

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

สุขศึกษา

และพลศึกษา

โดย ครูบุญเกิด เพื่อกได้ ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนศรีสำโรงชนูปถัมภ์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑

การเจริญเติบโตและ

พัฒนาการในแต่ละช่วงวัย

ตัวชี้วัด

๑. เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาแต่ละช่วงของชีวิต (พ ๑.๑ ม.๓/๑)

๒. วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น (พ ๑.๑ ม.๓/๒)

๓. วิเคราะห์สื่อโฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของวัยรุ่น (พ ๑.๑ ม.๓/๓)

ผังสาระการเรียนรู้

การเจริญเติบโตและ
พัฒนาการในแต่ละช่วงวัย

การเปลี่ยนแปลง
ทางด้านร่างกาย จิตใจ
อารมณ์ สังคม และ
สติปัญญาแต่ละช่วง
ของชีวิต

สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพล
ต่อการเจริญเติบโตและ
พัฒนาการของวัยรุ่น

อิทธิพลและความ
คาดหวังของสังคม
ต่อการเปลี่ยนแปลง
ของวัยรุ่น

การเจริญเติบโตและการพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย

๑. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา แต่ละช่วงของชีวิต

มนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม
และสติปัญญา ในแต่ละวัยซึ่งแบ่งออกเป็น

๑.๑ วัยทารก

๑.๒ วัยก่อนเรียน

๑.๓ วัยเรียน

๑.๔ วัยรุ่น

๑.๕ วัยผู้ใหญ่

๑.๖ วัยสูงอายุ

โดยจะมีการเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างกัน ดังนี้

๑.๑ วัยทารก



คือ วัยตั้งแต่แรกคลอดจนถึงอายุครบ ๑๒ เดือน หรือ ๑ ปี มีการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ดังนี้

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

๑. ทารกแรกคลอด จะมีน้ำหนักประมาณ ๓,๐๐๐ กรัม จนอายุครบ ๑ ปี จะมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นประมาณ ๓ เท่า

๒. ส่วนสูงทารกแรกคลอด จะมีความยาวหรือส่วนสูงประมาณ ๕๔ เซนติเมตร จนอายุครบ ๑ ปี จะมีส่วนสูงเพิ่มขึ้นประมาณ ๑.๕ เท่าของความสูงเมื่อแรกคลอด



๓. ขนาดรอบศีรษะทารกแรกคลอด จะมีขนาดรอบศีรษะ
ประมาณ ๓๕ เซนติเมตร เมื่ออายุครบ ๑ ปี จะมีขนาดรอบศีรษะประมาณ
๔๕ เซนติเมตร

๔. ฟันซี่แรกจะขึ้นเมื่อทารกอายุประมาณ ๖-๘ เดือน เมื่ออายุครบ
๑ ปี จะมีฟันประมาณ ๑๒ ซี่

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์

๑. ๑-๓ เดือน ส่งเสียงร้องเมื่อรู้สึกหิว หรือรู้สึกเปียกแฉะจากการขับถ่าย
รู้จักยิ้มเมื่อถูกหยอกล้อ ร้องไห้เมื่อมีอารมณ์เศร้าหรือโกรธ ทำเสียงดังเมื่อดีใจ

๒. ๔-๖ เดือน หัวเราะเสียงดัง แสดงอารมณ์ชัดเจนเมื่อโกรธ หรือร้องไห้
เมื่อถูกขัดใจ

๓. ๗-๘ เดือน มีอารมณ์กลัวเพิ่มขึ้น แสดงความรักด้วยการโอบกอด ร้องไห้เมื่อถูกดุ

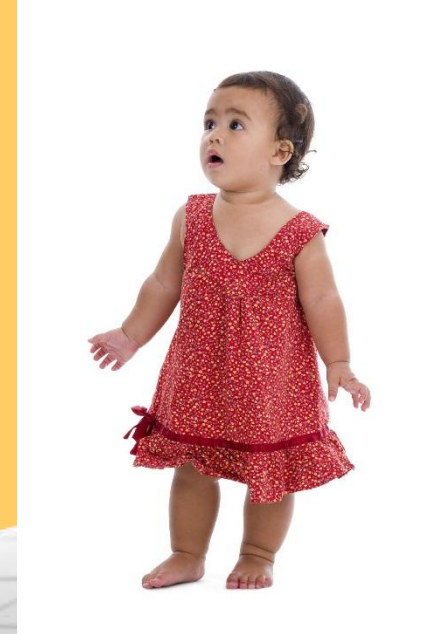
๔. ๑๐-๑๒ เดือน แสดงอารมณ์ดีใจ เสียใจมากขึ้น เมื่อมีคนเล่นด้วย จะหัวเราะเสียงดัง

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

๑. ทารกมีพัฒนาการทางสังคม โดยมีความสัมพันธ์กับ ผู้ใกล้ชิด เช่น บิดา มารดา พี่เลี้ยง พี่น้องที่อยู่ในครอบครัวเดียวกัน

๒. เมื่ออายุ ๑-๒ เดือน จะจ้องหน้าและตอบสนอง ผู้หยอกล้อได้

๓. อายุ ๓ เดือน ชอบให้มีคนมาอยู่ใกล้



๔. อายุ ๔-๕ เดือน สนใจเสียงคนพูด

๕. อายุ ๖ เดือน เริ่มกลัวคนแปลกหน้า

๖. อายุ ๑๒ เดือน จะเรียนรู้ด้วยการเล่นกับผู้อื่นได้ ชอบเล่นกับพี่น้อง
และคนใกล้ชิด

การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา

๑. แสดงออกด้วยการเคลื่อนไหว แสดงท่าทางโต้ตอบ

๒. เริ่มมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยการเริ่มพูดทีละคำ



๑.๒ วัยก่อนเรียน



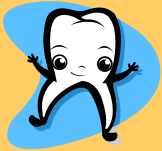
คือ วัยตั้งแต่อายุ ๑ ปี จนถึงอายุครบ ๖ ปีเต็ม มีการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ดังนี้

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

๑. เด็กวัยก่อนเรียนจะมีการเจริญเติบโตด้านน้ำหนักและส่วนสูงช้ากว่าวัยทารก



๒. ฟันของเด็กวัยก่อนเรียนเป็นฟันน้ำนม มีระยะเวลาขึ้นของฟัน
โดยประมาณ ดังนี้



อายุ ๑ ปี จะมีฟันน้ำนมขึ้นประมาณ ๑๒ ซี่
อายุ ๒ ปี จะมีฟันน้ำนมขึ้นประมาณ ๑๖ ซี่
อายุ ๓ ปี จะมีฟันน้ำนมเกือบครบ ๒๐ ซี่
อายุ ๖ ปี จะมีฟันน้ำนมครบ ๒๐ ซี่ และเมื่อฟันน้ำนมหลุดไป
จะมีฟันแท้งอกขึ้นมาแทนที่



การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์

๑. อารมณ์ของเด็กวัยนี้จะเกิดขึ้นได้ง่ายแต่มีระยะสั้น อารมณ์โกรธและอารมณ์ดีใจ จะเกิดขึ้นได้บ่อยและเปลี่ยนแปลงง่าย
๒. อายุ ๒ ปี เริ่มรู้จักอิจฉาผู้อื่น แต่ยังกลัวคนแปลกหน้า
๓. อายุ ๔ ปีไปแล้วจะมีการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น



การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

๑. รู้จักทำตัวให้เป็นที่ยรักของครอบครัว

๒. เมื่อเข้าเรียนในระดับอนุบาล มีเพื่อนเพิ่มมากขึ้นแต่ยังขาดประสบการณ์ในการเล่นกับเพื่อน จึงอาจทำให้เกิดการทะเลาะกันเพราะแย่งของเล่น

๓. รู้จักการปรับตัวเข้ากับผู้ใหญ่ รู้จักการเข้าสังคมมากขึ้น จากการอบรมสั่งสอนของครู



การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา

๑. อายุ ๑-๓ ปี สติปัญญาค่อย ๆ พัฒนาขึ้นความสนใจสิ่งใหม่ ๆ สามารถเลียนแบบผู้ใหญ่ได้ พูกรู้อะไรขึ้น ใช้ภาษาคล่องขึ้น มีความสนใจอยู่ในช่วงเวลาสั้น ๆ

๒. อายุ ๔ ปี พูคเป็นประโยคได้สมบูรณ์ขึ้น รู้คำศัพท์มากขึ้น สามารถนับเลขได้ รู้จักเวลา ชอบซักถามและต้องการคำอธิบายโดยละเอียด

๓. อายุ ๕ ปี ใช้ประสาทสัมผัสได้ดีขึ้น มีความอยากรู้อยากเห็น รู้จักใช้เหตุผลในการอธิบาย

๔. อายุ ๖ ปี พูคได้อย่างคล่องแคล่ว รู้จักเหตุและผล ซ่างซักถาม สนใจแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อน ๆ สามารถทำงานร่วมกับเพื่อนและผู้ใหญ่ได้

๑.๓ วัยเรียน



คือ วัยที่มีอายุตั้งแต่ ๖-๑๒ ปี มีการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ดังนี้

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

๑. มีการเจริญเติบโตอย่างสม่ำเสมอ ร่างกายจะขยายออกทางส่วนสูงมากกว่าส่วนกว้าง แขนขาจะยาวขึ้น
๒. กระดูกสันหลังตรงมากขึ้น
๓. มีลักษณะคล้ายผู้ใหญ่มากขึ้น เด็กผู้หญิงจะตัวโตกว่าเด็กผู้ชายในวัยเดียวกัน



๔. มีความคล่องแคล่วว่องไว กล้ามเนื้อแข็งแรง

๕. ทักษะการใช้มือและนิ้วมือพัฒนาดีขึ้น

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์

๑. มีสังคมส่วนใหญ่อยูู่ในโรงเรียน จึงพยายามทำตัวให้เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน

๒. ไม่ชอบการถูกล้อเลียน แต่จะมีการควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้นจากการเรียนรู้ จึงแสดงออกอย่างเหมาะสม ไม่มีการทำร้ายร่างกายกัน แต่จะแสดงออกด้วยการไม่เล่นด้วย ไม่พูดด้วย

๓. มีอารมณ์อิทธิพลมากขึ้น เนื่องจากมีความรู้สึกว่าจะได้รับความรักและความสนใจจากพ่อแม่และคนรอบข้างน้อยลง

๔. มีการแข่งขันในกลุ่มเพื่อน ทั้งด้านการเรียน กีฬา หรือการเป็นที่นิยมในกลุ่มเพื่อน

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม



๑. มีการรวมกลุ่มกับเพื่อนที่โรงเรียนชอบเล่นเป็นกลุ่ม ๆ ไม่ชอบเล่นคนเดียว

๒. เรียนรู้การอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีกฎเกณฑ์ เมื่อเข้ากลุ่มจะมีความรู้สึกสนุกสนานอบอุ่นใจ มีความเห็นใจกันช่วยเหลือกัน

๓. มีความซื่อสัตย์ต่อกลุ่ม

๔. ทำตามคำแนะนำของกลุ่มได้ เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี

การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา

๑. มีความคิดที่เป็นรูปธรรมมากขึ้น สามารถคิดได้อย่างมีเหตุผลรู้จักแก้ปัญหาที่เป็นรูปธรรมได้
๒. สามารถใช้ความคิดในการเปรียบเทียบหาความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งของ ๒ สิ่ง
๓. มีความอยากรู้อยากเห็นมาก
๔. มีความรับผิดชอบ เชื่อมั่นในการทำงาน



๑.๔ วัยรุ่น



คือ วัยตั้งแต่ ๑๒-๒๐ ปี มีการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ดังนี้

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

๑. มีน้ำหนักและส่วนสูงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว แขนขายาว มือใหญ่ขึ้น
ขนาดของหัวใจและปอดเพิ่มขึ้น

๒. มีลักษณะทางเพศให้เห็นชัดเจนขึ้น เช่น ผู้หญิง จะมีสะโพกผาย
หน้าอกขยายใหญ่ขึ้น มีประจำเดือน ผู้ชาย จะมีกล้ามเนื้อใหญ่กว้าง
และแข็งแรงขึ้น มีขนตามแขน หน้าแข้ง เสียงห้าว และมีการผลิตน้ำอสุจิ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์

๑. มีการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์อย่างรวดเร็วและรุนแรง อารมณ์ไม่คงที่ เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและการเปลี่ยนแปลงทางเพศ
๒. เริ่มสนใจเพศตรงข้าม ต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน
๓. มีความรู้สึกรุนแรง ไม่ว่าจะเป็นความรัก ความโกรธ ความอิจฉาริษยา
๔. มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูง ไม่เชื่อฟังใคร
๕. มีความอยากรู้อยากเห็น ต้องการความเป็นอิสระ



การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

๑. มีความต้องการเป็นอิสระจากครอบครัวและพ่อแม่ ติดเพื่อนและได้รับอิทธิพลจากเพื่อนอย่างมาก ทั้งด้านพฤติกรรม การแต่งกาย คำพูด กิริยาท่าทาง

๒. สนใจเพื่อนต่างเพศ ต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน

การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา

๑. มีการเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ส่งผลให้เซลล์สมองได้รับการพัฒนา

๒. มีช่วงความสนใจนานขึ้น



๓. สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ใหม่ ๆ ได้ดีขึ้น

๔. มีความเข้าใจสิ่งที่เป็นนามธรรมมากขึ้น

๕. เข้าใจและรู้จักการพูดถ้อยคำที่ลึกซึ้งหรือเปรียบเทียบได้ดีขึ้น

๖. มีความจำดีแต่อาจขาดความรอบคอบและการยับยั้งชั่งใจ

๗. เป็นวัยที่ชอบเรียนรู้โดยการลงมือปฏิบัติ



๑.๔ วัยผู้ใหญ่

คือ วัยที่มีอายุระหว่าง ๒๐-๖๐ ปี ซึ่งไม่มีการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย และเมื่ออายุประมาณ ๔๑-๖๐ ปี จะเรียกว่า วัยกลางคน วัยผู้ใหญ่จะมีการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ดังนี้

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย



๑. มีกล้ามเนื้อหนักประมาณครึ่งหนึ่งของน้ำหนักของร่างกาย ไขมันเริ่มลดลง
๒. ผู้ชายจะมีรูปร่างแข็งแรงและใหญ่โตกว่าผู้หญิง ความสูงเพิ่มขึ้นช้ามาก หรือแทบจะไม่เพิ่มขึ้นเลย ส่วนผู้หญิงมีแนวโน้มว่าจะมีน้ำหนักเพิ่มมากขึ้น

๓. ผู้หญิง เมื่ออายุประมาณ ๕๐ ปี จะเป็นวัยหมดประจำเดือนก่อนที่จะหมดประจำเดือนรังไข่จะผลิตฮอร์โมนน้อยลงทำให้ประจำเดือนผิดปกติ คือ คลาดเคลื่อนทั้งเวลาและปริมาณของเลือด ประจำเดือนจะลดลงด้วย

๔. สำหรับผู้ชาย เมื่ออายุประมาณ ๔๐ ปีขึ้นไป เซลล์ของอัณฑะจะเริ่มสลายตัวลง และจะมีเชื้อพังผืดค่อย ๆ แทรกเข้าไปแทนที่ฮอร์โมน ที่เรียกว่า เทสโทสเทอโรน (testosterone) ที่ถูกขับออกมาจะค่อย ๆ ลดจำนวนลง ทำให้สมรรถภาพทางเพศของผู้ชายค่อย ๆ ลดลง



การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและอารมณ์

๑. สภาพความเปลี่ยนแปลงของจิตใจและอารมณ์อาจก่อให้เกิดความเครียดได้ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เช่น ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในเรื่องการทำงาน การเปลี่ยนแปลงความเชื่อค่านิยม และความคาดหวังในชีวิต การเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่รัก เช่น การมีลูก การแยกกันอยู่ หรือการหย่าร้าง

๒. มีการปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเองอยู่เสมอ เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของสังคม



การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

๑. รู้จักเลือกประกอบกิจการที่เหมาะสม
๒. ติดต่อกับคนและสังคมภายนอกเพิ่มขึ้นและมีการตัดสินใจมากขึ้น
๓. รู้ถึงความสำคัญของการคบหาสมาคมกับคนต่างเพศ ต่างอาชีพ ต่างฐานะ ตลอดจนคนต่างชาติ
๔. คบเพื่อนต่างเพศ และจะนำไปสู่ชีวิตสมรสเป็นพ่อบ้านแม่บ้านต่อไป
๕. ใช้ภาษาได้เหมาะสมกับสังคมนิยม รวมถึงสนใจข่าวคราวต่าง ๆ ซึ่งกำลังเป็นที่สนใจกันในระยะนั้น ๆ ด้วย



การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา

๑. มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญาที่ได้จากการสะสมความรู้ รู้จักเทคนิคแก้ปัญหาที่เรียนรู้จากคำแนะนำ และจากการเข้าสู่สังคม
๒. มีความเชี่ยวชาญทางภาษาและทักษะปฏิบัติตามวัฒนธรรม



๑.๖ วัยสูงอายุ

คือ วัยที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ดังนี้

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

๑. เซลล์ของร่างกายมีการเสื่อมและฝ่อ ไชมันใต้ผิวหนังเริ่มหมดไป ผิวหนังไม่มีความยืดหยุ่น
๒. ป่วยประสาทรับความรู้สึกเสื่อมกระดูกเปราะ ฟันหักหรือหลุด
๓. ผันังหลอดเลือดแดงหนาขึ้นและมีแคลเซียมมาจับ สมองฝ่อเป็นหย่อม ๆ ไชสันหลังเสื่อม
๔. ระบบการทำงานต่าง ๆ ของอวัยวะเริ่มเสื่อม
๕. การทรงตัวไม่ดีภูมิต้านทานโรคลดลง



การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์



๑. มักจะคิดถึงความหลังในอดีตด้วยความเสียดาย อาลัยอาวรณ์
๒. คิดถึงปัจจุบันด้วยความวิตกกังวล และคิดถึงอนาคตด้วยความห่วงใย
ทำให้เกิดอารมณ์ต่าง ๆ และอาจมีบุคลิกภาพที่เปลี่ยนไปจากเดิม

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

๑. มีเวลามากขึ้นจึงใช้เวลาอยู่กับลูกหลานและทำกิจกรรมเพื่อพักผ่อนหย่อนใจได้มากขึ้น



๒. มีบทบาททางสังคมลดลง เนื่องจากความเสื่อมทางร่างกายทำให้ไม่สามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ตามต้องการได้

๓. สังคมแคบลงเหลือเฉพาะบุคคลที่ใกล้ชิด เช่น ลูกหลานคนในครอบครัว เพื่อนในวัยเดียวกัน

การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา

๑. เนื่องจากความเสื่อมทางด้านร่างกายทำให้ความจำในเหตุการณ์ปัจจุบันและความจำเฉพาะหน้าเสื่อมลง มีความคิดอ่านช้าลง ผู้สูงอายุมักจะจำเรื่องที่เกิดใหม่ไม่ได้ แต่ความทรงจำในเรื่องเก่า ๆ หรือเรื่องในอดีตจะจำได้ดี

๒. เนื่องจากสมองง่ายจึงทำให้พูดซ้ำ ๆ บางคนกลายเป็นคนชอบย้ำชอบทำซ้ำ

๒. อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

๒.๑ อิทธิพลของสังคมที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองจึงมีการค้นคว้า ศึกษาหาต้นแบบอิทธิพลของสังคมที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น มีดังนี้



๑) ทำให้คล้อยตาม



เป็นแนวโน้มที่บุคคลหนึ่งจะทำตามอีก
บุคคลหนึ่ง เกิดขึ้นในกรณีที่บุคคลไม่สามารถตัดสินใจในการกระทำอย่างใด
อย่างหนึ่งลงไปได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งวัยรุ่นซึ่งให้ความสำคัญกับเพื่อน

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าวัยรุ่นจะมีการคล้อยตามเพื่อนได้ง่าย ซึ่งการ
คบเพื่อนที่ดีจะทำให้มีพฤติกรรมที่ดี เช่น คบเพื่อนที่ชอบอ่านหนังสือก็จะชวนกัน
อ่านหนังสือ ทำให้มีผลการเรียนดี การคบเพื่อนที่ไม่ดีก็จะทำให้มีพฤติกรรมที่ไม่ดี
เช่น คบเพื่อนที่ชอบเที่ยวกลางคืน ก็จะเที่ยวตามเพื่อน

๒) ทำให้เชื่อฟังผู้มีอำนาจ

เป็นสิ่งจำเป็นอย่างมากในการดำเนินชีวิตร่วมกันในสังคม เนื่องจากแต่ละคนในสังคมถูกกำหนดบทบาทหน้าที่ที่แตกต่างกันไป ทำให้วัยรุ่นต้องพร้อมเชื่อฟังและร่วมมือ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสังคมไทยที่อบรมสั่งสอนให้เชื่อฟังบุคคลที่มีอำนาจเหนือกว่า เช่น พ่อแม่ ครู อาจารย์

๓) ทำให้เกิดความร่วมมือ



เป็นการทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งของบุคคลที่มีต่อกลุ่มบุคคล ถือว่าเป็นหัวใจสำคัญที่สามารถสร้างความสำเร็จ หรือก่อให้เกิดความล้มเหลวของงานได้เสมอ วัยรุ่นจะต้องให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมกลุ่มกับเพื่อนหรือสังคม เพื่อแสดงให้เห็นถึงการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มหรือของสังคมและมีส่วนร่วมกับความความสำเร็จที่เกิดขึ้น

๔) การแข่งขัน

เป็นพฤติกรรมทางสังคมซึ่งสามารถพบเห็นได้มาก มีข้อดีคือทำให้เกิดความตื่นตัว กระตือรือร้นและมุ่งมั่นในการบรรลุเป้าหมายที่ตนต้องการ จึงทำให้ผลงานออกมามีปริมาณและคุณภาพ

วัยรุ่นจะต้องมีการแข่งขันทั้งกับเพื่อนหรือวัยรุ่นคนอื่น ๆ เพื่อให้ได้รับคำชื่นชม หรือแข่งขันเพื่ออนาคตที่ดีของตนเอง เช่น การสอบแข่งขันเข้ามหาวิทยาลัย การสอบแข่งขันความเป็นเลิศทางวิชาการ การแข่งขันกีฬา



๕) พฤติกรรมการช่วยเหลือ

เป็นการให้ความช่วยเหลือในเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่จำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลอื่น

วัยรุ่นจะได้เรียนรู้จากการใช้ชีวิตในสังคม เริ่มตั้งแต่การช่วยเหลือบุคคลในครอบครัว การช่วยเหลือเพื่อนที่โรงเรียน และการช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคม เมื่อเห็นผู้ที่ได้รับความช่วยเหลือพ้นจากความทุกข์ ก็จะทำให้เกิดความสุข สบายใจ ได้รับคำชื่นชมจึงมีความพร้อมและต้องการช่วยเหลือผู้อื่นเสมอ

๒.๑ ความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

จากสภาพปัญหาของวัยรุ่นในยุคปัจจุบันทำให้สังคมมีความคาดหวังให้วัยรุ่นอยู่บ้าน ไม่ให้เที่ยวเตร่มั่วสุม รู้จักเข้าวัดฟังธรรม หรือสถานที่สำคัญทางศาสนาที่ตนนับถือ เพื่อทบทวนชีวิต ความคิด และอุดมการณ์ ให้รู้จักตระหนักในอนาคตของตนเอง รู้เป้าหมายในชีวิต มีนิสัยสุขุม รอบคอบ และไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือสารเสพติดที่เป็นต้นเหตุให้วัยรุ่นเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา



“วัยรุ่นยุคใหม่ อยู่บ้าน
เข้าวัด ทบทวนชีวิต
ความคิดอุดมการณ์
งดดื่มเหล้านะครับ”



สังคมมีความคาดหวังต่อวัยรุ่นทั้ง
ชายและหญิง ว่าจะต้องเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มี
คุณภาพ เพื่อพัฒนาสังคมให้เจริญต่อไปใน
อนาคต ดังนั้นวัยรุ่นจึงควรมีความคิด
แยกแยะสภาพปัญหาทางสังคมที่เกิดขึ้น
เพื่ออนาคตของตนเอง

ความอยากรู้อยากลองของวัยรุ่น
ในทางที่ถูกต้องจะทำให้ตนเองมีประสบการณ์
และเป็นการพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้ของ
ตนเอง



๓. สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและการ ของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่เริ่มสนใจศึกษา ค้นหา ทดลองสิ่งใหม่ที่ตนพอใจ ไม่ว่าจะ
จะเป็นเรื่องเพศตรงข้าม แฟชั่นต่าง ๆ หรือเทคโนโลยีใหม่ ๆ

ถ้าวัยรุ่นได้รับการกระตุ้นจากสิ่งแวดล้อมที่ชั่วร้าย ก็จะมีแนวโน้มที่จะ
สนองต่อความต้องการของตนได้ง่าย และก่อให้เกิดพฤติกรรมเลียนแบบต่าง ๆ
ตามค่านิยมของสังคม



สื่อโฆษณาเครื่องสำอางมีอิทธิพล
ต่อการบริโภคของวัยรุ่น



สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลไม่ว่าจะเป็นโทรทัศน์ วิทยุ สื่อสิ่งพิมพ์ หรืออินเทอร์เน็ต เป็นสื่อที่มีทั้งข้อดีและข้อเสีย ปัจจุบันภัยที่เกิดขึ้นจากสื่อและเทคโนโลยีสมัยใหม่มีมากขึ้น วัยรุ่นหลายคนตกเป็นเหยื่อไม่ว่าจะเป็น การแต่งกาย อาหาร เกมออนไลน์ การติดต่อเพศตรงข้ามผ่านอินเทอร์เน็ต



ตัวอย่าง

สื่อโฆษณาที่ไม่เหมาะสมและมีอิทธิพล
ต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการในวัยรุ่น

ชุดชั้นในอินฟราเรด
ช่วยสลายไขมัน
กระชับสัดส่วน

รังสีอินฟราเรด เป็นชนิด
เดียวกันกับ รังสีไมโครเวฟ คลื่นวิทยุ
ซึ่งไม่มีผลต่อการลดไขมัน การใช้คำ
ทางวิทยาศาสตร์ มาใช้กับโฆษณา
เพื่อเพิ่มคุณค่าให้ตัวสินค้าดูทันสมัย
น่าเชื่อถือ โดยที่ข้อมูลที่ใช้ในโฆษณานั้น
ยังไม่มีหลักฐานหรือข้อเท็จจริงมายืนยัน



กาแฟสำเร็จรูปจำนวนมาก
โฆษณาว่าดื่มแล้วสามารถลดน้ำหนักได้
ภายใน ๒ สัปดาห์ ซึ่งความจริงแล้ว
ส่วนประกอบที่มีในกาแฟยังไม่มีสารวิจัย
ทางวิชาการยืนยันว่ามีผลในการลด
น้ำหนัก หรือทำให้ผิวพรรณดี นอกจากนี้
การดื่มกาแฟเป็นประจำ จะทำให้น้ำหนัก
ตัวเพิ่มจากการเติมน้ำตาล นม ครีม และ
ทำให้หัวใจทำงานหนัก เพราะได้รับ
คาเฟอีน

กาแฟลดความอ้วน
ดื่มแล้วหุ่นดี
ผอมเพรียวทันใจ

**ครีมทาผิว ฝ้า
หน้าขาวใส...บรีงค์**

โฆษณาครีมทาผิวหนึ่ง ทำให้
หน้าขาวใส ไร้สิ่วฝ้า ส่วนใหญ่จะใช้
นางแบบที่หน้าขาวใส มาประกอบ
โฆษณา เพื่อดึงดูดลูกค้า ซึ่งความจริง
ครีมเหล่านี้จะมีสารเคมีอันตรายที่ทาง
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.)
สั่งห้ามใช้ เพราะอาจเกิดผลข้างเคียง
ต่อใบหน้า ทำให้หน้าเป็นด่างดำ หรือเป็นสิ่ว
ที่รักษาไม่หาย



ปัญหาสื่อโฆษณาที่ไม่เหมาะสม ส่งผลกระทบต่อสังคมอย่างมาก โดยเฉพาะกับวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มเสี่ยงในโฆษณาทางโทรทัศน์ที่เกี่ยวกับรูปร่าง หน้าตา ผิวพรรณ เช่น ครีมทำให้ผิวขาว อาหารเสริม อาหารลดความอ้วน ซึ่งมีผลต่อการเจริญเติบโตของวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นหลงเชื่อซื้อมารับประทาน ทำให้เสียเงินโดยใช่เหตุแล้วอาจจะมีผลต่อสุขภาพด้วย



ผังสรุปสาระสำคัญ

การเจริญเติบโตและการพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย

๑. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา แต่ละช่วงของชีวิต

มนุษย์จะมีการเจริญเติบโตและการเปลี่ยนแปลงไปตามวัยในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งหากทุกด้านมีความเปลี่ยนแปลงอย่างเหมาะสม ก็จะทำให้มีพัฒนาการของชีวิตที่ดี

๒. อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

ค่านิยม ความเชื่อ ทศนคติของการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคม มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นและวัยรุ่นถูกคาดหวังโดยสังคม ให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดี เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคม

๓. สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของวัยรุ่น

สื่อโฆษณาต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพในวัยรุ่น อาจชักนำและกระตุ้นให้เกิดการเลียนแบบตามสื่อโฆษณาได้ จึงควรเลือกบริโภคสื่อโฆษณาอย่างชาญฉลาด