

بیشتر مسائلی که  
در دوران نوجوانی  
با آنها روبه‌رو  
می‌شوید، به نوعی  
تعرین بزرگسالی  
هستند

# تب و تاب نوجوانی

علیرضا متولی ●●●

نوجوانی پل عبور از کودکی به جوانی و بزرگسالی است. هر چه این پل را محکم‌تر بسازید، عبور موفق‌تری خواهید داشت و سالم‌تر به مقصد می‌رسید.

مهندسی این پل به دست خود شماست. شما انتخاب می‌کنید آن را از کجا به کجا بسازید.

طول و عرض آن را خود شما باید تعیین کنید.

اگر طول پل نوجوانی را کوتاه بگیرید و زودتر به جوانی

برسید، از نوجوانی خود لذت کمتری می‌برید. اگر

عرض آن را هم کوچک‌تر یا بزرگ‌تر از حد

بگیرید، یا در تنگنای نوجوانی گیر خواهید

کرد و یا آن قدر این پل پهن خواهد بود

که مدت زیادی در آن می‌مانید و

دیر به مقصد می‌رسید.



## نوجوانی دو دوره دارد

**نوجوانی دوره اول** با بلوغ آغاز می‌شود.

**نوجوانی دوره دوم** هم پس از گذراندن مسائل بلوغ شروع می‌شود و تا جایی پیش می‌رود که بتوانید از پس زندگی خود برآیید.



بدن شما شروع به تغییر می‌کند. یک روز می‌روید جلوی آینه و می‌بینید دماغتان بزرگ‌تر از آن شده است که به صورتتان بیاید و بعد کم کم می‌بینید یکی دو تا جوش کوچک هم این سو و آن سوی صورتتان هست. یک روز هم می‌بینید صدایتان فرق کرده است. بعضی جاهای بدن شما شروع به خارش می‌کنند و کم کم می‌فهمید موهایی در آنجا در حال رشد هستند. این‌ها همه علائم بلوغ هستند؛ نشانه‌های آمادگی برای تمرین بزرگ‌سالی.

این نشانه‌ها خوب‌اند و باید باعث خوش‌حالی شما شوند. یعنی دارید بزرگ می‌شوید.

در مدت چند سال، جسم و روح شما هر روز پدیده تازه‌ای را به شما نشان می‌دهد. دوران اول نوجوانی معمولاً با کمی اضطراب و نگرانی و خلوت‌گزینی روبه‌روست. چون شاید نخواهید کسی جوش صورت شما را ببیند یا متوجه بزرگی بد قواره بعضی از اندام‌هایتان شود. از طرف دیگر، کم کم آماده می‌شوید برای این که فلسفه‌ای در زندگی خود پیدا کنید. به هدف‌هایتان فکر می‌کنید.

ممکن است والدین شما هنوز نتوانسته باشند با پدیده نوجوانی شما کنار بیایند. چون پدر و مادر هنوز مثل یک کودک به شما نگاه می‌کنند و شما دیگر چنین نگاهی را دوست ندارید.

پدر و مادر سعی می‌کنند بیشتر مراقب شما باشند و شما از این مراقبت زیاد، ناراحت می‌شوید.

آن‌ها هم می‌دانند که شما باید از پل نوجوانی به‌خوبی عبور کنید. و شما شاید فکر کنید خودتان به تنهایی می‌توانید این کار را انجام دهید.

با آغاز این دوره، به مشارکت گروهی علاقه‌مند می‌شوید و گاهی نیز علاقه‌مندید مدتی از ساعات زندگی خود را در تنهایی بگذرانید.

در این دوران کم کم علاقه‌مند می‌شوید دوستی از جنس مکمل خود پیدا کنید. به زیبایی خود اهمیت می‌دهید. تا قبل از این، پدر و مادران رنگ و نوع لباس شما را انتخاب می‌کردند، اما الان دیگر ترجیح می‌دهید خودتان انتخاب کنید.

## معمولاً در هجده سالگی شما از نوجوانی گذر می‌کنید

من می‌خواهم در این صفحه که ان‌شاءالله در هفت شماره آینده هم ادامه خواهد داشت، درباره مسائل نوجوانی بنویسم و برای این کار به کمک شما نیاز دارم. البته من با چند گروه از هم سن و سال‌های شما جداگانه صحبت کرده‌ام و حرف‌های آن‌ها را هم به تدریج در میان نوشته‌ها می‌آورم، اما شما هم می‌توانید برای من از مهم‌ترین مشکلات خودتان بنویسید.

**منتظر نامه‌ها و ایمیل‌های شما هستم.**

ایمیل ما

[nojavan@roshdmag.ir](mailto:nojavan@roshdmag.ir)