

למורי הפסיכולוגיה ולתלמידים

לצערנו נפלה טעות ופרק המבוא לפסיכולוגיה התפתחותית- פרק 10 נשמט מספר המיקוד 2025.

השאלות בנושא זה לא נשמטו והן מופיעות במבחנים. מצורף כאן הפרק שנשמט - "מבוא לפסיכולוגיה התפתחותית".

עמכם הסליחה

מהי פסיכולוגיה התפתחותית?

פסיכולוגיה התפתחותית: ענף בפסיכולוגיה החוקר את ההתנהגויות האופייניות בגילים השונים בחמישה תחומים: הגופני, הקוגניטיבי, החברתי, הרגשי והמוסרי, ואת השינויים המתחוללים בהם במהלך השנים.

■ מטרת הפסיכולוגיה ההתפתחותית

מטרת הפסיכולוגיה הן לתאר את התנהגות האדם בגילים השונים, להסביר אותה, לחזות אותה ולהשפיע עליה. תיאור התנהגות האדם מאפשר לקבוע **התפתחות נורמטיבית**, דהיינו כיצד מרבית הילדים מתנהגים בגיל מסוים.

■ גורמים המשפיעים על התפתחות האדם

תורשה

במונח "תורשה" (גנטיקה) הכוונה לגנים שהאדם מקבל מהוריו בתהליך ההפריה, הקובעים תכונות רבות.

היסטוריה התפתחותית

החוויות שהאדם עבר בחייו, כלל הלמידות שלו, והאנשים המשמעותיים שליוו אותו במהלך חייו, השפיעו עליו, ועיצבו את התנהגותו.

סביבה חברתית בהווה

האדם הוא יצור חברתי המושפע מאחרים וגם משפיע עליהם. לכן גם לסביבה החברתית בהווה יש השפעה על התנהגותו.

שלושת המרכיבים, תורשה, היסטוריה התפתחותית וסביבה עכשווית, משפיעים בצורה משולבת ומורכבת. ככל שנדע עליהם יותר, כך נוכל להבין טוב יותר את התנהגות האדם ולחזות את התנהגותו.

■ סוגיות מרכזיות בפסיכולוגיה התפתחותית

האם ההתפתחות מתרחשת בשלבים ובקפיצות משלב לשלב או ברצף?

מרבית תיאוריות ההתפתחות מדברות על התפתחות בשלבים, כלומר קפיצות המתרחשות בנקודות זמן מסוימות ברצף ההתפתחות. במונח "שלב" הכוונה לתקופת חיים המאופיינת בדפוסי התנהגות חדשים ומשוכללים יותר, שלא היו קיימים בגיל צעיר יותר.

הנחות היסוד של התיאוריות השלביות הן:

1. בכל שלב ושלב האדם לומד דברים חדשים על בסיס בשילה מתאימה. ההתנהגות החדשה שנלמדה מצטרפת ללמידות קודמות ולא מחליפה אותן.
2. רצף השלבים הוא קבוע. אי אפשר לדלג על שלב מסוים או לשנות את סדר השלבים, אף שהגיל המדויק של התחלת כל שלב עשוי להיות שונה מאדם לרעהו.
3. כל שלב שונה מקודמו, ואפשר לאפיין בדרכי חשיבה ובהתנהגות ספציפיות.

4. בכל שלב קיים מוטיב התפתחותי מרכזי המשפיע על ההתנהגות. למשל, הנטייה להתנהג בעצמאות המתפתחת בגיל שנתיים היא מוטיב מרכזי המתבטא במגוון רחב של התנהגויות.
5. כל שלב משוכלל יותר מקודמו, ומתגלות בו מיומנויות מורכבות יותר.
6. השלבים מתארים את התפתחות המין האנושי כולו, ולא רק התפתחות בתרבות מסוימת. קיימת גישה שונה, הגורסת שהתפתחות האדם אינה מתנהלת ב"קפיצות" משלב לשלב, אלא ברצף. כלומר, השינויים ההתפתחותיים מתרחשים בהדרגה, ולא בתפנית המתרחשת בנקודת זמן מסוימת.

מה משפיע יותר על ההתפתחות: גורמי תורשה או גורמי סביבה?

קיימת הסכמה ששני סוגי הגורמים משפיעים על התנהגות האדם. עם זאת, קיימת מחלוקת בין החוקרים אילו תכונות נקבעות רק על ידי התורשה, אילו רק על ידי הסביבה, ואילו על ידי שני הגורמים גם יחד. אחד הגורמים התורשתיים החשובים ביותר בקביעת ההתפתחות הוא הבשילה. **בשילה** היא שלב בהתפתחות הנוירו-פיזיולוגית, שבו מתאפשרים תפקודים חדשים שלא היו אפשריים בשלב הקודם (שינוי איכותי).

גדילה היא עלייה במספר התאים של איבר מסוים או של איברים מסוימים (שינוי כמותי). זוהי צמיחה ביולוגית-כמותית כמו תוספת בגובה או במשקל.

גדילה אינה מביאה בהכרח לבשילה. לדוגמה, תינוק בן חצי שנה עדיין אינו מסוגל ללכת, כי העצמות, השרירים והעצבים שלו טרם בשלו לכך, אף שהם גדלו מאז שהיה התינוק בן ארבעה חודשים או חמישה חודשים. הבשילה היא תנאי מוקדם והכרחי ללמידה. ילד ילמד ללכת רק כאשר איבריו בשלים לכך. גם ללמידה השפעה על בשילה: כל למידה מתבטאת בשינויים מוחיים, ואלה עשויים להשפיע על תהליכים גופניים הקשורים לבשילה.

השפעת הבשילה והלמידה על עליה במדרגות

המחקר של גזל ותומפסון

בניסוי זה נבדקה מיומנות עלייה במדרגות אצל תאומות זהות, שצוינו בקיצורים ט' וק'. בגיל 46 שבועות לא ניכרו כל הבדלים בהתפתחותן המוטורית של התאומות. שתיהן לא ידעו לעלות במדרגות. הנסיין אימן רק את ט' בעלייה במדרגות יומיום במשך עשר דקות, בעוד שק' לא קיבלה כל אימון. בתום שישה שבועות של אימונים ידעה ט' לעלות ללא קושי בגרם מדרגות קטן, ואילו ק' לא יכלה אלא להרים את רגלה ולהניחה על המדרגה הראשונה. בשלב זה הפסיק הנסיין את אימוניו עם ט' ועבר לאמן את ק'. לאחר שבועיים של אימון עלתה ק' במדרגות מהר יותר מט'. שבוע לאחר מכן ידעו שתי האחיות לעלות במדרגות באותה הזריזות.

מניסוי זה ומניסויים אחרים הסיקו החוקרים שלמידה המתרחשת כשקיימת בשילה היא מהירה יותר, ואילו למידה המתרחשת לפני שהילד בשל לכך דיו היא איטית וגורמת לו תסכולים.

לסיכום, שני גורמים משפיעים על התפתחות האדם: תורשה וסביבה. התורשה קובעת את הבשילה, והבשילה היא תנאי ללמידת התנהגויות חדשות, אך גם ללמידה נודעת השפעה מסוימת על הבשילה.

האם יש שינויים בהתפתחות המתרחשים רק בתקופות מסוימות?

לדוגמה, האם למידת שפה מתרחשת בצורה טובה יותר בגיל הילדות לעומת גיל הברורות המאוחרת? אנו יודעים שילדים לומדים שפה הרבה יותר מהר ממבוגרים.

חוקרים בודקים אם יש תקופות בהתפתחות שבהן נפתח חלון הזדמנויות ללמידה מסוימת. דוגמה לכך היא מחקריו של קונראד לורנץ.

הקשר בין בשילה ללמידה

מחקריו של קונראד לורנץ

בתצפיותיו על אווזים ועל ברווזים גילה לורנץ שאפרוחי האווזים שגידל בביתו, התייחסו אליו ממש כאילו היה אימא אווזה: הם עקבו אחריו לכל מקום, ולא נכנסו למים לשחות אלא אם כן הוא נכנס קודם. האפרוחים "הוחתמו" על ידי לורנץ, משום שהוא היה היצור הנע הראשון שפגשו מיד לאחר שבקעו מהביצים. מרגע ההחתמה ואילך הם נקשרו אליו והתעלמו מבני מינם. הישרדותם של צאצאים רבים תלויה ביצירת קשר מידי עם ההורה שלהם. הקשר נוצר בתהליך שנקרא **החתמה** או **הטבעה** (Imprinting). ההחתמה מאפשרת לצאצאים לעקוב אחרי ההורה, וללמוד ממנו דברים החשובים להישרדותם. הם לומדים מה ראוי לאכול, ממי צריך להיזהר ועוד. מובן שבטבע האם היא הדמות הנעה הראשונה שהאפרוחים נתקלים בה, לכן הם מוחתמים רק על ידה. לורנץ גם שם לב שההחתמה מתרחשת רק בפרק זמן קצר לאחר שבאו הצאצאים לעולם. לאחר תקופה זו לא מתרחשת החתמה. פרק זמן זה מכונה **תקופה קריטית**, שכן רק בו אפשרית התרחשות ההתנהגות המולדת. הוא קבע שתופעת ההחתמה, הרווחת בקרב עופות ויונקים רבים, היא מולדת ואינה נשלטת על ידם.

החתמה: התנהגות מולדת המתרחשת בפרק זמן מסוים (תקופה קריטית), ואם היא לא התרחשה בפרק זמן זה, היא כבר לא תתרחש לעולם.

תקופה קריטית (מכריעה): תקופה שבה התנהגות מסוימת אמורה להילמד, ואם היא לא התרחשה בתקופה זו, היא לא תתרחש לעולם.

עד איזה גיל נמשכת התפתחות האדם?

הכוונה היא בעיקר לשאלה אם האישיות מתעצבת בעיקר בילדות המוקדמת או במהלך כל החיים. כפי שתראו בהמשך, כמה מהתיאורטיקנים סבורים שהיא מתעצבת בעיקר בילדות המוקדמת, ומקצתם, כמו אריקסון, סבורים שהיא ממשיכה להתעצב כל החיים.

האם השינויים ההתפתחותיים יציבים?

עד כמה בני אדם משתנים במהלך חייהם? האם השינויים באישיותם נשארים קבועים יחסית בהמשך חייהם, או שמידת השינוי עולה על מידת הקביעות?

מחקרים מראים שתכונות מסוימות, כמו אינטליגנציה ומוזג (טמפרמנט), נשארות די יציבות לאורך השנים, לעומת תכונות אחרות, כמו ביטחון עצמי והיכולת ליהנות מהחיים, הנתונות יותר לשינויים במהלך החיים.

שיטות מחקר בפסיכולוגיה התפתחותית

מרבית שיטות המחקר הנהוגות בתחום הפסיכולוגיה ההתפתחותית אינן שונות מאלה הנהוגות בתחומים אחרים של הפסיכולוגיה. עם זאת, בפסיכולוגיה ההתפתחותית קיימות שתי שיטות מחקר ייחודיות לתחום זה: מחקרי אורך ומחקרי רוחב.

מחקר אורך

מחקר אורך: בדיקת אותם הנבדקים אחת לכמה שנים באותם כלי מדידה והשוואה בין התוצאות. מחקרי האורך מספקים מידע רב על התפתחות האדם תוך נטרול גורם השנתון, שכן כל הנבדקים נולדו באותה השנה. הם מאפשרים ללמוד על תהליכים, שכן מדובר באותם הנבדקים לאורך זמן. עם זאת, למחקרי האורך יש כמה חסרונות:

1. הם ארוכים ויקרים.
 2. כמה מהנבדקים נושרים מסיבות שונות כמו מוות, מחלה, מעבר לארץ אחרת. ייתכן אפוא שהנבדקים הנשארים במדגם הסופי אינם מייצגים את כלל הנבדקים בני גילם.
 3. הנבדקים מבצעים את אותם המבדקים פעמים אחדות. עקב כך המבדקים מוכרים להם, ובמבדקים האחרונים הם כבר מיומנים בביצוע יותר מאשר בראשונים, והאימון עלול לפגוע בתקפות המסקנות.
- סוג מיוחד של מחקר אורך הוא **חקר מקרה** (Case study), שבו החוקר עוקב אחר התפתחותו של ילד אחד במשך תקופה ארוכה, כך שזהו בעצם מחקר אורך המבוסס על נבדק אחד.

מחקר רוחב

מחקר רוחב: בדיקת שתי קבוצות גיל שונות או יותר באותו הזמן והשוואה בין התוצאות. השוואת התוצאות עשויה ללמדנו משהו על התפתחות, למשל שהאינטליגנציה יורדת עם הגיל. יש להיזהר מהסקת מסקנות חד משמעיות כמו זו שניסחנו, שכן ייתכן שההבדלים שנמצאו באינטליגנציה בין קבוצות הגיל השונות אינם נעוצים בגורמים התפתחותיים הקשורים לגיל, אלא בגורמים סביבתיים-היסטוריים הקשורים לשנתון לידה מסוים.

למרות החסרונות, במחקרי רוחב נעשה שימוש נרחב, הן משום שהם מהירים ולא יקרים והן משום שהם מאפשרים להעלות השערות על התפתחות האדם, שאותן קשה לבדוק במחקרי אורך.

כלי מחקר בפסיכולוגיה התפתחותית

כלי המחקר ששתי השיטות, מחקרי אורך ומחקרי רוחב, משתמשות בהם: תצפיות, ניסויים במעבדה, ראיונות ושאלונים לדיווח עצמי.

שיטת מחקר היא תיאור של המהלך הכללי שבו יתבצע המחקר. כלי המחקר הוא מושג המתייחס לדרך או לטכניקה שבהן ייאספו הנתונים. הם יכולים להיאסף בכלים שונים כמו שאלון, ראיון, תצפית או ניסוי מעבדתי.

תצפיות

במחקרים אלה החוקרים עורכים תצפיות בילדים ובאנשים בוגרים כדי לעמוד על ההתנהגות הנורמטיבית בכל גיל וגיל. יש תצפיות שבהן החוקר צופה מהצד, לעתים מבעד למראה חד כיוונית, ויש תצפיות שבהן החוקר משתתף בפעילות הנצפים.

ניסויים במעבדה

הכוונה בעיקר לניסוי שבו החוקרים בודקים את השפעתו של משתנה כלשהו על התנהגות הנבדקים תוך הקפדה לשמור על תנאים זהים ככל האפשר בכל המשתנים האחרים, פרט למשתנה הנבדק.

ראיונות

במחקרים רבים בפסיכולוגיה התפתחותית מראיינים אנשים בגילים שונים, כדי להבין את התנהגותם הגלויה והסמויה, למשל הצרכים, החלומות, הקשיים, הסיפוקים וההתמודדות שלהם עם קשיים.

מבחינים בין סוגים שונים של ראיונות בהתאם לאופי השאלות שהחוקר שואל:

ריאיון פתוח: ריאיון שבו השאלות אינן מנוסחות מראש, אלא החוקר מנסח אותן תוך כדי הריאיון בהתאם לדברי הנבדק.

ריאיון מובנה: ריאיון שבו השאלות מנוסחות מראש.

ריאיון מובנה למחצה: ריאיון שבו השאלות המרכזיות מנוסחות מראש, ושאלות נוספות מנוסחות בהתאם לצורך במהלך הריאיון.

שאלונים לדיווח עצמי

בפסיכולוגיה התפתחותית מעבירים לנבדקים בגילים שונים שאלונים כתובים, שבהם הם מתבקשים לדווח על נושאים שונים, למשל על שימוש באלכוהול או בסמים, על הרגלי האכילה שלהם ועל יחסיהם עם הוריהם, עם מוריהם או עם חבריהם.

■ מילון מונחים

בשילה: שלב בהתפתחות הנוירו-פיזיולוגית, המתבטא ביכולת לבצע פעולות חדשות שלא היה אפשר לבצע בשלב הקודם (שינוי איכותי).

גדילה: עלייה במספר התאים של איבר מסוים או איברים מסוימים (שינוי כמותי).

החתמה (הטבעה): התנהגות מולדת המתרחשת בפרק זמן מסוים ("תקופה קריטית"), ואם היא לא התרחשה בפרק זמן זה, היא כבר לא תתרחש לעולם.

התפתחות נורמטיבית: התפתחות המאפיינת את מרבית בני האדם.

מחקר אורך: מחקר שבו החוקר בודק אחת לכמה שנים את נבדקיו באותם כלי מדידה, ומשווה בין התוצאות.

מחקר רוחב: מחקר שבו החוקר בודק שתי קבוצות גיל שונות או יותר באותו הזמן, ומשווה בין התוצאות.

ניסוי מעבדתי: ניסוי שבו נבדקת השפעתו של משתנה כלשהו על התנהגות הנבדקים, כאשר שאר המשתנים העלולים להשפיע זהים.

פסיכולוגיה התפתחותית: ענף בפסיכולוגיה החוקר את ההתנהגויות האופייניות בגילים השונים בחמישה תחומים: התחום הגופני, התחום הקוגניטיבי, התחום החברתי, התחום הרגשי והתחום המוסרי, ואת השינויים המתחוללים בהם במהלך השנים.

ריאיון מובנה: ריאיון שבו השאלות מנוסחות מראש.

ריאיון מובנה למחצה: ריאיון שבו השאלות המרכזיות מנוסחות מראש, ושאלות נוספות מנוסחות בהתאם לצורך במהלך הריאיון.

ריאיון פתוח: ריאיון שבו השאלות אינן מנוסחות מראש.

תורשה: הגנים שהאדם מקבל מהוריו בתהליך ההפריה.

תצפית: כלי מחקר בפסיכולוגיה התפתחותית שבו עורכים תצפיות בילדים ובאנשים בוגרים כדי לעמוד על ההתנהגות הנורמטיבית בכל גיל וגיל.

תקופה קריטית (מכריעה): תקופה שבה התנהגות מסוימת אמורה להילמד, ואם היא לא התרחשה בתקופה זו, היא לא תתרחש לעולם.

סיכום המחקרים בפרק מהי פסיכולוגיה התפתחותית?

שמות החוקרים	מטרת המחקר או שאלת המחקר	הליך המחקר	ממצאים	מסקנות
גזל ותומפסון	בדיקת השפעת הבשילה על למידה מוטורית.	בשלב הראשון אימן הנסיין במשך שישה שבועות רק אחת מתאומות זהות (ט') לעלות במדרגות בעוד שאחותה (ק') לא קיבלה כל אימון. בשלב השני הפסיק הנסיין את אימוני עם ט' ואימן רק את ק'.	בתום שישה שבועות של אימונים ידעה ט' לעלות במדרגות, ואילו ק' לא הצליחה בכך. בשלב השני הספיקו לק' רק שבועיים של אימון כדי לעלות במדרגות מהר יותר מאחותה.	ככל שמידת הבשילה רבה יותר, הלמידה מהירה יותר.
קונראד לורנץ	בדיקת הקשר בין בשילה ללמידה באווזים.	קונראד הפריד בין אפרוחי אווזים לבין אמם, וטיפל בהם במקומה.	נוצרה תופעה המכונה "החתמה" כמה שעות לאחר שהאפרוחים בקעו: הם עקבו אחריו ויצרו קשר עמו לשם הישרדותם כאילו היה אמם.	תופעת ההחתמה היא מולדת ומתרחשת רק בתקופה מכריעה שבה האפרוחים בשלים לכך.

■ שאלות לפרק: מהי פסיכולוגיה התפתחותית?

1. מהם המרכיבים שיש להתייחס אליהם כשרוצים להבין את התפתחות האדם?
2. האם השינוי בהתפתחות האדם הוא כמותי או איכותי?
3. האם השינוי בהתפתחות האדם נעשה באופן רציף או ב"קפיצות"?
4. האם יש שינויים התפתחותיים המתחוללים רק בתקופות מסוימות? בססו את תשובתכם על מחקר מתאים בנושא זה.
5. מהו מחקר אורך? מה יתרונו ומה חסרונו העיקרי?
6. מהו מחקר רוחב? מה יתרונו ומהו חסרונו העיקרי?
7. מהו ריאיון ומהם סוגי הראיונות הקיימים בתחום הפסיכולוגיה ההתפתחותית?
8. תארו שני כלי מחקר שכיחים בפסיכולוגיה התפתחותית.
9. תארו את המחקר של קונראד לורנץ באווזים: מטרתו, מהלכו, תוצאותיו והמסקנה העולה ממנו.
10. תארו את המחקר של גזל ותומפסון עם התאומות הזהות: מטרתו, מהלכו, תוצאותיו והמסקנה העולה ממנו.

