

بحث تربوي

المراهقة المتأخرة وهوية المراهق

إعداد

الأستاذ : محمد بن ياسين بن أحمد العمران

١٤٣٧-١٤٣٨ هـ

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: المراهقة المتأخرة و هوية المراهق.

أهداف الدراسة: تهدف الدراسة تبيان ظاهرة المراهقة و معرفة مدى خطورة المراهقة المتأخرة و الكشف عن الحالات التي لم يتم التعرف على هويتها من خلال الأبوين و من خلال أطباء الأطفال لتجنب الأضرار التي تلاقبها الأسرة والمجتمع من هذا الفرد الذي تأخر في مراهقته الذي قد يتعرض للاستغلال و الانجراف في مهالك تسبب مشاكل في استقرار المجتمع المحيط بعد الأسرة .

أدوات الدراسة: كتب متخصصة في علم نفس نمو تم إدراج ملحق لها في قائمة المراجع في هذا المبحث .

منهج الدراسة : المنهج الوصفي الذي يصف الظاهرة (المراهقة و هوية المراهق لمعرفة مدى خطورة تأخرها) كما هي موجودة في الواقع كما يستخدم المنهج الوصفي الارتباطي الذي يصف العلاقة الارتباطية بين النمو وتفاعل الفرد مع البيئة المحيطة .

مجتمع الدراسة: المراهقين من كلا الجنسين من عمر 8-25 فيما يتعلق بالنمو الطبيعي و مقارنته بالضد مع مرحلة المراهقة المتأخرة .

عينة الدراسة: قمت بجمع مصادر و مراجع متخصصة في علم نفس نمو تحاكي ظاهرة المراهقة وتعرفها كي أوقع بما أريد في مقصودي لتأخر المراهقة والكشف عن هوية هذه المشكلة فيما لا يقل عن 12 مرجع ضخم بالمعلومات القيمة في ذات المراد به بشكل واضح او عرضي .

نتائج الدراسة:

1. التعرف على المراهق الطبيعي و معرفة المرحلة المتأخرة من خلال عرض ظواهر المراهقة ومراحل النمو فيها .
2. توضيح مدى خطورة المراهقة المتأخرة و الكشف عن الهوية او الكينونة التي يحدد صلاح هذا الفرد من عدمه.
3. وضع اليد على الجرح كي يقوم الآباء وأطباء الأطفال بدورهم الفاعل تجاه مشكلة المراهقة المتأخرة و هوية المراهق .

أهم التوصيات:

1. النمو الحيوي والنفسي والاجتماعي عند المراهق يؤثر مباشرة على سمات كثيرة من شخصية الفرد لمجتمعه بشكل عام فيجب التنبيه لذلك من بداية نشأة الطفل لتجنبه ما استطعنا من مشاكل مستقبلية .
2. الحرص على تنمية النمو لدى المراهق حيث أن ذلك يؤثر في سمة علاقته بالبيئة المحيطة به .
3. مرحلة المراهقة المتأخرة من المراحل المهمة والتي تحتاج إلى المزيد من الدراسات – حتى يتسنى للآباء والمربين والمهنيين بشؤون المراهق اختيار الوسيلة الصحيحة للتعامل معه وتوجيهه الوجه الصحيحة والسليمة بشتى الوسائل.
4. أوصي بأن تركز مناهجنا الدراسية على الموضوعات التي من شأنها أن ترقى بالنمو الفكري و النفسي و الاجتماعي لدى المراهقين نظراً لتأثيره في نواحي النمو الأخرى .

الإهداء

إلى من غرس في نفسي حب المعرفة

إلى أبي وأمي، وجميع إخواني جزاهم، الله عني خير الجزاء

إلى كل من يعشق الحياة سلوكاً حسناً وأخلاقاً قويمه .

إلى كل أحابي

أهديكم جميعاً هذا العمل المتواضع تقديراً وإجلالاً

قائمة المحتويات

ملخص الدراسة	2.....
أهم التوصيات	3
الإهداء	4.....
قائمة المحتويات	5.....
الفصل الأول مرحلة المراهقة المتأخرة و هوية المراهق	7.....
تمهيد	8.....
مشكلة تشكيل الهوية لدى المراهقين	11.....
الفصل الثاني المراهق و التطورات التي تحدث له	14.....
التطور الحيوي	15.....
التطور النفسي و الاجتماعي	15.....
دور الأبوين و الأطباء	16.....
نمو الثدي عند المراهقين	16.....
العادة السرية (الاستمناء)	18.....

18.....	رأي الشريعة الإسلامية
18.....	المخاطر الممكنة للإفراط في ممارسة العادة السرية
18.....	حب الشباب
19.....	ما هو الحب ؟
19.....	بعض المفاهيم الخاطئة و الشائعة حول الحب
20.....	التطورات الحيوية في الإناث
22.....	التطورات الحيوية في الذكور
23.....	التبديلات العاطفية خلال البلوغ لكلا الجنسين
25.....	من أين يأتي التحريض و الإثارة الجنسية
26.....	خاتمة
27.....	المراجع

الفصل الأول
مرحلة المراهقة المتأخرة
و هوية المراهق

تمهيد :

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على رسول الله الذي بعثه رحمة للعالمين وآل بيته وصحبه ومن والاه قال تعالى في محكم كتابه الكريم بسم الله الرحمن الرحيم : [وقد خلقناكم اطوارا] (سورة نوح : 14) .

لا يقوى الإنسان على العيش بعد مولده أكثر من ساعات قليلة دون مساعدة غيره؛ خلافاً لأغلب الفقاريات التي تولد وهي شبه مستعدة للحياة بصورة أفضل بكثير من خلال تنمية القدرات الأساسية التي تبدأ قاصرة عند الولادة، وتكوين آليات هي التي تحول الكائن البيولوجي إلى كائن له ذاتية وثقافة محددة وهو ما يسمى بالتنشئة الاجتماعية وتسمى التغيرات التي تحدث لهذا الوليد الإنساني منذ أن يولد حتى يتخذ له مكاناً مميزاً بين الكبار الناضجين هي في أساسها عملية تنشئة اجتماعية لمرحلة المراهقة وخصوصاً عند تأخرها ، ويتم الوصول إلى هذه المرحلة عن طريق التفاعل الاجتماعي وعملية الأخذ والعطاء بحيث يصبح الفرد الإنساني في نهايتها منتجاً ومستقبلاً لثقافة مجتمعه، بعد أن كان في بداية حياته مستقبلاً للثقافة فقط، وهذا هو سبب بقاء الثقافة واستمرارها من جيل إلى جيل، إذ بدون ذلك لا بد أن تختفي وتزول بلا أثر .

والواقع أن تحويل الطفل من كائن بيولوجي إلى كائن اجتماعي له ذاتية ثقافية محددة هو ما ندعوه بالتنشئة الاجتماعية، ولقد اهتم الكثير من علماء النفس والتربية والاجتماع بعملية التنشئة الاجتماعية وتعددت تعريفاتهم لها، حيث يرى البعض أنها عملية مستمرة يتحول الفرد من خلالها من طفل يعتمد على غيره متمركز حول ذاته إلى فرد ناضج يدرك معنى المسؤولية ويتحملها ويدرك معنى الفردية والاستقلالية.

كما أن هذه العملية هي عملية دينامية لا تحتاج إلى وقت طويل لتظهر نتائجها إذ أن العائد والمردود الاجتماعي لأية مرحلة هو أساس ضروري للانتقال إلى مرحلة أخرى، إنها

عبارة عن حلقات متداخلة ومتواصلة يعد الفرد والمجتمع والظروف والأبنية الاجتماعية والنظم الحياتية مدخلات لها، وما يتم خلالها من عمليات يمكن ملاحظته ودراسته وتحليل عناصره عبر النواتج التي تظهر في اتجاهات الفرد وأفعاله وأقواله في تعامله اليومي مع غيره من الناس وتفاعله مع الجماعات الأخرى، فالأساس لا يولد رأسمالياً ولا ليبرالياً ولا محافظاً وإنما يتعلم أن يكون من هؤلاء ، خلال ما يكتسبه من خبرات وتجارب حسب عمليات التنشئة الاجتماعية التي انغمس فيها.

وعن طريق التنشئة الاجتماعية يتعلم الطفل الإنساني القيم والمعايير واللغة والاتجاهات الخاصة بالأسرة التي ولد فيها وبالجماعات المتنوعة التي ينضم إلى عضويتها وبالمجتمع، كما يتعلم أيضاً الحقوق والواجبات الملزمة المتعلقة بمجموعة المراكز التي يشغلها، ويتعلم الأدوار المناسبة لكل مركز وذلك أدوار الآخرين الذين يتعامل معهم في المواقف الاجتماعية المتنوعة، كما يتعلم استعمال الآلات والأدوات وجميع المظاهر الثقافية في المجتمع الذي ولد فيه وهي بهذا التصور، تعد عملية تعلم مستمرة طوال مراحل عمر الفرد، وتقوم بعملية التعليم أجهزة متعددة، وهي تتم بطريقة قصدية مباشرة وأيضاً غير المباشرة، ويراعى في عملية التنشئة أن تتم كاملة بمعنى مرور الفرد بجميع الوحدات الاجتماعية القائمة بهذه العملية، وسليمة بمعنى توازي الخطوط التي تؤكد عليها مؤسسات التنشئة وعدم تصارعها أو تضاربها وينتج عنها فرد متوافق مع البيئات الثقافية والاجتماعية والطبقية في المجتمع الذي ولد فيه.

وتختلف أشكال المؤسسات الاجتماعية وتركيبها باختلاف مجموعة الوظائف التي تقوم بها المؤسسة، والتي تتشابك وتتداخل فيما بينها، في بعض الأوقات، وبدرجات متفاوتة، والمؤسسة في شكلها ومضمونها، تتمثل في كل وظائفها التي تستمد مقوماتها من النظام الثقافي الشامل للمجتمع.

وتقوم بعملية التنشئة منذ الولادة حتى الممات مؤسسات اجتماعية بدءاً من الأسرة والمدرسة ودور العبادة ووسائل الإعلام وجماعة الرفاق، حيث يعيش الطفل ضمن الأسرة، وتتركز علاقته في الطفولة المبكرة بالأم فهي مصدر الحب وإشباع الحاجات وتلبية الرغبات لديه، وعندما ينمو ويخرج من نطاق الأسرة ونظمها، يشكل دخول الطفل المدرسة حدثاً هاماً، ونقطة تحول في حياته العقلية والاجتماعية ففي المدرسة تكثر الجماعات الأطفال بأشكالها

المختلفة، ويبدأ الطفل بتشكيل جماعات من جنس واحد تتصف بعدم التنظيم أو الاستمرار، وفي الطفولة المتأخرة تزداد أهمية الرفاق من الجنسين في الجامعة، وبالتالي فإن دراسة جماعة الرفاق ودورها في التنشئة الاجتماعية مهم جداً، وخاصة إذا أخذنا بعين الاعتبار تأثير جماعة الرفاق في تنشئة الطفل من جميع جوانبه.

ومما لا شك فيه أن التنشئة الاجتماعية لأي فرد كان عملية مستمرة وتراكمية لا تقف عند سن معينة ولا تتجمد في مرحلة عمرية محددة، وتدل الدراسات والبحوث التي أجريت في مضمار التنشئة الاجتماعية على أن الفرد الذي يمر في مرحلة المراهقة المتأخرة يحاول باستمرار أن يرى نفسه لتفهم ذاته في ضوء المقارنة مع غيره من رفاق عمره في محاولة للتعرف على أوجه التشابه والاختلاف بين نموه ومظاهره نمو رفاقه ممن هم في عمره المحيطين به والمخالطين له من أجل اختبار طاقاته وقدراته وإمكاناته في ضوء مقارنتها بمثيلاتها عند غيره من الأشخاص الذين ينتمون لنفي فئته العمرية، وتزداد نظرة المراهق في هذه المرحلة الثاقبة الفاحصة المقارنة لمن حوله ممن يماثلونه في سنه كلما تقدم به العمر خلال انتقاله عبر مراحل النمو المتتالية، ابتداءً من مرحلة الطفولة المبكرة إلى مرحلة الطفولة المتأخرة، إلى مرحلة المراهقة المبكرة، إلى مرحلة المراهقة المتأخرة، إلى مرحلة الرشد، وقد تمتد نظرة الفرد لنفسه ومقارنة شخصيته بشخصية غيره في بعض الأحيان إلى مرحلة الشيخوخة، على سبيل التأكد من أنه يقف على نفس الأرض التي يقف عليها غيره من البشر، وأنه لا يختلف عنهم في أي أمر من الأمور.

و أن أهمية مرحلة المراهقة المتأخرة و أطوارها في أمور عدة تجعل الفرد مناعي مسؤوليته تجاه هؤلاء الأشخاص و جيلاً فجيلاً تكون خطورة هذه المرحلة أكبر حيث التنشئة الاجتماعية تتغير شيئاً فشيئاً و أن لكل زمان دولة ورجال وبدون مقومات توضع لهذه المرحلة تجعل المراهق بلا هوية وبلا توجه و نحن في موجزنا البحثي نرسم ملامح المراهق وهويته و التنويه عن مشكلة تشكيل الهوية لدى المراهقين و تطورات هذه المرحلة ، و كل ما ساقف عليه لاحقاً من عناوين تشكل هوية المراهقة المتأخرة عند حالات لفرض أنها تشكل أعراض المراهقة وقد تكون في مرحلة المراهقة المتأخرة لتحديد شخصية المراهق في سن المراهقة المتأخرة و بالله استعين

مرحلة المراهقة المتأخرة و هوية المراهق

لنتحدث أولاً في مشكلة تشكل الهوية لدى المراهقين:

تعتبر المراهقة فترة تغيرات كبيرة في حياة الفرد . كما نظر إليها كثير من الكتاب والمحللين - ومنهم ستانلي هول (S.Hull) الذي يعتبر أول من درس مرحلة المراهقة كدراسة علمية في القرن العشرين - بوصفها فترة فيها الكثير من الشدائد والأزمات "Storm and Stress". - فقد حذر كل من أفلاطون وأرسطو منذ أكثر من ثلاثة قرون من مشاكل التعامل مع المراهقين الذين هم على حد وصفها يغلب الهوى على أمرهم.¹

و عندما نقف على مشكلة المراهقة المتأخرة خصوصاً نجد ان هويتها تتشكل في أضواء مغموسة بهلوسات حيوية وجسدية مختلف فيها علماء علم نفس النمو حيث لا دراسة متخصصة في مشكلة وأسباب وعلاج عرض هذا النوع من النمو إذ تحدث مسن وكونجر وكاجان وستين في أسس سكلوجية الطفل والمراهقة عن عرض عام تنموي جسدي يتعلق بالنضج من نواحي عده .

وتشير المراهقة الاقتراب من الحلم. أما من الناحية النفسية فهي تعني مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الرشد. وهي تختلف عن معنى البلوغ (Puberty) الذي يعني التدرج نحو النضج الجنسي.² أما اريكسون (Erickson) فانه يرى أن المراهقة هي فترة البحث عن الذات, أن هذا التعريف يمثل الاتجاه النفسي في فهم المراهقة.³

هذا ما وضحه الطحان وآخرون في أسس النمو الإنساني إذ تحدث في مرحلة الانتقال من طور إلى طور حيث عرفه بفترة الذات كما ارتأى أريكسون ذلك و مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد كما أسلف تعبيره الطحال و الطواب و محمود في مؤلفهم لتعريف بدائية المرحلة لنكشف مدى وخطورة مشكلة تأخر المراهقة ولوقوع الأثر على المؤثر نعي أن الأشياء تعرف بأضدادها و أن فترة بداية الانتقال توضح لنا ما نريد الوصول إليه من حيث الأعراض العامة و مدى خطورة الشيء عند تأخره و مدى انعكاسه .

أن المراهقة "Adolescence" مشتقة من الفعل اللاتيني "Adolescero" والذي يعني التدرج نحو النضج الجنسي والجسمي والعقلي والاجتماعي والسلوكي. وتؤكد هيرلوك (Hurlock) بهذا الاتجاه فتقول "فهي مرحلة تمتد من النضج الجنسي حتى ذلك العمر الذي يتحقق فيه الاستقلال عن سلطة الكبار".⁴

فتعريف محمود عقل في النمو الإنساني الطفولة والمراهق لو شيء جميل إذ وقف على مصدر المعنى لينطلق به نحو فكرة النضج الجنسي من عمر ابتداء الطفل إلى عمر الوعي والإدراك ، حيث أن طوال فترة النمو التي لم تصل إلى المراهقة فهي فترة استغلال لهذا الفرد من نواحي ذاته وفكره وجسده الاستغلال التام إذن خطورة الفترة واضحة بشكل جلي فما نرتئيه من مواقع هذا الشيء أن التأخر في النمو النضجي سواء الجسدي أو النفسي أو الجنسي للفرد لهي حالة تمتد فيها فترة الاستغلال و سلطة الكبار الراشدين على المتأخر في

¹ - (مسن وكونجر وكاجان وستين, 1987: الحافظ, 1990)

² - (عقل, 1996)

³ - (الطحان والطواب ومحمود, 1989)

⁴ - (عقل, 1996)

المراهقة إذ ان مسؤولية الإرشاد والملاحظة تكون اوسع من دائرة الإنسان السليم ذي الفطرة التي تمنحه كل شيء و إن أثر عليه قليلاً و هذا ما نلحظه .
و أن مرحلة المراهقة المتأخرة تحدد أوجه الفرد ليكون ما يريد هو لنفسه عند اكتشافه كينونته و يكون لشخصيته شخصية مستقلة تجعله ينتمي أو يتخذ قرار مسيرة حياته بما يرتئيه .
يعد مشكلة الهوية أو الكينونة (Identity) المشكلة الرئيسية في المراهقة, فالمرهق في هذه المرحلة يسأل نفسه "من أنا؟" و "ما دوري في المجتمع؟" و "وكيف اكسب عيشي؟" و "أي مهنة اختار؟" و "هل يمكن أن أصبح أباً؟" و "هل يمكن أن انجح أو افشل في حياتي؟".⁵
هنا نتفهم محمد الريماوي و محمود عقل في مسألة الذات او كما عبرا عنها بالكينونية و إن مرحلة التفكير هنا مرحلة ليست بالشيء السهل و أن القلة القليلة الذين هم يعملون ما يراود منهم اجتماعيا و نفسيا بدون مساعدة الآخرين حيث اكتشاف النفس و معرفة الدور و كيفية الاستعاشة بحيث يكون فرداً نافعا لنفسه وفاعلاً في مجتمعه بنجاح و عندما نقول أن الفكرة في ذلك ان نلمح مشكلة تأخر هذه المراهقة لنعي مدى خطورة أن معرفة الفرد لهذه الأشياء متأخراً هل نعتقد بأنه سيكون واثقاً من وجوده في المجتمع بأن يتعامل ويحتك بمن حوله ويحسن الاختيار في كيف يعمل وما المراد به كحلقة اجتماعية تواصل مسيرة السابقين ليلحق ركبهم ويمد بحبل المستقبل ليعرض بلبنة المجتمع الأساس حسن اختياره لشريكة حياته و يربي أطفاله بما يخدم المجتمع وليست الكينونة بالأمر الهين ولنتفكر في ذواتنا نحن هل كنا لنعرف ما نريد لو لا إدراكنا لما نريد ولو تأخر إدراكنا لهذه الكينونة فما هو واقع حياتنا .
إذاً المراهقة المتأخرة طور متكامل للخلة والخلقة بمقومات عوامل التنشئة و تحديد مسار الحياة لدى الأشخاص الذين يمرون في هذه المرحلة ليقوموا بدورهم الحياتي في تنمية المجتمع وجراك التفاعل للمجتمع و هذا ما يرتئيه عبدالله عيسى البطيان.⁶

أن المراهق وهو في بحثه عن هويته وذاتيته يواجه عددا من التغيرات الجسمية والعقلية والمعرفية والانفعالية , ويجد نفسه أمام مطالب متعددة , وأفكار متناقضة , وخيارات مهنية وتعليمية عديدة, مما يجله مترددا يعيش صراعات كثيرة, ولكن لابد له أن يتبنى عددا من الأفكار والاتجاهات والخيارات التي تميزه كيكان متفرد مستقل . ويزداد إحساس المراهق بهويته نظرا لحاجته الملحة إلى اتخاذ قرارات هامة في حياته مثل اختيار الدراسة, والمهنة, والزوجة... الخ.⁷ وقد يجرب المراهق في بحثه عن هويته شخصيات عديدة, ويتمثل نفسه بانتماءات مختلفة, فمرة يرى نفسه من هذه الفئة من الناس, ومرة من تلك الفئة. وقد يجرب طرقا مختلفة في اللبس مثل هيئة وضع الغترة, أو تسريحة الشعر , وقد يرى نفسه انه شخص شاعري , أو انه قيادي , أو غير ذلك من الصفات.⁸
أو المفهوم الذي يكونه المراهق عن فكره , وسلوكه, واللذان يصدران عنه, من حيث مرجعهما الايدلوجي والاجتماعي.⁹
والهوية ذات علاقة أساسية بمعتقدات المرء , ومسلماته الفكرية , وهي المحرك لسلوك الإنسان , والموجه الأول للاختيار عند تعدد البدائل. وإذا كانت الهوية ثابتة مستقرة أكسبت سلوك الفرد و

⁵ - (عقل, 1996, ريماوي, 2003)

⁶ - طبيب فرع وزارة الزراعة بمحافظة تنليل جنوب المملكة العربية السعودية .

⁷ - (عقل, 1996; وكونجر وآخرون, 1987)

⁸ - (المفدى, 2002)

⁹ - (النغمشي, 1997)

مواقفه ثابتا واستقرارا , و إذا كانت هويته مهزوزة مضطربة أكسبت السلوك اهتزازا واضطرابا . وتعد هوية الشخص بمكوناتها وطريقة تربيتها وتاريخها _ المؤثرات المهمة في سمات الشخصية, أو غامضة وهكذا... الخ.¹⁰

تناول جيمس مارسيا (G.Marcia) المرحلة الخامسة من مراحل النمو النفسي الاجتماعي في نظرية اريكسون, مرحلة تحديد الهوية في مرحلة المراهقة وذلك بوصف أربعة احتمالات يمكن أن تحدث للمراهق وهو يحاول اختيار هويته, وكل بديل يمثل حالة. ومن المهم أن نتأكد من أن الناس غالبا ما يعاودون زيارة هذه الحالات و يقيمون مجددا قيمهم وهوياتهم ومعتقداتهم عبر دورة حياتهم.¹¹

يمر المراهق في حالة تحقيق الهوية (Identity Achievement) في بعض الاختيارات بخصوص الهويات الممكنة, واختيار الصورة التي يريد المراهق أن يكون عليها. والقيم التي عليه أن يتشربها. ويعتقد مارسيا أن ليس بإمكان كل فرد أن يصل إلى هذه المرحلة, فالبعض لا يصل إليها إلا في سنوات المتأخرة. أما في حالة ارتهان الهوية (Identity Foreclosure) فيلتزم المراهقون بالقيم والأهداف لأنماط الحياة والهويات التي اختارها لهم الآخرون (كالآباء مثلا), بتعبير آخر فأنهم لا يتصارعون مع هوياتهم. لكن في حالة انفلاش الهوية (Identity Diffusion) يستكشف فيها المراهقون الهويات المختلفة ولكن دون الوصول إلى نتائج نهائية حول من هم ولا الذين يحبون أن يفعلوه في حياتهم. أما في حالة تأجيل الهوية (Identity Moratorium) يكون المراهقون في منتصف الأزمة وتعلق هنا جميع الاختيارات لأنهم لا يجتازون مرحلة استكشاف الهوية , والقيم, والجماعات. (Santrock, 2001)

¹⁰ - . (النخيمشي, 1997)

¹¹ - . (ريماوي, 2003)

الفصل الثاني

المراهق و التطورات التي تحدث له

و الأخذ بالاعتبار بأن كل ذلك عرض جلي يسير بانتظام من الخالق جل وعلا وفق مراحل طبيعية .. و أن مرحلة المراهقة المتأخرة لهو طور رباني مفطور عليه الإنسان ومسير فيه لا مخير لكمال الخلقة والخلقة و كل ما يعرض في هذا الفصل من عناوين تحدد هوية مرحلة المراهقة المتأخرة في بعض الأشخاص من تطور حيوي ونفسي واجتماعي و كل ذلك طبعاً بعد عملية تشكيل هويته و إدراكه لكيونته لمعرفة ما هيّة هذه التطورات وطرق استخدامها وفق المنهاج أو التنشئة الاجتماعية

أولى التطورات التي نود أن نشير لها في مدى تأثيرها على المراهقة المتأخرة هي :

أولاً : التطور الحيوي :

تكون التغيرات الجسدية في هذه المرحلة أقل نسبياً من باقي المراحل. تكتمل مراحل التطور النهائي للثديين والقضيب وشعر العانة في عمر 17-18 سنة عند 95% من الذكور والإناث. وتستمر تغيرات أقل في توزع الشعر عادة عند الذكور لعدة سنوات، مثل نمو شعر الوجه والصدر وبدء ظهور نموذج الصلع الذكري عند بعضهم .¹²

عندما يوضح خالد منتصر في سكيولوجية النمو فترة اكتمال المرحلة الحيوية انها من 17-18 سنة من كلا الجنسين فلو تأخرت هذا التطور لعمر من 25-35 مثلاً فسيكون الفرد في هذه الحالة شاذاً عن أقرانه من نواحي النمو الحيوي حيث يكون عرضة للتناوب بالألقاب فيما يظهر من نقص حيوي تنموي ، إذ أن فترة نمو الجسد في مرحلة المراهقة المتأخرة يجب أن تكون قد اكتملت كي يقوم بمهامه التي فطره الله عليها وهي مرحلة الشباب التي تقوم على أكتافها المعمورة و تشكل لبنة أساسية في تنمية الأرض واستمرار المسيرة المفطور عليه الإنسان لحياته .

ثانياً : التطور النفسي الاجتماعي :

ينقص التجريب الجنسي بعد أن يكون المراهق-في هذه المرحلة – قد تبنى هوية جنسية أكثر استقراراً ويميل الاستعراف لأن يكون أقل تركزاً حول الذات ، مع تزايد الأفكار حول مفاهيم مثل العدالة والوطنية والتاريخ. يكون المراهق الكبير مثالياً عادة لكن قد تكون أفكاره قطعية وأحياناً لا تحتمل وجهات النظر المخالفة . قد تحمل المجموعات الدينية أو السياسة التي تعد بالإجابة عن الاستفسارات المعقدة إغراء كبيراً للمراهق.¹³

وهذا أمر طبيعي جداً فلو تأخر هذا الإدراك أو التجريب الجنسي كما أسلف خالد منتصر في كتابه كيف سيكون مثالياً في المفاهيم .

أي أن المراهقة المتأخرة تجعل لدى الشخص حكمة يسير بها وفق إمكانية قابليته التي وهبه الله له في عقله ليحسن استخدامها مع ذاته لينطلق بتكامله من ذلك الأفق إلى مجتمعه¹⁴ .

12 - (منتصر، 1996، ص103)

13 - (منتصر، 1996، ص103)

14 - عبدالله عيسى البطيان طبيب بفرع وزارة الزراعة ورئيس قسم الثروة الحيوانية ضمن جلسة بحثية أدرج لنا بعض آراءه التي تقيّد في موجز بحثنا على سبيل الذكر لا الحصر

يتيح تباطؤ التغيرات الجسدية ظهور شكل جسدي أكثر استقراراً عند المراهق. وتشكل العلاقات الحميمة أيضاً مكوناً هاماً في هوية العديد من المراهقين الكبار. وتتضمن هذه العلاقات بشكل متزايد الحب والعهد ، وذلك خلافاً للعلاقات السطحية في اللقاءات مع الجنس الآخر الموجودة في مرحلة المراهقة المتوسطة . تشكل القرارات المتعلقة بالمسيرة المستقبلية ضغطاً على المراهق لأن مفهوم الذات بالنسبة له يتجلى بشكل متزايد على الدور النامي له في المجتمع (كطالب أو عامل أو أب) .

دور الأبوين و أطباء الأطفال :

عرف إريكسون المهمة الحاسمة لمرحلة المراهقة بأنها تأسيس إحساس ثابت بالهوية الذاتية بما في ذلك الانفصال عن الأسرة أو المنشأ ، وبدء العلاقات الحميمة (ومنها الجنسية)، والتخطيط الجاد لتحقيق الاستقلال الاقتصادي . ولتحقيق هذه المعالم من الضروري تحقق تطوري لكل من المراهق وأبويه . وإن وجود صعوبة مستمرة في أي من هذه المجالات يستدعي طلب المشورة.¹⁵

و إريكسون يدرك ان تأخر المراهقة تجعل الفرد خاملاً في مجتمعه مما يبطل تحقيق المعالم الضرورية للتخطيط الجاد و الاستقلال الاقتصادي و ان يكون تحت ظل طلب المشورة و الملاحظة المستمرة على حسب نوع الحالة العرضية للتأخر في أي نوع من أنواع نمو الإنسان .

حيث سيكون دور الآباء جسيم في متابعة ابنهم و إحاطته بعين الرقابة كي لا يحدث ما لا يحمد عقباه و الجدير بالذكر أن الأطباء لهم دور فاعل في توجيه الآباء لإرشاد الأبناء لخطورة هذه المرحلة و مدى تأثيرها على العائلة لوجود فرد متأخر في النمو سواء على المستوى النفسي و الاجتماعي أو في المستوى الحيوي .

نمو الثدي عند المراهقين :

يشكل تطور الثدي، كونه أحد العلامات الأكثر وضوحاً للبلوغ ، في أغلب الأحيان بؤرة الاهتمام وسبباً للقلق، وخاصة إذا كان نموه غير متناظر أو إذا حدث عند الذكر (الثدي) ومن النادر أن يكون اللا تناظر سبباً في خلق مشاكل على صعيد تقدير وتصورها ، وفي تلك الأحوال ، يمكن أن يوجه الاعتبار نحو الجراحة التصحيحية.¹⁶

وعلى الرغم من قدرة عملية رطب الثدي على تحقيق زيادة في حجم الثدي أو إنقاصه فإن لكلا الإجرايين سلبياته ، إذ يحتاج الإجراء الأول إلى غرس مادة غريبة فيما يرافق الثاني ضياع لا

¹⁵ - (منتصر، 1996، ص103)

¹⁶ - (منتصر، 1996، ص103)

بأس به من الدم ومن إمكانية نقص حساسية الجلد فيما بعد، وتعتبر الجراحة مضاد استتباب قبيل اكتمال نمو الثدي الذي يرافق تصنيف النضج الجنسي 5 (SMR5).

((يشكل وجود كتلة أكثر اضطراباً في مرحلة المراهقة والتي تكون في أغلب الأحوال كيسيات سليمة أو. وتتعرض الكيسات لاختلاف حجمها على مدى الدورة الطمثية مما يستدعي إعادة فحص المريضة مرة ثانية بعد أسبوعين من التشخيص المبدئي، ويستطب اللجوء للاستشارة الجراحية إذا ما استمر وجود الكيسة أو تزايد حجمها على مدى ثلاثة دورات طمثية ، حيث يجرب في البداية اللجوء لرشفها تحت التخدير الموضعي إذ يتحقق في الغالب نزح شافٍ لها إذا ما ثبت أنها عبارة عن كيسة .

وإن لم يؤد الإجراء السابق لخروج سائل، يستطب إجراء الخزعة الاستتصالية ، التي يجب أن تجري بإجراء شق حول اللعوة لتجنب حدوث ندبة مشوهة . وتبين من خلال دراسة لتلك الخزعات كون (71%) منها عبارة عن غدوم ليفي 11% عبارة عن خراجات ، و2% غرناً فليوديا كيسياً وهو ذو خبثاة منخفضة الدرجة . تعتبر سرطانية الثدي أمراً نادراً عند المراهقين، وعلى اعتبار أن كفاءة تصوير الثدي وكذلك العقابيل الناجمة عنه، أموراً مجهولة فمن غير المنصوح به إجراءه في هذه المجموعة العمرية.

يوحي تطور كتل صغيرة متعددة في الثدي بالداء التليفى الكيسي، الذي يعتبر الآن من التطورات الطبيعية فيه . ومن الواجب تعليم المريضات كيفية فحص أثدائهن بشكل متكرر ومنظم (5.5) ، وقد يكون من النافع إعطاء مانعات الحمل الفموية ذات البروجسترون منخفض القوة . يحدث الثدي ، في ثلث الذكور بصورة طبيعية خلال فترة البلوغ المبكرة ، ويجوز على الاهتمام غالباً نظراً لإمكانية عدم الحديث عنه بصورة مفتوحة. وينبغي أن تكون الاستجابة لوجوده متسمة بتقديم التطمين الحقيقي والمعلومات الصحيحة حول كونه ظاهرة عابرة عادة ، إذ نادراً ما يبلغ مدها و استمرار ريته الحد الذي يستدعي اللجوء إلى الجراحة.

يعود نجيج الحلمة في هذه المجموعة العمرية غالباً للتنبيه الموضعي واستخدام الأدوية وخاصة مانعات الحمل الفموية والحمل، وفي أحوال نادرة يكون ناجماً عن ورم أو خمج نخامي أو في الثدي. ويساعد في وضع التشخيص فحص النجيج، إذ تترافق الحالات الحميدة بنجيج دبق حليبي وسميك ، فيما يكون قيحياً في الحالات الخمجية ، ومصلياً أو مصلياً مدمى أو دمويّاً في حالات الحليوموم ضمن الأوعية والسرطان . ويحدث الارتفاع في مستوى البرولاكتين في المصل في متلازمات انقطاع الطمث ثر الحليب، التي تترافق استخدام أدوية معنية خافضة لضغط الدم أو مانعات الحمل الفموية أو المهدئات أو بشكل ثانوي للغدوم في النخامي .

ويتم تقييم الأخير بالتصوير لمقطعي المحسوب (CT) أو التصوير بالرنين المغناطيسي للرأس. ويعتبر احتمال وجود ورم في الثدي استتباً لإجراء الفحص الخلوي للنجيج وطلب المشورة الجراحية. أما الخمج فحالة نادرة عند المراهقة التي لا تمارس الإرضاع من الثدي ويعود غالباً لعضة بشرية أو كعرض بدئي للداء السكري، ويستطب في هذه الحال إجراء زرع النجيج

متبوعاً بالمعالجة بالصاد المناسب (الموجه عادة ضد العنقودية) ونادراً ما يحتاج الأمر لإجراء النزع الجراحي.))¹⁷

العادة السرية (الاستمناء):

يثير موضوع العادة السرية قلق الكثير من المراهقين و الآباء و الأمهات و قد يكون أثرها النفسي على المراهق اكبر من أثرها العضوي . تعتبر العادة السرية أمراً طبيعياً من الناحية الطبية في سياق البلوغ وممارستها لا يحمل أي خطر إذا كان في الحدود الطبيعية و دون إفراط. ففي الولايات المتحدة سجل ممارسة 90 % من المراهقين الذكور و 50 % من الإناث للعادة السرية.¹⁸

رأي الشريعة الإسلامية:

رأى علماء الإسلام أن العادة السرية ممنوعة إلا في حالة واحدة إذا خشي الشاب على نفسه من ارتكاب جرم الزنا عندها قد يلجأ إلى العادة السرية للتخفيف من شدة الرغبة الجنسية عنده .

المخاطر الممكنة للإفراط في ممارسة العادة السرية :

- سرعة القذف في المستقبل .
- القلق و التوتر النفسي .
- عدم استمساك البول عند الانتهاء من التبول (استمرار تنقيط البول) .
- انحراف الشهوة الجنسية أي عدم الاستمتاع بالممارسة الجنسية الطبيعية مع الطرف الآخر!.

لذلك ينصح بعدم ممارسة العادة السرية و وترك الجسم يعمل بشكل طبيعي أي إن العادة السرية ستحدث لوحدها خلال الاحتلام الليلي .¹⁹

حب الشباب

و يسمى أيضا الحب ACNE

يحدث الحب عند 85 % من المراهقين و قد يكون من أكثر المشاكل الصحية إحداثاً للاضطراب عند الكثير من المراهقين, و لحسن الحظ فإن معظم حالات العد تكون خفيفة الى متوسطة , و 5 % من الحالات تكون شديدة وقد تؤدي إلى تندب الجلد .²⁰

¹⁷ - (منتصر، 1996، ص103)

¹⁸ - (مختار ، 1998، ص123-124)

¹⁹ - (مختار ، 1998، ص123-124)

²⁰ - (مختار ، 1998، ص103-101)

و تستمر هذه الحالة العرضية للمراهقين لفترة المراهقة المتأخرة حتى تكتمل فترة نضوج الفرد هرمونيا وجسديا .

ما هو سبب الحب ؟

ينجم الحب عن تأثير هرمونات يفرزها الجسم على الغدد الدهنية الموجودة في الجلد, ويزداد إفراز هذه الهرمونات خلال فترة المراهقة و تؤدي إلى إفراز مادة دهنية تسمى الزهم من غدد الجلد , وتؤدي زيادة الزهم إلى ارتكاس جلدي التهابي وحدوث الاحمرار في الجلد وأحيانا تشكل الأكياس و البثور المميزة لحب الشباب .

بعض المفاهيم الخاطئة و الشائعة حول الحب:

أولاً : إن وجود الحب لا يعني أن المراهق هو قليل العناية بنظافته الشخصية أو بطعامه أو أن هناك علاقة بين الحب ونشاط المراهق الجنسي.

ثانياً : إن تنظيف الحب بالصابون وبطريقة عذيفة لن يؤدي إلى زوال العد, وعلى العكس فقد يسيء إلى الحالة .

ثالثاً : ليس هناك دليل علمي حتى الآن على وجود علاقة بين نظام غذائي معين والحب, مثل الشوكولا مثلاً و البيتزا .. الخ..

يصبح أكثر المرهقين قلقين إثر ظهور حب الشباب , ولكن مع توفر المعالجة الطبية الفعالة يجب نصحهم بمراجعة طبيب الأطفال او طبيب الجلدية لتلقي العلاج بدلا" من إضاعة الوقت في حميات غذائية غير مفيدة معالجة الحب :

تتحسن معظم حالات العد خلال 4 إلى 8 أسابيع من العلاج و كثير من الحالات تتطلب معالجة مديدة وهي مشكلة تواجه الطبيب حيث ان الكثير من المراهقين ليس لديهم الصبر الكافي للحصول على التحسن و هذا يؤدي بهم إلى تغيير العلاج و الإساءة إلى حالة الحب.

الحالات الخفيفة من الحب: تعالج بأحد المراهم فقط مثل مرهم BENZOYL PEROXIDE و هو يؤدي إلى تحسن واضح .

الحالات المتوسطة من الحب : يضاف إلى المرهم السابق مرهم Retinoic acid أو إضافة مضاد حيوي موضعي مثل Erythromycin او Tetracycline .

الحالات الشديدة من الحب : و يسمى العد الكيسي يضاف إلى العلاج السابق دواء Accutane وهو دواء فعال و لكن له تأثيرات جانبية هامة ومزعجة ولا يؤخذ إلا بعد وصفه من قبل الطبيب وهو دواء مشوه للجنين لذلك يجب عدم أخذه خلال الحمل .

إضافة للعلاج السابق ينصح المراهق بغسل الوجه بصابون لطيف يوميا" و تجنب مستحضرات التجميل الزيتية والتخيف من الأطعمة الحاوية على الدهون كالوجبات السريعة و تجنب التعامل مع الزيوت والشحوم الخاصة بالسيارات .²¹

²¹ - (مختار ، 1998 ص 101-103)

التطور الحيوي في الإناث :

يعتبر البلوغ بالنسبة للأنثى مرحلة انتقالية للجسم من جسم الطفلة إلى جسم المرأة البالغة, و تصبح الأنثى بعد البلوغ قادرة على إنجاب الأطفال, و يختلف العمر الذي يحدث فيه البلوغ عند الإناث من بلد لآخر, و عادة يحدث البلوغ في الفترة ما بين عمر 9 إلى 13 سنة بشكل وسطي, و هو عمر أصغر من العمر الذي يبلغ فيه الذكور ولذلك قد يلاحظ أن البنات يبدو أن أطول و أنضج من الذكور في تلك الفترة !! و تكون فترة المراهقة المتأخرة أسرع منها في الذكور غالباً.

كيف يتغير جسم الأنثى خلال البلوغ ؟؟

التبدلات في الثديين :

يبدأ البلوغ عند أكثر الإناث بنمو الثديين, و قد تلاحظين عند بدء البلوغ أن أحد أو كلا الثديين أصبح على شكل كتلة قاسية تحت حلمة الثدي, و تأخذ هذه الكتلة بالنمو خلال السنوات القادمة لتأخذ شكل الثدي الناضج, و من الطبيعي أن ينمو أحد الثديين أحياناً " قبل الآخر, و لكنهما يصبحان متناظران مع مرور الوقت, و قد تكون هذه الكتلة مؤلمة قليلاً في بداية ظهورها.

البنات أول الأمر ! وخاصة إذا كنت أول من يرتدي هذه الحمالة في الصف ! ولكنك ستعتادين على الأمر لاحقاً".

التبدلات في الشعر :

سيظهر في منطقة العانة (المنطقة التناسلية) شعراً خفيف و ناعم أول الأمر , و مع مرور الوقت يصبح هذا الشعر أكثر قساوة" و مجعداً", ثم يظهر شعر تحت الإبط و قد يظهر شعر خفيف في الساقين , وكثير من المراهقات يسألن عن حلاقة هذه الأشعار أو تركها ؟؟ فمن الناحية الطبية ليس هناك مبرر لحلاقة هذه الأشعار , أما في الإسلام فهي سنة مؤكدة و يترك الأمر كقرار شخصي وكلا الحالتان مقبولتان إلا إذا كان هناك حالة طبية خاصة . وإذا قررت حلاقة هذه الأشعار فعليك استخدام الكثير من الصابون والماء خلال الحلاقة واستخدام شفرات ذات الاستخدام لمرة واحدة , ولا تتشاركي مع أي شخص في استخدام الشفرة أو آلة الحلاقة الإلكترونية .

التبدلات في شكل الجسم :

يصبح الوركان عريضان , والخصر نحيلاً", و يبدأ النسيج الدهني بالتجمع في البطن والأرداف و الساقين , وهذا تطور طبيعي ويعطيك شكل الأنثى المميز .

التبدلات في حجم الجسم :

قد تلاحظين أن يديك و ساقيك و قدميك و ذراعيك تنمو بسرعة أكبر من بقية أجزاء الجسم حتى نهاية البلوغ حيث يصبح الجسم متناسقا", فلا تخافي إذا نظرت إلى يديك وأحسست أنهما طويلتان !!

التبدلات في الجلد :

يصبح الجلد دهنيا" أكثر من ذي قبل و قد يزداد التعرق أيضا", و سبب ذلك هو سرعة نمو الغدد الدهنية و العرقية , و من المهم في هذه المرحلة القيام بحمام يومي و استخدام مزيل رائحة التعرق لتجنب المواقف المحرجة اجتماعيا", و الأهم مما سبق هو احتمال ظهور حب الشباب في الوجه , و هو شيء طبيعي في مرحلة البلوغ و سببه ارتفاع مستوى بعض الهرمونات في الجسم , و يحدث حب الشباب عند كل المراهقين تقريبا", (أنظر فقرة حب الشباب لمزيد من المعلومات).

بدء الطمث (الحيض) (الدورة الشهرية) :

يبدأ الطمث أو النزف من الدورة الشهرية مع البلوغ , و يظهر دم الحيض عند أكثر الإناث ما بين عمر 9 و عمر 16 سنة .

كيف يحدث الطمث ؟

يبدأ المبيضان مع بدء البلوغ بطرح البويضات , و عند النساء المتزوجات يمكن أن تتلقح هذه البويضة بالنطفة الآتية من الرجل و تشكلان البويضة الملقحة التي تتحول إلى جنين بشري , و لأجل التحضير لتعشيش البويضة الملقحة في رحم الأم تتشكل في الرحم طبقة تسمى بطانة الرحم تكون عند الحامل غنية بالدم و الخلايا و مهمتها تأمين التغذية للجنين , أما عندك أنت في مرحلة البلوغ و قبل الزواج فما يحدث هو أن هذه الطبقة التي تشكلت في الرحم مع طرح المبيض للبويضة تكون غير ضرورية , لأن البويضة لن تتلقح , و تتحول هذه الطبقة من بطانة الرحم إلى كتلة دموية من الخلايا وتطرح عن طريق المهبل إلى خارج الجسم و هذا هو دم الحيض .

فالدورة الشهرية هي عبارة عن الدم الذي يطرح كل شهر بعد الإباضة , و حدوث الإباضة يعني إمكانية حدوث الحمل إذا تزوجت الفتاة .

وقد تحتاجين لارتداء فوط خاصة لتمتص الدم المطروح خلال أيام طرح الدم , وتستمر فترة طرح دم الحيض من 3 إلى 7 أيام , وقد يتلوها يومان من النزف الخفيف أيضا", وهو أمر طبيعي , أما ظهور الدم خارج أوقات الدورة فيستدعي استشارة الطبيب .

وتختلف شدة النزف من فتاة لأخرى , وهذا أمر طبيعي , إلا إذا كان النزف غزيرا" جدا" فيجب استشارة الطبيب . وخلال أيام الطمث يمكنك ممارسة حياتك الطبيعية , و على العكس فإن ممارسة الرياضة خلال الطمث قد تخفف من آلام أسفل البطن .

ويجب عليك أن تتذكري أنه ليس من الضروري أن تكون الدورة منتظمة دائما" خاصة في بداية حدوثها في السنة الأولى التالية للبلوغ , و قد تكون الفترة ما بين النزف والذي يليه 3 أسابيع فقط أو قد تمتد حتى 6 أسابيع , و بعد فترة تنتظم الدورة بحيث يحدث النزف كل 3 إلى 5 أسابيع .

العوامل التي قد تسبب خللاً في نظام الدورة الشهرية :

- أي حالة مرضية طارئة.
- حالات الشدة النفسية و التوتر والقلق حول أمر ما .
- الرياضة العنيفة و الطويلة .
- اضطراب نظام الطعام .

الظواهر التي قد ترافق نزف الدورة :

قد تحدث هذه الأعراض قبل أو خلال أو بعد أيام النزف بقليل و هي عادة خفيفة و تزول لوحدها إلا إذا كانت شديدة فيجب استشارة الطبيب :

- آلام ماغصة أسفل البطن .
- حس نفخة في البطن .
- حس ألم و انتفاخ في الثديين .
- تغير مفاجئ في المزاج مثل الشعور بالقلق أو الحزن أو الاكتئاب العابر .
- الميل للنوم .

التطور الحيوي في الذكور :

يبدأ البلوغ عند الذكور بعمر 10 إلى 16 سنة مترافقة مع هبة النمو (مرحلة النمو السريع عند الشاب) , فتلاحظ أن حذاءك قد أصبح ضيقاً و أن ملابسك أصبحت ضيقة, و سبب ذلك الإفراز الزائد للهرمونات الذكرية خلال هذه الفترة .

كيف يتغير جسم الذكر خلال البلوغ ؟؟

التبدلات في حجم الجسم :

ستلاحظ و كأن يديك و قدميك و ذراعيك و ساقيك قد أصبحوا أكبر من بقية أجزاء جسمك وهذا أمر طبيعي و سيعود جسمك ليصبح متناسقاً .

التبدلات في شكل الجسم :

ستصبح أكثر طولاً , و يصبح كتفك أعرض , و سيزداد وزنك بشكل واضح , و ستلاحظ تورماً في ثدي واحد أو في كلا الثديين مع بعض الألم و هي من الظواهر الطبيعية , و التي تزول لوحدها , و كذلك تنمو العضلات و تصبح أكثر قوة , ولكن لا تتسرع و تحاول ممارسة رفع الأثقال بشكل مبكر .

تبدلات الصوت :

سيصبح صوتك أكثر عمقاً و خشونة , وقد يظن ممن حولك أنه صوت مزعج و سيبقى هكذا ولكنه ليس مزعجاً و سيصبح طبيعياً في المستقبل القريب .

تبدلات الشعر :

سيظهر شعر العانة (المنطقة التناسلية) وكذلك شعر الإبط , وشعر الوجه والذراعين , وقد يتأخر شعر الصدر قليلا , وقد يلجأ بعض الشباب إلى حلاقة شعر الذقن وهذا أمر طبيعي , ولا تستخدم إلا شفرة الحلاقة الخاصة بك ولا تشارك بها أحدا " وكذلك آلة الحلاقة.

تبدلات الجلد :

يصبح الجلد دهنيا " , و قد يزداد التعرق , وسبب ذلك زيادة نشاط الغدد في الجلد , و من الضروري عندها إجراء حمام يومي و استخدام مزيل التعرق لمنع ظهور رائحة العرق , وأكثر المراهقين يصابون بحب الشباب خلال فترة البلوغ , وهو أمر طبيعي خلال المراهقة وسببه ارتفاع مستوى الهرمونات عند المراهق .

تبدلات العضو الذكري :

ستلاحظ أن كلا " من العضو الذكري و الخصيتين قد ازدادا في الحجم خلال فترة البلوغ , وقد يزداد معدل حدوث الانتصاب العفوي للعضو الذكري بسبب ارتفاع مستوى الهرمونات الذكرية خلال فترة البلوغ (ويقصد بالانتصاب تحول القضيب إلى عضو قاسٍ و منتصب) , و عليك التصرف بشكل طبيعي إذا حدث الإنتصاب و أنت بين رفاقك مثلا " , دون أن تحاول لفت انتباههم لذلك ! و تذكر أنه في النهاية لا علاقة بين حجم القضيب و بين مستوى الرجولة ! ومستوى القدرة الجنسية !!

كذلك سيبدأ جسم الذكر بإنتاج النطاف مع حدوث البلوغ , و النطاف عبارة عن خلايا تحتوي على 23 صبغي فقط يقوم الذكر بقذفها بعد الإنتصاب أحيانا على شكل سائل أبيض اللون يسمى السائل المنوي , و أول ما يحدث القذف عند الذكر المراهق عند البلوغ يحدث ليلا " وبشكل عفوي أثناء ما يسمى الاحتلام الليلي , و المقصود بالقذف هو خروج السائل المنوي من القضيب , و لا تقلق إذا تكرر الإحتلام الليلي عندك لأنه ظاهرة طبيعية .

التبدلات العاطفية خلال البلوغ لكلا الجنسين : 22

إضافة للتبدلات التي لاحظتها على جسمك , ستلاحظ أيضا " تبدلات هامة في مشاعرك تجاه كل ما هو حولك , فستبدأ بالأهتمام برأي الآخرين فيك , و ستحب أن تكون مرغوبا " ومحبوبا " , وستبدأ علاقاتك مع الآخرين بالتغير , وستجد أن أشخاصا " قد أصبحوا مهمين بالنسبة لك ؟ آخرين أقل أهمية , و قد تزداد رغبتك بالاستقلال عن والديك وتقوية علاقتك بأصدقائك , والأهم من ذلك أنه سيكون عليك اتخاذ قرارات مهمة في حياتك كلها !

والكثير من المراهقين يقلقون حول تغيرات جسمهم ! هل أنا طويل؟ هل أنا قصير ؟ هل أنا سمين ؟ هل أنا نحيل ؟ هل يسخر من؟ رفاقي من أجل ... ؟

22 - (غزال ، 2002، ص75)

يجب أن تعلم و أن تعلمي بأنه لا يجوز مقارنة التبدلات التي تحدث لمراهق مع تلك التي تحدث لآخر ! سواء في النمو الجسمي أو التطور العاطفي , وأنه لكل شخص خصوصيته وتطوره المميز , و أنه في النهاية سيصبح الجميع أشخاص بالغين راشدين متشابهين في أشياء و مختلفين في أخرى .

ماذا حول الجنس ؟

قد تشعر بأن دقائق قلبك قد تسرعت عندما تنتظر إلى شخص ما من الجنس الآخر أو عندما تلمس يده عن غير قصد أو حتى عندما تفكر فيه مجرد تفكير ! وقد تترافق دقائق قلبك السريعة مع إحساس غريب بالدفع أو الرعشة ! و كل ذلك أمر طبيعي عند المراهقين مع بدء الاهتمام بالجنس الآخر , و قد تسأل نفسك أحد الأسئلة التالية :

1- هل يجوز لي ممارسة العادة السرية ؟ (أنظر الفقرة الخاصة بهذه العادة لمعرفة الجواب) .

2- أيسمح لي بالتكلم مع الجنس الآخر ؟

3- إلى أي مدى يجب أن تكون علاقتي مع أفراد الجنس الآخر ؟ و ماذا عن ممارسة الجنس !!

4- أرغب في أن يكون لي صديقة ! محبوبة ! أن أعيش قصة حب !!

تحكم الإجابة على هذه الأسئلة عدة أمور : الأسرة , المجتمع , الأخلاق , الدين , وأمور أخرى , وعلى أية حال ننصح بأن تكون الإجابة على هذه الأسئلة كما يلي :

جواب السؤال الأول : موجود في فقرة خاصة.

جواب السؤال الثاني : يفضل أن تكون العلاقات ما بين الجنسين في فترة المراهقة ضمن حدود الزمالة والأمور المهنية بحيث لا تتعدى مناقشة الأمور في المدرسة والحياة اليومية العامة.

جواب السؤال الثالث : يجب أن تكون العلاقة كما سبق , أما عن ممارسة العلاقات الجنسية غير الشرعية فهذا أمر خطير جداً , و عليك كمراهق ألا تحاول ذلك أو تفكر به , لأن مفاهيم المجتمع العربي و المسلم تختلف عن تلك في المجتمع الغربي , وتذكر انه من يرتكب هذه الجريمة يكون قد ارتكب أحد الكبائر في الإسلام , ويكون قد ارتكب جريمة اجتماعية , عدا عن إمكانية تطورها نحو الشذوذ و احتمال إصابة الطرفين بالأمراض المنتقلة عن طريق الجنس و خاصة الأيدز , (ومن يقبل أن يمارس الجنس معك بطريقة غير شرعية , يقبل أن يمارسه مع شخص آخر بنفس المبرر! فهل تقبل ذلك لنفسك و هل تضمن سلامته من الأمراض الخطيرة ؟؟) , إضافة لإمكانية حدوث الحمل غير الشرعي و ما يترتب على ذلك من نتائج و مسؤوليات مثل إنجاب طفل غير شرعي أو اللجوء إلى الإسقاط الجنائي (هل تتوقع أن يكون عمرك 16 سنة مثلاً ولديك طفل غير شرعي؟؟؟؟!! أو أن تكون مصاباً بالأيدز لا سمح الله !!!!) , و لا تهتم لما تشاهده في المجلات أو التلفزيون من تشجيع على الإنحراف و تذكر أن هذه البرامج غايتها الربح التجاري فقط و يقف وراءها أعداء حقيقيون , و أن متعة ممارسة الجنس لا تكون إلا مع الشريك الشرعي بعد الزواج .

جواب السؤال الرابع : يجب أن تعلم كمراهق أنه من المبكر الحديث عن هكذا أمور وأن هناك أوليات أكثر أهمية في حياتك , مثل تأمين مستقبلك و شهادتك الجامعية , وإذا تعمدت البحث عن قصة حب فلن تجدها , و لكن أترك هذا الأمر للحياة , وستجد أن الله تعالى قد هداك لشريكة

حياتك في الوقت المناسب , فأمامك الحياة الجامعية والحياة المهنية , وهي أكثر المجالات التي يجد فيها الشباب شركائهم في هذه الأيام .

من أين يأتي التحريض والإثارة الجنسية؟؟

1- من وسائل الإعلام :

حيث تقوم الصحف و المجلات و التلفزيون بتصوير الجنس و الممارسة الجنسية على أنها أمر عادي و لا يحمل أي خطورة , و هذا هو عكس الواقع طبعاً حيث تحمل هذه الممارسات خطورة كبيرة ولأن الهم الوحيد لتلك الوسائل هو الربح , و من المهم عدم التأثر بذلك , و الابتعاد عن هذه المثيرات , لأن الكثير من المراهقين أنتهى بهم الأمر إلى الشذوذ نتيجة تعلقهم بمجلات أو قنوات تلفزيونية هابطة .

2- من جسم المراهق نفسه !

فمن الطبيعي أن يشعر أي مراهق بالرغبة الجنسية بسبب الإفرازات الهرمونية, و هذا أهم عنصر من عناصر البلوغ, و لكن من المهم أن تسيطر أنت على هذه الرغبات و لا تتركها هي لكي تسيطر عليك ! و تذكر أن الجنس وحده ليس الطريقة الوحيدة التي تعبر بها عن مشاعرك تجاه الجنس الآخر, و هناك طرق أخرى لصرف هذه الطاقات مثل ممارسة الرياضة و المشي و تناول الغذاء الصحيح و التخطيط للمستقبل وأن تكون واثقاً من نفسك و أن الرجولة ليست بإقامة علاقات مشبوهة و عابرة

3- من الأصدقاء :

قد يتباهى أحدهم أمامك بأنه قام بكذا و كذا (و غالباً ما يكون كاذباً)... وقد تشعر لبرهة برغبة قوية بتقليد هذا الشخص !و لكن تذكر المخاطر التي تحملها هذه الممارسات وأن متعة لحظات قد تهلك شخصاً وتنقل له أمراضاً خطيرة وقد يحدث حمل غير شرعي وما يترتب بعد ذلك من إنجاب طفل غير شرعي أو اللجوء إلى الإسقاط الجنائي!, وأن الإنسان المتوازن هو من يسيطر على شهواته و يحكم عقله ودينه وأخلاقه قبل التورط , وننصحك بالابتعاد عن هؤلاء الأصدقاء , والتمتع بحياتك بدون أن يكون لديك طفل غير شرعي أو مرض مميت .²³

²³ - (غزال ، 2002، ص75)

الخاتمة :

الحمد لله رب العالمين فنعمته شملت كل شيء و إن كان المبتغى أن أصل بمبثني لمرحلة النضج في بلاغ مختصر إلى أن المولى تبارك وتعالى شاء أن ينجز ما يراد إنجازهُ وهو الذي إذا أراد لشيءٍ أن يقول له كن فيكون ، فعرضي لمشكلة تشكيل الهوية و التنويه عن مرحلة المراهقة المتأخرة يفي بغرض جميل من خلال الفترة التي عملت بها بجد واجتهاد لجمع المصادر والمراجع البحثية فالتطور الحيوي و النفسي والاجتماعي لهو أثر لطور انتقال الإنسان من المراهقة إلى المراهقة المتأخرة وكيف يكون دور الأبوين و الأطباء حاضراً في هذه الحالة حيث أن نمو أعضاء المراهق تجعله في لحظات تأهب ليعي ما يعمل بهذه الأشياء من حيث دلالتها إذ انه في مرحلة النضج في مرحلة المراهقة المتأخرة يعي بعمق فطرياً وقائع هذه التطورات لديه إلا ما شذ حيث نستعرض تطورات حيوية لا يختلف عليها اثنان سواء للإناث أم للذكور في مرحلة البلوغ و الإثارة الجنسية التي تمر على هذا المخلوق الذي فطره الله لغاية أرادها سبحانه وتعالى ، وها أنا أرى قصر نفسي في هذا الموجز و أن حصيلتي إنشاء الله تعالى الرفعة والدرجات العلى في الدنيا والآخرة فيما عقده بضميري لله تعالى ثم لمجمعي في هذا البحث و الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله وسبحان ربك رب العزة عما يصفون وسلام على المرسلين رحمة للعالمين محمد و آل بيته وصحبه أجمعين و الحمد لله رب العالمين

المراجع :

- 1- الريماوي, محمد., (2003). علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة). ط.1. دار المسيرة للفكر والنشر والطباعة. عمان, المملكة الاردنية الهاشمية.
- 2- الطحان, محمد والطواب, سيد ومحمود, نبيل. (1989). اسس النمو الانساني. "ط.3. دار القلم للنشر والتوزيع. دبي, الامارات العربية المتحدة.
- 3- عقل, محمود, (1996). النمو الإنساني "الطفولة والمراهق". ط.3. دار الخريجي للنشر والتوزيع , الرياض, السعودية.
- 4- مسن, بول, وكونجر, جون, وكاجان, جيروم, وستين, (1980). أسس سكلولوجية الطفولة والمراهقة (احمد سلامه, مترجم). مكتبة الفلاح, الكويت.
- 5- المفدى, عمر. (1423). علم نفس المراحل العمرية: النمو من الحمل الى الشيخوخة والهرم. منشورات جامعة الملك سعود. الرياض, المملكة العربية السعودية.
- 6- النغميشي, عبد العزيز. (1989). المراهقون "دراسة نفسية اسلامية للأباء والمعلمين والدعاة" ط.2. دار المسلم للنشر والتوزيع , الرياض, السعودية.
- 7- مختار , منال ((الطب النفسي) منشورات جامعة دمشق 1998 . ط2
- 8- منتصر خالد , سكيولوجية النمو , منشورات جامعة القاهرة 1996 ط2
- 9- غزال , رضوان , النمو والتطور في المراهقة , القاهرة , عالم الكتب 2002 ط3 .