

بنام خدا

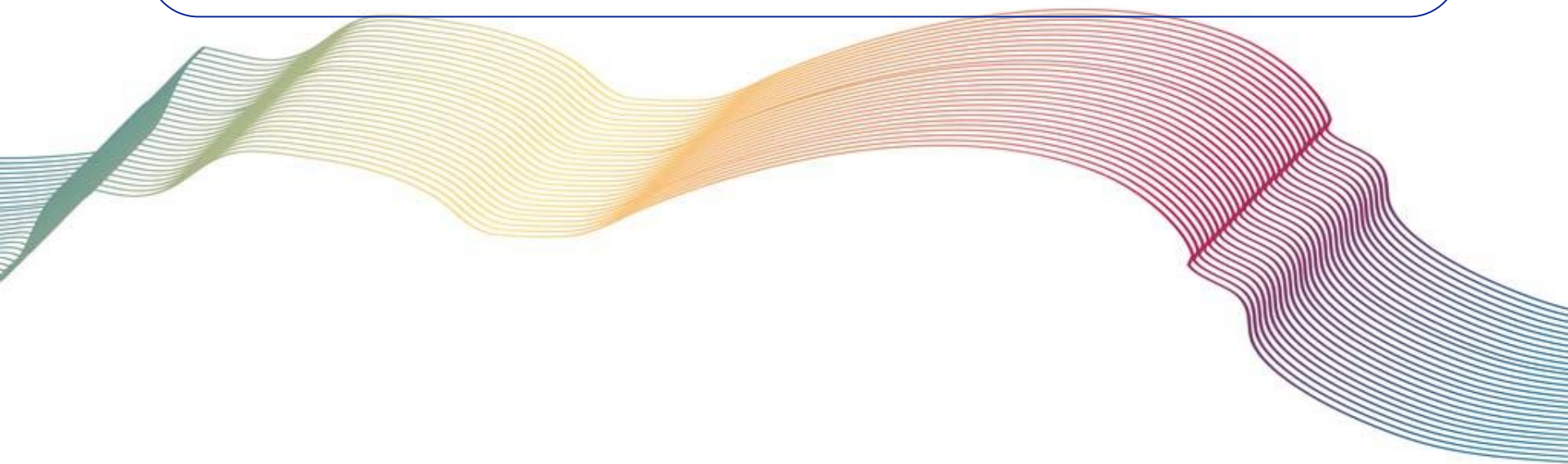
نام درس: روانشناسی تحولی پیشرفته (فصل ۶)

سجاد زمانی

نظریه اریکسون درباره رشد نوباوگان و کودکان نوپا

فروید:

منشاء سلامت و ناسازگاری روانشناختی را میتوان در رابطه کودک و والدین جستجو کرد.



خلاصه‌ای از مراحل رشد روانی اجتماعی و شایستگی هر مرحله

آسیب اساسی	نیروی بنیادین	رویداد مهم	تعارض	سن
کناره‌گیری	امید	تغذیه و غذا خوردن	اعتماد در برابر بی‌اعتمادی	نوزادی (تولد تا ۱۸ ماهگی)
وسواس	اراده	آموزش توالت	استقلال در برابر شرم و تردید	اوایل کودکی (۲ تا ۳ سالگی)
بازداری	هدف	اکتشاف	ابتکار در برابر احساس گناه	پیش‌دبستانی (۳ تا ۵ سالگی)
رکود	شایستگی	مدرسه	سازندگی در برابر حقارت	سنین مدرسه (۶ تا ۱۱ سالگی)
انکار نقش	تعهد	روابط اجتماعی	هویت در برابر سردرگمی	نوجوانی (۱۲ تا ۱۸ سالگی)
تک بودن	عشق	روابط صمیمانه	صمیمیت در برابر انزوا	جوانی (۱۹ تا ۴۰ سالگی)
طردگرایی	مراقبت	کار و والدگری	زاینده‌گی در برابر رکود	میانسالی (۴۰ تا ۶۵ سالگی)
خواری	خردمندی	تأمل درباره زندگی	انسجام در برابر ناامیدی	سالمندی (۶۵ تا مرگ)

مراحل رشد اریکسون:

۱- اعتماد در برابر بی اعتمادی بنیادی

بر طبق نظریه اریکسون، سلامت کودک در دوران نوباوگی به کیفیت پرستاری و نه به مقدار غذا و تحریک دهانی بستگی دارد.

نوازش کودک، برطرف کردن ناراحتی کودک، صبورانه منتظر ماندن تا کودک شیر بخورد و...

۲- خودمختاری در برابر شرم و تردید

اگر پدر و مادر اجازه ی کم و بیش خود مختاری را به کودک بدهند و بدون محافظت افراطی از او حمایت کنند، بچه نوپا اعتماد به نفس پیدا کرده و احساس می کند که می تواند خود و دنیای خود را کنترل نماید.

" نه خودم انجام میدهم "



- کودکان در این مرحله برای اولین بار می توانند درجاتی از تصمیم گیری و نیروی اراده خودمختاری را تجربه کنند.
- بحران اساسی والدین: آموزش توالت
- نیروی بنیادی که از خودمختاری بوجود می آید، اراده است.
- از دیدگاه اریکسون اراده، عزم شکسته نشده برای تمرین آزادی انتخاب و خودمهارگری است.

چگونه این مرحله به شکل مطلوب حل می شود؟

۱- والدین در برابر شکست های کودک در زمینه توالت رفتن، جمع کردن اسباب بازی و ریختن غذا از او انتقاد نمی کنند. (والدین امن)

۲- تفاهم و عدم پافشاری در مقابل استقلال خواهی کودک

۳- همدلی و صبر کردن برای اتمام بازی و غذا خوردن

اگر این مرحله بخوبی حل نشود...

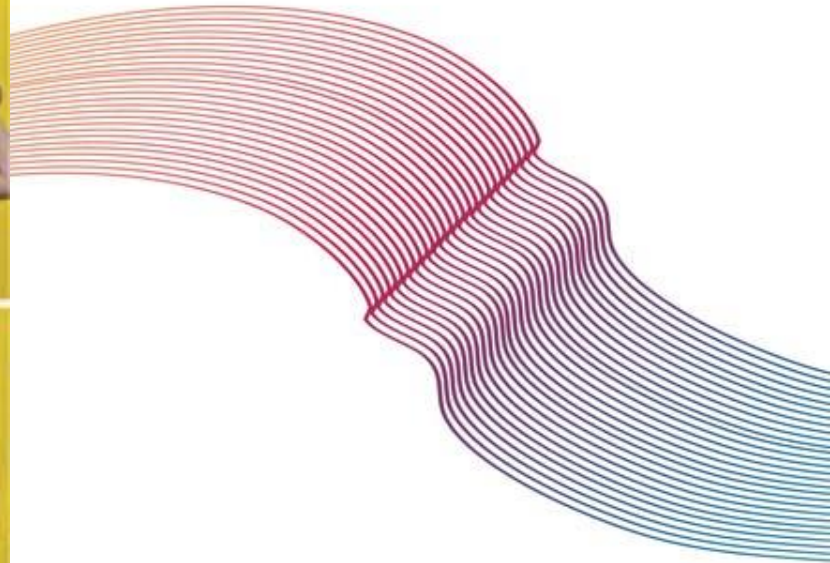
اگر کودک چند سال ابتدایی را بدون اعتماد کافی به مراقبت کنندگان و بدون احساس فردیت کافی سپری کند، زمینه برای مشکلات ناسازگاری آماده می شود.

عدم روابط صمیمانه با دیگران

تردید در رویارویی با چالش های جدید

رشد هیجانی

۴ هیجان اصلی شامل شادی، خشم، غم و ترس است.



رشد هیجانی

۱- شادی:

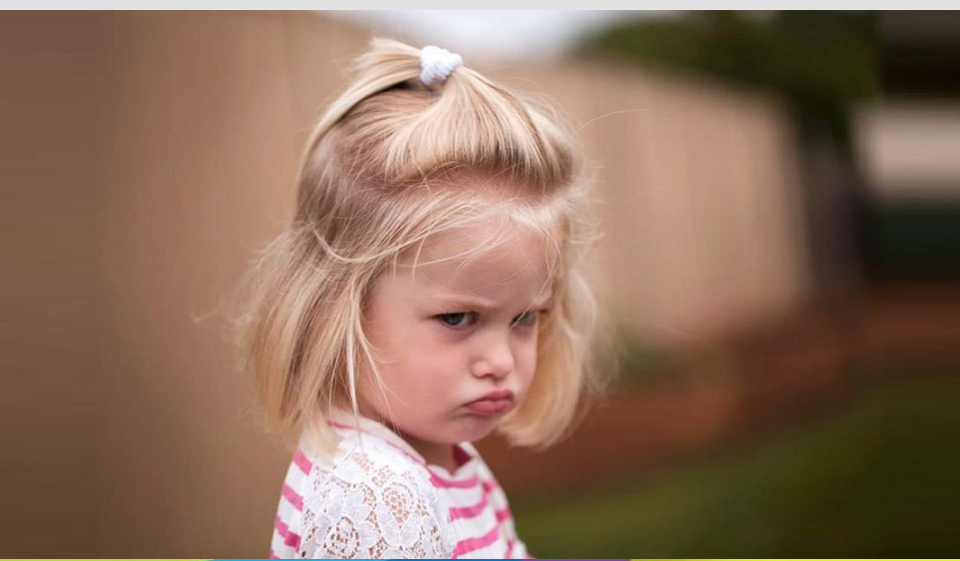
شاید ابتدا بصورت لبخندهای با نشاط و بعد از طریق خنده های پرشور به چند جنبه از رشد کمک می کند:

وقتی نوباوگان مهارت های جدیدی کسب می کنند، لبخند می زنند و می خندند و از این طریق نشان می دهند که از مهارت حرکتی و شناختی خوشحال هستند.

شادی

در چند هفته اول وقتی نوزادان سیر هستند، در طول خواب REM و در واکنش به تماس ها و صداهای ملایم و نوازش های مادر لبخند می زنند. این اتفاق لبخند اجتماعی را برانگیخته می کند.

بچه ها در ۱۰ تا ۱۲ ماهگی مانند بزرگسالان چندین لبخند دارند به با توجه به موقعیت تغییر می کند.



غم و خشم

بین ۴ تا ۶ ماهگی سال دوم شدت خشم در برابر
گرسنگی، تحریک زیاد و... افزایش میابد.

چرا واکنش های خشم با بالا رفتن سن افزایش می یابند؟

- کودک قادر به رفتارهای عمدی می شود
- استقامت و لجبازی برای بدست آوردن چیزهای مطلوب
- توانایی حرکتی تازه و توانایی دفاع از خود

ترس

- کودک ترس را از ۶ ماهگی تجربه می کند.
- شایع ترین ترس، از بزرگسالان غریبه است. (اضطراب غریبه)

ترس از غریبه ها در کودکان



آیا ترس در همه کودکان یکسان است؟

۱- خلق و خوی کودک

۲- تجربیات گذشته با غریبه ها

بزرگسالانی که بدون مقدمه کودک را در آغوش می گیرند، باعث ترس بیشتر آنها می شوند.



افسردگی مادر و رشد کودک

- در حدود ۱۰ درصد از زنان افسردگی پس از زایمان شدید است. این مشکل با تغییرات هورمونی و پرستاری از بچه سازگاری ندارد و تا ماهها و حتی سالها به کناره گیری مادر از فعالیت های روزمره و ارتباطی می انجامد.

- عدم خواب کافی نوزاد

- توجه کمتر به اطراف

- سطح بالای هومون کورتیزول



افسردگی پدر


- بیش فعالی، سرپیچی و پرخاشگری در پسرها

- مداخله:

- حل مشکلات زناشویی

- درمان دارویی

- رابطه گرم با والد دیگر

A photograph of a man with brown hair, wearing a tan sweater, sitting at a table. He has his hand to his forehead, looking down with a stressed or sad expression. In front of him is a baby sitting in a yellow high chair, looking towards the camera. The background is a bright, indoor setting, possibly a kitchen or dining area, with a window and some plants visible.

افسردگی پدر

درک هیجانات دیگران و پاسخ به آنها

- در ۳ تا ۴ ماهگی نوباوگان می توانند هیجان موجود در صدا را با چهره مناسب فرد تطبیق دهند و با لبخند انتظار دارند که والدین با مهربانی پاسخ دهند.
- از ۵ ماهگی به بعد جلوه های صورت دیگران را به شکل سازمان یافته درک می کنند.
- در ۸ تا ۱۰ ماهگی به ارجاع اجتماعی می پردازند. بدین معنی که از فرد قابل اعتماد در موقعیت های نامطمئن، اطلاعات هیجانی می خواهند.

پیدایش هیجان‌ات خود آگاه

انسان‌ها غیر از هیجان‌ات اصلی، از یکسری احساسات سطح بالا مانند احساس گناه، شرم، خجالت، حسادت، غرور و... برخوردارند که به آنها هیجان‌ات خود آگاه گفته می‌شود.

هیجان‌ات خود آگاه از سال دوم مشاهده می‌شوند. این واکنش‌ها با پایین انداختن چشم‌ها، آویزان کردن دست‌ها و پنهان کردن صورت با دست‌ها نشان داده می‌شود.

آموزش در فرهنگ های فردگرا و جمع گرا



آغاز خود تنظیمی هیجانی

خود تنظیمی هیجانی به راهبردهایی اشاره دارد که برای تنظیم هیجان خود برای رسیدن به اهداف از آن استفاده می کنیم/

زمانی که از خشم خود در ارتباط با دیگران جلوگیری می کنیم

زمانی که یادآور می شویم روزهای سخت به زودی خاتمه میابد

ساختار خلق و خو

کودک راحت:

در ۴۰ درصد کودکان به سرعت با برنامه های روزمره (خوابیدن و تغذیه) خو می گیرند و با تجربیات جدید سازگار است.

کودک دشوار:

برنامه های روزمره نامنظم دارد، تجربیات تازه را به کندی قبول می کند و واکنش منفی نشان میدهد. (۱۰ درصد)

کودک کندجوش

نافعال است و به محرک های محیطی واکنش های ملایم نشان میدهد. خلق منفی دارد سازگاری پایین (۱۵ درصد)

۳۵ درصد از کودکان هم در هیچ یک از این طبقات قرار ندارند و
خصوصیات منحصر به فرد خود را دارند/

کودکان کندجوش اگرچه در سالهای ابتدایی مشکلات کمتری
نسبه به کودکان دشوار دارند اما در سالهای دبستان ترس های
شدید و رفتارهای کند را نشان دهند.

همبستگی های عصبی – زیستی کمرویی

در کودکان کمرو محرک های تازه، بادامه و اتصالات آنرا به قشر پیش پیشانی و دستگاه سمپاتیک که بدن را هنگام روبرو شدن با تهدیدات آماده میسازد، به راحتی برانگیخته می کند.

ضربان قلب نیز بالاتر است و میزان کورتیزول بیشتر است. گشادی مردمک چشم و فشار خون و دمای سطح پوست هم افزایش میابد.

اما در بچه های معاشرتی، کمترین میزان برانگیختگی را ایجاد می کند.



دلبستگی پیوند عاطفی عمیقی است که با افراد
خاص در زندگی خود داریم که باعث می شود از
تعامل با آنها لذت ببریم.

نظریه کردار شناختی بولبی

۱- مرحله پیش دلبستگی

از تولد تا ۶ هفتگی (علائم فطری مانند چنگ زدن، لبخند و گریه کردن و خیره شدن به چشم دیگران)



➤ ۲- مرحله دلبستگی در حال تشکیل

این مرحله از ۶ هفتگی تا ۸ ماهگی است. در این مرحله به والدین خود بیشتر از غریبه ها پاسخ می دهند.

۳- مرحله دلبستگی واضح

۸ الی ۱۸ ماهگی

بچه ها اضطراب جدایی نشان میدهند و از مراقبت کننده آشنا بعنوان تکیه گاه استفاده می کنند.

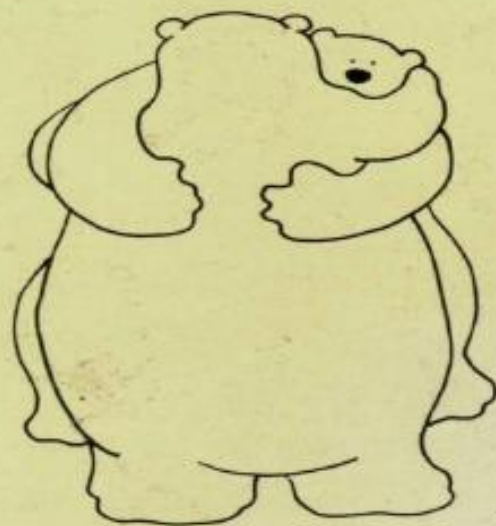
۴- تشکیل رابطه متقابل

پس از ۲ سالگی اعتراض به جدایی کمتر می شود و کودک نبود والدین را بهتر درک می کند.

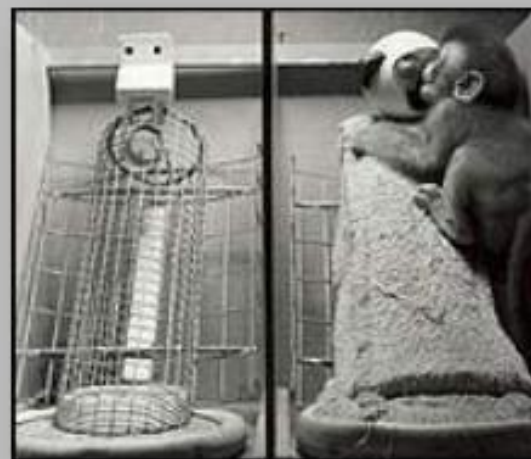
او می تواند رفت و آمد والدین را پیش بینی کند و اضطراب کمتری را تحمل کند.

THE HUG THERAPY

- خبری از سرزنش و آسیب نیست.
- احساست را درک می‌کنم.
- به عقیده ات احترام می‌گذارم. تو انسان خاصی هستی.
- وجودت برای من ارزشمند است نه کاری که می‌کنی.



Drawings by Mimi Noland



اندازه گیری ایمنی دلبستگی

دلبستگی ایمن

حدود ۶۰ درصد از نوباوگان از وابد خود بعنوان تکیه گاه ایمن استفاده می کنند. اگر والد از او دور شود گریه می کنند و بدنبال تماس با او هستند.

دلبستگی دوری جو

نسبت به والد، وقتی حضور دارد بی اعتنا هستند و وقتی او را ترک می کنند ناراحت نمی شوند به فرد غریبه شبیه والد خود واکنش نشان می دهند.

آنها از پیوستن مجدد به والد استقبال نمی کنند و این کار را به کندی انجام می دهند. (۱۵ درصد)

۳- دل‌بستگی مقاوم

این نوباوگان قبل از جدایی به دنبال نزدیکی به والد خود هستند و از دوری ناراحت می‌شوند و پس از برگشت آنها را عصبانیت به او می‌چسبند و با هل دادن و کتک زدن واکنش نشان می‌دهند.
(۱۰ درصد)

۴- دل‌بستگی سردرگم

این حالت بیشتر ناایمنی را نشان می‌دهد. این بچه‌ها هنگام پیوستن مجدد به والد رفتاری متضاد نشان می‌دهند. در حالی که آنها را بغل کرده‌اند، روی برگردانده و با افسردگی نگاه کنند.
(۱۵ درصد)

خود آگاهی

▶ در ۲ سالگی کودک تصویری از خود می بینند و میتواند با آینه ارتباط برقرار کند و دست و پای خود را تشخیص دهد و در عکس ها خود را می شناسد.

▶ تشخیص خود:

▶ تشخیص دادن خود بعنوان موجودی که از لحاظ جسمانی منحصر به فرد است.

خویشنداری

کودک در بازه سنی ۲ تا ۲.۵ سال کنترل بر تکانه ها و مدیریت رفتارهای منفی آشکار است. همچنین همراهی با دستورات والدین و قوانین خانواده از نشانه های خویشنداری در این سن است.



تولد تا ۶ ماهگی

جسمانی

- قد و وزن به سرعت افزایش می‌یابند.
- بازتاب‌ها کاهش می‌یابند
- مزه‌های اصلی را تشخیص می‌دهد؛ غذاهایی را که مزه شیرین دارند، ترجیح می‌دهد.
- پاسخ‌ها می‌توانند به صورت کلاسیک و کنشگر، شرطی شوند.
- به محرک‌هایی که تغییر نمی‌کنند خو می‌گیرد.
- خواب بر طبق برنامه روز - شب تنظیم می‌شود.
- سر را بالا نگه می‌دارد، می‌غلتد، و به اشیا دسترسی پیدا می‌کند.
- محرک‌های شنیداری و دیداری را به صورت منظم درک می‌کند.
- حالت صورت انسان را تشخیص و ترجیح می‌دهد؛ ویژگی‌های صورت مادر را تشخیص می‌دهد.
- بر تعدادی از روابط چندوجهی تسلط می‌یابد (دیداری، شنیداری و لامسه‌ای).

شناختی

- به تقلید فوری و معوق از جلوه‌های صورت بزرگسالان می‌پردازد.
- رفتارهای تصادفی را که به نتایج جالبی منجر می‌شوند تکرار می‌کند.
- از چند ویژگی مادی (از جمله پایداری شیء) و دانش عددی ابتدایی مقداری آگاهی دارد.
- حافظه بازنمایی برای رویدادهای دیداری بهبود می‌یابد.
- توجه، کارآمدتر و انعطاف‌پذیر می‌شود.
- براساس ویژگی‌های مشابه اشیا، طبقه‌بندی‌های ادراکی تشکیل می‌دهد.

زبان

- ابتدا زمزمه و بعد غان و غون می‌کند.
- با مراقبت‌کننده‌ای که اشیا و رویدادها را نام می‌برد، توجه مشترک برقرار می‌کند.

جسمانی

- به برنامه خواب - بیداری شبیه بزرگسال دست می‌یابد.
- بدون کمک می‌نشیند، سینه‌خیز و راه می‌رود.
- دسترسی و چنگ زدن از نظر انعطاف‌پذیری و دقت بهبود می‌یابند؛ چنگ زدن گازانبوری اصلاح‌شده نشان می‌دهد.
- ادراک چندوجهی همچنان در حال بهبود است.

شناختی

- به رفتار عمدی یا هدفمند می‌پردازد.
- شیء پنهان‌شده در یک مکان را پیدا می‌کند.
- حافظه یادآوری بهبود می‌یابد که با تقلید معوق از اعمال بزرگسالان با اشیاء، نشان داده می‌شود.
- مسایل ساده را از راه قیاس با مسئله قبلی حل می‌کند.
- اشیاء را بر مبنای یک رشته ویژگی‌های ظریف طبقه‌بندی می‌کند، حتی زمانی که تضاد ادراکی بین طبقات، جزئی باشد.

زبان

- غان و غون کردن گسترش می‌یابد و تعدادی از صداهای زبان گفتاری و الگوهای جامعه زبانی کودک را شامل می‌شود.
- توجه مشترک با مراقبت‌کننده دقیق‌تر می‌شود.
- در بازی‌هایی مانند دالی‌موشه، نوبت را رعایت می‌کند.
- معنی برخی کلمات را درک می‌کند.
- از حرکات ایما و اشاره پیش‌کلامی (مثل اشاره کردن) برای تأثیر گذاشتن بر رفتار دیگران استفاده می‌کند.

جسمانی

- قد و وزن به سرعت افزایش می‌یابند، اما نه به اندازه سال اول.
- راه رفتن هماهنگ‌تر می‌شود.
- اشیای کوچک را با هماهنگی بهتر دستکاری می‌کند.

شناختی

- ویژگی‌های اشیای را با تأثیر گذاشتن بر آنها به شیوه‌های تازه، بررسی می‌کند.
- چندین مکان را برای یافتن شیء پنهان جستجو می‌کند.
- از اعمال بزرگسالان با اشیای با تأخیرهای طولانی‌تر و در موقعیت متفاوت، تقلید معوق می‌کند - برای مثال، از مهدکودک به خانه.
- توجه مستمر بهبود می‌یابد.
- حافظه یادآوری بهبود بیشتری می‌یابد.
- اشیای را در طبقات دسته‌بندی می‌کند.
- می‌فهمد که تصاویر می‌توانند نماد اشیای واقعی باشند.

زبان

- به‌طور پیوسته به واژگان خود می‌افزاید.
- در پایان این دوره، ۵۰ کلمه تولید می‌کند.

هیجانی / اجتماعی

- به بازی با بزرگسالان آشنا و همشیرها می‌پیوندد.
- می‌فهمد که واکنش‌های هیجانی دیگران ممکن است با واکنش‌های هیجانی خودش تفاوت داشته باشند.

جسمانی

- بالا و پایین می‌پرد، روی نوک پنجه راه می‌رود، و می‌دود.
- اشیای کوچک را با هماهنگی بهتری دستکاری می‌کند.

شناختی

- مسایل ساده را از طریق بازنمایی ذهنی به صورت ناگهانی حل می‌کند.
- شیء پنهانی را در حالی که از نظر دور شده است، پیدا می‌کند.
- با استفاده از اعمال ساده‌ای که در زندگی روزمره تجربه شده‌اند، به بازی وانمود کردن می‌پردازد.
- به تقلید از اعمال بزرگسالی که سعی دارد آن را تولید کند می‌پردازد، حتی در صورتی که آن را کاملاً درک نکرده باشد.
- اشیای را از لحاظ مفهومی، بر مبنای ویژگی مشترک کارکرد، طبقه‌بندی می‌کند.

زبان

- ۲۰۰ تا ۲۵۰ کلمه را تولید می‌کند.
- دو کلمه را ترکیب می‌کند.

هیجانی / اجتماعی

- هیجانان خودآگاه (شرم، خجالت، گناه، حسادت، و غرور) پدیدار می‌شوند.
- واژگانی را برای صحبت کردن درباره احساسات فرا می‌گیرد.
- استفاده از زبان را برای کمک به تنظیم هیجان آغاز می‌کند.
- غیبت‌های مراقبت‌کننده را راحت‌تر تحمل می‌کند؛ اضطراب جدایی کاهش می‌یابد.
- تصویر خود را تشخیص می‌دهد و در پایان این دوره، از اسم خودش یا ضمیر شخصی برای اشاره به خود استفاده می‌کند.
- به ندرت خطاهای مقیاس می‌کند.
- علایم همدلی نشان می‌دهد.
- خود و دیگران را بر مبنای سن، جنسیت، ویژگی‌های جسمانی، و خوبی و بدی طبقه‌بندی می‌کند.
- ترجیحات اسباب‌بازی کلیشه‌سازی شده براساس جنسیت نشان می‌دهد.
- خویشتنداری که با تأخیر در ارضا نشان داده می‌شود، پدیدار می‌گردد.



باتشکر از توجه شما