الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليـم العـالـي والبحـث العلمـــي
MINISTERE DE L'ENSEIGEMENT SUPERIEUR ET DE RECHERCHE SCIENTIFIQUE
جـامعـة زيـان عـاشـور- الجلفـة
UNIVERSITE ZIANE ACHOUR-DJELFA-
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضي
INSTITUT DES SCIENCES ET TECHNOLOGIE DES ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES
قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

محاضرات علم النفس النمو

الوحدة : أفقية

مستوى :ثانية ليسانس

مدة :ساعة ونصف

الدكتور :نايل كسال عزيز

السنة الجامعية : 2025-2024

فهرس المحتويات

*ماهية النفس
1- نبذة تاريخية على تطور علم النفس
2- مفهوم علم النفس النمو
* تعريف النمو
3- جوانب النمو
4- أهمية علم النفس النمو
*أهمية التربوية
*أهمية علاجية
*أهمية علمية
*أهمية اجتماعية
5- العوامل المؤثرة في عملية النمو
5-1- الوراثة والبيئة في عملية النمو
5-2- الغـــــــــــدد
5-3- الغذاء: Diet
5-4- النضج والتعلم
5-5- البيئة الاجتماعية
5-6- أعمار الوالدين
6- النظريات المفسرة للنمو
6-1- نظرية التحليل النفسي سيجموند فرويد" siqmand freud"
6-2- نظرية اريكسون في النمو النفسي الاجتماعي
7- المراهقة
7-1- مفهوم المراهقة

7-2- تعريف المراهقة

7-3- بعض التعاريف المختلفة للمراهقة

8- تحديد مراحل المراهقة

9- خصائص النمو في مرحلة المراهقة

10- حاجات المراهق

11- أشكال من المراهقة

12- أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين

13- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين

المحاضرة الأولى: ماهية علم النفس

***ماهية النفس:**

دراسة النفس موضوع لا يزال حديثاً وهو في الأصل قديم لا يمكن تحديد بدايته، والواضح أنه لا تكاد فلسفة قديمة كانت أو حديثة مثالية أو واقعية إلا وتطرقت إلى دراستها، كل من منظوره ووجهة نظره.

فالفكر اليوناني من القرن الخامس عشر قبل الميلاد أخذ ينسب المواقف النفسية إلى شيء غير محسوس أطلقوا عليه مصطلح النفس أو الروح Soul أو العقل Mid، وتناولها أفلاطون 427-347.ق.م بأنها الشق الثاني وفصل بين النفس والجسد، فالأول من طبيعة روحية والثاني شيء مادي ملموس، وأسقط عليها في الصفات اللامادية الطهارة والمثل ، أما أرسطو aristotle (384-328) ق.م فنظر إليها فقد خالف أستاذه أفلاطون وقال بأنهما كلاً واحد أو قال بأن الجسد من غير النفس يعتريه

النقص ولا يكون موجوداً بالفعل إلا بوجود النفس، فالنفس وظيفة الجسد بها يحيا ويحس ويدرك، واعتبرها كمال أول لجسم طبيعي وتترقي هذه النفس بترقي وظائفها الحيوية، وعليه قد جعل للنبات نفساً وللحيوان نفساً، أما النفس في الفكر الإنساني أخذت حيّزاً كبيراً وتحدث عنها الكلام الرباني في صور متعددة في كثير من الآيات والسور وتحدث عن حالاتها فوصفها بمعنى الروح.

في قوله: " يا أيتها النفس المطمئنة ارجعي الى ربك راضية مرضية... " آية 28 سورة الفجر، وكررها في سورة آل عمران يقول الله تعالى : " كل نفس ذائقة الموت " 185.

إلا أن النفس الواحدة تطلق على الروح دون البدن، وتتعدى أوصافها فتكون نفساً مطمئنة، كما جاء في قوله تعالى : " يا أيتها النفس المطمئنة ارجعي إلى ربك راضية مرضية " الآية 28 الفجر .

و قوله تعالى :" ومن الناس من يشري نفسه ابتغاء مرضاة الله " 207 سورة البقرة.

ثم وُصفت بالنفس اللوامة، حيث قال تعالى :" لا اقسم بيوم القيامة ولا اقسم بالنفس اللوامة " الآية: 2 القيامة.

النفس الأمارة وهي التي اتبعت شهواتها وملذاتها " إن النفس لأمارة بالسوء الا مارحم ربك " الاية: 53 يوسف ، فأحيانا تدفع إلى القتل،" فطوعت له نفسه قتل أخيه "الاية: 30 المائدة

وأحيانا تندفع إلى شهوات الفرج " وراودته التي .... عن نفسه وغلقت الأبواب "الاية: 23 يوسف وأحيانا تتصف بصفة البخل :" ومن يبخل فإنما يبخل عن نفسه "الاية: 38 محمد ،وتعدد صفاتها في الخطاب الرباني حسب سلوكاتها واتجاهاتها.

أما الفلاسفة المسلمون فقد رأوا في النفس وجهاً مشابهاً للإغريق، فالفرابي أيّد أرسطو في النفس وخالفه في كون البدن جزءاً من النفس ، وفي هذا يقول :" الروح التي للإنسان هو جوهر من عالم الأمر الذي يتشكل بصورة ولا يتخلق بخلقة ، وهذا ما ذهب إليه ابن سينا في حديثه عن النفس وفي قواها الناطقة والعاملة والعالمة، حين أكد على روحانية النفس ومخالفتها للبدن في الماهية، ولم يخرج الغزالي عن تعريف ابن سينا وحذا حذوه حتى في ألفاظه ومصطلحاته التي استخدمها في تفصيل النفس وتعريفها.

وقد بقيت الطريقة الإغريقية سائدة في الفكر الأوربي في القرون الوسطى إلا أن ظهر رواد في تاريخ علم النفس، تأثروا في مباحثهم النفسية بالعلوم الطبيعية وأخذوا يبدعون في أبحاثهم النفسية والفلسفية في بدايات النصف الثاني من القرن التاسع عشر وخلال مائة سنة تعددت وتنوعت النظرة إلى النفس في مجال هذا العلم الوليد، ففي عام 1879 أسس " وويلهلهم فوندت " أول مختبر نفسي في أوربا، من أجل استبدال بحوثهم الكيفية الى طريقة كمية وانتشرت بعدها في ألمانيا والولايات المتحدة الأمريكية ، وأول من عمد إلى تأسيس علم النفس الكمي هو " هربارت " حين زعم أن ظواهر الحياة الداخلية خاضعة لقوانين النفس كخضوع ظواهر السماء لقوانين الفلك.

وفي عام 1896 اعتبر "وليام جيمس" w.james أن النفس هي الحياة العقلية mental life للإنسان بظواهرها وشروطها .

وفي عام 1893 وصفها " ولهلم فونت ..... wilhelm wundt " بأنها الخبرة الداخلية للفرد – internal experience – المكونة من الأحاسيس والمشاعر والأفكار والإرادة .

وفي عام 1910 وصفها جيمس أنجل –james angell – بأنها الحالات الشعورية. Consciouness أما واطسون watson في عام 1919 نظر إليها كمرادف للسلوك الإنساني .

وانفرد سيجموند فرويد freud بالاهتمام بالجانب اللاشعوري للنفس.

وفي عام 1951 أضاف نومان norman السلوك الداخلي لتصبح النفس تشمل السلوكين الخارجي الملاحظ، والداخلي المتمثل في العمليات المعرفية الفيسيولوجية .

ويظهر علم النفس المعرفي فيرى ماير– 1981– أن النفس مرادفة لكل من السلوك والعمليات المعرفية والانفعالية المسؤولة عن إحداث هذا السلوك .

أما من الناحية التجريبية فقد وضع سيمون –1905 – سلّماً متريا لقياس الذكاء وقد زاد عنه الأمريكيون تحسينات وطبقوه على الجيش خلال الحرب العالمية الأولى، وكان أول من أسس مختبر نفسي في فرنسا "يونيس" في جامعة السربون وكان لـ (ألفرد بينيه) الفضل في الجمع بين طريقة المخابر التجريبية والتأمل الباطني، وسميت بطريقة التأمل

الباطني التجريبي، وهي تقوم على اهتمام الباحث النفسي بوصف الشخص بحالته النفسية أكثر من اهتمامه بردة فعله.

ثم انتقل إلى دراسة الأحوال النفسية للراشد ثم الطفل والأجناس البشرية ثم المراحل العمرية للطفل، وصفاتها ومن بينهم:" .ستاتلي هال.و بياجيه." ثم انتقلوا إلى نفس الفرد والبنية الاجتماعية، وقد انتهى الأمر إلى تأسيس فرع سيكولوجيا الأقوام بألمانيا، وكان للفيلسوف الفرنسي "ليفي برول" مباحث هامة في سيكولوجيا الجماعات.

1-نبذة تاريخية على تطور علم النفس:

تعريف علم النفس : إرتبط علم النفس لمدة طويلة بالفلسفة ثم استقل عنها، وكان للفيلسوف " ولف wolff" دور في ذلك حين نشر كتابيه 1732-1734 في علم النفس الأول: بعنوان السيكولوجية التجريبية والثاني السيكولوجية العقلية، واستمر البحث في علم النفس، وظهرت اتجاهات حديثة ومدارس مختلفة تسعى لفهم هذا العلم .

- إذن علم النفس بالمفهوم العلمي هو فهم سلوك الإنسان

- وقد عرفه الدكتور عبد العز بوجادوفي كتابه: (علم النفس وكيف يمكن أن يساعدك) بأنه دراسة العقل ومحاولة جادة للانطلاق إلى ما وراء الإنسان الطبيعي" physical " ولتفهم أشياء كالأفكار والرغبات والدوافع والحوافز والمشاعر والأحاسيس .

وهو علم يدرس سلوك الإنسان وتفاعله مع بيئته تعديلا لها حتى تصبح أكثر ملاءمة له.

- وهو العلم الذي يدرس الحياة النفسية وما تتضمنه من أفكار ومشاعر وأحاسيس وقبول والرغبات وذكريات وانفعالات ، وهو كل ما يصدر عنه من أفعال وأقوال وحركات .

وهو العلم الذي يدرس أوجه النشاط الإنساني، وهو يتفاعل مع بيئته ويتكيف معها