



زمان چاپ: ۱۴۰۲/۰۶/۲۰

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

بررسی تاثیر بلوغ زودرس در زندگی نوجوانان

زهرا زراعت ، سمیرا علی زاده ، خدیجه نجاری

چکیده

هنگامیکه بلوغ در سنین پائین شروع شود رشد قدی کودکان بیشتر می شود و به نسبت کودکان هم سن خود قدبلندتری خواهند داشت ولی پس از ۲-۳ سال که بلوغ کامل شد ، رشد قدی متوقف شده و در نهایت بزرگسالان کوتاه قدی خواهند شد . از نظر شکل فیزیکی نیز ممکن است مشکلاتی دیده شود . علاوه از نظر روانی نیز این کودکان دچار مشکلات زیادی خواهند شد. رشد سینه ها یا ایجاد قاعدگی در دختران کم سن و یا رویش موهای صورت و کلفتی صدا در پسران کم سن و مقایسه با سایر همسالان خود ، باعث بروز اضطراب شدید در این کودکان و والدین آنها می شود . خصوص در دختران مبتلا ، احتمال سوء استفاده های جنسی نیز وجود دارد در صورت استفاده از هورمون های محرک گوناودتروپین با سرکوب تولید هورمون از تخمدانها یا بیضه ها باعث توقف یا پسرقت صفات ثانویه جنسی می گردد . بعلاوه رشد قدی نیز ادامه می یابد . باید دقت شود که درمان باید زود شروع شود . در صورت موفقیت ، درمان را تا رسیدن کودک به سن طبیعی بلوغ ادامه می دهیم و سپس قطع می کنیم تا بلوغ بطور طبیعی در سن طبیعی پیش رود . در واقع آگاهی والدین به نشانه های بلوغ زودرس با مراجعه زود و به موقع ، موفقیت درمان را بدنبال دارد . نکته مهم این است که هوش این کودکان طبیعی و حتی در مواردی بالاتر از کودکان هم سن خود است ولی بدلیل تغییرات ظاهری و نیز تأثیر هورمون ها ممکن است دچار اختلالات رفتاری ، حالت های تهاجمی و حتی افسردگی شوند . در واقع بلوغ زودرس برای کودک و خانواده او ، مشکل مهمی است و بخصوص در دختران مبتلا احتمال سوء استفاده جنسی و در پسران ، گرایش به پسران بزرگتر و تأثیر پذیری از رفتارهای نامناسب آن وجود دارد . لذا آموزش دقیق به والدین الزامی است والدین باید با ایجاد یک ارتباط صادقانه و دوستانه با دختر یا پسر مبتلای خود ، برای او توضیح دهند که پیدایش این تغییرات در چه سنی طبیعی است و حالا که در وی به صورت زودرس ایجاد شده ، چه مراقبت ها و درمانهایی ضروری است . ارتباط والدین با معلمان آنها ، در برقراری ارتباط دوستانه این کودکان با هم سن و سالهای خود بسیار حیاتی است . در واقع در محیط مدرسه است که عدم توجه به شرایط جسمی و روحی این کودکان می تواند باعث بروز مشکلات روانی جدی گردد . و لذا معلمان آگاه و دلسوز در برقراری ارتباط طبیعی بین این کودکان و همشاگردیهایشان نقش کلیدی دارند

کلید واژه ها: بلوغ، بلوغ زودرس، نوجوانان، خانواده، چگونگی برخورد، مدرسه



مقدمه

این سؤال همواره در ذهن دختران مطرح است که چرا زودتر از پسران، مکلف می شوند و بالغ شرعی محسوب می گردند؟ در پاسخ باید گفت: اولاً، بلوغ شرعی براساس بلوغ طبیعی است. در همه مناطق جهان با در نظر گرفتن شرایط طبیعی و اجتماعی، دختران زودتر به بلوغ طبیعی می رسند و فعالیت غدد جنسی در آنان قبل از پسران آغاز می گردد. (بنابراین تقدم بلوغ شرعی دختران بر پسران براساس صلاحیت طبیعی و به معنای هم آهنگی قوانین تشریح با مقررات تکوین است).^۹ بیدار شدن غریزه جنسی در دختران زمینه مساعدی برای آلوده شدن به گناه و ناپاکی است و خداوند حکیم برای پیش گیری از مفاسد، آنان را قبل از پسران به وسیله مقررات دینی کنترل می کند. ثانیاً، اندیشه و عقل دختران زودتر از پسران شکفته می شود و دلیلش آن است که دختران قبل از پسران زبان می گشایند و زودتر از آنان آغاز سخن می کنند و با توجه به رابطه غیر قابل انکاری که بین اندیشه و سخن گفتن وجود دارد، این نتیجه به دست می آید که دستگاه فکر دختران زودتر از پسران به کار می افتد.^{۱۰} شکوفا شدن عقل و هوش در دختران باعث شده است قانون گذار آنان را قبل از پسران مکلف کند تا از طریق عمل به تکالیف الهی به رشد معنوی نایل گردند و از طرف دیگر در جامعه از استقلال قانونی و حقوق اجتماعی برخوردار شوند.

تعریف

به ظاهر شدن علائم بلوغ از جهت فیزیکی و هورمونی در دختران قبل از سن ۸ سالگی و در پسران قبل از سن ۹ سالگی بلوغ زودرس اطلاق می گردد. در ابتدا این کودکان بلندتر از همسن های خود هستند. ولی بدلیل بلوغ زودرس استخوانها، در نهایت قد کوتاهتری در بلوغ خواهند داشت. در دختران با بزرگ شدن پستانها شروع پرئود ماهانه ظاهر شده و در پسران با افزایش شهوت که بصورت اختلالات رفتاری تظاهر می کند.

چرا بلوغ زودرس مهم است؟

بلوغ زودرس از دو جنبه اهمیت زیادی دارد، جنبه اول علت ایجاد کننده آن است که پزشک متخصص با انجام آزمایشات لازم و پیگیریهای منظم و دقیق نوجوانان مبتلا، در طی مدت طولانی بدنبال علت ایجاد آن می گردد و جنبه دوم اثر بلوغ زودرس روی رشد قدی و روانی نوجوان است.



*علل ایجاد کننده علائم بلوغ زودرس کدامند؟

در اکثر دخترها، علت خاصی برای بلوغ زودرس دیده نمی شود و بیشتر جنبه خانوادگی دارد و در سایر افراد خانواده (مادر یا خواهران وی) نیز چنین حالتی دیده می شود. ولی در مواردی بیماریهای مهم دستگاه عصبی مرکزی مثل تومورهای مختلف، عفونت و التهاب مغز یا ضربه به جمجمه می تواند این حالت را ایجاد کند. گاهی کیست های تخمدانی با تولید هورمون های جنسی زنانه باعث بلوغ زودرس می شوند. در پسرها حالت سرشتی کمتر دیده می شود و بیماریهای زمینه ای مثل تومورهای سیستم عصبی مرکزی بیشتر شایع است. لذا در این کودکان (پسر یا دختر) بررسی مغز با MRI حتماً انجام می شود. سونوگرافی از تخمدانها و شکم و بررسی آزمایشگاهی هورمون های مختلف و نیز تعیین سن استخوانی انجام می شود. در صورت طبیعی بودن معاینات و آزمایش ها، حتماً باید هر ۳ ماه یک بار توسط پزشک بررسی انجام شود.

عوارض بلوغ زودرس

کودکان در مقابل استرسهای زمان جوانی قرار می گیرند و نمی دانند چه کار باید بکنند. این کودکان از نظر جسمی تظاهرات بلوغ را دارند ولی تجربه کافی را ندارند. دختران با ظاهر شدن علائم پرپود ممکن است دچار مشکلات روحی گردند. در هر دو جنس بدلیل افزایش تمایل به شهوت، رفتارهای ناهنجار مثل خودارضایی شیوع دارد.

علائم و تظاهرات

در دختران علائم ابتدا با بزرگ شدن پستان به شکل یکطرفه یا دوطرفه ظاهر می شود و بعد از آن موهای زهار و زیربغل دیده می شوند و پرپود شدن در مرحله انتهایی است، دور نوک سینه تیره و ضخیم می گردد و نوک سینه به جلو می آید. جوش نیز در صورت این کودکان افزایش می یابد.

در پسران اولین علامت بزرگ شدن بیضه و سپس بلوغ دیگر اجزاء اندام تناسلی است.

قد ابتدا در این کودکان بزرگتر از همسن های خود می باشد. صدا در این کودکان ضخیم شده و موهای صورت بصورت زودرسی در صورت ظاهر می گردند.

بررسیهای آزمایشگاهی و عکسبرداری

اندازه گیری میزان هورمونهای بلوغ می تواند کمک کننده باشد. تصویربرداری سر بصورت رادیوگرافی یا ام. آر. آی از نواحی مختلف مغز در تشخیص کمک کننده است.



* آیا درمان بلوغ زودرس لازم است ؟

هنگامیکه بلوغ در سنین پائین شروع شود رشد قدی کودکان بیشتر می شود و به نسبت کودکان هم سن خود قدبلندتری خواهند داشت ولی پس از ۲ - ۳ سال که بلوغ کامل شد ، رشد قدی متوقف شده و در نهایت بزرگسالان کوتاه قدی خواهند شد . از نظر شکل فیزیکی نیز ممکن است مشکلاتی دیده شود . بعلاوه از نظر روانی نیز این کودکان دچار مشکلات زیادی خواهند شد .

رشد سینه ها یا ایجاد قاعدگی در دختران کم سن و یا رویش موهای صورت و کلفتی صدا در پسران کم سن و مقایسه با سایر همسالان خود ، باعث بروز اضطراب شدید در این کودکان و والدین آنها می شود . بخصوص در دختران مبتلا ، احتمال سوء استفاده های جنسی نیز وجود دارد .

در صورت استفاده از هورمون های محرک گونادوتروپین با سرکوب تولید هورمون از تخمدانها یا بیضه ها باعث توقف یا پسرقت صفات ثانویه جنسی می گردد . بعلاوه رشد قدی نیز ادامه می یابد . باید دقت شود که درمان باید زود شروع شود . در صورت موفقیت ، درمان را تا رسیدن کودک به سن طبیعی بلوغ ادامه می دهیم و سپس قطع می کنیم تا بلوغ بطور طبیعی در سن طبیعی پیش رود . در واقع آگاهی والدین به نشانه های بلوغ زودرس با مراجعه زود و به موقع ، موفقیت درمان را بدنبال دارد . نکته مهم این است که هوش این کودکان طبیعی و حتی در مواردی بالاتر از کودکان هم سن خود است ولی بدلیل تغییرات ظاهری و نیز تأثیر هورمون ها ممکن است دچار اختلالات رفتاری ، حالت های تهاجمی و حتی افسردگی شوند . در واقع بلوغ زودرس برای کودک و خانواده او ، مشکل مهمی است و بخصوص در دختران مبتلا احتمال سوء استفاده جنسی و در پسران ، گرایش به پسران بزرگتر و تأثیر پذیری از رفتارهای نامناسب آن وجود دارد . لذا آموزش دقیق به والدین الزامی است .

والدین باید با ایجاد یک ارتباط صادقانه و دوستانه با دختر یا پسر مبتلای خود ، برای او توضیح دهند که پیدایش این تغییرات در چه سنی طبیعی است و حالا که در وی به صورت زودرس ایجاد شده ، چه مراقبت ها و درمانهایی ضروری است . ارتباط والدین با معلمان آنها ، در برقراری ارتباط دوستانه این کودکان با هم سن و سالهای خود بسیار حیاتی است . در واقع در محیط مدرسه است که عدم توجه به شرایط جسمی و روحی این کودکان می تواند باعث بروز مشکلات روانی جدی گردد . و لذا معلمان آگاه و دلسوز در برقراری ارتباط طبیعی بین این کودکان و همشاگردیهایشان نقش کلیدی دارند .

روشهای جراحی برای درمان توده هایی که در مغز بصورت نابجا هورمون ترشح می کنند استفاده می گردد



بلوغ زودرس چیست؟

ظاهر شدن علائم بلوغ از نظر فیزیکی و هورمونی در دختران قبل از ۸ سالگی و در پسران قبل از ۹ سالگی، بلوغ زودرس نامیده می‌شود. ابتدا این کودکان بلندتر از همسن‌های خود هستند ولی به دلیل بلوغ زودرس استخوان‌ها، در نهایت قد کوتاه‌تری در بلوغ خواهند داشت.

عوامل ایجاد بلوغ زودرس کدامند؟

بلوغ زودرس در دختران،؟ برابر شایع‌تر از پسرهاست. در بعضی دخترها، علت خاصی برای بلوغ زودرس دیده نمی‌شود و بیشتر جنبه خانوادگی دارد و در سایر افراد خانواده (مادر یا خواهران وی) نیز چنین حالتی دیده می‌شود، ولی در مواردی بیماری‌های مهم دستگاه عصبی مرکزی می‌تواند این حالت را ایجاد کند. گاهی تولید هورمون‌های جنسی زنانه که به دلائلی ایجاد می‌شود، باعث بلوغ زودرس می‌شوند.

علل و عوامل پیش‌رسی بلوغ در کودکان

۱. عوامل ارثی یا ژنتیک و انتقال این ویژگی زود رسی بلوغ از والدین و اجداد به فرزندان
۲. عامل تغذیه ، بویژه غذاهای هورمون دار و مصرف زیاد مواد پروتئینی مانند گوشت و تخم مرغ و غیره
۳. عوامل اجتماعی و فرهنگی مانند دیدن صحنه های جنسی و شنیدن داستان ها و شرح حال های مربوط به آن نوع مسائل ، تصویر ها و تبلیغات انواع رسانه ها مانند تلویزیون و ماهواره ، اینترنت و سی دی و غیره .
۴. بازی ها و نوازش های غلط و بی غرض توسط والدین در دوران خردسالی
۵. اضطرابات و نا امنی های مکرر برای کودک و دلشوره هایی که برای او در عرصه ی زندگی حاصل می شود و او را در خود غرق می کند.

۶. از دیگر عوامل ایجاد بلوغ زودرس می توان به وجود عوامل محیطی مثل نوع لباس ، معاشرت ناصحیح ، ستایش جنس مخالف نزد کودک ، تعقیب کنجکاوی و تجسس توسط کودک ، نیاز شدید به محبت ، نقص اخلاق و شوخی های بی بندوبار و ... میتوان نام برد.

عوامل اجتماعی و فرهنگی مانند دیدن صحنه های جنسی و شنیدن داستان ها و شرح حال های مربوط به آن نوع مسائل ، تصویر ها و تبلیغات انواع رسانه ها مانند تلویزیون و ماهواره ، اینترنت و سی دی و غیره می تواند از علل مهم ایجاد بلوغ زود



رس دانست.

بنابراین درمان باید بسیار زود شروع شود (قبل از سن استخوانی ۱۲ سال برای دختران و ۱۳ سال برای پسران). در صورت موفقیت، پزشک درمان را تا رسیدن کودک به سن طبیعی بلوغ ادامه می‌دهد و سپس قطع می‌کند تا بلوغ به‌طور طبیعی در سن طبیعی پیش رود. آگاهی والدین به نشانه‌های بلوغ زودرس با مراجعه زود و به موقع موفقیت درمان را به‌دنبال دارد. نکته مهم این است که هوش این کودکان طبیعی و حتی در مواردی بالاتر از کودکان هم‌سن است.

والدین چه می‌توانند بکنند؟

والدین باید با ایجاد رابطه صادقانه و دوستانه با دختر یا پسر مبتلای خود، برای او پیدایش این تغییرات را توضیح دهند و او را از مراقبت‌های ضروری آگاه کنند. ارتباط والدین با معلمان فرزندشان به‌منظور برقراری ارتباط دوستانه آنان با بچه‌های هم‌سن خود و جلوگیری از ایجاد مشکلات روانی در این زمینه بسیار اهمیت دارد. رعایت عوامل و شرایط فردی، خانوادگی و اجتماعی قابل کنترل (عوامل و شرایط ذکر شده در مورد علل بلوغ زودرس) به‌منظور تعدیل و کاستن از عوارض و پیامدهای بلوغ زودرس در زندگی حال و آینده این افراد نیز حائز اهمیت است. مراجعه به پزشک متخصص برای بررسی و درمان زودرس بلوغ برای پیشگیری از مشکلات استخوان‌بندی، رشد قدی و فیزیکی و انجام معاینه‌ها و آزمایش‌های مداوم یکی از وظایف مهم والدین در این موارد است.

چگونگی کنار آمدن با بلوغ زودرس فرزندان

امروزه بسیاری از پدرها و مادرها نگران پدیده‌ای در فرزندانشان هستند به نام بلوغ زودرس و این که می‌خواهند بدانند با این پدیده چگونه باید برخورد علمی و درست داشته باشند. این نوشتار می‌کوشد در این زمینه اطلاعات کاملی به شما بدهد. ظاهر شدن علائم بلوغ از نظر فیزیکی و هورمونی در دختران قبل از ۸ سالگی و در پسران قبل از ۹ سالگی، بلوغ زودرس نامیده می‌شود.

ابتدا این کودکان بلندتر از هم‌سن‌های خود هستند، ولی به دلیل بلوغ زودرس استخوان‌ها، در نهایت قد کوتاه‌تری خواهند داشت. بلوغ در دختران با بزرگ شدن سینه‌ها و عادت ماهانه ظاهر می‌شود و در پسران با افزایش شهوت که به شکل اختلالات رفتاری تظاهر می‌کند.



بلوغ زودرس از ۲ جنبه اهمیت زیادی دارد:

جنبه اول علت ایجاد کننده آن است که پزشک متخصص با انجام آزمایش های لازم و پیگیری های منظم و دقیق نوجوانان مبتلا، در طی مدت طولانی به دنبال علت ایجاد آن می گردد.

جنبه دوم اثر بلوغ زودرس، رشد قدی و روانی نوجوان است.

در بیشتر دخترها، علت خاصی برای بلوغ زودرس دیده نمی شود و بیشتر جنبه خانوادگی دارد و در سایر افراد خانواده (مادر یا خواهران) نیز چنین حالتی دیده می شود، ولی در مواردی، بیماری های مهم دستگاه عصبی مرکزی مثل تومورهای مختلف، عفونت و التهاب مغز یا ضربه به جمجمه می تواند این حالت را ایجاد کند. گاهی کیست های تخمدانی با تولید هورمون های جنسی زنانه، باعث بلوغ زودرس می شوند. در پسرها حالت سرشتی کمتر دیده می شود و بیماری های زمینه ای مثل تومورهای سیستم عصبی مرکزی بیشتر شایع است. در این کودکان (پسر یا دختر) بررسی مغز با MRI حتما انجام می شود. سونوگرافی از تخمدان های و شکم و بررسی آزمایشگاهی هورمون های مختلف و نیز تعیین سن استخوانی انجام می شود. در صورت طبیعی بودن معاینات و آزمایش ها، حتما باید هر ۶ ماه یک بار توسط پزشک بررسی انجام شود.

بلوغ زودرس و سردرگمی جوانان

دکتر شهلا کاظمی پور، جامعه شناس و معاون پژوهشی مرکز مطالعات جمعیتی آسیا و اقیانوسیه نیز در این باره معتقد است که از نظر اجتماعی تا ۷ سالگی دوران کودکی، ۷ تا ۱۲ سالگی نوجوانی اول، ۱۲ تا ۱۸ سالگی نوجوانی دوم، ۱۸ تا ۲۵ سالگی دوران جوانی و از ۲۵ تا ۶۴ سالگی دوران میانسالی و پس از آن دوران سالخوردگی نامیده می شود. به گفته او؛ معمولا دختران در اواسط نوجوانی اول و پسران در اواخر نوجوانی دوم به بلوغ جسمی می رسند البته لازم به ذکر است که بلوغ فکری ۱۸ سال به بالا است و گاه ممکن است شخص در ۳۰ سالگی به بلوغ فکری برسد. با تنوعی که در سطح جامعه ما به وجود آمده ممکن است بلوغ فکری در سنین بالاتری در شخص ظاهر شود. این جامعه شناس در مورد بلوغ زودرس جسمی می افزاید: نوجوانانی که زودتر از سن مشخص به بلوغ جسمی می رسند در میان مدرسه و همشاگردی هایشان مشخص هستند، در واقع این نوجوانان از نظر فکری خردسال هستند ولی به بلوغ زودرس رسیده اند. به عقیده دکتر کاظمی پور، بلوغ زودرس غیرقابل انتظار است و



خانواده‌ها برای این مساله برنامه‌ریزی نمی‌کنند و به ذهنشان هم خطور نمی‌کند که شاید فرزندشان ۲ تا ۳ سال جلوتر از بقیه بچه‌ها به بلوغ برسد و چون انتظار ندارند، شرایط بهبود را برای کودک فراهم نمی‌کنند و در این مرحله نوجوان دچار سردرگمی می‌شود.

این استاد دانشگاه با بیان این مطلب که این سردرگمی مشکلات زیادی را برای نوجوان به وجود می‌آورد یادآوری می‌کند: نوجوانی که دچار بلوغ زودرس شده است نمی‌تواند نیازها و خواسته‌های طبیعی‌اش را بر زبان بیاورد زیرا که همه از او انتظار رفتاری معقول و بزرگانه دارند در حالی که نوجوان می‌خواهد شیپنت‌های خودش را داشته باشد و این مساله برایش سرخوردگی ایجاد می‌کند. کاظمی‌پور می‌گوید: وسایل ارتباط جمعی و مدرسه باید خانواده‌ها را در مورد این مساله آگاه کنند و به آنان بگویند که ممکن است بلوغ روند طبیعی نداشته باشد و کودکانشان زودتر یا دیرتر به بلوغ برسند و آمادگی برخورد با این مسائل را داشته باشند. زیرا همان‌گونه که بلوغ زودرس مسائل و مشکلات خاص خودش را دارد بلوغ دیررس هم باعث به وجود آمدن سرخوردگی در کودکان می‌شود از این رو باید در مورد این مسائل فرهنگسازی شود و آنان با تمام این مراحل و راه‌های بهبود آن آشنا شوند. خانواده‌ها باید بدانند که در مرحله بلوغ فرزندشان از طریق پزشک یا ریش‌سفید خانواده در جریان مسائل جسمی‌شان قرار بگیرند و بدانند اگر نوجوانی دچار بلوغ زودرس شد از او انتظار یک آدم بالغ را نداشته باشند زیرا ذهن او هنوز کودک است.

رفتارهای روانی دوره نوجوانی

همزمان با دوره نوجوانی نگرانی‌های خاص اجتماعی دختران و پسران نوجوان را تهدید می‌کنند، نگرانی در مورد آینده تحصیلی، خدمت سربازی، ازدواج و همسر مناسب، وضعیت مالی و ... افزایش می‌یابد .

تغییرات جسمانی ناشی از بلوغ:

بلوغ شامل یکسری تغییرات متوالی است که در فاصله زمانی ۱۴-۹ سالگی رخ می‌دهد. در گروه سنی زیر ۹ سال بلوغ زودرس و اگر بعد از ۱۴ سالگی شروع شود بلوغ دیررس نامیده می‌شود .

اولین نشانه بلوغ در نوجوان دختر و پسر متفاوت است. در پسران تغییرات صدا و در دختران رشد جوانه سینه و بطور همزمان رشد موهای زیربغل و ناحیه شرمگاهی ظاهر می‌شود و تغییرات ناشی از ترشح هورمون در نوجوانان ایجاد می‌شود .

آخرین تغییری که در سیر تکاملی بلوغ رخ می‌دهد وقوع قاعده گی و تخمک گذاری در دختران و اسپرم سازی در پسران است .



اضطراب در دوران بلوغ

اضطراب در حد معمول زمینه مناسب برای حرکت و تلاش در افراد به ویژه نوجوان است اما اگر از حد معمول آن فراتر رود، زمینه خوشی های زودگذر را برای نوجوان و جوان فراهم می آورد و افراد را دچار خطاهای ادراکی می کند .

علائم اضطراب مانند تپش قلب ، تند شدن سرعت نفس کشیدن ، دل پیچه ، دستپاچگی، وحشت از اتفاقاتی که قرار است در آینده اتفاق بیفتد، ناخن جویدن، بی اشتهايي ، بازی کردن بیش از حد با موهها، این واکنش ها در افراد متفاوت است. وقتی بدن نوجوان از تعادل سابق خود خارج و دچار تغییرات هورمونی می شود نگرانی هایی در نوجوان ایجاد و در ابعاد روحی و روانی او تأثیرگذار بوده و آرامشی که نوجوان در پیش از سن بلوغ داشته کاهش چشمگیر می یابد .

برای اینکه نوجوانان با موفقیت این دوره را پشت سر گذاشته و وارد سنین جوانی شوند نیازمند محیط خانوادگی سرشار از آرامش هستند. چرا که اضطراب و ناآرامی را به صورت ذاتی در خود دارد . به معلمان و والدین توصیه می شود در برخورد با نوجوان و جوان رفتارهای صحیحی را در پیش گیرند تا برقراری ارتباط آنها با نوجوانان دچار مشکل نشود .

آستانه تحریک در این سنین پائین است. با درک این شرایط والدین سعی در فراهم آوردن محیطی عاری از اضطراب و تشویش برای نوجوان خود داشته باشند. یکی از مهمترین علل فرار دختران جوان و نوجوان وجود محیط های زندگی پر از تنش و تعارض است .

چرا دختران بیشتر افسرده می شوند؟

قبل از بلوغ اختلاف قابل توجهی در میزان افسردگی بین دختران و پسران دیده نمی شود .

اما در سنین بین ۱۳-۱۱ سالگی میزان افسردگی در دختران افزایش می یابد و تا سن ۱۵ سالگی در دختران ۲ برابر پسران می شود. تا جایی که دختران به علت وضعیت اجتماعی خاصی که در این سنین در آن قرار می گیرند نسبت به افسردگی آسیب پذیرند تحقیقات نشان می دهد در حالی که بسیاری از پسران از تغییر اوضاع بدنی خود در سن بلوغ خرسند می شوند، دختران غالباً از تغییرات جدیدی که در بین آنها دچار ناآرامی می شوند .

در هر حال، فشارهای دوران بلوغ شامل شکل گیری هویت جنسی، جدا شدن از الگوها همراه با دیگر تغییرات هورمونی ذهنی و جسمی باعث تمایل به افسردگی می شود که در دختران بیشتر نمود افسردگی را به همراه دارد .

کارشناسان معتقدند که تربیت سنتی دختران در رابطه با نقش جنسی و بلوغ می تواند موجب بروز این گونه خصوصیات شود و احتمالاً عاملی در جهت افزایش ابتلای دختران به افسردگی باشد. در مراحل بالاتر، دختران جوان باز هم وقایع استرس زای



بیشتری را نسبت به پسران تجربه می کنند. در بیشتر موارد دختران دارای درآمد کمتر، موقعیت شغلی پائین تر و کنترل کمتر بر سرنوشت خود و ... هستند. برچسب مکانیزم های سازش، مردان جوان براحتی از مسائل چشم پوشی می کند در حالی که دختران بیشتر به مسائل پیش رو و راه حلها می اندیشند.

نتیجه گیری

بلوغ زودرس، پدیده ای فیزیولوژیک است که در هر جنس پسر و دختر دیده می شود. همان گونه که از نام آن برمی آید، در این حالت فرد زودتر از هم سالان خود علائم و آثار بلوغ را ظاهر می سازد. (۱۱)

بلوغ دیررس نیز در هر دو جنس پسر و دختر دیده می شود و شیوع آن در پسرها بیش از دختران است. به طور کلی می توان اظهار داشت هرگاه تا سن ۱۷ سالگی آثار و نشانه های بلوغ در فرد ظاهر نشود، وی دچار بلوغ دیررس شده است. (۱۲)

علل مختلفی در تسریع یا تأخیر بلوغ مطرح شده است. یکی از صاحب نظران می گوید: (نژاد، تغذیه و عوامل فیزیکی و روانی موجود در محیط زندگی، در زمان ظهور بلوغ و میزان ترشح هورمون های مربوطه اثر می گذارد؛ مثلاً ویتامین E را از جمله عوامل تغذیه ای مؤثر به شمار می روند. وضع نامساعد اخلاقی در اجتماعات بی بند و بار نیز باعث بلوغ زودرس در آن جوامع می شود. (۱۳)

درباره اثر آب و هوا در بلوغ، برخی نظر مخالف دارند و می گویند: (بلوغ بیش از آن که به آب و هوا بستگی داشته باشد، به طرز تغذیه و بهداشت و شرایط اجتماعی وابسته است. معمولاً آب و هوای معتدل بیش از هوای گرمسیر و سردسیر بلوغ را تسریع می کند. (۱۴)

هر کدام از بلوغ زودرس و دیررس، عوارضی بر فرد بالغ دارد، که می توان به احساس حقارت در بلوغ دیررس و اضطراب و نگرانی در بلوغ زودرس اشاره کرد، ولی در حال حاضر این معضل را از طریق تجویز دارو و روان درمانی، کنترل و از عوارض آن جلوگیری می کنند. بنابراین کسانی که به بلوغ زودرس یا بلوغ دیررس مبتلا هستند، نباید از این وضعیت نگران باشند.

البته در زودرسی بلوغ، بالغ باید به وظیفه شرعی خود عمل کند؛ مثلاً پسری که قبل از پانزده سالگی بالغ شده است، باید نماز و روزه و تکالیف دینی را انجام دهد و منتظر فرارسیدن سن مقرر نباشد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

منابع:

۱. معاونت پژوهشی و آموزشی سازمان تبلیغات اسلامی
۲. جستجو در گوگل و تایپ آموزش تربیت جنسی والدین به کودکان
۳. کتاب کلیدهای آموزش و مراقبت از سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان انتشارات صابرین
۴. دکتر مهدوی خداوردی لو- مجید رشید پور
۵. دکتر علی اصغر احمدی - علیرضا عصاره