

**مراحل النمو الإنساني ومظاهره  
في علم نفس النمو**



## الفصل الرابع

### مراحل النمو الإنساني ومظاهره

### فى علم نفس النمو

#### أولاً: مرحلة الحمل ( ما قبل الولادة Prenatal )

تستغرق مرحلة الحمل الفترة الزمنية من لحظة الإخصاب حتى لحظة الميلاد. وتتفاوت هذه الفترة من حمل لآخر عند الأم الواحدة، ومن أم لأخرى. لكن هناك حد أدنى وحد أقصى لهذه الفترة. أما الحد الأدنى فهو الفترة اللازمة لبقاء الجنين فى بطن أمه حتى يولد حيًا فهى ستة أشهر.

وأما الحد الأقصى للمدة التى يمكنها الجنين فى بطن أمه فهى تسعة أشهر تقريباً (فقد تزداد أياماً قليلة أو تنقص).

ويهتم علم نفس النمو بدراسة مسار النمو الإنسانى منذ بدء تكوينه فى رحم الأم، وذلك لما لهذه المرحلة من أهمية كبيرة فى تحديد مسار النمو بعد ولادته وفى جميع المراحل الأخرى من حياة الإنسان.

وتنقسم مرحلة الحمل إلى عدة مراحل أو أطوار كما يلى:

- ١- طور النطفة.
- ٢- طور العلقه.
- ٣- طور المضغة.
- ٤- طور الجنين.
- ٥- طور التسوية.

## ١ - طور النطفة:

ويطلق عليها النطفة الأمشاج وهى البويضة المخصبة والتى تتكون من نطفة الأنثى (البويضة) ونطفة الرجل (الحيوان المنوى). ومن لحظة التكوين هذه تتحدد الخصائص الوراثية للإنسان.

وتتكون النطفة فى بداية الأمر من خلية واحدة ثم تنقسم إلى خليتين ثم إلى أربع ثم إلى ثمان ثم إلى ستة عشر خلية وذلك خلال الثلاثة أيام الأولى من الحمل. وتظل تنقسم ويتضاعف عدد الخلايا يوماً بعد يوم.

## ٢ - طور العلقه:

يبدأ طور العلقه فى اليوم السادس أو السابع من الحمل حيث تتعلق الخلايا المتكونة من النطفة الأمشاج بجدار الرحم ويطلق عليها اسم علقه وهى التسمية القرآنية التى لم يجد الأطباء قديمهم وحديثهم تسمية مناسبة ودقيقة لهذا الطور إلا هذا الاسم «علقه». وفى هذا الطور يبدأ الغشاء المشيمى فى التكوين، ويكون له نتوءات تساعد على الالتصاق بجدار الرحم وتبدأ عملية التغذية من دم الأم.

## ٣ - طور المضغة:

يظهر هذا الطور من الأسبوع الثالث للحمل ويمتد حتى نهاية الأسبوع السادس وبداية الأسبوع السابع أو منتصفه ويكون المخلوق الإنسانى وقتئذ عبارة عن قطعة من اللحم به نتوءات وتجويفات (كما يظهر تحت المجهر) يشبه قطعة من اللحم سبق مضغها. ولذلك لم يوجد حتى الآن تسمية أخرى ملائمة لهذا الطور إلا هذه التسمية (المضغة) كما وردت بالقرآن الكريم.

## ٤ - طور الجنين (تكوين العظام والعضلات):

مع نهاية الأسبوع السادس وبداية الأسبوع السابع للحمل تتحول المضغة إلى نسيج عظمى حيث تتكون عظام الجنين ثم تكس باللحم والعضلات، ويظهر الجنين فى شكل عظمى غصروفي نهاية الأسبوع السابع وبداية الأسبوع الثامن

للحمل. ومع اقتراب الشهر الثالث من عمر الجنين تزداد العظام نموًا وتسرع العضلات فى النمو ويظهر الشكل الإنسانى للجنين مع نهاية الشهر الثالث للحمل.

#### ٥- طور التسوية: (اكتمال الجنين البشرى):

مع بداية الشهر الرابع تظهر أعضاء الجنين الإنسانى الرأس - الذراعين - الساقين.. الخ وينبض قلب الجنين ويتحرك حركة ذاتية تشعر بها الأم، ويمكن التعرف على نوع الجنين فى هذه المرحلة إن كان ذكرًا أم أنثى حيث تكون الأعضاء الدالة على النوع قد تشكلت.

ويعتبر النمو الجسمى فى مرحلة الجنين من أسرع معدلات النمو الإنسانى على الإطلاق، حيث يظهر فى الشهر الخامس كل تفاصيل الجنين من رموش وشعر الرأس وشعر الحواجب، وتنشط الغدد وتزداد دقات القلب قوة ويصل طول الجنين إلى ١٢ بوصة ويزيد ما بين ١٢ - ١٦ أوقية بعد أن كان طوله فى الشهر الثالث لا يتجاوز ٣ بوصات ووزنه يتراوح بين نصف أو ثلاثة أرباع أوقية.

ويمتد هذا الطور إلى حين الولادة حيث لا يستطيع الجنين العيش خارج الرحم إلا بعد اكتمال الشهر السادس وحيث يكون الجهاز التنفسى للجنين قد نضج وكذلك المخ ويكون وزن الجنين فى ذلك الوقت لا يقل عن ١٥٠٠ جرام. وفى حالات الولادة العادية فى الشهر التاسع يكون وزن الجنين قد وصل إلى ثلاثة كيلو جرامات تقريبًا وطوله نصف متر تقريبًا.

#### \* العوامل المؤثرة فى النمو خلال مرحلة الحمل:

- ١- الأمراض الوراثية مثل مرض السكر، واضطراب الخلايا العصبية فى المخ والنخاع الشوكى. وكذلك اختلاف دم الأم عن دم الأب من حيث العامل RH وهو أحد مكونات الدم ويتحدد وراثيًا.
- ٢- تغذية الأم وحالتها النفسية أثناء الحمل.

٣- عمر الأم؛ فإذا كانت صغيرة السن وفي مرحلة النمو الجسمى فقد يكون جهازها التناسلى أقل اكتمالا، أو أنها فى حاجة إلى غذائها فى نموها هى، ومن ثم يؤدى ذلك إلى بعض الأخطار الصحية على الجنين.

أما الأم كبيرة السن (قرب سن القعود) قد يتعرض الجنين إلى اضطرابات رحمية متكررة مما يعرضه للإجهاض أو يولد قبل موعده وهو يعانى من مشكلات صحية.

٤- الأمراض التى تصيب الأم أثناء الحمل مثل:

- الحصبة الألمانية.

- الزهري.

- اضطراب إفرازات الغدد وخاصة (النخامية والكظرية والدرقية).

٥- تعرض الأم للإشعاع أثناء الحمل وخاصة خلال الشهور الثلاثة الأولى للحمل.

٦- العقاقير الطبية التى تتناولها الأم الحامل وخاصة خلال الشهور الثلاثة الأولى للحمل.

## ثانياً : مرحلة المهد ( طور الوليد )

يمتد طور الوليد من الميلاد حتى أسبوعين.

ويطلق عليها مرحلة المهد.

والولادة بالنسبة للوليد هي عملية انتقال من بيئة الرحم إلى العالم الخارجى، فبعد أن كان جنيناً يعتمد على أمه فى تنفسه وغذائه، يبدأ الوليد يتنفس وحده مستخدماً جهازه التنفسى لأول مرة، ولذلك تصدر منه صيحة عقب ولادته مباشرة نتيجة لمروور الهواء لأول مرة بحباله الصوتية، وهذا هو أول جهاد للمولود فى سبيل البقاء. ثم يعتمد على فمه فى تلقي غذائه من الأم (الشدى أو الرضاعة الصناعية) ولذلك يقطع الحبل السرى بعد الميلاد مباشرة حيث يعتمد الوليد على أجهزته الخاصة به فى التنفس والغذاء.

ويولد الإنسان ولديه كل إمكانيات الحياة وجميع الأجهزة التى تمكنه من الحياة، لكنها ليست على استعداد للعمل مباشرة بعد الولادة إلا تلك الأجهزة اللازمة للمحافظة على البقاء ومن أهمها أجهزة التنفس.

ويعتمد الوليد اعتماداً كلياً على الآخرين. فهو كائن إنسانى لا حول له ولا قوة.

وفى وصف هذه الفترة الباكراً من نمو الإنسان بعد مولده يقول الحق تبارك وتعالى: ﴿وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئاً وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ [النحل: ٧٨].

**مظاهرها لنمو الجسمى للوليد :**

يخرج الوليد من بطن أمه وطوله ٥٠ سم تقريباً ووزنه ما بين ٢.٥ إلى ٣.٢٥ كجم. ويميل لون الجنين إلى الحمرة، وتكون الأرداف غير متماسكة، ويكون

الذراعان والرجلان في حالة انثناء معظم الوقت وتبدو الرجلان مقوستان قليلاً، أما العظام فتكون لينة والعضلات ضعيفة لا يسيطر الوليد على حركتها. ويكون عظم الرأس غير ملتحم به يافوخ يبدو وكأن بالرأس فجوة يحميها غشاء متين تحت الجلد ويتم التحام هذه العظام حول اليافوخ في العام الثاني للطفل.

وبصفة عامة فإن أجهزة الوليد من الناحية الجسمية تكون كاملة ومستعدة للعمل.

#### \* وعن النمو الفسيولوجي للوليد فتتمثل فيما يلي:

- يتصل معظم السلوك الفسيولوجي للوليد في المص والبلع والتنفس والهضم والإخراج والنوم.
  - تكون ضربات القلب أسرع عنده من الكبار ثم تتناقص بعد ذلك حيث تصل ضربات قلب المولود إلى ١٦٠ في الدقيقة تقريباً. بينما عن الراشد تكون حوالي ٧٢.
  - ويكون التنفس أسرع عنده من الكبار ثم يتناقص مع النمو.
  - وضغط الدم يكون أضعف منه لدى الكبار ثم يزداد مع النمو.
  - ويحتاج الوليد إلى الرضاعة كل ٣ أو ٤ ساعات تقريباً وفي حالة المواليد المبشرين (٦.٥ - ٨ شهور) فإنهم يحتاجون إلى الرضاعة كل ساعتين.
- ويقضى الوليد معظم وقته في النوم.

#### \* أما النمو الحركي:

لا يستطيع الوليد الإتيان بأي حركة إرادية وذلك يرجع إلى عدم نضج جهازه العصبي.

ويقضى معظم وقته مستلقياً على ظهره، ويكون عاجزاً تماماً عن تغيير وضعه ولذلك سميت هذه المرحلة بمرحلة المهد.

وأما حركاته الجسدية كلها تكون عشوائية تلقائية متنوعة وسريعة وغير منتظمة وغير متميزة ويستثيرها المثيرات العضوية مثل الإخراج، التقلصات المعوية، والامتصاص، والفرع، والعطس.

\* الحواس: - السمع؛ يكون جهاز السمع عند الوليد كاملاً تماماً إلا أنه لا يستجيب في الأيام الأولى من ولادته بسبب بعض السوائل بالأذن والتي تزول تدريجياً خلال بضعة أيام قليلة، بعدها يستمع للأصوات العالية والفجائية والمتوسطة ولا يسمع الأصوات المنخفضة.

- البصر؛ تكون حاسة الإبصار غير مكتملة في هذه المرحلة المبكرة إلا أن الحساسية للضوء تكون موجودة منذ الميلاد. وتستجيب العين للضوء الساطع وتتابعه.

## ثالثاً : مرحلة الرضاعة Suckling أو طور الرضيع Babyhood

تبدأ مرحلة الرضاعة منذ الولادة في عامين من عمر الإنسان وهذا هو الحد الأقصى لفترة الرضاعة.

يقول تبارك وتعالى: ﴿وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَدَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنِمَّ الرِّضَاعَةَ﴾ [البقرة: ٢٣٣].

ويطلق طور الرضيع على المرحلة العمرية الممتدة من الولادة حتى نهاية العام الثاني من العمر، وبالطبع فإن هذه المرحلة تشمل الطور السابق وهو طور الوليد. وإنما تم التخصيص لطور الوليد لتوضيح أهمية الأسبوعين الأولين من حياة الإنسان والتي إذا اجتازها بنجاح فإنها تؤثر على النمو في مراحلها التالية تأثيراً إيجابياً والعكس بالعكس.

وقد أجمعت الأبحاث والدراسات النفسية والطبية على أن الرضاعة الطبيعية هي من أفضل طرق تغذية الطفل في هذه المرحلة وذلك لأن الرضاعة الطبيعية تحقق للوليد عدة مزايا أهمها: التغذية المتوازنة؛ لأن لبن الأم أكمل غذاء جسمي للطفل.

التغذية النفسية؛ حيث يشعر الرضيع بالحب والدفء، والرضيع حين يتناول ثدي أمه لا يملأ معدته فقط ليشبع جوعه، لكنه يشبع حاجته إلى الاطمئنان والحنان، وهذا ما نلاحظه على وجه الرضيع أثناء عملية الإرضاع الطبيعية من الأم إذا ما قورنت بما نلاحظه على وجه الرضيع في حالة الرضاعة الصناعية.

وتشير الدراسات والبحوث الطبية والنفسية إلى التأثير الإيجابي للرضاعة الطبيعية في جميع جوانب نمو الطفل خلال العامين الأولين من حياته.

وسبحان من قال في كتابه العزيز: ﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَلَدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصْلَهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَلَدِكَ إِلَىٰ الصَّيْرِ﴾ [لقمان: ١٤].

إن مرحلة الرضاعة هي المرحلة التي توضع فيها أسس نمو الشخصية وكذلك المرحلة التي تليها مباشرة. فإذا كانت عوامل النمو سليمة ومواتية كان نمو الشخصية سوياً، وإذا كانت عوامل ذات تأثير ضار كان نمو الشخصية مضطرباً وغير متوافق.

وفيما يلي وصف لأهم مظاهر النمو في مرحلة الرضاعة:

#### ١ - مظاهر النمو الجسمي:

- الأسنان: يبدأ ظهور الأسنان من الشهر السادس وقد يتأخر عند بعض الأطفال حتى الشهر الثامن أو التاسع.

وعادة ما يظهر السن السفلي الأمامي أولاً ثم يتوالى ظهور باقي الأسنان حتى إذا بلغ الطفل عامه الأول يكون لديه ستة أسنان وتعرف الأسنان في مرحلة الرضاعة بالأسنان اللبنية أو المؤقتة. ويتفاوت الأطفال فيما بينهم في وقت ظهور الأسنان وترتيبها في الظهور.

- العظام والعضلات: يزداد نمو العظام والعضلات. ويلتحم اليافوخ في السنة الثانية وتفيد الدراسات الخاصة بالأشعة السينية أن العظام تزداد حجماً وعدداً مع النمو، كما في عظام الرسغ والجذع وكذلك الساقين والذراعين. أما العضلات فإنها تزداد من حيث الحجم وليس في العدد، وتنمو العضلات الكبيرة أولاً وتزداد القدرة على التحكم فيها ويظهر ذلك في قدرة الرضيع على الجلوس في سن أربعة أشهر تقريباً مما سنوضحه بعد ذلك عند الحديث عن النمو الحركي للرضيع.

- الطول: يطرد الطول في بداية المرحلة حتى يصل ٦٠ سم تقريباً بعد أربعة أشهر من ولادته ثم يصل إلى ٧٥ سم في نهاية عامه الأول.

ثم تتناقص الزيادة في الطول خلال العام الثاني ليصل إلى ٨٥ سم في نهاية عامة الثاني.

- الوزن: يشمل وزن الرضيع زيادة ملحوظة في بداية المرحلة حيث يصل إلى ٦ كجم بعد خمسة أشهر من ولادته أى ضعف ما كان عليه عند الميلاد.
- ودائمًا توجد فروق فردية واضحة بين الأطفال في الحجم والوزن والطول، وظهور الأسنان وقوة العضلات ونمو العظام، ولذلك ننصح الأمهات بعدم القلق إذا تأخر الرضيع في بعض مظاهر النمو الجسمي قليلًا.
- ٢- مظاهر النمو الحسي:

- السمع: يتطور ونمو بحيث يميز الرضيع بين درجات الأصوات المختلفة والمتباينة، ويمكنه إدراك الفرق بين تلك الأصوات من بعد الشهر الرابع. وبعد الشهر الخامس يستطيع الرضيع أن يحدد مصدر الصوت. ويبدى الرضيع إحساسًا بالارتياح والاسترخاء بسماع الأصوات الإيقاعية الهادئة.
- البصر: من بعد الشهر الثاني من عمر المولود يتميز الإدراك البصري لديه ويزداد وضوحًا، كما تنمو لديه الكفاية البصرية.
- وفي الشهر الخامس يمكن للرضيع أن يمد يده لما ينظر إليه، وفي الشهر التاسع يرى الأشياء الدقيقة (في حجم الدبوس)، ويستجيب الرضيع للأضواء البراقة والأجسام اللامعة وينجذب إليها أكثر من تلك ذات الألوان البسيطة المتجانسة.
- التذوق: يميز الرضيع بين الحلو والمالح والمر والحامض، ونجده دائمًا يفضل المذاق الحلو ويلفظ المر والحامض.

### ٣- مظاهر النمو الحركي:

- الرأس: يتحكم الرضيع في حركة الرأس أولاً. حيث يمكنه رفع رأسه وإدارتها مع بداية الشهر الثاني.

- حركة الجسم: يستطيع الرضيع رفع صورة وتحريك أجزاء جسمه ككل من نهاية الشهر الثانى والثالث وقبل أن يجلس، فى هذا العمر يحرك يديه إلى الأشياء لكنه لا يلمسها كما أنه يرفس بقدمية.

- الجلوس: فى نهاية الشهر الرابع يجلس الرضيع بمساعدة الغير، ثم وفى الشهر الخامس يجلس بدون مساعدة. ويمسك بالأشياء وينقلها من يد لأخرى. وبنهاية الشهر السادس يضع فى فم كل ما تصل إليه يده. ولعل من تفسير ذلك السلوك هو بداية ظهور الأسنان وما يصاحبه من رغبة فطرية فى استخدامها.

- الحبو والوقوف: مع نمو العضلات الكبيرة واضطراد نمو عظام الرضيع يستطيع الرضيع الحبو مع نهاية الشهر السابع وحتى الشهر العاشر، ثم يحاول الوقوف مستندا إلى الأثاث، وبعض الأطفال يقف بدون حبو.

- المشى: يمكن للرضيع أن يمشى بمساعدة الغير من نهاية الشهر الحادى عشر والثانى عشر. ثم يمشى وحده مع نهاية الشهر الخامس عشر.

ويلاحظ التحسن المستمر فى التآزر الحسى العصبى العضلى للرضيع والذى يساعد فى تطور النمو الحركة له.

ويعتبر المشى من أهم نواحي النمو الحركى وأكثرها اتصالاً وتأثيراً فى النمو العقلى والاجتماعى.

#### ٤- مظاهر النمو العقلى فى مرحلة الرضاعة:

يساعد التطور فى نمو الحواس والحركة على ظهور سلوكيات للرضيع تدل على النمو العقلى فى هذه المرحلة المبكرة من حياة الإنسان، وتشير نتائج دراسات النمو إلى عدد من المعايير العامة للنمو العقلى للرضيع يمكن أن تحدد السلوكيات الدالة على مظاهر النمو العقلى خلال تلك الفترة كما يلي:

- ٤ شهور: يتتبع الرضيع ببصره ضوء يتحرك ببطء.
  - يحرك الذراعين بقصد إزاحة شئ يلقى على وجهه.
  - ٦ شهور: يميز بين الوجوه المألوفة والغرباء.
  - ينظر إلى أسفل إذا وقع من يده شئ.
  - ٩ شهور: يستجيب لصورة نفسه في المرآة.
  - يقبض على حلقة تتدلى فوق رأسه ويشدها لأسفل.
  - سنة: في نهاية السنة الأولى: يضع مكعباً فوق آخر ثم آخر ليكون منها برجاً.
  - سنة ونصف: يشير إلى أجزاء الجسم (العين - الأنف - الفم).
  - يبنى برجاً من أربعة مكعبات. ويميز الطبق من الكوب.
  - سنتان: يبنى برجاً من ستة مكعبات.
  - ينطق جملة من كلمتين وأحياناً ثلاث كلمات.
  - ينفذ ثلاثة أوامر بسيطة.
- وفي نهاية السنة الثانية يمكن معرفة درجة ذكاء الطفل باستخدام مقاييس الذكاء المقننة والموضوعة لهذا الغرض في هذه المرحلة ومن أمثلة هذه المقاييس:
- California Preschool Mental Scale.
  - Cattell Intelligence Scale Infants and young Children.
- ومن الجدير بالذكر أن نقدم تعريفاً مبسطاً للذكاء وكيفية حساب نسبته.
- يعرف الذكاء بأنه القدرة العقلية العامة وتخضع للوراثة كعامل أساسى في تحديد هذه القدرة ونسبة الذكاء الخام.

ويمكن التعرف على هذه القدرة العقلية العامة من خلال التعرف على الأشياء واستخداماتها والتعرف على صور الأشخاص فضلاً عن الأشخاص أنفسهم القريين من الطفل والفرقة بينهم من صورهم وغير ذلك من الأنشطة التي

تتضمنها اختيارات الذكاء التى تعد لهذا الغرض. ودائماً يجب عند إعداد هذه الاختبارات مراعاة بيئة الطفل والوسط الذى نشأ فيه.

وتحسب نسبة الذكاء باستخدام المعادلة الآتية:

$$\text{نسبة الذكاء} = \frac{\text{العمر العقلى}}{\text{العمر الزمنى}} \times 100$$

والنتائج دائماً لا يكون مثوياً.

والعمر العقلى هو العمر الذى تقف عنده إجابات الطفل على اختبار الذكاء.

- اللغة: يظهر النمو اللغوى عند الرضيع كما يلى:
  - المناغاة: حيث تسمع أصوات للرضيع وهو يناغى نفسه تلقائياً وبدون من يستجيب له. وتظهر مناغاة الرضيع فى الشهر الثالث تقريباً وتستمر إلى الشهر الثامن تقريباً.
  - النطق: يبدأ الرضيع بنطق الحروف الحلقية (آآ) ثم حروف الشفة (م م، ب ب) ثم الحروف الأنفية مثل (ن) وهكذا.
  - الكلمة الأولى: يبدأ الطفل الرضيع بنطق الكلمة الأولى فى الشهر التاسع وقد تتأخر لنهاية السنة الأولى أو منتصف السنة الثانية.
  - مرحلة الكلمتين: يبدأ الرضيع فى نطق كلمتين مركبتين للدلالة على معنى مترابط، وذلك فى نهاية السنة الثانية أو قبيل نهايتها بشهر أو شهرين.
- ويعتبر التأخر فى النمو اللغوى وانخفاض نسبة الذكاء مؤشراً على وجود مشكلة فى النمو العقلى بصفة عامة.

#### ٥- مظاهر النمو الانفعالى للرضيع:

يولد الإنسان ولديه القدرة على الانفعال، والبيئة التى ينشأ فيها هى التى تعلمه كيف يفعل ومتى يفعل ومن أى شىء وتتراوح الانفعالات ما بين الغضب والفرح والخوف والغيرة.

ويتعلم الطفل التعبير عن هذه الانفعالات وغيرها عن طريق التقليد في المواقف المختلفة.

وبصفة عامة تتركز الاستجابات الانفعالية للرضيع في راحته الجسمية، وغذائه وأمنه.

وفيما يلي أهم مظاهر النمو الانفعالي للرضيع:

- الفرح: يفرح الرضيع عندما يشعر بالراحة الجسمية ويعبر عن ذلك بالابتسام ومع زيادة نموه يعبر عنه بالضحك كما يفرح الرضيع عندما يلعبه الآخرون ويداعبونه.
- الغضب: أول ما يثير غضب الرضيع هو شعوره بعدم الراحة الجسمية، يلي ذلك إذا أخذت منه لعبته أو إذا سقطت أو ضاعت منه، وإذا ترك وحده في حجرة، وعند وجود عائق في سبيل تحقيق حاجاته. وتختلف تعبيرات الرضع عن غضبهم فمنهم من يبكي، أو يصرخ، ومنهم من يرفس بقدميه أو يتمرغ على الأرض.
- الخوف: يظهر انفعال الخوف على الرضيع عند وجود مشيرات غريبة مثل الأصوات العالية المفاجئة، أشخاص غرباء يظهرون له لأول مرة، أو عند تعرضه للسقوط، أو فقدانه للأم. ويعبر عن خوفه بالصراخ.
- الغيرة: تظهر الغيرة واضحة على الرضيع عندما يشاركه أحد في محبة والديه وخاصة المولود الجديد.

#### ٦- مظاهر النمو الاجتماعي للرضيع:

بصفة عامة تكون هذه المظاهر محدودة جداً وذلك وفقاً للقدرات المحدودة للرضيع والنطاق الاجتماعي المحدود له.

ويبدأ ظهور النمو الاجتماعي للإنسان في منتصف العام الأول لميلاده حيث يبدأ بالاستجابة لمن يحيطون به، ويظهر اهتمامه بما حوله. وخلال السنة الثانية تتسع بيئة الطفل ويميز بين الأقارب والغرباء، ويمكنه اللعب مع الأطفال الآخرين لكن

علاقته بالكبار تكون أفضل من علاقته بالأطفال في مثل سنه حيث يسودها الشجار والنزاع على اللعب.

واللعب في سن الرضاعة غالبًا ما يكونا فرديًا، والطفل لا يبدى التعاون مع أقرانه من الأطفال حتى إخوته.

ومن مظاهر النمو الاجتماعي للطفل في العام الثاني:

- يستطيع الأكل بالملعقة دون مساعدة.
- يختار بين الأطعمة ويميز بين طعام وآخر وبين الطعام وغيره من الأشياء المشابهة.
- يستطيع التجول في المنزل من غرفة لغرفة.
- يمكنه تسلق السلالم دون مساعدة.
- يفتح الباب ويتسلق السلالم دون مساعدة.
- يفتح الباب ويتسلق كرسي ليصل إلى ما يريد ويزيل الأشياء البسيطة من أمامه.
- يمكنه استعمال سلة لجمع أشياء صغيرة.

## رابعاً : مرحلة الطفولة Childhood

- ١ - الطفولة المبكرة (٢ - ٦ سنوات).
- ٢ - الطفولة الوسطى (٦ - ٩ سنوات).
- ٣ - الطفولة المتأخرة (٩ - ١٢ سنة).

### ١- الطفولة المبكرة Early Childhood (من ٢.٦ سنوات )

ويطلق على هذه المرحلة أيضاً مرحلة رياض الأطفال أو الروضة أو مرحلة ما قبل المدرسة Pre-School. وتبدأ من نهاية مرحلة الرضاعة إلى دخول المدرسة الابتدائية.

وفيما يلي مظاهر النمو في هذه المرحلة:

#### أ- مظاهر النمو الجسمي:

- الأسنان: تكتمل الأسنان اللبنية أو المؤقتة حتى نهاية المرحلة. ثم يبدأ سقوطها خلال السنة السادسة من عمر الطفل لتظهر الأسنان الدائمة واحدة تلو الأخرى مع نهاية السنة السادسة وفي معظم الأطفال يظهر سن واحد أو اثنان من الأسنان الدائمة عند بلوغ الطفل سن السادسة.
  - الرأس: ينمو نمواً بطيئاً حتى يصل في نهاية المرحلة إلى حجم يشبه حجم رأس الراشد، كما يقوى عظم الجمجمة عن المرحلة السابقة.
  - العظام والعضلات: يزداد نمو الهيكل العظمي للطفل. وتزداد عظام الطفل حجماً وعدداً وصلابة.
- وينمو الجذع بدرجة متوسطة وتنمو الأطراف نمواً سريعاً ويتأثر الطول

بإمكانيات نمو العظام فيزداد الطول حتى يصل طول الطفل في نهاية السنة الثالثة إلى ٩٠ سم تقريبًا.

ويزداد الوزن تبعًا لنمو العظام أيضًا لكن الطفل يفقد كثيرًا من الشحم الذى كان ملاحظًا عليه في فترة الرضاعة وذلك بسبب نموه الحركى. أما زيادة الوزن فترجع إلى نمو العضلات وخاصة العضلات الكبيرة التى يكتمل نموها في هذه المرحلة.

أما العضلات الصغيرة أو الدقيقة تظل تنمو لكن بمعدل أبطء من معدل نمو العضلات الكبيرة، وهذا ما يفسر كفاءة الطفل خلال هذه المرحلة في القيام بالحركات التى تتطلب استخدام العضلات الكبيرة مثل الجرى والقفز، لكنه يفشل نسبيًا في القيام بالحركات التى تتطلب التحكم في العضلات الدقيقة أو التأذر العضلى الدقيق مثل الكتابة.

#### ب - مظاهر النمو الحركى :

تتميز حركات الطفل في هذه المرحلة بالسرعة والتنوع. لكنها تكون غير مترابطة وغير متزنة في بداية المرحلة (٣ سنوات) ويكاد ينحصر النمو الحركى في أول المرحلة في العضلات الكبيرة.

ومع نهاية العام الرابع يبدأ ظهور أثر نمو العضلات الصغيرة في حركات الطفل فتبدو أكثر اتزانًا وترابطًا.

ومع استمرار نمو العضلات الصغيرة مع نضج العضلات الكبيرة يطرد التأذر الحركى - الحسى. فنجد طفل الخامسة يركب الدراجة، ويقفز، ويتسلق، ويجرى ويقوم بحركات يدوية أكثر مهارة وأكثر دقة عن ذى قبل مثل: الدق، والرمى، والحفر، والرسم. كما يستطيع تشكيل بعض الأشكال البسيطة باستعمال الصلصال.

#### ج - مظاهر النمو الحسى :

- السمع: يتطور لدى الطفل ما يسمى بالتمييز السمعى. فيدرك الإيقاع

الموسيقى، ويميز بين الأصوات. سواء أصوات الأشخاص أو الأشياء أو الحيوانات وذلك بالتدرج حتى سن السادسة.

- البصر: يتميز بالطول خلال هذه المرحلة وتسهل رؤية الكلمات والأشكال الكبيرة. ويميز الطفل في هذه المرحلة بين الألوان الواضحة أو الأساسية ويمكنه تسميتها وهو في سن الخامس، ويكون أكثر انجذاباً للأحمر والأزرق.

- الإدراك الحسى: إن الإدراك الحسى للأشياء وعلاقاتها بالمكان يكون صعباً في بداية المرحلة. ويظهر ذلك عندما لا يستطيع طفل الثالثة أن يفرق بين الاتجاهات (يمين ويسار وأعلى وأسفل). ونجده أيضاً غير دقيق في إدراك المسافات وإدراك الأوزان. وكذلك إدراك الزمن (الماضي والحاضر والمستقبل).

ومع تزايد النمو سنة بعد أخرى نجد طفل الخامسة يدرك المدلول الزمني للأحداث فيقول مثلاً: اليوم أذهب إلى الروضة (المدرسة) أمس ذهبت إلى الحديقة، غداً سأذهب إلى المدرسة.

في سن الخامسة والسادسة أيضاً يستطيع الطفل إدراك تسلسل الأحداث ويرتبها زمنياً. ويعرف أيام الأسبوع. ويدرك الكثرة والقلة ويختار لنفسه الكثرة، ويدرك التساوى والتناظر، ويمكنه العد على أصابعه أو أصابع الآخرين. ويمكنه أيضاً إدراك الأوزان والأحجام.

#### د- مظاهر النمو العقلي:

- الذكاء: يزداد نمو الذكاء في هذه المرحلة ويظهر في قدرة الطفل المتزايدة على إدراك العلاقات والمتعلقات ولكن بعيداً عن التجريد وفي حدود ضيقة.
- الاستكشاف والاستطلاع: تكثر أسئلة الطفل في هذه المرحلة عن أى شىء وفي كل شىء. إنه يريد أن يعرف الأشياء التى تثير انتباهه، ويريد أن يفهم

الخبرات التي يمر بها. وإن كان الطفل في بداية المرحلة لا يفهم الإجابات وقد لا ينصت لها.

- الفهم: يستطيع الطفل أن يفهم المعلومات البسيطة، وكيف تسير بعض الأمور التي يهتم بها. وتزداد قدرته على الفهم مع زيادة نموه من عام لآخر ومع تزايد مقدرته على التعلم والخبرة من المواقف المختلفة والمحاولة والخطأ.

- المفاهيم: مثل مفهوم الزمن والمكان والاتساع والعدد والأشكال الهندسية. تزداد قدرة الطفل على إدراك، تلك المفاهيم مع تزايد نموه واطراد قدرته على الفهم والإدراك لكنه لا يزال في هذه المرحلة لا يدرك المفاهيم المجردة، ولا بد من المدلولات الحسية الملموسة للأشياء التي يراها ويسمعها أو يلمسها حتى يمكنه إدراك المفاهيم الدالة عليها. وينصب إدراكه على المأكولات والمشروبات والملبوسات والأشخاص المعروفين له.

- الانتباه والتركيز: في أول المرحلة حتى منتصفها يكون ضعيفاً في مدته ومجمله. ثم يزداد بعد ذلك وعند سن السادسة.

- التخيل: وهو قدرة عقلية تكون قوية خلال هذه المرحلة حيث يلاحظ اللعب الخيالي أو الإيهامي، وأحلام اليقظة تميز هذه المرحلة. كما يلاحظ قوة خيال الطفل والتي تغطي على الحقيقة والواقع.

ويروى طفل الخامسة قصصاً من خياله، ويرى أنها واقعاً وتبدو للكبار «كذباً» لكنه كذباً خيالياً وقدرة على التصور والتخيل، وهي عملية عقلية عليا تقوم على إنشاء علاقات جديدة بين الخبرات السابقة بحيث تنظمها في صور وأشكال جديدة.

- التفكير: يظل تفكير الطفل في هذه المرحلة خيالياً وليس منطقياً حتى يبلغ السادسة.

ويمكن قياس الذكاء فى هذه المرحلة باستخدام مقياس ستانفورد بينه للذكاء، ومقياس ويكسلر لذكاء الأطفال.

### هـ- مظاهر النمو اللغوى:

تشاهد هذه المرحلة طفره فى النمو اللغوى لدى الطفل والتى تبدأ بنهاية سن الثالثة.

ويظهر ذلك فى زيادة المفردات والتعبير بها وفهمها أيضًا ويستطيع الطفل فى هذه المرحلة استخدام حصيلته اللغوية من الكلمات والمفردات فى جمل ذات معنى، والتعبير عن حاجاته، فضلًا عن تسمية الأشياء التى يستخدمها، وفى تبادل الحديث مع الكبار، واستخدامات الأشياء البسيطة وربطها مع بعضها.

ويتحسن نطق الطفل فى سن الرابعة ويبدأ الكلام الطفلى فى الاختفاء مثل؛ (الكلمات الناقصة وإلا بدال والحذف والتعبير بكلمة واحدة عن عدة معانى).

ويستطيع طفل الخامسة وصف الصور وإدراك العلاقة بينها. وفى السادسة يعرف معانى الأرقام ويعرف معانى الأوقات (الصباح - الظهر - المساء) والفصول (الصيف والشتاء).

وإذا تأخر النمو اللغوى كثيرًا عند الطفل فقد يكون ذلك مؤشرًا على وجود ضعف عقلى لديه لارتباط اللغة بالذكاء. ويتأثر النمو اللغوى لدى الطفل بالخبرات التى يتعرض لها والمثيرات الاجتماعية والتعليمية التى تقدم له فى الروضة والمنزل.

### و- مظاهر النمو الانفعالى:

- الحب: يتركز حب الطفل فى هذه المرحلة حول الوالدين والكبار من أفراد الأسرة المعروفة له.

- الخوف: يتعلم الطفل الخوف مما يخافه الكبار فهو يقلد الأم والأب والإخوة في خوفهم من الظلام، والعفاريات، والرعد، وبعض الحشرات أو الحيوانات، ويظهر على الطفل أيضًا الخوف من الأشباح ومن الأشياء الخيالية التي قد يسمعها في القصص الخيالية أو رؤيته لأفلام الرعب.

- الغيرة: تظهر واضحة في هذه المرحلة وخاصة ميلاد طفل جديد. وقد يغار الطفل الأصغر من أخيه الأكبر وذلك عندما يشعر أن الكبير له مكانة في الأسرة ومستحوذ على كل الأنظار والاهتمام من الآخرين.

وفي سن السادسة تقل مظاهر الغيرة عند الطفل ويبدأ في الاهتمام بشئونه الخاصة.

- الغضب: تظهر نوبات الغضب المصحوب بالاحتجاج اللفظي. ويعبر عن غضبه بالعناد والرفض لأوامر الكبار مثل: (أكل لا) (أنام لا) وذلك يكون في بداية المرحلة، وتقل نوبات الغضب مع زيادة نمو الطفل وقد تنتهى في سن السادسة إلا من بعض المواقف التي يواجهها الطفل في المدرسة أو النادي ويعبر عن غضبه بالانتقام أو المقاومة أو العدوان.

### ز- مظاهر النمو الاجتماعي:

تتسع دائرة العلاقات الاجتماعية للطفل مع نهاية العام الثالث حيث رفاق الروضة والأقارب وأصدقاء الأسرة، وتزداد مشاركاته الاجتماعية في محيط الأسرة، ويزداد وعيه بالبيئة الاجتماعية. وقرب نهاية المرحلة، أى في العام السادس من عمر الطفل يتعلم المعايير الاجتماعية حيث ينمو لديه الوعي والإدراك الاجتماعى، ويمكنه فهم بعض القيم الأخلاقية ومبادئ السلوك الاجتماعى.

وفي بداية المرحلة يكون لعب الطفل فردى أو مع الكبار أما لعبه مع أقرانه فيشوبه الشجار والصراخ والدفع والجذب لأتفه الأسباب.

ويميل طفل الثالثة إلى الأنانية والمنافسة والعناد، ويحب الشاء والمديح. وإن كان لا يهتم كثيرًا بأقوال الآخرين وأفعالهم إلا بقدر ما يرتبط بذاته هو. لذلك يسعى إلى جذب انتباه الراشدين، ويحدثهم ويستمع إلى أحاديثهم. ومع اضطراب نمو الطفل، يمكنه فهم ما يقوله الكبار ويعلق عليها وذلك في نهاية السنة الخامسة، ومع بلوغ الطفل سن السادسة نجده يميل إلى التوافق مع سلوك الكبار، ويتقبل المعاني التي حددها الكبار للمواقف الاجتماعية، ويكف عن السلوكيات التي لا يرضيها الكبار، ويبدو عليه الخجل إذا بدأ منه سلوكًا غير لائق.

## ٢- مرحلة الطفولة الوسطى Middle Childhood (من ٦.٩ سنوات )

يطلق على هذه المرحلة؛ المرحلة الابتدائية (الصفوف الثلاثة الأولى) بعض الأطفال يدخلون المدرسة بعد مرورهم بفترة رياض الأطفال حيث يقضون بها سنة أو سنتين في الغالب.

وأطفال آخرون يقدمون من المنزل مباشرة وتكون هذه أول خبرة لهم في ترك الأسرة إلى بيئة جديدة تمامًا عن بيئة المنزل.

وفيما يلي أهم مظاهر النمو في هذه المرحلة:

### أ- مظاهر النمو الجسمي:

- الأسنان: تتساقط الأسنان اللبنية وتظهر الأسنان الدائمة في بداية المرحلة، ويتوالى ظهورها حتى نهاية السنة الثامنة ثم يستمر نمو الأسنان ليكتمل في منتصف المرحلة التالية (الطفولة المتأخرة).

وتلاحظ الفروق الفردية بين الأطفال في بداية تساقط الأسنان اللبنية كما كانت هناك فروق بينهم في بداية ظهورها في المرحلة السابقة (مرحلة الرضاعة) ثم في اكتمالها في مرحلة الطفولة المبكرة. وها هي الأسنان الدائمة تظهر في مرحلة الطفولة الوسطى وتكتمل في مرحلة الطفولة المتأخرة.

وهذا يفسر قانون من قوانين النمو وهو التواصل والاستمرار والتدرج وهو ما نطلق عليه أحياناً (حلقات النمو متصلة ومتداخلة).

- ملامح الوجه والجسم: تتغير الملامح العامة للجسم والوجه في هذه المرحلة

حيث يستطيل الوجه بعض الشيء، ويظهر شكل الرأس مختلفاً عن مرحلة الطفولة المبكرة، ويبدو مثل حجم رأس الراشد، ويزيد طول الأطراف بنسبة أكبر من زيادة طول الجسم نفسه، ويتغير الشعر الناعم ليصبح أكثر خشونة.

ويتأثر النمو الجسمي للطفل بطرق التغذية من حيث كم الغذاء ونوعه، وما يقوم به الطفل من نشاط.

### ب - مظاهر النمو الحركي :

يتم نضج العضلات الكبيرة، وتنمو العضلات الصغيرة (الدقيقة) مما يساعد الطفل في هذه المرحلة على تعلم المهارات الجسمية والحركية والتي تتطلب تأذراً حركياً وتوازناً كما في ركوب الدراجة ذات العجلتين، والسباحة، ولعب الكرة والتسلق ونط الحبل وذلك في سن السابعة والثامنة.

وتختفى الحركات الزائدة والعشوائية غير المطلوبة من سلوك الطفل في سن السابعة والثامنة، ويزداد النشاط الموجه في اكتساب المهارات الحركية، وتزداد سرعة الطفل ودقته في الأنشطة الحركية التي يقوم بها ويقل شعوره بالتعب. ويستطيع الطفل في هذه المرحلة الكتابة وتحسين الخط وقدرته على التحكم في القلم وذلك بسبب نمو عضلاته الدقيقة. ويستطيع لبس ملابسه بنفسه فضلاً عن اختيارها بدقة. ويستطيع استخدام الأدوات والآلات وذلك لزيادة قدرته على التأزر الحسي الحركي بين العينين واليدين.

ويمكن للطفل أن يرسم أشكالاً مترابطة وواضحة العناصر.

وتظهر الفروق واضحة بين الذكور والإناث في المظاهر الحركية، حيث تتميز حركات الذكور بأنها شاقة وعنيفة، بينما تكون حركات الإناث أقل كما وكيفا.

### ج - مظاهر النمو الحسي :

يخضع نمو الحواس في أغلب مظاهره إلى العوامل الوراثية كالسمع والبصر

حبث نجد أن بعض الأطفال يعانون من قصر النظر أو ضعفه. بينما يظل غالبية الأطفال في هذه المرحلة يتميزون بطول النظر كما في المرحلة السابقة. أما حاسة السمع فيستمر النمو فيها حتى النضج.

وتظهر عيوب الوراثة واضحة في هذه المرحلة وعند دخول الطفل إلى المدرسة حيث يكتشف المعلمون أن بعض الأطفال لا يسمعون جيدًا وبحاجة إلى سماعة (بعد الكشف الطبى). والبعض لا يرى المكتوب على السبورة بوضوح ويحتاج إلى نظارة طبية.

وتتضح حاستى اللمس والشم في هذه المرحلة حتى لا تكاد تختلف كثيرًا عند طفل التاسعة عنها عند الراشد.

- الإدراك الحسى: يزداد نموه عن المرحلة السابقة حيث نجد طفل السابعة يدرك فصول السنة الأربعة كما يدرك الشهور الإثنى عشر. وفي الثامنة يمكن للطفل أن يدرك المدى الزمنى للساعة واليوم والأسبوع والشهر. ويتزامن هذا النمو مع تزايد قدرته على العد حيث يدرك مفهوم الأعداد، ويتعلم العمليات الحسابية الأساسية. وينمو لدى الطفل إدراك المسافات، ثم ينمو إدراك الأوزان. ونلاحظ النمو عند استخدام الطفل لإدراكه الحسى في المواقف والأنشطة المختلفة في المدرسة.

وهنا؛ نوصى بالاهتمام بحجرة النشاط في المدارس الابتدائية، وتوفير الأدوات اللازمة لتنمية الإدراك الحسى لدى الأطفال.

#### د- مظاهر النمو العقلى:

- معدل النمو العقلى: يعتبر معدل النمو العقلى في هذه المرحلة أعلى وأسرع منه في أى مرحلة من مراحل نمو الإنسان على الإطلاق.
- الذكاء: يطر دنمو الذكاء. ويخضع الذكاء كقدرة عقلية عامة للعوامل الوراثية. وتظهر الفروق الفردية واضحة بين الأطفال في هذه المرحلة من

خلال أدائهم على اختبارات الذكاء. ومن الاختبارات والمقاييس التي تستخدم في قياس الذكاء في هذه المرحلة:

- مقياس ستانفورد بينية للذكاء.
- مقياس وكسلر للذكاء.
- مقياس عين شمس للذكاء الابتدائي.
- اختبار رسم الرجل واختبار رسم الشجرة.

ومن أهم النتائج المتحصلة من تطبيق هذه الاختبارات على الأطفال، أنه كلما زادت التفصيلات التي تحتويها رسوم الطفل كلما كان ذلك دليلاً على ارتفاع نسبة الذكاء.

بينما إذا نقصت التفصيلات وانخفض اهتمام الطفل بها في رسومه، كلما كان دليلاً على انخفاض نسبة الذكاء.

وهذا يؤكد أحد المبادئ العامة للنمو وهو:

«أن النمو يسير من الكل إلى الجزء» وأن «النمو يسير من العام إلى الخاص». بمعنى أنه كلما زاد النمو (العقلي) زاد معه الاهتمام بالتفاصيل، والجزئيات الصغيرة، والعكس صحيح.

- التذكر والفهم: نمو القدرة على التذكر والفهم في هذه المرحلة، وتزداد مع تقدم عمر الطفل. وفي الأحوال العادية للنمو يتذكر طفل السابعة ٥ أرقام، وتتسع قدرته على الحفظ فيمكنه حفظ ١٠ أبيات من الشعر، وتزداد إلى ١٣ بيتاً في سن ٩ سنوات. ويمكنه فهم ما يقرأ من ٨ - ٩ سنوات.
- الانتباه: تزداد مدة الانتباه ومجاله وحدته. ومن ثم يستطيع الطفل التركيز على موضوع واحد لمدة أطول من ذي قبل وهو في التاسعة. لكن يلاحظ أن طفل السابعة لا يستطيع التركيز في موضوع واحد وخاصة إذا كان حديثاً شفهيًا.

وقد يعاني بعض الأطفال في سن السادسة من نقص في الانتباه وتشتته، ومن ثم لا يستطيعون التركيز لأي مدة. وقد يصاحب هذا النقص في الانتباه والتركيز حركات عشوائية مفرطة ونطلق على هذه الحالة النشاط الزائد Hyper Activity ويحتاج الطفل الذي يصاب بمثل هذا الاضطراب السلوكي إلى علاج سلوكي حتى لا يعوق تقدمه في المدرسة، وحتى لا يعيق مظاهر نموه الأخرى (الصحية والاجتماعية) (\*).

- حب الاستطلاع: تكثر أسئلة الطفل في هذه المرحلة وتتركز إلى الواقع الذي يعيشه. ويلجأ الكثير من الأطفال في هذه السن إلى اكتشاف الأشياء بأنفسهم.
  - الواقعية: في هذه المرحلة ينتقل خيال الطفل وتصوراتهِ إلى الواقع، وينمو لديه الاهتمام بالحقيقة وبما يسمعه وما يراه من مواقف وأشياء.
  - المفاهيم: في بداية المرحلة تظل مفاهيم الطفل بسيطة وغير واضحة، ثم تتطور مع زيادة نموه العقلي بالتدرج حتى تصل في نهاية المرحلة إلى التمايز بعض الشيء عن ذي قبل، وإلى الموضوعية بعد التمرکز حول الذات.
  - القراءة والكتابة (التحصيل الدراسي): هذه قدرة عقلية تنمو في هذه المرحلة لكنها لا تظهر في سلوك الطفل إلا بالتعليم والتدريب.
- وبدخول الطفل المدرسة في سن السادسة يتم تعليمه المهارات الأساسية في القراءة والكتابة والحساب.

ومع تطور نمو الطفل وانتقاله من عام دراسي لآخر واكتسابه للكثير من المفاهيم والمعلومات نجده في نهاية المرحلة وفي سن التاسعة أو قبل ذلك يُقبل على قراءة القصص والكتب التي يحبها.

ويؤثر الالتحاق بالمدرسة في نمو الطفل تأثيرًا كبيرًا. فبالإضافة إلى تعليمه القراءة

---

(\*) أنظر للمؤلفة: علاج النشاط الزائد لدى الأطفال باستخدام برامج تعديل السلوك (مرجع سابق).

والكتابة، وغيرها من المعلومات الأساسية عن الصحة والبيئة؛ فإن الطفل يتعلم في المدرسة السلوك القويم والمعايير الاجتماعية، والآداب العامة للتعامل مع الآخرين مثل التعاون والنظام والمحافظة على ممتلكات الغير.

فالمدرسة هي المؤسسة التربوية الرسمية التي وكلها المجتمع بثقافته لتقوم بعملية التربية والتعليم.

#### هـ- النمو اللغوى:

تبعاً لزيادة النمو العقلى بصفة عامة فى هذه المرحلة يُلاحظ تزايد النمو اللغوى لدى الطفل حيث تتضاعف مفرداته عن المرحلة السابقة وقد تصل مفردات طفل السادسة إلى ٢٥٠٠ كلمة، بالإضافة إلى زيادة قدرته على تركيب الجمل، ويستطيع التعبير عن نفسه شفهيًا ومع توالى الفصول الدراسية وفى سن الثامنة وحتى التاسعة يستطيع التعبير التحريرى، وتساعد المدرسة على طلاقة التعبير والتغلب على صعوبات الهجاء والخط.

#### و- النمو الإنفعالى:

تتميز مرحلة الطفولة الوسطى بالتذبذب وعدم الثبات إلا أنها أكثر استقراراً من المرحلة السابقة.

إن طفل السادسة والسابعة قابل للاستثارة الانفعالية لكن تعبيره عن الغضب يختلف عن المرحلة السابقة فلا نلاحظ نوبات الغضب الشديد، بل نجد العناد والتبرم والتحدى.

تتناقص مشاعر الغيرة لدى الطفل. وقد يتجاهل مصدر الغيرة ويحاول الحصول على حب الآخرين واهتمامهم.

ويتنافس الطفل على التفوق فى المدرسة، ويكون التنافس فى بداية المرحلة مشوباً بالعناد والعدوان، لكن يتحول إلى منافسة منظمة ويُساعد على ذلك اشتراك الطفل فى الألعاب الجماعية فى المدرسة أو انضمامه إلى فريق الناشئين بأحد النوادى وذلك

فى نهاية المرحلة كما تتحول المنافسة بين أطفال التاسعة إلى صداقات وذلك بالتدرىج وقد تشاهد مظاهر الغضب الشديد على أطفال هذه المرحلة فى مواقف الإحباط والفشل.

### ز- النمو الاجتماعى:

تتسع دائرة التواصل الاجتماعى للطفل بسبب ذهابه إلى المدرسة ويتعلم أنواعاً جديدة من السلوك الاجتماعى.

ويتفاوت الأطفال فى هذه المرحلة فى مدى توافقهم مع مجتمع المدرسة، حيث يلاحظ أن الطفل الذى أمضى عاماً أو أكثر فى الروضة قبل دخوله المدرسة نجده أكثر توافقاً من الطفل الذى ذهب إلى المدرسة من المنزل مباشرة. وهذا ما تؤكد نتائج معظم الدراسات والبحوث النفسية والاجتماعية التى أجريت فى هذا الشأن.

ويقبل الطفل فى هذه المرحلة على اللعب الجماعى، ويتنظم فى جماعة قبيل نهاية المرحلة، ويجب أن يحقق مكانة اجتماعية، ويجب التعاون مع زملائه فى المدرسة ويتنافس من أجل فوز الجماعة التى ينتمى إليها.

ويهتم طفل السابعة والثامنة بأصدقاء المدرسة ويعتبرهم حلفاء له بعد أن كانوا منافسين له فى المرحلة السابقة.

ويحاول الطفل فى أواخر المرحلة أن يتحلّى بالصدق والأمانة وذلك مع نمو الضمير والمفاهيم وما يصاحب ذلك من تعلم معايير الكبار وقيمهم فى المدرسة والمنزل أيضاً.

### ح- النمو الدينى والأخلاقي:

عند بلوغ الطفل سن السابعة يزداد وعيه وإدراكه ويكون قادراً على فهم القيم الدينية الأساسية، ويمكن تعليمه معايير الحلال والحرام، ووجود الله، والخلق، والآخرة، والجنة والنار.

ويلاحظ أن الطفل في هذه المرحلة إذا تعلم هذه المبادئ الدينية الأساسية فإنه يتشربها ويتمثلها، وتصبح أفكاره الشخصية يدافع عنها ويغار عليها وتحدد سلوكه. وهذا ما أكدته نتائج البحوث والدراسات التي أجرت على أطفال هذه المرحلة وتم تتبعهم بعد ذلك في مراحل تالية وهذا أيضًا ما يفسر الحديث الشريف الذي يقول: «علموا أبناءكم الصلاة لسبع واضربوهم عليها لعشر» وفي هذه المرحلة أيضًا وقد نمت الضمير لدى الطفل أن يتعلم المراقبة الذاتية على سلوكياته، فيعرف ما هو صواب وما هو خطأ وما هو حلال وما هو حرام.

وأن دراسات النمو في هذه المرحلة تؤكد أن الأطفال يمكنهم إدراك قواعد السلوك الأخلاقي القائم على الاحترام المتبادل. كما تزداد لديهم القدرة على فهم ما وراء القواعد والمعايير.

وتبدأ التربية الدينية والأخلاقية بالترغيب وبالإثابة ليقبل الطفل على استيعابها والعمل بها.

ومع نمو الضمير ينمو لدى الطفل رقابة داخلية ذاتية، فيقبل على السلوك القويم وعلى العبادات حبًا للثواب وحبًا لإرضاء ضميره ثم لإرضاء والديه طمعًا في حبهم.

### ٣- مرحلة الطفولة المتأخرة Late Child hood (من ٩.١٢ سنة )

ويطلق على هذه المرحلة (مرحلة الصفوف الأخيرة في المدرسة الابتدائية). وفيما يلي مظاهر النمو في هذه المرحلة:

#### أ- النمو الجسمي:

- الأسنان: يتوالى ظهور الأسنان الدائمة حتى تكتمل في نهاية المرحلة، ويكتمل عظام الفك.
  - شكل الوجه: يستطيل الوجه ويأخذ شكلاً مختلفاً عنه في بداية مرحلة الطفولة ووسطها وذلك بسبب نضج عظام الوجه والفك. وفي هذه المرحلة يختلف شكل الوجه عند الذكور عنه عند الإناث.
  - الطول: يُلاحظ طفرة في نمو الطول خاصة في نهاية المرحلة.
  - العظام والعضلات: يتزايد النمو العضلي، وتقوى العظام من ذى قبل. وتظهر الفروق بين الذكور والإناث في هذه المرحلة حيث يكون الذكور أكثر من الإناث في النسيج العضلي وفي قوة العظام أيضاً.
- يلاحظ على النمو الجسمي للأطفال في هذه المرحلة أنهم أكثر مقاومة للمرض وأكثر مثابرة ويتحملون التعب.
- وتزداد قدراتهم على مزاولة الكثير من المهارات الجسمية، والأنشطة الاجتماعية التي تحتاج إلى القدرة الجسدية.

#### ب- النمو الحركي:

تتميز حركات الطفل في هذه المرحلة بالسرعة والقوة، وأن الطفل يستطيع التحكم في حركاته بدرجة جيدة. وأن لديه طاقة للحركة المستمرة والنشاط.

- التوافق الحركى: يزداد التوافق الحركى لدى الأطفال فى هذه المرحلة وذلك بفضل نضج العضلات الدقيقة، ويلاحظ الكفاءة فى أداء المهارات اليدوية وبخاصة الكتابة (الخط بأنواعه)، والعزف على الآلات الموسيقية، والنجارة، والرسم على الزجاج، والنحت، وأعمال التريكو والخياطة.
- اللعب: يتقن الأطفال السباحة والجري ويتسابقون فى ركوب الدراجات، ويشتركون فى الألعاب الرياضية المنظمة.

### ج- النمو العقلى:

- الذكاء: يظل معدل النمو العقلى سريعاً حتى سن ١٢ سنة فيزداد الذكاء نمواً بوصفه قدرة عقلية عامة.
  - القدرات الخاصة: تتمايز القدرات الخاصة فى هذه المرحلة حتى تتضح وتظهر جلية عند سن الثانية عشرة ويمكن قياسها باستخدام اختبارات معدة لهذا الغرض وبواسطتها يمكن التعرف على القدرات الخاصة لكل طفل.
  - الابتكار: تظهر القدرة على الابتكار عند بعض الأطفال ذوى الذكاء العالى. فإذا كان متوسط نسبة الذكاء ١٠٠ فإن نسبة ذكاء المبتكر تصل إلى ١٣٠ أو أكثر. ويطلق على ذوى نسبة الذكاء من ١٣٠ فأكثر متفوقون. أما الذين تزيد نسبة ذكائهم عن ١٤٥ فيطلق عليهم موهوبون. وليس كل متفوق أو موهوب مبتكر وذلك لأن الابتكار له تعريف وله شروط. ويعرف الابتكار بأنه: «الفكرة أو العمل المبدع الجديد غير العادى، وأن تكون هذه الفكرة أو هذا العمل نافع للمجتمع ويقبله أيضاً».
- وشروط الابتكار هى:

- (الجدية): أن يكون العمل أو الفكرة جديدة وليس لها شبيه سابق.
- (الأصالة): أن يكون العمل أو الفكرة أصيلاً أى من عند الشخص نفسه، وليس تقليداً أو نقلاً عن أحد غيره.

- (النفع): أن تكون الفكرة أو العمل نافعاً للغير والمجتمع بصفة عامة ولا يحتوى على ضرر للبشرية.
- (الذكاء العالى): أن يكون الشخص من ذوى الذكاء العالى من ١٣٠ فأكثر.
- (الحماس): أن يكون الشخص متحمس للفكرة أو للعمل.
- (حب الاستطلاع والاستكشاف): معظم الأشخاص المبتكرين يتصفون في طفولتهم بحب الاستطلاع والاستكشاف بدرجة عالية عن غيرهم من الأطفال.

وتؤكد نتائج الدراسات الخاصة بالابتكار على أن الأطفال المبتكرون يتصفون بالحماس وسعة الخيال وحب الاستطلاع وأسئلتهم أكثر من غيرهم من الأطفال العاديين. وأن لديهم ثقة بالنفس أكثر من أقرانهم من الأطفال، وأنهم متفوقون في دراستهم وهم حريصون على هذا التفوق، ويميلون إلى احتلال الأدوار القيادية والزعامة كما أنهم أكثر توافقاً من الناحية النفسية والاجتماعية أيضاً حيث يحرصون على إتيان السلوكيات الصحيحة، ويتجنبون الأخطاء.

- التفكير المجرد: يزداد نمو التفكير المجرد فيستطيع الطفل استخدام المفاهيم والمدرجات الكلية، كما يستطيع التفسير مع الفهم بدرجة أفضل ويكتشف الفروق بين التشابهات بالإضافة إلى اكتشافه للاختلافات. ويدرك مفاهيم العدل والحرية والخير والشر والظلم والفضيلة. وقد يتسم بأحدها(\*) .
- الانتباه: يستمر الانتباه في الزيادة من حيث المدة والمجال فيمكن لطفل الحادية عشرة أن يركز في أكثر من موضوع بشرط التجانس والترابط بينها، كما يستطيع الانتباه لمدة أطول من ذي قبل (لذلك تطول الحصة

---

(\*) يوصى علماء النفس والتربية بتعليم الأطفال معانى القيم والمبادئ الخلقية السليمة منذ الصغر عن طريق السلوك المحسوس والملموس، وعندما يصل إلى هذه المرحلة من النمو توضح لهم المفاهيم المجردة لهذه المعانى التى لمسوها وأحسوها ومارسوها، وعندئذ يمكن بسهولة أن يعتنق الطفل تلك المبادئ والقيم مثل الفضيلة والصدق والأمانة.. الخ.

الدراسية في الصف الخامس والسادس عنها في الصفوف الأولى من المرحلة الابتدائية).

- النقد: تنمو قدرة الطفل على النقد وذلك بسبب اطراد نمو الذكاء والقدرة على الفهم والتفكير.

ويوجه النقد إلى الكبار في صورة جدل وتحدى الآراء والأفكار. وقد ينقد النصوص الأدبية أو الشعر ويكون النقد منصب على ما تحتويه هذه النصوص من أفكار ومعانى بسيطة يفهمها في هذه السن بصرف النظر عن المواقف التي قيلت فيها النصوص أو الشعر، لأن الطفل في هذه المرحلة لم يصل بعد إلى القدرة على التحليل أو التفسير المنطقي أو التركيب والاستدلال.

#### د- النمو الانفعالي:

تتميز مرحلة الطفولة المتأخرة بالثبات الانفعالي Emotional Stability ويلاحظ هذا الثبات في السلوكيات الدالة على الانفعال كما يلي:

- الغضب: يعبر الطفل عن غضبه بسلوك سلبي مثل؛ التمتمة بألفاظ غير واضحة أو بتعبيرات الوجه.
- الغيرة: يكون التعبير عنها بالوشاية والإيقاع بالشخص الذي يغار منه.
- الخوف: تقل مخاوف الأطفال، وعندما يتعرض الطفل إلى ما يهدد أمنه ويثير خوفه، يبدو عليه القلق والتوتر.

#### هـ- النمو الاجتماعي:

- التفاعل الاجتماعي: يزداد تعامل الطفل مع الكبار ومع أقرانه أيضًا، ويلاحظ نقده للكبار وتبرمه من الأوامر والنواهي.

ويكون التفاعل الاجتماعي مع الرفاق والأقران على أشده، وينضم للعمل الجماعي والنشاط الاجتماعي والذي يستغرق معظم وقت الطفل في هذه المرحلة. ويفتخر الطفل بعضويته في جماعة الرفاق، ويشجع عمل الجماعة التي

يتمى إليها ويحرص على رضا الجماعة وقبولها له، ولذلك نجده يساير معاييرها ويطيع قائدها.

- المسؤولية الاجتماعية: تنمو قدرة الطفل على ضبط السلوك الذاتى ويزداد اعتماده على نفسه، ويظهر شعوره بالمسؤولية، ومع اضطراب النضج الاجتماعى تنمو المسؤولية الاجتماعية لدى الطفل وتظهر فى مساعدته للآخرين، وتعاونهم معهم، واستعداده لتحمل مسؤولية من هم أصغر منه سنًا، مثل مساعدة الإخوة الصغار فى بعض شئونهم عند غياب الأم أو الأب ويمكن تدريب الطفل على تحمل المسؤولية - فى حدود إمكانياته - وتعزيز سلوكياته الإيجابية فى هذا الصدد.

- المكانة الاجتماعية: ينمو لدى الطفل حب الزعامة، ويحب الثناء والمدح والتقدير لذلك يلاحظ أن طفل هذه المرحلة يحرص على معايير الكبار والتمسك بقيمتهم بعد اكتسابه لها من خلال التفاعل مع الجماعة واحتكاكه بالكبار؛ ويلاحظ أيضًا ابتعاده عن الأنشطة الطفولية، ويميل إلى الخصوصية، والاعتماد على النفس ويقل اعتماده على الكبار فى شؤونه الخاصة.

ومن الملاحظ على الأنشطة الجماعية للأطفال فى هذه المرحلة، أن الجماعات لا تضم أفرادًا من الجنس الآخر، حيث يبتعد كل من الجنسين عن الآخر، وتظهر جماعات للذكور فقط، وجماعات للإناث فقط. وتكون الاتصالات الاجتماعية بين الجنسين مشوبة بالفضافة والمضايقات، وأحيانًا الخجل والانسحاب.

## خامساً : مرحلة المراهقة Adolescence ( من ١٢ . ٢٠ سنة )

تبدأ مرحلة المراهقة من البلوغ وحتى ٢٠ سنة ويتفاوت سن البلوغ من فرد لآخر فقد يبلغ البعض من سن الثانية عشر وقد يبلغ آخرون فى سن ١٣ أو ١٤ سنة وقد اتفق المتخصصون فى علم نفس النمو على سن الثانية عشر لبداية المراهقة.

وتنقسم مرحلة المراهقة إلى :

١ - المراهقة المبكرة (من ١٢ - ١٤ سنة).

٢ - المراهقة الوسطى (من ١٤ - ١٧ سنة).

٣ - المراهقة المتأخرة (من ١٧ - ٢٠ سنة).

### ١ - مرحلة المراهقة المبكرة Early Adolescence ( من ١٢ . ١٤ سنة )

وفىما يلى مظاهر النمو فى هذه المرحلة :

أ - مظاهر النمو الجسمى والفسىولوجى :

تشهد بداية المراهقة طفرة فى معدلات النمو الجسمى وتغير ملحوظ فى النمو الفسىولوجى . ومن أهم التغيرات الفسىولوجية فى هذه الفترة هو حدوث البلوغ عند الذكور والإناث .

ويعتبر البلوغ نقطة تحول وعلامة انتقال من الطفولة إلى المراهقة ويختلف سن البلوغ لدى الذكور والإناث من فرد لآخر . عند الإناث يتراوح بين ٩ - ١٨ سنة ، وعند الذكور يتراوح بين ١١ - ١٨ سنة .

ويرجع البكور الجنسي إلى سرعة النمو الفسيولوجي الحيوى والنمو السريع الزائد للغدد (خاصة الغدة النخامية).

وعلى النقيض من ذلك يأتى التأخر الجنسي إلى قصور إفراز الغدد.

ويؤثر البلوغ المبكر وكذلك المتأخر فى كلا الجنسين (الذكور والإناث) كما يلي:

**\* تأثير البلوغ المبكر عند الذكور:**

- يشعر الولد بالسعادة والزهو حيث تتجه إليه الأنظار ويوليه الكبار أدوارًا قيادية فى جماعات النشاط والرياضة.

- يكون أكثر ثقة بالذات ومتوافقًا مع الآخرين أثناء التفاعل الاجتماعى.

- يميل المراهق إلى الاستقلال والشعور بالكفاية.

**\* أما البلوغ المبكر عند الإناث فيكون تأثيره كما يلي:**

- تشعر البنت بالخجل، وقد تميل إلى الاستعراض.

- يلاحظ التوافق الشخصى والأسرى.

- قد تنعزل عن جماعة الرفاق فيقل مستوى التوافق الاجتماعى.

- تكون الفتاة أكثر ثقة بالنفس.

**\* تأثير البلوغ المتأخر عند الذكور:**

- يشعر الولد بالنقص والقصور.

- ينتابه الخجل والقلق وقد يلجأ إلى سلوكيات طفلية لجذب الانتباه.

- يقل توافقه اجتماعيًا ويبتعد عن رفاق السن.

**\* أما تأثير البلوغ المتأخر عند الإناث فنلاحظ ما يلي:**

- الشعور بالوحدة، والانعزال عن الآخرين وخاصة رفيقات السن والبعد عن الأنشطة الاجتماعية.

- سوء التوافق الشخصى والاجتماعى.

- الشعور بالقلق والتوتر.
- قد تلجأ الفتاة إلى مضاعفة الجهد في مجال التعلم والتدريب للحصول على التقدير والنجاح.

وتبدو التغيرات الجسمية واضحة كما يلي:

- شكل الوجه: تتغير ملامح الوجه كثيرًا بعد البلوغ حيث تزول الملامح الطفولية تمامًا. وتتغير نسب الوجه لنفس الفرد من الطفولة إلى المراهقة، ويستطيل الوجه وتقوى عظام الفك.
- الطول: تزداد سرعة الطول في هذه المرحلة في جميع الأعضاء والاتجاهات لكي يصل الفرد مع نهاية المرحلة إلى الطول المعيارى والنهائى له بحسب المحددات الوراثية لكل فرد. حيث تطول القامة (حسب الوراثة) ويتسع الكتفين، ويطول الذراعين ويزداد طول الجذع والساقين.
- العضلات والعظام: تزداد القوة العضلية وتقوى العظام. ويلاحظ أن الذكور أكثر قوة في هذه الناحية من الإناث، حيث تنمو عضلاتهم أسرع، كما أن نمو العظام يستمر عندهم أكثر منه عند الإناث.

\* بعض العلامات الجسمية الفارقة بين الذكور والإناث بعد البلوغ:

- يشاهد اتساع الكتفين أكثر عند الذكور منه عند الإناث، وذلك تمهيدًا لقيامه بالأعمال التي تعتمد على القوة.
- تنمو عظام الحوض عند الفتاة قبل الفتى، وتكون أكثر وضوحًا، ولعل ذلك تمهيدًا لوظيفة الحمل والولادة.
- يكون الذكور أقوى جسميًا من الإناث حيث تنمو عضلاتهم وعظامهم أسرع، أما الإناث فقد يتراكم الدهن في أماكن معينة من الجسم عند بعضهن مما يؤثر سلبًا في شكل الجسم والمظهر العام للفتاة.

## ب - النمو الحركى:

فى بداية مرحلة المراهقة يكون لدى المراهق القدرة على النشاط الحركى بكل أنواعه. لكن الملاحظ على المراهقين الميل نحو الخمول والكسل والتراخى.

وتكون حركات المراهق غير دقيقة ليس بسبب الضعف؛ ولكن بسبب الطفرة فى النمو الجسمى واختلاف أبعاد الجسم ونقص الاتساق، وصعوبة استخدام المراهق لأعضائه بأبعادها الجديدة، فيكثر تعثره، واصطدامه بالأثاث، وسقوط الأشياء من يديه لشعوره بالحرج، وارتبائه من نظرات الآخرين إليه.

وتختلف الأنشطة الحركية لكل من الذكور والإناث بحسب ميول كل من الجنسين والتوقعات الاجتماعية لنوعية النشاط.

## ج - النمو العقلى:

• الذكاء: يطرء نمو الذكاء، وتتضح القدرات العقلية العامة، وتصبح أكثر تمايزاً من القدرات الخاصة.

وننصح باستخدام أكثر من اختبار لقياس الذكاء فى هذه المرحلة، وذلك للوصول إلى تحديد دقيق وصادق لدرجة ذكاء الفرد ومستوى نموه العقلى، ومن ثم يمكن التنبؤ بالنمو العقلى.

• القدرات العقلية الخاصة: يتزايد تمايز القدرات الخاصة والتى ظهرت فى نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة، ويمكن قياسها فى سن ١٣ سنة والاعتماد عليها فى الإرشاد التربوى حيث تكون قد اتضحت تماماً.

• الانتباه والتركيز: يتسع مدى الانتباه ومجاله وتزداد مدته كما تزداد القدرة على التركيز. ولذلك تزداد مدة الحصص الدراسية، ويمكن للمراهق استيعاب عدة موضوعات، والتركيز فى حل مشكلات معقدة وطويلة.

• التفكير المجرد والإدراك المعنوى: ينمو التفكير المجرد، وينتقل الإدراك من المستوى الحسى المباشر إلى المستوى المعنوى، ويتجه من المحسوس

والملموس إلى المجرد الذى يمتد عقليا نحو المستقبل القريب والبعيد، وإلى المعانى التى تشتمل عليها الألفاظ بدون الحاجة إلى وجود ما يدل عليها من أشياء مادية.

وتزداد القدرة على الاستدلال والاستنتاج والحكم على الأشياء، وحل المشكلات، وتنمو القدرة على التحليل والتركيب.

- الفهم والمفاهيم: يعتمد المراهق على الفهم فى تذكره للأشياء التى تم حفظها فى ذاكرته، وتنمو قدرته على الاستنتاج وإدراك العلاقات والمتعلقات، وكذلك القدرة على الاستدعاء والتعرف وتنمو المفاهيم المعنوية مثل الخير والفضيلة والعدالة والحرية. وتزداد القدرة على إراك الزمن والمستقبل والتخطيط له، وتخيل ما قد يحدث فيه.

وتزداد القدرة على التجريد وفهم الرموز. ويلاحظ اهتمام المراهق بالبحث عن معانى الأشياء وأهميتها وقيمتها، كما تزداد قدرته على فهم الأفكار.

ملحوظة: فى مرحلة المراهقة يقل معدل النمو العقلى عن المرحلتين السابقتين (الطفولة الوسطى والمتأخرة). لكن النمو العقلى مستمر، وعند النضج يستقر معدله.

#### د- النمو الإنفعالى:

تتصف المظاهر الانفعالية للمراهقين فى بداية البلوغ بما يلى:

- التهور: انفعالات المراهق عنيفة ومتهورة لا تتناسب مع مثيراتها، وقد لا يستطيع المراهق التحكم فى المظاهر الخارجية لانفعالاته.
- عدم الثبات: تظهر سلوكيات انفعالية للمراهق تتسم بالسطحية والتقلب بين سلوك الأطفال وتصرفات الكبار.
- التناقض والتذبذب: يلاحظ على المراهقين ثنائية المشاعر نحو نفس الشخص أو الشئ أو الموقف، كما يحدث حين يتذبذب الانفعال بين الحب والكره، والشجاعة والخوف، والإقدام والإحجام.

وقد يعتنق المراهق أمورًا دينية أو سياسية ثم يحيد عنها فنراه متذبذب بين التمسك أو التزمت الدينى وبين الإلحاد أو الانحلال. ويلاحظ أيضًا في هذه المرحلة انغزال المراهق اجتماعيًا ثم لا يلبث أن يفتح بشدة على الآخرين.

- الخجل والانطواء: وهذا يلاحظ بكثرة عند الإناث بسبب التغيرات الجسمية والفسولوجية المفاجئة.

- التردد: يبدو المراهق مترددًا في اختياراته وتصرفاته في بداية مرحلة المراهقة وذلك نتيجة لنقص الثقة بالنفس في هذه الفترة.

- الخيال وأحلام اليقظة: يكون الخيال خصبًا في هذه المرحلة، وفي عالم الخيال يتخطى المراهق حدود الزمان والمكان وكذلك حدود قدراته ويتخيل نفسه يمر بخبرات لا يستطيع المرور بها في الواقع، وفي الخيال يحل مشكلاته ويحقق رغباته التي حلم بها في الماضي وما يرجوه في الحاضر وما يتمناه في المستقبل.

ويستغرق المراهق في أحلام اليقظة التي ينتقل بها من عالم الواقع إلى عالم غير واقعي، وهى خليط من الواقع والخيال.

هـ- النمو الاجتماعى:

يبدو النمو الاجتماعى في هذه المرحلة في المظاهر الآتية:

- التفاعل الاجتماعى: تتسع الأنشطة الاجتماعية للمراهق ويُقبل على الانضمام لجماعات النشاط والفرق الرياضية، ويزداد تواصله مع الآخرين، ويبدو سعيدًا بمشاركته في خبراتهم ومشاعرهم وأفكارهم واتجاهاتهم، وخاصة أصحاب الشخصية المنبسطة.

أما في حالة الشخصية المنطوية فإن المراهق يظل مشغولاً بنفسه ويستغرق وقتًا طويلاً حتى يتجه نحو الآخرين.

- المنافسة: تسود العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة حالة من المقارنة الدائمة بين الرفاق.

فالمراهق تلقائيًا يقارن نفسه برفاقه، ويحاول أن يلحق بهم ليكون مثلهم أو يتفوق عليهم، ويتضمن هذا سلوكيات تنافسية صحية بناءة كما يظهر في الدراسة، والرياضة. وفي نفس الوقت هناك بعض أشكال المنافسة غير الصحية التي تقوم على الأنانية، وتنتهي بالعداء والعدوان وحب الانتقام.

- النفور وضيق الصدر للنصيحة: يتسبب الشعور بالنضج، وحب الذات، والنزعة إلى الزعامة في نفور المراهق من نصائح الكبار، ويكره الوصاية عليه وكثرة الأوامر والتوجيهات، ويرجع هذا أيضًا إلى ضعف القدرة على فهم وجهة نظر الكبار. ولعل هذا من أسباب لجوء بعض المراهقين إلى استخدام مصطلحات خاصة بهم تكاد تكون لغة سرية بينهم لا يعرفها الكبار. ومن الطريف أنهم يلجئون إلى تغييرها كلما تسربت أو شاعت للآخرين.

- الزعامة والمكانة وحب الظهور: يميل المراهق إلى الزعامة خاصة هؤلاء الذين يتميزون بقوة الشخصية. ويزداد وعيه بالمكانة الاجتماعية والطبقة الاجتماعية التي ينتمى إليها فيدافع عنها. كما نراه يشجع الشخصيات البارزة في بيئته، وقد يتوحد مع شخصيات الأبطال خارج نطاق بيئته المباشرة.

## ٢- مرحلة المراهقة الوسطى Middle Adolescence (١٤.١٧ سنة )

وفيما يلي مظاهر النمو فى هذه المرحلة:

### أ- مظاهر النمو الجسمى:

- معدل النمو: تتباطأ سرعة النمو الجسمى عن المرحلة السابقة لكن لا يزال النمو مطردًا.
- الطول: يزداد الطول فى هذه المرحلة خاصة عند الذكور. وتصل الإناث إلى أقصى الطول فى نهاية هذه المرحلة بينما تستمر زيادة الطول عند الذكور حتى سن ١٨ أو ١٩ سنة كما أشارت بذلك نتائج الدراسات فى هذا الصدد.
- الوزن والقوة العضلية: يزداد الوزن عند كل من الجنسين، لكن الذكور يتفوقون على الإناث فى القوة الجسمية.

### ب- مظاهر النمو الحركى:

يزداد نشاط المراهق وقوته، وتصبح حركاته أكثر توافقًا وتزداد قدرته على المهارات الحركية وخاصة المهارات التى تحتاج إلى التوافق والتآزر الحسى الحركى مثل الكتابة والعزف على الآلات الموسيقية والألعاب الرياضية.

### ج- مظاهر النمو العقلى:

- الذكاء: تتباطأ سرعة النمو العقلى حيث يقترب من الوصول إلى الاكتمال فى المرحلة التالية.
- القدرات العقلية: يزداد نمو القدرات العقلية العامة والخاصة أيضًا. ومن القدرات العقلية التى تظهر فى هذه المرحلة؛ القدرة اللفظية، والقدرة الميكانيكية، والسرعة الإدراكية.

- الابتكار: تتبلور القدرة على الابتكار في هذه المرحلة، وتتضح علاقاته عند المراهقين الأكثر ذكاءً والأعلى طموحًا. ويمكن قياس القدرة على الابتكار والتفكير الابتكاري باستخدام عددٍ من المقاييس والاختبارات المعدة لهذا الغرض منها:

- اختبار تورانس Torrance للتفكير الابتكاري: «إعداد تورانس وترجمة فؤاد أبو حطب».

ويشمل: - اختبار الأشكال (ويستخدم الصور).

- اختبار الألفاظ (ويستخدم الكلمات).

- اختبارات القدرة على التفكير الابتكاري: إعداد عبد السلام عبد الغفار.

ويشمل: - اختبار الطلاقة اللفظية.

- اختبار الطلاقة التفكيرية.

- اختبار الاستعمالات.

- اختبار المتربات.

أما اختبارات الذكاء المستخدمة في هذه المرحلة فهي كثيرة نذكر منها:

- اختبار الذكاء الثانوي: إعداد إسماعيل القباني.

- اختبار الذكاء العام: إعداد محمد خليفة بركات وآخرون.

- اختبار الاستعداد العقلي: إعداد رمزية الغريب.

إلى جانب مقياس ستانفورد بينه للذكاء من الطفولة حتى سن الرشد، ومقياس ويكسلر للذكاء للمراهقين والراشدين.

الميول: تظهر الميول التعليمية والمهنية في هذه المرحلة، ولذلك تستخدم مقاييس الميول المهنية والتعليمية في التوجيه والإرشاد التربوي من أجل توجيه الطلاب إلى نوع التعليم الذي يناسب ميولهم واهتماماتهم.

## د- النمو الإنفعالى:

تظل انفعالات المراهق فجّة وقوية مملوءة بالحساس كما تظل ثنائية المشاعر والتناقض الوجدانى فى هذه المرحلة وقد يصل الحال عند البعض أن يشعر بالتمزق بين الإعجاب والكراهية، وبين الانجذاب والنفور لنفس الشيء أو الموقف أو الشخص.

- الغضب: وتلاحظ مشاعر الغضب والتمرد نحو مصادر السلطة فى الأسرة والمدرسة والمجتمع، خاصة تلك التى تحول دون تحرره واستقلاله.

ومن أهم مثيرات الغضب فى هذه المرحلة هو شعور المراهق بالظلم والحرمان، وشعوره أن الآخرين لا يفهمونه، ومراقبة سلوكه من الكبار، وكثرة المضايقات التى يتعرض لها.

- الخوف: تختلف مصادر الخوف فى هذه المرحلة بشكل واضح. حيث يخاف المراهق من المواقف التى تهدد مكانته الاجتماعية، كما يخاف من الرفض الاجتماعى وسوء التوافق أو عدم التقبل، ومن الفشل. وأحياناً يعود بعض المراهقين إلى مستويات الطفولة فيرتعد، أو يجرى ويستنجد إذا ما تعرض للضغط.

وبعض المراهقين ينتابهم الخوف من الامتحانات ومن المرض والموت وكذلك المخاوف الأسرية، مثل التفكك والتصدع الأسرى.

- الانفعال الشديد: عندما تشتد الضغوط الخارجية على المراهق إضافة للضغوط الداخلية الفسيولوجية؛ يلاحظ عليه العصبية الشديدة، والانفجار الانفعالى، أو أن يلجأ إلى العراك على أتفه الأسباب، كما يلاحظ عليه اضطراب الشهية وتقلب المزاج أو الهروب إلى الخيال وأحلام اليقظة كما فى حالة الكثير من الإناث فى هذه المرحلة.

## هـ- النمو الاجتماعي:

- المسؤولية الاجتماعية: ينمو الشعور بالمسؤولية لدى المراهق، ويظهر ذلك في ميله إلى مساعدة الآخرين، والعمل في سبيل الخير، وعمل الخير. كما يُلاحظ المشاركة الوجدانية بين الأصدقاء من المراهقين ومساندة كل منهم في مشكلات الآخر وقد تصل إلى حد الإيثار والتضحية في سبيل الآخرين من الرفاق.

- الصداقة: يهتم المراهقون باختيار الأصدقاء ويميلون إلى الانضمام في جماعات في نفس السن ويكون نشاطهم الجماعي بعيداً عن مشاركة الكبار، وفي منأى عن رقابتهم. وتكون الصداقة قوية في هذه المرحلة، ويزداد المراهق ولاءً لجماعة الرفاق ويتمسك بصحبته، ولا يرضى بأوامر الوالدين ونواهيهم أمام أصدقائه.

يقول بعض المراهقين ممن لديهم موهبة الشعر:

«تعهدني بنصحك في انفرادي      وجنبني النصيحة في الجماعة  
فإن النصيح بين الناس نوع      من التوبيخ لا أبغى استماعه»

- المعايير الاجتماعية: في هذه المرحلة يميل المراهق إلى تقييم التقاليد القائمة في مجتمعه في ضوء مشاعره وخبراته الشخصية، وغالباً ما ينتقد معايير الكبار وينتقد تسلطهم وتعصبهم لمعتقداتهم. ويصعب عليه مسايرتهم. وقد يلجأ بعض المراهقين إلى بعض التصرفات والسلوكيات المخالفة للأعراف والمعايير الاجتماعية من باب السعى نحو إثبات الذات أو الظهور والشهرة ولكن بأسلوب غير ناضج.

### ٣- مرحلة المراهقة المتأخرة Late Adolescence (من ٢٠١٧ سنة )

يطلق على هذه المرحلة مرحلة التعليم العالى.

وفىما يلى مظاهر النمو فى هذه المرحلة:

أ- مظاهر النمو الجسمى والفسىولوجى:

يتم النضج الجسمى والفسىولوجى فى نهاية هذه المرحلة.

- الصحة العامة: تعتبر هذه المرحلة فترة قمة الصحة والشباب.
- العظام العضلات: يتم النضج الهيكلى للفرد فى نهاية هذه المرحلة وتقوى العظام كما تقوى العضلات وعلى ذلك تزداد القدرات العضلية والقوة الجسدية بصفة عامة وخاصة عند الذكور.
- الطول: يزداد الطول زيادة طفيفة، ويبدو الذكور أطول من الإناث، ويبلغ الفرد طوله النهائى فى وسط هذه المرحلة أو قرب انتهائها عند البعض.
- الأسنان: تكتمل الأسنان الدائمة حتى نهاية المرحلة وتظهر الأربع أضراس الأخيرة(\*) فى سن الـ ٢٠ أو ٢١.
- الوجه: تقوى عظام الفك، وتتعديل نسب الوجه وتستقر ملامح الراشد.
- الغدد: يكتمل نضج الغدد التى شهدت طفرة فى النمو منذ البلوغ وبذلك يصل الفرد إلى التوازن الغددى، ويتم التكامل بين الوظائف الفسيولوجية للفرد.

---

(\*) يطلق على هذه الأضراس «أضراس العقل» وهى تسمية مجازية وليست علمية إذ ليس لها علاقة بالعقل ونحوه إنما سميت كذلك بسبب ظهورها قبيل سن الرشد.

## ب - النمو الحركى:

- يتم نضج مظاهر النمو الحركى فى هذه المرحلة.
- تزداد المهارات الحسية الحركية بصفة عامة.
- يبدو النشاط الحركى فى تآزر واستقرار تام.

## ج - مظاهر النمو العقلى:

- الذكاء والقدرات العقلية العامة: يصل الذكاء إلى قمة نضجه مع نهاية هذه المرحلة، كما تصل القدرات العقلية إلى قمة عالية. وتفيد الدراسات أن وصول الذكاء إلى قمة نضجه لا يعنى توقف النمو عند سن الرشد ٢١ سنة؛ ولكنه يستمر فى النمو حتى العقد الخامس من العمر، لكن معدل نموه يكون بطيئاً جداً بعد سن الرشد، وتدل البحوث التى أجريت فى هذا المجال أن المتفوقين والعباقرة وخاصة من يشتغلون بالبحث العلمى يستمر نمو الذكاء لديهم لفترة طويلة من العمر لكن فى ببطء شديد.
- التفكير: يطرّد نمو التفكير المجرد، ويظهر التفكير المنطقى، وتزداد القدرة العقلية على الاستنتاج والتحليل والتركيب وحل المشكلات والتفسير، وينمو التفكير الناقد والمقارن.
- الفهم: تزداد القدرة على الفهم والصياغة النظرية، وتنمو المفاهيم. وتبلور لدى المراهق المعانى المجردة للقيم العليا ويعتنقها ويدعو لها مثل: الحرية - العدالة - السلام - الفضيلة - الإخلاص .. الخ.
- المعرفة وتحصيل العلم: تزداد القدرة على التحصيل كما تزداد السرعة فى القراءة، ويستطيع الفرد فى هذه المرحلة الإلمام بشتى صنوف المعرفة.

## د - مظاهر النمو الانفعالى:

تتطور انفعالات المراهق فى هذه المرحلة نحو النضج، ويتجه نحو الثبات الانفعالى.

ومن مظاهر الثبات والنضج الانفعالى فى هذه المرحلة ما يلى :

- القدرة على المشاركة الانفعالية.
- القدرة على الحوار والمناقشة الفعالة مع الآخرين.
- الواقعية فى فهم الآخرين.
- الواقعية فى الطموح والآمال.

هـ- مظاهر النمو الاجتماعى :

- الذكاء الاجتماعى : ينمو الذكاء الاجتماعى وهو القدرة على التصرف فى المواقف الاجتماعية، واللباقة فى التعامل مع الآخرين، وفهم الحالة النفسية للمتكلم، والقدرة على ملاحظة السلوك الإنسانى، وروح الدعابة وفهم النكتة.
- التوافق الاجتماعى : يسعى المراهق إلى كسب قبول الآخرين من رفاق العمر وكلما زاد احترام الآخرين له كلما زادت ثقته بنفسه وشعر بالسعادة والتوافق الشخصى والاجتماعى وكلما زادت شعبية المراهق وسط أقرانه دل ذلك على توافقه الاجتماعى.
- القيم : تنمو القيم لدى المراهق نتيجة تفاعله مع البيئة الاجتماعية، وتشمل منظومة القيم فى هذه المرحلة :
- القيمة الاقتصادية؛ وتظهر فى اهتمام الفرد بما هو نافع، ووسائل الحصول على الثروة وزيادتها.
- القيمة الجمالية؛ وتبدو فى اهتمام الفرد بما هو جميل، وميله نحو التناسق الشكلى والتكامل.
- القيمة الدينية؛ وهى اهتمام الفرد بالأمور الدينية وميله نحو معرفة الخالق ومعرفة أصل الإنسان ومصيره، والوصل بالخالق.

- القيمة السياسية؛ وتتجلى في اهتمام الفرد بالنشاط السياسى والميل للسيطرة، والتحكم فى الأشياء والأشخاص، وحل مشاكل الجماهير.
- القيمة الاجتماعية؛ وتظهر عند الفرد الذى يميل إلى غيره من الناس ويجب مساعدتهم والتعاون معهم.

## سادساً: مرحلة الشباب والرشد Adulthood (من ٢٠-٤٠ سنة)

تبدأ مرحلة الشباب من سن العشرين وتمتد حتى سن الأربعين.

وقد أتفق على أن الإنسان العادى يكتمل رشده فى نهاية سن العشرين. وتنتهى المرحلة ببلوغ سن الأشد واكتمال النضج فى كل جوانب النمو وهو كما حدده القرآن الكريم أربعون عاماً.

يقول تعالى: ﴿حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً﴾ [الأحقاف: ١٥].

ونوضح على الصفحات التالية أهم مظاهر النمو فى هذه المرحلة.

يتحدد سن الرشد بإحدى وعشرين سنة وهو العمر القانونى للرشد.

والرشد هو اكتمال النضج، والراشد هو الفرد الذى أصبح بإمكانه شغل مكانته فى المجتمع، والاضطلاع بمسئوليته عن نفسه (المسئولية الشخصية) ومسئوليته عن غيره (المسئولية الاجتماعية).

وفىما يلى أهم المحكات التى يجب أن يعتمد عليها فى الحكم على الفرد البالغ (المراهق أو الشاب) بأنه بلغ الرشد:

١- البلوغ الجنسى: يعنى أن الفرد يمكنه الزواج فالرشد يتطلب أن يكون المرء قد بلغ جنسياً، إلا أن البلوغ الجنسى لا يؤدى حتماً إلى الرشد.

يقول تعالى: ﴿وَابْتَلُوا الَّذِينَ حَتَّىٰ إِذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ آنَسْتُمْ مِنْهُمْ رُشْدًا فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ﴾ [النساء: ٦].

٢- العمر الزمنى والعمر العقلى: أن يبلغ من العمر إحدى وعشرين سنة، وهو

العمر الذى يحدده القانون للفرد لى يستقل بتصرفاته وهذا هو العمر الزمنى ويستثنى من ذلك من لديهم إعاقة عقلية أو تأخر فى النمو العقلى حيث لا يصلون عقلياً إلى هذا العمر ويظلون طول عمرهم ناقصى الأهلية ولا يبلغون الرشد مهما طالت أعمارهم الزمنية. لذلك يجب أن يكون العمر العقلى متوافقاً مع العمر الزمنى.

٣- المسؤولية والاستقلال: وهو مؤشر هام للرشد، حيث يشعر المرء بأنه مسئول عن نفسه وعمن يعول، ويتخذ قراراته بنفسه - مع مشاورة الآخرين - ويعتمد على نفسه فى شئونه كلها ولا يحتاج إلى دعم مستمر من الآخرين. ويتحمل مسؤولية قراراته وتصرفاته، وكذلك النواتج المترتبة عليها.

\* خصائص النمو فى مرحلة الرشد:  
أ- النمو الجسمى:

يصل الفرد إلى قمة نموه البيولوجى والفسىولوجى من أوائل العشرينات حتى الأربعين.

وبحسب قوانين النمو لا تصل جميع أجهزة الجسم إلى قمة النمو فى وقت واحد؛ لكنها تصل إلى الاكتمال تبعاً خلال هذا الطور من حياة الإنسان. فكل جهاز من أجهزة الجسم له نمطه ومعدله المميز فى النمو. وتعتبر هذه المرحلة هى مرحلة النشاط البيولوجى الأمثل.

- الطول: يصل الرجل إلى قمة الطول أو الحد الأقصى لطوله عند سن ١٩ - ٢٠ سنة تقريباً.

- بينما تصل المرأة على أقصى طول لها عند سن ١٧ أو ١٨ سنة.

- القوة الجسمية: يصل الإنسان إلى قمة القوة الجسمية فى منتصف العشرينات ويعد أن يكون قد بلغ أقصى طول له.

- أما النشاط البدنى؛ الذى يتطلب السرعة والتآزر والتحمل إلى جانب القوة الجسدية؛ فإنه يصل إلى حده الأقصى خلال هذا الطور من ٢١ - ٤٠ سنة.

## ب - النمو الحسى والعصبى :

تبلغ الوظائف الحسية والعصبية مستوياتها القصوى خلال مرحلة الرشد. فالحدة البصرية والسمعية يبلغان أقصى قوتها في سن ٢٠ - ٢١ سنة. وتظل الحدة البصرية ثابتة نسبياً حتى مرحلة وسط العمر (٣٥ سنة) وكذلك الحدة السمعية رغم ظهور حالات تناقص للحدة السمعية خلال هذه الفترة.

ويتم اكتمال الوزن الكلى للمخ خلال هذه المرحلة وكذلك الأنماط الناضجة للموجات الكهربائية للمخ.

ويعتبر الراشدون أكثر الناس صحة في المجتمع هذا باستثناء الأفراد الذين يعانون من بعض الأمراض التى قد تظهر بوادرها في هذه المرحلة ثم تشتد عليهم في المراحل التالية والمتقدمة من العمر. ويطلق الأطباء على هذه الأمراض «الأمراض الصامتة» مثل:

- الحمى الروماتيزمية.

- التهاب المفاصل.

- تصلب الشرايين.

- تليف الكبد.

- أمراض الكلى.

## ج - النمو العقلى والمعرفى :

يتسم النمو العقلى والمعرفى للراشدين بثلاثة خصائص رئيسية وهى:

- التكامل: يسعى الراشدون في تفكيرهم إلى إحداث التكامل بين جوانب المعرفة للوصول إلى تكوين جديد أكثر شمولاً وإتساعاً.

وهذا يعنى أنه بينما نجد المراهق يقتصر في تفكيره على الوصول إلى نسق واحد من التفكير المجرد عام ومنظم حول بعض المبادئ فإن الراشد ينظر إلى المعرفة على أنها تكامل وتآزر بين أنساق متعددة متنافسة. فوجود مفاهيم مختلفة متعددة حول

الدين مثلاً، والتي تبدو ظاهرياً لدى المراهق متعارضة في وصف وتفسير الأمور الدينية والدينية؛ فإن ذلك لا يعد بالنسبة للراشد تعارضاً، فلا تحيره كما كان يحدث له من قبل، فبدلاً من النظر إلى إجابة واحدة صحيحة، فإن الراشد يدرك أن المعرفة هي دائماً تكامل وتركيب بين وجهات النظر التي تبدو متعارضة.

- إدراك التناقض وتقبله: عندما يصل الإنسان إلى سن الرشد، يدرك أن التناقض خاصية من خصائص الواقع، وأن توافقه مع البيئة المحيطة به لا يحتاج إلى حل الصراعات والتناقضات المعرفية بها. وإنما يتحقق التكيف والتوافق بتقبل هذه التناقضات. وقد يسعى الراشد إلى معرفة التناقضات المعرفية ويعتمد عليها للوصول إلى حلول جديدة للمشكلات التي يواجهها.

- النسبية في التفكير: بعد أن كان تفكير المراهق يميل إلى أن يكون مطلقاً، نجد الراشد أكثر تقبلاً لوجود أنساق معرفية مختلفة متنافسة ومتعارضة. ولعل هذا بسبب اتساع العالم الاجتماعي للراشد، وزيادة معارفه، وقيامه بأدوار اجتماعية عديدة، وتعرفه على وجهات نظر مختلفة بل وتبنيه لها.

أما النشاط العقلي والمعرفي للراشدين فيمكن تحديد مستوياته فيما يلي:

- إيجاد حلول جديدة للمشكلات: يسعى الراشد إلى إحداث تكامل جديد بين المتناقضات وصولاً إلى إيجاد حلول بديلة للمشكلات في ضوء شروط الواقع وقيوده وحدوده. وهذا يعني أن الراشد يتحول معرفياً من التفكير المطلق والمثالي والعام إلى النسبية والواقعية والتخصص. كما يتعد عن التمسك بالمنطق واليقين في حل المشكلات، من خلال تقبله لضوابط عالم الواقع وتوافقه معه.

- إيجاد مشكلات جديدة: إن إيجاد المشكلة هو المستوى الأعلى للنشاط الفكري المعرفي وهو الذي يتسم به سلوك الراشدين. ويتمثل هذا في قدرة الراشد على توليد الأسئلة الجديدة المرتبطة بالعالم الذي يحيط به. فهو بذلك

يطرح مشكلات جديدة ولا يكتفى بمجرد التنبيه لمشكلات قائمة أو معروفة. وقد يكتشف الباحث عن المشكلات طرقاً جديدة في تناول المشكلات المألوفة من أجل الوصول إلى حلول ممكنة.

- التفكير الجدلي: يتسم النشاط المعرفي للراشدين بالجدلية وهى خاصية فى التفكير تعنى القدرة على التعرف على الأفكار المختلفة والمتباينة والمتناقضة أحياناً. ويتقبل ذلك ويسعى إليه، فهو لا يجد غضاضة فى التناقض بين الأفكار أو تصارعها.

#### د- النمو الاجتماعى والنفسى:

الراشدون يواجهون مشكلات كثيرة فى بداية مرحلة الرشد من ٢٠ - ٣٠ سنة وذلك على المستوى الاجتماعى والانفعالى.

فالراشد المبكر يبحث عن عمل وسكن وزوجة... وكلها مشكلات تختلف فى جوهرها عن تلك التى كان يواجهها فى المراحل السابقة من حياته، وهو مطالب بمواجهة هذه المشكلات وحده ودون إشراف أو توجيه أو معاونة من الآباء أو المعلمين كما كان يحدث من قبل. بل إن الوالدين والكبار عامة يتوقعون منه أن يواجه المشكلات وحده، وقد يمنعه كبرياءه أن يلجأ إليهم طلباً للمعونة.

وتصبح مشكلات الراشد الصغير أكثر تعقيداً إذا كان يقضى سنين الرشد الأولى فى التعليم (حتى سن الثالثة والعشرين) فذلك يجعله فى حالة اعتماد شبه كامل على الوالدين من الناحية المالية والاقتصادية. وحين ينتهى الراشد من تعليمه فإنه يحاول تحسس معالم الأرض التى يجد نفسه عليها، ويتحير فى اتخاذ قراراته لأن أى قرار يتخذه سيكون له أثر كبير على مسار حياته كلها. لهذا فقد يجد نفسه فى موقف اللا قرار، أو يحاول اختبار الحلول المختلفة للمشكلة الواحدة حتى يصل إلى أفضل الحلول، وهذا فى حد ذاته يصيبه بالتوتر الانفعالى، بل وللصراع بين ما يريد لنفسه وبين ما يريد الآخرون، وبين قيمه وأهدافه وبين ما يفرضه الواقع والمجتمع المحيط به.

ولهذا فإن بداية مرحلة الرشد مليئة بمشكلات التوافق الاجتماعى والنفسى وهى أكثر بكثير مما كان يواجه الفرد من قبل، إلا أنه عند منتصف الثلاثينات يكون قد حل معظم المشكلات على نحو يعيد إليه الاستقرار الانفعالى والهدوء النفسى. ويسهم التفكير العقلانى للراشد فى تقبل متناقضات الواقع والتعايش مع مشكلات الحياة والوصول إلى حلول بديلة لمشكلاته فى ضوء الواقع. وبذلك يتحقق التوازن الانفعالى والاستقرار النفسى عند الأربعين.

ومما يميز طور الرشد هو سعى الراشد للوصول إلى تحديد معنى واضح لحياته، حيث ينشغل بالبحث عن وسائل للتعبير عن ذاته فى المواقف الاجتماعية والعلاقات الإنسانية. ونلاحظ خلال هذه المرحلة اهتمام الراشد بالتعرف على أصدقاء جدد والالتحاق بالجماعات الخيرية، والمؤسسات الاجتماعية.

ويمكن وصف أهم مظاهر النمو النفسى والاجتماعى فى هذه المرحلة كما يلي:

#### \* نضج الشعور بالذات:

حيث يصبح الراشد أكثر استقرارًا فى علاقاته بالآخرين، وبخاصة الأسرة والأصدقاء، كذلك يكون أكثر التزاما بأداء أدواره الاجتماعية؛ ومن ثم يتضح لديه شعوره بذاته ويصبح أكثر اتساقًا، وتثبت فكرته عن نفسه، ويكون أقل تأثرًا بالخبرات المؤقتة أو المواقف المعارضة كما كان الحال فى سنين المراهقة. ويُطلق بعض علماء النفس على هذا المظهر النفسى الإيجابى «استقرار هوية الأنا أو الذات» Ego Identity.

#### \* زيادة التوافق النفسى والاجتماعى:

يؤدى نضج الذات لدى الراشد إلى تحرير علاقاته الشخصية من النزعات والخيالات الخاصة به، وهذا يتيح له إقامة علاقات مع الآخرين تتفق مع الخصائص والحاجات التى يتسم بها الآخرون مما يُحدث توافقًا اجتماعيًا للراشد. وتؤدى العلاقات الاجتماعية الناجحة دورًا هامًا فى تحقيق التوافق النفسى والشخصى للراشد.

### \* استثمار الهوايات والميول الخاصة:

خلال مرحلة الرشد، يكون الراشدون أكثر انشغالاً بمجالات ميولهم وهواياتهم الخاصة، ويظهرون التزامًا حقيقيًا بهذه المجالات سواء كانت في المجال الأكاديمي أو المهني أو الفني أو الاجتماعي، ولهذا يستفيد الراشد من أنشطته وهواياته أكثر ممن هم أصغر منه سنًا.

والاستفادة هنا قد تكون مادية أو نفسية أو الاثنين معًا، حيث يتعلم مهارات جديدة، أو يحصل على عائد مادي مباشر من النشاط أو يحقق رضا وإشباعًا لنفسه.

### \* زيادة الوعي بالقيم الإنسانية:

يُظهر الراشدون وعيًا متزايدًا بالقيم والمعنى الإنساني لها وبالوظيفة التي تؤديها في المجتمع. ولم تعد عندهم الأخلاق مثلاً قواعد جامدة أو مطلقة كما كانوا يعتقدون من قبل. فمن خلال العلاقات الاجتماعية الإيجابية الفعالة، وخبرات الحياة ومواقفها المختلفة يصبح الراشد أكثر وعيًا بالقيم حيث يدرك أهميتها في هذه العلاقات والخبرات ومواقف الحياة المختلفة في المجتمع. وهذا يجعله أكثر حرصًا على النظام القيمي العام للمجتمع.

### \* زيادة التعاطف مع الآخرين:

يتسع نطاق الاهتمام بالآخرين في حياة الراشد فلا يقتصر على الأسرة والأقارب بل يمتد إلى الفئات الأقل حظًا في المجتمع كالفقراء والمرضى والمعوقين.

## سابعاً : مرحلة الأشد ووسط العمر ( ٦٠.٤٠ سنة )

يبدأ هذا الطور عند بلوغ الإنسان سن الأربعين ويمتد حتى سن التقاعد أو بداية الشيخوخة.

يقول تعالى: ﴿ حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً ﴾ [الأحقاف: ١٥].

وبلوغ الأشد يعنى بلوغ القوة فى البدن والعقل والمعرفة. وفى هذه المرحلة يصل المرء إلى قمة الأداء والإنجاز، وفيه يجنى ثمار سنوات الإعداد الطويل والعمل الشاق فى المراحل السابقة من حياته، وفيه أيضاً يكون الإنسان قد حصل على قدر كافى من الخبرة من خلال التعليم والتدريب والعمل المتواصل، والعلاقات الإنسانية مما يهىء له قدرة على الحكم الصحيح على الأشياء والتقييم الجيد للعلاقات الاجتماعية.

كما أن مركزه المالى والاجتماعى يكون قد تدعم، واتضحت صورة المستقبل وكذلك الأهداف التى يسعى إليها.

وإذا كانت الصحة البدنية والنفسية للإنسان جيدة خالية من الأمراض العضال؛ فإن مرحلة وسط العمر تعد من أزهى مراحل حياة الإنسان وأعظمها استقراراً. وعلى هذا يمكن وصف هذه المرحلة بأنها قمة منحنى الحياة الإنسانية، وذلك من النواحي المالية والاقتصادية، والعملية والمهنية والمكانة الاجتماعية أيضاً.

وفى هذه المرحلة يصل الكثير من العاملين المجتهدين إلى المناصب القيادية فى أعمالهم. وبذلك تعد القيادة فى العمل هى المكافأة على الإنجاز.

وفيماء يلى أهم مظاهر النمو فى هذه الرحلة:

#### أ- النمو الجسمى:

يبدأ التغير فى معالم الجسم الظاهرة للعيان والتى يدركها الآخرون مثل: الجلد، والشعر، والوزن. ففى سن الـ ٥٠ تقريباً يلاحظ أن الجلد يفقد بعض مرونته، مما يؤدى إلى ظهور التجاعيد فيما بعد خاصة قبيل نهاية المرحلة.

كما يبدأ الشعر فى التساقط فى مطلع هذا الطور وقد تتخلله بعض الشعرات البيضاء تمهيداً لظهور الشيب قرب نهاية المرحلة وقد يظهر عند البعض قبل ذلك.

وبالنسبة للوزن؛ تزداد نسبة وزن الجسم التى ترجع إلى الدهون بشكل واضح سواء لدى النساء أو الرجال.

أما القوة العضلية؛ فإنها تقل لكن بمعدل بطىء فى بداية المرحلة ثم يزداد معدل الضعف فى نهاية المرحلة وقبيل مرحلة الشيخوخة والهرم. ومع بلوغ سن الخمسين (فى منتصف هذه المرحلة)؛ يلاحظ انخفاض ملحوظ فى كفاءة الفرد فى مهارات الجرى أو القفز والتسلق.

- البصر: تصل القوة البصرية إلى قمتها فى بداية مرحلة الرشد وتظل مستقرة نسبياً حتى بلوغ المرء الخامسة والأربعين، وبعد ذلك قد يحدث فيها الهبوط وإن كان معدله بطيئاً إلا أنه مستقر. وبدءاً من الخامسة والخمسين قد تحدث المشكلات البصرية الأخرى مثل المياه البيضاء، ضعف التكيف مع الإضاءة الخافتة وتناقص القدرة على إدراك العمق والتكيف للظلام.

وفى جميع الحالات يمكن التغلب على مشكلات الإبصار باستخدام النظارات الطبية أو العدسات اللاصقة كما يمكن استخدام أشعة الليزر لمعالجة بعض المشكلات البصرية.

- السمع: بعض الأفراد يظهر عندهم النقص السمعى بعد الأربعينات لكنه يكون ضئيلاً وليس له أثر يذكر على الحياة اليومية للإنسان

وخاصة إذا تم تصحيحه باستخدام سماعات الأذن في الحالات التي تستدعى ذلك.

- الصحة والمرض: إن معدل التدهور الجسمي يتحكم فيه عدة عوامل منها الوراثة، والبيئة والتقدم في العمر. وتتزايد القابلية للإصابة ببعض الأمراض إذا كانت العوامل الوراثية والبيولوجية مساعدة ومهيأة لإصابة الفرد بأمراض بعينها مثل، السكر، الضغط، تصلب الشرايين وأمراض القلب بصفة عامة.

وتوجد عوامل بيئية تسرع في ظهور تلك الأمراض وغيرها من الأمراض التي ترجع للعمليات الحيوية للجسم ونظام الحياة التي يعيشها الإنسان. ومن هذه العوامل:

- الظروف الاجتماعية الضاغطة. مثل الطلاق، وتغيير محل الإقامة، وتغيير العمل.

- وفاة أحد الزوجين أو أحد الأبناء.
- إصابة أحد أفراد الأسرة بمرض عضال أو مرض وبائي.
- تدنى مستوى المعيشة وعدم توافر الرعاية الصحية.

وهناك عادات شخصية للإنسان يمكن أن تساهم في الإصابة ببعض الأمراض الخطيرة. ومن هذه العادات:

- التدخين.
- تعاطي المسكرات أو المخدرات.
- سوء التغذية (الشراهة في الطعام أو قلة الطعام).
- عدم تناول طعام الإفطار.

ب - النمو العقلي والمعرفي:

تؤكد نتائج البحوث الحديثة أن النمو العقلي يستمر حتى وسط العمر. وأن

استمرار هذا النمو يحدث للقدرات العقلية والمعرفية التى تتأثر بتراكم الخبرات الثقافية والتدريبية الحياتية. كما تؤكد الدراسات فى مجال الذكاء؛ أن درجات أداء الأفراد على اختبارات الذكاء تستمر فى الزيادة طوال حياة الرشد ومتصف العمر وقد تستمر الزيادة فى درجة الذكاء عند بعض الأفراد طوال حياتهم، وفى تفسير تلك الزيادة؛ تشير البحوث المتخصصة فى هذا الشأن إلى أن العوامل الثقافية والتربوية والمعرفية بصفة عامة هى المسئولة عن زيادة درجة الذكاء أو ثبوتها وعدم تدهورها فى نهايات مرحلة الأشد (٦٠ سنة).

ويتبادر إلى الذهن سؤال يقول:

هل العمر مؤثر على مستوى القدرة العقلية؟

بمعنى آخر:

هل كلما تقدم العمر بالإنسان تتدهور قدراته العقلية كما تتدهور قدراته البدنية؟ وللإجابة على هذين السؤالين وغيرهما مما يدور فى الأذهان أجريت عدة دراسات على عينات كبيرة من الأفراد فى أعمار متفاوتة (من ٢٠ سنة إلى ٧٠ سنة). ودراسات أخرى طويلة تتبعية لأفراد فى مرحلة الرشد، وآخرون فى مرحلة الأشد.

وكان من أهم نتائج هذه الدراسات ما يلى:

- أن الأفراد ذوى التعلم المرتفع أكثر امتيازاً فى الأداء العقلى من غيرهم من ذوى المستوى التعليمى الأدنى.
- أن الأفراد الذين بلغوا سن السبعين (ما بعد الأشد والشيخوخة) وكانوا من الذين واصلوا تعليمهم لما بعد درجات الماجستير والدبلومات العليا إلى الدكتوراه وانخرطوا فى البحث العلمى؛ كانت متوسطات درجاتهم فى اختبارات الذكاء أعلى من الأشخاص فى سن العشرين الذين لم يتعد تعليمهم مستوى التعليم المتوسط.
- أن الأفراد الأعلى ذكاءاً كان معظمهم يتمتعون بصحة جيدة ولديهم دافعية عالية للإنجاز بصرف النظر عن العمر.

ومن هذه النتائج يمكن القول بأن العمر ليس مؤشراً ملائماً على مستوى القدرة العقلية.

وإن كانت بعض الدراسات المقارنة والتي أجريت بطريقة مستعرضة على مجموعات مختلفة الأعمار (كل مجموعة تمثل جيلاً) قد أشارت إلى تفوق في درجة الذكاء لصالح الأجيال الجديدة (١٨ - ٢٢ سنة)، من (٢٣ - ٢٥ سنة). وذلك على الأجيال التي تمثل (٣٥ - ٤٥)، من (٥٠ - ٦٥) سنة لكن تفسير نتائج تلك الدراسات يشير إلى الفروق الثقافية والتقدم التكنولوجي السريع الذي يعيشه الجيل الجديد ولم يتسنى لجيل الستين أن يلاحقه. لذا فإن الفروق في درجات الذكاء أو في القدرة على الاداء العقلي ترجع إلى مقدار التعليم والخبرة والمعرفة التي تزاد جيلاً بعد جيل. وبالتالي فإن الجيل الذي بلغ الستين في مثل هذه الدراسات المقارنة والمستعرضة قد تلقى تعليمًا أقل من الجيل الذي لا يزال في سن العشرين والذي يقارن به.

وعلى هذا فإن القصور في الأداء لدى الجيل الأكبر سنًا يرجع إلى نقص التعليم وليس إلى التقدم في العمر.

ومن أجل الوصول إلى الدقة في النتائج والبيانات أجريت بحوث طولية تتبعية على نفس الأشخاص على فترات زمنية مختلفة طوال حياتهم. وأسفرت النتائج عما يلي:

- أن الراشدين في مرحلة وسط العمر (الثلاثينات) كان أداؤهم أفضل من الأداء أثناء الرشد المبكر (العشرينات).
- أن الأفراد في نهاية سن الأشد (٥٥ - ٦٥ سنة) كان أداؤهم أعلى عندما كانت دافعتهم للإنجاز عالية عن أدائهم هم أنفسهم عندما قلت دافعتهم للإنجاز بسبب ضغوط الحياة أو عندما تعرضوا لمشكلات صحية شديدة.

• وقد أشار عدد ليس بالقليل من الباحثين في هذا المجال إلى أن الفروق التي تظهرها الدراسات المقارنة بين الأداء العقلي للراشدين ومن هم في وسط العمر، إنما ترجع إلى عاملين رئيسيين وهما:

١ - طبيعة المفحوصين والظروف المحيطة بهم.

٢ - طبيعة الوظائف العقلية التي يتم قياسها وما يرتبط بها من مؤثرات الخبرة والتدريس والتعليم.

وعلى ذلك، فقد يُظهر البعض إرتفاعاً مستمراً في الأداء العقلي طوال حياة الإنسان، ويظهر البعض الآخر ثبوتاً واستقراراً لا يتدهور مع تقدم السن. ويظهر آخرون هبوطاً تدريجياً أو مفاجئاً في بعض الأحيان.

وتؤكد البحوث التحليلية التتابعية والتي تفصل بين آثار العمر وآثار الفروق بين الأجيال؛ إلى أن التناقص في النمو العقلي وفي معظم مجالات النشاط العقلي لا تحدث قبل الوصول إلى سن الستين. وحين تظهر قبل ذلك فيكون ذلك في حدود استثنائية وبنسبة قليلة لا تستحق أن يكون لها أهمية عملية. ومن هذا نستنتج أن التناقص أو التدهور في نمو الذكاء أو الأداء العقلي إن وجد قبل سن التقاعد إنما هو استثناء وليس قاعدة.

وتؤكد نتائج الدراسات التي أجريت حول «القدرات العقلية المتخصصة» لدى «الراشدين» ومن هم في «وسط العمر» و«المسنون» أن معظم مدى حياة الإنسان الراشد يتميز بعدم وجود هبوط حاد في نشاطه العقلي. ولكن في أوقات التغيرات الثقافية والتكنولوجية السريعة فقط يوصف المسنون بأنهم أقل كفاءة بمقارنتهم بالأجيال «الأصغر سناً». ومعنى ذلك أن التغيرات في النشاط العقلي خلال الأجيال المختلفة قد تنشأ نتيجة للتغير الاجتماعي والثقافي والتكنولوجي. أما في الجماعات المستقرة اجتماعياً وثقافياً قد لا يحدث هذا التغير بين الأجيال.

وتشير نتائج الدراسات التي أجريت في مجال الإبداع والابتكار وعلاقة ذلك بالعمر وخاصة في مجال العلوم والآداب؛ إلى أن العلماء والباحثين الذين

يتطلب عملهم الإبداعى جمع بيانات وتحليلها وتقويمها سواء فى مجال العلوم الطبيعية أو الإنسانية، تستمر إنتاجيتهم فى ازدهار فى مرحلة وسط العمر وربما إلى مرحلة الشيخوخة وما بعدها ولتفسير ذلك تمت عدة بحوث تفصل بين الذكاء الخام أو ما يُطلق عليه بالذكاء السائل Fluid inrelligence، والذكاء المتبلور Crystallized.

وأظهرت النتائج، أن الذكاء المتبلور، وهو المكون المعتمد على التعلم المستند إلى التراث الثقافى للشخص لا يتدهور مع تقدم العمر، بل أنه فى الواقع قد يزيد عبر مدى الحياة. بينما يتأثر الذكاء السائل بعوامل الوراثة، وكذلك بإصابة الجهاز العصبى المركزى.

وقد استنتج الباحثون أن أى تدهور فى الأداء العقلى الابتكارى أو الابداعى إنما يعود إلى الهبوط فى عوامل الطاقة والحيوية والنشاط، وليس إلى هبوط للذكاء ذاته.

ومن الملاحظ عبر بحوث عديدة فى هذا الصدد أن الراشدين فى منتصف العمر يؤدون (عقليًا) أفضل من كل الراشدين المبكرين. وأن القدرات الابداعية والابتكارية لدى الأشخاص الذين لديهم تقدير عال لأنفسهم ممكن أن يكونوا أكثر إبداعًا. وأن وجود نظره موجبة إلى الذات تعد قوة دافعة تحدد رغبة الشخص وإرادته للبحث عن حلول ابتكارية للمشكلات.

ويرى كثير من الباحثين أن قمة الإبداعية التلقائية والابتكارية تكون فى سن الرشد المبكر (العشرينات). أما صور الإبداعية التى تتطلب الخبرة وإعادة النظر والتأمل والمراجعة، فقد تظل ثابتة أو متزايدة خاصة فى وسط العمر.

أما التفكير المنطقى فى مرحلة الأشد ووسط العمر فإن البحوث تشير إلى أن الفهم واستخدام المفاهيم المنطقية يظل ثابتًا فى مرحلة الرشد ووسط العمر، وقد يتزايد فى مرحلة الأشد وخاصة فى الاستدلال.

## ج- نمو الشخصية:

إن شخصية الإنسان(\*) تشمل معتقدات الفرد، واتجاهاته، وأفكاره، وقيمه... الخ. وهى تشكل خلال مراحل النمو المختلفة للفرد وأثناء الخبرات والمواقف التى يمر بها منذ إدراكه للعالم المحيط به. وتعتبر الشخصية وحدة كلية تحتوى على مكونات كثيرة، بعضها يشمل التكوين الداخلى للنفس البشرية ويحتوى على المدركات والمفاهيم والقيم والعقيدة والاتجاهات إلى غير ذلك مما لا يمكن معرفته بالملاحظة العابرة، والبعض الآخر يشمل التكوين الخارجى الذى يمكن ملاحظته فى السلوك.

وتتشابك عناصر الشخصية ومحتوياتها مع بعضها البعض بحيث يصعب فصلها بسبب التفاعل الديناميكي بينها. لذا تعتبر الشخصية وحدة كلية برغم احتوائها على العديد من العناصر والمكونات.

ومن المعلوم أن النمو يعنى التغير والتطور.

- فهل تثبت ملامح الشخصية عند سن الرشد، أو فى وسط العمر وبعد بلوغ الأشد؟ أم أنها تخضع للتغير والتطور؟
- أو ما هو أثر التقدم فى العمر على الشخصية؟
- وهل يظهر الأفراد تغيرات فى جوانب الشخصية مثل الميول والاتجاهات والقيم مع انتقالهم من الرشد ثم الأشد إلى وسط العمر وأخيراً إلى الشيخوخة؟ أم أن الشخصية تستقر عند مرحلة من هذه المراحل المتقدمة من حياة الإنسان؟

وللإجابة على هذه الأسئلة؛ أجريت دراسات عديدة فى هذا الشأن، وقد اتجه كثير من الباحثين نحو الفصل بين البنية الأساسية للشخصية، وبين أنماط السلوك الظاهر الذى يمكن ملاحظته.

---

(\*) للتوسع فى هذا الموضوع؛ أنظر للمؤلفة: «شخصية الإنسان (توازنها وتكاملها ووقايتها من الإنحراف والإضطراب)»، ٢٠١٢، القاهرة، عالم الكتب.

وقد أكدت نتائج البحوث على أن البنية الأساسية أو المكونات الداخلية للشخصية مستقرة نسبياً عبر الزمن، أما أنماط السلوك الظاهر أو المكونات الخارجية للشخصية والتي تظهر في أداء الفرد في المواقف المختلفة فإنها تتعرض للتغير والتطور من مرحلة عمرية لأخرى حتى منتصف العمر وبعد ذلك حتى الشيخوخة.

إن استقرار البنية الأساسية للشخصية أو المكونات الداخلية للشخصية في مرحلة الأشد ووسط العمر يعنى أن قيم الفرد قد استقرت وثبتت عند نمط معين من السمات يمكن قياسه باستخدام أحد مقاييس الشخصية ولا يحدث تغير لهذه السمات عند تكرار القياس من مرحلة لأخرى منذ بلوغ سن الرشد. وأن الذى يتغير هو فقط طريقة الأداء أو السلوك الذى يتم من خلاله التعبير عن سمة من سمات الشخصية لنفس الفرد. ومن الملاحظ في معظم البحوث التى تمت فى هذا الصدد أن الأداء يتغير وكذلك السلوكيات المعبرة عن السمة الأساسية دون أن تتغير هذه السمة التى تعتبر من البنية الأساسية لشخصية الفرد.

ومن السمات الشخصية التى تتسم بالاستقرار بعد بلوغ سن الرشد وحتى بلوغ الأشد ثم وسط العمر وحتى بلوغ الستين.

- الروية: وهى عكس الاندفاعية وتعنى التفكير القائم على التعقل والتعامل مع الأمور بتوقع النتائج قبل السلوك.
- الانضباط الانفعالى: وهو التحكم فى الانفعالات، وهو عكس التطرف الانفعالى أو الهجوم على الآخر قبل التثبت.
- الذات المفتوحة: وتعنى انفتاح المرء على الآخرين بخبراته وأفكاره، ويسره فى التعبير عن ذاته. وعكس هذه السمة؛ الشخصية المغلقة وصاحب الذات المغلقة يتصف بصعوبة التعامل مع الآخرين ويتعد عنهم حتى لا يكشف عن خبراته وأفكاره أو مشاعره.

- التعاطف: هو استعداد المرء لمساعدة الآخرين وتقديم العون لهم في الشدائد. وعكس هذه السمة العداة وتعنى الخصومة والتوتر فى التعامل مع الآخرين.
- الثقة بالنفس: وتعنى الرضا عن الذات وتقديرها والتوازن ورباطة الجأش.

## ثامناً : مرحلة الشيخوخة من ( ٦٠ . ٨٥ عاماً )

تتحدد بداية الشيخوخة ما بين ٦٠ - ٦٥ عاماً وتنتهى ما بين ٨٠ - ٨٥ عاماً وتمتد حتى نهاية العمر أو ٨٠ - ٨٥ سنة تقريباً حيث تبدأ مرحلة أخرى لمن قُدر له الحياة بعد التسعين وهى مرحلة «أرذل العمر» والتي تصل إلى المدى الأقصى للحياة فى عصرنا الحديث ١١٠ - ١١٥ سنة. ويطلق على من تجاوز الستين فى الدول المتقدمة «المواطن الكبير Senior Citizen» وهى تسمية تحمل صفة الشيخوخة أو التقدم فى السن كما تتضمن معانى الاحترام والمكانة الرفيعة والقدر العالى.

أما العرب فيطلقون لفظ «الشيخ» أو «الكبير» على من تجاوز سن الستين، وهى تسمية تحمل التبجيل والاحترام والتقدير، كما تعنى الرئيس (رئيس العائلة) وكبير القوم.

وتبدأ الشيخوخة بعد اكتمال قوة الإنسان. وهذه هى سنة الله فى خلقه، إذ يأتى الضعف بعد اكتمال القوة، ويأتى التدهور بعد اكتمال النضج.

يقول تعالى: ﴿ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً﴾ [الروم: ٥٤].

وقد تحدد سن التقاعد فى معظم المجتمعات فى سن الستين أو الخامسة والستين. ويمثل سن التقاعد واعتزال أدوار العمل الرئيسية مشكلة نفسية واجتماعية للإنسان.

وبعد التقاعد من العمل أن يتحول الإنسان من شخص عامل منتج كاسب لرزقة بجهده وكده إلى شخص عاطل معتمد على الآخرين فى معاشه وهو من أشد صور التحول من الاستقلال إلى الاعتماد وخاصة من الناحية الاجتماعية. وخبرة التقاعد من أشد الخبرات إحباطاً فى حياة الإنسان. ومع ذلك فمن الممكن أن تمر

هذه الخبرة بسلام إذا أحسن التخطيط لها في مرحلتى الرشد وبلوغ الأشد، وفي الدول المتقدمة يتم إعداد برامج إرشادية نفسية واجتماعية يتم بعضها بطريقة جماعية وبعضها بطريقة فردية، وذلك لتهيئة الأفراد الذين يقتربون من سن الشيخوخة لتقبل التغيرات التى تنتابهم فى هذه المرحلة، فضلاً عن إعدادهم للتوافق مع المشكلات التى ستواجههم بعد تركهم للعمل، وكيف يملئون فراغهم بما يعود عليهم بالشعور بالرخاء والإحساس بالقيمة وعدم الاعتماد على الآخرين.

فبالرغم مما يحدث للإنسان فى مرحلة الشيخوخة من تدهور عام فى جميع جوانب النمو الجسمية والنفسية والاجتماعية إلا أنه من الممكن تعويض ذلك بالاستفادة من خبرات المسنين وحكمتهم فى مجالات عديدة.

فإذا كان المسن تنقصه القوة العضلية فإن ذلك يعوض بزيادة المهارة، واستدعاء الخبرات السابقة واستغلالها.

والفرد لا ينتقل فجأة إلى الشيخوخة فى سن الستين أو الخامسة والستين. لأن الشيخوخة - حسب قانون النمو المعروف بقانون التدرج - عملية تدريجية تحدث فيها التغيرات ببطء - وإن أهم ما يتصف به النمو فى هذه المرحلة هو بدء تحول النمو الإنسانى فى الاتجاه العكسى، فبينما كان النمو فى المراحل السابقة يتجه نحو التحسن والارتقاء بمعدلات مختلفة، فإنه مع بدء الشيخوخة يبدأ التدهور بمعدلات بطيئة فى بداية المرحلة ثم يتسارع هذا المعدل تدريجياً حتى يصل إلى أقصى التدهور فى نهاية الطور الأخير للحياة وهو مرحلة أرذل العمر التى يصفها القرآن الكريم بقوله تعالى: ﴿وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا﴾ [الحج: ٥].

حيث يفتقد الإنسان القدرة على التعلم بل ويفتقد الحكمة والخبرة. (وذلك فى مرحلة أرذل العمر بعد التسعين تقريباً) وهذا يشير إلى أهمية التعلم (التعلم الذاتى المستمر) فهو إذن جوهر القوة الحقيقية للإنسان، وأن العجز عن التعلم هو علامة الضعف الإنسانى وأن فقدانه هو مؤشر الانحدار والنهاية.

## ملاح تغيرات النمو في مرحلة الشيخوخة :

### ١ - التغيرات الجسمية والفيسيولوجية:

تظهر علامات التدهور في النمو بصورة واضحة في المظاهر الجسمية والأنشطة الحركية.

يقول تعالى: ﴿ قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاسْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْبًا ﴾ [مريم: ٤].

من أهم علامات الشيخوخة ما يطرأ على المظهر الجسمى الخارجى من تغيرات مثل: ظهور الشعر الأبيض بكثرة، وظهور بعض التجاعيد على الجبهة وحول العينين، وجفاف الجلد، وتساقط الشعر بكثرة. ويظهر ترقق العظام أو ما يسمى بهشاشة العظام وتضعف العضلات وأوتارها. وقد يتقوس الظهر عند البعض وتنحنى القامة بسبب ضمور فقرات العمود الفقرى، وزيادة نحافة العظام وضعفها وورقتها، كما يظهر التكلس في أربطة العظام مما يؤدى إلى نقص في الطول.

ويعتبر «وهن العظم» علامة بارزة على الشيخوخة.

ويتمثل وهن العظام في جانين؛ أولهما؛ زيادة قابلية العظام في هذه المرحلة للكسر. وثانيهما؛ فيتمثل في التهاب المفاصل وبخاصة مفصل الركبة بسبب تحملها الوزن الأكبر للجسم. ومع التقدم في السن يفقد المسنون أسنانهم بسبب النقص في خلايا الأسنان وشيوع التهابات اللثة التى تؤثر على الأنسجة المحيطة بالأسنان على نحو يسمح باختراق البكتيريا لها وإضعافها ثم سقوطها، هذا بالإضافة على قابلية العظام للكسر ومنها عظام الأسنان.

أما وظائف الجسم الداخلية؛ فيطرأ عليها تغيرات جوهرية مع الدخول في مرحلة الشيخوخة منها على سبيل المثال:

- بطء انقباض الأوعية الدموية.
- اضطراب الدورة الدموية.
- تركيز الدهون (خاصة الكلسترول) وتراكمها حول القلب والشرابين.

- ارتفاع ضغط الدم بسبب الخلل في الأوعية الدموية.
- انخفاض السعة الحيوية للرئتين ونقص المرونة.
- نقص كفاءة الكليتين.
- تصلب الشرايين وهو من أكثر أمراض الشيخوخة شيوعاً.
- نقص الكفاءة في عمل القلب.

وتشير نتائج الأبحاث الطبية المتخصصة في هذه المجالات إلى أن من أسباب هذا التدهور الفسيولوجي لأجهزة الجسم الداخلية في مرحلة الشيخوخة:

- التغير الكيميائي الذي يطرأ على مادة «الكولاجين»، وهى المادة التى توجد فى جميع أجزاء الجسم مثل النسيج الضام، والعظام، والخلايا، والألياف العضلية، وجدران الأوعية الدموية. حيث تفقد هذه المادة مرونتها مع التقدم فى السن، ونتيجة لذلك تفقد الأعضاء قدرتها على التكيف (من حيث الحجم والشكل).

- أن زيادة ترسب أملاح الكالسيوم فى الأنسجة وخاصة جدران الشرايين فيؤدى إلى تصلبها (تصلب الشرايين). كما يطرأ تغيرٌ على الجهاز الهضمى بسبب نقص إفراز العصارات التى تساعد على الهضم، فيتسبب ذلك فى مشكلات كثيرة للمسنين تتعلق بالهضم.

ومن التغيرات التى تحدث مع الشيخوخة ضمور الغدد الصماء ونقص إفرازاتها، بالإضافة إلى عدم الكفاءة فى وصول إفرازاتها إلى الأعضاء مما يؤدى بدوره إلى خلل فى وظائفها.

مثال ذلك: نقص إفراز الجلوكوز، فلا يستطيع المسنين تحمل الجوع لفترة طويلة لأن كمية السكر فى الدم تقل عن الحد اللازم للجسم بصفة عامة.

ويسبب اضطرابات الجهاز الهضمى ونقص السكر فى الدم يُنصح دائماً بأن تكون كميات الأكل للمسن قليلة وعلى فترات أكثر من المعتاد أو كما كان عليه فى مراحل سابقة.

- الجهاز العصبي: تنخفض القدرة على «التوافق الحركي» للمسنين وذلك بسبب ببطء نشاط «الجهاز العصبي المركزي» ويلاحظ هذا في بطء الاستجابة للمثيرات إذا ما قورنوا بمن هم أصغر منهم سنًا. ويُفسر ذلك قابلية المسنين للسقوط أكثر من غيرهم. ويمكن تجنب ذلك بالبطء في الحركة. وعدم إجراء حركات سريعة أو محاولة ذلك لأن الجهاز العصبي غير قادر على إصدار الاستجابة الملائمة للحركة المطلوبة في الوقت القياسي، ويحتاج الأمر إلى إعادة التوافق من الفرد المسن مع قدراته الجديدة التي أضحت أقل من السابق.

## ٢- ملامح التغير في الوظائف الحسية:

تعرض معظم حواس الإنسان لنقص الكفاءة في سن الشيخوخة:

- البصر: يطرأ على العين سلسلة من التغيرات البنيوية والتشريحية تؤدي إلى ضعف حاسة البصر. وتتناقص القدرة على التكيف للظلام. ويطرأ على الشبكية والجهاز العصبي تغيرات تؤدي إلى نقص الدقة البصرية (ضعف الإبصار). وقد تقل القدرة على تمييز الألوان في سن الشيخوخة المتقدمة. وكثير من المسنين يعانون من صعوبة الرؤية في الظلام، وذلك بسبب قلة مقدار الضوء الذي يسقط على الشبكية.

وتتكون المياه البيضاء على عدسة العين عند الكثيرين في مرحلة الشيخوخة وتسمى (الآثاركت) ويؤدي إلى إعتام عدسة العين، وفي بعض الحالات تحدث المياه الزرقاء (الجلوكوما)، وحالات أخرى يحدث لها تلف في مركز الإبصار.

- السمع: قد يحدث التدهور في حاسة السمع بعد سن الـ ٦٥ وما بعدها، ويرجع هذا التدهور إلى اضطراب أو تلف بالجهاز السمعي، وتشير الإحصاءات إلى أن ضعف السمع أكثر حدوثًا في الذكور منه عند الإناث.

وفي بعض الحالات يرتبط ضعف السمع بضعف النشاط العقلي ويكون ذلك في الغالب عن بلوغ المرء مرحلة أرذل العمر أو ما بعد التسعين عامًا.

### ٣- ملامح التغير في النشاط الحركى:

- أما عن النشاط الحركى: فإن المهارات الحركية تتعرض للتدهور في مرحلة الشيخوخة ويبدو ذلك التدهور في المظاهر الآتية:
  - بطء الحركة.
  - ضعف التأذر الحسى الحركى.
  - نقص القدرة على القبض Grasb. فإن قبضة اليد على الأشياء تقل قوتها بنسبة تتراوح بين ١٧ - ٢٠ ٪ في سن الخامسة والستين إلى السبعين.
  - التعب الجسمى مع أقل مجهود في أقصر وقت. وترجع هذه المظاهر إلى الضعف الذى يصيب العضلات بصفة عامة في هذه السن.
  - كما تتناقص السرعة في الحركات ويرجع ذلك على زيادة زمن الرجوع أو بطء الاستجابة الذى يلاحظ على المسنين بصفة عامة.
- وتشير نتائج الدراسات إلى أن الاستمرار في ممارسة المهارات التى يمكن للمسّن مزاولتها أو التى كان يزاولها قبل الشيخوخة ترجى التدهور في النشاط الحركى لديه وعلى العكس من ذلك، فإن التوقف عن مزاوله الأنشطة الحركية يسرع بظهور صعوبة الحركة والتدهور الحركى بصفة عامة.
- وينصح المتخصصون أن يستمر المسّن في مزاوله المهارات التى تعلمها، بل والإقدام على تعلم مهارات حركية جديدة حتى ولو سار هذا التعلم بمعدل بطئ وكان عائده قليل، إلا أنه يفيد في استمرار الحركات الأساسية لليدين والساقين والذراعين، مما يساعد على القيام بأنشطة الحياة اليومية للفرد واعتماده على نفسه في قضاء شئونه الشخصية، وهذا يحسن من الحالة النفسية للمسّن ويزيد من دافعيته للعمل وبذل الجهد الممكن مما يفيد في إرجاء التدهور الذى يصاحب مرحلة نهاية الشيخوخة وبداية مرحلة أرذل العمر أو ما بعد سن التسعين.

#### ٤ - مظاهر التغير في القدرات العقلية والمعرفة:

من المفاهيم الشائعة عن المسنين أنهم يفقدون يقظتهم الذهنية وتدهور قدراتهم العقلية مع التقدم في السن.

ولكن الدراسات الحديثة، والبحوث التتبعية وكذلك المستعرضة والمقارنة تؤكد أن التقدم في السن ليس مؤشراً أساسياً على حدوث التدهور في القدرات العقلية، وأنه لا يوجد عمر واحد ثابت يبدأ عنده هذا التدهور عند الجميع، وقد لا يحدث هذا التدهور أبداً عند بعض المسنين.

كما أنه لا يوجد نمط عام لهذا التدهور.

فقد يلاحظ على بعض المسنين عدم القدرة على «إنتاج الأفكار»، ونلاحظ البعض الآخر عدم القدرة على «المبادأة» أو «الإبداع». وقد نلاحظ على آخرين من المسنين صعوبة «التقاط الأفكار أو تذكرها بدقة» وحتى في هذه المظاهر لا يوجد عمر معين واحد عند الجميع لظهور هذه الصعوبات أو التدهور في مظاهر القدرات العقلية والعرفية.

وتؤكد نتائج الدراسات في هذا الشأن على ما يلي:

- أن الأشخاص ذوي القدرة العقلية العالية منذ شبابهم لا يظهر عندهم التدهور في سن الشيخوخة إلا بمعدلات طفيفة إذا ما قورنوا بالأشخاص الأقل قدرة.
  - أن الأشخاص ذوي المستوى التعليمي العالي يتعرضون لتدهور أقل من غيرهم في نهاية سن الشيخوخة.
  - أن الأشخاص الذين يواصلون نشاطهم العقلي حتى نهاية سن الشيخوخة وما بعدها (طوال حياتهم)؛ يكونون أقل عرضة لتدهور قدراتهم العقلية.
- بل إن المسنين الذين يحافظون على يقظتهم الذهنية وذلك بمزاولة الأنشطة

العقلية باستمرار (طول العمر) قد يكون أداؤهم العقلى أفضل ممن هم أصغر سنًا، وخاصة المواقف التى تتطلب الاستفادة بالخبرة. ولتدعيم هذه النتائج والتأكد منها أجريت عدة دراسات على عدد كبير من المسنين أكدت نتائجها على أن الأفراد الذين استمروا فى استخدام وتوظيف قدراتهم العقلية على نحو منتظم طوال سنوات عمرهم المتأخرة لم يتعرضوا للتدهور فى ذكائهم.

كما أن المسنين الذين يستمرون فى أداء عمل ما طوال حياتهم تظل وظائف المخ لديهم فى حالة نشاط، وأن أداؤهم العقلى يكون فى حالة جيدة دائمًا مهما تقدم بهم العمر.

وإن كان الملاحظ على الأنشطة العقلية للمسنين أنهم أقل سرعة من غيرهم بالإضافة إلى استغراقهم لزمان أطول فى إتمام النشاط العقلى. وهذا ليس تدهورًا فى القدرة العقلية وإنما هو مظهر اعتيادي يتفق مع طبيعة المرحلة العمرية المتقدمة للمسن حيث تتميز هذه المرحلة بالبطء فى الاستجابة والحركة، لأن من سمات المسن أن يكون حذرًا قبل السلوك، كما أن يحتاج لوقت أطول لكى يحدث التكامل بين الحركة وبين الاستجابة أو بين المثير والاستجابة. وهذا يظهر جليًا عند تعرض المسن لنوع جديد من التعلم، ويكون أقل قدرة على التعامل مع المواد الجديدة التى لا تتكامل مع خبراته السابقة.

ويلاحظ أيضًا أن زيادة تركيب العمل وتعقده يحتاج من المسنين وقتًا أطول لأدائه وقد يكون أقل دقة. ويلعب موضوع التعلم ومعناه دورًا هامًا فى أداء المسنين فقد أكدت البحوث أن الكثير من المسنين يقاومون بشدة تعلم المواد التى لا تثير اهتمامهم، ولا يهتمون بأهميتها بالنسبة لهم، ويصفونها بأنها «لغو» أو «عديمة المعنى».

ولذلك يرفضون بعض أنواع التعلم ولا يؤدون فيها أى استجابات، ليس لعجزهم أو لنقص قدراتهم العقلية بل لرفضهم لمثل هذه المواد التعليمية الغريبة عليهم.

## \* أسباب التناقص في الإبداع مع التقدم في السن:

- الجمود المعرفي لدى بعض الأشخاص وعدم المرونة.
- ضعف القوة الجسمية والحسية والصحية بصفة عامة.
- تغير الاهتمامات والميول والدوافع مما يحول بين الفرد وبين إتمام إبداعاته وابتكاراته.
- ضغوط الظروف الاقتصادية والاجتماعية وانغماس الفرد في المشكلات اليومية الحياتية والأسرية.
- الوصول إلى مركز مرموق في العمل والاكتفاء بذلك.
- الانشغال بمهام الوظيفة، والإنهاك له في العمل الإداري والتنفيذي.
- التطور السريع للتكنولوجيا والانفجار المعرفي الذي يتطلب المتابعة المستمرة لكل جديد في مجال التخصص والابتكار وهو ما قد يعجز المرء عن ملاحقته خاصة في السن المتقدمة لنقص الحيوية والطاقة والنشاط الذي كان يتمتع به الفرد في سن الشباب.