

## ملخص :

تشمل هذه المادة الموضوعات المتعلقة بعلم النفس النمو من حيث القواعد الأساسية و المعرف النظرية و التطبيقية المرتبطة بعلم النفس لمساعدة الطالب في فهم تطبيقات علم النفس النمو في ميدان الرياضة و التركيز على بعد النفسي للأنشطة البدنية و الرياضية المختلفة و ذلك من خلال إعطاء مدخل لعلم النفس النمو و تعريفه و شرح بعض المصطلحات المرتبطة به و شرح القوانين و المبادئ و طرق البحث في علم النفس النمو من أجل دراسة مختلف مراحل نمو في الطفولة و المراهقة و دراسة خصائص و مظاهر النمو الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي في كل مرحلة من مراحل النمو المختلفة ، لمعرفة أهمية الرياضة للطفل و المراهق و الذي بدوره و على أساسه يتم وضع البرامج و المقررات التدريسية للتربية البدنية و الرياضية على مستوى النظام التربوي أو البرامج التدريبية لمختلف الأنشطة الرياضية للناشئين أو الرياضة النبوية ، و يرى العديد من السينكولوجيون ان الفهم الجيد لسلوکات الأطفال يقودنا الى فهم أفضل للراشدين ، كما و تؤدي نتائج الأبحاث في مجال واسع من القضايا في المساعدة على فهم سلوکات الأطفال ، وكذلك تسهل المعلومات المتجمعة حول قضايا النمو السوي الى فهم المشكلات و اكتشافها و اتخاذ الخطوات المناسبة للتدخل المبكر لضبط السلوك غير السوي .

يتوقع من الطالب الدارس لهذه المقياس ان يتحقق الأهداف التالية مع نهاية استكمال المقياس :

- 1 – ان يتعرف الطالبة على مفهوم علم نفس النمو .
- 2 – ان يتعرف الطالب على أهمية علم نفس النمو .
- 3 – ان يلم الطالب بأهم مراحل النمو المختلفة .
- 4 – ان يتعرف الطالب على أبعاد النمو الرئيسية .
- 5 – ان يتعرف الطالب على أهم المشكلات النمائية في المراحل النمائية المختلفة .

التقييم : إمتحان كتابي في نهاية السادس.

## مقدمة :

يقوم علم النفس النمو الذي يعتبر الميادين الهامة في علم النفس بدراسة مراحل النمو التي يمر بها الكائن البشري منذ ولادته ، و هذا بعرض معرفة المظاهر و الخصائص المختلفة التي لها علاقة بالعوامل المؤثرة في النمو ( الوراثية ، الفسيولوجية ، الجسمية ، النفسية ... ) التي تميز كل مرحلة من مراحل النمو عن المراحل الأخرى ، و التي تسهم في بناء و تنمية شخصية الفرد ، فمعرفة هذه الخصائص يساعد المربين على إعداد البرامج التربوية و التعليمية ل مختلف المقررات الدراسية التي تتماشى مع خصوصيات و متطلبات كل مرحلة ، كما أن فهم تلك المظاهر الخاصة بمراحل نمو الفرد أمر مهم في المجال الرياضي سواء مدرسين للتربية البدنية و الرياضية أو مدربين ، إذ يساعد من فعالية التنشئة و الرعاية الرياضية و التوجيه و الارشاد السليم و الناجح للأطفال و المراهقين الى مختلف الأنشطة البدنية و الرياضية ب مختلف خصائصها و متطلباتها .

و لقد حظي علم النفس النمو و بألخص دراسة مرحلتي الطفولة و المراهقة بإهتمام بالغ كون أن مرحلة الطفولة مرحلة مهمة من العمر حيث تتشكل فيها المعالم العامة لشخصية الفرد و التي توجه حياته المستقبلية .

## 1- المخور الأول: مدخل الى علم النفس

تمهيد:

التقدم الحضاري يعتمد على بعدين متكاملين هما: البعد المادي (الإمكانات وموارد الشروة الطبيعية)، والبعد الإنساني وما يتم بين هذين البعدين من تفاعل. إلا أن هذا الإنسان يستخدم هذه الموارد ويجعل منها وسائل مصادر حياته ورفاهيته. فالإنسان هو محور العمل والإنتاج والاقتصاد والإدارة والسياسة وال الحرب والعلم والفن وذلك لما يتمتع به من قدرات وسمات وداعية و قوة إبداعية ينفرد بها في تكوينه وبائه.

### 2-1 مفهوم علم النفس :

**1-2-1 علم النفس:** هو "الدراسة العلمية لسلوك الإنسان و علاقته بالبيئة المحيطة" .

سنحاول تسلیط الضوء على بعض المصطلحات الواردة في هذا التعريف من أجل فهم أوسع وأعمق وذلك على النحو التالي:

**1-2-2 الدراسة العلمية:** تطبيق مناهج وخطوات البحث العلمي في دراسة المشكلات ذات العلاقة. فالسؤال ما هي هذه المناهج والخطوات؟ يمكن الإجابة على هذا السؤال على النحو التالي:

**1-2-3 "المناهج:** عبارة عن عملية تتسلسل خطها للحصول على إجابات للأسئلة التي تم طرحها لفهم طبيعة المشكلة ومن ثم حلها.

### 1-2-4 أهداف أي علم هي :

**1-4-1 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 ذهبت إلى منزلك فوجدت أثاثه متاثر هنا وهناك فإنك تحاول تفسر هذه الظاهرة بأنك تربط بينها وبين دخول شخص غريب في المنزل من أجل السرقة أو غير ذلك. فالفهم إذا يتم بعملية الربط و إدراك العلاقات بين الظواهر المراد تفسيرها والأحداث التي تلازمها وتسبقها.

**1-4-2 الضبط:** هو التحكم في الظروف التي تحدد حدوث الظاهرة بشكل يحقق لنا الوصول إلى هدف معين. فيمكننا التحكم في ظاهرة النجاح في الجامعة مثلاً على أساس التوجيه التعليمي الصحيح للطلاب.

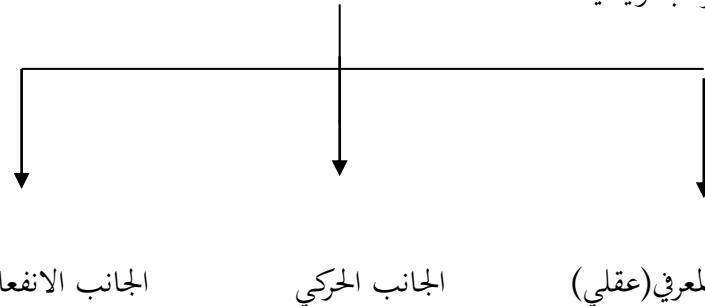
**1-4-3 التنبؤ:** تصور النتائج في مواقف جديدة لاحقة وذلك باستخدامنا المعلومات التي توصلنا إليها. فمثلاً بناءً على اكتشاف العلاقة بين الحرارة وتمدد الأجسام الصلبة نستطيع أن نتبأ بأن قضيب سكة الحديد سوف يتقوس إذا مر عليه القطار إذا لم تكن هناك فراغات بين أجزائه. (شعبان علي حسين , 2001, ص 45)

وتكمّلّ هذا التعريف الذي تناولنا فيه مفهوم الدراسة العلمية ، سوف تناول مفهوم السلوك وكل ما يتعلّق بهذا المصطلح ويشمل تعريفه . جوانبه . خصائصه .

## 5-2-1 السلوك:

السلوك: أي نشاط (جسمي – عقلي – اجتماعي – انجعالي ... أخ) يصدر من الإنسان نتيجة لعلاقة وتفاعل بينه وبين البيئة الحية به. فلكي نفهم السلوك لا بد أن نعرف أن الفرد منذ ولادته يبدأ بينه وبين البيئة التي يعيش فيها صلة تفاعل . فهذه العلاقة تجعله في حالة مستمرة من النشاط (هو ما نسميه السلوك)

فالسلوك له ثلاثة جوانب رئيسية:



### 1-5-2-1 الجانب المعرفي :

يتناول الإدراك – التمييز – التصور – التخيّل  
الإدراك بأنك جالس في الحاضرة – تفكّر في المستقبل – تميّز الطفل بين الأشخاص الغرباء ووالديه – التمييز بين الساخن والحار

1-5-2-2 الجانب الحركي: مثل الاستجابات الحركية (استقبال رمي الكرة، الهروب من الخصم، الكتابة )

1-5-2-3 الجانب الانفعالي: وهو الحالة الانفعالية المصاحبة للسلوك (فرح حزن، كره حب ).

### 1-5-2-4 خصائص السلوك:

ثابت نسبياً: أي يتشارب في الماضي والحاضر والمستقبل وخاصة من الأشخاص العاديين في المواقف العادية وظروف عادية أي إذا تساوت الظروف والعوامل . وبما أنه ثابت نسبيا يمكن التنبؤ به: فمثلاً إذا تفوق الطالب في الابتدائي والمتوسط والثانوي ( عبد اللطيف خليفة, 2000, é 124 ) يمكن القول إذا تساوت الظروف والعوامل أن هذا الطالب سوف يكون متفوقاً في التعليم الجامعي أو في المجال الرياضي .

مرونة السلوك الإنساني (أي قابل للتغيير والتعديل). فمثلاً حكاية الطفل المتواحش الذي عثر عليه في غابة أفيرون بفرنسا عام 1798 كان يعيش حتى السنة 12 من عمره مع الحيوانات. وقد وضع عالم اسمه (إيتارد) برنامج له يهدف إلى تنمية الناحية الاجتماعية عند الطفل وترويض سلوكه بصفة عامة. وقد نجح في تعليم الطفل المتواحش الكلام وقراءة بعض الكلمات.

### 3-1 أهمية دراسة علم النفس:

1- أنه يتناول سلوك الإنسان ذلك الكائن الذي كرمه الله عز وجل { ولقد كرمنا بني آدم وحملناهم في البر والبحر... } وكما ذكرنا يعتبر أحد الدعائم الأساسية للحضارة في المجتمعات البشرية.

2- يحاول هذا العلم فهم طبيعة الإنسان ويحاول تغيير أو تعديل السلوك إلى الأفضل ، كما أن من أهدافه هو وصف الظواهر وفهمها والكشف عن أسباب ظهورها وبالتالي فهو يقود إلى وضع الحلول للكثير من المشاكل اليومية.

3- تظهر أهمية علم النفس وفوائده بصورة أوضح إذا ما استعرضنا فروعه وميادينه وهي كالتالي:

### 4-1 فروع وميادين علم النفس:

4-1 علم النفس النمو: يعني بدراسة نمو الطفل والمراحل المختلفة التي تمر بها عملية النمو والعوامل التي تؤثر فيها ، والخصائص العامة التي تميز مراحل النمو المختلفة (المهد والرضاعة - والطفولة - والراهقة ... ) مما يجعلنا أكثر قدرة على توجيهه وتربيته.

4-2 علم النفس الاجتماعي: يهتم بصفة خاصة بدراسة علاقة الفرد بالجامعة وعلاقة الجماعات بعضها بعض فهو مثلاً يهتم بدراسة التنشئة الاجتماعية للفرد وكيفية تأثره بالنظام الاجتماعي التي ينشأ فيه وكيف يؤثر ذلك في تكوين اتجاهاته واعتقاداته وميوله، وهو يدرس سيكولوجية الجماهير والرأي العام والدعائية.

4-3 علم النفس المرضي: يهتم بدراسة الأسس السيكولوجية العامة للسلوك الغير سوي أو المرضي أو المنحرف ويعلم على التعرف على أسباب الشذوذ أو الانحراف وأحسن الوسائل لعلاجهما.

4-4 علم النفس التربوي: يهتم بدراسة المبادئ والمتطلبات الأساسية للعملية التعليمية حتى يستطيع المعلمون والمربيون من تحصيء البيئة التعليمية المناسبة للخروج بخرجات تعليمية إيجابية كما يساعد المعلمين على الفهم الصحيح لسلوك الطلبة.

**4-5 علم النفس الصناعي:** يهتم بتطبيق مبادئ علم النفس في ميدان الصناعة لزيادة الكفاءة الإنتاجية للعامل وذلك باختيار العامل المناسب وتدريبه وتقديمه ودراسة ظروف العمل وأحسنها للإنتاج. كما يدرس أسباب الحوادث في المصانع ويحاول أن يضع الوسائل الكفيلة بتقليل هذه الحوادث.

**4-6 علم النفس التجاري:** يقوم بدراسة فن الإعلان وطرق معاملة الزبائن وكيفية جذبهم للشراء والعوامل النفسية التي تؤثر على المستهلك.

**4-7 علم النفس الجنائي:** يدرس أسباب الجريمة ودوافعها وأفضل طرق لعلاجها.

**4-8 علم النفس العلاجي:** يدرس اضطرابات الشخصية وأساليب التشخيص المختلفة وفنون العلاج الملائمة. فالإنسان هو ركيزة الحضارة والتقدم ، وحيثما يوجد الإنسان لا بد وأن يوجد علم النفس.

### المحور الثاني : مدخل لعلم النفس النمو

**1-2 تعريف علم النفس النمو:** إذا كان علم النفس كما عرفه حامد زهران (1990) " العلم الذي يدرس سلوك الكائن الحي ، و ما وراءه من عمليات عقلية يمكن على أساسها فهم و ضبط السلوك و التنبؤ به و التخطيط له " فإن علم النفس النمو هو ذلك العلم الذي يقوم بدراسة مختلف التغيرات و التطورات المترابطة التي لها علاقة بقدرات الفرد الفكرية و الجسمية و الوظيفية و الإنفعالية ليصل إلى مرحلة يكتمل فيها النضج. ( سعيد زيان ، 2008, ص 08)

— هو فرع من فروع علم النفس العام ، يهتم بدراسة المراحل التي يمر بها الإنسان منذ لحظة الإخصاب حتى نهاية العمر و يدرس السلوك كما يجلب في الوظائف النفسية المختلفة و الهدف من الدراسة الوصول الى القوانين العامة التي تنظم السلوك. ( محمد جاسم العبيدي ، 2011 ص 26)

— هو علم يهتم بدراسة الثبات و التغير في السلوك عبر دورة الحياة من المهد الى اللحد ، التغيرات الكمية هي تغيرات في المقدار ، و التردد أو الدرجة . التغيرات النوعية هي تغيرات في العمليات ، و الوظيفية ، و البناء أو التنظيم . ( محمد عودة الريماوي ، 2003, ص 19)

**2- موضوع علم النفس النمو :** لقد ظهر علم النفس النمو في أواخر القرن التاسع عشر ، وكان تركيزه على فترات عمرية خاصة و ظل على هذا النحو لعقود طويلة متتابعة ، و كانت الاهتمامات المبكرة مقتصرة على أطفال المدارس ، ثم إمتد الاهتمام الى سنوات ما قبل المدرسة ، و بعد ذلك الى سن المهد (الوليد و الرضيع) ، فإلى مرحلة الجنين (مرحلة ما قبل الولادة) .

و بعد الحرب العالمية الأولى بقليل بدأ الاهتمام بالبحوث حول المراهقة، و خلال فترة ما بين الحربين ظهرت بعض الدراسات حول الرشد المبكر، إلا أنها لم تتناول النمو في هذه المرحلة بالمعنى المعتمد، بل ركزت على قضايا معينة مثل ذكاء الراشدين و سمات شخصياتهم، و منذ الحرب العالمية الثانية ازداد الاهتمام التدريجي بالرشد، و خاصة مع زيادة الاهتمام بحركة تعليم الكبار، أما الاهتمام بالمسنين فلم يظهر بشكل واضح إلا منذ مطلع السبعينات من هذا القرن . ( ثائر أحمد غباري ، 2008,ص 28 )

**2-3-دافع دراسة النمو :** من الدوافع الهامة التي وجهت البحث في علم النفس النمو الضرورات العملية، و الرغبة في حل المشكلات التي يعاني منها الأفراد في مرحلة عمرية معينة، و من ذلك :

1- أن بحوث الطفولة بدأت في أصلها للتغلب على الصعوبات التربوية و التعليمية لتلاميذ المدارس الابتدائية ثم توجهت إلى المشكلات المرتبطة بطرق تنشئة الأطفال على وجه العموم .

2- ووجه البحث في مرحلة المهد للرغبة في معرفة ما يتتوفر لدى الوليد من استعدادات يولد مزودا بها.

3- أما البحث في مرحلة الرشد فقد وجهه الدافع إلى دراسة المشكلات العملية المتصلة بالتوافق الزوجي و أثر تخدم الأسرة على الطفل .

4- ثم بعد ذلك وجهه البحث إلى مجال الشيخوخة .

**2-4-أهمية دراسة علم النفس النمو :**

يمكن الإشارة إلى أهمية دراسة علم النفس النمو من خلال الجوانب التالية :

**1- بالنسبة للأفراد و المجتمع :**

- يساعد علم النفس النمو الفرد في فهم سلوكه معرفة أكثر موضوعية مما يفيده في توجيهه نفسه توجيهها سليما .

- يساعد كذلك الفرد على معرفة طبيعة نمو في كافة مظاهره، و هذا ما يجعله يعيش تلك المرحلة وفق مطالبها النمائية .

- كما يساعد علم النفس النمو في توفير أنساب العوامل الوراثية و البيئية التي تحقق للأفراد نموا طبيعيا .

**2- بالنسبة للوالدين :**

-يساعد الأباء على معرفة خصائص كل مرحلة من مراحل النمو، و هذا يعينهم على رعاية الأبناء رعاية تتماشى و متطلبات كل مرحلة .

-معرفة الوالدين للفروق الفردية للأبناء و مساعدتهم على تجاوز أوجه القصور و عدم تكليفهم ما لا يطيقون .

-تساعد الوالدين على التعامل مع الأبناء وفق الخصوصيات النمائية لكل منهم و العمل على توفير الوسائل الضرورية بتقديم الدعم المادي و المعنوي الذي يسهم في تنمية قدرات الأبناء على الوجه الأكمل

### 3- بالنسبة للمختص النفسي :

-يساعد المختصون في علم النفس ب مختلف تخصصاتهم بالتكفل الجيد بالأطفال و المراهقين و الراشدين و خاصة في مجال علم النفس العلاجي و التوجيه و الإرشاد النفسي و التربوي و حتى المهني و الرياضي .

-دراسة المبادئ و القوانين التي يسير وفقها النمو مما يساعدهم على إكتشاف الانحرافات و الاضطرابات التي قد تصيب الأطفال مبكرا و هذا يعينهم على ضبط أسباب الانحراف أو الاضطراب و من ثم تحديد العلاج الملائم في الوقت المناسب .

### 4- بالنسبة للمعلمين و المربيين :

-معرفة خصائص المتعلمين (أطفال و مراهقين ) و العوامل المؤثرة في نموهم سوف يساعد في بناء المناهج و البرامج و الطرق التدريسية التي تتماشى و خصوصيات كل مرحلة نمائية.

-فهم النمو الذهني و العقلي و نمو الذكاء و القدرات العامة و الخاصة و الاستعدادات و توظيفها ايجابيا يرفع من مستوى الأداء التربوي و بالتالي رفع من نسبة النجاح كما" و كيفا" .

-يساعد المعلمين على تحديد الفروق الفردية بين المتعلمين ومن ثم التعامل معهم وفق فروقهم الفردية، و تجاوز مواطن الضعف و القصور عند فئة المتخلفين و المتأخرین و بطيئي التعلم و كذلك رعاية الموهوبين المتفوقين باختيار الطرق التربوية التي تتماشى و القدرات الفردية. ( سعيد زيان ،2008,ص 10)

**5- أهداف علم النفس النمو :** يهدف علم النفس النمو الى تحقيق هدفين أساسين : أولهما الوصف الكامل و الدقيق قدر الامكاني للعمليات النفسية عند الناس في مختلف التغيرات التي تطرأ على هذه العمليات في كل مرحلة عمرية، و ثانهما: تفسير التغيرات العمرية (الزمنية) في السلوك، أي إكتشاف العوامل و القوى و التغيرات التي تحدد هذه التغيرات، ثم أضيفت أهداف أخرى تتصل بالرعاية و التحكم و التنبؤ، أو باختصار التدخل في التغيرات السلوكية، و هذه الأهداف هي :

**1- الوصف :** يعتبر الوصف أبسط أهداف العلم و أكثرها أساسية، فبدونه يعجز العلم عن التقدم الى أهداف أخرى ، و مهمة الوصف الجوهرية تكمن في تحقيق فهم أفضل للظاهرة موضوع البحث، و لذلك فالباحث في علم النفس النمو الذي يهتم بالوصف عليه أن يجتاز أولا" على أسئلة هامة مثل : متى تبدأ عملية نفسية معينة

في الظهور؟ و ما هي الخطوات التي تسير فيها سواء نحو التحسن أو التدهور؟ و كيف تؤلف مع غيرها من العمليات النفسية الأخرى "أنماطاً" معينة من النمو؟.

و يمكن الاجابة عن هذه الأسئلة بالبحث العلمي الذي يعتمد على الملاحظة، أي من خلال مشاهدة الأطفال و الاستماع إليهم، و تسجيل ملاحظاتنا بدقة و موضوعية.

و حالما يستطيع الباحث أن يصف اتجاهات نمائية معينة و يحدد موضع الطفل أو المراهق أو الراشد فيها فإنه يمكنه الوصول إلى الأحكام الصحيحة حول معدل نموه، وهكذا نجد أن هدف الوصف في علم النفس النمو يمر بمرحلتين أساسيتين : أولهما الوصف المفصل للحقائق النمائية، و ثانيهما ترتيب هذه الحقائق في اتجاهات و أنماط وصفية، و هذه الأنماط قد تكون متأنية في مرحلة معينة، أو متتابعة عبر المراحل العمرية المختلفة.

**2-الفهم والتفسير:** هو التفكير بعمق فيما وراء الأنماط السلوكية القابلة للملاحظة، و البحث عن أسباب حدوثها أي هدف التفسير، فنحن نفهم الظاهرة النمائية إذا عرفنا أسبابها، و التفسير يعين الباحث على تعليم الظواهر موضع البحث من خلال الإجابة على سؤال لماذا؟ بينما الوصف يجيب على السؤال : ماذا؟ و كيف؟ و من أمثلة ذلك : لماذا يختلف الطفل في المشي أو يكون أكثر طلاقة في الكلام، أو أكثر قدرة على حل المشكلات المعقدة بتقدمه في العمر؟ و إلى أي حد ترجع هذه التغيرات إلى "الفطرة" التي تشمل فيما تشمل الخصائص البيولوجية و العوامل الوراثية و نضج الجهاز العصبي، أو إلى "الخبرة" أي التعلم و إستشارة البيئة.

**3-التبؤ :** هو إمكانية انطباق حل مشكلة في حل مشكلة أخرى مشابهة، و التنبؤ يكون تبؤاً علمياً على أساس ما توصلت إليه الدراسات السابقة ب مجال معين.

**4-الضبط ( التأثير ) :** الهدف الرابع من أهداف الدراسة العلمية لنمو السلوك الإنساني هو التدخل في التغيرات السلوكية سعياً للتحكم فيها حتى يمكن ضبطها و توجيهها و التنبؤ بها.

و لا يمكن أن يصل العلم إلى تحقيق هذا الهدف إلا بعد وصف الظاهرة جيداً و تفسيرها تفسيراً دقيقاً من خلال تحديد العوامل المؤثرة فيها. (تأثير غباري, 2008, ص 31)

**2- مجالات النمو:** صنف العلماء عملية النمو في مجالات نمو عامة و متداخلة، معتمدة على بعضها البعض، و هذه المجالات هي :

أ- النمو الجسمي و الحركي .

ب- النمو العقلي و المعرفي .

ج- النمو الانفعالي.

د- النمو اللغوي .

ه- النمو الاجتماعي .

و- النمو الأخلاقي

**7-2 مقاييس النمو :** يقاس النمو من خلال قياس ما يلي :

1- الأبعاد الطبيعية : طول، عرض، حجم، وزن .

2- مقدار الظواهر السلوكية، الحصيلة اللغوية، تغير مدى الانتباه .

3- النسب، رأس الجنين بالنسبة لحجمه .

4- اختفاء خصائص قديمة .

1- خصائص بيولوجية مثل : اختفاء أثر الغدة الصنوبيرية و التيموسية .

2- خصائص سيكولوجية مثل : اختفاء البكاء كوسيلة دفاعية .

ظهور صفات جديدة : مثل مخالطة الغرباء في مجال النمو الاجتماعي .

معدلات التغير: اختلاف نسب التغير في مراحل النمو و معدل النمو العقلي يبطئ بشكل ملحوظ في مرحلة المراهقة المتوسطة .

التغير : أي ما يستطيع الفرد القيام به من واجبات، مثل الانتقال التدريجي من واجبات مرحلة النمو الى واجبات مرحلة نمو أخرى، و الواجب هو طموح و مستوى السلوك المطلوب. ( ثائر غباري, 2008,ص 33).

### **3- أهداف علم النفس النمو:**

يمكن القول أن لسيكولوجية النمو هدفين أساسين : أولهما الوصف الكامل والدقيق قدر الإمكان للعمليات النفسية عند الناس في مختلف أعمارهم واكتشاف خصائص التغير الذي يطرأ على هذه العمليات في كل عمر ، وثانيهما : تفسير التغيرات العمرية ( الزمنية ) في السلوك أي اكتشاف العوامل والقوى والتغيرات التي تحدد هذه التغيرات ، ثم أضيفت أهداف أخرى تتصل بالرعاية والتحكم والتنبؤ ، أو باختصار التدخل في التغيرات السلوكية.

### **1-3 وصف التغيرات السلوكية:**

على الرغم من أن هدف الوصف هو أبسط أهداف العلم إلا أنه أكثرها أساسية ، فبدونه يعجز العلم عن التقدم إلى أهدافه الأخرى ، والوصف مهمته الجوهرية أن يحقق الباحث فيما أفضل للظاهرة موضع البحث ، ولذلك فالباحث في علم نفس النمو عليه أن يجرب أولاً على أسئلة هامة مثل: متى تبدأ عملية نفسية معينة في

الظهور؟ وما هي الخطوات التي تسير فيها سوء نحو التحسن أو التدهور؟ وكيف تؤلف مع غيرها من العمليات النفسية الأخرى أنماطاً معينة من النمو؟ مثال ذلك أننا جميعاً نلاحظ تعلق الرضيع بأمه وان الأم تبادر طفلها هذا الشعور، والسؤال هنا: متى يبدأ شعور التعلق في الظهور؟ وما هي مراحل تطوره؟ و هل الطفل المتعلق بأمه تعلقاً آمناً يكون أكثر قدرة على الاتصال بالغرباء أم أن هذه القدرة تكون أكبر لدى الطفل الأقل تعلقاً بأمه؟ هذه وغيرها أسئلة من النوع الوصفي. وبحسب عن هذه الأسئلة بالبحث العلمي الذي يعتمد على الملاحظة، أي من خلال مشاهدة الأطفال والاستماع إليهم، وتسجيل ملاحظاتنا بدقة وموضوعية. ولا شك أن مما يعيننا على مزيد من الفهم أن ملاحظاتنا الوصفية تتحذى في الأغلب صورة النمط أو التوالي، وحالما يستطيع الباحث أن يصف اتجاهات نمائية معينة ويحدد موضع الطفل أو المراهق أو الراشد فيها فإنه يمكنه الوصول إلى الأحكام الصحيحة حول معدل نموه، وهكذا نجد أن هدف الوصف في علم نفس النمو يمر بمراحلين أساسيين: أولاهما الوصف المفصل للحقائق النمائية، وثانيهما ترتيب هذه الحقائق في اتجاهات أو أنماط وصفية، وهذه الأنماط قد تكون متأنية في مرحلة معينة، أو متتابعة عبر المراحل العمرية المختلفة.

### 3-2- تفسير التغيرات السلوكية :

والمدارك الثاني لعلم نفس النمو هو التعمق فيما وراء الأنماط السلوكية التي تقبل الملاحظة، والبحث عن أسباب حدوثها أي هدف التفسير، والتفسير يعين الباحث على تعليل الظواهر موضع البحث من خلال الإجابة على سؤال لماذا؟ بينما الوصف يجيب على السؤال: ماذا؟ وكيف؟

ومن الأسئلة التفسيرية: لماذا يتخلل الطفل في المشي أو يكون أكثر طلاقة في الكلام، أو أكثر قدرة على حل المشكلات المعقدة بتقدمة في العمر؟ وإلى أي حد ترجع هذه التغيرات إلى "الفطرة" التي تشمل فيما تشمل الخصائص البيولوجية والعوامل الوراثية ونضج الجهاز العصبي، أو إلى "الخبرة" أي التعلم واستشارة البيئة. فمثلاً إذا كان الأطفال المتقدمون في الكلام في عمر معين يختلفون وراثياً عن المتخلفين نسبياً فيه نستنتج من هذا أن معدل التغير في اليسير اللغوي يعتمد ولو جزئياً على الوراثة، أما إذا كشفت البحوث عن أن الأطفال المتقدمين في الكلام يلقون تشجيعاً أكثر على انجازهم اللغوي ومارسون الكلام أكثر من غيرهم فإننا نستنتج أن التحسن في القدرة اللغوية يحدث مع التقدم في العمر يمكن أن يرجع جزئياً على الأقل إلى الزيادة في الاستشارة البيئية. وفي الأغلب نجد أن من الواجب علينا لتفسير ظواهر النمو أن نستخدم المعرف المترادفة في ميادين كثيرة أخرى من علم النفس وغيرها من العلوم مثل نتائج البحوث في مجالات التعلم والإدراك والدافعية وعلم النفس الاجتماعي والوراثة وعلم وظائف الأعضاء والأنثروبولوجيا.

### 3-4- التدخل في التغيرات السلوكية :

والمهدف الثالث من أهداف الدراسة العلمية لنمو السلوك الإنساني هو التدخل في التغيرات السلوكية سعيا للتحكم فيها حتى يمكن ضبطها وتوجيهها والتبؤ بها. ولا يمكن أن يصل العلم إلى تحقيق هذا الهدف إلا بعد وصف جيد لظواهره وتفسير دقيق صحيح لها من خلال تحديد العوامل المؤثرة فيها ، لنفرض أن البحث العلمي أكد لنا أن التاريخ التربوي الخاطئ للطفل يؤدي به إلى أن يصبح بطبيعا في عملة المدرسي، ثائرا متمراً في علاقاته مع الأفراد ، أن هذا التفسير يفيد في أغراض العلاج من خلال تصحيح نتائج الخبرات الخاطئة ، والتدريب على مهارات التعامل مع الآخرين ، وقد يتخذ ذلك صوراً عديدة لعل أهمها التربية التعويضية ، والتعلم العلاجي.

#### المحور الثالث : المفاهيم و المصطلحات المرتبطة لعلم النفس النمو .

4-1- تعريف النمو : النمو بمعناه العام هو سلسلة متتابعة من التغيرات الجسمية و الفزيولوجية و الحسية الحركية،...الخ. (عبد الرحمن الواي، 2006, ص 122)

أو هو ” تلك التغيرات الارتقائية البنائية التي تطرأ على الفرد في مختلف النواحي الجسمية ، والعقلية ، والانفعالية ، والاجتماعية ، وذلك منذ لحظة تكوينه وحتى انتهاء حياته ”  
( يعني مصطلح ارتقائية أن التغيرات النمائية ترتبط ارتباطا منتظما بالزمن )  
أما بمعناه النفسي فهو يدل على التغيرات الجسمية و الفزيولوجية من حيث الطول و الوزن و الحجم و التغيرات التي تحدث في أجهزة الجسم المختلفة و التغيرات العقلية المعرفية و التغيرات السلوكية الاجتماعية و الانفعالية.....التي يمر بها الإنسان في مراحل ثوء المختلفة .

و للنمو مجالات مختلفة نذكر منها ما يلي :

النمو الجسماني: و يشمل النمو الحركي و النمو الحسي .

النمو العقلي : و يشمل نمو الادراك و التفكير و اللغة .

النمو الاجتماعي: و يشمل نمو الصلات و العلاقات الاجتماعية و له علاقة متنية مع النمو الانفعالي و النمو الجسمي. و يشير العلماء إلى أن للنمو **مظهران رئيسيان** هما :

**المظهر الأول** : يمكن في دراسة النمو العضوي الذي يتضمن دراسة النمو الجسمي من حيث صفات الجسم و الفزيولوجي من حيث نمو أجهزة الجسم المختلفة .

**المظهر الثاني** : يهتم بدراسة النمو الوظيفي الذي يشمل نمو الوظائف النفسية و الانفعالية.....

تعريف التطور : فإنه يتضمن تغييرا نوعيا باتجاه التقدم نحو النضج و تكامل البنيان و الوظائف: و يشمل التطور بهذا المعنى على سبيل المثال الزيادات في المهارات الحركية لدى الطفل من خطواته غير الواقعة الى الكفاءة العالية في الألعاب الماهرة في المراهقة و من عدم الاستقرار (الفيسيولوجي) الى الاستقرار (الفيسيولوجي) و من مناغاته الأولى في الرضاعة الى التعامل باللغة في التفكير المجرد، و من الخلط بين الذات و الموضوع الى إدراك الذات الواضح و تمييزها عن الأشياء الأخرى و من الطفل غير الناضج الى الرجل و المرأة القادرين على الانجاب .

ما الفرق بين مصطلحي النمو والتطور ؟

النمو هو :الزيادة في حجم الجسم وأجزاءه أو تركيبه

التطور هو :الوصول إلى حالة من القدرة الوظيفية سواء كانت مرتبطة بالنواحي البيولوجية أو السلوكية مثال : الزيادة في حجم الذراعين أو الأصابع هو "نمو " أما القدرة على استخدام الذراعين والأصابع في أداء عمل كالكتابه أو الرسم أو استخدام الكمبيوتر فهو " تطور " .

**4-2-تعريف النضج :** يقصد بالنضج هو تفتح الخصائص المحتملة الظاهرة عند الفرد و التي تنجم عن الامكانيات التي اكتسبها الفرد عن طريق الوراثة .

أما جيزي فيعرف النضج بأنه ظهور الوظائف و القدرات و المهارات بدون تأثير تدريب أو خبرة، و هذا يعني النضج يمكن اعتباره المكون الداخلي لمصطلح النمو الأكثر عمومية.

**4-2-1-أنواع النضج:**

**أ-النضج العضوي أو الجسمي:** درجة نمو أعضاء الجسم بما يمكنها من القيام بوظائف محددة. مثل درجة نمو عضلات اليد و الأصابع والجهاز العصبي الذي يمكن الطفل من الكتابة أو الرسم.

**ب-النضج العقلي:** درجة نمو الوظائف العقلية كالتفكير، الانتباه التي تمكن الفرد من التعلم و حل المشكلات

**ج-النضج الاجتماعي :** وصول الفرد إلى درجة من النمو تمكنه من التفاعل الاجتماعي مع أفراد البيئة التي يعيش في ..

**د-النضج الانفعالي :** وصولاً لفرد إلى درجة من النمو تمكنه من التحكم في انفعالاته..

**3-3-تعريف التعلم :** هو التطور الذي ينجم عن التمرين و الجهد الذي يبذله الفرد. و خلال التعلم يكتسب الأطفال الكفاءة في استخدام إمكاناتهم الموروثة و على أية حال يجب أن تكون لهم فرص للتعلم، فالطفل المتقدم في نمو جهازه العصبي على سبيل المثال قد يكون له استعداد عال للأداء العصبي و لكن اذا حرم من

فرص التمارين و التدريب المنظم فسوف لن تنمو إمكاناته الوراثية. و ضمن نفس المعنى يعرف ماك كوش و أروين التعلم بأنه " تغير في الأداء يحدث تحت ظروف التدريب".

#### - الفروق بين النضج والتعلم:

- التعلم: يحدث بسيقاند الفرد بنشاط. عملية إرادية و وجود دافع. يؤدي إلى ظهور أنماط خاصة من السلوك. يرجع السببي التعلم إلى الظروف البيئية.

- النضج: لا يشترط قيام الفرد بنشاط. يحدث دون إرادة الإنسان. يؤدي إلى ظهور أنماط عامة من السلوك. يرجع السببي النضج إلى عامل الوراثة.

#### 4-4- مصادر مطالب النمو :

##### المصدر الأول : التاريخ الجيني للفرد .

يبدأ هذا المصدر منذ تكوين الخلية الملقحة وتستمر خلال المرحلة الجنينية .

مثال : إذ لم تظهر الوظيفة السمعية خلال هذه المرحلة فإن ذلك يعني صعوبة تكيف الفرد مع الأصوات كمطلوب أساسي في مراحل حياة الإنسان التالية ولا تقتصر الصعوبة على الجانب السمعي فقط بل تمتد إلى صعوبة النطق والتعلم .

##### المصدر الثاني : النمط الثقافي للمجتمع الذي يوجد فيه الفرد

مثال : مطالب النمو في المجتمعات المعاصرة تتطلب أن يكتسب الفرد مهارات استخدام الكمبيوتر والإنترنت ووسائل الاتصال الحديثة حتى يستطيع أن يتكيف مع الحياة المعاصرة

المصدر الثالث : الفرد نفسه ما يبذله الفرد في سبيل تعلمه وإتقانه للمهارات والمعارف المختلفة تعتبر من الأمور الهامة في تحقيق طموحاته ، وحصوله على الرزق وعلى الاستقرار الاجتماعي ويؤدي دورة في الحياة .

#### مطالب النمو خلال مراحل عمر الإنسان :

##### 4-4-1- مطالب النمو في مراحل الطفولة :

- تعلم الكلام واكتساب اللغة .

- تعلم المشي والانتقال من مكان لأخر .

- تعلم عمليات الضبط والإخراج .

- تعلم المهارات الاجتماعية والمعرفية الالازمة لشئون الحياة .

- تكوين الضمير وتمييز السلوكيات الصحيحة والخاطئة .

- تعلم المهارات الجسمية الالزمة للألعاب والأنشطة الاجتماعية .

- تعلم مهارات الاستقلال الذاتي .

#### **4-4-2- مطالب النمو في مراحل المراهقة :**

- تكوين علاقات جديدة ناضجة مع رفاق السن .

- إكتساب الدور الاجتماعي السليم .

- تقبل التغيرات الجسمية والتوافق معها .

- تحقيق الاستقلال الاجتماعي عن الوالدين والأصدقاء .

- تحقيق الاستقلال الاقتصادي .

- الإعداد والاستعداد للزواج والحياة الأسرية .

- اكتساب القيم الدينية والاجتماعية ومعايير الأخلاق في المجتمع .

#### **4-4-3- مطالب النمو في مرحلة الرشد والنضج :**

- تربية الخبرات المعرفية والاجتماعية .

- اختيار الزوج أو الزوجة ، والحياة الأسرية المستقلة .

- تكوين مستوى اقتصادي واجتماعي مناسب ومستقر . (فؤاد البهى السيد, 1997, ص 84)

#### **4-4-4- مطالب النمو في مرحلة وسط العمر:**

- تحقيق مستويات من النجاح الاجتماعي والمهني .

- تحقيق مستوى معيشي ملائم .

- التعاون في تنشئة الأطفال والراهقين .

- التوافق مع الآخرين .

#### **4-4-5- مطالب النمو في مرحلة الشيخوخة :**

- تقبل حالات الضعف الجسمي والمتاعب 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 .

**4-5- العوامل المؤثرة في النمو:** ينمو الإنسان نتيجة لتفاعل بين عوامل الوراثة والبيئة ، فعامل الوراثة الذي يتمثل في الخصائص والقدرات والسمات الجسمية والعقلية المورثة إلى جانب الغدد والنواحي الفسيولوجية والعصبية وعامل البيئة بما يمثله منتعلم وخبرات وعلاقات اجتماعية وثقافية. وهذه العوامل متداخلة بشكل كبير بحيث يصعب الفصل بينها، و المتمثلة فيما يلي :

**4-5-1- العوامل الوراثية:** الوراثة: هي مجموع الخصائص والسمات التي تنتقل من الآباء والأجداد والأسلاف إلى الأبناء عن طريق الكروموسومات والجينات..

تبدأ حياة الإنسان بتكون الخلية الملقة (الريجوت) التي تتكون من 23 زوجاً (من الكروموسومات نصفها يحمل الصفات الوراثية من الأب بينما النصف الآخر يحمل الصفات الموروثة من الأم). أول صفة تحدد هي نوع جنس الجين حيث تتشابه 22 زوجاً من الكروموسومات عند الأبوين ، ويتحدد جنس الجنين من الزوج. 23 ، فالأم تعطي النوع (X) بينما الأب النوعين (X) أو (Y) فإذا كان نوع الكروموسوم (X) يتتجأثى ، إما إذا كان من النوع (Y) فيتتجذر.

**4-6- أنواع الصفات الموروثة :**

الصفات السائدة : وهي التي تنتقل باشرارة من الآباء إلى الأبناء  
الصفات المتنحية : هي الصفات المنحدرة من الأجداد والآباء ولا تظهر في الوالدين  
الصفات الولادية : هي الصفات التي تسهم في تكوينها ظروف بيئية الحمل أول المشكلات التي قد تصادف ولادة الجنين.

**4-6-2- العوامل البيئية:** يشير مصطلح "البيئة" إلى ما يحيط بالفرد من متغيرات طبيعية جغرافية مثل درجات الحرارة، ونوع البيئة الزراعية، صناعية – ساحلية. والبيئة الاجتماعية من عادات و تقاليد ونظم ثقافية ودينية وتعليم وما يوفره المجتمع من إمكانات وتسهيلات.

كما يتضمن هذا المفهوم مصطلح "البيئة النفسية" والتي تشير إلى تأثير الفرد بمثيرات معينة دون غيرها وتعرفالبيئةبأنها : مجموع الاستشارات التي يتلقاها الفرد منذ لحظة إخصاب البويضة في رحم الأم و حتىوفاته ، وبناء على المعنى السابق للبيئة تصنف إلى :

**1-بيئة ما قبل الميلاد (بيئة الرحم..):** هي أول بيئه يوجد بها الإنسان ، يتتأثر نحو الجنين بعوامل : تغذية الأم – تناولها المواد الضارة مثل بعض أنواع العقاقير الطبية والتدخين ، وحالة الأم الصحية و إصابتها بالأمراض كما يتتأثر

بالحالة النفسية للأم مثل القلق والتوتر والسعادة وكلها عوامل تنشأ نتيجة تفاعل الأم مع البيئة المحيطة بها

**2- بيئه ما بعد الميلاد :** وهي على الترتيب بيئه المنزل . بيئه المدرسة. بيئه العمل

**- تأثير الغدد في النمو :** الغدد : هي أعضاء داخلية تقوم بتكوين مركبات كيميائية يحتاج إليها الجسم في عمليات النمو . وتنقسم إلى نوعين ، هما :

أولاً : **الغدد القنوية :** وتحمّل موادها الأولية من الدم ثم تعيد إفرازها في قنوات مثل : الغدد الليمفاوية – الدهنية – الدمعية – العرقية ● والغدد القنوية لها أهمية فسيولوجية وليس لها علاقة مباشرة بعملية النمو ..

ثانياً : **الغدد اللاقنوية (الصماء. )** : تتحمّل موادها الأولية من الدم ثم تحولها إلى مواد كيميائية معقدة

تسمى **هرمونات**

تصب الهرمونات مباشرة في الدم دون وجود قنوات تلعب الغدد الصماء دوراً مهماً في النمو الجسمي ونمو الشخصية وخاصة تأثيرها في الجهاز العصبي التوازن بين إفرازها يجعل الشخص متوازناً في شخصيته .

**- أنواع الغدد الصماء :**

**1- الغدد الصنوبيرية:** يبدأ تكوّنها في الشهر الخامس . توجد أعلى المخ .. تضمّن قبل البلوغ وتسمى **غدد الطفولة** ، التبكيّر في ضمورها أو التأخير يؤدي إلى حلل في الشخصية .

**2- الغدة التخامية:** تقع أسفل المخ ، وتألّف من فصين أمامي وخلفي يفرز الفص الأمامي 12 نوعاً من الهرمونات أهمها هرمون النمو الذي يؤثّر في نمو العظام إلى جانب النمو العقلي والتناسلي . تؤثّر إفرازات الفص الخلفي في ضغط الدم وتنظيم الماء في الجسم .

**3- الغدد الدرقية:** تقع أسفل الرقبة أمام القصبة الهوائية وتفرز هرمون " **الثيروكسين** " الذي يؤثّر في وظائف الجهاز العصبي .

النقص يؤدّي إلى التأخير في الكلام والمشي وعدم انتظام الأسنان . في الحالات الحادّة يؤدّي إلى التخلّف العقلي ..

**4- الغدة التناسلية:** تفرز الهرمونات الذكري لدى الذكور والأثنوية لدى الإناث . مسؤولة عن إبراز خصائص كل نوع من الجنس . نوع الهرمونات موجودة لدى الجنسين والهرمون السائد يتوقف عليه نوع الجنس .

**5- الغذاء وعلاقته بالنمو :** يلعب الغذاء دوراً مهماً في عملية النمو . تؤدّي عملية التغذية إلى تغييرات كيميائية تحدث داخل الجسم ينبع عنها تكوين بنية الجسم ، وتحديد أنسجة الجسم المستهلكة . تحدث عمليات الهدم والبناء في الجسم ، وقد تزيد عمليات الهدم عن البناء بسبب نقص التغذية أو المرض ما يؤثّر

في النمو. يحتاج الجسم إلى الغذاء المتوازن المتكامل الشامل للعناصر الغذائية ( أملاح – بروتين – دهون – سكريات – نشويات – الماء ) ...

هذا و تتصل الأغذية اتصالاً مباشراً بتلك المهرمونات، فنقص اليود مثلاً من المواد الغذائية يؤثر على هرمون الغدد الدرقية ( الثيروكسين ) ، و بذلك ينمو الفرد في إطار ضيق محدود من الاتزان الغذائي . ( ثائر غباري , 2008, ص

(51)

#### الخور الرابع: مبادئ ونظريات النمو

إن معرفة أسس و مبادئ النمو و قوانينه من الأمور المهمة التي تساعد كل من يعمل في حقل الصحة النفسية والتربية العلاجية و كل من له واجب التكفل بتربية الطفل ، الفهم الأفضل للخصائص العامة و الخاصة لكل مرحلة من مراحل النمو التي يمر بها الإنسان منذ الولادة إلى أن يصبح راشداً . و تتمثل هذه المبادئ فيما يلي : ( سعيد زيان ، 2008, ص 12)

##### 1-4- مبادئ النمو :

###### 1-4- النمو عملية تغير كلي مستمر ومنتظم :

النمو عملية مستمرة طوال حياة الإنسان ويرتبط ذلك بمفهوم مدى الحياة ، ورغم استمرارية النمو إلا أنه ليس تدريجياً دائماً فقد تحدث طفرات ، كما في مرحلة المراهقة ، أو طفرة في النمو اللغوي كما في مرحلة ما قبل المدرسة ، والطفرة في النمو الاجتماعي كما في الرشد .

النمو عملية كافية لا تمس جانب واحد من الشخصية ، ولكنها تمس الجوانب الاجتماعية والجسمية والانفعالية في تكامل تام مثل : (الطفل عندما يمشي تزيد حصيلته اللغوية ، ويصبح أكثر اجتماعية ، وتحف حدة انفعالاته ) أما إذا حدثت إعاقة للنمو بسبب المرض أو قلة الغذاء في فترة معينة فان علاج المرض و توفر الغذاء يعوضان النمو للطفل و يعود لنمط نموه السوي . ( سون شاكر , 2007, ص 25)

###### 2-4- يسير النمو في اتجاهات محددة :

أ. الاتجاه من الرأس إلى القدمين أو الاتجاه من أعلى إلى أسفل مثل . حركات الرأس قبل الوقوف مثل . الجلوس قبل الوقوف أو المشي .

ب . الاتجاه من الوسط إلى الأطراف مثل . استخدام مفاصل الرسغ والكوع قبل استخدام الأطراف . الجلوس قبل الكلام والمشي .

ج . الاتجاه من العام إلى الخاص مثل . الحركات كافية ثم جزئية . الفهم عام ثم أكثر تخصصاً .

#### 4-3- التداخل و التكامل :

تتأثر كل مرحلة من مراحل النمو بالمرحلة السابقة وتؤثر في المرحلة التالية لها ، كل مرحلة هي امتداد للمرحلة السابقة لها وتمهيد للمرحلة التالية.

مثال : إصابة الأم بالحصبة الألمانية خلال الثلاث أشهر الأولى من الحمل تؤدي إلى ولادة طفل مشوهاً ويبقى كذلك ،

مثال : العام الأول من حياة الطفل يعتبر عاماً حاسماً في نمو الشعور بالثقة ، فقدان الرعاية والاهتمام الكافي يؤدي إلى الفشل في تكوين علاقات اجتماعية صحيحة في المستقبل .

#### 4-4- يتأثر النمو بالعوامل الداخلية والخارجية

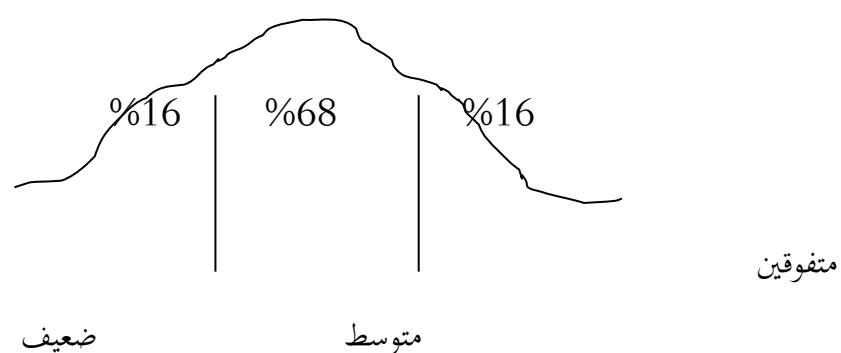
العوامل الوراثية ( الداخلية ) تظهر في الصفات الجسمية والعقلية كالذكاء والقدرات العقلية الخاصة .

أما العوامل البيئية ( الخارجية ) تظهر في الصفات الانفعالية والاجتماعية والنفسية .

كما تؤثر عملية التفاعل بين الوراثة والبيئة في النمو .

#### 4-5- يخضع النمو لمبدأ الفروق الفردية : أساس هذا المبدأ هو عامل الوراثة والبيئة .

لكل فرد سرعته في النمو تختلف عن الآخرين ، وأسلوبه في الحياة ، وطريقته في التعلم ، وقدرات ومهارات ....



#### 4-6- النمو يتضمن التغير الكمي والكيفي :

التغير الكمي يتضمن الزيادة في حجم الأعضاء ، أما الكيفي فيتضمن الزيادة في القدرة الوظيفية للعضو مصاحبة للزيادة في الحجم

مثل : زيادة حجم الذراعين يصاحبها زيادة في كفاءتها الوظيفية ، ...

#### ٤-٧- اختلاف معدل سرعة النمو :

تحتختلف سرعة النمو من مرحلة إلى أخرى ، وبين كل جانب من جوانب النمو ، ومن فرد إلى آخر ..

٤-٨- النمو يمكن التنبؤ به : من خلال التعرف على ما يمتلكه الفرد من قدرات حالية يمكن التنبؤ بما سوف ينجزه مستقبلاً.

## نظريات النمو ..

١-نظريّة "فرويد" - مراحل النمو عند "فرويد"- مستويات الشعور& مكونات الشخصية ..

## 2-نظريّة "بياجيّة" - مراحل النمو عند بياجيّة.

3-نظريّة "إريكسون" - مراحل النمو عند إريكسون.

نظريّة "التحليل النفسي": فرويد أكد .. فرويد .. على وجود طاقة غريزية أطلق ( تولد معالإنسان ) عليها الشبق ( اللييدو ) وهي قوة حيوية وطاقة نفسية ، تتحرك و تؤثر فيالسلوك الإنساني.

و اهم هذه المراحل هي:

**المرحلة الفمية (الأولى من عمر الطفل):** تغطي هذه المرحلة السنة الأولى من عمر الطفل، حيث يحدث الإشبع عند الطفل من استشارة الشفاعة واللسان والفم، وإن لم يتم الإشبع الفمياً خلال هذه المرحلة بشكل مناسب فقد يتطور الطفل عادات مثل: مصال الأصابع، أو قضم الأظافر أو ربما التدخين في مراحل لاحقة من عمر الطفل.

**ب - المراحل الشرجية (من 2 - 3 سنة) :** وتغطي العامين الثاني والثالث من عمر الطفل، حيث ينتقل مركز الاشباع من الفم إلى الشرج (ثائر غباري ص 97) حيث يتزايدوعي الطفل باللذة الناجمة عن حركة الأمعاء على الأغشية المخاطية للمنطقة الشرجية، ولإشباع الحاجة الحيوية للتخلص من الفضلات.

ويرى فرويد أن بعض الخصائص التي يتمتع بها الفرد في مراحل لاحقة من حياته مثل العناد والبخل تتبع من الخبرات التي يمر بها الطفل في هذه المرحلة.

### ج - المراحل القصبية (من 3 - 6 سنوات) :

و فيها ينتقل مركز الاشباع من الشرج الى الأعضاء التناسلية ، وتعبر هذه المراحلة عن عقديتين: أوديب ( عند الأطفال الذكور ) فمن وجهة نظر فرويد أن الطفلي تعلق بأمه ويجد أن الأب منافسا قويا له ، وحل هذه العقدة يتبنى الطفل مبادئ ومثالياته فيتطور لديه الأننا الأعلى ، أما عند الإناث فيعتقد فرويد بوجود عقدة إلكترا ( لدى الإناث ) من خلال تطور مشاعرها نحو الأب ولكنها تخشى العقاب على يد أمها وتبنيها القيم والمثل التي تحترمها فيتطور لدى الإناث الأننا الأعلى.

### د - مراحل الكمون من 6 - البلوغ :

وتتسم بالهدوء في الطاقة من الناحية الانفعالية، و بتصرفية المركب الأوديبي، و التوحد مع الوالد مع نفس الجنس، ويكرس الطفل وقته و طاقته للتعلم والأنشطة البدنية و الاجتماعية ، و يتاح له اهتمام الطفل من الذات إلى الآخرين من خلال تكوين العلاقات والصداقات عهم، ويحدث تقدم كبير في النمو العقلي و الانفعالي و الاجتماعي .

### ه - المراحلة التناسلية ( المراهقة ) :

يطلق عليها المراحلة التناسلية، وتغطي هذه المراحلة فترة المراهقة ، وتصبح مهمة الفرد أن يحرر نفسه من والديه، و يحصل الفرد السوي على لذته من الاتصال الجنسي الطبيعي مع فرد راشد من أفراد الجنس الآخر، بالنسبة للذكور فإن ذلك يعني التخلص من تعلقه بأمه ، وأن يجد حياة خاصة به ، أما البنت فتسعى إلى الزواج وأن تفصل عن الأبوين ، وتقسم أسرتها وحياتها الخاصة .

وإذا كان التطور في النمو ناجحا في هذه المراحلة و المراحل السابقة ، فإن ذلك يقود إلى الاستقلالية و النضج وإنجاب الأطفال و تربيتهم.

وتناول فرويد في نظريته مستويات الشعور

#### 1- الشعور: هو كل ما يعيه الفرد في لحظة معينة

2- ما قبل الشعور: هي الذكريات المخزونة والتي يمكن استدعاها<sup>°</sup>

3- اللاشعور: وهو أعمق المستويات النفسية ، ويكون من الذكريات التي تؤثر في السلوك ، ولا يمكن استدعاها ولكن تظهر في الأحلام وزلات اللسان .

وتناول أيضا " فرويد " في نظريته مكونات الشخصي وقسمها إلى:

1- الهو : هو مصدر الطاقة والغرائز ، وال حاجات ، وهو لا شعوري ولا منطقي ويوجهه مبدأ اللذة.

2- الأننا: جزء منه شعور بالجزء الآخر لا شعوري، ويعتبر الجهاز الإداري للشخصية ( مركز الصراع )

**3-الأنا الأعلى :** ويمثل الضمير ويضم القيم الدينية والأخلاقية ، ويؤثر على السلوك.

(وغالباً ما يحدث صراع بين المكونات الثلاث)

**2-5- نظرية بياجية (النمو المعرفي) :**

ركز بياجية على النمو المعرفي ، واهتم بدراسة نمو المفاهيم الأساسية عند الطفل مثل مفهوم الزمان ، مفهوم المكان ، مفهوم العدد ، مفهوم المساحة وينظر بياجية إلى التطور المعرفي من زاويتين هما:

البنية العقلية ، و الوظائف العقلية.

**-مراحل النمو عند بياجيه:**

**1-5- المرحلة الحسية الحركية ،** وتمتد من (الميلاد – العام الثاني) و تتميز بما يلي:-

-يمارس الطفل أفعال بدائية ( ردود أفعال للمثيرات )

-اكتشاف طرق جديدة لحل المشكلات ، وبداية التخيل و الكلام ، والمشي

**2-5- المرحلة قبل الإجرائية ( ما قبل العمليات ) ( من 2 – 7 سنوات ) و تتميز بما يلي:-**

- تتميز بنمو اللغة والتفكير عند الطفل من أهم مظاهر النمو المعرفي في هذه المرحلة هي عدم الثبات ( - ) - عدم فهم أن الشيء يمكن أن يتغير ويعود لحالته ) ( مثل عمليات الطرح )

**3-5- مرحلة العمليات الحسية ( الإجراءات المادية من سن 7-11 سنة ) و تتميز بما يلي:**

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

- إدراك الزمن ) الأمس – اليوم – الشهر .

- نمو القدرة على توزيع الانتباه ، وتركيزه .

- القدرة على قابلية التفكير العكسي ، مثل: الجمع والطرح – القسمة والضرب .

**4-5- مرحلة الإجراءات الصورية ( المراهقة ) و تتميز بما يلي:-**

- نمو القدرة على التفكير المجرد ( مثل مفهوم الخير – العدل – التعاون ) .... والقدرة على حل المشكلات

- نمو القدرة على التخيل و استخدام الرموز وفهم الكتابات والأمثلة

- فهم الفئات ( كما في الرياضيات، العلوم ) ....

### 5-3-5- نظرية أريكسون (النظرية النفسيه الاجتماعيه ) :

يرى "أريكسون.." أن نمو الشخصية يتم فيشمان مراحل من الطفولة إلى الشيخوخة ، وكل مرحلة تمثل نقطة تحول تتضمن أزمة نفسية اجتماعية يعبر عنها اتجاهان: أحدهما خاصية مرغوبة، والآخر يتضمن خطاً وأكده "أريكسون" على أن الأزمة النفسية الاجتماعية يجب أن تحل قبل أن ينتقل الفرد بنجاح إلى المرحلة التالية..

### 5-3-1- مراحل النمو النفسي الاجتماعي عند أريكسون:

5-1-3-5- مرحلة الثقة في مقابل عدم الثقة ( العام الأول ) : إذا حصل الرضيع على إشباع حاجاته الأساسية وشعر أن العالم آمن من حوله ، تتربي فيها الثقة في نفسه وفي الوالدين ، وإذا تفشل في ذلك وكانت الرعاية و إشباع الحاجات الأساسية غير كافية ، ينمو لديه الخوف وعدم الثقة أي أن الخبرات الإيجابية السارة و الممتعة تكون لديه مشاعر الثقة كالاحساس بالراحة دون خوف أو قلق و العكس إذا كانت حزينة و متعبة التي تكون لديه عدم الثقة و الخوف و القلق من الحاضر و المستقبل . ( محمد عودة ص, 2003, 71 )

5-1-3-5- مرحلة التحكم الذاتي مقابل الشك ( 3 - 2 ) سنوات: التحكم في عمليات المشي ، والإخراج الكلام ، يؤدي إلى الشعور بالإرادة — أما الفشل في ذلك مع نقص المساندة ، يؤدي إلى شعور الطفل بالخجل و الشك في الذات والشك في الآخرين .

### 5-1-3-5- مرحلة المبادرة في مقابل الذنب 5 - 4 ( سنوات ) :

إذا أتيحت الفرصة للطفل للعب بحرية، وأجيب على استئنته ، فإن ذلك يؤدي إلى المبادرة ، أما إعاقة نشاطه ، وعدم الإجابة على استئنته ، واعتبارها مصدر ضيق يؤدي إلى الشعور بالذنب

### 5-1-3-4- مرحلة الاجتهاد مقابل القصور 11 - 6 ( سنة ) :

ينمو لدى الطفل الشعور بالاجتهاد والثابرة في المدرسة ، وعن طريق التشجيع يتعلم المثابرة والاجتهاد ، أما إذا تلقى تعزيزاً سالباً فقد يشعر بعجزه عن أداء الأعمال المطلوبة منه ، وينمو لديه شعور بالقصور يمنعه من المحاولة

### 5-1-3-5- مرحلة الذاتية مقابل تشوش الدور 18 - 12 ( سنة ) :

يكون المراهق في مرحلة تساؤل تصاحب بالطفرة الجسمية ، ومن خلال تحديد الهوية والاهتمامات يتحقق المراهق ذاته ، أما إذا شعر بعدم تحقيق ذاتيه ، فإنه يشعر بتشوش الدور ، ولكي يعوض ذلك التشوش في الدور فقد يلجأ المراهق إلى التعلق ببطل أو شخص مثالي لكي يتحقق ذاته

### **5-1-3-6- مرحلة التوادم مقابل الانعزال ( الرشد المبكر ) :**

يحاول الراشد أن يربط ذاته بشخص آخر ، والتزاوج من الجنس الآخر ، وتنمو العلاقة الحميمة معه ، أما إذا تجنب العلاقة الحميمة يسبب الخوف من تحدياتها لذاته ينبع عن ذلك الانعزال والاستغراق في الذات.

### **5-1-3-7- مرحلة التولد مقابل الركود ( الرشد الأوسط ) :**

تظهر في هذه المرحلة المشاعر الوالدية ، ويدأ في الاهتمام بالرعاية وإرشاد الأجيال التالية ، ويهتم بالعمل والإنجاح والابتكار ، والشخص الذي لا يملك تلك الاهتمامات يصبح راكداً مهتماً بذاته فقط.

### **5-8- مرحلة التكامل مقابل اليأس :**

وتمثل مرحلة الشيخوخة ، إذا تقبل المسن حياته وعجزه ومرضه ، وخروجه إلى التقاعد ، فقد الزوج أو الزوجة ، يؤدي ذلك إلى التكامل والتماسك ، والحكمة ، أما عدم تماست الأنوار والشعور بأن الوقت فات ولا يمكن تعويض الفرص التي فاتت، فإن ذلك يؤدي إلى اليأس والخوف في آخر مراحل العمر.

## **المور الخامس : طرق و مناهج علم النفس النمو**

### **5- الطرق العلمية لدراسة علم نفس النمو:**

#### **5-1- الطريقة الوصفية ( المنهج الوصفي ) :**

يهدف المنهج الوصفي إلى جمع أوصاف دقيقة علمية للظاهرة موضع الدراسة المختلفة وفي مرحلة عمرية محددة من مراحل نمو الفرد وفي ظروف ثقافية واجتماعية وحضارية مختلفة ومن أهم طرق المنهج الوصفي الملاحظة العلمية وفيها يهتم الباحث بدراسة الوضع الحالي للظاهرة حيث تقوم على الملاحظة المباشرة للافراد والجماعات في المواقف المختلفة وللملاحظة اربعة اشكال :

**5-1-1- الملاحظة المنظمة الخارجية :** اساسها المشاهدة الموضوعية والتسجيل بازاء الشخص دون التحكم في الظروف والعوامل التي تؤثر في هذا السلوك ويمكن ان تكون تبعية من الميلاد حتى البلوغ

**5-1-2- الملاحظة المنظمة الداخلية :** يقوم الشخص فيها بالتأمل الباطني لذاته وهذه الطريقة ليست موضوعية ولا تصلح للأطفال وضعف العقول الى جانب أنها ذاتية وهي نادراً ما تستخدم الآن.

**5-1-3- الملاحظة العرضية او العفوية :** وهي سطحية وليس عميقه ولن يست لها قيمة علمية .

**4-1-6- الملاحظة غير الطبيعية ( الصناعية )** : يتم فيها اعداد البيئة المناسبة للملاحظة من خلال غرف او قاعات خاصة . ولکي تكون الملاحظة اداة فعالة لجمع المعلومات يجب ضبطها وتقنيتها عن طريق : الاحصائية

– يدرب الباحثون على الملاحظة والتسجيل دون تحيز او اصدار احكام شخصية تشوّه الحقائق .

– يقوم بها أكثر من باحث .

– تقرير نتائج الملاحظة باسلوب معياري مقنن بالاستعانة بالطرق الاحصائية لتصبح هذه النتائج ذات معنى وقيمة .

### **4-1-6- الطريقة الطولية :**

تعد هذه الطريقة من اقدم وابسط طرق البحث المستخدمة في ملاحظة وتسجيل ظاهرة النمو النفسي عند الانسان وابسطها وفيها يتبع الباحث النمو النفسي من كافة مظاهره لفرد او جماعة من الافراد طول فترة زمنية معينة او من اول مرحلة حتى نهايتها اي ان الباحث يتبع التطور والتغير الذي يطرأ على نفس الافراد في الاعمار المتتابعة بالنسبة لمظاهر النمو المختلفة . ولقد كان الاهتمام في بداية الدراسات الطولية متتركا على اكتشاف امارات النمو البدني ثم انتقل بعد ذلك لدراسة النمو العقلي ومن اشهر الدراسات الطولية دراسة تيرمان من مميزات هذه الطريقة انساب الطرق خاصة في مرحلة الطفولة حيث يصعب اجراء الاختبارات .

لهذه الطريقة قيمتها ونفعها خاصة في الابحاث التي تهدف الى معرفة ما اذا كانت بعض الخصائص العقلية كالذكاء او المشكلات السلوكية ثابتة خلال فترات طويلة من الزمن ام انها عرضه للتغير والتذبذب .

– يمكن استخدام هذه الطريقة في دراسة الآثار المترتبة نتيجة بعض الخبرات الأولية على السلوك والشخصية فيما بعد . اما عيوب هذه الطريقة الطولية انها مكلفة للغاية من حيث الوقت الذي تستغرقه كما ان هذه الطريقة صعبه للغاية الا انه يوجد عدة مشكلات اساسية في علم النفس النمو تستخدم دراسات طولية مثل هل اعراض الاضطراب الانفعالي الذي يظهر في مرحلة الطفولة يظهر لدى هؤلاء الاطفال في مرحلة المراهقة والرشد .

### **4-1-6- الطريقة المستعرضة :**

وهي الأكثر شيوعا واستخداما وفيها يختار الباحث مجموعة من الاطفال في مجلة عمرية واحدة او مجموعات مختلفة من الاطفال في مراحل عمرية مختلفة ويقوم بملحوظة سلوكهم جميا في وقت واحد وتوصف هذه الطريقة بأنها مستعرضة لأنها تنصب على دراسة قطاع عرضي من النمو . وتعتمد الطريقة المستعرضة الان على الاختبارات

الجماعية والاستفتاءات والطرق الحديثة لقياس النفسي الكشف عن المظاهر الأساسية لكل مرحلة من مراحل الحياة . والواقع ان كلا من الطريقة الطولية والمستعرضة طريقتان متكمالتان لا غنى للباحث عنهما .

**6-2- الطريقة التجريبية ( المنهج التجاري ) :** ويعتبر المنهج التجاري من ادق مناهج البحث في علم النفس النمو وافضلها و يعد معمل فونت اول معمل لعلم النفس التجريسي دراسة الظواهر النفسية خطوات المنهج التجاري :

- 1- الملاحظة وتحديد المشكلة موضع البحث 2- فرض الفروض
- 3- جمع المعلومات او الحقائق المتعلقة بالمشكلة 4- اختبار صحة الفروض بإجراء التجارب المختلفة
- 5- اكتشاف النظرية او وضع القانون . 6- تحقيق النتائج

عند اجراء التجارب في علم النفس يقوم الباحث باعداد تصميم تجاري يقوم على اساس اختبار عينة مماثلة للمجتمع الاصلي ويقسمها الى مجموعتين : مجموعة تجريبية و يقيس فيها العلاقة بين المتغير المستقل والمتغير التابع مجموعة ضابطة وهي مجموعة تسير حسب الظروف الطبيعية دون تدخل الباحث وهنا لاقاس العلاقة بين المتغيرين لافراد هذه المجموعة بل تستخدم المقارنة فقط مع نتائج المجموعة التجريبية وعزل المتغيرات الدخيلة.....

**6-3- مصادر الحصول على المعلومات في علم نفس النمو :**

**6-3-1- الاستبيانات :** تقوم الاستبيانات على تقديم مجموعة من الاسئلة يجيب عنها المبحوثين لألقاء الضوء على ما لديهم من رغبات و ميول و مخاوف و يوجد نوعان من الاستبيانات :

1 - الاستبيان المقيد : تكون فيه الاجابات مقيدة بالأسئلة زفيها يختار المبحوث من بين الاجابات المتعددة وقد تقضى الاجابة في بعض الاستبيانات ان يجيب المفحوص بنعم او لا .

2 - الاستبيان غير المقيد ( الحر ) : هذا النوع يتيح للمبحوث ان يجيب اجابات حرة نوع طليقة ومن عيوب هذا النوع عدم الموضوعية وتدخل العوامل الذاتية .

**6-3-2- المقابلة الشخصية :** علاقة بين الباحث وبين فرد او مجموعة من الأفراد للحصول على المعلومات المطلوبة وايضا تشخيص سلوك الاطفال والراهقين والتعرف على ميولهم واتجاهاتهم ومشكلاتهم الشخصية والاجتماعية وقد تكون المقابلة مباشرة بين الباحث والمفحوص وقد تكون غير مباشرة بشكل مناقشة حرة وغير مقيدة موضوع متعلق بالظاهرة النفسية

ويمتاز هذه الطريقة بالحصول على معلومات لا يمكن الحصول عليها بغيرها . من انواع المقابلة المقابلة العلاجية المقابلة الالكلينيكية – وقد استخدمت المقابلة في علاج الاضطرابات النفسية للأطفال والراهقين والمسنين – كما استخدمت في مجال الطفولة بنجاح .  
**3-6-3- الملاحظة :** من اقدم الوسائل لجمع المعلومات واكثرها زمن انواعها الملاحظة المباشرة والملاحظة غير المباشرة والملاحظة المنظمة الخارجية والملاحظة المنظمة الداخلية والملاحظة العرضية والملاحظة الدورية ومن مميزاتها تتيح دراسة السلوك الفعلى موافقه الطبيعية ومن عيوبه تدخل الذاتية وخبراته الشخصية .

**6-3-4- تسجيل تاريخ الحياة :** يتم فيها تسجيل حياة الفرد يوم بيوم وشهر بشهر وعام وقد يستعان برفاق الطفل او اقاربه او مدرسيه ومن عيوب هذه الطريقة انها تعتمد اولا واخيرا على التذكر وهي غير منتظمة وغير موضوعية ول يمكن الاعتماد على بياناتها ب شكل مطلق .

**6-3-5- تاريخ تسجيل الحالة :** وفيها يتم دراسة تالريخ حياة الطفل او المراهق في مراحل نموه في صورة حالة فردية وتستخدم في تناول مشكلات الاطفال والراهقين في نموهم وتعلمه وتوافقهم مع الآخرين فيقوم الباحث بتسجيل جميع المعلومات باتفاق مع صاحب الحالة من اجل الوقوف على اسباب حدوثها كى يساعده ذلك في وصف العلاج المناسب لها .

**6-4- طرق اخرى للحصول على المعلومات : مذكرات المراهقين – رسوم الاطفال – مذكرات الراشدين – السجلت والوثائق .**

**6-5- 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 نفس النمو في مراحله المتتابعة و أصبحت الآن أكثر علمية، و تهدف إلى الوصول إلى حقائق و قوانين و نظريات راسخة في علم نفس النمو. ولا يوجد منهج واحد صالح لدراسة كل مظاهر النمو بل يختلف منهج الدراسة و طريقة حسب الموضوع، لذلك من الضروري الإحاطة بأهم مناهج البحث في هذا العلم وهي  
**1- المنهج التجريبي:** يعتبر أدق المناهج و أفضلها و ذلك لسبعين 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. والباحث الذي يستخدم المنهج التجاري لا يقتصر على مجرد وصف الظواهر التي تتناولها دراستهن وإنما يدرس متغيرات هذه الظاهرة و يحدث في بعضها تغييراً مقصوداً و يتتحكم في متغيرات أخرى ليتوصل إلى العلاقات السببية بين هذه المتغيرات.

وتسير 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؟

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

\*فرض الفرض: الفرض عبارة عن تفسير محتمل أو إجابة مؤقتة لإشكالية يضعها الباحث و تكون قابلة للتحقق أو الرفض بعد التجربة.

\*التجربة: يقوم بها الباحث هادفاً إلى تحقيق فرضه كلها أو بعضها أو رفضها كلها أو بعضها، و يتشرط إن تكون التجربة موضوعية و دقيقة و يقوم الباحث فيها بالتجربة على عينة تجريبية مماثلة 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:

**3- الطريقة الطولية:** وهي هذه الطريقة يتبع الباحث الظاهرة التمائية عبر الزمن، فلو كان الباحث ينظر في النمو اللغوي لدى طفل من الميلاد إلى خمس سنوات، فإن عليه ملاحظة نمط اللغوي طوال هذه الفترة.  
و تتطابق 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.

#### 4- الطريقة العرضية:

ويحاول الباحث استخدام هذه الطريقة توفيرًا للوقت والجهد، 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 فرعه ليصل في النهاية إلى استخراج متosteats كل فرعه عمرية من الفئات التي حددها الباحث لتمثل المرحلة الكلية المراد تتبع نمو الظاهرة عبرها.

وأخيرًا يتنتظر من الباحث أن يقدم أوصافاً دقيقة للظاهرة على شكل جداول النمو تصبح معايير للظاهرة المدروسة يمكن تطبيقها على أفراد آخرين، إضافةً لذلك يتنتظر من الباحث الوصفي أن يكشف عن المتغيرات أو العوامل ذات العلاقة بالظاهرة ونوعية العلاقات الوظيفية لهذه المتغيرات بالنسبة للظاهرة موضوع الدراسة.

#### المحور السادس : أساس تقسيم النمو إلى مراحل

حياة الإنسان وحدة واحدة لا تتجزأ ، والنمو الإنساني عملية مستمرة متصلة ومتداخلة دون حدود فاصلة ، فالإنسان ينتقل من مرحلة نمو إلى أخرى بشكل تدريجي وليس فجائي ، وليس هناك حدود فاصلة بين كل مرحلة والتي تليها . وعملية تقسيم النمو إلى مراحل يقصد بها تسهيل الدراسة والبحث. وقد لاحظ العلماء أن لكل فترة من فترات حياة الإنسان مجموعة من السمات والخصائص التي تميزها عن الفترات الأخرى لذلك جاء العلماء إلى تقسيم العمر إلى مراحل تبعاً لمجموعة من الأسس هي :

#### 6-1- أساس تقسيم النمو إلى مراحل:

##### 6-1-1- الأساس الغديي العضوي .

يعتمد على نشاط الغدد الصنوبية والتيموسية في تعطيل أو تنشيط الغدد التناسلية :

وتبعاً لهذا الأساس يقسم النمو إلى المراحل التالية ( فؤاد البهى السيد ص 79 )

- 1 . مرحلة ما قبل الميلاد: من الإخصاب إلى الولادة ( 9 شهور )
- 2 مرحلة المهد : من الولادة وحتى نهاية الأسبوع الثاني .
- 3 . مرحلة الرضاعة : من نهاية الأسبوع الثاني إلى نهاية السنة الثانية.
- 4 . مرحلة الطفولة المبكرة : من بداية السنة الثالثة حتى نهاية السنة السادسة .
- 5 . مرحلة الطفولة المتأخرة : من ( 10 . 7 ) للإناث ، ومن ( 12 . 7 ) للذكور .
- 6 . مرحلة البلوغ : من ( 11 . 13 ) عند الإناث ، ومن ( 12 . 14 ) للذكور .

7. مرحلة المراهقة المبكرة : نهاية الـ 13 . 17 للإناث ومن الـ 14 . 17 للذكور .

8. مرحلة المراهقة المتأخرة : من الـ 17 حتى الـ 21 .

9. مرحلة الرشد : من الـ 21 وحتى الـ 40 .

10. مرحلة وسط العمر : من الـ 40 حتى الـ 60 .

11. مرحلة الشيخوخة : من الـ 60 حتى نهاية العمر .

## **6-1-2-الأسس الاجتماعي :** ( فؤاد البهبي, 1997, ص 81)

يعتمد على مدى تطور علاقة الطفل بالبيئة التي يعيش فيها ، وعلى مدى اتساع دائرة علاقات الطفل الاجتماعية والذى يظهر من خلال لعب الأطفال :

وتقسم المراحل على النحو التالي :

1. مرحلة اللعب الإنعزالي : يلعب الطفل بمفردة دون مشاركة أحد .

2. مرحلة اللعب الانفرادي (المتوازي ) : يلعب مع الآخرين ولكن يحتفظ بخصائصه الفردية .

3. مرحلة اللعب الجماعي : ويفضل الطفل اللعب مع زملائه كما يفضل ممارسة بعض الألعاب الجماعية ويؤخذ على هذا التقسيم أنه اعتمد على نشاط واحد فقط هو (اللعب) قسم على أساسة مراحل النمو وأهميل باقي الأنشطة التي تعبّر عن النمو .

## **6-1-3- الأساس التطوري :**

ويعتمد على أن تطور حياة الإنسان هي تلخيص لتطور حياة البشرية من الإنسان الأول وحتى إنسان العصور الحديثة .

## **6-1-4- الأساس التربوي .. وتصنف في مراحل تناظر المراحل التعليمية وهي :**

1. مرحلة ما قبل المدرسة .

2. مرحلة التعليم الأساسي .

3. مرحلة التعليم الثانوي .

4. مرحلة التعليم الجامعي والعلمي .

## 6-2- أهمية تقسيم النمو إلى مراحل:

1 . معرفة معايير النمو لكل مرحلة . تحدد معايير النمو ما يكون عليه النمو في النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية للطفل في سن معين . فإذا تحدد أن الطفل يستطيع المشي في سن 14 . 18 شهراً فإن الطفل إذا تخطى هذا العمر بدون مشي يعتبر أنه متاخر في هذه الصفة .

2 . التعرف على مطالب النمو لكل مرحلة . ويختلف مفهوم مطالب النمو عن مفهوم معايير النمو ، حيث تدل المعايير على ما يجب أن يكون عليه الطفل في سن معين ، بينما مطالب النمو تحدد الآتي :

أ . التوقعات التي يرغب المجتمع من الفرد إنجازها .

ب . الخدمات التي يجب على المجتمع أن يوفرها لأعضائه .

إذا كان المجتمع يتوقع من أطفاله في سن السادسة أن يبدؤوا في تعلم المهارات الأساسية في القراءة والكتابة والحساب ، فمن واجبة أن يوفر لهم متطلبات اكتساب تلك المهارات من مدارس وأدوات ومعلمين يمكن أن تتحقق هذه المهام .

وتقسيم حياة الإنسان إلى مراحل يكون بمدف النراة فقط .

ذلك أن واقع الحياة النفسية تيار متصل لا يخضع للتقسيم ، ويشبه البعض تقسيم فترة النمو إلى مراحل بتقسيم فصول الشتاء والربيع والصيف والخريف ، فمن الصعوبة أن نحدد يوماً ينتهي فيه فصل الشتاء فيبدأ فصل الربيع من الناحية الجغرافية الواقعية الفعلية ، ذلك على الرغم من أن الجغرافيين يحددون أيامًا معينة لبدايات ونهايات هذه الفصول ..

## 7-3- مرحلة ما قبل الميلاد (المرحلة الجنينية )

إن مولد الطفل لا يدل على بداية تكوينه ، إنما يدل فقط على وصوله إلى العالم الخارجي ، وذلك بعد فترة زمنية متوسطها 280 يوماً قبل الميلاد ، وهذه المرحلة تسمى مرحلة ما قبل الميلاد . وتعتبر مرحلة ما قبل الميلاد ذات أهمية خاصة في حياة الإنسان وذلك لأنها المرحلة الأولى التي يتكون فيها الإنسان فعلاً ، وأن التغيرات النمائية الحادثة فيها تعتبر تغيرات حاسمة في مدة قليلة لا تتجاوز عشرة أشهر قمرية أو تسعه أشهر ميلادية .

### **6-3-1- العوامل المؤثرة في نمو الجنين:**

#### **6-3-1-1- العوامل الوراثية .**

وهي تلك العوامل التي تنحدر إلى الطفل من الأبوين وأجداده وأسلافه وسلافاته والنوع الذي ينتمي إليه ، والعوامل الوراثية هي تلك العوامل التي تحدد نوع الجنس ( ذكر / أنثى ) كما تحدد الملامح العامة للطفل مثل لون الشعر والعينين وملامح الوجه وشكل الجسم ، كما تسهم هذه العوامل أيضا في تحديد الاستعدادات الوراثية المرضية مثل الاستعداد للإصابة بمرض السكر أو بعض أمراض الدم ، أو بعض الأمراض العقلية مثل النمط المنغولي من الضعف العقلي .

#### **6-3-1-2- عمر الأم ..**

يرتبط عمر الأم بمستوى نموها ونضجها الجسمي ، فالآم صغيرة السن التي لم تصل إلى درجة كافية من النمو الجسمي والنضج الكافي . وخاصة قبل سن العشرين . تحتاج إلى تغذية ورعاية كافية لنموها مما يعوق عملية النمو الصحيح السليم للجنين والذي يعتمد كليا في تغذيته على الأم ، وبالتالي قد يؤدي عدم التغذية الكافية والملازمة للأم إلى إصابة الأم نفسها بالضعف الشديد وتعرضها للإصابة بالأمراض مما يعكس وبصورة مباشرة على صحة الجنين ، كما أن الأم كبيرة السن . الأكثر من 35 سنة . تواجه مشكلات في الولادة قد تؤدي إلى إصابة الجنين بالتشوه أو ربما قد تؤدي إلى وفاته .

#### **6-3-1-3- الحالة الصحية للأم وتغذيتها .**

تلعب الحالة الصحية للأم وتغذيتها ورعايتها دورا كبيرا في حالة الجنين ، فالآم التي تتمتع بحالة صحية وجسمية جيدة يتمتع جنينها أيضا بحالة صحية جيدة ، وعلى العكس من ذلك ، فالآم التي تعاني من المرض والضعف الجسمي يعكس على حالة الجنين الصحية ، وقد تبين أن إصابة الأم الحامل في الشهور الثلاثة أو الأربع الأولى من الحمل بالحصبة الألمانية قد يلحق ضررا بالغا بالجنين ، مثل الإصابة بالصمم أو البكم أو الصور المختلفة للضعف العقلي .

#### **٤-١-٣-٤- تعاطي العقاقير والتدخين:**

لقد أثبتت البحوث الطبية التي أجريت على الأمهات الحوامل عن أن تعاطي الأم للعقاقير أثناء فترة الحمل يؤدي إلى تأثيرات سيئة على الجنين منها ضمور خلايا الدماغ ، كما يؤدي إلى حالات من التوبات التشنجية للوليد ، بل قد تصل في بعض الحالات إلى التخلف العقلي ، كما يؤدي تناول العقاقير إلى حالات الإجهاض المبكر للأم الحامل .

**٤-١-٣-٥- الحالة الإنفعالية للأم .** لا يعيش الطفل معزولاً عن العالم الخارجي المحيط بالأم ، ولكنه يتأثر به من خلال وسيط . وهي الأم . حيث أن تعرض الأم للضغوط النفسية والإنفعالية الحادة يؤدي إلى تغيرات في كيمياء الدم تؤثر على الحالة الإنفعالية للجنين أيضاً ، مثل حالات القلق أو التوتر الشديدة التي تتعرض لها الأم ، وهنا يجب الإشارة إلى أن المقصود بالحالة الإنفعالية هنا هي تلك الحالات الحادة طويلة المدى وليس الحالات العادمة أو المتوسطة .

**٤-١-٣-٦- البيئة الخارجية .** يعكس أثر البيئة الخارجية على حالة الجنين ، فالأم التي تعيش في بيئة ملوثة بالدخان والأتربة ، أو التي تتعرض للإشعاعات ، وخاصة خلال الثلاث شهور الأولى من الحمل ، يعكس ذلك بشكل سلبي على حالة جنينها الصحية .

#### **٤-١-٣-٧- عامل الريصص ( ال RH )**

ال RH هو أحد مكونات الدم والذي يكون موجباً أو سالباً ، فإذا اختلف نوع دم الأم عن نوع دم الجنين يؤدي على تكوين أجسام مضادة تخترق جسم الجنين عن طريق المشيمة وتمنع وصول الأكسجين إلى مخ الجنين فتدمير الخلايا المخية مما يؤدي إلى ولادة طفل معاق عقلياً ، وفي الحالات الشديدة قد تؤدي إلى وفاة الجنين .

## المحور السابع : مرحلة الرضاعة ( من الميلاد حتى نهاية السنة الثانية )

تعتبر ولادة الطفل هي اللحظة التي ينتقل عندها من وضع الاعتماد الفسيولوجي ( التغذية . التنفس . الإخراج ) الكامل على الأم إلى حالة محدودة من الاستقلال ، فقد كان جسم الأم فيما مضى يتکفل بكل احتياجات الجنين الجسمية والفسيولوجية ، أما بعد الولادة فإن الوليد لا بد أن يقوم بالاعتماد على نفسه في إشباع حاجاته ، عندما يولد الطفل يتحول من جنين إلى وليد ، يتطلب تكيف مع متغيرات الحياة الجديدة ، وأهم ملامح التكيف التي يتعين على الوليد أن يقوم بها :

أ . التكيف مع التغيرات المناخية ودرجات الحرارة المتغيرة المحيطة به ، فبعد أن كان الجنين يعيش في درجة حرارة ثابتة هي درجة حرارة جسم الأم والتي تستقر عند 37 درجة مئوية ، يتعرض بعد الولادة إلى التغيرات المعتادة في الطقس والهواء ودرجات الحرارة والرطوبة المتغيرة بين يوم وأخر ووقت وأخر .

ب . يضطر الوليد إلى الاعتماد على نفسه في القيام بعمليات ( التنفس ) أو ( الشهيق والزفير ) بعد أن كان يحصل على الأكسجين عن طريق المشيمة والحبال السري . وفي هذا السياق يفسر العلماء الصرخة الأولى للوليد بعد ولادته مباشرة تفسيرا فسيولوجيا على أساس اندفاع الهواء إلى الرئتين .

ج . يبدأ الوليد في تناول العذاء عن طريق الفم بعد أن كان يعتمد في التغذية عن طريق المشيمة والحبال السري .

د . تبدأ عمليات الإخراج في القيام بوظائفها بعد الولادة نتيجة لعمليات التغذية والهضم .  
مظاهر نمو الطفل خلال العامين الأولين

**7- النمو الجسمي** . يبلغ متوسط طول الطفل العادي بعد ولادته ( 50 سم ) تقريريا ، ويصل طول الطفل في نهاية العام الأول ( 74 سم ) تقريريا أي بزيادة تبلغ حوالي ( 2 سم في الشهر الواحد ) وفي نهاية العام الثاني يبلغ طول الطفل حوالي ( 84 سم تقريريا ) أي أن معدل الزيادة في الطول ينخفض في العام الثاني إذا ما قورن بمعدل الزيادة خلال العام الأول من عمره . متوسط وزن الطفل العادي عند الولادة يبلغ ( من 3 كجم إلى 3,5 كجم تقريريا ) وتوجد فروق بين متوسطي الوزن والطول بين الذكور والإثاث لصالح الذكور ، ويزداد سرعة النمو الوزني في نهاية السنة الأولى إلى حوالي ( 9 كجم ) ، ويصل إلى ( 12 كجم تقريريا ) مع نهاية السنة الثانية . ويبدأ في الشهر الثالث من عمر الرضيع ظهور الأسنان اللبنية ( المؤقتة ) .

## 7- النمو الحسي :

الإبصار : ويولد الطفل و شبكة العين أصغر وأقل سمكاً من شبكة عين الراشد ، وتكون درجة حساسيتها للضوء ضعيفة ، ومع نهاية العام الأول تقترب درجة حساسيتها من درجة حساسي الراشد ، ويستطيع الرضيع إدراك الألوان العادية في الشهر الثالث ، ويستطيع أن يرى الأشياء صغيرة الحجم في الشهر العاشر بعد أن كان لا يرى إلا الأشياء الكبيرة .

السمع : وتعتبر حاسة السمع أقل الحواس اكتمالاً عند الولادة ، لدرجة أن الوليد لا يستجيب للأصوات الخافتة الضعيفة ويستجيب فقط للأصوات الحادة المفاجئة العالية ويرجع ذلك إلى وجود السائل الأمينيوي في قناة "استاكيوس" .

حاسة التذوق : تكون أكثر اكتمالاً من حاسة السمع أو البصر ، ويستطيع الطفل في الأسبوع الثاني أن يستجيب لاستجابات إيجابية ل محلول السكر واستجابات سلبية لمحلول الليمون .

## 7- النمو الحركي .

ويتميز النمو الحركي لطفل هذه المرحلة بما يلي :

أ . تدرج الحركات من أعلى إلى أسفل أي من الرأس إلى القدمين .

ب . تشتراك جميع أعضاء الجسم في أداء الحركات المختلفة ، وهو ما يمثل اتجاه النمو من العام إلى الخاص ، حيث تتميز حركات الطفل في الفترة الأولى من حياته بأنها عشوائية عامة تشمل الجسم كله .

ج . التصلب الرائد للأعضاء عند القيام بالاستجابة الحركية ، حيث لا تتميز حركات الرضيع بالانسياحية ،

أ . انتصاب قوام الطفل . يمر تطور انتصاب القامة بالنسبة للرضيع بعدة مراحل تبدأ من وضع الرقود على الظهر ثم الجلوس ثم الانبطاح على البطن ثم الزحف الذي يستطيع منه أن يجذب الساقين إلى ما تحت البطن ليتمكن من الوصول إلى وضع الحبو ، ثم يتطور النمو فيستطيع الطفل الوقوف من وضع الحبو وذلك يمسك بعض الأشياء مثل جوانب السرير أو الكرسي وبذلك يصل الطفل إلى وضع انتصاب القامة أو الوقوف ، والذي يعتبر تمهيداً مباشراً لتعلم الطفل المشي .

ب . المشي . يعتبر المشي هو أهم إنجاز حركي في هذه المرحلة العمرية ، ويستطيع الطفل المشي في سن 12 . 14 شهرا تقريبا ، وتظهر هذه المهارة عندما يستطيع الطفل الوقوف بمفرده بمساعدة القبض على الأشياء ومحاولة التحرك بخطوات جانبية وذلك بنقل قدم خطوة واحدة تجاه الجانب ويتبعها بنقل القدم الأخرى بنفس الجانب.

وبتوالي المران والتكرار يستطيع الطفل الانتقال من مكان إلى آخر ، ومع نهاية العام الأول يستطيع الطفل القيام بأول خطوة عادلة ، ويتم ذلك بمحاولة الانتقال بين كرسيين مثلا أو من شخص إلى آخر ، وباستمرار المران يستطيع الطفل بعد أسابيع قليلة أن يتقن مهارة المشي والانتقال من مكان إلى آخر .

#### 7-4- النمو العقلي:

في خلال السنوات الأولى من عمر الطفل يصعب علينا دراسة خصائص النمو العقلي عند الرضيع باستخدام الأساليب الفنية المستخدمة في دراسة القدرات العقلية عند الأطفال الأكبر سنا . مثل استخدام اختبارات الذكاء والقدرات العقلية التقليدية . لذلك فإننا نستدل على النمو العقلي من قدرة الطفل على التمييز بين المثيرات الحسية المختلفة . ويقسم " بياجية " التطور " الحس حركي " إلى ستة مراحل هي :

7-4-1- مرحلة الأفعال المنعكسة : وتمتد من الولادة إلى الشهر الأول ، يكون سلوك الطفل مجرد ردود أفعال بسيطة ، مثل الطفل الذي يقبض على الأشياء التي تلمس راحة يده .

7-4-2- مرحلة الأرجاع الدورية الأولية : وفيها يكون سلوك الطفل مجرد ردود أفعال بسيطة بغرض التكرار فقط ، كأن يفتح قبضة يده ثم يغلقها بصفة متكررة ، وتستمر هذه المرحلة حتى الشهر الرابع .

7-4-3- مرحلة الأرجاع الدورية الثانوية . وتمتد هذه المرحلة من الشهر الرابع إلى الشهر السادس ، وفي هذه المرحلة يكرر الطفل الحركة بقصد الحصول على نتائج تحليب له السرور والمرح ، مثل الطفل الذي يضرب بالونه معلقة .

7-4-4- مرحلة التأزر بين الأرجاع الثانوية . تتمتد هذه المرحلة من الشهر السابع إلى الشهر العاشر من عمر الطفل ، حيث يبدأ الطفل في هذه المرحلة استخدام الاستجابات التي اكتسبها للحصول على غرض معين ، مثل البحث عن لعبة تحت الوسادة ، أو الاستجابة لصورته في المرأة .

**7-4-5- مرحلة الأرجاع الدورية.** تمت هذه المرحلة من الشهر الحادي عشر إلى الشهر الثامن عشر وفيها يجرب الطفل استجابات جديدة بالحاولة والخطأ ، وتكون استجابات الطفل ليست مجرد تكرارات ، وإنما ينوع الطفل في الأداء بهدف الوصول إلى نتائج جديدة .

**7-4-6- مرحلة اختراع وسائل جديدة.** تبدأ هذه المرحلة من الشهر الثامن عشر وفي هذه المرحلة يستطيع الطفل أن يقدر فعالية الاستجابة قبل أن تصدر عنه ، وتعتبر هذه بدايه بعد النظر كما يستطيع الطفل في هذه المرحلة التمييز بين الأشياء ، كأن يميز بين الطبق والكوب ، كما يستطيع أن يبني برجا من أربع مكعبات .

### **7- النمو الانفعالي:**

تبدأ انفعالات الطفل : بالحب ، والغضب ، والخوف ، ويتحذ الخوف مظهر البكاء والصرخ واللجوء إلى ذراعي أمه وذلك عندما يسمع صوتا عاليا ، أو يظهر شخص غريب ، أو الشعور بفقدان شخص معين كالأم مثلا . ويظهر الغضب بوضوح عند إعاقة نشاط الطفل بتثبيت قدميه أو يديه أو عند منعه من الحركة ، كما يظهر الغضب على الطفل إذا ترك بمفرده أو أخذت منه لعبته . أما انفعال الحب فيكون موجها نحو الوالدين ، ويظهر عند مداعبه الأم له ، ثم تتسع دائرة الحب لتشمل الآخرين المحيطين به وتنظهر في صورة ابتسامته لهم . ويمكن تحديد أهم العوامل المؤثرة في النمو الانفعالي فيما يلي :

**7-5-1- الذكاء:** يرى علماء النفس أن الأطفال الأكثر ذكاء هم أكثر تحكما في مظاهر التعبير عن انفعالاتهم ، كما أنهم يستجгиون انفعاليا لمجموعة من المثيرات أكثر من تلك التي يستجيب لها الأقل ذكاء .

**7-5-2-الحالة الصحية للطفل.** تلعب الحالة الصحية العامة للطفل دورا هاما في التأثير على شدة و مدى انفعالات الطفل ، فالطفل الذي يتمتع بصحة جيدة تكون مستوى إنفعالاته وشدتها أقل من الطفل الذي يعاني من تكرار الإصابة بالأمراض أو يعاني من حالة ضعف عام .

**7-5-3- إشباع حاجات الطفل.** إذا حصل الطفل على ما يريد من خلال سلوك إنفعالي معين كالصرخ أو البكاء فإنه يكرر هذا السلوك عندما يكون في حاجة معينة ، فالطفل الذي يصرخ عندما يكون في حالة جوع ثم تلبى له حاجته للطعام ، فإنه سوف يصرخ دائما عندما يكون جوعان .

**7-5-4- المناخ الأسري .** عن طريق عمليات التنشئة الاجتماعية ومن خلال ما يتعرض له من أساليب المعاملة الوالدية ، وكلما كانت المعاملة الوالدية والمناخ الأسري سوياً كانت الانفعالات أقل هدوءاً .

### **7- النمو الاجتماعي:**

تعتبر أول علاقة اجتماعية في حياة الطفل هي علاقته بأمه ، فهي التي تشبع رغباته وحاجاته الأولية مباشرةً أو تؤجل إشباعها ، ثم تتسع دائرة هذه العلاقات لتشمل الأختوة والجيران والأقارب ، وتعتبر ابتسامة الطفل تعبير عن علاقة اجتماعية مع الآخرين ويببدأ أول ابتسامة اجتماعية حقيقة في الأسبوع السادس ، وتظهر بدايات اهتمام الرضيع بالناس ويبكي حين يتركونه في الشهر الثالث.

ومن العوامل التي تسهم في اتساع دائرة الطفل الاجتماعية تعلمه المشي والقدرة على التحرك من مكان إلى مكان آخر ، كما أن تعلم الطفل الكلام واللغة يكون سبباً في اتساع علاقاته الاجتماعية خلال العامين الأولين من حياته. ويعتبر اللعب من مظاهر النمو الاجتماعي للطفل ، ويتوقف نوع الألعاب التي يمارسها الطفل على النمو في مهاراته الحركية وما يتوفّر لديه من إمكانات وعلى تشجيع الآخرين المحيطين به ، ويُتّخذ اللعب في العام الأول من حياة الطفل صورة اللعب الإنفرادي ، وفي العام الثاني يقوم الطفل باللعب مع طفل آخر في نفس الحجرة ، إلا أن كل منهما ويعمل بمفردة ويطلق على هذا النوع من اللعب "اللعب المتوازي" .

## الحور الثامن: مرحلة الطفولة المبكرة من 3 - 6 سنوات

تعتبر من المراحل المهمة في حياة الإنسان ، حيث يبدأ الطفل في التعرف على البيئة الخارجية وينكتسب النضج والعادات والتقاليد الاجتماعية. يتحقق في هذه المرحلة بدور الحضانة ورياض الأطفال مما يساعد في اتساع دائرة العلاقات الاجتماعية ، وتحفيز حدة الانفعالات وزيادة مصوّله اللغوي وقدراته الحركية .

### 1-8 النمو الجسمي والفسيولوجي .

متوسط الطول : في سن الثالثة 90 سم ، في الخامسة 107 سم ، السادسة 110 سم تقريباً .

متوسط الوزن : في الثالثة 14 كج ، في الخامسة 18 كج ، السادسة 19 كج تقريباً .

الفرق بين الجنسين : البنين أكثر طولا وأكثر حظا في الأنسجة العضلية ، والبنات أكثر وزنا وأكثر حظا في الأنسجة الدهنية .

يكتمل نمو الأسنان اللبنية : وينبدأ تساقطها في نهاية المرحلة ليحل محلها الأسنان الدائمة ، ويصل نمو المخ إلى حوالي 90 % من وزن الرشد .

### 2-8 النمو الحركي :

- يتتطور النمو الحركي بشكل كبير جداً .

- يكتسب مهارات الصعود والهبوط ، ويستخدم القلم في رسم الدوائر ، ويستطيع ركوب الدراجة ، وبيني برجاً من 10 مكعبات.

- في نهاية المرحلة يمتلك مهارات حركية تشبه مهارات الكبار مثل : المشي ، الجري ، والوثب ، والقفز والرمي .

- من أهم مظاهر النمو الحركي " التعطش الجامح للحركة والنشاط " إلا أن حركاته تتسم ببذل الجهد الكبير الزائد وإشراك عدد كبير من العضلات .

- " الطفل يمل ولا يكل " فهو ينتقل من نشاط إلى نشاط ولا يستمر في النشاط الواحد فترة طويلة

- تلعب خبرات التجاج والفشل دوراً كبيراً في أكتساب وتنمية المهارات الحركية فهو يميل إلى تكرار الحركات التي ينجح في أدائها وتولد في نفسه السرور ، ويبتعد عن تكرار الحركات التي تولد لديه الشعور بالفشل .

ويكون لديه في هذه المرحلة " التذكر الحركي " .

الألعاب السائدة لدى طفل المرحلة للعب هو النشاط السائد في هذه المرحلة ، وظهرت نظريات متعددة تفسر ظاهرة اللعب لدى الأطفال منها :

نظريه " جروس " : ترى ان اللعب هو إعداد للطفل للعمل الجاد في المستقبل وأن الغائز هي مصدر اللعب عند الأنسان والحيوانات .

نظريه " سبنسر " : يرى أن اللعب هو تنفيس عن الطاقة الزائدة لدى الطفل .

نظريه " جوركي " : يرى أن اللعب هو وسيلة الطفل للتعرف على العالم المحيط به .

ولايكن تفضيل أي من النظريات السابقة على الأخرى ، ويجب التأكيد على أن اللعب يحقق أهداف اجتماعية وتربيوية واجتماعية مهمة ، فأول جماعة يرتبط الطفل فيها بنظام وقواعد ومعايير الجماعة هي جماعة اللعب . أنواع الألعاب الشائعة لدى الأطفال

**1 - الألعاب الحركية :** تؤدي في صورة نشاط حركي بدني مثل تقليد حركات الأشياء وألعاب الجري ، وأستخدام الأدوات من النواحي المحببة للأطفال ، وتسهم في تنمية النواحي البدنية وصفات نفسية واجتماعية مثل التعاون والمنافسة والقيادة .

**2 - الألعاب التمثيلية :** ويطلق عليها لعب الأدوار ، مثل تقليد الطفلة لدور الأم ، أو الطفل لدور الأب أو المدرس ، كما يقوم بتنقل حركات الأشياء مثل حركة القطط أو الجمل ، كما يدخل في هذا النوع من الألعاب تقليد الأدوار الكرتونية التلفزيونية المحببة إلى نفوس الأطفال .

**3 - الألعاب الثقافية :** وهي الألعاب التي تهدف إلى إثراء معارف ومعلومات الأطفال ، كما تهدف إلى تطوير العمليات النفسية والعقلية كالتفكير والتركيز والانتباه والللاحظة ، ومن أمثلة هذه الالعاب ، تكوين الأشكال ، وألعاب الكمبيوتر والصلصال .

وعلى الرغم من أن الرسم واستخدام الألوان من الألعاب المحببة لطفل هذه المرحلة إلا أنه لا يتقنها بشكل كامل بسبب عدم أكتمال النضج اللازم لذلك ، إلا أنها مهمة في تربية التمييز البصري واللوني لدى الأطفال .

## 8- العوامل المؤثرة في النمو الحركي:

- 1- الحالة الصحية للطفل .
- 2- مستوى الذكاء يلاحظ أن الأطفال المتأخرین في نموهم الحركي متاخرین أيضاً في نمو ذكائهم .
- 3- يتأثر النمو الحركي بعمليات التعلم والتدريب وتشجيع الوالدين على أكتساب المهارات الحركية ، مع التأكيد على مناسبة أساليب التعليم والتدريب ومستوى المهارة الحركية لمستوى نضج الطفل .

## 8\_3\_ النمو العقلي المعرفي :

يطلق بياجية على هذه المرحلة " مرحلة ما قبل العمليات " وتستمر من الثانية وحتى السابعة ، ويقسمها إلى مراحلتين هما :

### 1- مرحلة ما قبل المفاهيم من 2 - 4 سنوات .

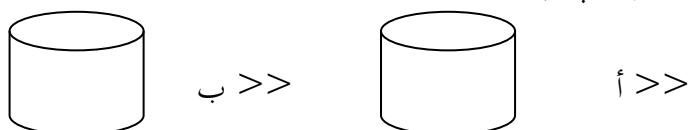
يستجيب طفل هذه المرحلة للأشياء على أساس معنى المثير ، ويستخدم الأشياء على أساس معناها ، مثل الولد يلعب بالعصا على أنها بندقية ، والبنت تلعب بدميتها على أنها طفلة ، ويكون الطفل متمرّكز حول ذاته يدرك الأشياء من وجهة نظره هو ، ويعجز عن إدراك وجهة نظر الآخرين .

### 2- مرحلة التفكير الحدسي من 4 - 7 سنوات .

يظل الطفل متمرّكزاً حول ذاته ، ويكون إدراكه للأشياء كما يبصّرها . مثال تجربة " بياجية "

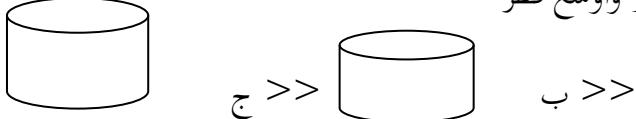
تجربة بياجية قدم لطفل في سن الرابعة وعائين اسطوانيتين متماثلن في الشكل والحجم :

" أ " " ب " وكلاهما ممتلئ إلى منتصفه بالماء .



لاحظ الطفل أن الوعائين يحتويان على نفس الكمية م الماء .

وضع أمام الطفل محتوى الوعاء " أ " في وعاء ثالث قصير وأوسع قطر



عندما سأله الطفل أي الوعائين " ب " أم " ج " يحتوي على كمية أكبر من السائل؟ أجاب طفل الرابعة الوعاء " ج "

#### 8- النمو اللغوي :

ينطق الطفل كلماته الأولى ما بين الشهر العاشر والخامس عشر ويحفظ الكلمات التي تمثل الأشياء التي يتعامل معها. يحقق طفرة كبيرة في عدد الكلمات التي ينطقها في منتصف السنة الثانية .

في سن الثانية يستخدم جملة من كلمتين ، ويزداد عدد الكلمات في الجملة كلما تقدم العمر .

في بداية المرحلة تظهر بعض عيوب النطق مثل عيوب الإبدال أو اللجلجة أو التهتهة وتزول مع نهاية المرحلة .

#### 8- النمو الأنفعالي:

تحدد المواقف التي تستثير افعالات الطفل خلال الخمس سنوات الأولى من عمره ، والأسرة هي التي تحدد ما يحبه الطفل أو يخاف منه أو يكرهه .

يطلق " أريكسون " على هذه المرحلة من الناحية الأنفعالية مرحلة " المبادأة ضد الذنب " فالطفل يواجه صراعاً بين رغبته في اللعب والحركة والنشاط والاقتراب مما يرغب ، وبين رغبة الوالدين في الكف عن اللعب والنشاط ... فإذا أعطي للطفل الوقت الكافي للعب والحركة والقيام بالنشاط والإجابة على أسئلته تبني المبادأة عنده أما إذا منع من اللعب والنشاط وعدم الإجابة على أسئلته يؤدي إلى الشعور بالذنب

أسباب زيادة مخاوف الطفل في هذه المرحلة

1 - نمو إدراك الطفل للأشياء التي قد تسبب له ضرراً مثل السيارات في الشارع أو بعض الحشرات أو الحيوانات .

2 - الاقتران الشرطي : مثل الخوف بسبب ألم حدث له ، القطط ، النار ..

3 - تقليد الكبار : يقلد أمه أو أخوته عندما يظهرون مشاعر الخوف من مثيرات معينة

وتظهر في هذه المرحلة انفعال " الغيرة " التس تسبب قيام الطفل بسلوك عدواني ضد الأصغر منه ، أو الارتداد فيقوم بحركات أصغر من سنها مثل الكلام الطفلي ، أو التبول اللا إرادي الصراخ لأسباب تافهه ..

## 8- النمو الاجتماعي:

- تلعب الأسرة دورا هاما في عمليات التنشئة الاجتماعية والنفسية للطفل .
- الاهتمام والتدليل الزائد يجعل الطفل أكثر اعتمادية على الغير في حل مشكلاته حتى لو كانت بسيطة .
- عدم الاهتمام والإهمال الشديد للطفل يفقده الثقة في نفسه وفي الآخرين ويتخذ العدوان وسليه للتعبير عن ذاته يتعلم الطفل المعايير الاجتماعية ويضحى ببعض رغباته من أجل الحصول على رضا الوالدين وبذلك تنمو عمليات الضبط الداخلي .

يرحب الطفل باللعب في مجموعات من 3 – 4 أطفال ، ولكن سرعان ما تتفكك الجماعة لأتفه الأسباب .

## 7- النمو الخلقي :

الخلق مركب اجتماعي مكتسب ، وتعتمد على عمليتين .

1 - اكتساب المعلومات ، وتنمية القدرة على اتخاذ القرارات .

2- تحويل هذه القرارات إلى افعال

ويقوم أطفال هذه المرحلة ببعض أنماط السلوك التي لا تساير السلوك الأخلاقي بسبب رغبة الطفل في لفت أنظار الآخرين إلى جانب جهله بمعايير السلوك الأخلاقي .

## المحور التاسع : مرحلة الطفولة المتوسطة ( 6 . 9 سنة ) .

تمتد من سن 6 . 9 سنوات وتشمل على الثلاث سنوات الأولى من المرحلة الابتدائية ( الصفوف الأولية ) .

يلتحق الطفل بالمدرسة ومحصوله اللغوي حوالي 2500 كلمة .

تختلف خبرات الأطفال في ضوء خبرة الالتحاق برياض الأطفال .

تحتفف الروضة صدمة الانفصال عن البيت ، وتدعم المهارات اللغوية ، وتوسيع نطاق خبرات الطفل الانفعالية والاجتماعية إلى جانب النواحي المهارية والحركية .

### 9- النمو الجسمي والفسيولوجي :

ـ سرعة النمو الجسمي في هذه المرحلة أقل من المرحلة السابقة .

ـ متوسط الطول في السادسة 111 سم للذكور و 110 للإناث

ـ متوسط الوزن 20 كج لكلا الجنسين . تتطور مهارات الطفل التي تتطلب تحكم دقيق وتنافر حركي مثل استخدام القلم في الكتابة الأشغال الفنية والرسم .

يظهر في مرحلة الطفولة المتوسطة ما يسمى " التغيير الأول لشكل الجسم " ويظهر بسبب اختفاء الدهون ، فيظهر الطفل نحيفا ، كما لو أن كله ذراعين وساقين .

تساقط الأسنان اللبنية ويظهر محلها الأسنان الدائمة الأكثر قوة ( تبديل الأسنان ) .

تظهر فروق بين الجنسين نتيجة اختلاف معدلات نمو النصفين الكرويين للمخ ( البنين الأنشطة غير اللغوية أفضل بسبب زيادة فعالية النصف الكروي الأيمن ) ( البنات المهارات اليدوية أفضل بسبب فعالية النصف الكروي الأيسر

### العوامل المؤثرة في النمو الحركي :

1 . الصحة والرعاية الصحية للطفل ، إلى جانب التغذية السليمة .

2 . نوع الجنس : يميل الذكور إلى الألعاب العنيفة وخاصة الكرة والجري والوثب والرمي ، وتميل البنات إلى الألعاب التي تحتاج إلى مهارات يدوية دقيقة .

3. الذكاء : الطفل الأكثر ذكاءً أكثر نمواً في النواحي الحركية .

4. البيئة وما تتوفره من إمكانات وأدوات لعب ، إلى جانب تشجيع الوالدين والمدرسين على الاشتراك في الأنشطة المدرسية .

يؤثر التغير الأول لشكل الجسم إيجابياً في النمو الحركي بسبب اختفاء الوسائل الدهنية ، إلا أن التقييد بالواجبات المدرسية تؤثر سلبياً ( عدم تنظيم الوقت بين النشاط الحركي وأداء الواجبات المدرسية والاستذكار )

## 9-2- النمو العقلي :

تسهم المدرسة بأنشطةها المختلفة في تنمية الجوانب العقلية للطفل ( من خلال تعلم القراءة والكتابة واكتساب المعلومات وطرق التفكير ) .

تنتمي إلى مرحلة العمليات المحسوسة عند " بياجية " 7-11 سنة ( يفكرون التلميذ من خلال حواسه ، ما يراه أو يسمعه يتناقض التمركز حول الذات ويحل محله التعاون مع الآخرين يستطيع الطفل إدراك العلاقات البسيطة والمركبة بين الأشياء فيقوم بعمليات التصنيف والسلسلة بأكثر من طريقة .

يصعب على الطفل حتى سن السابعة أن يفكرون تفكيراً مجرداً مثل التفكير في معانٍ ( الخير ، الجمال ، العدالة ... )

يستطيع ترتيب الأشياء وفق نظام معين ( من الأطول إلى الأقصر ، أو من الأصغر إلى الأكبر ... ) .

القدرة على التركيز والانتباه محدودة من حيث المدى والمدة .

يبدأ خيال الطفل الاتجاه إلى الواقعية أكثر من المرحلة السابقة

## 9-3- النمو اللغوي :

- يتحقق الطفل بالمدرسة وحصيلته اللغوية حوالي 2500 كلمة وفي نهاية الصف الأول الابتدائي تبلغ حوالي 4000 كلمة .

- تنمو قدرته على استعمال الكلمات في جمل مفيدة ، وتنمو قدرته على الاستماع والقراءة والكتابة .

- تعتبر مرحلة الجمل المركبة الكبيرة .

- تؤثر العوامل الحسية مثل السمع والإبصار والتأثر العصبي والعوامل العقلية والبيئية والاجتماعية في نمو القراءة عند الطفل .

#### 9- النمو الانفعالي :

- يخلّى الطفل عن الانفعالات الحادة أو سرعة التحول من حالة انفعالية إلى أخرى ، ويتجه نحو الاستقرار الانفعالي. تتجمّع انفعالات الطفل نحو أشياء معينة لتكون لديه ”العواطف“
- يواجه الطفل ”الصراع الرابع“ في نموذج أريكسون وهو ”الإنجاز في مقابل القصور“ (النجاح في أداء الواجبات المدرسية وتشجيع المعلمين يؤدي إلى الشعور بالإنجاز ، أما عدم الحصول على التعزيز والتشجيع يؤدي إلى الشعور بالقصور ).
- تتغيّر أنواع مخاوف الطفل عن المرحلة السابقة إلى الخوف من عدم أداء الواجب المدرسي أو من المدرس الذي يستخدم العقاب البدني ، أو الخوف من التأخير عن الذهاب إلى المدرسة .... .
- اتساع دائرة العلاقات الاجتماعية للطفل والتنوع في علاقاته الاجتماعية يخفّف من حدة الانفعالات لديه .

#### 9- النمو الاجتماعي :

- تشترك المدرسة مع الأسرة في عملية التنشئة الاجتماعية للطفل وإكسابه الكثير من المعلومات الثقافية والاجتماعية .
- تعتبر تلك المرحلة حدا فاصلاً بين المرحلة السابقة التي يعتمد فيها الطفل كلياً على المحيطين به والمرحلة الحالية التي يعتمد فيها على نفسه في الكثير من الأمور .
- تظهر الفروق بين الجنسين في أنواع الألعاب التي يميل إلى ممارستها كل نوع ، فالبنات تميل إلى الألعاب الدقيقة ، بينما يميل البنين إلى الألعاب العنيفة مثل الجري وألعاب المطاردة ، ولعب الكرة ..

#### 9-1- العوامل المؤثرة في النمو الاجتماعي :

- . **الحالة الصحية للطفل** : ( كلما تتمتع الطفل بصحة جيدة كلما زادت سرعة النمو )
- . **البيئة والثقافة** : ( وخصائص البيئة المدرسية ، والأنشطة المدرسية التي تتيح للتلميذ التفاعل مع الزملاء ، والمعلمين . وسائل الأعلام : ( برامج الأطفال ، مجلات الأطفال .

#### 9- النمو الخلقي :

- . يتعرّف الطفل على مفهوم الصواب والخطأ ، والحلال والحرام ويتأثّر النمو الاجتماعي بمعايير الجماعة التي ينتمي إليها .
- . يصل الطفل في نهاية هذه المرحلة إلى أحكام خلقيّة تقترب من مستوى الراشدين .

## الخور العاشر: مرحلة الطفولة المتأخرة من 9 - 12 سنة

### 1-10- النمو الجسمي والحسي:

- يتباطأً معدل النمو الجسمي قياسا بالمرحلة السابقة وتمهيدا للطفرة الكبيرة في المرحلة التالية ( المراهقة ) .
- متوسط طول البنين 138.5 سم عند سن 12 سنة
- متوسط طول البنات 141.5 سم . ( تتحول الفروق في سرعة النمو الجسمي لصالح البنات في نهاية المرحلة ) .
- متوسط وزن الذكور 32 كج والبنات 34 كج ( في سن 12 سنة )
- تبدأ ظهور الخصائص الجنسية الثانوية عند الإناث في نهاية المرحلة(البنات يسبقن الذكور في البلوغ بعامين تقريبا
- يزول طول البصر الذي كان يصيب 80% من أطفال المرحلة السابقة .
- تنمو مهارات الأعضاء الدقيقة كالأصابع وتكون حاسة اللمس عند البنات أقوى من البنين . لذلك تتفوق البنات في اكتساب المهارات الحركية الدقيقة عن الذكور .

### 10-2- النمو الحركي :

- يتطور النمو الحركي بصورة كبيرة ، ويظهر في الأنشطة الرياضية والحياتية خارج المدرسة وتصبح حركاته أكثر دقة واقتاصادا في الوقت والجهد المبذول .
- تظهر فروق بين الجنسين في النشاط الحركي فالبنين يميلون نحو اللعب العضلي العنيف القوي كالجري وألعاب الكرة ... بينما تميل البنات إلى الألعاب التي تتطلب دقة وتنظيم في الحركات .
- توصف حركات الطفل في هذه المرحلة بـ " رشاقة القط " نظرا لما تتميز به من رشاقة و مرونة وقوة وسرعة. .
- أطلق العلماء على التعلم الحركي في هذه المرحلة ظاهرة " التعلم من أول وهلة " ويرجع ذلك إلى الأسباب التالية :

1. تطور الجهاز العصبي بما يؤدي إلى الاستفادة من الخبرات السابقة
2. ميل الطفل إلى التقليل وتعلم المهارات الحركية ككل دون تجزئة .
3. رغبة الطفل في الحركة والنشاط .

### 3- النمو العقلي :

- تتميز بالسرعة الكبيرة في النمو العقلي ( عكس الجسمي ) بسبب نمو المخ والجهاز العصبي ، إلى جانب الأنشطة الدراسية والمعرفية المدرسية التي تسهم في النمو العقلي بشكل كبير ، مع استمرار الطفل في التعلم اعتماداً على حواسه ( السمع ، البصر ، اللمس ..... )
- يقوم بعمليات " الوصف الدقيق " ثم يتعادها إلى " تفسير العلاقات " وهذا يفيد الطفل في اكتساب المعرفات والمعلومات المضمنة في المناهج المدرسية .
- يتطور النمو العقلي ويصبح الطفل قادر على عمليات التصنيف ( السيارات . النباتات . الحيوانات .. )
- تنمو قدرة الطفل على التحصيل الدراسي بتدعمه والتوجيه من الأسرة والمدرسة .
- يتعلم معنى الزمان ( اليوم ، وأمس ، وغدا ، الأسبوع ... )
- تظهر ابتكاريه الأطفال في محاولتهم كتابة الشعر ، وفي الرسوم ...  
كما يظهر حب الاستطلاع بشكل كبير .

### 4- النمو الانفعالي :

- تكون " العادات الانفعالية " لدى الطفل نتيجة للخبرات المختلفة التي يمر بها الطفل في البيئة والمدرسة .  
ورغم أن طفل هذه المرحلة قد مر بالعديد من الخبرات الانفعالية المتنوعة مثل الحب والكره والخوف والغضب والغيرة ، إلا أن هذه المرحلة تتميز بأنها مرحلة " استقرار انفعالي " حيث يكتشف الطفل أن الانفعالات الحادة وخاصة غير السارة غير مرغوبة اجتماعياً ، ويعتبر ذلك من عوامل الضبط الانفعالي .
- تظل انفعالات الطفل الحادة داخل المنزل ، ويعبر البنين عن انفعالاتهم غير السارة بالغضب ، بينما تعبّر عنها البنات بالبكاء .
- يواجه طفل المرحلة الصراع الرابع في نموذج " أريكسون " وهو صراع الإنهاز مقابل القصور ( سبق دراسته في محاضرة سابقة ) .

ومن أشهر انفعالات هذه المرحلة الخوف والغضب والعنف والاستطلاع والسرور ، كما يظهر في هذه المرحلة نوع مختلف من الخوف عن المراحل السابقة كالخوف مما هو غير مألوف ( الغريب ) ، والخوف من التعرض للسخرية من الأصدقاء ، والخوف من الفشل في المهام التي يقوم بها .

تعتبر المدرسة هي أكبر مصادر القلق ، مثل القلق في التأخر عن مواعيد المدرسة ، القلق من التأخر الدراسي ( الحصول على درجات منخفضة في الاختبارات ) ، ويرجع السبب في ذلك إلى ضغوط الوالدين والمعلمين ، والبالغة في قيمة الحصول على درجات مرتفعة بعض النظر عن ما يمتلكه الطفل من قدرات ومهارات ، ودون مراعاة للفروق الفردية بين التلاميذ .

#### **10-5- النمو الاجتماعي :**

- يعد الطفل نفسه أن يكون كبيرا ( كتمهيد للدخول في مرحلة المراهقة ) ، فيتابع الولد بشغف وسط الرجال ، وتنابع البنت ما يدور في وسط السيدات ، ويحاول كل منهم اكتساب معايير الكبار .

. يشعر الطفل بفرديته وفردية غيره من الناس فيصف المدرس أو صديقه أو أبوه ، ويحاول أن يقلده وبذلك يضفي على الطفل نوعا من الفردية التي يتميز بها عن غيره ، لذلك فإن تقدير فردية الطفل هام جدا في هذه المرحلة سواء في المنزل أو المدرسة .

. تتكون " شلل الأطفال " ويطلق بعض العلماء على هذه المرحلة " سن العصابات " بسبب انخراط الأطفال مع بعضهم وتصبح معاييرها أهم من معايير الأسرة والمدرسة .

. يميل إلى الألعاب الفردية التنافسية التي تظهر قوة في العضلات وسرعة في الجري ، وخاصة في الأماكن المفتوحة .

#### **10-6- النمو الخلقي :**

. تتحدد أخلاقيات الطفل في ضوء المعايير السائدة في الأسرة ، والمدرسة ، والبيئة الاجتماعية التي ينتمي إليها والتي يكتسبها من خلال عمليات التربية ( التنشئة الاجتماعية ) التي يمر بها في البيت والمدرسة والبيئة التي يعيش فيها

- ينتمي الطفل في هذه المرحلة إلى نموذج " كولبرج " إلى مستوى " الانصياع للقواعد والأعراف " ، ويشمل على مراحلتين :

المرحلة الأولى : يقوم الطفل بسلوكيات لمساعدة الآخرين بمحض الحصول على إعجابهم .

المرحلة الثانية : يتوجه في أعماله وواجباته في ضوء احترامه للسلطة ، وطاعته للنظام المنزلي أو المدرسي ، وبمحض للمعايير والقواعد الاجتماعية .

## المحور عشر: النمو الحركي بمرحلة الطفولة الوسطى و المتأخرة

من الأهمية بمكان الإهتمام بالجانب الحركي في تخصص التربية البدنية و الرياضية فإننا قررنا تخصيص محاضرة خاصة بتطور الجانب الحركي للطفل خاصة في هذه المرحلة الحساسية التي تتحتم على المتخصص في الرياضة بشكل عام و أستاذ التربية البدنية بشكل خاص التحكم في تطور الصفات الحركية للطفل بشكل دقيق حتى يتسعى له تعليم و تطوير مختلف الصفات الحركية و البدنية للطفل بشكل علمي مدروس و متوازن و تحمل مرحلة الحركات الأساسية التي تتدفق ترتيباً فيما بين سنتين و سبعة سنوات أهمية متميزة بالنسبة لتطور مراحل النمو الحركي، فهي بمثابة التطوير و التقييم، فضلاً عن أنها تحقق المزيد من التحكم وسيطرة الطفل على القدرات الحركية الأولية التي اكتسبها الطفل في المرحلة السابقة، كما أنها تتضمن ظهور بعض المهارات الجديدة التي تمثل أهمية متزايدة لتكيف الطفل مع بيئته، و تعتبر أساساً لاكتساب المهارات العامة و الخاصة المرتبطة بالأنشطة الرياضية المختلفة في مراحل النمو التالية و خاصة أثناء الطفولة المتأخرة و المراهقة. و تصنف هذه الحركات الأولية إلى:

**1- حركات الانتقالية.**

**2- حركات المعالجة و التناول.**

**3- حركات الثبات و اتزان الجسم.**

**11-1- النمو الحركي من سنتين إلى سبعة سنوات: (مرحلة الحركات الأساسية الانتقالية)**

### **1-1-1- الحركات الانتقالية:**

تتضمن الحركات الانتقالية المهارات التي تستخدم تحرك الجسم من مكان إلى آخر، أو انطلاق الجسم لأعلى، و منها نجد: **أ: المشي:**

يعرف المشي بأنه عملية استمرار فقدان واسترجاع الطفل لتوازنه، بينما يتحرك للأمام في الوضع الرأسي. فالطفل يتمكن من المشي وحده في نهاية السنة الأولى، فيما بين الشهر التاسع و الشهر السابع عشر بعد الميلاد. هذا وعندما يتمكن الطفل من المشي وحده، فإن تقدماً واضحاً يطرأ على مهارة المشي، وخاصة من الناحية الميكانيكية. و يتمثل ذلك في الحركة التبادلية بين الذراعين و الرجلين و قلة عدد الخطوات في الوحدة الزمنية و زيادة مسافة الخطوة. وفي ما يلي نستعرض الخصائص المميزة لمراحل تطور نمو مهارة المشي:

#### **المرحلة البدائية:**

- صعوبة احتفاظ الطفل بانتصاب قامته.
- تصلب حركة الأرجل.
- قصر مسافة الخطوة.
- ملامسة جميع أجزاء القدم للأرض.

- اتساع قاعدة الارتكاز.
- اثناء الركبة عند ملامسة القدم للأرض، يتبعها امتداد سريع للأرجل.
- ارتفاع الذراعين للاحتفاظ بتوازن الجسم.

#### **المرحلة الأولية:**

- تقدم حركة المشي الانسيابي.
- زيادة مسافة الخطوة.
- ملامسة الأرض بالكعب أولاً، ثم بقية القدم.
- انخفاض الذراعين للجانب، حركة مرجحة محدودة للذراعين.
- زيادة ميل الحوض.

#### **مرحلة النضج:**

- تؤدي مرجحة الذراعين بطريقة تبادلية.
- قاعدة الارتكاز أكثر انسيابية و اتساع للخطوة.
- ملامسة الكعب الأرض أولاً، ثم يتبع ذلك بقية القدم بشكل واضح.
- انتصاب القامة إلى الأعلى

#### **ب- الجري:**

يعتبر الجري امتداد طبيعياً لأداء الطفل لحركة المشي، حيث يتم فيهما توالياً الخطوات أو يتم فيهما الدورة الحركية المزدوجة التي تتكون من خطوتين. وخلال هذه الخطوة المزدوجة تظهر جميع أشكال الأداء الحركي لهما تم تبدأ دورة أخرى بعدها مباشرة. وهكذا تتلاحم الخطوات أثناء الجري و المشي. وخلال هذه الدورة تقوم كلتا الرجلين بعمل كل من الإرتكاز و المرحمة بالتبادل . ويختلف الجري عن المشي في أن المشي يتم في اتصال دائم بالأرض – إما بقدم أو بقدمين معاً- أما الجري فإن هذا الإتصال يفقد لبعض الوقت، وتسمى بمرحلة عدم الإرتكاز أو مرحلة الطيران.

ويعتبر تمكن الطفل من الأداء الجيد لمهارة الجري في هذه المرحلة أساساً مهما للإشتراك و الممارسة للعديد من مهارات الرياضية للأنشطة المختلفة في المرحلة اللاحقة.

ويؤدي الطفل حركة الجري الحقيقي عندما يبلغ من العمر 2 إلى 3 سنوات، حيث يتمكن من أداء حركة الدفع بقدم الإرتكاز، وينتج عن ذلك مرحلة الطيران. ويكون الجزء العلوي من الجسم منتسباً لأعلى، بينما يضل

مفصل الفخذ و الركبة مثنين قليلاً وتكون حركة الدراع واضحة و بعيدة ولكنها في الغالب غير متمايزة. كما يلاحظ بشكل عام افتقاد الطفل في هذا العمر إلى القدرة على البدأ و التوقف بسرعة.

وعندما يبلغ الطفل عمر أربع سنوات فإنه يستطيع أداء حركات الجري بقدر معقول من التوافق الجيد بين حركات الرجلين الذراعين، ولكن ما زالت حركات الرجلين تتميز بعدم الانتظام، كما أن الخطوات تتميز بقصورها عدم مرونتها. وتكون حركات الذراعين بعيدة عن الجسم بعض الشيء و غير منتظمة.

و تتميز الفترة العمرية من 5 إلى 7 سنوات بالتطور الواضح لحركات الجري وينعكس ذلك في زيادة سعة الخطوة نتيجة زيادة قوة الدفع المناسبة. كذلك زيادة سرعة حركة الجسم، فضلاً عن إمكانية الجري بأعماق مختلفة على أرضيات ومسطحات متنوعة.

و يمكن تلخيص العمر الزمني لحركة الجري يكون على النحو التالي:

- المشي السريع 18 شهراً
- بداية الجري الحقيقي 2-3 سنوات
- الجري مع الصقل و التصحيح 4-5 سنوات
- الجري بشكل جيد مع زيادة في السرعة 6 سنوات

أما من الناحية الحركية فتتميز حركة الجري بثلاثة مراحل وهي:

**مرحلة البدائية:**

- مرحلة قصيرة و محدودة للرجلين
- تصلب وعدم انتظام الخطوة
- عدم وضوح مرحلة الطيران.
- عدم امتداد الكامل لرجل الارتكاز
- اتساع قاعدة الارتكاز

**مرحلة الأولية:**

- زيادة اتساع و مرحلة و سرعة الخطوة
- مرحلة الطيران محدودة لكن يمكن ملاحظتها
- زيادة مرحلة الذراعين.

## مرحلة النضج:

- أقصى اتساع للخطوة وزيادة سرعتها
- وضوح مرحلة الطيران
- امتداد كامل لرجل الإرتكاز.

**الوثب:** تعني مهارة الوثب اندفاع الجسم في الهواء بواسطة دفع إحدى الرجلين أو الرجلين معا، ثم الهبوط على إحدى القدمين أو القدمين معا، ويتضمن هذا المعنى الواسع لمهارة الوثب العديد من الأنماط الحركية. ويمكن أن تؤدي مهارة الوثب في اتجاهات مختلفة بأشكال متنوعة وهي :

- الوثب لمسافة.

- الوثب لأعلى.

- الوثب من أعلى.

ويحدث أثناء تطور نمو القدرات البدني لمهارة الجري لدى الأطفال أن تنمو القدرات المرتبطة بمهارة الوثب، ذلك أن مرحلة الطيران أو عدم الارتكاز التي تميز الجري والتي تم الإشارة إليها تمثل في حقيقة الأمر من الناحية الفنية أحد متطلبات أداء مهارة الوثب. وبالرغم من ذلك فمن الأهمية أن ينظر إلى مهارة الوثب كإحدى المهارات الأساسية المستقلة و الهامة، فضلا عن أنها مهارة تتسم بقدر من الصعوبة يزيد مهارة الجري، ويرجع ذلك إلى أن مهارة الوثب تتطلب من الطفل توافر شروط أساسية وهي :

- قدر ملائم من القوة يسمح بدفع الجسم في الهواء.
- قدرًا كافيا من التوافق العضلي العصبي الذي يسمح باحتفاظ الجسم بتوازنه أثناء الطيران وعند الهبوط.

وبناءً على ذلك فإن توافر القدرات البدنية وحدتها لا يكفي لتطور نمو هذه المهارة، وإنما من الأهمية أن يتمتع الطفل ببعض الخصائص النفسية التي تساعده على تعلمها، منها الشجاعة و الجرأة و الثقة في النفس.

ويحدث نمو مختلف أنواع الوثب حسب التدرج الزمني المولى:

- الوثب إلى الأسفل في شكل خطوة من الأشياء المنخفضة 18 شهرا
- الوثب بالقدمين على الأرض 28 شهرا
- الوثب لمسافة طويلة 5 سنوات
- الوثب لأعلى 5 سنوات
- الوثب بشكل جيد 6 سنوات.

كما أنه وبالإضافة إلى الوثب إلى الأسفل الذي يبرز في السنوات الأولى من العمر فإن يحدث تغير لنمط الوثب للطفل السنة الرابعة بشكل واضح عندما يطلب من الطفل الوثب ومحاولة لمس شيء مرتفع، حيث يلاحظ رفع الذراعين جيداً، كما أن جميع أجزاء الجسم تكون على كامل الإمتداد.

بينما يمثل الوثب العمودي أحد اتجاهين رئيسين لأداء مهارة الوثب، فإن الوثب العريض يمثل الإتجاه الآخر، وهو الأكثر استخداماً مع أطفال هذه المرحلة السنوية لتقدير انجاز مهارة الوثب. وبالرغم من وجود عناصر مشتركة لأداء هذين النمطين من الوثب، فإن الوثب العريض مقارنة بالوثب العمودي يتميز بالآتي:

- زيادة تكورة الجسم تهيئاً للارتفاع.

- زيادة مرجحة الدراعين للجانب و للأمام.

- نقص زاوية الارتفاع.

- زيادة امتداد الجسم كاملاً عند الارتفاع.

- زيادة انتناء الفخذ أثناء الطيران.

- نقص زاوية الرجل لحظة الهبوط.

#### د - الحجل :

يعتبر الحجل أحد الأنماط الحركية الأساسية التي يشملها الوثب، ولكن يحدث أن يؤديها الطفل بارتفاع بإحدى القدمين و الهبوط على نفي قدم الارتفاع. وهي على النحو السابق تعتبر أثر طوبية وتعقيداً من مهارة الوثب التي يكون فيها الغرقاء و الهبوط بالقدمين. هذا، وتتطلب مهارة الحجل امتلاك الطفل قدرة مناسبة من القدرة العضلية والإتزان. ولا يتحقق ذلك عادة قبل أن يبلغ الطفل من العمل ثلاث أو أربعة سنوات.

وباختصار الحجل هو الارتفاع على القدم الواحدة مع الهبوط على نفس القدم. وفيما يلي الفترات الزمنية لبروز مهارة الحجل.

- الحجل ثلاثة مرات على القدم المفضلة 3 سنوات

- الحجل من ثلاثة مرات إلى أربعة مرات على نفس القدم 4 سنوات.

- الحجل من ثماني إلى تسعة مرات على نفس القدم 5 سنوات.

- تؤدي الحركة بمهارة و شكل جيد 6 سنوات.

وفيما يلي نستعرض الخصائص المميزة لمراحل تطور نمو مهارة الحجل:

#### المرحلة البدائية:

- اثناء قليل لحركات الذراعين.
- الإحتفاظ بالذراعين جانبا، بحيث تكون حركتهما محدودة وغير متسقة.
- سحب وليس دفع القدمين من الأرض.
- عدم المشاركة الفعالة للرجل الحرة.
- تكرار الحجل مرة أو مرتين فقط.

#### المرحلة أولية:

- امتداد محدود لقدم الإرقاء.
- استمرار عدم المشاركة الفعالة للرجل الحرة.
- تحرك الذراعين لأعلى و لأسفل معا أمام المجدع.
- تكرار خطوات الحجل لعدة مرات.

#### مرحلة النضج:

- الإمتداد الكامل لجل الإرقاء.
- تقود الرجل الحرة حركة الإرقاء لأعلى و للأمام.
- تتحرك الذراع المقابلة للرجل الحرة للأمام و للأعلى، ويتزامن ذلك مع حركة الرجل للأمام لأعلى. بينما تتحرك الذراع الأخرى في اتجاه عكس حركة الرجل الحرة.
- تردد فاعلية حركة الذراعين مع زيادة سرعة أو مسافة الحجل.

### 11-3- حركات المعالجة و التناول:

تميزت حركات المعالجة و التناول (التحكم و السيطرة) في سنين الأولين لعمر الطفل بتطور نمو حركة الوصول إلى الأشياء و القبض عليها، فضلا عن التوجيه المكاني بما يسمح بوضع اليد في المكان الذي يريد، أما مع بداية مرحلة الطفولة المبكرة فإن هناك مهارات متنوعة نشهدها تطويرا واصحا بعضها يرتبط بالتحكم و السيطرة على عضلات الجسم الدقيقة، بينما يرتبط البعض الآخر بالتحكم و السيطرة لعضلات الجسم الكبيرة، وهو ما نستعرضه فيما يلي:

## 11-1-2- حركات المعالجة و التناول للعضلات الدقيقة:

تتضمن حركات المعالجة و التناول للعضلات الدقيقة ثلاثة أنواع من المهارات الشائعة خلال مرحلة الطفولة المبكرة و هي :

### 1- مهارات مساعدة الطفل لنفسه:

تنوع مهارات الطفل لنفسه من حيث تناول الغذاء، ارتداء الملابس، الإستحمام، استخدام أدوات المائدة كالسكين و الشكوة و المعلقة... إلخ . و يعد هذا النوع من المهارات محدودة، و ربما كان سبب ذلك أن هذه المهارات تتأثر إلى حد كبير بالخبرات التي يتعرض لها الطفل في بيئته الأسرية، حيث ينظر إليها كنوع من الوظيفة الإجتماعية، بل أحياناً ما يتم ملاحظتها كجزء من النمو الإجتماعي للطفل. فاستجابات أفراد الأسرة أو المجتمع نحو طريقة استخدام الطفل لمثل هذه المهارات تؤثر في طريقة استخدامه لها، و يتضح ذلك على سبيل المثال في كيفية استخدام الطفل لأدوات المائدة من حيث مسک المعلقة و الكوب.

### 1- مهارات البناء (الإنشاء):

تمثل مهارة البناء (الإنشاء) نوعاً آخر من حركات المعالجة و التناول للعضلات الدقيقة للطفل في هذه المرحلة العمرية باعتبارها تشكل جانباً هاماً من لعب الأطفال، بينما لا يستطيع طفل الثانية أن يبني برجاً من ستة مكعبات، فإن الطفل المتوسط في سن الثالثة يستطيع أن يبني برجاً أكثر من تسعه مكعبات أو عشرة.

هذا ويستخدم الطفل المكعبات الخشبية في بناء الجسور و الأشكال البسيطة الأخرى تقليداً لما يشاهده في البيئة المحيطة، إلا أن الطفل هنا لا يزال غير قادر على تكوين مفاهيم حقيقة للأشياء، أي أنه عاجز عن إعطاء سمات مشتركة لصنف من الأشياء.

وعندما يبلغ الطفل الرابعة فإنه يستطيع أن يقلد مريعاً مرسوماً أمامه، وأن يكمل بعض الأجزاء الناقصة من رسم الرجل. وفي سن الخامسة يستطيع أن يرسم رجلاً بقدر من الوضوح، كذلك فإنه يستخدم أدوات اللعب من المكعبات و الألوان و الطباشير و أقلام الشمع و مواد اللصق... إلخ، وذلك لعمل أشياء لها معنى محدد، ويكسب منها مفاهيم تلك الأشياء.

## 2- مهارات القبض على أدوات الكتابة والرسم:

تعتبر مهارات القبض على أدوات الكتابة و الرسم، وخاصة مسك القلم من المهارات الهامة التي تشهد تطوراً خلال هذه الفترة. في بينما يبدأ الطفل في عمر 16 إلى 18 شهراً محاولة القبض على القلم بشكل عشوائي، فإنه عندما يبلغ الرابعة من العمر يستطيع مسك القلم مستخدماً الأصابع الخاصة بذلك على نحو مقبول.

هناك أربعة مراحل لنمو مسك الطفل للقلم وهي :

### - المرحلة الأولى:

أين يمسك فيها الطفل القلم براحة اليد، مع استخدام مفاصل الذراع المخالفة، فضلاً عن عدم اتصال المرفق أو الرسغ بالورقة التي يرسم فيها.

### - المرحلة الثانية:

يستطيع الطفل فيها مسك القلم بالأصابع الثلاثة ولكن يوجد القلم بين أصبعين فقط هما الإبهام و السبابا.

### - المرحلة الثالثة:

أين يستطيع الطفل مسك القلم بالأصابع الثلاثة، ولكن يديه الرسم من حركة الرسغ فقط وعدم المشاركة الإيجابية للإصابع.

### - المرحلة الرابعة:

وهي الأخيرة لنمو مسك الطفل القلم و التي تكون في سن الاربع سنوات، ويطلق عليها مرحلة المسك الديناميكي للقلم، حيث يستطيع الطفل استخدام الأصابع الثلاثة في المشاركة الإيجابية للرسم.

## 11-3-2- حركات المعالجة و التناول للعضلات الكبيرة:

تشمل في الأساس كلاً من حركات الدفع المتمثلة في الرمي و حركات الإمتصاص أي الإستلام اللذان تستعرض نموهما على النحو التالي:

### - مهارة الرمي:

تعتبر مهارة الرمي من أكثر المهارات أهمية و شيوعاً للتعبير عن حركات المعالجة و التناول للعضلات الكبيرة للطفل في هذه المرحلة. هذا ويمكن انجاز هذه المهارة بطرق عديدة، وباستخدام أدوات مختلفة لذلك من الصعوبة بمكان تحديد نمط معين و ثابت لأدائها.

وتعتبر مهارة الرمي و الدراج مفرودة من أعلى الرأس من أكثر مهارات الرمي استخداما في مجال دراسات تطور النمو الحركي لمهارة الرمي والتي يمكن وصفها في أربعة مراحل وهي على النحو التالي:

#### **المرحلة الأولى من سن الثانية إلى سن الرابعة:**

يحدث أن تتم الحركة التمهيدية بتحريك الذراع الرامية للجانب وللخلف، أو للأعلى وللخلف حتى تصل الذراع أعلى الكتف فتحدث أن يثني الذراع، ثم يؤدي حركة الرمي بمرجحة الذراع للأمام و للأسفل.

#### **المرحلة الثانية في السن الثالثة و النصف حتى الخامسة:**

يبدأ في هذه المرحلة النمط الأساسي لحركة الرمي، حيث يستطيع الطفل لف الجذع. ويؤدي مرجحة الذراع من الأمام إلى الخلف حتى تتوقف الذراع الرامية خلف الرأس مع إثناء الجيد للمرفق. و كما هو الحال في المرحلة الأولى فإن القدمين تكونين ثابتتين، ولا تتحركان أثناء الرمي، وإن كانت حركة لف الجذع في هذه المرحلة تساعد على زيادة قوة الرمي.

#### **المرحلة الثالثة في السن الخامسة حتى السادسة :**

يؤدي الطفل في هذه المرحلة الخطوة للأمام بالقدم الموازية لذراع الرمي مما يؤدي إلى زيادة قوة دفع الثقل، كما يؤدي حركة لف الجذع، وتقوم الذراع بالمرجحة للجانب و لأعلى و للخلف. بالإضافة إلى ما سبق يلاحظ في هذه المرحلة انتقال الجسم من قدم لأخرى.

#### **المرحلة الرابعة في السن السادسة و النصف وما بعدها:**

تمثل هذه المرحلة الشكل الناضج لأداء المهارة ، حيث تتميز بالتوافق بين الحركة التمهيدية التي تتطلب لف الجذع للخلف، وحركة الخطوة للأمام بالقدم الموازية لذراع الرمي، فضلا عن التحكم و السيطرة بالنسبة للقدم المقابلة لذراع الرمي.

#### **- مهارة الإستلام (اللقف):**

تعتبر مهارة الإستلام (اللقف) من أكثر المهارات الحركية الأساسية تمثيلا لحركات المعالجة و التناول للعضلات الكبيرة، ويعتبر الحك العلمي لنجاح مهارة الإستلام لدى الطفل هو استلام الشيء المقذوف أو الكرة باليدين. هذا ويفيد ظهور المحاولات الأولى لإستلام الكرة لدى طفل الثانية من العمر يكون جالسا و الرجالان متبعدين للخارج، بينما تندحر الكرة في اتجاه بين الرجلين، فيلاحظ انه يحاول أن يمسك بالكرة و يسحبها نحو إحدى الرجلين.

أما عندما يبلغ الطفل من العمر ثلاثة سنوات فإنه يستطيع اتخاذ وضع الاستعداد أو التهيئة لاستقبال الكرة. فيلاحظ امتداد الذراعين للأمام نحو الكرة قبل انطلاقها، ولكن تتأخر استجابته حتى تلمس الكرة اليدين، فيحاول القبض على الكرة وضمها إلى صدره.

ويشهد تطور نمو مهارة الاستلام تقدماً واضحاً لطفل الخامسة من العمر، وخاصة فيما يتعلق بحركة الذراعين والرجلين، حيث بشتيهما قليلاً، ويجذبهما نحو الجسم عند استلام الكرة. كما يلاحظ وجود اثناء في مفصلي الفخذ والركبة بما يسمح باستلام بقدر ملائم من التوافق وال الإنسانية.

#### **- مهارة ركل الكرة:**

نستعرض فيما يلي معلم تطور ركل الكرة في كل من المراحل البدائية والأولية والنضج والتي من خلالها يمكن المرحلة التي يتواجد فيها الطفل:

##### **المراحل البدائية:**

- تكون الحركة مقيدة أثناء ركل الكرة.
- الإحتفاظ بالجذع منتسباً.
- تستعمل الذراعان للاحتفاظ بالتوازن.
- حركة مرجحة الرجل للخلف تكون محدودة.
- مرجحة الرجل للأمام قصيرة، مع قليل من الحركة المتابعة.
- تغلب حركة الدافع على حركة الركل و المتابعة.

##### **المراحل الأولية:**

- حركة مرجحة للخلف أثناء الإعداد للخلف أثناء الإعداد تتركز في الركبة.
- تميل الرجل الضاربة أن تظل منثنية خلال الضرب.
- تكون حركة المتابعة للأمام محدودة للركبة.
- يؤدي الطفل خطوة أو أكثر نحو الكرة قبل ضربها.

##### **المراحل النضج:**

- تترموج الذراعين بالتبادل أثناء الركل.
- اثناء الجذع في الوسط أثناء حركة المتابعة.
- تبدأ حركة الرجل الراكلة عند مفصل الفخذ.

- انثناء قليل لرجل الإرتكاز عند ركل الكرة.

- يزداد طول مرجحة الرجل.

- حركة متابعة واضحة و جيدة.

- الاقتراب (التقدم) نحو الكرة يكون من الجري أو الوثب.

فيما تنمو مهارة ركل الكرة الحسب العمر الزمني المولى:

- يحاول الطفل دفع الكرة دون أن يركلها فعلا ..... 18 شهرا.

- الركل و الرجل مفرودة وحركة قليلة للجسم (الركل كوجه للكرة) ..... 2-3 سنوات.

- يثنى الطفل الساق في حركة الدفع للخلف ..... 3-4 سنوات.

- في سن 4 إلى 5 سنوات تظهر مرجحة أكبر للأمام و للخلف مع وضع جيد للذراعين.

- يكون أداء الركل بشكل جيد في سن 5 إلى 6 سنوات.

- **مهارة محاورة الكرة باليد:**

**المرحلة البدائية:**

- استخدام اليدين معا.

- وضع اليدين على جانبي الكرة، حيث تواجه راحتا اليدين بعضهما البعض.

- دفع الكرة للأسفل بالذراعين.

- تكون الكرة قريبة من الجسم وقد تلمس القدم.

- تباين واسع مع ارتفاع ارتداد الكرة.

**المرحلة الأولية:**

- استخدام اليدين، إحدى اليدين أعلى و الأخرى أسفل الكرة.

- الميل للأمام قليلا و تكون الكرة عند مستوى الصدر.

- دفع الكرة للأسفل بأعلى الذراع و اليد.

- انزلاق اليد من على الكرة عند تكرار المحاورة (ارتداد الكرة).

- انثناء وامتداد الرسغ و اتصال راحة بالكرة مع ارتداد متابعة بصرية للكرة.

- سيطرة محدودة أثناء تنطيط الكرة.

### المراحل الناضج:

- ميل الجذع قليلا للأمام.
- ارتفاع الكرة لمستوى الوسط.
- دفع الكرة نحو الأرض مع المتابعة بالذراع و الرسغ والأصابع.
- تحكم في قوة الدفع لأسفل.
- تكرار تنطيط الكرة باستخدام الأصابع.
- عدم أهمية المتابعة البصرية للكرة.
- التحكم في اتجاه التنطيط.

### 11-3-تطور الحركات الأساسية لثبات و اتزان الجسم: (من 2 إلى 6 سنوات)

إذا كانت حركات الثبات والإتزان للطفل خلال الستين الأوليتين من العمر والمتمثل كما سبق ذكرها في التحكم في الرأس والرقبة، التحكم في الجذع والجلوس، إنتصاب القامة- تعتمد في نوها إلى حد كبير على عامل النضج، فإن الأمور ليس كذلك بالنسبة للطفل في هذه المرحلة حيث يكون تأثير البيئة و الخبرات الحركية الملازمة و المتنوعة أكثر فاعلية و أهمية، وسوف تتناول نوعان أساسيان لتزان الجسم هما التوازن الثابت و التوازن الحركي.

#### التوازن الثابت:

ونعني بالتوازن القدرة التي تسمح للطفل بالبقاء في وضع ثابت، أو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند احتفاظ أوضاع معينة، كما هو الحال عندما يطلب من الطفل الوقوف على مشط القدم، أو الوقوف على عارضة بمشط القدم.

إن الطفل و حتى عمر عامين لا يمكن بشكل عام أن يؤدي الحركات التي تتطلب قدرات كبيرة من التوازن الثابت أو التوازن الحركي، حيث ما زال الطفل يعاني من مشكلات الاحتفاظ الرئيسي للقوع على نحو جيد. أما في سن ثلاثة سنوات فيستطيع 50% من الأطفال في هذا العمر الاحتفاظ بتوازنهم من الثبات بالوقوف على قدم واحدة لفترة ثلاثة أو أربعة ثواني، كما يستطيعون المشي لمسافة ثلاثة أمتار على خط عرضه سنتيمترات و نصف، بينما لا يستطيع الطفل المشي في خط دائري حتى يبلغ من العمر أربع سنوات.

في حين أن الأطفال في عمر خمسة سنوات يستطيعون الاحتفاظ باتزانهم من الثبات بشكل مرض، كما أن البنات يتفوقن على البنين.

## التوازن الحركي:

يقصد بالتوازن الحركي القدرة التي تسمح للطفل بالتوازن أثناء أداء حركي معين، كما هو الحال عندما يطلب من الطفل المشي على عارضة التوازن.

وقد أظهرت دراسة "كريتي" التي قامت بتتبع نحو التوازن الحركي لمرحلة الطفولة المبكرة حيث يطلب من الطفل المشي على عارضة توازن طولها سبعة أمتار ونصف وعرضها ستة سنتيمترات، وارتفاعها عن الأرض عشرة سنتيمترات. وأظهرت النتائج أن الطفل في عمر سنتين يحاول الوقوف على العارضة فقط، بينما يمكن طفل الثالثة من المشي لجزء من العارضة. وعندما يبلغ أربع سنوات و نصف فإنه يمكن من اجتياز طول العارضة ولكن بخطوات متبادلة بطبيعة نسبيا، ثم يشهد تطور نحو العمر تزايد السرعة، بحيث يستطيع الطفل الذي يبلغ الخمسة سنوات و نصف اجتياز مسافة العارضة في زمن حوالي أربع ثوانٍ.

ويميز العلماء بين اللياقة البدنية و اللياقة الحركية، وذلك من حيث طبيعتها و مكوناتها، فيستخدم مصطلح اللياقة البدنية عاد للدلالة على الحالة الصحية و السعة الوظيفية للطفل في أداء عمل معين، وتشمل مكوناته: القوة العضلية، التحمل العضلي، الجلد الدوري التنفسى و المرونة، بينما يستخدم مصطلح اللياقة الحركية عادة للدلالة على مدى كفاءة الطفل في أداء المهارات الحركية الأساسية، ومهارات المرتبطة بنشاط رياضي معين وتتضمن مكوناته : السرعة، القدرة العضلية، التوافق، الرشاقة و التوازن.

## 11-2- النمو عناصر اللياقة الحركية في الطفولة المتأخرة (من 8 إلى 12 سنة):

### مرحلة التعلم لأول وهلة

يزداد تطور النمو الحركي بصورة ملحوظة، إذ أن الطفل تصبح لديه القدرة على التحكم في الحركة وتوجيهها بشك هادف. ولا ينطبق ذلك على النشاط الرياضي فقط بل حتى في نشاطه اليومي. ولأن هرحلة الطفولة المتأخرة تتميز بقدرة الطفل على سرعة اكتساب و تعلم الكثير من المهارات والقدرات الحركية، حيث أن هناك من يطلق عليها مصطلح "مرحلة التعلم لأول وهلة".

إن الطفل في هذه المرحلة يكون قادرا على التحكم و السيطرة على قدراته الحركية، وذلك بسبب نحو الجهاز العصبي و كذا العضلي بالشكل الكافي، فيميل الطفل إلى المنافسات الفردية كالتسليق و فيظهر الحماس في التعلم و المخاطرة في حركاته فيسعى دائما إلى إيجاد الحلول للواجبات الحركية ولهذا السبب تكون الحركة اقتصادية وهادفة، ونلاحظ اندماج الهدف في الحركات الثنائية و الحركات المركبة. فالوزن الحركي يتضاعر بإستمرار ويصبح النقل الحركي جيدا و خاصة استخدام الجدوع، وتكون هناك انسيابية كبيرة في الحركات، ويزداد التوقع الحركي لدى

ال الطفل في هذه المرحلة . و ملاحظ في هذه المرحلة إذن هو أن الطفل في هذه المرحلة يصبح أكثر رشاقة و سرعة و قوّة . كما أن كثيراً ما يتعلّم الأطفال في هذه المرحلة السباحة و ركوب الدرجات و ركوب الخيل وكذلك مهارات ترتبط بكرة القدم و كرة اليد في وقت قصير وحتى بدون قيادة تربوية . كما يتعلّمون نماذج و مهارات حركية بسرعة و في غضون بعض التكرارات القليلة .

### **لماذا سميت مرحلة التعلم للوهلة الأولى؟**

تتوفر لدى الطفل في هذه المرحلة شروط التعلم السريع فاللياقة البدنية متوفّرة لنمو الجانب العضلي وكذا وصول الجهاز العصبي إلى الإكمال بالإضافة إلى القشرة المخية ما يمكن من نقل الحركات من الحدّ إلى الأطراف العلوية والسفلية بشكل أفضل أي هناك قابلية للتّوافق الحركي مع نمو القدرة على التّصور الذهني بصورة خاصة في مجال المراقبة و قابلية الملاحظة . وأمام كل هذا فإن التّعلم الحركي في هذه المرحلة يكون بالنسبة للطفل بالطريقة الكلية و ليس الجزئية حيث يتم التّحليل الإدراكي التّفكيري للمهارات الحركية بل أن الأطفال يقومون بإستيعاب الحركة ككل و يقومون مباشرة بتقليلها .

## **11-2-1- اللياقة البدنية و الحركية المرتبطة بهذه المرحلة الطفولة المتأخرة :**

### **1- اللياقة البدنية:**

#### **أ- التحمل الدوري التنفسي:**

يعرف التحمل الدوري التنفسي بمدى كفاءة الجهازين الدوري التنفسي على امتداد العضلات العاملة بحاجتها من الوقود اللازم لاستمرار في العمل لفترات طويلة نسبياً .

تعد الفترة ما بين السابعة و العاشرة مرحلة تقدّم سريع في تطوير لياقة الجهاز الدوري التنفسي ، إذ يستطيع الأطفال بذل مجهود مع ارتفاع معدلات نبض القلب على نحو يزيد عمّا كان متوقعاً من ضعف قدراتهم في هذا الجانب ، أما الفروق في بين الجنسين فتبعد محدودة في قياسات التحمل .

#### **ب- القوة العضلية :**

تعرف القوة العضلية بأنّها قدرة العضلة أو العضلات في التغلب على مقاومات مختلفة ، وتصنّف إلى قوّة عضلية ثابتة و قوّة عضلية متحركة .

في هذه المرحلة يكون تطوير القوة العضلية بطيئاً نسبياً ، حيث يرتبط ذلك بمدى ممارسة الطفل للأنشطة الرياضية و التدريب عليها . إذ يظهر التطور في القوة العضلية لدى الأطفال الحاضعين للتمرين و التدريب خاصة في الأطراف السفلية ، كما هناك فروق في هذه الصفة لصالح البنين على حساب البنات .

### ت - التحمل العضلي:

يعرف بقدرة العضلة أو المجموعة العضلية على مواجهة التعب، وأداء انقباضات عضلية متتالية للتغلب على مقاومات ذات شدة متوسطة أو أقل من القصوى من جهة أو بذل مجهود ضد مقاومة في وضع معين لأطول فترة زمنية ممكنة.

ويلاحظ في هذه الفترة عدم استقرار في نمو التحمل العضلي وكثير ما يكون ذلك مرتبط بمدى استخدام المجموعات العضلية أثناء حركة الطفل و في اللعب.

### 2-اللياقة الحركية:

#### أ - المرونة العضلية :

تعني المرونة الحركي قدرة الطفل على تحريك المفاصل الجسم لأوسع مدى ممكن للحركة دون أن يحدث نتيجة لذلك تمزق أو آلام للعضلات أو الأربطة.

تحقق معظم مفاصل الجسم نمواً كبيراً في مداها الحركي في هذه الفترة، حيث تصل المرونة الحركية المرتبطة بالمفاصل إلى أعلى مستوى لها لدى الأطفال الممارسين للنشاط الرياضي. كما سجلت الدراسات أن البنات يتتفوقون على البنين في المرونة خاصة مرونة الجدع و الفخذ.

#### ب - السرعة:

و تعني مقدرة الطفل على أداء حركات متكررة من نوع واحد في أقصر زمن ممكن سواء صاحب ذلك انتقال الجسم أو عدم انتقاله.

و تنمو السرعة بشكل كبير من سنة إلى أخرى في هذه المرحلة كون هناك قابلية كبيرة لتعلم الحركات و مرونة عالية. و يشمل هذا التطور السريع سرعة الجري نظراً لقدرته على تردد الحركات للمجموعات العضلية المختلفة، و نفس الشيء ينطبق على سرعة رد الفعل التي تتطور بشكل كبير عن طريق الممارسة و التدريب.

#### ت-التوافق الحركي:

بشكل عام فإن التوافق الحركي يعني مقدرة الطفل على إدماج حركات من أنواع مختلفة في إطار واحد، وتزداد الحاجة إلى التوافق الحركي كلما كانت الحركات أكثر تعقيداً.

تعد هذه المرحلة ذروة في التوافق الحركي حيث تنمو ثلاثة مرات على ما كانت عليه بالنسبة للبنين والبنات على حد سواء.

### ث-الرشاقة:

تعني الرشاقة بشكل عام قدرة الجسم أو أجزاء منه على تغيير أوضاعه أو اتجاهاته بسرعة و بدقة. و الملاحظ أن نمو الأطفال في هذه المرحلة في صفة الرشاقة يكون محدودا مقارنة بالقدرات الأخرى لكن وجب تعميتها وذلك تحتاج إلى التدريب والممارسة. وقد أكدت نتائج الدراسات أن نمو الرشاقة لدى البنات تتوقف عندما يبلغن 14 سنة بينما يستمر النمو بالنسبة ل البنين حتى عمر 17 سنة. وبحذر الإشارة أن تنمية الرشاقة يرتبط بعده تنمية القدرات البدنية المرتبطة بها، وخاصة القوة العضلية والسرعة و التوافق و التوازن الحركي.

### ج-التوازن:

التوازن نوعان : **التوازن الثابت** الذي يعني القدرة إلى الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة. و **التوازن الحركي** الذي يقصد به القدرة على الاحتفاظ بتوازن الجسم عند أداء حركي معين، كما هو الحال عند أداء الطفل المشي على عارضة التوازن.

ويتحسن بشكل كبير التوازن بنوعيه الثابت و التوازن الحركي في هذه المرحلة، ليتوقف لدى البنات عند سن 12 سنة فيما يزداد في التطور لدى البنين. نظرا للتغيرات الجسمية و الفسيولوجية التي تطرأ على الأطفال فإن ذلك يؤثر لا محالة على سلوكه الاجتماعي وحتى على نفسيته نظرا لترافق التجارب الاجتماعية و فقدان القدرة على التكيف مع هي التغيرات التي تطرأ عليه، ما يحتم دراسة و معرفة العوامل التي يمكن من خلالها التعامل مع الأطفال بطريقة متوازنة بين الكف و التشجيع، وبين الجسم و المشاركة في المواقف التي ت تعرض التلميذ.

## 1-11-الأسباب العامة لمشاكل التلاميذ في مرحلة الطفولة:

- 1-الحالة الصحية للتلميذ:** كالضعف الجسمي العام الذي يbedo في نقص الوزن عن المعدل المألف الذي يكون سببه سوء التغذية أو نقصها، لذا يقال " العقل السليم في الجسم السليم "
- 2-الحالة الأسرية للتلميذ:** إن ضعف المستوى الاقتصادي و الاجتماعي للأسرة يؤدي إلى كثير من المشكلات السلوكية لدى التلميذ، حيث يحس بالدونية و العجز إذا ظهر بمظهر يقل عن مستوى زملائه .
- 3-التربية السيئة:** فالطفل المدلل لا يقوى على تحمل المسؤولية و يلقي التبعة دائما على الآخرين و يتصرف كما لو كان هو محور العالم .
- 4- عوامل مدرسية:** - ازدحام الفصول بالتلاميذ . - سوء توزيع التلاميذ و انعدام الصلة بالأولياء.

## 11-2- أهم مشكلات التلاميذ في مرحلة الطفولة :

**1 - التخلف الدراسي:** أي التخلف عن التحصيل الدراسي، فالتلاميذ المتخلفين دراسيا هم هؤلاء الذين يكونون مستوى تحصيلهم الدراسي أقل من مستوى أقرانهم العاديين .

### 1-1- أسباب التخلف الدراسي :

- عوامل عقلية، كالانخفاض مستوى الذكاء .

- عوامل جسمية، كضعف الصحة العامة أو مرض مزمن.

- عوامل انفعالية، تتعلق بالاضطرابات النفسية.

### 1-2- علاج التخلف الدراسي :

- مراعاة الفروق الفردية في المدرسة.

- إعداد مدرسين إعدادا فنيا و تربويا.

- اهتمام خاص بالتلاميذ الذين يعانون من الضعف.

- دعم الصلة بين المدرسة و الأولياء.

- اعتماد وسائل علمية متطرفة.

- إتاحة الفرصة للمتخلفين و ابتكار وسائل عديدة لجذب اهتمامهم.

**2 - عيوب الكلام:- التأتأة :** حيث يتعدّر على الأطفال النطق بعض الحروف فيستبدلون حرفًا آخرًا بآبدال السين بالثاء.

**ـ التهتهة :** التعسر الشديد في النطق، حيث يبذل الطفل جهدا زائدا لإخراج الكلام فيكون بصفة انفجارية.

### 2-1- علاج عيوب الكلام:

- الاستعانة بطبيب الصحة المدرسية.

- تشجيع التلميذ بتكليفه بواجبات مناسبة.

- تقوية الروح الاجتماعية لدى التلميذ.

- إعطاء التلميذ فرصة كافية عند السؤال أو الإجابة.

- الاتصال بأهل التلميذ.

- عند التعسر يجب تحويل التلميذ إلى أحد المراكز المتخصصة.

### 3 – مشكلات سلوكية:

- أ- مشكلة النظام.
- ب- مشكلة الكذب.
- ج- مشكلة السرقة.
- د- مشكلة التأخر الدراسي و عوامله.

#### 11-3- اضطرابات الطفولة و دور التربية في علاجها:

الفوبيا: (المخاوف الشديدة اللامعقولة).

التبول اللاإرادي: و يمكن أن يعاني الأطفال من اضطرابات النفسيجسمية التي يعاني منها الكبار، مثل الربو، القرح المختلفة التي يكون منشؤها نفسي كالسمنة، ضغط الدم، كما يمكن أن يعاني الأطفال من أنواع كثيرة من القلق أو الإكتئاب و الهمستيريا و الوسوسة.

و يمكن دور التربية في علاج تلك اضطرابات في:

- سرعة تشخيص حالات التأخر و توجيهها إلى مختص.
- الاتصال بالأولياء و إطلاعهم على ما يلاحظ من اضطرابات على سلوك أطفالهم .

#### 11-4 – علاج مشكلات الطفولة (كيفية التعامل مع الطفل التلميذ):

##### 1- المدرسة :

- يجب مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ في قدراتهم العقلية .
- مراعاة توزيعهم على الفصول وفق تلك القدرات.
- ممارسة الأنشطة المختلفة.
- الاهتمام بالتلاميذ الذين يعانون ضعفا عاما من خلال توجيههم.
- التكفل بالتلاميذ الذين يعانون مشكلات نفسية و انفعالية و عرضهم على اختصاصيين....

##### 2- المعلم :

- عدم معاملة التلميذ بقسوة و عنف و تحقيق مبدأ تكافؤ الفرص.
- مراعاة الفروق الفردية و فهم مشكلات التلميذ الاجتماعية و النفسية.
- تدعيم الصلة بين المعلم و أولياء التلاميذ.
- تعويد الطفل على السلوكيات الحسنة كحسن الإصغاء و الحوار و احترام الرأي دون النقد و التجريح.

- العمل على جلب اهتمام التلميذ و تحريره من الخوف والسلطة .
- إعداد وسائل و طرق تعليمية موافقة للمناهج الحديثة كالمناقشة و التطبيق .
- العمل على توفير جو من المودة و العطف و التعاون بين التلاميذ و تشجيعهم على بذل جهد يساعدهم على تحقيق ذاتهم ...

### **3-الأسرة :**

- عدم التدليل المفرط و عدم الإهمال الكلي (لا إفراط و لا تفريط).
- عدم تقديم امتيازات لطفل بسبب مرضه مثلا كإغراقه في النقود و الملابس و ..
- إدماج الطفل في فرق رياضية و جماعات تدربه على الأخذ والعطاء و التعبير عن ذاته و التنفيذ عن مكبوتاته و التوافق بين طبيعته و ما هو موفر له.
- عدم معاقبة الطفل حين تعرضه للفشل الدراسي، بل البحث عن الأسباب و العمل على معالجتها.
- الاتصال بين الأولياء و المدرسة و التعاون من أجل إيجاد أنجح الطرق لراحة التلميذ و تفوقه الدراسي .
- مواجهة الأولياء ببعض السلوكيات التي تظهر على التلميذ كالكذب و السرقة لمواجهة تلك الاضطرابات و معالجتها قبل تفشيها.

### **5- بعض الأخطاء المرتكبة في تعامل المعلم مع التلميذ:**

- 1- كثرة النص.
- 2- قيام المعلم بالدور الإيجابي دون محاولة إشراك التلميذ في تحمل المسؤوليات.
- 3- كثرة حديث المعلم و أسئلته .
- 4- تركيز أسئلة المعلم على نواحي معينة قد تخرج التلميذ.
- 5- التوبيخ، حيث يقوم المعلم بتوجيه التلميذ إذا أخطأ....

### **طرق التعليم في مرحلة الطفولة المبكرة :**

هناك عدة طرق لتوفير التعليم النافع والهادف للطفل ، في مختلف مراحل نموه ، ولأن سنوات الطفولة الأولى جد مهمة في اكتساب المهارات الجسدية والحركية والعقلية والاجتماعية ، فان عملية تعليم الطفل هي ضمن مسؤولية الأهل ، والوالدين بصفة خاصة ، وسنستعرض في هذا الصدد بعض طرق التعليم في جوانب مختلفة من حياة الطفل :

**1- تعلم التحرك :** هناك العاب تساعد الطفل على النمو الجسدي والحركي ، منها :

- أنواع الهياكل ذات العجلات وعربات الدفع وعربات الشد .
- الزحف تحت النفق واللعب بالهزازة .
- الصعود والنزول من على الدرج .
- حركة القرفصاء ، والوقوف على رجل واحدة .

**2- تعلم الإبداع :**

يتعلم الطفل الإبداع عن طريق ما يقدم له من مواد تساعدة على التعبير عن نفسه ، وعلى الابتكار ، وتكشف رسومات الولد عن تبصر لكيفية رؤيته العالم .

- توسيع نطاق الرسم عند الطفل ليتخطى بذلك قلم التلوين والفرشاة.
- عن طريق الطلاء باليد أو الأصابع فان الطفل يخوض تجربة لمسية جديدة .
- الطلاء بالاسفنجة والطباعة بالاوراق تعتبر مقدمة جيدة للكتابة .
- توفير العجينة والصلصال ينمي الإبداع لديه ، وتعطيه الاحساس بالانجاز والمزيد من الابتكار والابداع .

**3- تطوير المهارات الفكرية:** تشمل المهارات الفكرية التعلم والذاكرة والتفكير والاستبطاط ، ورغم انه يصعب على الاطفال استيعاب المفاهيم في هذه المرحلة المبكرة ، إلا انه هناك طرق تعليمية تساعد على ذلك وتسهل في استيعاب هذه المفاهيم:- لعبه العثور على مطابق من شأنها تدريب مهارات الملاحظة عند الطفل .

- لعبه إخراج الدخيل من مجموعة من الأشياء يجعله يفهم جيدا طبيعة الأشياء .  
- لعبه داخل وخارج والتي تمثل في ملء كيس صغير وتفريغه ، فان فرصة للتفكير تتولد لدى الطفل في كيفية مشاركة شيئين المساحة نفسها في وقت معين وعدم التقاءهما في وقت واحد ، وهذا يعلمه التفكير في الأضداد.

**4- اكتساب حب الذات :**

- تفاعل الطفل مع العديد من الأشخاص في عدة مستويات تساعدة في صقل فهمه لهويته.  
- اللقاء بالغرباء يساعدة في تكوين نماذج الأدوار في العالم وتحسين قدرته على التعامل معها.  
- وهناك عدة طرق عملية تفيد في ذلك عن طريق اللعب، فوضع بعض الدمى المتحركة بين يديه وسرد القصص يحوله إلى شخص آخر لفترة. - ومن المفيد إعداد كتاب مصور عنه وعن عائلته فذلك يساعد على تذكر الأحداث.

## المحور الثاني عشر: توجيهات تطبيقية لتحسين المهارات الحركية بمرحلة الطفولة:

توجيهات مهمة لأستاذة التربية البدنية و الرياضية والتي قد تسهم بشكل جيد في تطوير المهارات الحركية للأطفال أخذًا بعين الاعتبار متطلبات كل مرحلة سنية، والتي يمكن ذكرها في النقاط التالية:

### 1-12- أنشطة الحركية الخاصة بطفيل في سن 5 سنوات:

- يجب تخصيص دروس يومية من 20 إلى 30 دقيقة لممارسة النشاط البدني ضمن برنامج رياض الأطفال.
- يجب أن يتاح لكل طفل فرصة بذل أقصى كمية من الحركة و النشاط خلال الوقت المخصص للممارسة.
- الإهتمام بالأنشطة التي تكسب الطفل زيادة الوعي بالجسم مثل: التعرف على أجزاء الجسم، حمل الأثقال، الحركات الإننقلالية (المشي-الجري- الوثب- الحجل – الإنلاق ... إلخ)
- التركيز على الأنشطة التي تساعده على تطوير كل من الرشاقة (الجري في إتجاهات مختلفة- الجري المتعرج) و المرونة (حركة مفاصل الجسم في مدى واسع).
- يتعب الطفل بسهولة، ويحتاج إلى فترات قليلة من الراحة لاستعادة طاقته للعب و النشاط، لدلي يجب تجنب إعطاء واجبات حركية تتطلب النشاط المستمر لفترة طويلة.
- يجب أن تتخلل فترات النشاط الرائد المرتفع الشدة فترات نشط خفيف أقل شدة.
- تحسن في الإحساس بالتوازن، وبالرغم من ذلك يواجه الطفل بعض الصعوبات بإحتفاظ الطفل بتوازنه عند أداء بعض الواجبات الحركية.
- يراعى أن يتضمن برنامج النشاط الحركي للطفل أنشطة مثل: الدرجات – القفز (النط) – النط على قدم واحدة (الحجل) – الوثب من قدم لأخرى أثناء تحرك الجسم للأمام.
- الإهتمام بتقديم الأنشطة دون استخدام أدوات.
- التركيز على الأنشطة الإننقلالية مثل: الألعاب – الجمباز – الرأس الإيقاعي.
- تكون المهارات الإننقلالية أسهل من مهارات المعالجة و التناول.
- يوجه إهتمام أكثر نحو الأنشطة التي تتطلب إشارة العضلات الكبيرة، و الأنشطة التي لا تتطلب التعامل اليدوي.

- يستخدم الجري بأشكاله المتعددة في برنامج النشاط الحركي، ومن ذلك على سبيل المثال: الجري و الوقوف تبعا للإشارة، الجري مع تغير الإتجاهات، الجري البطيء من تزايد السرعة، الجري للجانب والجري للخلف، الجري بين العوائق ... إلخ . كما تستخدم ألعاب المسك المحببة للأطفال.
- يجب أن يتوقع أستاذ التربية البدنية أو المربى الرياضي وجود تباين كبير لدى الطفل في أداء المهارات و كذلك بين الطفل و زملائه.
- يقدم للأطفال ذوي المهارة العالية واجبات حركية.

## 12-أنشطة الحركية الخاصة ب الطفل في سن 6 إلى 7 سنوات:

- يجب أن يخصص درس يوميا لممارسة النشاط البدني الحركي لفترة 30 دقيقة.
- يجب أن يتاح لطل طفل فرصة بذل أقصى كمية من الحركة و النشاط خلال الوقت المخصص للممارسة.
- يراعى أن يتضمن البرنامج المزيد من التكرار للمهارات التي سبق أن اكتسبها الطفل و لكن في مواقف متنوعة جديدة.
- عدم الإستقرار في إظهار السيطرة و التوافق البدني و الحركي في بعض الأوقات بينها يستطيع السيطرة و التحكم في بعض المواقف الأوقات.
- يجب أن يتضمن برنامج النشاط البدني الحركي للطفل الكثير من الأنشطة المساعدة للسيطرة والتحكم في الجسم و تحسين المقدرة على التحكم في الأشياء.
- أهمية أن يتضمن برنامج النشاط البدني الحركي للطفل تكرار واجبات حركية بسيطة في حدود قدرات الطفل تتطلب التوازن الجيد.
- يبدأ تقديم أنشطة جديدة للتوازن على الأرض أو بإستخدام أجهزة.
- تحسين قدرات الطفل في المعالجة و التناول للأشياء حيث يراعى أن يتضمن النشاط البدني الحركي للطفل أنشطة مثل: استقبال و استلام الكرة، المحاورة بالكرة باستخدام اليدين و الرجلين... إلخ.
- يجب أن يحصل الطفل على أقصى كم من النشاط خلال درس التربية الرياضية (30 دقيقة).
- يراعى أن توجه التعليمات بشكل مختصر.
- يفضل أن يخصص لكل طفل أداة للممارسة.

- يتضمن البرنامج التركيز على تكرار الأنشطة للحركات الإنتقالية (الجري – الإنزال – القفز) ... إلخ. ويمكن تقديم ذلك في أنشطة الألعاب، حركات الجمباز.
  - الإهتمام بتكرار المهارات الحركية التي تتطلب عضلات الجسم الكبيرة، و ممارسة أنواع جديدة من هذه المهارات.
  - يراعى أن يتضمن البرنامج أنواع جديدة من أنشطة التوازن، وطرق متنوعة لانتقال أجزاء الجسم في إتجاهات و مسارات جديدة مع تنوع استخدام الأدوات أو الأجهزة.
  - يلاحظ التباين بين الأطفال في قدرتهم على التناول و المعالجة اليدوية مع الأجهزة.
  - يستطيع معظم الأطفال أداء المهارات : الرمي – إرتداد الكرة – إستقبال الكرة – ركل الكرة. ويمكن ضرب الكرة بأداة (مضرب) عندما تكون الأداة ثابتة.
  - يراعى تنوع استخدام الأدوات المناسبة لتحسين مهارات المعالجة و التناول.
  - يلاحظ صعوبة أداء الطفل للأنشطة التي تتطلب السيطرة و التحكم في العضلات الصغيرة.
  - يفضل أن يتضمن برنامج النشاط البدني الحركي استخدام الطفل للكرات ، الأكياس ، أطواق الحبال ... إلخ مع تشجيع الطفل على التحكم و السيطرة على العضلات الدقيقة.
  - يراعى تشجيع جميع الأطفال على بذل أقصى نشاط في المشاركة.
- 12-3-أنشطة الحركة الخاصة ب الطفل في سن 8 – 9 سنوات:**
- زيادة فترة درس التربية الحركية للطفل وتترواح بين 30 إلى 45 دقيقة، بحيث لا يقل عن 3 مرات في الأسبوع.
  - أهمية أن يشارك الطفل مشاركة فعالة خلال وقت الدرس و أن يستثمر الوقت المتاح للممارسة لجميع الأطفال.
  - يتميز الطفل بمقدرة جيدة على أداء الأنشطة التي تتطلب التوازن، الرشاقة، المرونة، القوة.
  - استخدام المهارات التي سبق تعلمها مع تنوع و زيادة درجة الصعوبة واستشارة التحدي لقدرات الطفل.
  - تحسن واضح في التوازن لدى الطفل، لأجل ذلك يجب أن يتضمن البرنامج أنشطة التوازن التي تثير التحدي للطفل لأجزاء الجسم و قدرات المعالجة التناول وخاصة في أنشطة الجمباز و الألعاب.

- بالرغم من أن معظم الأنشطة تناسب و الجنسين (البنين و البنات) فإنه يراعى التنوع في الأنشطة  
لبداية الفروق الجنسية.

- بعض خبرات النضج الفيسيولوجي المبكر قد تؤدي إلى خلل في التوازن و التوافق الحركي لدى  
يراعى في اختيار الأنشطة الفروق، المرتبطة بالنضج البدني (الفيسيولوجي) وكذلك الإنفعالي، ومن ذلك  
على سبيل المثال: الألعاب الإبتكارية- الإنسجام و التسلسل الحركي- ألعاب التعاون للفريق.

- يجب أن يؤخذ في الإعتبار تصنيف الأطفال تبعاً لمستوى النضج و قدرتهم البدنية و المهارية.  
- تقديم خبرات حركية تستثير التحدي، وفي حدود قدرات كل طفل في أنشطة الألعاب  
الجمباز- الرقص الإيقاعي.

- تنوع الأنشطة مع تشجيع الأطفال على اكتساب مهارات جديدة و التركيز على التتابع الجيد  
و التسلسل المنطقي و لدرج في اكتساب المهارات.  
- يعمل الطفل بمفرده أو مع زميل و يبذل أقصى نشاط من أجل تحسين المهارات التي تعلمها  
و سبق اكتسابها.

- تقديم المهارات التي تعتمد على استخدام الأدوات، و المهارات الخاصة لنوع الرياضة.  
- الإهتمام بمهارات التحكم و السيطرة على الكرة باستخدام القدمين و اليدين، ولذلك مع الزميل  
أو مجموعات صغيرة.

- استخدام المهارات الإنقالية (المشي-الوثب-الحجل-التزلق) في شكل مركب مع استخدام  
الأجهزة و الأدوات مثل في أنشطة الألعاب الجمباز و الرقص الإيقاعي.

- الإهتمام بمهارات التي تتطلب معالجة الأشياء أو تناولها بالأطراف كاليد و الرجل، وكذلك  
يمكن استخدام أجزاء أخرى من الجسم مثل الدفع (الرمي-الضرب- الركل) الإستقبال (الالتقاط  
الإسلام- المسك- القبض).

- يفضل الإهتمام بتطوير هذه المهارات من خلال أنشطة متنوعة مثل الألعاب... إلخ.

#### 12-4- أنشطة الحركة الخاصة بطفلي في سن 10-12 سنة:

- يجب أن تكون الممارسة المنتظمة (الدرس) لفترة من 30 إلى 60 دقيقة، بواقع ثلاثة مرات على  
الأقل في الأسبوع.

- يجب أن يتاح للطفل فرصة أن يبذل أقصى نشاط لأقصى كمية متوافحة من الوقت المخصص.

- زيادة الفروق بين الأطفال في كل من البناء الجسمي والقدرات.
- أهمية أن يكلف الطفل بواجبات والأنشطة في حدود قدراته.
- صقل وتحسين لمهارات المركبة، واستخدام هذه المهارات في النشاط الرياضي المناسب.
- توقع زيادة الفروق الفردية بين الأطفال عند أداء المهارات الرياضية.
- عادة تكون البنات أكثر نضجاً من البنين من الناحية الفسيولوجية (البدنية) لدى تحتاج البنات إلى تشجيع أكثر أثناء اشتراكهن في الأداء لتقدير الذات.
- تظهر البنات مقدرة أكبر من البنين في الأنشطة التي تتطلب المرونة حيث يجب الإهتمام بتقديم تمارين المرونة (حركة المفاصل لأقصى مدى) لكل من البنين والبنات.
- يراعي تقديم الأنشطة التي تتطلب التوازن، وتطوير المرونة لمفاصل الجسم المختلفة.
- يجب أن يتضمن البرنامج استشارة المشاركة العقلية في النشاط الرياضي.
- بما أن الأطفال في هذه المرحلة يصبحون مستعدين لاستخدام المفاهيم التي سبق تعلمها مثل العوامل المرتبطة بكيفية ومفاهيم الحركة.
- يمكن أن يناقش المعلم مع الأطفال مبادئ اللياقة الحركية واستخدامها في البرنامج.
- تزايد الإهتمام بقواعد وقوانين اللعبة.
- يراعي استخدام المسابقات على نحو أكثر في أنشطة الألعاب.
- يراعي قبل اشتراك الأطفال في مسابقات لمجموعات صغيرة أو كبيرة الإطمئنان على أنهم يستطيعون التحكم و السيطرة لأداء المهارات.
- لأن بعض الأطفال يتميزون بمهارة عالية في بعض الرياضيات يجب أن يتضمن البرنامج أنشطة تحدي تتناسب ذوي المستوى المهارة العالية.
- الإستفادة من الأطفال المتميزين في مساعدة الأطفال الأقل مهارة.
- يراعي تقديم الأنشطة التي يفضلها الأطفال.
- يميل البنون أكثر نحو المنافسة وتحقيق المستوى المهاري العالي، بينما تتتنوع إهتمامات البنات بين الميل أكثر نحو الصداقة وتحقيق التوافق المهاري.

### المحور الثالث عشر: المشكلات النفسية في مراحل الطفولة

تعتبر مراحل الطفولة من أهم المراحل في حياة الإنسان ، ففي هذه المراحل تنمو قدرات الطفل ، وتتفتح مواهبه ، ويكون قابل بشكل كبير للتأثير والتوجيه والتشكيل ، وتدخل مراحل الطفولة بعض مشكلات النمو العادي وبعض المشكلات والاضطرابات المتطرفة ، وتحول هذه المشكلات دون استغلال طاقة الأطفال واستثمار استعداداتهم وقدراتهم بشكل إيجابي وبناء.

- وقد يعاني الطفل العادي من بعض المشكلات النفسية في حياته اليومية لا تصل إلى درجة المرض النفسي ، لذا يجب الاهتمام بسرعة حل وعلاج هذه المشكلات قبل أن يستفحلا أمرها وتطور وتحول دون النمو النفسي السويودون تحقيق الصحة النفسية.

وفيما يلي أمثلة للمشكلات النفسية التي قد يتعرض لها الطفل ، أسبابها ، وأساليب علاجها.

#### 1-13- مشكلة الخوف :

مفهوم الخوف العادي والخوف المرضي. الخوف هو : " عبارة عن انفعال دافعي يتضمن حالة من التوتر التي تدفع الشخص الخائف إلى الهروب من الموقف الذي أدى إلى استشارة مخاوفه حتى يزول التوتر. "

أما الخوف المرضي فهو " خوف مبالغ فيه من موضوعاً أو موقف معيناً لا يمثل في حد ذاته مصدراً للخطر ، وهو خوف غير منطقي وغير معقول ، فهو مختلف عن الخوف الذي يشعر به الإنسان حينما يخاف من أشياء أو مواقف تشكل خطرًا بالفعل. "

وما سبق يتضح أن الفرق بين الخوف العادي ، والخوف المرضي هو فرق في درجة وجود الخوف ( تزداد الدرجة بشكل كبير في المخاوف المرضية ) فالخوف موجود عند جميع التلاميذ لكن بدرجات بسيطة أو عادية ، وعندما تزداد شدة المخاوف بحيث تصبح شاذة عن الطبيعي أو المألوف يطلق عليها في هذه الحالة (مخاوف مرضية ) :

ـ ومن أهم أسباب الخوف المرضي ما يلي:  
أ . وجود مواقف أو مثيرات أو أشياء غريبة أو منفرة تحدث أثراً نفسياً لدى الطفل فيخاف منها ، خاصة إذا ما تكررت عملية المرور بتلك الخبرات.

ب . ما يرتبط في ذهن الطفل من مخاوف حول أشياء أو موضوعات نتيجة تخويف الطفل من بعض الأشياء أو الأشخاص.

ج . المعاملة الوالدية غير السوية التي تعتمد على الاستخدام المستمر والبالغ فيه للعقاب والقسوة وعدم تعويذ الطفل الاعتماد على ذاته أو الثقة في نفسه.

د . سوء معاملة المعلمين للطفل واستخدام العقاب كاستراتيجية في التدريس ، ويساعد على ذلك تخويف الآباء للطفل بالعلم كأدلة عقابوتسلط وتخويف وتحديد.

ه . عدم قدرة الطفل على تكوين صداقات معقرانه في الفصل.

### **13-1-1-الخوف المرضي من المدرسة :**

- يعتبر الخوف من المدرسة من أمثلة المخاوف المرضية الشائعة بين تلاميذ المدارس ، ويقصد به الخوف الشاذ من المدرسة مع الرغبة في عدم ذهاب الطفل إليها. (ميخائيل أسد، 1997، 276)

العوامل المرتبطة بالخوف المرضي من المدرسة:

1- الخوف العام من المدرسة.

2- الخوف من المدرسين.

3- الخوف من الامتحانات.

**1- الخوف العام من المدرسة.**

ويظهر في حالة الطفل من الطراز المدلل ، أوإذا كانت الأم تفرض على طفلها حماية زائدة وتفرط في تعلقه بها ، فإنه يشعر بالتهديد والحرمان من عطف الأم وحنانها ودفع المنزل مقارنة بالمناخ المدرسي الصارم المفعتم بالأوامر والنواهي ، والعقاب وأداء الواجبات وتلقى الدروس ، والطاعة والنظام ، والإلتزام بالقواعد المدرسية.

**2- الخوف من المدرسين.** تتأثر شخصية الطفل بشخصية مدرسه واتجاهاته وأرائه ومعتقداته وطريقته في التعبير ، ومعالجة الأمور ، بل ومخاوفه أيضا . ويرجعهذا النوع إلى خوف الطفل من تسلط معلمه أو قسوته أو إسرافه في استخدام العقاب أو تحكمه على الطفل وسخريته منه ، أو تعمد إحراجه أمام أقرانه أي أن العلاقة بين المعلم والتلميذ تلعب دور فعال في تعميم النزعة نحو الخوف من المدرسة أو تقبلها.

**3- الخوف من الامتحانات.** وقد يرهب الطفل الامتحان لعدم قدرته على الاستيعاب ، أو عدم ملائمة ظروف منزله للاستذكار الجيد ، أو عدم قدرة الطفل على الفهم والتركيز في الدراسة.

وقد تعكس كراهية الطفل للامتحان وخوفه منه على المدرسة بل قد تؤدي إلى التعليم كله.

### 3-13- الوقاية من المخاوف المدرسية :

لتتجنب الأبناء عبء المخاوف المدرسية التي تقف في سبيل ارتقائهم النفسي السوي، فإن الأمر يتطلب ما يلي:

1- توعية الوالدين والمربين بأهمية دورهم في هذه المرحلة الهاامة في تنشئة الأبناء ، وذلك بالاهتمام بالبيئة المحيطة بالطفل وخاصة الأسرة والمدرسة كمؤسستين تربويتين يمكن أن يترجم التعاون بينهم إلى واقع ملموس ليعطيشاره في علاج المشكلات النفسية التي قد يعاني منها الأطفال.

2- تقديم الخبرات السارة للطفل ، وإكسابه المهارات التي تساهم في زيادة ثقته بنفسه وعدم ترهيبه بالامتحانات وعمليات التقييم والدرجات المدرسية.

3- الاستفادة من نتائج الدراسات في إرشاد وتوجيه الآباء والمعلمين لمواجهة المخاوف المرضية وغيرها من المشكلات النفسية والاضطرابات الانفعالية والسلوكية.

### 4-13- مشكلة الكذب :

يقصد بالكذب تعمد تشويه الواقع والحقائق ، والتلفظ قولاً بغير الحقيقة . والكذب سلوك مرفوض في ضوء معايير الجماعة ، خاصة المعايير الأخلاقية والدينية.

يرجع الكذب إلى عوامل البيئة ، فإذا نشأ الطفل في بيئة تحترم الحق وتلتزم بالصدق وتقدر الأمانة ، كان من الطبيعي في مثل هذا المناخ النفسي أن يلتزم الطفل حدود الصدق ، معنى ذلك أن الطفل يتلقى أول دروسه عن الصدق أو الكذب في الأسرة.

#### أنواع الكذب

**1-4-13- الكذب الخيالي.** يشيع هذا النوع من الكذب في سنوات الطفولة الأولى لاسيما لدى الأطفال الذين يتمتعون بخيالاً واسعاً ، ومتلذذون نصباً كبيراً من المحصول اللغوي ، فينزعون إلى اختلاق الحكايات والقصص الوهمية.

**2-4-13- الكذب الالتباسي.** يشيع هذا النوع من الكذب بين الأطفال في السنوات الأولى من العمر ، ويرجع سببها الرئيسي إلى خلط الأطفال الصغار بين ما يدركونه حاسياً في العالم الخارجي الحيط بهم ، وما ينشأ في عقولهم من خيال ، ويتعذر عليهم التفرقة بينها ، ويحدث ذلك عندما يعيد الطفل قصة سبق أن سمعها من أمه أو جدتها أو أخواته الكبار.

### 3-4-3- الكذب الإنقاذي.

وفي هذا النوع ينزع الطفل إلى إلصاق التهم بالآخرين دون ذنب ارتكبوه انتقاماً منهم.  
4-4-13- كذب التقليد.

وفي هذا النوع يتعلم الطفل سلوك الكذب عن طريق التقليد سلوك الوالدين أو إحداهم أو من يقوم مقامهما ، أو عن طريق من يتعامل معهم في سياق حياته اليومية.

4-4-5- الكذب الإدعائي أو التهويضي يرجع هذا النوع من الكذب عادة إلى الشعور بالحرمان والنقص وعدم الكفاءة ، فيلجأ الطفل إلى التهويض عن حرمانه ونقصه بإضفاء مظاهر القوة والسيطرة والبالغة والتفسخ والتعظيم على ذاته في جانب معين من الجوانب ، المادية أو الدراسية

4-4-6- الكذب المرضي يحدث هذا النوع من الكذب عندما يشتغل الفرد بالشعور بالنقص والدونية والقلق فيكبت ذلك ، ثم ينزع إلى الكذب بصورة متكررة ومستمرة لا إرادية فيدمنه كلما واجهته صعوبة أو مشكلة

### 5-13- وسائل علاج الكذب :

1- توحيد المعاملة بين الأبناء وعدم تفضيل واحد على الآخر مع توفير مناخ من المحبة والشعور بالأمن النفسي للطفل حتى يتعد عن الكراهة والإنتقام.

2- إرشاد الطفل إلى الفروق بين الحقيقة والخيال وبين عالم الواقع المحيط به وبين عالم الخيال الذي ينسجه لنفسه ومنعه من الانغماس في هذا الخيال لدرجة تباعد بينه وبين الواقع.

3- توفير القدوة الحسنة أمام الأطفال ، حيث أن الطفليميل إلى التقليد والمحاكاة للنماذج السلوكية المتمثلة في الوالدين والمعلمين وغيرهم من المحيطين به.

4- تجنب استخدام العقاب البدني في معاملة الأبناء ، حتى لا يندفعون إلى اللجوء للكذب هرباً من العقوبة البدنية المتوقعة في حالة الواقع في الخطأ.

5- توجيه جهود الأبناء نحو الأمور التي تقع في نطاق قدراتهم مع عدم تكليفهم بما يفوق قدراتهم الحقيقة حتى تكلل جهودهم بالنجاح ، وحتى يكون متعطشاً لإشباع الرغبة عن طريق الخيال.

4-6- مشكلة القلق : القلق هو أحد الحالات الإنفعالية التي قد تصاحب الخوف ، وينشأ من ترقب أو توقع الفرد للمثيرات والمواقف المؤلمة ، ويؤدي به إلى التهيج والإضطراب ، وقد يعوق التفكير العمليات العقلية المختلفة مثل الترکيز أو اتخاذ القرارات.

ويعرف القلق بأنه ” حالة توتر شاملة نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث ويصبحها خوف غامض

وأعراض نفسية وجسمية ، لذا يمكن اعتبار القلق انفعالا مركبا من الخوف وتوقع التهديد والخطر. ”

#### انواع القلق

1) القلق العام

2) حالة القلق

3) سمت القلق

4) قلق الامتحانات

5) قلق التصال

### 1-6-1-3 - انواع القلق :

#### 1-1-6-1-3 -- القلق العام.

هو القلق الشامل الذي يدخل جوانب عديدة من حياة الفرد ، ولكنه من ناحية أخرى يمكن أن يكون محددا بمحالين أو موضوع معين أو موضوع تثيره مواقف ذات قدر من التشابه كالامتحان ومواجهة الناس والمواقف.

**1-6-1-2 - حالة القلق.** يقصد بحالة القلق أنها حالة انفعالية متغيرة ، تتسم بمشاعر ذاتية تتضمن التوتر والعصبية والانزعاج ، وتحدث حالة القلق عندما يدرك الشخص أن شيئا معينا أو موقفا ما قد يؤدي إلى إيداعها أو تحديده ، وتحتفل حالة القلق من حيث شدتها ، كما تتغير عبر الزمان

**1-6-1-3 - سمة القلق.** يقصد بسمة القلق وجود فروق ثابتة نسبيا بين الناس في القابلية للقلق ، وتشير إلى الاختلافات بين الناس فيميلهم إلى الاستجابة تجاه المواقف التي يدركونها كمواقف مهددة ، ولا تظهر سمة القلق مباشرة في السلوك ، بل قد تستنتج من تكرار ارتفاع حالة القلق وشدتها لدى الفرد على مدار الزمان.

**1-6-1-4 - قلق الامتحان.** وهو نوع من القلق المرتبط بمواقف الاختبار ، بحيث يثير هذا الموقف في الفرد شعورا بالخوف عند مواجهة الاختبارات ، ويترافق قلق الامتحان في عمر مبكر نتيجة لاتجاهات الوالدين والمعارف تجاه الدراسة وعمليات التقييم والامتحانات.

**1-6-1-5 - قلق الاتصال.** ويقصد بهذا النوع القلق من الحديث أمام الناس ، كما يتصل هذا النوع من القلق بالمواقف الاجتماعية الخاصة بإلقاء الأحاديث أمام الناس ، نتيجة الخوف من الفشل أو التفكير في احتمال الوقوع في خطأ ما أثناء الحديث. الفرق بين الخوف والقلق يتضح مما سبق أن الخوف هو استجابة لخطر واضح موجود فعلا ، على حين أن القلق هو استجابة لتهديد غير محدد أو غير معروف قد ينتج عن مصادر صراع أو مشاعر بعدم الأمان. أسباب القلق عند الأطفال ويعتبر الخوف من فقدان الحب والحنان من قبل الوالدين أو

المعلمين أو الأقران هو أحد المصادر الأساسية للقلق خلال مراحل الطفولة. فالطفل يتوقع العقاب أو القسوة من المعلم ، أو فقدان الحب أو الحنان من جانب الوالدين أو إدراهما مما يتسبّب في شعوره بالقلق .

### 13-7- مشكلات النطق والكلام :

تشمل مشكلات النطق والكلام لدى الأطفال مصادر مختلفة هي :

1- عيوب كلامية مصدرها العوامل النفسية مثل للجلجة والتهتهة.

2- عيوب مصدرها عوامل عضوية أو وظيفية مثل الثأة ، والعيوب الصوتية (البحة وخشونة الصوت أو حدته )

3- عيوب مصدرها عوامل عصبية مثل تأخر الكلام وعسره.

### 13-1- اسباب مشكله النطق والكلام :

#### أولا : الأسباب الجسمية.

إن إصابة الطفل ببعض الأمراض العامة التي يهملا علاجها يؤثر في قدرته على النطق والكلام ، فمثلا السعال الديكي ومرض الحصبة والدفتيريا وأمراض الجهاز التنفسي عامة قد تترك أثارا ضارة في أجهزة النطق الخاصة بالطفل كضعف الأحبال الصوتية والتهاب الحنجرة ، فيؤدي هذا إلى صعوبة النطق وعدم إمكان التحكم في إخراج الأصوات ، فيكرر الطفل نطق الحرف الأول من الكلمة عدة مرات ثم ينطق بعدها الكلمة .

#### ثانيا : الأسباب العقلية.

قد تنشأ بعض مشكلات النطق والكلام نتيجة تخلف عقلي عند الطفل ويسبب انخفاض مستوى الذكاء ونقص بعض القدرات الخاصة عنده ، حيث يؤدي هذا إلى عدم قدرة الطفل على النطق الصحيح للحروف والكلمات ، رغم أن أجهزة النطق سليمة من الناحية الجسمية والعضوية ، وإنما اختل أداء وظائفها بسبب اختلال القدرات الخاصة عند الطفل انخفاض نسبة ذكائه عن المستوى العادي بكثير

#### ثالثا : الأسباب النفسية والتربيوية.

وهي من الأسباب الأكثر انتشارا بين غالبية الأطفال الذين يعانون من مشكلات النطق والكلام ، وذلك ليس بفعل أمراض جسمية أو تخلف عقلي ، وإنما ترجع إلى وجود عوامل نفسية وإجتماعية وتربوية غالبا ما تؤدي إلى إضطرابات نفسية للطفل ، الأمر الذي يتربّط عليه تعرّف نطق الحروف وإضطرابات الكلام عند الطفل ، وأول تلك العوامل النفسية هو عدم إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية عند الطفل

فانعدام شعور الطفل بالطمأنينة والأمن النفسي والاعطف يولد القلق والخوف والتوتر النفسي عند الطفل الصغير ، فيضطر للقيام بأنماط من السلوك الشاذ ، أو يتأثر سلوكه عامة بهذا التوتر النفسي ، والذي قد تكون من مظاهره

مشكلات النطق والكلام ، فإنه لا يستطيع حينئذ التحكم في حركات النطق ويفقد القدرة على إحداث التوافق بين الحروف والكلمات ، ومن ثم يصاب بالتهتهة والفالفةة عامة

فتعرض الطفل المستمر للضرب من الوالدين أو إحداهم ، والعقاب الصارم من المدرس للطفل يؤدي إلى الشعور بالذلة والإنطواء ، وحيث أنه لا يستطيع الدفاع عن نفسه واقعيا ، فإنه يكتسب افعاله داخل نفسه ، ويحاول الدفاع لا شعوريا عن ذاتهأ أساليب مرضيه شاذة من ضمن مظاهرها عدم القدرة على التحكم في أصوات الحروف وإحداث التوافق بين الكلمات . كما أن التهتهة قد تتولد مباشرة من تكرار الضرب المستمر للطفل وعدم إعطائه الفرصة الكافية للكلام

## ٨-١٢- أساليب العلاج مشكلات النطق والكلام :

## الخور الرابع عشر : مرحلة المراهقة

تمهيد:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة انتقال خطيرة في عمر الإنسان، فالمراهق ليس طفلاً كما أنه ليس رجلاً، فهو يتنقل في هذه المرحلة من طور يكون فيه معتمدًا على الغير إلى طور يعتمد فيه على نفسه. كما تعتبر مرحلة المراهقة – باتفاق معظم الباحثين – منعجاً في صيورة التنشئة الاجتماعية، حيث تصاحبها مجموعة من التوترات والضغوط التي يعيشها المراهق أكثر من أي مرحلة عمرية أخرى، وهذه الضغوط تتمثل في التغيرات التي يواجهها المراهق تغيرات بيولوجية مرتبطة بالبلوغ، تغيرات نفسية واجتماعية متعددة من ذلك إنفصال عن العائلة، أداء أدوار اجتماعية، تطوير علاقات جديدة مع أقرانه، والبحث عن استحسانهم ووضع معنى لهويته الخاصة وتحضير مستقبله، وكل هذه التغيرات تثير ضغطاً وتنقاضي متطلبات متناقصة. ولما كانت هذه المرحلة بهذه الأهمية ومتصلة بالمراحل اللاحقة، فهذا يستوجب منا دراستها وعدم إغفال كل الخصائص المميزة لها، وذلك لاعتبارات علمية وعملية حيث تسمح لنا هذه الدراسة بالتعرف على طريقة التعامل مع المراهق من جهة، وفهم نفسيته والأصول العميقة لظواهره النفسية من جهة أخرى.

### 1-14-تعريف المراهقة:

تفيد كلمة المراهقة من الناحية اللغوية معنى الاقراب والدنو من الحلم، والمراهقة ADOLESCENCE مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLESERE ومعناها ينمو أو التدرج نحو النضج البدني ، العقلي، الانفعالي والاجتماعي، ويستخدم علماء النفس هذا المصطلح للإشارة إلى النمو النفسي، والتغيرات التي تحدث أثناء فترة الانتقال من الطفولة إلى الرشد (هدى محمد قناوي، 1992) ص 3.

إن المراهقة بمعناها العام تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بادئها وظاهرها، اجتماعية في نهايتها (فؤاد البهبي السيد، 1992) ص 272.

ويقول ستانلي هول Stanly Hall إن المراهقة هي فترة التطرفات السلوكية، التي تتميز بالعواطف والتوترات الانفعالية " (سعد محمد بهادر، 1977) ص 331.

وقد عبر عنها سرنسن Soranson 1960 " بأنها الفترة من العمر التي تقع بين الحرية المطلقة التي اكتسبت في مرحلة الطفولة والمسؤولية والقيود التي تفرض على الفرد في مرحلة النضج والتكامل والرشد" (سعد محمد بهادر، 1980) ص 31.

أما "أحمد أوزري" فيرى أن المراهقة هي مرحلة نمو معينة تقع بين سن الطفولة وسن الرشد، فهي طور نمائي ينتقل فيها الناشر، وهو طفل غير ناضج جسمياً وعقلياً وإنفعالياً اجتماعياً أي من طور أوضح سماته الاعتماد والإتكالية على الغير إلى فرد إنساني متدرج نحو بدء النضج، ومحاولة الاستقلال والاكتفاء بالذات (أحمد أوزري، 1993) ص 17.

- رغم اختلاف التعريف حول المراهقة، إلا أنها تُعبر كلها عن تلك المرحلة بين الطفولة والرشد التي تمتاز بخصائص معينة، وعليه يقول "دوروتي روجرز" إن للمرأفة تعاريف متعددة، فهي فترة نمو جسدي وظاهره اجتماعية، ومرحلة زمنية، كما أنها فترة تغيرات نفسية عميقه" (مخائيل ابراهيم أسعد، 1999) ص 225. فالمراهقة مصطلح وصفي يقصد به مرحلة نمو معينة، تبدأ بنهاية الطفولة وتنتهي بابتداء مرحلة النضج أو الرشد، هذا ويفضل علماء النفس التكيني استعمال هذا الاصطلاح اللغوي لأن مغزاه ينسجم كثيراً والخصائص الجسمية والسلوكية لهذه الفترة من حياة الإنسان.

## 14-2- مراحل المراهقة:

إن عدم القدرة على تعميم معايير النمو ومعدلاته التي تسود في المجتمع من المجتمعات أو بيئات يجعل من الصعب تحديد بداية المراهقة ونهايتها، فهي تختلف من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر فالسلالة والجنس والنوع، والبيئة لها أثار كبيرة في تحديد مرحلة المراهقة، ولهذا يختلف العلماء في تحديدها لعدم وجود مقياس موضوعي خارجي، وإنما أخذوها بمحال دراساتهم وتسهيلها لها، فهناك من اخذ أساس النمو الجسمي كمعيار وهناك من اخذ النمو العقلي كمعيار آخر، ولكن إنفقوا مبتدئاً على أن فترة المراهقة هي الفترة التي تبدأ بأول بلوغ جنسي وتنتهي باكتمال النمو الجسمي للراشد، وفيما يلي نتطرق إلى مراحل المراهقة كما يراها "محمد عبد الرحيم عدس" (محمد عبد الرحمن عدس، 2000) ص 58.

### 14-2-1- المراهقة المبكرة: تبدأ من 12 سنة إلى حوالي سنة أو سنتين من البلوغ .

تتميز بتسارع في النمو عند الطفل، وبختلف مظاهره وأبعاده الجسمي والعاطفي المعرفي والروحي، والصفة المطلوبة الغالبة في هذه المرحلة هي التكيف مع هذه التغيرات، وفي هذه المرحلة يستمر الآباء في إعداد الأبناء بما عندهم من طاقات وقدرات من خلال

مارستهم للأنشطة المتنوعة التي تتلاءم مع أنواع نوهم وأهدافها ومرحلة نوهم التي بلوغها، ومن ثم تحديد الأوقات الالزامية للقيام بهذه الأنشطة، وقد يستجيب المراهقين في بداية هذه المرحلة إلى ما يفرض عليهم أبائهم باعتبار ذلك ما يخدم مصلحتهم وأهدافهم.

وفي هذه المرحلة من العمر لم تتعزز لدينا الثقة بهم لدرجة تحملنا على أن نمنحهم المزيد من الحرية في التصرف والسلوك، إذ يجعل لهم الخبرة في التصرف والسلوك حسب المبادئ التي يؤمنون بها، ولكن في فترة لاحقة نأخذ في توسيع مجال ما نمنحه لهم من حرية وما نفوض لهم من صلاحيات ليتصرفوا باستقلالية وذاتية ودون التدخل منا أو من غيرنا، وذلك في حقول وميادين معينة من شأنها أن تبني قدراتهم وطاقاتهم وتبعاً لقدرائهم على اتخاذ القرار لبني عندهم الثقة بأنفسهم والاعتماد عليها في تصرفاتهم واتخاذ قراراتهم

#### 14-2-2- المراحل المتوسطة:

تبدأ من أين تنتهي المراحل المبكرة وتنتهي في 18-19 سنة. في هذه المرحلة نميل إلى تقدير جهود المراهق وإلى حد كبير، وخاصة إذا ما أحسنوا التصرف وقاموا بالواجبات المطلوبة منهم من أخطاء ومن سوء التصرف ، كما يحاولون التوفيق بين احتياجاتهم ومتطلباتهم وبين احتياجات غيرهم ومتطلباتهم،وهم في هذه المرحلة يعانون من الأنانية ومن حاجاتهم للاستقلالية والاعتماد على النفس بشكل أكبر وأوسع وحرية أكثر مما كان في السابق، وخاصة من والديهم كما أن طلبة المرحلة التعليمية المتوسطة يعانون الكثير أحياناً من أجل أن يكسبوا رضا والديهم أو مدرسيهم أو حتى يكونوا مقبولين من زملائهم وأندادهم،أما التحديات التي تواجهنا في هذه المرحلة المتوسطة من المراهقة، فهي محاولة المراهق أن ينمّي قدراته في الاعتماد على ذاته وتطوير هذه الذات والعمل على تنميتها ومحاولة بناء صدقات مع الآخرين بشكل أعمق وأوسع من ذي قبل معهم بروح من المسؤولية،وكلما تقدمت به السن عبر هذه المرحلة علينا أن نقلل من إصدار الأوامر والتواهي والتوجيه والإرشاد بشكل مباشر إلى حد بعيد .(محمد عبد الرحمن عدس، 2000) ص 59

14-2-3- المراحل المتأخرة: تبدأ من أين تنتهي المراحل الوسطى وتستمر إلى بداية مرحلة الرشد ،تبدأ هذه المرحلة في السنوات الأخيرة لمرحلة التعليم الثانوي، وقد تتدلى إلى فترة العشرينات من العمر، وفيها يتكون لدى المراهق الإحساس الوافي بالأهمية الشخصية والارتباط بنظام قيمي معين والسير نحو تحقيق أهداف حياته معينة.

#### 14-3- طبيعة المراهقة:

تتميز بداية المراهقة بحدوث تغيرات بيولوجية عند البنات والأولاد، فمن الوجهة النفسية تضم الأفراد الذين أنهم أو اجتازوا مرحلة الطفولة.

ومن جهة نظر علماء الاجتماع فهي تضم الأفراد الذين يحاولون اجتياز الفجوة بين المراحلتين - مرحلة الطفولة ومرحلة الرشد- وهي مرحلة تمثل الاستقلال والاكتفاء بالذات وإبراز خواصها.

وتعتبر الطفولة في نظرهم المرحلة التي يتحمل فيها المجتمع وخاصة الأسرة المسؤولة الكاملة اتجاه الطفل وتلبية متطلباته وإعاليه وتوجيهه ، بينما تمثل مرحلة الرشد في كون الفرد قادرًا على أن يستقل عن أسرته مادياً ومعنوياً ويستطيع أن يتخذ قراراته بنفسه وعلى أن يتحمل تبعه ما يصدر عنه من قرارات واختيارات ، وهنا يمكن القول أن مرحلة المراهقة هي المرحلة التي يجتاز فيها الفرد الجسر الذي يربط الطفولة بالرشد ، فهي واحدة من فترات الانتقال بين السلطة و التعقيد ، فالمراهق غالباً ما يكون في وضع غامض مبهم ، وقد لا يعرف مركزه و ما هي الأدوار التي يتحتم عليه القيام بها فيؤمر به أو يفرض عليه من مواقف حياته ، وقد يشهد استجابات متعارضة ومتناقضه لما يؤتيه أو يصدر عنه من تصرفات وأفعال ، فالمراهقة تعتبر مرحلة غامضة في حياة الفرد تتدخل فيها الأدوار التي يعيشها ، ولابد أن يشرع الآباء عندها وبعدها بالتخفيض من حدة سيطرتهم على أبنائهم ، وأهمية هذه المرحلة تعتمد على الظروف الاجتماعية السائدة ، وقد يطول أمدها أو يقصر .

وفي هذا المجتمع أو ذاك وقد تحول هذه الفترة إلى أزمة اجتماعية يعيشها المراهق ويواجه فيها مصاعب وتحديات توافقية يتحتم التغلب عليها واجتيازها بنجاح (إبراهيم فشوش، 1989) ص 05.

#### **14-4- مظاهر النمو عند المراهقة :**

يمتاز المراهق في هذه المرحلة بنمو سريع وشامل في جميع جوانب شخصيته، ومنها الناحية الجسمية ، العقلية ، الانفعالية والاجتماعية وهي كالتالي :

#### **14-1-4- النمو الجسدي :**

يتميز النمو الجسدي في السنوات الأولى من المراهقة بسرعة مذهلة ، حيث تأتي سرعة هذا النمو كبيرة في المراهقة عقب فترة طويلة من النمو الماءئ ، والتي تتصف بالطفولة المتأخرة ، كما تنمو الغدد الجنسية ويكبر حجم القلب ويتوسّع أكثر بما كان عليه في مرحلة الطفولة ، أما من حيث الطول فتبدأ الزيادة أكثر عند البنات أو نجد التلميذ في الخامسة عشر يصل طول قامته إلى 1.95 م أما التلميذة فتصل إلى 1.87 م، أما فيما يخص الوزن فيزداد معدل الوزن لدى الأولاد أكثر منه لدى البنات ، حيث نجد أن التلميذ الذي عمره 16 سنة يزيد عن 54.2 كلغ بينما الفتاة في نفس السن فيقدر وزنها بـ 52.4 كلغ ، أما من ناحية العظام فيبلغ الرأس في الثانية عشر من العمر حوالي 98% من حجمه النهائي ، في حين تستطيل العظام الطويلة في الأرجل والأذرع بسرعة ، تطول في منتصف المراهقة ، كما نلاحظ في بداية المراهقة استطالة الأنف ، مما يزعج المراهق كثيراً ، كذلك تستطيل عظام الكتفين وتكبر القدمين واليدين . (محمد مصطفى) ص 156.

كما يجب الإشارة إلى النضج الجنسي، الذي يبدأ بظهور الوظائف الجنسية نتيجة لنضج الغدد الجنسية، والعلامات الأولى للبلوغ لدى الأولاد والتي تمثل في كبر الخصيتين وظهور شعر العانة، ويظهر ذلك عادة في حوالي 12 سنة بالنسبة للذكور، أما بالنسبة للإناث يبدأ بظهور شعيرات في مكان العانة يتبعه ظهور الثدي وفي الوقت نفسه يبدأ كل من الرحم والمهبل في النمو لكي يأخذ كل واحد منهما حجمه النهائي، ويظهر في هذه المرحلة حدوث الطمث عند الفتاة، وهذا نتيجة انفجار البوياضة الناضجة في المبيض (محمد عماد الدين إسماعيل، 1986) ص 39-40.

#### 14-4-2- النمو العقلي :

يتميز المراهق بنمو القدرات العقلية والمعرفية، بحيث نجد أن أساليبه العقلية تختلف عن أساليب الطفل، فهو لم يعد ذلك الشخص المعتمد على أراء الغير وأفكارهم دون إخضاعها للبحث والتحميس العقلي، كما تظهر عنده القدرات الخاصة والميول المتعددة، كالميل إلى الرياضيات أو تعلم اللغات، وفي هذه الفترة يتقلّل من الاعتماد على الإدراك الحسي إلى الاعتماد على التعلم التجريدي (فؤاد البهبي، 1992) ص 20.

وبذلك فالراهق يسير في غموض العقلي في اتجاهات عديدة، فهو يستمر في اكتساب القابلية العقلية وفي تقويتها وله قابلية على التعلم، ونجد أنه يجده ويسعى في الحصول على المعرفة الواسعة والإدراك العميق والتصرف بحكمة، وفي ممارسة المحاكمات العقلية السلمية وفي إعطاء الأحكام الصائبة، التي تتطلب بدورها إبداء وجهة النظر، ويشتمل النمو العقلي أثناء المراهقة على :

**أ- الذكاء :** ينمو مطرداً في الثانية عشر، ثم يتغير قليلاً نظراً لحالة الاضطراب النفسي السائدة في هذه المرحلة، كذلك نلاحظ ظهور القدرات الخاصة أي تقلب نمط معين من أنماط السلوك المعرفي، والنمو العام للراهق يسمح لنا بالكشف عن ميوله الذي غالباً ما يرتبط بقدرة خاصة، يمكن الكشف عنها في حوالي السن الرابعة عشر، وبالتالي يمكننا توجيه المراهق تعليمياً ومهنياً (مصطفى محمد زيدان) ص 137.

**ب- الانتباه :** تزداد مقدرة المراهق على الانتباه سواء في مدة الانتباه أو في مداه فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل طويلة ومعقدة في يسر وسهولة ، أي أنه يبلور شعوره على كل شيء في مجاله الإدراكي المراهق على التعرف والاحتفاظ (محى الدين مختار، 1982) ص 166.

**ج- التذكر :** تؤكد العديد من الأبحاث أن عملية التذكر تنمو في المراهقة وتنمو معها قدرة

**د- التخييل :** يتجه تخييل المراهق نحو الخيال المجرد المبني على الألفاظ ، أي الصور اللفظية ولذلك يعود إلى أن عملية اكتساب اللغة تقاد تدخل طورها النهائي (مصطفى محمد زيدان) ص 164.

وبالتالي يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حاجز الزمان والمكان، فهو أداة ترويحية ومسرح للطعام الغير محققة ووسيلة لتحقيق الانفعال .

**هـ- الميل :** أشارت بعض الأبحاث أن الميل إلى أعمال التجارة ونشاط الأيدي يزداد عند البنين أثناء المراهقة، أما البنات فيظهرن ميلاً نحو الحياة والطرز، وكذلك الميل إلى الاهتمام بالظواهر الاجتماعية التي تحبط بمن ومخايب الناس في الحياة (محمد زيدان، 1986) ص 164.

**وـ- اتخاذ القرار :** بوصول المراهق إلى درجة من النضج، يحاول جاهدًا أن يوفق بين ما هو مرغوب فيه وما هو معقول ، وأن يميز بين الأشياء المثالية من الواقعية، ويحاول البروز أمام الآخرين بالمبادئ التي يضعها هو، بدلاً من المبادئ التي تفرض عليه من المجتمع والقيم.

### **زـ- القابلية على التعميم :**

بعد أن كان المراهق في طفولته يعتمد على التعبير عن أشياء يريدها باستعماله للأشياء المشخصة، ولكن في كبره يستطيع التعبير عن الأشياء بقول أو لفظ واحد وقد تكون إشارة واحدة.

### **يـ- القدرة على التجريد :**

ويتمثل ذلك في تحول المعرفة من الكيف إلى الكم وإدراك العلاقة الكمية، وتظهر القدرة على فهم العلاقات الكمية المجردة مع القدرة على فهم العلاقات الكيفية، التي تتمثل في فهم الناشئ للمعاني والقيم التي تساهم في تكوين فلسفة الفرد الخاصة، وعليه ترتبط القدرة على التفكير و التجريد ارتباطاً وثيقاً بفهم العلاقات الكيفية للأشياء وتشكل الجانب الهام والضروري من النضج الذهني (مخائيل ابراهيم أسعد، 1999) ص 264.

أما "أوزيل فيري" فيرى أنه عند وصول الطفل إلى سن المراهقة، يقل اعتماده على الخبرات الإمبريقية الصبيانية فيربط القضايا المجردة والمعقدة، بل وتمرور الزمن يصبح الفرد الناضج قادرًا على فهم ومارسة العلاقة المباشرة القائمة بين الأفكار المجردة ومارستها بطريقة مباشرة دون اللجوء إلى التجارب في الواقع (نوري الحافظ، 1990) ص 52.

ومن ذلك نستنتج أن النمو العقلي لا يسير بسرعة واحدة في مختلف فترات نمو الفرد إذ أثبتت الأبحاث أنه يكون بطينا في الصغر ثم تليه فترة نمو سريع، وذلك خلال فترة الطفولة المتأخرة، وفي مرحلة المراهقة المبكرة وابتداءً من 16 سنة يبدأ هذا النمو في البطء من جديد .

### 14-3- النمو الانفعالي :

يتفق العلماء أن مرحلة المراهقة تزداد فيها حدة الانفعالات لأسباب فiziولوجية واجتماعية، ويؤدي استمرار هذه الانفعالات إلى ظهور الكآبة لدى المراهقين وخاصة في محاولة التحكم في هذه الانفعالات، وخاصة إذا كانت غير مقبولة اجتماعياً، والصور الدالة على زيادة الانفعالية في مرحلة المراهقة منها قضم الأظافر تدخين السجائر مص الإبهام وإبراز اللسان ..... ومن أهم الأنماط الانفعالية في هذه المرحلة هي :

**أ- الخوف :** ويظهر هذا الانفعال أمام الأشياء المادية كالشعبين ، أو أمام الوضعيات الاجتماعية بما فيها مقابلة الناس والتواجد بين من هم أكثر مهارة أو الكبار الذين يتميزون بالقسوة، وللمخاوف الاجتماعية صورتان وهما – الارتباك والخجل – وقد يؤدي إلى خوف شاذ من الفشل وخشية التفكير أو يتميز بالعجز أو عدم اللياقة .

**ب- الغضب:** للغضب في هذه المراحل العديد من المثيرات، إغاظة المراهق ، مضائقته ، انتقاده..... وعندما يعاقبه الآباء أو المدرسين، أو عندما يرفض إعطاء حقوقاً يعتبرها خاصة به، أو عندما يعامل كطفل أو لتدخل الآخرين في أمره (سعدية محمد بحادر 1980) ص 85-90.

**ج- الغيرة :** هي رد فعل انفعالي ينشأ من غضب ، ويكون مثيره في الأصل اجتماعي، وتحدث الغيرة في مرحلة المراهقة ، عندما يبدأ الاهتمام بالجنس الآخر في النمو ويصل إلى أعظم قدرة في شدته عندما يركز المراهق حبه على فرد واحد .

وما نلاحظه خلال مرحلة المراهقة اتجاهه نحو الثبات الانفعالي، كما يلاحظ النزوع نحو المثالية وتجريد الأبطال والشغف بهم، وتبلور بعض العواطف الشخصية مثل الاعتزاز بالنفس والعناد بالظاهر، وطريقة الكلام ، وت تكون عواطف نحو الجماليات مثل حب الطبيعة، وقد يقع المراهق في الحب، ويعتبر الواقع في الحب مركباً من عدة دوافع مثل : التسامح ، الغضب ، البهجة ، والخوف .

**14-4- النمو النفسي :** في هذه المرحلة يلاحظ تعاقب مراحل من الإثارة النفسية ومن الإحباط النفسي، وحيث يظهر غالباً اهتمامات مجردة ومثالية ودينية، ومن ناحية أخرى يعتبر بعض الباحثين المراهقة سن الإيمان العفوياً وسن الدقة والفضول، ويمكن أن تسيطر الأفكار على العقل "المفاهيم الإنسانية وعشق المجردات" كما أن المراهقة تعتبر من أعجب المراحل من الناحية النفسية، حيث أن الرغبة في التقرب من الجنس الآخر دونما تفكير في حصرها في شخص واحد معين، تزداد تحت سلطة الحاجة المتزايدة فتتولد الاهتمامات الدينية على العكس من الارتباك الداخلي و الحاجة إلى العون، تلك الحاجة التي تدخل في صراع مع المتطلبات أو المطالب المتزايدة للعقل والنفس (فؤاد البهبي السيد، 1997) ص 272.

بدرجة القبول التي تكون لهم في جماعة الأقران، ولذلك فهم يرغبون في تحسينها، كما أن قبول المراهق لجماعته أو رفضه يلعب دوراً هاماً في اتجاهه وسلوكه، وعموماً فإن العلاقات الاجتماعية للمراهقين تكون أكثر تعقيداً أو تشيعاً عند الأطفال الصغار.

ومن بين العوامل التي تؤثر في النمو الاجتماعي للمراهق، يمكن أن نذكر في هذا الإطار الاستعدادات الخاصة مثل الطبع، إضافة إلى اتجاهات الوالدين والبيئة المباشرة والأسرة ومستواها الاجتماعي والاقتصادي، ورأي الرفاق ومفهوم الذات وتطبعها، والمدرسة ومطلبها والنضج الجسمي والانفعالي، تلعب دورها هي الأخرى في تفعيل الحياة الاجتماعية للمراهق، يضاف إلى ذلك جو الأسرة "ديمقراطي ، فوضوي ، دكتاتوري " والتجارب الاجتماعية الأولية مثل علاقة المراهق بوالديه عندما كان بعد طفلاً.

#### 14-5- النمو الاجتماعي:

ينمو في بداية مرحلة المراهقة "القدرة الاجتماعية" لإدراك شعور الآخرين والغريب لأنه لا توجد سمة أو خاصية سلوكية واحدة تؤدي للقبول ،وكذلك لا توجد صفة أو سمة أو نمط سلوكى واحد يبعد المراهق عن أقرانه، ومعظم المراهقين لا يكونون راضين.

وفي نهاية هذه المرحلة وببدايتها، نلاحظ السعي الأكثر لتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي ونمو القيم، نتيجة التفاعل مع البيئة الاجتماعية وتغير اتجاهات وتنامي الميل للاستقلال عن الأسرة والتحرر من سلطتها، والاعتماد على النفس "الفطام الجماعي " وهذا أمر ضروري لنضج المراهق (عبد الغني الديدي، 1995) ص 75-76 . ولقد أكدت العديد من الدراسات ظلال الشك التي قد تتبناها حول أهمية الأسرة في تشكيل وتطور النمو الاجتماعي عند أبنائها، فالأسرة هي الوحدة الاجتماعية الأولى التي ينشأ فيها الطفل ويتعامل مع أعضائها وهي الحصن الاجتماعي.

فبعد إشباع حاجات المراهق التي تساعد على التقدم إلى مراحل النمو "النمو الاجتماعي" وبالتالي، الحرمان مع عدم الإشباع يؤدي لعدم الأمان والإحباط، مما يساعد على نمو الشعور العدائي للعالم من حوله، ويصبح مراهق غير سوي بل ويستجيب في رشه استجابات مرضية تتخذ صوراً متعددة أمام الانسحاب عن العالم والسلبية وإما بالعنف والعدوان ..... الخ

وهذا يعتبر نتاج لما تعرضوا له في حياتهم الأولى داخل الأسرة حيث "مصطفى زبور" (إنه لا يوجد في حقيقة الأمر أطفال مشكلون وإنما هناك أباء مشكلون فحسب.....) وفقد القدرة على النمو الاجتماعي يمليون إلى اتخاذ مواقف غير سوية عدائية، كما يمليون إلى استغلال الآخرين وإلى إلحاق الضرر بهم، فقد حدث فشل

وتعطل في نموم الاجتماعي في إقامة علاقة اجتماعية سوية نتيجة للاحتجاهات السلبية نحو المجتمع، التي يحملونها من طفولتهم بسبب النبذ، الانفصال والتصدع داخل أسرهم المريضة التي عاشوا في ظلها وهناك مبدأ وصل إليه العديد من العلماء على أن الآباء السعداء يخرجون أبناء سعداء و هذا نسميه الوراثة السيكولوجية (سهير كما أحمد، 1999) ص 259-262.

**14-5- خصائص المراهقة :** للمراهقة خصائص عده تتطرق إليها بالتفصيل فيما يلي :

**14-5-1- الإثارة الجنسية:** من بين المراحل المميزة للمراهقة ، فعند البلوغ يصل المراهق إلى القدرة على التناول وقدف السائل المنوي عند الذكور ، والحيض بالنسبة للإناث ، والمصحوبة بانفجار لبيدي واندفاع نزوي تناسلي ، بالإضافة إلى حركة تكون ما قبل التناسلية فالظهور المفاجئ للطاقة الحرة تدفع بالفرد بطريقة لا يمكن حبسها أو ضبطها إلى البحث عن تفريغ الضغط والتتوترات والشحنات الجنسية ، ومن جهة نظر ديناميكية فالصراع الداخلي للمراهق ليس فقط رد فعل بسيط للصراع الأوديبيين وإنما صراع تجمع صراعات بدائية قدية ، هذا الانفجار اللبيدي المصحوب بتغيرات سواء اقتصادية أو ديناميكية يؤدي إلى إضعاف الأنما في دوره الباقي في الإثارة فيما تلاحظ هنا اندفاع لبيدي وتعزيز مطلبات نزوية وإضعاف لأنما (Sauveur bankrisp -elis sommel, 1990)p149.

**14-5-2- إشكالية الجسم :** إن ظهور العلامات الأولية للبلوغ من نمو الأعضاء التناسلية، وكذلك العلامات الثانوية لها تأثير بلير على سيرورة المراهق، إذ يرى بعض العلماء وعلى رأسهم (Anna Freud). (Melanie Klein) (Dw. Winicott). (Jakobson Edith) أوضحت بامعان دور التغيرات الفيزيولوجية في النفيسي للمراهق، وفي دراسة متأخرة (Edith Jakobson) أوضحت بامعان دور التغيرات الفيزيولوجية في استيقاظ وإحياء قلق الإخماء، فقد لاحظت هذه الأخيرة أن العملية الأولى التي يعرفها الذكور في المني حتما هي الاستمناء أما عند الفتيات فإن ظهور الحيض الأول مرة عندهن يعزز إعتقاداً قدماً لهن منذ الطفولة وهو الإخماء، وتؤدي هذه التحولات المتغيرة الشاملة والتي يعرفها الجسم إلى اضطراب صورة الجسم في مجالات عديدة، يعتبر الجسم وسيلة قياس ومرجع بالنسبة للفرد مع علاقته بالحيط، وهو محور رمزي أي وسيلة للتعبير الرمزي عن مراعاته واندماجها العلائقية، فصورة الجسم إذن تلعب دوراً مهماً في مرحلة المراهقة.

ويظهر المراهق اهتمامه الكبير بجسمه ككل أو بمنطقة منه، ويدل هذا على بعد النرجسي في التوظيف العقلي في هذه المرحلة، كما أن للجسم ارتباطاً وثيقاً بالشعور بالهوية، لذلك نجد عند العديد من الأفراد في هذه المرحلة

شعور بالغرابة فيما يخص أجسامهم وهذا يرجع إلى صعوبة لديهم في إدماج هذه السلسلة من التغيرات واستخدامها(بن عبد السلام محمد 2004-2005) ص65.

### 14-3-5-3- التردد وعدم الثبات:

من أهم ما يتميز به المراهق التردد وعدم الثبات في سلوكه ، وأحياناً بتصرفه وكأنه راشد وأحياناً أخرى يتصرف وكأنه طفل صغير غير ناضج، هذا التردد دليل واضح على عدم النضج واحتلال التوازن من أهم الأسباب التي تؤدي إلى تردد المراهق وعدم ثبات نمو الجسمي والتغير الفيزيولوجي السريع الذي يمر به مقارن بمرحلة الطفولة .

### 14-6- أنماط المراهقة:

يرى الدكتور "صوميل مغاريوس" أن هناك أربع أنماط للمراهقة يمكن تلخيصها فيما يلي :

**14-6-1- المراهقة المتكيفية :** وهي المراهقة المادئة نسبياً والتي تمثل للاستقرار العاطفي ، وتكاد تخلو من التوترات الإنحرافية الحادة، غالباً ما تكون علاقة المراهق بالمحيط به علاقة طيبة، كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له وتوافقه معه ، ولا يسرف في هذا الشكل في أحلام اليقظة أو الاتجاهات السلبية أي أن المراهقة هنا تمثل إلى الاعتدال (محمد مصطفى زيدان ونبيل الملوطي، 1985) ص154.

هذه المراهقة تميز بالاستقرار العاطفي وتكامل الاتجاهات والتوافق مع الذات ومع الآخرين، الرضا عن الذات والاعتدال والقدرة على تحمل الإحباط وتجاوز القلق، هذه المراهقة هي التي تتوفر لها المعاملة الأسرية السمحاء التي تتسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق، وتوفير جو الاختلاط السليم بالجنس الآخر، وإشباع الهوايات والتعويذ على الثقة بالنفس، وشعور المراهق بقيمة إضافية إلى وضع الأسرة الجيد من الناحية الاقتصادية ، وتدني في عدد المواليد والجو الديمقراطي السائد فيها (عبد الغني الديدي، 1995) ص90.

### 14-6-2- المراهقة الإنسحابية المنطوية :

تتميز بالانطواء والاكتئاب والسلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص، واجترار الحرمان العاطفي والتشيّب على المراحل الطفولية من النمو، و الاتجاه إلى النزعة الدينية المتطرفة ، بحثاً عن الراحة النفسية والخلاص من مشاعر الذنب. هذه المراهقة ناجمة عن اضطراب الجو النفسي في الأسرة " سسيطرت الوالدين، الحماية الرائدة للولد، ضعف المستوى الاقتصادي والاجتماعي، التخلف في التكوين الجسمي وسوء الحالة الصحية ، نقص إشباع الحاجة إلى التقدير والتشيّب على الأدوار الأولى للنمو لاسيما أدوار السنة الأولى من العمر عند تعرض الرضيع لصدمات التعامل مع ثدي الأم .

فهي صورة مكتسبة تميل إلى الانطواء والعزلة والسلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي، ومحالات المراهق الخارجية الاجتماعية ضيقة ومحدودة، ويتصرف جانب كبير من تفكير المراهق في نفسه وحل مشكلات حياته أو إلى التفكير الديني وتأمل في القيم الروحية والأخلاقية، كما يسرف في الاستغراق في الهواجس وأحلام اليقظة، وتصل أحالم اليقظة في بعض الحالات حد الأوهام والخيالات المرضية وإلى مطابقة العدوانية المتعددة وبين أشخاص الروايات التي يقرؤها (عبد الغني الديدي، 1995) ص 155.

#### 4-3-3- المراهقة العدوانية المتعددة:

يكون فيها المراهق ثائراً أو متمراً على السلطة، سواء كانت على سلطة الوالدين أو سلطة المدرسة أو المجتمع الخارجي، كما يميل المراهق إلى توكييد ذاته والتشبه بالرجل ومجاراة في سلوكهم، كالتدخين واللحية والسلوك العدواني عن هذه المجموعة قد يكون صريحاً مباشراً يتمثل في الإيذاء، أو قد يكون غير مباشرة يتخذ صورة العناد، وبعض المراهقين من هذا النوع قد يتعلق بالأوهام، الخيال، وأحلام اليقظة، ولكن بصورة أقل مما سبقها. ومن سمات هذه المراهقة الثورة ضد رموز السلطة أو الانحراف الجنسي والميل للأذى والتدمير، التأثر السريع بأبطال الروايات والأفلام، الشعور بالظلم والقلق والاستغراق في أحالم اليقظة ونقص الحس الأخلاقي والاجتماعي، وتعود الأسباب هنا إلى التربية الضاغطة المتسلطة أو المتمادية في ضعفها ورخاؤها مما يعيق تكوين الضمير الأخلاقي والكونواج الداخلية.

#### 4-4- المراهقة المنحرفة :

حالات هذا النوع تكتل الصور المنحرفة للشكليين المنسحب والعدواني، فإن كانت الصورتان السابقتان غير متوافقتين أو غير متكيفتين، إلا أن مدى الانحراف لا يصل في خطورته إلى الصورة البدية في الشكل الرابع، حيث نجد الانحلال الخلقي والانهيار النفسي حيث يقوم المراهق بتصورات تروع المجتمع ويدخلها البعض أحياناً في إعداد الجريمة أو المرض النفسي والمرض العقلي (عبد الغني الديدي، 1995) ص 155.

وتتمثل سمات هذه المراهقة في الانحلال الخلقي والجنوح المضاد للمجتمع، أما الأسباب تعود إلى مرور الفرد بخبرات شاذة وصدمات عاطفية من طرف الوالدين أو قصور الرقابة الأسرية أو تجاهلها، تجاهل رغبات الولد وحاجاته، النقص الجسمي والضعف العقلي وسوء الحالة الاقتصادية للأسرة (محمد مصطفى زيدان ونبيل الملوطي، 1985) ص 91.

فالراهقة المنحرفة هي صورة من دوافع الرغبة في الهلاك، وتبدو على شكل أعمال تهدف إلى الإضرار بالنفس أو المجتمع، ويمكن النظر إلى الانحراف من وجهي نظرهما ووجهة النظر الاجتماعية ووجهة النظر الفردية، على الرغم

من أن الغلبة تؤول دائماً إلى وجهة النظر الاجتماعية التي تخص بتعريف الانحراف فالسلوك الملاحظ هنا هو نتيجة الصراع من أجل الشعور بالاستقلالية والرغبة في الحصول على الاهتمام من قبل الآخرين، وهناك نوع من الانحراف هو شعور بعض المراهقين بالنقص في المجال الانفعالي، مما يدفعهم إلى تكوين جماعات وعصابات للبحث عن المتعة، ذلك عن طريق قهر الآخرين وإتلاف الممتلكات والظهور بمظهر الأقواء، وعادة ما يأتي هؤلاء المراهقين من بيوت تقليدية، حيث يجب على الجميع تطبيق القواعد حرفياً وعدم السماح بالخروج عليها بأي شكل من الأشكال (رمضان محمد القدافي، 1997) ص 381-382.

#### **14-7- حاجات المراهقين الأساسية :**

قد لا يختلف المراهق كثيراً عن الطفل من حيث الحاجات الأولية أو البيولوجية، أما الحاجات الثانوية أو الاجتماعية فتختلف المراهقة عنها في الطفولة من حيث النوع والدرجة، كما أن هناك حاجات جديدة تقتضيها طبيعة المرحلة وهذه الحاجات هي :

**14-7-1- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وضبط الذات :** وتتضمن الحاجة إلى الانتماء إلى النمو وإلى أن يصبح سوياً وعادياً، الحاجة إلى التغلب على العوائق والمعوقات وإلى العمل نحو الهدف مع معارضته لآخرين كونه يشعر بأنه ناضج كالكبار، ولذا فإنه ينبغي أن يسلك مثلهم حتى يؤكد لنفسه ولغيره هذا الشعور.

#### **14-7-2- الحاجة إلى الاستقلالية:**

يعتبر الاستقلال العاطفي والمادي من أهم حاجات المراهق، ولهذا نجده يثور على القيود التي يفرضها الآباء الذين يعرقلون إشباع هذا الدافع، ولكنه لا يزال يحتاج إلى الأبوين مادياً وانفعالياً، وهنا يقع التعارض بين الحاجات المختلفة، وينبأ الصراع في نفس المراهق (حامد عبد السلام، 1982) ص 401.

وقد تؤدي النزعة إلى الاستقلال لدى بعض المراهقين إلى فقدان السيطرة على سلوكهم وإلى المبالغة في الثورة على الأبوين بصفة خاصة، وعلى كل مظاهر السلطة بصفة عامة، غالباً ما تصاحب إشباع هذه الحاجة الكثير من المصاعب والمتاعب.

#### **14-7-3- الحاجة إلى الانتماء :**

وهذا الإحساس بال الحاجة إلى الانتماء يخلق فيه روح الجماعة، وتخالصه من الأنانية والأثرة الفردية المتسلطة ومن العزلة، كما يعبر عنها من خلال الانخراط في الجماعات المختلفة.

#### **14-7-4- الحاجة الى الامن:**

وتتضمن مجموعة من الحاجات كالامن الجسمي، الشعور بالأمن الداخلي ،البقاء حياً وكذلك الحاجة إلى تجنب المخاطر والألم، وال الحاجة إلى الاسترخاء وإلى الحياة الآمنة المستمرة، بالإضافة إلى الحاجة إلى الحماية ضد الحرمان من إشباع الدوافع، وإلى المساعدة في حل المشاكل الشخصية .

**14-7-5 - الحاجة إلى التقبل الاجتماعي :** وتتضمن الحاجة إلى الحب والقبول والتقبل الاجتماعي، وإلى الأصدقاء والشعبية، إضافة إلى الحاجة إلى الانتماء إلى الجماعات و إلى إسعاد الآخرين .

**14-7-6- الحاجة إلى الإشباع الجنسي :** وتتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية الحاجة إلى اهتمام الجنس الآخر وحبه، والتخلص من التوتر وكذلك الحاجة إلى التوافق الجنسي .

**14-7-7- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار :**  
وتتضمن الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك ، وإلى تفسير الحقائق بعد تحصيلها ثم تنظيم تلك الحقائق، بالإضافة إلى الخبرات الجديدة والتنوع، كذلك الحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل، وإلى النجاح والتقدّم الدراسي من أجل التعبير عن النفس .

بالإضافة إلى الحاجة للسعي وراء الإثارة من أجل جمع المعلومات وتنمية القدرات، وال الحاجة إلى التوجيه والإرشاد العلاجي والتربوي والمهني والأسري .

#### **14-8- مشكلات المراهقة:**

تمر فترة المراهقة بعدة مشاكل، وقد حددتها العديد من الباحثين في المشاكل التالية :

##### **14-8-1- مشكلات تتصل بالصحة والنمو:**

ويشعر المراهق بالأرق والتعب بصورة سريعة والمعانات والغثيان ، قضم الأظافر، عدم الاستقرار النفسي ، قبح المظهر وعدم التناسق بين أعضاء الجسم، كل هذا يكون مصدر قلق وخاصة إذا ما جعلته مصدر سخرية من جانب الآخرين.

##### **14-8-2- مشكلات خاصة بالشخصية :**

وأبرزها الشعور بمركب النقص ،عدم تحمل المسؤولية ،نقص الثقة بالنفس ، الشعور بعدم المحبة من جانب الآخرين ،القلق الدائم حول أتفه الأمور، الرضوخ لأحلام اليقظة باستمرار ،المجادلة الكثيرة لتفادي التعرض للصخرية والانتقاد .

### **14-3- مشكلات تتعلق بالجو الأسري:**

عدم توفر محل خاص به في البيت، عدم استطاعته الخلو إلى نفسه في داره ووجود حواجز بينه وبين والديه، فلم يستطع إطلاعهما على ما يأتيه من حالات نفسية ، التشاجر والعرارك مع إخوانه وأخواته، خصام الوالدين فيما بينهم ، معاملته كطفل ، عدم السماح له باختيار أصدقائه.

### **14-4- مشكلات تتعلق بالمكانات الاجتماعية:**

الخوف من الانطلاق في الحياة الاجتماعية خشية الوقوع في أخطاء ، الخوف من مقابلة أفراد آخرين غير الأبوين، القلق الخاص بالظهور الخارجي ، الشعور بحاجة لأصدقائه ولكنها لا يعلم كيف يكونهم ، الشعور بأنه لا يكون محببا لدى الآخرين .

### **14-5- مشكلات التواصل مع الجنس الآخر :**

التخوف من عدم الاستجابة ، الإصابة بالعزلة والارتباك عند التحدث إلى الجنس الآخر الجهل بوجوب إقامة العلاقة الاجتماعية الحسنة التي تقرها قواعد الأخلاق عند الجنس الآخر (عبد العالى الجسمانى، 1994) ص 238.

### **14-6- مشكلات ترد إلى المدرسة والدراسة :**

عدم القدرة على التركيز والتفكير وعدم توفير النصائح الصائبة بشأن أساليب الدراسة ، عدم المعرفة بشأن الانتفاع بالوقت ، شك المراهق بقدراته والخوف من الرسوب ، فيترتب على هذا القلق بغض المدرسة ومن فيها ويعود هذا لعدم استطاعته مساعدة أقرانه في الصدف أو عدم تفهم الإدارة والمدرسين له، أو جراء تعرضه لأذى من الزملاء ، عدم معرفته بأصول الدراسة النافعة ، التخوف من الامتحانات .

### **14-7- مشكلات ترجع إلى الاختيار المهني :** الحاجة إلى من يرشده إلى أن يختار نهجاً من الحياة ، الحاجة إلى الخبرة في نوع العمل الذي يرغب فيه ، عدم معرفته بكيفية البحث عن عمل ما ، انعدام الرغبة والاهتمام بما يولد القلق النفسي والكآبة القائمة ، عدم معرفته بما يوافق قابلية من المهن .

## 9-14 - النظريات المفسرة للمراهقة :

### 14-9-1- النظريات البيولوجية :

وتتركز هذه النظريات على التغيرات البيولوجية التي تتعلق بالنضج ومن أهمها :

#### 14-1-1-9- نظريات هول G.S.Hall :

بناءً عن الدراسة العلية للمراهقة وما تبعها من أعمال "هول" ثم وضع قواعد هذه النظرية، ف"هول" يتصور أنها مرحلة انتقال بين الطفولة والرشد، تناظر وتقابل فترة الاضطراب التي مر بها الإنسان قبل أن يمر ويرتقي إلى الصورة المحتضرة، فهي شبيه بالمرحلة التي حاولت المجتمعات الإنسانية أن تنتقل فيها من البدائية إلى التحضر، وما تتميز به هذه المرحلة من تردد وانتكاس ونضال مزير، ويستعمل "هول" مصطلح العواطف والتوتر، حيث استعمله لما تتميز به فترة المراهقة من تعارض وتصارع لدى المراهق بين الأنانية والمثالية والقسوة والرق، العصيان والحب.

ففي نظر "هول" أن التركيب العضوي يخضع لسيطرة عوامل وراثية وقد افترض أن النضج يحدث مهما كان الوضع الاجتماعي والاقتصادي أو الثقافي (عبد العالى الجسمانى، 1994) ص 239.

فالمراهقة فترة ميلاد جديدة تتسم بخصائص وسمات تختلف عن مرحلة الطفولة، وعلى هذا فالمراهقة فترة تتناسب مع فترة النمو الإنساني عندما كان الإنسان في فترة انتقال مضطربة

ويعتقد "هول" أن الشخصية في فترة المراهقة تمر بتغيرات سريعة لدرجة أنه يبدو معها المراهق شخصاً مختلفاً، أي أن النمو من الطفولة إلى المراهقة لم يكن متصلة، فبعض التغيرات في فترة المراهقة تختلف تماماً عن ما كانت عليه في فترة الطفولة، لأن النمو الجسمى في مرحلة المراهقة يختلف عن مرحلة الطفولة وعمم ذلك على جوانب النمو (هدى محمد قناوى، 1992) ص 15-18.

#### 14-1-2- نظرية التحليل النفسي :Psychanalytic Theorie

تعتقد "آنا فرويد" أن عدم استمرارية النمو بسبب التغيرات البيولوجية التي يسببها البلوغ والتي تؤدي إلى نشاط الوظيفة الجنسية، فهي تكتم بالأنا **ego**، وما يمكن أن يتخد من ميكانيزمات للدفاع، فتوى "آنا فرويد" أن الأنما يقوم بوظيفة توفيقية لمواجهة وقائع العالم الحاجي من ناحية، وداخليان الحياة النفسية للفرد من ناحية أخرى، وتعتقد أن المراهق يعيش في حالة توتر مستمرة تتطلب دفعات، وهي بذلك تؤكد على العلاقة بين آليات الدفاع ضد التوتر والقلق وبين السلوك، فهذه الدفاعات تؤدي إلى نمو اجتماعي شاذ أو نمو اجتماعي سوي، ومن آليات الدفاع وميكانيزماته نذكر :

- الكبت **Repressions**: وهو حيلة دفاعية لا شعورية ،تدفع ما ليس مقبلاً إلى اللاشعور.

- الإنكار **Denial** : وهو الإصرار على أن بعض ظواهر الواقع النفسي لا وجود لها حيث يتوهم الفرد أن ما يتمناه حقيقة واقعة ،وقد يؤدي إلى فقدان الاحتكاك بالواقع مثلاً ينكر الفرد أن أمه ماتت رغم أنه تأكد موتها .

- الانسحاب **Withdrawal** : أي الهروب العقلي أو الجسدي من المواقف غير السارة

تعتبر " أنا فرويد " المراهقة فترة من الاضطراب في الاتزان النفسي تظهر نتيجة النضج الجنسي وما يتبعه من يقظة القوى الليبية " الشهوانية " وعودة نشاطها ، وترى " الأنماط العليا " في هذه الفترة قد يتعرض لطور من الضعف يعيشه بصورة متقطعة وغير مستمرة وتميز مرحلة المراهقة من وجهة نظرها بالآليتين دفاعيتين تعتبر كل منهما بصورة أو بأخرى امتداد للآليات الدفاعية السابقة ، وهاتان الآليتان هما الرهود والتقصيف والعقلاوية والتعقل.

فعلماء التحليل النفسي ينظرون إلى الفرد على أنه مجموعة من آليات أو ميكانيزمات الدفاع، التي تسمح بتكيفه الصحي مع التغيرات البيولوجية " النضجية " التي تحدث له في فترة المراهقة ، وأوضحاوا أن فترة المراهقة هي فترة يكون فيها العالم الداخلي للفرد في حركة عنيفة ، كما يكون الرد في نفس الوقت حساساً للغاية لمؤثرات العالم الخارجي وبهذه النتائج المتوصلاً إليها استطاع علماء التحليل النفسي أن يلفتوا النظر إلى دينامية المراهق مع التأكيد على عالم التنظيم السيكولوجي للفرد في هذه الدينامية .

- التسامي والإعلاء **Sublimation** : ويعني إعادة الدوافع من هدف جنسي إلى هدف اجتماعي ، وهي حيلة دفاعية تفرغ بها طاقات غريزية في أشكال سلوكية غير غريزية .

## 14-9-2- النظريات الثقافية **Cultural theories**

يرى علماء الأنثروبوجيا إلى العوامل البيئية والثقافية على أنها ذات أهمية أساسية في تحديد النمو الجسمي ، أما من الناحية الوراثية " التكوبينية " فهي ليست إلا عاملاً ثانوياً تتحكم فيه العوامل الثقافية والبيئية .

- رأى " مارغريت ميد وروث بندكت " :

اتضح مع ظهور أبحاث " مرجريت ميد " أن السلوك الذي كان ينسب إلى المراهقين باعتباره جزءاً من تكوينهم البيولوجي أصبح لا يمكن تفسيره بعزل عن الضوابط و المعايير الثقافية التي يخضع لها المراهق في مجتمعه ، ونحن نعلم أن الضغوط التي تنشأ عن التغيرات التي تحدث في بنية المجتمع وتركيبه ونظم مؤسساته وقيمه وعاداته وتقاليده ، تؤثر في المعاملات بين أفراد المجتمع وفي تكوينهم ، وتوكّد " مرجريت ميد " على تأثير البيئة على نمو

شخصية الفرد من خلال دراستها التي قامت بها على جزر "سامو" سنة 1950 ،فوجدت أن مرحلة المراهقة تمر بسلام وبدون أي توتر ،وهذا ما أكدته

دراستها في "غينيا الجديدة" سنة 1953 م كون الثقافة تؤثر على نمو المراهق ، وأظهرت الدراسة حول النمو الثقافي وتأثير على بناء شخصية الفرد مفهومين هما :

- التحديد الثقافي Cultural determinism

- النسبية الثقافية Cultural relativism

" وعلى هذا فإن الثقافة هي التي تحدد نمو الفرد الذي يعكس بدوره الاختلافات الثقافية فالثقافات المختلفة تولد أنواعاً مختلفة من الشخصيات النسبية الثقافية " وتأكد "موجريتهيد" على المشكلات التي يعانيها المراهق وترجعها إلى العوامل الاجتماعية .

وترى "روث بندكت": أن الثقافات تختلف في الاستمرارية بين أدوار الطفولة والرشد ،فالانتقال من مرحلة إلى أخرى يكون محدداً اجتماعياً في بعض المجتمعات وفي المجتمعات أخرى لها ثقافات أخرى يتم الانتقال من الطفولة إلى الرشد محسوساً ،فالتنشئة الاجتماعية في نظرها تجعل الانتقال من الطفولة إلى الرشد ، واجتياز مرحلة المراهقة أمراً سهلاً أو صعباً ، فليست الظروف البيولوجية وحدها هي التي تلد الصراع ولكن التنشئة الثقافية لها دورها أيضاً.

#### 14-3- نظرية التعلم الاجتماعي:

تشكل العوامل الثقافية النمو الاجتماعي من خلال تعزيز السلوك المرغوب فيه فيرى كل من "جيويزت" و"بندور" و"لتز" أن الفرد يستطيع اكتساب سلوك جديد تحت شروط معينة من خلال التعلم المباشر وملاحظة الآخرين ، وتعتبر عملية التنشئة الاجتماعية مسؤولة عن نمو الفرد سواء كان سوياً أو منحرفاً ، فسلوك المراهق يتوقف على القمع الثقافي والتوقعات الاجتماعية وهو نتيجة تربية الفرد فالنمو مستمر وهذا ما يمثل حاصل التنشئة الاجتماعية وليس النضج .

#### ١٤-٩- النظرية البيو ثقافية :

تعمل هذه النظريات على تفسير النمو في مرحلة المراهقة على أنه نتيجة التفاعل بين التأثيرات البيولوجية والثقافية (هدى محمد قناوي، 1992) ص 15-18.

##### أ- نظرية "أوزيل" الدافعية :

ترى أن هناك ناحيتين من التغير في فترة المراهقة أو هما أنه يوجد تغير بيولوجي و خاصة الدافع الجنسي ، أما الثاني فهو الرغبة الجامحة في تحقيق الاستقلال ، إن التنشئة الاجتماعية تعمل على بناء الشخصية السوية لأفراد المجتمع من خلال غرس القيم والمعايير وأنماط السلوك التي تساعد الفرد على أن يصبح قادراً على الحياة في المجتمع بكل معاييره، فالتنشئة الاجتماعية تعمل على تكوين الضمير الذي يراقب سلوكيات الطفل وتصرفاته ، ولكي يتعلم ضوابط السلوك ويكتف عن الأفعال التي لا يقبلها المجتمع ويخضع لأساليب ومعايير السلوك والقيم المتعارف عليها في المجتمع .

ب- نظرية "أريكسو": أنه كلما تفتحت حياة الإنسان الداخلية مضى المجتمع كي يتفق معها أو يتكييف معها ، وعلى نحو يتضمن التتابع المناسب لمراحل النمو، ويحدد أريكسو ثمان مراحل لأزمة النمو النفسي الاجتماعي ، أربعة من هذه المراحل تسبق مرحلة المراهقة وهي :

- مرحلة الثقة مقابل الارتياب وتبدأ من سن عام إلى عامين .  
- مرحلة الاستقلال الذاتي مقابل الخجل والتشكك وتبدأ من 18 شهر إلى 3 أو 4 سنوات .  
- مرحلة المبالاة مقابل الإحساس بالإثم وتبدأ من سن 3 سنوات إلى سن 5 سنوات .  
- مرحلة العلو أو التفوق مقابل الدونية وتبدأ من فترة الكمون .  
- مرحلة الهوية أو الذاتية مقابل التباس الأدوار فهذا المرحلة تبدأ بثورة فيزيولوجية تعرف بطور البلوغ وتنظر هذه المرحلة فترة المراهقة، فالمراهق في تمرده يتوجه إلى سيطرة الوالدين نحو جماعة الأقران طلباً للأمن وقد يشعر بنوع من التعويق ، الإحباط المتتالي من جانب الراشدين الذين يعاشروهم أو يتعاملون معهم مما يدفع أي منهم إلى انتقال ذاتية سالبة تتالف من صور وأدوار اجتماعية .

- مرحلة الألفة مقابل الوحدة أو العزلة يمكن أن يتبادر المراهق إحساس عنيف بالوحدة أو العزلة بسبب تجنبه الارتباط أو الاتصال بشخص آخر لتأثير الخوف.  
- المرحلة التواليدية مقابل الركود.  
- مرحلة تكامل الذات مقابل اليأس .

## ١٤- المراهق و ممارسة الرياضة :

يعيش التلميذ في مرحلة المراهقة تغيرات كبيرة على المستويين السيكولوجي و الفيزيولوجي ، حيث يل JACK المراهق إلى إشباع رغباته و غرائزه أو إلى تحقيق متطلباته الأساسية ، ففي هذه المرحلة يتصرف المراهق بصراع نفسي حاد و يميل إلى التفكير في المشاكل الحبيطة ، ويجد التلميذ الملاجأ الوحيد لتفریغ كل مكتوباته و تحقيق ذاته عن طريق حصة التربية البدنية و الرياضية التي تعتبر بالنسبة للتلמיד الفضاء الواسع الذي يعبر فيه عن مشاعره و يفرغ كل مكتوباته أو على الأقل إلى حد كبير وذلك بفضل حصة التربية البدنية والرياضية ، التي تعلمه أيضا بناء علاقات اجتماعية جديدة تساعده على التكيف ( محمود عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطئ ، 1992) ص 94.

زيادة على ذلك الاضطرابات الحركية و الجسمية التي يعيشها المراهق فالملاحظ أن هناك اضطرابات سلوكية واجتماعية تميز هذه الفترة و في هذا الصدد يشير الدكتور بن عكي : "أن الشخصية السوية - التي يطمح النشاط البدني و الرياضي إلى تحسينها عند الشباب - تمكنهم من التكيف و التأقلم و مواجهة المصاعب التي يتعرضون لها في مهنتهم المستقبلية ، خاصة التي تتطلب إيجاد تغيرات لسلوكهم العاطفي " ( Ben aki M.A )

و يؤكد جون بلافلسال : " أنه من الناحية النظرية ، فإن أهمية الرياضة كوسيلة لوضع حد لعدم التكيف بالنسبة للنجاح كانت نتائجها الإيجابية مستقرة منذ مدة ، لكن هذه النظرة لا تزال تبحث عن متغيرات و أبحاث علمية تبين لنا هذا الاتجاه و تضع حدا لعدم التكيف الحاصل لدى الجانحين ، و يضيف قائلا من حسن ممارسة الرياضة بشكل عام من خلال اعتبارها كتيبة للفرد الجانح إلى مختلف الأنشطة الاجتماعية ، Jean yves lassaile sans année) p12.

ويقول الدكتور عبد الرحمن عدس : "أن فائدة الأنشطة التي يمارسها المراهق ضمن أوقات محددة و ضمن حدود مرسومة و مخطط لها هي أنها توفر له ما يشعر به كيانه و هويته كلما قل احتمال إقباله على ممارسة سلوك يتعرض فيه للخطر من أجل أن يثبت كيانه أو يحقق ذاته ، و يعزز هويته الشخصية ، فهو ليس في حاجة في هذه الحالة لإثبات ذلك عن طريق المخاطرة و المغامرة و القيام بتصرفات من أجل إثبات ذلك فحسب ( محمد عبد الرحمن عدس ، 2000) ص 301.

### 3-3-14 - الخصائص الحركية:

لأن تخصصنا في التربية البدنية و الرياضية فإننا سوف نفصل في النمو الحركي للمرأة بمراحلها الثلاثة وذلك على النحو التالي:

## 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 بالاختلال في التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق الجسدي، وتكون هذه الاضطرابات الحركية في ما يلي:

## الإرباك الحركي العام: -

## الإفتقار للشاقة: -

ويظهر ذلك في الحركات التي تتطلب حسن التوافق بين أجزاء الجسم.

## - نص هادفية الحركات:

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

## الزيادة المفرطة في الحركات: -

كثير من المهارات الرياضية ترتبط بعض الحركات الجانسة الزائدة.

## اضطراب القوى المحركة: -

حيث تؤدي الحركات بإفراط في الجهد والطاقة حيث تستخدم العضلات المناعة للحركات أو أن تكون الحركات تتميز بالطراوة والرخاوة.

- نقص القدرة على التحكم الحركي:

## تقطير صعوبة لدى المراهق في اكتساب المهارات الحركية الجديدة

## التعارض في السلوك الحركي العام:

يظهر عدم الإستقرار الحركي فلا يمكن للمرأة أن تثبت ثباتها بدون حركة وعلى العكس في بعض الحالات قد تتسنم حركاته بالفتور والتكلس.

## 2-تطور عناصر اللياقة الحركية في مرحلة المراهقة الأولى:

### أ-السرعة :

في هذه المرحلة يحصل تطور واضح في صفة السرعة خاصة في سرعة رد الفعل و سرعة تردد الحركات واللذان يصلان في نهاية هذه المرحلة إلى مستوى قيم البالغين، ولا يطرأ عليه إلا تحسن بسيط بعد هذه الفترة، ويعود هذا التحسن حسب الباحثين إلى التحسن يرجع إلى نمو و نضج العمليات العصبية في تلك المرحلة.

### ب-المرونة:

تصل المرونة في نهاية هذه المرحلة إلى أعلى مستوى لها، إذ يصاحب ذلك زيادة مستمرة في درجة ثني الجدع و مد الرجل أماماً عالياً، وحركات مرجحة الرجلين، كما أن تطور القوة العضلية يعطي لها قوى إضافية، وفي هذه الصفة تكون معدلات الزيادة السنوية أكبر لدى البنات، وعليه فإن الفروق بين الجنسين فيها تكون لصالح البنات. حيث يتحققن البنات تفوقاً في المرونة على البنين.

### ت-الرشاقة:

تعتبر هذه المرحلة بوجود بطء في عنصر الرشاقة قياساً إلى المرحلة السابقة، ويرجع ذلك نتيجة إلى الاختلاف في القياسات الجسمية الجديدة التي تطرأ على الفرد و التي تتأثر بالحركة و القدرة على التوجيه الحركي، وقد أوضحت الدراسات على أن معدلات الزيادة السنوية تقل في عنصر الرشاقة في هذه المرحلة.

### ث-التوازن:

يصل التوازن إلى مستوى متقدم في هذه المرحلة ويصل التوازن فيها إلى الشبات، وتعتمد الغالبية من الألعاب والنشاطات على التوازن، وهو يعني تنظيم تطور العلاقات المتبادلة بين الأذن الداخلية مع النظر والمخيخ مع صفة الحركة، ويتطور التوازن من خلال الممارسة و التدريب المستمر على الحركات و الأشكال الحركية، والتي يمكن على أساس التعلم و التدريب السيطرة على الأداء الحركي بشكل جيد.

## 3-تطور الأشكال الحركية (الجري، الوثب، الرمي) في مرحلة المراهقة الأولى:

تكون معدلات الزيادة السنوية في هذه الأشكال الحركية مستمرة و ثابتة، ومن الملاحظ بأن هذه المعدلات للزيادة تكون طفيفة، فيما تصل الفروق بين الجنسين إلى أعلى مستوى لها في تطور تلك الأشكال الحركية في الفترة ما بين (12 إلى 14 سنة) والتي تتساوى فيها تقريباً مستويات الجنسين من البنين و البنات، وبعد هذه الفترة يزداد الفرق بينهما بحيث تتقدم مستويات البنين بصورة مستمرة و تحدث زيادة مستمرة في الفروق بين الجنسين بشكل واضح.

### 3- النمو الحركي في مرحلة المراهقة الوسطى:

تتميز مرحلة المراهقة الوسطة بعودة الإتزان التدريجي بعد فترة الإرتباك والاضطراب الحركي، حيث تعد هذه المرحلة ذروة جديدة للنمو الحركي، ويستطيع الناشئ سرعة اكتساب وتعلم مختلف الحركات وإنقاها وتشبيتها.

كما أن نمو وزيادة قوة العضلات في هذه المرحلة يساعد كثيراً على تطوير القدرات الحركية التي تتطلب القوة كالسرعة و الوثب و الرمي، وبذلك يمكن ممارسة أنواع متعددة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب القوة العضلية.

#### -تطور عناصر اللياقة الحركية في مرحلة المراهقة الوسطى:

**أ-السرعة :** إن مستوى السرعة يتطور بإستمرار حتى سن 15 ، ويتضمن ذلك سرعة رد الفعل و ترعة التردد الحركي، وكذلك يحدث تطور في قدرات السرعة في الحركات الوحيدة و الحركات الثنائية (المنكورة)، إذ أن تطور السرعة يعني تطور الأنشطة المتعلقة بها، كالجري و الوثب و الرمي وسرعة أداء الحركات المختلفة. إن الفروق بين الجنسين في صفة السرعة تكون قليلة فيما يكون تزايد في الإختلاف بين الجنسين خاصة في جري المسافات القصيرة نتيجة لارتباط عنصر القوة، فالنسبة للجري السريع يحدث عند البنين تطور مستمر و يقل هذا التطور في نهاية عمر 20 سنة . أما بالنسبة للبنات فإن قمة التطور في السرعة تحدث في سن 15 - 16 سنة ، وبعد ذلك يحدث تطور طفيف أو توقف في التطور.

**ب-المرونة:** من الملاحظ وجود تحسناً ملحوظاً في صفة المرونة حيث تصل المرونة إلى مستواها المثالي في المفاصل الكبيرة للجسم بصورة خاصة بالنسبة للأفراد الخاضعين للتدريب و الممارسة ، أن الأفراد الذين لا يخضعون للتدريب و الممارسة فيسجل لديهم تراجع كبير و تقل المرونة لديهم.

**ت-الرشاقة:** يظهر تحسن كبير في عنصر الرشاقة قياساً مرحلة السابقة أي مرحلة المراهقة الأولى، ويرجع ذلك لعودة الاعتدال في النمو و مرور فترة الارتكاك الحركي، ويظهر ذلك بشكل واضح خلال أداء الأفراد للحركات الدقيقة (حركات الجمباز مثلاً) و التي تستدعي قدرات كبيرة من الرشاقة، وهذا التطور في الرشاقة يتوقف على التدريب و ممارسة الأنشطة و الفعاليات الرياضية أما بالنسبة للأفراد الغير الخاضعين للنشاط الرياضي بشكل عام فتكون حركتهم غير رشيقية.

## تطور الأشكال الحركية : (الجري، الوثب، الرمي)

من الخصائص المميزة لهذه المرحلة هي تطور المستويات الرقمية للأشكال الحركية (الجري و الوثب والرمي) و الزيادة فيها، حيث يستمر تطور الجري و معدل زيادة سنوية متوسطة، فيما يقل بصورة كبيرة في سن العشرين، أما معدل الزيادة في الجري لدى البنات فيصل إلى أقصى مستوى له ما بين 15 - 16 سنة وبعدها يحصل الثبات. كما تستمر الزيادة السنوية للوثب خاصة الوثب الطويل و الوثب العالي لفترة طويلة وتكون الفروق بين الجنسين فيتحقق البنين تفوقاً كبيراً في الوثب من البنات.

### أهم ما يجب استخلاصه من مرحلة المراهقة الوسطى:

- في مرحلة المراهقة الوسطى يتم تثبيت المهارات والقدرات الحركية، وكذلك في القدرة على التوجيه الحركي.
- تزداد الفروق بشكل واضح بين الجنسين كما تزداد الفروق الفردية بين أفراد الجنس الواحد.
- زيادة الفروق بين الجنسين في قدرات القوة والسرعة والرشاقة وفي القدرات التوجيه الحركي والتوافق الحركي.
- يحدث ثبات في قدرات التوجيه الحركي و التكيف و التعلم، الذي تم التوصل بالنسبة للأفراد الذين لا يمارسون النشاط الرياضي بشكل منتظم.

الجدول رقم (1) الموالي: يوضح الصفات اللياقية البدنية و الحركية و فترات تطويرها و تثبيتها حسب كل فئة

عمرية:

المرحل العمرية الصفات البدنية الحركية	9-6 سنوات	13 - 9 سنة	17-14 سنة	20-17 سنة
المداومة المداومة القادمة	المداومة المداومة القادمة	المداومة المداومة القادمة	المداومة المداومة القادمة	المداومة المداومة القادمة
المقاومة المقاومة المقاومة	المقاومة المقاومة المقاومة	/	/	المقاومة
القوة الانتقال	القوة باستعمال الجسم	/	/	القوة
تحمل السرعة	سرعة الجري	تقنيك و سرعة رد الفعل	سرعة رد الفعل	السرعة
المحافظة	المحافظة	تطوير	تطوير	التوازن
المحافظة	تطوير	تطوير	تطوير	التنسيق الحركي
المحافظة إلى مرونة العضلات والحركة	تطوير مرونة العضلات و الحركة	تطوير مرونة الحركة	تطوير مرونة الحركة	المرونة

## الحور الخامس عشر : حاجات و مشكلات مرحلة المراهقة .

تمهيد : ترجع أسباب السلوك الإنساني إلى مجموعتين من الحاجات ، تتعلق الأولى بالنواحي الفسيولوجية مثل الحاجة إلى الطعام والشراب والتنفس والراحة. أما المجموعة الثانية فتتعلق بالنواحي النفسية والاجتماعية مثل الحاجة إلى النجاح والإنتماء ... وإذا كانت الحاجات الفسيولوجية مشتركة بين جميع المراحل العمرية ، إلا أن لكل مرحلة حاجات خاصة بها ، ويمكن تحديد حاجات المراهق على النحو التالي :

### 1-15-1- حاجات المراهقين :

**1-1-1- الحاجة إلى الاستقلال:** يشعر المراهق أنه وصل إلى درجة من النضج الانفعالي التي تؤهله للاستقلال النفسي عن الوالدين ، والتي يطلق عليها (القطام النفسي) وما يساعد المراهق على تحقيق هذا الاستقلال اتساع عالمه وزيادة خبراته وتجاربه وتعدد أصدقائه وكثرة الأنشطة التي يمارسها .

**1-1-2- الحاجة إلى الانتماء:** تعبير الحاجة إلى الانتماء عن نفسها في ميل المراهق إلى توسيع دائرة علاقاته الاجتماعية لتشمل رفاق اللعب والجيرة وشلة الأصدقاء .

**1-1-3- الحاجة إلى التقبيل الاجتماعي:** يحتاج المراهق إلى الشعور بالتقدير الاجتماعي حتى ينجح في مرحلة النمو التي يمر بها ، ويعتبر شعور المراهق بتقبيل الوالدين والأسرة له من أهم عوامل تحقيق الحاجة إلى التقبيل الاجتماعي للمرأهق .

**1-1-4- الحاجة إلى النجاح والإنجاز:** المراهق في حاجة إلى أن يشعر بالنجاح والثقة بالنفس ، ويمكن تحقيق ذلك بتوجيهه إلى الدراسات الأكاديمية التي تتناسب مع قدراته ومهاراته العقلية واستعداداته وميوله حتى يستطيع تحقيق النجاح والإنجاز .

**1-1-5- الحاجة إلى الأمان النفسي .** يتحقق الأمان النفسي للمرأهق عندما يتاح له المناخ الأسري الحانع العطف ، وإذا وجد التقدير والقبول في المجال الاجتماعي ، والشعور بأن حياته مستقرة .

**1-1-6- الحاجة المهنية:** إن تحقيق الاستقلال يعتمد بدرجة كبيرة على أن يصبح المراهق قادرا على الاعتماد على نفسه اقتصاديا ، لذلك تأخذ الميول المهنية في الظهور والتبلور في أواخر الطفولة وبداية المراهقة .

## 2-15- مشكلات المراهقة :

وترجع الكثير من المشاكل التي تواجه المراهق إلى عدم قدرته على اكتشاف أهداف مهنية مناسبة لقدراته منذ وقت مبكر حتى يتسع له الإعداد المبكر لها .

## 1-15- مشكلة التأخر الدراسي :

الطالب المتأخر دراسيا هو الذي يكون تحصيله أدنى أو دون استعداده ، أي أنه الطالب الذي ينجز أقل مما يمتلكه من قدرات و خاصة إذا كانت درجاته في القدرة العقلية العامة أو القدرات الخاصة تزيد عن مستوى تحصيله بمقدار 30% والقصور في التحصيل قد يقتصر على مجال من المجالات الدراسية أو قد يشملها كلها .

أنواع التأخر الدراسي			
تأخر دراسي مؤقت	تأخر الدراسييالخاص	تأخر دراسيدائم	تأخر الدراسيالعام

## 1-1-15- التأخر الدراسي العام :

وهو النوع من التأخر الدراسي الذي تتدنى فيه درجات الطالب التحصيلية في جميع المواد الدراسية التي يدرسها ، ويترتب على ذلك الانخفاض في الدرجة الكلية لتحصيل التلميذ الأكاديمي ، ويرجع السبب في ذلك إلى الانخفاض في القدرة العقلية العامة ( ذكاء التلميذ ) حيث تتراوح نسبة الذكاء لدى التلاميذ في هذا النوع من التأخر الدراسي ما بين 70 - 85 درجة .

## 1-2-15- تأخر دراسي خاص:

ويشير هذا النوع من التأخر إلى تدني درجات التلميذ في مواد دراسية معينة ، بينما تكون درجاته عادلة أو مرتفعة في المواد الدراسية الأخرى ، ويرجع السبب في ذلك إلى انخفاض القدرة العقلية الخاصة المرتبطة بالمادة ، مثل تدني درجات التلميذ في الرياضيات والتي ترجع إلى انخفاض مستوى القدرة الرياضية ، أو التدني في درجات اللغة بسبب انخفاض مستوى القدرة اللغوية لديه .

### 1-2-3- تأخر دراسي دائم:

وهو نوع التأخر الدراسي الذي يستمر مع التلميذ لفترات طويلة من دراسته ، ويرتبط بالانخفاض مستوى إنجاز التلميذ التحصيلي عن قدرته العقلية العامة ، ويطلق عليه تأخر تحصيلي دائم نظراً لأنه يلازم التلميذ طوال فترة حياته الدراسية .

### 1-1-1- تأخر دراسي مؤقت:

وهو تأخر دراسي مؤقت أي لا يستمر مع التلميذ لفترات طويلة ، وهو يرتبط بموقف معين ، مثل حاله التلميذ الذي تتدنى درجاته التحصيلية بسبب ظروف عائلية طارئة يمر بها كالخلافات بين الوالدين ، أو قد تكون بسبب إصابة التلميذ بأمراض مزمنة ، أو كما في حالة انتقال التلميذ من مدرسة إلى مدرسة أخرى .  
إلا أن مثل هذه الحالات تسترجع درجاتها الطبيعية بعد زوال تلك الحالات المؤقتة .

#### خطوات تشخيص التأخر الدراسي

هناك مجموعة من الخطوات التي يقوم بها الأخصائي النفسي والمدرس والأخصائي الاجتماعي بمعاونة الوالدين للإلمام بالحالة الكلية للتلميذ المتأخر دراسيا ، هي :

- تسير هذه الخطوات على النحو التالي :
  - دراسة المشكلة وتاريخها ، والتاريخ التربوي للعلاقات الشخصية والتاريخ النفسي والجسمي للتلميذ .
  - تحديد مستوى الذكاء والقدرات العقلية والمعرفية المختلفة ، وتنستخدم في ذلك الاختبارات المقننة .
  - دراسة المستوى التحصيلي للتلميذ والاستعدادات والميول باستخدام أدوات القياس المقننة .
  - دراسة اتجاهات التلميذ نحو المدرسين ونحو المادة الدراسية .
  - دراسة شخصية التلميذ والعوامل المختلفة المؤثرة مثل ضعف الثقة بالنفس ، والخمول وكراهية المادة
  - دراسة الحالة الصحية العامة للتلميذ مع التركيز على قياس كفاءة الحواس (النظر ، والسمع ) وبعض الأمراض مثل الأنفية ..
  - التعرف على العوامل البيئية والاجتماعية التي يمكن أن تسهم في التأخر الدراسي مثل كثرة الغياب من المدرسة ، أو انتقال التلميذ من مدرسة إلى أخرى ، وعدم ملائمة المواد الدراسية ، وعلاقة التلميذ بوالديه ، والمناخ الأسري الذي يعيش فيه التلميذ بوجه عام .

## المحور السادس عشر : النمو والممارسة الرياضية

**16-1- الصحة :** - هي ذلك البناء السليم المتكامل للفرد بدنيا ، وعقليا ، ونفسيا ، واجتماعيا ، وليس فقط خلو الجسم من الأمراض والتشوهات

**16-2- التربية الرياضية :** - هي ذلك الجزء المتكامل من التربية الذي تهدف الى تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية، والعقلية، والانفعالية والاجتماعية وذلك من خلال ممارسة الوان النشاط البدني اختيارا بغرض تحقيق هذه الاهداف ، وما تقدم نجد ان التربية الرياضية حين تسعى الى تحقيق اهدافها التربوية فإنها تعمل أساسا على تحقيق الصحة بمفهومها الشامل الذي يتضمن الصحة البدنية ، العقلية ، النفسية والاجتماعية مع السابق ذكره نذكر أثر الرياضة على صحة الفرد .

**16-3- أثر الرياضة على الناحية البدنية :**

- اثر الرياضة على القوام : - القوام المثالى هو : - ذلك الوضع الذى يسمح فيه بأعلى كفاءة لأعضاء الجسم واجهزته المختلفة وعن القوام ذكرت اللجنة الفرعية في مؤتمر الطفل بالبيت الابيض انه العلاقة الميكانيكية بين مختلف اجهزة الجسم الميكيلية والحيوية والعصبية وقوام الانسان ما هو إلا : - هيكل عظمي يتكون من مجموعات مختلفة من المفاصل ويعطى الهيكل العظمي مجموعة من العضلات . وتحرك هذه الاعضاء اجهزة حيوية بداخل الجسم تتحكم في حركاتها وادائها .

وهذا التركيب المتكامل للجسم الانساني يعمل في تعاون وتناسق لكي يؤدي كل انسان رسالته في الحياة وما سبق نتعلم ان ممارسة الرياضة له اثر واضح على قوام الفرد ذلك فيما يلى : -

1 - الرياضة تعمل على التنمية الشاملة والمترنة لجميع عضلات الجسم مما يكون في النهاية الشكل المناسب للقوام

2 - التنمية الشاملة والمترنة للعضلات تعمل على حماية الهيكل العظمي الذي تغلفة من اي اخرافات او انحناءات تسبب في حدوث تشوهات فيه .

3 - زيادة قوة وقدرة المنطقة السفلية من عضلات البطن والنتائج عن اثر الرياضة يصاحبها ارتفاع في المعدة وقيامها بكافأة وينعى تمدد عضلات البطن .

4 - القوام الجيد لا يشكل عبئا على الاجهزه الداخلية والأوعية الدموية والأعصاب ، والمحجوب الحاجز - مما يزيد كفاءة عمل كل منها .

5 - الرياضة تلعب دورا كبيرا في علاج بعض الانحرافات القوامية كاستدارة الكتفين والانحناء الجانبي ، وكذلك في بعض حالات الشلل . وذلك الى جانب العلاج الطبيعي

## 2 - أثر الرياضة على تنمية عناصر اللياقة البدنية :

نتيجة لمارسة الانشطة الرياضية المختلفة والحركات المستمرة لعمل العضلات تنمو لدى الفرد عناصر اللياقة البدنية الأساسية كالقوة ، السرعة ، التحمل ، المرونة ، الرشاقة ، التوازن ..... إلخ مما يرفع الكفاءة البدنية للفرد لمواجهة متطلبات الحياة اليومية بالإضافة إلى القيام بالأنشطة الرياضية مواجهة الطوارئ.

### 16-4- اثر الرياضة على بعض الاجهزه الحيوية في الجسم

#### 16-4-1- اثر الرياضة على الجهاز الدورى :

1- ممارسة الرياضى بصورة منتظمة تعمل على زيادة حجم القلب وبالتالي تزداد قوتها فتزداد كمية الدم التي تصل إلى جميع اعضاء الجسم مع ثبات معدل نبضات القلب في الدقيقة .

2- نتيجة ممارسة الرياضة يتکيف الجهاز الدورى سريعا مع المجهود المطلوب بذلة وبذلك يستطيع الفرد الرياضى ان يؤدى ما هو مطلوب منه بکفاءة ومهارة .

3- عند الانتهاء من اداء المجهود البدنى يعود الجهاز الدورى الى حالته الطبيعية بسرعة عند الانسان الممارس للرياضة اسرع من الانسان الغير ممارس للرياضة .

4- الرياضة تعمل على الاقلال من الاحتمال بالإصابة بإمراض القلب والدورة الدموية وفي هذا الصدد يقول الدكتور " توارد . سيراح " أخصائى القلب بمدينة بوسطن . أن احسن ضمان ضد مرض الشريان التاجى هو النشاط الرياضى كما انه يؤئن النمو الجيد .

5- كما اثبتت التجارب ان الزيادة في ضغط الدم للفرد المدرب اقل منها عند غير المدرب ، كما انه ينصح لبعض المصابين بإرتفاع ضغط الدم بمواولة الرياضة على ان تكون رياضة معتدلة معقولة وليس رياضة عنيفة وانت تكون تحت اشراف طبي .

6- ممارسة النشاط الرياضة يساعد على سرعة تعويض كرات الدم الحمراء التالفة والتي تستهلك عند اداء المجهود البدنى كما ان درجة ترکيز حمض اللكتك تتم في فترة ابطا بما يسمح للفرد باداء المجهود لمدة اطون دون الشعور بالتعب .

## ١٦-٤-٢- اثر الرياضة على الجهاز العصبي :-

ممارسة الرياضة يكون لها اثر واضح على الجهاز العصبي ويوضح ذلك فيما يلى :-

\* الرياضة تعمل على تحديد المسارات العصبية بحيث تشتراك في العمل العضلي للعضلات التي تطلبها العمل بالفعل دون غيرها مما يمنع حدوث حالات الاجهاد الشديد مع المساهمة في تحقيق انسابية الحركة وزيادة كفاءة العمل العضلي .

\* الرياضة تعمل على الارتفاع بعمل الجهازين العضلي والعصبي وزيادة التوافق والتنسيق بينهما مما يحقق تكامل الاداء الحركي وتوافقه .

\* الرياضة تعمل على تنمية الاحساس الحركي الجيد وتحقيق التوازن بين عمليات الكف والاستمرار واكتساب التوافق الحركي الجيد وسرعة الاستجابة الحركية وتاخر ظهور التعب هذا فضلا على ان الرياضة تساهم بدرجة كبيرة في التخلص من ضغط الحياة المعاصرة والحد من حالات القلق والتوتر العصبي

## ١٦-٤-٣- اثر الرياضة على الجهاز الهضمي وعملية الهضم :

تعمل الرياضة على زيادة كمية الدم المدفوعة من القلب واستيعاب كمية اكبر من الاكسجين ، اي ان كمية الدم المؤكسد في الجسم تزداد فيكون نصيب الجهاز الهضمي منها اكبر عند الشخص الرياضي فتزيد كفاءة المعدة والاماء في عملية الهضم كما يزيد نشاط الغدد الهضمية وتزيد الحركة الدودية لامعاقة فتقل فترة بقاء الطعام بالمعدة نتيجة لكافتها في سرعة عملية الهضم .

## ١٦-٥- اثر الرياضة على عملية النمو :

من المعروف ان لكل مرحلة سنية معينة معدلات نمو خاصة بها ( طول الجسم - طول الاطراف - العمر الفسيولوجي - العمر العقلي .. الخ) وعلى المربين ان يتعرفوا على المميزات الخاصة بكل مرحلة سنية حتى يتمكنوا من تخطيط برامج نشاطاتهم بحيث تلبي رغبات واحتياجات الافراد الذين يعملون معهم واضعين في اذنهم بعض الحقائق الهامة الكلام هنا مرتبط بالاطفال سيتم وضعة في موضوع اخر ولكن الهدف من هذا الكلام هو ايضاح ان العمل في الحال الرياضي ليس وليد الصدفة ولكن ابد وان يكون المدرب او المربى لديه من العلم والخبرة ما يمكنه من اتقان هذا العمل .

## 16- فوائد ممارسة التمارين الرياضية في مرحلة الطفولة:

أهمية ممارسة الرياضة في مرحلة الطفولة لمارسة التمارين الرياضية أهمية خاصة في سن الطفولة والشباب حيث أن الجسم في نمو مستمر، فهو يحتاج إلى الرياضة للتأكد من أن العضلات والظامان والقلب والرئتين وكل الأعضاء الحيوية الأخرى تنمو بشكل طبيعي وسليم .

بالإضافة إلى بناء الشخصية السليمة، فقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن الألعاب الحركية المنظمة تعزز نمو الأطفال والشباب من الناحية البدنية والذهنية والنفسية بصورة صحية، وتزيد من الثقة بالنفس وتقدير الذات والشعور بالإنجاز. إن المواظبة على النشاط البدني يحقق للطفل فوائد بدنية ونفسية واجتماعية وروحية هامة منها:

- مزاولة النشاط البدني يمكن أن تساعد الأطفال والشباب على تحقيق التناصق، وسلامة بناء العظام العضلات والمفاصل.

- السيطرة على وزن الجسم والتخلص من الوزن الزائد.
- رفع كفاءة وظيفة القلب والرئتين.
- يهيئ اللعب الجماعي والألعاب الرياضية، وغيرها من الأنشطة البدنية، للأطفال الفرصة للتعبير عن الذات، - بناء الثقة بالنفس، والإحساس بالإنجاز، والتفاعل مع المجتمع والاندماج فيه ..

ان ممارسة الأنشطة الحركية تزيد من قدرة الطالب على التعلم وذلك من خلال تأثيراته على القدرات العقلية، قد أشارت الدراسات إلى أن الطلاب الذين يشاركون في المسابقات الرياضية بين المدارس أقل عرضة لمارسة بعض العادات غير الصحية كالتدخين أو تعاطي المخدرات وأكثر فرصة للاستمرار في الدراسة والتفوق الدراسي وبلغ أعلى المستويات الأكاديمية.

## 17- أثر الرياضة على الناحية العقلية للفرد:

عندما يمارس الفرد نشاطا رياضيا معينا فهو يتلقى بجانب الخبرات الحركية الخاصة بالمهارة خبرات أخرى نظرية تتعلق بـ( طبيعة اللعبة - انماط الأجسام الخاصة بها - قانون اللعبة - تاريخ اللعبة - خطط اللعبة - النواحي الابداعية في اللعبة - طرق خداع الخصم ) كل ذلك يتطلب من الفرد نشاطا عقليا يمكنه من استيعاب تلك المعلومات وتطبيقاتها عمليا ومحاولة اظهار النواحي الابتكارية لدى اللاعب فضلا عن ان ممارسة الأنشطة الرياضية وما تستلزمها من مواقف وقرارات فورية يزيد من القدرة على تركيز الانتباه - والادراك - والتذكر الحركى - والللاحظة - والاستجابة الوعائية وحسن التصرف تبعا للظروف المختلفة.

## ١٦-٨- أثر الرياضة على الناحية النفسية :

لممارسة الرياضية المنتظمة والمستمرة وبطريقة سلية ومقننة تساعد على تحقيق التكيف النفسي لممارسيها فهتمي المؤاقف المختلفة التي تشبع الحاجة الى التقدير والنجاح وتحقيق الذات الامان كما تجلب السعادة والسرور الى النفس وتساعد على التخلص من التوتر او الارهاق العصبي وذلك بتفریغ الانفعالات المكبوتة واستنفاذ الطاقة الزائدة كما تساعد على ترقية الانفعالات وضبط النفس .

## ١٦-٩- أثر الرياضة على الناحية الاجتماعية :

ان التكيف البشري يجب ان يتفق مع البيئة الاجتماعية ومع ما تتطلبه من مطالب واحتمالات اجتماعية . ولما كان للمجتمع مطالب فإن التربية الرياضية تحىء الفرد للملائمة مع هذه المطالب ومتى يمارس الرياضة تعد صورة مصغرة من ميادين الحياة .

## ١٦-١٠- أثر الرياضة على الحالة الصحية العامة ونظام حياة الفرد :

لاشك وان النتاج الطبيعي للتأثير الشامل والمتكمال للممارسة الرياضة على النواحي البدنية مشتملا على حفظ القوام ومنع حدوث اي تشوهات وعلاجهما ان حدثت . واثرها على رفع معدلات اللياقة البدنية المختلفة وتحسين عمل الاجهزة الحيوية بالجسم وعملية النمو واثرها على النواحي النفسية والعقلية والاجتماعية يكون النتاج الطبيعي لها هو الارتقاء بالحالة الصحية العامة للفرد وزيادة كفاءة في العمل والانتاج وتقليل فرص الاصابة وزيادة المناعة الطبيعية بالجسم والوقاية من الامراض هذا قضا عن تخلص الفرد من الاعباء البدنية وحالات القلق والتوتر واجداد الحياة الآمنة.

تحفيز هرمون النمو :

هرمون النمو عبارة عن بینة بروتينية تفرز عن طريق الغدة النخامية . هذا الهرمون مسؤول عن نمو الجسم و اعادة بناء ، اصلاح ، و تجديد الخلايا كما توجد دراسات تبين أن هذا الهرمون يبطئ من مرحلة الشيخوخة .

يعتبر هرمون النمو واحد من أهم الهرمونات الأساسية لصحة الانسان و يوفر للشخص البالغ الفوائد التالية :  
تقوية العظام (و هو ما يجب أن تحصل عليه اذا اردت زيادة الطول )

بناء العضلات (و هذه أيضا )

تحفيز عملية حرق الدهون

زيادة الكتلة العضلية