الأكاديمية العربية الدولية
Arab International Academy

تنمية وتعليم المراهق

دكتورة حنان حلبي

الأكاديمية العربية الدولية – منصة أعد

مخطط المادة

- مقدمة
- تعريف المراهقة في علم النفس
- النمو الجسمي
- النمو العقلي
- النمو الانفعالي
- النمو الشخصي

مخطط المادة

- حاجات المـراهـق

أولاً، الحاجات النفسية

- حاجات المـراهـق

ثانيًا، الحاجات الإجتماعية

- نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

- المراهقون والمدرسة

مخطط المادة

- دور المعلم في تنمية وتعليم التلميذ المراهق
- كيفية التعامل مع المراهق في المدرسة
- خاتمة

مقدمة

تعتبر فترة المراهقة فترة مهمة في حياة الانسان، ينتقل خلالها من مرحلة الطفولة إلى مرحلة النضج. تشكل هذه المرحلة مخاوف وتحديات للمراهقين بسبب التغيرات التي يمرون بها من حيث الشكل والوزن والطول، وتغيرات في أعضاء الجسم، وفي طريقة التفكير. حيث يبدأ المراهق بتطوير سمات شخصية فريدة تؤثر على سلوكياته العاطفية والاجتماعية، في وقت لا يزال عقله غير جاهز لصقل هذه هذه الشخصية وتوقع عواقب وآثار قراراته التي يتخذها، والتي يظن أنها الأمثل. وهنا يأتي دور الأهل في تقديم الدعم المدروس لضمان انقضاء فترة المراهقة دون خسائر أخلاقية أو نفسية لدى الابن أو الابنة.

تعريف المراهقة في علم النفس

المراهقة مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرشد ، وهي مجموعة من التغيرات في نمو الفرد الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي ، فهي مرحلة الانتقال التي يصبح فيها المراهق رجلاً ، والمراهقة امرأة . المراهقة تغير سريع، و هذا الانتقال تغير ، والتغير صفة ملازمة للكائن الحي ، لكن التغير في الطفولة بطيء ، وبعد المراهقة بطيء كذلك ، وفي المراهقة سريع جداً. ويعني به التغير السريع والمفاجئ بمعدلات كبيرة وعلى كافة المستويات الجسمية والعقلية والنفسية والروحية.

النمو الجسمي

- يحدث خلال مرحلة المراهقة طفرة كبيرة في النمو ، ويشمل النمو التغير في ثلاثة أشياء : الحجم و الوزن و الخصائص الجنسية.

- تتحول الملامح الطفولية إلى ملامح فظاظة جسمية بسبب اختلاف نسب أعضاء الجسم.
- يزداد الوزن بسرعة نتيجة زيادة الدهون بالإضافة الى زيادة أنسجة الجسم.
- يزداد نمو القلب والرئتين وزيادة ضغط الدم .
- يتراكم الدهن في بعض أجزاء الجسم ويزداد طول الساقين وعرض المنكبين وبروز الصدر .

تستطيل العظام وتسبق في نموها النمو العضلي

النمو الجسمي

- ظهور الخصائص الثانوية كتغير الصوت من صوت رفيع إلى صوت خشن عميق
- ظهور الشعر في الشارب والذقن والساقين والذراعين وتحت الإبط وغيرها
- يصاحب هذه التغيرات آثار التعب والكسل والخمول واضطرابا في الجهاز الهضمي ، وقد يصاحب فترة النمو فقر الدم أحيانا .
- يظهر لدى المراهقين النفور من العمل والنشاط (كان في السابق ممتلئ حيوية ونشاطا ، ولكنه الآن لديه نوع من عدم التوازن والتآزر الحركي،حيث يختل في المشي والرشاقة).
- النمو لدى الفتيات أسرع وأكبر من الأولاد .

النمو الجسمي

يتضح النمو الجسمي في مرحلة البلوغ في مظهرين :

أ- المظهر الفسيولوجي : نمو الأجهزة الداخلية، كالغدد الجنسية والخصائص الثانوية..

ب- المظهر الخارجي : مثل الطول وتعبيرات الوجه وغيرها ...، ويصاحب ذلك بعض الآلام في العضلات والشعور بالإعياء .

النمو العقلي

يتجه النشاط العقلي فيها نحو التركيز والتبلور نحو موضوع معين وكثرة المناهج في الثانوية.

- يكتسب المراهق القدرة على التفكير المجرد ، ويصبح أكثر قدرة على التخطيط العملي، وكذلك التفكير التأملي .

- تتضح الفروق الفردية في المراهقة في القدرة العقلية العامة ، والاختلاف في الاستعدادات والميول .

- تزداد القدرة العقلية العامة ، فيزداد التعلم وينمو الذكاء، ويصل أعلى مستوى له خلال هذه المرحلة – هناك اختلاف في أي عمر يصل إلى منتهاه ما بين 13-20.

النمو العقلي

عرض لبعض العمليات العقلية :

- الانتباه : يزداد في المدى والمدة (فهم المشكلات طويلة ومعقدة) .

- التذكر: اختلاف طريقة الحفظ بين الطفل والمراهق ، فالحفظ لدى المراهق يقوم على الفهم والتذكر قائم على إدراك العلاقات ، بين عناصر الموضوع، والمراهق لا يتذكر إلا إذا كان حفظه قائم على أساس الفهم ، في حين حفظ الطفل قائم على التكرار ولا يشترط له الفهم .

النمو العقلي

- التخيل : في الطفولة يقوم على أساس الصور البصرية ، أما التخيل في المراهقة فيقوم على التجريد المبنى على ألألفاظ والصور اللفظية ، إن القدرة على التجريد تساعد الطالب على دراسة الهندسة والرياضيات ونحوهما..

- إن نمو القدرات العقلية السابقة يساعد الطالب على الاستدلال والتفكير المجرد وحل المشكلات

النمو الانفعالي

- يوجد اتفاق على أن مرحلة المراهقة مرحلة أزمة فهي مرحلة توتر انفعالي .

- نتيجة للنمو السريع فإن له آثارا انفعالية كبيرة على المراهق فهو يشعر بانزعاج من نمو أطرافه ، وتضخم صوته ، ونمو أعضائه وبروزها، ويقضي وقتا كبيرا أمام المرآة..

يؤدي ذلك إلى العزلة والشعور بالخجل ، وتقل اهتماماته الاجتماعية ، ويشعر بالارتباك من الآخرين خشية ملاحظة التغير الذي طرأ عليه ، وبالتالي الارتباك والتردد الذي يظهر على أفعاله، ويخجل من القراءة الجهرية نتيجة تغير الصوت لديه

النمو الانفعالي

- يظهر لديه عدم الاستقرار ؛ فتتغير ميول المراهق كما يتغير جسمه فهو ينتقل من نشاط لآخر ،ولا يشعر بالرضا من أي نوع ، ويصاحب ذلك مشاعر التوتر .
- تزداد الحساسية لديه تجاه نظرات الآخرين وأوامرهم ونصائحهم ومطالبهم ، فتغلب عليه حدة الطبع وسرعة الغضب ، ويفسر معظم ما يسمعه من الكبار والأقران على أنه موجه إليه.
- يكون في المنزل غيورا من إخوانه ناقدا لهم ، يسبهم ويتعارك معهم دون سبب واضح ، ويسلك هذا مع أصحابه ، فتنهار الصداقات القديمة.
- كما يظهر لديه الميل والإعجاب بالأشخاص والجماعات
- كما يغرق في الخيالات وأحلام اليقظة والتعصب نحو موضوع ما .

النمو الانفعالي

- كما يغرق في الخيالات وأحلام اليقظة والتعصب نحو موضوع ما .

- نتيجة تكامله العضوي والعقلي فهو يملك ما يملكه من أنواع الانفعالات ويصيبه ما يصيب الكبار من أنواع الانفعالات ..لكن تنقصه الخبرة ، فهو لم تصقله الخبرة!

- قد لا يستطيع التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية. فقد يلقي أو يحطم ما في يده ، وقد يمزق ويتلف مقتنياته .

- إذا أحب أسرف وبالغ وتعلق بمن يحب ، ويهيم به ، ويضحي من أجله. كما أنه إذا أعجب بشخص أو جماعة أو نموذج سعى إليه وجمَّع الناس عليه وبالغ في مدحه ، ووضعه أول اهتماماته التي لا يساوم عليها ، وهذا سر تعلق المراهقين الشديد بمن يسمون (النجوم) من رياضيين أو ممثلين أو مغنين ، ومن ثم تقليدهم ، وذلك نتيجة الضعف التمييزي لدى المراهق ولذا فهو يتمتع بالمبالغة في التأييد والمناصرة والتشنج.

النمو الشخصي

قد تسيطر على المراهق فكرة أن أنظار الناس تتجه إليه ، وأنهم ينظرون إليه ما ينظر هو إلى نفسه ، وهذا ناتج عن فقدان التوازن الانفعالي .

لديه الحساسية الزائدة تجاه النقد ، نتيجة خيبة أمله فيما كان يعتقده عن رأي الآخرين نحوه

أحلام اليقظة وخيالاته تضفي عليه قوة وكمالا وقيمة ، ولكن هذه ليس لها رصيد عند الناس، فهو عندهم مازال صغيرا وغير قادر على تحمل المسؤولية

لذا يصبح في بعض الأحيان ناقما على والديه وعلى الناس والمجتمع ويطلق بعض العبارات مثل : (لا أحد يفهمني) ، ومثل (ما يدريكم عني)، ومثل (أنا أفهم منكم) ، ومثل (لا أريد أن أجلس إلا مع أصحابي الذين يفهمونني) ... ومثل هذه العبارات .

النمو الشخصي

نقصان الثقة بالنفس ، حيث يصبح أقل ثقة بنفسه ،وذلك راجع لعدة أسباب :

1- نقص المقاومة الجسمية ، والقابلية للتعب .

2- الضغوط الاجتماعية التي تطلب منه أكثر مما يؤديه .

3- نقد الكبار لطريقته بالعمل .

يعتري المراهق أحيانا مظاهر اليأس والقنوط والكآبة

يدرك المراهق أن عجزه المالي هو الذي يحول دون تحقيق رغباته ، وآماله ويقف ذلك دون استقلاله

النمو الاجتماعي

يحس المراهق بالحاجة إلى الانتماء الى رفقة أو جماعة ، تشاركه مشاعره ، وتعيش مرحلته ، وهذه الجماعة مطلب حيوي لا يستغني معظم المراهقين عنها..

من أخطر مصادر المشكلات للمراهق تفضيله لمعايير الأقران التي تتعارض مع معايير الكبار ، وخاصة الوالدين .

يميل المراهق نحو الاستقلال عن السلطة والاعتماد على نفسه، والاعتداد برأيه .

الصراع والمشاكسة داخل الأسـرة والـمـدرسـة .

تقمص شخصية أو فكر أو جماعة لتصبح مثله الأعلى .

حاجات المـراهـق
أولاً، الحاجات النفسية

وتضم الحاجة إلى : الأمن و القبول .

الحاجة إلى الأمن

طبيعة الفترة التي يعيشها المراهق حرجة ، فهي فترة انتقالية مؤقتة ، يحكمها تغيرات سريعة ومتنوعة .. وهذه تؤثر على المراهق من حيث الاستقرار النفسي والطمأنينة والأمن .

المراهق بحاجة إلى الأمن على نفسه ومستقبله.. والطمأنينة أثناء التحولات والتغيرات التي تحدث له

لا بد من إسهام البيئة التربوية ببث الطمأنينة في كيانه النفسي ، وإشباع حاجته إلى الأمن والعمل على توعية المراهق بنفسه بصورة عفوية وبأسلوب واقعي

حاجات المـراهـق
أولاً، الحاجات النفسية

ما هي أبرز المخاوف التي تعتري المراهق ؟

من هذه المخاوف ما يلي:

1- التخوف من تحمل المسؤولية والنجاح فيها :

يعالج بـ :

ا- تعويده على تحمل بعض الأعباء الأسرية.

ب- المعاملة المســؤولية .

ج- المشاركة الاجتماعية .

حاجات المـراهـق
أولاً، الحاجات النفسية

2- التخوف من التحولات الجسدية والشكلية :

يعالج بـ :

أ- تجنب السخرية من المراهق .

ب- طمأنة المراهق بعفوية عن هذه التغيرات .

ج- معاملته كالراشد

حاجات المـراهـق
أولاً، الحاجات النفسية

3- التخوف والتردد حول الأهداف الكلية والبعيدة للحياة :

يعالج بـ :

أ- عدم ترك المراهق فريسة للأفكار .

ب- الإجابة عن كل تساؤلاته بكل رحابة صدر .

4- التخوف من مواقف الحوار والمواقف الاجتماعية :

يعالج بـ :

أ- عدم احتقار المراهق .

ب- تدريبه على الحوار والمناقشة

حاجات المـراهـق
أولاً، الحاجات النفسية

الأكاديمية العربية الدولية
Arab International Academy

الحاجة إلى القبول

يعد القبول مطلبا نفسيا واجتماعيا لا يستغني عنه الإنسان فالفرد في وسط البيئة الأسرية والاجتماعية يسعى للحصول على الرضا والمحبة والتقدير من الآخرين .. ويكره أن يسخر منه ويستهان به ، ويأنف من الاحتقار ويتألم لذلك ، ويحاول تلافيه ما استطاع إلى ذلك. إن قبول المراهق من قبل الآخرين ركيزة أساسية لتقبله هو لنفسه وللآخرين وأخذه لتوجيهاتهم . هناك عنصران مهمان لا بد من أخذهما بعين الاعتبار في سبيل قبول المراهق وشعور المراهق بذلك وهذان العنصران هما:

- فهم المراهق فهما جيدا من جميع نواحي نموه المختلفة ، وإشعاره أنه معروف ومفهوم لدى أبويه وأساتذته ومعلميه..
- تقدير المراهق حسب ما تقتضه مرحلته ..فالاحترام والاعتبار ضروريان .

إذا تم تقدير المراهق واحترامه حسب مرحلته، كان سببا في إحساسه بالقبول والرضا ، وأثر ذلك في سلوكه نحو الأفضل.

حاجات المـراهـق
ثانيًا، الحاجات الإجتماعية

الحاجة إلى القبول

يعد القبول مطلبا نفسيا واجتماعيا لا يستغني عنه الإنسان فالفرد في وسط البيئة الأسرية والاجتماعية يسعى للحصول على الرضا والمحبة والتقدير من الآخرين .. ويكره أن يسخر منه ويستهان به ، ويأنف من الاحتقار ويتألم لذلك ، ويحاول تلافيه ما استطاع إلى ذلك. إن قبول المراهق من قبل الآخرين ركيزة أساسية لتقبله هو لنفسه وللآخرين وأخذه لتوجيهاتهم . هناك عنصران مهمان لا بد من أخذهما بعين الاعتبار في سبيل قبول المراهق وشعور المراهق بذلك وهذان العنصران هما:

- فهم المراهق فهما جيدا من جميع نواحي نموه المختلفة ، وإشعاره أنه معروف ومفهوم لدى أبويه وأساتذته ومعلميه..
- تقدير المراهق حسب ما تقتضه مرحلته ..فالاحترام والاعتبار ضروريان .

إذا تم تقدير المراهق واحترامه حسب مرحلته، كان سببا في إحساسه بالقبول والرضا ، وأثر ذلك في سلوكه نحو الأفضل.

حاجات المـراهـق
ثانيًا، الحاجات الإجتماعية

الحاجة إلى الرفقة

*طِبيعة الإنسان.

*تتميز الرفقة بكونها اختيارية .

عوامل تخدم ربط المراهق بالرفقة الصالحة ومنها :

1- معرفة المربي بشروط الرفقة الصالحة وصفاتها ، ومنها : النزوع للخير قولا وعملا .. الاتزان الانفعالي

2- الانتباه المبكر والتهيئة المسبقة للمراهق .

حاجات المـراهـق
ثانيًا، الحاجات الإجتماعية

3- التهيئة لوجود الـرفـقـة الصـــالـــحـــة .

4- ربط المراهق بالأنشطة الجادة والهادفة : كالجمعيات المدرسية، وحلق تحفيظ القرآن ، والمراكز الصيفية

5- الاستعانة بذوي العلم والخبرة .

6- المتابعة غير المباشرة .

8- التحكم بنظام الأســرة .

9- إكرام الصحبة الصالحة وتقبلها

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

في ما يلي مجموعة من النصائح التي سيساعدك اتباعها على تسهيل التعامل مع ابنك أو ابنتك خلال سن المراهقة

كن صديقا لابنك المراهق

غالبًا ما ينفتح المراهقون للآباء الذين يتصرفون كأنهم أصدقاء لهم ويتفاعلون مع مشاكلهم دون قلق أو تهويل. كونك صديقًا لطفلك المراهق أو المراهقة سيكون أمرا إيجابيًا لهم بالوقت الحالي، ولك خلال سنوات المراهقة وطوال الحياة. سيعتاد ابنك على الوثوق بك مما يجعله يشعر بالأمان، وسيجدون ملجئا للرجوع إليه عند المرور بأوقات عصيبة.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

احرص على ابقاء سبل للتواصل

التواصل لا يعني أن على المراهق أن يخبرك بكل شيء وأنت عليك أن تستمع، بل إن التواصل يعني إجراء محادثة ثنائية الاتجاهات. إذا أخبرك ابنك بشيء يقلقه، فإنه يتوقع منك أن تخبره عن مخاوفك وأسرارك أيضًا. هذا سيجعلهم يشعرون بأهميتهم وكبرهم ونضجهم. فالأطفال يحبون أن يشعروا بأنهم كبروا وستكون أنت السبب وراء منحهم هذا النوع من الثقة. بمكن اعتبار أن التواصل هو أساس إنشاء أفضل رابطة بين الوالدين والطفل المراهق.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

شجعه على فعل ما يحب

شجع طفلك المراهق على المداومة في الأنشطة اللامنهجية الجماعية، وأخبره بأنه بارع في عمل ما وأنه يجب عليه متابعته والاستمرار به دون تردد. المراهقون يحبون سماع الكلمات التشجيعية وتذكيرهم بأنهم موهوبون وقادرون على جعل والديهم فخورين بهم. سيساعدهم ذلك في شحذ مهارة ما وسيصبحون أفضل فيما يحبون فعله.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

دعه يكتشف الأشياء بنفسه

وهذا لا يعني أن تتركه بمفرده، ولكن من الضروري أن تمنح ابنك المراهق مساحة خاصة له. أنت تعلم أنهم سيأتي إليك في نهاية المطاف، لكن يجب على المراهقين أن يعتادوا على محاولة حل المشكلات بأنفسهم. وبمجرد أن يفعلوا ذلك، سوف يشعرون بالفخر وستكون هناك ثقة واستقلالية متجددة في الطفل. لا تقتصر مسؤولية الوالدين على التواجد من أجل المراهق فحسب، بل تتمثل أيضا في جعل المراهق مستقلًا.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

ركز على الإيجابيات

لا تنس أن المراهقين هم بالأساس أطفال غير ناضجين تماما بعد، وهم معرضون للوقوع بالخطأ في أي وقت وتحت أي ظرف. تحدث معهم بشكل مستمر ولكن لا تلتزم بالحديث عن السلبيات فقط، ولا تكثر من الانتقاد، ولا تلق باللوم على طفلك، أخبره أنه يقوم بالعديد من الأشياء بشكل صحيح وأنك ترى ذلك، وأن دائما هنالك حلول للأمور التي قد تحدث بشكل خاطئ. بهذه الطريقة فقط ستضمن أن طفلك يصغي لك.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

علمه قواعد الحياة

للحياة قواعد معينة، عرفها الكبار من خلال خبرتهم وتجاربهم السابقة، ومن واجبهم تعليمها للأطفال، ومن الواضح أن الأطفال يعرفون أنهم ما زالوا يجهلون الكثير من الأشياء ولن يمانعوا أن يتعلموها إذا قمت بصياغتها لهم بطريقة ودية. أظهر للمراهق أنك تقف في صفه وستجده مهتمًا للغاية بالتعلم وخوض الحوار معك.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

مهارات يجب تنميتها لدى المراهق

فيما يلي تفصيل لمجموعة من المهارات التي يجب على كل مربٍ أن يسعى لتطويرها لدى ابنه المراهق أو ابنته المراهقة، فالمراهق قد أصبح قادرًا على تعلم مهارات حياتية وهو بحاجة الآن بحاجة لأن يتم تحضيره لفترة النضج التي تلي سن المراهقة:

مهارة تحديد الأهداف الشخصية

كتعليم المراهق حب المبادرة وأهمية التواصل مع الآخرين والاستعداد لخوض تجارب جديدة خارجة عن نطاق الراحة المألوف والالتزام بالقواعد المتعلقة بالأسرة والعمل وتنمية الدوافع الشخصية، كن على علم أن ابنك المراهق قد يفضل التركيز على هوايات معينة أو أنواع من الفنون أكثر من الدراسة، كالموسيقى أو الرقص، ولا بأس بذلك، استغل هذه الفرصة لتعليمه الموازنة بين دراسته وهواياته.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

مهارات الأداء التنفيذي

كالتخطيط للمستقبل وتنفيذ الخطط قصيرة الأمد، وصناعة القرارات والمراقبة الذاتية، فهذه مهارات ستساعده على تكوين شخصية منظمة وتجعله شخصا قادرًا على إدراة أمور حياته بشكل أفضل.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

مهارات العيش المستقل

لا بد من تعليم المراهق أساسيات العيش المستقل والاعتماد على الذات، فقد يضطر المراهق للسفر من أجل إكمال الدراسة فور انتهاء سنوات مراهقته، أو قد يحصل على عمل بمدينة بعيدة عن منزل الأسرة الحالي، لذا لا بد أن يكون على إلمام ببعض قواعد الاستقلالية كإدارة الدخل، والطهي والغسيل والتنقل، ومهارات البحث عن الوظائف وإجراء مقابلات العمل، وتقبل النقد. قد يعاندك ابنك وقد يرفض تلقي هذه التعليمات ولكن اشرح له السبب وأعلمه أنك تسعى لتحقيق مصلحته، وابق مصرًا على تعليمه هذه المهارات، وسيشكرك لاحقًا.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

مهارات الدراسة

قد يميل المراهقون إلى إهمال الدراسة في المرحلة الإعدادية، ولكن حاول تذكير ابنك بأهمية العلم وضرورته لاستكمال حياة رغيدة، حفز جانب الفضول لدى المراهق تجاه استكشاف التخصصات الأكاديمية الجديدة فقد يجد تخصصًا يستهويه ويظهر إبداعه. أعلم المراهق أن تأدية الفروض المنزلية شرط للسماح له بالخروج مع أصدقاءه أو لعب ألعاب الفيديو.

.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

مهارات الرياضة والعادات الصحية

حافظ على العادات الصحية للمراهق، كممارسة الرياضة وتناول الأكل الصحي والحصول على ساعات النوم الكافية، ذكر المراهق أن الالتزام بهذه العادات في هذه الفترة سيضمن له صحة أفضل لبقية العمر، وأنه سيكون متميزًا في المجال الرياضي إن داوم على التدريب، مما سيضمن له الشهرة (وهو أمر قد يستهوي بعض المراهقين)، وأن الرياضة قد تضمن له مجموعة أخرى من الأصدقاء ليقضي الوقت معهم في حال تعثرت علاقاته بأصدقاء الدراسة أو الحي، كما أن عنصر التحدي والنصر قد يكون حافزًا للمراهقين لأن يحققوا نجاحات في مسارات حياتية أخرى كالعمل مثلًا..

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

مهارة الوعي العاطفي

الأبناء المراهقون بالغالب يحملون صفات عاطفية شبيهة بصفات آبائهم وأمهاتهم، قد يسهل عليك فهم عواطف ابنك أو ابنتك المراهقين، علمه طريقة التعبير المناسب عن العواطف، والقدرة على التحكم بها، ذكره بأهمية التعاطف وقوي قدرته على تقبل العواطف السلبية. ولكن لا تنس أن المراهقين يعانون من اضطرابات مزاجية، كن متيقظًا لها دومًا وكن داعمًا وموجهًا ومثالًا إيجابيًا، لا حاكمًا وسريع الملل.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

المهارات الاجتماعية

كالتواصل مع الآخرين وحسن الاستماع وحل النزاعات وتقييم المواقف، وهذه جميعها مهارات يحتاجها المراهق لكونه يميل للانفصال عن والديه، ويخوض نزاعات مع أشقاءه وأقرانه. قد تشعر أن ابنك لا يستمع لك في مثل هذه المواضيع، ولكن علمه إياها بأية حال، فقد يجد نفسه في موقف معين وليس لديه أية حلول سوى ما قلته له، وعندها سينفذ ما علمته إياه دون تفكير وسيعي أهمية ما ظنّ أنه غير مهم.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

مهارة إدارة العلاقات

علم ابنك المراهق أسس تكوين الصداقات، وأسس الحفاظ على ديمومتها، وأهمية فهم كل شخص لحدود الآخر، وكيف تكون العلاقات متبادلة ومتى تكون متوازنة، ذكره بأنه قد يكون مزاجيًا باختيار علاقاته، وهذا أمر طبيعي لكونه في سن المراهقة، ولكن كن له داعمًا وعلمه الصبر والتأني في الحكم على الأشخاص. ساعده على تكوين علاقات إن شعرت أنه يجد صعوبة بذلك، عرفه على أبناء أصدقائك، أقم حفلة شواء بمنزلك وادعُ إليها زملاء ابنك الذين ترى أنهم مناسبون ليكونوا أصدقاء له.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

المهارات الأخلاقية

من أهم الأمور التي ستمنح طفلك المراهق دفعة نفسية وتعزز ثقته بنفسه هو أن تعلمه الدفاع عن الحق، وتفعيل دور الضمير في الحكم، وتحمل مسؤوليات نفسه ومن هم أقل حظًا منه إن استطاع. يفضل المراهقون خوض تجارب مخالفة للمألوف وتحتوي على الإثارة، وهم يعون بشكل من الأشكال "ما هو صحيح" وقد يدافعون عنه بدافع إثبات ذاتهم.

نصائح للأهل للتعامل مع الابن المراهق

المهارات الروحانية

الصبر على الشدائد، تجاوز الفشل العاطفي، تقبل الهزائم، جميعها أسلحة يجب على المراهق التسلح بها، فالحياة ليست وردية، وكل أنسان معرض للشدائد، كن المثال الحي لابنك المراهق في طريقة التعامل مع مثل هذه الأمور، وبرهن له أن هذه المواقف تبدو صعبة في البداية ولكنها تصبح أسهل مع مرور الوقت، وأن هذه كلها اختبارات تجعل من الفرد عنصرًا أقوى وأصلب.

المراهقون والمدرسة

يدخل الفتيان والفتيات المراهقة في المرحلة المتوسطة، وتستمر معهم حتى نهاية المرحلة الثانوية، وتكون على أشدها في نهاية المتوسطة وبداية الثانوية، لذلك ينبغي على المدرسين معاملة طلاب المدرسة المتوسطة والثانوية بأسلوب يختلف عن معاملتهم لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، وذلك بإسهام الطلاب في أنشطة المدرسة ، ومن ذلك على سبيل المثال :

1ـ تكليف الطلاب بقراءة الكتب التاريخية عن المكتشفات والمخترعات ، والرحلات الاستكشافية حول الأرض ، وبين القارات وفي البحار ، مما يشبع التفتح العقلي عند المراهق ، ويوجه الطلاب إلى مكتبة المدرسة للاستفادة منها .

2ـ إصدار صحيفة للفصل يقوم بها طلاب الفصل للتنافس بين الفصول ، وإشباع روح الفريق والعمل الجماعي لدى المراهقين .

المراهقون والمدرسة

3- تكليف الطلاب بمهام مدرسية ، مثل رئيس الفصل، ومسؤول المكتبة ، ومسؤول رياضي، ومسؤول ثقافي، ومسؤول النظام، وهذه كلها تشبع لدى الطلاب الحاجة إلى المعرفة، والحاجة إلى توكيد الذات

4- تكثيف الأنشطة الرياضية التي تستهلك الطاقة الجسدية الفائضة عند المراهق ، والاستفادة من هذه الأنشطة في إشباع الحاجة إلى الرفاق، والعمل الجماعي .

وخلاصة القول تكليف طالب المرحلة المتوسطة والثانوية بمسؤوليات فردية، ومسؤوليات جماعية لفريق ينتقى من قبل الطلاب أنفسهم، والعمل على صرف الطاقة الفائضة عندهم بالأنشطة النافعة.

دور المعلم في تنمية وتعليم التلميذ المراهق

تقبّل آراءهم

الطالب المراهق في العموم يتسم بالعناد وعدم تقبّل الرأي الآخر، خصوصًا الصادرة عن البالغين، بل إن التمرد صفة أساسية في كل مراهق، فهو غالبًا ما يعادي والديه ويخالف أوامرهما بدون سبب منطقي بالضرورة. ويكون هذا التمرد ناتجًا عن عدم الثقة التي يحاول أن يحققها في نفسه عن طريق الثورة على القناعات القديمة واستحداث قناعات أخرى جديدة توافق عقله أو هواه.

على المعلم أن يتعامل بذكاء مع هؤلاء المراهقين، خصوصًا وأن المعلم، طبقًا لعدة دراسات، يكون مصدرًا للثقة بالنسبة للمراهقين، بل إن المراهقين يميلون عادة إلى تصديق مدرسيهم ويعتبرونه شخصية تمثل "المثل الأعلى لهم".

دور المعلم في تنمية وتعليم التلميذ المراهق

درّبهم على التفكير بطريقة علمية

بسبب طبيعة التغيّرات العاطفية والنفسية لدى المراهق، فإنه عادة ما يصدر أحكامًا قاصرة وغير موضوعية أو محايدة.

ولأن المراهق يرغب دائمًا في أن ينضج بسرعة، وأن يكون في مستوى الراشد، فإنه يحاول بشتى الطرق كلما سنحت له الفرصة، أن يبدي رأيه في كل موضوع حتى لو لم يكن يعرف عنه الكثير، أملًا في الحصول على مكانة اجتماعية كالتي يحصل عليها الراشدون.

لهذا كله، ولأسباب أخرى، فإن تدريس العلوم للمراهقين وتدريبهم – وهذا هو الأهم – على التفكير بطريقة علمية -، كل هذا يجب أن يكون ضروريًا! التفكير بطريقة علمية سيساعدهم على إبداء أحكام موضوعية أكثر، كما يدرّبهم على الصدق وقول الحقيقة بالإضافة إلى احترام من هم أكبر علمًا والتواضع والاعتراف بالجهل في الوقت المناسب.

دور المعلم في تنمية وتعليم التلميذ المراهق

عاملهم كصديق

في فترة المراهقة، يتحوّل اهتمام الطالب من الاعتماد على الكبار إلى اعتماده على أصدقائه، وتصبح الصداقة عند المراهق هي محور اهتمامه. ومن هنا تكون أهمية أن تعامل الطالب المراهق كصديق وليس كسلطة تعلو عليه وتتحكم في مصيره.

إن كونك صديقًا لطالبك يعني أن تكون له أبًا كما تكون له معلمًا، بل إنك لو نجحت في إنشاء صداقة – ولو سطحية – بينك وبينه فإنك تستطيع عندها أن تعرف مشاكله وطريقته في التفكير، كما تتعرف على ما يضايقه وما يجعله مرتاحًا، وبهذا يمكن أن تكون هناك علاقة طيبة تجمعكما تمكن الطالب من الشعور بالراحة والانسجام، بل والحب، في أثناء الحصة، كما تساعد المعلم على أداء مهمته بسهولة أكثر نظرًا إلى طبيعة العلاقة بينه وبين طالبه فيسود الودّ والتناغم في الفصل وتصبح العملية التعليمية أكثر سهولة وفاعلية.

دور المعلم في تنمية وتعليم التلميذ المراهق

اخلق لهم شغفًا

حينما يقتصر دور المدرس عما يلقيه أثناء الحصة فقط فهذه مصيبة. المدرس مربيٌ قبل أن يكون معلم، فيجب أن يحرص على سلامة طلابه وتنشئتهم تنشئة سويّة.

مهمة المدرس أن يعلّم كل واحد من طلابه أنه مختلف عن زميله، أنه يمتلك موهبة يجب أن يمارسها، وشغفًا يجب أن ينمّيه ويعمل عليه، ومن لم يتمتع بموهبة فيساعده على إيجاد واحدة، وهذا يكون رادعًا لهم عن الانجرار إلى الكثير من الشرور.

كيفية التعامل مع المراهق في المدرسة

بالنظر إلى المشاكل التي يمر بها المراهق في المدرسة كان لا بد من حلها واتباع أسلوب مناسب للتعامل مع المراهق في المدرسة، ومن أهم الأمور التي يمكن أن تساعد في هذا ما يأتي:

- التعامل مع المراهق باحترام شديد وتقدير. اتباع المدرس أسلوب الحوار مع الطالب، وإشعاره بأنه صديق وقريب له أكثر من كونه مدرسًا مسؤولًا عنه.
- التركيز على النواحي والجوانب الإبداعية عند الطالب ذي المستوى الأكاديمي المتدني مع محاولة تطويره في كلا المجالين.

كيفية التعامل مع المراهق في المدرسة

- الإكثار من الأنشطة التي تشجع االطالب على القدوم للمدرسة مثل عقد المباريات والمسابقات وخلق أجواء التنافس السوي في المدرسة لأن المراهقين يفضلون دائمًا هذه الاجواء لأنها تمكنهم من إبراز مواهبهم وشخصياتهم فيشعرون بالتميز.

- الاتصال المستمر والمباشر بين الأهل والمدرسين من أجل التعامل بالأسلوب المناسب مع مشاكل المراهق والتعاطي معها بجدية.

كيفية التعامل مع المراهق في المدرسة

- الاتصال المستمر والمباشر بين الأهل والمدرسين من أجل التعامل بالأسلوب المناسب مع مشاكل المراهق والتعاطي معها بجدية.

- توفير مرشد مدرسي أو أكثر للتواصل مع الطلاب ومعرفة مشاكلهم، وهذا الأمر يمكن أن يختصر الكثير من المشاكل خاصةً إذا كان محل ثقة بالنسبة للطلاب ويمكنهم أن يبوحوا بكل ما في خاطرهم أمامه ليقدم لهم النصح اللازم، ولا تُشترط استشارته فقط في أمور الدراسة، بل يمكن استشارته في أمور البيت والأسرة والأصدقاء والأمور العاطفية والتغيرات التي تحدث للجسد والكثير من الأمور التي قد يخجل المراهق من مصارحة والديه بها.

خاتمة

التربية ليست المهمة الأسهل على وجه الأرض، ولكن هناك بعض الأشياء التي تساعدك على تجاوزها بسلاسة، أو قد تجعل منها مهمة ممتعة أحيانًا. سيحبك أطفالك إذا عاملتهم كشخص بالغ وعقلاني، فهم يبحثون دائمًا عن أصدقاء وقد يجدون أنك الصديق الأفضل لهم.