





# روانشناسی رشد و تحول

نگاهی گذرا به مراحل رشد و تحول انسان از تولد تا مرگ

نویسنده:

دکتر سارا مهتدی



سرشناسه	: مهتدی، سارا
عنوان و نام پدیدآور	: روانشناسی رشد و تحول (نگاهی گذرا به مراحل رشد و تحول انسان از تولد تا مرگ) // نویسنده سارا مهتدی.
مشخصات نشر	: تهران : آوای نور، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری	: ۲۳۲ ص: مصور.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۳۸۳-۰۹۵-۲
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. [۲۳۲].
موضوع	: روان شناسی رشد Developmental psychology تحول (روان شناسی) (Change Psychology)
رده بندی کنگره	: ۷۱۳BF
رده بندی دیویی	: ۱۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۹۷۴۱۰۲۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: فیبا



## روانشناسی رشد و تحول

### نگاهی گذرا به مراحل رشد و تحول انسان از تولد تا مرگ

تالیف: سارا مهتدی

ناشر: آوای نور

چاپ: اول ۱۴۰۳

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۸۳-۰۹۵-۲

نشانی: تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری، پلاک ۹۹، طبقه دوم، تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵، نمابر: ۶۶۴۸۰۸۸۲

قیمت ۲۵۰۰۰۰ تومان

همه حقوق برای ناشر و مولف محفوظ است.

تقدیم به روح پدرم  
که در رشد و تحولم بزرگترین  
راهنما و حامی بود



## فهرست

مقدمه .....	۱۷
<b>فصل اول: روانشناسی تحول چیست؟ .....</b>	<b>۱۹</b>
عوامل موثر بر رشد .....	۲۳
الف: خانواده .....	۲۴
ب_ وضعیت اجتماعی-اقتصادی .....	۲۶
ج_ محله زندگی .....	۲۷
د_ قومیت/فرهنگ/تاریخ: .....	۲۹
اصول حاکم بر روانشناسی تحول .....	۳۰
<b>فصل دوم: نظریه های برتر در روانشناسی تحول .....</b>	<b>۳۱</b>
رویکرد روانکاوی .....	۳۳
۱-نظریه روانی-جنسی فروید .....	۳۴
۲-نظریه رشد روانی- اجتماعی اریکسون .....	۳۷
مراحل رشد روانی- اجتماعی اریکسون .....	۳۷
رویکرد یادگیری .....	۴۱
۱-نظریه رفتارگرایی .....	۴۲
۲-نظریه یادگیری اجتماعی .....	۴۴
رویکرد رشد شناختی .....	۴۶
۱-نظریه پیاژه .....	۴۶
مرحله اول یا حسی حرکتی .....	۴۴
مرحله دوم عملیات عینی .....	۴۸
نیم دوره نمادین پیش عملیاتی و نیم دوره عملیات عینی ۲ تا ۷ سالگی .....	۴۹

۵۰	..... نیم دوره عملیات عینی ۷ تا ۱۲ سالگی
۵۲	..... مرحله عملیات صوری یا انتزاعی ۱۱ تا ۱۵ سالگی
۵۳	..... خود میان بینی مستقیم
۵۳	..... خود میان بینی غیر مستقیم
۵۴	..... خود میان بینی در سطح عملیات انتزاعی
۵۵	..... ۲-نظریه پردازش اطلاعات
۵۵	..... جنبه کلیدی الگوی پردازش اطلاعات
۵۶	..... رویکرد تکاملی
۵۶	..... نظریه داروین
۵۷	..... اصول کلیدی نظریه تکامل
۵۸	..... رویکرد بافتی
۵۸	..... ۱-نظریه زیستی-بوم شناختی فن برنر
۶۰	..... ۲-نظریه اجتماعی -فرهنگی ویگوتسکی:
۶۲	..... مراحل رشد گفتگوی درونی از نظر ویگوتسکی
۶۳	..... حوزه تقریبی رشد در نظریه ویگوتسکی
۶۳	..... ۳- نظریه دل بستگی بالبی
۶۵	..... ۱-رفتار غریزی
۶۵	..... ۲-دل بستگی
۶۸	..... ۳-دفاع
۶۹	..... انواع دل بستگی
۷۱	..... <b>فصل سوم: شروع رشد و تحول بارداری و نوزادی</b>
۷۳	..... شکل گیری یک زندگی جدید
۷۳	..... تاثیر تربیت و طبیعت در حوزه تحول
۷۴	..... لقاح و بارداری
۷۵	..... زایمان
۷۶	..... نوزادی و ویژگی های آن
۷۶	..... تغییرات جنین پس از تولد
۷۸	..... مقیاس های سنجش سلامت نوزاد پس از تولد



۷۸	.....	مقیاس آپگار
۷۹	.....	نمره بالارد
۸۰	.....	بیماری های دوران نوزادی

### فصل چهارم: نوباوگی (تولد تا ۲ سالگی) ..... ۸۳

۸۵	.....	رشد جسمانی در دوران نوباوگی
۸۷	.....	پردازش اطلاعات در دوران نوباوگی
۸۷	.....	رشد توجه در نوباوگی
۸۷	.....	رشد حافظه در نوباوگی
۸۸	.....	رشد طبقه بندی در نوباوگی
۸۹	.....	هوش در نوباوگی
۹۰	.....	رشد زبان در نوباوگی
۹۰	.....	دیدگاه های مختلف درباره زبان آموزی نوباوگی
۹۱	.....	مراحل تغییرات زبان آموزی در دوران نوباوگی
۹۲	.....	بیان دو کلمه ای یا گفتار تلگرافی
۹۲	.....	تفاوت فردی و فرهنگی در آموزش زبان
۹۳	.....	چند ویژگی گفتار بچگانه که از رشد اولیه زبان حمایت می کند
۹۴	.....	نقص در گفتار در نوباوگی
۹۴	.....	انواع نقص در گفتار نوباوگی
۹۵	.....	رشد هیجان ها در نوباوگی
۹۵	.....	چند نمونه از هیجانات نوباوگی
۹۷	.....	خودگردانی هیجانی در نوباوگی
۹۸	.....	خلق و خو و سرشت در نوباوگی
۱۰۰	.....	خودآگاهی در نوباوگی
۱۰۲	.....	خلاصه فصل

### فصل پنجم: اوایل کودکی (۲ تا ۶ سالگی) ..... ۱۰۳

۱۰۵	.....	رشد جسمانی در اوایل کودکی
۱۰۵	.....	رشد استخوان بندی

۱۰۵	..... رشد مغز
۱۰۶	..... نقش وراثت و هورمون‌ها در رشد اوایل کودکی
۱۰۶	..... تغذیه در اوایل کودکی
۱۰۷	..... رشد حرکتی در اوایل کودکی
۱۰۷	..... سیر تحول بازی در دوران رشد کودک
۱۰۸	..... پردازش اطلاعات در اوایل کودکی
۱۰۸	..... رشد توجه در اوایل کودکی
۱۰۹	..... رشد حافظه در اوایل کودکی
۱۰۹	..... آگاهی کودکان از ذهن
۱۱۰	..... رشد زبان در اوایل کودکی
۱۱۱	..... تغییرات در مکالمات در اوایل کودکی
۱۱۱	..... خودپرورانی اوایل کودکی
۱۱۲	..... رشد هیجانی در اوایل کودکی
۱۱۳	..... خودگردانی هیجانی در اوایل کودکی
۱۱۵	..... روابط با همسالان در اوایل کودکی
۱۱۶	..... رشد اخلاقی در اوایل کودکی
۱۱۶	..... ۱-دیدگاه روانکاوی
۱۱۶	..... ۲-دیدگاه رفتارگرایی و یادگیری اجتماعی
۱۱۷	..... ۳-دیدگاه شناختی- رشدی
۱۱۸	..... پرورش پرخاشگری در اوایل کودکی
۱۱۹	..... نقش‌بازی جنسی در اوایل کودکی
۱۲۰	..... الگوهای فرزند پروری
۱۲۲	..... خلاصه فصل

## ۱۲۳ ..... فصل ششم: اواسط کودکی (۶ تا ۱۱ سالگی)

۱۲۵	..... رشد جسمانی اواسط کودکی
۱۲۵	..... رشد حرکتی در اواسط کودکی
۱۲۶	..... پردازش اطلاعات در اواسط کودکی
۱۲۷	..... رشد توجه در اواسط کودکی

۱۲۷	..... رشد حافظه در اواسط کودکی
۱۲۸	..... نظریه کودکان دبستانی درباره ذهن
۱۲۸	..... خودگردانی شناختی در اواسط کودکی
۱۲۹	..... انواع تفکر در طول رشد
۱۳۰	..... رشد زبان در اواسط کودکی
۱۳۱	..... تاثیر مدارس در آموزش کودکان
۱۳۲	..... خودپرورانی در اواسط کودکی
۱۳۲	..... تغییرات در خودپنداره
۱۳۳	..... رشد عزت نفس
۱۳۴	..... رشد هیجانی در اواسط کودکی
۱۳۵	..... افزایش آگاهی هیجانی
۱۳۶	..... رشد اخلاق در اواسط کودکی
۱۳۷	..... پی بردن به مقررات اخلاقی و عرف‌های اجتماعی در اواسط کودکی
۱۳۸	..... رابطه با همسالان در اواسط کودکی
۱۴۰	..... نقش یابی جنسی در اواسط کودکی
۱۴۰	..... هویت‌های نقش جنسی
۱۴۰	..... تاثیرات فرهنگی بر نقش‌یابی جنسی
۱۴۲	..... خلاصه فصل

## فصل هفتم: نوجوانی ..... ۱۴۵

۱۴۷	..... نظریه های مختلف در مورد نوجوانی
۱۴۹	..... بلوغ
۱۴۹	..... رشد جسمانی در نوجوانی
۱۵۱	..... تفاوت‌های فردی و گروهی در ریش جنسی
۱۵۱	..... تاثیر بلوغ جنسی بر حالات هیجانی و رفتاری نوجوانان
۱۵۲	..... روابط والد _ فرزند در نوجوانی
۱۵۲	..... مشکلات بلوغ
۱۵۴	..... اختلالات دوره نوجوانی
۱۵۴	..... فعالیت جنسی در دوران نوجوانی

۱۵۵	جهت‌گیری جنسی در نوجوانی
۱۵۶	بیماری‌های آمیزشی نوجوانانی
۱۵۶	رشد شناختی در دوران نوجوانی
۱۵۷	تفاوت‌های جنسی در توانایی‌های عقلی در نوجوانی
۱۵۷	خودمرکز بینی در دوران نوجوانی
۱۵۸	پیشرفت تحصیلی در دوران نوجوانی
۱۵۹	عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی در دوران نوجوانی
۱۵۹	تغییرات در خودپنداره در دوران نوجوانی
۱۶۰	تغییرات در عزت نفس در دوران نوجوانی
۱۶۰	هویت یابی در دوران نوجوانی
۱۶۲	وضعیت هویت و سلامت روانی در نوجوانی
۱۶۲	عوامل موثر بر رشد هویت
۱۶۳	رشد اخلاقی نوجوانی
۱۶۳	الف-دیدگاه فروید در رشد اخلاقی نوجوانی
۱۶۴	ب-دیدگاه پیاژه در رشد اخلاقی نوجوانی
۱۶۴	ج-دیدگاه کلبگ در رشد اخلاقی نوجوانی
۱۶۷	تفاوت‌های جنسی در استدلال اخلاقی
۱۶۸	تأثیرات محیطی بر استدلال اخلاقی در دوران نوجوانی
۱۶۹	مراحل درک دیگران در نوجوانی
۱۷۱	خلاصه فصل

## فصل هشتم: بزرگسالی ..... ۱۷۳

۱۷۵	نظریه‌های پیری زیستی
۱۷۵	الف: پیری در سطح دی‌ان‌ای و سلول‌های بدن
۱۷۶	ب: پیری در سطح اندام‌ها و بافت‌ها
۱۷۶	ج: ضعف تدریجی دستگاه درون ریز که مسئول تولید هورمون‌ها و تنظیم آن‌ها است
۱۷۷	تغییرات جسمانی در بزرگسالی
۱۷۷	عملکردهای حرکتی در بزرگسالی

۱۷۸	..... توانایی تولید مثل در بزرگسالی
۱۷۸	..... تغییرات جسمانی در بزرگسالی
۱۷۸	..... رشد شغلی در دوران زندگی
۱۸۰	..... روابط صمیمانه در بزرگسالی
۱۸۰	..... دوستان در بزرگسالی
۱۸۱	..... تشکیل زندگی زناشویی
۱۸۲	..... رشد شناختی در بزرگسالی
۱۸۲	..... پردازش اطلاعات در بزرگسالی
۱۸۳	..... تقسیم بندی دوره های بزرگسالی
۱۸۵	..... خلاصه فصل

## فصل نهم: میانسالی..... ۱۸۷

۱۸۹	..... رشد جسمانی در میانسالی
۱۸۹	..... بینایی
۱۸۹	..... شنوایی
۱۹۰	..... حس چشایی و بویایی
۱۹۰	..... حس لامسه
۱۹۰	..... ترکیب عضله _ چربی
۱۹۰	..... استخوان
۱۹۱	..... تولید مثل در میانسالی
۱۹۱	..... بیماری و مشکلات روانی شایع در میانسالی
۱۹۱	..... سرطان
۱۹۲	..... بیماری های قلبی _ عروقی
۱۹۲	..... پوکی استخوان
۱۹۲	..... خصومت و خشم
۱۹۲	..... استرس
۱۹۴	..... رشد شناختی در میانسالی
۱۹۴	..... پردازش اطلاعات در میانسالی
۱۹۵	..... توجه در میانسالی

۱۹۵	حافظه در میانسالی
۱۹۵	مسأله گشایی و کاردانی در میانسالی
۱۹۶	خلاقیت در میانسالی
۱۹۶	مراحل میانسالی
۱۹۷	خودپنداره در میانسالی
۱۹۸	عزت نفس در میانسالی
۱۹۹	راهبردهای مقابله کردن در میانسالی
۱۹۹	تغییرات جنسی در میانسالی
۲۰۰	مدل پنج عامل اساسی شخصیت
۲۰۱	روابط در میانسالی
۲۰۳	خلاصه فصل

## فصل دهم: پیری ۲۰۵

۲۰۷	تغییرات جسمی در دوران پیری
۲۰۷	تغییرات دستگاه عصبی
۲۰۷	تغییرات حواس پنجگانه
۲۰۸	بیماری های شایع در دوران پیری
۲۰۸	بیماری های قلبی-عروقی
۲۰۸	تغییرات دستگاه ایمنی در پیری
۲۰۸	اختلالات خواب در دوران پیری
۲۰۹	مشکلات و تمایلات جنسی در دوران پیری
۲۰۹	آرتریت
۲۱۰	دیابت
۲۱۰	بیماری استئوپروز
۲۱۰	بیماری آلزایمر
۲۱۲	زوال عقل مغزی _عروقی
۲۱۲	انواع پیری
۲۱۳	رشد شناختی در دوران پیری
۲۱۳	تغییرات حافظه در دوران پیری

۲۱۳	تغییرات زبان در دوران پیری
۲۱۴	مسأله گشایی
۲۱۴	خردمندی
۲۱۵	معنویت و دینداری از نظریه فوکر
۲۱۵	نظریه های پیری
۲۱۷	نظریه کناره‌گیری سالمندان
۲۱۷	نظریه فعالیت افراد مضر
۲۱۸	نظریه نقش گزینش اجتماعی_ هیجانی:
۲۱۹	خلاصه فصل

## فصل یازدهم: مرگ..... ۲۲۱

۲۲۳	مرگ از جنبه های مختلف
۲۲۳	۱- جنبه زیستی
۲۲۳	۲- جنبه فلسفی
۲۲۳	۳- جنبه روانشناختی
۲۲۴	۴- جنبه مذهبی
۲۲۴	۵- جنبه اجتماعی و فرهنگی
۲۲۴	نظریه هایی در مورد مرگ
۲۲۶	انواع مرگ
۲۲۷	رشد مفهوم مرگ
۲۲۹	ترس از مرگ

منابع..... ۲۳۱





## مقدمه

روانشناسی رشد یکی از شاخه‌های مهم روانشناسی است که به بررسی تغییرات روانی و رفتاری انسان در طول زندگی می‌پردازد. این تغییرات شامل تمامی جنبه‌های جسمانی، شناختی، عاطفی، اجتماعی و اخلاقی هستند و از بدو تولد تا مرگ ادامه دارند. روانشناسی رشد به ما

کمک می‌کند تا بهتر بفهمیم چگونه و چرا افراد در طول زمان تغییر می‌کنند و چگونه این تغییرات تحت تاثیر عوامل مختلفی نظیر ژنتیک، محیط، فرهنگ و تجربه‌های زندگی قرار می‌گیرند.

مطالعه روانشناسی رشد اهمیت بسیاری دارد. این علم به ما امکان می‌دهد تا فرآیندهای طبیعی رشد و تغییرات را درک کرده و بتوانیم مشکلات و اختلالات احتمالی را شناسایی کنیم. به عنوان مثال، با شناخت مراحل مختلف رشد شناختی کودکان، می‌توانیم به آن‌ها در یادگیری بهتر کمک کنیم و محیط‌های آموزشی مناسبی را برایشان فراهم سازیم. در دوران نوجوانی، فهم تغییرات عاطفی و اجتماعی می‌تواند به والدین و مشاوران کمک کند تا نوجوانان را در مواجهه با چالش‌های این دوره یاری دهند. همچنین، در مراحل مختلف بزرگسالی و پیری، روانشناسی رشد می‌تواند به افراد کمک کند تا با تغییرات طبیعی این دوران‌ها سازگار شوند و کیفیت زندگی خود را بهبود بخشند.

این کتاب با هدف ارائه یک دیدگاه جامع و کامل از روانشناسی رشد و تحول نگاشته شده است. در هر فصل، به بررسی مراحل مختلف زندگی و تغییرات روانی و رفتاری که در هر یک از این مراحل رخ می‌دهد، پرداخته می‌شود. هدف اصلی این کتاب، فراهم آوردن یک منبع علمی و کاربردی برای دانشجویان، پژوهشگران، مشاوران، والدین و همه افرادی است که به دنبال فهم بهتر رشد و تحول انسانی هستند.

این کتاب در یازده فصل تدوین شده است که به تشریح نظریه های مهم رشد و مراحل خاص از زندگی و در نهایت پدیده مرگ، می پردازد. رویکرد این کتاب به روانشناسی تحول، ترکیبی از نظریه های مختلف و پژوهش های علمی است. در هر فصل، نظریه های برجسته و یافته های پژوهشی جدید مطرح شده و با مثال های عملی و کاربردی ترکیب شده اند تا مفاهیم به بهترین نحو ممکن ارائه شوند. همچنین، در انتهای هر فصل، خلاصه ای برای مطالعه بیشتر و تعمیق دانش ارائه شده است.

در پایان این مقدمه، باید تأکید کرد که روانشناسی تحول نه تنها به عنوان یک علم، بلکه به عنوان یک ابزار کاربردی برای بهبود کیفیت زندگی انسان ها در تمام مراحل زندگی اهمیت دارد. با مطالعه این کتاب، امیدواریم که خوانندگان بتوانند درک بهتری از فرآیندهای تحول و تغییرات انسان در طول مراحل مختلف رشد پیدا کنند و از این دانش برای بهبود زندگی خود و اطرافیان شان بهره ببرند.

دکتر سارا مهتدی  
روانشناس/زوج درمانگر