



Περιεχόμενα

Ένα προσωπικό σημείωμα προς τους φοιτητές	19
Εισαγωγικό σημείωμα για τους καθηγητές	20

ΜΕΡΟΣ Ι

ΘΕΩΡΙΑ ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΑ ΣΤΗΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ



κεφάλαιο 1

Ιστορία, θεωρία και ερευνητικές στρατηγικές

Ένας επιστημονικός, εφαρμοσμένος και διεπιστημονικός κλάδος	39
Βασικά ζητήματα	39
Συνεχής ή ασυνεχής ανάπτυξη;	40
Μία πορεία ανάπτυξης ή πολλές;	41
Σχετική επίδραση της φύσης και της ανατροφής;	41
Η προσέγγιση της διά βίου ανάπτυξης: Μια ισορροπημένη άποψη	42
Η ανάπτυξη είναι διαρκής	43
Η ανάπτυξη είναι πολυδιάστατη και πολυκατευθυντική	43
Η ανάπτυξη είναι εύπλαστη	44
Η ανάπτυξη επηρεάζεται από πολλαπλές, αλληλεπιδραστικές δυνάμεις	45
■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Ψυχική ανθεκτικότητα	46
■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Η γενιά των baby boomers αναδιαμορφώνει την πορεία της ζωής	48
Οι απαρχές της επιστήμης	48
Δαρβίνος: Ο προπάτορας της επιστημονικής μελέτης του παιδιού	48
Η κανονιστική περίοδος	50
Το κίνημα των τεστ νοημοσύνης	50
Θεωρίες στα μέσα του εικοστού αιώνα	50
Η ψυχαναλυτική προσέγγιση	51
Ο συμπεριφορισμός και η θεωρία της κοινωνικής μάθησης	53
Η γνωστική-αναπτυξιακή θεωρία του Piaget	55
Πρόσφατες θεωρητικές προσεγγίσεις	57
Η επεξεργασία πληροφοριών	57
Η αναπτυξιακή νευροεπιστήμη	58
Η ηθολογία και η εξελικτική αναπτυξιακή ψυχολογία	60
Η κοινωνικοπολιτισμική θεωρία του Vygotsky	61
Η θεωρία των οικολογικών συστημάτων	62
■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ Το οικογενειακό χάος υπονομεύει την ευημερία γονέων και παιδιών	64
Σύγκριση και αξιολόγηση των θεωριών	66
Μελετώντας την ανάπτυξη	66
Οι συνήθειες ερευνητικές μέθοδοι	66
Οι γενικοί ερευνητικοί σχεδιασμοί	72
■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Παιδιά μεταναστών: Προσαρμογή στη νέα χώρα	73
Οι σχεδιασμοί για τη μελέτη της ανάπτυξης	76
Δεοντολογία στην έρευνα της διά βίου ανάπτυξης	80
Περίληψη	82
Σημαντικοί όροι και έννοιες	85

ΜΕΡΟΣ ΙΙ

ΟΙ ΒΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ



κεφάλαιο 2

Γενετικές και περιβαλλοντικές βάσεις

Γενετικές βάσεις	88
Ο γενετικός κώδικας	88
Τα φυλετικά κύτταρα	89
Αγόρι ή κορίτσι;	89
Πολλαπλοί απόγονοι	90
Μοντέλα αλληλεπίδρασης μεταξύ γονιδίων	92
Χρωμοσωμικές ανωμαλίες	95
Επιλογές αναπαραγωγής	97
Γενετική συμβουλευτική	97
■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ Τα υπέρ και τα κατά των τεχνολογιών αναπαραγωγής	98
Προγεννητικός έλεγχος και εμβρυϊκή ιατρική	101
Υιοθεσία	102
Τα περιβαλλοντικά πλαίσια της ανάπτυξης	103
Η οικογένεια	104
Κοινωνικοοικονομικό επίπεδο και λειτουργία της οικογένειας	106
Φτώχεια	106
Ευμάρεια	108
Πέρα από την οικογένεια: Γειτονιές και σχολεία	109
Το πολιτισμικό πλαίσιο	111
■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Η αφροαμερικανική εκτεταμένη οικογένεια	112
Κατανοώντας τη σχέση ανάμεσα στην κληρονομικότητα και το περιβάλλον	116
Το ερώτημα «Πόσο;»	117
Το Ερώτημα «Πώς;»	119
■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Η γενοκτονία των Τούτσι και η επιγενετική μετάδοση του μητρικού στρες στα παιδιά	123
Περίληψη	124
Σημαντικοί όροι και έννοιες	126



κεφάλαιο 3

Προγεννητική ανάπτυξη, γέννηση και το νεογέννητο βρέφος

Προγεννητική ανάπτυξη	130
Σύλληψη	130
Βλαστική περίοδος	131
Εμβρυονική περίοδος	133
Εμβρυϊκή περίοδος	134
Προγεννητικές περιβαλλοντικές επιδράσεις	136
Τερατογόνα	136
Άλλοι μητρικοί παράγοντες	145
■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ Η συνεργασία νοσηλεύτη/ εύτριας-οικογένειας: Μείωση του μητρικού άγχους και βελτίωση της ανάπτυξης του παιδιού μέσω κοινωνικής στήριξης	147
Η σημασία της προγεννητικής φροντίδας	148
Τοκετός	150



κεφάλαιο 6

Συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη στη βρεφική και νηπιακή ηλικία 264

Η θεωρία του Erikson για τη βρεφική και νηπιακή προσωπικότητα	266
Θεμελιώδης εμπιστοσύνη έναντι δυσπιστίας	266
Αυτονομία έναντι ντροπής και αμφιβολίας	266
Συναισθηματική ανάπτυξη	267
Βασικά συναισθήματα	267
■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Γονική κατάθλιψη και παιδική ανάπτυξη	270
Κατανόηση και ανταπόκριση στα συναισθήματα των άλλων	270
Ανάδυση των αυτεπίγνωντων συναισθημάτων	272
Απαρχές της συναισθηματικής αυτορρύθμισης	272
Ιδιοσυγκρασία και ανάπτυξη	274
Η δομή της ιδιοσυγκρασίας	274
Αξιολόγηση της ιδιοσυγκρασίας	276
Σταθερότητα της ιδιοσυγκρασίας	276
■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Ανάπτυξη της ντροπαλότητας και της κοινωνικότητας	277
Γενετικές και περιβαλλοντικές επιδράσεις	278
Ιδιοσυγκρασία και ανατροφή του παιδιού: Το μοντέλο της καλής προσαρμογής	281
Ανάπτυξη του δεσμού	282
Η ηθολογική θεωρία του Bowlby	283
Αξιολόγηση της ασφάλειας του δεσμού	284
Σταθερότητα του δεσμού	286
Πολιτισμικές διακυμάνσεις	286
Παράγοντες που επηρεάζουν την ασφάλεια του δεσμού	287
■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ Οι υπηρεσίες παιδικής φροντίδας στη βρεφική ηλικία απειλούν την ασφάλεια του δεσμού και τη μεταγενέστερη προσαρμογή;	290
Πολλαπλοί δεσμοί	292
■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Ο ρόλος της πατρικής εμπλοκής στην ανάπτυξη των παιδιών	294
Δεσμός και μελλοντική ανάπτυξη	295
Αυτοανάπτυξη	296
Αυτεπίγνωση	296
Κατηγοριοποίηση του εαυτού	298
Αυτοέλεγχος	299
Περίληψη	301
Σημαντικοί όροι και έννοιες	303
ΟΡΟΣΗΜΑ Ανάπτυξη στη βρεφική και νηπιακή ηλικία	304

ΜΕΡΟΣ IV

ΠΡΩΙΜΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ: ΔΥΟ ΕΩΣ ΕΞΙ ΕΤΩΝ



κεφάλαιο 7

Σωματική και γνωστική ανάπτυξη στην πρώιμη παιδική ηλικία 306

ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ	308
Ένα σώμα και ένας εγκέφαλος που αλλάζουν	308
Σκελετική ανάπτυξη	309
Ανάπτυξη του εγκεφάλου	309

Επιδράσεις στη σωματική ανάπτυξη και υγεία	312
Κληρονομικότητα και ορμόνες	312
Διατροφή	312
Μεταδοτικές ασθένειες	314
Παιδικοί τραυματισμοί	315
Κινητική ανάπτυξη	317
Ανάπτυξη αδρής κινητικότητας	317
Ανάπτυξη λεπτής κινητικότητας	318
Ατομικές διαφορές στις κινητικές δεξιότητες	320
■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Γιατί τα παιδιά από ασιατικούς πολιτισμούς έχουν πιο αναπτυγμένες σχεδιαστικές δεξιότητες;	321
ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ	322
Η θεωρία του Piaget: Το προσυλλογιστικό στάδιο	322
Εξελίξεις στη νοητική αναπαράσταση	322
Παιχνίδι προσποίησης	322
Σχέσεις συμβολικού-πραγματικού κόσμου	324
Περιορισμοί της προσυλλογιστικής σκέψης	325
Έρευνα παρακολούθησης στην προσυλλογιστική σκέψη	327
Αξιολόγηση του προσυλλογιστικού σταδίου	329
Piaget και εκπαίδευση	331
Η κοινωνικοπολιτισμική θεωρία του Vygotsky	331
Εσωτερικός λόγος	331
Κοινωνικές καταβολές της νόησης στην πρώιμη παιδική ηλικία	332
Vygotsky και εκπαίδευση στην πρώιμη παιδική ηλικία	333
Αξιολόγηση της θεωρίας του Vygotsky	334
Επεξεργασία πληροφοριών	334
■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Παιδιά σε αγροτικές και φυλτικές κουλτούρες παρατηρούν και συμμετέχουν στις εργασίες των ενηλίκων	335
Εκτελεστική λειτουργία	335
Μνήμη	338
Η θεωρία του νου του μικρού παιδιού	340
Γραμματισμός στην πρώιμη παιδική ηλικία	342
■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Αυτισμός και θεωρία του νου	343
Μαθηματικός συλλογισμός στην πρώιμη παιδική ηλικία	345
Ατομικές διαφορές στη νοητική ανάπτυξη	346
Οικογενειακό περιβάλλον και νοητική ανάπτυξη	346
Προνήπιο, νηπιαγωγείο και υπηρεσίες παιδικής φροντίδας	347
Εκπαιδευτικά ψηφιακά μέσα	350
Γλωσσική ανάπτυξη	352
Λεξιλόγιο	352
Γραμματική	354
Συνομιλία	355
Υποστήριξη της εκμάθησης της γλώσσας στην πρώιμη παιδική ηλικία	356
Περίληψη	357
Σημαντικοί όροι και έννοιες	360



κεφάλαιο 8


Συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη στην πρώιμη παιδική ηλικία 362

Η θεωρία του Erikson: Πρωτοβουλία έναντι ενοχής	364
Κατανόηση του εαυτού	364
■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Πολιτισμικές διακυμάνσεις στην αφήγηση προσωπικών ιστοριών: Επιπτώσεις στην πρώιμη αυτοαντίληψη	365
Οι βάσεις της αυτοαντίληψης	365
Η ανάδυση της αυτοεκτίμησης	366


Συναισθηματική ανάπτυξη	367
Κατανόηση του συναισθήματος	367
Συναισθηματική αυτορρύθμιση	368
Αυτεπίγνωτα συναισθήματα	369
Ενσυναίσθηση και συμπόνια	370
Σχέσεις με τους συνομηλίκους	371
Εξελίξεις στην κοινωνικότητα μεταξύ συνομηλίκων	371
Πρώτες φίλιες	374
Σχέσεις με τους συνομηλίκους και σχολική ετοιμότητα	374
Γονικές επιδράσεις στις πρώιμες σχέσεις με τους συνομηλίκους	374
Οι βάσεις της ηθικής και της επιθετικότητας	375
Η ψυχαναλυτική προσέγγιση	376
Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης	377
■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Εθνικές διαφορές στις συνέπειες της σωματικής τιμωρίας	380
Η γνωστική-αναπτυξιακή προσέγγιση	382
Η άλλη πλευρά της ηθικής: Η ανάπτυξη της επιθετικότητας	383
Έμφυλη τυποποίηση	387
Πεποιθήσεις και συμπεριφορές βασισμένες στα έμφυλα στερεότυπα	388
Βιολογικές επιδράσεις στην έμφυλη τυποποίηση	388
Περιβαλλοντικές επιδράσεις στην έμφυλη τυποποίηση	389
Έμφυλη ταυτότητα	391
Μειώνοντας τα έμφυλα στερεότυπα στα μικρά παιδιά	393
■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Διεμφυλικά παιδιά	394
Ανατροφή του παιδιού και συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη	395
Τύποι ανατροφής	395
Τι καθιστά τον δημοκρατικό τύπο ανατροφής αποτελεσματικό;	397
Πολιτισμικές διακυμάνσεις	398
Παιδική κακομεταχείριση	399
Περίληψη	403
Σημαντικοί όροι και έννοιες	405
ΟΡΟΣΗΜΑ Ανάπτυξη στην πρώιμη παιδική ηλικία	406

ΜΕΡΟΣ V

ΜΕΣΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ: ΕΞΙ ΕΩΣ ΕΝΤΕΚΑ ΕΤΩΝ

 κεφάλαιο 9	
Σωματική και γνωστική ανάπτυξη στη μέση παιδική ηλικία	408
ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ	410
Ανάπτυξη του σώματος	410
Συνηθισμένα προβλήματα υγείας	411
Διατροφή	411
Περιττό βάρος και παχυσαρκία	411
■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ Στρεσογόνοι οικογενειακοί παράγοντες και παιδική παχυσαρκία	412
Όραση και ακοή	415
Ασθένειες	415
Ακούσιοι τραυματισμοί	416
Κινητική ανάπτυξη και παιχνίδι	417
Ανάπτυξη της αδρής κινητικότητας	417
Ανάπτυξη της λεπτής κινητικότητας	418
Διαφυλικές διαφορές	419
Παιχνίδια με κανόνες	419

Αθλήματα για παιδιά οργανωμένα από ενήλικες	420
Σκιάς του εξελικτικού παρελθόντος μας	421
Φυσική αγωγή	422
ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ	422
Η θεωρία του Piaget: Το στάδιο των συγκεκριμένων νοητικών λειτουργιών	423
Συγκεκριμένη λογική σκέψη	423
Περιορισμοί της συγκεκριμένης λογικής σκέψης	425
Έρευνες παρακολούθησης στη συγκεκριμένη λογική σκέψη	425
Επεξεργασία πληροφοριών	427
Εκτελεστική λειτουργία	427
■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Παιδιά με Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής - Υπερκινητικότητα	429
Μνημονικές στρατηγικές	431
Γνώση και μνήμη	432
Πολιτισμός, σχολική εκπαίδευση και μνημονικές στρατηγικές	432
Η θεωρία του νου του παιδιού σχολικής ηλικίας	433
Γνωστική αυτορρύθμιση	433
Εφαρμογές της επεξεργασίας πληροφοριών στη σχολική μάθηση	434
Ατομικές διαφορές στη νοητική ανάπτυξη	437
Ορισμός και μέτρηση της νοημοσύνης	437
Άλλες προσπάθειες ορισμού της νοημοσύνης	438
Εξηγώντας τις ατομικές και ομαδικές διαφορές στον ΔΝ	440
■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Το φαινόμενο Flynn:	443
Σημαντική αύξηση στον ΔΝ της νεότερης γενιάς	443
Γλωσσική ανάπτυξη	446
Λεξιλόγιο και γραμματική	446
Πραγματολογία	447
Μαθαίνοντας δύο γλώσσες	447
Μάθηση στο σχολείο	449
Εκπαιδευτικές φιλοσοφίες	450
Αλληλεπίδραση δασκάλου-μαθητή και πρακτικές ομαδοποίησης	451
Εκπαίδευση των παιδιών με ειδικές ανάγκες	452
■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ Σχολεία-μαγνήτες:	453
Ισοτιμία πρόσβασης σε εκπαίδευση υψηλής ποιότητας	453
Πόσο καλά μορφωμένα είναι τα παιδιά στις ΗΠΑ;	456
Περίληψη	458
Σημαντικοί όροι και έννοιες	461

 κεφάλαιο 10	
Συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη στη μέση παιδική ηλικία	462
Η θεωρία του Erikson: Φιλοπονία έναντι κατωτερότητας	464
Αυτοκατανόηση	464
Αυτοαντίληψη	464
Αυτοεκτίμηση	465
Επιδράσεις στην αυτοεκτίμηση	466
Συναισθηματική ανάπτυξη	470
Αυτεπίγνωτα συναισθήματα	471
Συναισθηματική κατανόηση	471
Συναισθηματική αυτορρύθμιση	472
Ηθική ανάπτυξη	473
Κατανόηση της ηθικής και των κοινωνικών συμβάσεων	473
Κατανόηση των ατομικών δικαιωμάτων	474
Πολιτισμός και ηθική κατανόηση	474
Κατανοώντας την πολυπολιτισμικότητα και την ανισότητα	475
Σχέσεις μεταξύ συνομηλίκων	477

Ομάδες συνομηλίκων	477	Σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις	527
Φιλίες	478	■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ Λεσβίες, γκέι και αμφιφυλόφιλοι	
Αποδοχή από τους συνομηλίκους	479	έφηβοι: Η παραδοχή στον εαυτό και στους άλλους	528
■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Οι θύτες και τα θύματα του εκφοβισμού	481	Εγκυμοσύνη και γονεϊκότητα στην εφηβεία	529
Έμφυλη τυποποίηση	483	Χρήση και κατάχρηση ουσιών	533
Έμφυλες στερεοτυπικές πεποιθήσεις	483	ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ	535
Έμφυλη ταυτότητα και συμπεριφορά	484	Η θεωρία του Piaget: Το στάδιο των τυπικών νοητικών λειτουργιών	536
Οικογενειακές επιδράσεις	485	Υποθετικός-παραγωγικός συλλογισμός	536
Σχέσεις γονέα-παιδιού	485	Προτασιακή σκέψη	536
Αδέρφια	486	Επαναληπτική έρευνα για την τυπική λειτουργική σκέψη	537
Μοναχοπαίδια	487	Μια θεώρηση της γνωστικής ανάπτυξης των εφήβων υπό το πρίσμα της επεξεργασίας πληροφοριών	539
Διαζύγιο	487	Επιστημονικός συλλογισμός: Συνδέοντας τη θεωρία με την πράξη	539
Μεικτές οικογένειες	491	Πώς αναπτύσσεται ο επιστημονικός συλλογισμός	540
Εργαζόμενες μητέρες και οικογένειες με διπλό εισόδημα	492	Οι επιπτώσεις από τις γνωστικές αλλαγές στην εφηβεία	541
Μερικά συνήθη προβλήματα της ανάπτυξης	494	Αυτοσυνείδηση και αυτοεστίαση	541
Φόβοι και άγχη	494	Ιδεαλισμός και κριτική	543
Παιδική σεξουαλική κακοποίηση	495	Λήψη αποφάσεων	543
■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Η επίδραση της εθνικής και πολιτικής βίας στα παιδιά	496	Διαφυλικές διαφορές στις νοητικές ικανότητες	544
Προάγοντας την ψυχική ανθεκτικότητα στη μέση παιδική ηλικία	497	Λεκτικές ικανότητες	544
■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ Καταθέσεις παιδιών ως αυτοπτών μαρτύρων	498	Μαθηματικές ικανότητες	545
Περίληψη	500	■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Διαφυλικές διαφορές στις χωρικές δεξιότητες	546
Σημαντικοί όροι και έννοιες	502	Η μάθηση στο σχολείο	548
ΟΡΟΣΗΜΑ Ανάπτυξη στη μέση παιδική ηλικία	504	Αλλαγή εκπαιδευτικής βαθμίδας	548
		Η ακαδημαϊκή επίδοση	549

ΜΕΡΟΣ VI

ΕΦΗΒΕΙΑ: Η ΜΕΤΑΒΑΣΗ ΣΤΗΝ ΕΝΗΛΙΚΙΩΣΗ



κεφάλαιο 11

Σωματική και γνωστική ανάπτυξη στην εφηβεία

506

ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

508

Θεωρίες για την εφηβεία

508

Η βιολογική οπτική

508

Η κοινωνική οπτική

508

Μια ισορροπημένη θεώρηση

508

Ήβη: Η σωματική μετάβαση στην ενήλικη ζωή

509

Ορμονικές αλλαγές

509

Σωματική ανάπτυξη

509

Κινητική ανάπτυξη και σωματική δραστηριότητα

511

Σεξουαλική ωρίμανση

512

Ατομικές διαφορές στην ανάπτυξη κατά την ήβη

513

Η ανάπτυξη του εγκεφάλου

515

Αλλαγές στις φάσεις εγρήγορσης

516

Οι ψυχολογικές επιπτώσεις των γεγονότων της ήβης

516

Αντιδράσεις στις αλλαγές κατά την ήβη

516

Η αλλαγή, τα συναισθήματα και η κοινωνική συμπεριφορά κατά την ήβη

518

Ηλικία έναρξης της ήβης

519

Ζητήματα υγείας

521

Διατροφικές ανάγκες

521

Διαταραχές πρόσληψης τροφής

522

Σεξουαλικότητα

523



κεφάλαιο 12

Συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη στην εφηβεία

560

Η θεωρία του Erikson: Ταυτότητα έναντι σύγχυσης ρόλων

562

Κατανόηση του εαυτού

562

Αλλαγές στην αυτοαντίληψη

562

Αλλαγές στην αυτοεκτίμηση

563

Η πορεία προς τη διαμόρφωση της ταυτότητας

564

Τύποι ταυτότητας και ψυχολογική ευεξία

565

Επιδράσεις στην ανάπτυξη της ταυτότητας

566

■ **ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ** Η ανάπτυξη της ταυτότητας των εφήβων που ανήκουν σε εθνικές μειονότητες

567

Ηθική ανάπτυξη

569

Η θεωρία του Kohlberg για την ηθική ανάπτυξη

569

Υπάρχουν διαφορές μεταξύ των δύο φύλων ως προς τον ηθικό συλλογισμό;

572

Συνεκτίμηση ηθικών, κοινωνικών-συμβατικών και προσωπικών προβληματισμών

573

Παράγοντες που επηρεάζουν τον ηθικό συλλογισμό

574

Ηθικός συλλογισμός και συμπεριφορά

575

Θρησκευτική εμπλοκή και ηθική ανάπτυξη

576

■ **ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ** Ανάπτυξη της κοινωνικής συμμετοχής

577


Περαιτέρω προκλήσεις για τη θεωρία του Kohlberg

578

Η οικογένεια	579	Η επαγγελματική προετοιμασία νεαρών ενηλίκων χωρίς πανεπιστημιακή εκπαίδευση	637
Σχέσεις γονέων-εφήβων	579		
Οικογενειακές συνθήκες	581	■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Ο ανδρισμός στην εργασία: Άνδρες που επιλέγουν μη παραδοσιακά επαγγέλματα	638
Αδέρφια	582		
Σχέσεις με τους συνομηλίκους	582	Περίληψη	640
Φιλίες	582	Σημαντικοί όροι και έννοιες	642
Κλίκες και πλήθη	586		
Σχέσεις με το άλλο φύλο	587		
Προβλήματα της ανάπτυξης	589		
Κατάθλιψη	589		
Αυτοκτονία	590		
Παραβατικότητα	592		
■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Δύο διαδρομές προς την εφηβική παραβατικότητα	594		
Περίληψη	596		
Σημαντικοί όροι και έννοιες	597		
ΟΡΟΣΗΜΑ Ανάπτυξη στην εφηβεία	598		


ΜΕΡΟΣ VII

ΠΡΩΙΜΗ ΕΝΗΛΙΚΗ ΖΩΗ

 κεφάλαιο 13		κεφάλαιο 14	
Σωματική και γνωστική ανάπτυξη στην πρώιμη ενήλικη ζωή	600	Συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη στην πρώιμη ενήλικη ζωή	644
ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ	602	Μια βαθμιαία μετάβαση: Η αναδυόμενη ενηλικίωση	646
Η βιολογική γήρανση είναι σε εξέλιξη στην πρώιμη ενήλικη ζωή	602	Πρωτόγνωρη εξερεύνηση	646
Η γήρανση σε επίπεδο DNA και σωματικών κυττάρων	602	Πολιτισμική αλλαγή, πολιτισμική ποικιλομορφία και αναδυόμενη ενηλικίωση	650
■ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ Το μήκος του τελομερούς: Ένας δείκτης της επίδρασης των συνθηκών ζωής στη βιολογική γήρανση	603	■ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ Είναι πράγματι η αναδυόμενη ενηλικίωση ένα διακριτό στάδιο της ανάπτυξης;	651
Η γήρανση σε επίπεδο ιστών και των οργάνων	604	Επικινδυνότητα και ανθεκτικότητα κατά την αναδυόμενη ενηλικίωση	652
Σωματικές αλλαγές	605	Η θεωρία του Erikson: Οικειότητα έναντι απομόνωσης	654
Καρδιαγγειακό και αναπνευστικό σύστημα	605	Άλλες θεωρίες για την ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των ενηλίκων	654
Κινητική επίδοση	607	Οι εποχές της ζωής του Levinson	655
Ανοσοποιητικό σύστημα	608	Η θεωρία της προσαρμογής στη ζωή του Vaillant	655
Αναπαραγωγική ικανότητα	609	Το κοινωνικό ρολόι	656
Υγεία και φυσική κατάσταση	610	Στενές σχέσεις	657
Διατροφή	611	Έρωτας	657
Σωματική άσκηση	614	■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ Τύποι δεσμού στην παιδική ηλικία και σχέσεις με συντρόφους στην ενήλικη ζωή	659
Κατάχρηση ουσιών	616	Φιλίες	662
Σεξουαλικότητα	618	Ο κύκλος ζωής της οικογένειας	664
Ψυχολογικό στρες	625	Αποχώρηση από το σπίτι των γονέων	665
ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ	626	Ένωση οικογενειών μέσω του γάμου	666
Αλλαγές στη δομή της σκέψης	627	■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ Η κακοποίηση μεταξύ των συντρόφων	670
Επιστημική νόηση	627	Γονεϊκότητα	672
Πραγματιστική σκέψη και γνωστική-συγκινησιακή πολυπλοκότητα	629	Η διαφορετικότητα των ενηλίκων τρόπων ζωής	676
Ειδημοσύνη και δημιουργικότητα	630	Εργénικη ζωή	676
Η εμπειρία του πανεπιστημίου	631	Συμβίωση	677
Η ψυχολογική επίδραση της φοίτησης στο πανεπιστήμιο	632	Ατεκνία	679
Εγκατάλειψη των σπουδών	632	Διαζύγιο και νέος γάμος	679
■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ Πόσο σημαντική είναι η ακαδημαϊκή αφοσίωση στο πανεπιστήμιο για μια επιτυχή μετάβαση στην αγορά εργασίας;	633	Διαφορετικοί τύποι γονεϊκότητας	681
Η επιλογή επαγγέλματος	634	Επαγγελματική ανάπτυξη	684
Επιλέγοντας επάγγελμα	634	Εδραίωση της σταδιοδρομίας	684
Οι παράγοντες που επηρεάζουν την επιλογή επαγγέλματος	635	Γυναίκες και εθνικές μειονότητες	685
		Συνδυάζοντας την εργασία με την οικογένεια	687
		Περίληψη	689
		Σημαντικοί όροι και έννοιες	691
		ΟΡΟΣΗΜΑ Ανάπτυξη στην πρώιμη ενήλικη ζωή	692

ΜΕΡΟΣ VIII

ΜΕΣΗ ΕΝΗΛΙΚΗ ΖΩΗ

 κεφάλαιο 15	
Σωματική και γνωστική ανάπτυξη στη μέση ενήλικη ζωή	694

ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ**Σωματικές αλλαγές**

Όραση	696
Ακοή	697
Δέρμα	697
Σύνθεση μυών-λίπους	698
Σκελετός	698
Αναπαραγωγικό σύστημα	699

■ **ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ** Τα αντιγηραντικά αποτελέσματα μιας διατροφής περιορισμένων θερμίδων

700

■ **ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ** Η εμμηνόπαυση ως βιοπολιτισμικό γεγονός

704

Υγεία και φυσική κατάσταση

Σεξουαλικότητα	705
Ασθένεια και αναπηρία	706
Εχθρότητα και θυμός	712

Προσαρμογή στις σωματικές αλλαγές της μέσης ηλικίας

Διαχείριση του στρες	713
Άσκηση	713
Ψυχική αντοχή	715
Φύλο και γήρανση: Δύο μέτρα και δύο σταθμά	716

■ **ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ** Οι θετικές πλευρές στις αντιξοότητες της ζωής

717

ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

718

Αλλαγές στις νοητικές ικανότητες

Επιδράσεις κοόρτης	719
Αποκρυσταλλωμένη και ρευστή νοημοσύνη	719
Ατομικές και ομαδικές διαφορές	720

Επεξεργασία πληροφοριών

Ταχύτητα επεξεργασίας	722
Εκτελεστική λειτουργία	722
Μνημονικές στρατηγικές	724
Πρακτική επίλυση προβλημάτων και ειδημοσύνη	725
Δημιουργικότητα	727
Επεξεργασία πληροφοριών και πλαίσιο	727

Επαγγελματική ζωή και γνωστική ανάπτυξη

728

Ενήλικοι φοιτητές: Σπουδάζοντας στη μέση ηλικία

729

Χαρακτηριστικά των ενηλίκων που επιστρέφουν στην τριτοβάθμια εκπαίδευση	730
Στηρίζοντας τους ενήλικες που επιστρέφουν στην τριτοβάθμια εκπαίδευση	730

Περίληψη

732

Σημαντικοί όροι και έννοιες

735

**κεφάλαιο 16****Συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη στη μέση ενήλικη ζωή**

736

Η θεωρία του Erikson: Παραγωγικότητα έναντι στασιμότητας

738

Άλλες θεωρίες ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης στη μέση ηλικία

740

■ **ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ** Παραγωγικοί ενήλικες λένε την ιστορία της ζωής τους

741

Η θεωρία του Levinson: Οι εποχές της ζωής	742
Η θεωρία του Vaillant: Προσαρμογή στη ζωή	743
Υπάρχει κρίση της μέσης ηλικίας;	743
Η θεωρία των σταδίων ή των γεγονότων ζωής	745

Σταθερότητα και αλλαγή στην αυτοαντίληψη και την προσωπικότητα

745

Πιθανοί εαυτοί	745
Αυτοαποδοχή, αυτονομία και έλεγχος του περιβάλλοντος	746
Διαχείριση των καθημερινών στρεσογόνων παραγόντων	747

■ **ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ** Ποιοι παράγοντες προάγουν την ψυχολογική ευεξία στη μέση ηλικία;

748

Έμφυλη ταυτότητα	750
Ατομικές διαφορές στα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας	751

Σχέσεις στη μέση ηλικία

753

Γάμος και διαζύγιο	753
Αλλαγή στις σχέσεις γονέων-παιδιών	755
Απόκτηση εγγονιών	757

■ **ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ** Παππούδες και γιαγιάδες που μεγαλώνουν εγγόνια: Η οικογένεια χωρίς ενδιάμεση γενιά

759

Μεσήλικα παιδιά και οι ηλικιωμένοι γονείς τους	760
Αδέρφια	764
Φιλίες	765

Επαγγελματική ζωή

767

Επαγγελματική ικανοποίηση	767
Επαγγελματική ανάπτυξη	768
Αλλαγή σταδιοδρομίας στη μέση ηλικία	770
Ανεργία	771
Προετοιμασία για τη συνταξιοδότηση	771

Περίληψη

773

Σημαντικοί όροι και έννοιες

775

ΟΡΟΣΗΜΑ Ανάπτυξη στη μέση ενήλικη ζωή

776

ΜΕΡΟΣ ΙΧ**ΥΣΤΕΡΗ ΕΝΗΛΙΚΗ ΖΩΗ****κεφάλαιο 17****Σωματική και γνωστική ανάπτυξη στην ύστερη ενήλικη ζωή**

778

ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

780

Προσδόκιμο ζωής

780

Αποκλίσεις στο προσδόκιμο ζωής

780

■ **ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ** Τι μπορούμε να μάθουμε σχετικά με το γήρας από τους αιωνόβιους

782

Το προσδόκιμο ζωής στην ύστερη ενήλικη ζωή

782

Η μέγιστη διάρκεια ζωής

784

Σωματικές αλλαγές

784

Νευρικό σύστημα

785

Αισθητηριακά συστήματα

785

Καρδιαγγειακό και αναπνευστικό σύστημα

789

Ανοσοποιητικό σύστημα

789

Ύπνος

790

Εξωτερική εμφάνιση και κινητικότητα

790

Προσαρμογή στην σωματικές αλλαγές της ύστερης

792

ενήλικης ζωής

792

Υγεία, φυσική κατάσταση και αναπηρία

795

Διατροφή και σωματική άσκηση

797

Σεξουαλικότητα

798

Σωματικές αναπηρίες

800

Νοητικές αναπηρίες

804

■ **ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ: ΥΓΕΙΑ** Παρεμβάσεις για τους φροντιστές ηλικιωμένων απόρων με άνοια

810

Φροντίδα υγείας

811

ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

813

