الباب الثاني : علم النفس النمو

الفصل الأول : النمو (مفهومه – العوامل المؤثرة فيه - المبادئ العامة للنمو)

الفصل الثاني : مراحل النمو – مرحلة الجنين

الفصل الثالث – مرحلة الطفولة (المبكرة المتأخرة)

الفصل الرابع : مرحلة المراهقة

الفصل الأول : مفهوم النمو وخصائصه والعوامل المؤثرة فيه

النمو في علم النفس (النمو النفسي) : - هو الزيادة التي تطرأ على حجم الكائن الحي منذ بدأ تكوينه في رحم الأم إلى أن يولد و يمر بطور الطفولة والشباب و الرجولة فالشيخوخة إلى أن تنتهي حياته .

ويعرف علماء النفس النمو بأنه :

سلسلة متصلة الحلقات من التغيرات المتتابعة التي تتصف بالدينامية والشمول والبنائية و تسعى إلى تحقيق اكتمال النضج .

ما يتضمنه التعريف :

* النمو سلسلة متصلة تبدأ بالمرحلة الجنينية فالطفولة و المراهقة و الرشد و الشيخوخة .
* يتصف النمو بالدينامية إذ تؤثر كل مرحلة في اللاحقة لها و تتأثر بالسابقة عليها .
* تغيرات النمو شاملة للجوانب الجسمية و العقلية و الاجتماعية و الانفعالية .
* بنائية : إذ تتضمن اختفاء بعض المظاهر الجسمية لتحل محلها مظاهر جديدة .
* تبلغ عملية النضج اكتمالها في حدود الاستعدادات الموروثة و الخبرات المكتسبة من البيئة .

النمو بهذا المعنى يشير إلى نوعين : -

١- النمو التكويني أو الكمي:- (المرئي):- ويقصد به النمو الذي يحدث في الحجم أو الشكل ويمكن ملاحظته مثل** زيادة الطول أو الوزن أو ظهور الأسنان..

٢- النمو الوظيفي أو الكيفي :- (الغير المرئي) :- ويقصد به النمو الذي يحدث في الوظائف الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية والتي لا نلاحظها بالرؤية ولكن نستدل عليها من ملاحظة التغير في سلوك الفرد وتغير أدائه مثل ** تعلم اللغة ليس فيه جانب مرئي ولكن هناك تغيرات في طريقة الكلام نلاحظه في أداء الطفل..

المبادئ العامة للنمو و الارتقاء:

١- النمو تغير مستمر

- يقوم على التفاعل بين كائن عضوي بيولوجي ورث الكثيرمن الاستعدادات وما يتعرض له من مؤثرات بيئية مادية و نفسية و اجتماعية
- لا يتوقف النمو عند مرحلة الطفولة بل مع امتداد الزمن ينتقل من مرحلة إلى أخري ، مكتسبا كل ما يؤهله للنضج لهذه المرحلة .

٢- توجد فروق فردية بين الأفراد فى معدلات النمو

في النمو الجسمي و العقلي و الاجتماعي و الانفعالي . وتوجد فروق داخل الفرد الواحد فربما سرعة النمو الجسمي لا تساير النمو العقلي أو الاجتماعي أو الانفعالي المسايرة في النمو بين الأقران نسبية .

٣- تميل جوانب النمو المختلفة إلى الارتباط ببعضها البعض

مثال : فمن ينخفض ذكاؤه يتأخر في المشي و الكلام . ويلاحظ : إن الطفل الذكي كثيرا ما يكون متقدما في النمو لاجتماعي و الانفعالي .

٤- يختلف سرعة النمو من مرحلة إلى أخرى

مثال : النمو الجسمي يكون سريعا في المرحلة الجنينية والطفولة المبكرة والمراهقة ، بينما يبطئ في الطفولة المتأخرة و في الرشد .

٥- يسير النمو فى اتجاهات طولية و اتجاهات عرضية

فالنمو يسير في اتجاه محورين متعامدين **أحدهما طولى** يبدأ من أعلى الرأس ويتجه إلى أخر القدم .**الأخر عرضى** من منتصف الصدر و يتجه إلى كل من اليد اليمنى و اليد اليسرى .

٦- يسير النمو من العام إلى الخاص

أن الوليد يستجيب للمواقف عامة بشكل كلي ثم تبدأ أعضاء معينة أو وظائف خاصة وهى المتخصصة بالاستجابة في العمل ، فالطفل يحاول ن يحرك جسمه كله ليلتقط شيئا أمامه ثم يتعلم بعد ذلك كيف يحرك يديه فقط ، يكون مشى الطفل في البداية حركة غير منتظمة وبعدها تأخذ شكلا منسقا لليدين و الرجلين ، وحينما يريد الطفل أن يلتفت إلى مصدر صوت ما فأنه يحاول الالتفات بكل جسمه ثم يتعلم أن يحرك راسة ورقبته دون الاخر.

العوامل المؤثرة فى النمو

١- الوراثة

تبدأ حياة الفرد باتحاد البويضة الأنثوية بالحيوان المنوي وتحتوى البويضة الملقحة على مئات الآلاف من الجزيئات الدقيقة جدا التي تعرف بالجينات

التي تنقل صفات الآباء و الأجداد للأبناء في النواحي الجسمية و والعقلية ومسببات النواحي الانفعالية .

٢- البيئة

تتكون البيئة من المجموع الكلى للمثيرات التي يتعرض لها الفرد ابتداء من وجوده في البيئة الرحمية وحتى الشيخوخة.

البيئة الرحمية : ذات تأثير كبير على الجنين في اكتساب بعض الانفعالات و الأمراض التي تؤثر في حياته فيما بعد .

البيئة الطبيعية : لها تأثيرا واضحا فأطفال البيئة الساحلية يتمتعون بصحة طيبة عن أطفال البيئة الصناعية .

البيئة الاجتماعية : (الأسرة والرفاق و المجتمع) لها تأثير كبير على النمو الاجتماعي .

البيئة النفسية : يبدو أثرها في تشكيل ميول الفرد و اتجاهاته .

٣ - الذكاء

القدرات العقلية و الاستعدادات العقلية التي يولد بها الفرد تمكنه من النمو بصورة تختلف من فرد لأخر، **مثال** : الأبناء الأذكياء و العادين يمكنهم التكيف مع الذات والبيئة بما يحقق لهم تميزا عن الأبناء المتخلفين عقليا الذي تأخر نموهم العقلي عن أقرانهم من نفس العمر بمدة تزيد عن عامين تقريبا وتزداد هذه المدة تبعا لمستوى التخلف .يتأخر النمو الجسمي للمتخلفين ويظهر ذلك في تأخرهم في المشي و ضبط التبول والتبرز و انتشار بعض العيوب الجسمية .كما يعانى المتخلفين من القصور في نضجهم الاجتماعي و لهذا يؤهلون في مدارس خاصة بمستوى تعليمي و مهني متواضع يمكنهم من الحياة مع الآخرين .

٤- إفرازات الغدد الصماء

للهرمونات التي تفرزها الغدد تأثيرها الكبير على النمو ،**مثال** : الغدة الدرقية المسئولة عن التمثيل الغذائي : فإذا نقص إفراز الغدة الدرقية قبل البلوغ وقف نمو الهيكل العظمى من حيث الطول ولكن تظل العظام في النمو من حيث العرض مما يؤدى إلى السمنة.

الغدة التيموسية و الصنوبرية : لابد من ضمورهما قبل البلوغ لكي تنمو الغدد التناسلية فإذا ضمرتا مبكرين كان البلوغ مبكرا وإذا تأخر ضمورهما كان البلوغ متأخرا .

٥- الغذاء : للغذاء دور أساسي في النمو فهو :

١- يساعد في بناء خلايا الجسم وتعويض التالف منها
٢- يمد الجسم بالطاقة اللازمة له
٣- يقي الجسم من الأمراض الناتجة عن نقص الفيتامينات والأملاح
*** - يجب أن يتنوع الغذاء ليناسب المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد وعمله لان نقص الغذاء يؤثر على النمو بمعدل سلبي أما زيادته عن معدله يكون ضار ويؤدى لنتائج وخيمة ويجب الاهتمام بالغذاء كما وكيفا .

٥- الجنس

- توصلت الدراسات إلى أن البنات يسبقن البنين في سن بدء الكلام و تكون حصيلتهن اللغوية أعلي من البنين ويرجع ذلك الى ملازمة البنت لامها التشجيع المستمر على الكلام أو المشي خلال السنوات الأولى بدرجة تفوق تشجيعها الابن . كما توصلت الدراسات إلى أن البنات يسبقن الذكور في سن البلوغ بعام تقريبا حيث تصل البنات إلى البلوغ في سن ١١ الى ١٢بينما يصل الولد في سن ١٢ سنة الى ١٣ويرجع ذلك لعوامل وراثية وبيئية .

الفصل الثاني : مراحل النمو الإنساني

النمو عملية مستمر لا توجد بينها فواصل أو حدود قاطعة بل تتداخل و تقسيم النمو تقسيم اصطلاحي هدفه تسهيل الدراسة لتمكن من تحديد المظاهر المميزة للنمو و الارتقاء الإنساني في كل مرحلة و لعل اشهر التقسيمات المعروفة للنمو و الارتقاء الإنساني هو التقسيم التالي :

مراحل النمو الإنساني

حياة الإنسان تمر بمراحل مختلفة كل مرحلة لها خصائصها التي تميزها عن غيرها وهى كالاتي :

١- مرحلة الجنين: التي تبدأ بالحمل وتنتهي بالولادة
٢- مرحلة الوليد : وتبدأ بلحظة الولادة و تمتد من عشرة أيام إلى أربعة أسابيع
٢- مرحلة الرضاعة : وتبدأ بعد الولادة وتمتد إلى سنتين تقريبا ويدخل فيها المرحلة السابقة
٣- مرحلة الطفولة المبكرة: من ٢:٦ وهو سن ما قبل المدرسة الابتدائية
٤- مرحلة الطفولة المتأخرة: ٦:١٢ سنة وهوسن الدراسة الابتدائية
٥- مرحلة البلوغ والمراهقة: من ١٣ عند الذكور ومن ١٢ عند الإناث إلى سن ٢٠
٦- مرحلة الشباب والرشد: من ٢٠:٤٠ سنة
٧- مرحلة الكهولة: من ٤٠:٦٠ سنة
٨- مرحلة الشيخوخة: من ٦٠:٧٠ سنة
٩- مرحلة الهرم: من ٧٠ إلى أن يتوفاه الله

ملحوظة :

المراحل الأولى من النمو أهم من المراحل الأخيرة

(**لأن**) ١- النمو السوي في المرحلة الجنينية يترتب علية نمو طبيعي في فترة الطفولة والطفولة تمثل أساسا لمرحل العمر التالية
٢- الظروف البيئية السيئة قبل المولد أو بعده مباشرة تضر بعمليات النمو و الارتقاء التالية ضررا بالغا بل وقد تعطل النمو الجسمي و العقلي لدى الطفل .

مرحلة ما قبل الميلاد(الجنينية) (الحمل)

تبلغ هذه المرحلة تسعة اشهر تبدأ بعملية إخصاب البويضة بالحيوان المنوي و حتى الميلاد و لهذه المرحلة أهمية و ترجع أهميتها للأسباب الآتية :

١- إنها أساس العوامل الوراثة التي يتكون منها الجنين .

٢- تتأثر بالحالة الصحية و النفسية و الغذائية للأم .

٣- أنها أكثر المراحل سرعة في النمو .

تتكون فيها اتجاهات الوالدين و مشاعرهم تجاه الطفل و تبنى عليها حياة الطفل الاجتماعية و النفسية فيما بعد .

العوامل المؤثرة على نمو الجنين نموا سليما

و يتوقف نمو الجنين نموا سليما على عدة عوامل منها :

١- نوع الغذاء الذي تتناوله الأم أثناء فترة الحمل .

٢- صحة الأم .

٣- سن الأم وقت الحمل .

٤- تنافر فصيلة دم الأم و الأب.

٥- التعرض للأشعة السينية .

٦- الحالة المزاجية و العاطفية للأم .

٧- تناول العقاقير الطبية أثناء الحمل و المواد الكيماوية .

٨- تناول الكحوليات و التدخين .

٩- تزاحم الأجنة (في حالة وجود توائم) .

و من العوامل المؤثرة على نمو الجنين :

الوراثة و الهرمونات و الغذاء و البيئة الاجتماعية و ثقافة المجتمع و المناخ و السلالة و طبيعة الولادة (عادية أو ميتسرة) .

ولتفسير بعض الخلافات على إنجاب الأم الإناث دون الذكور

يؤكد العلم على أن نوع الجنين يتوقف على الأب وليس على الأم فعند اتحاد الحيوان المنوي بالبويضة يكون الجنين أنثى إذا كان الحيوان المنوي يحمل كروموسومات من نوع(X X) و يكون الجنين ذكرا إذا كان الحيوان المنوي يحمل كروموسومات من نوع (Y X) أي أن جنسي الجنين صفة تورث عن طريق الأب وليس عن طريق الأم لكن شكل الجسم وحجمه ومظهر الوجه ولون البشرة و العينين يرجع للأبوين .

كيف تفسر تدمير كرات الدم الحمراء عند بعض الأطفال ؟

اكتشف علماء الوراثة من خلال أبحاثهم أن أحد مكونات الدم rh

إذا كان سالبا عند الأم و موجبا عند الجنين فإن ذلك يؤدى إلى اضطراب في توزيع الأوكسجين و عدم نضج خلايا الدم و تدمير كرات الدم الحمراء في جسم الجنين

وقد يؤدى هذا إلى حدوث تلف في المخ و ضعف عقلي مما يعرض الجنين للإجهاض أو الموت

ويمكن اكتشاف ذلك بفحص الدم مسبقا ومعرفة rh لدى الزوجين وعلاجه وفي حالة اكتشاف الحالة بعد الحمل يمكن تغيير دم الجنين .

الفصل الثالث : مرحلة الطفولة (مبكرة ومتأخرة)

تعد مرحلة الطفولة هي المرحلة الأكثر أهمية لأنها البذور الأولى لشخصية الطفل

خصائص النمو في الطفولة

١- النمو الجسمي

في الطفولة المبكرة	في الطفولة المتأخرة
* - يمتاز النمو الجسمي في الطفولة المبكرة بالسرعة حيث يتضاعف وزن الطفل في نهاية السنة الأولى ثلاث أمثال وزنه عند الميلاد * - يزداد الطول وتنمو والعضلات * - تؤثر صحة الطفل الجسمية على نموه الجسمي و العقلي * - تزيد قدرة الطفل على تخزين المعلومات التي يحصل عليها من حواسه * - تزيد قدرته على تفسيرها و اعتماده على الخبرات الواردة من العالم الخارجي .	* - يأخذ معدل النمو الجسمي في التباطؤ * - بنضوج الجهاز العصبي تنمو الأعضاء الدقيقة كالأصابع * - ويلزم تدريب الطفل على الأعمال الدقيقة كالكتابة و قص الأوراق و اللعب بالصلصال * - وفي هذه المرحلة يجب أن يتاح للطفل فرصة التعبير عن نشاطه الجسمي و خاصة البنين الذين يجدون لذة كبيرة في ممارسة الألعاب ذات التعبير العضلي

النمو العقلي

في الطفولة المبكرة	في الطفولة المتأخرة
* - يطلق جان بياجية عليها اسم مرحلة ما قبل العمليات العيانية (المحسوسة) التي تعتمد على الخبرة الحسية	* - يزداد النمو العقلي نتيجة لنمو المخ والجهاز العصبي ويصبح إدراك الطفل أكثر دقة ويتطور . * - في الطفولة المتأخرة نجد تطور

* - يتصف تفكير الطفل بأنه تفكير مادي حسي فلا يمكنه التفكير في الأمور المعنوية المجردة كالحق و الجمال بل يفكر في الأمور الشخصية والماثلة أمام حواسه. * - يتصف تفكيره بالتمركز حول الذات و عدم إمكان إدراك وجهة نظر الأخرين . * - أن لعب الطفل في هذه المرحلة يوصف بأنه لعب توهمي (اللعب الخيالي)، **مثل** تخيل العصى حصان . * - التخيل في هذه المرحلة تخيل بصري بمعنى أنه يعتمد على الصور البصرية * - الطفل عندما يتخيل فإنه يبدأ من الواقع و لكنه يضيف إليه من عنده . مثال : فإذا رأى سيارة تصدم شخص وتلقيه أرضا فإنه يروى للأخرين أنه رأى سيارة تصدم شخصا فإذا بالشخص يطير ويسقط فوق الاشجار وهى السبب في تسمية اللعب بالتوهمى	في فهم الموضوعات المعنوية المجردة فيستطيع الطفل في هذه المرحلة أن يفكر تفكيرا مجردا و يعتمد على المدركات الكلية ولكن بصورة محدودة ويمكنه أن يدرك بعض المفاهيم مثل (العدل والظلم) . * - يعرف بعض القيم الخلقية كمفاهيم مجردة غير مرتبطة بمواقف خاصة مثل (الأمانة والصدق) . * - التذكر: تذكر آلي في النصف الأول من المرحلة حتى أن الذاكرة في هذه السن أقوى منها عند الرشد. يبدأ عنصر الفهم في النصف الثاني من المرحلة كأحد العوامل المساعدة على التركيز * - التخيل : تخيل مرتبط بالواقع و مقيد بقوانين الطبيعة وبما يمكن أن يفعله الإنسان بالفعل.

النمو والارتقاء الاجتماعي

في المهد يعجز الطفل عن الاعتماد على نفسه - ويرتبط ارتباطا وثيقا بالأم التي تشبع حاجاته ثم يتعود الطفل رؤية بقية أ فراد الأسرة و يتفاعل معهم

في الطفولة المبكرة	في الطفولة المتأخرة
* - يحاول الطفل أن يقوم ببعض الخدمات الشخصية لنفسه فيحاول تغيير ملابسه واشياء اخرى تأكيدا لذاته . * - إذا كان لعب الطفل في المرحلة السابقة انعزاليا فلعبه في هذه المرحلة فرديا . - بمعنى أنه قد يلعب مع الأخرين في مكان لوحده و قد يتبادل معهم الحديث ويستجيب لملاحظتهم ولكنه مع ذلك يحتفظ بلعبه و يرفض أن يشارك مع غيره في لعبة جماعية . * - يتعلم الطفل أن يقلد الأدوار الاجتماعية (كالأب أو الأم) في التفكير و السلوك و المشاعر.	* - تتميز بتحقيق مزيد من الاستقلال و الاعتماد على النفس وتكوين علاقات اجتماعية مع أفراد خارج الأسرة . * - ويشعر الطفل بقيمة الجماعة و تحقيق أهدافه فيشعر بالانتماء لها و يكتسب العادات و التقاليد و القيم . * - يظهر الارتقاء في النمو الاجتماعي في لعبه فبعد ان كان انعزاليا في سنتي المهد وفرديا في الطفولة المبكرة يصبح لعبا جماعيا - بمعنى أنه يستطيع أن يشارك في الألعاب الجماعية كعضو في فريق هكذا يمثل تطور لعب الطفل نموا اجتماعيا .

- النمو الانفعالي في الطفولة

- في المهد تقل انفعالات الوليد بسب رغبته في إشباع حاجاته الأولية ويعتريه البكاء إذا لم تشبع حاجته إلى الطعام و يفرح إذا أشبعت هذه الحاجة.

في الطفولة المبكرة	في الطفولة المتأخرة
* - تتصف بشدة انفعالات الطفل لذا أطلق عليها علماء النفس مرحلة الطفولة الصاخبة نتيجة الثورة الانفعالية التي تصاحب طفل ما قبل المدرسة الابتدائية . * - مظاهر الثورة الانفعالية :	* - تتميز بالهدوء والثبات الانفعالي لان هذه المرحلة تتوسط مرحلتين كلاهما عنيف من الناحية الانفعالية وهما الطفولة المبكرة و المراهقة و كأن انفعالات الطفل تمر بفتره استراحة تهدأ فيها.

- الحدة في الانفعالات فكل انفعال عنده شديد، عنيف فهو عندما يفرح يفرح بشدة و عندما يغضب يغضب بعنف. والامر لا يقتصر على ذلك
فثورته الانفعالية تتمثل في التقلب الفجائي من حالة الفرح الشديد إلى حالة الغضب الشديد
<u>والسبب في هذه الثورة</u>
* - رغبته في تأكيد ذاته و لمحدودية قدرته لوحدات الزمن ولا يعترف إلا بما هو حاضر ولا يفهم معنى التأجيل و الانتظار.
* - أو نتيجة مولد طفل جديد في الأسرة.
* - وفي العام الرابع تنتهى الثورة الانفعالية و ذلك لإدراك الطفل لبعد الزمن و نموه العقلي و الاجتماعي و تكوين (الأنا الأعلى) و تكوين العواطف لدية .

* - <u>العوامل التي ساعدت على إنهاء الثورة الانفعالية عند الطفل</u>:
أ - اتجاه الطفل مع بداية المرحلة إلى العالم الخارجي بعد أن كان منحصر داخل نفسه
ب - دخول الطفل المدرسة الابتدائية وممارسة الأنشطة ففي المدرسة و البيئة
جـ - تنتظم انفعالات الطفل في شكل عادات انفعالية تجعله في خدمة أهدافه الاجتماعية و ليست في خدمة مطالبة .
د - التنازل عن بعض رغباته بسبب التطور الخلقي و الاجتماعي الذي يطرأ على الطفل ولا يعنى حديثنا عن الهدوء الانفعالي في هذه المرحلة أن الطفل لا يغضب ولا يشعر بالغيرة ولكن الحقيقة أن الطفل يغير من طريقة تعبيره عن انفعالاته.

الفصل الرابع : المراهقة

معنى المراهقة - اهميتها - خصائصها - مظاهر النمو فيها

لكى لا يتم الخلط بين المراهقة والبلوغ

المراهقة : تطلق على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي

البلوغ : هو نضج الأعضاء الجنسية واكتمال وظائفها عند الذكر والأنثى وبالتالي فالبلوغ يقصد به جانب واحد من المراهقة ويأتي قبلها

تعريف المراهقة :

هي الفترة من البلوغ وحتى اكتمال النضج

* - يختلف سن البلوغ باختلاف الجنس والظروف المادية والاجتماعية والمناخية التي يعيش فيها المراهق

* - تصل البنت للبلوغ في سن ١٢ بينما يصل الولد في سن ١٣

عوامل مؤثرة على المراهقة :

هناك علاقة وثيقة بين نضج المراهق والبيئة (التغذية والمناخ) مثال أطفال المناطق الحارة يصلون لمرحلة المراهقة قبل سكان المناطق الباردة ايضا نوع السلالة التي ينتمي لها الفرد كذلك حالات المرض والضعف العام تؤدى إلى تأخر النضج الجنسي

اذن :- المرهقة هي محصلة التفاعل بين العوامل البيولوجية والثقافية والاقتصادية التي يتأثر بها المراهق

الخصائص العامة للمراهقة

١- لا يمكن تحديد نهاية مرحلة المراهقة على عكس يمكن تحديد بدايتها لان البداية تتحدد في البلوغ وله علاماته المحددة المتمثلة في دلالات النضج ، أما النهاية فتتمثل في النضج بجميع جوانبه وهذه ليس له علامات .

****- المراهقة هي المدخل الى مرحلة الرشد حيث يكون قد وصل الى درجة من النضج الشامل لجميع جوانب نموه مما يؤهله لحياته الراشدة .

٢- تعتمد طول المرحلة على ظروف المجتمع لان من علامات انتهاء المرهقة الوصول الى درجة للنضج وكذلك الاستقلال الاقتصادي (أي يعول نفسه) ولذلك تقصر فترتها في المجتمعات الريفية والبدائية وتطول في

المجتمعات الحديثة والمدنية مثال الفرد في الريف ينضج قبل غيره في المدينة لأنه يستطيع أن يعول نفسه مبكرا .

أهمية المراهقة

بالنسبة للفرد	بالنسبة للمجتمع
١- تمثل اخطر مرحلة عمرية حيث يحدد فيها مستقبله ٢- يمر فيها بكثير من الصعوبات ويعانى من الصراعات والقلق ٣- المرهقة أشبه بعنق الزجاجة في الحياة النفسية (من مر بها بسلام يضمن حياة مستقرة في الغالب)	١- هي الفترة إلى يعد فيها الفرد ليبدأ العطاء للمجتمع ٢- المراهق يعد أفضل ثروات المجتمع التي يجب استثمارها ٣- استغلال طاقتهم في تطوير الثروات المادية لان عدم استغلال تلك الطاقات يحولهم إلى طاقات مدمرة لنفسها والمجتمع

مظاهر النمو الجسمي في المراهقة

أولا : النضج الجنسي

١- تنمو الغدة الجنسية عند الجنسين وتظهر أعراض البلوغ

٢- تحدث الطفرة الثانية في النمو الجنسي لدى البنات حيث تبلغ قبل البنين حيث تبدا عند البنات من ١٢ الى ١٤ وعند الذكور من ١٣ الى ١٥

٣- تصل البنات لذروة النضج الجنسي في سن ١٢ أما عند الذكور في سن ١٤

ثانيا : النمو الجسمي

** - زيادة الوزن - فالولد يظل اقل وزنا عن البنت حتى ١١ سنة ثم تنقلب الآية حتى ١٤ سنة ثم يعود الأمر كما كان

يشعر المراهق بالخجل نتيجة النمو الجسمي المتزايد بصورة غير متناسقة بل يعمد المراهق إلى إخفاء ما يعتقد انه يسئ إلى مظهره

حركة المراهق تكون في أول المرحلة غير دقيقة يصطدم بالأشياء ودم الدقة في نقلها مثل الاثاث وسرعان ما يشعر بالإرهاق لأقل مجهود بسبب التغييرات الجسمية ولكنه يصل في النهاية إلى الاستقرار والتآزر التام .

الذات الجسمية

١- يقلق المراهق جدا على مظهره ويحرص على أن يبدوا جذاب وبعد مرور فترة من الدهشة من شكل جسمه يبدأ في تقبل جسمه بشرط التناسق والا

تترك هذه الطفرة عيوب جسمية لدية تجعله عرضة للسخرية ويكون فكرة عن نفسه من خلال الآخرين

٢- يبدأ في تكوين فكرة عن جسمه فيما يسمى بالذات الجسمية

٣- إذا كان هناك تناسق في أجزاء الجسم يكون فكرة مقبولة وبالتالي تكون الذات الجسمية ايجابية، أما إذا كانت سلبية فانه قد ينسحب من الحياة الاجتماعية وينعزل ويظهر لديه ميول عدائية تجاه الآخرين .

مظاهر النمو والارتقاء العقلي في المراهقة

يتمثل في ارتقاء القدرة على القيام بالعمليات العقلية كالتالي :

١- التفكير

يطلق عليه جان بياجيه اسم مرحلة العمليات العقلية الصورية أو المجردة حيث يظهر لدية القدرة على التفكير المجرد نتيجة النمو اللغوي ويعبر عن ألفاظ مجردة ممثل الفضيلة – العدالة .

تنمو لديه القدرة الاستدلالية بنوعيها الاستقراء والاستنباط

يظهر لديه القدرة على التفكير النقدي فلا يقبل شيء دون نقد ولدية الرغبة في اكتشاف مواطن الصحة من الخطأ .

٢- الانتباه

تزيد قدرة المراهق على الانتباه في المدة والمدى أي يستطيع ان يركز على أي موضوع مدة طويلة أما مدى الانتباه يتسع ليشمل أكثر من موضوع .

٣- التذكر

يختلف تذكر المراهق عن تذكر الطفل كما وكيفا :

الطفل : تذكره من النوع قصير المدى- ومن النوع الآلي بمعنى حفظ بلا فهم للمادة المحفوظة .

أما تذكر المراهق : فهو من نوع طويل المدى بمعنى يمكن استدعاء خبرات قديمة وتذكره مبنى على الفهم فيكاد يستحيل أن يحفظ مادة غير مفهومه .

٤- التخيل

تتسع قدرة المراهق على التخيل يظهر ذلك في عمق كتاباته فخياله خصب يتصل التخيل عنده بالتفكير الابتكاري فهؤلاء الافراد متفوقون في القدرة التخيلية .

خيال المراهق خصب لدرجة انه قد ينغمر في أحلام اليقظة وهى سلاح ذو حدين إما يدفعه للعمل فيكون حافز له فيكون ايجابي

أو ينغمر فيه لساعات طويلة لدرجة أن ينصرف عن العمل فيكون هروب من الواقع فيكون سلبي .

مظاهر النمو الانفعالى والاجتماعى فى المراهقة

١- تتسم انفعالات المراهق بالشدة والعنف والطفولية والسطحية يغضب بسرعة ويفرح بسرعة ويبدئ ثورة عارمة وعنف في انفعالاته عندما يعرض رأيه أو اعتراضه بصورة قد لا تتناسب مع حجم الانفعال .

٢- متقلب الانفعال فسرعان ما ينتقل من الفرح إلى الحزن أن تصور إن سبب الفرح قد زال والسبب في ذلك هي أسباب داخليه لان ذات المراهق هي التي تجسم التافه من الأمور وتعطيها اكبر من حجمها .

٣- متذبذب السلوك فلا يمكن وصفه بأنه انطوائي أو اجتماعي متدين أو غير متدين لأنه يتصرف حسب ما تمليه عليه مشاعره وحالته الانفعالية الراهنة

وتعتبر مرحلة المراهقة مرحلة صدام مع السلطة فى كل صورها .

٤- يأخذ موقف سلبى من المجتمع : (التمرد والثورة على الأسرة والمدرسة) وكل المؤسسات التي يتعامل المراهق فالتمرد يقع على كل صور السلطة بسبب اعتقاد المراهق بتدخل الآباء والمعلمين في شئونه الخاصة وإنهم يعاملونه كما لو كان مازال صغيرا لذا يكون رد فعله هو التمرد والثورة والعناد والرفض بدون تفكير .

٥- الشعور بالخجل والانطواء في بداية المرحلة يشعر بالخجل نتيجة التغيرات الجسمية المفاجئة وقد يشعر بالذنب من بعض التصرفات التي لا يرضى عن .

عوامل عدم الثبات الانفعالى فى مرحلة المراهقة

١- الصراع الذي ينشأ في نفس المراهق وبين رغبته في أن يعامل معاملة الشخص الكبير في الوقت الذي يعامله الوالدين كطفل وخاصة اذا كان الوالدين من النوع المتسلط .

٢- الصراع الذي ينشا في نفس المراهق بين دوافعه الجنسية التي تثيره وبين الموانع لها (خارجية) كالعادات والتقاليد (داخلية) الضمير .

٣- الصراع الناتج عن رغبة المراهق في الاستقلال عن والدية واعتماده على نفسه وبين ميله إلى الاعتماد على الوالدين .

٤- رغبته في تأكيد ذاته وتأكيد شخصيته في كثير من المواقف يقابل ذلك قصور في امكانياته سواء كان كلى او جزئي فقد يتفوق دراسيا لكنه يفشل رياضيا .

دور المناخ الأسرى

توفر مناخ أسرى يحيط بالمراهق يوفر له الود والأمن والمساعدة يساعد المراهق على تجاوز هذه المرحلة الحرجة ويجب إعداد الأبناء لها بالتدريج حتى يصل إلى درجة الاتزان الوجداني . **حيث إن المراهق مع الأيام يتحول نحو مزيد من الاتزان الوجداني والانفعالي ومن العوامل التي تساعده لتحقيق الاتزان الانفعالي :**

١- تعزيز ثقة المراهق في نفسه من خلال تشجيعه على الاشتراك في كافة الأنشطة .

٢- مساعدة المراهق على التخلص من الاستغراق في الخيال أو اللجوء إلى أحلام اليقظة كلما واجهته صعوبة .

٣- مساعدة المراهق على تحقيق الاستقلال النفسي بان يتم تشجيعه على الاعتماد على نفسه وتحمل المسئولية وعدم محاسبته بعنف اذا اخطأ .

٤- معاملة المراهق في النصف الثاني من المرحلة معاملة الشخص الكبير وانه أهل الثقة .

***** - يتحقق الاتزان الوجداني في نهاية المرحلة حيث يخفف من الأعمال العدوانية والاندفاع والتهور ويبتعد عن الأعمال الصبيانية ويخضع لمعايير الكبار** .