



بحران هویت (قسمت اول)

Ark G

زندگی آرام و بی دغدغه کودکانه در طوفان بلوغ یکباره متحول و دگرگون میشود زمانیکه نوجوان تغییراتی را در بدن و روان خود میبیند. این برداشت و تصویر ذهنی با اشکالی که فرد از خود در آینه میبیند متفاوت است. هر گونه نقص جسم تصویر باطنی نوجوان را از بدن خویش مختل میکند. پسرانی که در رشد بدنی آنان تاخیری حاصل شده است تصور میکنند که دارای نقص ارثی هستند. چاقی مختصر و تغییر در یکی از اعضای بدن تاثیر فراوانی بر شخصیت نوجوان میگذارد. تحقیقات نشان داده که درصدی از پسران در اثر کوتاه بودن قد خود احساس حقارت میکنند. در صدی از دختران به علت بلند قد بودن قد دچار افسردگی میشوند.

اکثر نوجوانان از تغییرات بدنی خود اطلاعات دقیقی دارند. پسران تمایل بیشتر دارند که قد خود را بلندتر نشان دهند. دختران سعی میکنند که وزن خود را کمتر نشان دهند. حساسیت نسبت به قد و وزن پس از پانزده سالگی کمتر میشود. تصویر جسمی به دو نوع تقسیم میشود. نخست تصویر واقعی بدن. در این تصویر فرد خود را همانگونه که هست دریافت میکند. و تصویر ثانوی تصویر ایده آل است که نوجوان خود را آنگونه که دوست دارد میبیند. در این تصویر ایده آل آرزوها و خواسته های پنهانی فرد نهفته است. و همچنین بلند پروازیها و تمایلات سرکوفته آشکار میشود. تصویر دیگری که فرد از خود دارد تصویر خیالی است. در این تصویر نوجوان در عالم وهم و خیال تصویری از خود رسم میکند. فرق آن با تصویر ایده آل این است که در تصویر ایده آل فرد آنچه را که مناسب خود میداند و اگر تلاش میکند میتواند به آن برسد ولی در تصویر خیالی خود را در نقش های خیالی می یابد و غالباً " برای فرد غیر ممکن است که به آن برسد و شاید مناسبترین هم نباشد.

در این میان گاهی " افرادی را در هر سنی میبینیم که در رویا و یا عالم هیپروت بسر میبرند و در آن عالم وهمی خوش و شنگول و سرمستانه زندگی را بسر میبرند. نوجوانی عالم بحران و طوفانی است دنیایی که نوجوان در دریایی آشفته در امواج متلاطم زیر و زبر میشود و مربی نقش بسیار مهمی را در هدایت نوجوان بعهده دارند. عالم رویایی و زیبا بسیار خوب است هنگامی که نوجوان یا خانواده و مربی به استعدادهای نهفته نوجوان پی برده و او را در مسیر آموزش و کمال رهبری کنند. رها کردن



نوجوان در این عالم رویایی و طوفانی توصیه نمیشود. چنانچه خانواده و مربی تشخیص دهد که نوجوان از رویاهای زیبا به عالم هپروت پا گذاشته بایستی با دقت و سعی فراوان او را از این ورطه هلاک رهایی بخشند. چه بسا افرادی تمامی طول عمر خود را در عالم هپروت سپری نموده و مانند یک طفیلی یا زالوی اجتماع از این و آن انتظار کمک و بهره داشته باشند. پس به شما خانواده و مربی محترم تاکید میشود که فرق ما بین عالم رویا، ایده آل و عالم هپروت را درک نمایید.

تصویر ذهنی از بدن به تدریج به تصویر ذهنی از وجود (خود) Self می انجامد. مفهوم خود به ادراکات خویش و سطح آگاهی فرد مربوط میشود. این مفهوم از عناصری از قبیل ادراکات فرد از خصوصیات و توانائیهای خویش و از برداشتی که فرد از نحوه ارتباط خود با دیگران و محیط دارد و از اهداف و ایده آلهای فرد ترکیب شده است. این مفهوم همان (من) و یا (تو) است که فرد در محاوره و گفتگو بکار میبرد. مفهوم خود در اثر برخورد متقابل فرد با محیط و آگاهی از خویش ایجاد میشود و شامل افکار و تصورات فرد از خویش میگردد. میدانیم که رفتار فرد در جهت تامین نیاز صورت میپذیرد. اینگونه نیازها بصورت زیر دسته بندی میشوند:

الف: نیازهای فیزیولوژیک بمنظور ارضای گرسنگی و تشنگی و کشش جنسی

ب: نیازهای کنترل یا حفظ امنیت برای حفظ نظم و ثبات

ج: نیازهای روحی و عاطفی برای تامین دوستی و مراقفت و ایجاد محبت بین اعضای اجتماع

د: نیاز به تعلق خویشتن و رسیدن به کمال

ه: نیازهای احترام برای شان و مقام و توفیق و حرمتهای شخصی و اجتماعی

در کل، انسان نیازهای خود را در گروه بالا میبیند. هر فرد برای تامین نیازهای خود نوعی از رفتار را موثر تر از نوع دیگر می یابد. این رفتارها بصورت خصیصه و صفات ویژه وی در می آید. برخی از خصایص مرکز ثقل شخصیت فرد میشوند و سایر خصایص بر محور آنها میچرخند. ترکیب این خصایص زیر بنای شخصیت ویژه و منحصر بفرد هر شخصی را تشکیل میدهد. این خصوصیت های ویژه در نقشهای مختلف بروز میکنند. نقشها مجموعه ای از رفتار هستند که فرد با توجه به خصایص ویژه خود و بر اساس انتظارات اجتماعی ایفا میکنند. مفهوم خود از مجموعه خصایص ویژه و نقشهایی که فرد ایفا میکند تشکیل می یابد. هر تجربه ای به تشکیل مفهوم خود کمک میکند.

مفهوم خود تصویر جامعی است که فرد از خویشتن (Self) دارد. توسعه مفهوم (خود) بتدریج به تشکیل هویت شخصی می انجامد. هویت عبارت از نوعی تشخیص است که فرد بین خود و ریگران میگذارد. هویت شخصی یک ساختار روانی - اجتماعی است. یعنی هم شامل طرز فکرها و عقایدی میشود که معرف فرد است و هم نحوه ارتباط فرد با دیگران را میرساند. اگر هویت شخصی نوجوان در طی زمان و بر اساس تجربیات حاصل از برخورد صحیح اجتماعی بتدریج ایجاد شود و نوجوان بتواند خود را بشناسد و از دیگران جدا سازد تعادل روانی وی تضمین میشود ولی اگر سرخوردگی و عدم اعتمادجایگزین اعتماد گردد. و بجای تماس با مردم نوجوان گوشه گیر و منزوی شود. و بجای حرکت به سکنی در آید و بجای خود آگاهی و تشکیل هویت



ندای حق

مثبت دچار ایهام در نقش خود شود در این زمان است که هماهنگی و تعادل روانی وی بهم میخورد و به بحران هویت دچار میشود.