

Unit III

Adolescent Development

किशोरावस्था के दौरान, युवा लोग बचपन से युवा वयस्कता में संक्रमण के रूप में कई बदलावों का अनुभव करते हैं। इन परिवर्तनों में शारीरिक, व्यवहारिक, संज्ञानात्मक और भावनात्मक-सामाजिक विकास शामिल हैं। किशोरों के साथ काम करने वाले सार्वजनिक स्वास्थ्य पेशेवरों को किशोर विकास के सभी चरणों के दौरान युवा लोगों के जीवन के प्रक्षेपवक्र के बारे में पर्याप्त जानकारी की आवश्यकता होती है। शोधकर्ताओं का सुझाव है कि किशोरावस्था किशोरावस्था और युवा वयस्कता के तीन प्राथमिक विकास चरणों से गुजरती है - प्रारंभिक किशोरावस्था, मध्य किशोरावस्था और देर से किशोरावस्था / युवा वयस्कता।



किशोर विकास के चरण

1. प्रारंभिक किशोरावस्था (उम्र 10-14)

प्रारंभिक किशोरावस्था 10-14 वर्ष की आयु के बीच होती है। इस विकासात्मक अवधि के दौरान, किशोर यौवन के शुरुआती चरणों का अनुभव करते हैं। दोनों लिंग महत्वपूर्ण शारीरिक विकास और यौन रुचि में वृद्धि का अनुभव करते हैं। संज्ञानात्मक रूप से, इस अवस्था में किशोरों में अमूर्त विचार करने की सीमित क्षमता होती है लेकिन बौद्धिक हितों का विस्तार होता है और वे अधिक महत्वपूर्ण हो जाते हैं। यद्यपि इस अवस्था में किशोरों की भविष्य में सीमित रुचि होती है, वे प्रारंभिक किशोरावस्था के दौरान गहरी नैतिक सोच विकसित करते हैं।

2. मध्य किशोरावस्था (उम्र 15-17)

मध्य किशोरावस्था के दौरान, पुरुषों और महिलाओं के लिए यौवन पूरा हो गया है। महिलाओं के लिए शारीरिक विकास धीमा होता है लेकिन पुरुषों के लिए जारी रहता है। इस अवस्था में किशोर अमूर्त चिंतन की बढ़ती क्षमता का अनुभव करते रहते हैं। इस चरण के दौरान, किशोर दीर्घकालिक लक्ष्य निर्धारित करने लगते हैं और जीवन के अर्थ और नैतिक तर्क में रुचि लेने लगते हैं। विकास के इस चरण में किशोर कई सामाजिक और भावनात्मक परिवर्तनों का अनुभव करते हैं जिनमें आत्म-भागीदारी में वृद्धि और स्वतंत्रता के लिए एक बड़ी हु ईज़ाइव शामिल है।

3. देर से किशोरावस्था/युवावयस्कता (उम्र 18-24)

देर से किशोरावस्था/युवावयस्कता के चरण में किशोर आमतौर पर कम शारीरिक विकास और अधिक संज्ञानात्मक विकास का अनुभव करते हैं। किशोर विचारों के बारे में तर्कसंगत रूप से सोचने, संतुष्टि में देरी करने, भविष्य की योजना बनाने और पहचान की दृढ़ भावना हासिल करने की क्षमता हासिल करते हैं। किशोर विकास के इस अंतिम चरण के दौरान, युवा भी भावनात्मक स्थिरता और स्वतंत्रता में वृद्धि का अनुभव करते हैं।

भावनात्मक/सामाजिक परिवर्तन:

- कामुकता में अधिक रुचि रखें।
- माता-पिता के साथ कम संघर्ष से गुजरें।
- माता-पिता से अधिक स्वतंत्रता दिखाएं।
- देखभाल करने और साझा करने और अधिक घनिष्ठ संबंधों को विकसित करने की गहरी क्षमता है।
- माता-पिता के साथ कम और दोस्तों के साथ ज्यादा समय बिताएं।
- बहुत अधिक उदासी या अवसाद महसूस करें, जिससे स्कूल में खराब ग्रेड, शराब या नशीली दवाओं का उपयोग, असुरक्षित यौन संबंध और अन्य समस्याएं हो सकती हैं।

सोच और सीख

- अधिक परिभाषित कार्य आदतों को जानें।
- भविष्य के स्कूल और कार्य योजनाओं के बारे में अधिक चिंता दिखाएं।
- सही या गलत के बारे में सहित, अपने स्वयं के विकल्पों के लिए कारण देने में बेहतर सक्षम बनें।

	Benefit	Age Gradient	Role of Peer Educator
Early Adolescence (10-14)	High <i>Social recognition, highly influenceable; still too competitive for same age information or normative peer relations</i>	Older to younger	Educator Role Model
Middle Adolescence (15-17)	High <i>Good group and social skills, crowd and image stability</i>	Same age	Educator Role Model Referrer Advocate
Late Adolescence (18-25)	Low <i>High autonomy and independence; don't like peers telling them what to do</i>	Doesn't matter	Educator Advocate

A simplified diagram of the main hormonal influences on growth and the development of secondary sexual characteristics during adolescence

