

علم نفس المراهق

تمهيد

من المهم الإشارة إلى أن دراسة المراهقة كمرحلة عمرية هامة هي حديثة جدا مرتبطة بجملة تغيرات المجتمع المعاصر، و هو ما جعل من هاته المرحلة تحمل أبعاد مختلفة كبيرة لأنها مرحلة إنتقالية بين الطفولة و الرشد (الشباب) تشكل حجر الزاوية في تشكيل وجدان كل شاب و فتاة ، و لأنها كذلك فهي مرحلة خاصة جدا لها سمات خاصة ايضا تتمثل في ثورة على الوضع الحالي ، انتقال من الطفولة إلى عنفوان الشباب و تمرده.

المراهقة مرحلة حرجة لما يتخللها من تقلبات لها بالغ الاثر في مرحلة لاحقة و إذا كان من السهل تحديد بدايتها "البلوغ الجنسي" فمن الصعب الإتفاق على نهايتها.

I - النمو الجسمي للمراهق

1. البلوغ

البلوغ هو تلك الفترة التي تتميز بنضج الوظائف الجنسية و ظهور الخصائص الجنسية الثانوية و بدفع قوي للنمو و تقتزن بجملة من المتغيرات المورفولوجية (الشكل - المظهر الجسم الخارجي).

ترداد قامة المراهق بـ 20 % و الوزن بـ 75 % أو 100 % في بعض الحالات ليصل المراهق لإكتساب تام لقامة الراشد. نمو الهيكل العظمي مؤشر للبلوغ حيث تتحول العظام تدريجيا لعظام قوية و صلبة بعد أن كانت غضروفية

و يبدو ذلك واضحا لدى الأنثى (11 سنة) و الذكر (13 سنة "Os sésamoïde").

أما نمو الخصائص الجنسية الثانوية يتضمن ظهور شعر العانة و الأبط (الجنسين). نمو الثديين (الأنثى). نمو الأعضاء التناسلية (الذكر).

بالنسبة للإناث

يعتبر جل المختصين أن ظهور شعر العانة يمثل أولى مظاهر النمو لدى الأنثى حيث يكون متبوعا بنمو الثديين و نمو شعر الإبط في مرحلة لاحقة.

يمكن وجود إستثناءات فيكون ترتيب النمو على غير هذا الترتيب.

نمو شعر في العانة كأولى علامات بلوغ 53%

نمو شعر العانة و نمو الثديين (معا) كأولى علامات بلوغ 18%

لم يكن نمو الشعر بالإبط أو العادة الشهرية كأولى علامات بلوغ إطلاقاً و يقر علماء النفس الفيزيولوجي أن المعدل العمري لظهور العادة الشهرية يتحدد عموماً في سن 13 سنة و عند ظهورها تكون الفتاة قد تجاوزت الدفع القوي للنمو.

بالنسبة للذكور

نمو الأعضاء التناسلية كأولى علامات بلوغ 41%
نمو الأعضاء التناسلية و الخصيتين معاً كأولى علامات بلوغ 53%
نمو الحنجرة (تغير الصوت) لا يتم إلا بعد الدفع القوي للنمو

ملاحظة

التفاوت في ظهور الأعراض لا يخضع فقط لعامل الترتيب إنما يخضع كذلك لعامل السن فقد بينت الدراسات الحديثة أن ظهور الشعر في العانة و نمو الثديين يمكن أن يتم في حدود (8-9 سنوات) كما يمكن أن يتم في حدود (13-15 سنة).
أما إكمال نمو الشعر في العانة و نمو يتم في حدود (11-12 سنة) و عند البعض الآخر في (17 سنة).

العادة الشهرية تظهر بصفة متقدمة في (10 سنوات) على أنها تظهر في أقصى حالات التأخر (16-17 سنة).
تختلف فترة نمو الوظائف من فرد إلى آخر فنمو الشعر في العانة يمكن أن يدوم (3.5 سنة) و الثديين (3 سنوات) على أن التفاوت يتراوح بين (1-6 سنوات).
يعتبر علماء النفس الردود المتصلة بعملية بلوغ الوظائف ترتبط بجملة من العوامل (السن، المعاني الثقافية، نظرة المحيط الأسري) فنطلق عبارة "البلوغ المبكر" على ظهورها في سن الـ 8 سنوات عند الأنثى و الـ 9 سنوات الذكر أما "البلوغ المتأخر" فحدد بـ 13 سنة بالنسبة للأنثى و 15 سنة بالنسبة للذكر.

2. الآثار النفسية للبلوغ

الاختلاف في سرعة النمو له تأثير نفسي يختلف عند الجنسين

أ - الفتيات و البلوغ

ظهور الأعراض البلوغ بصفة مبكرة جداً لدى الفتاة يمكن أن يقترن بجملة من المشاعر و الأحاسيس السلبية و خصوصاً عندما لا تنهيها لها الاسرة من قبل فتكون الأوجاع و الآلام الجسمية المرتبطة بذلك حادة و قوية.

أما البلوغ المتأخر يترتب بجملة من الصعوبات الجسمية كالشعور بعدم الرضا عن الذات مقارنة بغيرها و إحساس بالنقص و الخوف من إحتمال إصابتها بمرض يآثر على قدرتها الإنجابية.

يرتبط الإنطباع عن تلك الفترة بمدى تفتح المحيط الإجتماعي و الأبوين من حيث إعدادهما للبنى جيدا للدخول في تلك الفترة.

إضافة لدور المدرسة و المؤسسات الصحية و الإجتماعية و كثيرات هن النساء اللاتي لازلن يحتفظن بذكريات مؤلمة بعد مرور عشرات السنين نظرا لأنهن فوجئن بها دون إعداد مسبق. - للعادة الشهرية و تناسق الجسم معاني تلعب دورا كبيرا في صبغ التجربة فكثيرات يمررن بتلك التجربة بسلام مما يقوي مشاعر الرضا عن الذات حيث يمثلون علامة نضج للأنثى فتتحول لوضعية "الأم المستقبلية" فتحتل بذلك مكانة إجتماعية جديدة.

ب - الفتيان و البلوغ

بالنسبة للذكور عادة ما يتم النشاط الجنسي بصفة فجئية و هو مؤشر على قدرة الإنجاب و يتعرفون على ذلك من خلال المطالعة و ليس للكبار اي دور في ذلك و يعايش المراهق الحدث بشيء من التذبذب تشوبه بعض المشاعر الإيجابية (الإثارة + المتعة)، و مشاعر سلبية (الخوف من الإخصاء + شعور بالذنب).

يلعب العنصر الفجائي دوره لكن الحدث يبقى شخصا جدا محفوفا بالصمت و الخوف من تطارحه، غير أن المراهق يمكن أن يخوضه مع الأقران في جو من المرح يقلص القلق و يقوي الإنتماء للمجموعة.

تبقى عموما صورة الجسم عند المراهق إيجابية و يتكيف مع جملة المتغيرات الجسمية بصفة سليمة.

ج - المراهق و التغيرات الجسدية

* يتجانس الجنسين في دراجة الإهتمام باللياقة البدنية، يتميزان في تقدير الكفاءة فالإناث يقررن بضعف الكفاءة في حين يقدّرن جاذبيتهن الجسمية (يظهرن أقل رضا تجاه المظهر الجسدي) و هذا الاختلاف راجع لإعتبارات ثقافية تدفع الفتاة للإهتمام و التركيز على الجمال و الجاذبية و يبدين حساسية ضد اي حد من التمايز عن المعايير الجمالية، أما الذكور فيركزون على المردودية فكلما تطورا في مكتسباتهم كان إدراكهم لمظهرهم جيدا جدا.

* زمن البلوغ بالنسبة للذكور يختلف عن الإناث فكلما كان متقدما كانت الفكرة عن المظهر الجسدي إيجابية أما تأخره فينعكس بالسلب على درجة الرضا عن النفس و مؤشرات النمو لديهم و الجاذبية تتمثل في (نمو الشعر في الوجه و كامل الجسم + نمو القامة) فيمثل المرور

للمظهر الجسمي عامل مهم يتيح تفعيل طاقة المراهق البدنية و الرياضية، كما يحظى بتقدير جيد من المحيط (بيدي الراشدون و الأقران أكثر إحتراما له و تبدي الإناث أكثر إهتماما به). أما بالنسبة للأنثى فالصورة تكون أقل وضوحا فهي لا تركز على اللياقة البدنية إنما على المظهر الجسمي بالأساس فالنمو الجسمي لا يعتبر مؤشرا عن الرضا عن الذات، فالنضج البيولوجي يمنح الفتاة مظاهر إيجابية و سلبية و للثقافة تدخل في ذلك فزيادة الوزن مثلا هي مؤشر سلبي خوفا من إمكانية الإصابة بالسمنة مما يجعلها تتبع حمية. الفتيات اللاتي يحدث لهن البلوغ بصفة مبكرة يحملن إنطبعا سلبيا عن جاذبيتهن (غياب التناسق الجسمي + زيادة الوزن) و كذلك النضج الإجتماعي لا يتوازي مع النضج الجنسي علاوة على القلق الذي يعتري المحيط القريب إجتماعيا و خصوصا العائلة حول مظاهر البلوغ المبكر و عن مطالبته المبكرة بالإستقلالية و الحرية و التي قد تتناولها العائلة بالنقد مما يؤدي لنشوء نزاع بينها و بينهم. عموما توجد إرتباطات إيجابية بين درجة الإحساس بالجاذبية و المردودية الجسمية و درجة تقدير المراهق لذاته.

3. وظائف الجسد لدى المراهق

يمكن الإنطلاق من مقولة هايم جينوت "يكون المراهق كالأعمى في محيط تغيرت أبعاده"، فعلماء النفس يعتبرون المراهقة "ولادة جديدة" و هي ولادة عسيرة فهي تضع المراهق في مواجهة مباشرة مع الذات و مع الآخرين في مسار تأسيس هوية أصلية و متميزة من خلال دراسة وظائف الجسد تم الإهتمام إلى (04) أربعة وظائف.

أ - الجسد مصدر للهوية (source d' identité)

من المتعارف عليه أن صورة الجسد التي تتأسس أثناء مراحل النمو الأولى تمثل عنصرا أساسيا في تأسيس الشخصية لدى الإنسان و تتم العملية بنسق بطيء و ثابت إرتباطا بالنمو الجسمي الثابت و البطيء فيسمح للطفل بتأسيس صورة له (صورة لذاته متدرجة و هادئة). شمولية و عمق و سرعة التحولات الجسمية للمراهق تؤدي به لفقدان ظرفي للمعايير الجسمية المألوفة أو على حد عبارة فرويد "الغربة المجهولة". يتعرض المراهق شبه تفكك الشخصية نتيجة فقدان المعايير المألوفة. يتخلص المراهق من هاته الوضعية تدريجيا عبر دمج كافة التعديلات الجسمية الجديدة وفق وظائف متكاملة بحيث تكون نظرات الآخرين المطمئنة أساس أساس الدمج و إلا تحولت الغربة لإحساس بالذنب.

ب - الجسد ركيزة نرجسية (Un Support Narcissique)

تؤدي التغيرات إلى نوع من الإنطواء على الذات فيهمل المراهق العلاقات القوية مع (الصورة الأبوية) مع ما يصاحب ذلك من نبذ للنماذج التمثيلية الأبوية و الإنشغال الحقيقي بالوظائف الجنسية و بذلك يصبح الجسد موضع للإعجاب و الإستثمار النرجسي مفعم بالقلق حيث لا يزال الجسد متغير لم يثبت بعد إضافة لردود فعل المحيط الخارجي الغير متجانسة إزاء النشاط الجنسي المتنامي للمراهق، و هو ما يفسر عادة الوقوف المتكرر أمام المرأة فكل نقيصة أو عيب تدفعه لمراجعات جديدة من خلال تفحص نظرات الآخرين لعلها تخفف أثرها.

ج - الجسد حامل للأنثى المثالي (Porteur de l'idéal du Moi)

عادة ما تكون العلاقات الأبوية الدرع الواقي من الأخطار الحرجية للطفل و مصدر لتأسيس الهوية و يتم ذلك بطريقة سليمة إذا كان الطفل محبوبا (علاقة وجدانية مثمرة). الأبوين عادة ما يكونان مصدرا للفخر و الإعتراف لكن بمجرد دخول المراهق في علاقات مع الجنس الآخر (مهما كانت طبيعتها) يتخلّى عن الصور الطيفية و النماذج الأبوية كأساس للتمثّل و لتعويض هذا النقص يلجأ للبحث عن تمثّلٍ خارجية لتقوية الأنثى و عادة ما يجدها في (الأصدقاء، المشاهير و الفنّانين). هذه المرحلة تنسم بالإتجاه "لعالم الفن" كمصدر للتمثّل الجسدي و هو ما يحوّل الجسد لأنثى مثالي مما يفترض معايير جمالية قاسية قد لا يستطيع المراهق الإستجابة لها مما ينعكس سلبا بالإحساس بعدم القبول و الرضا عن النفس.

د - الجسد وسيلة انفتاح على العالم الخارجي

النمو الضخم للجسد (الوزن و الطول) يؤدي لتغير إدراك المراهق للعالم "يصبح العالم صغيرا جدا" و تتغير أنماط علاقته مع الآخرين فمكتسباته الجسمية الجديدة تضاهي وزن العالم بنظره.

حاجة المراهق لإعتراف الآخر بقدراته الجسمية و الذهنية لتحقيق بعض الرضا و تننزل المجادلات التي عادة ما يدخل فيها الشاب في هذه المرحلة العمرية ضمن إطار فرض الذات (إقتلاع إعجاب الآخر + عشق نرجسي للذات) يشبه تفكير الطفل حول مركزية الذات مما يسمح للأنثى المحورية بأن تنضاف للعشق النرجسي للذات.

البحث عن نضريات للتقليل من "الحيرة الوجودية" كالبحث عن أصل الحياة و مصير الإنسان بعد الموت فتراه تارة يدافع و يتحمس لفكرة و تارة لثانية لإكتشاف خطأ بالأولى. هذا التذبذب ينعكس من خلال مظهره الجسمي (الحركات و الإرتسامات الوجهية التي تعكس الحيرة).

* تفاعل المراهق مع الكهول محفوف بالإرتباك و التردد خوفا من إرتكاب حماقة.
إنتشار البثور بالوجه تعكس جملة الإنفعالات و نتيجة للتفسير الشعبي يسعى المراهق لتحقيق أنشطة جنسية حقيقية (اللجوء للسلوك الإستئمائي ليخفف من أثرها).
* الحلاقة عنصر أساسي في مظهر المراهق و تأخذ شكلا يقطع مع الحلاقة الطفولية يرسخ انتماءه لجماعة الرفاق.
الملابس عنصر أساسي في مظهر المراهق حيث يرتدي ملابس تبرز محاسن الجسد و تخفي عيوبه في نفس الوقت و هو ما يدفعه لإرتداء (النظارات، القبعات و غيرها من الأكسسورات).

4. السلوك الجنسي للمراهق

أ - النشاط الاستئمائي (Masturbation)

يتدفق النشاط الجنسي بشكل مفاجئ لنهي بذلك الهدوء و الاستقرار الذي كان ينعم به (الطفل) فتظهر عدة علامات من قبيل انتصاب القضيب المفاجئ للذكر و العادة الشهرية للأنثى.
عادة ما يبرر النشاط الجنسي من خلال النشاط الاستئمائي الذي يتخذ طابع طيفي يحقق من خلاله المراهق غزواته العاطفية في مستوى خياله و يمهد للبحث عن نشاط جنسي حقيقي.
يسمح الإستئماء للمراهق من التثبث من سلامة أعضائه و قدرته الجنسية و ظهور هاته المرحلة لدى المراهق بشكل متأخر مؤشر على تكون شخصية متصلة تتخذ من السلوك التزهدي و تقليص المساحة الاجتماعية آلية حمائية تجاه الطاقات الجنسية المتدفقة كما أن المبالغة في النشاط الاستئمائي تعكس صعوبات توافقية (عدم القدرة على ضبط النفس) كما تثير هاجس الخوف من الإخفاء.

المعاملة المتصلبة مع النشاط الاستئمائي يمكن أن تقوي الشعور بالذنب و تثير الرهبة من الدخول في علاقات جنسية حقيقية (تجنب النشاط الجنسي الغيري و الإنخراط في نشاط جنسي مثلي).

ب - السلوك الجنسي الغيري (Hétérosexualité)

يلاحظ عند المراهق بصفة متأخرة القيام بمغامرات عاطفية تعكس رغبته في الدخول في منافسات مع أنداده وتحقق إنتصارات يثمن بها "الأنا" لديه.
تردد المراهق في استعمال الواقيات الجنسية يسبب تقشي الأمراض الجنسية أو الحمل المبكر و هنالك جهل باستعمالها رغم وجود نشاط شبه منتظم لدى فئة معينة من المراهقين هو ما

يفسر بغياب خطة إعلامية حول الصحة الإنجابية و غياب النضج الاجتماعي و النفسي و الصمت حول هذا السلوك الاجتماعي.

بحث المراهق عن الطابع الرومنسي و المغامرة و غياب الانضباط و رفض الخضوع للقواعد الاجتماعية و البحث عن الأصالة هي جملة الخصائص النفسية و الاجتماعية التي تفسر رفض الخضوع للقواعد الصحية و الاجتماعية و الدينية.

على الرغم من تطور مستوى التمثل الاجتماعي لهذا النشاط و التحسيس بالنشاط الجنسي الغير المؤطر فإنه لا بد من مجهود إضافي للوصول لنتائج مطمئنة فإن 1/4 المراهقين يجهلون الأمراض المنقولة جنسيا كالسيدا (فقدان المناعة المكتسبة) و قليل منهم لديه معلومات ضافية عن الوسائل الوقائية و وسائل منع الحمل، تبقى فئة المراهقين أكثر الفئات التي يجب حمايتها لأن تقديرها للأخطار غير مؤطر.

II - النمو الذهني لدى المراهق

يكون النمو الذهني عند المراهق تدريجيا و منتظما عكس النمو الجسمي.

1. إزدياد قابلية التعميم

هي إحدى الصفات البارزة للعمليات الذهنية و التي ستصبح سمة تفكير الراشد أي قابلية التعميم لأصناف التفكير التي تتسم بالسعة و الشمولية و هو ما أظهرته "الدراسات الطولية" فكلما كان الطفل صغير السن ركز على الأشياء في مستواها الحسي و يتجه للمستوى الإدراكي كلما تخطى فترة المراهقة.

يتأثر إدراك الفرد بنموه العضوي الفسيولوجي العقلي الانفعالي الاجتماعي، ولهذا يختلف إدراك المراهق عن إدراك الطفل لتفاوت مظاهر نموها، فمدى إدراك الطفل للأصوات المرتفعة والمنخفضة، يختلف عن مدى إدراك المراهق لهذه العتبة الصوتية.

كما أن المراهق أقوى انتباها من الطفل لما يدرك و يفهم، وأكثر ثبوتا واستقرارا في حالته العقلية، وترتبط هذه الناحية من قريب بتطور قدرة الفرد على التركيز العقلي والانتباه الطويل، وهكذا فإدراك الفرد يتطور من الطفولة إلى المراهقة ، فيمتد في المستقبل، و يتسع في المدى، و يعلو في المستوى، ويهدأ بعد تحول و تقلب و يستقر بعد تذبذب و تشتت، فيؤثر ويتأثر بمظاهر النمو المختلفة و يتفاعل معها.

2. إزدياد قابلية التفكير المجرد

بالتقدم أكثر في فترة المراهقة يتجاوز المراهق النطاق الحسي إلى الشكل التجريدي و يظهر ذلك في القدرة على التعامل ببسر مع مواد تتطلب الرموز بدل "الجوانب الحسية" و تتجسد

قابلية التجريد في الباعدين الكمي و الكيفي عادة في سن (16 - 18 سنة) حيث يناشد المراهق القيم و يبحث عن المفاهيم.

لاشك أن للانتقال من النمط المشخص في التفكير إلى النمط المجرد يمثل تحولا نوعيا كبيرا في تفكير الناشئ، وتتميز هذه المرحلة في نمو التفكير عند "جون بياجى" بالخصائص التالية:

التمييز بين الواقع والممكن
القدرة على استخدام الرموز للتعبير عن رموز أخرى
القدرة على الربط بين المتغيرات

3. إزدياد قابلية إدراك مفهوم الزمن

تتمثل في توقع المستقبل و التخطيط و ثبت أن أغلبية الأطفال لا يدركون فكرة الماضي المجرد لمفهوم الماضي التاريخي حتى سن الـ 13 سن. التخلص الحاضر من الحسي اثناء مرحلة المراهقة.

الأطفال في سن الطفولة المبكرة يعيشون في الحاضر وحده ثم يتطور مفهوم الزمن عند الطفل. وإدراك المدة وديمومة الزمان درسها عالم النفس الشهير «جان بياجى» وذكر ان القدرة على تقدير طول حادثة ما في حدود ثواني الساعة المعيارية تنمو أول ما تنمو في الأطفال الذين هم في سن السادسة والسابعة وتستقر جيدا في سن الثامنة. والسبب في ببطء تكون مفهوم الزمن عند المراهقين لأنه من المفاهيم المجردة ويحتاج إلى قدرة عالية على الاستدلال وعلى نمو بعض المفاهيم الأخرى، لذلك يحتاج إدراك مفهوم الزمن إضافة الى النمو في العمر، النمو في الخبرات التي يستمدّها من حياته الخاصة في البيت والمدرسة.

ثلاثة مظاهر لوعي الإنسان بالزمان:

الإحساس بزمان اليوم

إدراك المدة الزمنية أو ديمومة الزمان

امتداد الوعي خلال الزمان في الماضي والمستقبل عن طريق الذاكرة والتوقع

III - النمو الإجتماعي لدى المراهق

الإنسان إجتماعي بطبعه ميل للتجمع و الإنصهار في المجتمع أو على حد عبارة المؤرخ عبد الرحمان ابن خلدون "الإنسان مدني بطبعه".

* المراهقة مرحلة جديدة يتم وفقها الانخراط في الجماعة التي يريد المراهق الانضمام لها فتراه يسعى جاهدا لنيل قبول الانضمام عبر لفت الانتباه و عادة ما يكون لجماعة الرفاق بليغ الأثر و الذي يفوق تأثير الوالدين و المدرسين.

* تحول القيم الأخلاقية و المثل العليا الجديدة إلي مبادئ عادية في مسيرة حياة المراهق و على الرغم من عدم وجود الرقيب الخارجي لسلوكه و رغم صعوبة التقطن لما قد يقوم به المراهق لكنه يحجم عن الإخراط في عديد الأشياء و ذلك راجع لتأنيب الضمير و محاسبة النفس حيث يصبح الرقيب الداخلي هو رقيب سلوكه و بفضلله يستطيع المراهق التمييز بين ما هو سليم و غيره لكنها لا تكون شاملة و عامة فالمراهق الذي لا يسرق قد يكذب. إن الفروق في السلوك الأخلاقي بين المراهقين ترجع لعوامل ثقافية و إجتماعية فمواقف الأسرة من الإستقلالية تختلف باختلاف المستوى الإقتصادي و الإجتماعي و بطبيعة الإجراء العقابي عند إختراق القواعد الإخلاقية من قبل العائلة.

* رغم الإدراك العقلي لكن الإنفعالات و الدوافع هي التي توجه الطفل في فترة المراهقة لكنه في المقابل يتقبل التوجيه من الراشدين عند وجود رابطة حب و إحترام و الحوار قادر على حل ما لا تستطيع الإجراءات الجزرية حله.

IV - الصعوبات النفسية و الإجتماعية للمراهق

1. اضطراب السلوك الغذائي للمراهق

أ - فقدان الشهية العصابي (Anorexie mentale)

فقدان الشهية العصابي أو القهم العصابي هو رفض المراهق لمظهره الجسمي الجديد خصوصا في غياب التناسق الجسمي. يعرف عن من يعانون من اهاته المشكلة أنهم يتحكمون بأوزانهم عن طريق تجويع أنفسهم طوعيا، ممارسة الرياضة بشكل مفرط، و عادة ما يصيب بشكل رئيسي المراهقات لعدم الرضا عن شكل الجسم و هروبا من هاجس الإصابة بالسمنة، في المقابل نجد أن ما يقارب 10 ٪ من المصابين به هم الذكور.

ب - النهام العصابي (La boulimie)

النهام العصابي هو نوع من أنواع اضطرابات الاكل يتمثل الإفراط في الأكل كرد فعل عدائي رمزي فتكون المادة الغذائية مصدرا لإفراغ تلك الطاقة العدوانية و ذلك لعدم قدرتهم على البوح بتلك الطاقة العدوانية مما يولد لديهم تحقيرا للذات. يصاب المراهقون الذين يعانون من النهام العصابي بنوبات نهم لان الطعام يمنحهم شعورا بالعزاء. ولكن الاكل المفرط يعطيهم شعورا بانهم خرجوا عن السيطرة. بعد انهائهم لنوبة النهم، يشعرون بالخزي والعار، يتملكهم شعور بالذنب والخوف من الزيادة في الوزن.

2. الإضطرابات الجسمية للمراهق

الشكاوي الجسمية تعبر عن حالة إكتئاب مقنع أي أن الحزن و القلق الوجداني يظهر في شكل أوجاع جسمية في الغالب هي وهمية لكنها تغبر عن حاجة المراهق للرعاية الأسرية. الإضطرابات الجسمية للمراهق هي آلية دفاعية يقوم بها العقل الباطن للمراهق كطلب للمساعدة النفسية و تحدث مثل هاته الإضطرابات نتيجة غياب التواصل الأفقي بين الأطفال و الآباء وحيث تكون عملية التواصل مبنية فقط على ثنائية "الأوامر و النواهي".

3. إضطراب السلوك الإجتماعي للمراهق

قدمت نظريات علم النفس المختلفة تفسيرات متنوعة للاضطراب السلوكي فنظرية التحليل النفسي ترى ان الاضطرابات السلوكية تنتج من الصراعات المكبوتة التي تستقر في اللاوعي والتي تسعى الى الظهور ولو بشكل خفي مستتر وان التعبير عن وجود مثل هذه الصراعات قد يأخذ شكل الاضطراب السلوكي حيث يفسر سلوك المراهق على انه محاولة منه لفرض السيطرة على غيره والدافع الى ذلك هو الرغبة في تحرير نفسه من الشعور بالنقص سواء كان هذا النقص حقيقيا او متخيلا.

عادة ما تكون بداية مثل هاته الإضطرابات بنزوع المراهق إلي العنف و يتجسد ذلك في القيام بالألعاب خطيرة و المغامرات لإثبات الذات و القدرة.

إن إنخراط المراهق في مجموعة الرفاق هو شيء صحي بدرجة أولى لأن المراهق من خلال تعامله مع رفاقه يتدرب على الأدوار الإجتماعية التي هو بحاجة لها عندم يكبر و فيها أيضا تدرب على الإستقلالية و الإعتماد على النفس و تقبل الآخر لكن متى تبنت مجموعة الرفاق قيم مضادة للمجتمع و بناء ثقافة فرعية تعتمد على العنف بالأساس قد يجعل المراهق ينساق في مثل هاته السلوكات.

V - التفاعلات المدرسية للمراهق

إضافة للوظيفة البيداغوجية للمدرسة فهي فضاء تفاعل و إختبار لقدرة المراهق على إستبطان فكرة "النظام" بمعناه الإجتماعي، و قدرته على العطاء و تمثّل محرارا لقياس مدى سلامة النمو النفسي و التكيف الإجتماعي فالمراهق يجلب معه التصورات الأسرية و الاجتماعية و يجسدها في المدرسة فنلاحظ:

تخلص المراهق من اللعب الطفولي و إتجاهه نحو هوايات و أنشطة لتجسيم اتجاهاته الفنية و الفكرية.

تحقيق الحاجات المعرفية و الوجدانية أي أن يتحقق له الأمان العاطفي.

المدرسة اطار إجتماعي يمكن من تشكيل الهوية الإجتماعية و تبقى المدرسة مطالبة بتقديم نماذج تمثلية جيدة (تضميد الجروح النفسية) و إعادة تشكيل شخصية المراهق.

الإتجاهات الإستقلالية تتجذر أكثر فأكثر لذلك يصبح من الضروري منح المراهق بعض الاستقلالية المشفوعة بالمراقبة و إحترام حياته الخاصة.

تتميز المراهقة بنوع من الاندفاعية في السلوك لذلك يجب على الإطار التربوي الإتسام ببعض التسامح و توجيهها بشكل بناء.

بعض المظاهر الإنمائية تأخذ طابع حاد فيحول الطفل الوديع لمراهق عنيد مما يؤدي إلي بعض الصعوبات التكيفية لذلك يجب التثبت من الأحكام الصادرة في حق المراهق و تجنب الإسقاط.

بعض السلوكات عند المراهق تأخذ طابع انتكاسي.

يجب تجنب التعميم و التصنيف (كسول، عنيد، فاشل..).

يمكن إكتشاف صعوبة لدى المراهق من طرف المحيد (أحد الوالدين أو في المدرسة) يجب التعامل الرصين مع مظاهر تبدو لنا منحرفة و التي يمكن الحد منها عبر الإرشاد.

من الضروري على المربي مرافقة التلميذ في حل صعوباته من خلال الأصغاء الجيد و الإرشاد المتبصر.

VI- المساعدة النفسية

يجب توفير الرعاية النفسية للمراهق من طرف الأولياء و المدرسين و عند الأقتضاء يجب الإستعانة بمختصين في المجال.

ضرورة إتسام القائم بعملية المساعدة النفسية بالقدرة على إلتقاط الصعوبات النفسية و مظاهر عدم التكيف و تحليلها في ضوء سياق نفسي و إجتماعي لأتخاذ القرار الإرشادي المناسب بالتنسيق مع الولي و المربي و يجب أن تقوم العملية على أساس الثقة كما يشير علماء النفس.