایل نوجوانان (اخلاقی، مذهبی، دوست یابی، مسایل روزو...) دارد.

### ۳. حفاظت اخلاقی و تربیتی به ویژه از دختران نوجوان:

انحرافات اخلاقی از ماهیت پیچیده خاصی برخوردارند و شناخت مکانیسم انحرافات و چگونگی عملکرد آن، کاری است که در حد و توان نوجوان ساده اندیش نیست. به ویژه آنکه تحلیل انحرافات و آسیب های اجتماعی کاری عقلانی است و نوجوانان دنیا و مسایل خود را از پشت عینک عاطفی می نگرند. گرچه پسران و دختران نوجوان همگی در معرض این آسیب ها قرار دارند، لکن دخترها به دلیل وضع خاص بدنی و جنسی و به دلیل احساسات و عواطف بسیار زیاد بیشتر در معرض آسیب قرار می گیرند.

### ۴. تکریم شخصیت:

نوجوان اگر احترام ببیند و مورد تکریم واقع شود، اعتماد می کند و نیروها و انرژیهایش را در مسیر سالم و سازنده ای به کار می اندازد. با نوجوان مشورت کردن به او، مسئولیت دادن، برایش اهمیت قائل شدن، آزادی نسبی و معقول دادن به اواز شیوه های است که نوجوان احساس عزت نفس می کند.

### ۵. کار مداوم و زندگی سالم:

نوجوانان از نیرویی پایان ناپذیر برخوردارند و آمادگی عجیبی برای فعالیت و کار از خود نشان می دهند. اگر نوجوانان را به کار و زندگی سالم عادت دهیم و جوهر زندگی را در کار به آنها بنمایانیم، موفق شده ایم آنها را از بسیاری از انحرافات دور کنیم.

### ۶. تنظیم خواب:

نوجوانان را باید عادت دهیم شبها زمانی به رختخواب بروند که کاملا خسته و آماده خواب هستند.

### ۷. اوقات فراقت:

مسئله اوقات فراقت گرچه به لحاظ طرح مکررتازگی ندارد ولی علی رغم اینکه بارها و بارها مطرح شده است، همچنان مسئله آفرین است.

## نتیجه

باید اذعان نمود که نوجوانان از لحاظ جنسی بسیار آسیب پذیرمی باشند و تمایلات خودکشی در آنان نیز بسیار زیاد است لذا همانگونه که گفته شد پرورش صحیح این نسل متضمن داشتن نسل های بهتر در آینده است زیرا آنان پرورش دهنده نسل بعدی نیز هستند در آخر معرفی الگوهای ناب اسلامی به آنها می تواند آنها را در عبور از بحران های این دوره بسیار کمک و راهنمایی کند.