كيف نتعامل مع صراعات المراهق؟



◄أخي المربّ ِي.. إنّ مرحلة المراهقة تعتبر من أخطر المراحل في حياة الشاب أو الشابة كما يخبر بذلك أهل الاختصاص، فإذا لم يكن هناك حسن تعامل من قِبَل المربّ ِي مع تلامذته فسوف ينجم عنه مشاكل حساسة قد تؤدي بالتلميذ إلى الانزلاق عن الطريق الصحيح.

وعليه فإننا سوف نتطرق إلى هذا الموضوع الحساس بوقفة سريعة لتعين المربي في سيرته التربوية.

تعريف المراهقة "لغة": الاقتراب وهي ترجع إلى لفظ فعل عربي (راهق) فراهق الغلام أي قارب الحلم.

و"اصطلاحاً" هي تلك الفترة التي تبدأ من البلوغ الجنسي حتى الوصول إلى النضج، وهي عبارة عن مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرجولة.

أهميتها للمربّ ِي:

- كثير من المشاكل التي تواجه المربّ ِي مع تلاميذه والصعوبة التي يجدها في حلها هي في الأصل بسبب عدم معرفته لمرحلة المراهقة.

- قد نرى بعض الظواهر لدى التلاميذ ونفسرها تفسيراً خاطئاً وهي في الأصل راجعة لمروره بمرحلة المراهقة وآثارها المترتبة عليه.

- معرفة المربّ ِي لهذه المرحلة سوف تساعده كثيراً على تخطي الكثير من العقاب في التربية.

- الارتقاء بالعملية التربوية من خلال تعلم علم جديد وتجارب مفيدة.

التغيرات التي تطرأ على المراهق:

1- تمتاز هذه المرحلة بالنمو السريع في الطول والوزن والحجم ويصاحبها فقدان للتآزر الحركي وعدم الدقة في الأعمال.

2- تسبب عدم الدقة الكثير من الضيق والمتاعب وخاصة إذا كانت تعليقات المحيطين به جارحة.

3- الشعور بالتعب والإعياء لأنّ النمو السريع يستنفذ قدراً كبيراً من طاقة المراهق.

4- يلجأ المراهق بالتعذر بالمرض للهروب من مسؤوليات الدراسة أو التكاليف.

5- ينتج عن التغيرات الجسمية السريعة حساسية لدى المراهق ويصاب بحالات انفعالية حادة.

6- بعضهم لا يجرؤ على التحدث مع الناس لعدم ثقتهم بأصواتهم.

7- الاهتمام بالهندام والمظهر الخارجي.

8- الشعور بالخجل بسبب نمو الأنف نمواً ظاهراً.

9- يميل المراهق إلى عقد المقارنات بين مظاهر جسمه عنده وعند غيره من المراهقين.

10- الاهتمام بالعضلات والمباهاة بها.

11- الميل إلى تناول كميات كبيرة من الطعام بسبب اتساع المعدة.

12- الرغبة في الاستقلال عن الأسرة والاعتماد على النفس والولاء الشديد لجماعة الأقران.

الصراعات التي يعاني منها المراهق:

1- صراع بين مغريات الطفولة والرجولة.

2- صراع بين شعوره الشديد بذاته وشعوره الشديد بالجماعة.

3- صراع جنسي بين الميل المتيقظ وتقاليد المجتمع أو بينه وبين ضميره.

4- صراع بين تعلمه من شعائر وبين ما يصوره له تفكيره الجديد.

5- صراع عائلي بين ميله إلى التحرر من قيود الأسرة وبين سلطة الأسرة.

6- صراع بين مثالية الشباب والواقع.

7- صراع بين جيله والجيل الماضي.

8- صراع بسبب وجود أهداف متعارضة في داخل نفسه يرغب في تحقيقها معاً.

التعامل والعلاج:

- لا تتخيل أنك تستطيع أن تحل جميع مشاكل المراهقين ولكن تخير الأهم ثمّ المهم.
- لتكن خطتك في تعديل السلوك سهلة وواضحة وثابتة (لكي لا تأخذ كل مجهودك).
- الاهتمام بتعليم السلوك المعقول من قبل البيئة.
- تحاش السيطرة أو التسلط على المراهق من خلال رغبتك في تعديل سلوك.
- حدد المشكلة وحدد نوع السلوك.
- الزمن جزء من العلاج.
- استعمال التعزيز والترغيب مع بعض الشيء من الترهيب حسب اقتضاء الموقف والحالة.
- الاستفادة المثلى من طاقته الكامنة وتفريغها.
- الإكثار من الرياضة.
- تنمية القدرات والمواهب وتشجيعه لممارسة هواياته وتوفير الفرصة له.
- الحذر في التعامل (التعليق – عدم إعطائه أهمية...).
- تكوين الصداقة معه.
- إعطائه الثقة بالنفس.
- استخدام ما ورد في الكتاب والسنة من علاجات لبعض السلوك (الغضب – الابتسامة – الصلاة..).►

المصدر: مجلة المجتمع/ العدد 1135