

Sisällys

I KEHITYSPSYKOLOGIA TUTKII IHMISTÄ ERI IKÄVAIHEISSA 10

1 Kehitystä tutkitaan eri näkökulmista 12

Fyysis-motorinen, psyykinen ja sosiaalinen
kehitys kietoutuvat yhteen 12

Kehitystä selvitetään pitkittäis- ja poikittaistutkimuksilla 15

2 Jokainen kehittyy omassa tahdissaan 17

Kaikki ovat yksilöitä 17

Kehitys on jatkuvaa 19

Kulttuuri vaikuttaa kehitykseen 20

Perimä ja ympäristö ovat
dynaamisessa vuorovaikutuksessa 23

Tutkimus: Kaksostutkimus osoittaa koulumenestyksen periytyvän 26

3 Hermoston kypsyminen edistää muuta kehitystä 27

Kehitys ilmenee hermosolujen välisten
yhteyksien muutoksina 27

Hermosto muotoutuu läpi elämän 29

Herkkyyksikaudena opitaan helposti uutta 32

Syvännä: Susilasten kehityksessä herkkyyksikaudet ovat ohittuneet 34

Pohdi ja sovela 35

II VARHAISET VUODET OVAT NOPEAN KEHITYKSEN AIKAA 36

4 Munasolu kehittyy käveleväksi taaperoksi 38

Fyysinen kehitys etenee alkioista sikiöksi ja sitten vauvaksi 38

Vauvan motoriset kyvyt kehittyvät huimaa vauhtia 41

5 Kognitiiviset kyvyt edistyvät kokemusten myötä 43

Aistimukset johtavat havaintoihin 43

Objektipysyvyys on varhainen kognitiivinen oivallus 45

Yksivuotias on pikkututkija 48

Sanattomasta kommunikoinnista edetään lauseisiin 49





6	Vauva eriyty vanhemmasta vähitellen	51
	Mielipahan ja mielihyvän kokemukset tarkentuvat vivahteikkaiksi tunteiksi	51
	Vauvojen ja taaperoiden psykososiaalinen kehitys kietoutuu yhteen tunteiden kanssa	52
	Temperamentti on synnynnäinen tapa reagoida	53
	Minäkokemus muovautuu varhain	54
	<i>Syvennä: Tärkeintä on pehmeä syli</i>	57
	Kiintymyssuhteet syntyvät varhaisessa vuorovaikutuksessa	58
	<i>Tutkimus: Vauvojen sosiaaliset taidot kehittyvät myötäelävässä vuorovaikutuksessa</i>	62
	<i>Pohdi ja sovela</i>	63

III LEIKKI-ikäinen harjoittelee taitoja aktiivisesti 64

7	Aivojen kehitys mahdollistaa monet motoriset taidot	66
	Karkea- ja hienomotoriset taidot hioutuvat	66
	Aivojen kehitys nopeuttaa tiedonkäsittelyä	67

8	Tiedonkäsittely edistyy muiden opastamana	69
	Ajattelu kehittyä tiedon lisääntyessä ja muokkaantuessa	69
	Esioperationaalisessa vaiheessa ajattelu on konkreettista	70
	Oppiminen on mielekkäintä lähikehityksen vyöhykkeellä	72
	Kieli kehittyä vuorovaikutuksessa	73
	Mielen teoria mahdollistaa toisten ymmärtämisen	74
	<i>Syvennä: Autistisella lapsella on vaikeuksia ymmärtää toisten olevan tietoisia olentoja</i>	77

9	Tunteiden säätelyä harjoitellaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa	78
	Leikki harjaannuttaa monia taitoja	78
	Minäkäsitys muotoutuu muilta saadun palautteen mukaan	79
	Tunteiden säätely kehittyä isoin harppauksin	81
	Yhteisön moraali ja arvot välittyvät lapselle	82
	<i>Tutkimus: Mielen teoria edistää prososiaalista käyttäytymistä ja kaverisuhteita</i>	84
	Hyvässä vanhemmuudessa yhdistyy välittäminen ja rajojen vetäminen	85
	Alustava sukupuoli-identiteetti muotoutuu	86
	Lapsi saa mielihyvää kehonsa koskettelusta	88
	<i>Pohdi ja sovela</i>	89



IV KOULULAINEN OPPII TIETOJA JA TAITOJA	90
10 Motorinen kehitys vahvistaa itseluottamusta	92
Nopeus kasvaa vuosi vuodelta	92
Aivojen kehitys parantaa keskittymiskykyä	93
11 Kognitiivisten taitojen kehitys mahdollistaa opiskelun	94
Looginen ajattelu edistyy	94
Muisti toimii entistä tehokkaammin	96
<i>Syvennä: Temperamentti vaikuttaa oppilaan arvosanoihin</i>	98
Kielellinen kehittyminen laajentaa ajattelua	99
12 Kavereiden merkitys korostuu	100
Omatoimisuus lisääntyy	100
Vanhempia tarvitaan vielä	101
Kaveritaidot hioutuvat yhdessä toimittaessa	103
<i>Tutkimus: Kouluvuosien aikana perimän vaikutus yksinäisyyteen vähenee ja ympäristön merkitys kasvaa</i>	106
Mikään ei oikeuta koulukiusaamista	107
<i>Pohdi ja sovela</i>	109
V NUORUUDESSA ETSITÄÄN IDENTITEETTIÄ	110
13 Fyysinen kehitys vaatii psyykkistä sopeutumista	112
Puberteetti käynnistää kehon aikuistumisen	112
<i>Syvennä: Syömishäiriöt ovat nuoruudessa yleisiä</i>	115
Otsalohkojen kypsyminen edistää toiminnanohjausta	116
Nuorten aivot tavoittelevat välitöntä mielihyvää	119
14 Ajattelu monipuolistuu nuoruusvuosina	120
Abstrakti ajattelu yleistyy	120
Pelaaminen vaikuttaa kognitiivisiin kykyihin	122
15 Nuoruus on kokeilujen aikaa	123
Nuoruudessa keskitytään omaan itseän	123
Nuoren suhteet vanhempiin ovat usein törmäyskurssilla	124
Nuori on pulassa ilman kavereita	125
Seurustelusuhteet syvenevät iän myötä	126
Pelaaminen vaikuttaa psykososiaaliseen kehitykseen	127
<i>Tutkimus: Väkivaltaiset pelit vaikuttavat aggressiivisuuteen</i>	128
Psyykinen pahoinvointi koskettaa monia	129
Identiteetin luomiseen on monta reittiä	131
Identiteetin alueet painottuvat ihmisillä eri tavoin	133
Millaisena koen sukupuoleni?	135





16 Seksuaalisuuden merkitys kasvaa nuoruudessa	137
Seksuaalisuus on sitä, mitä yksilö on	137
Seksuaalinen suuntautuminen muodostaa jatkumon	138
Kaikkia syitä seksuaalisen suuntautumisen muovautumiseen ei vielä tunneta	140
Seksuaalisuus on herkkää ja suojeltavaa	142
<i>Pohdi ja sovela</i>	143

VI KEHITYS ON ELINIKÄISTÄ 144

17 Nuori aikuinen hakee paikkaansa maailmassa	146
Hedelmällisin ikä on nuorena aikuisena	146
Ajattelu muuttuu aikuistumisen myötä suhteelliseksi	147
Identiteettikehitys jatkuu lapsuudenkodista itsenäistyttäessä	148
Parisuhdetta ja läheisyyttä etsitään	150
<i>Tutkimus: Nuoruusiän suhde vanhempiin on yhteydessä nuoren aikuisen kiintymyssuhteeseen</i>	152

18 Aikuisuudessa korostuu tuotteliaisuus	153
Aikuisten kehon toiminnot hidastuvat vähitellen	153
Kiire asettaa haasteita keski-ikäisten tiedonkäsittelylle	154
Tuotteliaisuutta on monenlaista	155

19 Ikääntyessä elämä rauhoittuu	157
Fyysinen ikääntyminen on vaiheittaista	157
<i>Syvennä: Aktiivinen seniori vai passiivinen vanhus?</i>	158
Aivojen plastisuus säilyy vanhuudessakin	159
Tiedonkäsittely hidastuu aistien heikentyessä	159
Ikääntynyt pyrkii eheyteen luopumisten keskellä	160

20 Elämänkaari kokoaa kehitysvaiheet yhteen	162
Elämänkaaria on yhtä monia kuin ihmisiä	162
<i>Pohdi ja sovela</i>	164

Hakemisto	165
Kuvalähteet	172

