**علم نفس النمو**

**الصف الأول/ الفصل الدراسي الأول**

4 - الغذاء وعلاقته بالنمو

يلعب الغذاء دورا مهما في عملية النمو .  
تؤدي عملية التغذية إلى تغيرات كيميائية تحدث داخل الجسم ينتج عنها تكوين بنية الجسم ، وتجديد أنسجة الجسم المستهلكة.  
تحدث عمليات الهدم والبناء في الجسم ، وقد تزيد عمليات الهدم عن البناء بسبب نقص التغذية أو المرض مما يؤثر في النمو .  
يحتاج الجسم إلى الغذاء المتوازن المتكامل الشامل للعناصر الغذائية ) أملاح – بروتين – دهون – سكريات – نشويات – الماء ...(

5 - النضج والتعلم  
النضج : هو تغيرات نمائية يمكن ملاحظتها ..   
النضج هو ..   
" التغير المفاجئ لمظاهر سلوكية تظهر عند أفراد النوع الواحد دون أثر للتدريب والمران "  
مثال : نضج الجهاز العصبي و التشريحي للطفل الذي يمكنه من المشي أو الكلام أو الكتابة و القراءة ..  
  
- أنواع النضج

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

ب- النضج العقلي  
درجة نمو الوظائف العقلية كالتفكير، الانتباه التي تمكن الفرد من التعلم وحل المشكلات ..  
ج- النضج الاجتماعي  
وصول الفرد إلى درجة من النمو تمكنه من التفاعل الاجتماعي مع أفراد البيئة التي يعيش فيه..

د- النضج الانفعالي  
وصولالفرد إلى درجة من النمو تمكنه من التحكم في انفعالاته ..

- الفروق بين النضج والتعلم

التعلم:

يحدث بسب بقيام الفرد بنشاط .

عملية إرادية و وجود دافع .

يؤدي إلى ظهور أنماط خاصة من السلوك .

يرجع السبب في التعلم إلى الظروف البيئية .

النضج:

لا يشترط قيام الفرد بنشاط .

يحدث دون إرادة الإنسان .

يؤدي إلى ظهور أنماط عامة من السلوك .

يرجع السبب في النضج إلى عامل الوراثة .

العوامل الثانوية المؤثرة على النمو : -

بحثنا في صدر هذا المنهج أهم العوامل المؤثرة في النمو بمظاهره الجسمية والنفسية والاجتماعية ولخصناها في الوراثة والبيئة ، والهرمونات وسنحاول الآن أن نبحث العوامل الثانوية التي تؤثر في هذا النمو وهى : المرض والحوادث التي تصيب الحامل أو الطفل ، والانفعالات الحادة التي تؤثر تأثيراً ضاراً على النمو ، والولادة المبتسرة أو الولادة قبل الأوان ، والهواء النقي وأشعة الشمس .

1- المرض والحوادث:

تؤثر بعض الأمراض التي تصاب بها الأم أثنائها حملها على نمو الطفل . وقد دلت أبحاث L.W.Sontag على أن إصابة الأم بالملا ريا ، قد يؤثر على الأذن الداخلية للجنين فيصاب الطفل بصمم كلى أو بصمم جزئي ، ويؤثر هذا الصمم بدوره على النمو اللغوي فيعطله أو يعوقه .

هذا ، وقد تؤثر بعض الأمراض البدنية على النمو الانفعالي والاجتماعي ، فالطفل المصاب بالهيمو فيليا Hemophila إذا نزف دمه فإنه لا يتجمد بل يظل يسيل حتى تخور قواه ويشرف على الهلاك ، فهو لذلك يخشى دائماً على حياته فيعيش قلقاً مضطرباً . ويبعد دائماً عن رفقائه حتى لا يصاب بأي جرح ما ، وهو يلعب معهم ، وبذلك تضييق دائرة تفاعله الاجتماعي ، ويتأخر نضجه .

2-الانفعالات الحادة

يتأثر نمو الطفل بالانفعالات الحادة. ولقد دلت أبحاث ويدوسنE.M.widowson التي أجراها على الأطفال الذين يعيشون في ملاجئ اليتامى بألمانيا والذين تمتد أعمارهم من 4 إلى 14 سنة ، على أن الانفعالات القوية الحادة تؤخر سرعة نمو هؤلاء الأطفال تأخيراً واضحا

3- الولادة المبتسرة:

يولد بعض الأطفال ولادة مبتسرة ، أي أنهم يولدون قبل أن تكتمل المدة الطبيعية للحمل . ولهذا تتأثر حياتهم وصحتهم وسرعة نموهم مدة حملهم . ولقد دلت أبحاث ستيزM.SteinerوبونرامثW.Poneramce على أن نسبة الوفيات بين الأطفال الرضع تتناسب عكسياً ومدة الحمل . فكلما نقصت هذه المدة زادت نسبة الوفيات ، وكلما زادت هذه المدة نقصت نسبت الوفيات . هذا وتتأثر الحواس عامة بهذه الولادة المبتسرة وخاصة حاسة البصر .

5- الهواء النقي وأشعة الشمس :

يتأثر النمو بدرجة نقاوة الهواء الذي يتنفسه الطفل فأطفال الريف ينمون أسرع من أطفال المدن المزدحمة بالسكان. ولأشعة الشمس أثرها الفعال في سرعة النمو وخاصة الأشعة فوق البنفسجية