

تؤثر التقلبات المزاجية والضغوط التي تتعرض لها خلال البلوغ على أدمغتنا، فكلاهما اجتماعي وظريف ومحب للدعاية – ومع ذلك هناك اختلافات بدأت تظهر في شخصية أحدهما عن الآخر، فمثلاً يهتم ابنتنا بالوقت أكثر ولديه حب استطلاع لمعرفة الآتي، بينما شقيقته التوأم أكثر استقلالية ورغبة في فعل الأمور بنفسها. عالمة الأعصاب والإدراك والخبرة بالتطور المخي خلال المراهقة، إذ يظهر ذلك في شكل أكثر منهجية في التفكير والتصرف والشعور، ثم تستقر الشخصية أكثر مع السنوات الأخيرة من المراهقة والاقتراب من العشرينات. فقد أظهرت دراسات طويلة الأمد انعكاس السمات التي تلاحظ خلال سن المراهقة على حياة الفرد لاحقاً، وتغير الشخصية ليس مقصوراً على فترة البلوغحسب، وهو ما يصفه علماء النفس بالنضج، قبل أن يستقر الشخص مجدداً مع اقتراب سنين المراهقة من نهايتها. أجريت دراسة على آلاف المراهقين الهولنديين كان أصغرهم في الثانية عشرة مع بدء الدراسة التي خضع خلالها المشاركون لاختبارات شخصية العام تلو الآخر، على مدار ستة إلى سبعة أعوام، من قبيل عدم الالتزام بالنظام وضبط النفس، بينما كانت البنات عاطفياً أقل استقراراً خلال تلك الفترة، لكن الشخصية سرعان ما تعود لحالتها السابقة مع اقتراب المراهقة من الانتهاء بحيث تزداد الشخصية استقراراً، بحسب بيانات الدراسة الهولندية. ويتفق الآباء والأبناء على أن فترة المراهقة فترة تغير واضح، ويختلف الجانبان على ماهية تلك التغيرات – بحسب دراسة عام 2017 شملت أكثر من 2700 من المراهقين الألمان. فقد طلب من المراهقين تقييم شخصياتهم مررتين، كما طلب من الآباء تقييم شخصيات أبنائهم في الفترتين وفق قياس محدد. أظهرت الدراسة اختلافات ملحوظة، منها مثلاً أن الآباء رأوا أن أبناءهم كانوا أكثر عناداً مما رأه المراهقون في أنفسهم من عناد، كما رأى المراهقون أنفسهم أنفسهم أكثر أصبحوا أكثر افتاحاً على الآخرين بينما رأى الآباء أن أبناءهم أصبحوا أكثر انتقاماً! وكانت الخلاصة المؤسفة للدراسة أن "الآباء عموماً رأوا أن أبناءهم صاروا أسوأ تصرفًا". وربما كانت بارقة الأمل الوحيدة أن الآباء رأوا أن أبناءهم ليسوا بهذا الكم من عدم الانضباط عن ذي قبل وكان تقييمهم من تلك الناحية أفضل من تقييم الأبناء لأنفسهم. ولكن بالتدقيق أكثر يمكن تفسيرها بالتغيير الكبير الذي يطرأ على العلاقة بين الآباء وأبنائهم مع ازدياد النزعه الاستقلالية والرغبة في الخصوصية لدى الأبناء في سن المراهقة. كما يشير الباحثون إلى أن الآباء والأبناء ربما يتبعون قياسات مختلفة – فالآباء ربما يقيسون أبناءهم باعتبار المُنتَظر من شخص بالغ، بينما يقيس الأجيال أنفسهم مقارنة بأصحابهم المراهقين. تلك الدراسات امتدت على مدى طويلاً، وقادت متوسط التغير في شخصية المراهقين، وبالتالي تخفى تلك الدراسات الجماعية الفوارق الفردية بين مراهق وآخر، ويكشف مخ المراهق عن تلك التغيرات. منها "ترقق" المادة السمراء الزائدة بالمخ، وقد يلعب هذا دوراً في أنماط تغير الشخصية خلال المراهقة، بحسب دراسة نرويجية عام 2018 استندت إلى صور أشعة مخية. قارن الباحثون صور الأشعة التي أجريت لأدمغة عشرات المراهقين مررتين بفارق عامين ونصف بين المرة الأولى والثانية، إضافة إلى تقييم الآباء لشخصية أبنائهم في أول الفترة وآخرها. وكان من أهم ما وجدته الدراسة أن من كانت درجات تقييمهم أعلى على مقياس سمة التدقير أظهرت أشعتهم ترققاً أكثر بمناطق عدة بالقشرة المخية (كعلامة على ترقق أكثر كفاءة للمادة السمراء أشبه بإثمار الأشجار أكثر مع تقليلها، كذلك اقتربت الدرجات الأعلى على مقياس الاستقرار العاطفي بقشرة مخية رقيقة أكثر. أي أن التغيرات التي تطرأ على المادة السمراء خلال سنوات المراهقة ربما ترتبط بما يشعر به المراهق وما يقدم عليه من تصرفات. ففي دراسة أجريت عام 2017 لمتطوعين أمريكيين قاس الباحثون قياسات تتعلق بالشخصية في الفترة بين عمر الثامنة والثانية عشرة، من قبيل طلاق الآباء أو التعرض لحادث سيارة، ارتبطت بزيادة العصبية خلال المراهقة وبعدها. وعلل الباحثون ذلك بأن المشاق الناجمة عن أفعال المراهق قد يُنظر إليها باعتبارها أصعب ما يضر أكثر بتطور الشخصية. ومن ثم فتوافر الدعم النفسي للمراهقين – خاصة خلال الأزمة – يساعد على عدم تردي الشخصية. فقد أشارت دراسة سويسرية أجريت لمدة سنة عام 2013 إلى أن تعزيز شعور المراهقين بهويتهم وتشجيعهم على الصدق مع الذات والقدرة على توجيه مسار حياتهم وتلبية المتوقع منهم بشكل واضح، وأظهرت دراسة أخرى العلاقة بين الثقة بالنفس خلال سن الدراسة والتطور الإيجابي للشخصية. ويمكن ترجمة تلك النتائج عملياً بتوفير بيئة مواطية للمراهقين تساعده في نمو شخصياتهم، وقد أظهرت دراسة بريطانية لأكثر من أربعة آلاف مراهق أن من أظهرت الدراسة انفلاتهم (عبر تدني درجاتهم على مقياس التدقير الشخصي) رُجح أكثر بنسبة الضعف انضمائهم لصفوف العاطلين عن العمل لاحقاً مقارنة بغيرهم. وكثيراً ما نركز على تلقين المراهقين والحرص على اجتيازهم الامتحانات، وربما حري بنا أن نركز على الأقل بنفس القدر على بناء شخصياتهم. وكأب لابن وابنة تؤمن مازلا دون سن البلوغ فسوف أتابع باستمرار الأبحاث المتعلقة بنمو شخصية المراهق والواجب على أن أكون أقدر على وضعهم على المسار الأفضل مستقبلاً.