

آموزش و مشاوره با نوجوانان در زمینه ارتباط با جنس مخالف

دکتر محمود گلزاری^۱

چکیده

قرار عاشقانه با جنس مخالف^۲ در بین نوجوانان ایرانی رو به افزایش است، به طوری که در سه سال گذشته، چند بررسی با حدود ۸۰۰۰ دانش آموز دبیرستان‌های تهران، قم و گچساران و ۱۳۰۰ نفر دختر ساکن در خوابگاه‌های دانشجویی در شهر تهران انجام شده است و در آن ۳۰ تا ۷۰ درصد از پاسخگویان اظهار کرده‌اند که با جنس مخالف ارتباط صمیمانه داشته و قرار عاشقانه گذاشته‌اند. این در حالی است که به دلیل پذیرفته نشدن دوستی با جنس مخالف در ایران که دارای فرهنگ ریشه‌دار دینی است، به ویژه در حکومت اسلامی، نه تنها به نوجوانان ایرانی آموزش‌های لازم و مفیدی در این زمینه داده نمی‌شود، بلکه پدران و مادران، مسئولان مدارس و مأموران انتظامی بدون داشتن درجه‌بندی مشخصی از نوع ارتباط، افراد درگیر دوستی با جنس مخالف را مورد آزارهای گوناگون روانی و جسمی قرار می‌دهند و باعث می‌شوند که این دوستی‌ها به کشیده‌شدن به خلوت و تماس‌های پنهانی، همراه با رنج و خشم و عصیانگری علیه بزرگترها منجر شود و در نتیجه نوجوانان و جوانان و بیش از همه دختران را گرفتار آسیب‌های روانی و اخلاقی سازد.

در این مقاله پس از بررسی روند رابطه دختر و پسر در غرب و نیز فواید و پیامدهای منفی قرار عاشقانه، و ضمن اشاره به آمار رو به رشد نوجوانان و جوانان ایرانی‌ای که با جنس

۱. استادیار دانشگاه علامه طباطبایی

2. dating

مخالف ارتباط عاشقانه دارند، ضرورت آموزش جنسی^۱ با تأکید بر رابطه با جنس مخالف مطرح و رئوس و نکات اساسی برنامه آموزشی در این زمینه را، با توجه به خصوصیات فرهنگ ایران اسلامی یادآور می‌شود.

کلید واژه‌ها: آموزش، مشاوره - ارتباط با جنس مخالف، نوجوانان

مقدمه

همان‌گونه که در طول دوره نوجوانی، دوستی و صمیمیت با افراد همجنس اهمیت دارد، در سال‌های میانی آن گروه‌های دختر و پسر همسال شکل می‌گیرند و از دل آنها پیوند دوستی با افراد جنس مخالف جوانه می‌زند و رشد می‌کند. با بالنده شدن نهال چنین ارتباطی، رابطه عاشقانه^۲ با یک نفر غیر همجنس و قرار ملاقات گذاشتن با او شروع می‌شود و گاه تا مرحله ازدواج پیش می‌رود (اتا و^۳ و بریجز^۴، ۲۰۰۴ ص ۱۴۹).

در فرهنگ غرب، قرارها و رابطه‌های عاشقانه آنچنان رایج و گسترده است که شاید تصور شود این مسئله ریشه در گذشته‌های دور و در زمره فرهنگ آن‌ها بوده است، در حالی که این پدیده در همان فرهنگ نیز پیشینه‌ای کوتاه دارد. قبل از دهه آغازین قرن بیستم، دختر و پسر برای ازدواج، یکدیگر را می‌دیدند و چند جلسه با هم صحبت می‌کردند. حتی پیش از آن دختران بی‌آنکه اجازه داشته باشند، از طرف پدر و مادر و خویشاوندان خود، برای پسرانی که مناسب می‌دیدند نامزد ازدواج می‌شدند (کب^۵، ۲۰۰۱).

همراه با دگرگونی‌های اجتماعی در غرب، نسبت به دوستی و ارتباط با جنس مخالف مدارای بیشتری صورت گرفت. به طوری که پذیرفتن نوجوانان می‌توانند برای ازدواج و انتخاب همسر، الگوهای رفتاری معینی را به صورت مراحل به هم پیوسته زیر بروز دهند:

خاطرخواهی و قهرمان شیفتگی^۶؛ دلبستگی قوی به فردی بزرگتر که نوجوان مجذوب و شیفته او می‌شود.

دلدادگی نوجوانان^۷؛ شوخی‌های دلبرانه و نیش و کنایه‌های دوستانه که علاقه متقابل دو نوجوان غیر همجنس و همسال را به یکدیگر نشان می‌دهد.

1. sex education

2. romantic relationship

3. Etaugh

4. Bridges

5. Cobb

6. Crushes and heroworship

7. puppy love

قرار عاشقانه گذاشتن: دوستی و ارتباط با یک نفر مشخص از جنس مخالف که معمولاً وابسته به دار و دسته و جرگه خاص خود اوست.

ارتباط پایدار^۱: رها کردن دوستی‌های گذرا با افراد دیگر و دل بستن به فردی خاص که زمان زیادتری را با او می‌گذرانند و محبت بیشتری به او ابراز می‌کند.

نشان کردن (نشانه گذاشتن)^۲: پسر به عنوان دل‌بستگی عاشقانه به دختر چیزی را می‌بخشد و او را برای خود نشان می‌کند. نشان کردن امید بستن بدون اعلان رسمی و قطعی نامزدی است.

نامزدی^۳: دو زوج نشانه شده تصمیم به ازدواج می‌گیرند. پسر به دختر حلقه نامزدی می‌دهد. این مرحله معمولاً کوتاهتر از مرحله قبل است.

ازدواج^۴: ازدواج یگانگی دو غیر همجنس است که نسبت به هم و فرزندانشان علاقه و تعهد پایدار دارند (هیرلاک^۵، ۱۹۷۳ ص ۲۱۸).

و بدین ترتیب، قرار عاشقانه گذاشتن با جنس مخالف به عنوان نمودی از تحولات دوره نوجوانی و رفتاری بهنجار و عادی به حساب آمد.

در آمریکا سن برقراری رابطه با جنس مخالف، نسبت به زمان جنگ جهانی اول، تقریباً سه سال کاهش یافته است. این کاهش هم به دلیل فشار گروه همسال است که رابطه با جنس مخالف را زودتر شروع کرده‌اند و هم به این دلیل است که پدر و مادرهای امروزی مراقبت کمتری بر نوجوانان خود اعمال می‌کنند. در ۱۹۲۴ میانگین سن دختران برای شروع گرفتن دوست پسر ۱۶ سال بود و اینک تقریباً ۱۳ سال شده است (رایس^۶، ۱۹۹۹).

می‌توان گفت امروزه، در آمریکا بسیاری از دختران در ۱۲ یا ۱۳ سالگی و بیشتر پسران در ۱۳ یا ۱۴ سالگی ارتباط با جنس مخالف را آغاز می‌کنند (استین‌برگ^۷، ۱۹۹۳، کب، ۲۰۰۱)، حتی بعضی از کودکان در ده سالگی به این کار روی می‌آورند! (جارل^۸، ۲۰۰۰ به نقل کب).

دلایل و فواید دوستی با جنس مخالف

روان‌شناسان و جامعه‌شناسان، دلایل و فواید زیادی را برای رابطه با جنس مخالف - چه به عنوان

1. going steady

2. pinning

3. engagement

4. marriage

5. Hurlock

6. Rice

7. Steinberg

8. Jarell

برداشت‌های خود چه به عنوان دیدگاه‌های نوجوانان - برشمرده‌اند. فیلیپ رایس (۱۹۹۹) با استناد به بررسی‌های بیش از ده پژوهشگر، هدف‌های زیر را برای قرارهای عاشقانه ذکر می‌کند:

۱- تفریح و سرگرمی: قرار عاشقانه برای نوجوان لحظاتی از خوشی و لذت را فراهم می‌سازد که می‌تواند به خودی خود یکی از هدف‌های اصلی رابطه‌ها باشد.

۲- همراهی و معاشرت بدون مسئولیت از دواج: چون تمایل به دوستی، پذیرش، عاطفه و عشق به دیگری یکی از جنبه‌های طبیعی رشد و تحول آدمی است، نیرومندترین انگیزه ارتباط عاشقانه را فراهم می‌سازد و نوجوان را در دایره کششی سالم و سازنده قرار می‌دهد.

۳- افزایش منزلت اجتماعی: بعضی از نوجوانان برای کسب موفقیت و اثبات و حفظ موقعیت اجتماعی خود، به این گونه رابطه‌ها کشیده می‌شوند. عضویت در گروه‌های خاص باعث می‌شود که نوجوان برای به دست آوردن منزلت اجتماعی خود رابطه عاشقانه‌ای با افراد جنس مخالف برقرار کند.

۴- جامعه‌پذیری: قرار گذاشتن و ارتباط با جنس مخالف یکی از راه‌های دستیابی به رشد فردی و اجتماعی و راهی برای کسب آگاهی، درک و سرکردن با افراد گوناگون است. جوانان از طریق این نوع رابطه‌ها سازگاری، مسئولیت‌پذیری، مهارت‌های اجتماعی و شیوه‌هایی از آداب و رسوم و روش‌هایی برای تعامل با دیگر مردم را یاد می‌گیرند.

۵- تجربه یا رضایت جنسی: اینکه قرارهای عاشقانه به رابطه جنسی کشیده شوند یا نشوند، بستگی به نگرش‌ها، احساسات، انگیزه‌ها و ارزش‌های پسران و دختران دارد. بیشتر پژوهش‌ها نشان می‌دهد که مردان در ارتباط خود زودتر و زیادتر از زنان به رابطه جنسی تمایل دارند. این تفاوت خود یکی از منابع تعارض در دوستی و قرارهای این دو جنس است.

۶- به دست آوردن صمیمیت^۱: صمیمیت که افزایش و گسترش صراحت، صداقت، همکاری، اعتماد دو جانبه، احترام، محبت و وفاداری است، به رابطه دو نفر نزدیکی بیشتر، پایداری عشق و تعهد می‌بخشد. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که این امر برای دختران ارزشمندتر از پسران است.

۷- تعیین و انتخاب همسر: در روابط دختران و پسران، انتخاب همسر چه انگیزه‌ای آگاهانه باشد چه نباشد، سرانجام برخی از این قرارها و برخوردها، به ویژه در بین جوانان بزرگتری که تجربه

1. intimacy

ارتباط‌های قبلی را هم دارند، به ازدواج می‌انجامد. هر چه رابطه دو نفر بیشتر طول بکشد، آن دو کمتر درباره یکدیگر اغراق می‌کنند و بیشتر برای شناخت هم فرصت می‌یابند و در صورتی که به این نتیجه برسند که ترجیحاتشان درباره نقش زن و مرد، علاقه‌هایشان در مورد اوقات فراغت، هدف‌هایشان درباره زندگی و ویژگی‌های شخصیتی همانند است، آماده می‌شوند که پیوند درازمدت همسری را برقرار سازند. البته به دلایل زیادی همه پیوندهای عاشقانه، به ازدواج‌های عاقلانه منتهی نمی‌شوند.

پیامدهای منفی رابطه با جنس مخالف

در کنار فوایدی که روان‌شناسان غربی برای دوستی با جنس مخالف برشمرده‌اند، بسیاری از آنان نیز، به مدد پژوهش‌های خود آفات و زیان‌های این نوع رابطه را بیان کرده‌اند که مهم‌ترین آنها عبارتند از:

اختلالات هیجانی و عاطفی و برداشت منفی از ظاهر خود به‌ویژه در کسانی که روابط کوتاه‌مدت و گذرای برقرار می‌کنند، پنهان کردن و تحریف هویت، بروز حسادت^۱، گرایش به مصرف الکل و مواد مخدر، افت تحصیلی، بارداری ناخواسته، افزایش خشونت در قرارهای عاشقانه^۲، ابتلا به بیماری‌های مقاربتی مانند ایدز، تجاوزهای جنسی آشنا^۳ یا تجاوز در قرارهای عاشقانه^۴، وادار شدن به ازدواج‌های زود هنگام، ارتکاب به بزهکاری و خلاف‌های رفتاری شدید و درگیری‌های خانوادگی (دی‌سی^۵ و کنی^۶، ۱۹۹۷؛ هیلز^۷، ۱۹۹۹؛ دیویس^۸ و ویندل^۹، ۲۰۰۰؛ لی‌هی^{۱۰}، ۱۹۹۸؛ بامیستر^{۱۱}، ۲۰۰۱؛ جیمز^{۱۲}، ۲۰۰۲؛ هوارد^{۱۳}، وونگ^{۱۴}، ۲۰۰۳؛ اتاوبریجز، ۲۰۰۴). با توجه به واقعیت‌هایی که بیان شد، یعنی بهنجار بودن رابطه دوستی با جنس مخالف از دوره میانی نوجوانی به بعد، افزایش و گسترش این رابطه و نیز بروز پیامدهای منفی و گاه جبران‌ناپذیر جنسی، روانی، اخلاقی و اجتماعی در قرارهای عاشقانه، آموزش جنسی با تأکید بر همین موضوع به نوجوانان، والدین و مربیان آنها ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است.

- | | | |
|--------------|------------------|----------------------|
| 1. jealousy | 2. date violence | 3. acquaintance rape |
| 4. date rape | 5. Dacey | 6. Kenny |
| 7. Hales | 8. Davies | 9. Windle |
| 10. Lahey | 11. Baumeister | 12. James |
| 13. Howard | 14. Wang | |

آموزش جنسی به نوجوانان در غرب

نوجوانان امروزی، مانند همسالان خود در همهٔ زمان‌ها، دارای کشش جنسی هستند، با این تفاوت که زیادتر از نوجوانان گذشته در معرض انواع تحریک‌های جنسی قرار می‌گیرند و با ترویج دیدگاه‌های طرفداری از فردیت و آزادی، بیشتر به دوستی با جنس مخالف و حتی برقراری روابط پیشرفته ترغیب می‌شوند. در کنار این افزایش و پیشرفت رابطه‌ها، چون بیشتر نوجوانان اطلاعات کم یا نادرستی نسبت به موضوعات جنسی دریافت می‌کنند، دیری نمی‌گذرد که گرفتار آسیب‌های گوناگونی می‌شوند و سلامت و شادابی خود را از دست می‌دهند. از این رو برای آموزش‌های جنسی نوجوانان به برنامه‌های مثبت و راهگشایی نیاز است تا با ارائه آنها بتوان آموزه‌های نیمه درست و نادرست را خنثی کرد و نوجوانان را یاری رساند تا از میان جنگل درهم ریختگی‌های اخلاقی به سلامت عبور کنند (رایس، ۱۹۹۹ ص ۱۹۶).

در سال‌های قبل، که آموزش‌های جنسی متمرکز به شناخت دستگاه‌های تولیدمثل، راه‌های جلوگیری از بارداری و جلوگیری از ابتلا به بیماری‌های مقاربتی به ویژه ایدز بود، بر استفاده از وسایل ضدبارداری، بدون منع ارتباط جنسی تأکید می‌شد. بررسی‌های بعدی نشان داد که این نوع آموزش‌ها همچون تیغ دوسری است که به دلیل اطمینان بخشی‌های زیاد و پیامدهای دوگانه و متناقضی که دارند، به افزایش رابطه‌های جنسی منجر می‌شوند! (دی‌سی و کنی، ۱۹۹۷ ص ۲۹۷).

در ضمن معلوم شد که پدران و مادران به دلیل ناآگاهی و نیز راحت نبودن با فرزندانشان نمی‌توانند آموزش دهندگان مناسبی باشند. آموزش از سوی همسالان که در برهه‌ای از زمان با اقبال روبه‌رو شده بود، نیز کارآمدی لازم را از خود نشان نداد. و سرانجام ثابت شد مدرسه‌ها بیش از همه مسئول هستند و مشاوران یا معلمان کارآموده باید آموزش‌های جنسی را به صورت منظم، علمی، روشن و کاربردی به نوجوانان ارائه دهند (رایس، ۱۹۹۹ ص ۲۲۶).

محتوای آموزش نیز به جای نشان دادن راه‌های جلوگیری از بارداری و بیماری‌های مقاربتی، به یاد دادن و تمرین مهارت‌های ابراز وجود، حل مسئله، تصمیم‌گیری، ارتباط بین فردی و مسئولیت شخصی تغییر کرده است تا نوجوانان را برای داشتن ارزش‌هایی مثبت، مقابله با فشار گروه‌های همسال و توانایی «نه گفتن به خواست‌های ناروا» تربیت سازد (استین‌برگ، ۱۹۹۳؛ کب، ۲۰۰۱).

رویکرد مهم دیگری که در آموزش‌های جنسی نوجوانان مورد توجه قرار گرفته است، تأکید بر خویشتنداری^۱ و «به تعویق انداختن رابطه جنسی^۲ است (دی‌سی و کنی، ۱۹۹۷؛ رایس، ۱۹۹۹، ص ۲۲۴؛ کب، ۲۰۰۱ ص ۲۷۱).

کچ^۳ (۱۹۹۳) به نقل از دی‌سی و کنی، (۱۹۹۷) برای ترویج و توسعه رشد جنسی نوجوانان نکات زیر را پیشنهاد کرده است؛

۱- نوجوانان می‌بایست درباره‌ی گزینه جنسی به طور کلی و مسائل جنسی خودشان به صورت اختصاصی مطالبی را بیاموزند. به یاد داشته باشیم که آگاهی‌های جنسی فعالیت جنسی را افزایش نمی‌دهد.

۲- مطالب جنسی مورد نیاز نوجوانان، به‌ویژه آنچه مربوط به ارتباط با جنس مخالف است، به عنوان جنبه‌های مثبت و سالم زندگی باید به طور هماهنگ در کتاب‌های درسی نوجوانان، برنامه آموزش والدین و برنامه‌های ضمن خدمت معلمان گنجانده شود.

۳- آموزش‌ها باید به دور از نگرش‌های تعصب‌آمیز نژادی، جنسیتی و فرهنگی باشد.

۴- تجارب یادگیری باید بر هر سه جنبه شناختی، عاطفی و رفتاری نوجوانان معطوف شود.

۵- آموزش‌دهندگان باید بتوانند با برخورداری از اطلاعات کافی، ارتباط مطلوبی با نوجوانان برقرار سازند. (ص ۲۸۹)

رابطه با جنس مخالف در نوجوانان و جوانان ایرانی

گرچه دوستی و ارتباط با جنس مخالف قبل از ازدواج، در ایران مانند بسیاری از سرزمین‌ها، به دلیل اینکه به طبیعت انسانی و کشش متقابل دو جنس برمی‌گردد، سابقه‌ای طولانی دارد، اما افزایش نوجوانانی که چنین رابطه‌ای را برقرار می‌سازند، پایین آمدن سن برقراری اولین ارتباط و برخورد آشکار نوجوانان با این موضوع به عنوان هنجاری اجتماعی با وجود همه محدودیت‌های قانونی و فرهنگی - در سال‌های اخیر، هم تحلیل‌گران اجتماعی را دچار شگفتی کرده و هم پدران و مادران، معلمان و متولیان امور دینی و سیاسی را در نگرانی و سرگشتگی فرو برده است.

1. abstinence

2. postponing sexual involvement

3. Koch

از سوی دیگر، با این همه شگفتی، نگرانی و حیرت، تعداد بررسی‌ها و پژوهش‌های علمی و متقن در این زمینه بسیار اندک است. پیش از انقلاب اسلامی، حداکثر پنج بررسی محدود که بیشتر به نگرش نوجوانان و نه رفتار آنها درباره ارتباط با جنس مخالف پرداخته است، سراغ داریم (کوثری، ۱۳۷۳).

بعد از پیروزی انقلاب اسلامی نیز چه در دانشگاه‌ها و چه در سازمان‌های پژوهشی - که تعداد آنها رو به افزایش بوده است - کارهای علمی و قابل توجهی درباره این موضوع صورت نگرفته است. نگارنده به عنوان روان‌شناس و کارشناس تربیتی، از طریق برخورد نزدیک با پرسش‌ها و مشکلات نوجوانان و جوانان ایرانی در برنامه هفتگی «جنگ جوان» صدای جمهوری اسلامی ایران که به مدت ده سال بی‌وقفه ادامه داشت (۱۳۷۳ - ۱۳۶۳) به اهمیت و ابعاد دوستی و رابطه با جنس مخالف پی برده و از آن زمان تا کنون، به مدت ۲۰ سال، بررسی‌های متعددی را در این زمینه انجام داده‌ام (گلزاری، ۱۳۶۴، ۱۳۸۳). به علاوه، ۳۳ پژوهش در فاصله سال‌های ۱۳۸۲ - ۱۳۸۰ از سوی اینجانب و دانشجویانی که پایان‌نامه‌های خود را به راهنمایی من گذرانده‌اند، فراوانی و گسترده‌ی دوستی‌ها و قرارهای عاشقانه نوجوانان و جوانان را نشان می‌دهد. از این بررسی‌ها بر می‌آید ۳۰ تا ۷۰ درصد دختران دبیرستانی و ۲۰ تا ۵۰ درصد دختران دانشجوی ساکن در خوابگاه‌های دانشگاه‌های دولتی مستقر در تهران تجربه دوستی و ارتباط با جنس مخالف را گزارش کرده‌اند. بر اساس یافته‌های همین پژوهش‌ها، ۵۰ درصد دختران دبیرستانی گفته‌اند که اولین قرار عاشقانه با جنس مخالف را در سن ۱۴ سالگی یا پایین‌تر از آن گذاشته‌اند. این در حالی است که طبق بررسی سوسن سیف در سال ۱۳۷۰ روی یک نمونه ۳۰۰ نفری از دختران دانش‌آموز ۱۴ - ۱۲ ساله تهرانی، ۲۶ درصد آنها گفته بودند که با جنس مخالف قرار دوستی داشته‌اند (کوثری، ۱۳۷۳). یعنی تعداد دختران نوجوانی که به سمت ارتباط با جنس مخالف کشیده شده‌اند در مدت ده سال به دو برابر رسیده است!

بیشتر دانش‌آموزان و دانشجویان دختر مورد مطالعه، مانند هم‌تایان خود در غرب، از الگوی «تک همسری زنجیره‌ای»^۱ پیروی می‌کنند. بدین معنی که گرچه در طول زمان با افراد مختلفی پیوند دوستی برقرار می‌سازند، اما در یک زمان، تنها با یک نفر قرار عاشقانه می‌گذارند و دوست می‌شوند.

1. serial monogamy

هدف‌های ارتباط با جنس مخالف

انگیزه‌ها و هدف‌های عمده کسانی که با جنس مخالف رابطه دوستی برقرار می‌کنند، در دانش‌آموزان دختر: دوستی ساده و پاک (۴۰ درصد)، ازدواج (۳۵ درصد)، کنجکاوی (۲۰ درصد)، تفریح و سرگرمی (۱۲ درصد) و در دانشجویان دختر: ازدواج (۵۵ درصد)، دوستی ساده و پاک (۲۵ درصد)، تفریح و سرگرمی (۱۰ درصد) و استفاده علمی (۸ درصد) ذکر شده است. می‌بینیم که هم‌شمار نوجوانان و جوانانی که با جنس مخالف رابطه دارند بسیار زیاد است و هم‌انگیزه‌ها و هدف‌های آنها به ویژه در میان اکثریت دختران، پاک و اخلاقی است. اما چون از نظر احکام اسلامی نگاه کردن، گفتگو، رفت و آمد و تماس با جنس مخالف غیر محرم، اگر به قصد لذت و ریبه (نیت بد و ناپاک) باشد، حرام و غیرجایز است (معصومی، ۱۳۸۰) و از نظر فرهنگی نیز این موضوع ناپسند و غیرعادی به شمار می‌رود، پدران و مادران فرزندان خود را از دوستی با جنس مخالف منع می‌کنند و در صورت آگاه شدن به قرارهای عاشقانه فرزندان، به سرزنش و توبیخ آنان می‌پردازند و گاه مجازات‌های سختی را در مورد آنها، به ویژه دختران به اجرا می‌گذارند. مسئولان فرهنگی و آموزشی نیز که خود را پاسدار قوانین و ارزش‌های اسلامی می‌دانند، در این مورد برنامه آموزشی منظم و جامعی برای نوجوانان، جوانان، والدین و معلمان ندارند، بدتر از همه آنکه هر از گاهی بعضی بزرگترها و مأموران دولتی با برخوردهای تند و قهرآمیز و با برچسب‌زدن به همه ارتباط‌ها، به عنوان «انحراف جنسی!»، روحیه جامعه‌ستیزی نسل جوان را تشدید می‌کنند و باعث می‌شوند که آنها با بی‌خبری و جهل، همراه با اضطراب و احساس ناامنی، به گوشه خلوت پناه برند و دچار پیامدهای منفی این رابطه‌ها شوند.

نگرانی‌های عمده دختران مورد مطالعه در پژوهش‌های یاد شده، از داشتن رابطه با جنس مخالف، به ترتیب زیر عنوان شده است: ایجاد مشکل برای ازدواج، رسوایی و آبروریزی، آگاه شدن پدر و مادر و بی‌وفایی طرف مقابل. آنها همچنین گفته‌اند که به دلیل دوستی با جنس مخالف دچار این مشکلات گشته‌اند: ترس از آینده، اضطراب، ترس از آشکار شدن رابطه، احساس گناه، افت درسی و درگیری‌های خانوادگی. با وجود این همه نگرانی‌ها و مشکلات، حدود ۴۰ درصد آنها اظهار کرده‌اند که از داشتن ارتباط با جنس مخالف در حد «زیاد و خیلی زیاد» راضی هستند و نزدیک به ۷۰ درصد گفته‌اند که حاضر نیستند رابطه خود را کنار بگذارند و قطع کنند!

این واقعیت‌ها می‌رساند که فقیهان و متفکران دینی و صاحب‌نظران اجتماعی و تربیتی باید با حساسیت و جدیت فراوان راه‌هایی برای برون رفت از این تنگنای آسیب‌رسان، متناسب با

فرهنگ ایرانی - اسلامی جامعه بیابند و گمان نکنند که با نادیده گرفتن و پاک کردن صورت مسئله مشکلات رفع خواهد شد.

آموزش جنسی در ایران

در ایران، تاکنون برنامه مشخصی برای آموزش‌های جنسی و از جمله آموزش نحوه ارتباط با جنس مخالف طراحی و اجرا نشده است. با توجه به گسترش قرارهای عاشقانه و آسیب‌های فراوانی که به دلیل ناآگاهی نوجوانان و جوانان و والدین آنها به افراد درگیر، خانواده‌ها و ارزش‌ها و قوانین جامعه وارد می‌شود، ضروری است با همکاری پیگیر کارشناسان مجرب حوزه‌های دینی و دانشگاه‌ها، برنامه‌ای علمی، دقیق و جامع تدوین شود و به صورت فراگیر و منظم به اجرا درآید. پیشنهادهایی که به نظر می‌رسد در زمینه شرایط آموزش مؤثر، گروه‌های هدف، عناوین مطالب آموزشی و مشاوره با والدین مفید باشند، به اختصار به این شرح‌اند:

شرایط آموزش مؤثر

آموزش در زمینه بهداشت رفتار جنسی و از جمله ارتباط سالم با جنس مخالف آنگاه اثربخشی لازم را دارد که:

- ۱- به طور مرتب و مستمر ارائه شود.
- ۲- مبتنی بر اصول علمی و برگرفته از پژوهش‌های دقیق دانشگاهی باشد.
- ۳- علاوه بر نوجوانان و جوانان به عنوان گروه‌های اصلی، دیگر افراد مؤثر مانند پدران و مادران، معلمان، مربیان، مشاوران، نویسندگان و نیز افرادی که برای نسل جوان الگو هستند، از قبیل ورزشکاران و هنرمندان را متناسب با سهم آنها از نظر اهمیت و تأثیر دربرگیرد.
- ۴- حتی‌الامکان بر مشارکت فعالانه مخاطبان، نه ارائه انفعالی مطالب متکی باشد.
- ۵- از همه عوامل و روش‌های انتقال اطلاعات یعنی کتاب‌های درسی، جزوه‌های آموزشی، پوسترها، فیلم‌ها و سریال‌ها، برنامه‌های صدا و سیما، سخنرانی‌های عمومی، جلسات گروهی و مشاوره‌های فردی استفاده کند.
- ۶- محتوا و شیوه اطلاع‌رسانی نه تنها با ویژگی‌های فرهنگی جامعه در تعارض نباشد، بلکه لازم است یافته‌های علمی روز با آموزه‌های روشن اسلامی و بهره‌گرفتن از میراث غنی و دیرپای ادبیات فارسی و آداب و سنن ایرانی در بافتی هماهنگ تنظیم و ارائه شود.

گروه هدف: تمام دختران و پسرانی که به بلوغ جنسی رسیده و هنوز ازدواج نکرده‌اند، گروه‌های اصلی برای آموزش بهداشت رفتار جنسی و از جمله ارتباط سالم با جنس مخالف هستند. این افراد از نظر سنی به دو گروه نوجوان و جوان تقسیم می‌شوند.

منظور از نوجوانان، دختران ۱۲ تا ۱۸ ساله و پسران ۱۴ تا ۱۸ ساله و مراد از جوانان دختران و پسران ۱۹ تا ۲۵ ساله هستند. با آنکه عده‌ای از نوجوانان و جوانان به تحصیل مدرسه‌ای و دانشگاهی نمی‌پردازند، اما چون با توجه به حساسیت‌های فرهنگی و بهره‌گیری از امکانات سازمانی بخش اصلی آموزش‌های جنسی باید به صورت گروهی و متمرکز و در یک منظومه آموزشی صورت گیرد، برای مخاطبان، طبقه‌بندی زیر پیشنهاد می‌شود:

گروه	جنس	سن	پایه تحصیلی	محل آموزش
I	دختر	۱۳-۱۴	دوم و سوم راهنمایی	مدرسه راهنمایی
II	دختر	۱۵-۱۸	اول دبیرستان تا پایان پیش‌دانشگاهی	دبیرستان
III	پسر	۱۵-۱۸	اول دبیرستان تا پایان پیش‌دانشگاهی	دبیرستان
IV	پسر	۱۹-۲۲	زیر دیپلم و پایین‌تر	پادگان ها و مؤسسات نظامی در زمان خدمت سربازی
V	دختر	۱۹-۲۲	کاردانی، کارشناسی، علوم پایه در دوره‌های پزشکی	دانشگاه، خوابگاه دانشجویی
VI	پسر	۱۹-۲۲	کاردانی، کارشناسی، علوم پایه در دوره‌های پزشکی	دانشگاه، خوابگاه دانشجویی

از نظر سطح برخورد با جنس مخالف، نوجوانان و جوانان ایرانی در گروه‌های زیر قرار می‌گیرند:

- الف - کسانی که قرار عاشقانه و ارتباط عاطفی و جسمی با جنس مخالف ندارند.
- ب - افرادی که زمانی با جنس مخالف ارتباط (قرار) داشته و بعد آن را کنار گذاشته‌اند.
- ج - افرادی که با جنس مخالف ارتباط محدود و نسبتاً سالمی دارند.
- د - آنهایی که علاوه بر ارتباط با جنس مخالف، دست کم پنج عامل خطر^۱ زیر را دارند.

۱ - شروع قرار عاشقانه در سن زیر ۱۴ سالگی؛

۲ - سابقه ارتباط و دوستی با افراد متعدد از جنس مخالف؛

۳ - داشتن قرار و ارتباط همزمان با بیش از یک نفر؛

- ۴- داشتن رابطه طولانی و ثابت، همراه با تماس‌های جسمی زیاد با یک نفر؛
- ۵- مصرف سیگار (به ویژه نوجوانان)، مواد مخدر و مشروبات الکلی؛
- ۶- سابقه ترک تحصیل یا افت زیاد و مکرر درسی؛
- ۷- اقدام یا سابقه فرار از منزل؛
- ۸- اقدام یا سابقه فرار از مدرسه؛
- ۹- سابقه اقدام به خودکشی؛
- ۱۰- پیشینه سوءاستفاده جنسی و تجاوز (عامل یا قربانی)؛
- ۱۱- سطح ضعیف دینداری و عمل به باورهای مذهبی؛
- ۱۲- داشتن دوستانی که رفتارهای انحرافی و بزهکارانه دارند؛
- ۱۳- وجود خواهر یا برادر بزرگتر که ارتباط نادرست با جنس مخالف دارد؛
- ۱۴- اعتیاد پدر یا مادر؛
- ۱۵- طلاق و جدایی پدر و مادر؛
- ۱۶- غیبت طولانی پدر از خانه؛
- ۱۷- ناسازگاری و درگیری‌های مداوم والدین؛
- ۱۸- روش‌های تربیتی نادرست پدر و مادر (فقدان اقتدار، جدیت و مراقبت)؛
- ۱۹- سطح پایین آموزشی و فرهنگی والدین؛
- ۲۰- عده زیاد خواهران و برادران، همراه با فقر اقتصادی خانواده.
- بدین ترتیب با ترکیب سن و سطح ارتباط، گروه‌های هدف برای آموزش‌های جنسی به صورت زیر طبقه‌بندی می‌شوند:
- گروه اول: نوجوانانی که در زمان آموزش دارای ارتباط با جنس مخالف نیستند
(الف I - الف II - ب I - ب II - ب III)
- گروه دوم: جوانانی که در زمان آموزش با جنس مخالف ارتباط و قرار عاشقانه ندارند.
(ج I - ج II - ج III)
- گروه سوم: جوانانی که در زمان آموزش با جنس مخالف ارتباط و قرار عاشقانه ندارند.
(الف IV - الف V - الف VI - ب IV - ب V - ج VI)
- گروه چهارم: جوانانی که با جنس مخالف ارتباط محدود و نسبتاً سالمی دارند.
(ج IV - ج V - ج VI)

گروه پنجم: نوجوانانی که با جنس مخالف ارتباط دارند و دارای دست کم پنج عامل خطر هستند.

(I د - II د - III د)

گروه ششم: جوانانی که علاوه بر داشتن رابطه با جنس مخالف، حداقل پنج عامل از عوامل خطر را دارند.

(IV د - V د - ج VI)

عناوین اصلی درس‌ها و مطالب آموزشی برای هر گروه در جدول پیوست آمده است. یادآوری می‌شود که نگارنده در بیست سال گذشته، حداقل سالی یک جلسه آموزشی ۳ ساعته برای چهار گروه اول - در مدارس و دانشگاه‌ها - برگزار کرده است که بیش از ۸۰ درصد از شرکت‌کنندگان، آموزش‌ها را مفید و مؤثر ارزیابی کرده‌اند.

آموزش و مشاوره با والدین

گرچه بعضی پژوهش‌ها نشان داده‌اند که پدران و مادران به دلیل کمبود اطلاعات، احساس شرم زیاد، نگرانی از بدآموزی‌ها، نداشتن مقبولیت نزد فرزندان خود و دیر اقدام کردن و کم سخن گفتن! آموزش‌دهندگان مناسبی در زمینه مسائل جنسی نیستند (رایس، ص ۹-۲۲۴)، اما نویسندگان دیگری بر نقش والدین و البته بعد از شرکت در دوره‌ها و کارگاه‌های آموزشی، تأکید کرده‌اند (گریدانوس، ۱۹۹۷). در ایران به دلیل حساسیت و نگرانی زیاد والدین در مورد رفتار جنسی فرزندان و غیراخلاقی و نامشروع دانستن هر نوع ارتباط با جنس مخالف، اغلب نوجوانان و جوانان به خود اجازه نمی‌دهند نزد بزرگترهای خانواده از کشش و علاقه خود سخنی به زبان آورند تا چه برسد به آشکار کردن تماس و ارتباط خود با او! در نتیجه همان‌گونه که اشاره شد، کسانی که درگیر ارتباط با جنس مخالف می‌شوند، یعنی حدود نیمی از نوجوانان و جوانان بزرگتر از ۱۵ سال، نیرو و تلاش خود را صرف مخفی نگه داشتن روابط خود می‌کنند و در نتیجه دچار مشکلات زیر می‌شوند:

- ناراحتی‌های روانی و عصبی (اضطراب، افسردگی، ناامیدی، پرخاشگری...);

- ضعیف شدن روحیه مذهبی و کاهش اعمال عبادی؛

- افت درسی و کم شدن علاقه‌ها و آرزوهای تحصیلی؛

- گرایش به رفتارهای ضد اجتماعی (سوء مصرف مواد، فرار...);

- فرو رفتن در روابط بی‌بندوبارانه جنسی؛

در صورت بر ملا شدن دوستی و ارتباط با جنس مخالف، پدر و مادر آنچنان بر آشفتگی و ناراحت می‌شوند که هر یک دیگری را به دلیل سهل‌انگاری یا مدارای زیاد مقصر می‌داند و همین امر موجب مشاجرات شدیدی بین آنها می‌شود. سرزنش مداوم، توبیخ، و محروم کردن فرزند از فعالیت‌های اجتماعی و حتی از ادامه تحصیل و اعمال تنبیهات بدنی، جزو سرنوشت اندوهبار نوجوانان عاشق‌پیشه است.

باید در جلسات منظم گروهی و فردی، به والدین مطالب علمی با زبان ساده و با شواهدی از احکام و اخلاق اسلامی در زمینه ویژگی نوجوانی، طبیعی بودن کشش به جنس مخالف، شیوه فرزندپروری درست، آگاهی از عوامل خطر در انحرافات جنسی (گروه د)، دوری از شتابزدگی در صورت اطلاع یافتن از رابطه فرزند خود با جنس مخالف، اجتناب از سرزنش مستمر و تنبیه بدنی، جلب اعتماد و صمیمیت با فرزند، و مشورت کردن با روان‌شناس آگاه به موضوع، آموزش داده شود.

پیوست

مطالب آموزشی مدیریت رابطه با جنس مخالف برای گروه‌های مختلف

گروه	عناوین اصلی مطالب آموزشی
اول	<ul style="list-style-type: none"> ■ مراحل ارتباط و دوستی با جنس مخالف [کودکی اول (زیر ۶ سال) کودکی دوم (۱۲ - ۷ سال)، نوجوانی به بعد]. ■ تغییرات و تحولات نوجوانی با تأکید بر بلوغ جنسی و پیدا شدن کشش به جنس مخالف و طبیعی و سالم بودن این کشش. ■ غریزه جنسی نعمت بزرگ خداوند است که باید از طریق رفتار سالم جنسی شکر آن را به جا آورد. ■ نیروی جنسی هرچند قوی است اما قابل کنترل است. (گریدانوس، ۱۹۹۷؛ ترجمه صرامی، ۱۳۸۳) ■ ازدواج سالم‌ترین، بهترین و پرفایده‌ترین راه ارضای غریزه جنسی است (گلزاری، ۱۳۷۸). ■ تفاوت‌های زنان و مردان از نظر نگرش و رفتار جنسی (بامیستر، ۲۰۰۱). ■ آماده نبودن اغلب نوجوانان برای ازدواج از نظر شرایط تحصیلی، اقتصادی، مسئولیت‌پذیری، ... ■ ارزش‌ها و فواید هوش هیجانی^۱، خویشتنداری، تأخیر در کامرواسازی^۲ و تعویق در برقراری رابطه جنسی با یادآوری مفهوم صبر در فرهنگ اسلامی، ویژگی‌ها و ارزش‌های صابران. ■ شناخت زبان‌ها و مشکلات ارتباط‌ها و دوستی‌های عاشقانه‌ای که ناهماهنگ با موقعیت‌های فردی خانوادگی و فرهنگی است. ■ مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی، مهارت ابراز وجود و قاطعیت، مقابله با فشار گروه همسال در مورد برقراری ارتباط با جنس مخالف. ■ اجتناب از موقعیت‌هایی که باعث تماس زیاد و عاطفی با جنس مخالف می‌شود. (چشن‌ها، مهمانی‌های مختلط از هر دو جنس، تلفن، چت...) ■ در صورت شروع ارتباط با جنس مخالف، مطلع کردن و مشورت با پدر، مادر یا هر بزرگتر آگاهی که مورد اعتماد اوست.
دوم	<ul style="list-style-type: none"> ■ مطالب آموزشی گروه اول. ■ کاهش دادن بسامد ارتباط‌ها. ■ دوری از موقعیت‌هایی که باعث تماس‌های جنسی، به ویژه در مکان‌های خلوت، می‌شود. ■ پرهیز از می‌نوشی به ویژه همراه با دوست خود. زیرا الکل، به مقدار کم به کاهش مقاومت و بازداری جنسی و افزایش خشونت و پرخاشگری می‌انجامد. ■ مشاهده نکردن فیلم‌ها و صحنه‌های هرزه‌نگاری، همراه با دوست خود که تجاوز در قرار عاشقانه را در پی می‌آورد.

1. emotional intelligence (EI)

2. delay gratification

<p>■ در میان گذاشتن دوستی و ارتباط خود با یک مشاور دلسوز و باتجربه. این فرد اگر پدر و مادر، برادر و خواهر بزرگتر یا یکی از خویشاوندان آگاه صمیمی باشد، بهتر است.</p> <p>■ اگر انگیزه و هدف پسر از ارتباط، ازدواج باشد و نیز ملاک‌ها، و شرایط یک همسر متعهد و مورد قبول را حداکثر برای سه سال بعد داشته باشد؛ آن دو می‌توانند ارتباط خود را با اطلاع و اجازه خانواده‌ها، در چارچوب تماس‌های محدود ادامه دهند و مقدمات نامزدی را فراهم سازند.</p>	<p>■ مطالب آموزشی گروه اول.</p> <p>■ آگاهی از اهمیت و فواید ازدواج.</p> <p>■ آگاهی از ملاک‌های صحیح و علمی انتخاب همسر.</p> <p>■ آگاهی از تفاوت رفتارها و عواطف در دوستی‌های معمولی (همکلاسی، همکار،...) با صمیمیت و دلبستگی‌های عاشقانه.</p> <p>■ رعایت مرزهای ارتباط با جنس مخالف در محل درس و کار.</p> <p>■ در صورتی که فردی از جنس مخالف دارای ملاک‌های مناسب برای همسری بود، در چند جلسه معدود - حداکثر ۵ جلسه - در مکان‌های عمومی و سالم با هم گفتگو کنند، تا دلبستگی شدید عاطفی و تماس‌های جنسی شکل نگیرد، آنگاه در صورت توافق‌های اولیه، موضوع را با خانواده در میان بگذارند.</p>	<p>■ مطالب آموزشی گروه‌های اول، دوم و سوم.</p> <p>■ قطع کردن ارتباط در صورتی که فرد ملاک‌ها و شرایط یک همسر مناسب، برای ازدواجی موفق و پایدار را نداشته باشد.</p> <p>■ در صورتی که فرد مقابل ملاک‌های همسر مناسب را داشته باشد، ادامه ارتباط به صورت سالم، با اطلاع خانواده‌ها.</p> <p>■ بهتر است مجوز شرعی برای دوران آشنایی و نامزدی گرفته شود.</p>	<p>■ مطالب آموزشی گروه سوم.</p> <p>■ آگاهی از خشونت و تجاوز در قرارهای عاشقانه.</p> <p>■ آگاهی از مشکلات بارداری‌های ناخواسته نوجوانان (کاپلان، ۲۰۰۰، ترجمه فیروزبخت، ۱۳۸۲)</p> <p>■ شناخت بیماری‌های مقاربتی به ویژه ایدز.</p> <p>■ در هر مرحله‌ای هر چند ناراحت‌کننده قرار بگیرد مطلب را با مشاور دلسوز در میان بگذارد و در ارتباط با رفتارهای جنسی جلوتر نرود.</p>	<p>■ مطالب آموزشی گروه پنجم.</p> <p>■ روش‌های جلوگیری از بارداری.</p>
---	---	---	---	---

منابع

فارسی

- ۱- بحری، لیلا. (۱۳۸۱). بررسی انواع و میزان مشکلات عاطفی، و ارتباط آن با پیشرفت تحصیلی و عمل به باورهای دینی در دانش‌آموزان دختر جنوب شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی دانشگاه علامه طباطبایی.
- ۲- شهراپی فراهانی، نرجس. (۱۳۸۱). بررسی رابطه بین شیوه فرزندپروری والدین و ارتباط با جنس مخالف فرزندان. پایان‌نامه کارشناسی روان‌شناسی بالینی دانشگاه علامه طباطبایی.
- ۳- کاپلان، پاول س. (۱۳۸۲). روان‌شناسی رشد. (ترجمه مهرداد فیروزبخت). تهران: مؤسسه خدمات فرهنگی رسا. (تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی ۲۰۰۰).
- ۴- کوثری، محمدرضا. (۱۳۸۳). بررسی علل رابطه با جنس مخالف در دانش‌آموزان دختر دوره راهنمایی منطقه ۱۸ آموزش و پرورش استان تهران و ارائه راه حل مسئله. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبایی.
- ۵- گریدانوس، دونالدای. (۱۳۸۳). مراقبت از نوجوانان. (ترجمه پوریا صرامی و بزرگمهر مطهری). تهران: انتشارات رشد. (تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی ۱۹۹۷).
- ۶- گلزاری، محمود. (۱۳۶۴). عشق‌های آتشین، مجله رشد جوان، شماره‌های ۸-۱، سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش.
- ۷- گلزاری، محمود. (۱۳۷۸). ازدواج، سامان‌دهی غرایز، فصلنامه شورای فرهنگی و اجتماعی زنان، شماره ۳، ص ۱۱۷-۱۰۲.
- ۸- گلزاری، محمود. (۱۳۸۲). بررسی میزان زمینه‌ها و عوامل مشکلات روانی-اجتماعی دانش‌آموزان دبیرستانی اسلام شهر، کرج، شهرری و منطقه ۱۲ تهران، تهران: دبیرخانه شورای عالی انقلاب فرهنگی.
- ۹- گلزاری، محمود. (۱۳۸۳). نگاهی به رابطه با جنس مخالف در ایران، در مقدمه کتاب: گریدانوس، دونالد. ای. (۱۹۹۷). مراقبت از نوجوانان. (ترجمه پوریا صرامی و بزرگمهر مطهری). تهران: انتشارات رشد.
- ۱۰- گلزاری، محمود. (۱۳۸۳). بررسی علائق، نگرش، نحوه گذراندن اوقات فراغت، میزان عمل به باورهای دینی و مشکلات رفتاری و اجتماعی دانش‌آموزان دبیرستانی شهر قم. دبیرخانه شورای فرهنگی عمومی کشور.
- ۱۱- گلزاری، محمود. (۱۳۸۳). بررسی میزان رابطه با جنس مخالف و ارتباط آن با ویژگی‌های شخصیتی و عمل به باورهای دینی در دختران دانشجوی ساکن در خوابگاه‌های دانشگاه‌های دولتی تهران. دفتر مطالعات فرهنگی وزارت علوم و فناوری.

- ۱۲ - محمدی، لیلا. (۱۳۸۰). بررسی عوامل مؤثر بر گرایش به رابطه با جنس مخالف در دختران منطقه ۱۸ تهران. پایان نامه کارشناسی روان‌شناسی بالینی دانشگاه علامه طباطبایی.
- ۱۳ - معصومی، سید مسعود. (۱۳۸۰). احکام روابط زن و مرد و مسائل اجتماعی آنان، قم: دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم.
- ۱۴ - نوری، یلدا. (۱۳۸۳). بررسی ارتباط با جنس مخالف و رابطه آن با عمل به باورهای دینی و ویژگی‌های شخصیتی در دختران دبیرستانی گچساران. پایان‌نامه روان‌شناسی بالینی دانشگاه علامه طباطبایی.
- ۱۵ - یاسینی، زهرا. (۱۳۸۲). بررسی رابطه بین دینداری و ارتباط با جنس مخالف در دختران دانش‌آموز دو دبیرستان منطقه ۱۱ تهران. پایان‌نامه کارشناسی روان‌شناسی بالینی دانشگاه علامه طباطبایی.

انگلیسی

- 1 - Baumeister, Roy, F. (Ed). (2001). *Social Psychology and Human Sexuality*. Psychology Press, U.S.A.
- 2 - Cobb, Nancy J. (2001). *Adolescence*. Mayfield Publishing Company, U.S.A.
- 3 - Dacey, John & Kenny, Maureen. (1997). *Adolescent Development* (2 th. ed). Brown & Benchmark, U.S.A.
- 4 - Davies, Partick & Windle, Michael. (2000). *Middle adolescence dating pathways and psychosocial adjustment*. Merrill - Palmer Quartly, Detroit Jan, Vol 46 Iss1, Pg 90 - 118.
- 5 - Etaugh, Clair, A. & Bridges, Judiths. (2004). *The psychology of Women* (2 th, ed). Pearson, U.S.A.
- 6 - Hales, Dianne. (1999). *An Invitation to Health* (8th ed). Brooks/Cole Publishing Company, U.S.A.
- 7 - Howard, Dianne & Wang Min Qi. (2003). *Risk Profiles of Adolescent Girls Who Victims of Dating Violence*. Adolescence, Roslyn Heights, Spring, Vo 138, Iss 179 p:1.
- 8 - Hurlock, Elizabeth B. (1973). *Adolescent Development* (4th ed). Mc Graw - Hill, U.S.A.