

دراستی بر روانشناسی نوجوانی

گردآورنده:

اکرم قاسمی

سرشناسه: قاسمی، اکرم، ۱۳۳۵ -

عنوان و نام پدیدآور: درآمدی بر روانشناسی نوجوانی / گردآورنده اکرم قاسمی.

مشخصات نشر: تهران: قلم خورشید، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۸۰ ص.: جدول.

شابک: 978-600-98519-4-2: ۱۰۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

موضوع: نوجوانان -- روان شناسی

موضوع: Adolescent psychology

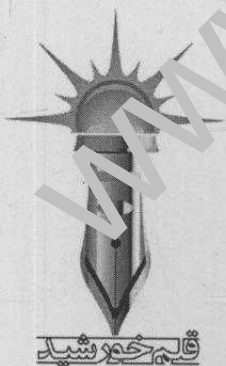
موضوع: نوجوانان -- شد

موضوع: Teenagers - Growth

رده بندی کنگر: ۳۹۶ ۲۵۱ ق/ BF۷۲۴

رده بندی دیویی: ۱۵۵/۵

شماره کتابشناسی ملی: ۱۰۷ ۵۰۲



عنوان کتاب: درآمدی بر روانشناسی نوجوانی

گردآورنده: اکرم قاسمی

صفحه آرا و طراح جلد: سمیرا ماهزاده

ناشر: قلم خورشید

چاپخانه و صحافی: حمزه ای

شمارگان: ۱۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۶

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۵۱۹-۴-۲

قیمت: ۱۰۰/۰۰۰ ریال

آدرس: خیابان نامجو، خیابان سلمان فارسی، خیابان هوشنگی، پلاک ۲۷، واحد ۱۰.

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به انتشارات قلم خورشید می باشد.

فهرست مطالب

۹.....	مقدمه
۱۰.....	تاریخچه روانشناسی نوجوانی
۱۱.....	تعریف نوجوانی
۱۳.....	نظریه‌های پیرامون نوجوانی
۲۶.....	رشد جسمی در دوره نوجوانی
۳۹.....	رشد قد، وزن و رشد استخوان‌ها در دوران بلوغ
۴۰.....	رشد قلب، ریه‌ها و مغز
۴۱.....	تغذیه و نوجوانی
۴۴.....	پیامدهای درازمدت بلوغ و دیررس
۴۷.....	تأثیر دوره نوجوانی بر دوره جوانی
۴۹.....	رشد هوش و شناخت و نوجوانی
۵۵.....	خودمحوری نوجوان
۵۶.....	رشد معنوی و اخلاقی
۵۹.....	راهکارهای رشد اخلاقی و دینی در نوجوانی و جوانی
۶۰.....	والدین و رشد باورهای مذهبی در نوجوانی و جوانی
۶۴.....	خود و ویژگی‌های رشد خود در نوجوانی
۶۹.....	هویت و شکل‌گیری هویت در نوجوانی
۷۷.....	خانواده و انواع تعامل در خانواده

مقدمه

تغییر ویژگی‌های جسمی و روانی در دوران نوجوانی که منجر به گذر از دوره رشد کودکی به نوجوانی می‌گردد، موضوع مطالعاتی بسیاری از پژوهشگران و روانشناسان می‌باشد. تغییرات سریع جسمانی و روانی در دوران نوجوانی، سبب ایجاد آسیب‌پذیری بیشتری گردیده و از طرف دیگر، بُعد روانی نیز دارای رشد قابل توجهی خواهد بود. به منظور مطالعه دقیق‌تر دوران نوجوانی، این دوران به سه دوره متفاوت مطالعاتی و پژوهشی تقسیم شده است (جدول ۱).

جدول ۱

سه دوره نوجوانی	
نوجوانی اولیه (۱۲-۱۴ سالگی)	در این دوره، علائم رشد کودکی به تدریج از بین رفته و علائم بلوغ اولیه (ظهور صفات جسمی به تدریج ظاهر می‌گردد).
اواسط نوجوانی (۱۴-۱۶ سالگی)	در این دوره، علائم رشد تفکر انتزاعی و ظهور صفات جنسی، تمایل به برنامه‌ریزی‌های ذهنی، ظهور بگرائی‌هایی بخصوص آینده و شدت مشکلات سازگاری به صورتی واضح، قابل مشاهده است و فرد نسبت به تفاوت‌های خود با دیگران، آشنا خواهد شد. تمایل به نزدیکی بیشتر به همسالان از ویژگی‌های بارز این دوره محسوب می‌گردد.
اواخر نوجوانی (۱۶-۱۹ سالگی)	در این دوره، فرد از نظر جسمی و روانی به ویژگی‌های ثابتی رسیده و علاوه بر جهت‌گیری‌های مشخص جنسیتی، انتخاب شغلی و اجتماعی و همچنین تصوراتی نسبت به بدن خود، به باورهای دست‌یافتنی است.

خانواده‌ها، مربیان و مسئولین، هرکدام به نحوی جهت سپردن جامه فردا، نوجوانان در تلاشند:

خانواده‌ها: در ایجاد ارتباط و بیان انتظارات خود.

مربیان: با ارائه تعلیم و تربیت.

مسئولین: با برنامه‌ریزی و تأمین نیازهای آنان.

به دلیل اهمیت و ویژگی‌های دوران نوجوانی، پژوهش‌ها و مطالعات انجام شده در این خصوص، در حیطه‌های مختلفی صورت می‌گیرد (جدول ۲).

جدول ۲

حیطه‌های مطالعاتی نوجوانان	
متخصصین علوم زیستی و پزشکی	حیطه مطالعاتی دوران نوجوانی در زمینه مسائل جسمانی همچون هورمون‌ها و بلوغ، بیشتر مورد توجه متخصصین علوم زیستی و پزشکی می‌باشد.
جامعه‌شناسی	بررسی تحولات فرد و جامعه و موضوعاتی همچون اجتماعی شدن، رشد اجتماعی، هم‌نوایی، تقلید و الگوپردازی بیشتر در این حیطه قرار دارد.
مردم‌شناسی	بررسی نحوه عملکرد نوجوانان در فرهنگ‌ها و جوامع مختلف و همچنین بررسی تفاوت‌ها و تشابهات آن‌ها در این حیطه قرار می‌گیرد.
روانشناسی	توجه به ماهیت و اهداف رشته روانشناسی یعنی «مطالعه علمی رفتار و فرایندهای ذهنی»، در این حیطه مطالعات گسترده‌ای در خصوص انواع نوجوانی انجام می‌پذیرد. به دلیل اینکه رفتار انسان همواره تحت تأثیر عوامل گوناگون محیطی و وراثت قرار دارد، روانشناسان به انجام مطالعاتشان، با رشته‌های مختلف دارای ارتباط متقابل می‌باشند.

تاریخچه روانشناسی نوجوانی

به اعتقاد ارسطو «نوجوانان پرشور و آتشی مزاج‌اند و آماده‌اند خود را به دست غرایز بسپارند». در گذشته و در جوامع روستایی و اولیه، صحبتی از دوره نوجوانی نبود و این دو ن مضمومی نداشت؛ یکی از علل این امر، هویت و نقشی بود که بلافاصله پس از کودکی به فرد واگذار می‌شد به داریکه اکثر دختران، نقش و مسئولیت مادران خود و پسران نوجوان نقش و شغل پدران را عهده‌دار می‌شدند. امروزه در بسیاری از قبایل بدوی و سنتی، نوجوان در اواخر دوره کودکی و طی مراسمی خاص، به صورتی رسمی به عنوان جوان قبیله محسوب می‌شود. مشهورترین بررسی‌های انجام شده در خصوص دوره نوجوانی در قابل بدوی و سنتی، مربوط به مارگارت مید در دهه ۱۹۴۰ تا ۱۹۵۰ در قبایل ساموا می‌باشد که طی این پژوهش آداب و سنن نوجوانان و مسائل بلوغ آن‌ها مورد مطالعه قرار گرفته است.

عنوان «جوان» که توسط قبایل سنتی و بدوی به نوجوانان اطلاق می‌شد، جهت کسب استقلال نسبی اجتماعی و براساس ظاهر جسمانی نوجوان استانی هال، مؤسس انجمن روانشناسان آمریکا و پدر مطالعات علمی در روانشناسی نوجوانی است که اولین پژوهش‌های منظم روانشناسی در خصوص رشد کودکان و نوجوانان را نیز انجام داده است.

به اعتقاد هال دوران نوجوانی، «دوران طوفان و تنش شدید و زمان رشد سریع توانایی‌های ذهنی و روانی» می‌باشد.

ژان ژاک روسو در کتاب «امیل» با تأکید بر مثبت بودن ذات انسان و طبیعت وی، دوره نوجوانی را به ۳ دوره تقسیم می‌نماید:

۱. بروز هیجانات و پیدایش میل جنسی.
۲. نوجوانی از جهات جسمی و روانی تکرار مراحل قبلی رشد است تا فرد در این دوران به ثبات و سپس رشد دست یابد.

۳. تعامل تحولات جسمی و روانی به بدن و نطق خواهد انجامید.
به اعتقاد روسو، تغییرات جسمانی، مهم‌ترین ویژگی‌های دوران نوجوانی می‌باشد.

در اواخر قرن نوزدهم، روانشناسان با استفاده از نظریه روسو، پدیده بلوغ را مورد توجه قرار دادند.

استانی هال با بهره‌گیری از نظریه روسو و نظریه تکامل پارا داروین، انواع نظریات رشد را مطرح نمود.

هال برخلاف روسو که نوجوانی را تکرار مراحل قبل می‌دانست، به یافتن جدید و دوباره خود (بازپیدایی) در دوره نوجوانی اعتقاد داشت که این نگرش به دیدگاه‌های عمل‌گرایان و تجربه‌گرایان تعلیم و تربیت همچون ماریامونته سوری و جان دیویی نزدیک است؛ این نقطه‌نظر با باورهای سنتی که معیار نوجوانی را تنها برابر با رشد ظاهری بدن می‌دانست، بسیار متفاوت است.

تعریف نوجوانی

به اعتقاد کرسیننی و ریموند، نوجوانی دوره‌ای از زندگی است که با بلوغ، شروع شده و با تکامل رشد و ریش جسمانی پایان می‌یابد. محدوده سنی این دوره در پسران، بین سال‌های ۲۲-۱۳ سالگی و در دختران ۲۱-۱۲ سالگی است.

دوره نوجوانی با تغییرات متنوعی همراه می‌باشد.

تغییرات دوران نوجوانی:

۱- رشد اجتماعی

۲- رشد هوشی

۳- رشد مفهوم خود

۴- علایق جنسی

۵- تصور از بدن خود

۶- ویژگی‌های جنسی

موضوع بلوغ و سن، از جمله مفاهیم بارز در تعاریف دوره نوجوانی می‌باشند.

بلوغ: آغاز دوره تکامل جنسی است که فرد از نظر ظاهری شبیه فرد بزرگسال شده و صفات

جنسی در وی نمایان می‌گردد؛ این صفات ۳-۴ سال پس از پایان دوره کودکی ظاهر شده که

معمولاً در دختران ۲-۳ سال زودتر از پسران و با عنوان قاعدگی، نمود می‌یابد.

عوامل مؤثر در تاخیر، تسریع و یا اختلال در رشد جنسی:

۱- تغذیه

۲- بهداشت

۳- تفاوت‌های فردی

۴- عوارض برخی داروها

۵- برخی افزودنی‌ها به مواد غذایی

رسیدگی یا پختگی: زمانی رخ می‌دهد که فرد علاوه بر رشد جنسی، 'بلوغ' به رشد فکری و

روانی نیز رسیده باشد که این ویژگی معمولاً پس از پایان رشد جنسی و در تمام سالم فرد با

محیط ایجاد می‌گردد.

سن: از نظر حقوقی، ۱۸ سالگی به عنوان مرز بلوغ تلقی می‌گردد و سازمان ملل نیز در عهدنامه

حقوق کودک، از ۱۸ سالگی به عنوان مرز پایان کودکی یاد کرده است.

در متون علمی قدیمی‌تر، سنین ۱۴-۱۲ را سن نوجوانی و ۱۸-۱۵ سالگی را سن جوانی

نامیده‌اند.

موریس دبس از سنین ۱۶-۱۲ سالگی به عنوان سن نوجوانی و ۲۰-۱۶ سالگی به عنوان سن

جوانی یاد کرده است.

اتکینسون دوره نوجوانی را به عنوان «دو راهی گذرا به بزرگسالی» تلقی نموده است که تقریباً از ۱۲ سالگی شروع و تا اواخر دهه دوم زندگی یعنی رسیدن به رشد جسمانی، کم و بیش ادامه دارد و بنابر بر نظر دکتر لطف‌آبادی، نوجوانی «دوره گذار» جهت رسیدن به استقلال و مسئولیت جوانی می‌باشد.

براساس مطالعات انجام شده توسط ماسن و همکارانش، ویژگی بارز دوران نوجوانی، بروز صفات جنسی می‌اشد. سازمان ملی جوانان ایران، دوره نوجوانی و جوانی را از یکدیگر تفکیک نکرده است و از سنین ۱۱-۲۹، بگی، به عنوان سن نوجوانی و جوانی یاد کرده است.

نظریه‌های پیرامون نوجوانی

دیدگاه‌های مطرح شده در خصوص نوجوانی، هر کدام به شرحی مجزا در این خصوص پرداخته‌اند. روانشناسی به جهت مادت شته‌ای خود در زمینه علمی و پژوهشی با علوم گوناگونی همچون علوم زیستی، اجتماعی، تربیتی و ... دارای ارتباطی دو سویه می‌باشد.

نظریه زیستی

نظریه زیستی مرتبط با علائم عینی دوره نوجوانی همچون ظاهر جسمانی، تمایلات جنسی، تغییر در صدا و انجام رفتاری خاص می‌باشد.