

روان شناسی تحولی ۱

مدرس : میثم عزیزآبادی



In the name of Allah, the Most Gracious, the Most Merciful

فصل سوم : رشد از تولد تا پایان دو سالگی

نوزادی :

دوره نوزادی حدود یکی دو هفته اول زندگی است . در این مدت ، نوزاد خود را با اوضاع جدید سازگار می کند و با وجود آنکه وابستگی مستقیم جسمانی او با مادر قطع می شود ، برای رفع بسیاری از نیازهای خود وابسته باقی می ماند . نوزاد انسان در ابتدای تولد نمی تواند از خود مراقبت کند و برای زنده ماندن و حفظ تعادل نیازمند دیگران است .

نکته ۱ : بعد از دوره نوزادی که دو هفته (نهایتا ۳۰ روز) طول می کشد ؛ کودک وارد دوره شیرخوارگی می شود که تا ۲ سالگی ادامه دارد .

نکته ۲ : علت طولانی شدن دوره کودکی ، پیچیدگی دستگاه عصبی انسان است که به دوره ای طولانی برای رشد نیاز دارد .

تواناییها و تجهیزات نوزاد :

به نظر می رسد که نوزاد برای سازگار شدن با محیط قابلیت های بسیاری دارد . او می تواند ببیند ، بشنود ، نسبت به بو و مزه واکنش نشان دهد و نسبت به درد ، لمس و تغییر جا از خود حساسیت هایی بروز دهد ؛ ولی او چگونگی استفاده مناسب تر از این تواناییها را بتدریج یاد می گیرد و در مقابله با مسائل توانا می شود .

نوزاد انسان در انجام کارهای ارادی ناتوان است و در ابتدای تولد ، بسیاری از کارهای او از راه بازتاب های ساده انجام می گیرد که بیشتر تصادفی است و هدفی ندارد .

نوزاد بازتاب های متعددی دارد . بعضی از آنها برای زنده ماندن حیاتی است و بعضی دیگر پیچیده اند . برای مثال ، نوزاد دو ساعت بعد از تولد می تواند نور را تعقیب کند مشروط برآنکه سرعت نور زیاد نباشد . نوزاد انگشت یا پستانکی را که در دهانش گذاشته می شود ، می مکد ؛ علاوه بر آن ، کودک توانایی باز و بسته کردن دهان ، گریه کردن ، خمیازه کشیدن و سرفه کردن را دارد و به صداهای بلند واکنش نشان می دهد .

نیازهای اساسی :

نوزاد با برخی احتیاجات مهم جسمی به دنیا می آید . جوابگویی به این نیازها و مراقبت از نوزاد برای حفظ تعادل بدن او ضروری است بسیاری از احتیاجات از جمله اکسیژن ، خواب و تنظیم دمای بدن به طور منظم و طبیعی تنظیم می شوند ، ولی بعضی دیگر مانند غذا ، احتیاج به مداخله مستقیم اطرافیان دارد .

۱- نیاز به اکسیژن :

جنین در دوره قبل از تولد ، داخل کیسه ای پر از مایع قرار گرفته است و اکسیژن لازم ، از راه بند ناف و از طریق اکسیژن خون مادر به او می رسد . **اولین فریاد های کودک ، همراه با تنفس کودک است ؛** در ابتدا تنفس ناقص است و بتدریج مرتب می شود . **سکسکه ، عطسه و سرفه** نوزاد باعث می شود که مقدار اکسیژن لازم به بدن او برسد .

نوزاد معمولاً در هفته های اول زندگی **در هر دقیقه سی تا چهل بار** نفس می کشد ، در حالیکه این مقدار در بزرگسالی تا هجده بار کاهش می یابد .

۲- خواب :

خواب از جمله نیازهای بسیار قوی در اولین روزهای زندگی است . حدود **بیست ساعت** از اوقات نوزاد در خواب می گذرد . هر مرحله از خواب نوزاد معمولاً بین سه تا چهار ساعت طول می کشد . به موازات رشد کودک زمان خواب او کاهش می یابد .

در حدود ۲۸ هفتگی ، بیشتر کودکان تمام شب را می خوابند و از آن به بعد تا حدود یک سالگی ، دو یا سه بار در روز می خوابند

۳- غذا و آب :

موجودی که تاکنون بوسیله جفت و از طریق بندناف تغذیه می شد و هیچگونه احساس گرسنگی نداشت ، اکنون باید با مکیدن ، خود را سیر کند . ابتدا عمل مکیدن و بلع کامل نیست ؛ دستگاه هاضمه نیز آمادگی چندانی ندارد .

عمل مکیدن علاوه بر تامین غذا و کسب لذت برای کودک ، موجب مرتب شدن و عمیق شدن تنفس می شود . نوزاد ابتدا هفت تا هشت بار در شبانه روز تغذیه می شود و این دفعات بتدریج کم می شود .

۴- اعمال دفعی و کنترل :

اعمال دفعی در اوایل کودکی **کاملاً غیرارادی** است ؛ زیرا هنوز تجهیزات عصبی ماهیچه ای برای کنترل ارادی آن رشد نکرده است . مطالعات نشان می دهد که کودک قبل از هجده ماهگی قادر به کنترل دفع نیست و فقط پس از این سن آموزش مفید واقع می شود .

پسرها در مقایسه با دخترها کمی دیرتر ، کنترل لازم را بدست می آورند .

رشد کودک در دو سال اول زندگی :

ابعاد مختلف رشد ، یعنی **رشد جسمی** ، **ذهنی** ، **اجتماعی** ، **عاطفی** و **اخلاقی** کودک از یکدیگر جدا نیستند و آنچه در یک زمینه از رشد اتفاق می افتد ، بر جنبه های دیگر نیز اثر می گذارد .

۱- رشد جسمی :

بدیهی است که اندازه ، قد و وزن در نوزادان مختلف فرق می کند ؛ نوزادانی که از مادران سالمتر و با تغذیه بهتر به دنیا می آیند ، از نظر قد و وزن نیز طبیعی ترند . کودکی که غذای کافی دریافت نکند ، رشد طبیعی نخواهد داشت و معمولاً ضعیفتر و کوچکتر از کودکی است که تغذیه کافی دارد .

حال به تغییراتی که در رشد جسمانی کودک اتفاق می افتد می پردازیم :

تغییرات در رشد جسمانی :

(الف) وزن : نوزاد طبیعی برای سازگار شدن با محیط ، در ده روز اول تا سیصد گرم وزن خود را از دست می دهد . کمبود وزن از هفته دوم جبران می شود و از زمانی که کودک بتواند به خوبی شیر بخورد و آن را هضم کند ، بر وزنش اضافه می شود . به طور متوسط هر هفته بین ۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم بر وزن کودک اضافه می شود تا اینکه در ۶ ماهگی وزنش به دو برابر وزن هنگام تولد می رسد .

(ب) قد : تغییرات قد نیز مانند وزن ، در یک سال اول زندگی قابل توجه است و در حدود بیش از ۲۰ سانتیمتر به اندازه قد اضافه می شود به طوری که قد کودک یکساله حدود ۷۰ تا ۷۶ سانتیمتر است و در پایان دو سالگی به ۸۰ تا ۸۵ سانتیمتر می رسد .

(ج) رشد دندانها : بعد از تولد نوزاد و مدتها قبل از اینکه دندانها نمایان شوند ، داندانها در درون لثه ها وجود دارد . نخستین دندان کودک حدود ۶ تا ۸ ماهگی بیرون می آید و بقیه پس از آن و بتدریج رشد می کنند . کودک در پایان سال دوم جمعا بیست دندان خواهد داشت .

۲- رشد مهارت‌های حرکتی :

نشستن ، خزیدن ، ایستادن و راه رفتن رشد طبیعی را به خوبی نشان می دهد . این تواناییها که در دو سال اول زندگی رشد می کنند ، حاصل رشد بافت های عصبی و عضلانی و شرایط کمک کننده محیطی است که با سیری منظم به طرف رسیدگی کامل حرکت می کنند .

با توجه به اینکه کودکان از نظر وراثت متفاوتند ، رشد و نمو آنان نیز آهنگ خاص خود را دارد ، ولی قواعد کلی و عمومی حاکم بر آنها یکی است .

حال به توضیح رشد مهارت های حرکتی در کودک می پردازیم :

رشد مهارت های حرکتی :

(الف) نشستن : حدود سه ماه طول می کشد تا عضلات گردن قوی شده ، کودک بتواند سر خود را راست نگه دارد . کودک به طور متوسط می تواند در پنج ماهگی با کمک دیگران به مدت یک دقیقه بنشیند . البته هیچگاه نباید کودک را مجبور به نشستن کرد ، مگر وقتی که ستون فقرات او طاقت نگهداری بدن را داشته باشد . کودک در حدود ۷ تا ۸ ماهگی می تواند بدون کمک دیگران و در ۹ ماهگی به تنهایی ده دقیقه یا حتی بیشتر بنشیند .

(ب) خزیدن : کودک در بین ماههای سوم و ششم زندگی با حرکات مقطعی ، سینه خیز می رود و در بین ماههای ۶ تا ۹ زندگی سینه را بلند کرده و چهار دست و پا راه می رود .

(ج) ایستادن و راه رفتن : کودک اولین بار در ۸ تا ۹ ماهگی می تواند با گرفتن صندلی ، میز و امثال اینها بایستد و در ۱۸ ماهگی کودک می تواند از پله بالا و پایین رود و اسباب بازیها را روی زمین بکشد . در دو سالگی توانایی دویدن حاصل می شود و در مهارت های حرکتی ، پیشرفت های چشمگیری حاصل می شود .