

حافظه وراثت  
ادراک هیپوتالاموس  
پیش بینی و کنترل عوامل رشد  
فرضیه علمی  
نظریه علم  
هویت  
پیش بینی و کنترل دستگام

حافظه وراثت  
ادراک هیپوتالاموس  
پیش بینی و کنترل عوامل رشد  
فرضیه علمی  
نظریه علم  
هویت  
پیش بینی و کنترل دستگام

حافظه وراثت  
ادراک هیپوتالاموس  
پیش بینی و کنترل عوامل رشد  
فرضیه علمی  
نظریه علم  
هویت  
پیش بینی و کنترل دستگام



دوره

فصل ۳ به فصل دوم. تو این فصل، که ما به ۳ بخش تقسیمش کردیم قراره با یک شافه از علم روان شناسی به نام روان شناسی رشد آشنا بشیم. هر کدوم از بخش های این فصل، شامل این مطالب می شه،

- تو بخش اول، روان شناسی رشد رو تعریف می کنیم و می گیم که اصلاً روان شناسی رشد چیه؟ به سری ویژگی رشد هم هست که کتاب به طور پرکننده گفته، ما آوردمش کنار هم که بهتر یادش بگیرین! بعد از ویژگی های رشد، عواملی که روی رشد اثر می دارن رو هم با هم می فونیم.
- تو بخش دوم با ویژگی ها و خصوصیات رشد در دوره قبل از تولد و کودکی آشنا می شیم، البته رشد دوره کودکی خودش انواع مختلف داره، رشد جسمانی، حرکتی، شناختی، هیجانی، اجتماعی و اخلاقی. ما هر کدوم از این جنبه های رشد تو دوره کودکی رو به تفکیک می فونیم.
- تو بخش سوم هم قراره با ویژگی ها و خصوصیات رشد تو دوره نوجوونی آشنا بشیم. تو این دوره هم مثل دوره کودکی انواع رشد رو به تفکیک می فونیم.

تو این درس چه خبره؟

## آشنایی با رشد و روان شناسی رشد

### تو این بخش چه خبره؟

- تعریف روان شناسی رشد
- رشد جنبه های مختلف دارد.
- ۳ تا ویژگی رشد
  - تغییرات رشد، پیوسته اما مرحله ای و کیفی است.
  - عوامل زیستی و محیطی بر تغییرات رشدی مؤثر هستند.
- عوامل مؤثر بر تغییرات رشد
  - عوامل زیستی (وراثت)
  - عوامل محیطی و تربیتی (یادگیری)

### تعریف روان شناسی رشد



تا به حال در خانواده یا فامیل و آشناها، بچه ای که تازه متولد شده باشد دیده اید؟ مشاهده کرده اید که در طول زندگی و سال های مختلف که رشد می کند چه قدر تغییر می کند؟ به علاوه او از جنبه های مختلفی رشد می کند؛ مثلاً قدش بلندتر می شود (رشد جسمانی)، توانایی حل مسئله اش بیشتر می شود (رشد شناختی)، نحوه ابراز محبت و خشمش تغییر می کند (رشد هیجانی)، نحوه ارتباط با همسالانش تغییر می کند (رشد اجتماعی) و هم چنین در نحوه و میزان رعایت حقوق دیگران نیز تغییر می کند (رشد اخلاقی).

روان‌شناسی رشد به دنبال معرفی این تغییرات در طول زندگی است. این علم می‌خواهد نحوه و میزان تغییراتی که افراد در طول زندگی خود با آن مواجه هستند را بشناسد و به همین طریق، ویژگی‌ها و رفتارهای افراد در سنین مختلف را پیش‌بینی کند. مثلاً با کمک علم روان‌شناسی رشد می‌توانیم بگوییم که این پشه‌ای که الان متولد شده احتمالاً کی راه می‌فته؟ یا کی آماده می‌شود برای یاد گرفتن ریاضیات و حل مسائل مختلف؟ یا کی می‌شود به عنوان یک فرد با اقلاتی، روش حساب‌کردن؟

## لب‌مطلب

**تعریف روان‌شناسی رشد:** روان‌شناسی رشد شاخه‌ای از علم روان‌شناسی است که تلاش می‌کند تا تغییراتی که در طول زندگی، از زمان تشکیل نطفه تا زمان مرگ در آدمی رخ می‌دهد را تبیین کند.

## حواستون باشه!

رشد شامل همه مراحل زندگی از زمان انعقاد نطفه تا مرگ می‌شود؛ یعنی شروعش انعقاد نطفه است، نه تولد؛ و پایانش زمان مرگ نه پایان کودکی و نوجوانی!

پس روان‌شناسی رشد به ما کمک می‌کند تا ویژگی‌های افراد در سنین مختلف را پیش‌بینی کنیم. به طور کلی علم روان‌شناسی به دنبال بررسی علل رفتار است و با این علم هم می‌توانیم علل رفتار را بیان کنیم و هم رفتار فرد را در آینده تا حدی پیش‌بینی کنیم. بنابراین شناسایی و پیش‌بینی تغییرات در طول زندگی که به آن «فراخوانی زندگی» نیز گفته می‌شود، مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است.



## حواستون باشه!

فراخوانی زندگی یعنی همون طول زندگی یا بازه زمانی که فرد داره زندگی می‌کنه!

## ویژگی‌های رشد

اولاً دنبال این تیترو توی کتاب گزیده نرسید!! در واقع کتاب تیترو ویژگی‌های رشد رو نژده اما به طور پراکنده سه ویژگی از رشد رو در سه جای مختلف این فصل گفته. ما برای این‌که فهم و یادگیریش براتون آسون‌تر بشه، این سه تا رو این‌جا کنار هم‌دیگه آوردیم براتون! 😊

### ۱) رشد جنبه‌های مختلف دارد

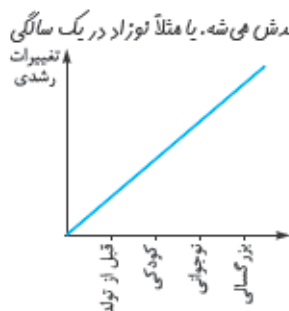
ویژگی‌های رشد از زمان انعقاد نطفه تا مرگ را می‌توان طبقه‌بندی کرد؛ روان‌شناسی رشد دامنه گسترده‌ای از حیطه‌های رشد جسمانی، شناختی، هیجانی، اجتماعی و اخلاقی در فراخوانی زندگی فرد را شامل می‌شود. در واقع انسان‌ها زمانی که رشد می‌کنند در همه این زمینه‌ها تغییر می‌کنند و بعضی وقت‌ها واقعاً دشوار است که بگوییم فلان ویژگی که در فرد بروز پیدا کرده مستقیماً بیانگر کدام‌یک از انواع رشد است. مثلاً به پسر نوجوان رو در نظر بگیریم این پسر تو سن بلوغ که به طور ناگهانی رشد می‌کنه و هیگش بزرگ می‌شه بیوه رابطه‌اش با همسالانش بهتر می‌شه، گروه دوستی‌اش رو بهتر رهبری می‌کنه و بیشتر مورد قبول اون‌ها قرار می‌گیره! حالا این‌ها قبلی سفته که ما بگیم دقیقاً این مطلب بیانگر رشد اجتماعی این نوجوانه یا صرفاً نتیجه رشد جسمانیه!! در واقع بعضی وقت‌ها قبلی سفته که جنبه‌های مختلف رشد رو در مورد یک نفر دقیقاً جدا کنیم! اما روان‌شناس‌های رشد برای این‌که راحت‌تر بتونن رشد رو مطالعه کنن این طبقه‌بندی رو انجام می‌دن.

## لب‌مطلب

می‌توان جنبه‌های مختلف انسان را از یکدیگر تفکیک کرد؛ بر همین اساس، روان‌شناسی رشد دامنه گسترده‌ای از حیطه‌های رشد جسمانی، شناختی، اجتماعی و اخلاقی در فراخوانی زندگی فرد را شامل می‌شود.

### ۲) تغییرات رشد، پیوسته اما مرحله‌ای و کیفی است

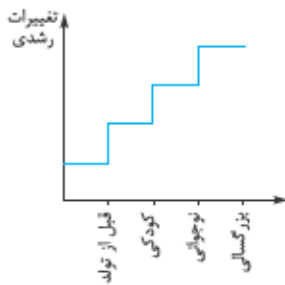
رشد به دو صورت ممکن است اتفاق بیفتد یا به صورت تدریجی (کمی) و یا به صورت مرحله‌ای و کیفی. برای این‌که رشد تدریجی (کمی) رو متوجه بشین این مثال رو بخونین؛



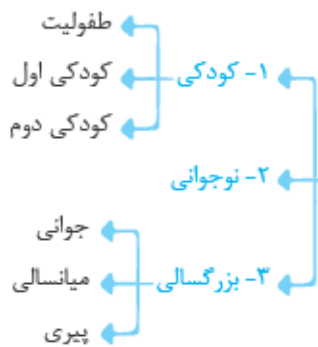
به نوزاد زمانی که به دنیا میاد به صورت میانگین قدی حدود ۳۵ تا ۵۵ سانتی‌متر داره در حالی که در اسالگی طول قدش دو برابر زمان تولدش می‌شه. یا مثلاً نوزاد در یک سالگی از لافا رشد کلاهی می‌تونه چند کلمه بگه در حالی که در ۲ سالگی تعداد کلمات بیشتری رو می‌تونه تلفظ کنه. همه این تغییرات قابل اندازه‌گیری به صورت عدد و رقم (کمی) هستن یعنی تغییراتی که ایحاد شده پیوسته، تدریجی و کمی هست. در واقع رشد پیوسته و تدریجی به ما می‌گه افراد در زمان رشد به نموداری مثل نمودار روبه‌رو دارن که ذمه‌زده و کم‌کم بالا می‌ره نه این‌که بیوه تغییرات اساسی بکنه!



اما رشد مرحله‌ای و کیفی به ما می‌گه،



مثلاً در رابطه با رشد اجتماعی نمی‌توانیم بگوییم که تفاوت بین یک کودک ۲ ساله با یک نوجوان ۱۳ ساله فقط در تعداد دوستان و افرادی که می‌شناسن بلکه تماماً کیفیت دوستی، نوع دوستی، نوع روابطشون و فیلی چیزهای دیگه هم متفاوت‌تره! در واقع رشد مرحله‌ای و کیفی می‌گه درسته رشد به سری تغییرات در کمیت رو شامل می‌شه، اما مهم‌تر از اون زمانی که یک کودک رشد می‌کنه و مراحل مختلف رشد رو طی می‌کنه، اصولاً به طور مرحله‌به‌مرحله و پله‌پله تغییر می‌کنه که هر مرحله از لحاظ کیفی با دوره قبلی تفاوت‌های زیادی داره؛ پس نموداری که رشد مرحله‌ای و کیفی برای رشد رسم می‌کنه و امروزه اکثر روان‌شناس‌ها هم بهش معتقدن، مثل شکل روبه‌رو می‌شه:

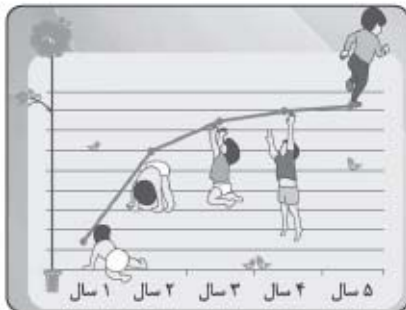


البته چیزی که از قریب همه روان‌شناس‌ها بهش معتقد بودن و حالا هم معتقدن پیوسته‌بودن، رشد؛ یعنی همه معتقدن که رشد به فرایند پیوسته‌است که تا قبل از مرگ هیچ وقت متوقف نمی‌شه! بنابراین ویژگی‌های مربوط به رشد انسان را به دلیل پیوستگی رشد، نمی‌توان به راحتی به مراحل مشخص تقسیم کرد، اما امروزه اکثر روان‌شناسان رشد، به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند. بر همین اساس ابعاد مختلف رشد در طول زندگی یا فراخنای زندگی، به مراحل مختلف تقسیم می‌شود. مثلاً عمر انسان به این سه دوره تقسیم می‌شود

## لب مطلب

ویژگی‌های مربوط به رشد انسان را به دلیل پیوستگی رشد، نمی‌توان به راحتی به مراحل خاص تقسیم کرد، اما امروزه اکثر روان‌شناسان رشد، به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند. ۳ دوره اصلی عمر انسان، شامل کودکی، نوجوانی، بزرگسالی می‌شود.

### ۳ عوامل زیستی و محیطی بر تغییرات رشدی مؤثرند



ویژگی‌های افراد و تغییراتی که در طول زندگی، از دوره جنینی تا دوره سالمندی در افراد رخ می‌دهد می‌تواند تحت تأثیر دو دسته عوامل زیستی (وراثت) و عوامل محیطی (تربیت و یادگیری) رخ دهد. به طور مثال به نوجوان کم‌مصرف و کم‌رو و درپوش رو در نظر بگیرین! این ویژگی کم‌مصرفی و کم‌رویی که توی این نوجوان بروز پیدا کرده هم ممکنه تحت تأثیر وراثت اون به وجود اومده باشه و هم ممکنه تحت تأثیر محیط و نحوه تربیت و یادگیری ایجاد شده باشه! یعنی هم ممکنه این نوجوان این ویژگی رو از پدر و مادر و آبا و اجدادش به ارث برده باشه و هم ممکنه محیط خانواده‌ای که توش بزرگ شده این‌طور بوده و این‌طوری تربیت شده باشه. در ادامه مطلب با این دو عامل مؤثر بر رشد یعنی عوامل زیستی و محیطی بیشتر آشنا خواهید شد.

## سؤال و پاسخ

**سؤال** توضیح دهید در چه سنی دوچرخه‌سواری را یاد گرفتید؟ آیا این مهارت در نتیجه تغییرات رشدی حاصل شده است یا با تمرین و آموزش مکرر؟

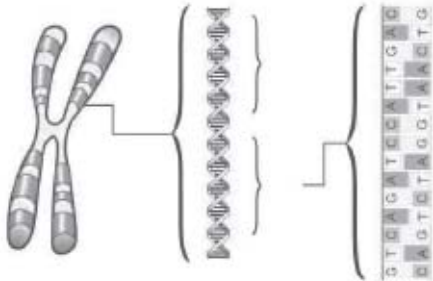


**پاسخ** این مهارت هم تحت تأثیر تغییرات زیستی است که به مرور اتفاق می‌افتند و هم تحت تأثیر محیط و وجود تمرین و آموزش زیاد. مثلاً یک نوزاد ۶ ماهه نمی‌تواند دوچرخه‌سواری کند چون هنوز از لحاظ رشد جسمانی به حدی نرسیده است که این کار را بتواند انجام بدهد، اما به مرور این کودک در ۲، ۳ سالگی می‌تواند بعد از آموزش و با تمرین زیاد، تعادل خود را به مرور روی دوچرخه حفظ کند. هر چند در ابتدا برای آموزش دوچرخه‌سواری عموماً از چرخ‌های کمکی استفاده می‌شود که می‌تواند در حفظ تعادل به کودک کمک کند. به هر حال هر چه قدر هم که محیط با کودک تمرین کند و آموزش زیاد فراهم کند، اگر کودک از لحاظ رشد جسمانی و مغزی به حدی نرسیده باشد که بتواند این کار را انجام دهد، دوچرخه‌سواری به طور کامل رخ نخواهد داد.

## عوامل مؤثر بر تغییرات رشد

همان‌طور که گفتیم دو دسته عوامل زیستی و محیطی روی رشد ما تأثیر می‌گذارند. در ادامه می‌خواهیم با نقش هر کدام از آن‌ها در رشد بیشتر آشنا شویم.

### الف) عوامل ژنتی



یک دسته عواملی هستند که از ابتدای تولد با ما بوده‌اند و روی رشد ما تا پایان مرگ مؤثر هستند. این عوامل که **وراثت** یکی از مهم‌ترین آن‌ها است می‌توانند عامل ایجاد خصیصه‌ها یا صفات مختلفی باشند که در سنین مختلف رشد در ما ایجاد می‌شوند؛ مثلاً این‌که به نوزاد تازه متولد شده در آئینه و در سنین مدرسه چه قدر **استعداد ریاضیات** یا **ادبیات** داشته باشد چیزی که بفش زبانی اش از همون ابتدای تولد در فرد نهفته بوده و در کرموزوم‌ها و روی ژن‌هاش نوشته شده بوده. (مثل تصویر روبه‌رو)

## لب‌مطلب

**عوامل زیستی** عبارت‌اند از آن دسته عواملی که ایجادکننده خصیصه‌ها و صفاتی می‌باشند که از قبل در فرد نهفته است. وراثت به عنوان یک عامل زیستی مؤثر بر رشد شناخته شده است.

### انواع صفات وراثتی:

۱) برخی از این صفات وراثتی و زیستی از همان روز تولد در ظاهر و رفتار نوزاد بروز می‌کند. مثل این‌که نوزادی به دنیا می‌آید و از همون اول می‌گن پشمش شبیه پشمای باباش و لب‌هایی شبیه به لب‌های مادرش داره.

۲) برخی دیگر از صفات در زمان و مرحله خاصی با ایجاد شرایط بروز می‌کنند. بنابراین بروز این صفات نیازمند گذر زمان است؛ یعنی برای بروز برخی صفات و ویژگی‌ها، یک آمادگی خاص نهفته لازم است، که در صورتی که کودک به این آمادگی خاص رسیده باشد می‌توانیم با ایجاد محیط مناسب، زمینه بروز این ویژگی‌ها را در فرد فراهم کنیم. مثلاً به کودک ۶ ماهه فوندرن و نوشتن رو نمی‌تونه یاد بگیره چون آمادگی زیستی لازم رو نداره، اما آنگه این کودک به ۶ یا ۷ سالگی برسه چون آمادگی زیستی یادگیری فوندرن و نوشتن رو پیدا می‌کنه می‌توانیم با ایجاد آموزش‌های لازم، این ویژگی رو در او فعال کنیم. در علم روان‌شناسی برای بیان این آمادگی درونی یا نهفته از اصطلاحی تحت عنوان «**رسش**» یا «**پختگی**» استفاده می‌کنیم. **رسش اسم مصدر «رسیدن» است.** مثل گزیدن که می‌شه گزیدنش.

### رسش یا پختگی:

همان‌طور که گفتیم برای این‌که خیلی از صفات و ویژگی‌ها در فرد ایجاد شود، لازم است که او از نظر زیستی به یک آمادگی خاص رسیده باشد. مثلاً به طور میانگین کودک در ۵ ماهگی می‌تونه بدون کمک راه بره. در واقع در این سن بدنش آمادگی راه رفتن پیدا می‌کنه. یا مثلاً نوجوون به طور میانگین در ۱۱ تا ۱۳ سالگی به بلوغ می‌رسن و به بلوغ رسیدن نیازمند به آمادگی زیستی که تو این سن اتفاق می‌افته. و این آمادگی زیستی با یک نظم و برنامه خاص رخ می‌دهد؛ یعنی بی‌حساب و کتاب نیست!! در واقع براساس فرایند رسش، انسان‌ها در طول زندگی خود از دوره جنینی تا مرگ یک سری خصوصیات را در جنبه‌های مختلف رشد نشان خواهند داد.

## لب‌مطلب

در روان‌شناسی به رفتارهایی که وابسته به آمادگی زیستی است «**رسش یا پختگی**» می‌گویند. رسش یا پختگی به معنای آمادگی زیستی است که دارای برنامه رشد طبیعی و منظمی است.

## حواستون باشه!

تعریفی که از رسش فوندریم دو بخش مهم داره،

۱) رسش یک آمادگی زیستیه!

۲) رسش دارای برنامه طبیعی و منظمیه!



بخش زیادی از این ریش که در صفحه قبل با آن آشنا شدیم توسط وراثت تعیین می‌شود و چون وراثت نقش تعیین‌کننده‌ای در ریش یا آمادگی زیستی افراد برای تغییرات دارد در بسیاری از موارد با توجه به بررسی خصوصیات افراد فامیل نزدیک و دور می‌توان احتمال وقوع برخی از ویژگی‌های جسمانی و رفتاری را در دامنه‌های سنی خاص پیش‌بینی کرد. مثلاً آگه پدر و مادری فودشون در ۱ سالگی دلمون در آوردن احتمالاً نوزاد اون‌ها هم در هوایی ۱ سالگی دلمون در میاره! یا مثلاً آگه پدر و مادری فودشون تو تمام سنین مدرسه بچه‌های کم‌رویی بودن، اما در سن دانشگاه بھو تبدیل به فردی اجتماعی شدن احتمال هیره که بچه ۱۲ ساله کم‌رویی اون‌ها هم بعد از این‌که وارد دانشگاه شد اجتماعی تر بشه!

**عامل زیستی تعیین‌کننده علت وجود شباهت‌ها میان افراد یک خانواده** - شاید برخی از شما دوقلوهایی را دیده‌اید که نه تنها هم‌جنس بودند؛ یعنی هر دو دختر و یا هر دو پسر بودند بلکه به لحاظ ظاهر و رفتار هم بیشتر اوقات، قابل تشخیص نبودند. به این دوقلوها، دوقلوهای همسان می‌گویند. دوقلوهای همسان به دلیل این‌که دارای ویژگی‌های وراثتی یکسان هستند بسیار شبیه به یکدیگرند؛ زیرا هر دو از یک تخمک به وجود آمده‌اند اما برخی از دوقلوها ناهمسان‌اند، یعنی از دو تخمک جداگانه به وجود آمده‌اند.

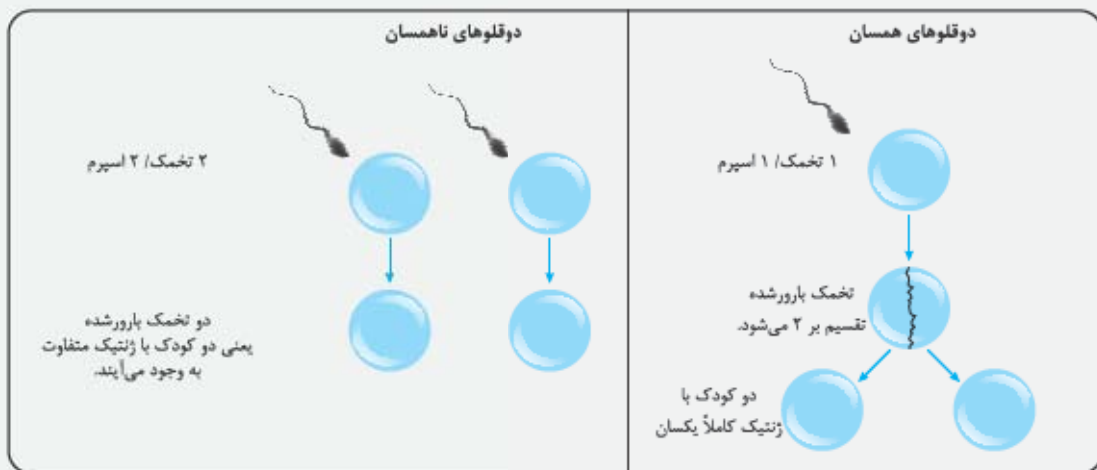
**به توضیح بحال و به درد بخور!!**

**با انواع دوقلوها بیشتر آشنا شویم.**

۲ نوع دوقلو وجود داره. دوقلوهای همسان و دوقلوهای ناهمسان. دوقلوهای همسان یا یک تخمکی، دوقلوهایی هستن که مثل بچه‌های عاری از یک زنگوت (یعنی تخمک بارور شده)، و در واقع یک اسپرم و یک تخمک به وجود اومدن. با این تفاوت که تخمک بارور شده (زنگوت) اون‌ها بعد از بارور شدن، بھو تقسیم پر دو شده!! و این یعنی ۲۲ بچه کاملاً عین همدیگه چون تخمک و اسپرم یکسانی از اول داشته‌اند. اما دوقلوهای ناهمسان یا دو تخمکی به پور رنگه به وجود میان، این پوری که بدن مادر در یک‌ماه به دلایل نامعلومی به پای یک تخمک، دو تخمک آزاد می‌کنه و این دو تخمک هر کدوم با یک اسپرم لقاح پیدا می‌کنن و دو زنگوت جداگانه با دو ژنتیک متفاوت به وجود میاد. برای همین می‌گن دوقلوهای دو تخمکی عین فواهر و برادرهای معمولی‌اند و تنها تفاوتشون اینه که این‌ها توی یک زایمان به دنیا میان!!



راستی دوقلوهای غیرهم‌جنس (دقتر و پسر) فقط به صورت دو تخمکی (ناهمسان) می‌تونن باشن و دوقلوی همسان اما غیرهم‌جنس نداریم! چون دوقلوهای همسان کروموزوم‌های کاملاً یکسان دارن و بنابراین کروموزوم تعیین جنسیت اون‌ها هم عین همدیگه است.



**ب) عوامل محیطی و تربیتی**

یادگیری زبان یک مسئله ژنتیکی یا محیطی؟

علاوه بر عوامل زیستی که بر روی رشد ما مؤثر هستند عوامل محیطی هم می‌توانند رشد ما را تحت تأثیر قرار دهند. مثلاً به بچه ۱۲ ساله‌ای که هیچ وقت سوار دوپرفه نشده و هیچ وقت کسی نبوده که بھوش دوپرفه‌سواری رو یاد بده و بھوش کمک کنه، دوپرفه‌سواری رو یاد نمی‌گیره هر چند از نظر آمادگی زیستی برای یادگیری دوپرفه‌سواری مشکلی نداره! در واقع یک سری عوامل هستند که در بیرون از ما و در محیط وجود دارن و رشد ما را تحت تأثیر قرار می‌دهند، به این عوامل، عوامل محیطی می‌گویند.



یادگیری یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی است که بر روی تغییرات رشدی تأثیر دارد. بسیاری از توانمندی‌های جسمانی و شناختی کودکان که با افزایش سن خود را نشان می‌دهند، نیاز به یادگیری از طرق مختلف دارند. مثلاً وقتی بچه‌ها سن‌شون بیشتر می‌شه هی تونن لغات بیشتری رو به زبون بیارن ولی به شرطی که این لغات رو به طور مکرر توی محیط خودشون شنیده باشن و امکان یادگیری این لغات براشون فراهم شده باشه.

## لب‌مطالب

عوامل محیطی عبارت‌اند از آن دسته از عواملی که در بیرون از فرد وجود دارند و بر بروز تغییرات رشدی او در جنبه‌ها و مراحل مختلف رشد مؤثر هستند.  
یادگیری یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی مؤثر بر رشد است.

### بیه توضیح باحال و بیه درد بخور!!

#### یادگیری زبان یک مسئله ژنتیکی یا محیطی؟

راجع به این که تکلم در انسان یک فرایندیه که عوامل ژنتیکی توش تأثیر داره و یا ناشی از تأثیر محیطه در روان‌شناسی مسیر جالبی طی شده! اول روان‌شناس‌ها می‌گفتن واضعیه که تکلم در انسان یک فرایند ذاتیه و این توانایی در ژن‌های انسان نوشته شده! چون قاعدتاً موش و سوسک و گربه و سگ و پرند و ... هم ممکنه در محیط انسان بزرگ بشن اما هرگز نمی‌تونن مثل آدم‌ها به طور کامل صحبت کنن و نظر خودشون رو برسوتن!! اما بچه ۵، ۶ ماهه انسان می‌تونه کم‌کم مفهومی زبان رو بفهمه و بعد کم‌کم در یک سالگی کلمات پرمعنی بریده بگه و در ۵، ۶ سالگی به طور کامل صحبت کنه! حالا آنگه به پای بچه انسان ما یک بچه گربه رو ۵، ۶ سال بزرگ کنیم عمراً نمی‌تونه در این حد صحبت کنه! و این تفکر در روان‌شناسی بود تا زمانی که دکتر ایبال به یه نمونه فیلی چالپ برفوردر کرد. دکتر ایبال، دو تا برادر یکی ۶ ساله و یکی ۸ ساله رو توی هینکل‌های آمازون پیدا کرد که گویا سال‌ها در اون هینکل رها شده بودن و با گوریل‌ها زندگی می‌کردن! اون‌ها دقیقاً به سبک گوریل‌ها زندگی می‌کردن!! نمونه غذا خوردن، راه رفتن، ارتباط و ... همه هینشون شبیه گوریل‌ها شده بود. دکتر ایبال اون‌ها رو آورد داخل آزمایشگاه خودش و متوجه شد که اون‌ها اصلاً نمی‌تونن حرف بزنن! بنابراین سعی کرد که بهشون آداب اجتماعی و نحوه صحبت کردن یاد بده، یکی از بچه‌ها نتونست اون فضا رو تحمل کنه و بیچاره فیلی زود مرد! اما اون یکی تقریباً ۲ سال شبانه‌روزی روشن کار شد، اما هنوز هندتا کلمه ساده نمی‌تونست صحبت کنه!! اما این دو بچه که بچه انسان بودن و ویژگی و توانایی ذاتی یادگیری زبان رو داشتن. پس یه عاملی باعث شده بود که توانایی تکلم رو از دست بدن؟ این مثال روان‌شناس‌ها رو به این نتیجه رسوند که هر چند عوامل ذاتی و ژنتیکی افراد برای بروز یک ویژگی مهمه اما برای بروز یک ویژگی باید محیط هم شرایط بروز این ویژگی رو در دوره حساس فراهم کنه! در واقع این دو طفل معصوم درسته آماژگی زیستی یادگیری زبان رو داشتن اما چون در دوره حساس یادگیری زبان در محیطی نبودن که باهاشون صحبت شده باشه، هیچ وقت صحبت کردن رو یاد نگرفتن! بنابراین برای بروز یه ویژگی در انسان، محیط و وراثت باید با هم‌بگیره تعامل کنن تا اون ویژگی بروز پیدا کنه.

### فعالیت ۱-۲

**سؤال:** با توجه به اشعار زیر مشخص کنید کدام یک از آن‌ها به عوامل زیستی و کدام یک به عوامل محیطی اشاره دارد؟

- |   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| ۱) زینهار از قرین بد زینهار             | و قنا رتنا عذاب النار                 |
| ۲) پرتو نیکان نگیرد هر که بنیادش بد است | تربیت نااهل را چون گردکان بر گنبد است |
| ۳) عاقبت گرگ زاده گرگ شود               | گرچه با آدمی بزرگ شود                 |
| ۴) یا سیه دل چه سود گفتن وعظ            | نرود میخ آهنین در سنگ                 |
| ۵) پسر نوح با بدان بنشست                | خان‌دان نبوتش گم شد                   |
| سگ اصحاب کهف روزی چند                   | پی نیکان گرفت و مردم شد               |
| ۶) گلی خوشبوی در حمام روزی              | رسید از دست محبوبی به دستم            |
| بدو گفتم که مشکی یا عبیری               | که از بوی دلاویز تو مستم              |
| بگفتا من گلی ناچیز بودم                 | ولیکن مدتی با گل نشستم                |
| کمال همنشین در من اثر کرد               | وگر نه من همان خاکم که هستم           |

(سعدی)

#### پاسخ

- |                               |                               |
|-------------------------------|-------------------------------|
| ۱ عوامل محیطی (یادگیری)       | ۲ عوامل زیستی (سرشت یا وراثت) |
| ۳ عوامل زیستی (سرشت یا وراثت) | ۴ عوامل محیطی (یادگیری)       |
| ۵ عوامل محیطی (یادگیری)       | ۶ عوامل محیطی (یادگیری)       |



## سؤال و پاسخ

**سؤال** در یک خانواده پرجمعیت و یک خانواده تک‌فرزند همه کودکان در سن یکسانی شروع به صحبت می‌کنند، اما در خانواده پرجمعیت، کودک لغات بیشتری می‌آموزد. به نظر شما علت این تفاوت چیست؟ کدام یک از عوامل زیستی یا محیطی باعث ایجاد تفاوت شده است؟

**پاسخ** خانواده پرجمعیت؛ زیرا در این خانواده کودکان در معرض کلمات و عبارات بیشتری قرار می‌گیرند و این موضوع هم به این دلیل است که خانواده پرجمعیت افراد بیشتری دارد و محیط غنی‌تری را برای کودکان فراهم می‌کند. به همین دلیل، کودکان در خانواده پرجمعیت لغات بیشتری می‌آموزد. بنابراین عوامل محیطی (یادگیری) باعث بروز تفاوت در کودکان این دو خانواده می‌گردد.

## سؤال‌های دست‌گرمی بخش اول

درست یا نادرست

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

درست یا نادرست بودن عبارت‌های زیر را تعیین کنید.

- ۱- با علم روان‌شناسی می‌توان رفتار فرد را در آینده تا حدی پیش‌بینی کرد.
- ۲- امروزه روان‌شناسان رشد، به رشد مرحله‌ای و کمی اعتقاد دارند.
- ۳- علم روان‌شناسی رشد به دنبال مطالعه علمی انسان از تولد تا مرگ است. جاهای خالی را با عبارت‌های مناسب کامل کنید.
- ۴- عوامل زیستی عبارت‌اند از آن دسته عواملی که ایجادکننده ..... می‌باشند که از قبل در فرد نهفته است.
- ۵- ویژگی‌های افراد و تغییراتی که در طول زندگی افراد رخ می‌دهد می‌تواند تحت تأثیر دو دسته عوامل ..... و ..... رخ دهد.
- ۶- ریش یا پختگی به معنای ..... است که دارای برنامه رشد طبیعی و منظمی است.
- ۷- یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی ..... است که بر روی تغییرات رشدی تأثیر دارد.
- ۸- بروز برخی از صفات در فرد نیازمند ..... است و با ایجاد شرایط بروز می‌کنند. به سؤالات زیر پاسخ کامل دهید.
- ۹- روان‌شناسی رشد به ما چه کمکی می‌کند؟
- ۱۰- توضیح دهید آیا رشد پیوسته یا مرحله‌ای است؟
- ۱۱- عوامل مؤثر بر تغییرات رشدی را نام برده و به طور مختصر توضیح دهید.
- ۱۲- انواع صفات وراثتی را توضیح دهید.
- ۱۳- نقش والدین در تغییرات رشدی فرزندانشان مربوط به مسائل زیستی است یا محیطی؟ توضیح دهید.

## ویژگی‌های رشد در دوره قبل از تولد و کودکی

### تو این بخش چه خبره؟

- مراحل مهم رشد انسان در فراخنای زندگی
- مراحل رشد انسان از نظر اسلام
- ویژگی‌ها و خصوصیات رشد در دوره قبل از تولد
- رشد جسمانی - حرکتی در کودکی
- رشد شناختی در کودکی
- ویژگی‌ها و خصوصیات رشد در دوره کودکی
- رشد هیجانی در کودکی
- رشد اجتماعی در کودکی
- رشد اخلاقی در کودکی

## مراحل مهم رشد انسان در فراحمای زندگی

همان‌طور که گفتیم امروزه اکثر روان‌شناسان رشد به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند. به همین دلیل آن‌ها طول عمر انسان بعد از تولد را به این سه دوره تقسیم کرده‌اند:



مراحل رشد رو با توضیحات بیشتر در جدول زیر می‌بینیم!

دوره زندگی	دامنه سنی
۱ قبل از تولد	انعقاد نطفه تا تولد
۲ طفولیت	دو سال اول زندگی
۳ کودکی اول (قبل از دبستان)	۲ تا ۷ سالگی (برخی کودکان ۱ تا ۳ ساله را که تازه راه می‌افتند، نوپا می‌نامند.)
۴ کودکی دوم	۷ تا ۱۲ سالگی (تا شروع بلوغ جنسی)
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 اول)	۲۰ تا ۴۰ سالگی
۷ میانسالی (بزرگسالی دوم)	۴۰ تا ۶۵ سالگی
۸ پیری	۶۵ سال به بالا

به ۳ نکته مهم در مورد این جدول باید تأکید کنیم:

**دکته ۱:** این که به دلیل تأثیر عوامل زیستی، محیطی و ویژگی‌های فردی خاص که در مورد هر نفر به یک مورد وجود دارد و عمل می‌کند، دامنه سنی ذکر شده توی جدول، نسبی هست. یعنی این که اغلب افراد در این محدوده سنی قرار دارن. بنابراین ممکنه تعدادی افراد دوره‌های رشدی فودشون رو در سنین کم‌تر یا بالاتر از اون بیزی که توی جدول ذکر شده شروع یا تمام بکنن! مثلاً ممکنه کودکان ۱۰ ساله‌ای پیدا بشن که زودتر به بلوغ برسن و دوره نوهوونی رو زودتر شروع کنن. یا بعضی از نوهوون‌ها هم هستن که کار و زندگی مستقل رو زودتر شروع می‌کنن و زودتر به مرحله نوهوونی و بزرگسالی اولیه می‌رسن. در واقع عوامل محیطی و ژنتیکی خاص می‌تونه مراحل رشد رو کند یا تند بکنه اما توانی به هیچ عنوان تغییر نمی‌کنه و همه باید همین توانی رو از سر بگنروون!

**دکته ۲:** این که دوره کودکی از زمان تولد تا حدود ۱۳ سالگیه! ولی همون‌طور که در جدول می‌بینیم، چون در این دوره تغییرات رشدی زیادی رخ می‌ده بسیاری از روان‌شناس‌ها این دوره رو به مراحل سه‌گانه **طفولیت**، **کودکی اول** و **کودکی دوم** تقسیم کردن.

**دکته ۳:** هم این که توی این جدول لازم نیست که سن‌ها رو معقت کنین! بلکه ویژگی‌هایی که ملوی هر دوره نوشته شده رو یاد بگیرین کافیه! یعنی اینو بلد باشین که کودگانی که تازه راه می‌افتن رو نوپا می‌گن، کودکی دوم تا شروع بلوغ در نظر گرفته می‌شه و پایان نوهوونی زمانیه که فرد شروع به کار بکنه و مستقل از پدر و مادرش باشه.

## مراحل رشد انسان از نظر اسلام

در اسلام مراحل رشد انسان، تا ۲۱ سالگی، به سه مرحله تقسیم می‌شود. پیامبر گرامی اسلام ﷺ می‌فرمایند:

«کودک هفت سال آقا و سرور است و هفت سال فرمانبردار و هفت سال وزیر و مشاور است.»



این‌که توی هر مرحله باید با فرد پلوتنه رفتار کرد رو توی جدول زیر می‌بینی:

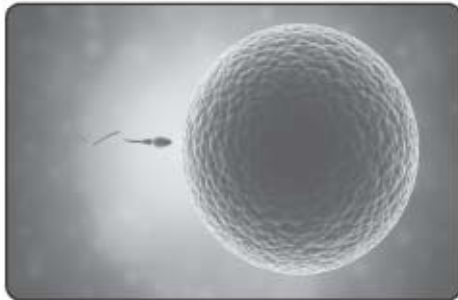
سن	نوع رفتار	توضیح
تولد تا ۷ سالگی	آقا و سرور	<ul style="list-style-type: none"> <li>- در این سن کودک باید آزاد باشد که بازی کند.</li> <li>- باید عواطف و احساسات صحیح او را رشد داد.</li> <li>- با رفتار خوب و گفتار پسنندیده او را پرورش داد.</li> <li>- بدون توقع اطاعت از او، سعی کرد با عمل و گفتار صحیح از حس تقلیدش بهره برد.</li> </ul>
۸ تا ۱۴ سالگی	فرمانبردار	<ul style="list-style-type: none"> <li>- در این سن کم‌کم باید زشتی‌ها و زیبایی‌ها را به او فهماند و در تأدیب او کوشش کرد و او را به ارزش‌ها و دوری از زشتی‌ها رهنمون ساخت.</li> </ul>
۱۵ تا ۲۱ سالگی	وزیر و مشاور	<ul style="list-style-type: none"> <li>- در این سن باید با او به منزله مشاور رفتار کرد.</li> <li>- دیگر نباید به صورت آمرانه با او رفتار شود، یعنی بکن، نکن‌های الکی ممنوع!</li> <li>- باید وی را چون عضو بزرگ خانواده دانست و مانند دیگران او را در تصمیم‌گیری‌ها دخالت داد.</li> </ul>

در ادامه این فصل، کتاب روان‌شناسی می‌فواد که شما رو با برخی ویژگی‌ها و خصوصیات دوره‌های رشدی قبل از تولد، کودکی و نوجوانی آشنا کنه. کتاب، دوره بزرگسالی رو به دلیل مسودیت مهم کتاب درسی نیاورده اما این به این معنا نیست که رشد و تحول بعد از نوجوانی متوقف می‌شه؛ بلکه همون‌طور که گفتیم رشد و تحول تا پایان مرگ ادامه داره. ما هم توضیحات مربوط به رشد دوره پیش از تولد و کودکی رو تو این بخش آوردیم و در بخش بعدی هم به سراغ توضیحات مربوط به رشد دوره نوجوانی می‌رییم.

### ویژگی‌های رشد در دوره قبل از تولد

به یاد دارید که گفتیم رشد انسان از زمان تشکیل نطفه آغاز می‌شود؟ بنابراین اولین مرحله‌ای که در مراحل رشد باید به آن بپردازیم دوره قبل از تولد است. در این دوره، وراثت کودک و آن‌چه او از پدر و مادرش به ارث برده به طور کامل تعیین می‌شود.

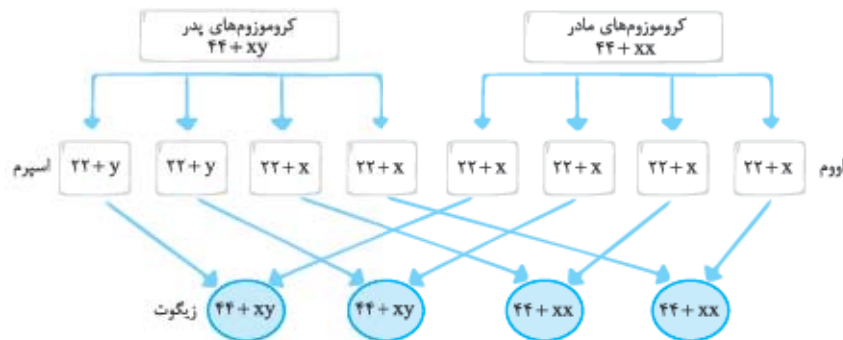
### چگونگی شکل‌گیری نطفه و نقش وراثت در دوره قبل از تولد



زمانی که اسپرم پدر، تخمک آزادشده از مادر را بارور می‌کند، نطفه تشکیل می‌شود. در واقع برای تشکیل نطفه نیاز است که یک اسپرم داخل تخمک بشود و آن را بارور کند.

یک تخمک بارور شده طبیعی دارای ۴۶ کروموزوم است. که ۲۳ کروموزوم آن را از مادر و ۲۳ تا دیگر را از پدر گرفته است. از طریق همین کروموزوم‌ها و ژن‌های روی آن‌ها است که افراد، صفات را به ارث می‌برند.

### نمودار ترکیب احتمالی از کروموزوم‌های جنسی



این نمودار چی می‌گه؟!؟

مکایت اون X و لاهای توی نمودار بیه! همون‌طور که گفتیم تفمک بارور شده طبیعی ۴۶ کروموزوم داره و هر کدوم از سلول‌های جنسی مرد و زن هم ۲۳ کروموزوم داره و وقتی که تفمک بارور شده ایبار می‌شه دارای ۲۳ هفت کروموزوم می‌شه! هفت ۱۱۳۳ عامل تعیین جنسیت فرزنه! در پدر هفت ۱۱۳۳ شامل یک X و یک Y هست (XY) این در حالیه که هفت ۱۱۳۳ در مادر شامل ۲X هست (XX). بنابراین مادر فقط می‌تونه X به بچه بده اما پدر می‌تونه X یا Y بده! بنابراین عامل تعیین جنسیت نوزاد اینه که اسپرم پدر X یا Y به نوزاد بده. آگه Y بده، هفت ۲۳ جنین با X که از مادر می‌گیره XY می‌شه یعنی نوزاد پسر می‌شه. آگر X بده، هفت ۲۳ جنین XX می‌شه یعنی نوزاد دختر می‌شه. و اما مکایت اون ۲۴ دایره اون پایین بیه؟ این قسمت نشون می‌ده که هر پدر و مادری می‌تونه ۴ ترکیب احتمالی از کروموزوم‌های جنسی رو به وجود بیاره. اون ۴ ترکیب

عبارت‌اند از  $44 + XY$ ،  $44 + XX$ ،  $44 + XY$  و  $44 + XX$ . این یعنی ۵۰ درصد احتمال دارد که نوزاد دختر باشد و ۵۰ درصد هم احتمال دارد که نوزاد پسر باشد. عدد ۴۴ هم یعنی ۴۶ کروموزوم منهای کروموزوم جنسی که توی این جدول به صورت XX یا XY اومده. زنگوت هم یعنی تمکک بارور شده، تمکلی که توسط اسپرم به نطفه تبدیل شده.

### عوامل مؤثر بر رشد قبل از تولد

عواملی همچون سن مادر، کیفیت تغذیه، فشار روانی، آلودگی محیط، حالت‌های هیجانی، آرامش به ویژه ارتباط معنوی با خالق هستی و استفاده از داروها بر چگونگی رشد قبل از تولد تأثیر دارند. مثلاً احتمالاً همه می‌دانیم که سن مادر هر چه کمتر از ۳۵ سال بیشتر بشه احتمال این که نوزاد سالمی به دنیا بیاره کم‌تر می‌شه. آگه می‌فوااین بدونین که چه‌طور حالت هیجانی مادر می‌تونه رشد قبل از تولد نوزاد رو تحت تأثیر قرار بده قسمت «به توضیح به در بفر» زیر رو بفونین.

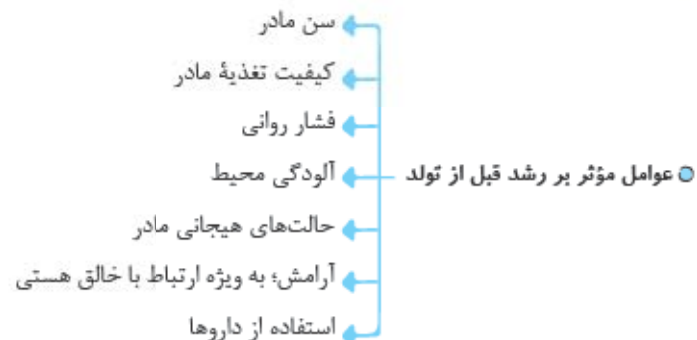
#### به توضیح با حال و به درد بخور!!

حالت هیجانی مادر باردار چه‌طور می‌تونه سلامت جنینش رو تحت تأثیر قرار بده؟

ما به سری هیجانات (emotions) اصلی داریم شامل ترس، ششم، غم، عشق، نفرت، شادی و تعجب. هر کدوم از این هیجانات زمانی که برای ما اتفاق می‌افتن باعث می‌شن که به سری هورمون‌ها توی فون ما ترشح بشه! مثلاً در نظر بگیرین مادر بارداری در معرض استرس فالتواری، شغلی یا ... قرار داشته باشه. این استرس باعث می‌شه که هورمون کورتیزول در فون ترشح بشه. این هورمون شاید کوتاه‌مدت تأثیر عمیقی نداشته باشه، اما در بلندمدت اثرات پیران‌ناپذیری بر بدن انسان وارد می‌کنه. به علاوه همه می‌دانیم که ارتباط مادر و جنین از طریق بند ناف (مفت) و در واقع فون هست و این که سیستم عصبی جنین خیلی ضعیف‌تر از یک انسان بالغه. فب هالا آگه مادری به‌طور مداوم تحت تأثیر استرس باشه، نهایتاً ممکنه اثرات پیران‌ناپذیری روی رشد جنینش بر پای بذاره!

## لب‌مطالب

● تخمک بارور شده طبیعی دارای ۴۶ کروموزوم است (۲۳ کروموزوم از مادر / ۲۳ کروموزوم از پدر).



## ویژگی‌ها و خصوصیات رشدی دوره کودکی

منظور از رشد در دوره کودکی، از زمان تولد تا ۱۱، ۱۲ سالگی است. این دوره، دوره‌ای است که رشد در آن با سرعت و تغییرات بسیاری همراه است. به طوری که بسیاری از افراد غیرمتخصص فکر می‌کنند روان‌شناسی رشد عبارت است از مطالعه خصوصیات رشدی دوره کودکی، در حالی که می‌دانیم روان‌شناسی رشد به مطالعه تغییرات انسان از انعقاد نطفه تا زمان مرگ می‌پردازد، اما دوره کودکی نسبت به سایر دوره‌های بعدی رشد، اهمیت زیادی دارد.



همان‌طور که قبلاً هم اشاره کردیم بسیاری از روان‌شناسان رشد این دوره را به مراحل سه‌گانه طفولیت، کودکی اول و کودکی دوم تقسیم کرده‌اند البته کتاب به هر کدوم از این مراحل سه‌گانه به‌طور پراگانه نپرداخته بلکه به‌طور کلی، ویژگی‌ها و خصوصیات رشدی دوره کودکی رو توضیح داده.

امام صادق علیه السلام در یک حدیث زیبا در ارتباط با تربیت کودکی می‌فرمایند: «آدمی اگر در سنین کودکی آموخت، صالح و رستگار می‌شود وگرنه دیگر در او خیری نیست» و در جای دیگری حضرت علی علیه السلام می‌فرمایند: «هر کسی در کودکی تعلیم نیبند در بزرگی به مقام ارجمندی نمی‌رسد.»

## حواستون باشه!

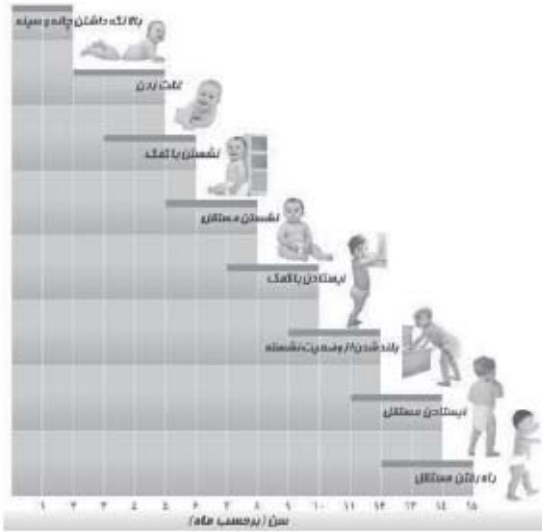
این دو حدیث همون‌طور که واضحه داره روی نقش عوامل محیطی (تربیت و یادگیری) تأکید می‌کنه.



یاد تونه گفتیم که رشد جنبه‌های مختلفی داره! از این به بعد قراره رشد دوره کودکی و نوجوونی رو به تفکیک جنبه‌های مختلف رشدی بقونیم، اول از همه،

### رشد جسمانی - حرکتی در دوره کودکی

واضح‌ترین جنبه از رشد و اولین جنبه‌ای از رشد انسان که خودش را نشان می‌دهد رشد جسمانی - حرکتی است. رشد جسمانی هم شامل تغییرات ظاهری (مثل بلندشدن قد) و هم شامل تغییرات درونی و باطنی (مثل افزایش وزن مغز یا سفت‌شدن استخوان‌ها) می‌شود. نوزاد زمانی که به دنیا می‌آید توانایی‌های حرکتی بسیار کمی داره، فقط در هر تکان دادن پاها و دست‌ها که البته اون هم ارادی نیست! اما به مرور زمان توانایی‌های حرکتی‌اش پیشرفت می‌کنه! در جدول زیر رشد حرکتی کودک از تولد تا ۱۸ ماهگی رو می‌بینیم؛



همان‌طور که در جدول رشد حرکتی کودکان که در روبه‌رو می‌بینید، کودکان ابتدا می‌توانند حرکات درشت (مثل سر را بالاتر از بدن نگاه‌داشتن) را انجام دهند و بعد از آن موفق به کسب رشد حرکات ظریف (مثل با پا به توپ ضربه‌زدن) می‌شوند. در واقع حرکات ظریف نیازمند رشد بیشتر ماهیچه‌ها و استخوان‌ها هست و باید مغز کودک هم رشد بیشتری بکنه تا بتونه حرکات ظریف رو به درستی هدایت کنه! و هر چه قدر که سن کودک بیشتر می‌شه حرکات ظریف بیشتری رو می‌تونه انجام بده! مثلاً گلدوزی کردن!!

## لیست مطالب

رشد جسمانی - حرکتی شاخص‌ترین و ابتدایی‌ترین جنبه از رشد انسان است.

در سیر رشد حرکتی، کودکان ابتدا می‌توانند حرکات درشت را انجام دهند و پس از آن به مرور موفق به انجام حرکات ظریف می‌شوند.

### رشد شناختی در دوره کودکی

در رابطه با شناخت و این‌که شناخت چیه و به چه مواردی اطلاق می‌شه در فصل اول مفصل صحبت کردیم در این‌جا هم قراره با رشد شناختی در کودکان آشنا بشیم. رشد شناختی در کودکان به رشد توانایی‌های مرتبط با فرایندهایی همچون توجه، ادراک، حافظه، استدلال، قضاوت، حل مسئله، تصمیم‌گیری و توانایی‌های زبانی کودک اطلاق می‌شود. مثلاً آگه شیشه شیر به نوزاد ۶ ماهه رو جلوی چشمش ببریم و بعد پشت سرمون قایم کنیم، نمی‌تونه به حافظه‌اش بسپره که شیشه شیر الان هلووش بود و رفته اون پشت! و برای پیدا کردنش تلاش نمی‌کنه! در واقع متوجه نمی‌شه که شیشه شیر هنوز وجود داره و می‌تونه برای پیدا کردنش تلاش کنه! اما کم‌کم با تموم شدن طفولیت و شروع کودکی به قاطر سپردن و حل مسائل به شرط این‌که قابل لمس و عینی باشه برای کودک امکان‌پذیر می‌شه. یعنی کودک در این سن می‌تونه مسائلی که ملموس و قابل رویت باشن رو حل کنه مثلاً همون مسئله‌ای که نوزاد ۶ ماهه نمی‌تونهش حلش کنه این بچه‌ها به راحتی حلش می‌کنن و می‌تونن شیشه شیر رو پیدا کنن! اما آگه مسائل، انتزاعی و تخیلی و ذهنی باشه و نمود بیرونی نداشته باشه حلش به کم‌براشون سخت می‌شه! مثلاً آگه به یه بچه ۳ ساله بگیم تصور کن ۳ تا سیب داشتی و ۵ تا سیب هم دوستت بهت داده و ا سیب هم از مامانت گرفتی، حالا چندتا سیب داری؟ خیلی سخته که پاسخ بده! اما آگه شکل این سیب‌ها رو نقاشی کنیم خیلی راحت‌تره و می‌تونه بشمره و به ما بگه که چندتا سیب داره.



بنابراین کودکان، تحت تأثیر ویژگی‌های ظاهری اشیا قرار می‌گیرند. تصور کنید می‌خواهیم  $\frac{1}{4}$  لیتر شیر را در دو لیوان با حجم مساوی بریزیم. یکی از لیوان‌ها بلند و باریک است و دیگری پهن و کوتاه. شیر را به مقدار مساوی در هر دو لیوان می‌ریزیم و مقابل کودک ۴ یا ۵ ساله قرار می‌دهیم و از او می‌خواهیم یکی را انتخاب کند. به نظر شما کدام لیوان را ترجیح می‌دهد؟ چرا؟



اصولاً بچه‌ها تو این سن لیوان بلند رو ترجیح می‌دن چون فکر می‌کنن که مقدار شیری که توی لیوان بلند وجود داره بیشتره! در واقع ابتدا اون‌ها مشاهده کردن که مقدار شیر از اول یکی بوده اما چون تحت تأثیر ویژگی‌های ظاهری اشیا قرار می‌گیرن و این‌جا هم ظاهر ظرف شیر تغییر کرده فکر می‌کنن مقدارش هم تغییر کرده.

## سؤال و پاسخ

**سؤال** با توجه به آشنایی شما با انواع پردازش (مفهومی و ادراکی) بگویید چرا کودکان قبل از دبستان، هدایای بزرگ کم‌ارزش را بر هدایای کوچک پرارزش ترجیح می‌دهند؟

**پاسخ** زیرا کودکان در این سن تحت تأثیر ویژگی‌های ظاهری اشیا قرار می‌گیرند (عینی هستند) و چون کادوهای بزرگ‌تر از نظر ظاهری بیشتر به چشم می‌آیند، آن‌ها به این نوع کادوها علاقه بیشتری دارند.

## سؤال و پاسخ

**سؤال** عوامل محیطی در تسلط کودکان بر لغات تأثیر بسزایی دارد. یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی، اسباب‌بازی است. به نظر شما چه عوامل محیطی دیگری بر رشد زبانی دوره کودکی مؤثر است؟

**پاسخ** کتاب‌خواندن برای کودک، صحبت کردن با کودک، فراهم‌نمودن محیط‌هایی که دارای محرک‌های متنوع و گوناگون برای یادگیری است، اشاره به اشیا و موقعیت‌ها و نام‌بردن اسامی آن‌ها.

## لیست مطالب

- رشد شناختی در کودکان به رشد توانایی‌های مرتبط با فرایندهایی همچون توجه، ادراک، حافظه، استدلال، قضاوت، حل مسئله، تصمیم‌گیری و توانایی‌های زبانی اطلاق می‌شود.
- کودکان، تحت تأثیر ویژگی‌های ظاهری اشیا قرار می‌گیرند.

### رشد هیجانی در کودکی

در قسمت قبلی گفتیم که ما هندتا هیجان اصلی داریم از جمله عشق، نفرت، غم، شادی و ... یعنی از این هیجانات مثبت هستند مثل شادی، عشق و ... و بعضی از اون‌ها منفی هستند مثل غم، نفرت و ... یک نوزادی که تازه متولد شده تصادفی از این هیجانات رو می‌تونه از خودش نشون بده اها به مرور تعداد این هیجانات بیشتر می‌شه و نوع بروزشون پیشرفته‌تر می‌شه! مثلاً به کودک ۷ساله ممکنه این رفتارها رو از خودش نشون بده:

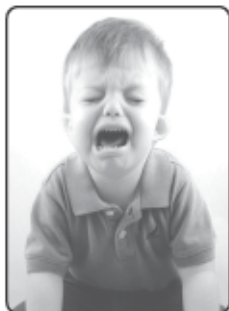
- فیلی وقت‌ها **اصرار می‌کنه** که همه کارها رو خودش انجام بده و اگر خواسته‌ای داشته باشه که به اون عمل کنیم به راحتی **خشمگین** می‌شه!  
- به والدین و اطرافیان **ابراز محبت** می‌کنه.

- وقتی با لحنی آروم و ملکم در مورد مسائلی که باعث خشم خودش و دیگران شده باهاش صحبت می‌کنیم نظر مخالف رو قبول می‌کنه و **احساس آرامش** می‌کنه.  
«اصرار بر خواسته داشتن»، «خشمگین شدن»، «ابراز محبت کردن» و «حس آرامش داشتن» همگی شکل‌های مختلف هیجان‌ها هستند.

رشد هیجانی در کودکی فرایندی پیچیده است که نه تنها مستلزم آگاهی از هیجانات خود کودک، بلکه مستلزم آگاهی از هیجانات اطرافیان او هم هست. مثلاً در نظر بگیرین کودک ۱ساله‌ای به صورت تصادفی **پاش** به لیوان برافروزد می‌کنه و لیوان می‌شکنه و بعدش مادرش فریاد می‌زنه، ممکنه اون کودک این فریاد

رو به عنوان نشانه‌ی هیجان مثبت تلقی کنه، یعنی ممکنه به اشتباه فکر کنه که مادرش از این رفتارش فوشال شده و حق ممکنه برای این‌که دوباره مادرش رو فوشال کنه به لیوان ریگه رو هم بشکنه!! این رفتار به این دلیل که تلاش می‌کنه اون هیجان یا توبه مثبت رو مبدلاً از طرف مادرش دریافت کنه. این کودک هنوز در درک هیجانات افراد ریگه رشد کافی نگرفته، بنابراین بروز این هیجان، مشروط به آگاهی فرد و رابطه دوطرفه کودک با مادرش بوده است. کودکان با دریافت واکنش دیگران، به هیجانات خود جهت می‌دهند.

رشد هیجانی در دوره کودکی، معطوف به سه هیجان ساده **ترس، خشم و محبت** است. با توجه به رشد آگاهی کودکان از هیجان‌های مختلف و واکنش اطرافیان (به خصوص واکنش مادر) سه هیجان فوق به هیجان‌های مرکب دیگر، همچون احساس پشیمانی، سپاس‌گزاری و ترحم تعمیم می‌یابد.



## سؤال و پاسخ

**سؤال** حیوانات هم مانند انسان‌ها هیجان‌های خود را بروز می‌دهند. به نظر شما در کدام‌یک از هیجان‌ها (ساده و مرکب) انسان با حیوان مشترک است؟

**پاسخ** حیوانات هم می‌توانند هیجانات ساده (ترس، خشم و محبت) را ابراز کنند اما هیجانات مرکب مختص انسان است.



**نکته** رشد هیجانی در کودکان نسبت به حیوانات، به دلیل آگاهی بیشتر و برقراری تعامل یا محیط بازتر و متنوع‌تر، رشد یافته‌تر است.

## لب مطلب

- رشد هیجانی فرایندی پیچیده است که مستلزم دو چیز است
  - ۱ آگاهی از هیجانات خود کودک
  - ۲ آگاهی از هیجانات افراد دیگر
- کودکان با دریافت واکنش دیگران به هیجانات خود جهت می‌دهند و سه هیجان ساده خود (ترس، خشم، محبت) را به هیجانات مرکب (پشیمانی، سپاسگزاری، ترحم) تبدیل می‌کنند.
- حیوانات هیجانات ساده را می‌توانند بروز دهند.
- رشد هیجانی در کودکان نسبت به حیوانات به دلیل آگاهی بیشتر و برقراری با محیط بازتر و متنوع‌تر، رشد یافته‌تر است.

### په توضیح باحال و به درد بخور!!

### نظریه ذهن یا Theory Of Mind

اسم این نظریه تا به حال به گوشتون نرسیده؟ آه تا حالا نشنیدین اشکال نداره الان براتون توضیح می‌دیم!



این‌ها یادتیم که رشد هیجانی به فرایند دو جانبه است که هم مستلزم اینه که طرف هیجانات خودش رو بفهمه و هم مستلزم اینه که هیجانات دیگران رو به درستی درک کنه و بفهمه! این مطلب رو نظریه ذهن یا آزمایش‌های پالی که داره فیلی فوب تشفیص می‌ده. نظریه ذهن می‌گه بچه‌ها تا حدود ۴ سالگی خود مرکز بین هستن یعنی فکر می‌کنن دیگران هم دنیا رو همون‌طور که اون‌ها می‌بینن تصور می‌کنن و نمی‌تونن در نظر بگیرن که دیگران برای خودشون افکار، هیجانات، احساسات، عقاید و اندیشه‌های بقبوسن دارن. مثلاً یکی از آزمایش‌هایی که نظریه ذهن برای سنجش این مطلب پیشنهاد می‌ده آزمایشیه که به آزمایش «سالی و آن» معروف شده که شما هم می‌تونین از بچه‌های زیر ۶ سال و بالای ۶ سال بگیرین و نتایجش رو مقایسه کنین. این آزمایش این طوره که آزمایشگر دو تا عروسک میاره پلوی پیه و می‌گه اسم یکی از این‌ها «سالی» هست و اون یکی اسمش «آن» می‌گه «سالی» و «آن» با هم توپ بازی می‌کنن و وقتی هسته می‌شن «سالی» توپ رو می‌ذاره توی سبد اسباب‌بازی‌ها و می‌ره بیرون. وقتی که «سالی» تو اتاق نیست، «آن» میاره و توپ رو از داخل سبد برمی‌داره و می‌ذاره توی جعبه اسباب‌بازی‌ها. حالا وقتی «سالی» بر می‌گرده اولین پایی که دنبال توپش می‌گرده کجاست؟ توی جعبه یا توی سبد؟ اغلب بچه‌های زیر ۶ سال که به مفهوم نظریه ذهن نرسیده باشن می‌گن می‌ره توی سبد رو می‌گرده! چون خودشون می‌دونن که توپ توی سبد نی توپن تصور کنن که «سالی» اون موقع توی اتاق نبوده و اینو نمی‌دونه! و به این طریق می‌شه فهمید که کودک به مفهوم نظریه ذهن رسیده یا نه؟

### رشد اجتماعی دوره کودکی



اجتماعی شدن در کودکان مانند دیگر ابعاد رشد دارای فرایندی می‌باشد که در طول دوره‌های رشد با ایجاد شرایط محیطی مناسب خودش را نشان می‌دهد. انسان موجودی اجتماعی است و از بودن با دیگران لذت می‌برد. آگاهی انسان از این ویژگی مهم در فرایند رشد به تدریج حاصل می‌شود و او را اجتماعی‌تر می‌کند.

معنای رشد اجتماعی در طول سنین مختلف، متفاوت می‌شود و رشد اجتماعی یا به اصطلاح اجتماعی شدن خود را به اشکال مختلف در سنین مختلف نشان می‌دهد. یعنی مثلاً رشد اجتماعی در ۲ یا ۳ ماهگی با رشد اجتماعی در دوره دبستان شبیه به همدیگر نیست و نوع و هنس اش کاملاً متفاوت.

در جدول زیر مثال‌هایی از انواع رشد اجتماعی کودکان در سنین مختلف را مشاهده می‌کنید.

اولین علامت رشد اجتماعی و یکی از ابتدایی‌ترین علائم آن در ۲، ۳ ماهگی، <b>لبخند اجتماعی</b> است؛ یعنی لبخند در جواب صحبت کردن یا لبخند زدن به نوزاد. قبل از این سن کودکان ممکنه توی فواب بقدن اها این لبخند، لبخند بازتابی گفته می‌شه و ارادی نیست. اها لبخند اجتماعی ارادی و هدفمنده.	۲، ۳ ماهگی
<b>ترس از غریبه‌ها؛</b> مثلاً آله غریبه‌ها رو ببینه دوست نداره بغلشون بیره یا پا دیدنشون گریه می‌کنه.	۸ ماهگی
در این سن کودکان به <b>بازی‌های موازی</b> با یکدیگر می‌پردازند، یعنی زمان بازی دوست دارن که کنار هم‌بگه باشن اها هر کوم به تنهایی بازی می‌کنن و با هم در بازی همکاری نمی‌کنن.	۴ یا ۵ سالگی
در این دوره، کودکان با یکدیگر <b>بازی گروهی</b> می‌کنند. در واقع بازی آن‌ها قاعده‌مند می‌شود و می‌توانند مشترکاً با یکدیگر بازی کنند. البته در این دوره کودکان علاقه خاصی به این دارند که با هم‌جنسان خود بازی کنند. بچه‌ها توی این سن به جمله معروفی دارن که <b>دقیقاً بیائگر همین ویژگی اون‌هاست، این بچه‌ها همیشه می‌گن، «دقترها با دقترها و پسرها با پسرها»</b>	دوره دبستان

### فعالیت ۲-۴



**سؤال:** به این تصاویر نگاه کنید.

چه تفاوتی در رفتار کودکان می‌بینید؟ به نظرتان کدام یک رشد اجتماعی بیشتری دارند؟ چرا؟  
**پاسخ:** بازی گروهی و به صورت مشترک با دیگران نیازمند رشد اجتماعی بیشتر است و کودکان در سنین دبستان به این مقدار از رشد اجتماعی می‌رسند که بتوانند به صورت گروهی و با قاعده با یکدیگر بازی کنند.

### لب‌مطلب

- انسان موجودی اجتماعی است و از بودن با دیگران لذت می‌برد
- آگاهی انسان از اجتماعی‌شدن به تدریج شکل می‌گیرد مثلاً در
  - ← ۲، ۳ ماهگی ← لبخند اجتماعی
  - ← ۸ ماهگی ← ترس از غریبه‌ها
  - ← ۴، ۵ سالگی ← بازی‌های موازی
  - ← دوره دبستان ← بازی‌های گروهی

### رشد اخلاقی در کودکی



تشخیص این که چه کاری خوب و چه کاری بد است به رشد نیاز دارد. در تبیین فرایند رشد اخلاقی می‌توان گفت که کودکان زمانی که به دنیا می‌آیند هیچ نظری راجع به درست و غلط بودن هیچ کاری ندارند و در محیط باید آموزش ببینند که چه کاری غلط و چه کاری درست است و چون هیچ تصور یا دیدگاهی راجع به خیر و شر بودن مسائل ندارند مسئول اعمال خود نیستند. یعنی مثلاً هیچ وقت به بچه ۶ ساله رو به بزم دزدی نمی‌برن زندان! کودکان را نمی‌توان به عنوان یک فرد اخلاقی یا عنصر اخلاقی در نظر گرفت و برای تبدیل شدن به عنصر اخلاقی باید یک فرایند تدریجی و پیچیده را طی کنند و همان‌طور که گفتیم محیط هم در شکل‌گیری آن اهمیت بسیاری دارد.

**رشد اخلاقی** دربرگیرنده آن دسته از قوانین و مقررات اجتماعی است که تعیین می‌کند انسان در رابطه با دیگران چگونه باید رفتار کند. منظور از رشد اخلاقی در این‌جا همان انجام اعمال اخلاقی است، هر چند ممکن است در سنین مختلف دلیل انجام عمل اخلاقی متفاوت باشد. مثلاً ممکنه به بچه ۶ ساله برای این که پدر و مادرش رو فوشال کنه، کار خوب رو انجام بده در حالی که وقتی بزرگ‌تر می‌شه کار خوب رو چون کار درسته انجام بده.



## سؤال و پاسخ

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

**پاسخ:** کار مریم یک عمل غیراخلاقی است؛ زیرا با وجود آن که می‌دانسته نیمی از کیک مال برادرش است، سهم او را هم خورده، اما در تبیین فرایند رشد اخلاقی گفته می‌شود که کودکان در ابتدا هیچ تصویری از کار خوب یا بد ندارند؛ به همین دلیل مسئول اعمال خود نیستند و عنصر اخلاقی به حساب نمی‌آیند. مریم هم چون ۵ ساله بوده هنوز مفهوم واقعی مسائل اخلاقی در او شکل نگرفته است.

### فعالیت ۲-۵

**سؤال:** به دو مثال زیر توجه کنید.

- مینا ۶ ساله است و برای رفع گرسنگی به سراغ قفسه‌های بالایی آشپزخانه می‌رود و بدون اجازه مادر مقداری شکلات برمی‌دارد. هنگام پایین آوردن دستش، یک فنجان می‌شکند.
- برادر دوقلوی مینا برای کمک به مادرش ناگهان دستش به سینی فنجان‌ها می‌خورد و سه فنجان را می‌شکند.

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

**پاسخ:** عمل مینا عملی غیراخلاقی است؛ زیرا بدون اجازه مادر بوده اما عمل برادر مینا غیراخلاقی نیست، زیرا او عمداً این کار را نکرده اما اگر این سؤال از کودکان ۵ - ۶ ساله پرسیده شود می‌گویند عمل برادر مینا غیراخلاقی بوده؛ زیرا تعداد بیشتری لیوان شکسته است. در واقع چون کودکان تحت تأثیر ظاهر اشیا و مسائل قرار می‌گیرند و عینی هستند مفهوم تعداد لیوان‌های شکسته‌شده را متوجه می‌شوند نه قصد و عمد فرد در انجام آن عمل را.

## لب مطلب

هیچ تصور یا دیدگاهی راجع به خوب یا بد بودن مسائل ندارند.

کودکان در ابتدا مسئول اعمال خود نیستند.

به عنوان عنصر اخلاقی در نظر گرفته نمی‌شوند.

- رشد اخلاقی در برگزیده آن دسته از قوانین و مقررات اجتماعی است که تعیین می‌کند انسان در رابطه با دیگران چگونه رفتار کند.
- منظور از رشد اخلاقی در این‌جا انجام عمل اخلاقی است هرچند که ممکن است در سنین مختلف، علت انجام عمل اخلاقی متفاوت باشد.

## سؤال‌های دست‌گرمی بخش دوم

درست یا نادرست بودن عبارت‌های زیر را تعیین کنید.

نادرست	درست
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

۱۴- یک تخمک بارور شده طبیعی دارای ۲۳ کروموزوم است.

۱۵- رشد جسمانی - حرکتی صرفاً بیانگر تغییرات ظاهری است.

۱۶- کودک در ابتدا می‌تواند حرکات درشت را انجام دهد و بعد موفق به کسب رشد حرکات ظریف می‌شود.

۱۷- در ۴ یا ۵ سالگی کودکان علاقه‌مندند که با هم‌جنسان خود بازی کنند.

۱۸- کودکان از همان ابتدا تصور یا دیدگاهی راجع به خیر و شر امور ندارند.

جاهای خالی را با عبارت‌های مناسب کامل کنید.

۱۹- برخی، کودکان ۱ تا ۳ ساله که تازه به راه می‌افتند را ..... می‌گویند.

۲۰- ویژگی‌های مربوط به رشد انسان را به دلیل ..... بودن رشد، نمی‌توان به مراحل مشخص تقسیم کرد.

۲۱- پیامبر گرامی اسلام ﷺ می‌فرمایند: «کودک هفت سال ..... است و هفت سال فرمانبردار و هفت سال ..... است.»

۲۲- کودکان تحت تأثیر ویژگی ..... اشیا قرار می‌گیرند.

۲۳- رشد هیجانی در دورهٔ کودکی معطوف به سه هیجان ساده ..... و ..... است.

۲۴- در ..... ماهگی کودک قادر است که به والدین خود لبخند اجتماعی بزند.

به سؤالات زیر پاسخ کامل بدهید.

- ۲۵- طول عمر انسان بعد از تولد به چند دوره تقسیم می‌شود؟ نام ببرید.
- ۲۶- توضیح دهید که اگر آمیوه داخل ۲ کاسه هم‌اندازه را داخل یک لیوان لاغر بلند و یک لیوان چاغ و کوتاه بریزیم به احتمال زیاد کودکان ۴ ساله می‌گویند مقدار آمیوه کدام لیوان بیشتر است؟ چرا؟
- ۲۷- رشد هیجانی مستلزم چه مواردی است؟
- ۲۸- هیجانات ساده و مرکب چگونه ایجاد می‌شوند؟
- ۲۹- معنای بازی موزی چیست؟ توضیح دهید.
- ۳۰- رشد اخلاقی به چه معنا است؟
- ۳۱- رشد شناختی به رشد در چه مواردی اطلاق می‌شود؟ ۴ مورد را نام ببرید.

### ویژگی‌های رشد در دوره نوجوانی



#### تو این بخش چه خبره؟

○ خصوصیات رشد در دوره نوجوانی





- ۶- رشد اخلاقی در دوره نوجوانی
  - رابطه رشد اخلاقی و رشد شناختی
  - رابطه رشد اخلاقی و روابط اجتماعی
  - رابطه رشد اخلاقی و شکل‌گیری هویت
  - رابطه شناخت و رفتار اخلاقی

۷- خودآرمانی و رویاپردازی در دوره نوجوانی

## خصوصیات و ویژگی‌های رشد در دوره نوجوانی

همه ما دوره نوجوانی را به صورت دوره‌ای با تغییرات ناگهانی احساس کرده‌ایم. دوره‌ای که در آن انگار یک موتورخانه‌ای در جسم و روان ما روشن شده بود و نوعی انرژی قوی و خاصی وارد بدن ما می‌شد و در نتیجه این انرژی در بسیاری از حیطه‌های جسمی و روانی مثل توانمندی‌های عقلانی و شناختی، هیجانی و اجتماعی متفاوت از قبل شدیم. دیگر مانند بچه‌ها نبودیم ولی مثل آدم‌های بزرگ هم نبودیم. این که آدم نه متعلق به دنیای بچه‌ها باشه و نه متعلق به دنیای آدم بزرگ‌ها فیلی حس بدیه می‌دونم!! نوجوانی دوره‌ای است با تغییرات ناگهانی زیاد که ما بین کودکی و بزرگسالی قرار دارد. در این دوره نوجوان باید این تغییرات گسترده را در همه حیطه‌های رشدی از سر بگذراند تا در انتهای این دوره به پختگی رسیده باشد. یعنی شبیه بزرگسالان عمل کند.

دوره نوجوانی معمولاً می‌تواند بین ۱۲ تا ۲۰ سالگی باشد و پایان آن همان‌طور که گفته شد زمانی است که فرد شروع به کار کند و مستقل از والدین شود.

### رشد جسمانی و بلوغ جنسی در دوره نوجوانی

بسیاری از نوجوانان شروع نوجوانی را برای خود شروع یک پهران می‌دانند. مثلاً می‌گویند: *یهو احساس کردم دماغم فیلی بزرگ شده، یا می‌گویند با این که فوشال بودم از این که کم‌کم دارم قدر می‌کشم ولی بی‌قواگی و عدم تناسب در قدر و احساس می‌کردم نوجوانی دوره‌ای است که با شدیدترین و گسترده‌ترین تغییرات زیستی همراه است.*

- ۱. قد و وزن
  - ۲. رشد استخوانی و عضلانی
  - ۳. رشد مغز و سیستم عصبی
  - ۴. رشد اندام‌های داخلی
  - ۵. تغییراتی که در هنگام بلوغ روی می‌دهند.
- حوزه‌های اساسی رشد جسمانی که در این دوره دست‌خوش تغییر می‌شوند عبارت‌اند از:

یکی از ویژگی‌های رشد در دوره نوجوانی ناگهانی بودن آن است، یعنی اندازه بدن به سرعت افزایش پیدا می‌کند و تناسب بدن به سرعت تغییر می‌یابد و در همه اجزای بدن دیده می‌شود.

*این‌ها با برخی از تغییرات جسمانی دوره نوجوانی آشنا می‌شیم.*

### الف) قد و وزن:

۱. قد و وزن نوجوان افزایش می‌یابد.

۲. در حدود یک سال پس از افزایش وزن و قد، ماهیچه‌ها کم‌کم رشد می‌کنند.

## حواستون باشه!

موارد بالا به ترتیب اتفاق می‌افتد و باید این ترتیب رو بلد باشین! ازش سؤال می‌دن!

### ب) رشد اندام‌های داخلی بدن:

۱. اندازه و ظرفیت شش، سه برابر می‌شود.

۲. اندازه قلب، دو برابر قبل می‌شود و حجم کلی خون افزایش پیدا می‌کند.

• این تغییرات باعث می‌شود که نوجوانان احساس توانمندی زیاد بکنند.

### پ) رشد دستگاه تولیدمثل و ریش جنسی:

• رشد دستگاه تولیدمثل، تغییر اساسی دوره نوجوانی است که با بلوغ جنسی رخ می‌دهد.

- منظور از بلوغ جنسی، مرحله‌ای است که در آن رسش جنسی رخ می‌دهد. منظور از رسش جنسی وقوع تغییرات مربوط به جنس است. برجسته‌ترین تغییرات مربوط به جنس (رسش جنسی) را می‌توان به دو دسته تقسیم کرد:
  - ۱- ویژگی‌های جنسی اولیه: تغییراتی هستند که مستقیماً بر توانایی تولیدمثل تأثیر می‌گذارند. این تغییرات مربوط به اندام‌های جنسی است. مثلاً رشد رحم و تخمدان در دختران و دستگاه تولیدمثل و غده پروستات در پسران.
  - ۲- ویژگی جنسی ثانویه: تغییرات قابل رؤیتی هستند که جزئی از علائم رشد هستند و مستقیماً در باروری و تولیدمثل نقشی ندارند. مثل ریش در آوردن پسرها.

### لب‌مطالب



### رشد شناختی در دوره نوجوانی

هر چند در بیان تغییرات دوره نوجوانی، ممکن است ویژگی‌های جسمانی بیشتر به چشم بیاید اما واقعیت این است که تغییرات شناختی دوره نوجوانی شگفت‌آور است. در زیر موارد مختلفی از رشد شناختی را با یکدیگر می‌خوانیم:

#### ۱) شکل‌گیری تفکر فرضی و تفکر احتمال‌گرا:

یکی از تغییرات شناختی در دوره نوجوانی، بروز قوه استدلال در نوجوانان است. برای اولین بار در این دوره، تفکر فرضی شکل می‌گیرد؛ به این معنا که نوجوانان فرضیه‌سازی می‌کنند و در پیش‌بینی یک موقعیت، از تفکر احتمال‌گرا بهره می‌برند؛ در حالی که مبنای استدلال در دوره کودکی، واقعیت‌های ملموس و بیرونی است.

مثلاً در نظر بگیر که مادر رامین، مبلتی پول رو به رامین سیزده‌ساله و برادرش امین که هفت ساله‌تر است و از اون‌ها می‌فولاد تا برای فرید نمک به مقازه نزدیک فونه‌شون برن. بیهوا وقت دارن از فونه فارچ می‌شن به مادرشون این‌طور می‌گن:

امین: پیشم مامان، الان سریع می‌رم و بعد از فرید برمی‌گردم.

رامین: پیشم مامان، اها آگه بسته بود بیچاره کنم؟

این‌ها تفاوت تفکر امین و رامین مشخصه. رامین احتمال پییزی رو می‌ده که امین هرگز به اون فکر نمی‌کنه. به این ویژگی شناختی تفکر احتمال‌گرا می‌گن.



## ۲) توجه‌گزینی‌تر:

توجه نوجوانان، در مقایسه با کودکان، گزینی‌تر است؛ به این معنا که آن‌ها راحت‌تر می‌توانند بر اطلاعات مرتبط متمرکز شوند و با ضرورت‌های تکلیف مورد نظر، بهتر سازگار می‌شوند. یعنی مثلاً راهت‌تر می‌توانند وقتی کسی باهاشون صحبت می‌کنه بوش توجه کنن یا درس‌های مختلف رو به صورت‌های مختلف مطالعه کنن.

## ۳) ایجاد توانایی بازداری یا منع محرک‌های نامرتبط:

پردازشگران، برای تمرکز بیشتر، باید قدرت بازداری یا منع محرک‌های نامرتبط و بازداری پاسخ‌های آموخته‌شده مناسب را داشته باشند. این تحول در نوجوانی شکل می‌گیرد و بعدها به رشد کامل می‌رسد. کودکان چنین مهارتی را ندارند. قدرت بازداری یا منع محرک‌های نامرتبط یعنی این‌که فرد بتواند به محرک‌های مرتبط توجه کنه و محرک‌های نامرتبط رو نادیده بگیره. مثلاً سرکلاس بتونه به درس توجه کنه و به بیج‌های بغل‌دستی‌اش توجه نکنه و بازداری پاسخ‌های آموخته‌شده مناسب یعنی اگر به چیزی رو یادگرفته و حالا تو محیط جدید به درد نمی‌خوره، بتونه تغییرش بده. مثلاً آگه تو به اتاق بود و متوجه شد که کشیدن به اهرم باعث باز شدن در اتاق می‌شه آگه وارد به اتاق ریگه شد و دید ریگه اون اهرم در رو باز نمی‌کنه بتونه دنبال راهکار جایگزین برای باز کردن در بگرده.

## ۴) شکل‌گیری مهارت‌آموزی «فراحافظه»:

در این کتاب در فصل مربوط به «حافظه» با روش‌های مختلفی آشنا خواهیم شد که برای کمک به بهبود حافظه مفید است. نوجوانان بهتر از کودکان قادر به رمزگردانی، اندوزش و بازیابی اطلاعات هستند. به علاوه یکی از تفاوت‌های مهم دوره نوجوانی با دوره کودکی این است که نوجوانان به دنبال چگونگی تقویت حافظه خود هستند؛ به عبارت دیگر می‌خواهند چگونگی به حافظه سپردن اطلاعات را فرا بگیرند. به این نوع مهارت‌آموزی «فراحافظه» می‌گویند. این تلاش در دوره کودکی وجود ندارد.

## ۵) نظارت، ارزیابی و تغییر جهت لحظه‌به‌لحظه تفکر:

نوجوانان، برخلاف کودکان، قادر به نظارت، ارزیابی و تغییر جهت تفکر لحظه‌به‌لحظه هستند. در حالی که کودکان بر استدلال‌ها، قضاوت‌ها و تصمیم‌هایشان اشراف ندارند. یعنی نوجوانان می‌توانند نقطه‌به‌نقطه نوع و محتوای تفکرشون رو تغییر بدن اما کودکان اصلاً روی نحوه تفکر خودشون اون‌قدر آگاهی ندارن که بتونن به طور کامل این کار رو انجام بدن.

## ۶) افزایش سرعت تفکر:

سرعت تفکر در دوره نوجوانی افزایش می‌یابد؛ در نتیجه در یک لحظه اطلاعات بیشتری در حافظه آن‌ها نگه داشته می‌شود و نوجوانان برخلاف کودکان، قادر به ظرفیت‌سازی حافظه خود هستند. ظرفیت‌سازی حافظه یعنی همین‌که نوجوانان می‌توانند اطلاعات بیشتری رو توی حافظه‌شون نگه‌داری کنن. یعنی می‌توانن ظرفیت جدید توی حافظه‌شون ایجاد کنن.

## حواستون باشه!

به چیزی رو حواستون باشه این‌که ظرفیت‌سازی حافظه یا همون نگه‌داری اطلاعات بیشتر در حافظه نتیجه افزایش سرعت تفکر نه شکل‌گیری مهارت «فراحافظه»! اینارو با هم قاطی نکنی‌ها! بنابراین، افزایش سرعت تفکر ← در یک نقطه اطلاعات بیشتری در حافظه فرد باقی می‌ماند (ایجاد ظرفیت‌سازی حافظه).

## ۷) شکل‌گیری پردازش مفهومی:

فصل اول یادتونه رابع به پردازش مفهومی و ادراکی مطالبی رو فوندریم؟ کودکان براساس پردازش ادراکی، یعنی ویژگی‌های حسی و فیزیکی عمل می‌کنند؛ مثلاً مفیدبودن یک کالا را به اندازه و رنگ آن نسبت می‌دهند، در حالی که پردازش غالب نوجوانان، مفهومی است. نوجوانان فایده‌مندی یک کالا را براساس ماندگاری، کیفیت و ... می‌سنجند.

## پیامدهای ناسازگارانه تغییرات شناختی نوجوانی:

هر چند نوجوانان در مقایسه با کودکان، رشد فزاینده‌ای در توانایی‌های شناختی دارند، اما در نحوه به کارگیری این توانایی‌ها، پختگی لازم را ندارند و در نتیجه تغییرات شناختی آن‌ها می‌تواند منجر به پیامدهای ناسازگارانه‌ای شود. در جدول زیر برخی از این پیامدهای ناسازگارانه همراه با توصیه‌های عملی مربوط به آن را مشاهده می‌کنید:

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

## لب‌مطالب

- ۱- شکل‌گیری تفکر فرضی و احتمال‌گرا: بروز قوه استدلال ← شکل‌گیری تفکر فرضی (فرضیه‌سازی) ← استفاده از تفکر احتمال‌گرا در پیش‌بینی یک موقعیت
  - ۲- توجه‌گزینشی‌تر: می‌توانند بر اطلاعات مرتبط متمرکز شوند و با ضرورت‌های تکلیف موردنظر سازگار شوند.
  - ۳- ایجاد توانایی بازداری یا منع محرک‌های نامرتبط و بازداری پاسخ‌های آموخته‌شده مناسب
  - ۴- شکل‌گیری مهارت‌آموزی «فراحافظه»: یادگیری روش‌هایی برای بهبود حافظه
  - ۵- نظارت، ارزیابی و تغییر جهت لحظه‌به‌لحظه تفکر
  - ۶- افزایش سرعت تفکر: که منجر به نگهداری اطلاعات بیشتر در حافظه می‌شود (ظرفیت‌سازی حافظه)
  - ۷- شکل‌گیری پردازش مفهومی
- رشد شناختی نوجوانی
- پیامدهای ناسازگارانه رشد شناختی
    - حساسیت نسبت به انتقاد دیگران
    - احساس منحصربه‌فرد بودن اغراق‌آمیز
    - آرمان‌گرایی و عیب‌جویی
    - مشکل در تصمیم‌گیری روزمره

### رشد هیجانی در دوره نوجوانی

به دلیل تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی در دوره نوجوانی، بسیاری از نوجوانان، تحریک‌پذیر می‌شوند. یعنی زود عصبانی می‌شوند، مثل پسر نوجوانی که به عصبانی می‌شود و می‌زهیایی می‌گردد یا رفتاری از خودش نشون میده که بلافاصله بشیمون می‌شه. نوجوانان خصوصاً در رابطه با بزرگ‌ترها بیشتر حساس هستند و بیشتر عصبانی می‌شوند. هم‌چنین حالات هیجانی نوجوانان سریع عوض می‌شود. مثل اغلب دخترهای نوجوان توی این سن که الان شارژ به پوه غمگین می‌شن و می‌زنن زیرگره!



### مهارت‌های کنترل هیجانات:

هیجانات منبع رفتارهای مثبت و سازنده هستند، در صورت هدایت‌نشدن و به کارگیری غلط آن‌ها، به رفتارهای مخرب و پرخطر منجر می‌شوند؛ بنابراین لازم است در این دوره مهارت‌هایی را بیاموزیم که بتوانیم هیجانات خود را در جهت صحیح به کار گیریم؛ مهارت‌هایی از قبیل کنترل خشم و ورزش کردن. این مهارت به ما می‌گردد زمانی که عصبانی شدی برو یکم ورزش کن! خود این باعث کاهش پرفشارگی و عصبانیت می‌شه.

### یاد توضیح باحال و به درد بخور!!

- بزارین به مثال دیگه هم براتون بزنم تا با مهارت‌های کنترل هیجان بیشتر آشنا بشین، روش فودگویی‌های سازنده
- اگه وقت کرده باشین قبل از این که هیجانات منفی مثل خشم، اضطراب و غم بر ما مسلط بشن و یا حتی در حین بروز اون‌ها، معمولاً به سرعت توی ذهن فودمون گفت‌وگوهایی انجام می‌دیم که ممکنه مغرب باشن و منبر به دامن‌زدن به هیجانات منفی بشن. روش فودگویی‌های سازنده که یکی از روش‌های کنترل هیجان به فرد آموزش می‌ده که:
  - نیازها و پایداری که تو به موقعیت وجود داره رو ارزیابی کنه!
  - افکار فشار آور، تصویرهای ذهنی و احساسات خودش رو کنترل کنه!
  - با هیجانات شدید مقابله کنه.
  - رویه‌اش رو برای مقابله با موقعیت‌های پرفشار تقویت کنه.



مثلاً زمانی که به نفر برای مصاحبه شغلی می‌ره آگه با فودش این فودگویی‌های مفرب رو داشته باشه که «آگه من مصابه رو قراب کنم و قبول نشم آبروم می‌ره!» یا «من واقعاً باید در این شغل استخدام بشم» احتمال این‌که هیجان‌ات منفی مثل غم یا اضطراب یا ششم به سراغش بیار و اوشاع رو بدتر بکنه هست! برای همین هم روش فودگویی‌های سازنده می‌گه فودگویی‌ها تون رو اصلاح کنین تا درگیر هیجان‌ات منفی نشین! مثلاً در این موقعیت به فرد می‌گن که به پای اون فودگویی‌های مفرب، می‌تونه این فودگویی‌های سازنده رو جایگزین کنه، «آگه بفوام منفی فکر کنم، واقعاً عصبی می‌شم و احتمال کم‌تری داره که در این شغل استخدام بشم» یا «ممکنه اشتباه کنم اما کاملاً قراب نمی‌کنم» و به این صورت هیجان‌ات منفی رو بیشتر می‌تونه کنترل کنه!

## فعالیت ۲-۷

**سوال ۱** به دو مثال زیر توجه کنید.

- بهنام، برای هدایت هیجان‌هایش، تصمیم می‌گیرد هفته‌ای سه روز به صورت فشرده تمرین‌های ورزشی انجام بدهد.
  - پوریا مدتی است تصور می‌کند بسیار پراورزی است. او برای نمایش توان خویش، هر روز به همراه برخی از دوستان، در معابر شهری، مزاحم راننده‌ها می‌شود و از این کار احساس لذت می‌کند.
- هر دو مثال، محصول هیجان است، اما یک رفتار، مثبت و سازنده و دیگری مخرب و آزاردهنده است. شما چه رفتار مثبت و منفی دیگری در استفاده از هیجان‌ات را می‌شناسید؟ از هر مورد یکی را توضیح دهید.

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

**پاسخ ۱** رفتار مثبت و سازنده مثل این‌که نوجوانی عضو تیم بدلکاری یک فیلم می‌شود و در آن علاوه بر تخلیه هیجان‌اتش یک کار مثبت و سازنده انجام می‌دهد. رفتار مخرب و آزاردهنده هم مثل این‌که نوجوانان برای کسب لذت و هیجان و ارضای حس کنجکاوی‌اش از مواد روان‌گردان استفاده کنند.

**۲** مهارت‌های شناخت، ارزیابی و کنترل هیجان مهارت‌هایی هستند که به فرد کمک می‌کنند تا هیجان‌ات ایجادشده ناشی از شرایط مختلف را بتواند مدیریت کند. یکی از انواع این مهارت‌ها را در «به توضیح باحال به درد بخور» این بخش توضیح داده بودیم.

## لب‌مطلب

- به دلیل تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی، نوجوانان بسیار تحریک‌پذیر و حساس می‌شوند و ممکن است حالات هیجانی آن‌ها به سرعت تغییر کند.
- هیجان‌ات منبع رفتارهای مثبت و سازنده هستند ← اما اگر به درستی هدایت نشوند منجر به رفتارهای مخرب و پرخطر می‌شوند؛ بنابراین لازم است مهارت‌های کنترل هیجان‌ات را بیاموزیم (مثلاً مهارت کنترل خشم و ورزش کردن)

## رشد اجتماعی و نقش همسالان در دوره نوجوانی

### گرایش به همسالان در دوره نوجوانی:



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

## لب‌مطلب

- در دوره نوجوانی گرایش به همسالان به شدت افزایش پیدا می‌کند و بودن با همسالان برای او لذت‌بخش است البته این به آن معنی نیست که آن‌ها دیگر به ارتباط با والدین، خواهر و برادرهای خود علاقه‌ای ندارند.

### رشد و شکل‌گیری هویت در دوره نوجوانی



**مفهوم هویت:** «متأ تا حالا این سؤال رو از خودت پرسیدی که من دقیقاً چه کسی هستم؟! چه ویژگی‌هایی دارم؟ دخترم، پسر، فوش قیافه‌ام، باهوشم، احساساتی‌ام، اجتماعی‌ام، به تقیدات مذهبی وفادارم، از چه چیزهایی فوشم یا بدم میاد، چه رشته دانشگاهی رو دوست دارم انتخاب کنم، به نظرم استعداد چه شغلی رو دارم، از چه آدم‌هایی فوشم میار و ...» یادکردن جواب همه این سؤالات رو روان‌شناسان به اصطلاح می‌دوئن، «هویت‌یابی»

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

**اجزای هویت:** هویت اجزای متعددی دارد و شامل ویژگی‌های جسمی، جنسی، اجتماعی، شناختی، اخلاقی، هیجانی، آرمانی، شغلی است که در مجموع هویت فرد را می‌سازند. به این ترتیب ممکن است افراد به لحاظ این ویژگی‌ها، خصوصیات رفتاری و شخصیتی متمایزی را دارا باشند: مثلاً ویژگی‌های جسمی (مثل قیافه)، جنسیت (به عنوان دختر یا پسر بودن)، ویژگی‌های روانی (مثل ایفای نقش جنسیتی به عنوان نشان دادن رفتارهای زنانه یا مردانه)، ویژگی‌های اجتماعی (مثل مهارت در تعاملات اجتماعی و عضویت در گروه‌ها یا انتخاب شغل و پیشرفت) سیاسی، مذهبی، اخلاقی، ارزشی یا قومی.

#### چهار مسئله اساسی در هویت‌یابی:

برخی از روان‌شناسان رشد بر این عقیده‌اند که حداقل چهار مسئله اساسی در هویت‌یابی وجود دارد که فرد باید در هنگام هویت‌یابی پاسخ کافی به آن‌ها بدهد:



- ۱- مسئله انسانی: یعنی این احساس که فرد به موجود انسانی محسوب می‌شود.
- ۲- مسئله جنسیت: یعنی این احساس که فرد مرد یا زن هست.
- ۳- مسئله فردیت: یعنی دوستن این که فردی خاص و بی‌تغییر.
- ۴- مسئله پایداری: یعنی آگاهی از این که فرد همون شغلی هست که روز قبل بوده.

**مشکلات اساسی در فرایند هویت‌یابی:** همه نوجوانان فرایند هویت‌یابی را به خوبی طی نمی‌کنند و با دو مشکل اساسی روبه‌رو می‌شوند: اول این که در پایان دوره نوجوانی هویت شکل نمی‌گیرد و فرد دچار **بحران هویت** می‌شود و دوم این که ممکن است نوجوانان در این سن دچار **سردرگمی** نقشی شوند؛ البته سردرگمی نقشی با بحران هویت متفاوت است.

روان‌شناسان رشد معتقدند آن‌چه که در بسیاری از نوجوانان در این دوره وجود دارد «سردرگمی نقش» است که با بحران هویت فرق دارد. سردرگمی نقش یعنی این که در دوره نوجوانی فرد تلاش می‌کند نقش‌ها و ارزش‌ها و ایده‌های مختلف را مطالعه و حتی تجربه کند. مثلاً ممکنه به روز با این تصور که من در آینده یک فوتبالیست بزرگ فوالم شد لباس بیوشه، استایوم بره و در کلاس فوتبال ثبت‌نام کنه، در حالی که یک هفته از این کلاس گذرشته به این نتیجه برسه که اصلاً ورزشکار بودن در زندگی یعنی مدام در قطر بودن پس پوتره هنریشه بشه! و نهایتاً کلاس بازیگری ثبت‌نام کنه و در مدرسه تئاتر اهرآکنه. البته در پایان دوره نوجوانی با شکل‌گیری هویت، این سردرگمی نقش و تجربه‌کردن نقش‌های متفاوت و متضاد روزانه از بین می‌رود. در واقع یک نوجوان اگر در سن نوجوانی این‌گونه باشد دچار سردرگمی نقش است، اما اگر این مسئله تا پایان دوره نوجوانی تمام نشود فرد دچار بحران هویت می‌شود. پس سعی کن تا قبل از این که نوبت تو تموم بشه تکلیفت رو با خودت معلوم کنی!

از این‌رو، رشد احساس هویت مستلزم این است که فرد دریابد دارای هویت بی‌تغییر، منحصره‌فرد و متفاوت با دیگران است. روان‌شناسان رشد معتقدند که شکل‌گیری هویت به عنوان پیشرفت مهم شخصیت نوجوان، گامی مهم در مسیر تبدیل‌شدن به بزرگسال ثمربخش است.

برای مطالعه

### سؤال و پاسخ

**سؤال:** بهزاد نوجوان ۱۸ ساله‌ای است که به مشاغل پردرآمد و فنی علاقه‌مند است. وی بعد از گذراندن یک دوره سه‌ماهه در شغل ساعت‌سازی، تغییر شغل می‌دهد و به مکانیکی خودرو روی می‌آورد. بعد از مدتی کوتاه به پدرش می‌گوید: امروز خیابان‌ها پر از تعمیرگاه‌های مکانیکی است و پیشنهاد می‌کند که به سراغ فروشنده‌گی تلفن همراه برود. بهزاد، در دو سال، مشاغل مختلفی را تجربه کرده است. به نظر شما بهزاد در هویت شغلی دچار کدام‌یک از مشکلات هویت‌یابی است؟ توضیح است.

**پاسخ:** او دچار سردرگمی نقش است، زیرا او هنوز در سن نوجوانی قرار دارد (۱۲ تا ۲۰ سالگی) و هنوز از والدین مستقل نشده است. اگر این حالت‌ها بعد از ۲۰ سالگی و استقلال از والدین بروز پیدا می‌کرد بیانگر این نکته بود که او دچار بحران هویت شده است.



## لب‌مطالب

○ هویت همان تمایزی است که فرد بین خود و دیگران می‌گذارد.

- ← مسئله انسانی
  - ← مسئله جنسیت
  - ← مسئله فردیت
  - ← مسئله پایداری
- ۴ مسئله اساسی در احساس هویت

○ اجزای هویت ← جسمی، جنسی، اجتماعی، شناختی، اخلاقی، هیجانی و ...

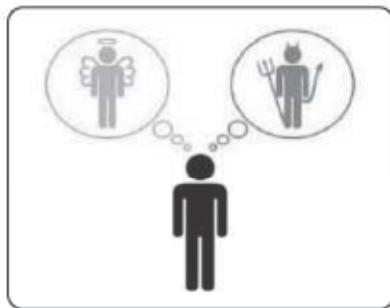
- ← سردرگمی نقش: در طول نوجوانی فرد تلاش می‌کند شغل‌ها و آینده متفاوتی را برای خود تصور کند و نقش‌های مختلف را امتحان می‌کند.
- ← بحران هویت: اگر سردرگمی نقش تا پایان نوجوانی ادامه پیدا کند و فرد هنوز تکلیفش با خودش معلوم نباشد تبدیل به بحران هویت می‌شود. یعنی هویت هنوز شکل نگرفته است.

### رشد اخلاقی در دوره نوجوانی

تحول اخلاقی و ارزشی در دوره نوجوانی و جوانی بیش از هر دوره‌ای است.

**رابطه رشد شناختی و رشد اخلاقی:** رشد سریع شناختی در نوجوانی و جوانی باعث می‌شود که فرد بهتر بتواند درباره مسائل اخلاقی و ارزشی و دینی قضاوت کند و در برخورد با این مسائل واکنش دقیق‌تری نشان دهد.

**رابطه روابط اجتماعی و رشد اخلاقی:** وقتی نوجوان نسبت به دوره کودکی خود روابط اجتماعی بیشتری پیدا می‌کند و احساس خودمختاری و استقلال نسبت به والدین در وی بیشتر می‌شود با مسائل اخلاقی و ارزشی درگیری بیشتری پیدا می‌کند و زمینه‌های رشد ارزش‌های اخلاقی در وی بیشتر فراهم می‌شود.



**رابطه شکل‌گیری هویت و رشد اخلاقی:** همان‌طوری که گفته شد یکی از تکالیف اصلی رشد در دوره نوجوانی، شکل‌گیری هویت می‌باشد و شناخت و تعریف نوجوان و جوان از هویت خویش، مستلزم نسبت‌دادن ویژگی‌های دینی، ارزشی و اخلاقی به خویش است او باید به خود بگوید که خصوصیات اخلاقی، ارزشی و دینی وی کدام است. مثلاً یک نوه‌پور یا پوهون، ممکنه در قنوت خودش به خودش بگه: «من به فرد با صداقت و مهربان هستم» یا «من آدم دیندار و انسان دوستی هستم» یا «من فقط به مصالح فوراً اهمیت می‌دم و مسائل دیگران به من مربوط نیست». این جملات به رشد اخلاقی مربوط می‌شود. نحوه پاسخ نوجوانان به این موضوعات بر نوع تصمیم‌گیری در رفتار او تأثیر می‌گذارد.

**رابطه شناخت و رفتار اخلاقی:** هر چند رشد اخلاقی به شکل‌گیری شناخت وابسته است، اما در بسیاری از موارد صرف داشتن شناخت، به رفتار اخلاقی منجر نمی‌شود. یعنی صرف این‌که طرف بدونه به کاری بد یا فوبه باعث نمی‌شه که اون رفتار رو انجام بده یا نه. بلکه برای این‌که شناخت به رفتار اخلاقی منتهی شود، باید به عقاید، باورها و ارزش‌های فرد تبدیل شود. حفظ محیط زیست، احترام به پدر و مادر و تواضع نسبت به دیگران در نزد بسیاری از شهروندان، امری اخلاقی است، اما برخی از مردم محیط زیست را آلوده می‌کنند؛ چرا؟! چون شناخت داشتن و دوستن این‌که کاری فوبه یا بده لزوماً باعث نمی‌شه فرد اون کار رو انجام بده یا انجام نده! مثلاً پیامبر گرامی اسلام ﷺ در رابطه با حفظ محیط زیست می‌فرمایند: «اگر در حال کاشتن نهالی بودید و خبر وقوع قیامت را شنیدید، اول نهال را بکارید.» در واقع دوستن اماریت این‌طوری در صورتی که به باور یا اعتقاد راسخ تبدیل بشه می‌تونه منجر به رفتار افلاقی بشه.

### سؤال و پاسخ

**سؤال:** به دو مثال زیر توجه کنید.

○ پزشکی که می‌داند سیگار کشیدن برای سلامت بدن مضر است، ولی سیگار می‌کشد.

○ شخصی که می‌داند مسواک‌زدن موجب سلامتی و حفظ دندان‌ها می‌شود، ولی در مسواک‌زدن سهل‌انگاری می‌کند.

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

**پاسخ:** در این مثال‌ها اشکال در باور است. در واقع فرد می‌داند (شناخت دارد) که رفتاری صحیح یا غلط است، اما چون باور راسخ به آن ندارد این شناخت منجر به رفتار اخلاقی نمی‌شود.

## لب مطلب

- رشد اخلاقی و رشد شناختی:** رشد سریع شناختی در نوجوانی باعث می‌شود فرد بهتر بتواند درباره مسائل اخلاقی، ارزشی و دینی قضاوت کند.
- رشد اخلاقی و روابط اجتماعی:** افزایش روابط اجتماعی در نوجوانی و افزایش احساس خودمختاری و استقلال از والدین باعث می‌شود فرد با مسائل اخلاقی و ارزشی بیشتری درگیر شود.
- رشد اخلاقی و شکل‌گیری هویت:** شناخت و تعریف نوجوان از هویت خویش مستلزم نسبت‌دادن ویژگی‌های دینی، ارزشی و اخلاقی به خویش است.
- شناخت و رفتار اخلاقی:** هر چند رشد اخلاقی به شکل‌گیری شناخت وابسته است اما در بسیاری از موارد صرف داشتن شناخت، به رفتار اخلاقی منجر نمی‌شود، بلکه آن شناخت باید به عقاید، باورها و ارزش‌های فرد تبدیل شود.

### خودآرمانی و رویاپردازی در دوره نوجوانی

تجربه‌ای که همه در دوره نوجوانی خودمون داشتیم، لذت بردن از رویاپردازی‌ها!! اما سوال این‌ها است که آیا این رویاپردازی برای سلامت روانی فرد ضرر ندره و باعث نمی‌شود که فعالیت نوجوان در دنیای واقعی کم بشود؟ معمولاً همه افراد در طول زندگی خود یک خود واقعی و یک خود آرمانی دارند: خود واقعی عبارت است از ویژگی‌هایی که فرد دارد. خود آرمانی عبارت است از ویژگی‌هایی که فرد دوست دارد داشته باشد.

به عنوان مثال پسر ۱۳ ساله‌ای که در نظر بزرگواران که ۱۳ سال سن دارد، قمرش بلند، هوش و عملکرد تحصیلی متوسط دارد، با رویه‌ای طنزپردازانه و با استعجاب نقاشی بالا و علاقه‌مند به مسائل ارزشی، این ویژگی‌ها بی‌انگیزه خود واقعی این نوجوان، حالا آنه این نوجوان برای خودش ایده‌آل‌هایی داشته باشد مثل هنرمند شدن و یا فیلسوف شدن، این‌ها می‌شود خود آرمانی‌اش. در روند طبیعی زندگی انتظار آن است که نوجوانان جهت رسیدن به خودآرمانی تلاش کنند. در حالی که در سنین نوجوانی بسیاری از نوجوانان به جای تلاش جهت کم‌کردن فاصله بین خود آرمانی و خود واقعی از رویاپردازی استفاده می‌کنند. هرچند که این پدیده در دوره نوجوانی غیرطبیعی نمی‌باشد، اما استفاده مکرر از آن می‌تواند باعث افت در عملکرد تحصیلی و دیگر عملکردهای وی بشود.



## لب مطلب

- خود واقعی: ویژگی‌هایی که فرد دارد.
- خود آرمانی: ویژگی‌هایی که فرد دوست دارد داشته باشد.
- در نوجوانی فرد به جای تلاش برای کاهش فاصله خود واقعی و آرمانی، رویاپردازی می‌کند.
- رویاپردازی در نوجوانی غیرطبیعی نیست، اما استفاده مکرر از آن باعث افت عملکرد تحصیلی و دیگر عملکردهای نوجوان می‌شود.

## سؤال‌های دست‌گرمی بخش سوم

**توجه:** تو قسمت سوالات، اون سؤال‌هایی که کنارش 🌟 داره، سوالاتیه که از بخش برای مطالعه کتاب طرح شده!

نادرست	درست	درست یا نادرست بودن عبارت‌های زیر را تعیین کنید.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۲۲- ویژگی‌های جنسی اولیه، تغییرات قابل رؤیتی هستند که جزئی از علائم رشد است.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۲۳- هیجان‌ات منبع رفتارهای مثبت و سازنده هستند.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۲۴- ایجاد مهارت «فراحافظه» در نوجوانی منجر به ظرفیت‌سازی حافظه می‌گردد.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۲۵- رشد اخلاق به شکل‌گیری شناخت وابسته است.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۲۶- شناخت و تعریف نوجوان از هویت خویش مستلزم نسبت‌دادن ویژگی‌های دینی، ارزشی و اخلاقی به خویش است.



جاهای خالی را با عبارتهای مناسب کامل کنید.

- ۳۷- نوجوانی دوره‌ای است که مابین ..... و ..... قرار دارد.
- ۳۸- در پایان نوجوانی کودک باید به پختگی رسیده باشد، یعنی ..... شده باشد.
- ۳۹- استفاده مکرر از رویاپردازی در نوجوانی باعث ..... می‌شود.
- ۴۰- برای این‌که شناخت به رفتار اخلاقی منتهی شود باید به .....، ..... و ..... فرد تبدیل شود.
- ۴۱- در نوجوانی یک سال پس از افزایش وزن و قد، ..... کم‌کم رشد می‌کنند.
- ۴۲- اندازه و ظرفیت شش در نوجوانی ..... برابر و اندازه قلب ..... برابر می‌شود.
- ۴۳- منظور از بلوغ جنسی مرحله‌ای است که در آن ..... رخ می‌دهد.
- ۴۴- توجه نوجوانان، در مقایسه با کودکان ..... است.
- ۴۵- نوجوانان در پیش‌بینی یک موقعیت از ..... بهره می‌برند.
- ۴۶- هویت ..... است که فرد مابین خود و دیگران قائل می‌شود.
- ۴۷- در سنین نوجوانی فرد برای کاهش فاصله خود آرمانی و خود واقعی ..... می‌کنند.
- ۴۸- اگر در طول پایان دوره نوجوانی، هویت شکل نگرفته باشد، فرد دچار ..... می‌شود.

به سؤالات زیر پاسخ کامل بدهید.

- ۴۹- پیامدهای ناسازگارانه رشد شناختی را نام ببرید.
- ۵۰- سه مورد از ویژگی‌های شناختی دوره نوجوانی را نام ببرید.
- ۵۱- مشکلات اساسی در فرایند هویت‌یابی را توضیح دهید.
- ۵۲- رابطه شناخت و رفتار اخلاقی را شرح دهید.
- ۵۳- اهمیت یادگیری مهارت‌های کنترل هیجانات را توضیح دهید.
- ۵۴- رابطه رشد شناختی و رشد اخلاقی را توضیح دهید.
- ۵۵- رشد هیجانی در دوره نوجوانی چگونه است؟ توضیح دهید.
- ۵۶- اجزای هویت را نام ببرید. (۳ مورد)
- ۵۷- ۴ مؤلفه اساسی در احساس هویت‌یابی را نام برده و توضیح دهید.
- ۵۸- رابطه رشد اخلاقی و شکل‌گیری هویت چیست؟ توضیح دهید.
- ۵۹- به چه دلیل، نوجوانان در دوره نوجوانی به رویاپردازی مشغول می‌شوند؟

## سؤالات امتحانی درس دوم

**توجه:** سؤالاتی که کنارش  زردیم، سؤالاتیه که از برای مطالعه کتاب طرح شده.

درست یا نادرست بودن عبارتهای زیر را تعیین کنید.

- | نادرست                   | درست                     |  |
|--------------------------|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱- امروزه اکثر روان‌شناسان رشد معتقد به رشد پیوسته و کمی هستند.  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۲- یادگیری به عنوان یک عامل زیستی یا سرشتی مؤثر بر رشد شناخته شده است.                                       |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۳- کودکان در صورتی می‌توانند تعداد لغات بیشتری را فرا بگیرند که این لغات را به طور مکرر در محیط شنیده باشند. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۴- فراخنای زندگی همان طول زندگی افراد است.   |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۵- روان‌شناسان رشد انتهای دوره کودکی دوم را شروع بلوغ می‌دانند.  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۶- ویژگی‌های مربوط به رشد انسان را به دلیل پیوستگی رشد، نمی‌توان به راحتی به مراحل مشخص تقسیم کرد.           |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۷- بنا بر فرموده پیامبر گرامی اسلام ﷺ کودک در هفت‌سال دوم وزیر و مشاور است.                                  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۸- در نگاه اسلامی در سن ۱۵ تا ۲۱ سالگی باید با فرد به صورت آمرانه رفتار کرد.                                 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۹- دوره کودکی نسبت به سایر دوره‌های بعدی رشد، اهمیت زیادی دارد.  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ۱۰- معنای رشد اجتماعی در سنین مختلف متفاوت است.  |

جاهای خالی زیر را با عبارتهای مناسب پر کنید.

- ۱۱- علم روان‌شناسی رشد عبارت است مطالعه ..... انسان از انعقاد نطفه تا مرگ.
- ۱۲- ..... و ..... تغییرات در طول زندگی کار روان‌شناسان رشد است.
- ۱۳- ..... نقش تعیین‌کننده‌ای در ریش یا آمادگی زیستی افراد برای تغییرات دارد.
- ۱۴- این‌که دوقلوهای همسان بسیار به یکدیگر شبیه هستند بیشتر بیانگر عامل ..... در رشد آن‌ها است.
- ۱۵- سه دوره اصلی عمر انسان ..... و ..... است.
- ۱۶- یک تخمک بارور شده طبیعی دارای ..... کروموزوم است.
- ۱۷- در نگاه اسلامی هفت سال اول کودک باید آزاد باشد که ..... کند.
- ۱۸- کودکان با دریافت .....، بر هیجانات خود جهت می‌دهند.
- ۱۹- هیجانات ساده در کودکی با توجه به رشد ..... کودکان از هیجانات مختلف و ..... به هیجانات مرکب تعمیم می‌یابد.
- ۲۰- رشد .....، تغییر اساسی دوره نوجوانی است که با بلوغ جنسی رخ می‌دهد.
- ۲۱- اجتماعی شدن در کودکان دارای فرایندی است که در طول دوره‌های رشد، با ایجاد ..... خودش را نشان می‌دهد.
- ۲۲- در ..... ماهگی کودک ترس از غریبه‌ها را از خود نشان می‌دهد.
- ۲۳- در سن ۴ - ۵ سالگی کودکان با یکدیگر به بازی‌های ..... می‌پردازند.
- ۲۴- در دوره دبستان کودکان با یکدیگر بازی‌های ..... می‌کنند.
- ۲۵- رشد هیجانی در کودکان نسبت به حیوانات به دلیل ..... و ..... رشد یافته‌تر است.
- ۲۶- نوجوانان در پیش‌بینی یک موقعیت، از ..... بهره می‌برند؛ در حالی که مبنای استدلال در دوره کودکی ..... است.
- ۲۷- مهارت‌آموزی چگونگی به حافظه سپردن اطلاعات ..... نام دارد.
- ۲۸- پردازش غالب در نوجوانی ..... است.
- ۲۹- رشد سریع ..... در نوجوانی و جوانی باعث می‌شود که فرد بهتر بتواند درباره مسائل اخلاقی و ارزشی و دینی قضاوت کند.
- ۳۰- یکی از مهارت‌های کنترل هیجانات، مهارت ..... است.

به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید.

- ۳۱- سه مورد از جنبه‌های مختلف رشد را نام ببرید.
- ۳۲- این‌که گفته می‌شود در پایان دوره نوجوانی، کودک باید به پختگی رسیده باشد، به چه معنا است؟
- ۳۳- هویت چیست؟
- ۳۴- «ریش یا پختگی» را توضیح دهید.
- ۳۵- در تعریف روان‌شناسان، وقتی فرد از خود چه ویژگی‌هایی نشان بدهد گفته می‌شود که نوجوانی او به پایان رسیده است؟
- ۳۶- ۳ مورد از عوامل مؤثر بر رشد قبل از تولد را نام ببرید.
- ۳۷- امام صادق (علیه السلام) در رابطه با تربیت کودک چه می‌فرمایند؟
- ۳۸- ۳ مورد از انواع هیجانات مرکب را نام ببرید.
- ۳۹- به چه دلیل کودکان مسئول اعمال خود نیستند؟ توضیح دهید.
- ۴۰- افزایش سرعت تفکر در نوجوانی منجر به چه چیزی می‌شود؟
- ۴۱- بنویسید که هر کدام از اشعار زیر مربوط به عوامل زیستی است یا محیطی؟

الف) سنگ اصحاب کهف روزی چند پی نیکان گرفت و مردم شد  
ب) عاقبت گرگ‌زاده گرگ شود گرچه با آدمی بسزرگ شود

به سوالات زیر پاسخ کامل دهید.

- ۴۲- روان‌شناسی رشد را تعریف کنید.
- ۴۳- «عوامل زیستی مؤثر بر رشد» به چه معنا است؟
- ۴۴- «صفات وراثتی که در زمان و مرحله خاصی با ایجاد شرایط خاصی بروز می‌کنند» را با یک مثال توضیح دهید.



- ۴۵- عوامل محیطی و تربیتی که بر رشد مؤثر هستند به چه معنا است؟ توضیح دهید.
- ۴۶- توضیح دهید که براساس نگاه اسلامی در هفت سال سوم باید با فرد چگونه رفتار کرد؟
- ۴۷- توضیح دهید که وراثت، خود را چگونه در تشکیل نطفه نشان می‌دهد؟
- ۴۸- ویژگی‌های جنسی اولیه و ثانویه را توضیح دهید.
- ۴۹- منظور از رشد اخلاقی چیست؟ توضیح دهید.
- ۵۰- ۲ مورد از پیامدهای ناسازگاری رشد شناختی در نوجوانی را نام ببرید و توضیح دهید که توصیه می‌شود برای کم‌کردن این مشکلات با نوجوان چگونه رفتار کرد؟
- ۵۱- توضیح دهید که علت این‌که در خانواده‌های پرجمعیت تعداد لغاتی که کودکان فرا می‌گیرند بیشتر است، چیست؟
- ۵۲- تفاوت سردرگمی نقش با بحران هویت چیست؟ توضیح دهید.
- ۵۳- خود آرمانی و خود واقعی را توضیح دهید و مثال بزنید.
- ۵۴- رویاپردازی در دوره نوجوانی در چه صورت منجر به مشکلات خواهد شد و چه مشکلاتی را ممکن است ایجاد کند؟
- ۵۵- توضیح دهید که چرا کودکان قبل از دبستان به کادوهای خیلی بزرگ علاقه دارند؟



## پاسخ سؤال‌های دست‌گرمی

### بخش اول

باشند ولی به تنهایی بازی کنند و جنسیت هم برای آن‌ها مطرح نیست.

۱۸- درست

۱۹- نوپا

۲۰- پیوستگی رشد

۲۱- آقا و سرور - وزیر و مشاور

۲۲- ظاهری

۲۳- ترس، خشم و محبت

۲۴- ۳، ۲

۲۵- به سه دوره: ۱) کودکی (طفولیت از تولد تا ۲سالگی، کودکی اول

از ۲سالگی تا ۷سالگی و کودکی دوم از ۷ تا ۱۲سالگی)

۲) نوجوانی

۳) بزرگسالی (جوانی - میانسالی - پیری)

۲۶- به احتمال زیاد این کودکان می‌گویند، لیوان لاغر و بلند آبمیوه

بیشتری دارد؛ زیرا کودک در این سن تحت تأثیر ویژگی‌های ظاهری اشیا

قرار می‌گیرد و این‌جا هم ظاهر لیوان بلندتر به‌گونه‌ای است که از نظر

کودک مقدار آبمیوه آن بیشتر است.

۲۷- رشد هیجانی در کودکی، فرایندی پیچیده است که نه تنها مستلزم

آگاهی از هیجانات خود کودک، بلکه مستلزم آگاهی از هیجانات اطرافیان

اوست.

۲۸- رشد هیجانی در دوره کودکی، معطوف به سه هیجان ساده ترس،

خشم و محبت است. با توجه به رشد آگاهی کودکان از هیجان‌های

مختلف و واکنش اطرافیان سه هیجان به هیجان‌های مرکب دیگر،

مثل احساس پشیمانی، سپاس‌گزاری و ترحم تعمیم می‌یابد.

۲۹- به بازی‌هایی گفته می‌شود که کودکان دوست دارند در کنار

همدیگر باشند ولی به تنهایی بازی کنند نه با یکدیگر.

۳۰- رشد اخلاقی دربرگیرنده آن دسته از قوانین و مقررات اجتماعی است

که تعیین می‌کند انسان در رابطه با دیگران چگونه باید رفتار کند.

۳۱- فرایندهایی مانند، توجه، ادراک، حافظه، استدلال و ...

### بخش سوم

۳۲- نادرست / ویژگی‌های جنسی ثانویه جزئی از علائم رشد و قابل

رویت‌اند.

۳۳- درست

۳۴- نادرست / این مهارت چگونگی به حافظه سپردن است.

۳۵- درست

۳۶- درست

۳۷- دوره کودکی - بزرگسالی

۳۸- شبیه بزرگسالان

۱- درست

۲- نادرست / امروزه اکثر روان‌شناسان به رشد مرحله‌ای و کیفی اعتقاد دارند.

۳- نادرست / روان‌شناسی رشد به مطالعه انسان از زمان تشکیل نطفه تا مرگ می‌پردازد.

۴- صفاتی

۵- زیستی - محیطی

۶- آمادگی زیستی

۷- یادگیری

۸- گذر زمان

۹- روان‌شناسی رشد به ما کمک می‌کند تا ویژگی‌های افراد در سنین مختلف را پیش‌بینی کنیم.

۱۰- روان‌شناسان در گذشته معتقد بودند که رشد یک فرایند پیوسته است و نمی‌توان آن را به مراحل مشخصی تقسیم کرد، اما امروزه اکثر روان‌شناسان

رشد، به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند بر همین اساس ابعاد مختلف رشد در طول زندگی یا فراخنای زندگی به مراحل مختلف تقسیم می‌شود.

۱۱- عوامل زیستی: این عوامل ایجادکننده صفاتی هستند که از قبل در فرد نهفته است.

۱۲- عوامل محیطی (تربیتی): این عوامل در بیرون از فرد وجود دارد و بر بروز تغییرات در جنبه‌ها و مراحل مختلف تأثیرگذار است.

۱۳- برخی از این صفات وراثتی از همان روز تولد در ظاهر و رفتار نوزاد بروز می‌کند.

۱۴- برخی دیگر از صفات در زمان و مرحله خاصی با ایجاد شرایطی بروز می‌کند؛ بنابراین بروز این صفات نیازمند گذر زمان است. برای بروز آن‌ها، یک آمادگی خاص نهفته نیاز است.

۱۵- والدین در هر دو جنبه زیستی و محیطی اثرگذارند؛ از لحاظ زیستی وراثت آن‌ها است که روی وراثت فرزند تأثیر می‌گذارد و وراثت

فرزند نشأت‌گرفته از آن‌هاست و از لحاظ محیطی نیز آن‌ها کسانی هستند که محیط رشد را برای فرزندانشان فراهم می‌کنند.

### بخش دوم

۱۴- نادرست / یک تخمک بارور شده طبیعی دارای ۴۶ کروموزوم است.

۱۵- نادرست / رشد جسمانی - حرکتی بیانگر هم تغییرات ظاهری و هم تغییرات درونی باطنی است.

۱۶- درست

۱۷- نادرست / در این سن کودکان علاقه‌مند هستند در کنار یکدیگر



- ۵۲- هر چند رشد اخلاقی به شکل‌گیری شناخت وابسته است، اما در بسیاری از موارد صرف‌داشتن شناخت، به رفتار اخلاقی منجر نمی‌شود.
- ۵۳- هیجانات منبع رفتارهای مثبت و سازنده هستند که در صورت هدایت‌نشدن و به کارگیری غلط آن‌ها، هیجان‌ها به رفتارهای مخرب و پرخطر منجر می‌شوند.
- ۵۴- رشد سریع شناختی در نوجوانی و جوانی باعث می‌شود که فرد بهتر بتواند درباره مسائل اخلاقی، ارزشی و دینی قضاوت کند و واکنش دقیق‌تری نشان دهد.
- ۵۵- به دلیل تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی در دوره نوجوانی، بسیاری از نوجوانان، تحریک‌پذیر می‌شوند. نوجوانان خصوصاً در رابطه با بزرگ‌ترها بیشتر حساس هستند و بیشتر عصبانی می‌شوند. هم‌چنین حالات هیجانی نوجوانان سریع عوض می‌شود.
- ۵۶- جسمی، جنسی، اجتماعی، شناختی، اخلاقی، هیجانی و ...
- ۵۷- مسئله انسانی: احساس این‌که فرد یک موجود انسانی محسوب می‌شود.
- مسئله جنسیت: احساس این‌که فرد مرد یا زن است.
- مسئله فردیت: احساس این‌که فرد، خاص و بی‌نظیر است.
- مسئله پایداری: احساس این‌که فرد همان شخصی است که روز قبل بوده است.
- ۵۸- شناخت و تعریف نوجوان از هویت خویش مستلزم نسبت‌دادن ویژگی‌های دینی، ارزشی و اخلاقی به خویشتن است.
- ۵۹- در نوجوانی، فرد به جای تلاش برای کاهش فاصله خود واقعی و آرمانی، رویاپردازی می‌کند.

- ۳۹- افت عملکرد تحصیلی
- ۴۰- عقاید، باورها و ارزش‌های
- ۴۱- ماهیچه‌ها
- ۴۲- ۳ برابر - ۲ برابر
- ۴۳- رشد جنسی
- ۴۴- گزینشی‌تر
- ۴۵- تفکر احتمال‌گرا
- ۴۶- تمایزی
- ۴۷- رویاپردازی
- ۴۸- بحران هویت
- ۴۹- حساسیت نسبت به انتقاد دیگران
- احساس منحصربه‌فرد بدون اغراق‌آمیز
- آرمان‌گرایی و عیب‌جویی
- مشکل در تصمیم‌گیری روزمره
- ۵۰- (۱) شکل‌گیری تفکر فرضی و احتمال‌گرا
- (۲) توجه گزینشی‌تر
- (۳) ایجاد توانایی بازداری یا منع محرک‌های نامرتب
- ۵۱- از مشکلات اساسی در فرایند هویت‌یابی می‌تواند به دو مورد زیر اشاره کرد:
- (۱) سردرگمی نقش: در طول نوجوانی فرد تلاش می‌کند شغل‌ها و آینده متفاوتی را برای خود تصور کند و نقش‌های مختلف را امتحان کند.
- (۲) بحران هویت: اگر سردرگمی نقش تا پایان نوجوانی ادامه یابد و فرد هنوز تکلیفش با خودش معلوم نباشد تبدیل به بحران هویت می‌شود.

## پاسخ‌سؤال‌های امتحانی درس دوم

- ۱- نادرست / امروزه اکثر روان‌شناسان رشد به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند.
- ۲- نادرست / وراثت، به عنوان یک عامل زیستی یا سرشتی مؤثر بر رشد شناخته شده است.
- ۳- درست
- ۴- درست
- ۵- درست
- ۶- درست
- ۷- نادرست / کودک در هفت سال دوم، فرمانبردار است.
- ۸- نادرست / در این سن نباید با فرد به صورت آمرانه رفتار کرد.
- ۹- درست
- ۱۰- درست
- ۱۱- تغییرات
- ۱۲- شناسایی - پیش‌بینی
- ۱۳- وراثت
- ۱۴- وراثتی
- ۱۵- کودکی، نوجوانی و بزرگسالی
- ۱۶- ۴۶
- ۱۷- بازی
- ۱۸- واکنش دیگران
- ۱۹- آگاهی - واکنش اطرافیان
- ۲۰- دستگاه تولیدمثل
- ۲۱- شرایط محیطی مناسب
- ۲۲- هشت
- ۲۳- موازی
- ۲۴- گروهی
- ۲۵- آگاهی بیشتر - محیط بازتر و متنوع‌تر
- ۲۶- تفکر احتمال‌گرا - واقعیت‌های ملموس و بیرونی

کروموزوم از مادر / ۲۳ کروموزوم از پدر به ارث می‌برد و از طریق همین کروموزوم‌ها و ژن‌های روی آن‌هاست که افراد، صفات را به ارث می‌برند.

**۴۸- ویژگی‌های جنسی اولیه:** تغییراتی هستند که مستقیماً بر توانایی تولیدمثل تأثیر می‌گذارند. این تغییرات مربوط به اندام‌های جنسی است. ویژگی‌های جنسی ثانویه: تغییرات قابل رؤیتی هستند که جزئی از علائم رشد هستند و مستقیماً در باروری و تولیدمثل نقش ندارند.

**۴۹- رشد اخلاقی** دربرگیرنده آن دسته از قوانین و مقررات اجتماعی است که تعیین می‌کند انسان در رابطه با دیگران چگونه رفتار کند.

**۵۰- (۱) حساسیت نسبت به انتقاد دیگران:** بهتر است در حضور دیگران از نوجوانان عیب‌جویی نشود.

**(۲) احساس منحصربه‌فرد بودن** اغراق‌آمیز: باید ویژگی‌های منحصربه‌فرد نوجوانان را پذیرفت تا در زمان مناسب دیدگاه متعادل‌تری ایجاد شود.

**۵۱- یادگیری یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی است** که به روی تغییرات رشدی تأثیر دارد و وقتی بچه‌ها سنشان افزایش می‌یابد لغات بیشتری را به زبان می‌آورند اما اگر این لغات را به طور مکرر در محیط خود شنیده باشند امکان یادگیری لغات برای آن‌ها بیشتر فراهم خواهد شد و این امکان در خانواده‌های پر جمعیت بیشتر است.

**۵۲- سردرگمی نقش** یعنی این‌که در دوره نوجوانی فرد تلاش می‌کند، نقش‌ها و ارزش‌ها و ایده‌های مختلف را مطالعه و حتی تجربه کند، اما اگر سردرگمی نقش تا پایان نوجوانی به اتمام نرسد آن‌وقت فرد دچار بحران هویت می‌شود.

**۵۳- خود واقعی عبارت است از ویژگی‌هایی که فرد دارد.** خود آرمانی عبارت است از ویژگی‌هایی که فرد دوست دارد داشته باشد.

مثل: پسر ۱۴ ساله‌ای که دارای قد بلند، هوش و عملکرد تحصیلی متوسط، با روحیه طنزپردازانه و استعداد نقاشی بالا و علاقه‌مند به مسائل ارزشی. این ویژگی‌ها بیانگر خود واقعی او و حال اگر این پسر برای خودش ایده‌آل‌هایی داشته باشد مثل هنرمند شدن یا فیلسوف شدن این خود آرمانی او را شکل خواهد داد.

**۵۴- استفاده مکرر از رویاپردازی می‌تواند باعث افت در عملکرد تحصیلی و دیگر عملکردها شود.**

**۵۵- چون کودکان، تحت تأثیر ویژگی‌های ظاهری اشیا قرار می‌گیرند (عینی هستند) و چون کادوهای بزرگ‌تر از نظر ظاهری بیشتر به چشم می‌آیند، آن‌ها به این نوع کادوها علاقه بیشتری دارند.**

۲۷- فراحافظه

۲۸- پردازش مفهومی

۲۹- شناختی

۳۰- کنترل خشم و ورزش کردن

۳۱- (رشد شناختی - هیجانی - رشد اجتماعی)

رشد جنبه‌های مختلف دارد. تغییرات رشد پیوسته، اما مرحله‌ای و کیفی است عوامل زیستی و محیطی بر تغییرات رشدی مؤثر هستند.

**۳۲- یعنی شبیه بزرگسالان شده باشد.**

**۳۳- تمایزی است که فرد، بین خود و دیگران می‌گذارد و طرز فکر و عقاید و نحوه ارتباط فرد با دیگران را شامل می‌شود.**

**۳۴- آمادگی زیستی که دارای برنامه رشد طبیعی و منظمی است.**

**۳۵- زمانی که فرد شروع به کار کند و مستقل از والدین شود.**

**۳۶- سن مادر - کیفیت تغذیه مادر - فشار روانی و ...**

**۳۷- «آدمی اگر در سنین کودکی آموخت، صالح و رستگار می‌شود و گرنه دیگر در او خیری نیست.»**

**۳۸- احساس پشیمانی - سپاس‌گزاری و ترحم**

**۳۹- چون هیچ تصور یا دیدگاهی راجع به خیر و شر بودن مسائل ندارند.**

**۴۰- در یک لحظه اطلاعات بیشتری در حافظه آن‌ها نگه داشته می‌شود و در نتیجه نوجوانان برخلاف کودکان، قادر به ظرفیت‌سازی حافظه خود هستند.**

**۴۱- الف) محیطی (یادگیری) ب) عوامل زیستی (سرشت یا وراثت)**

**۴۲- شاخه‌ای از علم روان‌شناسی است که تلاش می‌کند تا تغییراتی که در طول زندگی، از زمان تشکیل نطفه تا زمان مرگ در آدمی رخ می‌دهد را تبیین کند.**

**۴۳- عوامل زیستی عبارت‌اند از: آن دسته عواملی که ایجادکننده خصیصه‌ها یا صفاتی می‌باشند که از قبل در فرد نهفته است.**

**۴۴- مثلاً استعداد ریاضی یک کودک که از پدرش به ارث برده است و این استعداد خود را در دوران مدرسه نشان می‌دهد، نه قبل از آن.**

**۴۵- عواملی که بیرون از ماست و رشد ما را تحت تأثیر قرار می‌دهند. یادگیری یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی مؤثر بر رشد است.**

**۴۶- در این سن باید با او به منزله وزیر و مشاور رفتار کرد. دیگر نباید با او به صورت امرانه رفتار شود. باید او را چون عضو بزرگ خانواده دانست و مانند دیگران او را در تصمیم‌گیری‌ها دخالت داد.**

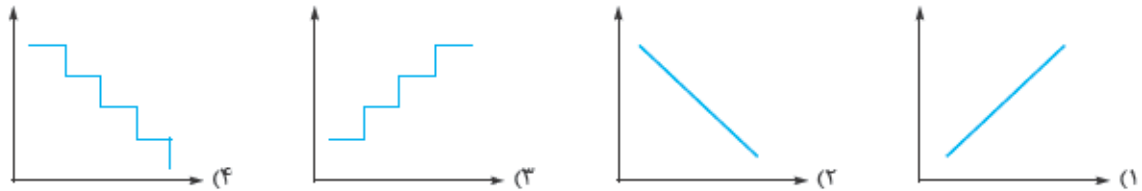
**۴۷- تخمک بارور شده طبیعی دارای ۴۹ کروموزوم است که ۲۳**





## سؤال‌های چهارگزینه‌ای

۱- کدام یک از نمودارهای زیر بیانگر رشد مرحله‌ای است؟



۲- مهم‌ترین دلیل شباهت بسیار زیاد دوقلوهای همسان به یکدیگر کدام یک از گزینه‌های زیر است؟

- (۱) محیط (۲) وراثت (۳) یادگیری (۴) تربیت

۳- پایان کودکی دوم کدام یک از گزینه‌های زیر است؟

- (۱) شروع بلوغ (۲) پایان بلوغ (۳) استقلال از والدین (۴) شروع به کار

۴- کدام یک از گزینه‌های زیر از جمله مراحل اصلی عمر انسان نمی‌باشد؟

- (۱) کودکی (۲) نوجوانی (۳) جوانی (۴) بزرگسالی

۵- براساس تفکر اسلامی در ..... باید کم‌کم زیبایی‌ها و زشتی‌ها را به فرد فهماند و در ..... نباید با او به صورت آمرانه رفتار کرد.

- (۱) هفت سال اول - هفت سال دوم (۲) هفت سال دوم - هفت سال سوم  
(۳) هفت سال دوم - هفت سال دوم (۴) هفت سال اول - هفت سال سوم

۶- کدام یک از گزینه‌های زیر بیانگر رشد هیجانی نیست؟

- (۱) خشمگین شدن (۲) ابراز محبت کردن (۳) توانایی تکلم (۴) شادی کردن

۷- شعر زیر بر کدام یک از گزینه‌های زیر تأکید دارد؟

«تربیت نااهل را چون گردکان بر گنبد است اصل بد نیکو نگرود چون که بنیادش بد است»

- (۱) رشد جنبه‌های مختلف دارد. (۲) مرحله‌ای بودن رشد (۳) تأثیر عوامل محیطی بر رشد (۴) تأثیر عوامل زیستی بر رشد

۸- رشد شناختی، به رشد کدام یک از توانایی‌های زیر مربوط نمی‌شود؟

- (۱) توجه (۲) قضاوت (۳) ارتباط با همسالان (۴) توانایی‌های زبانی

۹- کدام یک از گزینه‌های زیر جزء هیجانات مرکب نیست؟

- (۱) محبت (۲) پشیمانی (۳) سپاس‌گزاری (۴) ترجم

۱۰- در رابطه با هیجانات کدام یک از گزینه‌های زیر صحیح نیست؟

- (۱) حیوانات هم می‌توانند هیجانات ساده از خود نشان دهند.  
(۲) رشد هیجانی کودکان شبیه به رشد هیجانی حیوانات است.  
(۳) واکنش‌های اطرافیان به خصوص مادر در شکل‌گیری هیجانات مرکب مؤثر است.  
(۴) رشد هیجانی مشروط به آگاهی فرد و رابطه دوطرفه کودک با مادرش بوده است.

۱۱- کدام یک از گزینه‌های زیر صحیح نیست؟

- (۱) شناسایی و پیش‌بینی تغییرات در طول زندگی کار روان‌شناسان رشد است.  
(۲) شاخص‌ترین جنبه از رشد، رشد اجتماعی است.  
(۳) در حال حاضر رشد مرحله‌ای و کیفی مورد قبول اکثر روان‌شناسان رشد است.  
(۴) وراثت، نقش تعیین‌کننده‌ای در رشد یا آمادگی زیستی افراد برای تغییرات دارد.

۱۲- پختگی به معنای ..... است که دارای برنامه رشد طبیعی منظمی است.

- (۱) رشد جنسی (۲) عوامل زیستی (۳) رشد زیستی (۴) آمادگی زیستی

۱۳- یک عامل زیستی یا سرشتی مؤثر بر رشد ..... می‌باشد.

- (۱) محیط (۲) وراثت (۳) یادگیری (۴) تربیت

- ۱۴- کدامیک از گزینه‌های زیر مثالی از حرکات ظریف می‌باشد؟  
 (۱) سر را بالا نگاه‌داشتن (۲) با پا به توپ ضربه‌زدن (۳) به عقب رامرفتن (۴) از پله بالا رفتن
- ۱۵- کدامیک از گزینه‌های زیر یکی از انواع رشد شناختی در نوجوانی نیست؟  
 (۱) توجه‌گزینشی‌تر (۲) قدرت بازداری یا منع محرک‌های مرتبط (۳) شکل‌گیری تفکر فرضی یا احتمال‌گرا (۴) افزایش سرعت تفکر
- ۱۶- در رابطه با رشد اجتماعی دورهٔ کودکی کدامیک از گزینه‌های زیر صحیح نیست؟  
 (۱) اولین علامت رشد اجتماعی در ۲ - ۳ ماهگی لبخند اجتماعی است.  
 (۲) در ۲ سالگی، ترس از غریبه‌ها اتفاق می‌افتد.  
 (۳) در ۴ - ۵ سالگی کودکان به بازی‌های موازی با یکدیگر می‌پردازند.  
 (۴) کودکان در دورهٔ دبستان به بازی‌های گروهی با یکدیگر می‌پردازند.
- ۱۷- دلیل اصلی تحریک‌پذیری در نوجوانی کدامیک از گزینه‌های زیر است؟  
 (۱) تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی (۲) فاصله‌گرفتن از والدین (۳) رویاپردازی بیش از حد (۴) عدم تفکیک واقعیت از خیال
- ۱۸- کدامیک از گزینه‌های زیر به کاهش تحریک‌پذیری و بی‌ثباتی خلقی در دورهٔ نوجوانی کمک می‌کند؟  
 (۱) مهارت کنترل هیجان (۲) مهارت‌های شناخت (۳) مهارت ارزیابی (۴) مهارت ابراز وجود
- ۱۹- کدامیک از گزینه‌های زیر بیانگر یکی از مسائل اصلی در هویت‌یابی نیست؟  
 (۱) مسئلهٔ ارزشی (۲) مسئلهٔ جنسیت (۳) مسئلهٔ پایداری (۴) مسئلهٔ انسانی
- ۲۰- رشد سریع ..... در نوجوانی باعث می‌شود که فرد بهتر بتواند دربارهٔ مسائل اخلاقی و ارزشی و دینی قضاوت کند.  
 (۱) اجتماعی (۲) شناختی (۳) اخلاقی (۴) هیجانی
- ۲۱- در رابطه با رویاپردازی در دورهٔ نوجوانی، کدامیک از گزینه‌های زیر صحیح نیست؟  
 (۱) نوجوانان در این سنین برای کاهش فاصله خود آرمانی و خود واقعی از رویاپردازی استفاده می‌کنند.  
 (۲) رویاپردازی در نوجوانی عملی نابه‌هنگار محسوب می‌شود.  
 (۳) استفادهٔ مکرر از رویاپردازی می‌تواند منجر به افت در عملکرد تحصیلی و دیگر عملکردهای نوجوان بشود.  
 (۴) خودواقعی عبارت است از ویژگی‌هایی که فرد دارد.

## پاسخ‌سؤال‌های چهارگزینه‌ای

- ۱- گزینهٔ «۳» رشد مرحله‌ای باید پله، پله باشد و از پایین به بالا
- ۲- گزینهٔ «۲» پایان کودکی دوم مصادف با شروع بلوغ است.
- ۳- گزینهٔ «۱» جوانی یکی از مراحل بزرگسالی است.
- ۴- گزینهٔ «۳» توانایی تکلم از موارد رشد شناختی است.
- ۵- گزینهٔ «۲» این شعر می‌گوید که تربیت برای فردی که ذاتش بد است فایده‌ای ندارد.
- ۶- گزینهٔ «۳» ارتباط با همسالان از موارد رشد اجتماعی است.
- ۷- گزینهٔ «۴» محبت جزء هیجان‌ات ساده است.
- ۸- گزینهٔ «۱» رشد هیجانی کودکان از حیوانات پیشرفته‌تر است.
- ۹- گزینهٔ «۲» شاخص‌ترین جنبه از رشد، رشد جسمانی - حرکتی است.
- ۱۰- گزینهٔ «۳» قدرت بازداری یا منع محرک‌های نامرتبط از ویژگی‌های رشد شناختی نوجوانی است.
- ۱۱- گزینهٔ «۲» ترس از غریبه‌ها در ۸ ماهگی است.
- ۱۲- گزینهٔ «۱» مسئله‌های اصلی در هویت‌یابی عبارت‌اند از: مسئلهٔ فردیت، مسئلهٔ انسانی، مسئلهٔ پایداری، مسئلهٔ جنسیت
- ۱۳- گزینهٔ «۲» رویاپردازی در نوجوانی امری طبیعی است.
- ۱۴- گزینهٔ «۲» مسئلهٔ ارزشی
- ۱۵- گزینهٔ «۳» مسئلهٔ جنسیت
- ۱۶- گزینهٔ «۳» مسئلهٔ پایداری
- ۱۷- گزینهٔ «۴» مسئلهٔ انسانی
- ۱۸- گزینهٔ «۳» مسئلهٔ اخلاقی
- ۱۹- گزینهٔ «۴» مسئلهٔ هیجانی
- ۲۰- گزینهٔ «۳» مسئلهٔ پایداری
- ۲۱- گزینهٔ «۳» مسئلهٔ اخلاقی