

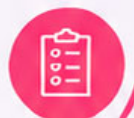
با ایران توشه
یک قدم جلوتر
باش!



ایران توشه
توشه ای برای موفقیت



ایران توشه، مرجع دانلود فایل های کمک آموزشی دانش آموزان و کنکوری ها



دانلود رایگان آزمون های آزمایشی
قلمچی، خیلی سبز، گاج و ...



دانلود رایگان گام به گام تمامی دروس



دانلود رایگان نمونه سوالات امتحانی
(نوبت اول و دوم) و امتحانات نهایی



دانلود رایگان جزوه های کمک آموزشی
و شب امتحانی

همه چیز
برای موفقیت
تو!

Google

دانلود گام به گام دوازدهم تجربی ایران توشه

دانلود گام به گام دوازدهم تجربی ایران توشه

کافیست هر فایلی که نیاز دارید
را در گوگل به این صورت جستجو کنید:

فایل مورد نیاز + ایران توشه

مثال:

دانلود گام به گام دوازدهم تجربی ایران توشه



irantooshe.ir



t.me/irantooshe





گام به گام روان شناسی یازدهم

درس دوم

عنوان فصل: روان شناسی رشد

از صفحه ی ۳۴ تا صفحه ی ۶۵ کتاب

در این فایل پاسخ فعالیت ها، کارهای کلاسی، تمرین ها و پرسش های فصل روان شناسی رشد آمده است.

تهیه شده در ایران توشه، توشه ای برای موفقیت

irantooshe.ir

فهرست پرسش‌ها

۱	صفحه ۳۶ · پرسش — مقدمه	۵
۲	صفحه ۳۸ · سؤال — روان‌شناسی رشد	۵
۳	صفحه ۳۹ · فعالیت ۱-۲ — عوامل مؤثر بر رشد	۵
۴	صفحه ۴۲ · سؤال — عوامل محیطی	۶
۵	صفحه ۴۳ · فعالیت ۲-۲ — مراحل مهم رشد در «فراخنای زندگی»	۶
۶	صفحه ۴۵ · فعالیت ۳-۲ — دوره قبل از تولد	۷
۷	صفحه ۴۸ · سؤال — رشد شناختی در دوره کودکی	۸
۸	صفحه ۴۸ · فعالیت ۴-۲ — رشد شناختی در دوره کودکی	۸
۹	صفحه ۴۸ · سؤال — رشد شناختی در دوره کودکی	۸
۱۰	صفحه ۵۰ · سؤال — رشد هیجانی در دوره کودکی	۹
۱۱	صفحه ۵۰ · فعالیت ۵-۲ — رشد اجتماعی در دوره کودکی	۹

۱۲	صفحه ۵۱ · سؤال — رشد درک اخلاقی در دوره کودکی	۹
۱۳	صفحه ۵۲ · فعالیت ۶-۲ — رشد درک اخلاقی در دوره کودکی	۹
۱۴	صفحه ۵۳ · سؤال — دوره نوجوانی	۱۰
۱۵	صفحه ۵۳ · فعالیت ۷-۲ — رشد جسمانی و بلوغ جنسی در دوره نوجوانی	۱۰
۱۶	صفحه ۵۷ · سؤال — رشد شناختی در دوره نوجوانی	۱۱
۱۷	صفحه ۵۷ · پرسش — رشد هیجانی در دوره نوجوانی	۱۱
۱۸	صفحه ۵۸ · فعالیت ۸-۲ — رشد هیجانی در دوره نوجوانی	۱۱
۱۹	صفحه ۵۹ · سؤال — رشد و شکل‌گیری هویت در دوره نوجوانی	۱۲
۲۰	صفحه ۶۱ · برای مطالعه — چهار مسئله در هویت‌یابی	۱۳
۲۱	صفحه ۶۲ · سؤال — رشد درک اخلاقی در دوره نوجوانی	۱۳
۲۲	صفحه ۶۳ · سؤال — خود آرمانی و خود واقعی	۱۳
۲۳	صفحه ۶۴ · جمع‌بندی درس — جمع‌بندی درس	۱۴

به نظر شما چه اتفاقی برای ندا افتاد؟ منظور مدیر مدرسه از سنجش چه بود؟ آیا ندا آمادگی رفتن به مدرسه و تحصیل را داشت؟ آیا رفتن به مدرسه و تحصیل نیاز به آمادگی دارد؟

- **اتفاقی که افتاد:** ندا هنوز به آمادگی لازم برای تحصیل نرسیده بود؛ وقتی در جریان گفت‌وگو احساس کرد که او را ناتوان می‌دانند (خسته شدن، نیامدن مداد رنگی و نقاشی‌اش) و مادرش ناراحت شده است، دچار هیجان منفی شد و شروع به گریه و جیغ زدن کرد.
- **منظور مدیر از سنجش:** بررسی میزان آمادگی کودک (آمادگی جسمانی، شناختی، هیجانی و اجتماعی) برای ورود به مدرسه و یادگیری خواندن و نوشتن.
- **آمادگی ندا:** به نظر می‌رسد ندا هنوز آمادگی کافی نداشت.
- **نیاز به آمادگی:** بله؛ رفتن به مدرسه و تحصیل به آمادگی (رشد) نیاز دارد، مثلاً رشد ماهیچه‌های دست برای نوشتن، توانایی توجه و تمرکز و آمادگی هیجانی برای جدا شدن از والدین.

در چه سنی دوچرخه‌سواری را یاد گرفتید؟ آیا این مهارت در نتیجه تغییرات رشدی حاصل شده است؟ آیا این مهارت با تمرین و آموزش مکرر کسب شده است؟

پاسخ نمونه: حدود ۷ تا ۸ سالگی دوچرخه‌سواری را یاد گرفتم.
هر دو؛ برای دوچرخه‌سواری ابتدا باید رشد جسمانی و رشد (قدرت ماهیچه‌ها، تعادل و هماهنگی بدن) به حد لازم برسد، یعنی تغییرات رشدی لازم است؛ سپس این مهارت با تمرین، آموزش و تکرار (یادگیری) به دست می‌آید.

توشه‌ای برای موفقیت

با توجه به اشعار زیر مشخص کنید کدام یک به عامل وراثتی و کدام به عامل محیطی اشاره دارد:

۱. زینهار از قرین بد زینهار / و قنا ربنا عذاب النار
۲. پرتو نیکان نگیرد هر که بنیادش بد است / تربیت نااهل را چون گردکان بر گنبد است
۳. عاقبت گرگ‌زاده گرگ شود / گرچه با آدمی بزرگ شود
۴. با سیه دل چه سود گفتن وعظ / نرود میخ آهنین در سنگ
۵. پسر نوح با بدان بنشست / خاندان نبوتش گم شد؛ سگ اصحاب کهف روزی چند / پی نیکان گرفت و مردم شد

6. گلی خوشبوی در حمام روزی / رسید از دست محبوبی به دستم؛ بدو گفتم که مشکی یا عبیری / که از بوی دلاویز تو مستم؛ بگفتا من گلی ناچیز بودم / ولیکن مدتی با گل نشستم؛ کمال همنشین در من اثر کرد / وگرنه من همان خاکم که هستم (سعدی)

1. ○ محیطی (تأثیر همنشینی و دوست بد)
2. ○ وراثتی (بنیاد و سرشت بد که تربیت در آن اثر نمی‌کند)
3. ○ وراثتی (ویژگی‌های ارثی؛ با وجود بزرگ شدن در محیط انسانی همان می‌شود که از نظر ژنی هست)
4. ○ وراثتی (سرشت و درون ثابت که با پند و تربیت تغییر نمی‌کند)
5. ○ محیطی (تأثیر همنشینی با بدان و با نیکان)
6. ○ محیطی (تأثیر همنشینی با گل بر خاک)

سؤال

صفحه ۴۲

۴

۱- در یک خانواده پرجمعیت و خانواده تک فرزند همه کودکان در سن یکسانی شروع به صحبت می‌کنند. اما در خانواده پرجمعیت، کودک لغت‌های بیشتری می‌آموزد. به نظر شما علت این تفاوت چیست؟
۲- کدام یک از عوامل وراثتی یا محیطی باعث ایجاد تفاوت شده است؟

- ۱- در خانواده پرجمعیت، کودک با اعضای بیشتری (برادر، خواهر و...) ارتباط و گفت‌وگو دارد و واژه‌های بیشتری می‌شنود و به کار می‌برد، پس فرصت یادگیری او بیشتر است.
- ۲- عامل محیطی (یادگیری از طریق تعامل با اعضای خانواده)؛ زیرا شروع سخن گفتن در همه کودکان هم‌زمان است (تحت تأثیر ریش و وراثت) ولی افزایش تعداد لغات به محیط وابسته است.

این فایل توسط سایت ایران توشه تهیه شده است.

irantooshe.ir



فعالیت ۲-۲

صفحه ۴۳

۵

شما تاکنون حدود ۱۷ سال از زندگی خود را پشت سر گذاشته‌اید. سعی کنید سال‌های طی شده را به مراحل مختلف تقسیم کنید. ملاک تقسیم‌بندی شما چیست؟ تفاوت عمده مرحله کنونی شما با مرحله‌ای که دانش‌آموز سال اول ابتدایی بودید چیست؟
ملاک تقسیم‌بندی خود را با دیگر دوستان مقایسه کنید.

پاسخ نمونه:

- **مراحل:** (۱) نوزادی و کودکی پیش از مدرسه (تولد تا ۶ سالگی)؛ (۲) دوره دبستان (۷ تا ۱۲ سالگی)؛ (۳) دوره متوسطه اول و شروع نوجوانی (۱۳ تا ۱۵ سالگی)؛ (۴) دوره متوسطه دوم و اوج نوجوانی (۱۶ سالگی تا کنون).
- **ملاک تقسیم‌بندی:** تغییرات جسمانی، تغییر در توانایی‌های شناختی و مهارت‌های اجتماعی، و ورود به مقاطع تحصیلی مختلف.
- **تفاوت عمده با اول ابتدایی:** قد و وزن و توانایی‌های جسمانی بیشتر؛ تفکر عمیق‌تر و انتزاعی‌تر؛ استقلال و مسئولیت‌پذیری بیشتر؛ دوستی‌های عمیق‌تر؛ و توجه به هویت و آینده خود.
- در مقایسه با دوستان، ملاک‌ها ممکن است متفاوت باشد؛ در منابع علمی (جدول ۱-۲) دوره‌ها بر اساس سن به طفولیت، کودکی اول و دوم، نوجوانی، جوانی، میان‌سالی و پیری تقسیم می‌شوند و می‌توان مراحل خود را بر همین اساس اصلاح کرد (امروز در دوره نوجوانی هستیم).

فعالیت ۳-۲

صفحه ۴۵

۶

آیا تاکنون درباره آثار مخرب عوامل شیمیایی بر جنین در جنگ‌های مختلف شنیده‌اید؟ با مراجعه به منابع اطلاعاتی (مجلات و شبکه‌های مجازی) یک تصویر مربوط به این موضوع و توضیح آن را با خود به کلاس بیاورید و درباره آن بحث کنید.

پاسخ نمونه: بله؛ در جنگ‌ها، گازهای شیمیایی (مثل گاز خردل و اعصاب) علاوه بر آسیب به بزرگسالان، بر جنین نیز اثر می‌گذارد. مثلاً در بمباران شیمیایی شهر سردشت در ایران و حلبچه در عراق، افرادی که در معرض این مواد بودند دچار مشکلات تنفسی و پوستی شدند و بسیاری از فرزندان آنان با ناهنجاری‌های جسمانی و ذهنی، سقط یا نقص مادرزادی به دنیا آمدند.

نتیجه: مواد شیمیایی (مانند دارو، مواد مخدر، الکل، مواد پرتوزا و گازهای جنگی) در دوره قبل از تولد بر رشد جنین تأثیر مخرب دارند.

با توجه به آشنایی شما با انواع پردازش (مفهومی، ادراکی) چرا کودکان قبل از دبستان، هدایای بزرگ کم ارزش را بر هدایای کوچک پر ارزش ترجیح می دهند؟

کودکان پیش از دبستان بر پایه ویژگی های حسی و فیزیکی (مانند اندازه و رنگ) عمل می کنند، یعنی پردازش آنان **ادراکی** است و هنوز پردازش مفهومی (توجه به ارزش و کاربرد) را به خوبی ندارند؛ بنابراین هدیه بزرگ تر را ترجیح می دهند.

چرا کودکان تحت تأثیر ویژگی ظاهری اشیا قرار می گیرند؟

تصور کنید می خواهیم $\frac{1}{4}$ لیتر شیر را در دو لیوان با حجم مساوی بریزیم. یکی از لیوان ها بلند و باریک است و دیگری پهن و کوتاه. شیر را به مقدار مساوی در هر دو لیوان می ریزیم و مقابل کودک ۴ یا ۵ ساله قرار می دهیم و از او می خواهیم یکی را انتخاب کند. به نظر شما کدام لیوان را ترجیح می دهد؟ چرا؟ این آزمایش را در طول هفته با بچه های کوچک تر انجام دهید و مشاهدات خود را در کلاس مطرح نمایید.

کودک معمولاً **لیوان بلند و باریک** را انتخاب می کند، چون به دلیل پردازش ادراکی، تنها به یک ویژگی ظاهری (ارتفاع شیر) توجه می کند و پهنای لیوان را در نظر نمی گیرد؛ پس تصور می کند شیر بیشتری دارد. کودکان تحت تأثیر ویژگی ظاهری اشیا قرار می گیرند زیرا هنوز پردازش مفهومی (ارزیابی کیفیت و مقدار واقعی) در آنان رشد نکرده و بر حس و ادراک خود تکیه می کنند.

عوامل محیطی در تسلط کودکان بر لغت ها تأثیر بسزایی دارد. یکی از مهم ترین عوامل محیطی، اسباب بازی است. به نظر شما چه عوامل محیطی دیگری در رشد زبانی دوره کودکی مؤثر است؟

- گفت و گوی والدین و اطرافیان با کودک و پاسخ دادن به پرسش های او
- قصه گوئی و کتاب خوانی برای کودک
- تماشای برنامه های مناسب کودکان و بازی با همسالان
- حضور در مهدکودک و ارتباط با افراد بیشتر (مانند خواهر و برادر)

این فایل توسط سایت ایران توشه تهیه شده است.

irantooshe.ir



حیوان‌ها هم مانند انسان‌ها هیجان‌های خود را بروز می‌دهند. به نظر شما در کدام یک از هیجان‌ها (ساده و مرکب) انسان با حیوان مشترک است؟ چرا؟

در **هیجان‌های ساده** (مانند ترس، خشم و محبت)؛ زیرا بروز این هیجان‌ها تحت تأثیر پردازش‌های فردی نیست و به صورت پدیده‌ای غالباً غریزی و آشکار پیدا می‌شود، اما هیجان‌های مرکب (مثل پشیمانی، احساس گناه و سپاسگزاری) به آگاهی و ارزیابی نیاز دارند و ویژه انسان‌اند.

**به این تصاویر نگاه کنید.
چه تفاوتی در رفتار کودکان می‌بینید؟
به نظرتان کدام یک رشد اجتماعی بیشتری دارند؟ چرا؟**

- **تفاوت:** در تصویر اول کودک به تنهایی مشغول بازی (اسکیت) است؛ در تصویر دوم کودکان به صورت گروهی، هماهنگ و با قاعده با هم بازی می‌کنند.
- **رشد اجتماعی بیشتر:** کودکان تصویر دوم؛ چون بازی گروهی و قاعده‌مند نشانه رشد اجتماعی بالاتر است (در سنین پایین‌تر کودکان بازی انفرادی یا موازی دارند).

به این مثال توجه کنید: مریم ۵ ساله است. مادرش یک کیک خوشمزه برای او و برادرش پخته و آن را در یخچال قرار داده است. مریم، علاوه بر سهم خودش، سهم برادرش را هم می‌خورد، آیا کار مریم اخلاقی است؟ چرا؟

توشه ای برای موهبت

خیر، کار مریم اخلاقی نیست؛ زیرا او حق برادرش را نادیده گرفته و بدون اجازه، سهم او را خورده است، در حالی که رعایت حقوق دیگران و عدالت از معیارهای رفتار اخلاقی است.

- به دو مثال زیر توجه کنید.
- **مینا ۶ ساله است. به سراغ قفسه‌های بالایی آشپزخانه می‌رود بدون اجازه مادر مقداری شکلات برمی‌دارد. هنگام پایین آوردن دستش، یک فنجان می‌شکند.**
- **برادر دوقلوی مینا برای کمک به مادرش ناگهان دستش به سینی فنجان‌ها می‌خورد و سه فنجان را می‌شکند.**

عمل کدام یک از اینها اخلاقی نیست؟ این دو مثال را برای دو کودک ۵-۶ ساله تعریف و پاسخ را یادداشت کنید و به کلاس ارائه دهید.

عمل **مینا** اخلاقی نیست؛ زیرا بدون اجازه و برای رسیدن به خواسته خود (برداشتن شکلات) کاری ناپسند انجام داده است. عمل برادرش اخلاقی است؛ او با نیت کمک و خوبی کار کرده و شکستن فنجان‌ها ناخواسته بوده است.

پاسخ نمونه کودکان: ممکن است کودک ۵-۶ ساله بگوید «برادر کار بدتری کرد چون سه فنجان شکست»؛ چون کودکان بیشتر به نتیجه عمل (مقدار خسارت) توجه می‌کنند و هنوز نیت را در نظر نمی‌گیرند. با رشد، درک اخلاقی آنان کامل‌تر می‌شود و به نیت و دلیل عمل توجه می‌کنند.

سؤال

صفحه ۵۳

۱۴

آیا شما این احساس را تجربه کرده‌اید که به‌طور ناگهانی تغییراتی در شما رخ دهد؟ در چه سنی؟

پاسخ نمونه: بله؛ در حدود ۱۲ - ۱۳ سالگی ناگهان متوجه شدم قدم بلندتر شده و صدایم تغییر کرده است، همین‌طور علایق و افکارم با گذشته فرق می‌کرد.

فعالیت ۷-۲

صفحه ۵۳

۱۵

شما دانش‌آموزان، به لحاظ سن، در دوره نوجوانی قرار دارید. در این دوره تغییرات متعددی را در خود مشاهده کرده‌اید.

حسن: احساس غرور کردم.

حسین: فکر کردم آدم دیگری شده‌ام.

علی: احساس خجالت می‌کنم؛ هیکلم بی‌قواره بزرگ شده است.

شما هم، مانند مثال‌های فوق، تغییرات جسمانی و احساسات خودتان را بنویسید.

پاسخ نمونه:

- قدم ناگهان بلندتر شد و اندامم بی‌تناسب به نظر می‌رسید و گاهی احساس ناراحتی می‌کردم.
- صدایم تغییر کرد (در پسران) و رشد مو در صورت و بدن شروع شد؛ این موضوع هم خوشحالم می‌کرد و هم کمی خجالت می‌کشیدم.
- احساس کردم بزرگ‌تر شده‌ام و استقلال بیشتری می‌خواهم و گاهی دچار نگرانی و تغییر خلق شدم.

آیا شما غیر از موارد مذکور، خصوصیات شناختی و تفکر دیگری، در شروع نوجوانی و هم‌اکنون، در خود احساس می‌کنید؟ توضیح دهید.

پاسخ نمونه: بله؛ پیش‌تر هر چه می‌شنیدم می‌پذیرفتم، اما اکنون بیشتر درباره‌ی چیزها فکر می‌کنم، دلیل می‌خواهم و می‌توانم احتمالات مختلف را بسنجم. همچنین می‌توانم به‌طور هم‌زمان چند نکته را در نظر بگیرم، درباره آینده فرضیه‌سازی کنم و درباره‌ی مسائل اخلاقی و اجتماعی نظر بدهم.

تصور کنید این دو نوجوان شما را مشاور خود قرار داده‌اند و از شما می‌خواهند به آنها کمک کنید تا بتوانند احساسات و هیجان‌های خود را کنترل کنند. آنها نمی‌دانند علت این تحریک‌پذیری و بی‌ثباتی در احساسات و هیجان‌هایشان چیست و نگران این هستند که نکند بیمار باشند. شما چگونه این نوجوانان را راهنمایی می‌کنید؟

- به آنها توضیح می‌دهم که علت این حالت‌ها تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی دوره نوجوانی و افزایش تحریک‌پذیری است؛ پس طبیعی است و نشانه بیماری نیست.
- توصیه می‌کنم مهارت‌هایی مانند کنترل خشم (مثلاً نفس عمیق، ترک موقت موقعیت)، ورزش کردن و صحبت کردن با افراد مورد اعتماد (والدین، مشاور) را بیاموزند.
- هیجان‌های خود را بشناسند و به جای رفتار مخرب، آن را به شکل مثبت و سازنده ابراز کنند.

ایران توئشه

توشه‌ای برای موفقیت

- ۱- به دو مثال زیر توجه کنید.
 - بهنام، برای هدایت هیجان‌هایش، تصمیم می‌گیرد هفته‌ای سه روز به‌صورت فشرده تمرین‌های ورزشی انجام بدهد.
 - پوریا مدتی است تصور می‌کند بسیار پرانرژی است. او، برای نمایش توان خویش، هر روز به همراه برخی از دوستان، در معابر شهری، مزاحم رانندگان می‌شود و از این کار احساس لذت می‌کند.
- هر دو مثال، محصول هیجان است، اما یک رفتار، مثبت و سازنده و دیگری مخرب و آزاردهنده است. شما چه رفتار مثبت و منفی دیگری در استفاده از هیجان‌ها را می‌شناسید؟ از هر مورد یکی را توضیح دهید.

۲- به نظر شما مهارت‌های شناخت، ارزیابی و کنترل هیجان چه نوع مهارت‌هایی هستند؟ تاکنون تجربه‌ای در این زمینه داشته‌اید؟

۱-

- **رفتار مثبت:** هنگام ناراحتی یا اضطراب با فرد مورد اعتماد (والدین یا دوست) گفت‌وگو کردن یا مطالعه و ورزش کردن؛ این کار هیجان را آرام می‌کند و نیروی آن را در مسیر سازنده به کار می‌گیرد.
- **رفتار منفی:** فریاد زدن و پرخاشگری یا شکستن وسایل هنگام عصبانیت؛ این رفتار به خود و دیگران آسیب می‌زند و مشکل را حل نمی‌کند.

۲- این‌ها مهارت‌های «مهارت‌های زندگی» (مهارت‌های هیجانی) هستند که با آموزش و تمرین به دست می‌آیند؛ مانند شناخت هیجان‌ها، مهار خشم، آرام‌سازی و ابراز مناسب احساسات. تجربه نمونه: وقتی از دوستم ناراحت شدم، به جای دعوا، چند نفس عمیق کشیدم، صبر کردم و بعد با آرامی با او صحبت کردم.

سؤال

صفحه ۵۹

۱۹

به نظر شما تلاش برای هویت‌یابی در بین نوجوانان نسل گذشته با نسل امروز چه تفاوتی کرده است؟
عوامل شکل‌گیری هویت‌یابی در هر دو نسل چه بوده است؟
شما در تلاش برای هویت‌یابی تحت تأثیر کدام یک از عوامل زیر بوده‌اید؟
۱- والدین ۲- همسالان ۳- مذهب ۴- ... ۵- ... ۶- ... ۷- ... ۸- ... ۹- ...
شما هویت خود را مثبت می‌دانید یا منفی؟ چرا؟

- **تفاوت:** نسل گذشته بیشتر تحت تأثیر خانواده و محیط محدود (روستا، محله، مدرسه) بود و نقش‌ها و ارزش‌ها تا حدی از پیش تعیین شده بود؛ امروز با گسترش رسانه‌ها و فضای مجازی، انتخاب‌ها و الگوهای بیشتر شده و همین، هم فرصت و هم سردرگمی بیشتری برای هویت‌یابی ایجاد کرده است.
- **عوامل شکل‌گیری هویت در هر دو نسل:** والدین و خانواده، همسالان و دوستان، مذهب و باورها، مدرسه و معلمان، رسانه‌ها و فرهنگ جامعه.
- **عوامل مؤثر بر خود (نمونه):** والدین، همسالان، مذهب، معلمان، رسانه‌ها (۴- معلمان، ۵- رسانه‌ها، ۶- فضای مجازی، ۷- فرهنگ و آداب و رسوم، ۸- الگوها و بزرگان، ۹- کتاب‌ها).
- **مثبت یا منفی:** هویت من مثبت است؛ چون خودم را می‌پذیرم، به ویژگی‌های مثبت خود توجه دارم و به خود علاقه مندم.

بهزاد نوجوان ۱۸ ساله‌ای است که به مشاغل پر درآمد و فنی علاقه‌مند است. وی بعد از گذراندن یک دوره سه ماهه در شغل ساعت‌سازی، تغییر شغل می‌دهد و به مکانیکی خودرو روی می‌آورد. بعد از مدتی کوتاه به پدرش می‌گوید: امروز خیابان‌ها پر از تعمیرگاه‌های مکانیکی است و پیشنهاد می‌کند که به سراغ فروشنده‌ی تلفن همراه برود. بهزاد، در دو سال، مشاغل مختلفی را تجربه کرده است. به نظر شما بهزاد در هویت شغلی دچار کدام یک از مشکلات هویت‌یابی است؟ توضیح دهید.

بهزاد دچار **سردرگمی نقش** است. سردرگمی نقش یعنی فرد در دوره نوجوانی تلاش می‌کند نقش‌ها، ارزش‌ها و ایده‌های مختلف را مطالعه و تجربه کند؛ بهزاد نیز برای یافتن شغل مناسب، مشاغل متفاوتی را آزموده است. این حالت با بحران هویت (ناتوانی در شکل‌گیری هویت تا پایان نوجوانی) فرق دارد، زیرا او هنوز در حال جست‌وجوست.

به دو مثال توجه کنید.

- پزشکی که می‌داند سیگار کشیدن برای سلامت بدن مضر است، ولی سیگار می‌کشد.
- شخصی که می‌داند مسواک زدن موجب سلامتی و حفظ دندان‌ها می‌شود، ولی در مسواک‌زدن سهل‌انگاری می‌کند.

به نظر شما اشکال کار در کجاست؟ شناخت یا باور؟ چرا؟

اشکال کار در **باور** است. هر دو شخص شناخت (آگاهی) درست دارند، اما این شناخت به عقیده، باور و ارزش آنان تبدیل نشده است؛ به همین دلیل رفتارشان با دانسته‌هایشان هماهنگ نیست. برای اینکه شناخت به اخلاق منتهی شود، باید به باورها و ارزش‌های فرد تبدیل شود.

توشه‌ای برای موفقیت

در مورد رؤیاپردازی‌هایی که تاکنون داشته‌اید برای هم‌کلاسی‌های خود در کلاس توضیح دهید و بگویید رؤیاپردازی چه تأثیر مثبت یا منفی بر زندگی شما داشته است؟

- پاسخ نمونه: گاهی تصور می‌کنم در آینده پزشک موفق شده‌ام و به مردم کمک می‌کنم.
- **تأثیر مثبت:** این تصور به من انگیزه می‌دهد و برای رسیدن به هدفم بیشتر درس می‌خوانم.
 - **تأثیر منفی:** اگر به جای تلاش فقط رؤیاپردازی کنم و فاصله خود آرمانی و خود واقعی‌ام را کم نکنم، از درس و کار بازمی‌مانم و عملکرد تحصیلی‌ام افت می‌کند.

دانش‌آموز عزیز! مطالب این درس را به صورت خلاصه به زبان خودتان بنویسید.

۱- من از مطالعه این درس دریافتم که: ...

۲- در رابطه با خودآرمانی مورد نظران تصویری در دایره‌های زیر جایگزین نموده و بنویسید چرا خودآرمانی شما در دوره‌های مختلف تغییر کرده است؟ خودآرمانی دوره ابتدایی: ... ، خودآرمانی دوره متوسطه اول: ... ، خودآرمانی دوره متوسطه دوم: ...

۱- پاسخ نمونه: از این درس دریافتم که رشد در طول زندگی ادامه دارد و ابعاد جسمانی، شناختی، هیجانی، اجتماعی و اخلاقی دارد؛ رشد تحت تأثیر وراثت و محیط است و در نوجوانی با رسیدن به هویت و کنترل هیجان‌ها، فرد آماده‌ی ورود به بزرگسالی می‌شود.

۲- پاسخ نمونه:

- **دوره ابتدایی:** دوست داشتم معلم یا پلیس شوم (تصویر معلم).
 - **متوسطه اول:** دوست داشتم ورزشکار حرفه‌ای شوم (تصویر ورزشکار).
 - **متوسطه دوم:** می‌خواهم پزشک یا وکیل شوم (تصویر مورد نظر).
- علت تغییر: با رشد شناختی و کسب تجربه، شناخت من از خودم، توانایی‌ها و علایقم و نیز آشنایی با مشاغل و ارزش‌ها دقیق‌تر و واقع‌بینانه‌تر شده و در نتیجه خودآرمانی‌ام هم تغییر کرده است.

این فایل توسط سایت ایران‌توشه تهیه شده است.

irantooshe.ir



ایران توشه
توشه‌ای برای موفقیت