

## فصل دوم

### رشد

انتظار می‌رود دانش‌آموز در پایان این فصل بتواند :

- ۱- مفهوم رشد را درک کند.
- ۲- ویژگی‌های اصلی رشد را بشناسد.
- ۳- برخی نظریه‌های رشد را بیان کند.
- ۴- شباهت‌ها و تفاوت‌ها را در مراحل مختلف رشد مقایسه کند.
- ۵- ویژگی‌های رشد را در دوره‌ی قبل از تولد بیان کند.
- ۶- عوامل مؤثر در رشد قبل از تولد و هنگام تولد را درک کند.
- ۷- ویژگی‌های مهم رشد را در دوره‌ی طفولیت بیان کند.
- ۸- ویژگی‌های مهم رشد را در دوره‌ی کودکی اوّل بیان کند.
- ۹- ویژگی‌های مهم رشد را در دوره‌ی کودکی دوم بیان کند.
- ۱۰- مهارت‌های شناختی و زبانی را در دوران کودکی اوّل و دوم مقایسه کند.
- ۱۱- ویژگی‌های مهم رشد را در دوره‌ی نوجوانی بیان کند.
- ۱۲- عوامل مؤثر در شروع سنّ بلوغ را بیان کند.
- ۱۳- وضعیت رشد جسمانی را در دوره‌ی کودکی دوم و نوجوانی مقایسه نماید.
- ۱۴- ریش جنسی را در دوره‌ی نوجوانی درک کند.
- ۱۵- مهم‌ترین ویژگی‌های تحولات شناختی دوره‌ی نوجوانی را بیان کند.
- ۱۶- رشد روانی - اجتماعی نوجوان را بیان کند.

## مقدمه

شاید در ذهن شما سؤالات گوناگونی درباره‌ی جنبه‌های مختلف رشد انسان وجود داشته باشد؛ مثلاً این که:

۱- یک نوزاد، دنیا را چگونه می‌بیند؟ آیا او درک مشخصی از محیط خود دارد؟ او در چه زمانی، پدر یا، مادر یا خودش را می‌شناسد؟

۲- چرا بسیاری از کودکان یک ساله به مادر خود می‌چسبند و از غریبه‌ها دوری می‌کنند؟  
۳- چرا با وجودی که یادگیری زبان خارجی (دوم) برای بزرگسالان کار دشواری به نظر می‌رسد، کودکان خردسال زبان اوّل خود را بدون هیچ‌گونه آموزش رسمی فرا می‌گیرند و به آن مسلط می‌شوند و حتی بیش از بزرگسالان آمادگی یادگیری زبان دوم را دارند؟ آیا یادگیری زبان برای کودکان، از بزرگسالان آسان‌تر است؟ آیا یادگیری زبان برای کودکان دو زبانه از کودکان یک زبانه دشوارتر است؟  
۴- چرا کودکان خردسال فکر می‌کنند چیزهایی نظیر خورشید، ماه و ابرها که حرکت می‌کنند، جان دارند؟

۵- چرا برخی از افراد اجتماعی و برون‌گرا، ولی برخی دیگر خجالتی و درون‌گرا هستند؟ آیا خصوصیات و صفات خانوادگی، تعیین‌کننده‌ی ویژگی‌های شخصیتی افراد است؟ اگر چنین است، چرا کودکانی که در یک خانواده تربیت می‌شوند با هم متفاوت‌اند؟

۶- دوستان نزدیک چه نقشی در رشد کودک و نوجوان ایفا می‌کنند؟  
این سؤالاها و نظایر این‌ها نمونه‌هایی از پرسش‌هایی هستند که در مطالعات مربوط به رشد باید به آن‌ها پاسخ داده شود.

## مفهوم رشد

رشد<sup>۱</sup>، به تغییرات بی‌دریی و منظمی گفته می‌شود که از زمان انعقاد نطفه تا هنگام مرگ اتفاق می‌افتد. این تغییرات در ابعاد گوناگون جسمانی، عاطفی، شناختی و اجتماعی به وجود می‌آید و دارای الگو و نظم خاصی است و آثار بلند مدتی در زندگی فرد دارد.  
برای دستیابی به معنای کامل رشد، باید دو فرایند مهم، یعنی رسش<sup>۲</sup> و یادگیری<sup>۳</sup> را که زیربنای تغییرات رشدی هستند، معرفی کنیم:

۱- رسش: رسش به معنای آمادگی زیستی است که خود مبتنی بر یک نقشه‌ی ژنتیکی

1- development

2- maturation

3- learning

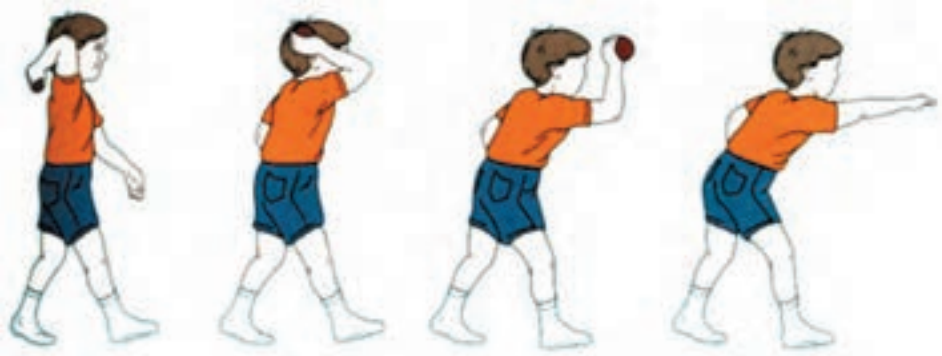
می‌باشد. همان‌گونه که دانه‌های گیاهی دارای برنامه‌ی رشد طبیعی و منظمی هستند که در صورت وجود نور و رطوبت کافی عملی می‌شود، انسان نیز که رشد خود را از رحم مادر شروع می‌کند، دارای برنامه‌ی رشد طبیعی و منظم است که شرایط محیطی بر آن اثر می‌گذارد. برنامه‌ی رشد زیست‌شناختی طبیعی انسان تعیین می‌کند؛ مثلاً کودک در حدود یک سالگی می‌تواند اولین لغات را تلفظ کند و یا در حدود ۱۱ تا ۱۴ سالگی به بلوغ جنسی برسد. تغییرات روان‌شناختی انسان نظیر تفکر، توانایی حل مسئله و... نیز تحت تأثیر تغییرات زیست‌شناختی مغز است. پس این که ما انسان‌ها در جنبه‌های بسیاری از رشد شبیه یک‌دیگر هستیم، خود نشان‌دهنده‌ی این نکته است که وراثت، خصوصیات مشترکی را در برنامه‌ی زیست‌شناختی و طبیعی رشد ما قرار داده است. تغییرات رشدی براساس این برنامه‌ی طبیعی در ما اتفاق می‌افتند.

**۲- یادگیری:** یادگیری فرایندی است که براساس تجربه (رفتاری، شناختی) به وجود می‌آید و تغییراتی نسبتاً دائمی در احساس، تفکر و رفتار فرد ایجاد می‌کند؛ به عنوان مثال، اگرچه لازم است کودک یا نوجوان به حدی از آمادگی زیست‌شناختی و طبیعی برای گرفتن توپ بسکتبال دست یابد، ولی در عین حال، باید آموزش و تمرین بسیار ببیند تا بتواند با مهارت، بسکتبال بازی کند و از اعضای تیم بسکتبال مدرسه‌ی خود باشد. چنین نیست که بسیاری از توانایی‌ها و عادت ما به سادگی و به عنوان بخشی از برنامه‌ی طبیعی به وجود آیند؛ بلکه باید آن‌ها را از طریق مشاهده و یا رفتار متقابل با هم‌سالان، والدین، معلمان و دیگر افراد به دست آوریم. به‌طورکلی باید توجه داشت که غالب تغییرات رشد، محصول مشترک دو فرایند ریش و یادگیری است اما در این که کدام یک از این دو نقش مهم‌تری در رشد دارد، بین دانشمندان اتفاق نظر وجود ندارد.

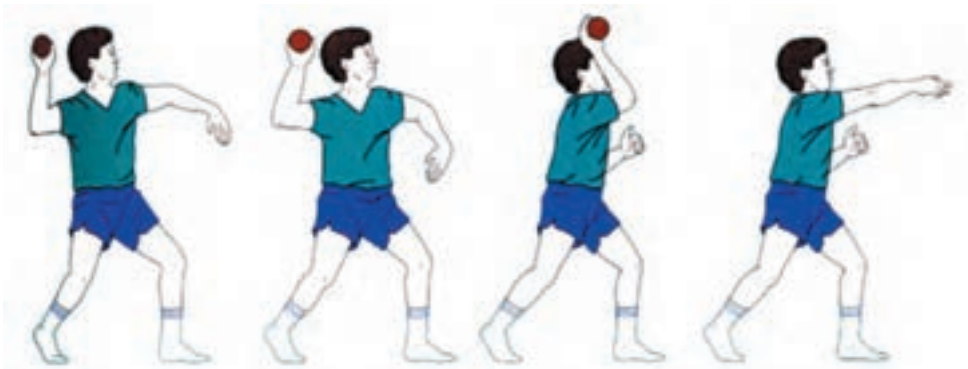
تصویر ۱-۲ مراحل اولیه، مقدماتی و رشد یافته یک مهارت حرکتی تربیت‌پذیر (پرتاب کردن) را در طی مراحل رشد نشان می‌دهد.



مرحله‌ی اولیه



مرحله‌ی مقدماتی



مرحله‌ی رشد یافته

تصویر ۱-۲

## ویژگی‌ها و مشخصات اصلی رشد

۱- رشد، یک فرایند مرحله‌ای، مداوم و پیوسته است: متخصصان رشد عقیده دارند که ۱۲ سال اول زندگی، نقش مهمی در زندگی فرد ایفا می‌کند. در طول این دوره از زندگی، کودک در همه‌ی ابعاد رشد می‌کند و همواره در حال تغییر است. بدیهی است که دامنه‌ی تغییرات به دوره‌های بعدی زندگی نیز تعمیم می‌یابد. بنابراین، هرگونه حادثه‌ای که در دوران کودکی اتفاق می‌افتد، فرایند رشد را در زندگی بزرگسالی تحت تأثیر قرار می‌دهد. در نتیجه، رشد طی مراحل مختلف و مداوم صورت می‌گیرد و پیوستگی دارد.

جدول ۱-۲ مراحل مهم رشد را در طول زندگی انسان از دیدگاه روان‌شناسان رشد نشان می‌دهد.

## جدول ۱-۲

| دوره‌ی زندگی                  | دامنه‌ی سنی                                                                                               |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ۱- قبل از تولد                | انعقاد نطفه تا تولد                                                                                       |
| ۲- طفولیت                     | دو سال اوّل زندگی                                                                                         |
| ۳- قبل از دبستان (کودکی اوّل) | ۲ تا ۶ سالگی (برخی کودکان ۱ تا ۳ ساله را که تازه راه می‌افتند، نوپا می‌نامند)                             |
| ۴- کودکی دوم                  | ۶ تا ۱۲ سالگی (تا شروع بلوغ)                                                                              |
| ۵- نوجوانی                    | ۱۲ تا ۲۰ سالگی (برخی پایان نوجوانی را در زمانی می‌دانند که فرد شروع به کار کند و مستقل از والدین می‌شود.) |
| ۶- جوانی (بزرگ‌سالی اوّل)     | ۲۰ تا ۴۰ سالگی                                                                                            |
| ۷- میان‌سالی (بزرگ‌سالی دوم)  | ۴۰ تا ۶۵ سالگی                                                                                            |
| ۸- پیری                       | ۶۵ سال به بالا                                                                                            |

تذکر: دامنه‌های سنی فوق تقریبی است و ممکن است برای همه‌ی افراد صادق نباشد. مثلاً ممکن است کودکان ده ساله‌ای پیدا شوند که زودتر به بلوغ برسند و دوره‌ی نوجوانی را زودتر آغاز کنند. برخی نوجوانان نیز هستند که کار و زندگی مستقل را زودتر شروع می‌کنند و زودتر به مرحله‌ی جوانی یا بزرگ‌سالی اولیه وارد می‌شوند.

در گذشته این بحث مطرح بوده است که آیا رشد انسان از مراحل گوناگون و متمایزی عبور می‌کند یا رشد به صورت پیوسته و غیرقابل تفکیک به مراحل است. در حال حاضر، رشد مرحله‌ای مورد قبول همگان است.



تصویر ۲-۲

همان‌طور که تصویر ۲-۲ نشان می‌دهد، زندگی هر فرد از مراحل‌ی تشکیل شده است. اگرچه این مراحل از یک‌دیگر جدا هستند، ولی در عین حال با هم پیوستگی و هم‌پوشی دارند.

۲- رشد، فرایندی کل گراست و جنبه‌های مختلف دارد: متخصصان، رشد را به جنبه‌های مختلفی تقسیم‌بندی و آن را مطالعه می‌کنند. برخی رشد و تحول جسمانی را که شامل تغییرات بدنی و توالی مهارت‌های حرکتی است، مورد مطالعه قرار می‌دهند. برخی دیگر جنبه‌های شناختی رشد شامل ادراک، زبان، یادگیری و تفکر را مطالعه می‌کنند. عده‌ای نیز به جنبه‌های روانی - اجتماعی رشد شامل هیجانات، شخصیت و روابط بین فردی می‌پردازند.

امروزه متخصصان رشد به این نتیجه رسیده‌اند که جنبه‌ها و ابعاد مختلف رشد از یک‌دیگر تأثیر می‌پذیرند و تغییرات در یک جنبه از رشد به تغییرات در جنبه‌های دیگر رشد بستگی دارد؛ مثلاً می‌توان گفت اگر کودک و یا نوجوانی در نزد هم‌سالان خود دارای محبوبیت است، این محبوبیت او می‌تواند متأثر از رشد جسمانی (قدرت و مهارت بدنی)، رشد شناختی (هوش و خلاقیت) و رشد اجتماعی (صمیمیت و همکاری) باشد.

۳- در رشد انعطاف‌پذیری وجود دارد: انعطاف‌پذیری به معنای ظرفیت انسان برای تغییر در مقابل تجربیات مثبت یا منفی زندگی است. اگر چه رشد یک فرایند پیوسته و مداوم است و حوادث گذشته در پیدایش حوادث آینده نقش دارد، ولی متخصصان رشد معتقدند که براساس تغییرات گوناگون زندگی فرد، دوره‌ی رشد نیز می‌تواند به‌طور ناگهانی تغییر یابد؛ مثلاً کودکان پرخاشگری که مورد قبول هم‌سالانشان نیستند، بعد از یادگیری و تمرین مهارت‌های اجتماعی، پایگاه اجتماعی‌شان نزد هم‌سالانشان بهبود می‌یابد. این انعطاف‌پذیری به انسان کمک می‌کند تا نقایص و اختلالات رشدی را مرتفع سازد.

۴- رشد، تحت تأثیر زمینه‌ها و شرایط تاریخی - فرهنگی قرار دارد: نمی‌توان تصویر واحدی از رشد برای همه‌ی فرهنگ‌ها، طبقات اجتماعی و یا گروه‌های نژادی مختلف قائل بود. هر جامعه‌ی الگوهای ویژه‌ای از باورها، ارزش‌ها، عادات، رسوم و مهارت‌ها دارد که آن را به نسل‌های بعدی خود منتقل می‌کند. این الگوهای اجتماعی و فرهنگی، تأثیر زیادی در به‌وجود آمدن صفات و شایستگی‌ها در فرد دارند. رشد به واسطه‌ی تغییرات اجتماعی مانند حوادث تاریخی (جنگ‌ها، تکنولوژی) و جنبش‌های اجتماعی تأثیر زیادی می‌پذیرد. هر نسلی به شیوه‌ی خودش رشد می‌کند و هر نسلی دنیا را برای نسل بعدی تغییر می‌دهد. بنابراین، ویژگی‌ها و خصوصیات رشدی در آسیا، آفریقا، آمریکا و اروپا، با هم تفاوت‌هایی دارند و هر کدام آثار فرهنگی و اجتماعی متفاوتی را می‌توانند بر رشد داشته باشند. مطالعات بین فرهنگی شباهت‌ها و تفاوت‌های فرهنگ‌ها و جوامع گوناگون را به خوبی نشان می‌دهند.

## فعالیت ۱-۲

چرا بعضی از خانواده‌ها علاقه دارند که فرزندانشان دوره‌ی ابتدایی را زودتر از ۶ سالگی شروع کنند؟ این طرز فکر چه تأثیری در رشد اجتماعی کودک دارد؟

### نظریه‌ها و دیدگاه‌های رشد

روان‌شناسی رشد شاخه‌ای از علم روان‌شناسی است که به توصیف و تبیین تغییرات در طول زندگی فرد می‌پردازد و از رشته‌های زیست‌شناسی، جامعه‌شناسی، تعلیم و تربیت و پزشکی کمک می‌گیرد. اگر چه (نظریات) روان‌شناسی رشد به تمام مراحل زندگی انسان مربوط می‌شود، ولی بیش‌ترین تأکید آن به مطالعه‌ی دوره‌ی کودکی و نوجوانی است. روان‌شناسان رشد چون نمی‌توانند تمام پیچیدگی‌های رشد انسان را با هم توصیف و تبیین کنند؛ معمولاً به یکی از جنبه‌های رشد بیش‌تر توجه کرده و تلاش خود را در آن زمینه متمرکز می‌کنند. به عنوان نمونه، متخصص شناختی به مطالعه‌ی شناخت (تفکر، هوش، حافظه، حل مسئله و...) در انسان می‌پردازد، در حالی که متخصص روانی - اجتماعی به جنبه‌های عاطفی و شخصیتی انسان توجه می‌کند و هر کدام از این دو متخصص سهم مهمی در توصیف و تبیین رشد دارند.

به‌طور کلی، نظریه‌های رشد از سه نظر با هم تفاوت دارند اول از نظر تعریفی که از انسان ارائه می‌دهند، دوم نگاهی که به مفهوم رشد و یادگیری دارند و سوم طبقه‌بندی مراحل رشد. در این بخش تنها دو نظریه‌ی شناختی پیازه<sup>۱</sup> و نظریه‌ی روانی - اجتماعی اریکسون<sup>۲</sup> را که در مطالعات رشد بیش‌ترین پژوهش‌ها را به خود اختصاص داده‌اند، مورد بحث قرار می‌گیرد.

**نظریه‌ی شناختی ژان پیازه:** ژان پیازه‌ی سوئیسی بیش از هر روان‌شناس دیگری درباره‌ی تفکر کودکان مطالعه کرده است. او در مطالعات خود بیش از توجه به پاسخ‌های درست کودکان، به پاسخ‌های غلط آن‌ها در برابر پرسش‌های خود توجه کرد. پیازه دریافت که کودکان در یک دوره‌ی سنی معین به سؤال‌ها، جواب‌های غلط مشابهی می‌دهند و نتیجه گرفت که به سادگی نمی‌توان گفت که کودکان کوچک‌تر از کودکان بزرگ‌تر یا به‌طور کلی کودکان در مقایسه با بزرگسالان، کم‌هوش‌ترند. بلکه می‌توان گفت که فرایندهای تفکر در این گروه‌ها با هم متفاوت است.

از دیدگاه پیازه هوش، یک فرایند اساسی زندگی است که به انسان کمک می‌کند تا خود را با

1- Piaget, J.

2- Erickson, E.

محیط سازگار کند و منظور از سازگاری این است که فرد قادر است خود را با تقاضاها و شرایط محیط کنونی اش هماهنگ سازد. باید توجه داشت که از دیدگاه پیاژه، این سازگاری شناختی دو جانبه است: یعنی کودک در عین آن که قادر به تغییر شناختی خود در برابر محیط است هم چنین می تواند الگوهای ثابت شناختی خود را در شرایط مختلف محیطی به کار ببرد.

او تحقیقات متعددی را درباره‌ی درک کودکان در مورد مفاهیمی چون عدد، زمان، حجم، طول، سطح، مقدار و... انجام داد و در نهایت به این نتیجه رسید که کودکان همان گونه که رشد می کنند، در اثر تجربه، ساختارهای شناختی ساده‌ی خود را به ساختارهای شناختی پیچیده تبدیل می کنند. به طور مثال، بیش تر کودکان سه ساله، فکر می کنند که خورشید جان دار است؛ زیرا می بینند که خورشید صبح بالا می آید و شب پایین می رود. این طرز تفکر آن ها بر پایه‌ی این ساختار شناختی ساده است که «هر چیزی که حرکت می کند، جان دار است.» کودک این فکر را براساس تجربه‌ی خویش به دست آورده است. پس از مدتی که وی از ساختار شناختی پیچیده تری برخوردار می شود و متوجه می شود «هر چیزی که متحرک است، زنده نیست.» مانند یک هواپیمای کاغذی که از روزنامه یا یک ورق کاغذ درست شده و به وسیله‌ی پدرش به حرکت درآمده است یا یک اسباب بازی کوکی که بی حرکت بوده، ولی پس از کوک کردن آن به حرکت درآمده است، این ساختار شناختی جدید شاید به این شکل نیز درآید که: «آن چه توسط خودش حرکت کند، زنده است.» این فرایند هم چنان در طول زندگی ادامه می یابد و فرد براساس تجربیات زندگی به ساختارهای شناختی جدیدی دست پیدا می کند؛ به عنوان مثال، کودک به این نتیجه خواهد رسید که «هر موجود زنده‌ای لزوماً متحرک نیست و موجود جان دار باید از ویژگی‌های دیگری نظیر نفس کشیدن، تولید مثل و... نیز برخوردار باشد.» بدین ترتیب، کودک از یک مرحله‌ی شناختی به مرحله‌ی شناختی دیگری قدم می گذارد و از آن جا که ساختارهای شناختی در سنین مختلف شکل های مختلفی پیدا می کنند، کودکان در سنین مختلف، ممکن است از اشیای مشابه و یکسان تفسیرهای متفاوت داشته باشند و به سؤالات یکسان پاسخ های گوناگونی بدهند، پیاژه چهار دوره‌ی شناختی را به ترتیب زیر معرفی می کند:

۱- از تولد تا ۲ سالگی (دوره‌ی حسی - حرکتی): کودکان در این دوره دارای بازتاب های

ارثی اند و در پایان این مرحله، قادرند رفتارهای پیچیده حسی - حرکتی را از خود نشان دهند.

۲- ۲ تا ۷ سالگی (دوره‌ی پیش عملیاتی): کودکان در این دوره از نمادها (تصور و زبان)

استفاده می کنند تا محیط را بشناسند. در این دوره کودکان خود مرکز بین هستند؛ یعنی تصور



می کنند دیگران نیز دنیا را مانند آنان می بینند.

۳- ۷ تا ۱۱ سالگی (دوره‌ی عملیات عینی): کودکان در این دوره عملیات شناختی را در رفتارهای خودشان نشان می دهند و به این نتیجه می رسند که اشیا اگرچه از نظر ظاهری تغییر می کنند، همان اشیا هستند. در این دوره تفکر منطقی پایه ریزی می شود.

۴- ۱۱ سالگی به بعد (دوره‌ی عملیات ذهنی یا صوری): اکنون کودک به نوجوان تبدیل شده و قادر است که بر روی عملیات شناختی خود فکر کند یعنی می تواند درباره‌ی تفکر خود فکر کند. نوجوان در این دوره وارد تفکر انتزاعی می شود.

**نظریه‌ی روانی - اجتماعی اریکسون:** اریک اریکسون در فرانکفورت آلمان در یک خانواده‌ی دانمارکی به دنیا آمد. او در دوران زندگی خود تحت تأثیر رویکرد روان کاوی قرار گرفت و بعدها به نظام جامع تری معتقد گشت و آن را دنبال کرد و بر این اساس، رشد افراد را در جریان زندگی روانی (عاطفی) مورد بررسی قرار داد. اریکسون معتقد بود که شخصیت افراد طی مراحل مختلف رشد، کامل می شود. از نظر او افراد در زندگی از هشت مرحله عبور می کنند و در هر مرحله از رشد بحران‌ها و تعارض‌های روانی - اجتماعی را تجربه می کنند که در صورت حل موفقیت آمیز آن تعارض‌ها و بحران‌ها می توانند با آمادگی وارد مرحله‌ی بعدی شوند و در غیر این صورت دچار آسیب شده و سلامت روانی آنان به خطر می افتد.

به نظر اریکسون در واقع بحران هر نوع رویارویی با محیط است که باعث می شود فرد مطابق با تقاضاهای جدید، هر مرحله از زندگی خود را کنترل کند. هر مرحله‌ی رشد، بحران خاص خود را دارد که مقداری تغییر در رفتار و شخصیت فرد را موجب شده و فرد می تواند به صورت مثبت یا منفی به آن بحران پاسخ دهد؛ البته فقط زمانی شخصیت فرد می تواند به رشد طبیعی خود ادامه دهد و نیرو و توان مواجه شدن با بحران همراه مرحله‌ی بعدی را به دست آورد که بحران مراحل قبلی زندگی را حل کرده باشد. پس زمانی که، بحران یک مرحله حل نشده باشد، احتمال کمی وجود دارد که فرد قادر به سازگاری با مرحله‌ی بعدی شود، اگرچه این امر ناممکن هم نیست.

برای آشنایی بیش تر با نظریه‌ی اریکسون در این جا به سه مرحله‌ی مهم از مراحل رشد روانی - اجتماعی او اشاره می کنیم: به طور مثال، بحران اولین مرحله‌ی تولد تا یک سالگی، اعتماد در برابر بی اعتمادی است. اگر نوزاد بتواند در این مرحله نسبت به مراقبان خود (مادر) که نیازهایش را ارضا می کنند، اعتماد لازم را کسب نماید این بحران را با موفقیت پشت سر گذاشته است اما اگر مراقبان کودک (مادر) به موقع نیازهای او را ارضا نکنند، دنیا در مقابل کودک خطرناک شده و آدم‌ها نیز

غیرقابل اعتمادند.

در سنین ۱۲ تا ۲۰ سالگی بحران هویت در مقابل بی‌هویتی رخ می‌دهد. این دوره‌ی گذر از کودکی به نوجوانی است. برای نوجوان این سؤال مهم مطرح می‌شود که «من کیستم؟» او به دنبال هویت شغلی و اجتماعی خود است. از این رو، در ایفای نقش خود به عنوان یک بزرگ‌سال در ابهام و سرگردانی است. در این دوره، هم‌سالان از عوامل مهم اجتماعی در شکل‌گیری شخصیت نوجوان به‌شمار می‌روند.

در دوره‌ی سالخوردگی (۶۵ سالگی به بالا) فرد با بحران یک‌پارچگی و وحدت در مقابل ناامیدی و سرخوردگی روبه‌رو است. در این دوره، فرد به گذشته‌ی خود نگاه می‌کند، اگر زندگی پربراری داشته است، برای او این زندگی شاد و با معنا می‌باشد، ولی اگر اهداف خود را انجام نیافته و بی‌ثمر بداند سرشار از ناامیدی و سرخوردگی خواهد شد.

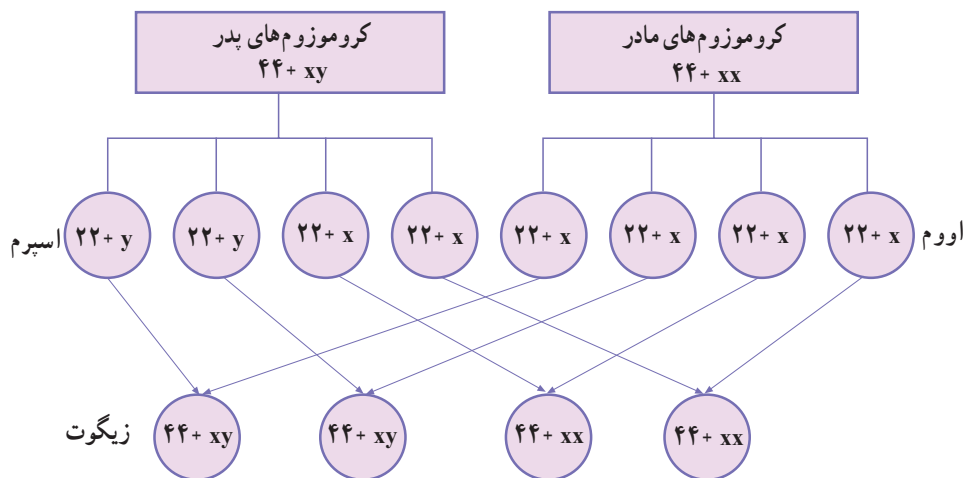
باید توجه داشت که در ایجاد بحران‌ها، و چگونگی رویارویی با آن‌ها هم عوامل زیست‌شناختی و جسمانی و هم عوامل فرهنگی و اجتماعی نقش دارند و نکته‌ی آخر، اریکسون، رشد را فقط به دوره‌ی کودکی و نوجوانی محدود نمی‌کند و معتقد است که رشد تا پایان عمر ادامه دارد.

## ویژگی‌ها و خصوصیات رشد دوره‌ی قبل از تولد و دوران کودکی

### دوره‌ی قبل از تولد

رشد انسان از زمان تشکیل نطفه شروع می‌شود. زمانی که یک اسپرم از پدر با یک اووم از مادر یک تخمک بارور شده (زیگوت) را شکل می‌دهد. زیگوت طبیعی دارای ۴۶ کروموزوم است (۲۳ کروموزوم از پدر و ۲۳ کروموزوم از مادر)، هر یک از سلول‌های جنسی زن و مرد به تنهایی دارای ۲۳ کروموزوم هستند و زمانی که زیگوت تشکیل می‌شود دارای ۲۳ جفت کروموزوم می‌شود. جفت بیست و سوم عامل تعیین جنسیت فرزند می‌باشد؛ به عبارتی جفت بیست و سوم کروموزوم در پدر و مادر با یک‌دیگر تفاوت دارد. در پدر، این جفت شامل یک  $x$  و یک  $y$  است ( $xy$ ). در حالی که در مادر، جفت بیست و سوم از دو  $X$  ( $xx$ ) تشکیل شده است. مادر تنها می‌تواند کروموزوم‌های  $x$  را به فرزندش بدهد، در حالی که پدر می‌تواند کروموزوم  $x$  یا  $y$  را به فرزندش بدهد. عامل تعیین جنسیت پدر است یا مادر؟

تصویر ۲-۳ نشان می‌دهد که هر پدر و مادری می‌توانند چهار ترکیب احتمالی از کروموزوم‌های جنسی را به وجود آورند.



تصویر ۲-۳

در طول فاصله‌ی بین انعقاد نطفه و تولد، از سه مرحله‌ی مهم رشد می‌توان نام برد:

۱- مرحله‌ی زیگوت (دو هفته‌ی اول): مرحله‌ای است که یک سلول (زیگوت) به چندین سلول تکثیر می‌شود تا به یک توده‌ی سلولی تبدیل شود و این توده‌ی سلولی به دیواره‌ی رحم مادر متصل شده و ارتباط بین مادر و جنین برای تغذیه برقرار می‌شود.

۲- مرحله‌ی رویانی (هفته‌ی سوم تا هفته‌ی هشتم): در این مرحله بیش‌تر اندام‌ها و اجزای بدن مشخص می‌شود و رشد در این مرحله سریع‌تر است.

۳- مرحله‌ی جنینی (از هفته‌ی هشتم تا زمان تولد): در این مرحله، سیستم عصبی مرکزی، ماهیچه‌ها و استخوان‌ها رشد سریعی دارند و اندام تولید مثل نیز در این مرحله ظاهر می‌شود. بین هفته‌ی ۲۴ تا ۲۸ (۶ تا ۷ ماهگی) جنین به حدی از رشد رسیده است که می‌تواند خارج از رحم زنده بماند، ولی ماندن بیش‌تر در رحم مادر، موجب افزایش رشد طبیعی در ادراک، حرکات و عضلات می‌شود.

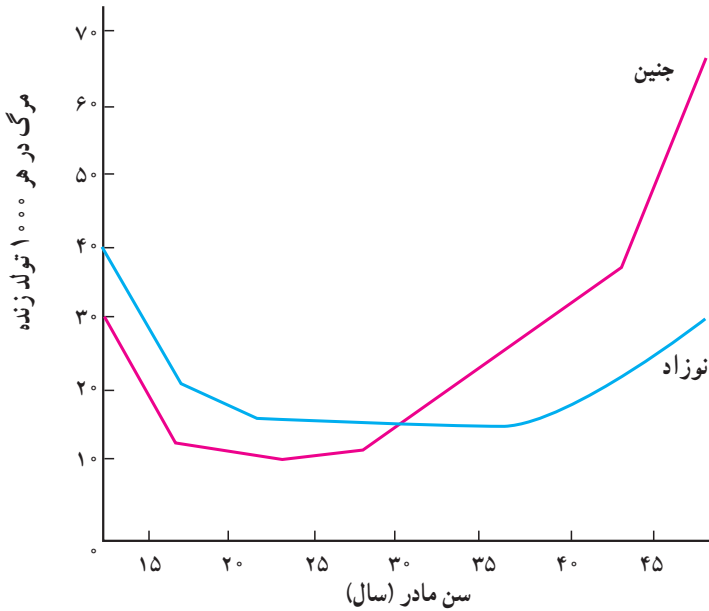


الف

ب

تصویر ۲-۴

عوامل محیطی بسیاری می‌توانند رشد قبل از تولد را دشوار و پیچیده سازند. در میان این عوامل سن مادر، حالت هیجانی و کیفیت تغذیه‌ی مادر را می‌توان نام برد. اگر مادر در دوران بارداری دچار سوء تغذیه باشد (خصوصاً در سه ماه آخر بارداری) احتمال این که نوزاد او مرده به دنیا آید و یا از نارسایی‌های رشدی برخوردار باشد، زیاد است. به علاوه نوزادی که در دوره‌ی جنینی دچار سوء تغذیه شده باشد، ممکن است کم تحرک، کج خلق و تحریک پذیر باشد. عوامل دیگری نظیر مصرف داروها (تالیدومید، تنباکو، مواد مخدر، الکل) بیماری‌ها (سرخجه، سیفلیس) مواد شیمیایی (جیوه و سرب) و پرتونگاری‌ها نیز می‌توانند رشد جنین را دچار وقفه نمایند و موجب آسیب دیدن آن شوند. رابطه‌ی بین سن مادر و خطر مرگ جنین و یا نوزاد در نمودار ۱-۲ نشان داده شده است.



نمودار ۱-۲

## دوره‌ی طفولیت

۲ سال اول زندگی را دوره‌ی طفولیت می‌نامند که یکی از دوره‌های رشد است و سریع‌ترین تغییرات در آن اتفاق می‌افتد. ویژگی‌های مهم رشد در این دوره عبارت‌اند از: رشد جسمانی: کودک تقریباً ۷۰ درصد وقت خود را می‌خوابد. در طول سال اول به تدریج، وقت کم‌تری به خواب و وقت بیش‌تری برای توجه به محیط پیرامون اختصاص پیدا می‌کند. گریه‌ی کودک موجب می‌شود تا او با دیگران ارتباط برقرار کند.

رشد جسمانی از تولد تا ۲ سالگی رشد چشمگیری دارد به طوری که قد و وزن او در طول این ۲ سال به سرعت افزایش پیدا می‌کند و حدوداً وزن بدنش ۴ برابر و قد او ۲ برابر می‌شود.

رشد طبیعی و تدریجی مغز، امکان رشد مهارت‌های حرکتی، از بازتاب‌ها تا اعمال داوطلبانه‌ی کودک نظیر چنگ زدن و راه رفتن را به وجود می‌آورد. از همان ماه‌های اول اگر چیزی توجه کودک را به خود جلب کند، طوری به آن نگاه می‌کند و با حرکات چشم آن را تعقیب می‌کند که گویی می‌خواهد به آن چنگ بزند. توانایی چنگ زدن از حدود شش ماهگی به بعد، یعنی زمانی که بین حرکات دست و چشم هماهنگی به وجود آمده است، دیده می‌شود. راه رفتن کودک دارای مراحل گوناگونی است. (از راست نگاه داشتن سر در ۳ ماهگی تا راه رفتن بدون کمک دیگران در ۱ سالگی).

تصویر ۵-۲ کودکی که تازه راه افتاده است را نشان می‌دهد.



تصویر ۵-۲

رشد شناختی: در هنگام تولد، حس بویایی و حس شنوایی نسبتاً حساس و فعال اند، ولی حس بینایی ضعیف است. نوزاد می‌تواند یک شیء را تنها تا فاصله‌ی ۶ متری در حوزه‌ی بینایی خود قرار دهد، اگر چه در هر فاصله‌ای آن را تیره و تار می‌بیند اما این توانایی در اولین ماه‌ها به سرعت رشد می‌کند.



تصویر ۶-۲

ظرفیت حافظه محدود است، ولی در ۲ سال اول تولد به سرعت رشد می‌کند. ثبت اطلاعات با سهولت بیشتری صورت می‌گیرد، ولی بازیابی اطلاعات در برخی اوقات دشوار است. در یک سالگی کودک می‌تواند یک یا دو کلمه بگوید و در ۲ سالگی قادر است با جملات کوتاه صحبت کند. تصویر ۶-۲ نشان می‌دهد کودکان پس از یک سالگی تشخیص می‌دهند که در آینه به خودشان نگاه کنند.

رشد هیجانی و اجتماعی: هیجان‌ات کودک در ابتدا ساده و به صورت گریه و خنده ظاهر می‌شود، ولی به تدریج پیچیده‌تر می‌گردد. احساس امنیت، از نیازهای عاطفی و اجتماعی اولیه‌ی کودکان است که باید در این دوره تأمین شود؛ در عین حال، باید توجه داشت که حمایت بیش از اندازه مانند عدم حمایت موجب می‌شود تا کودک به توانایی‌های خود شک کند و اعتماد به نفس لازم را به دست نیاورد. دلبستگی بین کودک و والدین (خصوصاً مادر) این احساس امنیت و آرامش را فراهم می‌کند.

## دوره‌ی کودکی اول (۲ تا ۶ سالگی)

در دوره‌ی کودکی اول، رشد زیستی – اجتماعی در جنبه‌های مختلف اتفاق می‌افتد؛ از جمله شکل، قیافه و اندازه‌ی کودک تغییر زیادی می‌کند، به نحوی که مثلاً کودک شش ساله نمی‌تواند عکس دوره‌ی قبل خود را تشخیص بدهد. هم‌چنین، سیستم عصبی مرکزی کودک نیز رشد می‌کند. این تغییرات به او اجازه می‌دهد تا رشد مهارتی و شناختی مناسب داشته باشد و بر محیط اطراف خود تسلط پیدا کند. مهم‌ترین تغییرات رشدی در این دوره، از چند جنبه به شرح زیر قابل توجه است:

رشد جسمانی: در این دوره، کودکان عموماً لاغر به نظر می‌آیند؛ زیرا قسمت پایینی بدن آن‌ها (تنه و پاها) نسبت به قسمت بالای آن (سر و صورت) رشد بیشتری پیدا می‌کنند.

نکته‌ی دیگر این که افزایش مداوم و پیوسته‌ای در قد و وزن کودک پدید می‌آید به نحوی که تناسب بدنی کودک کم و بیش مانند بزرگسالان می‌شود.

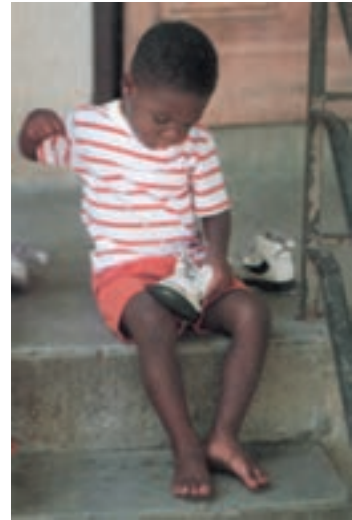
رشد مغز نسبت به بخش‌های دیگر بدن سرعت بیش‌تری دارد. در پنج سالگی وزن مغز در حدود ۹۰ درصد زمان بزرگسالی خود می‌رسد. سلول‌های عصبی در مغز با درجات گوناگونی دارای میلین می‌شوند و سرعت ادراکات حسی در کودکان بیش‌تر می‌شود، ولی در پایان این دوره هنوز هماهنگی بین دو نیمه‌ی مغز به طور کامل برقرار نشده است.

کودکان از ۲ تا ۶ سالگی اگرچه لاغرتر می‌شوند، ولی قوی‌تر شده و رشد طبیعی مغز این اجازه را به آن‌ها می‌دهد که کنترل و هماهنگی بیش‌تری، هم بین اعضای مختلف بدن آن‌ها و هم بین آن‌ها و محیط‌شان به وجود آید. طی این فرایند، کودکان با سرعت و توازن بیش‌تری حرکت می‌کنند و مهارت‌های حرکتی درشت آن‌ها نظیر دویدن، بالا رفتن (صعود کردن) و پریدن به مقدار قابل ملاحظه‌ای بهبود پیدا می‌کنند و این تغییرات به خوبی در حرکاتشان، در هنگام بازی، قابل مشاهده است، ولی در حرکات ظریف‌تر مانند بستن بند کفش و استفاده از مداد، از پختگی کامل برخوردار نیستند.

تصویر ۷-۲ (الف) کودک را در حال بستن بند کفش و تصویر ۸-۲ (ب) کودکان را در حال نمایش یک مهارت حرکتی نشان می‌دهد.



ب



الف

### تصویر ۷-۲

رشد شناختی: یکی از خصوصیات مهم شناختی در این دوره خود مرکزی کودک<sup>۱</sup> است. به این معنا که کودک، دنیا و محیط پیرامون خود را منحصراً از دریچه‌ی ذهن خود می‌بیند و چنین تصور می‌کند که دیگران نیز دنیا را همان‌طور می‌بینند که او می‌بیند. از نظر درک ریاضی نیز باید گفت: اگرچه کودک در این دوره نمی‌تواند جمع و تفریق کند، ولی شمارش اعداد و فهم اصول اساسی در اعداد، در این سنین شروع می‌شود. در ابتدا (۲ تا ۳ سالگی) ارتباط بین اعداد و مصادیق آن‌ها برای کودک دقیق نیست و حتی در شمارش، برخی از اعداد را حذف می‌کند (یک، دو، چهار، هشت) و یا یک چیز را بیش از یک بار می‌شمارد و یا برخی از چیزها را نمی‌شمارد. مهارت‌های حل مسئله و حافظه نیز در این دوره رشد می‌کند. اگرچه کودک در فرایندهای حل مسئله‌ی مربوط به بازی‌های خود یا روابط خود با دوستانش تلاش زیادی می‌کند، ولی به تنهایی نمی‌تواند به‌طور رشد یافته‌ای، به حل این مسائل بپردازد و اغلب به راهنمایی و حمایت والدین و بزرگسالان نیازمند است. هم‌چنین کودک در ذخیره‌سازی و بازیابی اطلاعات، به‌طور خردمندانه و هشیارانه مهارت ندارد، ولی زمانی که والدین به او کمک کنند، توانایی حافظه‌ی او و استفاده از راهبردهای حافظه افزایش پیدا می‌کند.

1- egocentrism



رشد زبان در کودک پیش از رفتن به دبستان فوق العاده می‌باشد. در حقیقت، انفجاری در رشد زبان از نظر خزانه‌ی لغات، دستور زبان و کاربرد علمی زبانی برای او اتفاق می‌افتد. رشد زبان کودک در رشد تفکر و استدلال او نقش بسیاری دارد. بدیهی است که هر چه محیط اطراف کودک از نظر مکالمه و گفت‌وگو غنی باشد، رشد زبان او بهتر صورت خواهد گرفت و آمادگی بیش‌تری برای مهارت‌های زبانی پیچیده‌تر، نظیر خواندن و نوشتن، در دوره‌ی بعدی (کودکی دوم) خواهد داشت. تصویر ۸-۲ (الف) پسر بچه‌ای را که از یک سالگی با مادر بزرگ خود مکالمه داشته و تصویر ۸-۲ (ب) کودکی را به هنگام تعمیر دوچرخه نشان می‌دهد.



ب



الف

تصویر ۸-۲

**رشد هیجانی و اجتماعی:** با رشد هیجانی و اجتماعی «مفهوم خود»<sup>۱</sup> به شکل مثبتی در کودکان شکل می‌گیرد و کودکان این کفایت و اطمینان را به دست می‌آورند که نسبتاً مستقل رفتار کنند. پس می‌توان به آن‌ها اعتماد کرد که خیلی از کارها را خودشان انجام دهند: مثلاً خودشان صبحانه بخورند و حتی در تغذیه و لباس پوشیدن به بچه‌های کوچک‌تر کمک کنند. کودکان ۶ ساله می‌توانند عواطف و هیجان‌های خود را نسبت به والدین و دوستان، بدون زیاده‌روی و خود محوری نشان دهند. در این دوره، رشد اعتماد به نفس و مهارت‌های اجتماعی و نیز نقش‌های اجتماعی بستگی به محیط خانواده

1\_ self-concept

و اطرافیان کودک دارد. در این دوره، تفاوت‌های جنسی و نقش جنسی (رفتار پسرانه یا دخترانه) برای کودکان مطرح می‌شود. در شکل‌گیری رفتار جنسی، هم استانداردهای اجتماعی و فرهنگی و هم عوامل فیزیولوژیکی و زیست‌شناختی دخالت دارند.

تصویر ۹-۲ الف) نقش‌های دو طرفه را در کودکان قبل از دبستان و تصویر ۹-۲ ب) لباس پوشیدن و برای خرید به فروشگاه رفتن را به عنوان بخشی از بازی‌های واقعی و خیالی کودکان پیش از دبستان نشان می‌دهد.



ب



الف

تصویر ۹-۲

## دوره‌ی کودکی دوم (۷ تا ۱۱ سالگی)

برخلاف دوره‌های دیگر زندگی، رشد زیستی - اجتماعی در دوره‌ی دوم کودکی به‌طور کلی، یکنواخت و کم‌حادثه یا کم‌ماجراست. به همین دلیل، بیماری و مرگ کودکان در این دوره بسیار کم‌تر از دوره‌های دیگر اتفاق می‌افتد. ویژگی‌های رشد در مقایسه با دوره‌های دیگر، ظاهری مثبت و سازنده دارد و کودک بیش از هر دوره‌ی دیگری، آمادگی انجام تکالیف و وظایف رشدی و تربیتی خود را دارد. مهم‌ترین ویژگی‌های رشد در این دوره عبارت‌اند از:

**رشد جسمانی:** کودکان در این دوره، بسیاری از مهارت‌ها را بدون آموزش بزرگ‌سالان فرامی‌گیرند و بدن آن‌ها به قدر کافی رشد یافته است تا بتوانند این مهارت‌ها را به خوبی انجام دهند. در این دوره، تفاوت‌های جنسی در رشد و توانایی‌های جسمی ناچیز می‌شود؛ آهنگ رشد جسمانی

به کندی ادامه می‌یابد. رشد کُند جسمانی، کودکان دبستانی را قادر می‌سازد که هرگونه مهارت حرکتی از قبیل استفاده از چکش، اره کردن، استفاده از سوزن، بافندگی کردن، طراحی کردن، نوشتن، قیچی کردن، دوچرخه‌سواری، شمشیربازی، شنا، شیرجه، اسکیت‌بازی، پرش از روی طناب، فوتبال و ... را به خوبی انجام دهد.

تصویر ۱۰-۲ الف) کودکی را به هنگام بالا رفتن از طناب و تصویر ۱۰-۲ ب) کودکی را به هنگام شیرجه رفتن و سرزدن توپ نشان می‌دهد.



ب



الف

تصویر ۱۰-۲

**رشد شناختی:** در دوره‌ی دوم کودکی، رشد شناختی کودک دچار تغییرات عمده‌ای می‌شود. در این دوره تفکر کودک، راهبردها و سازمان‌دهی بیش‌تری دارد و از نظم و منطق بیش‌تری برخوردار می‌شود. کودکان در این دوره، نه تنها آگاهی‌شان از کودکان دوره‌ی قبل بیش‌تر است؛ بلکه توانایی برنامه‌ریزی هم پیدا می‌کنند و از منابع شناختی خود در فرایند حل مسئله و یادآوری اطلاعات استفاده می‌کنند و نیز دانش خود را به طور اختصاصی در موضوعی خاص می‌افزایند. آنان به نقاط قوت و ضعف شناختی خود پی می‌برند و در می‌یابند که همه‌ی کارها و تکالیف را نمی‌توان انجام داد؛ برخلاف دوره‌ی قبل که حواس کودکان در انجام تکالیف، به سادگی پرت می‌شد، آنان در این دوره از توجه ارادی و تمرکز خوبی برخوردار می‌شوند و می‌توانند در تکالیف ورزشی، آموزشی و اجتماعی خود به طور مستقل از دیگران و یا به طور دسته‌جمعی درگیر شوند، بدون آن که دچار حواس‌پرتی شوند و یا حواس دیگران را پرت کنند. در این دوره، توانایی حافظه‌ی کودکان نیز افزایش می‌یابد. کودکان هم از راهبردهای ذخیره‌سازی اطلاعات (مانند استفاده از سازمان‌دهی دوباره‌ی اطلاعات) و هم از راهبردهای بازیابی اطلاعات (مانند جست‌وجوی منظم و استفاده از سرنخ‌ها و نشانه‌ها در اطلاعات) می‌توانند استفاده کنند.

یکی دیگر از ویژگی‌های شناختی این دوره، افزایش سرعت و ظرفیت پردازش اطلاعات است

که در نتیجه‌ی آن، کودکان هم سریع‌تر فکر می‌کنند و هم از ظرفیت بیش‌تری برای فکر کردن برخوردارند. منطقی شدن تفکر کودکان نیز در این دوره شکل می‌گیرد.

در تصویر ۲-۱۱ این پسرها از راهبردهای حافظه مانند تکرار و تمرین، گروه‌بندی کشورها برحسب الفبا یا فاصله‌ای که در آن قرار دارند و یا براساس رنگ‌هایی که در نقشه وجود دارد، استفاده می‌کنند.



تصویر ۲-۱۱

در این دوره خزانه‌ی لغات و دستور زبان کودکان از رشد فوق‌العاده‌ای برخوردار است. کودکان تا قبل از ۱۰ سالگی بهترین یادگیرندگان برای زبان دوم هستند. بنابراین، در این دوره، دو زبانگی یک مسئله یا دشواری برای آن‌ها نیست؛ بلکه برعکس ویژگی و توانایی است. آموزش زبان دوم به کودک معمولاً زمانی بیش‌تر موفق خواهد بود که کودک زبان اول خود را به خوبی فرا گرفته باشد، به همین دلیل سنین ۴-۵ سالگی شروع خوبی برای آموزش زبان دوم است؛ البته باید دانست که میزان موفقیت در آموزش زبان دوم، از یک کودک به کودک دیگر یا از پدر و مادر به معلمی به پدر و مادر و معلمی دیگر و نیز از برنامه‌ای به برنامه‌ی دیگر متفاوت می‌باشد اما در مجموع تحقیقات جدید نشان داده است که دو زبانگی اولیه، توانایی شناختی کودکان (حافظه، حل مسئله، خلاقیت و...) را افزایش می‌دهد.

رشد هیجانی و اجتماعی: در دوره‌ی قبل از دبستان، محیط اجتماعی کودک، محیطی است محدود و هدایت شده از طرف والدین، ولی در دوره‌ی دبستان این محیط بسیار گسترده‌تر می‌شود و خود کودک نیز تا حدودی در هدایت‌گری سهیم می‌شود. همسایگان، جامعه (کوچه و بازار) و مدرسه محیط‌های جدیدی هستند که کودک علاوه بر محیط خانواده، به‌طور روزمره با آن‌ها سروکار پیدا می‌کند. او با هم‌سالان روابط دوستی برقرار می‌کند و در عین حال با آن‌ها رقابت می‌کند با بزرگ‌سالان دیگر (معلمان و مربیان) روابط اجتماعی برقرار می‌کند و ارزش‌های اخلاقی را از آن‌ها فرا می‌گیرد و گاه نیز دچار تعارض‌های اخلاقی میان خانواده و محیط اجتماعی می‌شود.

در این دوره، کودکان آمادگی زیادی برای انجام تکالیف آموزشی، تربیتی و اجتماعی دارند؛ می‌توان گفت این دوره، دوره‌ی تولید و کار برای آن‌ها به‌شمار می‌رود. شناخت اجتماعی کودک نیز در این دوره پیشرفت می‌کند؛ یعنی سایر افراد و گروه‌ها را درک می‌کند و درمی‌یابد که دیگران را نباید تنها براساس رفتار ظاهر مورد قضاوت قرار داد؛ بلکه انگیزه‌ها و نیازهای درونی افراد مهم‌تر از رفتارهای ظاهری آن‌ها می‌باشد.

کودک در این دوره به توانایی‌ها و ناتوانی‌های خود آگاه می‌شود. به عنوان مثال، می‌داند که در ورزش خاصی (مثلاً فوتبال) ضعیف است، ولی در ورزش دیگر (مثلاً شنا) مهارت دارد. یا می‌داند که در یافتن دوست، خوب عمل می‌کند، ولی این را هم می‌داند که زود عصبانی می‌شود و روابط دوستی خود را به مخاطره می‌اندازد. گروه هم‌سالان در این دوره، به تدریج از اهمیت زیادی برخوردار

می‌شود. ابتدا گروه هم‌سالان به صورت جمعی و با تعداد زیاد برای کودک مطرح هستند، ولی به تدریج که در این دوره بر سن او، افزوده می‌شود روابط دوستی و گروهی محدودتر و صمیمی‌تر می‌شود.

تصویر ۱۲-۲ کودک دبستانی را نشان می‌دهد که جدا از سایر هم‌سالانش، در گوشه‌ای نشسته است. این گونه شرایط در این دوره زیاد اتفاق می‌افتد.



تصویر ۱۲-۲

## ویژگی‌ها و خصوصیات رشد در دوره‌ی نوجوانی

معمولاً سنین بین ۱۲ تا ۲۰ سالگی را دوره‌ی نوجوانی می‌نامند. در این دوره، نوجوان با تحولات گسترده‌ی فیزیولوژیک، شناختی، هیجانی و اجتماعی روبه‌رو می‌شود. اگرچه تغییرات رشدی در این دوره، خود می‌تواند منبع دشواری‌ها و مشکلاتی باشد، ولی اساساً (مانند هر دوره‌ی دیگر) جهات مثبت و سازنده‌ی آن غالب است و فرد را به کمال خود نزدیک می‌کند. اغلب مسائل نگران‌کننده‌ای که در دوره‌ی نوجوانی از آن به مسائل نوجوانی تعبیر می‌شود به این تغییرات تحولات بستگی ندارد، بلکه به درک نادرست والدین و جامعه و یا حتی خود نوجوانان از این تغییرات رشدی مربوط می‌شود.

ویژگی‌های مهم رشد در این دوره عبارت‌اند از:

### رشد جسمانی

یکی از مهم‌ترین تغییرات جسمانی در این دوره، بلوغ<sup>۱</sup> است. در این دوره، رشد جسمانی سریع و رسش جنسی، به دوره‌ی کودکی پایان می‌دهد و نوجوان را به اندازه، شکل و توانایی بالقوه‌ی جنسی بزرگ‌سالی نزدیک می‌کند. تشدید فعالیت‌های هورمونی متفاوت در پسر (تستوسترون) و دختر (استروژن و پروژسترون) به منزله‌ی اعلام شروع دوره‌ی بلوغ است که با خود، تغییرات جسمانی بی‌دری و قابل مشاهده‌ای را در نوجوانان، به همراه می‌آورد.

### سنّ بلوغ

شروع سنّ بلوغ می‌تواند بین سنین ۸ تا ۱۴ سالگی در تغییر باشد که به عوامل مختلفی به شرح زیر بستگی دارد:

۱- جنس: تغییرات بدنی برای دختران، در مقایسه با پسران، یک تا دو سال زودتر اتفاق می‌افتد، بدین ترتیب دختران و پسران، در سنین یکسان، تحولات و تغییرات بدنی متفاوتی را تجربه می‌کنند.

۲- وراثت: این عامل، در باره‌ی ایجاد صفات اولیه‌ی جنسی هم‌چون عادت ماهانه‌ی دختران و احتمال پسران دیده می‌شود. اگر چه غالباً دختران بین ۱۱ تا ۱۴ سالگی به این مرحله می‌رسند، ولی سنّ شروع عادت ماهانه در بعضی از آنان می‌تواند از ۹ تا ۱۸ سالگی در تغییر باشد؛ در حالی که

خواهران دو قلوی دو تخمکی، عادات ماهانه را به طور متوسط با ۱۳ ماه فاصله از یکدیگر شروع می کنند، دو قلوهای یک تخمکی به طور متوسط، تنها حدود ۳ ماه با یکدیگر فاصله دارند. در گروه پسران نیز تحقیقات به نتایج مشابهی اشاره می کند.

**۳- عامل جغرافیایی - فرهنگی:** سن متوسط شروع بلوغ از منطقه ای به منطقه ای دیگر و از یک گروه نژادی به گروه نژادی دیگر متفاوت است؛ مثلاً مطالعات نشان می دهد که در مناطق سردسیر شروع بلوغ نسبتاً دیرتر و در مناطق گرمسیر زودتر اتفاق می افتد. در آمریکا، آفریقای - آمریکایی ها بلوغ را زودتر و آسیایی - آمریکایی ها دیرتر از آمریکایی ها و اروپایی ها بلوغ را شروع می کنند.

## فعالیت ۲-۲

میانگین سن بلوغ در کلاس شما چند سال است؟ (شروع تقریبی بلوغ را از هم کلاسی هایتان پرسیده، یادداشت کنید و میانگین آن را به دست آورید.)

**۴- ساختمان بدن:** به طور کلی در افراد کوتاه و چاق، بلوغ زودتر از افراد بلند و لاغر شروع می شود. مطالعات نشان می دهد دخترانی که چربی بدن آن ها کم تر است (مانند ژیمناست ها، دوندگان و یا سایر ورزشکاران) دیرتر و نامنظم تر از متوسط دختران عادات ماهانه را شروع می کنند. برعکس دخترانی که عموماً غیرفعال اند، زودتر از متوسط دختران بالغ می شوند.

**۵- وضعیت تغذیه و سلامت:** امروزه وضعیت تغذیه ی بشر نسبت به گذشته بهتر است و نسل های جدید از کیفیت تغذیه ی بهتری نسبت به نسل قدیم برخوردارند. همین امر سبب شده که نسل های جدیدتر تجربه ی بلوغ را یک تا ۲ سال زودتر شروع کنند. البته در میان کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه نیز تفاوت هایی مشاهده می شود و در کشورهای توسعه یافته معمولاً سن بلوغ نوجوانان زودتر از کشورهای در حال توسعه شروع می شود.

**۶- روابط عاطفی و اجتماعی:** مطالعات نشان می دهد که میان بلوغ زودرس نوجوان، خصوصاً در دختران، و تعارض های خانوادگی او هم بستگی وجود دارد؛ یعنی هر چه روابط عاطفی سردتر، فشارهای روانی خانوادگی بیش تر و فاصله ی عاطفی بین دختر نوجوان و والدین بیش تر باشد، بلوغ زودتر اتفاق می افتد، اما همین عوامل ممکن است موجبات دیررسی بلوغ در پسران شود. هر چند که این موضوع به شرایط و عوامل دیگری از جمله عوامل فیزیولوژیکی و شناختی نیز

بستگی دارد.

## رشد ناگهانی

یکی از ویژگی‌های دوره‌ی نوجوانی، رشد جسمانی ناگهانی است؛ یعنی اندازه‌ی بدن به سرعت افزایش پیدا می‌کند و تناسب بدنی به سرعت تغییر می‌یابد. این افزایش ناگهانی معمولاً ناهماهنگ و به نوعی غیرقابل پیش‌بینی، تقریباً در همه‌ی اجزای بدن اتفاق می‌افتد؛ مثلاً انگشت‌ها و کف پای نوجوان قبل از ساق پا و بازوهای او رشد می‌کنند، در حالی که بالاتنه، آخرین قسمت بدن است که رشد می‌کند. این سبب می‌شود که نوجوان به‌طور موقت دارای پای بزرگ و کمر باریک شود. هم‌زمان با کشیده شدن و دراز شدن استخوان‌ها وزن نوجوان نیز به سرعت افزایش پیدا می‌کند و پس از آن قد هم رو به افزایش می‌گذارد. در حدود یک سال بعد از افزایش وزن و قد، ماهیچه‌ها هم کم‌کم رشد می‌کنند. دختران به‌طور متوسط در ۱۳ سالگی و پسران در ۱۴ سالگی بیش‌ترین افزایش وزن را به دست می‌آورند. البته این تغییرات در نوجوانان می‌تواند متفاوت باشد و تحت تأثیر عوامل گوناگون قرار گیرد.

سریکی از آخرین قسمت‌های بدن است که در این دوره به رشد نهایی خود و به اندازه‌ی بزرگ‌سالی‌اش می‌رسد. اجزای صورت مانند گوش‌ها، لب‌ها و بینی معمولاً زودتر از سر رشد می‌کنند؛ در نتیجه بزرگ‌تر به نظر می‌آیند. این چیزی است که بسیاری از نوجوانان آن را نمی‌پسندند و ممکن است با آن در دسر داشته باشند. ولی این عدم تناسب، موقتی است و با رشد نهایی سر، بین اجزای سر و صورت تناسب برقرار می‌شود. تصویر ۱۳-۲ نسبت‌های بدنی یک نوجوان دوندۀ را نشان می‌دهد (ساق پا کشیده و دراز، روی پا بزرگ و بالاتنه کوتاه).



تصویر ۱۳-۲



نکته‌ای که باید به آن اشاره کرد این است که تغییرات بدنی سریع بلوغ، نوجوان را به کالری‌های اضافی، ویتامین‌ها و مواد معدنی بیش‌تر نیازمند می‌سازد. جذب کالری باید در برنامه‌ی روزانه‌ی نوجوان باشد زیرا این دوره از دوره‌های دیگر رشد مهم‌تر است. در جریان رشد ناگهانی، نیاز به کلسیم، آهن و روی برای رشد استخوان‌ها و ماهیچه‌ها ۵۰ درصد بیش از دو سال قبل از آن است. بسیاری از نوجوانان غذاهایی که آهن دارند کم مصرف می‌کنند و این در حالی است که متوسط نیاز روزانه به آهن ۱۵ میلی‌گرم است. دختران نوجوان خصوصاً در دوره‌ی عادت ماهانه کمبود آهن پیدا می‌کنند و ممکن است بی‌اشتها و بی‌حال به نظر آیند.

## رشد اندام‌های داخلی

اندازه و ظرفیت شش در دوره‌ی نوجوانی افزایش پیدا می‌کند (وزن آن حدوداً سه برابر می‌شود) که این شرایط، تنفس عمیق‌تر و آهسته‌تر را برای نوجوان به‌وجود می‌آورد هم‌چنین اندازه‌ی قلب دو برابر اندازه‌ی پیش از نوجوانی می‌شود؛ در نتیجه میزان ضربان قلب کاهش می‌یابد. به‌علاوه، حجم کلی خون نیز افزایش می‌یابد. این تغییرات مهم فیزیولوژیک، به نوجوان این امکان را می‌دهد که کیلومترها بدون نیاز به استراحت، بدود و ساعت‌ها به فعالیت جسمانی بپردازد، ولی با توجه به رشد ناگهانی وزن و قد (که مشهود است) بر رشد ماهیچه‌ها و اندام‌های بدن (که مشهود نیستند)، باید توجه داشت که تمرین‌های ورزشی و فعالیت‌های جسمانی با این وضعیت هماهنگی داشته باشد؛ زیرا در غیر این صورت، خستگی و زیان جسمانی برای نوجوان به همراه خواهد داشت.

## فعالیت ۲-۳

با توجه به این که شما دوران نوجوانی را می‌گذرانید، از نظر جسمی چه تغییراتی را در خود احساس می‌کنید؟ این تغییرات در شما چه اثری گذاشته است؟

## رشد جنسی

قبل از دوره‌ی نوجوانی تفاوت‌های جسمانی میان دختران و پسران زیاد نیست. ولی بلوغ و رشد جنسی سبب می‌شود تغییرات عمده‌ای در دختران و پسران نوجوان به‌وجود آید. رشد جنسی هم به صفات اولیه‌ی جنسی و هم به صفات ثانویه‌ی جنسی مربوط می‌شود. تغییرات در صفات اولیه‌ی جنسی، اندام‌های جنسی را در برمی‌گیرد که مستقیماً در تولیدمثل و باروری دخالت دارند. در پایان

دوره‌ی بلوغ اندام‌های جنسی به قدر کافی رشد یافته‌اند تا به تولیدمثل و باروری منجر شوند؛ البته در مراحل اولیه‌ی بلوغ، احتمال باروری از سال‌های بعدی کم‌تر است؛ زیرا در دختران تخمک‌گذاری به‌طور نامنظم صورت می‌گیرد و در پسران نیز غلظت اسپرم به مقدار لازم نرسیده است تا تخمک را بارور کند. صفات ثانویه‌ی جنسی تغییرات بدنی و جنسی هستند که مستقیماً به تولیدمثل و باروری مربوط نمی‌شوند؛ بلکه فقط علائم مشخصی برای رشد جنسی به حساب می‌آیند. شکل بدن دختر و پسر در دوره‌ی نوجوانی، از دوره‌ی کودکی کاملاً متمایز می‌شود. پسران از دختران بلندتر می‌شوند، شانه‌های پهن‌تری پیدا می‌کنند، در حالی که دختران لگن خاصره‌ی پهن‌تری پیدا می‌کنند که این به جهت آمادگی طبیعی برای تولیدمثل و حمل بچه می‌باشد.

رشد مو در بدن (در صورت و زیر بغل) از دیگر صفات ثانویه‌ی جنسی می‌باشد. در این دوره، رنگ موها نیز معمولاً تیره‌تر می‌شود. در پسران ممکن است به غلط موی صورت به عنوان نشانه‌ی مردانگی در نظر گرفته شود، در حالی که رشد موی صورت به ویژگی‌های ارثی و ژنتیک بستگی دارد و به همین دلیل است که نوجوانان برخی پرمو و برخی کم‌مو هستند. بالاخره تغییر صدا نیز از صفات دیگر ثانویه‌ی جنسی در دوره‌ی نوجوانی است. همان‌طور که حنجره‌ی نوجوانان رشد می‌کند صدای آنان نیز بم‌تر می‌شود این حالت در پسران بیش‌تر قابل ملاحظه است.

بدیهی است که چگونگی عکس‌العمل نوجوان در مقابل این تغییرات مهم بدنی و جنسی بستگی به عوامل گوناگونی دارد: ۱- نوجوان چه درک و فهمی از این تغییرات داشته باشد. ۲- زمان رشد جنسی در مقایسه با گروه هم‌سالان چه سنی باشد. ۳- چه ارزش‌های فرهنگی و اجتماعی در ارتباط

با رشد جنسی، در جامعه‌ای که نوجوان

در آن زندگی می‌کند، وجود داشته باشد.

نکته‌ی قابل ذکر آن‌که اگر تغییرات

مهم جنسی با رشد شناختی و اخلاقی همراه

نباشد، نوجوان را تنها به جنبه‌ی جسمی

این تغییرات متوجه می‌سازد و او را از

تغییرات مهم دیگر شناختی، عاطفی و

اجتماعی، باز می‌دارد. تصویر ۱۴-۲ توجه

نوجوان به ظاهر جسمانی خود را در ابتدای

دوره‌ی نوجوانی نشان می‌دهد.



تصویر ۱۴-۲

## بلوغ زودرس و دیررس

زودرسی و یا دیررسی بلوغ می‌تواند فشار روانی ایجاد کند و نوجوان را با هیجان‌های خاصی روبه‌رو سازد. از این رو، نوجوانانی که دوره‌ی بلوغ را هم‌زمان با دوستانشان تجربه می‌کنند، در مقایسه با کسانی که این تجربه را زودتر یا دیرتر پیدا می‌کنند، با این پدیده به‌طور مثبت‌تری برخورد می‌کنند. آثار بلوغ زودرس و یا دیررس برای دختران و پسران متفاوت است. برای دختران، بلوغ زودرس دشوارتر از بلوغ دیررس است؛ زیرا انتظارات و توقعات اجتماعی بیش‌تری بر آن‌ها تحمیل می‌شود. این در حالی است که اگرچه آن‌ها با بلوغ جنسی زودتری روبه‌رو بوده‌اند، ولی به لحاظ روانی - اجتماعی هنوز به رشد کافی دست نیافته‌اند. در مقابل برای پسران، بلوغ دیررس دشوارتر از بلوغ زودرس است، یکی از معیارهای مهم در پذیرش گروه هم‌سالان و روابط دوستانه با دیگران، قدرت جسمانی و رشد جنسی است، هر چند که نوجوان به لحاظ شناختی و روانی - اجتماعی از رشد مناسبی برخوردار باشد.

لازم است از نوجوانانی که بلوغ دیررس یا زودرس دارند، حمایت‌های اجتماعی بیش‌تری شود و برای پذیرش اجتماعی مناسب نزد گروه هم‌سالان خود به آن‌ها کمک شود. تلاش خود نوجوانان نیز در این مورد بسیار مهم می‌باشد و لازم است اعتماد به نفس خود را از دست ندهند و نسبت به این مسئله آگاهی یابند که این فاصله یا تفاوت با دیگران، دوره‌ای موقتی دارد و به زودی با هم‌سالان خود به لحاظ رشد، مشابهت می‌یابند.

## رشد شناختی

کلیه‌ی توانایی‌های شناختی مربوط به تفکر، یادگیری و یادآوری که در سال‌های دبستان به وجود می‌آید، در دوره‌ی نوجوانی، رشد و پیشرفت پیدا می‌کند؛ مثلاً توجه ارادی ماهرانه‌تر می‌شود (حتی در هنگام انجام تکالیف چندگانه نیز این توجه حفظ می‌شود)، مهارت‌های حافظه و دانش پایه‌ی نوجوان گسترده‌تر می‌شود؛ تسلط بر زبان و خزانه‌ی لغات او بیش‌تر می‌شود و در گفتار و نوشتار و مباحثات توانایی‌های ویژه‌ای به دست می‌آورد؛ هم‌چنین توانایی‌های شناختی جدیدی در نوجوانان به وجود می‌آید به نحوی که قدرت تفکر و پردازش اطلاعات وی در سطح شناختی بالاتر و عالی‌تری، نسبت به کودکان دبستانی، قرار می‌گیرد و مهم‌تر از این‌ها، توانایی‌های فراشناختی او (تفکر درباره‌ی تفکر) گسترش می‌یابد. بنابراین، نوجوان در این دوره نه تنها به لحاظ کمی دچار تحولات شناختی می‌شود؛ بلکه تحولات شناختی کیفی نیز پیدا می‌کند.

مهم‌ترین ویژگی‌های این تحولات شناختی عبارت‌اند از :

۱- تفکر فرضیه‌سازی: نوجوان می‌تواند فرضیه‌هایی را در ذهن خود تصور کند که صورت واقعی ندارند، در حالی که کودک دبستانی فقط فرضیه‌هایی را می‌پذیرد که با زندگی روزمره و واقعی او ارتباط یابد. به دو قضیه‌ی زیر توجه کنید :

الف- اگر فیل‌ها از سگ‌ها بزرگ‌تر باشند و سگ‌ها از موش‌ها بزرگ‌تر باشند، پس فیل‌ها از موش‌ها بزرگ‌ترند.

ب- اگر موش‌ها از سگ‌ها بزرگ‌تر باشند و سگ‌ها از فیل‌ها بزرگ‌تر باشند، پس موش‌ها از فیل‌ها بزرگ‌ترند.

کودک دبستانی قضیه‌ی «الف» را منطقی می‌یابد؛ زیرا با واقعیت مطابقت دارد و به یک نتیجه‌گیری واقعی منجر می‌شود، پس آن را می‌پذیرد، ولی قضیه‌ی «ب» را چون با واقعیت در تعارض است، رد می‌کند. در مقابل، یک نوجوان این توانایی شناختی را دارد که این امکان را بپذیرد و دنیایی را فرض کند که در آن موش‌ها از فیل‌ها بزرگ‌ترند؛ توضیح این که اگر چه این قضیه مطابق با واقعیت نیست، ولی نوجوان می‌تواند از آن نتیجه‌گیری منطقی کند. این نوع توانایی شناختی نوجوان را توانایی تفکر فرضیه‌سازی می‌نامند. به عبارت دیگر تصورات کودکان دبستانی به نحوی به زندگی روزمره و واقعی‌شان مربوط است، درحالی که برای نوجوانان امکانات فکری به این جا و اکنون محدود نمی‌شود و تصور آن به صورت فرضی امکان‌پذیر است.

از طرف دیگر برای کودک دبستانی بسیار دشوار است که بر خلاف باورها و علایق شخصی خود صحبت کند، ولی تفکر فرضیه‌سازی این امکان را به نوجوان می‌دهد که هر فرضیه‌ای را در نظر بگیرد و آن را بیازماید حتی اگر چه این دیدگاه را باور نداشته باشد و یا آن فکر را منطبق بر واقعیت نبیند. تفکر فرضیه‌سازی به نوجوانان امکان می‌دهد که زندگی را به نوعی دیگر تعریف کند (در مقایسه با دوره‌ی کودکی)، شرایط کنونی را مورد تجزیه و تحلیل قرار دهد، با تفکر انتقادی به محیط پیرامون خود نگاه کند و فرضیه‌های جدیدی را بسازد.

۲- استدلال قیاسی: کودکان دبستانی در مقایسه با نوجوانان پیش‌تر دارای استدلال استقرایی هستند؛ یعنی از دانش موجود خود که حاصل مشاهده‌ی واقعیات عینی و تجربیات شخصی آن‌هاست، به نتیجه‌گیری‌های کلی- درباره‌ی اشیا، افراد و حوادث طبیعی- دست می‌زنند؛ ولی در دوره‌ی نوجوانی همان‌طور که تفکر فرضیه‌سازی در نوجوان رشد می‌یابد، امکان استدلال قیاسی (نتیجه‌گیری از کل به جز) به وجود می‌آید؛ یعنی نوجوانان می‌توانند با یک قضیه و تئوری کلی شروع کرده و سپس

استنباط منطقی از آن داشته باشند. برای مقایسه‌ی استدلال استقرایی و قیاسی به مثال زیر توجه کنید :

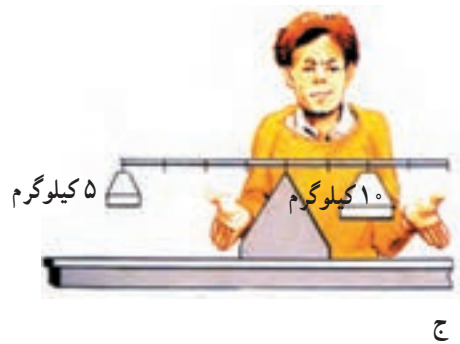
کودکان و نوجوانان چگونه در می‌یابند که «دولفین به چه گروه از حیوانات تعلق دارد؟» کودکان قبل از دبستان، خیلی سریع به این باور می‌رسند که دولفین‌ها ماهی هستند؛ زیرا می‌بینند که ماهی در آب زندگی می‌کند؛ بنابراین در مقابل هر نظریه‌ی دیگری غیر از این، مقاومت می‌کنند، کودکان دبستانی، مثلاً چهارم دبستان ممکن است شنیده باشد که دولفین‌ها پستاندار و احتمالاً مشاهده کرده‌اند که آن‌ها برای تنفس به هوای بیرون از آب نیاز دارند. بنابراین، با این دو دلیل به این نتیجه می‌رسند که دولفین‌ها ماهی نیستند، بلکه پستاندارند و ممکن است کودکانی را که این نظر را نپذیرند مسخره کنند. در مقابل این دو دسته از کودکان، نوجوانان فرضیه‌های متفاوتی را در نظر می‌گیرند و تا زمانی که دلیل کافی برای یک نظر نداشته باشند، برای آن‌ها، دولفین‌ها می‌توانند ماهی، پستاندار، خزنده و حتی نوعی پرنده (مثلاً از خویشاوندان پنگوئن) باشند. نوجوانان برای استدلال قیاسی در مورد پستاندار بودن دولفین‌ها، به دنبال اصول کلی برای تمایز پستانداران از سایر حیوانات دیگر می‌گردند و چنین استدلال می‌کنند که اگر دولفین‌ها پستاندارند، پس باید از فرزندانشان نگهداری کنند، به بچه‌های خود شیر دهند، با شش تنفس کنند و ... بنابراین، اطلاعات فرعی و نامربوط دیگر از قبیل این که دولفین‌ها مانند ماهی‌ها شنا می‌کنند و یا مانند پرندگان دارای بال‌هایی هستند، آنان را گمراه نمی‌کند و در نهایت، با جمع‌آوری مدارک و شواهد اصلی در مورد پستاندار بودن دولفین‌ها به این نتیجه‌گیری می‌رسند که دولفین‌ها پستاندارند.

تصویر ۱۵-۲- استدلال قیاسی را در یکی از آزمایش‌های پیازه به نام آزمون بالانس وزنه‌ها نشان می‌دهد. در تصویر «الف» در کودک ۴ ساله این توانایی شناختی هنوز به وجود نیامده است که وزنه‌ها را به‌طور تصادفی در جاهای مختلف میله قرار دهد تا توازن بین دو طرف میله برقرار شود.

در تصویر «ب» کودک در سن ۷ سالگی تشخیص می‌دهد که توازن بین دو وزنه وقتی ممکن است که هر دو، هم وزن و در دو طرف میله باشند، ولی هنوز به فاصله‌ی وزنه‌ها از مرکز توجه نمی‌شود.

در تصویر «ج» کودک در سن ۱۰ سالگی به این تشخیص می‌رسد که مکان وزنه‌ها در میله اهمیت دارد ولی تلاش او برای هماهنگی و توازن بین وزنه‌ها و فاصله‌ی آن‌ها از مرکز، حالت آزمایش و خطا پیدا می‌کند و از روی استدلال قیاسی نیست.

در تصویر «د» نوجوان در سنین ۱۳-۱۴ سالگی به این فرضیه و اصل کلی دسترسی پیدا می‌کند که بین فاصله‌ی وزنه از مرکز و فشاری که به واسطه‌ی وزن وارد می‌شود رابطه‌ی معکوسی وجود دارد. با آزمایش منظم، این فرضیه آزمون می‌شود و نوجوان به درستی رابطه‌ی ریاضی موجود بین فاصله و وزن پی می‌برد.



تصویر ۱۵-۲

تذکر: باید توجه داشت که ممکن است نحوه‌ی استدلال قیاسی و تفکر ذهنی به آهستگی صورت گیرد؛ لذا در همه‌ی نوجوانان در سنین یکسان به وجود نیاید.

**۳- تفکر درباره‌ی خود:** وجود تفکر فرضیه‌سازی و استدلال قیاسی به نوجوانان امکان می‌دهد که درباره‌ی خود به واری و تفکر بپردازد. او ممکن است احساس‌ها و انگیزه‌های متعارضی را نسبت به والدین، مدرسه و دوستان نزدیک به خود، در ذهن پیرواند و درباره‌ی آن‌ها فکر کند. به‌طور عمیق به زندگی آتی خود فکر کند و به کسب تجربیاتی که به خودآگاهی بیش‌تر نیاز دارد، بپردازد. هم‌چنین به درون‌نگری (مشاهده‌ی درونی) می‌پردازد که در رشد و توسعه‌ی خودآگاهی او اهمیت دارد که این درون‌نگری ویژگی خود مرکزی را برای او به وجود می‌آورد؛ یعنی خود را مهم و در مرکز امور می‌بیند. ویژگی درون‌نگری و خود مرکزی گرچه خودآگاهی نوجوان را بیش‌تر می‌کند؛ ولی خطرات زیر را نیز می‌تواند به همراه داشته باشد:

**۱-۳- ویژگی شکست ناپذیری:** ممکن است برخی از نوجوانان چنین احساس کنند که هرگز قربانی خطرپذیری‌ها (ریسک‌ها)، نخواهند شد و این دیگران هستند که در مقابل خطرپذیری‌ها آسیب‌پذیرند. بنابراین، به غلط، خود را در حاشیه‌ای امن قرار می‌دهند.

۲-۳- ویژگی قهرمان‌سازی: ممکن است برخی از نوجوانان خودشان را از دیگران متفاوت ببینند و زندگی قهرمانانه و دور از واقعیتی برای خود تصور کنند؛ مثلاً خود را در نقش قهرمانان ورزشی یا هنرمندان معروف قرار دهند یا برای خود، تماشاگران یا شنوندگان فرضی تصور کنند و از تشویق تخیلی آن‌ها به وجد آیند.

بنابراین، توانایی‌های شناختی جدیدی (تفکر درباره‌ی خود) که برای نوجوان در این دوره به وجود می‌آید، به رغم داشتن آثار مثبت، می‌تواند آثار منفی نیز داشته باشد. بنابراین باید توجه داشت که جدایی از واقعیات و ملموسات عینی محیطی اگرچه 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: استدلال اخلاقی در دوره‌ی نوجوانی با تغییرات گسترده‌ای روبه‌رو می‌شود. رشد شناختی به نوجوان این اجازه را می‌دهد که به‌طور عمیق و انتزاعی درباره‌ی مسائل مختلف فکر کند و رشد روانی - اجتماعی او در معرض انواع ارزش‌های اخلاقی و اجتماعی قرار گیرد. رشد زیستی و فیزیولوژیک نیز تمایلات جنسی را بیدار می‌کند و نوجوان را با سؤالات اخلاقی مربوط به فعالیت جنسی روبه‌رو می‌سازد. بنابراین، مسائل اخلاقی در دوره‌ی نوجوانی به‌طور گسترده مطرح می‌شوند و فرد به فراتر از علایق شخصی محدود می‌نگرد و ارزش‌های اجتماعی، فرهنگی و جهانی را در نظر می‌گیرد. لورنس کلبه‌رگ بیش از دیگر روان‌شناسان، رشد اخلاقی را در کودکان و نوجوانان مورد مطالعه قرار داده است. او سه دوره‌ی اصلی را در رشد استدلال اخلاقی پیشنهاد می‌کند.<sup>۱</sup>

**الف - دوره‌ی قبل از قراردادی:** در این دوره، استدلال اخلاقی بر مبنای منفعت شخصی صورت می‌گیرد و رفتار اخلاقی از تشویق و جایزه و اجتناب از تنبیه تأثیر می‌پذیرد. کودکان در دوره‌ی قبل از دبستان معمولاً در این مرحله قرار دارند.

**ب - دوره‌ی قراردادی:** در این دوره، فرد استانداردها و حقوق اجتماعی را در ارزش‌های اخلاقی در نظر می‌گیرد، لذا استدلال اخلاقی بر مبنای منفعت اجتماعی است، پس در این مرحله رفتار اخلاقی بر مبنای قوانین اجتماعی می‌باشد. کودکان در بین سنین ۷ تا ۱۵ سالگی در این مرحله‌ی اخلاقی قرار می‌گیرند.

۱- هر دوره نیز خود به دو مرحله‌ی کوچک‌تر تقسیم می‌شود. به همین منظور در برخی منابع رشد استدلال اخلاقی

کلبه‌رگ به ۶ مرحله تقسیم شده است.

ج — دوره‌ی مافوق‌قراردادی: در این دوره که بالاترین رشد استدلال اخلاقی است، اصول اخلاقی به خودی خود مهم هستند، هر چند که ممکن است با استانداردهای رایج فردی و اجتماعی هم مطابقت نداشته باشد. بنابراین، فرد می‌کوشد براساس اصول اخلاقی رفتار کند. این مرحله از رشد اخلاقی در فرد زمانی رشد پیدا می‌کند که فرد به رشد شناختی نوجوانی دسترسی پیدا کرده باشد؛ (از ۱۷ - ۱۶ سالگی به بعد).

باید توجه داشت که نوجوانان و بزرگسالانی وجود دارند که هنوز در دوران اول و دوم استدلال اخلاقی باقی مانده‌اند. هم‌چنین باید در نظر داشت که ممکن است بین دختران و پسران در رابطه با رشد استدلال اخلاقی تفاوت وجود داشته باشد؛ لذا طبقه‌بندی کلب‌رگ را شاید بتوان درباره‌ی تفاوت‌های جنسی به کار برد. دختران به روابط انسانی و احساس همدردی و مراقبت از دیگران بیش‌تر از پسران اهمیت می‌دهند؛ لذا ممکن است استانداردهای اجتماعی و حقوق دیگران نزد دختران، بیش از پسران اهمیت داشته باشد و این دلیل نخواهد شد که رشد اخلاقی دختران را از رشد اخلاقی پسران پایین‌تر بدانیم؛ بلکه برعکس، این امر حاکی از آن است که رشد عاطفی دختران بیش از پسران است.

## تصمیم‌گیری در نوجوانان

رشد تفکر فرضیه‌سازی و اخلاقی، فرصت تصمیم‌گیری‌ها و انتخاب شخصی و ارزشی را برای نوجوانان فراهم می‌کند که ممکن است بی‌آمدهای مهمی را در زندگی آینده‌ی آن‌ها داشته باشند؛ به عنوان مثال، تصمیم‌گیری برای جدی درس خواندن، ورود به دانشگاه، انتخاب دوستان صمیمی و نزدیک، انتخاب رشته‌ی تحصیلی، انتخاب فعالیت ورزشی و نظایر آن‌ها. سؤال مطرح شده از سوی روان‌شناسان و والدین عموماً این است که آیا پیشرفت‌های شناختی در این دوره، نوجوانان را قادر می‌سازد تا تصمیم‌گیری مناسبی درباره‌ی این موضوعات داشته باشند؟

مطالعات نشان می‌دهد که هم شواهدی برای تصمیم‌گیری‌های نامناسب و ضعیف از جانب نوجوانان وجود دارد (تصمیم‌گیری‌های نامناسب مانند میزان بالای خطرپذیری نوجوانان در استفاده از مواد مخدر، سوءاستفاده‌های اخلاقی، تصادفات رانندگی با ماشین و موتور سیکلت و ...) هم شواهدی برای تصمیم‌گیری‌های مناسب و با کفایت نوجوانان وجود دارد به نحوی که قضاوت و تصمیم‌گیری نوجوانان را به خوبی بزرگسالان و حتی گاهی اوقات بهتر از آن‌ها نشان می‌دهد. با توجه به وجود این مدارک دو سویه در مورد تصمیم‌گیری نوجوانان، باید این نکات را مورد توجه قرار داد:



۱- مطالعات نشان داده است نوجوانانی که در سنین پایین تر هستند و از تحصیلات و دانش کم‌تری برخوردارند و با بزرگسالان با تجربه مصاحبت ندارند، در تصمیم‌گیری‌های خود ناپختگی و عدم کفایت بیش‌تری را نشان می‌دهند.

۲- باید توجه داشت که از یک سو، نوجوانان بیش از بزرگسالان خود را در معرض خطرپذیری قرار می‌دهند و از سوی دیگر، توانایی شناختی فرضیه‌سازی این امکان را به آن‌ها می‌دهد که خود را از واقعیت‌های عینی و ملموس جدا سازند و دنیایی فرضی و غیرواقعی برای خود تصور کنند. به همین دلایل، احتمال خطاپذیری در نوجوانان بیش از بزرگسالان است.

۳- هر دو گروه بزرگسالان و نوجوانان در تصمیم‌گیری‌های خود به راهنمایی نیاز دارند. یعنی نیاز به راهنمایی و مشورت با دیگران یک نیاز عمومی و مشترک است. بنابراین نوجوان در عین برخورداری از توانایی تصمیم‌گیری و شناخت خوب و بد و مسئولیت‌پذیری نیاز به مشورت و همراهی با بزرگسالان دارد.

## ● رشد روانی - اجتماعی

تغییرات جسمانی دوره‌ی نوجوانی سبب می‌شود بدن از حالت دوره‌ی کودکی خارج شده و تدریجاً به بدن بزرگسال تبدیل شود. رشد شناختی نوجوان او را قادر می‌سازد تا بر تفکر عینی غلبه یابد و واجد تفکر فرضیه‌سازی و استدلال قیاسی شود، ولی رشد روانی - اجتماعی به استقلال از والدین، صمیمیت با دوستان، تعهدات نسبت به جامعه و فهم جدیدی از خود مربوط است و بدین ترتیب، پایگاه اجتماعی را در میان بزرگسالان برای نوجوانان فراهم می‌کند. مهم‌ترین ویژگی رشد روانی - اجتماعی در دوره‌ی نوجوانی دسترسی به تعریفی از خود و دست‌یابی به هویت است که پاسخی به سؤال مهم «من کیستم؟» می‌باشد.

**تعریف خود<sup>۱</sup>:** در ارتباط با تمام تحولات جسمانی، شناختی و اجتماعی، آنچه از اهمیت به‌سزایی در دوره‌ی نوجوانی برخوردار است «خود»<sup>۲</sup> می‌باشد. نوجوان نیازمند به آن است که شخصیت یک پارچه‌اش را در ارتباط با تغییرات مختلفی که در او اتفاق افتاده و در ارتباط با

---

۱- باید توجه داشت که به سؤال مهم «من کیستم؟» و تعریف خود از جنبه‌های گوناگون روان‌شناسی فلسفی و دینی می‌توان پاسخ داد. در این‌جا جنبه‌ی روان‌شناختی این سؤال و تعریف مورد نظر است. جنبه‌های فلسفی و دینی تعریف خود (خود عالی، خود دانی) در کتاب دین و زندگی سال سوم بیان شده است.

تفاوت‌هایی که با دوران کودکی پیدا کرده است و در ارتباط با دنیای بزرگسالان بنا سازد تا مجموعه‌ی هیجانات، تفکرات و رفتار او را با دیگران سازگار سازد. بنابراین، خود به شخصیت یک پارچه مجموعه‌ای از هیجانات، تفکرات و رفتارهای فرد گفته می‌شود که او را از دیگران متمایز می‌سازد. در فرایند تلاش برای یافتن «خود حقیقی»، نوجوان ممکن است «خود»های متعددی را تجربه کند. به این معنا که در مجموعه‌ها و گروه‌های مختلف، خودهای متفاوتی می‌تواند برای نوجوان وجود داشته باشد. از این رو، نوجوان به این تشخیص می‌رسد که باید در شرایط و موقعیت‌های گوناگون نقش‌های گوناگونی را ایفا کند و لذا رفتارهای او ممکن است در موقعیت‌های مختلف حتی با هم متضاد باشند؛ مانند محافظه‌کاری، جسارت، همکاری، مخالفت، دوستانه و صمیمی، غیردوستانه و نامهربان.

بی‌آمد این وضع ممکن است این باشد که نوجوان به‌طور دائم این سؤال را از خود داشته باشد که من، واقعاً کدام یک از این «خود»ها هستم؟ و کدام یک از این خودها باید باشم؟ گاهی ممکن است نوجوان، از «خود کاذب» استفاده کند؛ یعنی به گونه‌ای رفتار کند که با احساس یا افکار او هم‌خوانی نداشته باشد. نوجوان به دلایل مختلفی از خود کاذب استفاده می‌کند:

- ۱- «خود واقعی» او مورد قبول دیگران نباشد؛ ۲- رضایت و خشنودی دیگران را به دست آورد؛ ۳- خودهای مختلف را مورد آزمایش و تجربه قرار می‌دهد تا خود واقعی و مناسبی را برای خود پیدا کند. در حالی که موارد اول و دوم، راه‌حل نهایی و مناسبی برای تعریف «خود» نیستند، راه‌حل سوم از دو راه حل دیگر مناسب‌تر به نظر می‌آید و در جست‌وجوی نوجوان از هویت خویش، او را کمک می‌کند.

در تلاش برای کسب هویت و تعریف خود، نوجوانان خودشان را از طریق رقابت‌های آموزشی، مهارت‌های شغلی، توانایی‌های ورزشی، حالات عاطفی و هیجانی و شاعرانه و رفتار اخلاقی و اجتماعی از دیگران متمایز می‌سازند. آن‌ها هم چنین درباره‌ی انتخاب‌های شغلی، تحصیلی، مسائل سیاسی و مذهبی و ارزش‌های اخلاقی فکر می‌کنند. تکلیف مشخص نوجوان در این دوره، این است که به تعریفی از «خود» منحصر به فرد و مجزای از دیگران دست یابد و سازگاری شخصی و اجتماعی را برای او فراهم کند. تعیین هویت مناسب و تعریف خود در دوره‌ی نوجوانی بدان معنا نیست که نوجوان به‌طور در بست‌خواسته‌ها و تمایلات بزرگسالان را اجرا کند و یا برعکس با آن‌ها به مخالفت بپردازد؛ بلکه مهم آن است که در میان این انتظارات و توقعات به انتخاب آگاهانه و خردمندانه دست بزند و خودی را انتخاب کند که با توانایی‌ها و انتظارات واقعی او سازگاری داشته

باشد. تلاش نوجوان برای تعریف خود و کسب هویت ضروری است و خونسردی و بی‌تفاوتی در این امر، او را با مشکلاتی در زندگی اجتماعی آینده روبه‌رو می‌سازد.

یکی از موضوعات مهم در این دوره، نقش‌آموزی جنسیتی است. نقش‌آموزی جنسیتی به کسب آن دسته از ویژگی‌ها و رفتارهایی گفته می‌شود که فرهنگ هر جامعه‌ی معینی برای زنان و مردان خود مناسب می‌داند. در طی این نقش‌آموزی - که از دوره‌ی کودکی شروع می‌شود - کودک با الگوپذیری پسر از پدر و دختر از مادر و یا دختر و پسر از هم‌جنسانشان در جامعه، به هویت جنسیتی خود دست می‌یابد و خود را به عنوان مذکر یا مؤنث می‌شناسد و بر همین اساس رفتارها، احساسات، انگیزه‌ها و تفکرات خود را به عنوان خود، بنا می‌سازد.

## فعالیت ۲-۴

### بحث و گفت‌وگو کنید:

شما به عنوان یک دختر یا پسر چگونه به هویت جنسیتی خودآگاهی پیدا کردید؟ به غیر از والدین از چه افرادی الگو گرفته‌اید؟ چه کسانی بیش‌ترین نقش را در این مورد داشته‌اند؟

نقش و اثر جنسیت در کسب هویت و آینده‌ی فرد، بسیار مهم و اساسی است و به نوجوان کمک می‌کند تا درباره‌ی انتخاب‌های شغلی، تحصیلی، مسائل سیاسی و مذهبی و ارزش‌های اخلاقی که او را مشغول ساخته است، بهتر بیندیشد و برای آینده‌ی خود برنامه‌ریزی کند.

نوجوانانی که در پایان این دوره به تعریف خود و هویت واقعی خود دست می‌یابند، افرادی هدف‌مند و با هویت مثبت در زندگی خواهند بود. آن‌ها دارای اضطراب متوسط، احساس عشق به والدین و حمایت از آن‌ها، عزت‌نفس، هویت اخلاقی قوی، پیش‌داوری و تعصب کم، استدلال اخلاقی مافوق قراردادی بوده، هم‌چنین خود کنترل، متفکر، تحصیل کرده و صمیمی با دیگران می‌باشند. در مقابل، کسانی که در پایان دوره‌ی نوجوانی به تعریف خود مناسب و هویت واقعی خود دست نیافته‌اند افرادی بی‌هدف و با هویت منفی خواهند بود. این افراد دارای اضطراب زیاد، احساس کناره‌گیری یا جدایی از والدین، حقارت نفس، پیش‌داوری و تعصب زیادند. استدلال اخلاقی آن‌ها پیش‌قراردادی یا قراردادی است، وابسته به دیگران هستند، مسائل را ساده می‌انگارند، در تحصیلات ناموفق‌اند و بالاخره دارای ارتباط گوشه‌گیرانه یا کلیشه‌ای با دیگران می‌باشند.

نقش والدین در تعریف «خود»: در رابطه با تعریف خود و شکل‌گیری هویت در نوجوانان،

والدین و گروه همسالان بیش از عوامل اجتماعی دیگر نقش ایفا می‌کنند. بر خلاف تصور رایج، مطالعات نشان می‌دهد که بین والدین و نوجوانان، توافق زیادی در مسائل سیاسی، مذهبی، تربیتی و عقاید شغلی وجود دارد؛ مثلاً بسیاری از نوجوانان به همان کاندیدایی رأی می‌دهند که والدین خود، رأی می‌دهند یا همان اعتقادات مذهبی را دنبال می‌کنند که والدین خود دارند. در زمینه‌های منفی نیز مطالعات، هم بستگی زیادی بین رفتار ناسازگارانه‌ی نوجوانان و والدین آن‌ها را نشان می‌دهد؛ البته منظور آن نیست که تفاهم و هم‌بستگی کامل میان نوجوانان و والدین آن‌ها وجود دارد. به هر صورت، نوجوانان و والدین آن‌ها به دو نسل متفاوت تعلق دارند، ولی آن‌چه که باعث تعارض بین این دو نسل می‌شود آن است که والدین تفاوت‌های میان خود و فرزندانشان را کوچک می‌شمارند و نوجوانان این تفاوت‌ها را بیش از حد بزرگ می‌کنند؛ این دو نوع رویکرد ممکن است تعارض و بی‌اعتمادی را بین والدین و نوجوانان تشدید نماید. والدینی که در عین اقتدار و برقراری محدودیت‌ها برای نوجوانان با آن‌ها ارتباط مؤثر برقرار می‌کنند و به خواسته‌ها و تفاوت‌های آن‌ها با خودشان توجه می‌کنند. از والدینی که به‌طور کامل فرزندان خود را آزاد می‌گذارند و یا به‌طور کامل با سلطه‌طلبی و خشونت با آن‌ها رفتار می‌کنند در ایجاد عزت نفس و تعریف خود و شکل‌گیری هویت در نوجوانان موفق‌ترند.

**نقش گروه هم‌سالان در تعریف «خود»:** گروه هم‌سالان نیز در تعریف خود و شکل‌گیری هویت نوجوانان در این دوره، نقش مهمی ایفا می‌کنند. در دوره‌ی کودکی، دوستی‌ها به‌طور دسته‌جمعی و گروهی می‌باشد. در حالی که در دوره‌ی نوجوانی دوستی‌ها محدود به دو یا سه نفر می‌شود و ارتباط نیز بسیار صمیمی‌تر و نزدیک‌تر از دوره‌ی قبل و فراتر از مسائل تحصیلی است؛ یعنی به مدرسه محدود نمی‌شود. گروه هم‌سالان و دوستان به عنوان منبع اطلاعاتی مهم در تعریف خود و شکل‌گیری هویت به‌شمار می‌روند؛ زیرا آن‌ها نیز در جست‌وجوی تعریف خود و شکل‌گیری هویت برای خود می‌باشند. بنابراین، گروه هم‌سالان و دوستان می‌توانند به عنوان آینه‌ای برای ظرفیت‌ها و توانایی‌ها و علائق نوجوان به‌شمار روند. انتخاب دوست از تصمیم‌گیری‌های مهم دوره‌ی نوجوانی به‌شمار می‌رود و بسیاری از نگرانی‌های والدین نیز از جانب دوستان نوجوانانشان می‌باشد. گروه هم‌سالان، فشارهای گروهی خاصی را در جهت مثبت (رقابت‌های تحصیلی، ورزشی) یا منفی (کارهای غیراخلاقی و خطرپذیری) بر نوجوانان تحمیل می‌کنند، البته این فشارهای گروهی تا سنین ۱۴-۱۵ سالگی افزایش پیدا می‌کند، ولی سپس از فشار آن کاسته می‌شود. نوجوانی که هم‌چنان اصرار بر آن دارد که رفتار خود را تحت فشارهای گروهی انجام دهد و خواسته‌ها و

نیازهای خود را مطابق با خواسته‌ها و نیازهای گروه هم‌سالان خود قرار می‌دهد به تعریف خود و هویت مناسبی دست نمی‌یابد و در مراحل بعدی زندگی فرد موفق و هدف‌مندی نخواهد بود.

## فعالیت ۲-۵

با توجه به انتخاب رشته‌ی ادبیات و علوم انسانی یا علوم و معارف اسلامی و گذراندن دروس آن، تا چه اندازه از انتخاب خود رضایت دارید؟ این رشته تا چه اندازه انتظارات شما را برای اهداف آینده برآورده ساخته است؟

## خلاصه و مرور فصل

– به تغییرات منظم جسمانی، شناختی، عاطفی (هیجانی) و اجتماعی در طول زندگی فرد رشد گفته می‌شود. این تغییرات با توجه به آمادگی زیستی (رشد) و یادگیری در افراد به وجود می‌آیند.

– رشد از ویژگی‌ها و مشخصات اصلی زیر برخوردار است: ۱- رشد فرایندی مرحله‌ای و پیوسته است. ۲- رشد فرایندی کل گراست و جنبه‌های مختلف دارد. ۳- در رشد انعطاف پذیری وجود دارد. ۴- رشد تحت تأثیر زمینه‌ها و شرایط تاریخی و فرهنگی است.

– روان‌شناسان رشد هر کدام جنبه‌های مختلفی از رشد را مورد توجه و پژوهش علمی خود قرار داده‌اند. به عنوان نمونه ژان پیاژه سوئیسی رشد شناختی کودکان و نوجوانان را مورد مطالعه و پژوهش قرار داده است. در حالی که اریکسون آلمانی، رشد روانی – اجتماعی کودکان و بزرگسالان را به صورت علمی مطالعه کرده است.

– اگر چه دوران رشد در کلیه‌ی مراحل زندگی از اهمیت برخوردارند، ولی دوران قبل از تولد، طفولیت (۲ سال اول زندگی)، کودکی اول (۲ تا ۶ سالگی)، کودکی دوم (۷ تا ۱۱ سالگی) و نوجوانی (۱۲ تا ۲۰ سالگی) در نزد روان‌شناسان رشد اهمیت بیش‌تری برای مطالعه و پژوهش داشته‌اند.

– در هر یک از دوره‌های رشد تغییرات مهمی در رشد جسمانی، رشد شناختی و رشد هیجانی و اجتماعی اتفاق می‌افتند هر چند که ممکن است اهمیت نسبی تغییرات در جنبه‌های مختلف رشد در هر دوره با یکدیگر متفاوت باشد.

– دوره‌ی قبل از تولد خود به سه مرحله‌ی مهم زیگوت، رویانی و جنینی تقسیم می‌شود. در دوره‌ی طفولیت تغییرات و تحولات متنوع و سریعی در رشد جسمانی و حرکتی (نظیر هماهنگی بین چشم و دست و راه رفتن)، رشد شناختی (نظیر تکلم) و رشد هیجانی و اجتماعی (نظیر گریه و خنده و اعتماد به نفس) به وجود می‌آید.

– در دوره‌ی کودکی اول تناسب جسمانی و مهارت‌های حرکتی در کودک به وجود می‌آید. ویژگی خود مرکزی و افزایش فوق‌العاده‌ی لغات کودکان از ویژگی‌های مهم شناختی این دوره است. شکل‌گیری خود و رفتار مستقل از دیگران (بزرگسالان) نیز از مهم‌ترین ویژگی‌های هیجانی و اجتماعی کودکان در این دوره است.

– در دوره‌ی کودکی دوم تغییرات جسمی گسترده‌ای در کودک اتفاق نمی‌افتد. رشد شناختی از سازماندهی و نظم بیشتر و پردازش اطلاعات از سرعت و ظرفیت بیشتری برخوردار می‌گردد. دوستی و بازی با هم‌سالان و ارتباط با محیط خارج از خانواده از اهمیت عاطفی و اجتماعی خاصی در این دوره برخوردار است.

– در دوره‌ی نوجوانی تحولات و تغییرات گسترده‌ای در همه جنبه‌های جسمانی، شناختی و هیجانی – اجتماعی اتفاق می‌افتد.

– مهم‌ترین تغییر جسمی در نوجوانی، دوره‌ی بلوغ است که بسیار ناگهانی و ناموزون بوده و در سنین مختلف اتفاق می‌افتد.

– بلوغ جسمانی تحولات زیادی را در اعضای بدن، اندام‌های داخلی و اندام جنسی به وجود می‌آورد.

– در رشد شناختی تحولات گسترده‌ای نظیر تفکر فرضیه‌سازی، استدلال قیاسی، تفکر درباره‌ی خود، استدلال اخلاقی و تصمیم‌گیری در نوجوانان اتفاق می‌افتد.

– در رشد روانی – اجتماعی تعریف خود و پاسخ به سؤال من کیستم؟ در نزد نوجوانان اهمیت فوق‌العاده‌ای پیدا می‌کند.

## نمونه‌ی سؤالات

- ۱- با ذکر مثالی از خودتان تأثیر دو فرایند رسش و یادگیری را در رشد توضیح دهید. تأثیر کدام فرایند را در رشد بیش‌تر ارزیابی می‌کنید؟
- ۲- محسن از کودکی خجالتی بوده و کم‌تر با دیگران معاشرت و ارتباط برقرار می‌کند، او اکنون در دوره‌ی راهنمایی تحصیل می‌کند و هنوز خجالتی و گوشه‌گیر است. محسن عنوان می‌کند که این رفتار او ذاتی است و قابل تغییر نیست. به نظر شما آیا رفتار محسن قابل تغییر است؟ دلیل خود را با توجه به یکی از ویژگی‌های رشد بیان کنید.
- ۳- فکر می‌کنید چه عاملی باعث شده که رشد شما به عنوان یک نوجوان در دهه‌ی حاضر با نوجوانان دهه‌ی ۶۰ تا ۷۰ متفاوت باشد؟
- ۴- چرا بعضی از بزرگ‌ترها اظهار می‌دارند «رفتارهای ما در دوره‌ی نوجوانی با رفتارهای نوجوانان حال حاضر» قابل مقایسه نیست؟
- ۵- روان‌شناسی که از طریق تمرین مهارت‌های اجتماعی، پرخاشگری کودکان را کاهش می‌دهد و پایگاه اجتماعی او را بهبود می‌بخشد، به کدام ویژگی رشد توجه دارد؟
- ۶- به نظر شما چرا در آموزش ریاضی به کودکان دبستانی برای نشان دادن نمادهای ریاضی از تصاویر استفاده می‌شود؟
- ۷- در کدام دوره رشد مطرح شده در کتاب فرد به این مفهوم پی می‌برد؟ «هرگودی گردو نیست».
- ۸- نوجوانی که تحولات سیاسی محیط اجتماعی خود را مورد انتقاد قرار می‌دهد به دلیل کدام ویژگی است؟
- ۹- مریم معتقد است که دزدی عمل نادرستی است، زیرا دزد در جامعه حیثیت و آبرویی ندارد. دیدگاه مریم را در کدام یک از مراحل رشد اخلاقی کلبرگ طبقه‌بندی می‌کنید؟ چرا؟
- ۱۰- کودکانی که اتاق خود را به خاطر دیدن تلویزیون مرتب می‌کنند در کدام مرحله‌ی رشد اخلاقی کلبرگ قرار دارند؟



## فعالیت‌های زیر را با راهنمایی دبیر روان‌شناسی انجام دهید

۱- به گروه‌های ۳ نفره تقسیم شوید و به صورت داوطلبانه موضوعات زیر را انتخاب و پس از بررسی در کلاس ارائه دهید.

الف) ویژگی‌های مهم رشد در دوره‌ی کودکی اول و دوم را با هم مقایسه کنید.  
ب) ویژگی‌های مهم رشد در دوره‌ی کودکی اول و نوجوانی را با هم مقایسه کنید.  
ج) ویژگی‌های مهم رشد در دوره‌ی کودکی دوم و نوجوانی را با هم مقایسه کنید.

۲- به صورت داوطلبانه آزمایش‌های زیر را با دو کودک ۵ ساله و ۸ ساله به‌طور جداگانه انجام دهید و پاسخ‌های ارائه شده را یادداشت و نتیجه را در کلاس درس به صورت مقایسه‌ای مطرح کنید.

آزمایش ۱: دو لیوان یک اندازه را پر از آب کنید و به کودکان نشان دهید. سپس محتوای یکی از آن‌ها را در یک لیوان باریک و بلند (یا پهن و کوتاه) بریزید. سپس از آنان سؤال کنید در کدام لیوان آب بیش‌تری وجود دارد.

آزمایش ۲: دو گلوله خمیر یک اندازه تهیه کنید و در مقابل کودکان یکی را پهن کنید، سپس از آنان سؤال کنید کدام یک از خمیرها وزن بیش‌تری دارد؟

آزمایش ۳: تعداد مساوی از دو رنگ دکمه انتخاب کنید. هر رنگ را جداگانه دسته‌بندی کنید. دکمه‌های یکی از دسته‌ها را با فاصله از هم قرار داده و دکمه‌های دیگری را به صورت فشرده در کنار یک‌دیگر قرار دهید. حال از کودکان سؤال کنید تعداد دکمه‌های کدام دسته بیش‌تر است؟

۳- همه‌ی شما در طول دوران تحصیل خود عکس پرسنلی گرفته‌اید، این عکس‌ها را در کنار یک‌دیگر قرار دهید. در طی این سال‌ها چهره‌ی شما چه تغییراتی کرده؟ کدام قسمت از اجزای صورت شما زیاد تغییر نکرده است؟ تفاوت‌ها و شباهت‌های ظاهری خود را در هر دوره با دوره‌ی قبل مقایسه کنید (یکی از دانش‌آموزان به صورت داوطلبانه این گزارش را به همراه عکس‌های خود در کلاس ارائه دهد).

۴- رانندگی با سرعت بالا، انجام کارهای هیجان‌انگیز مانند موتورسواری بر روی یک چرخ، پرش از ارتفاع و نظیر آن که در رفتار بعضی از نوجوانان دیده می‌شود؛ نتیجه‌ی کدام ویژگی در دوره‌ی نوجوانی است؟ بحث کنید.

۵- ضربان قلب خود را اندازه‌گیری کنید. همین کار را با کودک ۹ تا ۱۰ ساله نیز انجام دهید، حال دو عدد به دست آمده را با هم مقایسه کنید. ضربان قلب شما بیش‌تر است یا کودک؟ پاسخ خود را با پاسخ دوستانتان مقایسه کنید و به کلاس ارائه دهید این تحقیق مربوط به کدام ویژگی خصوصیت رشد در دوره‌ی نوجوانی است؟

۶- انتخاب رشته‌ی تحصیلی و شغل آینده از تصمیم‌گیری‌های مهم زندگی است، شما برای انتخاب رشته‌ی تحصیلی خود چگونه عمل کرده‌اید؟ در این انتخاب تا چه میزانی احساس موفقیت می‌کنید؟ دلیل موفقیت یا عدم موفقیت خود را با توجه به مفاهیم بحث تصمیم‌گیری بیان کنید.

۷- با توجه به بحث هویت پاسخ دهید :

الف - خودتان را برای خودتان تعریف کنید.

ب - خودتان را برای دیگران تعریف کنید.

پ - این تعاریف بخشی از هویت شما هستند تا چه حد این هویت را در خود تثبیت شده می‌یابید؟

ت - نقش الگوهای اجتماعی را در تثبیت هویت خود شرح دهید.

۸- در مورد یک موضوع اجتماعی - سیاسی مانند انتخابات، عقاید والدین و دوستان خود را بی‌رسید و نظر شخصی خود را نیز یادداشت کنید، سپس مقایسه‌ای انجام دهید. در رابطه با هم‌سویی و یا عدم هم‌سویی نظرات خودتان و دیگران در کلاس بحث نمایید.

۹- مریم دختر بچه‌ای ۳ ساله و بسیار باهوش است. در حدود ۲ سالگی توانست زبان مادری را به خوبی صحبت کند. والدین او تصمیم دارند تا به مریم غیر از زبان مادری دیگری آموزش دهند زیرا فکر می‌کنند دخترشان این توانایی را دارد. آیا والدین مریم تصمیم درستی گرفته‌اند؟ در مورد معایب و مزایای تصمیم آنان بحث کنید.

## منابع فصل دوم: رشد

1 - Berger, K.S (1998). The Developing Person Through The Life Span. Fourth Edition Worth Publishers. U.S.A.

2 - Shaffer, D.R. (1996). Developmental Psychology: Childhood and Adolescence. Fourth Edition Brooks /Cole Publishing Company. U.S.A.

3 - Vasta, R., Haiath, M.M & Miller, S.A (1995). Child Psychology: The Modern Science. Second Edition. John Wiley & Sons, Inc. U.S.A.

۴- کرمی نوری، رضا و دیگران (۱۳۸۶)، روان‌شناسی رشد (۱)، انتشارات سمت، چاپ نوزدهم، تهران.

۵- کرمی نوری، رضا، مرادی، علی‌رضا (۱۳۷۹)، روان‌شناسی تربیتی، انتشارات سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی، تهران.

۶- کرمی نوری، رضا، (۱۳۶۴)، روان‌شناسی نوجوانی (جزوه)، انتشارات مدیریت تحقیقات آموزش، تهران.