تمهيـــــــــــــــــــد :

تعتبر المراهقة مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة الى مرحلة الرشد والنضج ، وتمتد في فترة ما بين (12-20 سنة) وتتميز هذه المرحلة بمجموعة من التغيرات النفسية والجسمية والسلوكية ، حيث يسميها البعض بمرحلة الأحلام ، إذ يعيش المراهق مجموعة من الصراعات مع المحيط الخارجي و السبب الرئيسي في هذا هو ازمة الهوية ، اي انه يسعى جاهدا للبحث عن هويته ، لهذا السبب تعتبر مرحلة حرجة وصعبة.

اذن المراهقة هي احدى الكلمات التي تثير القلق، وتبعث الخوف وخاصة في نفوس الامهات و الأباء ، فالابن الذي كان من شهور رمزا للوداعة والأخلاق أصبح مثلا للتمرد ، وطلاقة اللسان ، والبنت التي كانت مثلا للطاعة وضبط النفس أصبحت تثير المشاكل والمتاعب لأتفه الاسباب .

1.3- تعريفها :

ترجع كلمة المراهقة الى الفعل العربي راهق والذي يعني الاقتراب من الشيء، فراهق الغلام فهو مراهق، أي قارب الاحتلام، ورهقت الشيء رهقا اي قربت منه، المعنى الذي يشير الى الاقتراب من النضج والرشد

(الميلادي.ع،2008ص 15)

مصطلح مراهقة **Adolescence** مشتق من الكلمة اللاتينية **Adolexere** ،ومعناه التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي .

(مرجع سابق،ص341).

عبر " **بياجيه**" عن فكرة المراهقة بقوله أنها تعني العمر الذي يندمج فيه الفرد مع عالم الكبار، والعمر الذي لم يعد فيه الطفل يشعر أنه اقل ممن هم أكبر منه سنا ، بل هو مساو لهم في الحقوق على الاقل .

(نفس المرجع السابق، ص 341)

.

كما يعرفها "**انجلش وانجلش**" بأنها فترة او مرحلة من مراحل نمو الكائن البشري من بداية البلوغ الجنسي ، أي نضج الاعضاء التناسلية لدي الذكر والأنثى وقدرتها على اداء وظائفها على الوصول الى مرحلة النضج ، وهي بذلك مرحلة انتقالية خلالها يصبح المراهق رجلا راشدا او امرأة راشدة .

(العيسوي.ع،2005 ص 10)

و يرى كذلك " **ستانلي هول** " أن المراهقة هي الفترة العمرية التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواصف النفسية والانفعالات الحادة والتوترات العميقة،

(قاسم.ع،2004ص 149).

اما "**روث سترانج**" يعرفها بأنها مرحلة النمو التي تبدأ بالنضج الجنسي حتى الوصول الى مظاهر النضج للبالغين انفعاليا واجتماعيا وغير ذلك من المظاهر.

(د. بن جلال .س ، بدون سنة،ص 232-233).

اما حسب الباحث " **دروني روجرز**" هي فترة نمو جسدي و ظاهرة اجتماعية ، كما تعتبر مرحلة تحولات زمنية عميقة .

(فهمي.م ، 1986 ص 50).

3-1-أ . <u>التعريف البيولوجي للمراهقين :</u>

يتضمن هذا التعريف التغيرات البيولوجية والجسدية للبلوغ التي تحول الاطفال الى راشدين ناضجين جسديا وجنسيا ، وهذه التغيرات تحدث لدى كافة المراهقين ، وتحدث هذه التغيرات نتيجة لأفرزات مجموعة متنوعة من الغدد الهرمونية القوية، والتي تحدث وفقا لسرعات زمنية مختلفة وتؤدي الى احداث فروق جسدية بين الذكور والإناث .

3-1-ب . <u>التعريف السيكولوجي للمراهقة</u> :

يؤكد هذا التعريف على اهمية تشكيل هوية مستقرة لدى المراهقين لتحقيق الاحساس بالذات على نحو يفوق حدود التغيرات العديدة في الخبرات و الادوار،ويظهر التوتر على نحو طبيعي بسبب الضغوط التي توجد في المراهق المبكرة : البلوغ، والنمو المعرفي، والتغيير في التوقعات الاجتماعية.

3-1-ج. <u>التعريف الاجتماعي للمراهقة :</u>

من وجه نظر اجتماعية يظهر المراهقون كأفراد لا يتمتعون بالاكتفاء الذاتي ، وبالتالي فهم غير راشدين ، ينظر الى مرحلة المراهقة على أنها فترة انتقالية تحدد نهايتها بتشريعات تضع الحدود العمرية المتعلقة بالحماية الشرعية لأولئك الذين لم يصبحوا بعد راشدين.

(شريم.ر،2007 ص 24)

3-2- اشكال المراهقة :

أ- المراهقة المتوافقة :

1-سماتها العامة :

الاعتدال ، الهدوء النسبي ، الميل الى الاستقرار ، الاشباع المتزن،تكامل الاتجاهات والاتزان العاطفي ، الخلو من العنف والتوترات الانفعالية الحادة ، التوافق الاجتماعي ، والرضا عن النفس ، توافر الخبرات في الحياة ، الاعتدال في الخيالات وأحلام اليقظة ، وعدم المعاناة من الشكوك الدينية.

2- العوامل المؤثرة فيها:

المعاملة الاسرية السمحة التي تتسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق وتوفير جو الاختلاط بالجنس الآخر في حدود الأخلاق والدين والحرية، وعدم تدخل الاسرة في الشؤون الخاصة وتوفير جو من الثقة والصرامة بين الوالدين والمراهق ، يسير الحال وارتفاع المستوى الاقتصادي،شغل وقت الفراغ بالنشاط الاجتماعي والرياضي ، التفوق الأكاديمي والنجاح الدراسي ، الرضا عن النفس والراحة النفسية ، الشعور بالمسؤولية الاجتماعية وممارستها،اتاحة فرصة الحياة الاستقلالية وحرية التصرف والاعتماد على النفس ، والتأثر بالشخصيات الرياضية ، وإعلام النواحي الجنسية.

ب- المراهقة الانسجامية المنطوية:

1- سماتها العامة :

الانطواء والاكتئاب والعزلة السلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص ، ونقص المجالات الخارجية والاقتصاد على انواع النشاط الاقتصادي وكتابة المذكرات التي تدور معظمها حول الانفعالات و النقد ، والتفكير المتمركز

حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظم الاجتماعية والثورة على تربية الوالدين.

2- <u>العوامل المؤثرة فيها:</u>

اضطراب المناخ النفسي في الاسرة ، و الأخطاء الاسرية منها التسلط وسيطرة الوالدين والحماية الزائدة وما يصاحب ذلك من انكار لشخصية المراهق ، وتركيز قيم الاسرة ، ضعف المستوى الاقتصادي والاجتماعي ، ونقص ممارسة النشاط الرياضي ، والتزمت والرجعية والمغالات في اتجاهات الأسرة ، الفشل الدراسي،التخلف في التكوين الجسمي وسوء الحالة الصحية ، نقص اشباع الحاجة الى تقدير وتحمل المسؤولية.

ج- <u>المراهقة العدوانية المتمردة:</u>

1- <u>سماتها العامة :</u>

التمرد والثورة ضد الاسرة والمدرسة والسلطة عموما،الانحرافات الجنسية، العدوان على الاخوة والزملاء ، تحطيم أدوات المنزل،الاسراف في الانفاق ، نقص تقرير الذات ، أحلام اليقظة ، التخلف المدرسي.

2- <u>العوامل المؤثرة فيها:</u>

صرامة التربية من طرف القائمين على تربية المراهق ، الصحبة السيئة ، نبذ الرياضة والنشاطات الترفيهية ، قلة الاصدقاء ، ضعف المستوى الاقتصادي والاجتماعي،نقص النمو الجسمي ، التخلف الدراسي ، خطأ الوالدين في توجيه المراهق ، نقص اشباع الحاجات والميول.

(الزهران.ح،2005ص446)

3-3 - أهمية مرحلة المراهقة :

اختلف الباحثون حول طبيعة المراهقة بالرغم من أن غالبية العلماء النفس من امثال "**ستانلي هول**" و"**اليزابيت هيدلوك**" و "**كيرت ليفين**" قد اتفقوا على ان هذه المرحلة هي مرحلة مليئة بالمشكلات ، وأن ظهور تلك المشكلات الرهينة بتنقيط الشعور بالذات الذي يتم في سن البلوغ.

- فالمراهق في هذه المرحلة يسعى جاهدا للتخلص من اعتماد المالي على ابوية أو الآخرين من كبار.
- يسعى الى الاستقلالية بالرغم من حاجته الملحة الى المساعدة.
- عليه ان يحقق ذاته ، يفكر لنفسه ، ويحقق ميوله ، وليشبع حاجاته،لكن لابد أن يتطابق تفكيره وسلوكه مع المعايير الاجتماعية والتوافق مع الآخرين.
- عليه اتخاذ القرارات الحيوية التي تحدد مستقبل حياته ، خاصة ما يتعلق منها بالتعليم واختيار مهنته ، او ما يتعلق بالزواج وتكوين اسرة ، أو ممارسة بعض الهوايات او تكوين بعض الصداقات.
- يسعى لتحقيق الحرية ، وصاحب سلطة لكنه مع ذلك يجد نفسه متورط في صراعات انفعالية مع الاطفال الاصغر منه سنا داخل أسرته ، وكذلك الوالدين والمدرسين وأعضاء المجتمع.
- وهو يعاني من مشكلات لم تكن موجودة لديه في مرحلة سابقة وتختلف أيضا عما يواجهها الراشد الى حد ما وهو يسعى جاهدا لتحقيق حل مقبول لمشكلاته تلك تتناسب ومعايير الجماعة.

(مرجع سابق،2004ص347).

3- 4- النمو النفسي عند المراهق :

تتميز مرحلة المراهقة بثورة وحيرة واضطراب ، يترتب عليها جميعا عدم تناسق وتوازن ينعكس على انفعال المراهق ، مما يجعله حساس الى درجة بعيدة ، و اهم هذه الحساسيات والانفعالات وضوحا هي :

أ- خجل بسبب نموه الجسمي الى درجة يظنه شذوذا او مرضا

ب- احساس شديد بالذنب يثيره انبثاق الدافع الجنسي بشكل واضح

ج-خيالات واسعة

د- امنيات وأماني جديدة وكثيرة

ه- عواطف وطنية ودينية وجنسية

و- افكار جديدة

ز- نقد وشك جديدان للمجتمع والأهل

ق- انجذاب واهتمام بالجنس الاخر

ك- انطواء على الذات او اندفاع نحو الحياة.

هذه الثورة والحيرة والاضطراب تحدث للفتاة المراهقة حوالي الثالثة عشر من عمرها ، وللفتى المراهق حوالي الرابعة عشر من عمره ، ولعل ظهور "العادة السرية" بين المراهقين اهم ما يمكن أن يميز هذه المرحلة، فيميل الى الاعتزاز بإسراره فلا يبوح بها إلا لأعز اصدقائه ، وتتميز هذه السرية عنده بالعفوية ، وهي تتغير وتتطور تبعا نفسيته ، بحيث يعتبرها علماء النفس أفضل ردة فعل لديناميته النفسية ، لذلك يعكس المراهق في عفويته هذه تصرفاته واقواله ودوافعه الحقيقية.

أما الطبيعة فلها دورها المؤثر على المراهق نفسيا ، فتراه يعشقها لأنها تطلق العنان لخياله أن يأخذ مداه في التأمل والتحليل و الاكتشاف ، وهذا ما يؤكده "**الميليجيان**" عندما يصفان مراهق في السابعة عشر من عمره ، ومما يجدر ذكره في صدد الانفعال النفسي في فترة المراهقة هي ما يسمى **بالنرجسة** ، حيث ترتكز انفعالات المراهقين حول انفسهم، ويكون ذلك عبر جعل انفسهم هدف لحبهم بصورة واضحة أو مستمرة.

(خوري.ت ،2000ص 92).

3-5- التغيرات الجسمية التي تحدث في المراهقة:

تعتبر مرحلة المراهقة احدى مرحلتين للنمو الجسمي السريع ، تكون في الشهور التسعة الاولى. ان سرعة النمو في الرحم فائقة ان ينمو الجنين في خلية واحدة الى وليد يزن بين (7-8 ارطال)، ويبلغ طوله حوالي 20-بوصة عند الميلاد ، ويستمر النمو سريعا في مرحلة الحضانة الى ان ياخد في التباطؤ النسبي في مرحلة الطفولة، ثم يأخذ النمو في السرعة فيما بين (10-12 سنة)، وتستمر تلك السرعة فترة تستغرق عامين، ومعنى ذلك أن النمو الجسمي ياخذ في التباطؤ مرة ثانية.

1- المرحلة الأولى:

يبدأ فيها ظهور المظاهر الثانوية للبلوغ مثل خشونة الصوت عند الذكور ، وبروز الثديين عند الاناث.

2- المرحلة الثانية:

وفيها افراز الغدد الجنسية في الاعضاء التناسلية المختلفة عند الذكور والإناث ، ويستمر أيضا ظهور ونمو المظاهر الثانوية للبلوغ التي بدأت في مرحلة السابقة.

3- المرحلة الثالثة:

تصل المظاهر الثانوية الى اكتمال نضجها وعندما تصل الاعضاء التناسلية الى اتمام وظيفتها ، تصل هذه المرحلة الثالثة الى نهاية مرحلة البلوغ وتبدأ مرحلة المراهقة.

(الشربيني .م:2006ص78).

3-6- النمو العقلي للمراهق:

يلعب هرمون النمو (STH) الذي يفرزه الفص الداخلي من الغدة النخامية دور خطيرا في الانسجام الذي يكون اثناء النمو بين مختلف أجزاء الجسم ، حيث يبدو الطفل في جميع اجزاءه وملامحه صورة ونموذجا للسن الذي هو فيه ، فكما ينمو الطفل في جانبه الجسمي ينمو في جانبه العقلي ، فيتعرف شيئا فشيئا على نفسه وعلى من حوله وتساعده اللغة في ذلك مساعدة كبيرة ، لأنه يستعملها في طرح الاسئلة الكثيرة ، واختزان اجابتها وتبدأ ملكات العقل المختلفة، كالذكاء والذاكرة والمخيلة في عملياتها.

حيث كلما زادت خبرات الطفل وعلاقاته الداخلية كلما نما ذكاؤه ، وتدل الدراسات التي قام بها "**ثورندايك**" "**RL Thorndik**"و"**لويس**"(**W.D.lewis**) على أن الميول تتأثر الى حد كبير في تطورها بدرجة ذكاء الفرد، فالأذكياء يميلون فيما بين (9-11 سنة) الى قصص الحيوانات،بينما يميل متوسطي الذكاء الى نفس هذا النوع من القصص فيما بين (12-14 سنة) ،بينما لا يميل اليها الأغبياء إلا بعد 14 سنة.

وقد تختلف قدرات المراهقين بالنسبة الى الذكاء و لذلك فأن الاباء والأمهات عندما يفرقون بين الابناء عن طريق مقارنة قدرات كل منهم تهبط قدرات المراهق ويجعله غير قادر على التفكير ، لذلك يجب أن يعرف كل من الاباء والأمهات أن اختلاف القدرات العقلية بالنسبة للمراهقين شيء أساسي في تلك المرحلة .

(نفس المرجع السابق ص81)

3-7- النمو الاجتماعي عند المراهق:

في هذه المرحلة يبلغ المراهق مرحلة النضج حيث ينعكس هذا النضج في النمو الاجتماعي الواضح فيبدو المراهق انسانا يرغب في اخذ مكانه في المجتمع ، وبالتالي يتوقع من المجتمع أن يتقبله كرجل أو امرأة.

كما يبدأ المراهق بإظهار الرغبة الاجتماعية من حيث الانضمام الى النوادي ، الأحزاب ، أو الجمعيات على اختلاف ألوانها مما يؤمن له شعورا بالانتماء الى المجتمع كانسان ذي قيمة فعالة ، اما الشيء الملفت للنظر في هذه المرحلة فهو ميل الجنس الى عكسه ، لان على هذا الميل يتوقف بقاء الجنس البشري لذلك ترى المراهق مهتما بمظهره الخارجي وذاته الجسمية من اجل جذب اهتمام الآخرين من الجنس الآخر نحو شخصيته ، مما يترتب عليه ميل اجتماعي جديد للمشاركة فيما بعد لأن يكون انسان قادرا على بناء مستقبله، حيث يرى**(اريكسون)** أن عملية التطبيع الاجتماعي تمر بثماني مراحل ، ويعتبر **(اريكسون)**أن كل مرحلة عبارة عن أزمة نفسية تتطلب الحل قبل الذهاب الى المرحلة اللاحقة وهي المراحل الثمانية هي:

1-تعلم الثقة مقابل عدم الثقة:

تقابل هذه المرحلة مرحلة الرضاعة وتشمل العام الأول والثاني ، حيث اذا تناولنا الطفل تناولا حسنا وأحسنا تربيته وحبه،فانه ينمي في نفسه الشعور بالثقة و الامان ،والشعور الأساسي بالتفاؤل والعكس صحيح .

2-تعلم الذاتية أو الاستقلالية مقابل الشعور بالعار:

يعتقد**(اريكسون)** ان الأزمة النفسية الثانية تحدث في الطفولة المبكرة وتقابل المرحلة الشرجية عند" **فرويد**"، وهي المرحلة التي تحدث فيها أكثر مظاهر التعليم وضوحا و ضبطا، وتغني التدرب على عادات الإخراج ، حيث يخرج الطفل الذي يلقى معاملة والدية جيدة من ذاته سعيدا ويشعر بالفخر أكثر من ان يشعر بالعار.

3-تعلم المبادأة مقابل الشعور بالذنب :

تحدث في سنوات المدرسة الابتدائية وقد تمتد تشمل بعض سنوات المدرسة الإعدادية وهنا يتعلم الطفل اتقان المهارات الاكثر رسمية ، اللازمة للحياة ، وفي هذه المرحلة يشعر الطفل أن عمل الواجبات اصبح ضروريا ، وأن التأدب الذاتي يزداد تدريجيا ، وهنا يبدو الطفل الذي يشعر بالذنب في المراحل السابقة وكأن بشعر الآن بالهزيمة والكمون.

4-تعلم الهوية في مقابل الاضطرابات الهوية:

تحدث هذه الأزمة من حوالي 13-20 سنة ، فقد أصبح الطفل مراهقا يستطيع ان يجيب اجابة مرضية سعيدة من التساؤل : من اكون أنا؟ .

5-تعلم الصداقة الحميمة في مقابل العزلة :

لأول مرة يشعر المراهق الناجح بالصداقة الحميمية الحقة التي يمكن ان يقوم على اساسها الزواج الناجح او الصداقة المستديمة.

6- تعلم الانتاجية مقابل الاستغراق في الذات:

يحدث هذا مرحلة الشباب المبكرة ، حيث يتطلب النمو النفسي تعلم الانتاج ، سواء في الزواج او الابوة وفي العمل وفي الابداع والابتكار.

7-تعلم التكامل في مقابل اليأس:

في هذه المرحلة اذا نجح الفرد في حل الأزمات السابقة فانه يصبح فخورا سعيدا بعمله او هواياته ، أما اذا فشل في حل اي من الازمات السابقة فانه يشعر باليأس والاشمئزاز . **(مرجع سلبق،ص 114).**

3-8- النمو الحركي للمراهق:

في هذه المرحلة تنمو القدرة والقوة الحركية لدى الشخص بصفة عامة ، حيث يرتبط النمو الحركي في هذه المرحلة بالنمو الجسمي والنمو الاجتماعي ، ولذلك فأنه يلاحظ الميل نحو الخمول والكسل والتراخي وتكون حركات المراهق غير دقيقة ، ويكثر تعثر

المراهق واصطدامه بالإناث وسقوط الأشياء من بين يديه وشعوره بالحرج والارتباك ، وتؤدي التغيرات الجسمية الواضحة والخصائص الجنسية الثانوية الى شعور المراهق بذاته وتغير صورة الجسم لديه ، وتوقع الكبار تحمله مسؤوليات اجتماعية عديدة.

3-9-النمو الديني للمراهق:

مع طفرة النمو الملاحظ عند المراهق فانه يحدث تغير وتطور ونمو الشعور الديني ، حيث يعيد المراهق تقيم قيمته الدينية ، فنلاحظ ازدواج الشعور الديني لديه وقد يوجد لديه شعور ديني مركب مزدوج يحوي عناصر متناقضة ، كأن يوجد لديه حب الله ، الى جانب الخوف منه وقد يوجد الايمان بالموت الى جانب كرهه له كنهاية لا مفر منها ، و قد نلاحظ تعدد الاتجاهات الدينية لدى المراهقين ، و في دراسة قام بها كل من " **عبد المنعم الميلجي**" و " **محمد حلمى الميلجي** " **(1973)** ان حوالي 5% من الذكور يكون ايمانهم تقليدي ، 25% منهم يكونون متحمسين و 24% منهم يساورهم الشك ، 1% منهم ملحدين ، كما وجد حوالي 16% من الفتيات يكون ايمانهن تفكيريا ، و 26% منهن متحمسات ، و 13% منهن يراودهن الشك.

(مرجع سابق ،ص 366).

3-10- مشكلات المراهقين و اضطراباتهم النفسية:

أ- المخدرات:

يذكر " **جون سان تروك** " ان فترة السبعينات شهدت تزايدا ملحوظا في استخدام العقاقير الغير مشروعة ، حيث تبين من خلال الاحصائيات و الدراسات ان استخدام المخدرات من قبل طلبة المرحلة الثانوية في تزايد مستمر ، اما في عام **1996** استمر تزايد التعاطي كبير من الماريجوانا ، و يرجع تعاطي الماريجوانا لعدة اسباب من بينها الفضول و الرغبة في التماثل مع الاخرين .

ب- الكحول:

تعتبر الكحول من اكثر الافات الاجتماعية انتشارا بين المراهقين في الولايات المتحدة و الدول الصناعية و غيرها ، حيث انها تمنحهم لحظات المتعة بالإضافة الى العديد من لحظات الحزن و عدم الارتياح ، ويعتبر تعاطي الكحول من بين العوامل المسببة للموت حيث يحتل المرتبة الثالثة.

ج- تدخين السجائر:

هناك علاقة وطيدة بين التدخين و عدة امراض مثل امراض القلب ، الفم ، اللثة ، وغيرها من الامراض الخطيرة ، يبدأ التدخين عادة في سن مبكرة بين سن (10 – 12 سنة) ، و ما ان يستمر الفرد في التدخين حتى يصبح النيكوتين **(NICOTINE)** جزءا من تركيب الدم عند المراهقين ، الامر الذي يجعل الاقلاع عنه صعب ، و يلعب رفاق السوء و الاقران دورا مهما في دفع المراهق للتدخين .

د- الحمل في المراهقة:

تشير الاحصائيات الى ان اكثر من نصف مليون مراهقة في الولايات المتحدة يصبحن حوامل في كل عام ، و ان 70% منهن غير متزوجات و الامور التي تجعل الامر اكثر تعقيدا و في هذا السياق تقول ام تبلغ من العمر سبعة عشر سنة " نحن اطفال و لدينا اطفال " اما في الوطن العربي فهنا عكس ذلك ، و ذلك ينتج عن القيم الدينية و الثقافية التي يفرضها الاسلام .

هـ - الامراض المنقولة عن طريق الجنس :

تعتبر العلاقات الجنسية في مرحلة المراهقة خطيرة لعدة اسباب ، أولهما ان المراهقين يمكن ان يمارسوا الجنس بسبب الضغوطات التي يمكن ان يتعرضوا لها من قبل الراشدين فيما يعرف بالإساءة الجنسية ، حيث ان ممارسة الجنس تحت الضغط تؤدي الى الاكتئاب ، الشعور بتدني احترام الذات ، كما أن الحمل اثناء فترة المراهقة يعتبر من النتائج السلبية للنشاط الجنسي بين المراهقين ، بالإضافة الى أن هناك الكثير من الأمراض يمكن أن تنتقل عن طريق الجنس مثل الايدز **(sida).**

(ابو جابو. ص،2007ص428)

ي- <u>الاكتئاب:</u>

يعتبر الاكتئاب من أكثر المشاكل السيكولوجية الشائعة في سنوات المراهقة،ومع ان مثل هذه المشاعر توجد في مرحلة الطفولة ، الا أنها تتزايد بسرعة عند البلوغ ، ويمكن تفهم هذا التغير والأخذ بعين الاعتبار التحديات الكثيرة التي يواجهها المراهقون وطاقاتهم الكبيرة المتمركزة حول الذات.

يشير "**ستينبرغ"(steinberg2002)** الى أن دراسة وتشخيص الاكتئاب يعتبر مهمة صعبة لثلاث أسباب مختلفة:

1-يكون الاكتئاب في مرحلة المراهقة مصحوبا بمشكلات نفسية أو سلوكية أخرى بما في ذلك القلق **(Anscieté)**، والخوف المرضي **(phobie)**، والاضطرابات النفسية **(psychosomatique)**وإساءة استخدام المواد.

2- يميل الكثير من المختصين الى غزو كل الصعوبات الملاحظة في مرحلة المراهقة تقريبا الى اكتئاب غير مرئي ، ففي الماضي على سبيل المثال،فأن السلوكيات مثل الخوف المرضي المدرسي والأنوركيسا كان يعتقد أنها تخفي مشكلات الاكتئاب الحقيقية ، ولكن يتم الآن التمييز الى حد كبير بأن ليس كل المراهقين الذين يعانون من مشكلات سلوكيات هم بالضرورة مكتئبون.

3- الصورة النمطية الشائعة عند المراهقين بأنهم مضطربون لطبيعتهم ، وهذا يؤدي بالكثير من الاباء والمعلمين الى الفشل في التمييز الحقيقي للمشكلات النفسية عندما تظهر.

(مرجع سابق ،ص331).

خلاصة:

تتميز مرحلة المراهقة بأنها المرحلة الحياتية التي تتصف بالاستقلالية وتجريب كل ما هو جديد ، انها الوقت اي يبدأ فيه الوالدان الشعور يفقد تلك الصلات الحميمية مع أطفالهم ، وبأن الأصدقاء أهم لأطفالهم من العائلة ، وأن الاتصال معهم يضعف شيئا فشيئا ،ونظرا الى هذه الصراعات المختلفة التي يعيشها المراهق يجب على الوالدين محاولة التقرب الى أولادهم وهذا عن طريق النصح والمشاورة ، بحيث لا يجب أن تعطى لهم الحرية المطلقة في التصرف ولا أن يكونوا مقيدين.