

مقدمه

ندا با مادرش، برای ثبت نام در کلاس اول، به مدرسه آمده است. مدیر مدرسه از مادر می‌پرسد: «دختر شما چند ساله است؟» مادر جواب می‌دهد: «شش ساله». سپس می‌پرسد: دختر شما سنجش شده است؟ مادر خیلی ناراحت می‌شود و می‌گوید: «دختر من برای رفتن به مدرسه و یادگیری خواندن و نوشتن چه سنجشی لازم دارد؟ معلوم است که الان چیزی بلد نیست.» در حین حرف زدن مادر، مدیر نیم نگاهی هم به دختر بچه دارد و احساس می‌کند او در حال بیرون کشیدن دست خود از دست مادر است. بنابراین می‌گوید: «ندا جان خسته شدی؟ عزیزم می‌خواهی شما پشت میزی که مداد رنگی و دفتر نقاشی دارد بنشینی و نقاشی بکشی؟» ناگهان ندا شروع به گریه کردن و جیغ زدن می‌کند و به گفت‌وگوی مادر و مدیر مدرسه خاتمه می‌دهد.

به نظر شما چه اتفاقی برای ندا افتاد؟ منظور مدیر مدرسه از سنجش چه بود؟ آیا ندا آمادگی رفتن به مدرسه و تحصیل را داشت؟ آیا رفتن به مدرسه و تحصیل نیاز به آمادگی دارد؟

تعریف روان‌شناسی رشد

آیا تاکنون به ویژگی‌های مشترک خودتان با دیگر افراد خانواده، از بزرگ‌ترین فرد مثل پدر بزرگ تا کوچک‌ترین فرد تازه به دنیا آمده فکر کرده‌اید؟ سؤال آن است که این افراد چه ویژگی‌های متفاوت یا مشابهی دارند؟ خود شما نسبت به یک سال، سه سال و شش سال گذشته چه تغییراتی کرده‌اید؟ در سال‌های آینده در زمان تحصیل یا بعد از آن در مرحله ازدواج و هنگام مادر و پدر شدن چه تغییراتی خواهید داشت؟ به عبارت دیگر آیا می‌توان تغییراتی را که در طول زندگی رخ می‌دهد شناسایی و پیش‌بینی کرد؟

فراخ‌نای زندگی چیست؟

روان‌شناسی رشد^۱، به عنوان یکی از گرایش‌های روان‌شناسی، به این گونه سؤالات پاسخ می‌دهد.

روانشناسی رشد را تعریف کنید؟



شناسایی و پیش‌بینی تغییرات در طول زندگی که به آن «فراخ‌نای زندگی»^۲ نیز گفته می‌شود، مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است. روان‌شناسی رشد، شاخه‌ای از علم روان‌شناسی است که تلاش می‌کند تغییراتی

را که در طول زندگی، از زمان تشکیل نطفه تا زمان مرگ، در آدمی رخ می‌دهد مطالعه کند. مهم است که بدانیم این تغییرات از چه نوعی است؛ به طور مثال شما می‌دانید نسبت به گذشته تغییر کرده‌اید و در شش سال گذشته به طور کلی چیز متفاوتی بودید؟ اما سؤال این است که برای شناخت بهتر این تفاوت کلی آیا می‌توان این تغییرات را طبقه‌بندی کرد؟ تغییرات شما نسبت به گذشته کدام است؟ قد شما بلندتر شده؟ مطالب بیشتری فرا گرفته‌اید؟ مسائل را بهتر حل می‌کنید؟ کم حوصله‌تر و هیجانی‌تر شده‌اید؟ اجتماعی‌تر شده‌اید؟

جنبه‌های مختلف رشد را نام ببرید؟

در پاسخ به پرسش‌های فوق می‌توان جنبه‌های مختلف انسان را از یکدیگر تفکیک کرد؛ جنبه‌های جسمانی (بلند شدن قد)، شناختی (حل مسائل)، هیجانی (ابراز خشم)، اجتماعی (روابط با همسالان) و اخلاقی (رعایت حقوق دیگران) بر همین اساس، روان‌شناسی رشد دامنه گسترده‌ای از حیطه‌های رشد جسمانی، شناختی، هیجانی، اجتماعی و اخلاقی در فراخ‌نای زندگی فرد را شامل می‌شود.

۱_ Developmental Psychology

۲_ Life Span

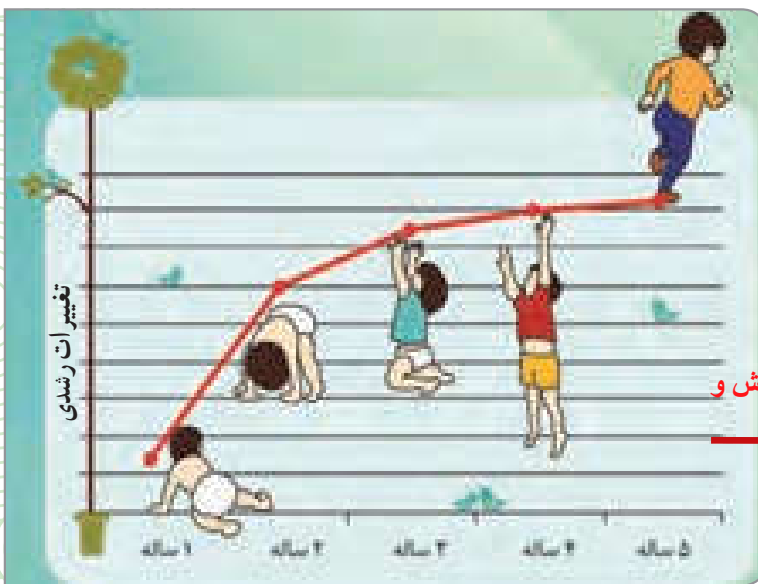
سؤال

در چه سنی دوچرخه سواری را یاد گرفتید؟ آیا این مهارت در نتیجه تغییرات رشدی حاصل شده است، یا با تمرین و آموزش مکرر؟

یک فرد زمانی میتونه دوچرخه سواری کند که هم به آمادگی زیستی برای حفظ تعادل رسیده باشد و هم دوچرخه سواری را تمرین کرده باشد بنابراین صرف رسیدن به آمادگی زیستی برای حفظ تعادل موجب نمی شود که ما مهارت دوچرخه سواری را کسب کنیم و عامل محیطی نیز در آن تاثیر دارد.

عوامل مؤثر بر رشد

آیا تاکنون به شما گفته شده چقدر شبیه پدر یا مادر خود هستید؟ چه تفاوت هایی با دوستان و هم کلاسی های خود دارید؟ این تفاوت در چه زمینه ای است؟ جسمانی، رفتاری یا اخلاقی؟ به نظر شما علت این تشابه ها و تفاوت ها چیست؟ آیا هر فردی از ابتدای تشکیل نطفه خصوصیات ثابتی به دست می آورد یا برای شکل گیری خصوصیات در افراد به آموزش و محیط های مناسب نیاز است؛ مثلاً یکی از هم کلاسی های شما بلندقد است دلیل آن تغذیه مناسب و ورزش است یا بلند قامت بودن پدر و مادرش؟ پاسخ به سؤال های فوق آسان است، اما به مطالب زیر به راحتی نمی توان پرداخت: علی بسیار فعال و زود جوش است و دوستان زیادی دارد، اما احمد در کلاس تا از وی سؤال نشود حرف نمی زند و دوستانش بسیار محدود و در گروه دوستان هم کم حرف است. **تغییراتی که در طول دوره زندگی در افراد رخ می دهد تحت تاثیر چه عواملی قرار دارد؟** روان شناسان رشد معتقدند ویژگی های افراد و تغییراتی که در طول دوره زندگی، از دوره جنینی تا دوره سالمندی، در افراد رخ می دهد می تواند معلول دو دسته عوامل وراثتی و محیطی باشد.



عوامل محیطی

روانشناسان رشد با بررسی عوامل محیطی به دنبال این هستند که: آیا هر فرد از ابتدای تشکیل نطفه خصوصیات ثابتی به دست می آورد؟

مثال: و یا بلند قد بودن همکلاسی شما به خاطر تغذیه و ورزش بوده است

عوامل وراثتی

روانشناسان رشد با بررسی عوامل وراثتی به دنبال این هستند که: آیا هر فرد از ابتدای تشکیل نطفه خصوصیات ثابتی به دست می آورد؟

مثال: آیا قد بلند بودن همکلاسی شما به دلیل بلند قامت بودن پدر و مادرش است

فرایند راه رفتن از زمان یک سالگی تا 5 سالگی

نکته: میزان تاثیر وراثت و محیط بر رشد در بسیاری از موارد یکسان نیست
رشد جسمانی مثل قد بیشتر تحت تاثیر عوامل وراثتی و رشد اخلاقی و اجتماعی بیشتر تحت تاثیر عوامل محیطی است
به دلیل تعدد عوامل محیطی، بررسی رشد اجتماعی و اخلاقی دشوار تر از رشد جسمانی است

یا تفاوت احمد با علی به خاطر تفاوت رفتار والدین و تجربیات آنها در محیط های مدرسه و خانواده و یا شرایط اقتصادی و فرهنگی و وضعیت روانی والدین است

آیا دیر جوش بودن احمد و فعال بودن علی به دلیل ساختار ژنتیکی آنها است

با توجه به اشعار زیر مشخص کنید کدام یک به عامل وراثتی و کدام به عامل محیطی اشاره دارد:

● زینهار از قرین بد زینهار و قنا ربنا عذاب النار

..... عامل محیطی

● پرتو نیکان نگیرد هر که بنیادش بد است تربیت ناهل را چون گردکان برگنبد است

● عاقبت گرگ زاده گرگ شود گرچه با آدمی بزرگ شود

● باسیه دل چه سود گفتن وعظ نرود میخ آهنین در سنگ

● پسر نوح با بدان بنشست خاندان نبوتش گم شد

سگ اصحاب کهف روزی چند پی نیکان گرفت و مردم شد

● گلی خوشبوی در حمام روزی رسید از دست محبوبی به دستم

بدو گفتم که مشکی یا عبیری که از بوی دلاویز تو مستم

بگفتا من گلی ناچیز بودم ولیکن مدتی با گل نشستم

کمال همنشین در من اثر کرد و گرنه من همان خاکم که هستم

(سعدی)

عوامل وراثتی

دو قلو های همسان چه ویژگی هایی دارند؟

شما چه شباهتی با برادر یا خواهر خود دارید؟ این شباهت‌ها در شما بیشتر است یا در دوقلوها؟ شباهت دوقلوها فقط در دوره نوزادی و کودکی بوده است یا به موازات رشد به هم شبیه‌تر شده‌اند؟ شباهت‌های آنها از لحاظ ظاهری بود یا رفتاری؟ شاید دوقلوهایی را دیده باشید که نه تنها هم‌جنس بودند (یعنی هر دو دختر و یا هر دو پسر بودند) بلکه از لحاظ ظاهر و رفتار هم بیشتر اوقات قابل تشخیص نبودند. به این دوقلوها، دوقلوی همسان^۱ می‌گویند. دوقلوهای همسان دارای ویژگی‌های وراثتی یکسان هستند؛ زیرا هر دو از یک تخمک به وجود آمده‌اند. برخی دوقلوها را ناهمسان^۲ می‌نامند؛ یعنی از دو تخمک جدا به وجود آمده‌اند.

دو قلو ی همسان چه تفاوتی با دوقلوی ناهمسان دارد؟



دوقلوهای ناهمسان



دوقلوی همسان

عوامل وراثتی ایجاد کننده چه صفاتی هستند؟

یکی از عوامل زیستی مؤثر بر رشد وراثت است. عوامل وراثتی، ایجاد کننده صفاتی هستند که از قبل در فرد نهفته است. برخی از این صفات از بدو تولد در رفتار نوزاد ظاهر می‌شود؛ مثلاً نوزادی را در نظر بگیرید که در هفته اول تولدش تمام بستگان و اطرافیان تلاش می‌کنند تشخیص دهند از لحاظ ظاهری شبیه به کیست؟ پدر، مادر، مادر بزرگ و ...؟ آیا از همان ابتدای تولد معلوم است نوزاد مورد نظر ما در چه سنی راه می‌افتد و یا آمادگی حرف زدن و یا قلم به دست گرفتن پیدا می‌کند؟ برای راه افتادن، حرف زدن، خواندن و نوشتن یک آمادگی خاص نهفته لازم است تا کودک شروع به حرف زدن و یا خواندن و نوشتن بکند.

برخی از این صفات از بدو تولد در ظاهر و رفتار نوزاد نمایان است. مانند صفاتی که در نوزادان هست و سبب شباهت آنها با والدین شان میشود مثل رنگ چشم و پوست و فرم بینی...

ولی برخی از صفات از بدو تولد بروز نمی‌کند بلکه برای بروز آنها یک آمادگی خاص نهفته لازم است تا کودک شروع به حرف زدن و نوشتن و راه رفتن بکند.

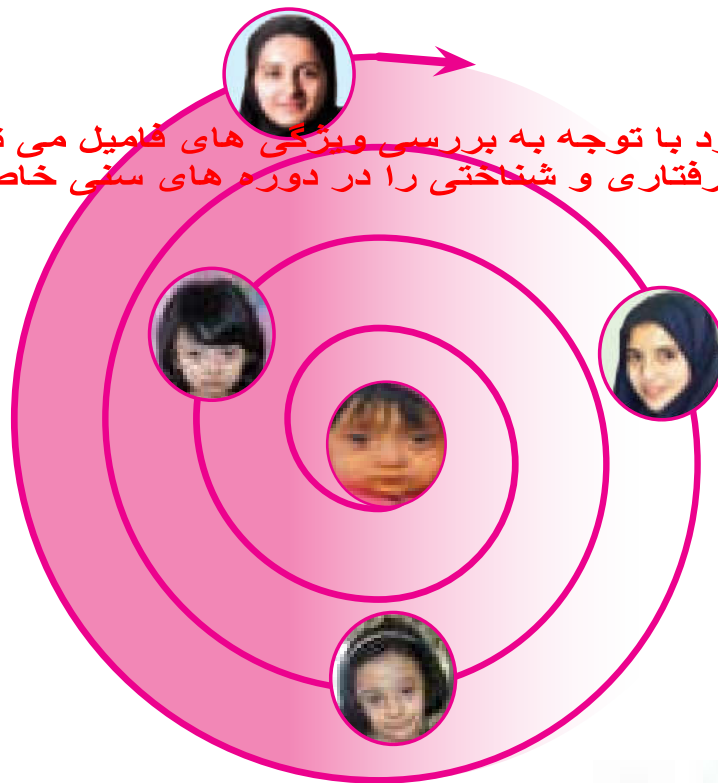
ID Chanel : @DaneshSad

زمان
بروز
صفات
ارثی

رشد چیست؟

در روان‌شناسی به رفتارهایی که وابسته به آمادگی زیستی است «رشد یا پختگی»^۱ گویند. رشد یا پختگی به معنای آن دسته از تغییراتی است که به آمادگی زیستی وابسته است و با گذشت زمان طبق یک برنامه طبیعی انجام می‌گیرد. عوامل محیطی نیز می‌تواند تا حدودی بر رشد یا پختگی تأثیر بگذارد. براساس فرایند رشد، آدمی، از دوره جنینی تا مرگ، برخی خصوصیات را در جنبه‌های مختلف رشد نشان خواهد داد. مثلاً از لحاظ رشد جسمانی به‌طور میانگین، کودک در ۱۵ ماهگی بدون کمک می‌تواند راه برود یا به‌طور میانگین، نوجوان در ۱۱ تا ۱۴ سالگی به بلوغ می‌رسد. از آنجا که وراثت نقش تعیین‌کننده‌ای در رشد یا آمادگی زیستی افراد برای تغییرات دارد، در بسیاری از موارد با توجه به بررسی خصوصیات افراد فامیل نزدیک و دور می‌توان احتمال وقوع برخی از ویژگی‌های رفتاری و شناختی را در دامنه‌های سنی خاص پیش‌بینی کرد.

چرا در بسیاری از موارد با توجه به بررسی ویژگی‌های فامیل می‌توان احتمال وقوع برخی از ویژگی‌ها رفتاری و شناختی را در دوره‌های سنی خاص پیش‌بینی کرد؟



بزرگسالی

بر چه اساسی یک نوجوان به‌طور میانگین در ۱۱ تا ۱۴ سالگی به بلوغ می‌رسد؟



رشد اسم مصدر «رسیدن» است مانند گمارش، گزینش Maturation - ۱



عوامل محیطی

متخصصان رشد معتقدند علاوه بر عوامل وراثتی، عوامل محیطی نیز در تغییرات رشدی مؤثر هستند. عوامل محیطی در بیرون از فرد وجود دارد و بر نحوه بروز تغییرات در حننه‌ها و در مراحل مختلف رشد

تأثیرگذار است. یادگیری یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی است که بر روی تغییرات رشدی تأثیر بسزایی دارد. بسیاری از توانمندی‌های جسمانی و شناختی به موازات افزایش سن در کودکان از طرق مختلف به یادگیری نیاز دارد.

سؤال

- در یک خانواده پرجمعیت و خانواده تک فرزند همه کودکان در سن یکسانی شروع به صحبت می‌کنند. اما در خانواده پرجمعیت، کودک لغات بیشتری می‌آموزد. به نظر شما علت این تفاوت چیست؟ امکان شنیدن و تکرار لغات در خانواده پرجمعیت بیشتر است.
- کدام یک از عوامل وراثتی یا محیطی باعث ایجاد تفاوت شده است؟ می‌آموزد یک کلمه کلیدی است: آموزش یک عامل محیطی است

مراحل مهم رشد در «فراخانای زندگی»

چه تفاوتی بین رشد مرحله‌ی و رشد پیوسته وجود دارد؟

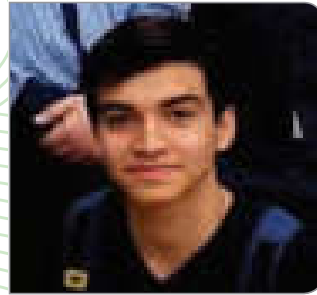
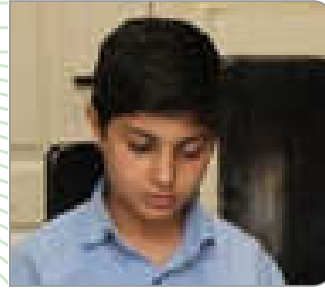
آیا به خاطر دارید هفت سال پیش قد شما چند سانتی متر بود؟ چند هزار کلمه بلد بودید؟ چند نفر را می‌شناختید؟ چند مسئله ریاضی را می‌توانستید حل کنید؟ الان احساس می‌کنید چقدر تغییر کرده‌اید؟ از اندازه قد، تعداد لغاتی که بلد هستید و یا تعداد افرادی که در زندگی خود می‌شناسید و یا مسائلی که می‌توانید حل کنید چقدر آگاهی دارید؟ آیا تغییر در تعداد آنها است یا ویژگی‌های شما تغییر اساسی و کیفی کرده است؟ ویژگی‌های مربوط به رشد انسان را به دلیل پیوستگی رشد، نمی‌توان به راحتی به مراحل مشخص تقسیم کرد، اما امروزه اکثر روان‌شناسان رشد، به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند. بر همین اساس، ابعاد مختلف رشد در طول زندگی، با فراخانای زندگی، به مراحل مختلف تقسیم می‌شود.

تغییرات رشدی مرحله‌ای

تغییرات رشدی پیوسته

ابعاد مختلف رشد مثل بعد جسمانی و شناختی رشد در طول زندگی به مراحل مختلف تقسیم می‌شود. منظور از رشد مرحله‌ای تغییرات کیفی و اساسی و ویژگی‌های رشد است یعنی فرد بر اساس آن ویژگی‌هایی را به دست می‌آورد که در دوره‌ی رشد قبلی خود، فاقد آن بوده است مثل تغییر در راهبرد های حل مساله و شکل‌گیری تفکر فرضی

یک سری ویژگی‌های رشدی که به دلیل پیوستگی آن نمی‌توان به راحتی به مراحل مشخص تقسیم کرد. منظور از رشد پیوسته تغییرات کمی مثل تغییر در اندازه و مقدار است مثل تغییر در اندازه قد و تغییر در تعداد لغات گفته شده توسط کودک تغییر در تعداد دوستان



فعالیت ۲-۲

شما تاکنون حدود ۱۷ سال از زندگی خود را پشت سر گذاشته‌اید. سعی کنید سال‌های طی شده را به مراحل مختلف تقسیم کنید. ملاک تقسیم‌بندی شما چیست؟ تفاوت عمده مرحله کنونی شما با مرحله‌ای که دانش‌آموز سال اول ابتدایی بودید چیست؟ ملاک تقسیم‌بندی خود را با دیگر دوستان مقایسه کنید. برای تکمیل اطلاعات خود می‌توانید به منابع مختلف علمی مراجعه و مراحل خود را اصلاح کنید.

عمر انسان بعد از تولد به سه دوره کودکی (طفولیت از تولد تا دو سالگی، کودکی اول از دوسالگی تا هفت سالگی و کودکی دوم هفت تا دوازده سالگی)، نوجوانی و بزرگسالی (جوانی، میان‌سالی و پیری) تقسیم می‌شود. مراحل رشد انسان در جدول ۱-۲ نشان داده شده است.

طفولیت - کودکی اول - کودکی دوم

کودکی

نوجوانی

سه دوره رشد انسان بعد از تولد

بزرگسالی

جوانی - میان‌سالی - پیری



جدول ۱-۲- مراحل رشد انسان بعد از تولد

دوره زندگی	دامنه سنی
۱- طفولیت	دو سال اول زندگی
دوره کودکی	۲- کودکی اول (قبل از دبستان) ۲ تا ۷ سالگی (برخی کودکان ۱ تا ۳ ساله را که تازه راه می افتند، «نوپا» می نامند.)
	۳- کودکی دوم ۷ تا ۱۲ سالگی (تا شروع بلوغ جنسی)
دوره نوجوانی	۴- نوجوانی ۱۲ تا ۲۰ سالگی (برخی پایان نوجوانی را زمانی می دانند که فرد شروع به کار کند و از والدین مستقل شود.)
	۵- جوانی (بزرگسالی اول) ۲۰ تا ۴۰ سالگی
دوره بزرگسالی	۶- میان سالی (بزرگسالی دوم) ۴۰ تا ۶۵ سالگی
	۷- پیری ۶۵ سال به بالا

در اسلام مراحل رشد انسان تا ۲۱ سالگی، به سه مرحله تقسیم می شود. پیامبر گرامی اسلام ﷺ می فرمایند: کودک هفت سال آقا و سرور است و هفت سال فرمانبردار و هفت سال وزیر و مشاور است. در هفت سال اول باید آزاد باشد که بازی کند. باید عواطف و احساسات صحیح او را رشد داد و با رفتار خوب و گفتار پسندیده او را پرورش داد و بدون توقع اطاعت از او، سعی کرد که با عمل و گفتار صحیح از حس تقلیدش بهره گیرد. در هفت سال دوم کم کم باید زشتی ها و زیبایی ها را به او فهماند و در تأدیب او کوشش کرد و او را به ارزش ها و دوری از زشتی ها رهنمون ساخت. در هفت سال سوم باید با او به منزله مشاور رفتار کرد. دیگر نباید به صورت آمرانه با او رفتار شود. باید وی را چون عضو بزرگ خانواده دانست و مانند دیگران او را در تصمیم گیری ها دخالت داد.

مراحل رشد از دیدگاه پیامبر	ویژگی مرحله	وظیفه والدین
هفت سال اول زندگی	آقا و سرور	از ادب باشد - بازی کند - رشد عواطف و احساسات صحیح - پرورش او - بهره گرفتن از حس تقلیدش
هفت سال دوم 7 تا 14 سالگی	فرمانبردار وزیر	ادب کردن وی - فهمان ارزشها و زشتی و زیبایی به وی - نباید امرانه با وی رفتار شود و باید در تصمیم گیری ها بکار گرفته شود
هفت سال سوم زندگی 14 تا 20 سالگی		

رشد انسان از چه زمانی آغاز می شود؟

ویژگی های رشد در دوره قبل از تولد

رشد انسان از زمان تشکیل نطفه شروع می شود. وقتی اسیرم یدر، تخمک مادر را بارور می کند، نطفه تشکیل می شود. تخمک بارور شده طبیعی دارای ۴۶ کروموزوم است (۲۳ کروموزوم از مادر و ۲۳ کروموزوم از پدر). از طریق همین کروموزومها است که صفات به ارث برده می شوند. عواملی همچون سن مادر، کیفیت تغذیه، فشار روانی، آلودگی محیط، حالت های هیجانی، آرامش به ویژه ارتباط معنوی با خالق هستی و استفاده از داروها بر چگونگی رشد قبل از تولد تأثیر دارد.

از چه طریقی صفات به صورت ارثی به ما منتقل می شود؟

چه عواملی بر چگونگی رشد قبل از تولد تاثیر میگذارد؟

فعالیت ۲-۳

آیا تاکنون درباره آثار مخرب عوامل شیمیایی بر جنین در جنگ های مختلف شنیده اید؟ با مراجعه به منابع اطلاعاتی (مجلات و شبکه های مجازی) یک تصویر مربوط به این موضوع و توضیح آن را با خود به کلاس بیاورید و درباره آن بحث کنید.

ویژگی های رشد در دوره کودکی



منظور از رشد در دوره کودکی، از زمان تولد تا ۱۱-۱۲ سالگی است. رشد در دوره کودکی با سرعت و تغییرات بسیاری همراه است. بسیاری بر این باورند که روان شناسی رشد فقط خصوصیات دوره کودکی را بررسی می کند، در حالی که روان شناسی رشد، مطالعه علمی انسان از زمان انعقاد نطفه تا پایان زندگی اوست. این دوره سنی، نسبت به سایر دوره های بعدی رشد، اهمیت زیادی دارد.

رشد جسمانی - حرکتی در کودکی **وزن کودک یکسال بعد از تولد ← سه برابر**
وزن کودک شش ماه بعد از تولد ← دو برابر

به نظر شما منظور از «رشد جسمانی» چیست؟ اگر وزن نوزاد پس از گذشت ۶ ماه از تولد دو برابر و پس از پایان سال اول ۳ برابر شود و قد وی نسبت به تولد بلندتر شود، می‌گوییم رشد جسمانی رخ داده است؟ آیا تغییرات در اعضای بدن (مثل افزایش وزن مغز و یا استحکام استخوان‌ها) نیز رشد جسمانی محسوب می‌شود؟



ابتدایی‌ترین و شاخص‌ترین جنبه رشد، رشد جسمانی - حرکتی^۱ است. از زمان تولد تا نوجوانی، رشد جسمانی - حرکتی با سرعت و تغییرات بسیاری همراه است.



چهار دست و پا راه رفتن



سینه خیز رفتن نوزاد



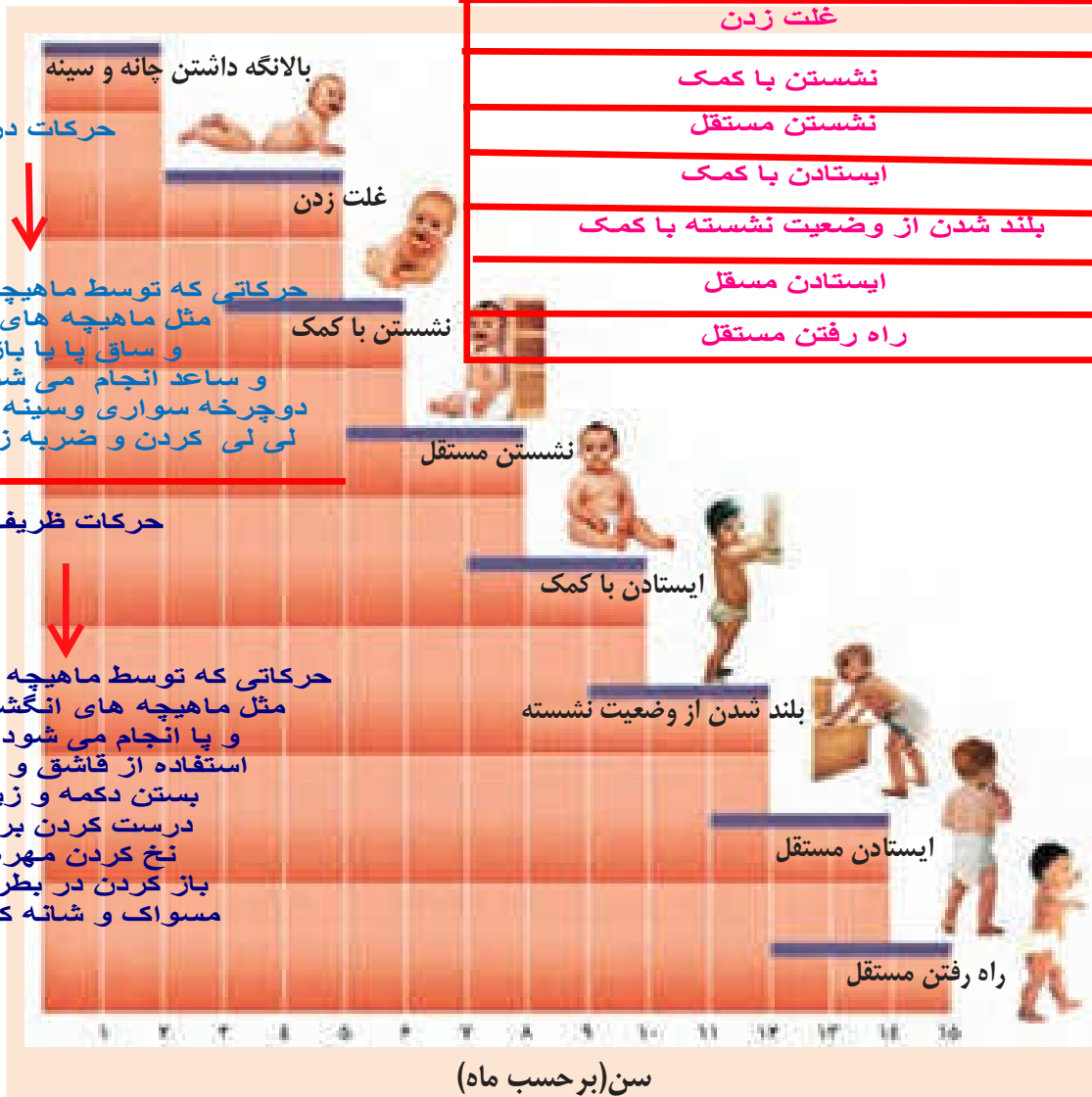
۱۰ سالگی



۳ سالگی

۱- Physical-Motor Development

سن تقریبی	مهارت حرکتی
2 ماهگی	بالا نگه داشتن چانه و سینه
" 5	غلت زدن
" 6	نشستن با کمک
" 8	نشستن مستقل
" 10	ایستادن با کمک
" 12	بلند شدن از وضعیت نشسته با کمک
" 14	ایستادن مستقل
" 15	راه رفتن مستقل



کودکان در ابتدا قادر به حرکات درشتی همچون بالا رفتن از پله ها هستند سپس مهارت حرکات ظریف همچون بستن بند کفش را به دست می آورند.



○ رشد شناختی^۱ در دوره کودکی

رشد شناختی جنبه مهم دیگری از حیطه‌های رشد در دوره کودکی است. رشد شناختی، به رشد توانایی‌های مرتبط با فرایندهایی همچون توجه، ادراک، حافظه، استدلال، قضاوت، حل مسئله، تصمیم‌گیری و توانایی‌های زبانی کودک اطلاق می‌شود؛ مثلاً تصور کنید شیشه شیر کودک شش ماهه‌ای را جلوی چشم وی پشت سرمان پنهان کنیم. در این حالت کودک برای برداشتن شیشه شیر خود چه می‌کند؟

کودک به دنبال شیشه شیر خود نمی‌گردد چون نمی‌تواند این موضوع را درک کند که شیشه شیر هنوز وجود دارد. دلیل این امر: او هنوز نمی‌تواند اطلاعات مربوط به اشیاء را به حافظه بسپارد و از این اطلاعات برای حل مسأله (پیدا کردن شیشه شیر) استفاده کند

○ سؤال

با توجه به آشنایی شما با انواع پردازش (مفهومی، ادراکی) چرا کودکان قبل از دبستان، هدایای بزرگ کم ارزش را بر هدایای کوچک پر ارزش ترجیح می‌دهند؟

پردازش کودکان در این سن ادراکی هست و تحت تاثیر ویژگی‌های ظاهری اشیاء قرار می‌گیرند

○ فعالیت ۲-۴

چرا کودکان تحت تاثیر ویژگی ظاهری اشیاء قرار می‌گیرند؟

تصور کنید می‌خواهیم $\frac{1}{4}$ لیتر شیر را در دو لیوان با حجم مساوی بریزیم. یکی از لیوان‌ها بلند



و باریک است و دیگری پهن و کوتاه. شیر را به مقدار مساوی در هر دو لیوان می‌ریزیم و مقابل کودک ۴ یا ۵ ساله قرار می‌دهیم و از او می‌خواهیم یکی را انتخاب کند. به نظر شما کدام لیوان را ترجیح می‌دهد؟ چرا؟ این آزمایش را در طول هفته با بچه‌های کوچک‌تر انجام دهید و مشاهدات خود را در کلاس مطرح نمایید.

یادگیری از عوامل محیطی است

○ سؤال

عوامل محیطی در تسلط کودکان بر لغات تاثیر بسزایی دارد. یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی، اسباب‌بازی است. به نظر شما چه عوامل محیطی دیگری در رشد زبانی دوره کودکی مؤثر است؟ تعامل کودک با والدین مهد کودک و فیلم‌ها و مدرسه

رشد هیجانی در دوره کودکی

چرا رشد هیجانی فرایندی پیچیده است؟

رضا سه ساله است و اصرار دارد که همه کارها را خودش انجام دهد و اگر به خواسته‌اش عمل نکنیم، به راحتی خشمگین می‌شود. درعین حال رضا به والدین و اطرافیان ابراز محبت می‌کند و وقتی با لحنی آرام و محکم در مورد مسائلی که باعث خشم وی و ناراحتی دیگران شده است با او صحبت می‌کنیم، نظر مخالف را قبول می‌کند و حس آرامش در وی ایجاد می‌شود. اصرار بر خواسته، خشمگین شدن، ابراز محبت و حس آرامش، داشتن، همگه، شکل‌های مختلف هیجان است.

شکل‌های مختلف هیجان را نام ببرید؟

رشد هیجانی^۱ در کودکی، فرایندی پیچیده است که نه تنها مستلزم آگاهی از هیجانات خود کودک، بلکه مستلزم آگاهی از هیجانات اطرافیان، اوست؛ مثلاً وقتی پای کودکی دو ساله به طور تصادفی به لیوان می‌خورد و لیوان می‌شکند، مادر با تعجب فریاد می‌زند: چرا لیوان شکست؟ ممکن است کودک این فریاد را به عنوان نشانه هیجان مثبت درک کند و حتی ممکن است دوباره رفتار شکستن را تکرار کند تا این هیجان یا توجه را از طرف مادر دریافت کند. بنابراین بروز این هیجان، مشروط به آگاهی فرد و رابطه دو طرفه کودک با مادرش بوده است. کودکان، با دریافت واکنش دیگران، به هیجانات خود جهت می‌دهند.

کودکان چگونه با دریافت واکنش دیگران به هیجانات خود جهت می‌دهند؟ با ذکر مثال

رشد هیجانی در دوره کودکی، معطوف به سه هیجان ساده^۲ ترس، خشم و محبت است. با

توجه به رشد آگاهی کودکان از هیجان‌های مختلف و واکنش اطرافیان (به‌خصوص واکنش

مادر) سه هیجان فوق به هیجان‌های مرکب^۳ دیگر، همچون احساس پشیمانی، سپاسگزاری و

ترحم تعمیم می‌یابد.

چگونه هیجانات ساده به مرکب تعمیم می‌یابد؟



۱- Emotional Development

۲- ساده: بروز آن تحت تأثیر نظام پردازش‌های فردی نیست و غالباً به یک صورت پدیدار می‌شود.

۳- مرکب: بروز آن پیچیده‌تر بوده و با توجه به نوع ارزیابی، ظهور متفاوتی می‌یابد.

زیرا حیوانات در هیجانات ساده با انسان مشترک است و حیوان از هیجان مرکب برخوردار نیست و هیجان مرکب حاصل آگاهی و تعامل و قدرت تصمیم گیری است.

سؤال

حیوانات هم مانند انسان ها هیجان های خود را بروز می دهند. به نظر شما در کدام یک از هیجان ها (ساده و مرکب) انسان با حیوان مشترک است؟ چرا؟ **ساده**



رشد هیجانی در انسان نسبت به حیوانات، به دلیل آگاهی بیشتر و برقراری تعامل با محیط بازتر و متنوع تر، رشد یافته تر است.
چرا کودکان از نظر شناختی رشد یافته تر از حیوانات هستند؟

رشد اجتماعی در دوره کودکی

انسان موجودی اجتماعی است و از بودن با دیگران لذت می برد. آگاهی انسان از این ویژگی مهم در فرایند رشد، به تدریج حاصل می شود و او را اجتماعی تر می کند. بسیاری از کودکان در سنین اولیه دوره کودکی در کنار همدیگر بازی می کنند، ولی هر کودک به بازی انفرادی خود می پردازد. بازی همین کودکان در سنین بالاتر قاعده مند می شود و مشترکاً بازی می کنند. این

تغییر، بیانگر رشد اجتماعی آنهاست.
بازیهای کودکان در سنین اولیه کودکی چه تفاوتی با بازیهای آنان در سنین بالاتر دارد؟
یکی از ابتدایی ترین علائم رشد اجتماعی در کودکان، **لبخند اجتماعی** است که در حدود **۲-۳ ماهگی** بروز می یابد. ترس از غریبه نیز در **۸-۷ ماهگی** رخ می دهد.

فعالیت ۲-۵



به این تصاویر نگاه کنید.
چه تفاوتی در رفتار کودکان می بینید؟
به نظرتان کدام یک رشد اجتماعی بیشتری دارند؟
چرا؟

برخی از رفتارهای اجتماعی کودک در جدول ۲-۲ نشان داده شده است.

جدول ۲-۲

اولین علامت رشد اجتماعی در ۳ - ۲ ماهگی لبخند اجتماعی است.	۲-۳ ماهگی
ترس از غریبه در ۸ ماهگی است.	۸ ماهگی
بازی‌های موازی در ۴ یا ۵ سالگی است. در این بازی‌ها کودکان علاقه‌مندند در کنار یکدیگر باشند، ولی به تنهایی بازی کنند. بازیهای موازی چه تفاوتی با بازیهای گروهی دارد؟	۴ یا ۵ سالگی
کودکان در دوره دبستان با یکدیگر بازی‌های گروهی می‌کنند، و علاقه خاص به بازی با هم‌جنسان خود دارند. جمله معروف آنها (دخترها با دخترها و پسرها با پسرها) را همگی شنیده‌ایم. بازیهای گروهی قاعده مند و مشترک است.	دوره دبستان

📌 رشد درک اخلاقی در دوره کودکی

آیا راست‌گویی، کمک به دیگران، احترام به بزرگ‌ترها، انجام دادن کارهای خوب و پرهیز از کارهای بد، نمونه‌هایی از رفتار اخلاقی است؟ تشخیص اینکه چه کاری خوب و چه کاری بد است به رشد نیاز دارد.

از دید یک نوجوان بالای ۱۲ غیر اخلاقی است ولی از دید یک کودک ۶ ساله غیر اخلاقی نیست.

📌 سؤال

به این مثال توجه کنید: مریم ۵ ساله است. مادرش یک کیک خوشمزه برای او و برادرش پخته و آن را در یخچال قرار داده است. مریم، علاوه بر سهم خودش، سهم برادرش را هم می‌خورد، آیا کار مریم اخلاقی است؟ چرا؟

انجام این کار توسط مریم در این سن غیر اخلاقی نیست چون بچه‌ها در این سن مسئول رفتار خود نیستند و به رشد لازم نرسیدند.

در تبیین فرایند رشد درک اخلاقی^۱ می‌توان گفت که کودکان در ابتدا، هیچ تصویری از کار خوب و بد ندارند؛ به همین دلیل مسئول رفتار خود نیستند، برای اخلاق یک فرایند تدریجی و پیچیده طی می‌شود. رشد درک اخلاقی دربرگیرنده آن دسته از قوانین و مقررات اجتماعی و

۱ - Moral Development

چگونه رشد درک اخلاقی در سنین ابتدایی کودکی را تبیین می‌کنند؟

رشد اخلاقی در برگیرنده چه مواردی است؟

با ذکر یک مثال متفاوت بودن دلیل انجام عمل اخلاقی را در سنین مختلف نشان دهید.

اصول شرعی و عرفی است که تعیین می‌کنند انسان‌ها در رابطه با دیگران چگونه باید رفتار کنند. به عبارت دیگر منظور از رشد درک اخلاقی در اینجا همان انجام عمل اخلاقی است، هر چند ممکن است دلیل انجام عمل اخلاقی متفاوت باشد؛ مثلاً ممکن است یک کودک ۶ ساله کاری را اخلاقی بداند که دوستش را خوشحال می‌کند، در حالی که وقتی بزرگ می‌شود کار اخلاقی را به دلیل درستی آن انجام می‌دهد نه صرفاً برای خوشحال کردن دوستش.

فعالیت ۲-۶

به دو مثال زیر توجه کنید.

● مینا ۶ ساله است. به سراغ قفسه‌های بالایی آشپزخانه می‌رود بدون اجازه مادر مقداری شکلات برمی‌دارد. هنگام پایین آوردن دستش، یک فنجان می‌شکند.

● برادر دوقلوی مینا برای کمک به مادرش ناگهان دستش به سینی فنجان‌ها می‌خورد و سه فنجان را می‌شکند.

عمل کدام یک از اینها اخلاقی نیست؟ این دو مثال را برای دو کودک ۶-۵ ساله تعریف و پاسخ را یادداشت کنید و به کلاس ارائه دهید.

کودک ۵ ساله بدون توجه به نیت عمل می‌گوید که برادر مینا بیشتر تخلف کرده چون سه لیوان شکسته، ولی مینا کمتر چون یک لیوان شکسته. این کودک به ظاهر توجه دارد. وای کودک ۱۲ ساله عمل مینا را تخلف میداند چون این کودک ۱۲ ساله نوع پردازشش مفهومی است.

ویژگی‌های رشد در دوره نوجوانی

همه ما به راحتی به یاد می‌آوریم که در دوره‌ای از رشد به‌طور ناگهانی تغییرات زیادی را تجربه کرده‌ایم. تغییراتی که در بسیاری از حیطه‌های جسمی و روانی، مثل توانمندی‌های شناختی، هیجانی و اجتماعی، متفاوت شدیم. این دوره، همان دوره نوجوانی^۱ است.



۱- Adolescence

سؤال

آیا شما این احساس را تجربه کرده‌اید که به‌طور ناگهانی تغییراتی در شما رخ دهد؟ در چه سنی؟

دوره نوجوانی میان دورهٔ کودکی و بزرگسالی قرار دارد. نوجوان در این دوره با تغییراتی در حیطه‌های مختلف رشد روبه‌رو شده و در انتهای این دوره به پختگی رسیده و شبیه بزرگسالان عمل می‌کند.

از دوازده سالگی تا بیست سالگی را با نام دوره نوجوانی می‌شناسیم. تغییرات در این دوره اهمیت زیادی دارند. در ادامه درباره ابعاد مختلف رشد نوجوانی بحث می‌کنیم.

چرا بسیاری از نوجوانان شروع نوجوانی را برای خود، شروع یک بحران میدانند؟

رشد جسمانی و بلوغ جنسی در دوره نوجوانی

نوجوانان بسیاری هستند که شروع نوجوانی را برای خود شروع یک بحران می‌دانند. آنها می‌گویند به یک‌باره احساس کردم بینی من خیلی بزرگ شده، یا می‌گویند با اینکه خوشحال بودم

که در حال قد کشیدن هستم، ولی بی‌قوارگی و عدم تناسب در قد را

احساس می‌کردم. نوجوانی دوره‌ای است که با شدیدترین و گسترده‌ترین

تغییرات زیستی همراه است. حوزه‌های اساسی رشد جسمانی، که در این

دوره دستخوش تغییر می‌شوند، عبارت‌اند از: قد و وزن، رشد استخوانی

و عضلانی، رشد مغز و سیستم عصبی، رشد اندام‌های داخلی و تغییراتی

که در هنگام بلوغ روی می‌دهند.

کدام حوزه‌های رشد جسمانی در دوره نوجوانی دستخوش تغییر می‌شوند؟



فعالیت ۲-۷

شما دانش آموزان، به لحاظ سن، در دوره نوجوانی قرار دارید. در این دوره تغییرات متعددی را در خود مشاهده کرده‌اید.

حسن: احساس غرور کردم.

حسین: فکر کردم آدم دیگری شده‌ام.

علی: احساس خجالت می‌کنم؛ هیکلم بی‌قواره بزرگ شده است.

شما هم، مانند مثال‌های فوق، تغییرات جسمانی و احساسات خودتان را بنویسید.

منظور از رشد ناگهانی در دوره نوجوانی چیست؟

کدام یک از اندامهای داخلی بدن و به چه اندازه ای در دوره نوجوانی رشد قابل ملاحظه ای دارند؟

یکی از ویژگی‌های رشد در دوره نوجوانی، **ناگهانی بودن آن است**؛ یعنی اندازه بدن به سرعت افزایش می‌یابد و تناسب بدن به سرعت تغییر می‌کند. این تغییرات در اغلب اجزای بدن دیده می‌شود. وزن و قد نوجوان افزایش می‌یابد. در حدود یک سال پس از افزایش قد و وزن، ماهیچه‌ها رشد بیشتری می‌کنند.

در دوره نوجوانی اندامهای داخلی بدن نیز رشد قابل توجهی دارند؛ به طوری که اندازه و ظرفیت شش سه برابر و اندازه قلب دو برابر قبل می‌شود و حجم کلی خون افزایش پیدا می‌کند. این تغییرات باعث می‌شود نوجوانان احساس توانمندی زیادی کنند.

رشد دستگاه تولید مثل، تغییر اساسی دوره نوجوانی است که با بلوغ جنسی رخ می‌دهد. منظور از **بلوغ جنسی**، مرحله‌ای است که در آن ریش جنسی رخ می‌دهد. منظور از ریش جنسی وقوع تغییرات مربوط به جنس است. برجسته‌ترین تغییرات مربوط به جنس در نوجوانی را می‌توان به دو دسته تقسیم کرد: ۱- تغییراتی که بر توانایی تولیدمثل تأثیر می‌گذارد که آنها را «ویژگی‌های جنسی اولیه» می‌نامند؛ یعنی ویژگی‌هایی که به طور مستقیم در تولیدمثل نقش دارند؛ ۲- تغییراتی که جزئی از علائم رشد و قابل رؤیت‌اند و آنها «ویژگی‌های ثانویه» نامیده می‌شوند مثل رویش موی صورت در پسران.

منظور از ریش جنسی چیست؟

ریش جنسی اولیه (ویژگی‌های جنسی اولیه) را تعریف کنید



ویژگی‌های جنسی اولیه که در تولیدمثل نقش دارند مثل تغییرات غدد و ترشح هورمونهای جنسی Puberty - ۱

۵۴ انواع ریش جنسی

ویژگی‌های جنسی ثانویه که چیزی از علایم رشد و قابل رویت اند مثل رویش ریش و جوش صورت

ID Channel : @DaneshSad

مبنای استدلال در کودک، واقعیت های ملموس و بیرونی است، کودک به مسائل مربوط به آینده و رویدادهای احتمالی فکر نمی کند. یک کودک در زمان درخواست مادرش از او، برای خرید کالایی سریع می رود و به احتمال بسته بودن مغازه فکر نمی کند.

نوجوان فراتر از واقعیت های ملموس و بیرونی فکر می کند. نوجوان در پیش بینی یک موقعیت از احتمالات مختلف بهره می گیرد. ولی یک نوجوان در صورت درخواست مادر برای خرید چیزی، به مسائل آینده و رویدادهای احتمالی فکر میکند. و به مادر میگوید اگر مغازه تعطیل بود چکار کنم؟

رشد شناختی در دوره نوجوانی

هرچند در بیان تغییرات دوره نوجوانی، به ویژگی های جسمانی اشاره می شود، اما واقعیت این است که تغییرات شناختی دوره نوجوانی شگفت آور است. یکی از این تغییرات، فرضیه سازی در نوجوانان است. برای اولین بار در این دوره، تفکر تغییرات کیفی و مرحله ای فرضی شکل می گیرد؛ به این معنا که

با بررسی پاسخ این دو نفر میتوانیم تشخیص بدهیم که کدام واکنش مربوط پردازش ادراکی و کدام واکنش مربوط به پردازش مفهومی است.



تفکر فرضیه سازی در دوره ی نوجوانی به چه معناست؟

نوجوانان فرضیه سازی می کنند و در پیش بینی یک موقعیت، از احتمال های مختلف بهره می برند؛ در حالی که مبنای استدلال در دوره کودکی، واقعیت های ملموس و بیرونی است. مبنای استدلال در نوجوانی، بر اساس تفکر فرضیه سازی است.

● مادر رامین، مبلغی را به رامین سیزده ساله و برادرش امین هفت ساله می دهد و از آنها می خواهد تا برای خرید نمک به مغازه نزدیک منزلشان بروند. هنگام خروج از منزل به مادرشان می گویند:

امین: چشم مامان. همین الان سریع می روم و بعد از خرید برمی گردم.
رامین: چشم مامان. اگر بسته بود چکار کنم؟

منظور از مهارت فرا حافظه در دوره نوجوانی چیست؟

تفاوت تفکر رامین و امین آشکار است. رامین به دلیل در نظر گرفتن احتمال های مختلف، چیزی را احتمال می دهد که امین هرگز به آن نمی اندیشد. **گزینشی تر شدن توجه نوجوان به چه معناست؟** توجه نوجوانان، در مقایسه با کودکان، گزینشی تر است؛ به این معنا که بر اطلاعات مرتبط متمرکز می شوند و با ضرورت های تکلیف مورد نظر، بهتر سازگار می شوند.

شما در فصل مربوط به «حافظه» با روش های مختلفی آشنا خواهید شد که برای کمک به حافظه مفید است. نوجوانان بهتر از کودکان قادر به رمزگردانی، اندوزش و بازیابی اطلاعات هستند. یکی از تفاوت های مهم دوره نوجوانی با دوره کودکی این است که نوجوانان به دنبال چگونگی تقویت حافظه خود هستند؛ به عبارت دیگر می خواهند چگونگی به حافظه سپردن اطلاعات را فرا بگیرند. به این نوع مهارت آموزشی «فرا حافظه» می گویند. این تلاش در دوره

رشد شناختی در کودکی	رشد شناختی در نوجوانی
1- کودک وجود ندارد.	1- رشد شناختی در نوجوانی
2- توجه در دوران کودکی گزینشی نیست و پراکنده است	2- توجه در نوجوانی متمرکز و گزینشی است
3- کودک به دنبال چگونگی تقویت حافظه خود نیست.	3- نوجوان به دنبال کسب مهارت فرا حافظه و چگونگی به حافظه سپردن اطلاعات است
4- کودک بر استدلال و قضاوت و تصمیمات خود اشراف ندارد	4- نوجوان قادر به نظارت و ارزیابی و تغییر جهت تفکر لحظه به لحظه هستند
5- کودکان قادر به ظرفیت سازی حافظه خود نیستند	5- نوجوان به دلیل افزایش سرعت تفکر در یک لحظه توانایی نگهداری اطلاعات بیشتری در حافظه خود هستند.
6- کودکان بر اساس پردازش ادراکی عمل می کنند	6- نوجوانان بر اساس پردازش مفهومی عمل میکنند.

چرا نوجوان قادر به ظرفیت سازی حافظه خود هستند؟

نوجوانان، برخلاف کودکان، قادر به نظارت، ارزیابی و تغییر جهت تفکر لحظه به لحظه هستند، در حالی که کودکان بر استدلال‌ها، قضاوت‌ها و تصمیم‌هایشان اشراف ندارند. سرعت تفکر در دوره نوجوانی افزایش می‌یابد؛ در نتیجه، در یک لحظه اطلاعات بیشتری در حافظه آنها نگه داشته می‌شود. نوجوانان، برخلاف کودکان، قادر به ظرفیت‌سازی حافظه خود هستند. پردازش ادراکی در کودکان چه تفاوتی با پردازش مفهومی در نوجوانان دارد؟

مطالب فصل اول درباره پردازش ادراکی و مفهومی را به خاطر آورید. کودکان بر اساس پردازش ادراکی، یعنی ویژگی‌های حسی و فیزیکی، عمل می‌کنند؛ مثلاً مفید بودن یک کالا را به اندازه و رنگ آن نسبت می‌دهند، در حالی که پردازش غالب نوجوانان، مفهومی است. نوجوانان فایده‌مندی یک کالا را بر اساس ماندگاری، کیفیت و ... می‌سنجند.

هر چند نوجوانان، در مقایسه با کودکان، رشد فزاینده‌ای در توانایی‌های شناختی دارند، اما در نحوه به کارگیری این توانایی‌ها، پختگی لازم را ندارند و تغییرات شناختی نوجوانان باعث پیامدهای ناسازگارانه‌ای می‌شود. در جدول ۲-۳ برخی از این پیامدها آمده است.

پیامدهای ناسازگارانه تغییرات شناختی در دوره نوجوانی را نام ببرید. و اقدامات مناسب برای مقابله با این پیامدها را بنویسید.

جدول ۲-۳- پیامدهای تغییرات شناختی نوجوانان و توصیه پیشنهادی

توصیه	پیامد تغییرات شناختی
بهتر است در حضور دیگران از نوجوانان عیب‌جویی نشود.	حساسیت نسبت به انتقاد دیگران
باید ویژگی‌های منحصر به فرد نوجوانان را پذیرفت تا در زمان مناسب دیدگاه متعادل‌تری ایجاد شود.	احساس منحصر به فرد بودن اغراق‌آمیز
باید به نوجوانان کمک کرد تا دریابند جوامع و افراد، آمیزه‌ای از محاسن و معایب هستند.	آرمان‌گرایی و عیب‌جویی
به جای نوجوانان تصمیم‌گیری نشود. تصمیم‌گیری کارآمد، الگوی تصمیم‌گیری نوجوانان باشد.	مشکل در تصمیم‌گیری روزمره

آیا شما غیر از موارد مذکور، خصوصیات شناختی و تفکر دیگری، در شروع نوجوانی و هم‌اکنون، در خود احساس می‌کنید؟ توضیح دهید.

تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی | سبب چه تغییراتی در رشد هیجانی در دوره نوجوانی می‌شود؟

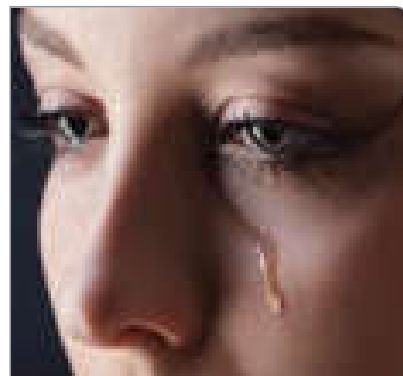
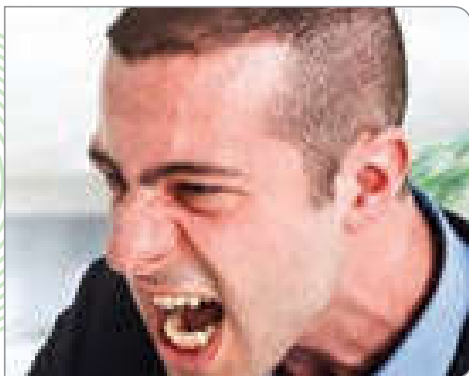
رشد هیجانی در دوره نوجوانی | تحریک‌پذیری و تغییر حالات هیجانی در نوجوانی به دلیل چیست؟

سارا ۱۴ ساله است و بیشتر اوقات احساس می‌کند نمی‌تواند خود را کنترل کند. گاهی آن قدر شاد است که دلش می‌خواهد با صدای بلند بخندد و همه دوستان را به ناهار مهمان کند، و گاهی هم آن قدر غمگین است که دلش می‌خواهد زار زار گریه کند. علی ۱۵ ساله است و می‌گوید: بیشتر اوقات، بدون اینکه خودم بخوام، یک دفعه و ناگهانی عصبی می‌شوم و چیزی می‌گویم یا رفتاری نشان می‌دهم که بلافاصله پشیمان می‌شوم؛ مخصوصاً به برخی رفتارهای بزرگ‌ترها حساسم و بیشتر عصبانی می‌شوم. تصور کنید این دو نوجوان شما را مشاور خود قرار داده‌اند و از شما می‌خواهند به آنها کمک کنید تا بتوانند احساسات و هیجانات خود را کنترل کنند. آنها نمی‌دانند علت این تحریک‌پذیری و بی‌ثباتی در احساسات و هیجاناتشان چیست و نگران این هستند که نکند بیمار باشند. شما چگونه این نوجوانان را راهنمایی می‌کنید؟

به دلیل تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی در دوره نوجوانی، تحریک‌پذیری نوجوانان افزایش می‌یابد و حالات هیجانی آنان به سرعت تغییر می‌کند. هیجانات منبع رفتارهای مثبت و سازنده هستند، در صورت هدایت نشدن و به کارگیری غلط آنها، هیجان‌ها به رفتارهای مخرب و پرخطر منجر می‌شوند؛ بنابراین، لازم است در این دوره مهارت‌هایی را بیاموزیم که بتوانیم هیجانات خود را در جهت صحیح به کار گیریم؛ مهارت‌هایی از قبیل کنترل خشم و ورزش کردن.

در چه صورتی هیجانات نوجوانی به رفتارهای پرخطر منجر میشود؟

چگونه نوجوان می‌تواند هیجانات خود را در جهت صحیح بکار گیرد؟



فعالیت ۲-۸

۱ به دو مثال زیر توجه کنید.

● بهنام، برای هدایت هیجان‌هایش، تصمیم می‌گیرد هفته‌ای سه روز به صورت فشرده تمرین‌های ورزشی انجام بدهد.

● پوریا مدتی است تصور می‌کند بسیار پرانرژی است. او، برای نمایش توان خویش، هر روز به همراه برخی از دوستان، در معابر شهری، مزاحم راننده‌ها می‌شود و از این کار احساس لذت می‌کند.

هر دو مثال، محصول هیجان است، اما یک رفتار، مثبت و سازنده و دیگری مخرب و آزاردهنده است. شما چه رفتار مثبت و منفی دیگری در استفاده از هیجان‌ها را می‌شناسید؟ از هر مورد یکی را توضیح دهید.

۲ به نظر شما مهارت‌های شناخت، ارزیابی و کنترل هیجان چه نوع مهارت‌هایی هستند؟ تاکنون در این زمینه تجربه‌ای داشته‌اید؟



رشد اجتماعی در دوره نوجوانی

انتخاب هر فرد در مورد اینکه با چه کسی به سینما برود یا ایام تعطیل را با چه کسی بگذراند بیانگر چیست؟

اگر قصد تفریح، مثلاً رفتن به سینما داشته باشید، ترجیح می‌دهید با چه کسانی به سینما بروید؟ پدر و مادر، دوستان و...؟ اگر از شما بخواهند برای مسافرت در ایام تعطیل، خانواده‌ای را انتخاب کنید که با خانواده شما همسفر شوند، احتمال انتخاب کدام خانواده بیشتر است؟ عمه، خاله، عمو و... یا خانواده‌ای که بچه‌های آن خانواده همسال شما باشند؟ نوع انتخاب شما بیانگر رشد اجتماعی شما است. نکته: رشد اجتماعی در نوجوانی بیشتر به تعامل نوجوان می‌پردازد.

رشد اجتماعی در دوره نوجوانی، مانند دیگر ابعاد رشد، دستخوش تغییر می‌شود. در این دوره هم خود نوجوان و هم اطرافیان وی احساس می‌کنند که گرایش نوجوان به گروه همسالان خیلی بیشتر از سابق شده است و در کنار همسالان بودن برای نوجوان بسیار لذت‌بخش است. البته این به آن معنی نیست که نوجوان به ارتباط با والدین و یا خواهر و برادرهای خود علاقه‌ای ندارد.

نکته: نوجوان علاوه بر ارتباط با خانواده، از ارتباط با همسالان نیز لذت می‌برد.

○ رشد و شکل‌گیری هویت^۱ در دوره نوجوانی

یکی از تغییرات در رشد اجتماعی دوره نوجوانی، دستیابی به «هویت» است.

آیا تاکنون از خود پرسیده‌اید که من کیستم؟ چه ویژگی‌هایی دارم؟ پسرم؟ دخترم؟ خوش‌قیافه هستم؟ باهوشم؟ احساساتی هستم؟ اجتماعی هستم؟ به دستورات مذهبی وفادارم؟ از چه چیزهایی خوشم یا بدم می‌آید؟ چه رشته دانشگاهی را انتخاب می‌کنم؟ در چه شغلی استعداد دارم؟ از چه آدم‌هایی خوشم می‌آید؟

پاسخی که فرد به پرسش‌هایی نظیر "من کیستم" و چه ویژگی‌هایی دارم می‌دهد، بیانگر چیست؟

پاسخ به این سؤالات، بیانگر هویت شماست. «من کیستم؟» این سؤالی است که ذهن هر فرد، به‌ویژه نوجوانان و جوانان را درگیر کرده است و افراد برای یافتن پاسخ همین سؤال به جست‌وجوی خویشتن و کسب هویت می‌پردازند. به عبارت دیگر هویت همان تمایزی است که فرد بین خود و دیگران می‌گذارد. هویت طرز فکر، عقاید و نحوه ارتباط فرد با دیگران را شامل می‌شود. هویت،

هویت چیست؟

اجزای هویت را نام ببرید



اجزای متعددی دارد و شامل ویژگی‌های جسمی، جنسی،

اجتماعی، شناختی، اخلاقی، هیجانی، آرمانی و شغلی است که

در مجموع هویت فرد را می‌سازند. به این ترتیب، افراد ممکن

است به لحاظ ویژگی‌های جسمی (قیافه)، جنسی (دختر یا پسر

بودن)، ویژگی‌های روانی (ایفای نقش جنسیتی برای نشان دادن

رفتارهای زنانه یا مردانه)، اجتماعی (عضویت در گروه‌ها یا انتخاب

شغل و پیشرفت)، سیاسی، مذهبی، اخلاقی، ارزشی و یا قومی، خصوصیات رفتاری و شخصیتی

تمایزی را دارا باشند. نوجوانانی که خود را می‌پذیرند و هویت مثبتی برای خود قائل‌اند، به لحاظ روانی

از افرادی که هویتی منفی داشته و به خود علاقه‌ای ندارند، سالم‌ترند.

○ سؤال

به نظر شما تلاش برای هویت‌یابی در بین نوجوانان نسل گذشته با نسل امروز چه تفاوتی کرده است؟

عوامل شکل‌گیری هویت‌یابی در هر دو نسل چه بوده است؟

شما در تلاش برای هویت‌یابی تحت تأثیر کدام یک از عوامل زیر بوده‌اید؟

- ۱- والدین
- ۲- همسالان
- ۳- مذهب
- ۴- موفقیت و شکست‌ها
- ۵- رشد شناختی
- ۶- وسایل ارتباط جمعی
- ۷- ...
- ۸- ...
- ۹- ...

شما هویت خود را مثبت می‌دانید یا منفی؟ چرا؟

چهار مسئله در هویت یابی

همچنان که در شکل می بینید روان شناسان رشد بر این عقیده اند که در هویت یابی حداقل چهار مسئله اساسی وجود دارد. از این رو، رشد احساس هویت، مستلزم این است که فرد دریابد دارای هویت بی نظیر، منحصر به فرد و متفاوت با دیگران است.



این گروه از روان شناسان رشد معتقدند که شکل گیری هویت، به عنوان پیشرفت مهم شخصیت نوجوان، گامی مهم در مسیر تبدیل شدن به بزرگسال ثمربخش است. همه نوجوانان فرایند هویت یابی را به خوبی طی نمی کنند و با دو مشکل اساسی روبه رو می شوند: ۱- در پایان دوره نوجوانی هویت شکل نمی گیرد و فرد دچار بحران هویت می شود؛ ۲- بسیاری از نوجوانان در دوره نوجوانی دچار سردرگمی نقش می شوند که با بحران هویت متفاوت است.

سردرگمی نقش یعنی اینکه در دوره نوجوانی فرد تلاش می کند نقش ها، ارزش ها و ایده های مختلف را مطالعه و حتی تجربه کند. مثلاً ممکن است یک روز با این تصور که در آینده یک فوتبالیست بزرگی خواهد شد لباس بپوشد، به استادیوم برود و در کلاس فوتبال ثبت نام کند، در حالی که یک هفته از این کلاس نگذشته به این نتیجه برسد که اصلاً ورزشکار بودن در زندگی یعنی مدام در خطر بودن؛ پس بهتر است هنرپیشه شود، در کلاس بازیگری ثبت نام کند و در مدرسه تئاتر اجرا کند.

بهزاد نوجوان ۱۸ ساله ای است که به مشاغل پر درآمد و فنی علاقه مند است. وی بعد از گذراندن یک دوره سه ماهه در شغل ساعت سازی، تغییر شغل می دهد

و به مکانیکی خودرو روی می آورد. بعد از مدتی کوتاه به پدرش می گوید: امروز خیابان ها پُر از تعمیرگاه های مکانیکی است و پیشنهاد می کند که به سراغ فروشندگی تلفن همراه برود. بهزاد، در دو سال، مشاغل مختلفی را تجربه کرده است. به نظر شما بهزاد در هویت شغلی دچار کدام یک از مشکلات هویت یابی است؟ توضیح دهید.

چه عواملی سبب میشود که زمینه رشد ارزشهای اخلاقی در نوجوان افزایش یابد؟

چه عواملی سبب میشود که نوجوان با مسائل اخلاقی و ارزشی بیشتر از قبل درگیر شود؟

🕒 **رشد درک اخلاقی در دوره نوجوانی** رشد سریع شناختی چه تاثیری بر رشد درک اخلاقی دارد؟

نظر شما درباره انجام دادن اعمال اخلاقی در سنین مختلف، با توجه به رشد و تحول چیست؟ آیا الان که شما بزرگ تر شده اید، نسبت به گذشته راستگوتر شده اید؟ بیشتر به دیگران کمک می کنید؟ به حق خود قانع هستید و از کسی - حتی وقتی توانش را دارید - سوءاستفاده نمی کنید؟ تحول اخلاقی و ارزشی در نوجوانی بیش از هر دوره دیگری است. رشد سریع شناختی در نوجوانی و جوانی باعث می شود که فرد بهتر بتواند درباره مسائل اخلاقی، ارزشی و دینی قضاوت کند و واکنش دقیق تری نشان دهد.



تعریف نوجوان از هویت خود مستلزم چیست؟ مثال بزنید.

روابط اجتماعی نوجوان، در مقایسه با دوران کودکی و بروز احساس خودمختاری و استقلال نسبت به والدین، با مسائل اخلاقی و ارزشی نیز بیشتر درگیر می شود و زمینه های رشد ارزش های اخلاقی در وی افزایش می یابد. یکی از تکالیف اصلی رشد در دوره نوجوانی، شکل گیری هویت است. شناخت و تعریف نوجوان از هویت خویش،

مستلزم نسبت دادن ویژگی های دینی، ارزشی و اخلاقی به خویشتن است. او باید به خود بگوید چه خصوصیات اخلاقی، ارزشی و دینی دارد؛ مثلاً یک نوجوان ممکن است در خلوت به خود بگوید: «من فردی صادق و مهربان هستم» یا «من آدمی دیندار و انسان دوست هستم» یا «من فقط به مصالح خودم اهمیت می دهم و مسائل دیگران به من مربوط نیست».

جملات بالا به رشد درک اخلاقی مربوط می شود. نحوه پاسخ نوجوانان به این موضوعات بر نوع تصمیم گیری در رفتار او تأثیر می گذارد.

نکته: رشد درک اخلاقی بر نوع تصمیم گیری در رفتار نوجوان تأثیر دارد.

در چه صورتی شناخت یک فرد به رفتار اخلاقی منجر می شود؟

در صورتی که فرد شناخت خود را به عقاید و باورها و ارزشهایش تبدیل کرده باشد.

هر چند رشد درک اخلاقی به شکل گیری سایر عناصر شناخت وابسته است، اما در بسیاری از موارد صرف داشتن شناخت، به رفتار اخلاقی منجر نمی شود. برای اینکه شناخت به اخلاق منتهی شود، شناخت باید به عقاید و باورها و ارزش های فرد تبدیل شود.

سؤال

به دو مثال زیر توجه کنید.

- پزشکی که می داند سیگار کشیدن برای سلامت بدن مضر است، ولی سیگار می کشد.
- شخصی که می داند مسواک زدن موجب سلامتی و حفظ دندان ها می شود، ولی در مسواک زدن سهل انگاری می کند.

به نظر شما اشکال کار در کجاست؟ شناخت یا باور؟ چرا؟ در باور

او شناخت خود را در زمینه مسواک زدن به باور و ارزش و عقیده تبدیل نکرده است.

خود آرمانی و خود واقعی

همه افراد یک خود واقعی و یک خود آرمانی دارند. خود واقعی همان ویژگی های فردی، و خود آرمانی ویژگی هایی است که فرد دوست دارد داشته باشد؛ مثلاً پسری ۱۴ ساله را در نظر بگیرید که قد بلند، دارای هوش متوسط، عملکرد تحصیلی معمولی، روحیه شاد و استعداد نقاشی عالی و علاقه مند به مسائل ارزشی است. اگر این نوجوان ایده آل هایی مثل هنرمند و یا فیلسوف شدن برای خود داشته باشد، این ایده آل ها خود آرمانی او را شکل می دهد.

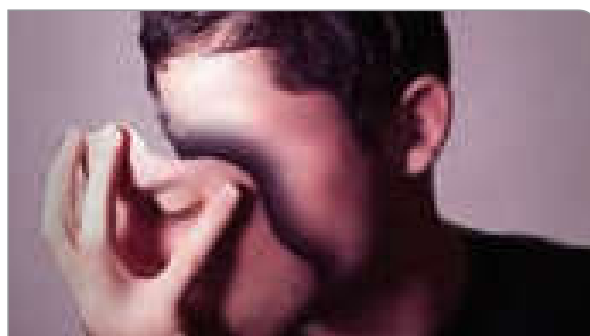


ویژگی هایی که فرد فاقد آن است ولی دوست دارد
که این ویژگی ها را داشته باشد
رویای یک فرد برای هنرمند یا فیلسوف شدن

ویژگی هایی که فرد دارد
قد فرد رنگ چشم یا داشتن هوش متوسط

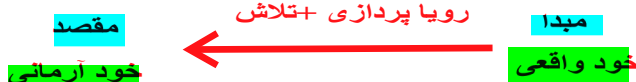
در روند طبیعی زندگی انتظار می رود که **نوجوانان برای رسیدن به خود آرمانی تلاش** کنند. در حالی که بسیاری از آنان به جای تلاش برای کم کردن فاصله بین خود آرمانی و خود واقعی، رویاپردازی می کنند و از آن لذت می برند. هر چند این پدیده در دوره نوجوانی غیر طبیعی نیست، ولی استفاده مکرر از آن باعث افت در عملکرد تحصیلی و سایر عملکردها می شود.

استفاده مکرر از رویا پردازی چه عواقبی برای فرد به همراه دارد؟



سؤال

در مورد رویاپردازی هایی که تاکنون داشته اید برای هم کلاسی های خود در کلاس توضیح دهید و بگویید رویاپردازی چه تأثیر مثبت یا منفی بر زندگی شما داشته است؟



دانش آموز عزیز! مطالب این درس را به زبان خودتان به صورت خلاصه بنویسید.

۱ من از مطالعه این درس دریافتم که :

.....

.....

.....

.....

۲ در رابطه با خودآرمانی مورد نظرتان تصاویری در دایره‌های زیر جایگزین نموده و بنویسید چرا خود آرمانی شما در دوره‌های مختلف تغییر کرده است؟ خودآرمانی دوره ابتدایی:



.....

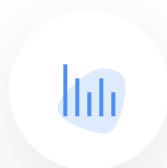
.....

.....



اپلیکیشن درسی همیار

برنامه رایگان درسی همیار



تمام پایه ها

جواب کتاب ، تدریس و نمونه سوال



همیشه رایگان

برنامه همیار کاملا رایگان میباشد