

دانشگاه سindh
پم

روانشناسی تحولی ۲

دکتر حمید کمرزین

امروز کتابخوانی و علم‌آموزی نه تنها یک وظیفه‌ی ملی، که یک واجب دینی است.^۱

مقام معظم رهبری

در عصر حاضر یکی از شاخصه‌های ارزیابی رشد، توسعه و پیشرفت فرهنگی هر کشوری میزان تولید کتاب، مطالعه و کتابخوانی مردم آن مرز و بوم است. ایران اسلامی نیز از دیرباز تاکنون با داشتن تمدنی چندهزارساله و مراکز متعدد علمی، فرهنگی، کتابخانه‌های معتبر، علما و دانشمندان بزرگ با آثار ارزشمند تاریخی، سرآمد دولت‌ها و ملت‌های دیگر بوده و در عرصه فرهنگ و تمدن جهانی به‌سان خورشیدی تابناک همچنان می‌درخشد و با فرزندان نیک‌نهاد خویش هنرنمایی می‌کند. چه کسی است که در دنیا با دانشمندان فرزانه و نام‌آور ایرانی همچون ابوعلی سینا، ابوریحان بیرونی، فارابی، خوارزمی و ... همچنین شاعران برجسته‌ای نظیر فردوسی، سعدی، مولوی، حافظ و ... آشنا نباشد و در مقابل عظمت آنها سر تعظیم فرود نیاورد. تمامی این افتخارات ارزشمند، برگرفته از میزان عشق و علاقه فراوان ملت ما به فراگیری علم و دانش از طریق خواندن و مطالعه منابع و کتاب‌های گوناگون است. به شکرانه الهی، تاریخ و گذشته ما، همیشه درخشان و پر بار است. ولی اکنون در این زمینه در چه جایگاهی قرار داریم؟ آمار و ارقام ارائه‌شده از سوی مجامع و سازمان‌های فرهنگی در مورد سرانه مطالعه هر ایرانی، برایمان چندان امیدوارکننده نمی‌باشد.

کتاب، دروازه‌ای به سوی گستره دانش و معرفت است و کتاب خوب، یکی از بهترین ابزارهای کمال بشری است. همه دستاوردهای بشر در سراسر عمر جهان، تا آنجا که قابل کتابت بوده است، در میان دست‌نوشته‌هایی است که انسان‌ها پدید آورده و می‌آورند. در این مجموعه بی‌نظیر، تعالیم الهی، درس‌های پیامبران به بشر، و همچنین علوم مختلفی است که سعادت بشر بدون آگاهی از آنها امکان‌پذیر نیست. کسی که با دنیای زیبا و زندگی‌بخش کتاب ارتباط ندارد بی‌شک از مهم‌ترین دستاورد انسانی و نیز از بیشترین معارف الهی و بشری محروم است. با این دیدگاه، به‌روشنی می‌توان ارزش و مفهوم رمزی عمیق در این حقیقت تاریخی را دریافت که اولین خطاب خداوند متعال به پیامبر گرامی اسلام (ص) این است که «بخوان!» و در اولین سوره‌ای که بر آن فرستاده عظیم‌الشأن خداوند، فرود آمده، نام «قلم» به تجلیل یاد

1. <https://farsi.khamenei.ir/message-content?id=2696>

شده است: «إِقْرَأْ وَ رَبُّكَ الْأَكْرَمُ. الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ» در اهمیت عنصر کتاب برای تکامل جامعه انسانی، همین بس که تمامی ادیان آسمانی و رجال بزرگ تاریخ بشری، از طریق کتاب جاودانه مانده اند.

دانشگاه پیام نور با گستره جغرافیایی ایران شمول خود با هدف آموزش برای همه، همه جا و همه وقت، به عنوان دانشگاهی کتاب محور در نظام آموزش عالی کشورمان، افتخار دارد جایگاه اندیشه سازی و خردورزی بخش عظیمی از جوانان جویای علم این مرز و بوم باشد. تلاش فراوانی در ایام طولانی فعالیت این دانشگاه انجام پذیرفته تا با بهره گیری از تجربه های گرانقدر استادان و صاحب نظران برجسته کشورمان، کتاب ها و منابع آموزشی درسی شاخص و خودآموز تولید شود. در آینده هم، این مهم با هدف ارتقای سطح علمی، روزآمدی و توجه بیشتر به نیازهای مخاطبان دانشگاه پیام نور با جدیت ادامه خواهد داشت. به طور قطع استفاده از نظرات استادان، صاحب نظران و دانشجویان محترم، ما را در انجام این وظیفه مهم و خطیر یاری رسان خواهد بود. پیشاپیش از تمامی عزیزانی که با نقد، تصحیح و پیشنهادهای خود ما را در انجام این وظیفه خطیر یاری می رسانند، سپاسگزاری می نمایم. لازم است از تمامی اندیشمندانی که تاکنون دانشگاه پیام نور را منزلگاه اندیشه سازی خود دانسته و ما را در تولید کتاب و محتوای آموزشی درسی یاری نموده اند، صمیمانه قدردانی گردد. موفقیت و بهروزی تمامی دانشجویان و دانش پژوهان عزیز آرزوی همیشگی ما است.

دانشگاه پیام نور

فهرست مطالب

پیشگفتار ویراست دوم.....	یازده
فصل اول. نوجوانی.....	۱
هدف کلی.....	۱
هدف‌های یادگیری.....	۱
مقدمه.....	۲
۱-۱ تاریخچه روان‌شناسی نوجوانی.....	۳
۲-۱ تعریف نوجوانی.....	۶
۳-۱ نظریه‌های پیرامون نوجوانی.....	۸
۱-۳-۱ نظریه زیستی.....	۸
۲-۳-۱ نظریه روان‌کاوی فروید.....	۱۱
۳-۳-۱ نظریه اریکسون.....	۱۴
۴-۳-۱ نظریه مردم‌شناسی.....	۱۶
۵-۳-۱ نظریه رفتارگرایی.....	۱۶
۶-۳-۱ نظریه شناختی پیاژه.....	۱۹
۷-۳-۱ نظریه‌های روابط موضوعی.....	۲۴
۸-۳-۱ رویکرد پردازش اطلاعات.....	۲۵
۹-۳-۱ تقویت پردازش اطلاعات.....	۲۵
خلاصه فصل اول.....	۲۶
خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل اول.....	۲۶
خودآزمایی تشریحی فصل اول.....	۲۷
منابع.....	۲۷
برای مطالعه بیشتر.....	۲۸

فصل دوم. رشد جسمانی و بلوغ در نوجوانی.....	۳۱
هدف کلی.....	۳۱
هدف‌های یادگیری.....	۳۱
مقدمه.....	۳۱
۱-۲ رشد جسمی در نوجوانی.....	۳۲
۲-۲ نقش تعامل وراثت - محیط در رشد.....	۳۲
۲-۲-۱ تعامل محیطی منفعل.....	۳۳
۲-۲-۲ تعامل محیطی فراخوانی.....	۳۳
۲-۲-۳ تعامل محیطی فعال.....	۳۴
۳-۲ نقش غُدد درون‌ریز در رشد.....	۳۴
۳-۲-۱ نقش هیپوتالاموس.....	۳۴
۳-۲-۲ نقش هیپوفیز.....	۳۵
۴-۲ دستگاه تناسلی زنان.....	۳۶
۴-۲-۱ تخمک‌گذاری.....	۳۷
۴-۲-۲ عادت ماهانه یا قاعدگی.....	۳۷
۴-۲-۳ مسائل و مشکلات قاعدگی.....	۳۹
۵-۲ دستگاه تناسلی مردان.....	۴۰
۵-۲-۱ بیضه‌ها.....	۴۱
۵-۲-۲ لوله‌های منی ساز.....	۴۱
۵-۲-۳ سلول‌های جنسی یا نطفه‌ای.....	۴۱
۶-۲ غدد ضمیمه جنسی.....	۴۲
۶-۲-۱ کیسه‌های منی ساز.....	۴۲
۶-۲-۲ غدهٔ پروستات.....	۴۲
۶-۲-۳ غدد کوپر.....	۴۲
۷-۲ هورمون‌های جنسی در مردان و زنان.....	۴۲
۷-۲-۱ استروژن.....	۴۳
۷-۲-۲ پروژسترون.....	۴۳
۷-۲-۳ تستوسترون.....	۴۴
۷-۲-۴ هورمون لوته‌ینیزان (محرک LH).....	۴۴
۸-۲ رشد قد، وزن و استخوان‌ها در دورهٔ بلوغ.....	۴۵
۹-۲ تغییر عضلات، چربی بدن و قدرت بدنی.....	۴۶
۱۰-۲ رشد قلب، ریه‌ها و مغز.....	۴۷
۱۰-۲-۱ قلب.....	۴۷
۱۰-۲-۲ ریه‌ها.....	۴۷
۱۰-۲-۳ مغز.....	۴۸
۱۱-۲ تغذیه در نوجوانی.....	۴۸

۱۲-۲	تصور بدنی و تأثیر آن بر تصور از خویش	۴۹
۱۳-۲	رشد ویژگی‌های ثانوی جنسی	۵۰
۱۴-۲	پیامدهای درازمدت بلوغ زودرس و دیررس	۵۲
۱۵-۲	اختلال‌های جنسی و هویت جنسی	۵۳
۱۵-۲-۱	تمایل جنسی به هم‌جنس خود	۵۴
۱۵-۲-۲	مُبدل‌پوشی	۵۵
۱۶-۲	بیماری‌های شایع انتقال‌پذیر با رابطه جنسی	۵۵
۱۶-۲-۱	زگیل تناسلی	۵۶
۱۶-۲-۲	اچ‌ای وی	۵۷
۱۶-۲-۳	تریکومونیازیس	۵۷
۱۷-۲	آموزش و تربیت جنسی	۵۷
۱۸-۲	تأثیر دوره نوجوانی بر دوره جوانی	۵۹
	خلاصه فصل دوم	۶۱
	خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل دوم	۶۱
	خودآزمایی تشریحی فصل دوم	۶۲
	منابع	۶۲
	برای مطالعه بیشتر	۶۳

	فصل سوم. رشد روانی در دوره نوجوانی	۶۵
	هدف کلی	۶۵
	هدف‌های یادگیری	۶۵
	مقدمه	۶۵
۱-۳	رشد هوش و شناخت	۶۶
۲-۳	رشد هوش در نوجوانی	۶۶
۱-۲-۳	پایداری هوش	۶۶
۲-۲-۳	رویکردهای روان‌سنجی و رشدی درباره هوش	۶۷
۳-۲-۳	استفاده از آزمون‌های هوشی برای نوجوانان	۶۸
۳-۳	رویکرد رشد شناختی	۶۹
۱-۳-۳	نظریه پیازه درباره مراحل رشد شناختی	۶۹
۲-۳-۳	ارزیابی نظریه پیازه	۷۲
۴-۳	تأثیر جنسیت بر توانایی‌های عقلانی	۷۴
۵-۳	خودمحوری نوجوان	۷۵
۶-۳	دیدگاه‌ها پیرامون رشد معنوی و اخلاقی	۷۶
۱-۶-۳	رشد اخلاقی از دیدگاه پیازه	۷۶
۲-۶-۳	رشد اخلاقی از دیدگاه گلبِگ	۷۷
۳-۶-۳	نقش مثبت دین در زندگی نوجوانان	۸۲

۳-۶-۴	راهکارهای رشد اخلاقی و دینی در نوجوانی و جوانی	۸۲
۳-۶-۵	فرقه‌گرایی مذهبی به‌جای دین‌باوری و دین‌داری	۸۴
۳-۶-۶	نقش والدین در رشد باورهای مذهبی در نوجوانی و جوانی	۸۵
۳-۶-۷	نظریه رشد هفت مرحله‌ای اخلاقی و دینی	۸۶
۳-۷-۷	رشد خود در نوجوانی و ویژگی‌های آن	۹۳
۳-۷-۱	تأثیر روندهای سن و جنس بر خود	۹۴
۳-۷-۲	رشد خودانگاره و عزت‌نفس	۹۸
۳-۸-۸	هویت و شکل‌گیری آن در نوجوانی	۱۰۰
۳-۸-۱	نظریه مارسیا و چهار وضعیت هویت	۱۰۳
۳-۸-۲	ارزیابی نظریه هویتی مارسیا	۱۰۷
۳-۸-۳	شکل‌گیری هویت در نوجوانان گروه‌های اقلیت	۱۰۹
	خلاصه فصل سوم	۱۱۰
	خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل سوم	۱۱۰
	خودآزمایی تشریحی فصل سوم	۱۱۱
	منابع	۱۱۱
	برای مطالعه بیشتر	۱۱۲
فصل چهارم. نوجوانان و الگوها (خانواده، همسالان، جامعه و رسانه‌های گروهی)		
	هدف کلی	۱۱۵
	هدف‌های یادگیری	۱۱۵
	مقدمه	۱۱۵
۴-۱-۱	خانواده و انواع تعامل خانوادگی	۱۱۶
۴-۲-۲	فنون کنترل تربیتی	۱۲۳
۴-۳-۳	نوجوانان و همسالان	۱۲۴
۴-۴-۴	عبور از نوجوانی به جوانی با تسهیل پدیده بلوغ	۱۲۵
۴-۵-۵	دوستی‌های نوجوانی و جوانی	۱۲۹
۴-۵-۱	دوستی خوش‌بینانه	۱۲۹
۴-۵-۲	دوستی و بیگانگی	۱۳۰
۴-۵-۳	انواع دوستی‌ها	۱۳۲
۴-۵-۴	نیاز به هم‌رنگ شدن در دوستی‌ها	۱۳۲
۴-۶-۶	نوجوانان و جامعه	۱۳۴
۴-۶-۱	استقلال	۱۳۴
۴-۶-۲	انتخاب شغل در دنیای متحول	۱۳۵
۴-۶-۳	ایجاد هدف‌های شغلی	۱۳۶
۴-۶-۴	تأثیر عوامل اجتماعی و اقتصادی	۱۳۷
۴-۶-۵	کارکردن زنان	۱۳۸

۱۳۹	۴-۶-۶ نفوذ والدین
۱۴۰	۴-۷-۷ رسانه‌ها و نوجوانان
۱۴۰	۴-۷-۱ تلویزیون
۱۴۲	۴-۷-۲ تأثیر منفی تلویزیون
۱۴۲	۴-۷-۱ پرخاشگری
۱۴۴	۴-۷-۲-۲ چاقی
۱۴۴	۴-۷-۳-۲ اختلال‌های رفتاری
۱۴۴	۴-۷-۳ رایانه و نوجوانان
۱۴۵	۴-۷-۱-۳ پرخاشگری و اضطراب
۱۴۵	۴-۷-۲-۳ هرزه‌نگاری اینترنتی و ارتباط جنسی مجازی
۱۴۶	خلاصه فصل چهارم
۱۴۷	خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل چهارم
۱۴۷	خودآزمایی تشریحی فصل چهارم
۱۴۸	منابع
۱۴۹	برای مطالعه بیشتر
۱۵۱	فصل پنجم. اختلال‌های شایع دوره نوجوانی
۱۵۱	هدف کلی
۱۵۱	هدف‌های یادگیری
۱۵۱	مقدمه
۱۵۲	۵-۱ اختلال‌های جسمی شایع در دوره نوجوانی
۱۵۲	۵-۱-۱ بیماری‌ها
۱۵۲	۵-۱-۲ اختلال‌های تغذیه‌ای
۱۵۵	۵-۱-۳ نوجوانان معلول و استثنایی
۱۵۵	۵-۱-۳-۱ کم‌توانی جسمی و نقص عضو و اثر آن بر نوجوانان و جوانان
۱۵۷	۵-۱-۳-۲ نوجوانان کم‌توان ذهنی
۱۵۸	۵-۱-۳-۳ نوجوانان مبتلا به بیماری‌های خاص و مزمن
۱۵۹	۵-۲ مشکلات و اختلال‌های عاطفی
۱۵۹	۵-۲-۱ پرخاشگری
۱۶۰	۵-۲-۲ افسردگی نوجوانی
۱۶۲	۵-۲-۳ خودکشی
۱۶۵	۵-۳ اختلال‌ها و مشکلات رفتاری شایع دوره نوجوانی
۱۶۵	۵-۳-۱ ناسازگاری
۱۶۶	۵-۳-۲ بزهکاری
۱۶۸	۵-۳-۳ جهت‌گیری جنسی
۱۷۰	۵-۳-۴ اعتیاد (وابستگی به مواد)
۱۷۲	۵-۳-۴-۱ نقش محیط در گسترش اعتیاد

۱۷۲	 ۵-۳-۲ نقش والدین در پیشگیری از اعتیاد
۱۷۴	 ۵-۳-۳ ارتباط جنسیت و اعتیاد
۱۷۵	 خلاصه فصل پنجم
۱۷۵	 خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل پنجم
۱۷۶	 خودآزمایی تشریحی فصل پنجم
۱۷۶	 منابع
۱۷۶	 برای مطالعه بیشتر
۱۷۷	 فصل ششم. دوران رشد پس از نوجوانی
۱۷۷	 هدف کلی
۱۷۷	 هدف‌های یادگیری
۱۷۷	 مقدمه
۱۷۸	 ۶-۱ دوره رشد جوانی (۲۰ تا ۳۵ سالگی)
۱۷۸	 ۶-۱-۱ ویژگی‌های تفکر دوره جوانی
۱۸۰	 ۶-۱-۲ دوستی‌ها
۱۸۱	 ۶-۱-۳ انتخاب شغل
۱۸۱	 ۶-۱-۴ ازدواج
۱۸۲	 ۶-۲ دوره رشد میان‌سالی (۳۰ تا ۵۰ سالگی)
۱۸۲	 ۶-۲-۱ مشکلات دوره میان‌سالی
۱۸۲	 ۶-۲-۲ بحران میان‌سالی
۱۸۴	 ۶-۲-۳ تغییر نقش
۱۸۴	 ۶-۲-۴ تغییر در زندگی زناشویی
۱۸۵	 ۶-۲-۵ به خطر افتادن سلامتی
۱۸۹	 ۶-۳ دوره رشد سالمندی (۵۰ تا ۶۵ سالگی)
۱۸۹	 ۶-۳-۱ تغییر در وضع اقتصادی
۱۹۰	 ۶-۳-۲ وضعیت ذهنی افراد سالمند
۱۹۳	 ۶-۴ دوره رشد پیری (۶۵ سالگی و بیشتر)
۱۹۵	 ۶-۵ مرگ، پایان دوره رشد
۱۹۵	 ۶-۵-۱ تعریف مرگ
۱۹۷	 ۶-۵-۲ مفهوم مرگ در مراحل رشد
۱۹۹	 ۶-۵-۳ رویارویی با مرگ
۱۹۹	 خلاصه فصل ششم
۲۰۰	 خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل ششم
۲۰۰	 خودآزمایی تشریحی فصل ششم
۲۰۱	 منابع
۲۰۱	 برای مطالعه بیشتر

پیشگفتار ویراست دوم

ویراست دوم روان‌شناسی رشد که اکنون بعد بازنگری پیش روی دانشجویان عزیز قرار دارد، حاصل تلاشی است برای شرح موضوعات روان‌شناختی پیرامون رشد در مرحلهٔ نوجوانی و پس از آن در قالب یک درس‌نامه، که هم از نظر محتوا و سازگاری با علم و نیازهای روز مقبول و مستند باشد و هم از نظر شکل و حجم برای دانشجویان مفید و جذاب باشد. به‌علاوه به‌تناسب فرهنگی آن با جامعهٔ ایران نیز توجه کافی شده باشد. هدف کتاب حاضر برانگیختن ذهن و پاسخگویی علمی به پرسش‌های دانشجویان رشتهٔ روان‌شناسی دربارهٔ نیازهای پس از دوران رشدی کودکی است، به‌گونه‌ای که دانشجویان بتوانند بر دانش و بینش علمی خود در این زمینه بیفزایند.

مهم‌ترین موضوعات روان‌شناسی نوجوانی، جوانی و پس از آن در شش فصل مطرح شده است. هر فصل با بیان هدف کلی، هدف‌های یادگیری و مقدمه آغاز می‌شود و در پیکرهٔ فصل شرح و بسط داده می‌شود. در ضمن فصل، نکته‌هایی در داخل کادر با عنوان «ببیندیشیم!» جا گرفته و همان‌گونه که از عنوانش پیداست، هدف آن اندیشه ورزی و تقویت مهارت پرسشگری است. سپس خلاصهٔ فصل و به دنبال آن پرسش‌های چندگزینه‌ای خودآزمایی و پرسش‌های مروری می‌آید. پس از فهرست منابع فارسی و لاتین، دانشجو برای مطالعهٔ بیشتر به کتاب‌های معتبر و کلیدواژه‌های مرتبط ارجاع داده می‌شود. عقیدهٔ مؤلف بر این است که در عصر انفجار اطلاعات و دسترسی آسان و سریع به اینترنت، اشاره‌ای جرقه آسا برای فعال کردن ذهن پویای دانشجوی علاقه‌مند کافی است.

جا دارد یادآوری کنیم که بیان پژوهش‌ها در این کتاب به معنی تأیید و تعمیم قطعی یافته‌های آن‌ها نیست بلکه به منزله آشنایی دانشجویان با یافته‌های پژوهشی است که بر دانش آن‌ها بیفزاید تا خود به جست‌وجوی فعال پردازند و به انجام پژوهش در زمینه مورد علاقه خود ترغیب و تشویق شوند و سرانجام به برداشت مطمئن‌تری دست یابند.

در ویراست دوم اصلاحات لازم در نشانه‌گذاری، رفع لغزش‌های نگارشی و املائی، بازنگری در فصل‌بندی‌های فرعی و عنوان‌های آن‌ها، روزآمد کردن آمار و ارقام و منابع مطابق آخرین چاپ‌های موجود در بازار تا حد امکان صورت گرفته است. افزودن عکس دانشمندان مطرح روان‌شناسی رشد به نیت برقراری ارتباط قلبی و علمی با آن بزرگان و الهام‌گیری از اندیشه‌های بلندشان بوده است.

فصل اول به تاریخچه مختصر مطالعه روان‌شناسی، تعریف نوجوانی، ارائه تعریف کنونی روان‌شناسی نوجوانی، رویکردها و نظریه‌های مطرح در این حوزه و بحران نوجوانی می‌پردازد.

در فصل دوم، مؤلف به لحاظ اهمیت پرداختن به مهم‌ترین ویژگی بارز دوره نوجوانی یعنی رشد جسمی با تفصیل بیشتری نسبت به ویراست نخست، موضوعات رشد جنسی، هورمون‌ها و تغییرات آن‌ها را شرح داده است.

فصل سوم، به رشد روانی نوجوانان اختصاص یافته است. منظور از رشد روانی بررسی دوره‌هایی از رشد است که از دیدگاه غیریستی قابل طرح و بررسی است و قسمت مهمی از شخصیت و تفاوت‌های نوجوانان را به خود اختصاص می‌دهد؛ مانند رشد هوش، شناخت، رشد اجتماعی، رشد معنوی - اخلاقی، رشد هویت و مطالب مرتبط.

در فصل چهارم پس از مطالعه مقوله‌های مطرح جسمی و روانی نوجوانان در فصل‌های پیش، به مسائل مهم دیگر نوجوانان یعنی خانواده و همسالان، فنون کنترل تربیتی، جامعه و رسانه‌های گروهی پرداخته شده است. در این فصل به عناوینی مانند اوقات فراغت، نقش رسانه‌ها و بهداشت روانی نوجوانان در حیطه‌های فوق نیز اشاره شده است.

فصل پنجم به گروهی از اختلال‌های روانی و آسیب‌ها و انحراف‌های دوره نوجوانی می‌پردازد. با توجه به گستردگی این مطالب، سعی شده در این فصل به شایع‌ترین اختلال‌ها و نحوه رفع و درمان آن‌ها پرداخته شود.

فصل ششم به دوران رشد نوجوانی پس از جوانی اختصاص دارد. در این فصل تغییرهای روانی جوانی، میان‌سالی، پیری و سالمندی مرور شده است. زیر فصلِ رویارویی با مرگ پایان بخش فصل ششم خواهد بود. با وجود تلاش و دقت لازم، این اثر نیز خالی از ایراد و نقصان نیست، به‌ویژه در نقل‌قول‌ها و ارائه مطالب که ممکن است ناخواسته پیش آمده باشد؛ بنابراین امید است دانشجویان و همکاران گرامی با ارائه پیشنهادهای سازنده و روشنگر، توفیق رفع کاستی‌ها را برای مؤلف فراهم کنند.

دکتر حمید کمرزین
روانشناس بالینی

فصل اول

نوجوانی

هدف کلی

هدف کلی این فصل شناخت دوره نوجوانی، ویژگی‌های بلوغ و سن نوجوانی، دانستن تاریخچه مفهوم نوجوانی است. دانشجو در این فصل با روان‌شناسی نوجوانی و نظریه‌های مهم در این حیطه و نقد آن‌ها آشنا خواهد شد.

هدف‌های یادگیری

انتظار می‌رود دانشجو با مطالعه این فصل بتواند:

۱. تاریخچه روان‌شناسی نوجوانی را توضیح دهد.
۲. نوجوانی را تعریف کند.
۳. نظریه رفتارگرایی در مورد رشد و نوجوانی را بیان و ارزیابی کند.
۴. نظریه مردم‌شناسی در مورد رشد و نوجوانی را بیان و ارزیابی کند.
۵. نظریه روانی-اجتماعی در مورد رشد و نوجوانی را بیان و ارزیابی کند.
۶. نظریه روان‌کاوی در مورد رشد و نوجوانی را بیان و ارزیابی کند.
۷. نظریه زیستی را در مورد رشد و نوجوانی را بیان و ارزیابی کند.
۸. مفهوم و معنی روان‌شناسی نوجوانی را دریافته و با رویکردهای کنونی مقایسه کند و شرح دهد.
۹. مفهوم بحران در دوره نوجوانی را بشناسد و بتواند درباره آن توضیح دهد.

مقدمه

نوجوانی و مطالعات پیرامون آن از موضوع‌های مطالعاتی بسیاری از روان‌شناسان، پژوهش‌گران و دیگر علاقه‌مندان از جمله خانواده‌ها است. تغییر ویژگی‌های جسمی و روانی، که مشخصه گذر از دوره رشد کودکی به دوره رشد نوجوانی است، توجه علاقه‌مندان به این دوره را جلب کرده است. می‌دانیم که وجود تغییرات سریع نوجوان در این دوره او را آسیب‌پذیرتر از پیش می‌کند، به‌ویژه که در همین زمان ویژگی‌های حساس هویت و شخصیت نیز در بُعد روانی نوجوانان به رشد شایانی می‌رسد. علاوه بر آن شرایط جامعه ما ایران به خاطر داشتن جمعیت نسبتاً زیاد نوجوان و جوان و گذر از بحران‌های پیاپی، این دوران را حساس‌تر کرده است. این‌گونه ویژگی‌ها می‌طلبد که دانشجوین رشته روان‌شناسی دوره نوجوانی را بهتر و بیشتر بشناسند.

نوجوانان^۱ گروه سنی بزرگی هستند که در مقایسه با دیگر گروه‌های سنی از جنبه‌های مختلفی مانند آموزش و پرورش، جمعیت، نیرو و آسیب‌های احتمالی، مورد توجه بیشتر اقشار و مسئولین جامعه قرار دارند. مطالعات این دوره چنان گسترش یافته که در برخی پژوهش‌ها برای مطالعه دقیق‌تر، نوجوانی را به سه دوره متفاوت به شرح زیر تقسیم می‌کنند:

اوایل نوجوانی (۱۲ تا ۱۴ سالگی). در این دوره سنی علائم رشد کودکی به‌تدریج از بین می‌رود و علائم بلوغ اولیه یا ظهور صفات جنسی به‌تدریج نمودار می‌شود.

اواسط نوجوانی (۱۴ تا ۱۶ سالگی). در این دوره نوجوانان با بروز علائمی نظیر رشد تفکر انتزاعی و صفات ثانوی جنسی، تفاوت‌های خود با دیگران را دی می‌یابند. به‌علاوه تمایل به برنامه‌ریزی‌های ذهنی، ظهور نگرانی‌هایی درباره آینده و شدت مشکلات سازگاری نیز به‌صورت بارزتری مشاهده می‌شود. تمایل به نزدیکی بیشتر به همسالان از صفات بارز این دوره است.

اواخر نوجوانی (۱۶ تا ۱۹ سالگی). در این دوره است که فرد به ویژگی‌های ثابتی از نظر جسمی و روانی دست می‌یابد. علاوه بر جهت‌گیری‌های مشخص جنسیتی، نوجوان از نظر شغلی، اجتماعی و تصور از بدن خود نیز به باورهای تازه‌ای می‌رسد.

خانواده‌ها در ایجاد ارتباط و بیان انتظارهای خود از نوجوانان، مربیان با ارائه آموزش، مسئولان با برنامه‌ریزی و تأمین نیازهای آن‌ها همگی برای سپردن جامعه فردا به دست این گروه سنی تلاش می‌کنند. از طرفی نوجوانان که مدت کوتاهی از دوران کودکی آن‌ها می‌گذرد و عواطف، جسم و حتی هوش آن‌ها نیز هنوز به تکامل لازم نرسیده است، علاوه بر داشتن پرسش‌های زیاد از خود و محیط پیرامون، در تقابل با واکنش‌ها و انتظارهای گوناگون قرار می‌گیرند. به همین دلیل موضوع نوجوانی از جمله موضوع‌های جذاب و ضروری است که متخصصان گوناگون درباره آن مطالعه می‌کنند تا بتوانند با پژوهش‌های خود این گروه سنی را بیشتر بشناسند و به قشرهای مرتبط، مسئولان و خود نوجوانان بشناسانند. حیطه مطالعاتی نوجوانی در زمینه مسائل جسمانی مانند وراثت (ژنتیک)، هورمون‌ها و بلوغ بیشتر مورد توجه متخصصان علوم زیستی و پزشکی است. بررسی تعامل فرد با جامعه و مطالعه موضوع‌هایی مانند اجتماعی شدن، رشد اجتماعی، هم‌نوایی، تقلید و الگوبرداری، بیشتر در حیطه مطالعاتی جامعه‌شناسی است. بررسی نحوه عملکرد نوجوانان در فرهنگ‌ها و جوامع مختلف و بررسی تفاوت‌ها و تشابهات آن‌ها، بیشتر در حیطه مطالعات مردم‌شناسی قرار دارد. روان‌شناسان نیز بنابر ماهیت رشته خود و هدف‌های آن، یعنی «مطالعه علمی رفتار و فرایندهای ذهنی» (اتکینسون و همکاران، ۱۳۸۵) به مطالعه گسترده در موضوع نوجوانی می‌پردازند. از آنجا که رفتار انسان‌ها تحت تأثیر عوامل گوناگون محیط و وراثت قرار دارد، روان‌شناسان برای مطالعه نوجوانی، ناگزیر با رشته‌های گوناگونی تعامل پیدا می‌کنند.

هم‌اکنون موضوع نوجوانی جای خود را در گرایش‌های گوناگون پژوهشی علم روان‌شناسی مانند رشد جسمانی، رشد روانی، رشد اجتماعی، رشد معنوی و اخلاقی باز کرده و رو به گسترش دارد. از سوی دیگر بنابر آمار یونسکو جمعیت نوجوانان جهان تا سال ۲۰۲۵ میلادی به رقم یک میلیارد و سی‌وشش میلیون نفر یعنی ۱۶ درصد کل جمعیت جهان خواهد رسید؛ بنابراین مطالعه این حیطه برای افزایش آگاهی دانشجویان، دست‌اندرکاران، سیاست‌گذاران و دیگر علاقه‌مندان بسیار ضروری است.

۱-۱ تاریخچه روان‌شناسی نوجوانی

ارسطو ۳۰۰ سال پیش از میلاد مسیح معتقد بود که «نوجوانان پرشور و آتشی مزاج‌اند و آماده‌اند خود را به‌دست غرایز بسپارند». در قرن نوزدهم میلادی و پیش از آن، مطالعات

گسترده و علمی به شیوه کنونی دربارهٔ دورهٔ نوجوانی وجود نداشت و این دوره به روشنی امروز مطرح نبود.

در جامعه‌های روستایی و اولیه حرفی از این دوره زده نمی‌شد و در آن‌ها چیهستی نوجوانی برای افراد و حتی خود نوجوانان مشخص نبود. یکی از دلایل آن، هویت‌ها و نقش‌هایی بود که بی‌درنگ پس از کودکی به افراد داده می‌شد به گونه‌ای که بیشتر دختران نوجوان نقش و مسئولیت مادران خود را به عهده می‌گرفتند و پسران نوجوان نقش و شغل پدران خود را، و به قول معروف پسران باید عصای دست پدرانشان می‌شدند. هم‌اکنون در بسیاری از قبیله‌های اولیه و بدوی و حتی سنتی، نوجوانان در اواخر کودکی پس از پشت سر گذاشتن تکالیف خاص، طی مراسمی به صورت رسمی نقش جوان قبیلهٔ خویش را به عهده می‌گیرند.

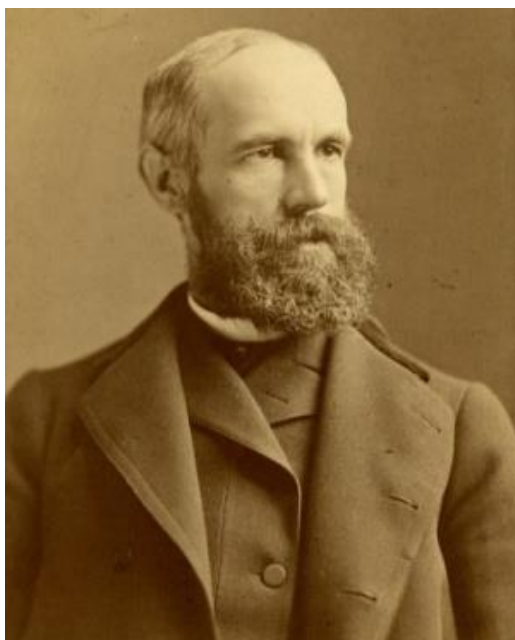
مشهورترین مطالعه، کار خانم مارگارت مید^۱ (۱۹۰۱-۱۹۷۸)، انسان‌شناس فرهنگی آمریکایی دربارهٔ قبایل جزیرهٔ ساموآ^۲ در اقیانوس آرام است که به مطالعه آداب و سنت‌های نوجوانان و مسائل بلوغ آن‌ها در دهه‌های ۱۹۴۰ تا ۱۹۵۰ پرداخته است (رفیع نژاد و همکاران، ۱۴۰۰). طبیعی است عنوان «جوانی» که قبیله‌ها و جامعه‌های اولیه به نوجوانان خود می‌دهند واقعی نیست و بیشتر جنبهٔ استقلال نسبی اجتماعی دارد و بر پایهٔ ظاهر جسمانی نوجوانان در آن قوم و قبیله استوار است. روشن است که برای دیگر مراحل رشد روانی مانند شناخت، هویت، هوش، اخلاقیات و مانند آن، مسیر زمانی طولانی‌تری باید طی



مارگارت مید، تمام عمر خود را وقف مطالعات مردم شناختی کرد

می‌شد. نوجوانان جامعه‌های گسترده‌تر کنونی در مقایسه با جامعه‌های قدیمی‌تر برای رسیدن به استقلال، دوره‌های آموزشی و زمان بیشتری را می‌گذرانند. گاه این دوره با دورهٔ میانی جوانی نیز تداخل پیدا می‌کند و منجر به طولانی‌تر شدن آن و در نتیجه عدم رشد روانی متعادل در دوره بعد یعنی اواخر جوانی می‌شود.

در اوایل قرن حاضر استنلی هال^۱ (۱۸۴۶-۱۹۲۴) بنیان‌گذار انجمن روان‌شناسان آمریکا (APA) و پدر مطالعات علمی در روان‌شناسی نوجوانی، این دوران را «دوران طوفان و تنش شدید» و زمان رشد سریع توانایی‌های ذهنی و روانی قلمداد کرد (ماسن، ۱۳۹۵). ژان ژاک روسو^۲ (۱۷۱۲-۱۷۷۸) در کتاب خود امیل^۳ با تأکید بر مثبت بودن ذات انسان و طبیعت وی، نوجوانی را به ۳ دوره تقسیم می‌کند: ۱. بروز هیجانات ناپایدار؛ ۲. تکرار مراحل قبلی رشد تا فرد به ثبات و سپس به رشد برسد؛ ۳. تعامل تحولات جسمی و روانی که به رشد منطقی خواهد انجامید.



استنلی هال، بنیان‌گذار انجمن روان‌شناسی آمریکا

1. Stanley Hall
2. Jean-Jacque Rousseau
3. Emile

روانشناسان اواخر قرن نوزدهم به پدیده بلوغ با استفاده از نظریه روسو توجه کردند. استانی هال اولین رئیس انجمن روانشناسان آمریکا که اولین پژوهش‌های منظم روان‌شناسی را درباره رشد کودکان و نوجوانان انجام داد، با استفاده از نظریه روسو و با توجه به نظریه چارلز داروین^۱ (۱۸۰۹-۱۸۸۲) درباره تکامل انواع، نظریه رشد را مطرح کرد. وی برخلاف روسو که نوجوانی را تکرار مراحل قبل می‌دانست، به نوپایی و باز پیدایی^۲ خود در دوره نوجوانی باور داشت (لطف‌آبادی، ۱۳۹۸). این نگرش به دیدگاه‌های عمل‌گرا و تجربه‌گرای کسانی مانند ماریا مونتسه سوری^۳ (۱۸۷۰-۱۹۵۲) و جان دیویی^۴ (۱۸۵۹-۱۹۵۲) در زمینه تعلیم و تربیت نزدیک بود. این دیدگاه با باورهای سنتی که معیار نوجوانی را فقط برابر با رشد ظاهری بدنی می‌دانست، بسیار فاصله پیدا کرده بود.

۱-۲ تعریف نوجوانی

«دوره‌ای از زندگی انسان است که با بلوغ^۵ آغاز می‌شود و با تکامل، رشد و رسش جسمانی^۶ پایان می‌پذیرد. این دوره در پسران حدود ۱۳ تا ۲۲ سالگی، و در دختران حدود ۱۲ تا ۲۱ سالگی است. در این دوره تغییرات متنوعی به وقوع می‌پیوندد، مانند ویژگی‌های جنسی، تصور از بدن خود، علایق جنسی، رشد اجتماعی، رشد هوشی و رشد مفهوم خود» (گرسینی^۷، ۱۹۹۹). از جمله مفاهیم بارزی که در تعریف نوجوانی مطرح است، موضوع بلوغ جنسی و سن در این تعاریف است که به‌صورت مختصر به آن‌ها اشاره می‌شود.

بلوغ جنسی آغاز دوره تکامل جنسی است که نوجوان از نظر ظاهری به فرد بزرگسال شبیه می‌شود و صفات ثانوی جنسی را در بدن خود می‌یابد. معمولاً^۳ تا ۴ سال پس از اتمام دوره کودکی، نوجوان این صفات را در یک جهش جنسی نشان می‌دهند. این صفات در دختران معمولاً^۲ تا ۳ سال زودتر از پسران با بروز قاعدگی اتفاق می‌افتد. البته نقش تفاوت‌های فردی، تغذیه، بهداشت و عوارض برخی داروها و افزودنی‌ها به مواد غذایی در تأخیر، تسریع و یا اختلال در رشد جنسی را نباید نادیده گرفت.

1. Charles Darwin
2. Recapitulation
3. Maria Montessori
4. John Dewey
5. Puberty
6. Maturation
7. Corsini R

رشد فکری و روانی نیز رسیده باشد. این ویژگی معمولاً پس از پایان رشد جنسی و در تعامل سالم فرد با محیط، ایجاد می‌شود.

سن نوجوانی را در متون علمی قدیمی‌تر، بین ۱۲ تا ۱۴ سالگی، و سن جوانی را بین ۱۵ تا ۱۸ سالگی عنوان کرده‌اند (هارلوک^۱، ۱۹۷۳). سایت مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های ایالات متحده^۲، نوجوانان^۳ را در گروه سنی ۱۵ تا ۱۷ سال قرار می‌دهد.

حقوقدانان به استناد ماده ۹ قانون مدنی ایران، برای مسائل حرفه‌ای ۱۸ سالگی را مرز تازه بالغان عنوان کرده‌اند. سازمان ملل در سال ۱۹۸۹ در ماده ۱ پیمان‌نامه حقوق کودک، ۱۸ سالگی را مرز پایان کودکی دانسته است. در کشور ما ایران، مرز سنی پایان کودکی و انجام وظایف در حیطه‌هایی نظیر تکلیف‌های شرعی، رأی‌گیری، مقررات حقوقی و قانونی به‌صورتی متفاوت عنوان شده و تدابیری برای هماهنگی بیشتر اجتماعی اتخاذ شده است. مثلاً سن ازدواج از ۹ سالگی برای دختران که سن بلوغ شرعی بود، به ۱۷ سالگی برای دختران و پسران تغییر یافته است. به این ترتیب به سن قانونی مربوط به فعالیت‌هایی مثل رأی‌گیری (۱۵ تا ۱۶ سال) و مقررات حقوقی و جزایی (۱۸ سال) نزدیک شده است.

در تعریفی دیگر، از نوجوانی به «دو راهی گذار به بزرگ‌سالی» تعبیر شده است که تقریباً از ۱۲ سالگی آغاز می‌شود و تا اواخر دهه دوم زندگی، یعنی رسیدن به رشد جسمانی کم‌وبیش ادامه می‌یابد. طی این دوره، نوجوان به بلوغ جنسی می‌رسد و هویت فردی خود را جدای از هویت خانواده بنا می‌نهد (اتکینسون و همکاران، ۱۳۸۵).

از نوجوانی همچنین به‌عنوان «دوره گذار» برای رسیدن به استقلال و مسئولیت جوانی یاد شده است (لطف‌آبادی، ۱۳۹۸). همچنین ماسن (۱۳۷۹) بر اساس مطالعات خود، ویژگی بارز دوره نوجوانی را بروز صفات جنسی عنوان کرده است.

ارائه تعریفی از نوجوانی که مقبول همگان باشد امری مشکل و گاه غیرممکن است. سازمان ملی جوانان ایران، دوره‌های نوجوانی و جوانی را جدا نکرده و بازه سنی ۱۱ تا ۲۹ سالگی را سن نوجوانی و جوانی به شمار آورده و دامنه فعالیت‌های خود را در این بازه قرار داده است (لطف‌آبادی، ۱۳۹۸).

1. Hurlock, Elizabeth

2. United States

3. Teenagers