



## المراهقة ( المبكرة والوسطى )

#

#

علم نفس النمو (EDPS232)

#

اعداد :

أروى صالح الحربي(٣٢١٢٠٩٩)

أنهار سعود الحجيلي ( ٣٢٨١٦٩٧ )

بسماء حجيج المغذوي(٣٢١٢١٧٨)

بنان دخيل الله الرحيلي (٣٢١٢١٤٦)

بيان سعود الحربي(٣٢٨٠٨٤٢)

لطيفة نصره الله محمد (٣٢١٢٢٢٠)

هند عبید الجهني (٣٢١٢١٦٧)

اشراف :

د.فاطمة المدني

## فهرس المحتويات

	المقدمة
٤	مصطلح المراهقة
4	خصائص مرحلة المراهقة
٦	أهمية دراسة مرحلة المراهقة
٦	( مطالب النمو في مرحلة المراهقة (المبكرة - الوسطى - المتأخرة
٧	توضيح بخصوص البحث وطريقة التقسيم
	<b>المراهقة المبكرة</b>
٨	النمو الفسيولوجي
١١	النمو الجسمي
١٢	النمو الحركي
١٣	النمو العقلي
١٤	النمو الانفعالي
١٥	النمو الاجتماعي
١٦	النمو الجنسي
١٧	النمو الديني
١٨	النمو الخلفي
	<b>المراهقة الوسطى</b>
20	النمو الجسمي
22	النمو الفسيولوجي
٢٣	النمو الحركي
٢٤	النمو العقلي المعرفي
٢٥	النمو الإنفعالي

٢٦	النمو الإجتماعي
٢٧	النمو الجنسي
٢٩	النمو الديني
٢٩	النمو الخلفي
٣١	المراجع

## المراهقة

### مصطلح المراهقة:

في علم النفس هو مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة الى مرحلة النضج والرشد وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من ١٣ الى ١٩ تقريباً أو قبل أو بعد ذلك بعام أو عامين ( أي بين ١١ و ٢١ سنة)

teen age = المراهقة

teen agers المراهقون

من السهل تحديد بداية المراهقة ولكن من الصعب تحديد نهايتها ويرجع ذلك الى ان بداية المراهقة تتحدد بالبلوغ الجنسي بينما تتحدد نهايتها بالوصول الى النضج في مظاهر النمو المختلفة. (مرجع ١: ص ٣٣٧)

المراهقة تبدأ عند البنات قبل أن تبدأ عند البنين بسنه أو سنتين في العادة وتنتهي قبل انتهائها عندهم بسنة أو سنتين

(مرجع ٣: ص ١٣٩)

### خصائص مرحلة المراهقة:

١. النمو الواضح المستمر نحو النضج في كافة مظاهر وجوانب الشخصية .
٢. التقدم نحو النضج الجسمي (أقصى طول)
٣. التقدم نحو النضج الجنسي
٤. التقدم نحو النضج العقلي
٥. التقدم نحو النضج الانفعالي والاستقلال الانفعالي
٦. التقدم نحو النضج الاجتماعي والتطبع الاجتماعي واكتساب المعايير السلوكية الاجتماعية والاستقلال الاجتماعي وتحمل المسؤوليات.
٧. تحمل مسؤولية توجيه الذات يعرف المراهق قدراته وامكانياته وتمكنه من التفكير واتخاذ القرارات بنفسه لنفسه
٨. اتخاذ فلسفه في الحياة ومواجهة نفسه والحياة في الحاضر والتخطيط للمستقبل.

**وفيما مضى** كانت مرحلة المراهقة أقصر منها الآن لأن الغالبية العظمى من الأطفال الذين يقضون فترة التعليم الإلزامي حتى سن ١٢ كانوا مباشرة إلى دنيا العمل .

أما في الوقت الحاضر ، فقد امتدت فترة التعليم بحيث أصبح معظم الافراد يقضون وقتاً أطول في التعليم في صوره أو أخرى لمواجهة أعباء ومشاكل المجتمع الحديث المتحضر، وطالت فترة العزوبية وتأخر سن الزواج إلى ما بعد سن النضج الجنسي بكثير، وأصبح الفرد لا يستطيع أن يستقل عن اهله اقتصادياً واجتماعياً الى بعد مدة أطول من ذي قبل، وهكذا أصبح الفرد يعيش فترة المراهقة أطول بالنسبة لكل الطبقات الاجتماعية.

### للمراهقة أشكال وصور متعددة:

المراهق البدائي	المراهق المتحضر
<ul style="list-style-type: none"> <li>• يستطيع أن يشارك بمجرد بلوغه في مجتمع الراشدين البالغين</li> <li>• يباشر مسؤولياته خاصة وأن الحرف في مجتمعه البدائي من النوع البسيط</li> <li>• لا يحتاج الى تعليم أو تخصص بالمعنى الذي نفهمه</li> <li>• يتزوج في سن مبكره</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• مشاركته في الراشدين البالغين تتأجل حتى يتم تعليمه وحتى يتعلم مهنته ويتقن تخصصه</li> <li>• سن الزواج يتأخر</li> </ul>

تدل البحوث على أن صورة المراهقة تهتبر **نتاجاً للتفاعل** بين العوامل الوراثية الحيوية والنمط الثقافي والمجال النفسي الذي يعيش فيه المراهق.

أن المراهقة قد يشاهد فيها الشقاء نتيجة لعوامل كثيرة منها:

- المثاليه . \* مشاعر نقص الكفاءة
- نقص المكانة \* نقص اشباع الحاجات
- الضغوط الاجتماعية \* فشل العلاقة بالجنس الاخر
- مشكلات التوافق (اليزابيث هيرولوك(١٩٧٣))

### كيف يؤثر شعور المراهق بالشقاء في سلوكه؟؟!

- اضطراب السلوك
- الانفعالية
- المشاكسه
- الوحدة
- نقص الانجاز
- لوم الاخرين
- التهرب

## المراهقة هي احدى حلقات دورة النمو النفسى:

يقسم الدارسون المراهقة الى ثلاث مراحل فرعية احدها ما يقابل المراحل التعليمية المتتالية:

- مرحلة المراهقة المبكرة: من سن ١٢ - ١٣ - ١٤ سنة وتقابل المرحلة المتوسطة .
- مرحلة المراهقة الوسطى: من سن ١٥ - ١٦ - ١٧ سنة وتقابل المرحلة الثانوية .
- مرحلة المراهقة المتأخرة: من سن ١٨ - ١٩ - ٢٠ - ٢١ سنة وتقابل المرحلة الجامعية.

### **أهمية دراسة مرحلة المراهقة:**

تعود أهمية ذلك الى انها مرحلة دقيقه فاصلة من الناحية الاجتماعية اذ يتعلم فيها الناشئون تحمل المسؤوليات الاجتماعية ، وواجباتهم كمواطنين في المجتمع ، كما أنهم يكونون أفكارهم عن الزواج والحياة الأسرية وبالزواج يكتمل جزء كبير من دورة النمو النفسى العام ، حيث ينشأ منزل جديد وتتكون أسرة جديدة ومن ثم يولد طفل وبالتالي تبدأ دورة جديدة لحياة شخص آخر. (أحمد زكي صالح ١٩٧٢)

(مرجع ١: ص ٣٣٧-٣٤١)

### **مطالب النمو في مرحلة المراهقة (المبكرة - الوسطى - المتأخرة):**

١. تكوين علاقات جديدة ناضجة مع كبار السن من الجنسين.
٢. تقبل التغيرات الجسمية والتوافق معها
٣. تحقيق الاستقلال الانفعالي عن الوالدين والاصدقاء.
٤. تحقيق الاستقلال الاجتماعي.
٥. اختيار مهنة معينة ومحاولة الاستعداد الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي لها .
٦. الاعداد والاستعداد للزواج والحياة الأسرية
٧. تكوين المهارات والمفاهيم اللازمة للاشتراك في الحياة المدنية للمجتمع
٨. معرفة و اكتساب السلوك الاجتماعي وتحمل المسؤولية الاجتماعية وممارستها
٩. اكتساب القيم الدينية والاجتماعية ومعايير الاخلاق في المجتمع باعتبارها موجهات للسلوك السوي والمقبول اجتماعياً

(مرجع ٨: ص ٦٣ - ٦٤)

## توضيح بخصوص البحث وطريقة التقسيم

اعتمدنا في هذا البحث على تقسيم المراهقة كما هو موجود في كتاب :  
د. حامد عبدالسلام زهران (علم نفس النمو الطفولة والمراهقة) ، لكن المراجع  
الأخرى ذكرت المراهقة بشكل عام ، وبعد البحث عن الأسباب ، وجدنا الأسباب التالية  
في عدم التقسيم :

"ولن نقسم مرحلة المراهقة إلى مراحل بناء على المنهج النظري الذي ذكرناه في بداية  
الكتاب عند الحديث عن المراحل، وذلك أن الاختلاف بين النصف الأول من المراهقة  
عن النصف الثاني ليس في كل الجوانب، وحتى لا يكون هناك تكرار لبعض  
المعلومات، أو تكلف لإيجاد فروق بين النصفين وتجدر الإشارة هنا إلى تأكيد ماسبق  
ذكره من خطأ تسمية النصف الأول من المراهقة بالمراهقة المبكرة والنصف الثاني  
بالمراهقة الوسطى للأسباب التي سبق ايضاحها."

(مرجع ٥: ص ٢٢٦)

وكما ذكر د /فؤاد البهي السيد في كتابه:"الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى  
الشيخوخة":

" هذا، ويجب أن نؤكد مرة أخرى أن هذه المراحل ليست منفصلة تماماً ولكنها متداخلة  
متصلة. وأن الأعمار المختلفة التي تحدد بدء ونهاية كل مرحلة ماهي في جوهرها إلا  
متوسطات عامة تخض في جوهرها للفروق الفردية القائمة بين الأفراد، وتتباين تبعاً  
لإختلاف البيئات الجغرافية والإجتماعية، ولكن لا بد من توضيح الصورة العامة لفكرة  
المراحل بهذه الأعمار"

(مرجع ٧: ص ٨٠)

## المراهقة المبكرة

(١٢ - ١٣ - ١٤ سنة)

### المرحلة الإعدادية

في هذه المرحلة يتضاءل السلوك الطفولي، وتبدأ المظاهر الجسمية والفسولوجية والعقلية والانفعالية والاجتماعية المميزة للمراهقة في الظهور ومن أبرز مظاهر النمو في هذه المرحلة النمو الجنسي. (مرجع ١:ص ٣٤٦)

### أولا \_ النمو الفسيولوجي:

تعتبر المراهقة فترة من فترات التغير الفسيولوجي الملحوظ وفيها تتغير وظائف كل جهاز من أجهزة الجسم بدرجة معينة وأهم تغير هو حدوث البلوغ الجنسي.

#### البلوغ الجنسي:

يسبق البلوغ الجنسي فترة نمو جسدي سريع خاصة في الطول، ويتحدد البلوغ الجنسي عند الذكور بحدوث أول قذف منوي، وظهور الخصائص الجنسية الثانوية، وعند الإناث بحدوث أول حيض وظهور الخصائص الجنسية الثانوية، ويعتبر البلوغ الجنسي نقطة تحول، وعلامة انتقال من الطفولة إلى المراهقة. (مرجع ١:ص ٣٤٦)

ويختلف سن البلوغ الجنسي لدى الذكور والإناث وبين أفراد الجنس الواحد أيضا تبعا لاختلاف العوامل المؤثرة في النمو الجنسي.

عند الإناث يتراوح سن البلوغ الجنسي بين ٩-١٨ سنة، وعند الذكور يتراوح بين ١١-١٨ سنة ويتضح بصفة عامة أن الإناث يبلغن جنسيا قبل الذكور بعامين تقريبا.

وممكن ملاحظة أن (البكور الجنسي) وهو النمو الجنسي السريع يرجع إلى:

- سرعة النمو الفسيولوجي الحيوي.

- النمو السريع الزائد للغدد خاصة الغدة النخامية .

وعلى النقيض من ذلك يأتي التأخر الجنسي الذي يرجع إلى قصور إفراز الغدد، وتعالج بحقن مستخلصات الغدة النخامية التي تساعد على النمو الجسدي . (مرجع ١:ص ٣٤٧)

ويورد ستاتون وبول موسين وماري جونز ملاحظات حول التوافق مع سن البلوغ الجنسي أهمها:

■ الإناث اللاتي يبلغن مبكرا يملن إلى الخجل مع الميل إلى الإستعراض -الانعزال -الحاجة إلى إشراف خاص من الكبار بخصوص نشاطهن الجنسي - التقدم من الناحية الاجتماعية عن الأخريات -تكوين مفهوم أفضل للذات.

■ الإناث اللاتي يبلغن متأخرا يملن إلى الانعزال عن النشاط الاجتماعي والشعور بالوحدة - الخجل والقلق بسبب تأخر البلوغ-سيطرة الوالدين عليهن -نمو مفهوم الذات بدرجة أقل كفاية - الحاجة إلى الاعتراف والتقدير.

(مرجع ١:ص ٣٤٨)

■ الذكور الذين يبلغون مبكرا يميلون إلى السعادة -الشعور بالثقة -التعرض للرفض إذا حاولوا الانضمام إلى جماعات أكبر منهم سنا.

■ الذكور الذين يبلغون متأخرا يميلون إلى التأخر اجتماعيا ورياضيا عن رفاق سنهم -الخجل والقلق -اللجوء إلى طرق طفوليه سلوكية -الشعور بالنقص والقصور و الإيتماد على الآخرين (مرجع ١:ص ٣٤٩).

• من العوامل التي تؤثر في موعد البلوغ الجنسي :

-حالة النشاط الغددي -الاستعداد الفردي

-الحالة الصحية العامة - العوامل البيئية كالتغذية

(مرجع ١:ص ٣٤٩)

النمو الجنسي عند الإناث :

يحدث الحيض عند الفتاة عندما يبدأ إنتاج البويضة الناضجة وانتقالها من المبيض عبر قناة البويضات (فالبوب) إلى الرحم وعندما لا يتم تلقيحها بالحيوان المنوي تنفجر وينفصل الغشاء الرحمي المعد لاستقبالها ونموها تبعا لذلك ينزل في صورة دم أحمر .

يرتبط سن بدء الحيض لدى الفتاة بالطول والوزن والعمر الهيكلي .

أي أن الإناث الأطول والأثقل والأنضج يبلغن مبكرا عن زميلاتهن الأقصر و الابطأ في النمو الهيكلي .

• يرى ليونارد كارمايكل أن التغذية والظروف البيئية العامة لها تأثير على الإسراع بالبلوغ الجنسي أكبر من أثر المناخ والجنس البشري . (مرجع ١:ص ٣٥٠)

قد يحدث بعض الاضطرابات المصاحبة للحيض مثل سوء الهضم وشعور عام بالإعياء والفتور، وإلى أن ينتظم الحيض الشهري وتتعود الفتاة معاودته يبدأ التوتر والضييق المرتبط به في التضاؤل والنسيان ، وهذا يعني أن بعضهن يحملن معهن ما يرتبط بحدوثه من آلام ومضايقات وحزن . (مرجع ١:ص ٣٥١)

## الخصائص الجنسية الثانوية عند الإناث :

نمو الأعضاء التناسلية، واتساع الحوض والردفين واستدارة الفخذين، ونمو الصدر والغدد اللبنية وظهور شعر العانة، وتحت الإبطن وخفض وعمق الصوت .(مرجع ١:ص ٣٥١)

ويلاحظ أن بعض الفتيات يبدأن عمل (الريجيم) عندما يلاحظن اتساع أردافهن على أساس الافتراض الخاطيء بأن السمنة هي السبب بينما النمو العظمي هو السبب الحقيقي .

## البلوغ الجنسي عند الذكور

يحدث البلوغ الجنسي عندما تنشط الخصيتان، وتفرزان الحيوانات المنوية والهرمونات الجنسية وتمتزج الحيوانات المنوية بالسالن المنوي الذي تفرزه البروستاتا .(مرجع ١:ص ٣٥٢)

## الخصائص الجنسية الثانوية لدى الذكور:

نمو شعر العانة، وعلى الوجه، وتحت الإبطن، وعلى الجسم بصفة عامة، وتغير الصوت ونمو الحنجرة الواضح .

وحالما يبلغ الفتى جنسيا تتغير اتجاهاته النفسية وتتغير ميوله واهتماماته .(مرجع ١:ص ٣٥٣)

ومن ذلك يتضح أن أهم مظاهر النمو الفسيولوجي في المراهقة هو البلوغ الجنسي وبالإضافة إلى ذلك، نلاحظ مظاهر النمو الفسيولوجي التالية :

- نمو حجم القلب بنسبة أكبر من نمو الأوردة والشرايين.

- يزداد ضغط الدم .

- تنمو المعدة وتتسع .

- يتذبذب التمثيل الغذائي مما يؤدي إلى زيادة الشهية للأكل عند المراهق إلا أنه قد يلاحظ بعض حالات فقد الشهية عند الإناث، مما يؤدي إلى الإعراض عن الطعام. (مرجع ١:ص ٣٥٤)

## \*تطبيقات تربوية\*

**يجب على الوالدين والمربين مراعاة الآتي :-**

١- شرح مظاهر البلوغ الجنسي للمراهقين حتى لا يشعرون بالحرج عندما تطرأ عليهم مظاهر البلوغ .

٢- إعطاء المزيد من المعلومات الصحية الصحيحة من تغيرات البلوغ الخاصة بالذكور والإناث وأنها أمران طبيعيين .

٣- تنمية الاتجاه بالاعتزاز بالبلوغ الجنسي والاقتراب من الرشد .

٤- إعداد المراهق لكي يتقبل التغيرات الفسيولوجية وفهم مظاهر النمو الفسيولوجية على أنها تغيرات عادية لا تحتاج إلى القلق .

٥- العناية بالتغذية والنوم و تجنب الأعمال الشاقة المرهقة .

- ٦- توجيههم إلى الابتعاد عن الإفراط في السهر والتدخين وحفلات اللهو .  
٧- العمل على إعادة الثقة إلى نفوس المتأخرين في النضج وطمأننتهم من ناحية البلوغ.

(مرجع ١:ص ٣٥٥).

## ثانيا-النمو الجسمي

يتميز النمو الجسمي في هذه المرحلة بسرعه الكبيرة.

### مظاهره:

تلاحظ طفرة النمو وازدياد سرعته لمدة ٣ سنوات .

- يبدأ من [ ١٠ - ١٤ ] سنة عند الإناث ومن [ ١٢ - ١٦ ] عند الذكور ويستمر حتى ١٨ سنة للإناث و ٢٠ سنة للذكور .

- يتغير شكل الوجه إلى حد كبير، وتزول ملامحه الطفولية.
- يزداد الطول زيادة سريعة ويتسع الكتفان ومحيط الأرداف ويزداد طول الجذع وطول الساقين مما يؤدي لزيادة الطول والقوة ويزداد نمو العضلات والقوة العضلية والعظام عند الإناث بين [ ١٢-١٤ ] وعند الذكور بين [ ١٤-١٦ ] .

(مرجع ١:ص ٣٥٥)

### الفروق الفردية:

توجد فروق فردية واسعة في الأبعاد المختلفة للنمو الجسمي في هذه المرحلة يبرزها ويضخمها طفرة النمو الجسمي .

### الفروق بين الجنسين:

- توجد فروق واضحة في توقيت النمو يلاحظ تقدم مؤقت عند الإناث، وتأخر مؤقت عند الذكور ويكون الذكور أقوى جسميا من الإناث حيث تنمو العضلات أسرع من الإناث.
- عند الإناث يتراكم الدهن في أماكن معينة و يتزايد نمو النشاط العضلي عند الإناث حتى سن ١٦ عاما وعند الذكور في سن ١٥ عاما وتستمر حتى سن ١٨ عاما.
- وفي العظام : نجد عند الإناث تنمو عظام الحوض تمهيدا لوظيفة الحمل والولادة.
- وعند الذكور اتساع الكتفين أكثر عند الذكور عن الفتهام تمهيدا لعمله الشاق الذي يعتمد على القوة.
- تهتم الفتهام بالمظهر الشخصي من حيث الطول والوزن والمظهر العام .

(مرجع ١:ص ٣٥٦)

### العوامل المؤثرة في النمو الجسمي:

يتأثر النمو الجسمي بعوامل عديدة من أهمها :

المحددات الوراثية والجنس والتغذية وإفرازات الغدد و للغدد النخامية وإفرازها هرمونات النمو دور هام في نمو الجسم .

(مرجع ١:ص٣٥٧).

### \* تطبيقات تربوية \*

يجب على الوالدين والمربين مراعاة مايلي :-

- ١- أعداد المراهقين للنضج الجسمي والتغيرات الجسمية مثل الفروق الفردية وتقبلها والتوافق معها .
- ٢- تجنب المقارنة بين الأفراد ومراعاة الفروق بين الجنسين .
- ٣- الاهتمام بالتربية الصحية والقضاء على الأمية والعناية بالطب الوقائي وزيادة الرعاية الصحية والاهتمام بالتغذية والعادات الصحية الخاصة بالنوم والراحة لمواجهة النمو الجسمي السريع والنظافة والتمارين الرياضية.

(مرجع ١:ص٣٥٩).

### ثالثا- النمو الحركي:

يرتبط النمو الحركي بالنمو الجسمي والنمو الإجتماعي.

#### مظاهر النمو الحركي:

تنمو القدرة والقوة الحركية بصفه عامة ويلاحظ :

- ١- الميل نحو الخمول والكسل والتراخي .
- ٢- الحركات تكون غير دقيقة لذلك يطلق على هذه المرحلة (سن الارتباك)فقد يكثر تعثر المراهق والسبب هو طفرة النمو التي تجعل النمو الجسمي يتصف بنقص الاتساق واختلاف أبعاد الجسم .
- ٣- الخصائص الجنسية الثانوية تؤدي إلى شعور المراهق بذاته وتغير صورة الجسم لديه وتوقع الكبار تحمله المسئولية الاجتماعية مما يزيد الارتباك .
- ٤- يزداد طول وارتفاع القفز .
- ٥- المراهقين الأكبر سنا والأطول والأقل وزنا يكونون أقوى وأكفاً من رفاقهم الأصغر سنا والأقصر والأخف وزنا

(مرجع ١:ص٣٥٩).

\*يرتبط النمو الحركي بالنمو الاجتماعي فمن المهم أن يشارك المراهق بمهارة في أوجه نشاط الجماعة ،ويتطلب ذلك إتقان المهارات الحركية اللازمة للقيام بالنشاط وإذا لم يتحقق ذلك فقد يميل المراهق إلى الانعزال والانسحاب

(مرجع ١:ص٣٦٠).

## \*تطبيقات تربوية\*

■ تنمية المهارات الحركية والاهتمام بالتربية الرياضية وتشجيع ممارسة الألعاب الرياضية التي تناسب معدل نمو وشخصية وميول المراهق وتؤدي إلى تكوين العادات الجسمية والحركية الصحيحة والنجاح في المشاركة الاجتماعية .

■ عمل حساب الفروق بين الجنسين في النشاط الحركي حسب ميول كل من الجنسين والتوقعات الاجتماعية . (مرجع ١:ص ٣٦٠)

## النمو العقلي :

تتميز مرحلة المراهقة بأنها فترة تميز ونضج في القدرات وفي النمو العقلي عموما ، ومن ثم فإن تعليم المراهق "كله" يشمل تزويده بقوة عقلية عظيمة ،تساعده على نموه المتكامل.

ويطرد نمو الذكاء ،ويكون الذكاء العام أكثر وضوحا من تمايز القدرات الخاصة وتصبح القدرات العقلية أكثر دقة في التعبير مثل القدرة اللفظية و القدرة العددية .

وتزداد سرعة التحصيل وإمكاناته ،ويلاحظ ذلك مثلا في القراءة وإمكان تحصيل مواد الهندسة والجبر .

وتنمو القدرة على التعلم والقدرة على اكتساب المهارات والمعلومات. ويلاحظ ان التعلم يصبح منطقيا لا أليا،ويبعد عن طريق المحاولة والخطأ ويسعى المراهق بحثا عن المعلومات ،تحركه دافعية الانجاز والرغبة في تحقيق الإتقان والتميز والتفوق (روث بوتلر ، ١٩٩٩).

وينمو الانتباه في مدته ومداه و مستواه ، فيستطيع المراهق استيعاب مشكلات طويلة معقدة في سهولة ويسر.

وينمو التذكر معتمدا على الفهم واستنتاج العلاقات والمتعلقات، وتنمو معه القدرة على الاستدعاء والتعرف،وتقوى الحافظة ،ويصل نمو التذكر إلى ذروته في نهاية هذه المرحلة.

وتزداد القدرة على التخيل المجرد المبني على الألفاظ ، ويتجه من المحسوس إلى المجرد . ويتضح ذلك في الميل إلى الرسم والموسيقى ونظم الشعر والكتابات الأدبية ، ويظهر كذلك في أحلام اليقظة .

وتزداد القدرة على التعميم وفهم التعميمات والأفكار العامة .

وتنمو المفاهيم المعنوية مثل الخير والفضيلة والعدالة... الخ .وتزداد القدرة على إدراك مفهوم الزمن خاصة المستقبل والتخطيط له ..

(مرجع ١:ص ٣٦١)

## العوامل المؤثرة في النمو العقلي :

هناك عوامل تؤثر في النمو العقلي منها :

- ١- الوراثة فالعوامل الوراثية تلعب دورا هاما في وجود فروق فردية في الذكاء والقدرات العقلية .
- ٢- البيئة وما بها من مثيرات تؤثر في الذكاء . فالبيئة الثرية بالمثيرات تنمي الذكاء الموروث . والبيئات المحرومة تعوق نمو الذكاء .
- ٣- يؤثر معدل النمو الجسمي في التحصيل الدراسي وشخصية المراهق بصفة عامة ، كما إن التوافق الانفعالي يسهل الوصول إلى الثقة ومفهوم الذات الموجب الذي يعمل بدوره لتحقيق النضج العقلي .

(مرجع ٩:ص ٢١٢)

## النمو الانفعالي:

تعتبر الانفعالات دوافع للسلوك الإنساني وتؤثر تأثيرا واضحا في نمو شخصية المراهق . يظهر الانفعال في حياة المراهق عندما لا تحقق رغباته أو عندما تعرقل مساعيه أو عندما يهدده الأذى ، ويحدث الانفعال عند تعزيز وعرقلة أية حاجة أو دوافع يتعلق بمحاولته في إشباع حاجته .

## خصائص النمو الانفعالي:

من مظاهر النمو الانفعالي في هذه المرحلة :

- أ- **تذبذب الانفعالات**
  - الانفعالات في المراهقة المبكرة عنيفة ومتهورة ولا تتناسب مع مثيراتها ، ولا يستطيع المراهق التحكم فيها .
  - يلاحظ تناقض انفعالي في سلوك المراهق عندما يحدث تذبذب انفعالي بين الحب والكرهية والشجاعة والخوف وبين الانشراح والاكتئاب وبين التدين والإلحاد الخ .
- ب- **القطام النفسي**

يسعى المراهق في هذه المرحلة نحو تحقيق "القطام النفسي" بمعنى الاستقلال الانفعالي عن الوالدين وغيرهم من الكبار وتكوين شخصية مستقلة .

## **ج- التمرکز حول الذات**

يلاحظ في المراهق الصغير الخجل والميول إلى الانطوائية نتيجة المتغيرات الجسمية المفاجئة .

## **د- سعة الخيال :**

يتمتع المراهق الصغير بخيال خصب . وفي الخيال يحل مشكلاته ويحقق رغباته التي لا يستطيع تحقيقها في واقع حياته .

## **هـ - أحلام اليقظة**

من خلال أحلام اليقظة يحقق المراهق الرغبات والحاجات غير المشبعة تحت الضغوط الاجتماعية وعدم توفر الإمكانيات فالمرهق في أحلامه يبني قصورا من الخيال يجد فيها

مهربا من المواقف لا يستريح فيها ودرعا لحماية نفسه من تهديد التناقضات الكثيرة في العالم من حوله .

و- **الحب** : الحب في المراهقة المبكرة من اهم مظاهر الحياة الانفعالية للمراهق، فهو يحب الآخرين ويحتاج إلى حب الآخرين له. وإشباع الحاجة الى الحب والمحبة من اهم ما يكون لتحقيق الصحة النفسية للمراهق فالحب المتبادل يزيد الألفة، ويزيل الكلفة، ويقضي على العدوان ويجعل الاتجاهات النفسية أكثر ايجابية .

### العوامل المؤثرة في النمو الانفعالي :

- ١- التغيرات الجسمية الداخلية والخارجية
- ٢- العمليات والقدرات العقلية
- ٣- التألف الجنسي
- ٤- التفاعل الاجتماعي، ومعايير الجماعة
- ٥- الشعور الديني.

(مرجع ٩:ص٢١٤)

### **النمو الاجتماعي :**

يشهد النمو الاجتماعي في هذه المرحلة تغيرات كثيرة، ويحاول المراهقون والمراهقات اكتساب الصفات المرغوبة وتجنب الصفات غير المرغوبة.

### مظاهر النمو الاجتماعي :

يتسع نطاق الاتصال الاجتماعي مع النمو خاصة في حالة الشخصية المنبسطة ، حيث يسعد المراهق بمشاركة الآخرين في الخبرات والمشاعر والاتجاهات والأفكار .

ويلاحظ الاهتمام بالمظهر الشخصي ، والميل الى الاستقلال الاجتماعي والزعامة.

يظهر التوحد مع شخصيات خارج نطاق البيئة المباشرة مثل شخصيات الأبطال

وتعتبر المنافسة من مظاهر العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة . ويمكن الاستفادة من هذا في توجيه نمو المراهق ، فالمراهق تلقائيا يقارن نفسه برفاقه، ويحاول أن يلحق بهم ليكون مثلهم أو يتفوق عليهم ، ويتضمن هذا بعض بعض السلوك التنافسي الصحي البناء، كما يظهر في الدراسة والألعاب الرياضية.

المسايرة يميل المراهق في هذه المرحلة إلى مسايرة الجماعة التي ينتمي إليها من حيث المظهر والمعايير السلوكية التي تحددها تلك الجماعة . وتتميز المراهقة المبكرة بأنها مرحلة المسايرة والمجاراة والقبول ومحاولة الانسجام مع الوسط الجماعي .

(مرجع ١: ص٣٧٠)

### العوامل المؤثرة في السلوك الاجتماعي للمراهق:

- ١- الاستعداد واتجاهات الوالدين وتوقعاتها و الأسرة ومستواها الاجتماعي والاقتصادي .
- ٢- الشلة ورأي الرفاق

- ٣- مفهوم الذات
- ٤- المدرسة وتوقعاتها .
- ٥- النضج الجسمي والفسولوجي .
- ٦- المجتمع والثقافة العامة .
- ٧- الخبرات الاجتماعية في حياة المراهق .

(مرجع ٩:ص ٢١٨)

## النمو الجنسي

يعتبر النمو الجنسي من الملامح النهائية البارزة والواضحة في مرحلة المراهقة وعلامة بارزة للانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة .

### مظاهره :

وعندما تبدأ مرحلة المراهقة ويحدث البلوغ نلاحظ أنه يطرأ على الأعضاء الجنسية تغيير في الحجم والشكل وتتمو الغدد الجنسية المسؤولة عن إنتاج الخلايا الذكرية(الحيوانات المنوية) والمسؤولة عن إنتاج الخلايا الأنثوية (البويضات الناضجة) ويكون الجهاز التناسلي لديه القدرة الكاملة على أداء وظيفته في الإنجاب والتكاثر .

هذا وقد أوضح كونجر في دراسته للسلوك والاتجاهات الجنسية للمراهقين أن الإناث المراهقات كجماعة أكثر محافظة من الذكور في اتجاههن وقيمهن وسلوكهن الجنسي.

ومما هو جدير بالذكر أنه توجد بعض الانحرافات الجنسية في هذه المرحلة وهذه الانحرافات الجنسية أنماط من السلوك الجنسي غير المألوف والذي يطلق عليه عادة اصطلاح انحراف جنسي حيث لاتقر الأعراف والمثل والتقاليد والأديان هذه الانحرافات ، حيث تبعد عن هدفها الأساسي عن الجنس وهو الإنجاب والتكاثر والمحافظة على النسل.

ومن أمثلة الانحرافات الجنسية التي تشيع في مرحلة المراهقة الجنسية المثلية وهي الميل الجنسي إلى افراد من نفس الجنس (النوع) وعشق الأطفال وهو انحراف جنسي يسعى إلى تكوين علاقات جنسية مع الأطفال وأيضاً النشاط الجنسي الذاتي المفرط .

(مرجع ٨:ص ١٨٠-١٨٢)

### ملحوظات:

يعتقد بعض علماء النفس أن النمو الجنسي يسبق الرغبة الجنسية بمدة تتراوح بين سنة إلى ثلاث سنوات .

ويلاحظ أن الظروف المثيرة جنسيا ، أو التي تبدو كذلك بالنسبة للراشدين ، أو تتيح الفرصه للنشاط الجنسي نادرا ما يدركها الإناث والذكور في المراهقة المبكرة على هذا النحو .

ويلاحظ سيادة التفكير الجنسي والسعي الحثيث وراء الجنس الأخر.

وينشغل الكثير من المراهقين بحجم وشكل أعضائهم التناسلية ، وينتابهم القلق بخصوص أي انحراف حقيقي أو متخيل ، مما يجعلهم يحاولون استكشاف الأمر بالمقارنة بأقرانهم وكثرة الأسئلة والقراء حول هذا الموضوع أو التجريب .

ويلاحظ أهمية النواحي الانفعالية والاجتماعية المرتبطة بالجنس ، فالسلوك لا يقتصر أثره على القائم به، ولكنه في الغالب يشمل شريكا آخر . وهو بما قد يؤدي إليه من نسل يهتم المجتمع ككل . وتفرض التعاليم الدينية والمعايير الاجتماعية والقيم الخلقية قيودا كبيرة على السلوك الجنسي للمراهقين والمراهقات ، وتطالبهم بضبط النفس حتى تتاح لهم فرصة حرية التعبير المباح عن هذا الدافع في الزواج ، وهذا قد يثير الصراع في نفس المراهق .

(مرجع ١:ص٣٧٨)

## تطبيقات تربوية :

ما يجب على الآباء والمربين مراعاته:

- الاهتمام بالتربية الجنسية حسب أصولها بهدف مساعدة المراهق في توافقه الجنسي.
- إعطاء المزيد من المعلومات عن الوراثة ومعلومات أولية عن الأمراض التناسلية.
- إتاحة فرصة الاختلاط الاجتماعي العادي بين الجنسين تحت الإشراف.
- تشجيع المراهق على ضبط النفس والتمسك بالتعاليم الدينية والمعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية.
- شغل وقت الفراغ بأنواع النشاط البناء الصارف على الجنس .
- تنمية الميول والاهتمامات الأدبية والعلمية والرياضية والفنية.
- تزويد المراهق بمعلومات وأفكار بسيطة عن الحياة العائلية.

(مرجع ٨:ص١٨٠-١٨٢)

## النمو الديني

يقول الله سبحانه وتعالى في حديث قدسي (الشاب المؤمن بقدري الراضي بكتابي القانع برزقي التارك لشهوته من أجلي هو عندي كبعض ملائكتي).

### مظاهره :

مع طفرة النمو المشاهدة في المراهقة ، يحدث تغيير وتطور ونمو في الشعور الديني ، فنشاهد إعادة تقييم القيم الدينية .

وقد يشاهد ازدواج الشعور الديني ، حيث قد يوجد لدى المراهق شعور ديني مركب مزدوج ، يحوي عناصر متناقضة ، فقد يوجد حب الله بجانب الخوف منه ، وقد يوجد الإيمان بالموت إلى جانب كرهه كنهاية لا مفر منها .

وقد يشاهد تعدد الاتجاهات الدينية ، فقد وجد عبدا لمنعم المليجي ومحمد حلمي المليجي (١٩٧٣) أن حوالي ٥٠% من البنين يكون إيمانهم تقليدياً ، وأن ٢٥% منهم يكونون متحمسين ، وأن ٢٤% منهم يساورهم الشك ، وأن ١% منهم يكونون ملحدين ، ووجد أيضاً أن حوالي ٦١% من الفتيات يكون إيمانهم تفكيرياً ، وأن ٢٦% منهن يكن متحمسات ، وأن ١٣% منهن يراودهن الشك ، ولا يلاحظ الإلحاد بينهن .

### تطبيقات تربوية :

ما يجب على الوالدين والمربين مراعاته :

- الاهتمام بالتربية الدينية في الأسرة والمدرسة ووسائل الإعلام ، مع تقديم القدوة الحسنة للشباب .
- الاهتمام بتعليم الفرد منذ الطفولة تعاليم دينه ، حرصاً على أن يخرج إلى الحياة في مرحلة المراهقة بعد أن يكون تمكن من السيطرة على كافة انفعالاته ونزعاته بفضل توجيهه الوجهة الدينية السليمة .
- تنمية التسامح الديني ، وعدم تشجيع التعصب ضد الأديان الأخرى .
- دعم النمو الخلقي عند المراهق، وتدعيم تمسكه بالدين .
- العمل على نمو شخصية الطفل والشباب المسلم التي تتسم بالإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله والقدر واليوم الآخر وحب الله وتقواه وخشيته وشكره ، والتدين (السلوك الديني) وعبادة الله والإخلاص له والمسئولية والبعد عن الحرام والعزة والقوة .

(مرجع ١: ص ٣٧٩-٣٨١)

### النمو الخلقي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " اتق الله حيثما كنت ، واتبع السيئة الحسنة تمحها ، وخالق الناس بخلق حسن " .

### مظاهره :

يجب أن يتبع المراهق في هذه المرحلة معتقداته الخلقية التي اكتسبها خلال ما مضى من سنوات عمره وما مر به من خبرات وما تعلمه من معايير السلوك الخلقي . ويبدأ المراهق في هذه المرحلة رأيه في مدى صواب السلوك أو خطئه . وفي بعض الأحيان نجد تباعداً بين السلوك الفعلي للمراهق وبين ما يعرفه من معايير السلوك الخلقي المثالي ، وربما يرجع ذلك أحياناً إلى مناوئته لسلطة الكبار وضيقة بهذه السلطة ، ومحاولته تحقيق استقلاله ونقص مستوى نضجه لاجتماعي أو العقلي .

وقد يتأثر سلوك بعض المراهقين بسلوك قرناء السوء وصحبة الأشرار ، حين يكتسبون منهم السلوك اللاخلفي والعادات السلوكية القبيحة .

وعلى العموم، فمع النمو يزداد تهذب السلوك الخلقى للمراهق، ويزداد تطابق سلوكه مع المعايير الاجتماعية والخلفية السليمة .

### **تطبيقات تربوية :**

ما يجب على الوالدين والمربين مراعاته :

الاهتمام بالتربية الخلقية، وتنمية القيم الخلقية، ومراعاة أخلاقيات المجتمع وحسن الخلق .

(مرجع ١: ص ٣٨١)

## المراهقة الوسطى (Middle adolescence)

(١٥-١٦-١٧ سنة)

هذه المرحلة تقابل المرحلة الثانوية ويؤدي الانتقال من المرحلة الإعدادية إلى المرحلة الثانوية إلى اطراد الشعور بالنضج والاستقلال.

والمراهقة الوسطى هي قلب مرحلة المراهقة ، وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لمرحلة المراهقة بصفة عامة.

(مرجع ١: ص ٣٨٢)

### النمو الجسمي:

#### مظاهر النمو الجسمي:

- ١- النمو الغدي الوظيفي.
- ٢- نمو الأجهزة الداخلية.
- ٣- النمو الطولي الوزني.

(مرجع ٦: ص ٢٧٢)

#### أولاً: النمو الغدي :

- تضم الغدة الصنوبرية والغدة التيموسية في المراهقة لتتيح للغدة التناسلية من أداء وظيفتها.
- الغدة النخامية : وظيفتها إفراز هرمون النمو الذي يؤثر على النمو العظمي خلال المراهقة و على هرمونات الغدة الجنسية عند الجنسين التي تؤثر بالتالي على النمو الجنسي.
- الغدة الدرقية: يزيد إفراز هرمونات هذه الغدة في بداية المراهقة ثم يقل بعد ذلك قرب نهايتها نتيجة النضج الجنسي.
- الغدة التناسلية الأنثوية: يبلغ وزنها ٥٠% من وزنها الكامل و يزداد نموها زيادة سريعة فيما بين ١٣-١٧ سنة حتى تصل وزنها الكامل في سن الرشد.
- الغدة التناسلية الذكورية : تنمو نمواً سريعاً فيما بين ١٤-١٥ سنة ثم تهدأ سرعتها حتى تصل لاكتمال نضجها في الرشد.

(مرجع ٦: ص ٢٧٣)

ثانياً: نمو الأجهزة الداخلية : تتأثر الأجهزة الدموية والهضمية والعصبية بالمظاهر الأساسية للنمو في مرحلة المراهقة.

ثالثاً: النمو الطولي والوزني:

الفروق الفردية: يختلف المراهقون كثيراً في الطول والوزن بصفة خاصة في هذه المرحلة. (مرجع ١:ص ٣٨٢)  
ويرتبط النمو الطولي ارتباطاً قوياً بنمو الجهاز العظمي

(مرجع ٦:ص ٢٧٥)

#### الفروق بين الجنسين:

النمو الوزني: تتميز الفتاة بتراكم الدهون في أماكن خاصة من جسمها وخاصة في الثديين والأرداف أما الفتى بالنمو العضلي حيث يتراوح الوزن من ٣٩ كغم في بداية المراهقة إلى ٥٤ كغم لدى الإناث، ومن ٣٧ كغم في بداية المراهقة إلى ٣٩ كغم لدى الذكور

(مرجع ٦: ص ٢٧٥)

النمو الطولي: عند الإناث يتراوح الطول من ١٤٧ سم في سن ١٢ سنة إلى ١٥٨ سم في سن ١٧ سنة ويحدث الانفجار في الطول قبل الوزن.  
عند الذكور يتراوح الطول من ١٤٤ سم في سن ١٢ سنة إلى ١٦٨ سم في سن ١٧ سنة.

(مرجع ٦: ص ٢٧٥)

#### نمو القوة العضلية:

يتأخر النمو العضلي في بعض نواحيه عن النمو العظمي الطولي، ولذلك يشعر المراهق بآلام جسمية نتيجة لتوتر العضلات المتصلة بالعظام النامية المتطورة، ويتفوق البنين على البنات في القوة العضلية نظراً لتفوق الفتى على الفتاة في اتساع منكبيه و طول ذراعيه وكبر يديه.

(مرجع 6: ص ٢٧٦)

يتأثر النمو الجسمي بعوامل عديدة من أهمها: المحددات الوراثية، والجنس، والتغذية، وافرادات الغدد، والمؤثرات الثقافية.

(مرجع ١٠:ص ١٦٢)

## رعاية النمو الجسمي:

- ١- يجب على المراهق أن يلم بالعادات الصحية السليمة ويمارسها في غذائه ونومه وعمله ويتجنب التخمرة والأنيميا حتى يوفر لجسمه الطاقة الضرورية له.
- ٢- يبتعد عن الأعمال البدنية الشاقة المرهقة التي قد تجهد قلبه وجهازه الدموي.
- ٣- ينبغي أن يتعلم المراهق كيف يتقبل التغيرات الجسمية على أنها مظهر طبيعي لنموه وعلى الوالدين تهيئة الجو المناسب لتقبله هذه التغيرات السريعة.
- ٤- يجب على المدرسة أن تساعد الآباء والأمهات على فهم و معرفة هذه المرحلة ليستطيعوا فهم أبنائهم و التعامل معهم عن طريق الندوات والأفلام التعليمية ومجالس الأمهات. (مرجع:6ص:٢٧٦).

## النمو الفسيولوجي:

يتابع النمو الفسيولوجي في هذه المرحلة تقدمه نحو النضج.

(مرجع:١ ص:٣٨٥)

تتلخص مظاهر النمو الفسيولوجي الداخلي في المظاهر التالية:

- ١- تحدث زيادة سريعة في سعة القلب وفي حجمه وفي قوة الشرايين وينخفض معدل النبض قليلا.
  - ٢- يزداد ضغط الدم عند الجنسين ويؤثر عليهم وتبدو اثاره في حالات الاغماء والصداع والقلق.
  - ٣- تنمو المعدة وتزداد سعتها مما يؤدي الى زيادة الشهية (الشراهة) للاكل بكميات كبيرة ، ويلاحظ بعض حالات فقد الشهية عند البنات. (مرجع:٦ ص:٢٧٤).
- يقل عدد ساعات النوم عن ذي قبل ويثبت عند حوالي ٨ ساعات ليلا.

(مرجع:١ ص:٣٨٥)

## الآثار النفسية والاجتماعية للنمو الجسمي والفسيولوجي للمراهق:

- ١- نتيجة التغيرات السريعة في النمو الجسمي والفسيولوجي للمراهق و حساسيته نحو جسمه وذاته لما يوجه إليه من نقد فيما يتعلق بهذه التغيرات فإن هذا يؤثر على توافقه وتكيفه مع الآخرين وقد تؤدي هذه الحساسية إلى الانسحاب والانطواء من المواقف.
- ٢- تناقضات نفسية واجتماعية تؤثر في تكيفه، فلقد أصبح رجل يستحق الاحترام والتقدير، نجد البعض يعامله معاملة الأطفال.
- ٣- مشاكل اجتماعية نفسية تختلف باختلاف الجنسين، ويحتاج إلى جهد ووقت ليتكيف مع الظروف الجديدة.
- ٤- ظهور حب الشباب وذلك لان القنوات الصغيرة التي توصل الافرازات الدهنية إلى سطح الجلد لا تنمو بسرعة تكفي لمواجهة ازدياد م تفرزه الغدد.

٥- تغيرات ناتجة عن اختلاف نسب أعضاء الجسم ( طول اليد غير الطبيعية ، عدم التقارب بين حجم الأنف والوجه ) مما يؤدي الى سوء تكيفه وشكته في كونه طبيعياً وقبول المجتمع له.

(مرجع ٦:ص ٢٧٨)

## النمو الحركي:

تتميز هذه المرحلة بإتقان المهارات الحركية

### مظاهره:

- ١- تصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما، ويزداد نشاطه وقوته.
- ٢- يزداد إتقان المهارات الحركية مثل العزف على الآلات الموسيقية والكتابة على الآلة الكاتبة والكمبيوتر والألعاب الرياضية.
- ٣- تزداد سرعة زمن الرجوع Reaction Time وهو الزمن الذي يمضي بين مثير وبين الاستجابة لهذا المثير.
- ٤- الفروق بين الجنسين: يلحق الذكور بالإناث من حيث القوة والمهارات الحركية ويسبقونهن ويتفوقن عليهم ، ويظل الحال كذلك فيما بعد.

العوامل المؤثرة فيه: يتأثر النمو الحركي تأثرا سينا في حالة وجود إعاقة جسمية أو إعاقة حسية.

**ملاحظة:** إن نقص الرغبة ونقص القدرة على المشاركة في برامج التربية الرياضية يرتبط بسمات مثل: الخجل والحساسية ونقص تحمل الإحباط أو الهزيمة.

### رعاية النمو الحركي:

- ١- تشجيع النمو الحركي عن طريق النشاط الرياضي، والاستفادة من برامج التربية الرياضية في مساعدة المراهقين المنطوين، مما يزيد في تقبلهم الاجتماعي نحو أنفسهم ونحو الآخرين.
- ٢- العناية بالمراهقين الذين يعانون من إعاقة جسمية وإشراكهم في أوجه نشاط حركي يناسب إعاقتهم.
- ٣- تجنب دفع المراهقين غير المتكافئين في النمو الحركي إلى التنافس رياضيا تجنباً للمشكلات النفسية.

(مرجع ١: ص ٣٨٦)

## النمو العقلي المعرفي:

تتطور الحياة العقلية المعرفية للمراهق تطوراً ينحو به نحو التمايز والتباين توطئة لإعداد الفرد للتكيف الصحيح لبيئته المتغيرة المعقدة.

### ■ الذكاء والقدرات :

تختلف سرعة نمو الذكاء، وسرعة نمو كل قدرة من القدرات الطائفية المختلفة فتهداً سرعته في المراهقة، ويهدأ نموها نوعاً ما في أول هذه المراهقة، ثم يهدأ تماماً في منتصفها، ثم يستقر استقراراً تاماً في الرشد.

(مرجع ٧: ص ٢٤١)

لكن المواهب أو القدرات اللغوية الأخرى تظل في نموها وتباينها وخاصة القدرات اللغوية، والميكانيكية والمكانية، أي أن قدرة الفرد على فهم الألفاظ واستخدامها، وقدرته على حل الأجزاء الميكانيكية، وتركيبها وقدرته على الأوضاع المختلفة للأشكال الهندسية تظل في نموها المطرد خلال المراهقة.

(مرجع ٧: ص ٢٤٢)

### ■ القدرات والعمليات العقلية :

تختلف العملية العقلية عن القدرة في أن الأولى تتصل اتصالاً مباشراً بما حدث للعقل ذاته، وأنها تتصل بما يحدث للعقل وهو يستجيب للمثيرات المختلفة، أي أن القدرة تشمل العملية العقلية، ونوع مثيرها، والأشكال المختلفة لاستجابتها، ثم تؤكد الناحية المهمة من هذه الأقسام.

(مرجع ٧: ص ٢٤٣)

### ■ الذكاء والقدرات والميول العقلية :

تتضح في المراهقة الميول العقلية للفرد، وتبدو في اهتمامه العميق بأوجه النشاط المختلفة التي يصل بها من قريب أو بعيد، وتتأثر هذه الميول بمستوى ذكائه وقدراته العقلية الطائفية وتنشأ في جوهرها من تمايز هذه القدرات، وتهدف به إلى الأنماط العملية التي سيسلكها في حياته العقلية والمهنية المقبلة.

### نمو العمليات العقلية :

#### ١- عملية الإدراك:

يتأثر ادراك الفرد بنموه العضوي الفسيولوجي العقلي الإنفعالي الإجتماعي، ولهذا يختلف ادراك المراهق عن ادراك الطفل لتفاوت مظاهر نموها .

(مرجع ٧: ص ٢٤٤)

والمراهق أقوى انتباهاً من الطفل لما يدرك ويفهم، وأكثر ثبوتاً واستقراراً في حالته العقلية، وترتبط هذه الناحية من قريب بتطور قدرة الفرد على التركيز العقلي والانتباه الطويل.

## ٢- عملية التذكر:

تنمو عملية التذكر في المراهقة، وتنمو معها قدرة الفرد على الإستدعاء والتعرف، وتقوى الحافظة ويتسع المدى الزمني الذي يقوم بين التعلم والتذكر فيزداد تبعاً لذلك باع الذاكرة في نوعه ومداه.

(مرجع:٧ ص ٢٤٥)

## ٣- عملية التفكير:

يتأثر تفكير المراهق بالبيئة تائراً يحفزه إلى ألوان مختلفة من الاستدلال وحل المشاكل حتى يستطيع الفرد أن يكيف نفسه تكيفاً صحيحاً لبيئته المعقدة المتشابكة المتطورة مع نموه، ولهذا نرى أهمية الخبرة الواسعة العريضة في نمو تفكير المراهق.

## ٤- عملية التخيل:

يرتبط التخيل بالتفكير ارتباطاً قوياً خلال مراحل النمو المختلفة، ويزداد هذا الارتباط كلما اقترب الفرد من الرشد واكتمال النضج.

(مرجع:٧ ص ٢٤٧)

## النمو الإنفعالي:

تتأثر انفعالات المراهقة في مثيراتها واستجاباتها بعوامل عدة ، وتتلخص أهم هذه

### العوامل في:

- التغيرات الجسمية الداخلية والخارجية.
- العمليات والقدرات العقلية.
- التألف الجنسي.
- العلاقات العائلية.
- معايير الجماعة.
- الشعور الديني.

(مرجع:٧ ص ٢٥٧)

### المظاهر الإنفعالية للمراهقة :

- ١- الرهافة.
- ٢- الكآبة.
- ٣- الإنطلاق.

(مرجع:٧ ص ٢٦٠)

## النمو الإجتماعي:

يسعى المراهق والمراهقات في هذه المرحلة إلى تحقيق المستوى المطلوب من النمو الإجتماعي.

## مظاهره:

تتضح الرغبة الأكيدة في تأكيد الذات مع الميل إلى "مسايرة الجماعة"، ويلاحظ أن تحقيق الذات المتزايد يحدث من خلال تنمية الشعور بالألفة والمودة .

### ويتضح "البحث عن الذات" في ثلاث جهات رئيسة ،وهي:

- البحث عن نموذج يحتذى (مثل الوالدين والمربين والشخصيات الهامة).
- اختيار المبادئ والقيم والمثل.
- تكوين فلسفة الحياة.

- يظهر الشعور بالمسؤولية الجماعية.
- يشاهد الميل إلى مساعدة الآخرين.
- يلاحظ الإهتمام باختيار الأصدقاء.
- يلاحظ الميل إلى الزعامة الإجتماعية والعقلية والرياضية.
- يجاهد المراهق لتحقيق المزيد من الإستقلال الجماعي.
- تنمو الإتجاهات.
- تفتح الميول.
- تشاهد الرغبة في مقاومة السلطة.
- يميل المراهق إلى تقييم التقاليد القائمة.

(مرجع ١: ص ٢٩٨-٤٠٠)

### العوامل المؤثرة فيه:

تلعب الأسرة دوراً خطيراً في هذه المرحلة كما كانت في المراحل السابقة . وإلى جانب استمرار تأثير الأسرة والمدرسة وجماعة الأصدقاء، يتعاضم في هذه المرحلة دور وسائل الإعلام. ويؤثر المستوى الإجتماعي الإقتصادي وسلوك المراهق بصفة عامة في اتجاهاته الخلقية ونمو الشخصية.

(مرجع ١: ص ٤٠١-٤٠٢)

### بين عيد الميلاد الخامس عشر والثامن عشر:

- يبدي اهتماماً شخصياً بالجنس الآخر.
- يستعمل النقود. ويشترى ملابسه حسب اختياره وتفضيله. ويخطط لحاجاته المستقبلية
- يخرج خارج نطاق البيئة المحلية خارج القرية وخارج المدينة، ويرتب لهذه الرحلات ، ويتحمل مسؤولية نفسه في نشاطه اليومي

(مرجع ١: ص ٤٠٣)

## النمو الجنسي :

### مظاهر النمو الجنسي في مرحلة المراهقة :

توجد تغيرات ترتبط بتطور الخلايا التناسلية، وهي أكثر أهمية وتحدد ما يسمى بالبلوغ، وإحدى العلامات المميزة له هي ظهور الشعر وبخاصة في المنطقة التناسلية . (مرجع: ص ٢٤٦)

وعند البلوغ يكون الحدث الهام عند الفتاة هو ظهور الطمث الأول لنمو البويضات (مرجع: ص ٢٤٧)، لا توجد عند الولد علامة محددة تدل على ظهور الوظيفة التناسلية ، وهي اللحظة التي ترى فيها الحيوانات منوية في السائل المنوي، إذ انه عند البلوغ تنمو الخلايا التناسلية التي تضمها الخصيتان .

وهكذا ، نجد تكوين البويضة وإفراز الحيوانات المنوية حدثان أساسيان يرتبطان بالبلوغ ويصاحبهما نمو مواز في الغدد التناسلية .

وتظهر النزعة الجنسية عند البلوغ ولها الخصائص الرئيسية للغريزة، فيحس المراهق بحاجات جديدة لا تزال غامضة عليه (مرجع: ص ٢٤٨)، ورغبات قوية غير محددة تدفع للخروج من إطاره وتمهد لميله للجنس الآخر. ويصيب التذبذب سلوكه، وهذا ما يدهش له الأشخاص المحيطون به بينما لا يدهش هو به، وتتناوب دفعات مفاجئة من الانعطاف، ونوبات من الانطواء وحب العزلة لا يمكن تفسيرها ، وحركات غير لائقة تملأه أحيانا بالخجل. وهكذا يكون تأثير الغريزة الجنسية في أول أمره خفيا .

ويصاحب ظهور الدافع الجنسي صحوة حقيقة في الحس الذي يضاعفه الخيال بكثير من الزخارف والنزوات. (مرجع: ص ٢٤٩) ويلاحظ الإكثار من الأحاديث والقراءات والمشاهدات الجنسية والشغف والطرب بالنكت الجنسية.

ويزداد التعرض للمثيرات الجنسية. ومن المثيرات الجنسية للمراهق في هذه المرحلة المحادثات الجنسية والصور الجنسية والكتابات الجنسية والأفلام الجنسية ، والملامسة للجنس الآخر واحلما اليقظة ، وهذه يجب تجنبها.

وقد يمر المراهق بمرحلة انتقال من الجنسية المثلية إلى الجنسية الغيرية ، وقد يكون ذلك في شكل تجريب مبدئي مبكر لها ، وعادة ما يتجه المراهق بسرعة بعاطفته إلى أول من يصادف من الجنس الآخر في الجيرة أو من ذوي القربى .

ويلاحظ الاتجاه إلى الجنسية الغيرية وحيث تتغير نظرة المراهق إلى الميول الجنسية ، فيصبح شديد الميل والاهتمام بأعضاء الجنس الآخر والحديث عنهم والإطلاع على حياتهم الخاصة والالتقاء معهم . ويلون هذا كله الرغبة الجنسية وقد يلاحظ اتخاذ اتجاه عدائي نحو أفراد الجنس الآخر والاستمرار في توجيه النقد إليهم.

## الفروق بين الجنسين :

يسبق الذكور الإناث في النشاط الجنسي ويرجع ذلك إلى الظروف الثقافية التي تتيح (مرجع ١: ص ٤٠٥) حرية أكبر للذكر ، وتضع الكثير من المحرمات على السلوك الجنسي للإناث ، والتي أن الذكور يصلون إلي قمة طاقتهم الجنسية في المراهقة الوسطى ، بينما لا تصل الإناث إلى قمة طاقتهن إلا في ما بعد ذلك.

## العوامل المؤثرة فيه :

يتأثر النمو الجنسي والسلوك الجنسي بعدة عوامل ، من بينها: شخصية المراهق نفسه ، نوع المجتمع الذي يعيش فيه، والحالة الاجتماعية الاقتصادية الثقافية له ، والتكوين النفسي لأفراد الجنس الآخر ، والاتجاه الخلقي ، والاتجاه الديني.

## ملحوظة:

إشباع الرغبات الجنسية قبل وخارج الزواج خطأ (مرجع ١: ص ٤٠٦)، حيث الدافع الجنسي يتجه بقوة إلى الجنس المقابل، فإذا ما قوي دون أن يجد توجيها طبيعيا له ، فإنه يؤدي إلى السعي وراء الإشباع الذاتي في العادة السرية وفي معظم الأحيان يتزايد خجل المراهق ويميل إلى العزلة وينام نوما مضطربا.

وللعادة السرية أثرها البالغ في الاضطراب النفسي ، ولكنها ليست سببا لهز وفي الواقع ليست العادة السرية ضارة إلا إذا استمر وجودها لما بعد أزمة البلوغ، فهي ليست إلا انحرافا وقتيا للإثارة الجسدية التي لم تحدد وجهتها بعد .

وهناك انحراف ثان أكثر خطورة ، هو الجنسية المثلية أي السعي إلى إشباع الغريزة أو الدافع الجنسي مع شخص آخر من نفس الجنس، وتسمى ((باللواط)) عند الذكور و ((السحاق)) عند الإناث (مرجع ٤: ص ٢٥٠) .

## **النمو الديني :**

يمكن النظر إلى الدين كأحد أبعاد الشخصية المهمة في المراهقة. ويتناول الدين كل نواحي الحياة الشخصية والاجتماعية والاقتصادية والثقافية .. الخ . سواء كان الاتجاه نحو الدين موجبا أو سالبا فإن الدين يعتبر قوة دافعة خلال فترة المراهقة بصفة خاصة .

## مظاهره:

تشاهد اليقظة الدينية العامة ، حيث يسود روح التأمل ، والنشاط الديني العملي ( العبادة أو الجهاد في سبيل الله ) ، تجريد ذات الله من التشبيه والتجسيم وتصوره سبحانه تصورا معنويا مجردا ، والانشغال بصفاته وآثاره وأفعاله أكثر من الانشغال بشكله وصورته .

ويلاحظ أن المتأخرين عقليا يثبتون عند المستوى الطفلي الحسي في تصور المفاهيم الدينية .

وقد يشاهد الشك ، حيث يلاحظ ميل بعض المراهقين إلى الشك . ويختلف الشك باختلاف شخصية المراهق ، فيتراوح بين النقد العابر والارتياب الحاد في كل العقائد ، وقد يرجع ذلك إلى أن تعليم التعاليم الدينية في الطفولة كان غير مخطط، أو غير ملائم لمستوى النمو لو أو ناقصا أو معدوما .

وقد يشاهد الإلحاد ، وهو إنكار وجود الله . ويصاحب هذا عادة صراع وقلق، وقد يتباهى بعض المراهقين بالإلحاد. ولكن هذا ليس إلحادا حقيقيا ، ولكنه في الغالب يعبر عن الرغبة في الاستقلال والتحرر والعدوان على المجتمع بمهاجمة مقدساته ، وقد يكون مجرد ظاهرة عابرة لا تثبت أن تتغير . ويلاحظ أن التنشئة الاجتماعية تلعب دورا مهما في تحديد الاتجاه الديني لدى المراهق ، سواء كان تحمسا أو شكا أو إلحادا.

### ملحوظة:

يذكر محمد كامل النحاس (١٩٦٤) أن الإيمان والتدين عقيدة خالصة يجيب أن يسير السلوك وفقا لها . ويرى أن الإيمان بلا عقيدة والسلوك الديني الذي يأخذ شكل العادة الآلية أمر خطير قد يؤدي إلى نكسة تصيب شبابنا في عقيدتهم الدينية وإيمانهم بتعاليم الدين وسلوكهم على هذا ، مما يؤدي إلى تشويه الشخصية الفردية والاجتماعية (مرجع:١ ص ٤٠٨) .

### **النمو الخلقي:**

سئل رسول الله صلى الله عليه وسلم : أي المؤمنين أفضل إيمانا ؟ فقال أحسنهم خلقاً.

### مظاهره:

مع وصول المراهق إلى المراهقة الوسطى يكون قد تعلم المشاركة الوجدانية والتسامح والأخلاقيات العامة المتعلقة بالصدق والعدالة والتعاون والطموح وتحمل المسؤولية ... الخ ، وتزداد هذه المفاهيم عمقا مع النمو (مرجع:١ ص ٤٠٩) ..

وجدير بالذكر أن هناك دراسات كلاسيكية توضح العلاقة بين التفكير الخلقي والسلوك حيث عرفت الأخلاقية على إنها مجموعة من السمات ذات القيمة التبجيلية كالامانه والصدق وضبط الذات.

إن الأخلاقية عادة لا تكون محددة بأنماط سلوكية معينة فمن وجهة النظر التطورية ، فإن ما يحدد سلوك الشخص في أي موقف خلقي معين يتوقف على مدى تفهمه للموقف ، ويعتمد ذلك على مستوى الفرد \_فتساؤل فرد ما ((لماذا يفعل ذلك؟)) يعتبر بمثابة ضرب جوهري وحاسم للتقييم الخلقي للفعل ، كما انه من الضروري عندنا نضع مستوى الشخص الخلقي في الاعتبار ، فإننا بالتالي يمكن أن نجري تنبؤات معقولة عن أفعاله الخلقية(مرجع:٢ ص ٤٤٥).

## المراجع (Reference)

- 
- [١] حامد عبدالسلام زهران (١٤٢٥): علم نفس النمو الطفولة والمراهقة ،مصر، عالم الكتب .
- 
- [٢] عادل عز الدين الأشول (١٩٨٣): علم النفس النمو ،القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- 
- [٣] عباس محمود عوض (١٩٩٩م): مدخل الى علم نفس النمو الطفولة -المراهقة – الشيخوخة ،السويس ،دار المعرفة الجامعية.
- 
- [٤] عبد الفتاح محمد دويدار (١٩٩٣): سيكولوجية النمو والارتقاء ،بيروت، دار النهضة العربية.
- 
- [٥] عمر بن عبدالرحمن المفدى (١٤٢١هـ): علم نفس المراحل العمرية النمو من الحمل الى الشيخوخة والهرم، الرياض، فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية.
- 
- [6] فاديه كامل حمام ، نفيسة إبراهيم العدل ، تغريد مالك جليدان، فاطمة خلف الهويش (٢٠٠٩ م): علم نفس النمو، ط٢ ، الرياض، مكتبة الرشد.
- 
- [7] فؤاد البهي السيد (١٩٩٨): الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، ط٢- القاهرة :دار الفكر العربي.
- 
- [8] كامل محمد محمد عويضة (١٤١٦هـ): علم نفس النمو، ط١، بيروت، دار الكتب العلمية.
- 
- [9] نائل محمد عبد الرحمن أخرس، د/تاج السر عبد الله الشيخ (٢٠٠٥)، علم نفس النمو مكتبة الرشد.
- 
- [10] هشام محمد مخيمر (٢٠٠٠ م): علم نفس النمو ، ط١ ، المملكة العربية السعودية، اشبيليا.