

۲۴۱۳۱۹۰

۱۴۰۳، ۳، ۱۲

روان شناسی رشد

(ویراست هفتم)

نوجوانی تا پایان عمر

(جلد ۲)

تألیف:

لوردا پیرل

ترجمه:

یحیی سید محمدی

ارباران
نشر اسبازان

عنوان و نام پدیدآور: روان‌شناسی رشد (ویراست هفتم) (از لقاح تا کودکی) (جلد ۲) / تألیف: لورا پرک، جیل هولی؛ ترجمه: یحیی سیدمحمدی

مشخصات نشر: تهران: نشر ارسباران، ۱۴۰۲

مشخصات ظاهری: [شانزده] - ۶۰۸ ص.: مصور، جدول

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۳۸۵-۹۲-۰

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیفا

عنوان اصلی: Development Through the Lifespan, 7th. ed, [2023]

مندرجات: جلد ۱: از لقاح تا کودکی؛ جلد ۲: از نوجوانی تا پایان عمر

موضوع: روان‌شناسی رشد

رده‌بندی کنگره: BF ۷۱۳

رده‌بندی دیویی: ۱۵۵

شماره کتابشناسی ملی: ۹۲۵۸۲۹۵

بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

مخاطب عزیز، خواننده گرامی، این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله مترجم و ناشر است. تکثیر آن به هر شکل و میزانی، بدون اجازه از ناشر و مؤلف، و خرید و فروش آن کاری نادرست، غیرقانونی، و غیرشرعی است. پیامد این عمل ناصواب موجب بی‌اعتمادی در فضای نشر و فروش کتاب می‌شود و می‌تواند زمینه‌ساز محیطی ناسالم جهت بی‌ارزش کردن زحمات دست‌اندرکاران فعالیت‌های فرهنگی و اقتصادی در جامعه شود که در نهایت، به زیان خود شما و بردن آن‌تان خواهد شد.

سایت

www.ravabook.com

پست الکترونیکی

panahir91@yahoo.com

روان‌شناسی رشد

از لقاح تا کودکی - ویراست هفتم

جلد ۲

مؤلف: لورا پرک

مترجم: یحیی سیدمحمدی

ناشر: ارسباران

نوبت چاپ: ۵۰ (دوم ویراست هفتم)، بهار ۱۴۰۳

لیتوگرافی: اطلس چاپ: شاهین صحافی: چاوش

شمارگان: ۲۰۰ تعداد صفحات: ۸۰۰ صفحه

ISBN: 978-600-7385-92-0

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۳۸۵-۹۲-۰

مرکز پخش: تهران - خیابان زرتشت غربی، بین خیابان علیزاده و شیخلر، پلاک ۶۳

تلفکس: ۸۸۹۶۲۷۰۷

۸۸۹۶۱۰۵۰

۸۸۹۶۱۰۷۰

تلفن: ۹ - ۸۸۹۷۳۳۵۸

فهرست

فصل ۱۱: رشد جسمانی و شناختی در نوجوانی

۴	■ رشد جسمانی
۴	برداشت‌ها از نوجوانی
۴	۱. برداشت‌ها از نوجوانی طی قرن گذشته چه تغییری کرده‌اند؟
۴	دیدگاه زیستی
۵	دیدگاه اجتماعی
۵	دیدگاهی متعادل
۶	بلوغ: انتقال جسمانی به بزرگسالی
۶	۲. رشد بدن، عملکرد حرکتی و جنسی در طول بلوغ را شرح دهید
۶	۳. چه عواملی بر زمان‌بندی بلوغ تأثیر می‌گذارند؟
۶	۴. در طول نوجوانی چه تغییراتی در مغز روی می‌دهد؟
۷	تغییرات هورمونی
۸	رشد بدن
۱۰	رشد حرکتی و فعالیت جسمانی
۱۲	رشد جنسی
۱۴	تفاوت‌های فردی در رشد بلوغ
۱۶	رشد مغز
۱۸	تغییر حالت‌های پرانگیختگی
۱۹	تأثیر روان‌شناختی رویدادهای بلوغ
۱۹	۵. واکنش‌های نوجوانان به تغییرات جسمانی بلوغ را توضیح دهید
۱۹	۶. تأثیر زمان‌بندی بلوغ بر سازگاری نوجوان را شرح دهید و به تفاوت‌های جنسی اشاره کنید
۱۹	واکنش‌ها به تغییرات بلوغ
۲۰	تغییر بلوغ، هیجان، و رفتار اجتماعی
۲۳	زمان‌بندی بلوغ
۲۶	مسائل سلامت
	۷. نیازهای غذایی در طول نوجوانی را شرح دهید و به عوامل مرتبط با اختلالات خوردن اشاره کنید
۲۶	

۸. تأثیرات اجتماعی و فرهنگی بر نگرش‌ها و رفتار جنسی نوجوان را شرح دهید. ۲۶
۹. عوامل مرتبط با عفونت‌های آمیزشی را شرح دهید و به راهکارهای پیشگیری و مداخله اشاره کنید. ۲۶
۱۰. چه عوامل شخصی و اجتماعی با مصرف و سوءمصرف مواد در نوجوان ارتباط دارند. ۲۶
- نیازهای غذایی ۲۷
- اختلالات خوردن ۲۸
- تمایلات جنسی ۳۱
- عفونت‌های آمیزشی ۳۵
- مصرف و سوءمصرف مواد ۳۵

■ رشد شناختی ۴۰

- نظریهٔ پیاژه: مرحلهٔ عملیات صوری ۴۱
۱۱. تفکر عملیات صوری چه ویژگی‌های عمده‌ای دارد؟ ۴۱
۱۲. پژوهش پیگیری دربارهٔ تفکر عملیات صوری و اشارات آن برای درستی مرحلهٔ عملیات صوری پیاژه را شرح دهید. ۴۱
- استدلال فرضی-عینی ۴۲
- تفکر گزاره‌ای ۴۲
- پژوهش پیگیری دربارهٔ تفکر عملیات صوری ۴۴
- دیدگاه پردازش اطلاعات دربارهٔ رشد شناختی نوجوان ۴۶
۱۳. پژوهشگران پردازش اطلاعات چگونه تغییرات شناختی نوجوانی را توجیه می‌کنند؟ ۴۶
- استدلال علمی: هماهنگ کردن نظریه با شواهد ۴۷
- استدلال علمی چگونه پرورش می‌یابد؟ ۴۹
- پیامدهای تغییرات شناختی نوجوان ۵۱
۱۴. واکنش‌های معمول نوجوانان را که از شناخت پیشرفتهٔ آنها ناشی می‌شوند، شرح دهید. ۵۱
- خودآگاهی و تمرکز بر خود ۵۱
- آرمان‌گرایی و انتقاد ۵۴
- تصمیم‌گیری ۵۵
- تفاوت‌های جنسی در توانایی‌های ذهنی ۵۶
۱۵. چه عواملی در تفاوت‌های جنسی در توانایی‌های ذهنی نوجوانی مشارکت دارند؟ ۵۶
- توانایی‌های کلامی ۵۷
- توانایی‌های ریاضی ۵۸
- یادگیری در مدرسه ۶۲
۱۶. تأثیر تغییرات مدرسه بر سازگاری نوجوان را شرح دهید. ۶۲
۱۷. تأثیرات خانواده، مدرسه، و اشتغال را بر پیشرفت تحصیلی در طول نوجوانی شرح دهید. ۶۲

۶۲	۱۸. چه عواملی خطر ترک تحصیل دبیرستان را افزایش می‌دهند؟
۶۲	تغییرات مدرسه
۶۵	پیشرفت تحصیلی
۷۱	ترک تحصیل
۷۵	خلاصه

فصل ۱۲: رشد هیجانی و اجتماعی در نوجوانی ————— ۸۱

۸۳	نظریهٔ اریکسون: هویت در برابر سردرگمی نقش
۸۳	۱. از نظر اریکسون، پیشرفت عمدهٔ شخصیت نوجوانی چیست؟
۸۵	خودآگاهی
۸۵	۲. تغییرات در خودپنداره و عزت نفس در نوجوانی را شرح دهید.
۸۵	۳. چهار وضعیت هویت را همراه با عواملی که موجب رشد هویت می‌شوند شرح دهید.
۸۵	تغییرات در خودپنداره
۸۶	تغییرات در عزت نفس
۸۷	راه‌هایی به سوی هویت
۸۸	وضعیت هویت و سلامت روان
۹۱	عوامل تأثیرگذار بر تشکیل هویت
۹۳	رشد اخلاقی
۹۳	۴. نظریهٔ رشد اخلاقی کلبِرگ را شرح دهید و دقت آن را ارزیابی کنید.
۹۳	۵. عوامل تأثیرگذار بر استدلال اخلاقی و ارتباط آنها با رفتار اخلاقی را شرح دهید.
۹۵	نظریهٔ رشد اخلاقی کلبِرگ
۹۹	آیا در استدلال اخلاقی تفاوت‌های جنسی وجود دارد؟
۱۰۱	هماهنگ کردن مسائل اخلاقی، اجتماعی - عرفی، و شخصی
۱۰۲	عوامل تأثیرگذار بر استدلال اخلاقی
۱۰۵	استدلال و رفتار اخلاقی
۱۰۶	اعتقاد مذهبی و رشد اخلاقی
۱۰۷	چالش‌های بیشتر برای نظریهٔ کلبِرگ
۱۰۸	خانواده
۱۰۸	۶. تغییرات در روابط والد - فرزند و همشیرها در طول نوجوانی را شرح دهید.
۱۰۹	روابط والد - نوجوان
۱۱۱	شرایط خانوادگی
۱۱۲	همشیرها
۱۱۲	روابط همسالان

۷. رفاقت‌های نوجوان، گروه‌های همسال، و پیامدهای آنها برای رشد را شرح دهید.....	۱۱۲
رفاقت‌ها.....	۱۱۳
دارودسته‌ها و جماعت‌ها.....	۱۱۸
مشکلات رشد.....	۱۱۹
۸. عوامل مرتبط با افسردگی و خودکشی نوجوان را شرح دهید.....	۱۱۹
۹. عوامل مرتبط با بزهکاری را شرح دهید.....	۱۱۹
افسردگی.....	۱۱۹
خودکشی.....	۱۲۲
بزهکاری.....	۱۲۵
خلاصه.....	۱۳۱
❖ رویدادهای مهم: رشد در نوجوانی.....	۱۳۵

فصل ۱۳: رشد جسمانی و شناختی در اوایل بزرگسالی (جوانی) — ۱۳۹

■ رشد جسمانی.....	۱۴۱
پیری زیستی در اوایل بزرگسالی در شرف وقوع است.....	۱۴۲
۱. نظریه‌های کنونی درباره پیری زیستی را هم در سطح DNA و سلول‌های بدن و هم در سطح بافت‌ها و اندام‌ها شرح دهید.....	۱۴۲
پیری در سطح DNA و سلول‌های بدن.....	۱۴۲
پیری در سطح بافت‌ها و اندام‌ها.....	۱۴۶
تغییرات جسمانی.....	۱۴۸
۲. تغییرات جسمانی پیری را شرح دهید و به سیستم‌های قلبی - عروقی و تنفسی، عملکرد حرکتی، سیستم ایمنی، و توانایی تولیدمثل توجه خاص کنید.....	۱۴۸
سیستم‌های قلبی - عروقی و تنفسی.....	۱۵۰
عملکرد حرکتی.....	۱۵۲
سیستم ایمنی.....	۱۵۳
توانایی تولیدمثل.....	۱۵۵
سلامتی و برازندگی.....	۱۵۶
۳. تأثیر جایگاه اجتماعی - اقتصادی، تغذیه، و ورزش بر سلامتی را شرح دهید و چاقی در بزرگسالی را توضیح دهید.....	۱۵۶
۴. چه موادی عموماً سوءمصرف می‌شوند و چه مخاطراتی برای سلامتی ایجاد می‌کنند؟.....	۱۵۶
۵. استرس روانی چه تأثیری بر سلامتی دارد؟.....	۱۵۶
تغذیه.....	۱۵۸
ورزش.....	۱۶۳

۱۶۵	 سوء مصرف مواد
۱۶۹	 استرس روانی
۱۷۰	 ■ رشد شناختی
۱۷۱	 تغییرات در ساختار تفکر
۱۷۱	 ۶. توضیح دهید تفکر در اوایل بزرگسالی چه تغییری می‌کند
۱۷۲	 شناخت معرفتی
۱۷۵	 تفکر عمل‌گرایانه و پیچیدگی شناختی - عاطفی
۱۷۷	 کاردانی و خلاقیت
۱۷۷	 ۷. کاردانی و خلاقیت چه نقشی در تفکر بزرگسال دارند؟
۱۸۰	 تجربه دانشگاه
۱۸۰	 ۸. تأثیر تحصیل دانشگاهی بر زندگی جوانان را شرح دهید و به مشکل ترک تحصیل اشاره کنید
۱۸۱	 تأثیر روان‌شناختی وارد شدن به دانشگاه
۱۸۱	 ترک تحصیل
۱۸۳	 انتخاب شغل
۱۸۳	 ۹. رشد انتخاب شغل را در دهه‌های ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ به عواملی اشاره نمایید که بر آن تأثیر دارند
۱۸۳	 انتخاب یک شغل
۱۸۴	 عوامل تأثیرگذار بر انتخاب شغل
۱۹۰	 خلاصه

فصل ۱۴: رشد هیجانی و اجتماعی در اوایل بزرگسالی (جوانی) ————— ۱۹۵

۱۹۸	 انتقال تدریجی: بزرگسالی نوظهور
۱۹۸	 ۱. رشد هیجانی و اجتماعی در طول بزرگسالی نوظهور را همراه با تأثیرات فرهنگی
۱۹۸	 و تنوع‌های فردی شرح دهید
۱۹۹	 کاوش بی‌سابقه
۲۰۱	 نظریه اریکسون: صمیمیت در برابر انزوا
۲۰۱	 ۲. به عقیده اریکسون، در اوایل بزرگسالی چه تغییرات شخصیتی روی می‌دهند؟
۲۰۳	 نظریه‌های دیگر رشد روانی - اجتماعی بزرگسال
۲۰۳	 ۳. نظریه‌های روانی - اجتماعی لوینسون و ویلانت درباره رشد شخصیت بزرگسال را شرح دهید
۲۰۳	 و ارزیابی کنید
۲۰۳	 ۴. زمان‌بندی اجتماعی چیست و چگونه بر رشد در بزرگسالی تأثیر می‌گذارد؟
۲۰۳	 مراحل زندگی لوینسون
۲۰۵	 سازگاری با زندگی ویلانت

زمان‌بندی اجتماعی	۲۰۶
روابط صمیمی	۲۰۸
۵. عواملی که بر انتخاب همسر تأثیر دارند، عناصر عشق رمانتیک، و تغییر کردن نوع عشق وقتی روابط تشکیل می‌شوند را شرح دهید و به تنوع فرهنگی اشاره کنید.	۲۰۸
۶. رفاقت بزرگسالان و روابط همشیرها و تأثیر آنها بر سلامت روان‌شناختی را شرح دهید.	۲۰۸
عشق رمانتیک	۲۰۸
رفاقت‌ها	۲۱۷
چرخه زندگی خانواده	۲۲۰
۷. مراحل چرخه زندگی خانواده را که در اوایل بزرگسالی برجسته‌اند، دنبال کنید و به عواملی اشاره نمایید که این روزها بر این مراحل تأثیر دارند.	۲۲۰
ترک خانه پدری	۲۲۰
پیوستن خانواده‌ها در زندگی زناشویی	۲۲۳
پدر و مادری	۲۳۲
تنوع سبک‌های زندگی بزرگسال	۲۳۹
۸. تنوع سبک‌های زندگی بزرگسال را شرح دهید و بر تجرد، زندگی با هم بدون ازدواج، و بی‌فرزندگی تمرکز کنید.	۲۳۹
۹. عواملی را نام ببرید که می‌تواند به طلاق و ازدواج مجدد مشارکت دارند.	۲۳۹
۱۰. چالش‌های مرتبط با سبک‌های پدر و مادری مختلف، از جمله والدین ناتنی و والدینی که هرگز ازدواج نکرده‌اند را شرح دهید.	۲۳۹
تجرد	۲۳۹
زندگی با هم	۲۴۲
بی‌فرزندگی	۲۴۴
طلاق و ازدواج مجدد	۲۴۵
انواع سبک‌های پدر - مادری	۲۴۸
رشد شغلی	۲۵۰
۱۱. الگوهای رشد شغلی را شرح دهید و به مشکلاتی اشاره کنید که زنان، اقلیت‌های قومی، و زوج‌های دونان‌آور با آنها روبرو هستند.	۲۵۰
برقراری شغل	۲۵۰
زنان و اقلیت‌های قومی	۲۵۱
ترکیب کار و خانواده	۲۵۳
خلاصه	۲۵۵
❖ رویدادهای مهم: رشد در اوایل بزرگسالی	۲۶۱

فصل ۱۵: رشد جسمانی و شناختی در میانسالی ————— ۲۶۳

۲۶۶	■ رشد جسمانی
۲۶۷	تغییرات جسمانی
	۱. تغییرات جسمانی میانسالی را شرح دهید و به بینایی، شنوایی، پوست، ترکیب عضله - چربی، و استخوان بندی توجه خاص کنید..... ۲۶۷
	۲. تغییرات تولیدمثل در هر دو جنس را همراه با نشانه های جسمانی و هیجانی مرتبط در طول بزرگسالی شرح دهید..... ۲۶۷
	بینایی..... ۲۶۷
	شنوایی..... ۲۶۹
	پوست..... ۲۷۰
	ترکیب عضله - چربی..... ۲۷۱
	استخوان بندی..... ۲۷۴
	سیستم تولیدمثل..... ۲۷۵
	سلامتی و برازندگی..... ۲۸۲
	۳. تمایلات جنسی در میانسالی با رضایت از رابطه را شرح دهید..... ۲۸۲
	۴. سرطان، بیماری قلبی - عروقی، و پوکی استخوان را شرح دهید و به عوامل خطر و مداخله ها اشاره کنید..... ۲۸۲
	۵. ارتباط خصومت و خشم با بیماری قلبی و مشکلات سلامتی دیگر را توضیح دهید..... ۲۸۲
	تمایلات جنسی..... ۲۸۳
	بیماری و ناتوانی..... ۲۸۴
	خصومت و خشم..... ۲۹۴
	سازگار شدن با مشکلات جسمانی میانسالی..... ۲۹۶
	۶. منافع مدیریت استرس، ورزش، و نیرومندی را در حل و فصل کردن مؤثر چالش های جسمانی میانسالی شرح دهید..... ۲۹۶
	۷. معیار دوگانه پیری را توضیح دهید..... ۲۹۶
	مدیریت استرس..... ۲۹۶
	ورزش..... ۲۹۹
	نیرومندی..... ۳۰۱
	جنسیت و پیری: معیاری دوگانه..... ۳۰۲
۳۰۵	■ رشد شناختی
۳۰۵	تغییرات در توانایی های ذهنی
۳۰۵	۸. تأثیرات همدوره بر هوش را که تحقیق طولی سیاتل شای آشکار نمود، شرح دهید..... ۳۰۵

۹. تغییرات در هوش متبلور و سیال در میانسالی و تفاوت‌های فردی و گروهی در رشد عقلانی	۳۰۵
را شرح دهید.....	۳۰۵
تأثیرات همدوره.....	۳۰۶
هوش متبلور و سیال.....	۳۰۷
تفاوت‌های فردی و گروهی.....	۳۱۰
پردازش اطلاعات.....	۳۱۲
۱۰. پردازش اطلاعات در میانسالی چه تغییری می‌کند؟.....	۳۱۲
۱۱. پرورش حل مسئله عملی، کاردانی، و خلاقیت در میانسالی را شرح دهید.....	۳۱۲
سرعت پردازش.....	۳۱۲
کارکرد اجرایی.....	۳۱۴
راهبردهای حافظه.....	۳۱۶
حل مسئله عملی و کاردانی.....	۳۱۹
خلاقیت.....	۳۲۰
پردازش اطلاعات در زمینه.....	۳۲۱
زندگی شغلی و رشد شناختی.....	۳۲۱
۱۲. رابطه بین زندگی شغلی و رشد شناختی را شرح دهید.....	۳۲۱
یادگیرنده‌های بزرگسال: دانشجویان و بزرگسالان در میانسالی.....	۳۲۳
۱۳. چالش‌هایی که بزرگسالان در برخورد با آنها روبرو هستند، روش‌هایی برای کمک به دانشجویان بازگشتی، و منافع گرفتن از میانسالی را شرح دهید.....	۳۲۳
ویژگی‌های دانشجویان بازگشتی.....	۳۲۳
حمایت از دانشجویان بازگشتی.....	۳۲۴
خلاصه.....	۳۲۶

فصل ۱۶: رشد هیجانی و اجتماعی در میانسالی ————— ۳۳۱

نظریه اریکسون: زاینده‌گی در برابر رکود.....	۳۳۳
۱. از نظر اریکسون، شخصیت در میانسالی چه تغییری می‌کند؟.....	۳۳۳
نظریه‌های دیگر رشد روانی - اجتماعی در میانسالی.....	۳۳۶
۲. دیدگاه‌های لوینسون و ویلانت درباره رشد روانی - اجتماعی را در میانسالی شرح دهید و به شباهت‌ها و تفاوت‌ها بین مردان و زنان اشاره کنید.....	۳۳۶
۳. آیا بحران میانسالی تجربه معمول میانسالی را منعکس می‌کند و آیا میانسالی دقیقاً به صورت مرحله توصیف شده است؟.....	۳۳۶
مراحل زندگی از نظر لوینسون.....	۳۳۶
سازگاری با زندگی از نظر ویلانت.....	۳۳۸

۳۳۸	آیا بحران میانسالی وجود دارد؟
۳۴۰	رویکرد مرحله‌ای یا رویدادهای زندگی
۳۴۲	ثبات و تغییر در خودپنداره و شخصیت
۳۴۲	۴. تغییرات در خودپنداره، شخصیت، و هویت جنسیتی در میانسالی را شرح دهید.
۳۴۲	۵. ثبات و تغییر در «پنج عامل اصلی» صفات شخصیت در بزرگسالی را شرح دهید.
۳۴۲	خودهای ممکن
۳۴۴	خودپذیری، خودمختاری، و تسلط بر محیط
۳۴۵	مقابله با عوامل استرس‌زای روزمره
۳۴۸	هویت جنسیتی
۳۵۰	تفاوت‌های فردی در صفات شخصیت
۳۵۲	روابط در میانسالی
	۶. مرحله میانسالی چرخه زندگی خانواده، از جمله زندگی زناشویی، طلاق، روابط والد-فرزند، و
۳۵۲	پدربزرگ - مادربزرگی را شرح دهید.
۳۵۲	۷. روابط همشیرها و رفاقت‌ها در میانسالی را شرح دهید.
۳۵۳	ازدواج و طلاق
۳۵۶	تغییر روابط والد-فرزند
۳۶۰	پدربزرگ - مادربزرگی
۳۶۲	فرزندان میانسال و والدین سالخورده آنها
۳۶۸	همشیرها
۳۷۰	رفاقت‌ها
۳۷۱	زندگی شغلی
	۸. رضایت شغلی و رشد شغلی در میانسالی را شرح دهید و به تفاوت‌های جنسیتی و تجربیات
۳۷۱	اقلیت‌های قومی توجه خاص کنید.
۳۷۱	۹. تغییر شغل و بیکاری در میانسالی را شرح دهید.
۳۷۱	۱۰. اهمیت برنامه‌ریزی برای بازنشستگی را شرح دهید.
۳۷۲	رضایت شغلی
۳۷۳	رشد شغلی
۳۷۵	تغییر شغل در میانسالی
۳۷۶	بیکاری
۳۷۷	برنامه‌ریزی برای بازنشستگی
۳۸۰	خلاصه
۳۸۵	❖ رویدادهای مهم: رشد در میانسالی

فصل ۱۷: رشد جسمانی و شناختی در اواخر بزرگسالی (پیری) ————— ۳۸۷

۳۹۰	■ رشد جسمانی
۳۹۰	امید زندگی
	۱. سن زمانی را از سن کارکردی متمایز کنید و تغییرات در امید زندگی از آغاز قرن بیستم را
۳۹۰	شرح دهید.
۳۹۱	تفاوت‌ها در امید زندگی
۳۹۲	امید زندگی در اواخر بزرگسالی
۳۹۸	حداکثر عمر
۳۹۸	تغییرات جسمانی
	۲. کاهش‌های جسمانی در اواخر بزرگسالی، و تغییرات در سیستم‌های عصبی و حسی را شرح
۳۹۸	دهید.
	۳. تغییرات قلبی - عروقی، تنفسی، و سیستم ایمنی و مشکلات خواب در اواخر بزرگسالی را
۳۹۸	شرح دهید.
	۴. تغییرات در ظاهر جسمانی و تحرک در اواخر بزرگسالی را همراه با سازگاری‌های مؤثر در این
۳۹۸	تغییرات شرح دهید.
۳۹۹	سیستم عصبی
۴۰۱	سیستم‌های حسی
۴۰۷	سیستم‌های قلبی - عروقی و تنفسی
۴۰۸	سیستم ایمنی
۴۰۹	خواب
۴۱۰	ظاهر جسمانی و تحرک
۴۱۲	سازگاری با تغییرات جسمانی اواخر بزرگسالی
۴۱۷	سلامتی، برازندگی، و ناتوانی
	۵. سلامتی و برازندگی در اواخر عمر را شرح دهید و به تغذیه، ورزش و تمایلات جنسی توجه
۴۱۷	ویژه کنید.
۴۱۷	۶. ناتوانی‌های جسمانی مرتبط با اواخر بزرگسالی را شرح دهید.
۴۱۷	۷. ناتوانی‌های ذهنی مرتبط با اواخر بزرگسالی را شرح دهید.
۴۱۷	۸. مسائل مراقبت از سلامتی را که بر سالمندان تأثیر می‌گذارند، شرح دهید.
۴۱۹	تغذیه و ورزش
۴۲۱	تمایلات جنسی
۴۲۲	ناتوانی‌های جسمانی
۴۳۰	ناتوانی‌های ذهنی

۴۴۴	مراقبت از سلامتی
۴۴۶	رشد شناختی
۴۴۶	۹. تغییرات کلی در عملکرد شناختی در اواخر بزرگسالی را شرح دهید.
۴۴۹	حافظه
۴۴۹	۱۰. حافظه در اواخر عمر چه تغییری می‌کند؟
۴۵۰	حافظه آشکار در برابر ناآشکار
۴۵۲	حافظه تداومی
۴۵۴	حافظه دور
۴۵۵	حافظه مربوط به آینده
۴۵۶	پردازش زبان
۴۵۶	۱۱. تغییرات در پردازش زبان در اواخر بزرگسالی را شرح دهید.
۴۵۸	حل مسئله
۴۵۸	۱۲. حل مسئله در اواخر عمر چه تغییری می‌کند؟
۴۶۰	خردمندی
۴۶۰	۱۳. چه توانایی‌هایی خردمندی را تشکیل می‌دهد و خردمندی چگونه تحت تأثیر تجربه زندگی قرار می‌گیرد؟
۴۶۳	عوامل مربوط به نگهداری و تغییر شناختی
۴۶۳	۱۴. عواملی را نام ببرید که با نگهداری و تغییر در اواخر بزرگسالی ارتباط دارند.
۴۶۴	مداخله‌های شناختی
۴۶۴	۱۵. نتایج مداخله‌هایی که قصد دارند به سالمندان کمک کنند مداخله‌های شناختی را حفظ نمایند، شرح دهید.
۴۶۷	خلاصه

فصل ۱۸: رشد هیجانی و اجتماعی در اواخر بزرگسالی ————— ۴۷۳

۴۷۵	نظریه اریکسون: انسجام ایگو در برابر ناامیدی
۴۷۵	۱. از نظر اریکسون، شخصیت در اواخر بزرگسالی چه تغییری می‌کند؟
۴۷۷	نظریه‌های دیگر رشد روانی-اجتماعی در اواخر بزرگسالی
۴۷۷	۲. دیدگاه‌های رشد روانی-اجتماعی را برت پک و ژوان اریکسون در اواخر بزرگسالی را همراه با اشارات عاطفه مثبت و خاطره‌پردازی برای زندگی سالمندان شرح دهید.
۴۷۷	تکالیف انسجام ایگو از نظر پک و فراتر رفتن از خود از نظر ژوان اریکسون
۴۷۹	اثر مثبت بودن
۴۸۰	یادآوری گذشته‌ها
۴۸۲	ثبات و تغییر در خودپنداره و شخصیت

۳. جنبه‌های پایدار و متغیر خودپنداره و شخصیت را نام ببرید و معنویت و دینداری در اواخر بزرگسالی را شرح دهید. ۴۸۲
- خودپنداره ایمن و چندوجهی ۴۸۳
- تطبیق‌پذیری، پذیرش تغییر، و تجربه‌پذیری (گشودگی به تجربه) ۴۸۴
- معنویت و دینداری ۴۸۵
- تأثیرات موقعیتی بر سلامت روانی ۴۸۷
۴. تأثیر کنترل در برابر وابستگی، سلامت جسمانی، تغییرات منفی زندگی و حمایت اجتماعی بر سلامت روانی سالخوردگان را شرح دهید. ۴۸۷
- کنترل در برابر وابستگی ۴۸۷
- سلامت جسمانی ۴۹۰
- تغییرات منفی زندگی ۴۹۴
- حمایت اجتماعی ۴۹۵
- دنیای اجتماعی در حال تغییر ۴۹۷
۵. محدودیت‌های نظریه‌کناره‌گیری و نظریه‌فعالیت را شرح دهید و دیدگاه‌های جدیدتر نظریه‌تداوم و نظریه‌گزینش اجتماعی - هیجانی را توضیح دهید. ۴۹۷
۶. جوامع، محله‌ها، و ارتباطات مسکن چگونه بر زندگی اجتماعی و سازگاری سالخوردگان تأثیر می‌گذارند؟ ۴۹۷
- نظریه‌های اجتماعی پیری ۴۹۷
- موقعیت‌های اجتماعی پیری: جوامع، محله‌ها، مسکن ۵۰۲
- روابط در اواخر بزرگسالی ۵۰۸
۷. تغییرات در روابط در اواخر بزرگسالی، از جمله طلاق، ازدواج مجدد، و بیوگی را شرح دهید و درباره‌ی سالمندانی بحث کنید که هرگز ازدواج نکرده‌اند و بی‌فرزند هستند. ۵۰۸
۸. روابط همشیرها و رفاقت‌ها در اواخر عمر چه تغییری می‌کنند؟ ۵۰۸
۹. روابط سالخوردگان با فرزندان بزرگسال و نوه‌های بزرگسال را شرح دهید. ۵۰۸
۱۰. بدرفتاری با سالخوردگان، از جمله عوامل خطر، پیامدها، و راهبردهای پیشگیری را شرح دهید. ۵۰۸
- زندگی زناشویی ۵۰۹
- طلاق و ازدواج مجدد ۵۱۱
- بیوگی ۵۱۲
- سالخوردگان ازدواج نکرده و بی‌فرزند ۵۱۶
- همشیرها ۵۱۷
- رفاقت‌ها ۵۱۸
- روابط با فرزندان بزرگسال ۵۲۰

۵۲۲	روابط با نوه‌های بزرگسال
۵۲۳	بدرفتاری با سالخوردگان
۵۲۸	بازنشستگی
۱۱	تصمیم به بازنشسته شدن، سازگاری با بازنشستگی، و مشغولیت در اوقات فراغت و
۵۲۸	فعالیت‌های داوطلبانه را شرح دهید
۵۲۹	تصمیم‌گیری برای بازنشستگی
۵۳۱	سازگاری با بازنشستگی
۵۳۳	فعالیت‌های اوقات فراغت و داوطلبانه
۵۳۵	پیری موفق
۱۲	معنی پیری موفق را شرح دهید
۵۳۵	
۵۳۷	خلاصه
۵۴۳	❖ رویدادهای مهم: رشد در اواخر زندگی

فصل ۱۹: مرگ، مُردن و داغ‌دیدی ۵۴۷

۵۴۹	چگونه می‌میریم
۱	تغییرات جسمانی مردن، همراه با اشارات و نشانه‌های تعریف کردن مرگ و معنی مرگ با
۵۴۹	منزلت را شرح دهید
۵۴۹	تغییرات جسمانی
۵۵۱	تعریف مرگ
۵۵۳	مرگ با منزلت
۵۵۴	آگاهی از مرگ و نگرش‌ها نسبت به آن
۲	تغییرات مرتبط با سن در برداشت‌ها و نگرش‌ها نسبت به مرگ را شرح دهید و به عواملی
۵۵۴	اشاره کنید که بر اضطراب مرگ تأثیر می‌گذارند
۵۵۵	کودکی
۵۵۸	نوجوانی
۵۶۱	بزرگسالی
۵۶۱	اضطراب مرگ
۵۶۵	تفکر و هیجان‌های افراد در حال مرگ
۳	نظریه کوبلر - راس درباره پاسخ‌های معمول به مردن را شرح دهید و ارزیابی کنید و عواملی
۵۶۵	را نام ببرید که بر پاسخ‌های بیماران در حال مرگ تأثیر دارند
۵۶۶	آیا مردن مراحل دارد؟
۵۶۸	تأثیرات موقعیتی بر سازگاری با مردن

مکان مردن ۵۷۵

۴. این موضوع را ارزیابی کنید که تا چه اندازه‌ای خانه‌ها، بیمارستان‌ها، خانه‌های سالمندان، و

رویکرد آسایشگاهی، نیازهای افراد در حال مرگ و خانواده‌های آنها را برآورده می‌سازند. ۵۷۵

خانه ۵۷۵

بیمارستان ۵۷۶

خانه سالمندان ۵۷۸

رویکرد آسایشگاهی ۵۷۸

حق مردن ۵۸۳

۵. روش‌های پزشکی آخر عمر را همراه با مجادله‌های اخلاقی پیرامون آنها شرح دهید. ۵۸۳

خاتمه دادن به درمان نگهدارنده زندگی. ۵۸۴

مرگ به کمک پزشکی ۵۸۷

یوتانازی ارادی ۵۸۹

داغ‌دیدی : مقابله‌گری با مرگ فردی عزیز. ۵۹۱

۶. فرایند سوگ، عواملی که در تفاوت‌های فردی وجود دارند، و مداخله‌های داغ‌دیدی را شرح

دهید. ۵۹۱

فرایند سوگ ۵۹۱

تفاوت‌های شخصی و مؤلفی ۵۹۴

مداخله‌هایی برای داغ‌دیدی ۶۰۰

آموزش مرگ ۶۰۲

۷. توضیح دهید آموزش مرگ چگونه می‌تواند به افراد کمک کند تا با مرگ به صورت مؤثرتری

مقابله کنند. ۶۰۲

خلاصه ۶۰۴