اهمیت والدین در زندگی

یکی از بحرانی‌ترین مراحل در زندگی هر فرد است. نوجوان در این مرحله از زندگی که دوران توفان و فشار روحی نیز نامیده می‌شود، تمایلات و خواهش‌های متضادی دارد و خودخواهی کودکانه‌اش را با نوع پرستی خیرخواهانه‌ای در هم می‌آمیزد.

با اینکه نوجوان می‌خواهد با دوستان خود باشد، علاقمند به تنهایی نیز هست. وقتی فرد به دوره بلوغ می‌رسد، مثل این است که فرد دیگری با خصوصیات بدنی و روانی متفاوتی در او حلول کرده است.

نوجوانی با تغییراتی جسمانی آغاز می‌شود که در دختران در سنین ۹ تا ۱۲ سالگی و در پسران از ۱۱ سالگی به بعد بروز می‌کند. این تغییرات با افزایش وزن و قد همراه است. رشد بدنی سه چهار سال طول می‌کشد و اوج آن در پسران ۱۴ سالگی و در دختران ۱۲ سالگی است.

وقتی فرد به دوره ی بلوغ می‌رسد، مثل این است که فرد دیگری با خصوصیات بدنی و روانی متفاوتی در او حلول کرده است.

قبل از بلوغ تغییرات جسمی در هر دو جنس پسر و دختر تقریباً یکسان است و ساختار بدنی پسران و دختران جز در اختلاف‌های اولیه جنسی، شبیه یکدیگر است، اما با آغاز بلوغ تفاوت‌های اساسی در هر دو جنس ظاهر می‌شود. به تدریج غدد جنسی فعال می‌شود و هورمون‌ها و مواد شیمیایی تولید می کند که آن مواد وارد جریان خون می‌شود و تحریکات خود را به تمام بافت‌های بدن می‌رساند. ورود این مواد شیمیایی نه تنها تغییراتی در ظاهر بدن به وجود می‌آورد، بلکه موجب تغییراتی در ساختار شخصیتی و روانی نوجوان نیز می‌شود. البته این تغییرات در تمام نوجوانان یکسان نیست.

غیر از عوامل جسمی، عوامل اجتماعی نیز در تغییرات بلوغ تاثیر دارد. عادات تغذیه، توجه به سلامت بدنی و نوع فعالیت‌ها در جوامع مختلف متنوع است و موجب تسریع یا تاخیر بروز بعضی صفات در نوجوانان می‌شود.

دختر تنها

تغییرات شخصیتی

بلوغ تغییراتی را در کل شخصیت نوجوان ایجاد می‌کند که عبارت است از:

- بخش عاطفی شخصیت به سرعت گسترش می‌یابد و کل شخصیت او را فرا می‌گیرد.

- حیات روانی که کم و بیش آشکار و در اعمال و افعال مختلف بروز می‌کند، درونی می‌شود.

- رفتار به سرعت فردی و شخصی می‌شود حالت هیجانی در دوره ی بلوغ غنی‌تر شده و گاهی به صورت حساسیت و زود رنجی در می‌آید. توجه و دقت نوجوان نسب به بدن خود بیشتر شده، حجب و حیا در او ظاهر می‌شود و نشانه آن است که تماس با دیگران برای نوجوان دشوار است.

تغییر و چندگانگی علایق و عقاید و میل به بحث در نوجوانان زیاد می‌شود که مقدمه‌ای برای پختگی عقلی است. مخالفت با نزدیکان مخصوصاً با اعضای خانواده به صورت‌های مختلف بروز می‌کند. این مخالفت با والدین، نشانه‌ای از میل به تشخص‌طلبی است و نوجوان به این وسیله می‌خواهد خود را نشان دهد و از دیگران جدا سازد.

نتیجه برداشت غلط

از آنجا که تغییرات بلوغ برای نوجوانان مبهم و مرموز است و هر گونه برداشت غلط و اطلاع ناقص ضربات جبران ناپذیری به آنان می‌زند، والدین موظف هستند نوجوان خود را از وقوع این تغییرات آگاه سازند.

نوجوانانی که اطلاع قبلی از تحول بلوغ نداشته و تنها شایعات و کنایات مبهمی را در این باره شنیده باشند، نه تنها آشفته و پریشان می‌شوند، بلکه اغلب وحشت می‌کنند. اگر والدین روش سکوت را انتخاب کنند، تحولات بلوغ برای دختر و پسر به صورت عملی ترسناک جلوه می‌کند و موجب ترس، کناره‌گیری و احساس غیرعادی بودن در آنها می‌شود و در نهایت به اعتماد و اطمینان بین نوجوان و والدین صدمه می‌زند.

سکوت والدین، نوجوان را به منابع دیگر کسب اطلاعات یعنی همسالان، کتاب، فیلم و سی.دی‌ها می‌کشاند. در این صورت به انتخاب مطلوب‌ترین منبع نمی‌پردازد و اطلاعاتی ناقص و گاهی نادرست کسب می‌کند و ممکن است نوجوان را با مشکلات بدنی و روانی مواجه سازد.

پدر و پسر

امروزه نوجوانان از هر طرف با وسایل ارتباطی و مطالب هیجان‌انگیز بمباران می‌شوند و طبعاً در جست‌وجوی فهم و درک خویش و تغییراتی هستند که در آنان ایجاد شده و می‌شود. وظیفه ی والدین کمک به نوجوانان در روشن کردن فرایند بلوغ و راهنمایی آنان در جهتی است که به رشد مطلوب و همه جانبه‌شان بینجامد. هر گونه سهل‌انگاری از طرف والدین، نوجوانان را به سمت دیگری برای کسب اطلاع و راهنمایی خواهد کشاند و چه بسا آن اطلاعات و راهنمایی‌ها نتیجه مطلوب ندهد و به اشکال یا انحراف در رفتار نوجوان منتهی شود. شانه خالی کردن از این وظیفه مشکلات فراوانی را برای نوجوان ایجاد می‌کند. والدین

نمی‌توانند مسئولیت خویش را نادیده بگیرند و تمام گناهان را به گردن نوجوان بیندازند. راهنمایی به موقع می‌تواند از بسیاری از مشکلات جلوگیری کند یا از شدت آنها بکاهد.