

بلوغ و بحران هویت در دوران نوجوانی و نقش آن در دوست یابی

مصطفی کشاورز^۱، فاطمه میرزایی^۲

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی، دبیر رسمی آموزش و پرورش، ناحیه ۳ شیراز، ایران.

^۲ کارشناسی آموزش ابتدایی، آموزش و پرورش شهرستان سرجهان، ایران.

نام نویسنده مسئول:

مصطفی کشاورز

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۲/۳۰

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۴/۲

چکیده

دوره نوجوانی، دوره ای است که فرد کودکی را پشت سر گذاشته و وارد مرحله جدیدی از زندگی خود می شود؛ نوجوانی و جوانی یکی از مهم ترین مراحل زندگی آدمی محسوب می شود و آخرین مرحله تحول شناختی و گذار از مرحله "پیرو دیگران بودن" است. در این دوره فرد به بلوغ می رسد و در پی کشف هویت خود می باشد. هر یک از این تغییرات می تواند یک عامل بحران را برای نوجوان محسوب گردد. هویت در نوجوانی این است که بداند کیست، چیست، از کجا آمده و به کجا خواهد رفت؟ بلوغ و بحران هویت بدون شک مهم ترین آسیب اجتماعی ایران است که در این دوره نمود پیدا می کند. در این راستا در این مقاله نخست به تعریف دوره نوجوانی و بلوغ و برخی ویژگی های آن و به تعاریفی از هویت و انواع آن و دوست یابی و شرایط آن در این دوره اشاره می شود و سپس مبانی نظری، پیامدها و عوامل بحران هویت و دوست یابی مطرح می گردد و در خاتمه نتایج حاصله ارائه می شود. بر این اساس هدف از پژوهش حاضر بررسی بلوغ و بحران هویت می باشد و بر آن است تا با شیوه ی توصیفی - کتابخانه ای به بیان این موارد بپردازد.

واژگان کلیدی: بلوغ، بحران، هویت، نوجوانی، دوست یابی.

مقدمه

نوجوانی و جوانی یکی از مهم ترین مراحل زندگی آدمی محسوب می شود و آخرین مرحله تحول شناختی و گذار از مرحله "پرو دیگران بودن" است: دوره ای که نوجوان به هویت واقعی خودش دست می یابد.

میل به اظهار وجود و اثبات خود یکی از طبیعی ترین حالات روانی دوره نوجوانی و جوانی است. نوجوان و جوانی که دوره کودکی را پشت سر گذاشته، باید خود را برای زندگی مستقل اجتماعی آماده نماید. تحقق این موضوع، پیش از هر چیز، مستلزم یافتن هویت خویش است.

نوجوانی، دوران شکل گیری هویت است. در این دوران، نوجوان می کوشد بین "خود درونی" و دنیای بیرونی خویش تمایز قائل شود. اریکسون این دوران را دوران بحرانی نامیده است. یعنی دورانی که نوجوان به دنبال هویت خود و هدفمند کردن زندگی و احساس مفید بودن است. اگر این دوران به درستی سپری شود و نوجوان در کسب هویتی سالم توفیق یابد، احساس هدفمند بودن زندگی در او ایجاد خواهد شد. چنانچه نتواند هویتی سالم را در خود شکل دهد از احساس تنهایی و از خود بیگانگی رنج خواهد برد و این ناشی از شکست او در تعیین نقش اجتماعی خویش است.

در میان روانشناسان، اریکسون بر بحران هویت و آشفتگی هویت تاکید می کند. از نگاهی دیگر بحران هویت این گونه تعریف شده است: "عدم موفقیت یک نوجوان در شکل دادن به هویت فردی خود، اعم از اینکه به علت تجارب نامطلوب کودکی و یا شرایط نامساعد فعلی باشد، بحرانی ایجاد می کند که بحران هویت یا گم گشتگی نام دارد". دکتر شرفی (۱۳۸۱) در زمینه بحران هویت می گوید: جدی ترین بحرانی که یک شخص با آن مواجه می شود در خلال شکل گیری هویت رخ می دهد. این بحران، بدان جهت جدی است که موفقیت در رویارویی با آن پیامدی بسیار دارد. شخص که فاقد یک هویت متشکل است در خلال زندگی بزرگسالی با مشکلات متعددی مواجه خواهد شد (شرفی، ۱۳۸۱).

از نظر احمدی (۱۳۸۹) در بحران هویت، نوجوان شدیداً دچار اضطراب و ناراحتی ذهنی است به صورتیکه نمی تواند جنبه های مختلف شخصیت خویش را در یک خویشتن قابل قبول و هماهنگ، سازمان دهد. (احمدی ۱۳۸۹)

دوره ی بلوغ همواره دوره تنهایی بوده است. بدو تن توجه به دوستانی که نوجوان دارد. او همیشه در درون خود احساس خلأ می کند. ساختار شناخت نوظهور جوانان در سن بلوغ، آنان را به اندیشیدن به خود و می دارد (بیابانگرد، ۱۳۷۸).

انسان ها به عنوان بازیگران اجتماعی در صحنه تعاملات بین فردی در کنار یکدیگر حضور می یابند و اساساً موجودی اجتماعی است. این شرایطی است که هر یک از ساختار شخصیتی و هویت یگانه ای برخوردارند که کیفیت این روابط متقابل اجتماعی و مدیریت آن را تحت تاثیر قرار می دهد. در این رابطه این سوال مهم قابل طرح است: چه کسانی

هستند که شما می خواهید به آنها تکیه کنید یا دوستان شما باشند یا اعضای خانواده شما باشند؟ شما خواهان دوستی های دیرپایی هستید به نحوی که بتوانید با آن دوستان اوقات خوبی داشته باشید. همه افراد خواهان اطرافیانی هستند که به هنگام داشتن مشکلات و گرفتاری ها به مثابه منبع آسایش و غنای فکری برای آنان بهره گیرند. به بیان دیگر افراد خواهان برخورداری از ارتباط با افراد اندیشه ورز از لحاظ هیجانی و هیجانی در مواقع بحرانی زندگی خود هستند.

به این ترتیب شخصیت و منش یک نوجوان یا جوان به نحو سازنده ای یا بطور معکوس بوسیله تاثیرات وارده بر توان های بالقوه شخصی او توسط افرادی که در اطراف او زندگی می کنند تحت تاثیر قرار می گیرند.

تعریف نوجوانی

روانشناسان در زمینه تعریف نوجوانی اتفاق نظر ندارند، اما به طور کلی می توان گفت: نوجوانی دوره ای است بین کودکی و بزرگسالی که طول مدت آن بر حسب فرهنگ ها و محیط های مختلف، متفاوت است و حدوداً از ۱۱ تا ۲۰ سالگی ادامه دارد (نجفی علمی، ۱۳۸۹).

دوره نوجوانی، حدفاصل بین کودکی و جوانی یا دوره انتقال از کودکی به بزرگسالی است و این انتقال در تمامی زمینه های رفتاری، اخلاقی، عاطفی و اجتماعی صور می گیرد و فرد خواستار تغییر حالات و خلق و خوی کودکانه است (نجفی علمی، ۱۳۸۹).

بخشی از ویژگی های دوره نوجوانی

مرحله مهم

نوجوانی از جمله مراحل رشد و تکامل است که آثارش در بلند مدت اهمیت خاصی دارند. گاهی نیز اهمیت دوره رشد و تکامل به سبب آثار بدنی یا روانشناختی آن دوره است. نوجوانی از هر دو لحاظ (روانشناختی و آثار بدنی) مهم است. در این دوره است که فرد به سازگاری های ضروری برای تکوین گرایش ها، ارزش ها و رغبت های تازه نیاز دارد.

مرحله انتقال

منظور از انتقال، عبور فرد از یک مرحله به مرحله دیگر رشد و تکامل است. و هر آنچه در دوران کودکی اش اتفاق افتاده باشد، در حال حاضرش اثر می گذارد و در وضع آینده اش موثر خواهد بود. وقتی فرد از کودکی به مرحله بعد قدم می گذارد، باید رفتارهای کودکی را ترک گوید و الگو های جدید رفتار و گرایش ها را جانشین آنها کند. همچنین، ناگزیر است ایفای نقش های بزرگسالانه را به عهده گیرد و مسئول اعمالش باشد.

مرحله تغییرات

نوجوانی مرحله تغییراتی چون: عاطفی، جنسی، رغبت ها، نقش ها و الگو ها می باشد.

مرحله دشوار

به دو دلیل می توان نوجوانی را مرحله ای دشوار نامید؛ یکی اینکه نوجوان در دوران کودکی نوجوان هر وقت با مسئله یا مشکلی مواجه می شد والدین یا معلمان کمک او بودند و یا آن را برایش حل می کردند. بنابراین او تجربه لازم برای برخورد با مسائل جدید دوران نوجوانی را ندارد. دوم اینکه نوجوان می خواهد خود را مستقل احساس کند و با مسائلش درست برخورد کند. از این رو اجازه نمی دهد که والدین و معلمان او را یاری کنند.

هویت یابی

فرد در دوران کودکی می خواهد خود را با قهرمان هایی همانند کند و مانند آنها لباس بپوشد، راه برود و ... در اوایل نوجوانی هنوز همانند سازی برای پسران و دختران اهمیت دارد؛ ولی به تدریج می کوشند شخصا هویت یابی کنند. و به اینکه از هر لحاظ شبیه همسالانشان باشند، راضی نمی شوند

مرحله بیمناک

نوجوان علاقه مند است سنت شکنی کند و آداب و رسوم کلیشه ای اجتماعی را به آسانی نمی پذیرد. این نیز موجب وحشت او می شود که مبدا مورد مواخذه جامعه اش قرار گیرد (شعاری نژاد، ۱۳۹۱).

افزایش و گسترش روابط اجتماعی

از جمله خصایص دوران نوجوانی افزایش و گسترش روابط اجتماعی است و نوجوان پیوسته می کوشد تا روابط اجتماعی خود را از محدودیت خانوادگی در آورد و به اشخاص دیگر، مخصوصاً همسالان گسترش دهد. این گستردگی به جایی می رسد که نوجوان از خانواده جدا می شود یا در زمان هایی که به آنها نیاز دارد به سراغ آنان می رود (شعاری نژاد، ۱۳۹۱).

بلوغ

واژه بلوغ در لغت نامه دهخدا به معنی رسیدن و رسیدگی است. و در فرهنگ فارسی معین به معنای رسیدن به سن رشد، مرد شدن و زن شدن آمده است (فرهنگ فارسی معین).

دوره بلوغ را بعد از دوران کودکی و قبل از دوران بزرگسالی می دانند؛ یعنی سنین ۱۳-۱۴ تا ۱۸-۱۹ سالگی انسان. در قالب جامعه ها این دوره، دوره تغییرات مهم در زندگی تحصیلی و اجتماعی فرد محسوب می شود. مثلاً از لحاظ تحصیلی قالباً فرد در پایان دوره بلوغ تحصیلات دبیرستانی را به پایان می رساند و از نظر اجتماعی نیز کبیر و صاحب حقوقی محسوب می شود از سوی دیگر برخی از صاحب نظران روانشناسی رشد، دوره بلوغ را دوره تعارض و بحران می دانند؛ استانی هال که به پدر روانشناسی بلوغ معروف است، دوره بلوغ را دوره طوفان و فشار روانی می خواند. ژان ژاک روسو دوره ی بلوغ را تولد مجدد می

دانست. وقتی فرد به دوره‌ی بلوغ می‌رسد، مثل این است که فرد دیگری با خصوصیات بدنی و روانی متفاوتی در وی به وجود می‌آید (رضایی، ۱۳۹۴).

برخی فکر می‌کنند، بلوغ همان نوجوانی است. در حالیکه این دو یکی نیستند. بلکه صل مشترک هایی با هم دارند، از لحاظ علمی، بلوغ به موفقیت یا مرحله‌ای اطلاق می‌شود که فرد از نظر جنسی، قادر به تولید مثل می‌گردد و علائم آن رشد اندام‌ها و تحولات خصوصیات ثانویه جنسی است (شریفی، ۱۳۹۰).

سن بلوغ

برای آغاز بلوغ طبیعی، سن معینی وجود ندارد و در محیط‌های مخلف، متفاوت است. عواملی از قبیل عوامل محیطی، فرهنگی، موروثی و اجتماعی و تغذیه‌ای در پیدایش بلوغ موثر است؛ ولی آغاز آن در اکثر دختران حدود یازده سالگی است (رضایی، ۱۳۹۴). اما بیشتر محققین براین عقیده‌اند که سن شروع بلوغ طبیعی در دخترها ۹-۱۶ سالگی است و در مجموع، اصطلاح بلوغ به دوره بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی اطلاق می‌شود. و سن متوسط بلوغ، بدون توجه به پسر بودن یا دختر بودن، ۱۱ سالگی اطلاق می‌گردد؛ ولی به طور مسلم دختران زودتر از پسران مرحله بلوغ زندگی خویش را آغاز می‌کنند و زودتر نیز این مرحله را به پایان می‌رسانند (محمدیان، ۱۳۸۳).

انواع بلوغ

هرچند از واژه بلوغ (رسیدن و به حد رشد رسیدن) غالباً بلوغ جنسی تداعی می‌شود، ولی با توجه به موارد استعمال می‌توان انواع بلوغ را چنین برشمرد:

* بلوغ شرعی: همان سن تکلیف دینی است که برای دختران پایان ۹ سالگی قمری و برای پسران ۱۵ سال قمری است.
* بلوغ جسمی: طبق گفته فیزیولوژیست‌ها ارگانیزم بدنی انسان تا ۵ سال اول زندگی به سرعت رشد می‌کند و پس از آن، تا آغاز دوره نوجوانی و بلوغ، رشد آن به کندی می‌گراید و سپس در دوره نوجوانی، سرعت دوباره خود را باز می‌یابد و در سن خاصی به حد کمال خود می‌رسد.

* بلوغ جنسی: بلوغ جنسی به معنای رسیدن به سن تولید مثل است که با زیاد شدن هورمون‌ها آغاز می‌شود.
* بلوغ اجتماعی: در این نوع بلوغ دختر و پسر مسئول رفتار خود می‌شوند و به آن سن قانونی نیز می‌گویند.
* بلوغ روانی: بلوغ روانی، ناشی از رشد روان است که دارای جنبه‌های مختلفی از قبیل پختگی، هوش و درک مفاهیم اخلاقی می‌باشد.

* بلوغ عقلی و شخصیتی: این بلوغ در شرایطی حاصل می‌شود که شخص بتواند به طور مستقل تصمیم بگیرد، عمل نماید، از خودش اراده داشته باشد و متکی به خود باشد.

نشانه‌های بلوغ

بلوغ با دگرگونی‌های فیزیولوژی همراه است. به نظر زیست‌شناسان، منشا طبیعی بلوغ، ترشح هورمون‌های جنسی به ضمیمه فعالیت‌های منظم بعضی دیگر از غدد داخلی است (فلسفی، ۱۳۸۲).

در آستانه‌ی بلوغ، رشد عمومی بدن دچار تغییرات و دگرگونی‌هایی می‌شود. یکی از مهم‌ترین تحولات دوران بلوغ، رشد سریع استخوان‌ها و عضلات و کلیه عضلات داخلی بدن است. رشد دوران بلوغ به قدری سریع و شدید است که بعضی از دانشمندان، رشد و نمو دوران بلوغ را جهشی تعبیر کرده‌اند (فلسفی، ۱۳۸۲). این تغییرات نوجوان بالغ را با بحران‌هایی مواجه می‌کند.
* بلوغ و بحران عاطفی:

مهم‌ترین تحول دوران بلوغ بعد از ظهور صفات ثانویه جنسی، تحولات عمیق عاطفی است. مسئله مهم، یافتن هویت خود است. نوجوان با در نظر گرفتن تجربیات گذشته و قبول تحولات بلوغ می‌خواهد هویت خویش را از نو بازسازی کند.

این بحران باعث شده است که طوفانی در درون نوجوان ایجاد می‌شود و با انواع تردیدها و سردرگمی‌ها رو به رو گردد. عواطف او ثابت نیست، زود خوشحال می‌شود و به سرعت در غم و اندوه فرو می‌رود. همین تغییر حالات او را خسته و رنجور می‌کند و او را به واکنش تند و ناسازگاری سوق می‌دهد. "هارلوک" حالات هیجانی و عاطفی نوجوان را به خصوص در اوایل و اواسط بلوغ،

دارای چندین مشخصه می‌داند. شدت فقدان کنترل، عدم ثبات و یا تغییر ناگهانی از حالت شغف به حالت ناامیدی، افسردگی، اخلاق متغیر و پیدا شدن احساسات عاقلانه نظیر وطن پرستی و وفاداری، احترام به دیگران و خدا جویی (رضایی، ۱۳۹۴).

* بلوغ و ارتباط با همسالان:

"برادشاد" می‌نویسد: "دوره ی بلوغ همواره دوره ی تنهایی بوده است. بدون توجه به تعداد دوستانی که نوجوان دارد، او همیشه در درون خود احساس خلأ می‌کند {براد شاد، ۱۳۷۳}.

این احساس تنهایی که به مراحل رشد مربوط می‌شود، نوجوان را بر آن می‌دارد که با همسالان خود ارتباط برقرار کند. بنابراین، دوستی‌ها در این دوره بر اساس نیاز اجتماعی شکل می‌گیرد. معمولاً جوان تازه وارد به دوستان خود وفادار است، تا جایی که هیچ انتقلدی را درباره دوستانش نمی‌پذیرد (به نقل از رضایی، ۱۳۹۴).

بنابراین با توجه به نقش مهم و سازنده همسالان، لازم است خانواده و مدرسه زمینه عضویت و حضور نوجوانان را در گروه‌ها و تشکلهای دانش آموزی و محلی فراهم نمایند تا روابط اجتماعی را تجربه کنند.

انگیزه‌های عاطفی باعث می‌شود نوجوان در انتخاب رفیق دقت لازم نداشته باشند و بدون تأمل با دیگران رابطه برقرار کنند. واضح است این دوستی‌های حساب نشده می‌تواند ثمرات تلخی به بار آورد.

* بلوغ و ناسازگاری با والدین:

یکی از بحران‌های بلوغ ناسازگاری نوجوانان با والدین است. به نظر می‌رسد آزادی خواهی، استقلال طلبی و نوگرایی که از خصوصیات دوران بلوغ است، منشا این ناسازگاری باشد؛ در دوران بلوغ، بیشتر از هر زمان دیگر انسان به اینکه مورد پذیرش و توجه باشد، اهمیت می‌دهد و به شدت احتیاج دارد که به عنوان یک دوست و شریک تلقی شود (رضایی، ۱۳۹۴؛ به نقل از فلسفی، ۱۳۸۲).

* راه‌های غلبه بر بحران بلوغ:

برای عبور از این بحران، نوجوانان و والدین آنها وظایفی دارند. وظیفه والدین کمک به نوجوانان و راهنمایی آنها از طریق ارائه اطلاعات صحیح و جامع درباره تحولات این دوره است. هرگونه سهل انگاری می‌تواند نوجوانان را به اطلاعات ناقص و نادرست سوق داده و در نهایت آنها را با مشکلات جسمی و روانی مواجه کند. والدین همچنین می‌توانند اطلاعاتی در زمینه علائم جسمانی بلوغ (عادت ماهانگی در دختران و احتلام در پسران) و راه‌های کاهش آسیب‌های روانی در این دوره به نوجوانان ارائه دهند.

هویت

در لغتنامه دهخدا واژه هویت این گونه بیان گردیده: "هویت عبارت است از تشخیص و همین معنی میان حکیمان و متکلمان مشهور است." و در فرهنگ فارسی معین به معنای هستی و وجود و آنچه موجب شناسایی شخص باشد تعریف شده است.

در فرهنگ جامع روانشناسی - روانپزشکی هویت بدین معنی است که: "خود اساسی و مستمر فرد" یا "مفهوم درونی و ذهنی از خویش به عنوان یک شخص؛ مثلاً هویت جنسی، قومی یا گروهی و ..." (فرهنگ جامع روانشناسی-روانپزشکی انگلیسی-فارسی، ۱۳۷۳).

تعریفی که دانشمندان علوم روانشناسی و روانشناسی اجتماعی از هویت دارند این است "مجموعه ویژگی‌هایی است که تفاوت فرد از دیگران یا شباهت او به دیگران را موجب می‌گردد که برای ساختن آن، عناصر زیادی مورد استفاده قرار می‌گیرد. هر شخص، برای به وجود آمدن تصویر ذهنی از خود، بر تفسیری که از واکنش‌های دیگر درباره خود دارد تکیه می‌کند (اتکینسون و هیلگارد، ۱۳۸۵؛ به نقل از کهندانی).

بنابر این پاسخ به پرسش "من کیستم؟" در حقیقت، همان "هویت" یا "خود" ماست. اگر توانستیم جایگاه خویش را در جهان هستی مشخص کنیم و به این پرسش‌ها که "از کجا آمده ایم و چه کاری باید بکنیم و سرانجام مان چیست؟" پاسخ صحیح دهیم، هویت ما شکل می‌گیرد و هرچه پاسخ ناقص باشد، هویت ما نیز به همان میزان، دچار نقص است.

اریک اریکسون بیان می کند: "هویت که نوجوان در صدد است تا به طور روشن با آن مواجه شود این است که "او کیست؟" نقشی که باید در جامعه ایفا نماید چیست؟ آیا او توانایی آن را دارد که روزی به عنوان یک همسر یا پدر و مادر باشد؟ آیا او احساس اعتماد به نفس و ارزشمندی دارد؟ (شرفی، ۱۳۸۰)

مارسیا (۱۹۹۶) مبحثی را تحت عنوان پایگاه هویت مطرح کرد تا مفهوم هویت مطرح کرد تا مفهوم هویت اریکسون را عملیاتی و قابل آزمون کند. در شکل گیری هویت، نوجوان دو روند اساسی را دنبال می کند بحران و تعهد. بحران یا جستجوی هویت دوره ای است که فرد درباره تقلید ها و همانند سازی های گذشته، انتظارات، نقش ها و سنت های اجتماعی پرسشگری می کند و در مورد علائق، استعداد ها و جهت گیری های خویش تأمل می کند. و نقش ها و آرمان ها و اشکال مختلف هویت را مورد آزمایش قرار می دهد. تعهد و تصمیم گیری نسبتا با دوام و با ثبات نسبی در زمینه های مختلف هویت و جهت گیری تلاش های فرد به سوی این تصمیم گیری هاست. (علی آبادی)

در نظریه روانی - اجتماعی اریکسون شکل گیری هویت با حل موفقیت آمیز بحران همراه است. همچنین برزونسکی هویت را «نظریه خود» یا «نظریه خود ساخته» نامیده است. شکل گیری هویت، ترکیبی از مهارت ها، جهان بینی و همانند سازی های دوران کودکی است که به صورت یک کل کم و بیش منسجم، پیوسته و منحصر به فرد در می آید که برای فرد، حس تداوم گذشته و جهت گیری به سوی آینده را فراهم میسازد (کروجر، ۲۰۰۰؛ به نقل از علی آبادی).

اریکسون به این باور است که شکل گیری و پذیرش هویت فرد، تکلیفی به طور کامل دشوار و اضطراب زاست. افرادی که به هویتی قوی دست می یابند، بحران هویت را تجربه کرده اند؛ همچنین افرادی که نمی دانند کیستند و یا چه هستند و به کجا تعلق دارند یا می خواهند به کجا روند؟ ممکن است از مسیر بهنجار زندگی، تحصیل، شغل و ازدواج کناره گیری کنند (شعاری نژاد، ۱۳۷۹).

هویت انواع مختلفی دارد که از آن جمله می توان به مباحث ذیل اشاره نمود:

هویت دینی: در این دوره نوجوان در مورد مسائل مرتبط با دین و مذهب دچار تغییراتی می شود.

هویت ملی: هویت ملی، فرایند پاسخگویی آگاهانه یک ملت به پرسش های پیرامون خود، گذشته، زمان، جایگاه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی و ارزش های برخاسته از هویت تاریخی خود است.

هویت فردی: در این دوره نوجوان به شدت با جنبه های مختلف هویت خویش روبرو می شود و آن ها را زیر سوال می برد. هویت خانوادگی: منظور از این نوع هویت، تعیین نسبت میان نوجوان و خانواده او (به عنوان یک گروه) است و اینکه چه پیوندهایی میان آن ها وجود دارد. کثرت ارتباط های نوجوان و والدین در درون نهاد خانواده که می تواند آن ها را به یکدیگر نزدیک تر و یا در مواردی دور تر نماید.

هویت فرهنگی: منزلت هویت فرهنگی همانند فرهنگ، ارجمند و در خور تأمل است؛ زیرا پیوند در میان نسل جوان و مشی زندگی، آداب و رسوم، هنر و سایر تعلقات از طریق معرفت و شناخت آن برقرار می شود (جعفری نژاد، ۱۳۸۷)

هویت جنسی: در این دوره که می توان آن را دوران بحران جنسی نیز نامید، نوجوان پس از آشنایی با هویت جنسی و نیز آغاز دوران بلوغ بهشدت به کنجکاوی در مورد جنسیت مخالف خویش خواهد پرداخت که در صورت نبود نظارت و راهنمایی صحیح می تواند خواستگاه بسیاری از مشکلات از جمله انحرافات جنسی شود و عوارض جبران ناپذیری برای نوجوان، خانواده و جامعه در پی داشته باشد که از جمله می توان به افسردگی، اختلالات رفتاری، خود کم بینی، گوشه گیری، و هنجار شکنی اجتماعی اشاره نمود (کهندانی، ۱۳۹۰).

بحران هویت

حفظ تعادل میان «وحدت با خود» و «حضور در تجربه باطنی دیگران» از نشانه های احراز هویت محسوب می شود. بر این اساس، هرگاه تعادل مذکور به هم خورده و حالت عدم توان میان آنها به وجود آید، نوعی اختلال یا بحران در هویت پدیدار می شود (نجفی علمی، ۱۳۸۹).

شاید بتوان گفت مهم ترین چالشی که در این دوره برای نوجوان ایجاد می شود، بحران هویت و عدم شناخت سوالاتی چون من چه کسی هستم؟ چه کسی باید باشم؟ است. بسیاری از افراد، هنگامی که دچار بیماری بحران هویت می شوند، احساس پوچی، از خود بیگانگی، تنهایی و غربت می کنند و حتی گاهی به دنبال هویت منفی می گردند. آثار بعدی بحران هویت را می توان در پدیده هایی همچون مسئولیت پذیری، دل زدگی و بی تفاوتی جستجو نمود (جعفری نژاد، ۱۳۸۷).

هنگامی که نوجوان هیچ راه برون رفتی از این بحران را پیدا نمی کند، خطرناک ترین راهی را که پیدا می کند، خودکشی است؛ زیرا بر اساس یافته های روان شناسی در نگاهی کلی تر به علل و خصوصیات مشترک خودکشی ها، در می یابیم افرادی که قصد خداحافظی با زندگی را دارند، کسانی هستند که به خوبی از خود، توانایی ها، زوایای گوناگون وجود خویش، جایگاه خود در زندگی، هدف از زندگی و در سیک کلمه «هویت فردی و اجتماعی خویش» غافل اند (جعفری نژاد، ۱۳۸۷).

به اعتراف همه صاحب نظران، جدی ترین بحران در طول زندگی انسان در خلال شکل گیری هویت او رخ می دهد و بحران هویت طبق تعاریف عبارت است از عدم توانایی فرد در قبول نقشی که جامعه از او انتظار دارد.

شخصی که فاقد یک هویت قابل قبولی باشد در طول زندگی با مشکلات بسیار زیادی رو به رو خواهد شد. چنین شخصی در درجه اول از حقیقت وجودی خود و استعداد و توانمندی هایی که دارد، آگاهی لازم را ندارد و در درجه دوم، از هدف خلقت و نقشی که در نظام هستی بر عهده اوست بی اطلاع است. در نتیجه، از تشخیص شیوه درست ارتباط با دیگران و برخورد با پیش آمد ها و نیز پاسخ به اصلی ترین پرسش های زندگی عاجز است. مجموعه این امور در نهایت، او را دچار سردرگمی در اغلب موضع گیری ها می کند. شخصی با این چنین ویژگی ها نمی تواند نقش مثبتی در زندگی ایفا کند. (کهندانی، ۱۳۹۰).

نشانه ها و پیامد های بحران هویت

* بی برنامه گی در زندگی: انسانی که دچار بحران هویت شده است، نمی تواند برای زندگی خود طرح و برنامه منسجمی تهیه کند.

* غفلت از فرصت ها: از جمله عوارض بحران هویت، بیهوده تلف کردن وقت و از دست دادن فرصت هاست. این افراد اغلب اوقات خود را به بطالت می گذارند.

* مسئولیت گریزی: فرد از خود بیگانه و دچار بحران هویت از پذیرش مسئولیت شانه خالی می کند. روشن است کسی که نتوانست پاسخی برای سوالات زندگی خود پیدا کند، در حقیقت انگیزه ای هم برای پرداختن به وظیفه خویش در قبال خود، جهان و دیگران نخواهد داشت.

* تقلید کورکورانه از دیگران: اغلب افرادی که به بحران هویت دچارند، دارای شخصیت بسیار منفعلی هستند. و اعمال و رفتار و ارزش های خود را بر اساس دیدگاه های دیگران تنظیم می کنند. روشن است در این حد اهمیت قائل شدن به داوری های معقول و غیر معقول دیگران و احساس خود کم بینی زمینه ای برای نفوذ اندیشه ها و ارزش های غلط بیگانگان است. و فرد بستر تسلط همه جانبه فکری و اقتصادی و فرهنگی بیگانگان را بر سرنوشت خود و جامعه خ با دست خویش فراهم می سازد (جعفری نژاد، ۱۳۸۷).

عوارض بروز بحران هویت

خانواده

خانواده هسته اولیه ی شکل گیری هویت فرد است و این امر از هنگام تولد فرد زمانی آغاز می شود که پدر و مادر با نام گذاری کودک خود، جایگاه یا موقعیت ویژه ای به فرزند خود می دهند. و با رشد تدریجی کودک طی چند سال، تعلقات خانوادگی او بیشتر و بیشتر می شود تا به نوجوانی برسد. در آغاز نوجوانی شخص می تواند به راحتی موقعیت خود را در میان خانواده خویش (هویت خانوادگی) و همچنین موقعیت خانواده خود را در جامعه تشخیص دهد و بر این اساس احساس تشخیص فردی و اجتماعی کند. هویت خانوادگی، در هر حال برای فرد به صورتی پایدار و دائمی و در تمام عمر وجود دارد.

از طرفی، اولین عامل و مهم ترین ابزار جامعه پذیری افراد یک جامعه، خانواده است. زیرا اجتماعی شدن افراد از خانواده شروع می شود. نوزادی انسان در خانواده رشد و نمو می کند و رفتار های اجتماعی، هنجار ها و ارزش ها را می آموزد و یاد می گیرد که چگونه با دیگران تعامل داشته باشد. بنابر این هویت انسانی در خانواده شکل می گیرد (آلدرمک، کلانک لی؛ ۱۳۶۹). حال اگر خانواده ای دچار اختلال و نابسامانی باشد و کارکرد و نقش اصلی خود یعنی تربیت و پرورش را از دست بدهد، فرایند جامعه پذیری به خوبی انجام نمی شود. در این وضعیت فردی که وارد عرصه های مختلف اجتماعی شده است دچار بحران هویت می شود و نمی تواند خود را با ارزش های پذیرفته شده ی جامعه هم نوا کند و نقش خود را به خوبی ایفا کند.

رسانه های جمعی

یکی از خاستگاه هایی که هنجار ها و ارزش ها از آنجا نشر و اشائه پیدا می کنند رسانه های جمعی مانند رادیو، تلویزیون و مطبوعات هستند.

وسایل ارتباطی با رشد چشمگیر خود، دنیای انسان را به یک دهکده کوچک جهانی تبدیل کرده اند. بنابر این وسایل ارتباطی تاثیر بسزایی در زندگی مردم دارند. آن ها می توانند اندیشه های جدیدی را در مردم به وجود آورند. گاهی اوقات گفته می شود که رسانه ها به اعمالی دست می زنند تا در ذهن مخاطبان رفتار ها تقریباً غیر ارادی شکل گیرد. این عمل را «خلسه ی رسانه ای» می نامیم. خلسه رسانه ای عبارت است از یک حالت القائی در هشیاری فرد که در آن حالت، فرد به تلقینات هیپنوتیزم کننده، با ایجاد تغییراتی در ادراک، تفکر و رفتار خود واکنش نشان می دهد. با دقت در این فرایند به خوبی می توان به نقش رسانه ها در تکوین یا بحران هویت پی برد (بخشایش اردستانی، ۱۳۸۲).

آموزش و پرورش

آموزش، که می توان آن را به ترتیب با پرورش به معنای اعم کلمه دانست. عملی است آگاهانه و انسانی، که فراتر از عوامل طبیعی یا غریزی عمل می کند و از این رو اثری معمولاً پایدار دارد. و مهم ترین رکن توسعه همه جانبه محسوب می شود. در نظام آموزش و پرورش مدرسه، بهترین جایی است که تجلی بخش مفاهیم ذهنی و نظری و تحقق بخش احساس مسئولیت اجتماعی است. نحوه ارتباط با آحاد جامعه، قانونمندی، نظم پذیری، انضباط، معنویت و اخلاق، صبر و گذشت و ایثار، محبت و عاطفه همه از واژگان مقدسی است که در این کانون اصلی تعلیم و تربیت تحقق می یابند. و معلم به عنوان سکان دار تعلیم و تربیت می تواند با رهنمود های خود نونهالان و نوجوانان این مرزو بوم را هدایت کند (ربانی، ۱۳۸۱).

دوستی و دوست یابی

انسان ها به عنوان بازیگران اجتماعی در صحنه تعاملات بین فردی در کنار یکدیگر حضور می یابند و اساساً موجودی اجتماعی است. این شرایطی است که هر یک از ساختار شخصیتی و هویت یگانه ای برخوردارند که کیفیت این روابط متقابل اجتماعی و مدیریت آن را تحت تاثیر قرار می دهد. در این رابطه این سوال مهم قابل طرح است: چه کسانی هستند که شما می خواهید به آنها تکیه کنید یا دوستان شما باشند یا اعضای خانواده شما باشند؟ شما خواهان دوستی های دیرپایی هستید به نحوی که بتوانید با آن دوستان اوقات خوبی داشته باشید. همه افراد خواهان اطرافیانی هستند که به هنگام داشتن مشکلات و گرفتاری ها به مثابه منبع آسایش و غنای فکری برای آنان بهره گیرند. به بیان دیگر افراد خواهان برخورداری از ارتباط با افراد اندیشه ورز از لحاظ هیجانی در مواقع بحرانی زندگی خود هستند.

به این ترتیب شخصیت و منش یک نوجوان یا جوان به نحو سازنده ای یا بطور معکوس بوسیله تاثیرات وارده بر توان های بالقوه شخصی او توسط افرادی که در اطراف او زندگی می کنند تحت تاثیر قرار می گیرند.

گروه همسالان و دوستان الگو های مورد قبول یک فرد در شیوه گفتار، کردار، رفتار و منش هستند. فرد برای اینکه مقبول جمع دوستان و همسالان قرار گیرد و با آنان ارتباط و معاشرت داشته باشد، ناگزیر از پذیرش هنجار ها و ارزش های آنان است در غیر این صورت، از آن جمع طرد می شود. از این رو، به شدت متأثر از آن گروه می شود تا حدی که اگر بنا باشد در رفتار فرد تغییری ایجاد می شود یا باید هنجار ها و ارزش های آن جمع را تغییر داد یا ارتباط فرد را با آن گروه قطع کرد.

تاثیر گروه همسالان، همفکران، همکاران و دوستان در رشد شخصیت افراد کمتر از تاثیر خانواده نیست چرا که فرد پس از خانواده، منحصر زیر نفوذ گروه قرار می گیرد. بدین روی، اگر فردی با گروهی از معتادان رابطه برقرار کند و با آنان دوست شود، به تدریج تحت تاثیر رفتار آنان قرار می گیرد و معتاد می شود. چون یکی از ملاک های قبول فرد توسط یک گروه و جمع، پذیرش فرهنگ آنهاست. در غیر این صورت گروه فرد را پذیرش نمی کند. و عواقب پذیرش نوجوان در گروه های نامناسب بسیار خطرناک بوده. در صورتی که آینده تحصیلی، شغلی و روابط اجتماعی فرد نوجوان را خدشه دار می کند. در این صورت، اگر نوجوانی از تعلیم و تربیت مقدماتی و صحیح خانوادگی محروم باشد و خانواده اش او را از مضرات و عواقب اعتیاد و دوستان ناباب آگاه نکرده باشند و در محیطی نامناسب زندگی کند و با دوستان ناباب نیز سرو کار داشته باشد، احتمال اینکه رفتار های پرخطر داشته باشد زیاد است (ستوده، ۱۳۸۲).

مهارت دوست یابی، نخستین پایه های شکل گیری هویت و برقراری ارتباط موثر اجتماعی با محیط اطراف محسوب می شود.

انتخاب صحیح دوست و یادگیری شیوه های صحیح دوست یابی از شاخص های مهم تشخیص سلامت روان در شکل گیری شخصیت افراد به شمار آمده و به عقیده اکثر کارشناسان حوزه علوم اجتماعی و روانشناسی گروه همسالان در پی ریزی و تکامل شخصیت فردی کودکان و نوجوانان مهم ارزیابی می شود.

نوجوانان به دوستان خود کاملاً اطمینان دارند و آنها را محرم رازهای خویش می پندارند. آنها مسایل و مشکلاتی که به دلایلی همچون: ایجاد فاصله سنی، عدم توجه والدین و یا ترس از آنها، نمی توانند با آنان در میان بگذارند با دوستان خود به راحتی در میان می گذارند و از آنها راهنمایی می خواهند.

بدیهی است که بهترین و شادترین لحظات زندگی نوجوانان اوقاتی است که با دوستان خوب خود، سپری می کنند. رفت و آمدهای سالم و دوستانه به نوجوانان شور و نشاط می بخشد و خستگیها و افسردگیهایشان را از بین می برد و غمهایشان را می زداید. همچنین همنشینی با دوستان باتجربه و عاقل، می تواند باعث ترقی و پیشرفت نوجوانان در امور مادی و معنوی بشود. بر عکس دوستان ناباب و ناشایسته نیز می توانند باعث سقوط انسان از بلندترین جایگاه به پست ترین مقام بشوند. پس نباید این نیاز ضروری در زندگی آنها نادیده گرفته شود.

به عبارت دیگر دوست یابی باعث شکل گیری تعاملات اجتماعی و کشف هویت اجتماعی نوجوانان خواهد شد. در صورتی که والدین مانع از رشد نوجوان در این مرحله شده یا به طور مستقیم در تصمیم گیری هایش دخالت کنند، شکل گیری هویت اجتماعی نوجوانان خدشه دار خواهد شد (ستوده، ۱۳۸۲).

لذا والدین باید به طور غیرمستقیم به شیوه دوست یابی و همانندسازی فرزندشان نظارت داشته باشند.

نتیجه گیری

نوجوانی و به تعبیری سن بلوغ و رشد هر فردی از مهم ترین مراحل زندگی است؛ چرا که افراد در این دوران سعی به یافتن هویت خود هستند و گویی شخصیت در آنها شکل می گیرد. اگر فردی در هویت یابی موفق باشد می توان انتظار داشت در دیگر مراحل زندگی هم به مراتب موفقیت کسب کند و اگر در این مهم به موفقیت نرسد بعد از این دوران نیز فردی آشفته و در گیر و گاهی با افسردگی هایی جدی همراه خواهد بود. و اگر به جای خود آگاهی و تشکیل هویت مثبت، دچار ابهام نقش شود، هماهنگی و تعادل او به هم می خورد و به بحران هویت دچار می شود بنابراین رشد و تکامل نوجوان وابسته به حل این بحران است.

عوامل متعددی از جمله رسانه ها، مذهب، گروه همسالان، مدرسه، خانواده و... در هویت نوجوانان نقش دارد. خانواده به عنوان عمده ترین نهاد اجتماعی، اولین نظام موثر بر نحوه رشد کودکان و نوجوانان محسوب می شود. در حقیقت پایه و اساس شخصیت فرد در خانواده پی ریزی می شود، ساختار خانواده تاثیر مهمی در رشد عاطفی - اجتماعی نوجوان دارد. رابطه پدر و مادر با دیگر فرزندان، نقش تعیین کننده ای در سلامت روانی نوجوان بر جای می گذارد. اگر این روابط بر اساس درستی استوار باشد می تواند نوجوان را در گذار از این مرحله ی دشوار، یاری رساند. برعکس، نامناسب بودن روابط خانوادگی، زمینه برای ایجاد مشکلات و انحرافات فراهم می گردد. و از آنجایی که بحران هویت موجب بروز اضطراب ها و ناراحتی های ذهنی در

نوجوانان می گردد شناخت راهکار های غلبه بر آن از اهمیت بالایی برخوردار است و اینکه اغلب بحران هایی که نوجوان به آن گرفتار می شود در دامن امن خانواده به آسانی قابل حل و فصل می باشد.

منابع و مراجع

- [۱] هدایت اله ستوده، (۱۳۸۲) آسیب شناسی اجتماعی، تهران: نشر آوای نور
- [۲] محمد رضا شرفی (۱۳۸۱)؛ جوان و بحران هویت، تهران، انتشارات سروش
- [۳] محمد رضا شریفی (۱۳۹۰)؛ آنچه یک نوجوان باید درباره بلوغ بداند. تهران، انتشارات سروش
- [۴] علی اکبر شعاری نژاد (۱۳۷۹). روان شناسی نوجوان. چاپ دوم تهران، انتشارات فاخر
- [۵] شولتز داوین (۱۳۸۶)؛ نظریه های شخصیت؛ ترجمه یوسف کریمی و همکاران، تهران انتشارات ارسباران،
- [۶] فریبا رضایی؛ مهرناز گلی (۱۳۹۴). بلوغ و بحران هویت در نوجوانی با تکیه بر قرآن کریم، مقاله دومین کنگره بین المللی تفکر و پژوهش دینی.
- [۷] جعفری نژاد، سید ابوالفضل (۱۳۸۷). بحران هویتی در جوانی و نوجوانی، ماهنامه زمانه؛ شماره ۶۷ و ۶۸
- [۸] شعاری نژاد، علی اکبر (۱۳۹۱). روان شناسی رشد ۲ تهران، انتشارات پیام نور
- [۹] نجفی علمی، محمود (۱۳۸۹). فناوری اطلاعات، نوجوان و بحران هویت، انتشارات ره آورد نور، شماره ۳۲
- [۱۰] آلدرمک، کلانک لی (۱۳۶۹). مبانی جامعه شناسی، ترجمه محمد حسین فرجاد و هما بهروش؛ چاپ دوم تهران، انتشارات همراه
- [۱۱] حاج حسینی، حسن (۱۳۸۱). بحران هویت؛ مطالعات راهبردی زنان، شماره ۱۷
- [۱۲] شرفی، محمد رضا (۱۳۸۰). دنیای جوان، چاپ ششم تهران؛ موسسه فرهنگی منادی تربیت
- [۱۳] اتکینسون، ریتا. ال و همکاران (۱۳۸۵) زمینه روان شناسی، ترجمه محمد تقی براهنی و همکاران؛ جلد ۱ تهران انتشارات رشد
- [۱۴] فرهنگ فارسی معین
- [۱۵] فرهنگ فارسی دهخدا