

هر زمان دلت شکست بگو خدا، هر زمان سایه ی غم به دلت نشست بگو خدا، هر زمان پناهگاهی نیافتی بگو خدا، یقین داشته باش رو بر نمی گرداند

بسمه تعالی

(خلاصه فصل دوم، از کتاب روان شناسی سال سوم دبیرستان رشته علوم انسانی)

مفهوم رشد : به تغییرات پی در پی و منظمی گفته می شود که از زمان انعقاد تطفه تا هنگام مرگ اتفاق می افتد.

دارای الگو و نظم خاصی است و آثار بلند مدتی

- ابعاد رشد :
- 1- جسمانی
 - 2- عاطفی
 - 3- شناختی
 - 4- اجتماعی
- در زندگی دارد.

دو فرآیندی که زیر بنای تغییرات رشدی است به قرار زیر میباشد:

- 1- **رشد :** آمادگی زیستی است که خود مبتنی بر یک نقشه ی ژنتیکی می باشد. تغییرات روان شناختی انسان تحت تأثیر تغییرات زیست شناختی مغز است.
- 2- **یادگیری :** فرآیندی است که بر اثر تجربه بوجود می آید و تغییرات نسبتاً دائمی در احساس، تفکر و رفتار فرد ایجاد می کند. این که کدام یک از این دو نقش مهم تری در رشد دارد، بین دانشمندان اتفاق نظر وجود ندارد.

ویژگی ها و مشخصات رشد :

- 1- رشد یک فرایند مرحله ی، مداوم و پیوسته است. (رشد مرحله ای مورد قبول همگان است.)
- 2- رشد، فرآیندی کل گراست و جنبه های مختلف دارد.
- 3- جنبه رشد جسمانی (تغییرات بدنی، توالی مهارت های حرکتی) رشد شناختی (هوش، و خلاقیت)، رشد اجتماعی (صمیمیت و همکاری)
- 3- در رشد انعطاف پذیری وجود دارد که به معنای ظرفیت داشتن انسان برای تغییر در برابر تجربیات مثبت و منفی زندگی است. پایگاه اجتماعی کودکان بعد از یادگیری مهارت های اجتماعی بهبودی یابد. انعطاف پذیری به انسان کمک میکند تا نقایص و اختلالات رشدی مرتفع گردد.
- 4- رشد، تحت تأثیر فرهنگ ها و شرایط تاریخی - فرهنگی قرار می گیرد. نمی توان تصور واحدی از رشد برای همه ی فرهنگ ها، طبقات و یا گروه های نژادی مختلف قائل شد هر نسلی به شیوه ی خود ش رشد می کند و دنیا را برای نسل بعدی تغییر می دهد.

نظریه ها و دیدگاه های رشد :

روان شناسی رشد: شاخه های از علم روان شناسی است که به توصیف و تبیین تغییرات در طول زندگی فرد می پردازد. از رشته های زیست شناسی، تعلیم و تربیت، پزشکی کمک می گیرد. تأکید آنها بیشتر بر دوره های کودکی و نوجوانی است. رشد اجتماعی به یکی از جنبه های رشد توجه کرده به عنوان مثال متخصص شناختی به مطالعه ی شناخت در انسان می پردازد. و متخصصان روانی اجتماعی به جنبه های عاطفی و شخصیتی انسان توجه می کنند.

نظریه شناختی پیاژه :

او درباره ی تفکر کودکان مطالعه کرد و به پاسخهای غلط آنان توجه کرد، دریافت که کودکان در یک دوره ی سنی معین به سوالات پاسخ های غلط معینی می دهند و نتیجه گرفت که نمی توان گفت کودکان در مقایسه با بزرگسالان کم هوشترند بلکه، فرایندهای تفکر در این گروه ها متفاوت است.

چهار دوره ی شناختی پیاژه :

1- از تولد تا ۲ سالگی : دارای بازتاب های ارثی اند.	۲- ۲ تا ۷ سالگی : کودکان خود مرکز بین هستند (تصور می کنند دیگران نیز دنیا را مانند آنان می بینند)
۳- ۷ تا ۱۱ سالگی : دارای تفکر منطقی می شوند (اشیا اگر چه از نظر ظاهری تغییر می کنند، همان اشیا هستند)	۴- ۱۱ سالگی به بالا دارای: تفکر انتزاعی می شود. (درباره ی تفکر خود فکر می کنند)

نظریه ی روانی - اجتماعی اریکسون:

هر زمان دلت شکست بگو خدا، هر زمان سایه ی غم به دلت نشست بگو خدا، هر زمان پناهگاهی نیافتی بگو خدا، یقین داشته باش رو بر نمی گرداند او معتقد بود شخصیت افراد طی مراحل مختلف زندگی کامل می شود. در زندگی افراد از ۸ مرحله می گذرند و در هر مرحله از رشد بحران هاوتعلرض های روانی-اجتماعی راتجربه می کنندودر هر مرحله از رشدبحران هاوتعلرض های روانی-اجتماعی راتجربه می کنند که در صورت حل موفق آمیز آن می توان با آمادگی وارد مرحله ی بعدی شوند و در غیر این صورت دچار آسیب شده و سلامت روانی آنان به خطر می افتد.

بحران : هر نوع رویارویی با محیط است که باعث می شود که فرد مطابق با تقاضاهای جدید، هر مرحله از زندگی خود را کنترل کنند.

سه مرحله مهم از مراحل رشد روانی - اجتماعی اریکسون :

- ۱- تولد تا ۱ سالگی (بحران اعتماد در برابر بی اعتمادی)
- ۲- ۱۲ تا ۲۰ سالگی (بحران هویت در مقابل بی هویتی) هم سالان را عوامل مهم اجتماعی در شکل گیری شخصیت نوجوان می باشد.
- ۳- ۴۰ تا ۶۵ سالگی (بحران یک پارچگی و وحدت در برابر ناامیدی و سرخوردگی)

ویژگی ها و خصوصیات رشد دوره ی قبل از تولد و دوران کودکی

(زیگوت) سلول تخم (۴۶ کروموزومی یا ۲۳ جفت کروموزوم) زن (کروموزوم شامل هزاران ژن می باشد)
 سلول جنسی زن : تخمک (۲۳ کروموزوم) ← سلول جنسی مرد : اسپرم (۲۳ کروموزوم)
 خصوصیات و ویژگی های ارثی را از والدین به فرزندان منتقل می کند.
 سلول جنسی : (۲۳ جفت کروموزوم که ۲۳ کروموزوم از مادر ۲۳ جفت کروموزوم از پدر است) جفت ۲۳، عامل تعیین جنسیت فرزند می باشد. در پدر جفت بیست و سوم XY و در مادر XX می باشد.

سه مرحله ای مهم رشد در طول فاصله ی بین انعقاد نطفه و تولد :

- ۱- مرحله ی زیگوت (دو هفته ی اول) : یک سلول به چندین سلول تکثیر می شود و به یک توده سلولی تبدیل شده به دیواره ی رحم مادر متصل شده و ارتباط بین مادر و جنین برای تغذیه برقرار می شود.
- ۲- مرحله ی رویانی (هفته ی سوم تا هشتم) : بیش تر اندام ها و اجزای بدن مشخص می شود و رشد در این مرحله سریع تر است.
- ۳- مرحله ی جنینی (هفته ی هشتم تا زمان تولد) : سیستم عصبی مرکزی، ماهیچه ها و استخوان ها رشد سریعی دارند و اندام تولید مثل ظاهر میشود. بین هفته های ۲۴ تا ۲۷ (۶ تا ۷ ماهگی) جنین می تواند خارج از رحم زنده بماند، ولی ماندن بیش تر در رحم، رشد طبیعی در ادراک، حرکات و عضلات را افزایش می دهد.

عوامل محیطی تأثیر گذار در رشد جنین :

- * عوامل محیطی از قبیل سن مادر، حالت های هیجانی و کیفیت تغذیه ی مادر در رشد قبل از تولد و فرآیند تولد تأثیر گذاشته و این امر را دشوار می سازد.
- * نوزادی که در دوره ی جنینی دچار سوء تغذیه باشد، ممکن است کم تحرک، کج خلق و تحریک پذیر باشد.
- * عوامل دیگر نظیر مصرف دارو ها (تالیدومید، تتباکو، مواد مخدر، الکل) بیماری ها (سرخچه، سفلیس) مواد شیمیایی (جیوه و سرب) و پرتو نگاری ها نیز می توانند رشد جنین را دچار وقفه نمایند و موجب آسیب دیدن آن شوند.

❖ دوره ی طفولیت

۲ سال اول زندگی است که تغییرات در آن سریع تر اتفاق می افتد.

ویژگی های مهم رشد این دوره :

۱- رشد جسمانی

- * کودک ۷۰٪ وقت خود را در خواب است. به تدریج وقت بیش تری برای توجه به محیط خود می گذارد.
- * قد نوزاد ۲ برابر و وزن او ۴ برابر می شود
- * رشد طبیعی و تدریجی مغز، امکان رشد مهارت های حرکتی، از بازتاب ها تا اعمال داوطلبانه ی کودک بوجود می آید.
- * مراحل راه رفتن کودک (از راست نگاه داشتن سر در ۳ ماهگی تا راه رفتن بدون کمک دیگران در ۱ سالگی است .

۲- رشد شناختی

- * در هنگام تولد، حس بویایی و حس شنوایی نسبتاً حساس و فعال اند، ولی بینایی ضعیف است. (نوزاد می تواند یک شیئی را تنها در ۶ متری

هر زمان دلت شکست بگو خدا، هر زمان سایه ی غم به دلت نشست بگو خدا، هر زمان پناهگاهی نیافتی بگو خدا، یقین داشته باش رو بر نمی گرداند حوزه ی بینایی خود قرار دهد .

- * ظرفیت حافظه محدود است ، ولی در ۲سال اول تولد به سرعت رشد می کند.
- * ثبت اطلاعات با سهولت بیش تری صورت می گیرد، ولی بازیابی اطلاعات در برخی اوقات دشوار است.
- * در ۱ سالگی کودک میتواند یک دو کلمه بگوید در ۲سالگی می تواند با جملات کوتاه صحبت کند.
- * در ۱ سالگی تشخیص می دهند که در آینه خودشان را نگاه کنند.

۳- رشد هیجانی و اجتماع

- * هیجانات کودک در ابتدا ساده و بصورت گریه و خنده ظاهر می شود، ولی به تدریج پیچیده تر می شود.
- * احساس امنیت ،از نیازهای عاطفی و اجتماعی اولیه ی کودکان است .که در این دوره باید تأمین شود .
- * حمایت بیش از اندازه مانند عدم حمایت موجب شک کودک به توانایی های خود می شود و اعتمادبه نفس لازم را بدست نخواهد آورد.
- * دلبستگی بین کودک و والدین (خصوصاً مادر) این احساس امنیت و آرامش را فراهم می کند.

❖ دوره ی کودکی اول (۲ تا ۶ سالگی)

شکل، قیافه و اندازه ی کودک تغییر زیادی می کند، سیستم عصبی مرکزی کودک نیز رشد می کند. این تغییرات به او اجازه می دهد تا رشد مهارتی و شناختی مناسب داشته باشد و بر محیط اطراف خود تسلط پیدامی کند.

مهم ترین تغییرات رشدی در این دوره:

۱- رشد جسمانی :

- * کودکان در این دوره لاغر به نظر می رسند . (قسمت پایینی بدن نسبت به قسمت بالای آن رشد بیش تری دارد).
- * افزایش مداوم و پیوسته در قد و وزن آن دیده می شود.
- * سرعت رشد مغز نسبت به بخش های دیگر بدن بیش تر است (در ۵سالگی وزن مغز حدود ۹۰% زمان بزرگسالی می رسد). (سلول های مغز با درجات گوناگونی دارای میلیون شده وسرعت ادراکات حسی بیش تری می شود اما در پایان این دوره هنوز هماهنگی بین دو نیمه ی مغز به طور کامل برقرار نشده است).
- * رشد طبیعی مغز، کنترل و هماهنگی بیش تری ، هم بین اعضای بدن و هم بین آن ها و محیط شان به وجود می آورد. (مانند دویدن، پریدن) اما در حرکات ظریف تر مانند بستن بند کفش و استفاده از مداد، از پختگی کاملتری خوردار نیستند.

۲- رشد شناختی : از خصوصیات مهم این دوره

- * **خودمركزی کودک:** دنیا و محیط پیرامون خود را منحصرأز دریچه ی ذهن خود می بیند و چنین تصور می کند که دیگران نیز دنیا را همان طوری می بیند که او می بیند.
- * **درک ریاضی :** در این سنین شمارش اعداد و فهم اصول اساسی در اعداد، شروع می شود. ۲ تا ۳ سالگی ارتباط بین اعداد و مصادیق آنها برای او دقیق نیست در شمارش ، برخی از اعداد حذف میکنند (یک، دو، هشت) و یا یک چیز را بیش از یک بار می شمارد و یا برخی را نمی شمارد.
- * مهارت حل مسئله و حافظه رشد می کند. (نیاز به حمایت و راهنمایی والدین دارد)
- * ذخیره سازی و بازیابی اطلاعات به طور خردمندانه و هشیارانه مهارت ندارند، اما با کمک والدین، توانایی حافظه و استفاده از راهبردهای حافظه افزایش می یابد.
- * رشد زبان در شد تفکر و استدلال کودک نقش بسیار دارد مهارت های زبان پیچیده تر ، نظیر خواندن و نوشتن در دوره ی بعد تحت تأثیر رشد زبان کودک است که در نتیجه غنی بودن مکالمه و گفتگو در محیط کودک است.

۳- رشد هیجانی و اجتماعی :

- * **مفهوم خود:** به شکل مثبتی در کودکان شکل می گیرد و کودکان این کفایت و اطمینان را به دست می آورند که نسبتاً مستقل رفتار کنند. پس می توان به آنان اعتماد کرد که خیلی از کارها را خودشان انجام دهند.
- * رشد اعتمادبه نفس و مهارت های اجتماعی و نیز نقش های اجتماعی بستگی به محیط خانواده و اطرافیان کودک دارد.
- * تفاوت های جنسی و نقش جنسی برای کودکان مطرح می شود. در شکل گیری رفتار جنسی ، هم استانداردهای اجتماعی و فرهنگی و هم عوامل فیزیولوژیکی و زیست شناختی دخالت دارند.

❖ دوره ی کودکی دوم (۷ تا ۱۱ سالگی)

زندگی در این دوره کم ماجرا است . بیماری و مرگ کودکان بسیار کم تر از دوره های دیگر است ویژگی های رشد ظاهری مثبت و سازنده دارد و بیش از هر دوره ی دیگری ، آماده گی انجام تکالیف و وظایف رشدی و تربیتی خود را دارد.

هر زمان دلت شکست بگو خدا، هر زمان سایه ی غم به دلت نشست بگو خدا، هر زمان پناهگاهی نیافتی بگو خدا، یقین داشته باش رو بر نمی گرداند

مهمترین ویژگی های رشد در این دوره : رشد جسمانی : بدون آموزش والدین مهارت ها را فرا می گیرند و بدن آن ها به قدر کافی رشد یافته تا بتوانند این مهارت ها را به خوبی انجام دهند. * تفاوت های جنسی در رشد و توانایی های جسمی ناچیز می شود * آهنگ رشد جسمانی به کندی ادامه می یابد. که سبب می شود کودکان دبستانی را قادر سازد که هر گونه مهارت حرکتی (استفاده از چکش ، اره کردن ، استفاده از سوزن، بافندگی کردن ، طراحی کردن ، نوشتن، فیچی کردن) را به خوبی انجام دهد

۲- رشد شناختی :

* تفکر کودک ، راهبردی و سازمان دهی بیشتری دارد و از نظم و منطق بیش تری برخوردار می شود.
* نه تنها آگاهی شان از کودکان دوره ی قبل بیش تر است بلکه توانایی برنامه ریزی هم پیدا می کنند و از منابع شناختی خود در فرآیند حل مسئله و یادآوری اطلاعات استفاده می کنند و نیز دانش خود را به طور اختصاصی در موضوعی خاص می افزایند .
* به نقاط قوت و ضعف شناختی خود پی می برند و در می یابند که همه ی کارها و تکالیف را نمی توان انجام داد
* از توجه انتخابی و تمرکز خوبی برخوردارند و می توانند تکالیف ورزشی ، آموزشی و اجتماعی را به طور مستقل و به طور دسته جمعی انجام دهند بدون آنکه دچار حواس پرتی شوند.
* توانایی حافظه کودکان افزایش می یابد و از راهبردهای ذخیره سازی اطلاعات (استفاده از سازمان دهی دوباره ی اطلاعات) و راهبردهای بازیابی اطلاعات (جست و جوی منظم و استفاده از سرخ ها و نشانه ها در اطلاعات) می توانند استفاده کنند.
* سرعت و ظرفیت پردازش اطلاعات افزایش می یابد که در نتیجه ، کودکان هم سریع تر فکرمی کنند و هم از ظرفیت بیش تری برای فکر کرده برخوردارند. * منطقی شدن تفکر کودکان در این دوره شکل می گیرد.

ادامه رشد شناختی

* **خزانه ی لغات و دستور زبان** از رشد فوقالعاده ای برخوردار می شود. کودکان تا قبل از ۱۰ سالگی بهترین یادگیرندگان برای زبان دوم هستند. (سن ۴-۵ سالگی شروع خوبی برای آموزش زبان دوم می باشد) (دو زبانگی اولیه ، توانایی شناختی کودکان (حل مسئله ، حافظه ، خلاقیت،) را افزایش می دهد.

- رشد هیجانی و اجتماعی :

* در دوره ی دبستان محیط برای کودکان بسیار گسترده می شود و خود کودک نیز تا حدودی در هدایت گری سهیم میشود . با هم سالان روابط دوستی برقرار میکنند و در عین حال با آن ها رقابت می کند با بزرگسالان روابط اجتماعی برقرار میکنند ارزش های اخلاقی را از آنها فرا می گیرد و گاه نیز دچار تعارض های اخلاقی میان خانواده و محیط اجتماعی می شود.
* **آمادگی** زیادی برای انجام تکالیف آموزشی ، تربیتی و اجتماعی دارند این دوره ، دوره ی تولید و کار برای آن ها به شمار می رود.
* **شناخت اجتماعی** پیشرفت می کند در می یابد نباید از روی ظاهر افراد قضاوت کرد بلکه انگیزه ها و نیازهای درونی افراد مهم تر از رفتارهای ظاهری آنان است .
* کودک در این دوره به توانایی ها خود آگاه می شود (می داند که در ورزش خاصی ضعیف است و در ورزش دیگری مهارت دارد). در یافتن دوست خوب عمل می کند اما زود عصبانی می شود و روابط دوستی را به خطر می اندازد .
* ابتدا گروه هم سالان به صورت جمعی و با تعداد زیاد برای کودک مطرح هستند ، ولی به تدریج که به این دوره ، افزوده می شود روابط دوستی و گروهی محدودتر و صمیمی تر می شود .

ویژگی ها و خصوصیات رشد در دوره ی نوجوانی

بین سنین ۱۲ تا ۲۰ سالگی است . نوجوان با تحولات گسترده ی فیزیولوژیک، شناختی، هیجانی و اجتماعی روبرو می شود . اگر چه تغییرات این دوره، خود می تواند منبع دشواری هاباشد، اما اساساً جهات مثبت آن غلبه دارد و فرد را به کمال می رساند. اغلب مسائل نگران کننده در این دوره مربوط به تغییرات این دوره نیست بلکه به درک نادرست والدین و جامعه از این تغییرات دارد. ویژگی های مهم رشد در این دوره:

رشد جسمانی

هر زمان دلت شکست بگو خدا، هر زمان سایه ی غم به دلت نشست بگو خدا، هر زمان پناهگاهی نیافتی بگو خدا، یقین داشته باش رو بر نمی گرداند

- ◆ مهمترین تغییرات این دوره **بلوغ** می باشد.
- ◆ رشد جسمانی سریع و رشد جنسی به دوره ی کودکی بیان می دهد. و نوجوان را به اندازه ، شکل و توانایی بالقوه جنسی بزرگ سالی نزدیک میکند .
- ◆ تشدید فعالیت های هورمونی متفاوت در **پسر (تستوسترون)** و **دختر (استروژنو پروژسترون)** به منزله ی اعلام شروع دوره ی بلوغ است بلوغ جسمانی پی در پی و قابل مشاهده ای را در نوجوان ، به همراه دارد.

● بلوغ: بین سنین ۸ تا ۱۴ در تغییر است و به عوامل زیر بستگی دارد:

- ۱- جنس: تغییرات بدنی برای دختران، ددر مقایسه با پسران، يك تا دو سال زودتر اتفاق می افتد.
- ۲- وراثت: دختران بین ۱۱ تا ۱۴ سالگی عادت ماهانه میشوند. در بعضی ار آنان بین ۹ تا ۱۸ سالگی است. نقش وراثت در خواهران دو قلوهای یکسان که عادت ماهانه آنان بین ۳ ماه و در دو قلوهای غیر یکسان ۱۳ ماه است نمایان می باشد.
- ۳- و عامل جغرافیایی و فرهنگی: سن متوسط شروع بلوغ از کشوری به کشور دیگر و از گروه نژادی به گروه نژادی دیگر متفاوت است.
- ۴- ساختمان بدن: در افراد کوتاه چاق دوره ی بلوغ زودتر از افراد بلند و لاغر شروع می شود. شروع عادت ماهانه به تراکم مقدار معینی از چربی بدن بستگی دارد (وزن باید به ۴۵ کیلو گرم برسد). کسانی که عموماً غیر فعال اند، زودتر از متوسط دختران بالغ می شوند.
- ۵- وضعیت تغذیه و سلامت: نوع تغذیه سبب شده که هر نسل تجربه ی بلوغ را يك تا ۲ سال زودتر شروع کند. در کشورهای توسعه یافته معمولاً سن بلوغ نوجوانان زودتر شروع میشود.
- ۶- روابط عاطفی و اجتماعی: هر چقدر روابط عاطفی سردتر، فشار روانی خانوادگی بیشتر باشد در دختران بلوغ زودتر در پسران دیرتر به وجود می آید. (البته به شرایط و عواملی چون عوامل فیزیکی و شناختی بستگی دارد.)

● **رشدناگهانی:** اندازه ی بدن به سرعت افزایش پیدا می کند و تناسب بدنی به سرعت تغییر پیدا می کند. آخرین قسمت بدن ، بالاتنه است که رشد می کند. در سن ۱۰ تا ۱۴ سالگی يك دختر متوسط ۱۷ کیلوگرم به وزن و ۲۴ سانتی متر به قد او اضافه می شود. در پسران به طور متوسط ۱۲ تا ۱۶ سالگی حدود ۱۹ کیلو گرم به وزن و ۲۵ سانتی متر به قدش اضافه میگردد. سر آخرین قسمت بدن است که به رشد نهایی می رسد نیاز به کلسیم و آهن و روی برای رشد استخوان ها و ماهیچه ها ۵۰٪ بیش از دو سال قبل از آن است.

● **رشد اندام های داخلی:** ظرفیت شش ها افزایش می یابد (سه برابر می شود) که امکان تنفس عمیق تر و آهسته تر را برای نوجوان به وجود می آورد. اندازه ی قلب دو برابر می شود و در نتیجه میزان ضربان قلب کاهش می یابد از ۹۲ ضربه در هر دقیقه در ۱۰ سالگی به ۸۲ ضربه در ۱۸ سالگی می رسد. حجم کلي خون افزایش می یابد

● **رشد جنسی:** صفات اولیه جنسی (اندام ها ی جنسی که مستقیماً در تولید مثل و باروری دخالت دارند). صفات ثانوی جنسی تغییرات بدنی و جنسی هستند که مستقیماً به تولید مثل مربوط نمی شود بلکه فقط علائم مشخصی برای رشد جنسی به حساب می آیند. مانند رشد مو در بدن ، پهن شدن شانه ی پسران ، بم شدن صدا .

چگونگی عکس العمل نوجوانان به تغییرات این دوره بستگی دارد به:

- ۱- چه درکی از این دوره داشته باشد .
- ۲- زمان رشد در مقایسه با هم سالان چه سنی باشد
- ۳- چه ارزش های فرهنگی و اجتماعی در ارتباط با رشد جنسی ، وجود داشته باشد.

● **بلوغ زود رس و دیررس:** برای دختران ، بلوغ زودرس دشوارتر از بلوغ دیررس است. زیرا انتظارات و توقعات اجتماعی بیشتری بر آنها تحمیل می شود. پسران بلوغ دیررس دشوارتر از بلوغ زودرس است.

لازم است حمایت های اجتماعی از گروه بیش تر به عمل آید تا اعتماد به نفس خود را از دست ندهند و این آگاهی را به آنان داد که این امر موقتی است.

رشد شناختی

* کلیه ی توانایی های شناختی مربوط به تفکر، یادگیری، یادآوری رشد پیدا می کند.

* توجه ماهرانه تر می شود.

* مهارت حافظه ، دانش پایه ای گسترده تر می شود .

* تسلط بر زبان و خزانه ی لغات بیش تر می شود . توانایی جدید سبب پردازش اطلاعات و قدرت تفکر بالاتر می گردد.

* توانایی فرا شناختی (*تفکر در باره ی تفکر*) گسترش می یابد بنابراین نوجوان هم از لحاظ کمی و هم از لحاظ کیفی دچار تحول می شود

مهم ترین ویژگی های تحولات شناختی

تهیه و تنظیم: اقدس نادری دبیر روانشناسی از شهرستان بابل

هر زمان دلت شکست بگو خدا، هر زمان سایه ی غم به دلت نشست بگو خدا، هر زمان پناهگاهی نیافتی بگو خدا، یقین داشته باش رو بر نمی گرداند

۱- تفکر فرضیه سازی :

نوجوان میتواند دنیایی را فرض کند که با واقعیت مطابق نیست ولی از آن نتیجه گیری منطقی کند .
مثال : نوجوان می تواند دنیای را فرض کند که در آن فیل ها از موش ها بزرگ ترند ؛ اگر چه که این قضیه مطابق با واقعیت نیست ، ولی می توانند از آن بتجربه گیری منطقی کنند.
*تفکر فرضیه سازی سبب می شود نوجوان با تفکر انتقادی به محیط پیرامون خود نگاه کند و فرضیه های جدیدی را بسازد.

۲- استدلال قیاسی : (نتیجه گیری از کل به جزء)

نوجوان می تواند با یک قضیه و تئوری کلی شروع کند و سپس استنباط منطقی از آن داشته باشد .
مثال: نوجوان ۱۳-۱۴ ساله در رابطه با آزمون بالانس، می تواند به اینصورت کلی دست یابد که بین فاصله ی وزنه ها از مرکز و فشاری که به واسطه ی وزن وارد می کند رابطه ی معکوسی وجود دارد و با آزمایش منظم ، این فرضیه آزمون می شود.

۳- تفکر در باره ی خود :

وجود تفکر فرضیه سازی و استدلال قیاسی سبب می گردد که نوجوان به واری و تفکر در باره ی خود بپردازد
احساس های و انگیزه های متعارضی نسبت به والدین ، مدرسه و دوستان نزدیک خود در ذهن می پروراند
بطور عمیق به زندگی آینده ی خود فکر می کنند. و به کسب ود آگاهی بیش تری نیاز دارند
به درون نگری می پردازند (مشاهده ی درونی) که ویژگی خود مرکزی را برای او بوجود می آورد (خود را در مرکز امور دیدن)
مزیت و خطرات ویژگی درون نگری:

مزیت: سبب خودآگاهی می شود

- خطرات:
- ۱- شکست ناپذیری: نوجوان ممکن است که چنین احساسی کند که هرگز قربانی خطر پذیری نخواهد شد
 - ۲- قهرمان سازی: نوجوان ممکن است که خود را متفاوت از دیگران ببیند و زندگی قهرمانه و دور از واقعیتی برای تصور کند
*باید توجه داشت که جدایی از واقعیات و ملموسات عینی محیطی اگر چه برای رشد شناختی نوجوانان امری ضروری و لازم است، ولی نباید از این توانایی نابجا استفاده کرد ، بلکه باید با تربیت شناختی ، آن را هدایت نمود.

۴- استدلال اخلاقی :

*رشد شناختی به نوجوان این اجازه را می دهد که به طور عمیق و انتزایی در باره ی مسائل مختلف فکر کند.
*رشد روانی-اجتماعی نوجوان را در معرض انواع ارزش ها ی اخلاقی و اجتماعی قرار می دهد .
* رشد زیستی نوجوان تملیقات جنسی نوجوان را بیدار می کند و نوجوان سوالات اخلاقی مربوط به فعالیت جنسی روبه رو می سازد.
لورنس کلبرگ سه دروره ی اصلی را در رشد استدلال اخلاقی پیشنهاد کرد

دوره	استدلال اخلاقی	رفتار اخلاقی	سن
قبل قراردادی	منفعت شخصی	تشویق، جایزه، اجتناب از تنبیه	دوره ی قبل از دبستان
قراردادی	منفعت اجتماعی	بر مبنای قوانین اجتماعی	۷ تا ۱۱ سالگی
مافوق قراردادی	به خودی خود مهم هستند	بر اساس اصول اخلاقی	۱۶-۱۷ سال به بالا

بالاترین رشد استدلال اخلاقی مر حله ی مافوق قراردادی است.

بین دختران و پسران تفاوت در رابطه با استدلال اخلاقی وجود دارد بیابار این شاید نتوان این طبقه بندی را در باری تفاوت های جنسی به کاربرد.

www.my-dars.ir

تصمیم گیری در نوجوانان

تفکر فرضیه سازی و اخلاقی ، فرصت تصمیم گیری ها و انتخاب شخصی و ارزشی را برای نوجوانان فراهم می کند که ممکن است پی آمدهای مهمی در پی داشته باشد . مانند انتخاب دوستان ی انتخاب رشته ی تحصیلی و....
*سوال والدین : آیا نوجوانان میتوانند تصمیم گیری مناسبی درباره ی موضوعات داشته باشند ؟

- هر زمان دلت شکست بگو خدا، هر زمان سایه ی غم به دلت نشست بگو خدا، هر زمان پناهگاهی نیافتی بگو خدا، یقین داشته باش رو بر نمی گرداند
- * **مطلعات نشان داده که شواهدی برای تصمیم گیری نا مناسب (میزان بالای خطر پذیری نوجوانان در استفاده از مواد مخدر ، ..)** و هم شواهدی برای تصمیم گیری مناسب از نوجوانان وجود دارد باتوجه به این مدارک دو سوپه در مورد تصمیم گیری نوجوانان باید به نکات زیر توجه کرد :
- 1- نوجوانانی که در سنین پایین تر ند و از تحصیلات کمتری برخوردارند و بابرگسالان مصاحبت ندارند در تصمیم گیری ناپختگی و عدم کفایت بیش تری رانشان می دهند .
 - 2- نوجوانان به دلیل تفکر فرضیه سازی و اینکه خود را بیش تر در معرض خطر قرار می دهند در تصمیم گیری احتمال خطا پذیری بیش تر از بزرگسالان می باشند.
 - 3- هر دو گروه نوجوانان و بزرگسالان باید در امر تصمیم گیری با بزرگسالان مشورت کنند.



هر زمان دلت شکست بگو خدا، هر زمان سایه ی غم به دلت نشست بگو خدا، هر زمان پناهگاهی نیافتی بگو خدا، یقین داشته باش رو بر نمی گرداند با نوجوان خود ارتباط مؤثری برقرار می کند نوع سوم در ایجاد عزت نفس و شکل گیری هویت موفقند

نقش گروه همسالان در تعریف خود: مهم ترین منبع اطلاعات در در تعریف خود گروه همسالان میباشند که تا سال ۱۵-۱۴ سالگی تحت تأثیر این گروه می باشند اما بعد از آن میزان تأثیر آنان کم می شود .



مای درس

گروه آموزشی عصر

www.my-dars.ir