

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة -



معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مطبوعة بيداغوجية في مقياس:

علم النفس النمو

الدرجة العلمية: أستاذ محاضر قسم - أ -

إعداد الدكتور: قدور عزالدين

الموسم الجامعي: 2024/2023

المستوى: الثانية ليسانس

التدريب الرياضي

الشعبة: علم الحركة

التدريب الرياضي التنافسي

التخصص: التربية و علم الحركة

الوحدة: أفقية

السداسي: الثالث

الحجم الساعي الأسبوعي: 1 سا و 30 د الحجم الساعي للسداسي: 14 أسبوع

قائمة المحتويات



رقم المحاضرة	عنوان المحاضرة	الصفحة
الأولى	مفاهيم عامة حول علم النفس	09 - 01
الثانية	مدخل إلى علم النفس النمو	17 - 10
الثالثة	النظريات الخاصة بعلم النفس النمو	26 - 18
الرابعة	المبادئ العامة للنمو و أهم مناهج البحث في علم النفس النمو	35 - 27
الخامسة	مظاهر النمو و خصائصه و العوامل المؤثرة فيه	50 - 36
السادسة	مرحلة الطفولة	71 - 51
السابعة	الحاجات النفسية للطفل	76 - 72
الثامنة	مرحلة المراهقة	93 - 77
التاسعة	الحاجات النفسية للمراهق	98 - 94
العاشرة	النمو و التدريب الرياضي	102 - 99

المحاضرة الأولى (حصة واحدة): مفاهيم عامة حول علم النفس

* تمهيد:

يختص علم النفس بدراسة نواحي عديدة من نشاط الإنسان، حيث يدرس نشاطه العقلي والحركي والإنفعالي، و يدرس تفاعل العمليات العقلية و البدنية و الانفعالية في هذا النشاط، و ذلك خلال مراحل الحياة المختلفة من الميلاد إلى الشيخوخة.

و لمصطلح علم النفس عدة تعريفات، تتباين و تختلف حسب إختلاف علماء النفس و المدارس الفكرية التي ينتمون إليها، و رغم تعدد مدارسهم و إختلاف آراءهم إستطاعوا أن يتفقوا على أن علم النفس يهتم بدراسة كل ما يصدر عن الفرد من أفعال أو نشاط.

1- مفهوم علم النفس:

- الدراسة العلمية لسلوك الإنسان و علاقته بالبيئة المحيطة.
- الدراسة العلمية لسلوك الكائنات الحية و خصوصا الإنسان، و ذلك بهدف التوصل إلى فهم هذا السلوك و تفسيره و التنبؤ به و التحكم فيه.
- هو العلم الذي يدرس جوانب نشاط الإنسان الذي يعيش في بيئة من الأفراد و الأشياء، و يسعى لإشباع حاجاته العضوية و النفسية، و في خلال سعيه تعترضه العوائق المادية و الإجتماعية، و من ثم يحاول علم النفس تفسير هذه النشاطات.

2- أهداف علم النفس:

2-1- الفهم:

أي فهم الظواهر النفسية عن طريق إيجاد العلاقة التي تربط بين الظواهر المختلفة، فإذا لم نجد أي علاقة للظاهرة بأي ظاهرة أخرى فإنها تظل غامضة غير مفهومة أو معروفة. فمثلاً إذا ذهبنا إلى منزلنا فوجدنا أثاثه متناثر هنا وهناك فإننا نحاول تفسير هذه الظاهرة بأننا تربط بينها وبين دخول شخص غريب إلى المنزل من أجل السرقة أو غير ذلك. فالفهم إذاً يتم بعملية الربط وإدراك العلاقات بين الظواهر المراد تفسيرها والأحداث التي تلازمها وتسبقها.

2-2- الضبط:

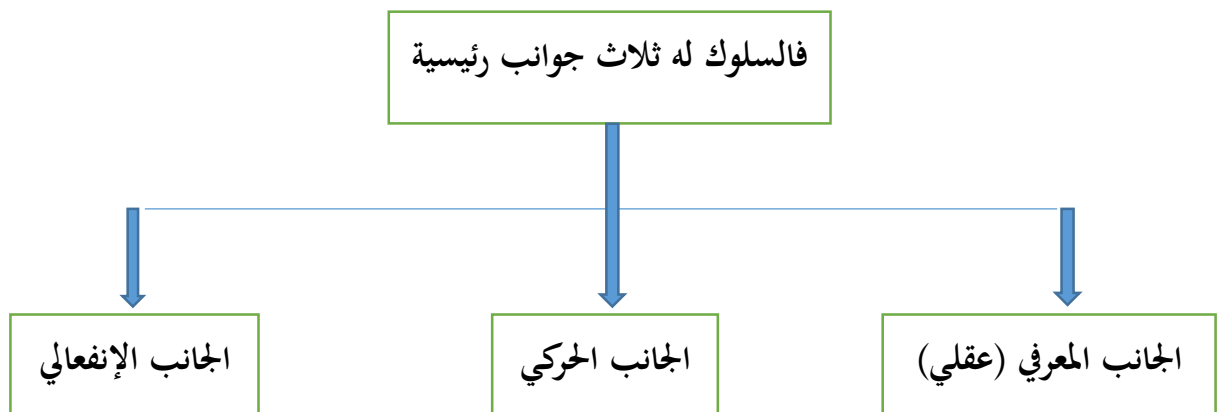
هو التحكم في الظروف التي تحدث الظاهرة بشكل يحقق لنا الوصول إلى هدف معين. فيمكننا التحكم في ظاهرة النجاح في الجامعة مثلاً على أساس التوجيه التعليمي الصحيح للطلاب.

2-3- التنبؤ:

هو تصور النتائج في مواقف جديدة لاحقة، وذلك باستخدامنا للمعلومات التي توصلنا إليها. فمثلاً بناءً على إكتشاف العلاقة بين الحرارة وتمدد الأجسام الصلبة نستطيع أن نتنبأ بأن قضيب سكة الحديد سوف يتقوس إذا مر عليه القطار إذا لم تكن هناك فراغات بين أجزائه.

3- السلوك:

هو أي نشاط يصدر من الإنسان (جسمي - عقلي - اجتماعي - انفعالي ... الخ) نتيجة لعلاقة و تفاعل بينه و بين البيئة المحيطة به. فلكي نفهم السلوك لا بد أن نعرف أن الفرد منذ ولادته يبدأ بينه و بين البيئة التي يعيش فيها صلة تفاعل. فهذه العلاقة تجعله في حالة مستمرة من النشاط (هو ما نسميه السلوك).



* الجانب المعرفي:

يتناول الإدراك، التمييز، التصور، التخيل.

- الإدراك بأنك جالس في المحاضرة - تفكر في المستقبل - تمييز الطفل بين الأشخاص الغرباء و والديه.

- التمييز بين الساخن و الحار.

* الجانب الحركي:

مثل الإستجابات الحركية (إستقبال رمي الكرة، الهروب من الخصم، الكتابة).

* الجانب الإنفعالي:

و هو الحالة الإنفعالية المصاحبة للسلوك (ضحك - فرح - حزن - غضب - كره - حُب).

3-1- خصائص السلوك:

1- ثابت نسبياً:

أي يتشابه في الماضي و الحاضر و المستقبل، و خاصة من الأشخاص العاديين في المواقف العادية و ظروف عادية، أي إذا تساوت الظروف و العوامل. و بما أنه ثابت نسبياً يمكن قياسه.

2- التنبؤ به:

فمثلاً إذا تفوق الطالب في الإبتدائي و المتوسط و الثانوي، يمكن القول إذا تساوت الظروف و العوامل أن هذا الطالب سوف يكون متفوقاً في التعليم الجامعي.

3- مرونة السلوك الإنساني:

أي قابل للتغيير و التعديل، فمثلاً حكاية الطفل المتوحش الذي عُثر عليه في غابة أفيرون بفرنسا عام 1798 م، كان يعيش حتى السنة 12 من عمره مع الحيوانات. و قد وضع إيتارد برنامج له يهدف إلى تنمية الناحية الإجتماعية عند الطفل و ترويض سلوكه بصفة عامة. و قد نجح في تعليم الطفل المتوحش الكلام و قراءة بعض الكلمات.

4- أهمية دراسة علم النفس:

1- أنه يتناول سلوك الإنسان ذلك الكائن الذي كرمه الله عز و جل {و لقد كرمنا بني آدم و

حملناهم في البر و البحر...}. و كما ذكرنا يُعتبر أحد الدعائم الأساسية للحضارة في المجتمعات البشرية.

2- يحاول هذا العلم فهم طبيعة الإنسان، و يحاول تغيير أو تعديل السلوك إلى الأفضل، كما أن من أهدافه هو وصف الظواهر و فهمها و الكشف عن أسباب ظهورها، و بالتالي فهو يقود إلى وضع الحلول لكثير من المشاكل اليومية.

5- أهم مدارس علم النفس:

5-1- مدرسة التحليل النفسي:

ظهرت هذه المدرسة في مطلع القرن العشرين على أيدي العالم النمساوي " فرويد "، و الذي كان طبيباً متخصصاً في الطب العقلي و الأعصاب، و كان يهتم بفهم و علاج الإضطرابات العقلية، و الذي إعتبر الجانب غير الواعي من النفس و هو اللاشعوري المسئول الأول عن السلوك غير السوي، و من أهم مسلمات هذه المدرسة أن السلوك المرضي يرجع إلى دوافع لاشعورية منبثقة من نوعين من الغرائز الموروثة هما غريزة الحياة و تبعثها الطاقة الجنسية، و غريزة الموت و تبعثها الطاقة العدوانية، و قد إعتبر فرويد أن السنوات الأولى من حياة الفرد تتضمن الكثير من الإحباطات تختزن فيما أطلق عليه اللاشعور، و تؤدي فيما بعد إلى الإضطرابات النفسية، و بالرغم من معارضا بعض أتباع هذه المدرسة ضد بعض أفكارها و منهجها، إلا أن جميعها لم يخرج عن إطار المفاهيم الأساسية للمدرسة مثل: اللاشعور و الصراع و الكبت و الحيل اللاشعورية، و كذلك منهج

التداعي الحر في دراسة الحالات المرضية.

5-2- المدرسة السلوكية:

يُعتبر العالم الأمريكي "واطسن" رائد المدرسة السلوكية و مؤسسها، و واضع لمبادئها، و أتبعه نخبة من العلماء أشهرهم "ثورندايك" و "جاثري" و "سكينر" و "كلارك هول"، و الذين أضافوا بعض المبادئ إلى هذه المدرسة. و من أهم مبادئ هذه المدرسة أن دراسة علم النفس يجب أن تنصب على السلوك الذي يمكن ملاحظته و قياسه بطريقة موضوعية، و وضع السلوك موضع التجريب و القياس كما في العلوم الطبيعية، و ينظر السلوكيون إلى العمليات العقلية و الإنفعالية كالإدراك و التذكر و الحب و الغضب على أنها مفاهيم فرضية يُستدل عليها من آثارها في السلوك، و أن السلوك هو مجموعة الإستجابات البسيطة نتيجة لمجموعة من المثيرات الطبيعية أو الإجتماعية أو الفيزيولوجية الموجودة في بيئة الفرد. و لقد أهملت هذه المدرسة التفاعل الذي يحدث بين مثيرات المواقف الذي يؤدي إلى السلوك و تعاملت مع كل مثير على حدى، كما أهملت أيضا طبيعة الفرد و خصائصه و تفردته نتيجة لعامل الوراثة.

و لكن أتباع "واطسن" قاموا بتصحيح ذلك، و إعتبروا السلوك وظيفة لتفاعل متغيرات الكائن الحي و متغيرات البيئة، و أصبحت بذلك أقوى المدارس التي يمكن عن طريق إطارها الفكري معالجة معظم الظواهر النفسية.

5-3- مدرسة الجشطالت:

ظهرت هذه المدرسة في ألمانيا في نفس الوقت تقريبا الذي ظهرت خلاله المدرسة

السلوكية، و من أشهر علمائها "فيرتيمر" و "كوفكا" و "كوهلر"، و ترجع هذه التسمية إلى أن هؤلاء العلماء كان اهتمامهم منصباً على دراسة عمليات الإدراك الحسي، و قد أسفرت نتائجهم عن أن الإنسان يدرك صيغة (جشطات باللغة الألمانية) و لا يدرك أجزاء منفصلة، فعندما نلاحظ لاعباً يصب الكرة نحو الهدف، فإننا ندرك عملية التصويب ككل و لا ندرك كل عضو من أعضاء الجسم منفرداً عن باقي الأعضاء، فالعلاقة بين أعضاء الجسم او الصيغة الكلية للأداء و وظيفته و مدى تحقيقه للهدف هي التي يهتم بها هؤلاء العلماء.

و من أهم مبادئ هذه المدرسة ما يلي:

- 1- أن الجزء ليس له معنى إلا في وجود الكل الذي يحتويه.
- 2- أن إدراك الكل سابق على إدراك الأجزاء.
- 3- أن السلوك ليس مجرد مجموعة من الإستجابات لمجموعة من المثيرات.
- 4- أن فهم السلوك لا يتم عن طريق تحليله إلى حركات جزئية كما يرى السلوكيون، و إنما يفهم عن طريق دراسته ككل نتيجة تفاعل الفرد مع بيئته المادية و الإجتماعية.

6- فروع و ميادين علم النفس:

1- علم النفس النمو:

يعنى بدراسة نمو الطفل و المراحل المختلفة التي تمر بها عملية النمو و العوامل التي تؤثر فيها، و الخصائص العامة التي تميز مراحل النمو المختلفة (المهد و الرضاعة - و

الطفولة - و المراهقة) مما يجعلنا أكثر قدرة على توجيهه و تربيته.

2- علم النفس التربوي:

يهتم بدراسة المبادئ و المتطلبات الأساسية للعملية التعليمية، حتى يستطيع المعلمون و المربون من تهيئة البيئة التعليمية المناسبة للخروج بمخرجات تعليمية إيجابية، كما يساعد المعلمين على الفهم الصحيح لسلوك الطلبة.

3- علم النفس الإجتماعي:

يهتم بصفة خاصة بدراسة علاقة الفرد بالجماعة و علاقة الجماعات ببعضها ببعض، فهو مثلاً يهتم بدراسة التنشئة الإجتماعية للفرد و كيفية تأثره بالنظام الإجتماعي الذي ينشأ فيه، و كيف يؤثر ذلك في تكوين اتجاهاته و إعتقاداته و ميوله، و هو يدرس سيكولوجية الجماهير و الرأي العام و الدعاية.

4- علم النفس الصناعي:

يهتم بتطبيق مبادئ علم النفس في ميدان الصناعة لزيادة الكفاءة الإنتاجية للعامل، و ذلك باختيار العامل المناسب و تدريبه و تقويمه و دراسة ظروف العمل و أحسنها للإنتاج. كما يدرس أسباب الحوادث في المصانع و يحاول أن يضع الوسائل الكفيلة بتقليل هذه الحوادث.

5- علم النفس التجاري:

يقوم بدراسة فن الإعلان و طرق معاملة الزبائن و كيفية جذبهم للشراء و العوامل النفسية التي تؤثر على المستهلك.

6- علم النفس الجنائي:

يدرس أسباب الجريمة و دوافعها و أفضل الطرق لعلاجها.

7- علم النفس المرضي:

يهتم بدراسة الأسس السيكولوجية العامة للسلوك غير السوي أو المرضي أو المنحرف، و يعمل على التعرف على أسباب الشذوذ أو الانحراف و أحسن الوسائل لعلاجها.

8- علم النفس العلاجي:

يدرس اضطرابات الشخصية و أساليب التشخيص المختلفة و فنون العلاج الملائمة.

المحاضرة الثانية (حصة واحدة): مدخل إلى علم النفس النمو

* تمهيد:

تفيد دراسة علم النفس بصفة عامة بفهم السلوك و ضبطه و توجيهه و التنبؤ به. و علم نفس النمو بصفة خاصة، يفيد بفهم سلوك الفرد و ضبطه و توجيهه و التنبؤ به، فهو ينمو عبر مختلف مراحل الحياة.

فعلى الرغم من الصلة الوثيقة بين هذان العلمان و تعاملهما مع معظم المواضيع الرئيسية في مجالات علم النفس و السلوك الإنساني في الغالب، إلا أن علم نفس النمو يتميز بسمات أهمها:

- عدم الاكتفاء بوصف الظاهرة أو مقارنتها و التعامل معها كظواهر نفسية جامدة و معزولة عن باقي الظواهر النفسية الأخرى.
- استخلاص العناصر و السمات التي تميز أية ظاهرة من ظواهر النمو خلال مراحل تطورها ثم العمل على دمج تلك الظواهر و إبرازها في شكل تطور سلوكي.
- العلاقة المتينة القائمة بينه و بين فروع علم الحياة بجميع جوانبه، مما أسهم بشكل واضح في إثراء مجاله و توسيع آفاقه.

و الواضح من خلال الإطلاع على الكتب و الأبحاث و الدراسات التي أجريت في هذا

المجال الانشغال حول الإجابة عن التساؤلات التالية:

- كيف و لماذا يصبح الفرد كما هو في مراحل النمو المتتالية؟

- ما هي إمكاناته الوراثية و ظروفه البيئية؟

- ما هي أسباب و أعراض و علاج مشكلات النمو؟

1- مفهوم علم النفس النمو:

يعرف علم النفس النمو بأنه " هو العلم الذي يدرس سلوك الكائن الحي، و ما وراءه من عمليات عقلية، دوافعه و ديناميكياته و آثاره، دراسة علمية يمكن على أساسها فهم و ضبط السلوك و التنبؤ به و التخطيط له.

كما يعرف على أنه: "فرع من فروع علم النفس، و يهتم بدراسة مظاهر الكائن الحي و تطوره، و تفحص سلوكه و العمليات العقلية المؤدية إليه، و الكشف عن دوافع السلوك و نتائجه، و البحث عن العوامل المساهمة في النمو و التطور بشكل علمي يؤدي إلى فهم ذلك السلوك و ضبطه، و إمكانية التنبؤ به".

و يعرف "لاباربا" علم نفس النمو على أنه " مجال واسع من مجالات علم النفس " و ينقسم إلى فرعين:

أولاً: علم نفس النشوء و التطور، الذي يدرس نشوء العمليات النفسية لدى الكائنات الحية، سواءً في شكلها البسيط أو المعقد.

ثانياً: علم النفس تطور الكائن الحي و الذي يهتم بدراسة اتجاهات النمو و التطور لدى الكائنات عن طريق دراسة كائن واحد فقط.

2- موضوع علم النفس النمو:

يُعتبر علم النفس النمو من العلوم ذات الجوانب المتعددة، و تشمل دراسته التعامل مع المتغيرات السلوكية و النفسية للكائن الحي عن طريق دراسة مظاهر النمو الجسمية و العقلية و الاجتماعية و الانفعالية عبر مراحل النمو المختلفة، و تقوم دراسة سلوك الفرد في مراحل نموه المتتابعة على نتائج البحوث العلمية القائمة على الملاحظات و التجارب العلمية، و تتناول هذه البحوث ما يلي:

- دراسة سلوك الفرد و نموه الطبيعي في إطار العوامل الوراثية و العضوية التي تؤثر فيه.
 - دراسة سلوك الفرد في إطار العوامل البيئية المختلفة التي تؤثر فيه سواءاً كانت هذه العوامل جغرافية أو إجتماعية.
 - دراسة أثر سلوك نمو الأفراد في البيئة المحيطة بهم، و في الثقافة التي ينتمون إليها.
 - دراسة أساليب التوافق الشخصي و الاجتماعي و الانفعالي و ما يؤثر في هذا التوافق.
- و لقد ظل علم النفس النمو محل جدل بين المختصين فيه و غيرهم حول تشابهه أو اختلافه مع مواضيع علوم أخرى خاصة علم النفس الطفل.

* مجال علم نفس الطفل:

يهتم بدراسة سلوك الطفل و العمليات النفسية المصاحبة له.

* مجال علم نفس النمو:

يهتم بدراسة التغيرات السلوكية ذات العلاقة بتطور العمر لدى الإنسان، مثل دراسة تغير

سلوك الأطفال خلال مراحل نموهم و تطورهم المختلفة.

3- مفهوم النمو:

هو "تلك التغيرات الإرتقائية البنائية التي تطرأ على الفرد في مختلف النواحي الجسمية، و العقلية، و الإنفعالية، و الاجتماعية، و ذلك منذ لحظة تكوينه و حتى إنتهاء حياته".

4- أهمية دراسة علم النفس النمو:

يمكن تلخيص أهمية دراسة هذا العلم في عدة نقاط أهمها:

1- من الناحية النظرية:

- تزيد من معرفتنا للطبيعة الإنسانية و لعلاقة الإنسان بالبيئة التي يعيش فيها، و ذلك من خلال:

- التعرف على تأثير كل من العوامل الوراثية و البيئية على النمو، مما يؤدي إلى توفير العناصر المساعدة لتلك العوامل على تأدية عملها في أحسن الظروف و تحقيق أفضل النتائج الإيجابية التي يمكن توقعها.

- تؤدي إلى تحديد معايير النمو في كافة مظاهره و خلال مراحلها المختلفة.

2- من الناحية التطبيقية:

- تزيد من القدرة على توجيه الأطفال و المراهقين و التحكم في العوامل و المؤثرات المختلفة التي تؤثر في النمو، و ذلك من خلال مثلاً: مساعدة الأفراد على فهم أنفسهم و ما ينتابهم من تغير يرتبط بمراحل النمو المختلفة، و تقبل المظاهر المصاحبة له، و التوافق مع

عالم الواقع.

- يمكن قياس مظاهر النمو المختلفة بمقاييس علمية تساعدنا من الناحية النفسية و التربوية في التكفل بالأفراد، إذا ما اتضح شذوذ النمو في أي ناحية عن المعيار العادي.

3- بالنسبة لعلماء النفس:

- تساعد دراسة هذا العلم الأخصائيين النفسيين في جهودهم لمساعدة الأطفال و المراهقين و الراشدين... خاصة في مجال علم النفس العلاجي و التوجيه و الإرشاد النفسي و التربوي و المهني.

- كما تعين دراسة قوانين و مبادئ النمو و تحديد معاييرها في اكتشاف أي انحراف أو اضطراب أو شذوذ في سلوك الفرد، و تتيح معرفة أسباب هذا الانحراف و تحديد طريقة علاجه.

4- بالنسبة للمدرسين:

- تساعد في معرفة خصائص الأطفال و المراهقين و في معرفة العوامل التي تؤثر في نموهم و أساليب سلوكهم، و في طرق توافقيهم في الحياة، و في بناء المناهج و طرق التدريس و إعداد الوسائل المعينة في العملية التربوية.

- يؤدي فهم النمو العقلي و نمو الذكاء، و القدرات الخاصة و الاستعدادات و التفكير و التذكر و التخيل و القدرة على التحصيل في العملية التربوية (تطور الملكات العقلية)، حيث يحاول الوصول إلى أفضل الطرق التربوية و التعليمية التي تناسب مرحلة النمو و مستوى النضج الملائم.

- تفيد في إدراك المدرس للفروق الفردية بين تلاميذه، و أنهم يختلفون في قدراتهم و طاقاتهم العقلية و الجسمية و ميولهم... ، و بهذا يوجه المدرس انتباهه للأفراد و يراعي قدراتهم و لا يكتفي بالتربية الجماعية.

5- بالنسبة للأفراد:

- تفيد بالنسبة للأطفال و هم راشدو المستقبل. فبفضل فهم أولياء الأمور و القائمين على التربية و الرعاية النفسية و الإجتماعية و الطبية لعلم نفس النمو، أصبح التوجيه على أساس دليل علمي ممكناً مما يحقق الخير للأفراد من الطفولة إلى الشيخوخة.

- تساعد في أن يفهم كل فرد - بقدر مستوى نموه - طبيعة مرحلة النمو التي يعيشها و يعتبر أن عليه أن يحياها بأوسع و أصح و أكمل شكل ممكن، بإعتبارها غاية في حد ذاتها قبل أن تكون وسيلة لغيرها، أي أن الفرد لا ينبغي أن يضحي بطفولته من أجل رشده، بل يجب أن يحيا الطفولة على أحسن وجه ممكن حتى يبلغ أكمل رشد ممكن.

6- بالنسبة للأولياء:

- تساعد الأولياء في معرفة خصائص الأطفال و المراهقين، مما يعينهم و ينير لهم الطريق في عملية التنشئة و التطبيع الإجتماعي لأولادهم.

- تعين الأولياء على تفهم مراحل النمو و الإنتقال من مرحلة إلى أخرى من مراحل النمو، فلا يعتبرون المراهقين أطفالاً... و هكذا يعرفون أن لكل مرحلة من مراحل النمو خصائصها المميزة، حيث تنمو شخصية الفرد بمظاهرها المختلفة.

- تتيح معرفة الفروق الفردية الشاسعة في معدلات النمو، فلا يكلف الوالدان الطفل أكثر من

وسعه و لا يحملانه ما لا طاقة له به، و يكافئانه على مقدار جهده الذي يبذله، و ليس على مقدار مواهبه الفطرية.

7- بالنسبة للمجتمع:

- يفيد في فهم الفرد و نموه النفسي و تطور مظاهر هذا النمو في المراحل المختلفة في تحديد أحسن الشروط الوراثية و البيئية الممكنة التي تؤدي إلى أحسن نمو ممكن، و حتى لا يخطئ في تفسيره تحقيقا لخير الفرد و تقدم المجتمع.

- تعين على فهم المشكلات الاجتماعية وثيقة الصلة بتكوين و نمو شخصية الفرد و

العوامل المحددة لها مثل مشكلات الضعف العقلي و التأخر الدراسي و النجاح و

الانحرافات الجنسية... و العمل على الوقاية منها و علاج ما يظهر منها.

- تساعد على ضبط سلوك الفرد و تقويمه في الحاضر، بهدف تحقيق أفضل مستوى

ممكن من التوافق النفسي و التربوي و الاجتماعي و المهني بما يحقق صحته النفسية في

الحاضر و المستقبل كإنسان صالح.

- تؤدي على التنبؤ الدقيق بقدر الإمكان كهدف أساسي يساعد في عملية التوجيه في

المستقبل بالنسبة لكل فرد حتى يحقق المجتمع أقصى فائدة من أبنائه.

5- أهداف علم النفس النمو:

ممكن القول أن لسيكولوجية النمو هدفين أساسيين: أولهما الوصف الكامل و الدقيق

قدر الإمكان للعمليات النفسية عند الناس في مختلف أعمارهم، و اكتشاف خصائص التغير

الذي يطرأ على هذه العمليات في كل عمر، و ثانيهما: تفسير التغيرات العمرية (الزمنية) في السلوك أي اكتشاف العوامل و القوى و التغيرات التي تحدد هذه التغيرات، ثم أضيفت أهداف أخرى تتصل بالرعاية و التحكم و التنبؤ، أو بإختصار التدخل في التغيرات السلوكية.

المحاضرة الثالثة (حصة واحدة): النظريات الخاصة بعلم النفس النمو

* تمهيد:

النموذج النظري أداة منهجية لشرح و تفسير الظواهر و العلاقات القائمة بينها، و لكل نموذج جهازه المفاهيمي و مبادئ تفسيرية توضح العلاقة بين الظواهر و المتغيرات، و تعتبر النظرية مرحلة أخيرة في تحليل المعطيات المتعلقة بمجال معين، و هي تقوم بوظيفة اختصار مختلف المراحل و المعطيات التي مر منها البحث العلمي في تفسير ظاهرة معينة. كما تقوم بإنشاء أنساق تفسيرية أو شبه تفسيرية بكيفية ملتزمة و نسقية، و يمكن اعتبار نظرية التحليل النفسي سواءً مع "فرويد" أو في بعده الاجتماعي مع "إريكسون"، و كذا النظرية التكوينية مع "بياجيه" من أهم النظريات التي قاربت النمو و حددت مراحله و أغنت البحث السيكولوجي متجاوزة ظاهرة النمو إلى الإبتومولوجيا و التربية و العلاج النفسي.

1- نظرية التحليل النفسي "فرويد":

أكد "فرويد" على وجود طاقة غريزية تولد مع الإنسان أطلق عليها الشبق (الليبدو)، و هي قوة حيوية و طاقة نفسية، تتحرك و تؤثر في السلوك الإنساني، و مفتاح فهم السلوك الإنساني عند "فرويد" هو تحديد مركز الليبدو، و هي تتركز في مناطق مختلفة من الجسم عبر مراحل النمو المختلفة، و أهم هذه المراحل هي:

أ – المرحلة الفموية (الأولى من عمر الطفل):

تغطي هذه المرحلة السنة الأولى من عمر الطفل، حيث يحدث الإشباع عند الطفل من

إستثارة الشفاه و اللسان و الفم، و إذ لم يتم الإشباع الفموي خلال هذه المرحلة بشكل مناسب فقد يطور الطفل عادات مثل: مص الأصابع، أو قضم الأظافر أو ربما التدخين في مراحل لاحقة من عمر الطفل.

ب- المرحلة الثانية (من 2 - 3 سنة):

و تغطي العامين الثاني و الثالث من عمر الطفل، حيث يتزايد وعي الطفل باللذة الناجمة عن حركة الأمعاء على الأغشية المخاطية للمنطقة الشرجية، و لإشباع الحاجة الحيوية للتخلص من الفضلات.

و يرى "فرويد" أن بعض الخصائص التي يتمتع بها الفرد في مراحل لاحقة من حياته مثل: العناد و البخل تنبع من الخبرات التي يمر بها الطفل في هذه المرحلة.

ج- المرحلة الثالثة (من 3 - 6 سنوات):

و تعبر هذه المرحلة عن عقدتين، عقدة "أوديب" عند الأطفال الذكور، فمن وجهة نظر "فرويد" أن الطفل يتعلق بأمه و يجد أن الأب منافسا قويا له، و لحل هذه العقدة يتبنى الطفل مبادئ مثل أبيه فيتطور لديه الأنا الأعلى، أما عند الإناث فيعتقد "فرويد" بوجود عقدة "إلكترا" من خلال تطور مشاعرها نحو الأب، و لكنها تخشى العقاب على يد أمها، فتتبنى قيم و مثل أمها، فيتطور لدى الإناث الأنا الأعلى.

د- المرحلة الرابعة (من 6 - البلوغ):

و يطلق عليها مرحلة الكمون، و تتسم بالهدوء في الطاقة، و يكرس الطفل وقته و طاقته

للتعلم و الأنشطة البدنية و الإجتماعية، و يتحول اهتمام الطفل من الذات إلى الآخرين من خلال تكوين العلاقات و الصداقات معهم.

هـ- المرحلة الخامسة (المراهقة):

و يطلق عليها المرحلة التناسلية، و تغطي هذه المرحلة فترة المراهقة، و تصبح مهمة الفرد أن يحرر نفسه من والديه، بالنسبة للذكور فإن ذلك يعني التخلص من التعلق بالأم، و أن يجد حياة خاصة به، أما البنت فتسعى إلى الزواج و أن تتفصل عن الأبوين، و تقيم أسرتها و حياتها الخاصة. و إذا كان التطور في النمو ناجحاً في هذه المرحلة و المراحل السابقة، فإن ذلك يقود إلى الإستقلالية و النضج و إنجاب الأطفال و تربيتهم.

و تناول " فرويد " في نظريته مستويات الشعور، حيث:

- **الشعور:** هو كل ما يعيه الفرد في لحظة معينة.

- **ما قبل الشعور:** هي الذكريات المخزونة و التي يمكن إستدعاؤها.

- **اللاشعور:** و هو أعمق المستويات النفسية، و يتكون من الذكريات التي تؤثر في

السلوك، و لا يمكن استدعاؤها، و لكن تظهر في الأحلام و زلات اللسان.

و تناول أيضاً " فرويد " في نظريته مكونات الشخصية و قسمها إلى:

- **الهو:** هو مصدر الطاقة و الغرائز، و الحاجات، و هو لا شعوري و لا منطقي و يوجهه

مبدأ اللذة.

- الأنا: جزء منه شعوري و الجزء الآخر لا شعوري، و يعتبر الجهاز الإداري للشخصية (مركز الصراع).

- الأنا الأعلى: و يمثل الضمير، و يضم القيم الدينية و الأخلاقية، و يؤثر على السلوك. و غالباً ما يحدث الصراع بين المكونات الثلاث.

2- نظرية النمو المعرفي "بياجية":

ركز "بياجية" على النمو المعرفي، و إهتم بدراسة نمو المفاهيم الأساسية عند الطفل مثل: مفهوم الزمان، مفهوم المكان، مفهوم العدد، مفهوم المساحة، و ينظر "بياجية" إلى التطور المعرفي من زاويتين هما: البنية العقلية و الوظائف العقلية.

2-1: مراحل النمو عند بياجيه:

أ- المرحلة الحسية الحركية (من الميلاد - العام الثاني) و تتميز بما يلي:

- يمارس الطفل أفعال بدائية (ردود أفعال للمثيرات).

- إكتشاف طرق جديدة لحل المشكلات، و بداية التخيل و الكلام، و المشي.

ب- المرحلة قبل الإجرائية (ما قبل العمليات من 2 - 7 سنوات) و تتميز بما يلي:

من أهم مظاهر النمو المعرفي في هذه المرحلة هي عدم الثبات (عدم فهم أن الشيء

يمكن ان يتغير و يعود لحالته (مثل عمليات الطرح).

- تتميز بنمو اللغة و التفكير عند الطفل.

ج- مرحلة العمليات الحسية (الإجراءات المادية من سن 7 - 11 سنة) و تتميز بما

يلي:

- تصنيف الأشياء المادية المحسوسة (الأكبر - الأصغر - الأطول - الأقصر...الخ).

- إدراك الزمن (الأمس - اليوم - الشهر...الخ).

- نمو القدرة على توزيع الانتباه، و تركيزه.

- القدرة على قابلية التفكير العكسي (مثال: الجمع، الطرح، القسمة، الضرب) .

د- مرحلة الإجراءات الصورية (المراهقة) و تتميز بما يلي:

- نمو القدرة على التفكير المجرد (مثل مفهوم الخير، العدل، التعاون...الخ).

- القدرة على حل المشكلات.

- نمو القدرة على التخيل و إستخدام الرموز و فهم الكتابات و الأمثلة.

3- النظرية النفسية الاجتماعية " اريكسون":

يرى "اريكسون" أن نمو الشخصية يتم في ثمان مراحل من الطفولة إلى الشيخوخة، و كل

مرحلة تمثل نقطة تحول تتضمن أزمة نفسية إجتماعية يعبر عنها إتجاهان: أحدهما خاصة

مرغوبة، و الآخر يتضمن خطراً.

و أكد " اريكسون" على أن الأزمة النفسية الإجتماعية يجب أن تحل قبل أن ينتقل الفرد

بنجاح إلى المرحلة التالية.

3-1: مراحل النمو النفسي الاجتماعي عند اريكسون:

أ- مرحلة الثقة عدم الثقة (العام الأول):

إذا حصل الرضيع على إشباع حاجاته الأساسية و شعر أن العالم آمن من حوله، تتربى فيه الثقة في نفسه و في الوالدين، و إذا فشل في ذلك و كانت الرعاية و إشباع الحاجات الأساسية غير كافية، ينمو لديه الخوف و عدم الثقة.

ب- مرحلة التحكم الذاتي مقابل الشك (2-3 سنوات):

التحكم في عمليات المشي، و الإخراج و الكلام، يؤدي إلى الشعور بالإرادة، أما الفشل في ذلك مع نقص المُساندة، يؤدي إلى شعور الطفل بالخجل و الشك في الذات و الشك في الآخرين.

ج- مرحلة المبادرة في مقابل الذنب (5-4 سنوات):

إذا أُتيحت الفرصة للطفل للعب بحرية، و أُجيب عن أسئلته، فإن ذلك يؤدي إلى المبادرة، أما إعاقة نشاطه و عدم الإجابة عن أسئلته، و اعتبارها مصدر ضيق يؤدي إلى الشعور بالذنب.

د- مرحلة الاجتهاد مقابل القصور (6 - 11 سنة):

ينمو لدى الطفل الشعور بالاجتهاد و المثابرة في المدرسة، و عن طريق التشجيع يتعلم المثابرة و الاجتهاد، أما إذا تلقى تعزيزاً سلباً فقد يشعر بعجزه عن أداء الأعمال المطلوبة منه، و ينمو لديه شعور بالقصور يمنعه من المحاولة.

هـ - مرحلة الذاتية مقابل تشوش الدور (11-12 سنة):

يكون المراهق في مرحلة تساؤل تصاحب الطفرة الجسمية، و من خلال تحديد الهوية و الاهتمامات يحقق المراهق ذاته، أما اذا شعر بعدم تحقيق ذاته، فإنه يشعر بتشوش الدور، و لكي يعوض ذلك التشوش في الدور فقد يلجأ المراهق إلى التعلق ببطل أو شخص مثالي لكي يحقق ذاته.

و- مرحلة التواد مقابل الإنعزال (سن الرشد المبكر):

يحاول الراشد أن يربط ذاته بشخص آخر، و التزاوج من الجنس الآخر، و تنمو العلاقة الحميمة معه، أما إذا تجنب العلاقة الحميمة بسبب الخوف من تهديداتها لذاته، فينتج عن ذلك الإنعزال و الإستغراق في الذات.

ز- مرحلة التولد مقابل الركود (الرشد الأوسط):

و تظهر في هذه المرحلة المشاعر الوالدية، و يبدأ في الاهتمام بالرعاية و إرشاد الأجيال التالية، و يهتم بالعمل و الإنتاج و الابتكار .. و الشخص الذي لا يملك تلك الاهتمامات يصبح راكدا مهتما بذاته فقط.

ح- مرحلة التكامل مقابل اليأس:

و تمثل مرحلة الشيخوخة، إذا تقبل المسن حياته و عجزه و مرضه، و خروجه إلى التقاعد، و فقد الزوج أو الزوجة، يؤدي ذلك إلى التكامل و التماسك، و الحكمة، أما عدم تماسك الأنا و الشعور بأن الوقت فات و لا يمكن تعويض الفرص التي فاتت، فإن ذلك يؤدي إلى اليأس و الخوف في آخر مراحل العمر.

4- نظرية النضج "ارنولد جيزل":

- تعتبر هذه النظرية إحدى النظريات الهامة في تفسير النمو، حيث لعبت دوراً هاماً في الدراسات النفسية الخاصة.

- يرى "جيزل" أن التشابهات النمائية لها أصول بيولوجية، و من وجهة نظر الناس أنهم متشابهون تماماً، و ذلك لأنهم متأثرون بعوامل داخلية واحدة، و لم ينكر جيزل اكتساب الطفل معلومات عن طريق الخبرة مباشرة.

- و يؤكد كل من "جيزل" و "بياجيه" و كذلك علماء التحليل النفسي على مراحل النمو، و لهذا يسمون بأصحاب "نظريات المراحل".

5- نظرية "روبرت هافجهرست":

قدم " هافجهرست" نظريته من خلال تقديمه لمفهوم "مطلب النمو"، حيث يعتبر النمو بأنه سلسلة من الواجبات يجب أن تتحقق في إطار زمني محدد لتحقيق التقدم النهائي على نحو صحيح للفرد، و يقصد بمطلب النمو ذلك المطلب الذي يظهر في فترة ما من حياة الفرد، و الذي إذا ما تحقق إشباعه بنجاح أدى إلى شعور الفرد بالسعادة ما يعني تحقيق مطالب النمو المستقبلية، بينما يؤدي الفشل في إشباعه إلى عدم الرضا و الشقاء و الرفض من المجتمع و عدم التوافق مع مطالب المراحل التالية من الحياة.

كما ترى هذه النظرية إلى أن النمو هو نتاج تفاعل بين النواحي البيولوجية و النمط الثقافي للمجتمع الذي يوجد فيه الفرد و مستويات طموحه، و على ذلك فإن بعض المطالب تظهر كنتيجة للنمو العضوي، مثل المشي في سن معينة من حياة الطفل و بعضها يظهر عن

آثار و الضغوط الثقافية للمجتمع، مثل تعلم القراءة و الكتابة، و بعضها ينتج من القيم التي يعيش بها الفرد و من مستوى الطموح الذي يهدف إليه.

المحاضرة الرابعة (حصة واحدة): المبادئ العامة للنمو و أهم مناهج البحث في علم النفس النمو

* تمهيد:

لأجل فهم النمو لابد من التطرق إلى المبادئ العامة التي يسير بها، إذ تمكن العلماء من خلال متابعتهم للنمو بمختلف أشكاله الجسمية و البدنية و الإجتماعية و النفسية من حصر بعض أهم المبادئ.

1- أهم القوانين و المبادئ العامة للنمو:

يسير النمو بجميع جوانبه سواءاً الجسمية، الإجتماعية، الإنفعالية، الحركية حسب مبادئ متعارف عليها و هي على النحو التالي:

1-1: النمو يتضمن تغيرات كمية و كيفية:

و يعني هذا أن النمو يتضمن وجهين من التغير إحداهما يمثل الجانب البنائي او الكمي و الآخر يمثل الجانب الوظيفي او الكيفي. و من الأمثلة التي تدل على نمو الكمي، نمو الأعضاء المختلفة و زيادة حجمها، فمثلاً يزداد حجم الجهاز الهضمي إلا أن هذه الزيادة في الحجم يتبعها تغير في الوظيفة.

1-2: النمو عملية مستمرة متدرجة و منتظمة:

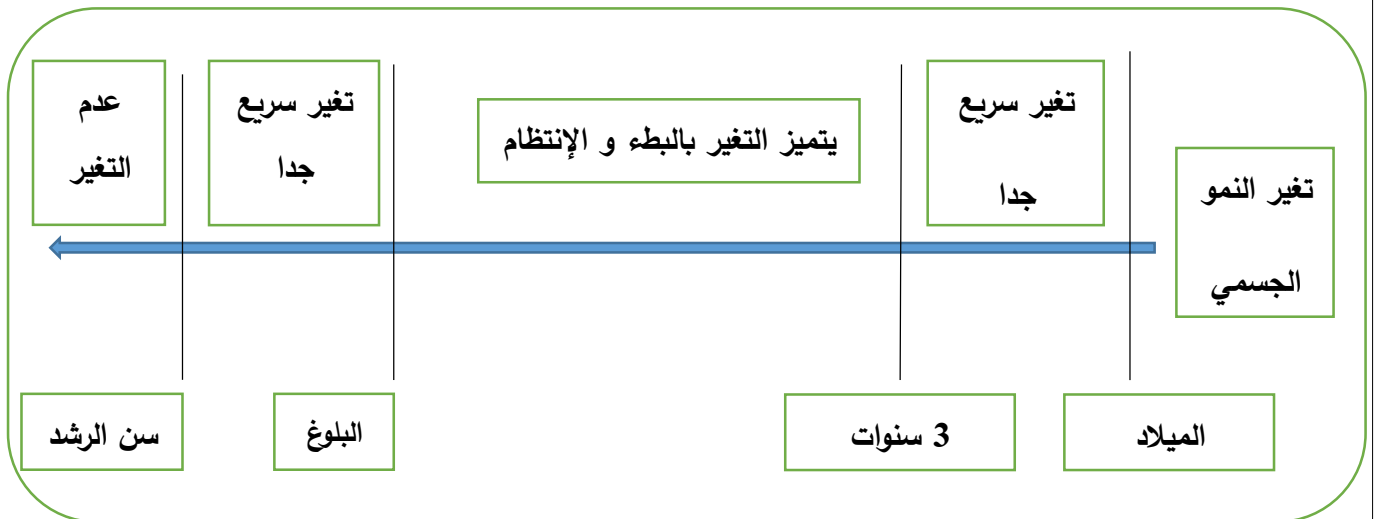
إن النمو الإنساني السوي عملية دائمة متصلة منذ أن بدأ الإخصاب و الحمل حتى إكمال النضج، فإن كل مرحلة من مراحل النمو تتوقف على ما قبلها و تؤثر فيما بعدها، كما أن المرحلة السابقة تمهد للمرحلة اللاحقة، و هذا يعني عدم وجود وقفات أو فجوات في عملية

النمو العادي، و لكن قد يكون هناك نمو كامن و نمو ظاهر، فعلى سبيل المثال الأسنان التي تكونت في الشهر الرابع و الخامس تبدأ في الظهور في العام الأول.

1-3: معدلات النمو غير ثابتة خلال المراحل المختلفة:

يشير هذا المبدأ إلى وجود اختلاف في معدل سرعة النمو البدني و الحركي عبر مراحل العمر المختلفة، فضلاً عن الاختلاف القائم فيما بين المكونات البدنية و الحركية في معدل سرعة نموها. و هذا ما يعني أن هناك فترات معدل النمو فيها سريعة يمر بها الطفل، كما أن هناك فترات يكون فيها النمو الحركي بطيء. و الشكل الموالي يوضح اختلاف معدل النمو الجسمي (الطول) لدى الأطفال:

الشكل يوضح الفترات الرئيسية الأربعة لنمو الطفل



الملاحظ من خلال الشكل أن الفترة الممتدة من الميلاد إلى 3 سنوات تتميز بزيادة كبيرة في

سرعة نمو طول الجسم، في حين أن الفترة ما بين 3 سنوات حتى بداية سن المراهقة

ينخفض فيها سرعة نمو طول الجسم، أما الفترة الثالثة و هي مرحلة المراهقة و مع فترة البلوغ تزيد فيها نمو طول الجسم بسرعة كبيرة حتى نهاية فترة المراهقة.

1-4: النمو يسير وفق مراحل معينة و كل مرحلة لها سمات خاصة و مظاهر مميزة:

لكل طفل خصائصه المميزة، تكون الصفة الغالبة في هذا النمو هي النمو الحسي الحركي العضلي للجسم و العمل على تعلم المهارات الأساسية و إتقانها، بينما تكون الصفة الغالبة في مرحلة المراهقة هي التوافق الإجتماعي مع الأفراد و المحيطين بالبيئة التي يعيش فيها الفرد.

1-5: النمو يتأثر بالظروف الداخلية و الخارجية:

من الظروف الداخلية التي تؤثر في النمو " الأساس الوراثي " للفرد الذي يحدد مظاهر النمو الجسمي و العقلي و الإنفعالي و الاجتماعي، فنقص إفرازات الغدة مثلاً قد يؤدي إلى الضعف العقلي، و من الظروف الخارجية التي تؤثر في النمو " التغذية و النشاط الذي يتاح للطفل و الراحة و أساليب التعليم "، فنقص الغذاء مثلاً يؤدي إلى أمراض سوء التغذية مما يعيق النمو.

1-6: النمو عملية معقدة جميع مظاهره متداخلة:

نمو الإنسان عام و معقد و المظاهر الجزيئية فيه متداخلة مرتبطة فلا يمكن فهم أي مظهر من مظاهر النمو إلى عن طريق دراسته في علاقاته مع المظاهر الأخرى، فالنمو الإنفعالي مثلاً يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالنمو العقلي و الجسمي و الاجتماعي.

1-7: يخضع النمو لمبدأ الفروق الفردية:

يختلف الأفراد من حيث سرعة النمو كما و كيفاً، فالفروق مبدأ واضح في النمو الإنساني، و أشارت الكثير من الدراسات التي تناولت الطول و الوزن عند الأطفال وجود فروق فردية في معدلات النضج، حتى أن الكثير من الأطفال يدخلون التعليم الأساسي عند سن السادسة غير ناضجين لبداية القراءة و الكتابة، و فهم هذا المبدأ في غاية الأهمية عند الآباء و المعلمين و الأخصائيين الاجتماعيين، لأن الفشل في التعرف على هذه الفروق في معدلات النمو يمكن ان يكون مصدراً لسوء الفهم و الإرشاد الخاطئ.

1-8: لكل عملية نمو مرحلة حرجية:

هذه المرحلة يكون فيها الطفل مهياً لتعلم مهارات معينة، فالطفل يتعلم الزحف في الشهر الخامس و يقف في الشهر العاشر تقريباً، و يبدأ السير عند تمام السنة، و اذا ما تهيأت الظروف المناسبة للتعليم في الفترة الحرجية فإن نتائج هذا التعليم تكون مناسبة، بعكس ما اذا تم التعليم مبكراً او في وقت متأخر عن الفترة الحرجية للمهارة فإنه في هذه الحالة يأتي بنتائج غير مرضية، فالطفل الذي يتم تعليمه المشي في السن المبكرة قد تتحني عظام الساقين لديه.

1-9: النمو يسير من العام إلى الخاص:

يسير النمو من العام إلى الخاص من الكل إلى الجزء، فيستجيب الفرد في بادئ الأمر إستجابة عامة ثم تتفرغ هذه الإستجابة و تصبح أكثر دقة، فمثلاً الطفل الصغير لكي يصل

إلى شيء يأكله فإنه يحرك كل جسمه في بادئ الأمر ثم اليدين ثم بيد واحدة.

10-1: النمو يسير من الأعلى إلى الأسفل و من الداخل إلى الخارج:

يقصد بذلك الأجزاء العليا تسبق السفلى، حيث تتضج منطقة الرأس أولاً ثم عضلات الذراع فالصدر فعضلات البطن ثم القدمين، أما اتجاه النمو من الداخل إلى الخارج فيعني نمو عضلات الكتف أولاً ثم الكوع ثم الرسغ ثم الأصابع.

11-1: يمكن التنبؤ بالاتجاه العام للنمو:

من المميزات التي تميز ظاهرة النمو النفسي أنه يمكن التنبؤ بحدوثه فتوقعه و ننتظر حدوثه قبل ان يحدث، فنحن نتوقع في وقت معين زحف الطفل كما نتوقع وقوفه ثم قدرته على المشي، في مرحلة معينة نتوقع ظهور بعض العلامات التي تدل على البلوغ، و يتمشى مبدأ التنبؤ باتجاه النمو، فأهداف علم النفس النمو فهم و ضبط و التحكم في الظواهر الإنمائية و كذلك التنبؤ بها.

12-1: مبدأ التكامل في مظاهر النمو:

يمثل النمو الحركي عملية متكاملة مع جوانب السلوك المختلفة الأخرى، بل إن العلاقة فيما بين هذه الجوانب علاقة وثيقة و متداخلة، حيث أن النمو الحركي و النمو العقلي و النمو الإنفعالي يتأثر كل منهما بالآخر و يؤثر فيه. و كمثال لذلك نجد ان مهارة المشي التي تعد في حد ذاتها نموا حركيا، لكنها تجعل الطفل أقدر على إستكشاف البيئة التي يعيش فيها مما يساهم في تطور نموه العقلي و اتساع مدركاته، كما أنها تؤثر في نمو السلوك من

الجانب الإجتماعي، إذ عن طريق المشي تتسع دائرة إتصالات الطفل بالآخرين و تتنوع، و يمتد تأثير مهارة المشي إلى الجانب الإنفعالي، إذ تساعده على تقبل المواقف التي تؤدي إلى الشعور بالرضا و السعادة و الإعراض عن المواقف التي تؤدي إلى خبرات الفشل أو الألم.

2- مناهج البحث في علم نفس النمو:

تعتبر المناهج و الطرق العلمية للبحث ضرورية لبناء أساس سليم لنمو العلم، و لقد تقدمت مناهج و طرق البحث في علم النفس النمو في مراحله المتتالية و أصبحت الآن أكثر علمية، و تهدف إلى الوصول إلى حقائق و قوانين و نظريات راسخة في علم نفس النمو. و لا يوجد منهج واحد صالح لدراسة كل مظاهر النمو بل يختلف منهج الدراسة و طريقته حسب الموضوع، لذلك من الضروري الإحاطة بأهم مناهج البحث في هذا العلم و هي:

أ- المنهج التجريبي:

يعتبر أدق المناهج و أفضلها و ذلك لسببين رئيسين هما:

- أنه أقرب المناهج إلى الموضوعية عكس بعض المناهج التي تتصف بدرجة عالية من الذاتية.

- يستطيع الباحث الذي يتبع المنهج التجريبي السيطرة و التحكم في العوامل المختلفة التي يمكن ان تؤثر على الظاهرة السلوكية. و الباحث الذي يستخدم المنهج التجريبي لا يقتصر على مجرد وصف الظواهر التي تتناولها دراسته و إنما يدرس متغيرات هذه الظاهرة و يحدث في بعضها تغييرا مقصودا و يتحكم في متغيرات أخرى ليتوصل إلى العلاقات السببية

بين هذه المتغيرات.

و تسير الدراسة في هذا المنهج وفق التسلسل: ظاهرة، هدف، فروض، تجربة، نتائج،

حقائق، قوانين نظرية.

* الظاهرة:

تدور الدراسة حول ظاهرة من ظواهر النمو يدور حولها سؤال أو مشكلة تتحدى تفكير الباحث و تدعوه إلى حلها، و تعتبر المشكلة سؤال يحتاج إلى جواب مثلاً: ظاهرة جناح الأحداث.

* تحديد المشكلة:

يحدد الباحث المشكلة على أساس تعريف و بلورة الظاهرة بوضوح و تجميع علامات الاستفهام المحيطة بالظاهرة، مثلاً: ما هي الأسباب الحقيقية لظاهرة جناح الأحداث؟

* تبين الهدف:

و عادة ما تكون أهداف البحث العلمي في مجال علم نفس النمو و علم النفس العام هي التفسير، التنبؤ، الضبط.

* فرض الفروض:

الفرض عبارة عن تفسير محتمل أو إجابة مؤقتة لإشكالية يضعها الباحث و تكون قابلة للتحقق أو الرفض بعد التجريب.

* التجربة:

يقوم بها الباحث هادفاً إلى تحقيق فروضه كلها أو بعضها أو رفضها كلها أو بعضها، و يشترط أن تكون التجربة موضوعية و دقيقة و يقوم الباحث فيها بالتجريب على عينة تجريبية ممثلة لمجتمع أصلي، بمعنى أن لها نفس خصائصه قبل تعميم النتائج النهائية.

* نتائج البحث:

و هي ما يتم التوصل إليه بعد تحليل البيانات و تفسيرها ثم صياغة القوانين و على أساسها يضع الباحث نظرية حول الظاهرة التي عالجها بالدراسة.

2- المنهج الوصفي:

يتناول المنهج الوصفي الظواهر النفسية كالخوف، الغضب، القلق، الإنطوائية و التوتر، كما يتناول دراسة التاريخ التطوري لبعض مظاهر النمو في مختلف مجالاته، و تتم الدراسة الوصفية بطريقتين هما:

أ- الطريقة الطولية:

و في هذه الطريقة يتبع الباحث الظاهرة النمائية عبر الزمن، فلو كان الباحث ينظر في النمو اللغوي لدى طفل من الميلاد إلى خمس سنوات، فإن عليه ملاحظة نموه اللغوي طوال هذه الفترة و تنطبق هذه الطريقة على عينات صغيرة جداً قد تصل إلى فرد واحد و تتطلب مزيداً من الوقت و الجهد و الصبر، لكن النتائج في الغالب يصعب تعميمها.

ب- الطريقة العرضية:

و يحاول الباحث استخدام هذه الطريقة توفيراً للوقت و الجهد، و ذلك من خلال تقسيم الفترة الزمنية المراد تتبع الظاهرة عبرها إلى فترات عمرية يحددها الباحث ثم يأخذ عينات كبيرة كل عينة منها تغطي فترة عمرية فرعية ثم يحسب المتوسط الحسابي لمعدل وجود الظاهرة في كل فئة ليصل في النهاية إلى إستخراج متوسطات كل فئة عمرية من الفئات التي حددها الباحث لتمثل المرحلة الكلية المراد تتبع نمو الظاهرة عبرها.

المحاضرة الخامسة (حصتين): مظاهر النمو و خصائصه و العوامل المؤثرة فيه

* تمهيد:

لكي نتمكن من فهو النمو كسلوك لدى الإنسان لابد من التعرف على مظاهر النمو و العوامل التي تؤثر فيه، فمنها ما هي عوامل وراثية كالغدد و الهرمونات، و منها ما هو مكتسب كالبيئة التي يعيش فيها الفرد أو الممارسة أو التكيفات التي تحصل مع مرور الأمانة.

1- مظاهر النمو:

يمكن تصنيف مظاهر النمو على النحو التالي:

1-1- النمو الجسمي:

و يقصد به الزيادة في الوزن و الطول، كما يشمل دراسة الأعضاء و الأجهزة الجسمية المختلفة، كالجهاز العظمي و العضلي و الرأس و الأطراف و الأسنان، و ما يطرأ على هاته الأجهزة من تغيرات عبر مراحل النمو المختلفة.

1-2- النمو العقلي:

و يقصد به نمو الذكاء العام و القدرات العقلية المختلفة مثل: الإدراك و التذكر و النسيان و التخيل و التحصيل و التفكير و الإنتباه و غيرها، و يشمل الجهاز العصبي و الدماغ الإنساني و كذا وسائل الإحساس المختلفة، و مراحل الإدراك و العمليات المعرفية و القدرات العقلية الخاصة، و التغيرات التي تحدث لهاته القدرات عبر مراحل النمو المختلفة.

1-3- النمو الإنفعالي:

يشمل الانفعالات المختلفة مثل الحب، الغيرة، الحزن، الخوف، الكره، الغضب، الفرح و السرور، و كذا التوتر، و التغيرات التي تطرأ على هذه الإنفعالات عبر انتقال الفرد من مرحلة إلى أخرى من مراحل النمو.

1-4- النمو الإجتماعي:

يقصد بالنمو الإجتماعي هو توافق نمو سمات الفرد مع الأنماط الاجتماعية المتفق عليها، كما يتطور النمو الاجتماعي بناءً على زيادة التجارب الاجتماعية الإيجابية و توسيع الدوائر الاجتماعية إضافة إلى ذلك يعرف النمو الاجتماعي بمدى تنمية الفرد و زيادة معرفته و قدرته على التعامل مع الأفراد و الجماعات الأخرى، حيث يمكن أن يكون النمو الاجتماعي خارج نطاق التوقعات الثقافية، فالنمو الاجتماعي هو النمو الذي يستطيع الفرد من خلاله مشاركة الآخرين في المحادثات و النقاشات التي تدور بين الجماعة.

2- خصائص النمو:

1- يحدث بصورة كلية، أي أن النمو بأشكاله المختلفة وحدة مترابطة، بينها تأثير متبادل يهدف إلى تحقيق تكامل الكائن الحي.

2- يسير النمو من العام إلى الخاص و من المجل إلى المفصل، و من أعلى إلى أسفل أي من الرأس إلى القدم.

3- يتجه النمو من المركز إلى المحيط أي من الجذع إلى الأطراف، فالطفل يستطيع استخدام العضلات العليا من ذراعيه و هي الأقرب من وسط جسمه أو جذعه قبل أن يتمكن

من السيطرة على عضلات أصابعه و التقاط الأشياء بأصابعه.

4- النمو وحدة مستمرة و متصلة كتيار الماء لا يتوقف جريانه من المنبع إلى المصب.

5- النمو وحدة ديناميكية بمعنى أن كل مرحلة من مراحل النمو تتأثر بما قبلها من مراحل و تمهد لما بعدها من مراحل أخرى.

3- العوامل المؤثرة في النمو:

3-1- العوامل الوراثية:

تنتقل الخصائص الوراثية للفرد من والديه عن طريق الجينات التي تحملها الصبغيات، التي تحتويها البويضة الأنثوية المخصبة من الحيوان المنوي بعد عملية الجماع الجنسي، و من الصفات الوراثية الخالصة (لون العينين، لون الجلد، نوع الشعر، فصيلة الدم، هيئة الوجه و ملامحه، شكل الجسم)، و هناك بعض الأمراض تنتقل عن طريق الوراثة مثل داء السكري و فقر الدمالخ.

3-2- العوامل العضوية:

و تتمثل في الهرمونات، و هي إفرازات الغدد الصماء، و الغدد أعضاء داخلية في الجسم، و تتلخص وظيفة الغدد في تكوين مركبات كيميائية خاصة، يحتاج إليها الجسم بأعضائه الأخرى المختلفة، فهي بهذا المعنى تشبه المعامل الكيميائية، و تنقسم الغدد إلى نوعين رئيسيين هما:

1- غدد صماء.

2- غدد قنوية.

فأما الغدد القنوية فهي التي تجمع موادها الأولية من الدم حين مروره بها، و تخلص هذه المواد ثم تفرزها خلال قنواتها، كما تفعل الغدد الدرقية، إذ تجمع من الدم الماء و بعض الأملاح المعدنية ثم تخلصهما لتتكون من ذلك كله الدموع.

و أما الغدد الصماء فهي التي تجمع موادها الأولية من الدم مباشرة ثم تحولها إلى مواد كيميائية معقدة التركيب تسمى الهرمونات، ثم تصبها مباشرة في الدم دون الاستعانة بقناة خاصة.

* الغدد الصماء:

يحتوي جسم الإنسان على عدد من الغدد الصماء، تنتشر في النصف العلوي من الجسم

حسب الترتيب التالي:

1- الغدد الصنوبرية:

و توجد بأعلى المخ، و تضمّر قبل البلوغ.

2- الغدد النخامية:

و توجد في منتصف الرأس، و تتدلى من السطح السفلي للمخ.

3- الغدد الدرقية:

و توجد أسفل الرقبة أمام القصبة الهوائية.

4- الغدد جارات الدرقية:

و هي أربعة فصوص تنتشر حول الغدة الدرقية.

5- الغدة التيموسية:

و توجد داخل تجويف الصدر، في الجزء العلوي، و هي كالصنوبرية تضمّر قبل البلوغ.

6- الغدة الكظرية:

و توجد على القطب العلوي للكلية.

7- الغدد التناسلية:

و تتمثل في الخصيتين عند الرجل، و المبيض عند المرأة.

3-3- العوامل البيئية:

البيئة هي كل العوامل التي يتفاعل معها الفرد، فالبيئة الداخلية هي العمليات الحيوية داخل

الجسم، أما البيئة الخارجية فهي كل الأشياء و القوى و العلاقات و غيرها في العالم

الخارجي، مما يؤثر على الفرد.

3-3-1- البيئة الداخلية:

يتأثر الجنين في بطن أمه بأغلب ما تتأثر به الأم من أمور حسية و انفعالية و غذائية،

فمثلا إذا كانت الأم أكثر تعرضا للإضطرابات و الإنفعالات، يأتي طفلها حديث الولادة أكثر

ميلا للبكاء و الإضطرابات المعوية بعكس الأمهات اللاتي تكون حالتهم أثناء الحمل يعمها

الإستقرار النفسي، فإن أطفالهن حديثو الولادة يكونون أكثر ميلا للهدوء و النمو السريع، كما

أن كثرة العقاقير و تدخين السجائر و المخدرات أثناء الحمل يؤثر على صحة الجنين.

3-3-2- البيئة الخارجية:

1- البيئة الجغرافية:

يتأثر الطفل أثناء نموه بنقاوة الهواء و أشعة الشمس.

2- البيئة الإجتماعية:

أ- الأسرة:

للعلاقات الوجدانية أثر كبير في سلوك الطفل، فالجو الأسري المضطرب لا يتيح للطفل فرصة إشباع الحاجة إلى الأمن و الانتماء، و لا تقدير الذات، بل يربي فيه الشعور بالقلق و ينمي لديه عادات سلوكية سيئة...

ب- المدرسة:

- تؤثر المدرسة في النمو العقلي للطفل، من خلال إكسابه معارف و خبرات جديدة لم يكن يعرفها من قبل.

- تؤثر في النمو الإجتماعي من خلال تكوين علاقات جديدة و صداقات مع أقرانه.

- تؤثر في النمو الجسمي من خلال النشاطات الحس- حركية.

- تؤثر في النمو اللغوي من خلال اللغة الفصحى، فيزداد عدد الكلمات التي يكتسبها،

إضافة إلى قدرته على اكتساب لغة ثانية.

ج- المجتمع:

يتأثر الطفل بثقافة المجتمع الذي ينتمي إليه، فيكتسب العادات و التقاليد و الخرافات و

الأساطير و الطقوس و الدين.

د - وسائل الإعلام:

- تؤثر في النمو الاجتماعي من خلال التواصل بين المجتمعات و التعرف على ثقافة الآخر.

- تؤثر في النمو اللغوي من خلال استعمال الوسائل السمعية البصرية أو المرئية.

3- الغذاء:

يعد الغذاء مصدر أساسي للطاقة، و دون غذاء لا يمكن أن تستمر الحياة، و للرضاعة وظيفتها الغذائية كما لها وظيفتها النفسية المتمثلة في إكساب الطفل الحنان و العطف من أمه. إذ الأم هي المصدر الأول الذي يمتص منه الطفل غذائه، و يتأثر الطفل في ميوله الى بعض ألوان الطعام او في عزوفه عن البعض الآخر و كراهيته لها بالعادات الغذائية التي تسيطر على جو أسرته، و بالمجتمع الذي يحيا فيه، و بالثقافة التي تهيم على نشأته الأولى و على مراحل نموه، فالطفل الصغير و الإنسان البدائي يترددان طويلا قبل ان يمدا أيديهما الى طعام لم يتعودا عليه و لم يريا عشيرتهما و ذويهما يأكلانه من قبل.

هذا ، و قد تواترت نتائج التجارب التي قام بها العلماء على اهم الموارد الغذائية التي يحتاج اليها الفرد في نموه و في محافظته على استمرار حياته و نشاطه و هي: المواد الدهنية، و السكرية، و النشوية، و الزلالية، و بعض الأملاح المعدنية، و الفيتامينات، و الماء. حيث يعتمد الجسم على المواد الدهنية و السكرية و النشوية في تزويده بالطاقة التي تساعد على حفظ درجة حرارته، و على تأدية وظائفه المختلفة، و يعتمد على المواد الزلالية في تجديد

بناء الخلايا التي اتلفت و في بناء خلايا اخرى جديدة، و للأملاح المعدنية اهميتها في تكوين بعض الخلايا، فتكوين العظام يعتمد على الاغذية التي تحتوي على الحديد، و الفيتامينات تساعد النمو بشكل عام ، و تحول بين الفرد و بين الاصابة ببعض الأمراض كالسكري او ضعف قوة الإبصار، أما الماء فهو الوسط الذي تحدث فيه التفاعلات الكيميائية الحيوية كالهضم مثلاً، و غيره من العمليات الأخرى.

هذا، و أن أي إفراط في الاعتماد على نوع خاص من هذه المواد يؤدي الى اختلال الإتزان الغذائي، و بذلك يضر الفرد، و المغالاة في الإعتماد على الأغذية الفوسفورية يؤثر تأثيراً ضاراً على الأغذية التي تحتوي على الكالسيوم و العكس صحيح، و الإكثار من المواد الدهنية يعطل عملية امتصاص القدر الكافي من الكالسيوم. و هكذا تتصل هذه المواد الغذائية من قريب و بعيد، و تنشأ لنفسها شبكة غذائية متعادلة القوى متزنة الأثر. و تتصل الأغذية اتصالاً مباشراً بتلك الهرمونات، فنقص اليود مثلاً في المواد الغذائية يؤثر على هرمون الغدة الدرقية (الثيروكسين)، و بذلك ينمو الفرد في إطار ضيق محدود من الإتزان الغذائي و الغددي.

4- النضج:

يتضمن النضج عمليات النمو الطبيعي التلقائي التي يشترك فيها الأفراد جميعاً و التي تتمخض عن تغيرات منتظمة في سلوك الفرد بصرف النظر عن أي تدريب أو خبرة سابقة، أي أنه أمر تقرره الوراثة، و قد يمضي النمو طبقاً للخطة الطبيعية للنضج على الرغم من التقلبات التي قد تعتري البيئة بشرط أن لا تتجاوز هذه التقلبات حداً معيناً.

و الجنين لا يمكن أن يولد و يعيش ما يلبث في بطن أمه سبعة أشهر كاملة على الأقل، و كذلك الطفل لا يمكن ان يكتب ما لن تتضج عضلاته و قدراته اللازمة في الكتابة، و الفتاة لا تحمل الا اذا نضج جهازها التناسلي ... و هكذا.

و يلاحظ ان كل سلوك يظل في إنتظار بلوغ البناء الجسمي درجة من النضج كافية للقيام بهذا السلوك.

5- التعلم:

هو التغير في السلوك نتيجة الخبرة و الممارسة، و يتعلم الاطفال الجديد من السلوك بصفة و تتضمن عملية التعلم النشاط العقلي الذي يمارس فيه الفرد نوعا من الخبرة مستمرة الجديدة و ما يتمخض عن هذا من نتائج سواءاً كانت في شكل معارف او مهارات او عادات او اتجاهات او قيم أو معايير، و تلعب التربية دوراً مهماً في هذا الصدد.

و يتفاعل كل من النضج و التعلم و يؤثران معا في عملية النمو، فهما مترابطان ترابط الهيدروجين و الأوكسجين، فلا نمو بلا نضج و لا نمو بلا تعلم، و يلاحظ ان معظم انماط السلوك تنمو و تتطور بفعل النضج و التعلم معا، فالطفل لا يستطيع ان يتكلم الا اذا نضج جهازه الكلامي.

3-4- العوامل الثانوية المؤثرة على النمو:

الى جانب أهم العوامل المؤثرة في النمو (بمظاهره الجسمية و النفسية و الاجتماعية) و المتمثلة في الوراثة و البيئة، و الهرمونات هناك عوامل ثانوية تؤثر في هذا النمو و هي:

أعمار الوالدين، و المرض و الحوادث التي تصيب الحامل أو الطفل، و الانفعالات الحادة

التي تؤثر تأثيراً ضاراً على النمو، و الولادة المبكرة أو الولادة قبل الأوان، السلالة العنصرية و الهواء النقي و أشعة الشمس.

أ- أعمار الوالدين:

تتأثر حياة الفرد بأعمار والديه، فالأطفال الذين يولدون من زوجين شابين يختلفون عن الأطفال الذين يولدون من زوجين جاوزا مرحلة الشباب و الشيخوخة.

و قد دلت أبحاث " لوجان - Lejeune " و " تيربين - R. Turpin " على ان نسبة الأطفال الذكور تقل تبعاً لزيادة أعمار الوالدين، و بذلك تزداد نسبة الأطفال الإناث تبعاً لتناقص نسبة الذكور.

و أوضح " بوجات - P.Baujat " أن الأطفال الذين يولدون من زوجين في ريعان الشباب يعيشون أطول من الذين يولدون من زوجين يقتربان من مرحلة الشيخوخة، و بذلك فاحتمال زيادة مدى حياة الأبناء تقل تبعاً لزيادة الترتيب الميلادي للطفل، أي أن مدى حياة الطفل الأول اكبر من مدى حياة الطفل الأخير، و تؤكد هذه الأبحاث أن نسبة الأطفال المشوهين، و المعتهين تزداد تبعاً لزيادة عمر الأم و خاصة بعد سن 45 سنة.

ب- المرض و الحوادث:

تؤثر بعض الأمراض التي تصاب بها الأم أثناء حملها على نمو الطفل. و قد دلت أبحاث Sontag على أن إصابة الأم بالمalaria، قد يؤثر على الأذن الداخلية للجنين فيصاب الطفل بصمم كلي أو بصمم جزئي، و يؤثر هذا الصمم بدوره على النمو اللغوي فيعطله أو يعوقه هذا، و قد تؤثر بعض الأمراض البدنية على النمو الإنفعالي و الإجتماعي، فالطفل

المصاب " بالهيموفيليا Hemophilie " إذا نَزَف دمه فإنه لا يتجمد بل يظل يسيل حتى تخور قواه و يشرف على الهلاك، فهو لذلك يخشى دائماً على حياته فيعيش قلقاً مضطرباً. و يبعد دائماً عن رفقاءه حتى لا يصاب بأي جرح ما، و هو يلعب معهم، و بذلك تضيق دائرة تفاعله الإجتماعي، و يتأخر نضجه.

ج- الإنفعالات الحادة:

يتأثر نمو الطفل بالانفعالات الحادة. و لقد دلت أبحاث " ويدوسن – E.M. Widowson " التي أجراها على الأطفال الذين يعيشون في ملاجئ اليتامى بألمانيا و الذين تمتد أعمارهم من 4 إلى 14 سنة، على أن الإنفعالات القوية الحادة تؤخر سرعة نمو هؤلاء الأطفال تأخيراً واضحاً.

د- الولادة المبكرة (قبل الأوان):

يولد بعض الأطفال ولادة مبكرة، أي أنهم يولدون قبل أن تكتمل المدة الطبيعية للحمل، و لهذا تتأثر حياتهم و صحتهم و سرعة نموهم مدة حملهم. و لقد دلت أبحاث " ستينر " M.Steiner و "بونرامث W.Poneramce" على أن نسبة الوفيات بين الأطفال الرضع تتناسب عكسياً و مدة الحمل، فكلما نقصت هذه المدة زادت نسبة الوفيات، و كلما زادت هذه المدة نقصت نسبت الوفيات، هذا و تتأثر الحواس عامة بهذه الولادة المبكرة و خاصة حاسة البصر.

هـ- نوع السلالة:

تختلف سرعة النمو تبعا لاختلاف نوع سلالة الطفل، فنمو الطفل العربي يختلف إلى حد ما

عن نمو الطفل الصيني، و يختلف أيضا عن نمو الطفل الأوروبي، و هكذا يتفاوت النمو تبعا لاختلاف السلالة الإنسانية التي ينتمي إليها الطفل.

و تدل الأبحاث العلمية الحديثة على أن سرعة نمو أطفال شعوب البحر الأبيض المتوسط تفوق سرعة نمو أطفال شعوب شمال أوروبا.

و- الهواء النقي و أشعة الشمس:

يتأثر النمو بدرجة نقاوة الهواء الذي يتنفسه الطفل، فأطفال الريف ينمون أسرع من أطفال المدن المزدحمة بالسكان. و لأشعة الشمس أثرها الفعال في سرعة النمو و خاصة الأشعة فوق البنفسجية.

4- مطالب النمو:

لكل مرحلة من مراحل النمو مطالب يجب أن تتحقق حتى يستطيع الفرد أن يتحقق له التوافق و السعادة مع نفسه و مع من حوله.

4-1- تعريف مطالب النمو:

تعرف مطالب النمو بأنها " المطلب الذي يظهر في فترة ما من حياة الإنسان، و الذي إذا تحقق إشباعه بنجاح أدى إلى شعور الفرد بالسعادة، و أدى إلى النجاح في تحقيق مطالب النمو المستقبلية، بينما يؤدي الفشل في إشباعه إلى نوع من الشقاء و عدم التوافق مع مطالب المراحل التالية من الحياة.

4-2- مصادر مطالب النمو:

أ- التاريخ الجنيني للفرد:

يبدأ هذا المصدر منذ تكوين الخلية الملقحة و تستمر خلال المرحلة الجنينية، مثال: إذ لم تظهر الوظيفة السمعية خلال هذه المرحلة فإن ذلك يعني صعوبة تكيف الفرد مع الأصوات كمطلب أساسي في مراحل حياة الإنسان التالية و لا تقتصر الصعوبة على الجانب السمعي فقط بل تمتد إلى صعوبة النطق و التعلم.

ب- النمط الثقافي للمجتمع الذي يوجد فيه الفرد:

مثال ذلك مطالب النمو في المجتمعات المعاصرة تتطلب أن يكتسب الفرد مهارات استخدام الكمبيوتر و الإنترنت و وسائل الاتصال الحديثة حتى يستطيع أن يتكيف مع الحياة المعاصرة.

ج- الفرد نفسه:

ما يبذله الفرد في سبيل تعلمه و إتقانه للمهارات و المعارف المختلفة تعتبر من الأمور الهامة في تحقيق طموحاته، و حصوله على الرزق و على الاستقرار الإجتماعي و يؤدي دوره في الحياة.

4-3- مطالب النمو خلال مراحل العمر المختلفة:

نعني بمطالب النمو التوقعات الإجتماعية لكل مرحلة من مراحل النمو، حيث تتوقع الجماعة من أعضائها أن يكتسبوا بعض المهارات الأساسية للحياة. و من خلال تحقيق الفرد لهذه المطالب يتمكن من إشباع حاجاته و رغباته وفقاً لمستويات نضجه و تطور خبراته التي

تتناسب مع سنة.

و لا تقتصر مطالب النمو على جانب من جوانب النمو بل تشمل جميع الجوانب منها الجانب الحركي، و نعرض فيما يلي أهم المطالب لمراحل الطفولة و المراهقة و الرشد:

1- مطالب النمو في مراحل الطفولة:

- تعلم الكلام و اكتساب اللغة.
- تعلم المشي و الإنتقال من مكان لآخر.
- تعلم عمليات الضبط و الإخراج.
- تعلم المهارات الاجتماعية و المعرفية اللازمة لشئون الحياة.
- تكوين الضمير و تمييز السلوكيات الصحيحة و الخاطئة.
- تعلم المهارات الجسمية اللازمة للألعاب و الأنشطة الاجتماعية.
- تعلم مهارات الاستقلال الذاتي.

2- مطالب النمو في مراحل المراهقة:

- علاقات جديدة ناضجة مع رفاق السن.
- اكتساب الدور الاجتماعي السليم.
- تقبل التغيرات الجسمية و التوافق معها.
- تحقيق الاستقلال الاجتماعي عن الوالدين و الأصدقاء.
- تحقيق الاستقلال الاقتصادي.
- الإعداد و الاستعداد للزواج و الحياة الأسرية.

- اكتساب القيم الدينية و الاجتماعية و معايير الأخلاق في المجتمع.

3- مطالب النمو في مرحلة الرشد و النضج:

- تنمية الخبرات المعرفية و الاجتماعية.
- اختيار الزوج أو الزوجة، و الحياة الأسرية المستقلة.
- تكوين مستوى اقتصادي و اجتماعي مناسب و مستقر.

4- مطالب النمو في مرحلة وسط العمر:

- تحقيق مستويات من النجاح الاجتماعي و المهني.
- تحقيق مستوى معيشي ملائم.
- التعاون في تنشئة الأطفال و المراهقين.
- التوافق مع الآخرين.

5- مطالب النمو في مرحلة الشيخوخة:

- تقبل حالات الضعف الجسدي و المتاعب الصحية.
- تقبل النقص في الدخل.
- التوافق مع فقدان الزوج أو الزوجة.
- تقبل الحياة بواقعها الحالي لا الماضي.
- المساهمة في الواجبات الاجتماعية في حدود الإمكانيات المتاحة.

المحاضرة السادسة (ثلاث حصص): مرحلة الطفولة

* تمهيد:

النمو هو سلسلة متتابعة من التغيرات التي تسير بالإنسان نحو النضج، فالنمو يسير في مراحل متعددة و متباعدة تعتمد كل مرحلة على المرحلة السابقة، كما تساعد كل مرحلة على بلوغ المرحلة الثانية، و هذه التغيرات متعددة، فالفرد يتغير بدنياً و حركياً و عقلياً و إنفعالياً و اجتماعياً، و هذه التغيرات المقترنة بالنمو من شأنها الإرتقاء بالسلوك الذي يسعى به الفرد إلى التكيف مع بيئته.

1- تقسيم مراحل الطفولة:

مراحل النمو متصلة و متداخلة و لا يوجد بينها فواصل، و رغم هذا التداخل و

الإستمرار فقد قسم النمو إلى مراحل و هذه المراحل هي:

1-1- مرحلة ما قبل الميلاد (من عملية إخصاب البويضة إلى عملية ميلاد الطفل):

و تقدر مدتها بمائتين و ثمانين يوماً أو تسعة شهور، و تعتبر هذه المرحلة رغم قصر مدتها مقارنة مع مراحل النمو الأخرى من أهم مراحل العمر في حياة الفرد، فهي مرحلة التأسيس و وضع الأساس الحيوي للنمو النفسي، فالتغيرات التي تحدث فيها في مدة بضعة شهور، هي تغيرات سريعة و حاسمة و مؤثرة في حياة الفرد، فما يحدث للطفل قبل الميلاد له أهمية كبيرة في تحديد مسار نموه النفسي و يحدث النمو في هذه المرحلة في رحم الأم الذي يعتبر بيئة محيطة بالجنين تختلف عوامل النمو فيها من أم لأخرى.

1-2- مرحلة الرضاعة: (من الميلاد إلى نهاية السنة الثانية):

يجمع علماء النفس على أن السنوات الأولى من عمر الطفل ذات أهمية خاصة، فهي حاسمة في تحديد شخصيته المستقبلية، و يطلق على السنين الخمسة الأولى بالسنوات التكوينية، و في مرحلة الرضاعة هذه لا تقتصر حياة الطفل على النواحي البيولوجية فحسب، بل تكون تحتوي على العناصر النفسية و العقلية، و رغم أنه في خلال العامين الأوليين لا تتحدد معالم معينة بالنسبة للخصائص النفسية، و لكن من الواضح أن الطفل يقطع شوطا لا بأس به في مراحل النمو الجسمي و العقلي و الإنفعالي.

1-3- مرحلة الطفولة المبكرة (من بداية سن الثالثة حتى نهاية السنة الخامسة):

و هي السن التي تمكن الأطفال من الالتحاق بمدارس الحضانة، لذا يطلق على هذه المرحلة بمرحلة الحضانة. و يتم في هذه المرحلة لدى الطفل الإتزان العضوي و الفيزيولوجي، و التحكم في عمليات الإخراج، كذلك تكتمل لديه قدرات جسمية جديدة كالمشي و الأكل، و قدرات عقلية كالكلام و الإدراك الحسي، كذلك يصل إلى درجة من النمو الحركي الواضح، فكل هذه القدرات تبعث في الطفل قوة جديدة، كما تغرس في نفوس الأطفال في هذه المرحلة كثيرا من القيم و الاتجاهات الأخلاقية و الاجتماعية و فيها تتجدد مفاهيم الصواب و الخطأ و الخير و الشر، و يمكن القول أن البذور الأولى لشخصية الطفل المستقبلية توضع في هذه المرحلة.

1-4- مرحلة الطفولة المتوسطة و المتأخرة (من بداية التحاق الطفل بالمدرسة الابتدائية

و تنتهي بنهايتها):

حيث يشرف الطفل على الدخول في مرحلة المراهقة، و يطلق البعض على هذه المرحلة بـ: " قبيل المراهقة "، فتتسع بذلك دائرة بيئته الإجتماعية و تتنوع تبعاً لذلك علاقاته و تتحدد، و يكتسب الطفل معايير و اتجاهات و قيم جديدة، كما يصبح أكثر استعداداً لتحمل المسؤولية و أكثر ضبطاً للإنفعالات، و لذا كانت هذه المرحلة مناسبة لعملية التنشئة الاجتماعية و غرس القيم التربوية.

2- خصائص النمو الجسمي في مرحلة الطفولة:

2-1- في مرحلة الرضاعة:

- يولد الطفل بجلد مجعد يكسوه مادة شمعية دهنية.
- تكون أطرافه و عضلاته غير متماسكة و لا يستطيع السيطرة عليها.
- تكون عظامه لينة و عظام رأسه منفصلة غير ملتحمة و متباعدة ليتمكن المخ من النمو.
- يوجد بأعلى الرأس اليافوخ، و يتم التحام العظام حوله في السنة الثانية من العمر.
- تختلف نسبة نمو الجسم عند الميلاد عنه عند البالغين حيث نجد: أن الرأس يكون أكبر من الجسم، بحيث يمثل عند الميلاد نسبة $1/4$ من الجسم، في حين عند البالغين يمثل $1/8$ من الجسم.
- يميل رأس الطفل عند الميلاد للإستطالة أو الإنبعاج نتيجة للنمو، لكنه مع عملية النمو يعود إلى شكله الطبيعي.

- سرعة النمو الجسمي تختلف باختلاف مراحل عمر الطفل، فيبدأ سريعاً في مرحلة الطفولة المبكرة ثم يبدأ في التباطؤ نسبياً في مرحلة الطفولة المتأخرة، ليعود لسرعته في مرحلة المراهقة، و يعتدل في مرحلة الرشد، ثم يتراجع و يتناقص في مرحلة الشيخوخة.
- تنمو أعضاء الجسم بنسب متفاوتة.
- يختلف الطول عند الولادة وفقاً لعوامل وراثية و عامل الجنس.

2-2- في مرحلة الطفولة المبكرة:

- يصل وزن الطفل حديث الولادة إلى 3 كيلوغرامات، أما طوله فيبلغ حوالي نصف متر، و يزيد من 500 غرام إلى حوالي 1 كيلوغرام أثناء الأربع أشهر الأولى.
- تتدخل عوامل كثيرة في النمو الجسمي للطفل و تسهم بدرجة كبيرة في الفروق الفردية بين الأطفال في الوزن و الطول، كما يُلاحظ أن البنات يفقن الذكور.
- تبدأ الأسنان اللبنية في الظهور في الشهر السابع لتصل إلى 6 أسنان مع نهاية السنة، و 21 سناً في 18 شهراً، أما الأنياب فتظهر في نهاية الشهر الثامن عشر إلى الشهر العشرين.
- يساعد ظهور الأسنان على توسيع خبرات الطفل، حيث يَختبر بها كل ما يقع في يده.
- سلوك الطفل في بداية هذه المرحلة غير متماسك.
- حركة القبض قوية.
- تَقدم إحساسات الشم و الذوق و اللمس على السمع و البصر.
- يأخذ تدريجياً في ربط المدركات البصرية بالمدركات اللمسية.

2-3- في مرحلة الطفولة المتوسطة:

- يستمر نمو الطول و الوزن بمعدل سريع و لكنه أقل من سرعة المرحلة السابقة.
- يتعرض الطفل لتسوس الأسنان.
- يتميز نموه بالنشاط الحركي الفائق و الحيوية المستمرة.
- يتميز النشاط الحركي بالسرعة و الدقة و القوة لنمو العضلات الدقيقة.
- يستخدم الأصابع.
- يكون السمع لديه غير تام.
- ضعف التمييز البصري.

2-4- في مرحلة الطفولة المتأخرة:

- استمرار ضعف السيطرة في بداية هذه المرحلة على الحركات الدقيقة.
- نتيجة النضج في المهارات العقلية ابتداء من سن الثامنة، يحدث تناسق في الحركة و تتم السيطرة على الحركات الدقيقة.
- يغلب على الطفل في هذه الفترة النشاط العملي نتيجة لرغبته الشديدة في استعمال حواسه كلها.
- يسير النشاط الحركي من المَجْمَل غير المحدد إلى النشاط المفصل المحدد.
- يصل النضج الحسي إلى أقصاه في تمام التاسعة.

3- النمو الإنفعالي:

3-1- تعريف النمو الانفعالي:

هو تلك التطورات التي تطرأ على الانفعال عبر مراحل الطفولة خاصة، بدءاً بالتهيج العام وصولاً إلى النضج الإنفعالي.

3-2- مفهوم الإنفعال و جوانبه:

الإنفعال هو حالة اضطراب و تغير في الكائن الحي مصحوبة بإثارة وجدانية تتميز بمشاعر قوية و إندفاع نحو سلوك ذو شكل معين، فهو إذن حالة شعورية و سلوك حركي خاص، فبالنسبة للشخص نفسه، هي حالة مشاعر تائفة، و بالنسبة لشخص آخر هي حالة إضطراب في النشاط العضلي و الغددي، حيث يُرى انقباض اليد و تقطيب الجبين و اصفرار الوجه... أو دموع الحزن، و للانفعال عدة جوانب تتمثل في:

أولاً:

مظاهر جسمية خارجية: يمكن ملاحظتها و التحقق منها.

ثانياً:

مظاهر فسيولوجية داخلية: كالإفرازات الغدية، و التغيرات الكيميائية و الانقباضات الداخلية.

ثالثاً:

مشاعر داخلية مصاحبة لا يدركها إلا الشخص ذاته.

فالعصب مثلاً نلاحظ فيه عادة ما يلي:

- تغيرات و إيماءات و حركات تبدو على الشخص المنفعل، كتقطيب الجبين و تقلص عضلات الوجه... اضطراب الجهاز التنفسي و سرعة خفقان القلب و ازدياد افرازات الغدد الصماء و ارتفاع ضغط الدم، و أيضا بطانة وجدانية من مشاعر الضيق لا يدركها إلا الشخص ذاته.

3-3- تصنيف الانفعالات:

- 1- تختلف من حيث المشاعر المصاحبة لها، منها انفعالات سارة تصاحبها مشاعر ارتياح، و منها انفعالات أليمة تصاحبها مشاعر عدم الارتياح.
- 2- تتباين من حيث الأثر و الوضوح الناجم عنها، فبعضها ذات أثر منشط مثل: الفرح، الغضب، بينما أخرى غير واضحة مطموسة مثل: حب التملك.
- 3- قد تكون عرضية طارئة مثل: الغيظ ... أي تزول بزوال مثيراتها، و قد تكون مزمنة لا يدرك لها الشخص سبباً مثل القلق ...
- 4- تكون بسيطة أولية كالخوف.. و مركبة كالغيرة، و قد تكون مشتقة تعقب الانفعالات البسيطة مثل اليأس.
- 5- تكون قوية كالرعب، الفزع ... و كلها حالات طارئة تزول بزوال مثيراتها.

3-4- خصائص النمو الإنفعالي عبر مراحل النمو المختلفة:

أ- مرحلة الطفولة المبكرة:

- تتميز الإنفعالات في هذه المرحلة بالحدة و القوة، كما يستمر نمو الاستجابات الانفعالية بشكل تدريجي و متميز، و تدور معظمها حول الذات مثل: الخجل، الخوف...، و يرى علماء النفس " بأن مطالب النمو الجديدة، و معرفة اللغة، و زيادة القدرة على التغيير، و القدرة على الحركة و التنقل و الرغبة في التعرف على الأشياء، و فحصها، و تجربتها، و الرغبة في الشعور بالاستقلال، تصطدم جميعها بالبيئة التي يعيش فيها الطفل، مما يؤدي إلى ظهور تلك الانفعالات الحادة ".

- يزداد تمايز الاستجابات الانفعالية، و خاصة الاستجابات الانفعالية اللفظية لتحل تدريجياً محل الإستجابات الإنفعالية الجسمية.

- تتميز الانفعالات هنا بالشدة و المبالغة فيها (غضب شديد، حب، تنديدالخ).

- تظهر الانفعالات المتمركزة حول الذات مثل: الخجل، الإحساس بالذنب و مشاعر الثقة بالنفس.

- تظهر نوبات الغضب المصحوبة بالاحتجاج اللفظي و الأخذ بالتأثر أحياناً، و يصاحبها أيضاً العناد و المقاومة و العدوان خاصة عند حرمان الطفل من إشباع حاجاته، و كثيراً ما نسمع كلمة "لا" في بداية هذه المرحلة.

- تتأجج نار الغيرة عند ميلاد طفل آخر و تظهر "عقدة قابيل" أو "عقدة الأخ"، فعند

ميلاد أخ جديد يشعر الطفل بتهديد رهيب يهدد مكانته و يشعر كأنه عزل من عرشه الذي كان يتربع عليه وحده دون سواه.

ب- مرحلة الطفولة المتوسطة:

- يسير النمو في هذه المرحلة بشكل بطيء، و يظهر في بداية المرحلة على شكل انتقال الطفل من حالة انفعالية إلى أخرى، و ذلك بسبب عدم نضج الطفل من الناحية الانفعالية من جهة، و قابليته للاستثارة مع تميزه بسمات عديدة مثل العناد و الميل إلى التحدي من جهة أخرى.

- و مع تقدم الطفل في العمر يرتفع مستوى الثبات الانفعالي لديه، حيث يصبح مستقرا من الناحية الانفعالية في نفس الوقت الذي تزداد قدرته على السيطرة على دوافعه الفطرية، و يقترن كل ذلك بتوجيه الطاقة الانفعالية نحو الخارج بعد أن كانت توجه نحو الأسرة فيما سبق.

- كما يستطيع الطفل إشباع حاجاته بطرق أكثر فعالية عن ذي قبل و استعمال طرق جديدة ايجابية بدل الإعتماد على الإنفعال و الغضب.

ج- مرحلة الطفولة المتأخرة:

- تتميز هذه الفترة بالثبات الانفعالي، حيث لا يطلق العنان لإنفعالاته، كما تتميز بقدرة الطفل على السيطرة على النفس و الميل إلى المرح.

- كما أن التعبير الانفعالي يتأثر بالثقافة التي يعيش فيها الطفل و نوع التربية التي يلقيها، و ينمو إدراكه، لذلك نجدها انفعالات متميزة بالهدوء، لأنه يكون قد بلغ درجة النمو العقلي

التي تمكنه من فهم المواقف الاجتماعية و التحكم في تعبيراته الانفعالية.

3-5- أثر الإنفعالات على السلوك:

- إن الانفعال الهادئ المعتدل يساعد على تأدية الوظائف العقلية بنظام و تنسيق، أي يساعد على ضبط النفس و كبح جماحها، و بهذا يكون شخصا أكثر اتزاناً في تفكيره و تصرفاته، و يكون شخصاً متميزاً مقبولاً في المجتمع، يحصل على علاقات طيبة مع الآخرين.

- أما الانفعال الحاد الثائر، فهو ثورة داخلية تقتحم المراكز العصبية الموجودة، مما يؤدي إلى عدم اتزان الشخص، فيكون غير سوي مرفوض من طرف المجتمع.

4- النمو العقلي:

4-1- تعريف النمو العقلي:

إن النمو العقلي يعني التغيرات الطارئة على السلوكيات، الأداءات السلوكية للأطفال أو الناشئة مختلفين في أعمارهم الزمنية و في المقاييس التي تقيس الأداء العقلي بدرجة من الصدق و الثبات، كما يعرف النمو العقلي على أنه تطور العمليات العقلية من بدأ الإدراك الحسي إلى الذكاء، فيشمل بذلك: الإدراك الحسي، التذكر، التفكير، التخيل و الذكاء.

4-2- تعريف العمليات العقلية (المعرفية):

يعرف السيكولوجيين مثل "بورن" و "اسكتراند" العمليات العقلية بأنها " النشاط الذهني أو عملية التفكير التي يقوم بها الذهن، و النمو العقلي ما هو إلا تطور و ارتقاء جملة من الآليات العقلية التي تتناسق فيما بينها لتشكل العقل البشري و المتمثلة في: الذكاء، الإدراك

و التذكر، و من هذا المنطلق يمكن القول أن الذكاء عملية متميزة لأنه يتحكم في العمليات العقلية العليا التي تبني عليها حياة الإنسان .

4-3- خصائص النمو العقلي في مرحلة الطفولة:

أ- مرحلة الرضاعة:

*** العمليات العقلية:**

- يعتمد الطفل بالدرجة الأولى على حواسه في التعرف على الأشياء.
- يستخدم فمه للتعرف على الأشياء.

**** الذكاء:**

- يكون حسي حركي.
- يكون سريعاً، حيث أن الرضيع في ستة أشهر يميز بين وجوه والديه و إخوته و وجوه الغرباء.

- في عامين يعرف اسمه و ينطق جمل قصيرة.
- التعلم يكون بطيئاً و عن طريق المحاولة و الخطأ.
- يعتمد الطفل على التقليد.
- لا يستطيع أن يمسك ملعقة، و لكن عن طريق المحاولة و الخطأ يتعلم تدريجياً.
- يقلد والده في الصلاة دون أن يعرف معناها.

**** التذكر:**

- هو من العمليات العقلية الهامة.

- يتذكر الطفل كل ما مر به من خبرات.

- يقول علماء النفس: أن الطفل يتذكر المواقف السارة أكثر من تذكره المواقف المحزنة و

التي سببت له ألماً، فهي تُكتب في اللاشعور، مثال: اصطحبه والده يوماً عند أقاربه و

قدمت له الحلوى، ففي المرة المقبلة يتجه مباشرة إلى مكان الحلوى.

ب- مرحلة الطفولة المبكرة:

* العمليات العقلية:

** الإدراك الحسي:

- هو خطوة أرقى من الإحساس.

- هو إضفاء معاني على الصورة الحسية السمعية و البصرية و رصدها بالجهاز

العصبي المركزي.

- يعتمد الطفل كثيراً على الإدراك لفهم معاني الحياة.

1- إدراك الأشكال و الألوان:

- يتعذر على الطفل حتى سن 4 إدراك الفرق بين المثلث و المستطيل و المربع.

- يسهل على الطفل في هذه المرحلة إدراك الحروف المتباينة أكثر من إدراكه للحروف

المتماثلة.

- يتعرف على الألوان القائمة.

- يصعب عليه التعرف على درجات اللون الواحد.

2- إدراك الأحجام و الأوزان:

- منذ بداية العام الثالث يميز بين الأحجام الكبيرة و الصغيرة دون المتوسطة.
- إدراكه للأوزان يأتي في مرحلة متأخرة لعدم اكتمال نضج عضلاته.

3- إدراك المسافات:

- لا يقدر المسافات تقديرا صحيحا.

4- إدراك الأعداد:

- يتطور من الكل إلى الجزء.
- الطفل قبل الثالثة، يميز بين القلة و الكثرة.
- في سن الخامسة و السادسة، يدرك التماثل و التناظر.
- يمكنه العد على أصابعه و يجمع الأعداد و يتعذر عليه الضرب و القسمة.

5- إدراك العلاقات المكانية:

- بين 3 و 4 سنوات يدرك العلاقات المكانية الذاتية فقط أي المتصلة به.
- بعد سن 4 يدرك العلاقات المكانية الموضوعية.

6- إدراك الزمن:

- يكون تقديره للزمن غير صحيح.
- لا يفرق بين الليل و النهار، الصباح و المساء.
- يتزايد إدراك الطفل مع نموه، فيصبح يميز بين الليل و النهار، الصباح و المساء.
- يستطيع رؤية صورة و التعليق عليها.

- يفرق بين الحروف المتباينة: أ، م.
- و بين الحروف المتماثلة: ب، ت، ث.
- و بين الأحمر و الأخضر.
- الأحمر الفاتح و الأحمر القاتم.
- مربع كبير، مربع صغير.
- إذا أعطيته 4 أقلام و أخفيت 1، أدرك نقصان العدد.
- يدرك مكان منزله و غرفه.
- يعيش حاضره كأنه ماضيه.
- تأجيل العمل إلى وقت لاحق يجعله ينفعل، لأنه يظن أنك رفضت.

**** التذكر:**

- هو عملية يتم بواسطتها استرجاع الصور الذهنية، البصرية و السمعية و غيرها.
- و هو من العمليات العقلية المبكرة.
- تزداد قدرة التذكر بازدياد النمو.
- تسير نمو الإدراك و الانتباه .
- يتذكر الألفاظ و الأرقام و الصور و الحركات.
- التذكر الآلي يكون واضحاً.
- يتذكر الأرقام التي ذكرتها له و يعيدها عقب انتهائك.
- حفظ و استرجاع الأناشيد دون إدراك معناها.

**** التخيل و التفكير :**

- التفكير في هذه المرحلة لا يصل إلى المستوى المنطقي.
- تفكير عملي يعتمد على الصور الحسية.
- أقرب ما يكون إلى التخيل، فلا يميز بين الواقع و الخيال.
- يثري الطفل خيالاته أثناء لعبه، و أحلامه من واقعه.
- يكذب الطفل أحياناً و يسمى الكذب الخيالي.

*** أهمية التخيل :**

- عن طريق التخيل و أحلام اليقظة، يخلق الطفل لنفسه عالماً وهمياً يحقق فيه رغباته التي لم يستطع تحقيقها في الواقع.
- يعتبر التخيل حمام أمن لصحة الطفل النفسية، فهو يخفف من التوتر النفسي و يقلل من مشاعر النقص و العدوان و الغيرة.
- يتخيل أنه طبيب في عيادته يكشف عن المرضى و الكراسي التي حوله هي المرضى.
- أنه سائق قطار و الكراسي هي الركاب.

**** الذكاء :**

- يستعين الطفل في هذه المرحلة بالنطق و المشي في نموه العقلي و المعرفي، فيقلب الأشياء و يبحث عن مكانها.
- أسفرت البحوث أن نسبة الذكاء تتأثر بصحة الطفل و حالته الانفعالية و علاقاته المنزلية و الاجتماعية و بالتعلم و الخبرات المتعددة.

- لا يمكن الوثوق بنتائج اختبارات الذكاء في هذه المرحلة، لأن الطفل يتأثر بالعوامل الانفعالية مع عدم قدرته على تركيز الانتباه.

ج- مرحلة الطفولة الوسطى و المتأخرة:

*** العمليات العقلية:**

**** الملاحظة و الإدراك:**

- منذ بداية هذه المرحلة يطرأ على الطفل تطور في الملاحظة و الإدراك مقارنةً مع المراحل السابقة.

- تطور إدراك الطفل و ملاحظته يدل على تطور نموه العقلي و ذكائه.

- يصبح قادر على الربط بين العلاقات و العناصر على أساس العلة و المعلول.

- أما إدراكه المكاني فيكون تدريجياً حتى الثانية عشر، فيصبح قادراً على التمييز في تحديد الاتجاه و الموقع.

- إذا عرضنا على طفل في سن الثالثة لوحة تتألف من عناصر متعددة، فإن الطفل في

هذه السن يعيد لك ما رآه دون تفسير عكس طفل ذو سبعة سنوات، فهذا الأخير يربط و ينسق و يفسر ما تحتويه تلك الصورة.

**** الإنتباه:**

- يستدعي الانتباه تركيز و حصر النشاط الذهني في اتجاه معين مدة من الزمن و

يختلف من فرد إلى آخر.

- من المعروف أن الطفل أقل قدرة على الانتباه، فهو لا يستطيع تنظيم نشاطه الذهني في شيء محدد فترة طويلة، و لكن بتزايد سنه يزيد انتباهه.

**** التذكر:**

- يرتبط التذكر بالقدرة على الانتباه و الاهتمام، و بنمو الفرد تزداد قدرته على التذكر، ففي البداية يكون آلياً، أما في مرحلة الطفولة الوسطى و المتأخرة نجد أن الطفل يميل إلى حفظ و تذكر الموضوعات التي تقوم على الفهم و الإدراك.

**** التفكير:**

- ينتقل من تفكير حسي إلى تفكير مجرد.

- في بداية الطفولة الوسطى و المتأخرة يكاد يكون تفكير الطفل علمياً، حيث يستهويه فحص الأشياء و محاولة حلها و تركيبها و حل الألغاز.

**** التخيل:**

- يتحول تخيل الطفل من تخيل إيهامي إلى تخيل إبداعي واقعي في هذه المرحلة نتيجة النمو و النضج العقلي.

- يمكن استغلال التخيل بتوجيه الطفل إلى نشاطات متنوعة (الرسم، القراءة و مطالعة القصص، الأشغال اليدوية).

**** الذكاء:**

- هو القدرة على التكيف المقصود حيال الظروف الجديدة.

- هو القدرة على التفكير المجرد

5- النمو اللغوي:

5-1- تعريف النمو اللغوي:

هو مجموعة المكتسبات اللغوية التي يكتسبها الطفل عبر مراحل معينة.

5-2- خصائص النمو اللغوي في مرحلة الطفولة:

1- صحة الميلاد:

ليس لها أي معنى سيكولوجي، وإنما هي ألم نتيجة دخول الهواء السريع إلى الرئتين مع عملية الشهيق الأولى.

2- مرحلة الأصوات الإنفعالية:

- أصوات هادئة تدل على الارتياح.
- أصوات مزعجة تدل على الألم و الضيق.
- استعمال الأصوات للتعبير عن الأحاسيس و وسيلة لتدريب الجهاز الصوتي.

3- مرحلة المناغاة:

- ظهور بواذر المناغاة التلقائية.
- إصدار أصوات عشوائية غير مترابطة.
- استعمال هذه الأصوات كوسيلة لمناغاة نفسه حتى في غياب الأشخاص من حوله.

4- مرحلة الرضاعة:

- مرحلة الحروف التلقائية:

- ينطق الحروف الحلقية المرنة (أ، آ)، (ع، غ) و حروف الشفاه (ب، م).
- بعدها يمكنه الجمع بين هذه الحروف: فينطق كلمة (بابا، ماما).
- ثم ينطق الحروف السنية (د، ت) ثم الحروف الأنفية (ن).

* مرحلة تقليد الكبار:

- يحاول أن يقلد الأصوات التي يسمعها.
- يحاول استراق السمع لكل ما يقال حوله.
- يحاول مقارنة صوته بصوت أبيه و أمه.

* مرحلة المعاني:

- بداية ربط المعاني بالألفاظ لإحداث توافق بين المدركات الحسية و البصرية.
- تأخذ الكلمات عند الطفل صفة العمومية (لبن على كل ما هو أبيض).
- استعمال جمل قصيرة (ثلاث مفردات).
- في الرابعة من عمره يستعمل جمل أطول.
- يستعمل الطفل الأسماء ثم الأفعال ثم الضمائر و الظروف و الحروف.
- تنمو قدرته من البساطة إلى التعقيد.
- يكثر من الأسئلة.
- تزيد رغبته في حب الإستطلاع و إكتساب المعلومات.

5- الطفولة المبكرة:

*** التحاق الطفل بالمدرسة:**

- يبدأ باستخدام الجمل الطويلة، متأثراً بنضجه و تدريبه.
- يبدأ الطفل في تعلم القراءة و الكتابة.
- اهتمام الطفل بالصور و الرسوم.
- تنمية مهارات الطفل الكلامية (القراءة، الكتابة).
- قدرة الطفل على التعبير الشفهي.

6- مرحلة الطفولة الوسطى و المتأخرة:

*** خصائص لغة الطفل:**

- يولد الطفل مزوداً باستعدادات فطرية لاكتساب اللغة.
- قدرة الفهم عند الطفل تسبق قدرة استعمال الكلام.
- لغة الطفل نتيجة تفاعل عدة عوامل داخلية (الجنس، الذكاء و العمر الزمني، و الصحة العامة) و عوامل خارجية (الأسرة، الروضة، المدرسة).
- يغلب على لغة الطفل التعميم و تبدأ بالتدرج في التخصيص.
- تتحسن لغة الطفل بعد دخوله المدرسة أحسن مما كانت عليه قبل دخوله إليها.
- شخصية الطفل هي تحصيل حاصل لتفاعل مجموعة من العوامل أهمها لغته.
- يلعب الكتاب المدرسي دوراً بارزاً في تطور اللغة عند الطفل.

*- نصائح لتنمية مهارات الطفل الكلامية:

- 1- يجب تفاعل الأم مع طفلها و التحدث معه.
- 2- محاولة الاستجابة للأصوات التي يصدرها سواءاً كانت مفهومة أو غير مفهومة.
- 3- العمل على تقليد صوت الطفل و الضحك و إظهار الدهشة.
- 4- سمي لطفلك كل شيء تقع عليه عينيه، و إن لم يبدأ الكلام لأن الاستماع عامل هام جدا في نمو اللغة فيما بعد.
- 5- إقرئي لطفلك، فالقراءة تحفز سمع الطفل و رؤيته و هما هامتان لتنمية مهاراته الكلامية.
- 6- حاولي شراء القصص الكرتونية أو الملابس التي فيها رسوم الحيوانات....
- 7- العبي معه ألعاب الكلام و اللمس: يمكنك سؤاله، أين أنفك؟ ثم تلمسين أنفه... مع التكرار.
- 8- لا تبسطي حديثك، لأن لغة الكبار هي التي تشد انتباه الطفل.
- 9- الأهم من كل ذلك هو البر، و عدم الضغط على الطفل ليتكلم.

المحاضرة السابعة (حصة واحدة) الحاجات النفسية للطفل

* تمهيد:

يقصد بالحاجة ذلك النقص في متطلبات الحياة المادية، و النفسية أي أنه نقص أو افتقار إلى شيء معين إذا توفر، توفر معه الاشباع و الارتياح و التوافق للكائن الحي. هذا و تتعدد الحاجات و تتنوع، فنحن في حاجة إلى ما يكفل بقاءنا كالغذاء و الأمن و التخلص من التوتر و الشفاء من الاسقام و الأمراض و الألم الجسمي و نحن كذلك في حاجة إلى الترفيه و إلى الحب و إلى اللعب و إلى قبول الآخرين، يعنى ذلك أن الحاجات المادية الجسمية و الفسيولوجية التي تحفظ بقاء الكائن الحي من ناحية و الحاجات النفسية التي تجعل حياة الكائن البشري أكثر سعادة و تحفزا و راحة من ناحية أخرى.

* أهم حاجات الطفل النفسية:

- 1- الحاجات الجسمية و الفسيولوجية مثل الغذاء و الهواء و الماء و درجات الحرارة المناسبة و الوقاية من الحوادث و الأمراض و التوازن بين النشاط و الحركة و الراحة بل و كل ما يهدد سلامة و بقاء الطفل.
- 2- الحاجات النفسية و هي التي تجعل حياته سعيدة خالية من التوتر و الإحباط و الفشل و الصراع، أي تعمل على جعله يعيش حياة حضارية مستقرة و هادئة و هانئة، و مما يوفر ذلك حاجة الطفل إلى الأمن و الاستقرار البدني و النفسي عن طريق الانتماء و التفاعل مع

الأسرة و الرفاق و الزملاء، حيث يشعر بالأمان من كل العوامل المهددة عن طريق حمايته و رعايته و إشعاره بأنه يعيش في حماية من حوله أي أنهم مصدر حماية و أمن و ليسوا مصدر تهديد و خطورة.

3- حاجة الطفل إلى القبول و المحبة، فالطفل يشعر بأنه مستقر و مطمئن إذا شعر بأنه محبوب و مقبول و مرغوب في صحبته و وجوده مع الآخرين سواءً في الأسرة أو خارجها، و إذا شعر بالرفض أو عدم الإرتياح له فإنه يضطرب انفعالياً و يقلق و يشعر بالغربة و النقص.

4- الطفل في حاجة إلى الرعاية و التوجيه و تعلم معايير السلطة و الخطأ و الصواب و الممنوع و المرغوب فيه من السلوك. الرعاية الوالدية سواءً مادية أو نفسية ضرورية لنمو الطفل و استقراره و كذلك رعاية الأخوة و الكبار و المدرسين و غيرهم ممن يتم الاحتكاك بهم يعتبر ضروريا لسلامة نمو الطفل. فقدان السند المادي أو النفسي تظهر آثاره واضحة من خلال فقدان أحد الوالدين أو الحرمان الإقتصادي أثناء الطفولة، حيث تشير الدراسات إلى أن أغلب المضطربين نفسياً و المنحرفين يأتون من بيوت فقدوا فيها الرعاية و التوجيه أثناء طفولتهم.

5- حاجة الطفل إلى الرضى النفسي الذاتي و حاجته إلى إرضاء الآخرين، فالطفل الذي ينجح في تعليمه المدرسي و يشعر بصحة بدنه و يعرف مدى حب و رعاية أهله له و يرى و يسمع التشجيع و التقدير و القبول من الرفاق و المربين و الكبار يكون سعيدا بنفسه معتزاً

بها راضيا عنها مما يؤهله للنجاح في حياته و ينبئ بنمو شخصية سوية في المستقبل. كذلك الطفل الذي يتفاعل مع الآخرين بمنطقية و ثقة و واقعية يلقي إستحسانا و قبولا منهم، مما يدل على أنه قام بواجبه نحوهم و أَرْضاهم، الأمر الذي يعود عليه بالإرتياح و تحقيق الحاجة إلى إرضاء الآخرين.

6- الطفل في حاجة إلى الإستقلال و التمتع بقدر من الحرية في سلوكه بما لا يؤثر على استقلال و حرية الآخرين، و بذلك يجب أن نتيح الفرصة للطفل في اتخاذ قراراته و اختياراته مهما كانت بسيطة كاختيار الألعاب أو الأصدقاء أو القيام ببعض الأعمال التي تخصه دون فرض آراء و اختيارات الكبار عليه، يجب على الآباء تشجيع المبادرات الذاتية للطفل فيما يخصه شخصياً و ينمي فيه روح المبادرة و المشاركة و التعاون و الشعور بالإنجاز و النجاح كشخصية مستقلة ذات كيان خاص.

7- الطفل في حاجة إلى تعلم أنماط السلوك السليم، أي أنه يتقبل القوانين و الأعراف و الآداب العامة و آراء السلطة الأبوية و التربوية و القانونية بما لا يجعله إمعة ينصاع لكل رأي أو أمر و لكن بما يجعله قادراً على التمييز بين حقوقه و حقوق الآخرين و بما يمكنه من الانخراط في الحياة الاجتماعية و تقبل دوره الاجتماعي.

8- الطفل في حاجة إلى الشعور بالنجاح، مما يحتم على الكبار تشجيعه و وصفه بما يحب من عبارات الإطراء و الثناء و توجيهه إلى الأعمال التي يستطيع النجاح فيها حتى

يتذوق نشوة النجاح بنفسه، و عن طريق التوجيه من الكبار يجب إبعاد الطفل عن الأعمال و المنافسة و المشاريع التي لا تتلاءم مع إمكانياته حتى يتجنب الفشل و الإحباط.

9- الطفل في حاجة إلى تقدير ذاته و احترامها عن طريق الاعتراف من قبل الآخرين بكفاءاته و قدراته و إحترام آرائه و أفكاره، فهو دائماً يسعى إلى تبوء المكانة المرموقة و أخذ الاعتبار بوجوده من خلال إنجازاته و أعماله. النمو السوي للذات يشكل حجر الزاوية للشخصية السوية و إشباع حاجات الطفل النفسية يعزز الذات و يساعد على نمو سليم لها.

10- الحاجة إلى اللعب و اللعب مهنة الطفل، فالحيوانات تلعب و الكبار يلعبون و الاختلاف في نوع الألعاب و درجتها فقط، للعب دور مهم في بناء الشخصية و نظريات كثيرة تقترح مهام اللعب، منها التدريب على مهنة المستقبل، حيث تتدرب القطة على الصيد و الطيور على الالتقاط، و الحل و التركيب و الزراعة و البناء و الركوب لدى الأطفال ما هو إلا تدريب على أعمال سيقومون بها مستقبلاً.

هناك أيضاً نظرية التخليص التي تشير إلى الطفل يزاول ألعاباً قام و يقوم بها الإنسان منذ بداية البشرية في شكل أعمال و تطور، فهي من الجني و الزراعة و الصيد و الصناعة .. إلى اختراق الفضاء الخارجي، و كل ذلك يمثلها الطفل في ألعابه. هناك نظرية تصريف الطاقة أي عن طريق اللعب. يصرف الطفل طاقته و ينفس عن مكبوتاته و يشبع رغباته و

تطلعاته، و في كل الأحوال اللعب حاجة مهمة للطفل و هو وسيلة للإشباع و التدريب و التخلص من التوترات و شغل الفراغ.

المحاضرة الثامنة (حصتين): مرحلة المراهقة

* تمهيد:

تعد المراهقة من أصعب المراحل التي يمر بها الطفل لدى نموه فهي مرحلة البلوغ، و التي تطرأ فيها العديد من التغيرات الجسمية و الفسيولوجية تؤثر بشكل كبير على النمو الإنفعالي و الجسمي لديه، كما يؤثر النمو على تطور الصفات البدنية و الحركية للمراهق.

1- تعريف المراهقة:

- لغة:

كلمة مراهقة " adolescence " معناها التدرج نحو النضج (الجنسي، الانفعالي و العقلي..)، و هي مشتقة من الفعل راهق بمعنى قرب، فراهق الشيء معناه قاربه، و راهق البلوغ تعني قارب البلوغ و راهق الغلام أي قارب الحلم و الحلم هو القدرة على إنجاب النسل، و بذلك فالمراهقة هي: التدرج في النضج من جميع الجوانب الجنسية الجسمية الاجتماعية و العقلية و هذا التعريف لا يختلف كثيرا عن المعنى العلمي.

- اصطلاحاً:

المراهقة تنطلق من مرحلة كمون، و هي بهذا تعتبر بداية ثانية لانطلاقة جديدة لعمليات النمو من جهة كما تعتبر عودة قوية لمشاكل النمو التي توارت مؤقتاً أثناء مرحلة الكمون

من جهة أخرى و هكذا تبدو المراهقة و كأنها عملية إستيقاظ من مرحلة كمون متسمة بالبطيء في النمو و هدوئه و باختفاء المشاكل مؤقتا مما يؤدي إلى كشف الغطاء عن المشاكل و الصراعات و تجددتها.

و قد اهتم بهذه المرحلة العديد من العلماء و الباحثين الغربيين على رأسهم " آرنولد جيزل " و معاونوه، كما اهتم بها أيضا العالم النفساني " أوسبل " 1955 و قد عرفها بأنها: " الوقت الذي يحدث فيه التحول في الوضع البيولوجي للفرد " كما عرفها العالم الكبير " ستانلي هول " سنة 1956 بأنها: " الفترة من العمر التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواصف و الانفعالات الحادة و التوترات العنيفة "، كما انه يعتبرها " مولد جديد للفرد " و " فترة عواصف و توتر و شدة "، و لذلك سميتها نظرية " ستانلي هول " " بالعاصفة " أو " الأزمة " لأنها تتضمن في رأيه تغييرات ضخمة في الحياة، و هي نوع جديد من الميلاد مصحوب هذه المرة بالتوترات و مشاكل لا يمكن تجنب أزماتها و ضغوطها.

كما عرفها موروكس 1962 بأنها: " الفترة التي يكسر فيها المراهق شرنقة الطفولة ليخرج إلى العالم الخارجي و يبدأ في التفاعل معه و الاندماج فيه "، أما الباحثين العرب فقد عرفها د: عبد السلام حامد بقوله: " يعني مصطلح المراهقة كما يستخدم في علم النفس مرحلة النضج و الرشد، فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد ".

و قد عرفها " عبد الرحمن العيسوي " بأنها " سن النضج العقلي و الإنفعالي و الإجتماعي و تصل إليها الفتاة قبل الفتى بنحو عامين ".

أما " عبد القادر محمد" فيقول " بأنها بدء ظهور المميزات الجنسية و ذلك نتيجة لنضج الغدد التناسلية، فهي إذن مرحلة النمو المتوسط بين الطفولة و الرشد، حيث يتم فيها إعداد الناشئ ليصبح فردا يتحمل مسؤولياته للمشاركة في نشاط المجتمع " ...

و مما سبق يمكن تعريف المراهقة بانها " مرحلة النمو المتوسط بين الطفولة و الرشد الذي يسبب كثيرا من القلق و الاضطرابات النفسية، و يتم في هذه الفترة نضج الوظائف البيولوجية و الفيزيولوجية و الجسمية عموما " .

2- تقسيم مرحلة المراهقة:

لقد إتفق معظم علماء النفس على أنها تنقسم إلى ثلاث مراحل:

أ- المراهقة المبكرة (البلوغ - 15 سنة):

و تتصف بتغيرات بيولوجية سريعة.

ب- المراهقة الوسطى (16 سنة - 18 سنة):

و هنا تكتمل التغيرات البيولوجية.

ج- المراهقة المتأخرة (18 سنة - بداية الرشد):

في هذه المرحلة يتحول الفرد الى انسان راشد مظهراً و تصرفاً.

3- خصائص نمو المراهق:

3-1- الخصائص الجنسية:

يعرف النضج الجنسي على أنه نمو الغدد التناسلية و قدرتها على أداء وظائفها التناسلية، و يمكن تقسيم الصفات الجنسية إلى قسمين: صفات جنسية ثانوية و صفات جنسية أولية ناتجة عن نشاط الغدد الجنسية. و يمكن تلخيص هذه الصفات كما يلي:

المراهقة المبكرة:

*** الإناث:**

- تثبط الغدد التناسلية و تصبح قادرة على أداء وظائفها التناسلية، و هي المبيضان و تفرزان الخلايا الجنسية أو ما تسمى بالبويضة و هنا تبدأ العادة الشهرية (الطمث).

- نمو الشعر في مواضع خاصة من الجسم.

- نعومة الصوت.

- نمو عظام الحوض و الفم و المهبل.

- إختزان الدهن في الأرداف و نموها.

*** الذكور:**

- تنشط الغدد التناسلية و تصبح قادرة على أداء وظائفها التناسلية و هي الخلايا الجنسية

أو ما تسمى بالحيوانات المنوية.

- نمو الشعر في مواضع خاصة من الجسم كالإبط و الوجه و غيرها.

- خشونة الصوت.

- الصفات الجنسية الأولية و الصفات الجنسية الثانوية.

المراهقة المتوسطة:

- ينشط الدافع لدى المراهق نشاطا يدفعه إلى الميل نحو الجنس الآخر.

- الرغبة في تحصيل أكبر قدر من المعرفة في الأمور الجنسية.

- يكون النشاط الجنسي لدى الذكور أسبق منه لدى الإناث، و يصل الذكور إلى الطاقة

الجنسية.

المراهقة المتأخرة:

- تتحقق القدرة على التنازل عند الجنسين، و يصبح الدور الجنسي لكل منهما أكثر دقة و

تحديداً.

- تزداد المشاعر الجنسية خصوبة و عمقا، و تندمج مشاعر الرغبة الجنسية مع مشاعر

المودة و المحبة.

- يصبح الفرد أكثر واقعية في إظهار ميله نحو الجنس الآخر.

3-2- الخصائص الجسمية:

تحدث للمراهق تغيرات جسمية سريعة و عنيفة في الحجم، الوزن، الشكل، و يمكن تلخيصها عبر المراحل الثلاث كما يلي:

*** المراهقة المبكرة:**

- يحدث نمو سريع و مفاجئ في الطول و الوزن و الهيكل العظمي.
- اتساع الكتف و الصدر بالنسبة للذكور.
- تحدث أكبر زيادة في الطول متأخرة مدة عامين تقريباً عند الذكور، بينما تحدث هذه الزيادة عند البنات في الفترة التي تسبق أول حيض.
- تتغير ملامح الفرد نتيجة للنمو السريع، حيث يصبح الفم واسع و الفك العلوي نامياً أكثر من الفك السفلي.

*** المراهقة المتوسطة:**

- تباطؤ النمو الجسدي و دقة سرعته تدريجياً.
- زيادة الطول و الوزن عند كل من الذكور و الإناث مع وجود فرق بينهما (استمرار الزيادة ببطء: الزيادة لدى الذكور أعلى من الإناث).
- وصول الإناث إلى أقصى النمو في الطول في نهاية هذه المرحلة تقريباً.

- إنخفاض سرعة النمو في الوزن لدى الإناث قبل الذكور.
- زيادة سعة المعدة زيادة كبيرة.
- تحسن الحالة الصحية للمراهق تحسناً واضحاً.
- تفوق الذكور على الإناث في القوة العضلية.
- قلة ساعات نوم المراهق.
- إنخفاض طفيف في معدل النبض لدى المراهق و إنخفاض إستهلاك جسمه للأوكسجين.
- ارتفاع ضغط الدم تدريجياً عند كلا الجنسين.

* المراهقة المتأخرة:

- يتواصل النمو الجسمي في هذه المرحلة حتى يصل إلى غايته، و تتضح السمات الجسدية للفرد و تستقر ملامح وجهه.
- تستمر الزيادة الطفيفة أو البطيئة لدى الجنسين حتى الرشد، و يلاحظ تفوق الذكور على الإناث في كل من الوزن و الطول.
- يصل الفرد إلى التوازن الغدي.
- تكتمل الأسنان الدائمة بظهور أضرار العقل الأربعة، و يكتمل النضج الهيكلي و النضج الجسمي.

- تتضح درجة وضوح القوة البدنية عند الذكور عنها عند البنات مما يجعلهم يتفوقون عليهن في الأنشطة الرياضية خلال سنوات هذه المرحلة.

3-3- الخصائص الحركية:

1- النمو الحركي في مرحلة المراهقة الأولى:

يعتبر العديد من العلماء أن فترة المراهقة الأولى هي مرحلة الارتباك أو الفوضى الحركية، حيث تتميز حركات المراهق بالإختلال في التوازن و الاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق و التناسق الجسمي، و تكمن هذه الإضطرابات الحركية في ما يلي:

- الارتباك الحركي العام:

حركات المراهق التي كانت تتميز بالتناسق و الإنسجام و السهولة التي اكتسبها في غضون المراحل السابقة تصبح كثيرة الإضطراب و الارتباك و يظهر ذلك في المشي و الجري.

- الإفتقار للرشاقة:

و يظهر ذلك في الحركات التي تتطلب حسن التوافق بين أجزاء الجسم.

- نقص هادفية الحركات:

حيث أن حركات المراهق خاصة أطرافه (أرجله و ذراعيه) لا تخضع لصفة الإنتظام مثال: لاعب كرة القدم موهوب قد يفقد الكثير من دقة التمرير و المراوغة في هذه المرحلة.

- الزيادة المفرطة في الحركات:

كثير من المهارات الرياضية ترتبط ببعض الحركات الجانبية الزائدة.

- إضطراب القوى المحركة:

حيث تؤدي الحركات بإفراط في الجهد و الطاقة، حيث تستخدم العضلات المنة للحركات أو أن تكون الحركات تتميز بالطراوة و الرخاوة.

- نقص القدرة على التحكم الحركي:

تظهر صعوبة لدى المراهق في اكتساب المهارات الحركية الجديدة.

- التعارض في السلوك الحركي العام:

يظهر عدم الإستقرار الحركي فلا يمكن للمراهق السلوك أو المكوث ثابتا بدون حركة، و على العكس في بعض الحالات قد تتسم حركاته بالفتور و التكاثر.

2- النمو الحركي في مرحلة المراهقة الوسطى:

تتميز مرحلة المراهقة الوسطة بعودة الإلتزان التدريجي بعد فترة الإرتباك و الإضطراب الحركي، حيث تعد هذه المرحلة ذروة جديدة للنمو الحركي، و يستطيع الناشئ بسرعة اكتساب و تعلم مختلف الحركات و إتقانها و تثبيتها.

كما أن نمو و زيادة قوة العضلات في هذه المرحلة يساعد كثيرا على تطوير القدرات الحركية التي تتطلب القوة كالسرعة و الوثب و الرمي، و بذلك يمكن ممارسة أنواع متعددة

من الأنشطة الرياضية التي تتطلب القوة العضلية.

3- النمو الحركي في مرحلة المراهقة المتأخرة:

في هذه المرحلة يصل الفرد فيها إلى اكتمال الصفات البدنية، كالقوة العضلية و المرونة و الرشاقة، و يستطيع الوصول إلى أعلى مستوى رياضي.

3-4- خصائص النمو العقلي:

* المراهقة المبكرة:

- تقل سرعة النمو في القدرة العقلية، نظرا لأن معظم طاقة الطفل البيولوجية تكون مشغولة بمواجهة مطالب النمو الجسمي السريع، حتى أنه لا يشعر بالإرهاق إذا قام بمجهود عقلي مركز.

- يزداد الإنتباه في هذه الفترة من حيث مداه و عدد مثيراته.

- يصاحب قدرة الانتباه نمو القدرة على التعلم، و نمو القدرة على التذكر.

- يكون التذكر في هذه الفترة قائما على الفهم و ليس على التذكر الآلي الذي كان مسيطرا في الطفولة.

- ينتقل التخيل في هذه المرحلة من الخيال القائم على معالجة صور الأشياء إلى الخيال القائم على معالجة مفاهيم الفرد للأشياء، و لعل ذلك هو ما يسهل على المراهق تناول المواد الرياضية و القوانين العلمية و النظرية.

- تتسع دائرة ميول الفرد الاستطلاعية، فنجده يقلب صفحات الجرائد و يطالع القصص، و يقرأ دواوين الشعر و يكتب المذكرات الخاصة و يكثر من الرحلات.

* المراهقة المتوسطة:

- إستمرار الذكاء في النمو بسرعة أقل من سرعته في المراحل السابقة.
- إستمرار نمو المواهب و القدرات العقلية الأخرى (اللغوية، العددية، المكانية....).
- تبلور الميول العقلية للفرد.
- التباين في الفروق الفردية في الميول و الإستعدادات و القدرات.
- تطور موضوعات القراءة و اتجاهها نحو كسب المعلومات.
- تميز أسلوب الكتابة لدى المراهق بطابع فني جميل.
- اتجاه خيال المراهق إلى الخيال المجرد.
- نمو التفكير المجرد و الابتكاري.
- زيادة قدرة الفرد على الفهم العميق و الانتباه المركز لما يتعلم و ازدياد قدرته على التحصيل.

- يغدو تفكير الفرد أكثر مرونة و أقل تمركزا حول الذات.

- الاهتمام الواضح بالمستقبل التربوي و المهني.

* المراهقة المتأخرة:

- تطور البناء العقلي تطوراً كبيراً.
- تتطور طريقة التفكير لدى المراهق من التفكير العيني إلى الاستنتاج النظري.
- يصل النمو في الذكاء إلى أقصاه ما بين (18-25 سنة)، و يستمر أو يزداد التباين في القدرات و الميول.
- التمكن من إستيعاب المفاهيم و القيم الأخلاقية المتعلقة بالصواب و الخطأ.
- يميل المراهق في حل مشاكله إلى وضع الفروض المختلفة، و تحليل المواقف تحليلاً منطقياً متسقاً.
- إزدياد قدرته على التفكير المستقل، و اتخاذ القرارات و اصطناع فلسفة معينة له في الحياة.
- يصبح المراهق أكثر قدرة على تقويم نفسه و التمييز بين ما هو واقعي و ما هو مثالي.
- إزدياد القدرة على التحصيل و على الإحاطة بمصادر المعرفة المتزايدة.
- تظهر النظرة المستقبلية لدى المراهق خاصة عند الذكور.
- يرتبط التخيل بالتفكير ارتباطاً قوياً و يستمتع المراهق استمتاعاً كبيراً بالنشاط العقلي.

3-5- خصائص النمو الإجتماعي:

* المراهقة المبكرة:

- تختفي تدريجيا جماعات الأطفال، و تحل محلها جماعات الأصدقاء، أو التحول من الارتباط بالجماعة الكبيرة إلى الارتباط بجماعة منتقاة، و لا يزال يتردد في الاندماج معهم.
- التوجه نحو السلوك الأكثر انضباط.
- التحول من عدم الاكتراث بالفوارق الطبقية إلى الاهتمام بدور هذه الأمور في تقرير علاقات الأفراد بعضهم البعض.
- عدم القدرة على الاستقلال عن الأسرة.
- لا يزال غير قادرا على تحديد ميوله المهنية.
- يبقى الطفل منجذبا نحو الطفولة.

* المراهقة المتوسطة:

- يظل حائرا بين جاذبية الطفولة و جاذبية الرشد فهو ليس طفلا و ليس راشدا.
- يميل المراهق إلى الاستقلال و التحرر من قيود الأسرة و تبعيتها.
- يظهر الولاء و الطاعة للشلة و جماعة الرفاق.
- يتخلص من بعض جوانب الأنانية السائدة في المرحلة السابقة.

- يميل إلى تقييم التقاليد القائمة في ضوء مشاعره و خبراته الشخصية.

- يتبلور إعتزازه بنفسه.

* المراهقة المتأخرة:

- إزداد الرغبة في التحرر من المنزل و اكتساب الامتيازات التي يتمتع بها الكبار.

- الرغبة في تحقيق استقلال اقتصادي.

- الإتجاه أكثر نحو الإعتماد على النفس و تحمل المسؤولية و إتقان عمليات الأخذ و

العطاء و اختيار العمل المرغوب في مزاولته و التخطيط و الاستعداد له.

- تتطور لديه البصيرة الإجتماعية.

- يزداد اهتمامه بالتعرف على المهن التي يمكن الالتحاق بإحداها.

- يحاول التقليل من نزعاته الفردية و الميل إلى العزلة.

- تزداد قدرته على التمييز بين حاجاته و خططه و آماله الذاتية.

- يزداد التفكير في تعاليم الدين و مبادئها التي يتعلمها في صغره و يزداد اتصاله بعالم

القيم و المعايير و المثل.

- يميل الفرد إلى التفكير في إمكانياته لتحسين ظروفه.

3-6- خصائص النمو الانفعالي:

يشكل النمو الانفعالي جانباً أساسياً في عملية النمو في مرحلة المراهقة، و تعتبر دراسته هامة جداً و ضرورية ليس فقط لفهم الحياة الانفعالية للمراهق، بل لتحديد و توجيه مسار شخصيته ككل، و الخوض إلى أعماق ذاته المتحولة بكل ما تحمله من عواطف و أفكار.

تتميز هذه الفترة بقلق انفعالي نتيجة التغيرات النفسية و الجسمية، و التي تؤدي إلى القلق الجنسي، و يلاحظ عدم الثبات الانفعالي للمراهق، متجلباً في تحول سلوكه بين سلوك الأطفال و تصرفات الكبار، و تغير شعوره بين الحب و الكره، و الشجاعة و الخوف، و من المظاهر الانفعالية في هذه المرحلة:

- الإهتمام الشديد بالجسم و القلق للتغيرات المفاجئة في النمو، و قد يخجل البعض بسبب هذه المظاهر الجسمية.

- مرحلة اضطراب انفعالي و حساسية شديدة للنقد، و خاصة فيما يتعلق بمظهر الصوت و الجسم و محاولة المراهق للتكيف مع هذه المتغيرات.

- يهتم أفراد هذه المرحلة بمظهرهم الشخصي، و يحبون الملابس الزاهية، و ذلك لتعويض العيوب الجسمية.

- يبدأ من التخلص من الأنانية الفردية، و التي كان يركز فيها نحو نفسه حتى يحصل على مكانة في الجماعة.

- يتميز نموه الوجداني بحب أبطال التاريخ، فهو يتخذ منهم مثله العليا.
- الرغبة في محاكاة الأفراد أكثر من الرغبة في الاستجابة لتوجيهات الكبار.
- يزداد عنده الاعتزاز بالنفس.

3-7- النمو الأخلاقي:

لا يمكننا التعرض لأي موضوع يتعلق بالإنسان دون أن نتطرق إلى هذا الجانب المهم والخطير، فلقد ربط الرسول الكريم في حديث له أن الأخلاق لها علاقة وثيقة بالإيمان، و هذا نصه: " سئل رسول الله صلى الله عليه و سلم: أي المؤمنين أفضل إيماناً؟ فقال أحسنهم خلقاً ".

و لعل من بين أهم مظاهر الخلق الحسن احترام الآخرين مهما كانت صفتهم، سواءً كان ولياً أو أستاذاً أو صديقاً أو حتى منافساً كي لا نقول عدواً، و نبقى دائماً في مجال التربية البدنية و الرياضية فوجب علينا تعزيز بعض المفاهيم و غرسها في نفس المراهق كي تسمو بخلقه و شخصيته، و من بين هذه المفاهيم: التسامح و الصدق و التواضع و التعاون و... الخ.

3-8- التغيرات النفسية:

إن التغيرات العنيفة التي تفاجئ المراهق تشد انتباهه إلى جسمه و تسبب له الكثير من القلق و الإضطراب، و يمكن القول أن هذه الفترة تعتبر أزمة يعاني فيها المراهق، لذلك فإن

هذا التغير الواضح على جوانب النمو الأخرى العقلية و الوجدانية و الاجتماعية يكون كما يلي:

- نقل سرعة النمو في القدرة العقلية نظراً لانشغال معظم طاقات المراهق البيولوجية و الفيزيولوجية بمواجهة مطالب النمو الجنسي السريع حتى أنه يشعر بالإرهاق إذا قام بمجهود عقلي و هنا ينبغي أن يراعى حجم الدروس و فيما يجب أن يكلف به المراهق من أعمال مختلفة.

- نلاحظ على المراهق في هذه الفترة زيادة الحساسية الانفعالية، فقد يضطرب المراهق أو يشعر بالقلق بما يعتريه من النمو الجسمي السريع، فيحس بأنه يحتال على الناس و تقل ثقته بنفسه، و لذلك فهو كثيراً ما يميل إلى أحلام اليقظة، فهو يحتاج لأن يحصل على العزلة بعضاً من الوقت.

- تختفي جماعات الأطفال التي كانت واضحة في المرحلة السابقة، و يحل محلها بعض الأصدقاء من نفس الجنس.

المحاضرة التاسعة (حصة واحدة): الحاجات النفسية للمراهق

* تمهيد:

لفهم المراهقة بشكل جيد وجب التطرق إلى الحاجات النفسية للمراهق التي يسعى إلى إشباعها في هذه المرحلة، لأننا بالتعرف عليها نتمكن من التعامل مع المراهق بشكل جيد و نفهم ردود أفعاله و سلوكاته خاصة و أن أستاذ التربية البدنية كثيراً ما يتعامل مع هذه المرحلة العمرية الحساسة.

1- الحاجات النفسية للمراهق:

1-1- الحاجة إلى التقدير:

يحتاج المراهق بصورة ماسة لأن يحصل على كم وافر من التقدير الاجتماعي الذي يتناسب و قواه و إمكانياته في المحيط الاجتماعي العام، فالمراهق في رحلة بحث دائم عن ذاته، فنجدته يسلك سلوك الكبار من أجل ذلك فيدخل تعبيراً عن رغبته في التشبه بالكبار، و كذلك الفتاة تنزع إلى لبس الأحذية ذات الكعب العالي و وضع المساحيق على وجهها، فيجد المراهق بهذا العمل تحقيقاً لذاته بين أترابه مكانة لم يحققها لدى والديه، كما يعتمد إلى إظهار رغبته و تعارضه أو عدم استجابته للشخص الذي يناديه بلفظ " عيال " و هذا كله لتحقيق المكانة الاجتماعية.

1-2- الحاجة إلى الإرشاد و التوجيه:

يتمتع المراهق بفكر نشط و حماس يمكنه من اتخاذ قرارات خطيرة مصيرية في بعض الأحيان. إلا أنه في المقابل يعاني من نقص شديد في الخبرات، مما يعيقه من إصابة

الهدف فيؤدي به إلى الفشل، فيحتاج بذلك إلى مرشد و موجه بإعتبار المراهق أسرع الناس إلى الكآبة و اليأس الذي يعمل على تهيئته لتقبل الفشل و محاولة الاستفادة من الأخطاء بدلاً من الخلود إلى حالة اليأس و الكآبة التي هي إنتحار بطيء.

1-3- الحاجة إلى العمل:

يعتبر العمل الحقل الأول الذي يجد فيه المراهق ذاته، إذ أن حالات البطالة تؤثر أكثر ما تؤثر على هذه الفئة فيكونون عرضة للانحرافات الأخلاقية و ذلك بالانخراط في العنف السياسي و الوقوف في وجه السلاح، إذ أن الدافع لهذه الميول ليس لإثبات الذات فحسب بل إظهارها للمجتمع، و هذه المسؤولية تقع على عاتق المجتمع بتوفير العمل الذي يتناسب و إمكانيات المراهق لحفظه من الفساد الأخلاقي.

1-4- الحاجة إلى الإستقلال:

تظهر بوضوح عند المراهقين عندما يرفضون أن يسأل عنهم آباءهم في المدرسة، فإذا ما حضر هؤلاء الآباء إحدى الحفلات التي فيها أبنائهم أثناء العام الدراسي فإن هؤلاء الأولاد لا يرغبون في الظهور أمام زملائهم، فالمراهق يتمتع بثقة عالية في قدرته على اتخاذ القرارات بطريقة لا تكون فيها السيطرة و الوصاية هما الوسيلة لإعانته.

1-5- الحاجة إلى الإستيعاب الإجتماعي:

نقصد بالإستيعاب الاجتماعي تسخير نشاط و حيوية المراهق بالكيفية الصحيحة المتلائمة مع الإمكانيات الذاتية الكامنة لدى المراهق، مما يناسب و الحاجة الاجتماعية في الوسط الاجتماعي و عدم الاكتراث بهذه الحالة الطبيعية يعمل على جرفه إلى الإنطواء و الخمول

و الإنزواء و ربما الانحراف، و قد يتحول إلى آلة تعمل دون تفكير.

1-6- الشعور بالأمن و الاستقرار:

المقصود بالأمن هنا حالة الطمأنينة و السكينة و الاستقرار بكافة أشكالها و هيأتها النفسية و الاجتماعية و غيرها، و إحساس المراهق بالأمان يدفعه دوماً إلى أن يعمل على تحسين وضعه الاجتماعي و السير في طريق كسب المكانة المرموقة و يؤدي الخوف إلى تحطيمه كلياً.

1-7- الحاجة إلى الحب و العطف:

و يقصد بها العلاقة الاجتماعية التي يسود فيها الشعور بالحنان و العطف و المودة كما في علاقة الأمومة و الأبوة التي تظهر في ناحيتين هما: حاجة الشخص إلى حب الغير و حاجته إلى أن يشعر بحب غيره له، و يرجع علماء النفس الكثير من الانحرافات السلوكية إلى فقدان الحب و الحرمان من العطف و يظهر ذلك بوضوح في جرائم الأحداث التي نجد معظمها بين أفراد الأسرة المفككة التي تفتقر إلى عاطفة الحب في محيط الأسرة.

1-8- الحاجة إلى السلطة الضابطة:

تعتبر السلطة وسيلة لتنظيم الحرية، فكل إنسان يحتاج إلى السلطة الموجهة التي تنظم حرياته، فيعتبر الأبوان بالنسبة للمراهق مصدر السلطة الضابطة.

1-9- الحاجة إلى الانتماء:

يكون الشعور بالانتماء من العوامل الهامة في تماسك الجماعة، و في مرحلة المراهقة يشعر المراهق بالإغتراب نتيجة عدم إنتمائه لجماعة محددة، لأنه إذا اقترب من جماعة الكبار

أعرضوا عنه و إذا ارتد إلى جماعة الطفولة لم يرحبوا به، لذلك نراه يبحث عن جماعة رياضية أو اجتماعية لإدراكه أن هذه الجماعة ترضي ما لديه من حاجات نفسية كثيرة لا يرضيها البيت و المدرسة. فإن لم يجد في هذه الجماعة ما يرضي حاجاته فإنه يرتمي في أحضان جماعة إجرامية.

2- الظروف المؤدية لإحباط الحاجات النفسية:

إذا أحبطت هذه الحاجات عند المراهق أدى ذلك به إلى حالة من التوتر و القلق و الضيق حتى يشبع هذه الحاجات، و عدم اشباع الحاجات بيولوجيا و نفسياالخ، يؤدي إلى حالة عدم التوازن النفسي و البيولوجي، و من الظروف التي تؤدي إلى الإحباط نجد:

- أولاً:

منع الفرد من حصوله على هدفه أو تحقيق أهدافه.

- ثانياً:

التعارض بين الأهداف يرغب الفرد في تحقيقها: تعترض المراهق عقبات تحول بينه و بين إشباع رغباته و حاجاته منها القوانين الإجتماعية و التشريعية و شروط القبول في المدارس و الكليات و الامتحانات و مشكلاتها النفسية و الانفعالية و المستوى الاقتصادي الذي ينشأ فيه المراهق، و هناك أيضا أهداف متعارضة يحاول الفرد أن يشبعها في وقت واحد، فهو يريد أن يكون طالبا ممتازا و في الوقت نفسه شخصا متميزا في الحب و في مغامراته و نجده أيضا يحاول أن يتعاون مع مجموعتين من الأفراد كل له قيمة التي تتعارض مع قيم

الجماعة الأخرى، فهنا يقوم الصراع و يحاول الفرد المراهق أن يخفف من التوتر الذي ينشأ
نتيجة معوقات الإشباع فيلجأ إلى رسائل الحيل كالعدوان و التبرير و
التمركز حول الذات و الهروب عن طريق الأمراض.

المحاضرة العاشرة (حصة واحدة): النمو و التدريب الرياضي

* تمهيد:

ينشأ مفهوم التدريب الرياضي على عدة محاولات يقوم بها المدرب الرياضي أو المدرس الرياضي، التي تتصف بطبيعة الإستمرار، حيث أن ذلك للعمل على إثارة استعدادات الفرد الرياضي، و بالإضافة إلى تطوير قدراته المرتبطة بنوع النشاط الرياضي الممارس ليحقق أفضل إنجاز رياضي ممكن. و إن عملية إثارة الفرد الرياضي مع ما يمتلك من إستعدادات، و تنمية و تطوير ما لديه من قدرات و ميول، تتوقف في المكان الأول على حدود هذه الإستعدادات و القدرات، و ذلك لتحديد الأساليب و الإجراءات الملائمة لإظهارها، و عليه فإن عملية تخطيط التدريب الرياضي و تنفيذه داخل الملاعب الرياضية تعتمد على مستوى النمو الذي يكون عليه الفرد الرياضي اللاعب للأنشطة الرياضية، كما أن نتائج التدريب الرياضي و التدريب البدني الحركي من جهة أخرى تعتبر متغيرات تابعة لمجموعة أخرى من المتغيرات المستقلة من بينها مستوى النمو الرياضي.

1- عوامل متعلقة بالنمو و التدريب الرياضي:

أ- تتوقف عملية كسب كل مجموعة من المهارات الحركية الرياضية على مستوى نمو الأجهزة البدنية و الأجهزة الحركية، و الوظائف العقلية و الوظائف الاجتماعية و الوظائف الإنفعالية التي تعتبر مسؤولة عن أداء الفرد الرياضي لهذه النوعيات من المهارات الرياضية، حيث أن لكل نشاط رياضي مهارات حركية خاصة، أي بمعنى أنها تتطلب قدرات

حركية ذات طبيعة، كما أن من أصعب أنواع الخطأ محاولة كسب الفرد الرياضي أو تطوير قدرته على أداء ممارسة مهارات معينة في حالة لم يكن مستوى نموه يسمح له بذلك.

ب- إن فترة التدريب الرياضي التي تلزم لكسب و تنمية و تطوير المهارات الحركية الرياضية و البدنية و خطط اللعب الحركي تنقص كلما كان الفرد الرياضي على مستوى النمو الملائم لهذه المهارات و الخطط.

ج- كلما كان موضوع التدريب الرياضي بعيداً كل البعد عن مستوى النمو كلما قلت طبيعته، و أيضاً العكس صحيح، فعلى سبيل المثال قيام المدرب الرياضي بتدريب طفل عمره تسعة سنوات على مهارات الوثب الطويل التي لها متطلبات تتمثل في قدرات حركية معينة، لا تتوافر إلا لمن بلغ سن الخامسة عشر لا يؤدي إلى نتائج مرضية، و العكس من ذلك أن تدريب هذا اللاعب على مهارات لعبة كرة القدم أو مهارات كرة اليد يؤدي إلى نتائج أفضل و أحسن.

د- إن التدريب على مهارات رياضية محددة قبل وصول اللاعب إلى مستوى النمو الملائم لها قد يعيق أداء نفس المهارات الحركية في المستقبل، أي بمعنى أن الفشل الذي يصاحب هذا الأداء يضل قريباً من ذاكرة اللاعب و لا ينساه بكل سهولة و يسر، حيث أنه يبقى يخاف من الموقف الرياضي المرتبط بهذا الأداء الممارس في حالة تعرض له مرة ثانية، حتى فيما لو بلغ مستوى النمو الملائم له.

هـ- كلما نشأ التدريب الرياضي بالعوامل الفردية بعيداً عن العوامل الجماعية كلما أصبح أكثر فعالية و تأثير، حيث أن ذلك بسبب تأثر النمو الخاص باللاعب بعامل البيئة و عامل

الوراثة، و بالإضافة إلى الفروق التي تنشأ بين الأفراد الرياضيين اللاعبين داخل مظاهر النمو المختلفة، حيث يسرع النمو ببعض الأفراد الرياضيين، أي بمعنى أنهم يتميزون بالإستعداد لأداء حركات معينة قد لا يستطيع أقرانهم من نفس السن أدائها.

2- أهمية دراسة النمو في التدريب الرياضي:

يعتبر النمو داخل الملاعب الرياضية من أهم الموضوعات الأساسية التي يجب أن يهتم بها المدرب الرياضي و المدير الرياضي و المدرس الرياضي، حيث أن المعرفة العلمية بخصائص النمو الرياضي تساعده على أداء أفضل و إنتاج متميز و فريد من نوعه، حيث أن ذلك للأسباب التالية:

1- تعمل الدراسة الإجتماعية و العلمية للنمو في الملاعب الرياضية إلى التعرف على المعايير الملاءمة لكل جانب من جوانبه، سواءاً كانت جوانب بدنية أو جوانب عقلية أو جوانب انفعالية أو جوانب اجتماعية، حيث أن ذلك في كل مرحلة عمرية، و نسبةً إلى ذلك يتم التعرف على نوع النمو سواءاً كان نمو بطيء أو نمو سريع.

2- إن معرفة عوامل النمو في الملاعب الرياضية تساعد المدرب على زيادة فهم العمليات بمختلف أنواعها، سواءاً كانت حركية أو عقلية أو انفعالية أو اجتماعية، و بالإضافة إلى مراحل تطورها منذ سن الطفولة حتى سن الرشد، و مدى العلاقة بين القدرات المختلفة للفرد الرياضي اللاعب في كل مرحلة من مراحل النمو.

3- تعمل دراسة النمو داخل الملاعب الرياضية إلى أصناف مختلفة و متعددة من البحوث المقارنة بين نمو الفرد الرياضي و نمو الفرد غير الرياضي، و بين الفرد الرياضي الذي يحقق أنواع مختلفة من الإنجاز عن زميله اللاعب غير القادر على ذلك.

4- تعمل دراسة النمو على وضع البرامج الحركية و تحديد أدوات و أساليب التدريب المناسبة و الملائمة لكل مرحلة عمرية، حيث أن ذلك يساعد على تحقيق أحسن المستويات الرياضية.



قائمة المصادر و المراجع:

- 01- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف و الختاتنة، سامي محسن (2012)، علم النفس النمو، (ط 1)، عمان: مركز ديبونو لتعليم التفكير.
- 02- أبو جعفر، محمد عبد الله (2017)، مادة علم نفس النمو، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.
- 03- أحمد، عطية أحمد (1999)، مناهج البحث في التربية و علم النفس، القاهرة: الدار المصرية اللبنانية.
- 04- الأشول، عادل عز الدين (2008)، علم نفس النمو، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- 05- الحسن، إحسان محمد (2005)، علم الإجتماع الرياضي، (ط 1)، عمان: دار وائل للنشر و التوزيع.
- 06- السيسي، شعبان علي حسين، (2010)، علم النفس (أسس السلوك الإنساني بين النظرية و التطبيق)، الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- 07- كماش، يوسف لازم و الشاويش، نايف زهدي (2011)، التعلم الحركي و النمو الإنساني، عمان: دار زهران للنشر و التوزيع.



- 08- راتب، أسامة كامل (1999)، النمو الحركي: مدخل للنمو المتكامل للطفل و المراهق، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 09- رفاعي، نريمان محمد (2010)، علم النفس النمو، (ط 1)، الرياض: دار الزهراء للنشر و التوزيع.
- 10- زهران، حامد عبد السلام (1986)، علم النفس النمو " الطفولة و المراهقة "، (ط 3)، القاهرة: عالم الكتب، ص 143.
- 11- زيان، سعيد (2007)، مدخل إلى علم النفس النمو، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 12- علاوي، محمد حسن (1994)، علم النفس الرياضي، (ط 7)، القاهرة: دار المعارف.
- 13- عويس، خير الدين علي و الهلالي، عصام (1997)، علم الإجتماع الرياضي، (ط 1)، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 14- محمد، مصطفى السايح (2007)، الرياضة و التربية الاجتماعية، (ط 1)، الإسكندرية: دار الوفاء لعنلنا الطباعة و النشر.
- 15- ميخائيل، إبراهيم الأسعد (1998)، مشكلات الطفولة و المراهقة، (ط 2)، دار الجيل للطبع و النشر و التوزيع، ص 230.