
روانشناسی رشد
مسایلی پیرامون نوجوانی

مرضیه عارفی



انتشارات آبدین

سرشناسه	: عارفی، مرضیه
عنوان و نام پدیدآور	: روانشناسی رشد مسایلی پیرامون نوجوانی / مرضیه عارفی.
وضعیت ویراست	: [ویراست ۴]
مشخصات نشر	: تبریز: آیدین، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۲۶۰ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۵۸۷۱-۹۰-۶
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: چاپ قبلی: آیدین: انتشارات یانار، ۱۳۹۲ (۱۷۹ ص.).
موضوع	: روان شناسی رشد
موضوع	: Developmental psychology :
موضوع	: نوجوانان -- روان شناسی
موضوع	: Adolescent psychology :
رده بندی کنگره	: BF۷۱۳/۶۲۹ ۱۳۹۷
رده بندی دیویی	: ۱۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۵۵۱۲۲۱

کلیه حقوق قانونی و شرعی برای ناشر محفوظ است. تکثیر تماماً یا قسمتی از این اثر به صورت حروفچینی و چاپ مجدد، چاپ افست، کپی و انواع دیگر چاپ ممنوع است. نقل مطاب به صورت معمول در مقاله های تحقیقاتی با ذکر نام کامل ناشر و کتاب آزاد است. متخلفان به موجب بند ۵ از ماده ۲ قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان و هنرمندان، تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.



انتشارات یانار



انتشارات آیدین

تبریز، خیابان شریعتی شمالی، نرسیده به سینما ۲۹ بهمن

تلفن: ۳۵۵۵۳۲۵۹ - فاکس: ۳۵۵۳۰۵۲۳ - ۰۴۱

Email: Aydin.publication @ Gmail.com

روانشناسی رشد مسایلی پیرامون نوجوانی

مرضیه عارفی

* چاپ اول از ویراست دوم ۱۳۹۸ تبریز * قیمت ۳۵۰۰۰ تومان

* شمارگان ۵۰۰ نسخه * حروفچینی آذین کامپیوتر * چاپ و صحافی: ایران هنر

۹۷۸-۶۰۰-۵۸۷۱-۹۰-۶

فهرست مطالب

۹	پیشگفتار.....
	فصل اول: رشد جسمانی در نوجوانی
۱۵	نوجوانی و رشد مغز.....
۱۶	دیدگاه‌های معاصر نسبت به رشد مغزی نوجوان
۱۷	تصویربرداری مغزی از رشد نوجوان.....
۲۰	مطالعات عملکردی MRI در رابطه با پردازش عاطفی.....
۲۲	مطالعات MRI عملکردی در رابطه با رشد اجتماعی.....
۲۶	بلوغ و تغییرات اجتماعی - عاطفی.....
۲۸	تعامل اجتماعی - عاطفی و انعطاف‌پذیری هدف.....
۲۹	فوران بلوغ.....
۳۰	مغز چگونه می‌فهمد که زمان بلوغ فرا رسیده است؟.....
۳۳	رشد فیزیکی و جنسی.....
۳۳	رشد فیزیکی.....
۳۶	بلوغ.....
۳۸	عادت ماهانه در دختران و اثرات آن.....
۴۱	روند رشد.....
۴۲	بلوغ زودرس و دیررس.....
۴۵	بلوغ و «تصویر از خود».....
۴۷	تصویر بدن.....

۴۹	 نقش جنسی و تفاوت آن در دختران و پسران نوجوان
۵۱	 تربیت جنسی
۵۲	 شاخص‌های جنسیت سالم
۵۳	 نگرش نوجوانان نسبت به جنسیت
۵۳	 چرا تربیت جنسی؟
۵۷	 تمایلات جنسی و هویت جنسی نوجوانان
۵۸	 هویت جنسی
۶۱	 منابع و مآخذ

فصل دوم: تفکر و استدلال

۶۷	 رشد مهارت‌های شناختی
۶۸	 پیازه و رشد شناختی
۷۰	 مهارت‌های حل مسئله
۷۳	 توانایی پردازش اطلاعات
۷۴	 ظهور کارکردهای اجرایی
۷۶	 خودمندی نوجوان
۸۰	 شناخت اجتماعی
۸۰	 دیدگاه‌گیری
۸۳	 فهم تفکرات و احساسات خود و دیگران
۸۵	 پردازش اطلاعات اجتماعی
۸۵	 رشد اخلاقی
۹۴	 جایگزین‌هایی برای نظریه‌ی کلیبرگ
۹۹	 نشانگرهای رفتار اخلاقی و فرا اجتماعی
۱۰۲	 رشد اخلاقی و رفتار جامعه‌پسند
۱۰۳	 تمایلات رشد در رفتارهای اخلاقی و جامعه‌پسند
۱۰۶	 نظام‌های ارزشی
۱۰۷	 آگاهی‌های سیاسی
۱۱۰	 آرمان‌گرایی نوجوان
۱۱۲	 منابع و مآخذ

فصل سوم: هویت در نوجوانی

۱۱۷	 رشد خودپنداره و عزت نفس در نوجوانی
۱۱۸	 دوران کودکی
۱۱۹	 اوایل نوجوانی
۱۲۰	 اواخر نوجوانی
۱۲۲	 نوجوانی و شکل‌گیری هویت

۱۲۳	نظریه‌ی هویت اریکسون: مفاهیم کلیدی
۱۲۴	هویت از نظر مارشیا
۱۲۸	آیا فرایند هویت‌یابی دختران با پسران متفاوت است؟
۱۳۰	رشد هویت اولیه‌ی نوجوانان در مدارس مقطع راهنمایی
۱۳۳	تعریف کاربردی از هویت‌های دانش آموز
۱۳۳	هویت مثبت دانش آموزان
۱۳۳	هویت منفی دانش آموز
۱۳۴	هویت قومی در سنین نوجوانی در گروه‌های قومی - فرهنگی مختلف
۱۳۸	منابع و مأخذ

فصل چهارم: رشد عاطفی، استقلال و خودمختاری در نوجوانی

۱۴۳	رشد عاطفی در دوران نوجوانی
۱۴۷	رشد استقلال در نوجوانی
۱۴۸	خودمختاری چیست؟
۱۴۹	چرا خودمختاری مهم است؟
۱۵۱	خودمختاری و مشکلات خانوادگی
۱۵۴	آیا درجه‌ی خودمختاری بین دو جنس متفاوت است؟
۱۵۶	شیوه‌های فرزندپروری
۱۵۸	تأثیرات فرهنگی در شیوه‌های فرزندپروری
۱۶۰	نوجوانان و والدین
۱۶۱	انتظارات والدین از نوجوان
۱۶۳	ارتباط نوجوانان با گروه هم‌سن
۱۶۶	دوستی‌های نوجوانان
۱۶۹	همنوایی
۱۷۱	تأثیرات روابط بین فردی بر مادی‌گرایی نوجوان
۱۷۲	حمایت همه جانبه‌ی والدین
۱۷۳	حمایت همسالان
۱۷۶	منابع و مأخذ

فصل پنجم: فضای مجازی و رشد مغز در دوران نوجوانی

۱۸۱	فضای مجازی در نوجوانی
۱۸۵	پذیرفته یا طرد شدن آنلاین
۱۹۰	تأثیر همسالان آنلاین
۱۹۳	برتری هیجانات و تکانشگری
۱۹۶	چشم‌انداز مطالعات در آینده
۲۰۰	منابع و مأخذ

فصل ششم: مشکلات رفتاری در دوره‌ی نوجوانی

۲۰۵	ریسک‌پذیری نوجوانان
۲۰۸	مطالعه‌ی زیست شناختی ریسک‌پذیری در نوجوانان
۲۰۸	آمادگی‌های ژنتیکی
۲۱۰	تأثیرات مستقیم هورمونی
۲۱۰	تأثیر بلوغ نابهنگام
۲۱۱	مغز و رشد سیستم عصبی مرکزی
۲۱۲	فراتر از زیست شناسی
۲۱۳	روانشناسی ریسک‌پذیری نوجوانان
۲۱۳	نقش شناخت
۲۱۴	نقش شخصیت
۲۱۶	نقش ویژگی‌های سرشتی
۲۱۷	فراتر از روانشناسی
۲۱۸	محیط ریسک‌پذیری نوجوانان
۲۲۲	فراتر از محیط
۲۲۲	مدل زیستی روانی اجتماعی ریسک‌پذیری
۲۲۵	حمایت از سودمندی مدل زیستی روانی اجتماعی جهت کاهش رفتارهای ریسک‌پذیر
۲۲۷	نوجوانان و خودکشی
۲۳۲	بی‌اشتهایی عصبی
۲۳۴	عوامل زمینه‌ساز بی‌اشتهایی عصبی
۲۳۴	عوامل تسریع کننده‌ی بی‌اشتهایی عصبی
۲۳۵	اقت تحصیلی
۲۳۹	چرا نوجوانان به مصرف مواد مخدر روی می‌آورند؟
۲۴۱	نظریه‌ها چه می‌گویند؟
۲۴۵	اثرات مصرف مواد مخدر بر نوجوانان
۲۴۷	درماندگی آموخته شده و اعتیاد
۲۴۹	فرار از خانه
۲۵۵	منابع و مآخذ

پیشگفتار چاپ اول

به نظر می‌رسد که «امید» چهارده ساله، یک شبه رشد کرده است. درست هفت‌ه‌ی قبل بود که وقتی قدش را اندازه گرفت، از مادرش بلندتر بود و کم مانده بود که به قد و قواره‌ی پدرش برسد. تن صدایش هم کاملاً تغییر کرده و گاهی اوقات افرادی که به خانه‌ی آنان تلفن می‌کنند صدای امید را با پدرش اشتباه می‌گیرند.

او از لحاظ بدنی هم کاملاً تغییر کرده است. شانه‌هایش پهن‌تر شده و با این که هنوز قوی هیکل نشده، مع‌هذا بدنش قوی‌تر و ماهیچه‌ای‌تر شده است.

مادر امید از این که تغییرات شگرفی در رفتار و نگرش امید به وجود آمده، متعجب است، زیرا او خواندن کتاب‌های کم‌دی و خنده‌دار را کنار گذاشته و بیشتر تمایل به نوشتن خاطرات روزانه‌ی خود دارد. وقتی امید سیزده سال بیشتر نداشت، مادرش به سختی او را وادار به حمام گرفتن می‌کرد، اما حالا به سختی او را از حمام بیرون می‌آورند. در حال حاضر شانه و آئینه، دو دوست صمیمی امید هستند. امید به ظاهرش خیلی اهمیت می‌دهد و دوست دارد که اطرافیان توجه بیشتری به او داشته باشند.

چهارده سالگی یک تغییر اساسی هم برای امید به ارمغان آورده است. او به تازگی علاقه‌ی زیادی به شرکت در بحث‌های بزرگسالان دارد، بخصوص وقتی این مباحث حول محور مسائل سیاسی و مذهبی می‌چرخد. امید دوست دارد که آزادانه عقاید خود را در مورد

مسائل اجتماعی بیان نماید و معمولاً دلایل مستندی برای قبول یا رد عقاید خود و دیگران ابراز می‌دارد.

برای برخی از شما، نوجوانی همین دیروز بود و ممکن است هنوز آن را حس کنید. بسیاری از شما ممکن است خواهر یا برادر نوجوان داشته باشید و حتی شغل برخی از شما ایجاب می‌کند که پس از تشکیل خانواده به میان نوجوانان بروید. به هر حال، همه‌ی ما به نوعی مدعی هستیم که نوجوانان را می‌شناسیم.

با توجه به تجربه‌هایمان، می‌دانیم که همه‌ی نوجوانان یکسان و شبیه هم نیستند. آنان به‌طور قابل ملاحظه‌ای در رفتارها و واکنش‌هایشان متفاوت هستند. برای برخی از نوجوانان این دوره بسیار سخت و اضطراب‌آور است و برای برخی نسبتاً آرام. واکنش‌های «امید» دقیقاً مثال بارزی از رفتارهایی است که در دوره‌ی نوجوانی یافت می‌شود. در این کتاب سعی داریم که به خصوصیات مهم دوران نوجوانی پردازیم. ابتدا بحث را با تغییرات بدنی و جنسی شروع می‌کنیم که در خلال این دوره به وقوع می‌پیوندد و در این راستا به مسائل و مشکلاتی که همراه این تغییرات رخ می‌دهد، اشاره می‌کنیم. سپس به مهم‌ترین قسمت رشد، یعنی رشد مهارت‌های فکری و شکل‌گیری هویت می‌پردازیم و در نهایت، بحث تغییرات در ارزش‌ها و آگاهی سیاسی بارز دوره‌ی نوجوانی را مطرح می‌کنیم.

تشخیص دوره‌ی رشد نوجوانی، آسان، اما تعریف آن دشوار است. مهم‌ترین شاخص این مرحله، سنین بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی است؛ هرچند که سن همیشه نشانه‌ای مفید برای رشد تفاوت‌های فردی نیست. از دیدگاه روانشناسی رشد، مراحل رشد نه‌تنها از طریق تاریخچه‌ی سنی، بلکه با ظهور یکسری تغییرات در بدن، تفکر، احساسات و رفتار، قابل پیش‌بینی است. این رخدادها منتج از تغییرات بیولوژیک، فرهنگ، و تجربه است. آغاز نوجوانی همراه با تغییرات بدنی محسوس است. بنابراین نوجوانی یک مرحله‌ی گذر از کودکی و بزرگسالی را نمایان می‌سازد، و پایان این دوره آغاز بزرگسالی را نوید می‌دهد. به هر حال، چگونگی این گذر و انتقال، از فرهنگی به فرهنگی دیگر، و از نسلی به نسل دیگر، متفاوت است.

نوجوانی یک دوره‌ی تغییرات مهیج در شاخص‌های بدنی، تفکر، هویت شخصی و روابط اجتماعی است. تغییر و تحولی که در دوره‌ی نوجوانی پدیدار می‌گردد به نوعی آهنگ و جهت رشد بزرگسالی را تعیین می‌کند. چارچوب رشد فردی در دوره‌ی نوجوانی در مناطق

مختلف، متفاوت می‌باشد، و بدین سبب انتقال و گذر از نوجوانی به بزرگسالی در مناطق شهری و روستایی، جوامع صنعتی و غیرصنعتی، کاملاً متفاوت است. البته برخی از تغییرات در نوجوانان علی‌رغم متفاوت بودن محیط، یکسان می‌باشد. برخی از دیگر تغییرات در دوره‌ی نوجوانی، بیشتر اجتماعی است تا بیولوژیکی، و به همین دلیل جدا کردن این عوامل کاری بس دشوار است.

هدف این کتاب علاوه بر آموزش درس رشد نوجوانی در دوره‌های کارشناسی و ارشد، تقویت و ایجاد روحیه‌ی پژوهش در دانشجویان علاقه‌مند به این موضوع می‌باشد. این نوشتار کاستی‌های بسیاری دارد و امید است دانشجویان علاقه‌مند و دانا، با انجام پژوهش‌های اساسی، زوایای ناشناخته‌ی این دوره از رشد و تحول را روشن نموده و ما را در پیشبرد اهداف آموزشی و پژوهشی یاری رسانند.

دکتر مرضیه عارفی

زمستان ۹۱

پیشگفتار چاپ دوم

کتاب حاضر ویراست دوم روان‌شناسی رشد: مسائلی پیرامون نوجوانی است. در این ویراست تغییرات زیر اعمال شده است:

- در فصل اول مطالبی در مورد رشد مغز در دوره نوجوانی آورده شده که به تفصیل از ابعاد مختلف به این موضوع پرداخته شده و از منابع معتبر علمی بروز استفاده شده است.
- در فصل چهارم رشد عاطفی افزوده شده و فصل پنجم اختصاص داده شده به فضای مجازی و رشد مغز در دوره نوجوانی که از منابع کاملاً به روز علمی استفاده شده است. و

نیز، ریسک‌پذیری در دوره نوجوانی به فصل مشکلات رفتاری و نوجوانی اضافه شده است.

پس از چاپ اول این کتاب، همکاران دانشگاهی و دانشجویان به طرق مختلف پیشنهاداتی جهت بهینه نمودن کتاب ارایه کردند. از همه عزیزان سپاسگزارم که در این امر مرا یاری دادند.

دکتر مرضیه عارفی

زمستان ۱۳۹۷