

Συνοπτικά Περιεχόμενα

Πρόλογος του επιμελητή της έκδοσης 27

Πρόλογος του συγγραφέα 29

Λίγα λόγια για τον συγγραφέα 33

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ: ΟΙ ΑΠΑΡΧΕΣ

1. Εισαγωγή
στη διά βίου ανάπτυξη 35
2. Η αρχή της ζωής:
Προγεννητική ανάπτυξη 76
3. Ο τοκετός
και το νεογέννητο βρέφος 115

ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ: ΒΡΕΦΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

4. Η σωματική ανάπτυξη
στη βρεφική ηλικία 146
5. Η γνωστική ανάπτυξη
στη βρεφική ηλικία 180
6. Η κοινωνική ανάπτυξη και η
ανάπτυξη της προσωπικότητας
στη βρεφική ηλικία 213

ΜΕΡΟΣ ΤΡΙΤΟ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

7. Η σωματική
και η γνωστική ανάπτυξη
στην προσχολική ηλικία 242
8. Η κοινωνική ανάπτυξη
και η ανάπτυξη
της προσωπικότητας
στην προσχολική ηλικία 278

ΜΕΡΟΣ ΤΕΤΑΡΤΟ ΜΕΣΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

9. Η σωματική
και η γνωστική ανάπτυξη
στη μέση παιδική ηλικία 313
10. Η κοινωνική ανάπτυξη
και η ανάπτυξη
της προσωπικότητας
στη μέση παιδική ηλικία 354

ΜΕΡΟΣ ΠΕΜΠΤΟ ΕΦΗΒΕΙΑ

11. Η σωματική
και η γνωστική ανάπτυξη
στην εφηβική ηλικία 384
12. Η κοινωνική ανάπτυξη
και η ανάπτυξη
της προσωπικότητας
στην εφηβική ηλικία 414

ΜΕΡΟΣ ΕΚΤΟ ΠΡΩΙΜΗ ΕΝΗΛΙΚΗ ΖΩΗ

13. Η σωματική
και η γνωστική ανάπτυξη
στην πρώιμη ενήλικη ζωή 446
14. Η κοινωνική ανάπτυξη
και η ανάπτυξη
της προσωπικότητας
στην πρώιμη ενήλικη ζωή 475

ΜΕΡΟΣ ΕΒΔΟΜΟ ΜΕΣΗ ΕΝΗΛΙΚΗ ΖΩΗ

**15. Η σωματική
και η γνωστική ανάπτυξη
στη μέση ενήλικη ζωή** 504

**16. Η κοινωνική ανάπτυξη
και η ανάπτυξη
της προσωπικότητας
στη μέση ενήλικη ζωή** 532

ΜΕΡΟΣ ΟΓΔΟΟ ΥΣΤΕΡΗ ΕΝΗΛΙΚΗ ΖΩΗ

**17. Η σωματική
και η γνωστική ανάπτυξη
στην ύστερη ενήλικη ζωή** 558

**18. Η κοινωνική ανάπτυξη
και η ανάπτυξη
της προσωπικότητας
στην ύστερη ενήλικη ζωή** 587

ΜΕΡΟΣ ΕΝΑΤΟ ΤΟ ΤΕΛΟΣ

**19. Ο θάνατος
και η πορεία προς αυτόν** 614

Βιβλιογραφία 635

Γλωσσάρι 691

Ευρετήριο όρων

Ευρετήριο ονομάτων

Ευχαριστίες για φωτογραφίες, σχήματα και
πίνακες

Αναλυτικά Περιεχόμενα

Πρόλογος του επιμελητή της έκδοσης 27

Πρόλογος του συγγραφέα 29

Λίγα λόγια για τον συγγραφέα 33

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ: ΟΙ ΑΠΑΡΧΕΣ

1. Εισαγωγή στη διά βίου ανάπτυξη 35

Πρόλογος: Σύγχρονες αντιλήψεις 36

Γενική επισκόπηση της διά βίου ανάπτυξης 37

Ορισμός της διά βίου ανάπτυξης 37

Το γνωστικό αντικείμενο
της διά βίου ανάπτυξης 38

Επιμέρους πλευρές στη διά βίου ανάπτυξη 38

Χρονικές περίοδοι και ατομικές διαφορές 39

Η σχέση ανάμεσα στις επιμέρους πλευρές
της ανάπτυξης και στις χρονικές περιόδους 41

Επιδράσεις στην ανάπτυξη 41

Κεντρικά θέματα και ερωτήματα:

Ο ρόλος της κληρονομικότητας
και του περιβάλλοντος στη διά βίου ανάπτυξη 42

Συνεχής ή ασυνεχής ανάπτυξη; 42

Κρίσιμες και ευαίσθητες περίοδοι:

Η επίδραση των περιβαλλοντικών συνθηκών 43

Έμφαση στη διά βίου ανάπτυξη
ή εστίαση σε συγκεκριμένες περιόδους; 44

Η σχετική επίδραση κληρονομικότητας
και περιβάλλοντος στην ανάπτυξη 44

Μεταγενέστερες επιδράσεις
της κληρονομικότητας και του περιβάλλοντος 45

Συνοπτική επισκόπηση 46

Θεωρητικές προσεγγίσεις στη διά βίου ανάπτυξη 46

Η ψυχοδυναμική προσέγγιση:

Εστίαση στον εσωτερικό κόσμο 47

Η ψυχαναλυτική θεωρία του Freud 47

Η ψυχοκοινωνική θεωρία του Erikson 48

Αξιολόγηση της ψυχοδυναμικής προσέγγισης 50

Η συμπεριφορική προσέγγιση:

Εστίαση στην παρατηρούμενη συμπεριφορά 50

Κλασική εξαρτημένη μάθηση:

Υποκατάσταση ερεθίσματος 51

Συντελεστική εξαρτημένη μάθηση 51

Κοινωνική-γνωστική θεωρία μάθησης:

Μάθηση μέσω της μίμησης 52

Αξιολόγηση της συμπεριφορικής προσέγγισης 53

Η γνωστική προσέγγιση:

Μελέτη της αφετηρίας της νόησης 53

Η θεωρία γνωστικής ανάπτυξης του Piaget 53

Προσεγγίσεις επεξεργασίας πληροφοριών 54

Προσεγγίσεις γνωστικής νευροεπιστήμης 55

Η ανθρωπιστική προσέγγιση:

Έμφαση στα μοναδικά
χαρακτηριστικά του ανθρώπου 56

Αξιολόγηση της ανθρωπιστικής θεωρίας 57

Η συναφειακή/αλληλεπιδραστική

προσέγγιση: Μια ευρεία προσέγγιση 57

Η βιο-οικολογική προσέγγιση στην ανάπτυξη 57

Η κοινωνικο-πολιτισμική θεωρία του Vygotsky 59

Εξελικτικές προσεγγίσεις:

Η συνεισφορά των προγόνων

στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς 60

Αξιολόγηση της εξελικτικής προσέγγισης 60

«Ποια προσέγγιση είναι ορθή;»:

Μια λανθασμένη ερώτηση 61

Συνοπτική επισκόπηση 63

Μέθοδοι έρευνας 63

Θεωρίες και υποθέσεις:

Διατύπωση αναπτυξιακών ερωτημάτων 64

Επιλογή ερευνητικής στρατηγικής:

Απαντήσεις στα ερωτήματα 64

Συναφειακές έρευνες 65

Συντελεστής συνάφειας 66

Είδη συναφειακών ερευνών 67

Ψυχοφυσιολογικές μέθοδοι 68

Πείραμα:

Καθορισμός αιτίου και αποτελέσματος 68

Ανεξάρτητη και εξαρτημένη μεταβλητή 69

Επιλογή ερευνητικού πλαισίου 70

Θεωρητική και εφαρμοσμένη έρευνα:

Συμπληρωματικές προσεγγίσεις 71

Μέτρηση των αναπτυξιακών αλλαγών 71

Διαχρονικές έρευνες:

Μέτρηση ατομικών αλλαγών 71

Συγχρονικές έρευνες 72

Έρευνες επάλληλων ομάδων 73

Δεοντολογία και έρευνα 73

Συνοπτική επισκόπηση 74**ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 75****2. Η αρχή της ζωής:****Προγεννητική ανάπτυξη 76****Πρόλογος: Το μέλλον είναι τώρα 77****Η ανάπτυξη στα πρώτα στάδια 77**

Γονίδια και χρωμοσώματα:

Ο κώδικας της ζωής 78

Πολλαπλός τοκετός:

Δύο ή περισσότερα έμβρυα στη θέση ενός 79

Αγόρι ή κορίτσι:

Καθορισμός του φύλου του παιδιού 80

Τα βασικά στοιχεία της γενετικής:

Γονίδια και γνωρίσματα 81

Μεταβίβαση γενετικών πληροφοριών 82

Πολυγονιδιακά γνωρίσματα 82

Το ανθρώπινο γονιδίωμα και η γενετική της συμπεριφοράς:

Αποκρυπτογράφηση του γενετικού κώδικα 83

Κληρονομικές και γενετικές διαταραχές:

Όταν η ανάπτυξη παρεκκλίνει

από το φυσιολογικό 84

Γενετική συμβουλευτική: Η πρόβλεψη

του μέλλοντος από τα γονίδια του παρόντος 87

Προγεννητικός έλεγχος 87

Έλεγχος μελλοντικών προβλημάτων 89

Συνοπτική επισκόπηση 90**Η αλληλεπίδραση****κληρονομικότητας και περιβάλλοντος 90**

Ο ρόλος του περιβάλλοντος

στον τρόπο έκφρασης των γονιδίων:

Από τον γονότυπο στον φαινότυπο 91

Αλληλεπίδραση παραγόντων 91

Η μελέτη της ανάπτυξης: Τα ποσοστά

της κληρονομικότητας και του περιβάλλοντος 92

Έρευνες με ζώα: Ο έλεγχος των γενετικών και των περιβαλλοντικών παραγόντων 92

Αντιπαραβολή συγγένειας και συμπεριφοράς:

Έρευνες με θετά παιδιά,

διδύμους και οικογένειες 93

Γονίδια και περιβάλλον:

Συνεργαζόμενοι παράγοντες 94

Σωματικά γνωρίσματα:

Ομοιότητες στην οικογένεια 94

Νοημοσύνη: Πολλή η έρευνα,

περισσότερες οι αντιπαραθέσεις 94

Γενετικές και περιβαλλοντικές επιδράσεις

στην προσωπικότητα 96

● Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη

Πολιτισμικές διαφορές στη σωματική διέγερση:

Μπορούν οι γενετικοί παράγοντες να καθορίζουν τις φιλοσοφικές απόψεις μιας κοινωνίας; 97

Ψυχολογικές διαταραχές:

Ο ρόλος των γονιδίων και του περιβάλλοντος 98

Μπορούν τα γονίδια

να επηρεάσουν το περιβάλλον; 100

Συνοπτική επισκόπηση 101

Προγεννητική ανάπτυξη 101

Γονιμοποίηση: Η στιγμή της σύλληψης 101

Τα στάδια της προγεννητικής περιόδου:

Η έναρξη της ανάπτυξης 102

Το βλαστικό στάδιο: Από τη γονιμοποίηση
έως τη 2η εβδομάδα της κύησης 102

Το εμβρυονικό στάδιο: 2η-8η εβδομάδα 103

Το εμβρυϊκό στάδιο:

8η εβδομάδα έως τον τοκετό 104

Προβλήματα στην αναπαραγωγική διαδικασία 105

Στείρωση 106

Θέματα δεοντολογίας 107

Αποβολή εμβρύου και άμβλωση 108

Το προγεννητικό περιβάλλον:

Κίνδυνοι για την ανάπτυξη 108

Διατροφή της μητέρας 109

Ηλικία της μητέρας 110

Προγεννητική υποστήριξη της μητέρας 110

Υγεία της μητέρας 110

Χρήση ουσιών από τη μητέρα 111

Χρήση αλκοόλ και κάπνισμα από τη μητέρα 112

Επίδραση του πατέρα

στο προγεννητικό περιβάλλον 113

Συνοπτική επισκόπηση 114**ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ** 114**3. Ο τοκετός****και το νεογέννητο βρέφος** 115**Πρόλογος: Αναμένοντας το απρόσμενο** 116**Γέννηση** 116

Τοκετός:

Η διαδικασία της γέννησης αρχίζει 117

Γέννηση:

Από το έμβρυο στο νεογέννητο βρέφος 118

Η κλίμακα Apgar 119

Κλινική εξέταση του νεογέννητου 119

Εξωτερική εμφάνιση και οι πρώτες επαφές 119

Προσεγγίσεις στον τοκετό: Συγκερασμός
ιατρικής και ατομικών πεποιθήσεων 122

Εναλλακτικές μέθοδοι τοκετού 122

Ποιος παρίσταται στον τοκετό; 124

Πόνος και τοκετός 124

Αναισθησία και χρήση αναλγητικών ουσιών 125

Νοσοκομειακή περίθαλψη μετά τον τοκετό:

Τοκετός και επιστροφή στο σπίτι; 126

Συνοπτική επισκόπηση 126**Επιπλοκές στον τοκετό** 126

Πρόωρα νεογνά:

Πολύ νωρίς, πολύ μικρόσωμα 127

Άκρως λιποβαρή νεογνά:

Τα πιο μικροσκοπικά 129

Αίτια πρόωρου τοκετού

και λιποβαρούς νεογνού 129

Υπερώριμα νεογνά:

Πολύ αργά, πολύ μεγάλοςωμα 130

Τοκετός με καισαρική τομή:

Παρέμβαση στη διαδικασία του τοκετού 130

Βρεφική θνησιμότητα

και γέννηση νεκρού βρέφους:

Η τραγωδία του πρόωρου θανάτου 133

● **Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη**

Ξεπερνώντας τις φυλετικές και

πολιτισμικές διαφορές στη βρεφική θνησιμότητα 133

Επιλόχεια κατάθλιψη: Από τα ύψη

της ευτυχίας στα βάθη της απόγνωσης 136

Συνοπτική επισκόπηση 137**Το φυσιολογικό νεογέννητο βρέφος** 137

Σωματική επάρκεια: Αντιμετωπίζοντας

τις απαιτήσεις του νέου περιβάλλοντος 138

Αισθητηριακές ικανότητες:

Η πρώτη επαφή με τον κόσμο 139

● **Από την έρευνα στην πράξη**

Μαθαίνονται οι γευστικές προτιμήσεις

στην ενδομήτρια ζωή; 140

Πρώιμες ικανότητες μάθησης 141

Κλασική εξαρτημένη μάθηση 141

Συντελεστική εξαρτημένη μάθηση 141
Εξοικείωση 142

Κοινωνική επάρκεια:

Αντιδρώντας στα άλλα πρόσωπα 143

Συνοπτική επισκόπηση 145

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 145

ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ: ΒΡΕΦΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

4. Η σωματική ανάπτυξη στη βρεφική ηλικία 146

Πρόλογος: Με το όνειρο του ύπνου 147

Ανάπτυξη και σταθερότητα 147

Σωματική ανάπτυξη: Οι ταχείς ρυθμοί
της βρεφικής ηλικίας 147

Τέσσερις αρχές-νόμοι της ανάπτυξης 149

Νευρικό σύστημα και εγκέφαλος:

Τα θεμέλια της ανάπτυξης 149

Συναπτικό «κλάδεμα» 151

Περιβαλλοντικές επιδράσεις
στην ανάπτυξη του εγκεφάλου 152

Συντονισμός των λειτουργιών
του σώματος: Οι κύκλοι ζωής
της βρεφικής ηλικίας 153

Ρυθμοί και καταστάσεις 153

Ύπνος: Ονειρεύονται τα βρέφη; 154

Σύνδρομο αιφνίδιου βρεφικού θανάτου:

Μια απροσδόκητη αιτία θανάτου 157

Συνοπτική επισκόπηση 158

Κινητική ανάπτυξη 158

Αντανακλαστικά: Οι εγγενείς
σωματικές δεξιότητες 159

Τα βασικά αντανακλαστικά 159

Εθνοτικές και πολιτισμικές διαφορές
και ομοιότητες στα αντανακλαστικά 161

Κινητική ανάπτυξη κατά τη βρεφική ηλικία:

Τα σχετικά επιτεύγματα-ορόσημα 161

Αδρές κινητικές δεξιότητες 162

Λεπτές κινητικές δεξιότητες 162

Θεωρία δυναμικών συστημάτων 163

Τυπική αναπτυξιακή συμπεριφορά:

Η σύγκριση του ατόμου με την ομάδα 163

● Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη

Οι πολιτισμικές διαστάσεις

της κινητικής ανάπτυξης 164

Διατροφή στη βρεφική ηλικία:

Η «τροφοδοσία» της κινητικής ανάπτυξης 165

Υποσιτισμός 166

Παχυσαρκία 168

Μητρικός ή τεχνητός θηλασμός; 168

Έναρξη της στερεάς τροφής: Πότε και τι; 169

Συνοπτική επισκόπηση 170

Η ανάπτυξη των αισθήσεων 170

Οπτική αντίληψη: Το βλέμμα στον κόσμο 170

Ακουστική αντίληψη: Ο κόσμος των ήχων 173

Όσφρηση και γεύση 175

Ευαισθησία στον πόνο και στην αφή 175

Σύγχρονες απόψεις για την αίσθηση

του πόνου στα βρέφη 176

Η αντίδραση στην αφή 176

Πολυ-αισθητηριακή αντίληψη: Ο συνδυασμός

των επιμέρους αισθητηριακών ερεθισμάτων 177

● Προάγοντας τις σωματικές και τις αισθητηριακές ικανότητες του βρέφους 178

Συνοπτική επισκόπηση 178

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 179

5. Η γνωστική ανάπτυξη στη βρεφική ηλικία 180

Πρόλογος:

Πατώντας ένα κουμπί, κάτι συμβαίνει! 181

Η προσέγγιση του Piaget στη γνωστική ανάπτυξη 181

Τα βασικά στοιχεία της θεωρίας του Piaget 182

Αισθησιοκινητική περίοδος:

Το πρώτο στάδιο της γνωστικής ανάπτυξης 183

Υποστάδιο 1: Απλά αντανακλαστικά 185

Υποστάδιο 2: Πρώτες συνήθειες και πρωτογενείς κυκλικές αντιδράσεις 185

Υποστάδιο 3:

Δευτερογενείς κυκλικές αντιδράσεις 185

Υποστάδιο 4: Συντονισμός δευτερογενών κυκλικών αντιδράσεων 186

Υποστάδιο 5: Τριτογενείς κυκλικές αντιδράσεις 187

Υποστάδιο 6: Η αφετηρία της σκέψης 188

Αξιολόγηση της θεωρίας του Piaget:

Σημεία συμφωνίας και αμφισβήτησης 188

Συνοπτική επισκόπηση 190

Προσεγγίσεις επεξεργασίας πληροφοριών στη γνωστική ανάπτυξη 191

Τα θεμελιώδη στοιχεία της επεξεργασίας πληροφοριών 191

Κωδικοποίηση, αποθήκευση και ανάσυρση 191

Αυτοματοποίηση 192

Η μνήμη στη βρεφική ηλικία:

Θα πρέπει να θυμούνται αυτό... 194

Μνημονικές ικανότητες στη βρεφική ηλικία 194

Η διάρκεια της μνήμης 195

Η γνωστική νευροεπιστήμη της μνήμης 196

● Από την έρευνα στην πράξη

Η βρεφική αμνησία μπορεί να οφείλεται στην ανάπτυξη του εγκεφάλου 196

Ατομικές διαφορές στη νοημοσύνη:

Είναι ένα βρέφος πιο έξυπνο από ένα άλλο; 197

Τι είναι η βρεφική νοημοσύνη; 197

Αναπτυξιακές κλίμακες 198

Προσεγγίσεις επεξεργασίας πληροφοριών και ατομικές διαφορές στη νοημοσύνη 199

Αξιολόγηση των προσεγγίσεων επεξεργασίας πληροφοριών 200

- Πώς μπορούμε να προαγάγουμε τη γνωστική ανάπτυξη στα βρέφη; 201

Συνοπτική επισκόπηση 201

Οι απαρχές της γλώσσας 202

Τα θεμελιώδη στοιχεία της γλώσσας:

Από τους ήχους στα σύμβολα 202

Οι πρώτοι ήχοι και η αρχή της επικοινωνίας 203

Οι πρώτες λέξεις 204

Οι πρώτες προτάσεις 206

Η αφετηρία της γλωσσικής ανάπτυξης 207

Προσεγγίσεις θεωρίας της μάθησης:

Η γλώσσα ως επίκτητη δεξιότητα 207

Γενετικές προσεγγίσεις:

Η γλώσσα ως εγγενής δεξιότητα 208

Η θεωρία της αλληλεπίδρασης 209

Μιλώντας στα παιδιά: Ο απευθυνόμενος στα βρέφη λόγος των ενηλίκων 209

Ο απευθυνόμενος στα βρέφη λόγος 209

● Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη

Υπάρχουν διαπολιτισμικές ομοιότητες στον απευθυνόμενο στα βρέφη λόγο; 210

Διαφορές φύλου 211

Συνοπτική επισκόπηση 212

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 212

6. Η κοινωνική ανάπτυξη και η ανάπτυξη της προσωπικότητας στη βρεφική ηλικία 213

Πρόλογος: Τα πρώτα βήματα 214

Οι απαρχές της κοινωνικότητας 214

Τα συναισθήματα στη βρεφική ηλικία:

Βιώνουν συναισθηματικές διακυμάνσεις τα βρέφη; 214

Η εμπειρία των συναισθημάτων 215

Το χαμόγελο 216

«Άγχος του ξένου» και άγχος αποχωρισμού: Είναι φυσικό 217

Κοινωνική αναφορά: Η ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων των άλλων 218

Δύο ερμηνείες της κοινωνικής αναφοράς 219

Η αποκωδικοποίηση των εκφράσεων του προσώπου και της φωνής των άλλων 219

Ανάπτυξη της έννοιας του εαυτού:

Αναγνωρίζει το βρέφος τον εαυτό του; 220

Θεωρία του νου: Η βρεφική αντίληψη της νοητικής ζωής του εαυτού και των άλλων 221

● Από την έρευνα στην πράξη

Κατανοούν τα βρέφη την έννοια της ηθικής; 222

Συνοπτική επισκόπηση 222

Η διαμόρφωση

των διαπροσωπικών σχέσεων 223

Προσκόλληση:

Η δημιουργία κοινωνικών δεσμών 223

Τα πιθηκάκια του Harlow 224

Η συμβολή του Bowlby στην κατανόηση της προσκόλλησης 224

Η πειραματική «Συνθήκη του Ξένου» της Ainsworth και τα είδη προσκόλλησης 224

Ο ρόλος της μητέρας και του πατέρα στη διαμόρφωση της προσκόλλησης 227

Ο ρόλος της μητέρας 227

Ο ρόλος του πατέρα 228

Διαφορές προσκόλλησης με τη μητέρα και με τον πατέρα 228

● Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη

Διαπολιτισμικές διαφορές στην προσκόλληση 229

Αλληλεπιδράσεις με το βρέφος:

Η δημιουργία μιας λειτουργικής σχέσης 230

Διεργασίες που διέπουν την ανάπτυξη των σχέσεων 230

Οι σχέσεις του βρέφους με τους συνομηλίκους του 231

Συνοπτική επισκόπηση 233

Οι ατομικές διαφορές στα βρέφη 233

Ανάπτυξη της προσωπικότητας:

Τα χαρακτηριστικά που καθιστούν το βρέφος μοναδικό 233

Ιδιοσυγκρασία: Τα σταθερά στοιχεία της βρεφικής συμπεριφοράς 234

Κατηγορίες ιδιοσυγκρασίας: Τα εύκολα, τα δύσκολα και τα βραδυψυχικά βρέφη 235

Οι συνέπειες της ιδιοσυγκρασίας:

Πόσο σημαντική είναι η ιδιοσυγκρασία; 235

Η βιολογική βάση της ιδιοσυγκρασίας 236

Διαφορές φύλου: Τα αγόρια φορούν γαλάζιο, τα κορίτσια ροζ 237

Διαφορές φύλου 237

Ρόλοι του φύλου 238

Η οικογενειακή ζωή στον 21ο αιώνα 239

Επηρεάζει το είδος παιδικής φροντίδας τη μελλοντική ανάπτυξη του παιδιού; 239

Συνοπτική επισκόπηση 241

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 241

ΜΕΡΟΣ ΤΡΙΤΟ: ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

7. Η σωματική και η γνωστική ανάπτυξη στην προσχολική ηλικία

 242

Πρόλογος: Εκδρομή σε ένα αγρόκτημα 243

Σωματική ανάπτυξη 244

Το αναπτυσσόμενο σώμα 244

Ατομικές διαφορές στο βάρος και στο ύψος 244

Αλλαγές στο σχήμα και στη δομή του σώματος 244

Διατροφή : Η κατανάλωση κατάλληλων τροφών 245

Υγεία και ασθένεια 245

Τραυματισμοί στην προσχολική ηλικία 246

Ο σιωπηλός κίνδυνος:

Δηλητηρίαση από μόλυβδο 247

Ο αναπτυσσόμενος εγκέφαλος 248

Εγκεφαλική πλευρίωση 248

Η σχέση ανάμεσα στην ωρίμανση του εγκεφάλου και τη γνωστική ανάπτυξη 250

Κινητική ανάπτυξη 251

Αδρές κινητικές δεξιότητες 251

Πότε –και πώς– θα πρέπει τα παιδιά να εκπαιδευτούν στην τουαλέτα; 252

Λεπτές κινητικές δεξιότητες 253

Δεξιοχειρία/Αριστεροχειρία 254

Συνοπτική επισκόπηση 254**Νοητική ανάπτυξη 254**

Η προεννοιολογική περίοδος στη θεωρία του Piaget 255

Η σχέση ανάμεσα στη γλώσσα και στη σκέψη 255

Επικέντρωση (της αντίληψης):

Αυτό που βλέπεις είναι αυτό που νομίζεις 256

Διατήρηση: Μαθαίνοντας ότι

η εμφάνιση-εικόνα μπορεί να είναι απατηλή 256

Ατελής κατανόηση του μετασχηματισμού 257

Εγωκεντρισμός: Η αδυναμία του παιδιού να αντιλαμβάνεται τις απόψεις των άλλων 259

Η εμφάνιση της διαισθητικής σκέψης 259

Αξιολόγηση της προσέγγισης του Piaget στη γνωστική ανάπτυξη 260

Προσεγγίσεις επεξεργασίας πληροφοριών στη γνωστική ανάπτυξη 261

Η κατανόηση των αριθμών από τα παιδιά προσχολικής ηλικίας 261

Μνήμη: Ανακαλώντας το παρελθόν 262

Αξιολόγηση της προσέγγισης επεξεργασίας πληροφοριών 263

Οι απόψεις του Vygotsky για τη νοητική ανάπτυξη 264

Ζώνη εγγύτερης ανάπτυξης και παροχή στήριξης: Τα θεμέλια της γνωστικής ανάπτυξης 265

Αξιολόγηση της συνεισφοράς του Vygotsky 265

Συνοπτική επισκόπηση 267**Ανάπτυξη της γλώσσας και της μάθησης 267**

Η ανάπτυξη της γλώσσας 268

Προσωπικός και κοινωνικός λόγος 269

Κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο και γλωσσική ανάπτυξη 270

Μάθηση από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης:

Η τηλεόραση και το Διαδίκτυο 271

Έλεγχος της τηλεθέασης 271

Προσχολική αγωγή: Αφαιρώντας το «προ» από την προσχολική περίοδο 273

Είδη της προσχολικής αγωγής 273

Αποτελεσματικότητα της παιδική φροντίδας 274

Κριτήρια ποιότητας

των μονάδων προσχολικής αγωγής 275

● Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη

Η προσχολική αγωγή στον κόσμο:

Γιατί οι ΗΠΑ βρίσκονται τόσο πίσω; 275

Μήπως πιέζουμε τα παιδιά υπερβολικά και πολύ ενωρίς; 273

● Από την έρευνα στην πράξη

Διαβάζοντας στα παιδιά 276

Συνοπτική επισκόπηση 277**ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 277****8. Η κοινωνική ανάπτυξη και η ανάπτυξη της προσωπικότητας στην προσχολική ηλικία 278**

Πρόλογος: Ένα χέρι βοήθειας 279

Διαμόρφωση της έννοιας του εαυτού 279

Ψυχοκοινωνική ανάπτυξη:

Η επίλυση των συγκρούσεων 280

Η έννοια του εαυτού
στην προσχολική περίοδο 280

Η επίγνωση της φυλής,
της εθνότητας και του φύλου 281
Φυλετική Ταυτότητα: Μια αργή ανάπτυξη 281

● Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη

Η ανάπτυξη της φυλετικής
και εθνοτικής ταυτότητας 281

Ταυτότητα φύλου: Η ανάπτυξη
της θηλυκότητας και της αρρενωπότητας 282
Βιολογικές προσεγγίσεις στο φύλο 283
Ψυχαναλυτικές προσεγγίσεις 284
Προσεγγίσεις κοινωνικής μάθησης 285
Γνωστικές προσεγγίσεις 286

Συνοπτική επισκόπηση 288

Φίλοι και οικογένεια: Η κοινωνική ζωή του παιδιού προσχολικής ηλικίας 288

Η ανάπτυξη των σχέσεων φιλίας 288

Παίζοντας με κανόνες:
Η λειτουργία του παιχνιδιού 289
Κατηγορίες παιχνιδιού 289
Η κοινωνική πλευρά του παιχνιδιού 289

Η θεωρία του νου στα παιδιά
προσχολικής ηλικίας:
Η κατανόηση της σκέψης των άλλων 292
Η κατάκτηση της θεωρίας του νου 292

● Από την έρευνα στην πράξη

Πώς τα παιδιά μαθαίνουν
να λένε καλύτερα ψέματα 293

Η οικογενειακή ζωή του παιδιού
προσχολικής ηλικίας 294

Αποτελεσματικοί τρόποι ανατροφής των παιδιών:
Διδάσκοντας την επιθυμητή συμπεριφορά 294
Πολιτισμικές διαφορές στις γονικές πρακτικές 297

Παιδική κακοποίηση και ψυχολογική
κακομεταχείριση: Η σκοτεινή πλευρά
της οικογενειακής ζωής 297

Σωματική κακοποίηση 297
Ψυχολογική κακομεταχείριση 300

Ανθεκτικότητα:
Υπερνικώντας τις αντιξοότητες 301

● Από την έρευνα στην πράξη

Κανόνες πειθαρχίας 301

Συνοπτική επισκόπηση 302

Ανάπτυξη της ηθικότητας και επιθετικότητας 302

Ανάπτυξη της ηθικότητας:
Η συμμόρφωση με τους κοινωνικούς κανόνες 303

Οι απόψεις του Piaget
για την ανάπτυξη της ηθικότητας 303

Αξιολόγηση της θεωρίας του Piaget
για την ανάπτυξη της ηθικότητας 304

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης
για την ανάπτυξη της ηθικότητας 304

Γενετικές προσεγγίσεις
στην ανάπτυξη της ηθικότητας 305

Ενσυναίσθηση και ηθική συμπεριφορά 306

Επιθετικότητα και βία
στην προσχολική ηλικία: Αίτια και επιπτώσεις 307

Αίτια της επιθετικότητας 308

Η επιθετικότητα κατά τη θεωρία
της κοινωνικής μάθησης 308

Τηλεοπτική βία 310

Γνωστικές προσεγγίσεις στην επιθετικότητα 311

● Τρόποι για την ενίσχυση της ηθικής συμπεριφοράς και τη μείωση της επιθετικότητας στα παιδιά προσχολικής ηλικίας 311

Συνοπτική επισκόπηση 312

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 312

ΜΕΡΟΣ ΤΕΤΑΡΤΟ: ΜΕΣΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ**9. Η σωματική και η γνωστική ανάπτυξη στη μέση παιδική ηλικία** 313

Πρόλογος: Ένα παιχνίδι πρόβλεψης 314

Σωματική ανάπτυξη 314

Το αναπτυσσόμενο σώμα 315

Αλλαγές στο ύψος και στο βάρος 315

Πολιτισμικές διαφορές στη σωματική ανάπτυξη 316

Ενίσχυση της σωματικής αύξησης με ορμόνες:

Πόσο θεμιτή είναι; 316

Διατροφή 316

Παιδική παχυσαρκία 316

Κινητική ανάπτυξη 317

Αδρές κινητικές δεξιότητες 317

Λεπτές κινητικές δεξιότητες 318

Η σωματική και η ψυχική υγεία στη μέση παιδική ηλικία 318

Άσθμα 319

Ατυχήματα 320

Ψυχολογικές διαταραχές 321

Παιδιά με ειδικές ανάγκες 322

Αισθητηριακές δυσκολίες:

Προβλήματα στην όραση, την ακοή και τον λόγο 322

Μαθησιακές δυσκολίες:

Διαφορές ανάμεσα στην επίδοση και στην ικανότητα για μάθηση 324

Διαταραχή ελλειμματικής προσοχής-υπερκινητικότητας 324

Συνοπτική επισκόπηση 326**Νοητική ανάπτυξη** 327

Πιαζετικές προσεγγίσεις στη γνωστική ανάπτυξη 327

Η ανάδυση

των συγκεκριμένων λογικών πράξεων 327

Αξιολόγηση της θεωρίας του Piaget 329

Η επεξεργασία πληροφοριών στη μέση παιδική ηλικία 329

Μνήμη 330

Βελτίωση της μνήμης 331

Η προσέγγιση του Vygotsky στη γνωστική ανάπτυξη και τη διδασκαλία στην τάξη 332

Γλωσσική ανάπτυξη: Τι σημαίνουν οι λέξεις 332

Η κατάκτηση των μηχανισμών της γλώσσας 333

Μεταγλωσσική επίγνωση 333

Ενίσχυση του αυτοελέγχου

μέσω της γλώσσας 334

Διγλωσσία: Μιλώντας πολλές γλώσσες 334

Συνοπτική επισκόπηση 335**Σχολική εκπαίδευση: Οι τρεις βασικές (και άλλες) σχολικές δεξιότητες της μέσης παιδικής ηλικίας** 335

Ανάγνωση: Η αποκωδικοποίηση του νοήματος των λέξεων 336

Στάδια ανάγνωσης 336

Διδασκαλία της ανάγνωσης 337

Εκπαιδευτικές τάσεις: Πέραν των τριών βασικών σχολικών δεξιοτήτων 338

● Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη

Πολυπολιτισμική εκπαίδευση 338

Πολιτισμική αφομοίωση

ή πλουραλιστικές κοινωνίες; 339

Πρωτότητα μιας δι-πολιτισμικής ταυτότητας 339

Νοημοσύνη: Καθορισμός των ατομικών δυνατοτήτων 340

Ατομικές διαφορές στη νοημοσύνη 340

Η κλίμακα του Binet 341

Σύγχρονες προσεγγίσεις

στην αξιολόγηση της νοημοσύνης 342

Εναλλακτικές προσεγγίσεις στη νοημοσύνη 344

Ομαδικές διαφορές στο νοητικό πηλίκιο 346

Φυλετικές διαφορές στο νοητικό πηλίκιο 347

Η δικογνωμία σχετικά με την κανονική

κατανομή της νοημοσύνης 347

Νοητική υστέρηση και ταλαντούχα παιδιά 348

Τα οφέλη της ένταξης 349

Νοητική υστέρηση 350

Νοητικό πηλίκο πάνω από τον μέσο όρο:
Τα ταλαντούχα παιδιά 351
Εκπαίδευση των ταλαντούχων παιδιών 352

Συνοπτική επισκόπηση 353

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 353

10. Η κοινωνική ανάπτυξη και η ανάπτυξη της προσωπικότητας στη μέση παιδική ηλικία 354

Πρόλογος: Ποιο είναι αυτό το παιδί; 355

Η ανάπτυξη της έννοιας του εαυτού 356

Ψυχοκοινωνική ανάπτυξη στη μέση παιδική ηλικία 356

Αντίληψη του εαυτού: Μια νέα απάντηση στην ερώτηση «Ποιος είμαι;» 356

Αντίληψη του εαυτού:
Από τη σωματική στην ψυχολογική άποψη 356
Κοινωνική σύγκριση 357

Αυτοεκτίμηση: Η διαμόρφωση θετικής ή αρνητικής εικόνας του εαυτού 359
Αλλαγές και σταθερότητα στην αυτοεκτίμηση 359
Φυλετικές διαφορές στην αυτοεκτίμηση 360

● **Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη**
Η προσαρμογή των παιδιών των μεταναστών 361

Ανάπτυξη της ηθικότητας 362
Ανάπτυξη της ηθικότητας στα κορίτσια 364

Συνοπτική επισκόπηση 365

Διαπροσωπικές σχέσεις: Η διαμόρφωση δεσμών φιλίας στη μέση παιδική ηλικία 366

Στάδια στη δημιουργία των σχέσεων φιλίας 366
Στάδιο 1: Φιλία που βασίζεται στη συμπεριφορά των άλλων 366
Στάδιο 2: Φιλία που βασίζεται στην εμπιστοσύνη 367

Στάδιο 3: Φιλία που βασίζεται στην ψυχολογική εγγύτητα 367

Ατομικές διαφορές στους δεσμούς φιλίας: Το δημοφιλές παιδί 368
Η θέση στην ομάδα παιδιών σχολικής ηλικίας 368
Χαρακτηριστικά του δημοφιούς παιδιού 368
Ικανότητες επίλυσης κοινωνικού προβλήματος 369
Εκπαίδευση στην κοινωνική επάρκεια 370
Εκφοβισμός: Σχολική και διαδικτυακή καταδυνάστευση 370

Φύλο και διαπροσωπικές σχέσεις: Ο διαχωρισμός των φύλων στη μέση παιδική ηλικία 371

Συνοπτική επισκόπηση 373

Οικογένεια και σχολείο: Η συμβολή τους στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς του παιδιού στη μέση παιδική ηλικία 373

Οικογένεια: Οι αλλαγές στο οικογενειακό περιβάλλον 373
Η ζωή στην οικογένεια 374
Το παιδί με δύο εργαζόμενους γονείς 374
«Μόνος στο σπίτι»: Τι κάνει τότε ένα παιδί; 375
Διαζύγιο 376
Μονογονικές οικογένειες 376
Πολυγενεακές οικογένειες 377
Μεικτές οικογένειες 378
Οικογένειες ομοφυλοφιλικών ζευγαριών 378
Η οικογένεια σε συνθήκες ένδειας 379
Ομαδική φροντίδα: Τα ορφανοτροφεία τον 21ο αιώνα 379

Το σχολικό περιβάλλον 380
Πως εξηγούν τα παιδιά τη σχολική επιτυχία και αποτυχία 380
Πολιτισμικές διαφορές στις αιτιακές αποδόσεις 380

● **Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη**
Οι υψηλές σχολικές επιδόσεις των μαθητών ασιατικής καταγωγής 381

● **Πέραν της ανάγνωσης, της γραφής και της αριθμητικής: Θα πρέπει η συναισθηματική νοημοσύνη να διδάσκεται στο σχολείο;** 382

Συνοπτική επισκόπηση 383

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 383

ΜΕΡΟΣ ΠΕΜΠΤΟ: ΕΦΗΒΕΙΑ

11. Η σωματική και η γνωστική ανάπτυξη στην εφηβική ηλικία 384

Πρόλογος: «Δεν είμαι πια παιδί!» 385

Σωματική ωρίμανση 386

Ανάπτυξη στην εφηβεία:

Οι ταχείς ρυθμοί της σωματικής και σεξουαλικής ωρίμανσης 386

Η ήβη στα κορίτσια 387

Η ήβη στα αγόρια 389

Εικόνα σώματος. Αντιδράσεις στις σωματικές αλλαγές κατά την εφηβεία 389

Έναρξη της ήβης:

Πρώιμη και καθυστερημένη ήβη 390

Διατροφή, κατανάλωση τροφής και διατροφικές διαταραχές 392

Παχυσαρκία 392

Νευρωσική ανορεξία και βουλιμία 393

Ανάπτυξη του εγκεφάλου και σκέψη:

Προετοιμάζοντας το έδαφος για τη γνωστική ωρίμανση 394

Αποστέρηση ύπνου 395

Συνοπτική επισκόπηση 395

Νοητική ανάπτυξη και σχολική εκπαίδευση 396

Πιαζετικές προσεγγίσεις στη νοητική ανάπτυξη: Η περίοδος των τυπικών λογικών πράξεων 396

Η χρήση των τυπικών λογικών πράξεων για την επίλυση προβλημάτων 397

Οι συνέπειες της χρήσης των τυπικών πράξεων στη συμπεριφορά του εφήβου 398

Αξιολόγηση της προσέγγισης του Piaget 398

Προσεγγίσεις επεξεργασίας πληροφοριών: Βαθμιαίες αλλαγές στις γνωστικές δεξιότητες 399

Εγωκεντρισμός στη σκέψη:

Η προσήλωση του εφήβου στον εαυτό 400

Σχολική επίδοση 401

Κοινωνικοοικονομικό επίπεδο και σχολική επίδοση 402

Εθνοτικές και φυλετικές διαφορές στη σχολική επίδοση 403

Σχολική διαρροή 404

Κυβερνοχώρος: Ο έφηβος online 404

Ηλεκτρονικά Μέσα και Εκπαίδευση 404

Συνοπτική επισκόπηση 406

Κίνδυνοι που απειλούν τους εφήβους 406

Χρήση παράνομων ουσιών 407

Χρήση και κατάχρηση αλκοόλ 407

● **Συμπτώματα εξάρτησης από το αλκοόλ και τις ουσίες** 409

Οι κίνδυνοι του καπνίσματος 409

● **Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη**
Πουλώντας τον Θάνατο: Η προώθηση του καπνίσματος στους μη ευνοημένους 410

Σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις 411

AIDS 411

Άλλες σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις 411

Αποφεύγοντας τις σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις 411

Συνοπτική επισκόπηση 413

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 413

12. Η κοινωνική ανάπτυξη και η ανάπτυξη της προσωπικότητας στην εφηβική ηλικία 414

Πρόλογος:

Φροντίζοντας για την «επιφάνεια» 415

Ταυτότητα: Απαντήσεις**στην ερώτηση «Ποιος είμαι» 415**

Εικόνα εαυτού και αυτοεκτίμηση 416

Εικόνα εαυτού/αυτοαντίληψη:
Η ερώτηση «Πώς Είμαι;» 416

Αυτοεκτίμηση:

«Πόσο μου αρέσει ο εαυτός μου;» 417

Διαφορές φύλου στην αυτοεκτίμηση 417

Φυλετικές και διαφορές κοινωνικοοικονομικού
επιπέδου στην αυτοεκτίμηση 417

Διαμόρφωση της ταυτότητας:

Αλλαγή ή κρίση; 418

Κοινωνικές πιέσεις και αναζήτηση στήριξης
σε φίλους και συνομηλίκους 419

Ψυχολογικό μορατόριουμ 420

Περιορισμοί στη θεωρία του Erikson 420

Η προσέγγιση του Marcia

στην ανάπτυξη της ταυτότητας 420

Θρησκεία και πνευματικότητα 422

Ταυτότητα, φυλή και εθνότητα 423

Κατάθλιψη και αυτοκτονία

στην εφηβική ηλικία 423

Εφηβική κατάθλιψη 424

Αυτοκτονικές τάσεις στην εφηβική ηλικία 425

- Προλαμβάνοντας την αυτοκτονία
στην εφηβεία 426

Συνοπτική επισκόπηση 427**Διαπροσωπικές σχέσεις:****Οικογένεια και φίλοι 428**

Οικογενειακοί δεσμοί:

Μεταβαλλόμενες σχέσεις 428

Η αναζήτηση της αυτονομίας 428

Πολιτισμικοί παράγοντες και αυτονομία 429

Ο μύθος του χάσματος των γενεών 430

Συγκρούσεις με τους γονείς 431

Πολιτισμικές διαφορές στις συγκρούσεις γονέων -
εφήβων κατά την εφηβεία 433

Σχέσεις με τους συνομηλίκους:

Η σημασία της ομάδας 433

Κοινωνική σύγκριση 433

Ομάδες αναφοράς 434

Κλίκες και πλήθη:

Η σημασία της ένταξης σε ομάδα 434

Διαφυλικές σχέσεις 434

Δημοτικότητα και συμμόρφωση 435

Δημοτικότητα και απόρριψη 435

Συμμόρφωση: Η πίεση των συνομηλίκων
στην εφηβεία 437

Νεανική παραβατικότητα στην εφηβεία 438

Συνοπτική επισκόπηση 438**Σχέσεις με το άλλο φύλο,
σεξουαλική συμπεριφορά
και εφηβική εγκυμοσύνη 439**

Οι σεξουαλικές σχέσεις στον 21ο αιώνα 439

Η λειτουργία των ερωτικών σχέσεων 439

Φυλετικές και εθνοτικές διαφορές
στη σύναψη σχέσεων/δεσμού 440

Σεξουαλική συμπεριφορά 440

Συνουσία 441

Σεξουαλικός προσανατολισμός:

Ετεροφυλοφιλία, ομοφυλοφιλία

αμφιφυλοφιλία και διεμφυλικότητα 442

Παράγοντες που καθορίζουν

τον σεξουαλικό προσανατολισμό 442

Εφηβική εγκυμοσύνη 443

Συνοπτική επισκόπηση 445**ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 445****ΜΕΡΟΣ ΕΚΤΟ: ΠΡΩΙΜΗ ΕΝΗΛΙΚΗ ΖΩΗ****13. Η σωματική
και η γνωστική ανάπτυξη
στην πρώιμη ενήλικη ζωή 446****Πρόλογος: Η κατάσχεση των ονείρων της 447****Σωματική ανάπτυξη 448**

Σωματική ανάπτυξη,

φυσική κατάσταση και υγεία 448

Οι αισθήσεις 448

Φυσική κατάσταση 449

Υγεία 450

● **Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη**

Πώς οι πολιτισμικές αντιλήψεις επηρεάζουν την υγεία και τη σχετική με την υγεία συμπεριφορά; 451

Διατροφή και παχυσαρκία:

Ένα «βαρύ» πρόβλημα 452

Ισορροπημένη διατροφή 452

Παχυσαρκία 452

Σωματικές αναπηρίες:

Αντιμετωπίζοντας τις σωματικές προκλήσεις 453

Το στρες και η διαχείρισή του:

Αντιμετωπίζοντας τις προκλήσεις της ζωής 454

Αίτια του στρες 455

Επιπτώσεις του στρες 456

Αντιμετώπιση του στρες 457

Σθένος, ανθεκτικότητα

και αντιμετώπιση του στρες 459

● **Η αντιμετώπιση του στρες 459**

Συνοπτική επισκόπηση 460

Γνωστική ανάπτυξη 461

Νοητική ανάπτυξη στην πρώιμη ενήλικη ζωή 461

Η μετατυπική σκέψη 461

Προσεγγίσεις στη μετατυπική σκέψη 462

Η σχετικιστική σκέψη κατά τον Perry 462

Τα στάδια ανάπτυξης κατά τον Schaie 463

Νοημοσύνη: Τι είναι σημαντικό στην πρώιμη ενήλικη ζωή; 464

Πρακτική και συναισθηματική νοημοσύνη 465

Δημιουργικότητα: Πρωτότυπη σκέψη 466

Γεγονότα ζωής και γνωστική ανάπτυξη 467

Συνοπτική επισκόπηση 468

Πανεπιστήμιο: Ακολουθώντας την ανώτατη εκπαίδευση 468

Τα δημογραφικά στοιχεία

της ανώτατης εκπαίδευσης 469

Διαφορές φύλου στην τριτοβάθμια εκπαίδευση 469

Ο «ώριμος» φοιτητής:

Ποτέ δεν είναι πολύ αργά; 469

Προσαρμογή στο πανεπιστήμιο: Αντιδρώντας στις απαιτήσεις της φοιτητικής ζωής 470

● **Πότε ο φοιτητής χρειάζεται επαγγελματική βοήθεια, για να αντιμετωπίσει τα προβλήματά του 470**

Φύλο και ακαδημαϊκή επίδοση 471

Καλοήθης σεξισμός: Όταν το να είσαι ευγενής δεν είναι, τελικά, πολύ ευγενικό 472

Διακοπή των σπουδών 473

Συνοπτική επισκόπηση 473

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 474

14. Η κοινωνική ανάπτυξη και η ανάπτυξη της προσωπικότητας στην πρώιμη ενήλικη ζωή 475

Πρόλογος:

Δεν αρέσει σε όλους το ίδιο φαγητό! 476

Διαμόρφωση διαπροσωπικών σχέσεων: Οικειότητα, συμπάθεια και έρωτας στην πρώιμη ενήλικη ζωή 476

Τα συστατικά στοιχεία της ευτυχίας 478

Τα κοινωνικά ρολόγια της ενήλικης ζωής 478

Το κοινωνικό ρολόι των γυναικών 478

Οικειότητα, φιλία και αγάπη 479

Αναζήτηση της οικειότητας: Οι απόψεις του Erikson για την πρώιμη ενήλικη ζωή 479

● **Από την έρευνα στην πράξη**

Αναδυόμενη ενηλικίωση:

Η πορεία προς την ενηλικίωση 480

Σχέσεις φιλίας 481

Ορισμός του ακαθόριστου: Τι είναι η αγάπη; 481

Περιπαθής έρωτας και συντροφική αγάπη:

Τα δύο πρόσωπα της αγάπης 482

Τριαρχική θεωρία του Sternberg:

Τα τρία πρόσωπα της αγάπης 483

Επιλογή συντρόφου: Η αναγνώριση του κατάλληλου προσώπου 483
 Αναζήτηση συντρόφου: Είναι η αγάπη το μόνο που έχει σημασία; 484
 Μοντέλα φίλτρου στην επιλογή συντρόφου 485

Είδη προσκόλλησης στη βρεφική ηλικία και ερωτικές σχέσεις στην ενήλικη ζωή 486

● **Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη**
 Ομοφυλοφιλικές σχέσεις 488

Συνοπτική επισκόπηση 488

Η πορεία των σχέσεων 489

Συμβίωση, γάμος και άλλα είδη σχέσεων 489
 Γάμος 490
 Παράγοντες που οδηγούν στον επιτυχημένο γάμο 491
 Πρώιμες ενδοοικογενειακές συγκρούσεις 491

Γονικός ρόλος: Η απόφαση για απόκτηση παιδιών 493
 Μέγεθος οικογένειας 493
 Οικογένειες με δύο εργαζόμενους γονείς 494
 Μετάβαση στον γονικό ρόλο 495

Ομοφυλόφιλοι γονείς 496

Οι άγαμοι της πρώιμης ενήλικης ζωής 496

Συνοπτική επισκόπηση 497

Εργασία: Επιλογή και έναρξη επαγγελματικής σταδιοδρομίας 497

Ταυτότητα στην πρώιμη ενήλικη ζωή: Ο ρόλος της εργασίας 498

Επιλογή επαγγέλματος: Μια διά βίου επιλογή 498
 Θεωρία επιλογής σταδιοδρομίας του Ginzberg 499
 Θεωρία τύπων προσωπικότητας του Holland 499

Φύλο και επαγγελματικές επιλογές 500

Γιατί εργάζονται οι άνθρωποι; 502
 Εξωγενή και ενδογενή κίνητρα 502
 Ικανοποίηση από την εργασία 502

Συνοπτική επισκόπηση 503

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 503

ΜΕΡΟΣ ΕΒΔΟΜΟ: ΜΕΣΗ ΕΝΗΛΙΚΗ ΖΩΗ

15. Η σωματική και η γνωστική ανάπτυξη στη μέση ενήλικη ζωή 504

Πρόλογος:
Πολεμώντας ενάντια στον χρόνο 505

Σωματική ανάπτυξη 505

Η σταδιακή αλλαγή στις σωματικές ικανότητες 505
 Ύψος, βάρος και δύναμη:
 Τα ορόσημα της αλλαγής 506

Οι αισθήσεις: Όραση και ακοή στη μέση ενήλικη ζωή 507
 Όραση 507
 Ακοή 508

Χρόνος αντίδρασης: Βαθμιαίες αλλαγές 508

Το σεξ στη μέση ενήλικη ζωή 509
 Η κλιμακτήριος και η εμμηνόπαυση στις γυναίκες 510
 Το δίλημμα της ορμονικής θεραπείας: όχι μια εύκολη απάντηση 511
 Οι ψυχολογικές συνέπειες της εμμηνόπαυσης 512
 Η ανδρική κλιμακτήριος 513

Συνοπτική επισκόπηση 513

Υγεία 514

Υγεία και ασθένεια:
 Οι διακυμάνσεις της μέσης ενήλικης ζωής 514

● **Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη**

Ατομικές διαφορές στην υγεία:
 Κοινωνικο-οικονομικές διαφορές και διαφορές φύλου 515

Το στρες στη μέση ενήλικη ζωή 518

Τύπος Α και Τύπος Β στη στεφανιαία νόσο: Σύμβαση υγείας και προσωπικότητας 518
 Παράγοντες κινδύνου για καρδιακά νοσήματα 518
 Τύπος Α και Τύπος Β 519

Η απειλή του καρκίνου 521

Ψυχολογικοί παράγοντες και καρκίνος 523

Συνοπτική επισκόπηση 524

Γνωστική ανάπτυξη 524

Μειώνεται η νοημοσύνη κατά την ενήλικη ζωή; 524

Οι δυσκολίες στην απάντηση της ερώτησης 524

Αποκρυσταλλωμένη και ρευστή νοημοσύνη 525

Αναθεωρώντας το ζήτημα:

Ποια είναι η πηγή της επάρκειας

στη διάρκεια της μέσης ενήλικης ζωής 527

Η ανάπτυξη της εμπειρογνωμοσύνης:

Διαχωρίζοντας τους εμπειρογνώμονες από τους αρχάριους 528

Η μνήμη στη μέση ηλικία 528

Τύποι μνήμης 529

Μνημονικά σχήματα 529

● **Αποτελεσματικές στρατηγικές απομνημόνευσης** 530

Συνοπτική επισκόπηση 531

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 531

16. Η κοινωνική ανάπτυξη και η ανάπτυξη της προσωπικότητας στη μέση ενήλικη ζωή 532

Πρόλογος: Μια ολόκληρη οικογένεια 533

Ανάπτυξη της προσωπικότητας 533

Δύο προσεγγίσεις για την ανάπτυξη της προσωπικότητας των ενηλίκων: Κανονιστικές κρίσεις ή γεγονότα ζωής 534

Το στάδιο παραγωγικότητας ή στασιμότητας του Erikson 535

Πέραν της θεωρίας του Erikson: Vaillant, Gould 535

Η επέκταση της θεωρίας του Erikson:

Η θεωρία των εποχών ζωής του Levinson 536

Η κρίση της μέσης ηλικίας:

Πραγματικότητα ή μύθος; 537

● **Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη**

Μέση ηλικία:

Σε ορισμένες κοινωνίες δεν υφίσταται 538

Σταθερότητα ή αλλαγές στην προσωπικότητα 539

Σταθερότητα και αλλαγή στους «Πέντε Μεγάλους» παράγοντες της προσωπικότητας 539

Συνοπτική επισκόπηση 540

Σχέσεις:

Η οικογένεια στη μέση ενήλικη ζωή 540

Γάμος και διαζύγιο 541

Γάμος 541

Οι διακυμάνσεις των σχέσεων στον γάμο 541

Διαζύγιο 542

Δεύτερος γάμος 543

Εξέλιξη της οικογένειας:

Από το γεμάτο σπίτι στην «άδεια φωλιά» 544

«Παιδιά μπούμερανγκ»:

η «άδεια φωλιά» ξαναγεμίζει 545

Η γενιά «σάντουιτς»:

Ανάμεσα σε παιδιά και γονείς 546

Ο μεσήλικας γίνεται παππούς 547

Οικογενειακή βία: Η κρυφή επιδημία 547

Η συχνότητα της συζυγικής βίας 548

Τα στάδια της συζυγικής βίας 548

Ο κύκλος της βίας 548

● **Αντιμέτωπιση της συζυγικής βίας** 548

Οικογενειακή βία και κοινωνία:

Οι πολιτισμικές ρίζες της βίας 550

Συνοπτική επισκόπηση 550

Εργασία και ελεύθερος χρόνος 551

Εργασία και σταδιοδρομία στη μέση ενήλικη ζωή 551

● **Από την έρευνα στην πράξη**

Οι νοικοκύρηδες: Όταν οι πατέρες

είναι οι βασικοί υπεύθυνοι

για την ανατροφή των παιδιών τους 551

Προκλήσεις στον εργασιακό τομέα:
 Η περίπτωση
 της επαγγελματικής δυσαρέσκειας 552

Ανεργία: Η συντριβή του ονείρου 553

Αλλαγή – και έναρξη νέας –
 σταδιοδρομίας στη μέση ενήλικη ζωή 554

● Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη

Μετανάστες στη δουλειά:
 Πετυχαίνοντας στην Αμερική 555

Ελεύθερος χρόνος:
 Η ζωή πέρα από τη δουλειά 556

Συνοπτική επισκόπηση 557

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 557

ΜΕΡΟΣ ΟΓΔΟΟ: ΥΣΤΕΡΗ ΕΝΗΛΙΚΗ ΖΩΗ

17. Η σωματική και η γνωστική ανάπτυξη στην ύστερη ενήλικη ζωή 559

Πρόλογος:
 Ποδηλατώντας στην τρίτη ηλικία 559

Σωματική ανάπτυξη στην ύστερη ενήλικη ζωή 559

Γήρας: Μύθος και πραγματικότητα 559
 Δημογραφικά στοιχεία της τρίτης ηλικίας 560
 Ηλικιακός ρατσισμός:
 Τα στερεότυπα για την τρίτη ηλικία 560

Σωματικές αλλαγές στους ηλικιωμένους 563
 Εξωτερικές ενδείξεις του γήρατος 563
 Εσωτερική γήρανση 564

Επιβράδυνση του χρόνου αντίδρασης 565

Οι αισθήσεις:
 Όραση, ακοή, γεύση και όσφρηση 567
 Όραση 567
 Ακοή 567
 Γεύση και όσφρηση 568

Συνοπτική επισκόπηση 569

Υγεία και φυσική κατάσταση στην ύστερη ενήλικη ζωή 569

Προβλήματα υγείας στους ηλικιωμένους:
 Σωματικές και ψυχολογικές διαταραχές 570
 Συνήθεις σωματικές διαταραχές 570
 Ψυχολογικές και νοητικές διαταραχές 570
 Νόσος του Αλτσχάιμερ 571

● Φροντίζοντας τον ασθενή με τη νόσο του Αλτσχάιμερ 573

Φυσική κατάσταση στην ύστερη ενήλικη ζωή:
 Η σχέση μεταξύ γήρατος και ασθένειας 573
 Προαγωγή υγείας 574

Σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία 575

Προσεγγίσεις στο γήρας:
 Γιατί ο θάνατος είναι αναπόφευκτος; 575

Θεωρίες γενετικού προγραμματισμού
 για το γήρας 576

Θεωρίες φθοράς από τη χρήση 576

Σύγκριση των θεωριών για τη γήρανση 576

Προσδόκιμο ζωής: Πόσος χρόνος απομένει; 577

Αναβολή του γήρατος: Μπορούν οι επιστήμονες
 να βρουν την πηγή της νεότητας; 578

● Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη

Διαφορές φύλου, φυλετικές και εθνοτικές διαφορές
 στο μέσο προσδόκιμο ζωής 579

Συνοπτική επισκόπηση 580

Γνωστική ανάπτυξη στην ύστερη ενήλικη ζωή 580

Η νοημοσύνη στους ηλικιωμένους 581
 Πρόσφατα δεδομένα για τη φύση
 της νοημοσύνης στους ηλικιωμένους 581

Η μνήμη στην ύστερη ενήλικη ζωή 583

Αυτοβιογραφική μνήμη 584

Αίτια των μνημονικών αλλαγών στην τρίτη ηλικία 584

Ποτέ δεν είναι αργά! 585

Τεχνολογία και μάθηση στην ύστερη ενήλικη ζωή 586

Συνοπτική επισκόπηση 586

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 586

18. Η κοινωνική ανάπτυξη και η ανάπτυξη της προσωπικότητας στην ύστερη ενήλικη ζωή 587

Πρόλογος: Περνώντας την ώρα στον ήλιο 588

Ανάπτυξη της προσωπικότητας και φυσιολογική γήρανση 588

Συνέχεια και αλλαγές στην προσωπικότητα κατά την ύστερη ενήλικη ζωή 589

- Ακεραιότητα του εγώ ή απόγνωση: Το τελευταίο στάδιο στη θεωρία του Erikson 589
- Οι αναπτυξιακοί στόχοι του Peck 589
- Η τελευταία εποχή κατά τον Levinson: Ο «χειμώνας» της ζωής 590
- Αντιμετωπίζοντας το γήρας: Η μελέτη της Neugarten 590
- Ανασκόπηση της ζωής και αναπόληση: Το κεντρικό θέμα στην ανάπτυξη της προσωπικότητας 591

Θεωρίες ηλικιακής διαστρωμάτωσης στην ύστερη ενήλικη ζωή 592

● Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη

- Πώς το πολιτισμικό πλαίσιο διαμορφώνει τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζονται οι άνθρωποι στην τρίτη ηλικία 592

Γίνεται ο άνθρωπος σοφότερος με την ηλικία; 593

Ευτυχισμένα γηρατεία: Ποιο είναι το μυστικό; 594

- Θεωρία της αποδέσμευσης 595
- Θεωρία της δραστηριότητας 596
- Θεωρία της συνέχειας 596
- Επιλεκτική βελτιστοποίηση με αντιστάθμιση 597

Συνοπτική επισκόπηση 598

Η καθημερινή ζωή στην ύστερη ενήλικη ζωή 598

Είδη χώρων διαβίωσης των ηλικιωμένων 599

- Η ζωή στο σπίτι 599
- Ειδικοί χώροι κατοικίας 599
- Ιδρυματισμός και επίκτητη αίσθηση αδυναμίας 600

Οικονομικά ζητήματα στην τρίτη ηλικία 601

Εργασία και συνταξιοδότηση στην τρίτη ηλικία 602

- Εργαζόμενοι μεγάλης ηλικίας: Πολεμώντας την ηλικιακή διάκριση 602
- Σύνταξη: Γεμίζοντας τον ελεύθερο χρόνο 603

● Σχεδιάζοντας και απολαμβάνοντας μια καλή περίοδο ζωής στη σύνταξη 604

Συνοπτική επισκόπηση 605

Διαπροσωπικές σχέσεις στην ύστερη ενήλικη ζωή 605

Ο γάμος στα τελευταία χρόνια της ζωής 605

- Διαζύγιο 606
- Αντιμετωπίζοντας τη σύνταξη: Πάρα πολύ μαζί; 606
- Φροντίζοντας τον/την ηλικιωμένο σύζυγο 606

Ο θάνατος του/της συζύγου: Χηρεία 607

Τα κοινωνικά δίκτυα στην τρίτη ηλικία 609

- Γιατί είναι σημαντικοί οι φίλοι στην τρίτη ηλικία 609
- Κοινωνική στήριξη: Η σημασία των άλλων 610

Οικογενειακές σχέσεις στην τρίτη ηλικία 610

- Παιδιά 610
- Εγγόνια και δισέγγονα 611

Κακοποίηση ηλικιωμένων:

Σχέσεις με δυσμενή εξέλιξη 612

Συνοπτική επισκόπηση 613

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 613

ΜΕΡΟΣ ΕΝΑΤΟ: ΤΟ ΤΕΛΟΣ

19. Ο θάνατος και η πορεία προς αυτόν 614

Πρόλογος: Σαν δεινόσαυρος 615

Η πορεία προς τον θάνατο και ο θάνατος στις διάφορες φάσεις της ζωής 615

Καθορισμός του χρονικού σημείου στο οποίο τελειώνει η ζωή 616

Ο θάνατος στις διάφορες φάσεις της ζωής: Αίτια και αντιδράσεις 617
 Ο θάνατος στη βρεφική και στην παιδική ηλικία 617
 Ο θάνατος στην εφηβεία 618
 Ο θάνατος στην πρώιμη ενήλικη ζωή 618
 Ο θάνατος στη μέση ενήλικη ζωή 619
 Ο θάνατος στην ύστερη ενήλικη ζωή 619

Πολιτισμικές αντιδράσεις στον θάνατο 620

● **Η διαφορετικότητα στην ανάπτυξη**
 Διαφορές στην έννοια του θανάτου 621

Μπορεί η εκπαίδευση για τον θάνατο να προετοιμάσει για το αναπόφευκτο; 621

Συνοπτική επισκόπηση 622

Αντιμετωπίζοντας τον θάνατο 623

Η διαδικασία της πορείας προς τον θάνατο 623

Άρνηση 623

Θυμός 623

Διαπραγμάτευση 623

Κατάθλιψη 624

Αποδοχή 624

Αξιολόγηση της θεωρίας της Kobler-Ross 624

Επιλογή του είδους θανάτου:

Είναι η άρνηση για ανάνηψη ο τρόπος για να «φύγει» κανείς; 625

Διαθήκες ζωής 626

Ευθανασία και υποβοηθούμενη αυτοκτονία 626

Η φροντίδα για τον ετοιμοθάνατο 627

Συνοπτική επισκόπηση 629

Οδύνη και απώλεια 629

Πένθος και κηδεία:

Οι ύστατες τελετουργίες 629

Πολτισμικές διαφορές στο πένθος 630

● **Από την έρευνα στην πράξη**

Η αυξανόμενη δημοτικότητα της αποτέφρωσης 630

Απώλεια και οδύνη: Προσαρμογή στον θάνατο αγαπημένου προσώπου 630

Διαφοροποίηση της παθολογικής από τη φυσιολογική οδύνη 631

Οι συνέπειες της οδύνης και της απώλειας 632

● **Βοηθώντας ένα παιδί να διαχειριστεί το πένθος** 632

Συνοπτική επισκόπηση 633

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ 633

Βιβλιογραφία 635

Γλωσσάρι 691

Ευρετήριο όρων

Ευρετήριο ονομάτων

Ευχαριστίες για φωτογραφίες, σχήματα και πίνακες