

دیدگاهی نو برای مواجهه با

چالش‌های نوجوانی

از صفر تا صد نوجوانی
راهنمای کاربردی برای مشاوران، مربیان و والدین
برگرفته از کتاب نوجوانی لارنس استینبرگ

ترجمه و تألیف:

کبری زاهدان دکتر رقیه مهربان



ریتیم | تبریز ۱۴۰۰

تهریز، شریعتی جنوبی، جنب دبیرستان نیکان آینده
ساختمان ۱۹۸، طبقه دوم، واحد سوم، مؤسسه
فرهنگی هنری نغمه آفرینش هنر و انتشارات ریتم

© تمامی حقوق مادی و معنوی این اثر برای مترجمین و ناشر محفوظ است.

فهرست

پیش‌گفتار

۱۵

- یک رویکرد چند زمینه‌ای برای نوجوانی..... ۱۷
- حد و مرز نوجوانی..... ۱۷
- اوایل، اواسط و اواخر نوجوانی..... ۱۹
- یک چهارچوب کلی برای مطالعه رشد نوجوان..... ۱۹
- تغییرات اساسی نوجوان..... ۱۹
- انتقال زیستی..... ۲۰
- انتقال شناختی..... ۲۰
- انتقال اجتماعی..... ۲۱
- محیط رشد نوجوان..... ۲۱
- رشد روانی - اجتماعی نوجوان..... ۲۲
- مشکلات روانی - اجتماعی..... ۲۵
- تنوری هال از نوجوانی..... ۲۵

فصل اول

۲۷

- چگونه هورمون‌ها در رشد نوجوان تأثیر می‌گذارند؟..... ۲۹
- تأثیرات ژنتیکی و محیطی در دوره بلوغ..... ۳۰
- کاهش سن بلوغ..... ۳۱
- نوجوانی و عزت نفس..... ۳۳
- بلوغ و بی‌حوصلگی..... ۳۳
- بلوغ و تغییرات در روند خواب..... ۳۴
- بلوغ و ارتباط با دوستان..... ۳۶
- تأثیر رویدادهای خاص دوره بلوغ..... ۳۷
- تأثیر بلوغ زودرس و دیررس..... ۳۹
- نارضایتی از بدن خود در نوجوانان..... ۳۹

فصل دوم

۴۳

۴۵	تغییرات در شناخت
۴۶	فکر کردن درباره شایدها
۴۷	فکر کردن درباره «مفاهیم انتزاعی»
۴۸	تفکر درباره تفکر
۵۰	تفکر در ابعاد مختلف
۵۰	«نسبی گرایی» نوجوان
۵۱	توجه
۵۲	حافظه
۵۲	سرعت پردازش
۵۳	سازماندهی
۵۴	فراشناخت
۵۶	آیا بین مغز زن و مرد تفاوت وجود دارد؟
۵۶	برچیده شدن تفاوت های جنسیتی
۵۷	هوش چندگانه گاردنر
۵۸	فرهنگ و هوش (دیدگاه ویگوتسکی)
۵۹	تفکر نوجوان در بافت محیطی
۵۹	شناخت اجتماعی در نوجوان
۶۰	نگاه اجتماعی
۶۰	عقل و خرد نوجوان
۶۱	ریسک پذیری نوجوانان

فصل سوم

۶۳

۶۵	موقعیت های اجتماعی و رشد روانی - اجتماعی
۶۶	طول دوره نوجوانی
۶۸	تأثیر صنعتی شدن
۶۹	دیدگاه نوجوان از خودش
۷۰	وضوح تعریف های اجتماعی در فرهنگ های سنتی
۷۱	بحران ختنه کردن
۷۲	کارهایی که می توان برای تسهیل انتقال به دوره بزرگسالی انجام داد:
۷۳	مشاوره و راهنمایی
۷۴	تأثیر شرایط محل زندگی در رشد نوجوان
۷۵	اثر بخشی اجتماع
۷۶	تأثیر استرس
۷۸	محدودیت دسترسی به منابع

فصل چهارم

۸۱

- آیا فاصله بین نسل‌ها یک داستان است یا واقعیت دارد؟ ۸۳
- نوجوانان و والدین‌شان بر سر چه موضوعاتی با هم مشاجره دارند؟ ۸۴
- روابط خانواده در دوره نوجوانی ۸۶
- زمان سازماندهی دوباره و تغییرات در خانواده ۸۶
- تغییرات در نیازهای خانواده و عملکردشان ۸۷
- نقش بلوغ ۸۸
- نقش تفاوت جنسیت در روابط خانواده ۸۹
- روابط خانواده و نقش آن در رشد نوجوان ۹۰
- انواع سبک‌های والدین و تأثیر آنان ۹۱
- والدین مقتدر ۹۱
- والدین مستبد ۹۲
- والدین آسان‌گیر ۹۲
- والدین بی‌تفاوت ۹۳
- والدین مقتدر چگونه عمل می‌کند؟ ۹۳
- استقلال و دلبستگی در خانواده نوجوان ۹۶
- روابط نوجوان با خواهر و برادرهایش ۹۷
- شبکه‌ای از ارتباطات ۹۸
- چرا خواهر و برادرها اغلب متفاوتند؟ ۱۰۰
- نوجوان و فرزند خواندگی ۱۰۲
- ماهیت تغییر یافته و یا در حال تغییر ساختار خانواده ۱۰۲
- طلاق ۱۰۳
- تأثیر درگیری‌های زناشویی ۱۰۳
- استرس اقتصادی و فقر ۱۰۶
- تأثیرات فشار مالی ۱۰۶
- اهمیت خانواده در رشد نوجوان ۱۰۹

فصل پنجم

۱۱۱

- درجه بندی سنی و آموزش اجباری ۱۱۴
- تغییر در جمعیت جوان ۱۱۴
- گروه دوستان نوجوان به عنوان یک مشکل یا یک ضرورت؟ ۱۱۵
- آیا نوجوانان در یک دنیای جدا از بزرگسالان زندگی می‌کنند؟ ۱۱۶
- آیا واقعاً وجود گروه همسالان می‌تواند علت همه این مشکلات باشد؟ ۱۱۶
- نیاز به گروه دوستان در جامعه مدرن ۱۱۷
- تغییر در گروه دوستان در طول دوران نوجوانی ۱۱۹
- گروه‌ها و جمعیت‌ها ۱۲۱
- چگونه گروه‌ها شبکه‌های اجتماعی را شکل می‌دهند؟ ۱۲۱

۱۲۲.....	چگونه نوجوانان به جمعیت‌ها دسته‌بندی می‌شوند؟
۱۲۳.....	تغییراتی در ساختار گروه و جمعیت در گذر زمان
۱۲۴.....	جمعیت به عنوان گروه‌های مرجع
۱۲۵.....	اعضای جمعیت و هویت نوجوان
۱۲۶.....	نوجوانان و گروه‌هایشان
۱۲۶.....	شباهت‌های بین اعضاء گروه
۱۲۶.....	تفکیک سنی
۱۲۷.....	تفکیک جنسی
۱۲۸.....	تفکیک سطوح اجتماعی
۱۲۸.....	تفکیک قومیتی
۱۲۹.....	علاقه مشابه در بین دوستان
۱۲۹.....	جهت‌گیری به سوی مدرسه
۱۳۰.....	جهت‌گیری به سوی فرهنگ نوجوانی
۱۳۰.....	دخاله در فعالیت‌های ضد اجتماعی
۱۳۱.....	تشابه بین دوستان: انتخاب یا اجتماعی شدن
۱۳۳.....	پایداری دوستی‌های نوجوانی
۱۳۳.....	محبوبیت و طرد در گروه همسالان نوجوان
۱۳۴.....	عوامل تعیین‌کننده محبوبیت و یا عدم محبوبیت
۱۳۵.....	محبوبیت و پرچاسگری
۱۳۶.....	نوجوانان طرد شده
۱۳۷.....	افسردگی رابطه‌ای
۱۳۸.....	نتایج طرد شدن
۱۴۰.....	کمک به نوجوانان مطرود
۱۴۱.....	گروه همسالان و رشد روانی

فصل ششم

۱۴۳

۱۴۶.....	زمینه گسترده‌تر آموزش متوسطه
۱۴۶.....	سرمنشاء دیدگاه آموزش اجباری
۱۴۸.....	ظهور دبیرستان‌های جامع
۱۴۹.....	رشد و بهبود مدارس در گذشته و حال
۱۵۱.....	مدارس چه مفاهیمی را باید تدریس کنند؟
۱۵۳.....	سازماندهی اجتماعی مدارس
۱۵۳.....	وسعت مدرسه و کلاس
۱۵۵.....	توسعه مدارس کوچکتر
۱۵۵.....	تفاوت در وسعت و اندازه کلاس
۱۵۶.....	مشکل کلاس‌های پرجمعیت
۱۵۶.....	گروه‌بندی دانش‌آموزان و انتقالات مدرسه
۱۵۷.....	انتقال به دبیرستان

۱۵۹.....	چگونه دبیرستان‌ها متفاوت از مدارس ابتدایی هستند؟
۱۶۰.....	تفاوت افراد در شکل‌گیری مشکلات انتقال از مقطعی به مقطع دیگر
۱۶۱.....	گروه‌بندی بر اساس توانایی‌ها
۱۶۲.....	فواید و معایب گروه‌بندی دانش‌آموزان
۱۶۴.....	گروه‌بندی ناصحیح افراد
۱۶۵.....	آثار دسته‌بندی در پیشرفت دانش‌آموزان
۱۶۶.....	دسته‌بندی دانش‌آموزان یک عمل افراطی
۱۶۶.....	جایگزین مدارس دولتی
۱۶۸.....	جوّ کلاس
۱۶۸.....	بهترین جوّ کلاس برای نوجوانان
۱۶۹.....	انتظارات معلّم و عملکرد دانش‌آموز
۱۷۱.....	اهمیت تعهد دانش‌آموز
۱۷۲.....	کلاس‌های خسته‌کننده و دانش‌آموزان دل‌زده
۱۷۳.....	مدارس و رشد نوجوان

۱۷۵ فصل هفتم

۱۷۷.....	اوقات فراغت نوجوانان در عصر معاصر
۱۷۹.....	الگوهای استفاده از زمان در آمریکای معاصر
۱۸۰.....	الگوهای زمانی صرف شده در دیگر کشورها
۱۸۱.....	نوجوانی و کار
۱۸۱.....	مدرسه و کار در اوایل قرن بیستم
۱۸۲.....	ظهور دانش‌آموز کارگر
۱۸۳.....	استخدام نوجوانان در آمریکا و سایر ملل
۱۸۵.....	شغل‌های رایج برای نوجوانان
۱۸۵.....	محیط کار نوجوان
۱۸۷.....	کار و توسعه روانی نوجوان
۱۸۸.....	رشد مسئولیت‌پذیری
۱۹۰.....	تأثیر کار کردن در فعالیت‌های مدرسه
۱۹۲.....	افزایش مشکلات رفتاری
۱۹۶.....	نوجوانان و اوقات فراغت
۱۹۶.....	وقت آزاد نوجوانان و احساسات‌شان
۱۹۷.....	گوشه نشینی و انزوا
۱۹۸.....	فعالیت‌های سازماندهی شده در اوقات فراغت
۱۹۸.....	تأثیر شرکت در فعالیت‌های فوق برنامه‌ای بر رشد و پیشرفت
۲۰۰.....	اوقات فراغت بدون برنامه‌ریزی
۲۰۰.....	تئوری فعالیت‌های «روزمره»
۲۰۱.....	رشد و ارتقاء جوانان

یک رویکرد چند زمینه‌ای برای نوجوانی

تأثیر رشد هویت نوجوان، در تغییر جامعه چیست؟ چگونه اجتماع باید با مسائل جوانان بیکار، افراد الکلی کم سن و سال، نوجوانان باردار و به طور کلی بزهکاری نوجوانان مقابله کند؟ بهترین راه برای آماده‌سازی نوجوان برای کار، تشکیل خانواده و قبول وظایف شهروندی چیست؟ پاسخ به این سؤالات نیاز به فهم کامل رشد روانی نوجوان دارد. در این کتاب؛ ما علت اینکه چرا آرزوها و برنامه‌های افراد، ترس‌ها و اضطراب‌شان، مسائل و دگرانی‌هایشان در طول رشد و ورود به بزرگسالی تغییر می‌کند، را مورد ارزیابی قرار خواهیم داد. پاسخ به این سؤالات مشکل، نیاز به فهم کامل تغییرات روانی و فیزیکی افراد دارد. کسب اطلاعاتی درباره اینکه چگونه مغز اشخاص، بالغ می‌شود؟ چگونه نحوه ارتباط افراد با دیگران تغییر پیدا می‌کند؟ چطور نوجوانی در جامعه ما متفاوت از جوامع و فرهنگ‌های دیگر می‌باشد؟ و در نهایت چگونه طبیعت نوجوان در طی سال‌های رشد خود، تغییر می‌یابد؟ به عبارت دیگر در جامعه کنونی یک درک کلی از نوجوانی بستگی به آشنایی با دیدگاه‌های زیست‌شناختی، جامعه‌شناختی، فرهنگی و تاریخی دارد (دهل؛ حریری، ۲۰۰۵).

حد و مرز نوجوانی

در همه جوامع، نوجوانی یک دوره رشد است، حرکت از نابالگی در دوران کودکی به سوی بالغ شدن در دوره بزرگسالی و آمادگی برای آینده است (لارسن^۲ و همکاران ۲۰۰۹؛ ایسکلجل^۳، ۲۰۰۹).

1 - Dahl & Hariri

2 - Larson

3 - Schlegel

نوجوانی دوره انتقال هاست؛ انتقال زیستی، روانی، اجتماعی و اقتصادی. در طول دوره نوجوانی افراد علاقمند به داشتن رابطه جنسی شده و از لحاظ فیزیکی آماده تولید مثل می‌شوند. آنها با هوش‌تر، ماهرتر و توان‌تر برای تصمیم‌گیری شده و همچنین بیشتر خودآگاه، مستقل و نگران درباره آینده‌ای که در انتظار آنهاست، می‌شوند. چنانچه در جدول می‌بینید، مرزبندی‌های متفاوتی وجود دارد که ما می‌توانیم بین دوران کودکی، نوجوانی و بزرگسالی قائل شویم.

پایان دوره نوجوانی	شروع دوره نوجوانی	دیدگاه
توانایی تولید مثل	شروع دوره بلوغ	زیست شناختی
دستیابی به احساس هویت جداگانه	آغاز جدا شدن از والدین	عاطفی
توانایی‌های تفکیک استدلالی پیشرفته	توانایی‌های استدلال پیشرفته	شناختی
توسعه ظرفیت صمیمیت با دوستان	انتقال از روابط والد-فرزند به رابطه‌های دوستی	میان فردی
دستیابی به موقعیت‌های بزرگسالان و مزیت‌های آنان	شروع آموزش برای پذیرش مسئولیت‌های شغلی، خانوادگی و شهروندی	اجتماعی
اتمام آموزش رسمی	ورود به دوره دبیرستان	آموزشی
دستیابی به اکثریت موقعیت‌ها	دستیابی به وضعیت نوجوانی	قانونی
رسیدن به سن تعیین شده بزرگسالی	رسیدن به سن تعیین شده نوجوانی	ترتیب زمانی
اتمام آموزش کلیه آئین‌های تشریفاتی	ورود به دوره آموزش برای آئین‌های تشریفاتی	فرهنگی

در این جدول برخی نمونه‌ها که برای نوجوانی تعیین گردیده است، از دوره کودکی گرفته تا بزرگسالی گنجانده شده‌اند. در این کتاب ما قصد داریم به بررسی تک تک این موارد بپردازیم.