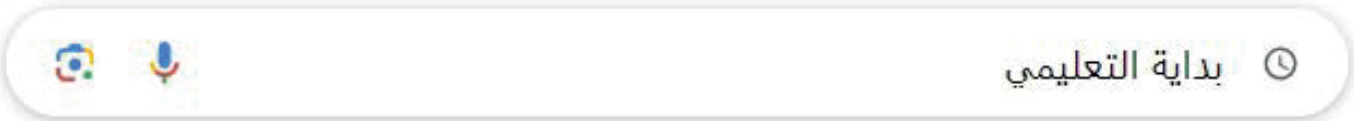
تم تحميل الملف
من موقع بداية

بداية
beadaya.com | موقع بداية التعليمي

للمزيد اكتب
في جوجل Google



موقع بداية التعليمي كل ما يحتاجه **الطالب والمعلم**
من ملفات تعليمية، حلول الكتب، توزيع المنهج،
بوربوينت، اختبارات، ملخصات، اختبارات إلكترونية،
أوراق عمل، والكثير...

حمل التطبيق

GET IN ON Google Play

Download on the App Store

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

الموضوع الثالث

مراحل النمو الانساني
Human Development



الأهـــداف

من المتوقع بعد نهاية الموضوع أن تكون قادرًا على:

1. أن تحدد مراحل النمو المختلفة.
2. تُميِّز كل مرحلة عن الأخرى من حيث الخصائص الجسمية والعقلية والاجتماعية.
3. تلخص الحاجات النفسية والاجتماعية لكل مرحلة.
4. تحدد المقصود بالمراهقة.
5. تقترح حلولاً للتكيف السليم مع مظاهر التغير في النمو لمرحلة المراهقة.
6. أن تبدي رأيك في طرق التعامل الفعال مع كل مرحلة.

بداية
beadaya.com | موقع بداية التعليمي

مرحلة الطفولة

يقسم كثير من العلماء هذه المرحلة إلى ثلاث مراحل أساسية هي: الرضاعة والطفولة المبكرة والطفولة المتأخرة .

أولًا: مرحلة الرضاعة Infancy



هي المرحلة التي تبدأ من الولادة حتى نهاية السنة الثانية.

1- النمو الجسمي

إن التطورات الجسدية والإدراكية التي تطرأ على الطفل أثناء النمو لها أنماط مختلفة في المراحل الأولى من عمره. كالجانب الحركي مثلاً: وذلك من حيث العمل الوظيفي للعضلات الكبيرة والصغيرة في الجسم. وأيضاً الجانب الإدراكي من حيث التواصل مع الغير أو المساعدة الذاتية. إذ ينبغي على الأبوين مراقبة طور النمو عند الطفل وسلوكه بشكل منتظم، لمعرفة ما إن كان يعاني من مشكلة ما في النمو أو لا.

2- ما الحاجات النفسية والاجتماعية للطفل في هذه المرحلة ؟

الحاجة إلى الثقة فيما يحيط به.

ففي السنة الأولى من عمر الطفل، عادة يتم التركيز على تقوية العلاقات بين الطفل وأبويه، وتعزيز الأمور الحسية لديه لتنمية الثقة بالبيئة التي يعيش فيها ، وكذلك الأمور التي تعتمد على تلبية الحاجة الطبيعية وتشعره براحة بالغة كالحاجة إلى الحب والاحتضان لذا، فللأبوين دور مهم في تحفيز هذا النمو وتطويره عند الطفل.

3- النمو اللغوي

في الأعمار 1- 3 سنوات، تعتبر هي المرحلة التي يبدأ فيها الطفل بالكلام، فينبغي على الآباء التواصل مع أطفالهم بشكل أكثر، وتعليمهم بعض الكلمات أو المصطلحات البسيطة، إلى جانب قراءة القصص من خلال التمثيل ببعض الألعاب، وما إلى ذلك.

ان عدم نطق الكلمات لايعني دائماً عدم معرفته المعنى أو عدم فهمه الكلام فقد تقصر قدراته الحركية- تحريك اللسان والقدرة على نطق الكلمة .

ثانياً: الطفولة المبكرة Early Childhood

في الأعمار 3-6 سنوات، هي المرحلة التي يبدأ فيها الأطفال بالدراسة، كالالتحاق بمدرسة رياض الأطفال. وفيها يقوم الطفل بتعلم المهارات التي تنمّي قدراته العقلية والجسدية.

فضلاً عن دور الآباء في المساعدة على وضع الخطط اليومية في الاعتياد على مسائل الانضباط، كتخصيص أوقات معينة للعب، ولممارسة الرياضة، وقراءة الكتب، وما إلى ذلك.

1 النمو الحركي :

نمو الجهاز العصبي المتزايد والزيادة في قوة العضلات والقدرة على احداث (التناسق في الحركة) مما يسهل نمو المهارات الحركية في هذه المرحلة .

بداية
موقع بداية التعليمي | beadaya.com

2 النمو اللغوي

تنمو اللغة سريعاً في هذه الفترة ويتضاعف المحصول اللغوي للطفل ويستخدم الطفل رموز كثيرة للدلالة على أشياء وأفعال مختلفة.

3 النمو العقلي :

أ. التمركز حول الذات:

الطفل في هذه المرحلة متمركزاً حول ذاته بمعنى أنه يفهم الأشياء من منظوره هو وحده ولا يستطيع أن يفهم وجهة نظر الآخرين ، وهذا لا يعني أنهم أنانيون.

ب. الاعتقاد أن الجماد له نفس الشعور:

الطفل في هذه المرحلة يضفي على الأشياء الحياة ويعتقد أنها تحس كما يحس.

ج. الخيال الواسع:

من أهم الخصائص العقلية في هذه المرحلة فقدرة الطفل على الاحتفاظ بصورة للأشياء في عقله، والزيادة المعلوماتية والقدرة اللغوية المتزايدة تمكنه من أن يتصور أساليب وألعاب وخيالات جديدة ويقضي جزءاً كبيراً من وقته في هذا النوع من اللعب.

beadaya.com | موقع بداية التعليمي

د. ظاهرة التحدث للذات:

ويقصد بها تحدث الطفل مع نفسه كأنه يتحدث مع شخص آخر، وهي ظاهرة طبيعية بين الثالثة والخامسة من العمر وترتبط بنمو الخيال الواسع.

هـ. التقليد والمحاكاة.

يحاكي الطفل ويقلد ويردد نفس الكلام ليفهم الأحداث ، فنجده يقلد والده في طريقة لباسه، كما تقلد الطفلة أمها في أعمال المنزل.

و. كثرة الأسئلة.

من المعروف لدى الكبار أن الأطفال كثيري السؤال ، وذلك استجابة لحب الاستطلاع لديهم ، وحب الاستطلاع وسيلة مهمة للنمو العقلي والمعرفي للطفل.

4 النمو الانفعالي والاجتماعي:

أ- الحاجة إلى توكيد الذات: يريد الطفل أن يشعر بالقدرة والكفاءة والمبادأة بالأفعال والاستقلالية ، وأن ينجح في هذه الأفعال ليكون صورة جيدة عن ذاته.

ب- الخوف: يعاني الأطفال من مخاوف في هذه الفترة العمرية نتيجة لنمو قدراتهم على الخيال.

جـ- العلاقات الاجتماعية: يشكل الأطفال من سن ثلاث سنوات علاقات اجتماعية مختلفة.

د- الهوية: يعرف الطفل هل هو ذكر أم أنثى في حدود السنة الثانية من العمر.

ثالثاً: الطفولة المتأخرة Later Childhood

هي المرحلة من 6 - 12 سنة وهم أطفال المرحلة الابتدائية من التعليم النظامي .

بداية
beadaya.com | موقع بداية التعليمي

1- النمو الجسمي والحركي :

يكون النمو الجسمي بطيئاً مقارنة بالمرحلة السابقة ، تظهر بوضوح الفروق بين الجنسين في حركة ولعب كل من البنين والبنات فألعاب البنين تتصف بالخشونة وألعاب البنات تتسم بالدقة والتناسق في الحركة .

2- النمو العقلي :

في هذه المرحلة من مراحل النمو التي تزداد قدرة الأطفال على التعلم عن أنفسهم والبيئة من حولهم .

3- النمو الاجتماعي:

يصبح الطفل أكثر تحكماً في علاقاته، وينمو مفهوم الصداقة لديهم ليكون علاقة متبادلة تربط الأصدقاء ببعضهم .

اختيار الأصدقاء ينبني على تشابه الميول نحو الأنشطة المختلفة والألعاب : يصبح الترابط بين الأصدقاء من جنس واحد أقوى ما يكون حتى في الثقافات التي تسمح للأطفال أيا كانت أعمارهم باللعب معاً .



ما أهمية جماعة الرفاق للأطفال ؟

تطوير مهارات التواصل الاجتماعي وبناء العلاقات الاجتماعية، وتساهم في تعزيز الانتماء والشعور بالمسؤولية الاجتماعية، كما توفر فرصًا لتعلم المهارات الاجتماعية وتطوير الثقة بالنفس وتحفيز النمو الشخصي والعقلي.

ما مفهوم الذات لدى الأطفال؟

تعد هذه المرحلة من أهم المراحل في تشكيل مفهوم الذات وإن كام مفهوم الذات يبدأ في التشكل منذ بداية الحياة .

يتشكل هذا المفهوم في أثناء التفاعل الاجتماعي مع الاخرين وهو في نفس الوقت يقود أفعالنا وسلوكياتنا في المجتمع

بداية
beadaya.com | موقع بداية التعليمي

مرحلة المراهقة Adolescence

معنى المراهقة

هي الاقتراب من النضج الجسمي والعقلي والسلوكي والاجتماعي فتبدأ بالبلوغ وتنتهي بسن الحادية والعشرين تقريباً.



إن نهاية مرحلة المراهقة غير محدد وإنما يختلف من عصر إلى عصر ومن مجتمع إلى مجتمع ولقد رأينا أسامة بن زيد ﷺ قاد الجيش الاسلامي وهو في السابعة عشرة وفي هذه الأيام في المجتمع السعودي فغالباً ما يكون على مقاعد الدراسة حتى يمكنه من أن يخدم وطنه فترة لاحقة.

1 بعض المظاهر الجسمية

بداية
beadaya.com | موقع بداية التعليمي

أ. زيادة الطول

تكون الزيادة سريعة جداً بل مفاجئة أحياناً في بداية سن المراهقة.

ب. تغير الوزن

يزيد الوزن مقابل الزيادة في الطول، ومقابل الزيادة في العضلات.

ج. تغيرات جسمية أخرى

- تبدل الصوت الذي يلاحظ عند الذكور بشكل واضح ويميل للخشونة وعند الأنثى يميل للنعومة.
- ازدياد الهرمونات الجنسية وزيادة الدافع الجنسي .

ما الحلول للتخفيف من الدافع الجنسي ؟

1- الزواج وهو الوسيلة السليمة لإشباع الرغبة الجنسية.

2- الانشغال بممارسة الأعمال المفيدة والأنشطة المختلفة كالرياضة وغيرها.

3- تجنب المثيرات المختلفة من قبل النظر إلى الجنس الآخر أو الاطلاع على الصور المثيرة أو قراءة القصص الغرامية.

4- الصوم عن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ؛ «**يا معشر الشباب، من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء**»[1].

5- ينبغي أن يتلقى المراهق معلومات حول القضايا الجنسية من مصادر موثوقة كالكتب العلمية أو المتخصصين أو الوالدين.

توجيهات عامة لمرحلة المراهقة :

- على المراهق أن يتقبل التغيرات الجسمية التي تحدث له وأن يتعامل معها أعلى أنها مر طبيعي .
- يتعامل مع حب الشباب بمراجعة الأطباء المختصين وتقبل ذلك وعدم التذمر لأنه سيزول مع الوقت.
- الاهتمام بنوع الغذاء و كمية الغذاء المناسبة له حسب نظام السعرات الحرارية .
- تجنب الانشطة الجسمية الشاقة مثل حمل الأثقال وخصوصاً في بداية المرحلة .

beadaya.com | موقع بداية التعليمي

2 التغيرات العقلية :

أ. التفكير:

المراهق يستطيع ان يفكر تفكيراً مجرداً أي بدون أشياء محسوسة مرئية أمه، وأن يتوقع الاحتمـــالات الممكنة بدلاً من أن يحكم على الواقع فقط، وأن يختبر الفروض ويتمكن من النظر في حل المسألة بطريقة منظمة ومنطقية لم يكن يستطع أن يقوم بها سابقاً .

(1) رواه البخاري، 5065.

ب. الذكاء:

يستمر الذكاء في النمو ولكن ليس بنفس السرعة ولا يزيد الذكاء إلا زيادة ضئيلة بعد سن الخامسة عشر ويتوقف عند سن الثامنة عشر ، أما ما ترى من فروق بعد ذلك تصرفات الشباب والكبار فإنه يعود إلى زيادة الخبرة والخبرة لا تقل أهميتها عن أهمية الذكاء .

ج. القدرات الخاصة :

تتضح القدرات الخاصة للأشخاص في هذه المرحلة العمرية ،يقصد بالقدرات الخاصة أي النشاط العقلي في مجال معين .



تطبيق

حدد أبرز المهارات والقدرات التي تشعر أنك تمتلكها، والمجالات المناسبة لها.

لدي مهارات الإنشاد فلدي صوت رائع وأستطيع الإلقاء أمام الجماهير وقدرات التعلم السريع والتحدث أكثر من لغة.

د. مفهوم الذات - البحث عن الهوية :

منذ بداية مرحلة فترة المراهقة وحتى نهايتها تكون مهمة المراهق النفسية الأساسية هي تحديد هويته.
الهوية: شعور الشخص بذاته كشخص متميز، هو ببساطة يبحث عن إجابة لسؤال: (من أنا؟)

ما هوية المراهق السعودي؟
وجدت بعض الدراسات أن نسبة قليلة من المراهقين في المجتمع السعودي يعانون أ ويمرون بصعوبات في أزمة الهوية مقارنةً بالمجتمع الأمريكي: و فسر الباحث ذلك بأنه يعود إلى أن الدين الاسلامي يساعد المراهق والمراهقة في تحديد الهوية بتحديده لبعض أدواره الرئيسية وبالتالي لا تطول عملية البحث والتساؤل.



تطبيق

تطبيق : من أنت (عبر)..

أنا أحمد من المملكة العربية السعودية وأبلغ من العمر 15 عاماً، أحب القراءة والكتابة والجري، أحب الإنشاد وتعلم كل جديد لأني أحب الاطلاع على ما هو جديد ولدي قدرة التعلم بشكل سريع وأيضاً أتحدث أكثر من لغة.

3 التغيرات الانفعالية

أ. الحساسية الانفعالية :

في معظم الحالات أن ردة فعل المراهق لا تتناسب مع الحدث المثير للانفعال، فهي أكثر حدة من المتوقع.

ب. النزعة إلى الاستقلالية :

يتميز المراهق أنه مستقل وله شخصيته المميزة ويتضايق من بعض المواقف التي يرى أن له الحق في أن يتصرف فيها حسبما يريد ، ويفسر التدخل بأنه انتقاص من قدره وأنه يعامل على أنه صغير.

ج. تغيرات انفعالية أخرى

- الرغبة في التمييز بلقب وكنية محببة وهنا يعد أمراً طبيعياً.
- الرغبة في تقديم المساعدة للآخرين لذا على المراهق الانخراط في الأعمال التطوعية أو متابعة المسؤولية عمن يحتاجون المساعدة داخل الأسرة.

بداية
beadaya.com | موقع بداية التعليمي

مرحلة الرشد Adulthood

تقسم مراحل الرشد إلى ثلاث مراحل أساسية، وهي:

أولاً: الرشد المبكر (الشباب) 21-40 سنة

1 الجانب الجسمي

يكون الفرد في هذه المرحلة في تمام نضجه الجسمي وتبلغ العضلات ذروة قوتها بين العشرين والثلاثين وبعد هذا العمر تبدأ العضلات في الضعف إلا أنه لا يمكن ملاحظته إلا بالقياس بالأجهزة المتخصصة ،



تطبيق

عللي: معظم لاعبي الكرة يعتزلون بين الثلاثين والأربعين ؟

من خلال سوء الفهم المتواصل وعدم الوثوق ببعضنا البعض وكثرة الجدال.

beadaya.com | موقع بداية التعليمي

أ. صحة الانسان في الرشد المبكر:

تعتمد صحة الانسان في هذه المرحلة العمرية على عدة عوامل من أهمها : الوراثة ، والتغذية ، والرياضة ، ووجود أمراض سابقة ، والتأثير الضار لبعض العادات السيئة كالتدخين وقلة ساعات النوم في الليل .

ب. الحواس

- تكون الحواس في أقصى ذروتها ، وتبدأ بالانحدار البطيء التدريجي أثناء هذه المرحلة ولكن لا يشعر بها الراشد إلا في نهاية الرشد المبكر .
- أول حاسة يشعر الانسان بانحدار فيها هي حاسة البصر بالنسبة لرؤية الأشياء القريبة .

2 الجانب النفسي والاجتماعي

أ. مفهوم الذات:

- يستقر مفهوم الذات في هذه الفترة ويكون قد وصل إلى درجة من تأكيد الذات بحيث أنه لم يعد يحتاج إلى الأساليب غير الناضجة التي كان يلجأ لها سابقاً في مرحلة المراهقة لتأكيد ذاته.
- تزداد علاقاته الاجتماعية، ويجد له قيمة واعتباراً اجتماعيا من خلال المجتمع.

ب. العمل:

- إن بدأ الشاب بالعمل يعد نقطة تحول في حياته وله أثر كبير على نموه الاجتماعي .
- من الأمور النافعة التي تقود إلى الرضا الوظيفي في المستقبل ، أن يحاول الشاب الاستفادة من الارشاد النفسي المهني من قبل المختصين.

جـ. الزواج وتكوين أسرة:

من أهم ما يحدث في هذه الفترة زواج الشاب والشابة وتكوين الأسرة.

بداية
beadaya.com | بوابتك نحو التعليمي

ثانياً: الرشد المتوسط (الكهولة) 40 - 59 سنة

1 التغيرات الجسمية

- يتناقص إفراز الهرمونات الذكرية (التستوستيرون) والهرمونات الأنثوية (الاستروجين والبروجستيرون) وهذا النقص يكون أبلغ أثراً على النساء منه على الرجال ، إذ يؤدي إلى انقطاع الدورة الشهرية وإلى تغيرات نفسية و جسمية كبيرة .

- تضعف العضلات والعظام نوعاً ما ومن أوضح ما يتعلق بالعظام هو هشاشة العظام ، وهي لدى النساء أوضح من الرجال بسبب تأثير نقص هرمون الاستروجين على العظام .

الحواس :

- يتأثر البصر فيبدأ معظم الأفراد في استخدام المعينات البصرية (النظارات) .
- يضعف السمع تدريجياً وببطء عند أغلب الأفراد ، يصعب عليهم سماع الأصوات ال منخفضة أو ما نسميه (بالوشوشة).
- يعاني الراشد في هذه المرحلة كثراً من علامات الانحدار والأمراض التي يصاب بها البعض في هذه المرحلة مثل (السكر وارتفاع الضغط).

2 التغيرات العقلية

- تشير كثراً من الدراسات إلى أنه لا يظهر انحدار في الذكاء بل يحتاج الكبار لوقت أطول لإتمام العملية بسبب تباطؤ ما يسمى بعملية تجهيز المعلومات في ذاكرة الانسان .



معظم الكبار يشتكي من نسيان الأسماء وأرقام هواتفهم مما يدفعهم إلى الاعتماد على المفكرات للتذكر .

- الكبار عندما يتناولون قضية معينة فإنهم يتعاملون معها من أبعاد أكثر عدداً من الأبعاد التي يتناولها الشباب .



كيف يمكن أن نستفيد من خبرات الكبار وارشادهم لنا ؟

من خلال مشاركتهم في معالجة المشاكل داخل الأسرة - الأخذ بأرائهم ومشاورتهم عندما نتعرض لموقف ما.

بدايـة
bedayaa.com

3 التغيرات النفسية

- يبدأ الرجال بالاهتمام بالجانب الرقيق في شخصياتهم وبالمقابل النساء يَبدأن بالاهتمام بالجانب الخشن في شخصياتهن
- يبدأ الانسان بمراجعة نفسه ومراجعة حياته ، مع أن مفهومه لذاته يكون في ذروته من الايجابية ويشعر بمكانته الاجتماعية .

ثالثاً: الرشد الأخير (الشيخوخة) 60 - نهاية عمر الإنسان

1 التغيرات الجسمية - الحواس

- تزيد مشكلات النظر فيتعرض للضعف العام في الرؤية وزيادة عتامة العدسة ، وارتفاع ضغط العين ، كما يتضايق الكبير من الأنوار العالية .
- السمع ، يستمر في الضعف التدريجي .
- تنحدر حاسة التذوق انحداراً واضحاً.

بداية
beadaya.com | موقع بداية التعليمي



عللي : نجد أن الجدة تزيد من الملح والبهارات للطعام ؟

بسبب انحدار حاسة التذوق لديهم انحداراً كبيراً.

- تتأثر حاسة اللمس ولكن يختلف الكبار في ذلك ، كما تنخفض الحساسية بفروق درجة الحرارة .
- حاسة الشم فهي آخر الحواس انحداراً .

2 التغيرات العقلية

- لا يوجد تدهور في الذكاء لمجرد كبر السن.
- فقدان المرونة في التفكير فنجد كبير السن لا يمكن أن يقتنع بتغيير فكرة ما أو عادة ما بسهولة .
- بعض مظاهر اختلال القدرات لدى البعض من الشيوخ هي الخرف، والزهايمر، يعود لأسباب وراثية وبيئية.

3 الجوانب النفسية الاجتماعية في مرحلة الشيخوخة

- أثبتت الأبحاث النفسية أن أسوأ ما يمكن أن يحدث للكبير في مرحلة الشيخوخة هو اعتماده على غيره اقتصادياً، وفي حركته من مكان لمكان، فيشعر أنه لا قيمة له لأنه لم يعد له الخيار وحرية الحركة كما كانت من قبل.



ومن الموضوعات المهمة التي يجب أن نتناولها في مرحلة الشيخوخة: العزلة الاجتماعية



هل يمكنك أن تفكر في بعض المجالات التي يمكن أن يعمل فيها كبار السن؟

العمل في بعض الجالات التطوعية التي لا تتطلب كثير جهد وعمل، وكذلك ممارسة بعض الحرف والمهن اليدوية البسيطة، وتقديم المشورة والاستشارة في مجال تخصصهم.



تقارير وبحوث مقترحة حول:

1. تنمية الهوية.
2. مراحل النموالانساني في القرآن الكريم.
3. الفروق النفسية بين الذكر والأنثى.