

موضوع فصل : مقدمه ای بر رشد در گستره زندگی

مدرس : خانم دکتر پیغان

درس : روان شناسی تحولی

لقاح جدید :

❖ چه میشد اگر برای همه زندگی تان تصویری که دیگران از شما داشتند تحت تاثیر شیوه ای بود که شما لقاح یافته اید ؟

❖ مثل براون که اولین نوزاد آزمایشگاهی بود که وی با بارور شدن تخمک مادر توسط اسپرم پدر در خارج از بدن مادر به وجود آمد.

❖ امروزه بسیاری از کودکان به این شکل به وجود می آیند.

از لقاح گرفته تا داستان هایی که در زندگی برایمان پیش می آید
مثل ازدواج و طلاق یا مشکلات ژنتیکی و خانوداگی
از یک الگوی مشخصی پیروی میکنند
و تمام انسان ها از من و شما تا ملکه انگلستان
همه ما در حال گذر هستیم
از گستره ای به نام **رشد در گستره ی زندگی**

تعریف رشته رشد در گستره زندگی :

الگوی رشد ، تغییرات و ثبات رفتاری را که در سرتاسر زندگی اتفاق می افتد مطالعه میکنند.
این رشته برای مطالعه رشد، تغییرات و ثبات از رویکردی عملی استفاده میکنند.
این رشته بر رشد انسان تمرکز دارد .
متخصصان رشد ، به رشد به عنوان فرایندی مداوم در سرتاسر گستره زندگی نگاه میکنند.

حوزه های موضوعی رشد در گستره زندگی:

جهت گیری	تعریف ویژگی ها	نمونه سوال
رشد جسمی	تاکید بر نحوه ی اثر مغز، سیستم عصبی، ماهیچه ها، ظرفیت های حسی، نیاز به غذا و آب و خواب بر رفتار.	<p>۱) چه چیزی باعث چاقی در بزرگسالی میشود؟</p> <p>۲) چگونه مرگ را تعریف میکنیم؟</p> <p>۳) نشانه های بیرونی و درونی پیری چیست؟</p> <p>۴) پیامد های بلوغ زودرس و دیر رس چیست؟</p>
رشد شناختی	تاکید بر توانایی های ذهنی از جمله یادگیری، حافظه، حل مشکلات و هوش.	<p>۱) آیا هوش در اواخر بزرگسالی کاهش می یابد؟</p> <p>۲) آیا خلاقیت با هوش ارتباط دارد؟</p> <p>۳) آیا تفاوت های قومی و نژادی در هوش وجود دارد؟</p> <p>۴) چگونه خود محوری نوجوان بر دیدگاه وی از جهان تاثیر میگذارد؟</p>
رشد شخصیتی و اجتماعی	تاکید بر ویژگی های پایداری که باعث تمیز فرد از دیگران میشود و نحوه ای که تعاملات با دیگران و روابط اجتماعی در طول زندگی رشد و تغییر میکنند.	<p>۱) بهترین روش برای تربیت کودکان چیست؟</p> <p>۲) دلایل خودکشی نوجوانان چیست؟</p> <p>۳) چگونه یک شریک عشقی را انتخاب میکنیم؟</p> <p>۴) آیا مردم در اواخر بزرگسالی از دیگران دوری میکنند؟</p>

دامنه ی سنی :

گستره زندگی به طور معمول به دامنه های سنی گسترده ای تقسیم میشود :

سنین	دوره ها
از لقاح تا تولد	پیش از تولد
تولد تا ۳ سالگی	نوزادی و نونهالی و نوپایی
۳ تا ۶ سالگی	پیش از دبستان
۶ تا ۱۲ سالگی	کودکی میانه
۱۲ تا ۲۰ سالگی	نوجوانی
۲۰ تا ۴۰ سالگی	اوایل بزرگسالی
۴۰ تا ۶۵ سالگی	اواسط بزرگسالی
۶۵ سالگی تا مرگ	اواخر بزرگسالی

دوره های سنی

- ▶ این دوره ها ، دوره های گسترده اند که توسط متخصصان رشد در گستره زندگی تا حدودی پذیرفته شده اند و **سازه اجتماعی** هستند.
- ▶ **سازه اجتماعی** برداشتی مشترک از واقعیت است که به صورت گستره ای مورد پذیرش قرار گرفته است ولی تابعی از جامعه و فرهنگ در یک زمان مشخص است.
- ▶ به همین خاطر دامنه سنی هر دوره و حتی خود دوره ها از بسیاری جهات اختیاری و اغلب وابسته به فرهنگ اند.
- ▶ بعضا افراد با توجه به پایان هر دوره و با توجه به ورود به عرصه کار و دانشگاه ، سنین این دوره ها را متفاوت میدانند.

بزرگسالی در حال ظهور :

- ▶ برای مثال روانشناسی جفری آرنت معتقد است :
- ▶ که نوجوانی به بزرگسالی در حال ظهور ختم می شود.
- ▶ این دوره ، دوره ای است که در سال های آخر نوجوانی شروع می شود و تا دهه بیست زندگی ادامه دارد .
- ▶ در طی این دوره افراد دیگر نوجوان نیستند اما هنوز هم آماده پذیرش تمام وظیفه های بزرگسالی هم نیستند بلکه هنوز هویت های منحصر به فرد را امتحان میکنند و درگیر بررسی های پیرامون خود هستند.

تفاوت های فردی زیادی در زمان بندی رخداد های زندگی افراد وجود دارد .

بخشی از آن مربوط به واقعیت های زیستی زندگی است ، سرعت رسش افراد متفاوت است و در زمان های متفاوتی به نماگر های رشدی دست پیدا میکنند.

عوامل محیطی نقش مهمی در تعیین سنی که رویداد خاصی احتمالاً روی میدهد دارند.

مثل سن ازدواج که در هر فرهنگی متفاوت است.

دامنه سنی خیلی مهم است . میانگین سنی زمانی است که افراد به طور متوسط به نماگر های رشدی مشخصی دست می یابند .

برخی افراد خیلی زود و برخی خیلی دیر و بسیاری در همان حوالی زمان متوسط به نماگر رشدی می رسند.

برخی از پراکندگی ها زمانی مهم است که کودکان فاصله ی زیادی از مانگین داشته باشند . مثل بچه ای که دیر شروع به حرف زدن میکند.

توصیف برخی از تاثیرات مهم بر رشد انسان :

هر فردی متعلق به **کوهورت (هم گروهی)** خاصی است، گروهی از افراد که تقریباً در زمان و مکان مشابهی به دنیا آمده اند .

برخی از رویداد های اجتماعی عمده مانند جنگ ، رونق و رکود اقتصادی، قحطی، بیماری های همه گیر مثل ایدز اثرات مشابهی بر اعضای یک **کوهورت خاص** دارند.

انواع تاثیرات مهم بر رشد انسان :

(۱) رویداد های اجتماعی (قحطی ، جنگ ، رونق و رکود اقتصادی، بیماری های همه گیر)

(۲) اثرات مرتبط با تاریخ ، اثرات زیستی و محیطی هستند که با یک سمان خاص پیوند دارند.

(۳) اثرات مرتبط با سن ، اثرات زیستی و محیطی هستند که برای یک گروه خاص ، صرف نظر از زمان و مکانی که بزرگ شده اند مشابه اند . مثل بلوغ.

رویداد های اجتماعی فرهنگی مثل ورود به آموزش رسمی را میتوان اثر مرتبط با سن در نظر گرفت زیرا در اغلب فرهنگ ها در ۶ سالگی اتفاق می افتد.

(۴) اثرات اجتماعی فرهنگی : در زمان خاصی برای افراد خاص رخ میدهد و به متغیر هایی مثل قومیت، طبقه اجتماعی، عضویت در خرده فرهنگ بستگی دارد.

(۵) رخداد های غیر معمول زندگی : اتفاق های خاص و غیر معمول اند که در زمانی از زندگی فرد اتفاق می افتد در حالی که برای دیگران رخ نمیدهند . مثل کودکی که در ۶ سالگی والدین خود را در تصادف از دست میدهد.

تعیین نقش طبیعت و تربیت در رشد در گستره زندگی :

خلاصه سازی **چهار** مساله اساسی در زمینه رشد در گستره زندگی :

یکی از احساسی ترین مسعله ها این است که رشد پیوسته است یا گسسته ؟

(تغییرات پیوسته در برابر تغییرات گسسته)

ابتدا تعریف هر کدام را بیان میکنیم :

تغییرات پیوسته : رشد تدریجی است و دستیاورد های یک مرحله بر پایه مراحل قبلی بنا می شود. ماهیتی کمی دارد.

فرایندهای رشدی زیر بنایی که باعث تغییر میشوند در جریان گستره زندگی یکسان اند بنابراین تغییرات در میزان میزان هستند نه در نوع . مثال : تغییراتی که قبل از دوره ی بزرگسالی در قد اتفاق می افتد ، تغییرات فکری و ...

تغییرات گسسته: رشد در مراحل متمایزی صورت میگیرد. هر مرحله یا تغییر به رفتار هایی می انجامد که تصور میشود . تفاوت کیفی با مراحل قبل تر است . مثل رشد فکر همراه با رشد انسان به شیوه ی اساسی که تنها تغییرات کمی نیست بلکه کیفی است.

اغلب معتقد اند انتخاب هر یک جداگانه نادرست است در حالی که بسیاری از تغییرات رشدی پیوسته اند و برخی به وضوح گسسته اند.

دوره های حیاتی و حساس :

بررسی اثر رویداد های محیطی :

با یک مثال : مادری در دو هفته اول بارداری دچار سرخک شود ، کودک دچار نابینایی ، ناشنوایی ، نقایص قلبی میشود اما اگر در هفته سی بارداری سرخک بگیرد کودک آسیب نمیبیند .

تفاوت نتایج بیماری در دو دوره ی زمانی نشان دهنده مفهوم **دوره ی حیاتی** است .

دوره حیاتی : زمان خاصی در طول رشد است که رویداد معینی بیشترین پیشامد را دارد .

این دوره زمانی رخ میدهد که وجود نوع معینی از محرک های محیطی برای رشد طبیعی ضروری است .

دوره حساس : دوره ای در رشد که ارگانیزم به طور ویژه ای در برابر نوع مشخصی از محرک های محیطش حساس است ولی غیاب این محرک ها همیشه منجر به نتایج بازگشت ناپذیر نمیشود .

تفاوت دوره حساس و حیاتی :

در دوره حیاتی نبود نوع معینی از محرک های محیطی منجر به نتایج همیشگی و بازگشت ناپذیر برای فرد در حال رشد میشود در عین حال نبود محرک های محیطی معین در طول دوره حساس ممکن است رشد را به تاخیر بیندازد ولی این احتمال وجود دارد که تجربه های بعدی منجر به رفع نقایص قبل شوند.

به عبارت دیگر مفهوم دوره حساس به انعطاف پذیری انسان اشاره دارد.

اثرات طبیعت و تربیت بر رشد :

یکی از مهم ترین سوالات این است که چقدر از رفتار افراد در نتیجه ذات و ژنتیک آنهاست و از طبیعت فرد رشته گرفته و چقدر در نتیجه تربیت و اثرات محیط فیزیکی و اجتماعی است ؟

منظور از طبیعت : صفات ، توانایی و ظرفیت هایی است که از والدین به ارث میبریم.

طبیعت در برگیرنده ی هر عاملی است که به واسطه آشکار شدن اطلاعات ژنتیکی ایجاد میشود ، فرایندی که **رسش** نام دارد.

در نهایت انسان ها از هر دو (طبیعت و تربیت) متاثر اند.

دیدگاه روان پویایی (تمرکز بر درون فرد):

طرفداران این رویکرد معتقدند : اکثر رفتارها توسط نیروهای درونی ،خاطرات و تعارض هایی که فرد آگاهی یا کنترل کمی نسبت به آنها دارد ایجاد میشود.
نیروهای درونی که می توان گفت از دوره کودکی سر رشته گرفته باشند به طور پیوسته در سرتاسر زندگی بر رفتار اثر میگذارند.

دیدگاه روان پویایی تا حد زیادی به زیگموند فروید و نظریه ی تحلیلی اش مربوط است.

نظریه روان تحلیلی فروید:

نیروهای ناهشیار رفتار و شخصیت را تعیین میکنند.

ناهشیار بخشی از شخصیت است که فرد از آن آگاه نیست .

ناهشیار حاوی خواسته ها ، امیال، مطالبه ها و نیاز های اولیه است که به خاطر ماهیت ناخوشایند شان از آگاهی هشیار فرد پنهان شده اند.

ناهشیار وظیفه بخش بزرگی از رفتار های روزمره ی ماست .

مطابق نظریه فروید :

شخصیت هر فرد سه ساختار دارد:

نهاد ، خود ، فراخود

نهاد: بخش نارس ، بی سازمان و ذاتی شخص است که در هنگام تولد وجود دارد.

جایگاه کشاننده های اولیه مرتبط با گرسنگی ، رابطه جنسی، پرخاشگری و تکانه های غیر منطقی است.

نهاد مطابق اصل لذت عمل میکند و هدفش حداکثر رضایت و کاهش تنش است.

خود: بخش منطقی و خردمند شخص است. خود به عنوان مانعی بین جهان واقعی خارج از ما و نهاد عمل

میکند. خود بر اساس اصل واقعیت عمل میکند که با توجه به آن انرژی عریزی محدود میشود تا ایمنی فرد

حفظ شده و به هماهنگی فرد با جامعه کمک میکند.

فراخود: نشان دهنده وجدان شخص است. بین درست و نادرست تمیز قاعل میشود. در حدود سن ۵ تا ۶

سالگی رشد میکند و از والدین و معلمان و ... آموخته میشود.

شیوه ای که شخصیت در دوره کودکی رشد میکند از نظر فروید :

کودکان از یکسری مراحل میگذرند که در مرحله لذت یا خشنودی بر کارکرد زیستی و بخش معینی از بدن متمرکز است و این گونه رشد **روانی جنسی** رخ میدهد.

وی معتقد است : لذت دهانی (مرحله ی دهانی) به معقد (مرحله ی معقدی) و در نهایت اندام تناسلی (مرحله ی آلتی یا تناسلی) تغییر مکان میدهد.

با توجه به نظریه ی وی اگر کودک نتواند خودش را در یک مرحله ی خاص ارضا کند یا برعکس زیادی خودش را ارضا کند در همان مرحله تثبیت میشود .

تثبیت : بازگشت به مراحل قبل تر رشد است که به خاطر تعارض حل نشده ایجاد میشود.

برای مثال : اگر فرد در مرحله ی دهانی تثبیت شود : باعث میشود که در بزرگسالی به طور غیر معمول مجذوب به فعالیت های دهانی شود . مثل : خوردن ، حرف زدن ، ادا مس جویدن.

فروید معتقد است که : تثبیت در مرحله ی دهانی از طریق مجموعه ی نمادینی از فعالیت های دهانی مانند زخم زبان زدن خود را نشان میدهد.

رشد روانی اجتماعی: شامل تغییراتی در تعاملات و درک ما از دیگران ، همچنین دانش و شناخت ما از خودمان به عنوان عضوی از جامعه میشود.

مراحل رشد روانی اجتماعی اریکسون		
نیروهای اساسی	سن	مراحل
امید	از تولد تا ۱ سالگی	اعتماد در برابر بی اعتمادی
اراده	از ۱ تا ۳ سالگی	استقلال در برابر شرم و تردید
هدف	از ۳ تا ۵ سالگی	ابتکار عمل در برابر احساس گناه
شایستگی	از ۶ تا ۱۱ سالگی	سخت کوشی در برابر احساس حقارت
وفاداری	از ۱۲ تا ۱۸ سالگی	هویت در برابر سردرگمی نقش
عشق	از ۱۸ تا ۳۵ سالگی	صمیمیت در برابر انزوا
مراقبت	از ۳۵ تا ۵۵ سالگی	زاینده‌گی در برابر رکود
خرد	از ۵۵ سالگی به بعد	انسجام خود در برابر ناامیدی

هر مرحله رشد شخصیت، بحران یا نقطه عطف خود را دارد، که مستلزم تغییراتی در رفتار و شخصیت ما است. ما به بحران های رشدی به دو صورت پاسخ می دهیم که عبارت است از:

۱. به صورت ناسازگارانه (منفی)
۲. به صورت سازگارانه (مثبت)

اوایل کودکی

استقلال VS شرم و تردید

پیش دبستانی

ابتکار VS احساس گناه

نوزادی

اعتماد بی اعتمادی

سنین مدرسه

سازندگی VS حقارت

سالمندی

انسجام VS ناامیدی

نوجوانی

هویت VS سردرگمی

مراحل رشد روانی-اجتماعی

میانسالی

زایندهی VS رکود

جوانی یا اوایل بزرگسالی

صمیمیت VS انزوا

دیدگاه رفتاری : تمرکز بر رفتار آشکار :

دیدگاه رفتاری : این رویکرد معتقد است که کلید درک رشد ، رفتار آشکار و محرک های بیرونی موجود در محیط است . در این دیدگاه تغییرات رشدی کمی است .

شرطی سازی کلاسیک : جانشین سازی محرک:

نوعی از یادگیری است که در آن ارگانیسم یاد میگیرد به محرک های خنثی که به طور طبیعی پاسخ مشخص را فرا نمیخوانند به شیوه ی خاصی پاسخ دهد.

شرطی شدن نوعی از یادگیری است که در آن پاسخ مرتبط با یک محرک به محرک دیگر پیوند میخورد.

شرطی سازی کنشگر یا عاملی:

شکلی از یادگیری است که یک پاسخ اختیاری به واسطه ی همراه شدن با پیامد های مثبت و منفی ، تقویت و تضعیف میشود.

رویکرد یادگیری که بیشترین نفوذ را دارد، شرطی سازی کنشگر است.

تفاوت شرطی سازی کنشگر با شرطی سازی کلاسیک :

در شرطی سازی کنشگر پاسخی که شرطی میشود اختیاری و هدفمند است اما در شرطی سازی کلاسیک این عمل خود کار است مانند ترشح بزاق .

تقویت و تنبیه :

تقویت : فرایندی است که به واسطه ی محرک اراعه شده (تقویت کننده) احتمال تکرار رفتار قبلی را افزایش میدهد.

مثال : دانش آموزی که نمره ی خوبی کسب میکند بیشتر در مدرسه تلاش میکند.

تنبیه : اراعه یک محرک ناخوشایند یا دردناک یا حذف یک محرک خوشایند این احتمال را که رفتار قبلی بعدا تکرار شود کاهش میدهد.

بنابراین رفتاری که تقویت شده است بیشتر احتمال دارد تکرار شود درحالیکه رفتاری که تقویت نشده یا تنبیه شده است بیشتر احتمال دارد که متوقف شود یا به زبان شرطی سازی کنشگر ، خاموش شود .

اصلاح رفتار :

فنون رسمی برای افزایش فراوانی رفتار های مطلوب و کاهش نرخ رفتار های نامطلوب.

نظریه ی یادگیری اجتماعی شناختی:

یادگیری به واسطه ی مشاهده ی رفتار فردی دیگر که الگو نامیده میشود صورت میگیرد.

دیدگاه شناختی:

این رویکرد فرایندهایی را بررسی میکند که به افراد امکان درک، شناخت، تفکر درباره‌ی جهان را میدهند.

پیاژه معتقد بود که تفکر انسان درون طرحواره‌ها تدارک دیده می‌شود.

طرحواره چیست؟

طرحواره‌ها الگوهای ذهنی سازمان یافته‌ای هستند که مسئول رفتارها و اقدامات اند. در نوزادان، این طرحواره‌ها مسئول رفتار عینی اند. در کودکان بزرگتر، طرحواره‌ها پیچیده‌تر و انتزاعی‌ترند مانند مجموعه‌ای از مهارت‌ها که در دوچرخه سواری لازم است. پیاژه معتقد بود که رشد شناخت کودکان از دنیا از طریق **جذب و انطباق** انجام می‌گیرد.

جذب: جذب یا درون‌سازی فرایندی است که فرد یک تجربه جدید را بر اساس مرحله فعلی رشد شناختی و شیوه فکری اش، درک می‌کند. جذب زمانی رخ می‌دهد که افراد از شیوه‌های فکری فعلیشان برای شناخت دنیای که ادراک می‌کنند و برای شناخت تجربه جدید، استفاده می‌کنند.

انطباق: انطباق یا برون‌سازی به تغییرات در شیوه‌های فکری موجود در پاسخ به مواجهه با محرک یا رویدادهای جدید اشاره دارد. کار مشترک جذب و انطباق باعث رشد شناختی می‌شود.

رویکرد پردازش اطلاعات :

مدل هایی که به دنبال شناسایی شیوه هایی هستند که افراد اطلاعات را کسب ، استفاده و ذخیره کنند.

در این رویکرد، فرض می شود کودکان مانند رایانه، ظرفیت پردازش اطلاعات محدودی دارند.

این رویکرد فرض می کند، رشد بیشتر با پیشرفت های کمی مشخص می شود و ظرفیت ما برای مدیریت اطلاعات، همچنین سرعت و کارآمدی پردازش ما با افزایش سن تغییر می کند.

این رویکرد بر مبنای پژوهش های پایاژه بنا شده است و به عنوان نظریه ی نوپایاژه ای شناخته می شود.

نظریه نوپایاژه ای بیان می کند که رشد شناختی در حوزه های مشخصی به سرعت پیش می رود در حالیکه در حوزه های دیگر این رشد کندتر است.

رویکرد عصبی شناختی :

رویکرد هایی که رسش شناختی را از طریق عدسی فرایند های مغزی مورد بررسی قرار میدهند.

در این رویکرد، دانشمندان به دنبال آن هستند که مکان ها و کارکردهای واقعی مغز که با نوع مشخصی از فعالیت های شناختی ارتباط دارند را شناسایی کنند.

دیدگاه انسان گرایی:

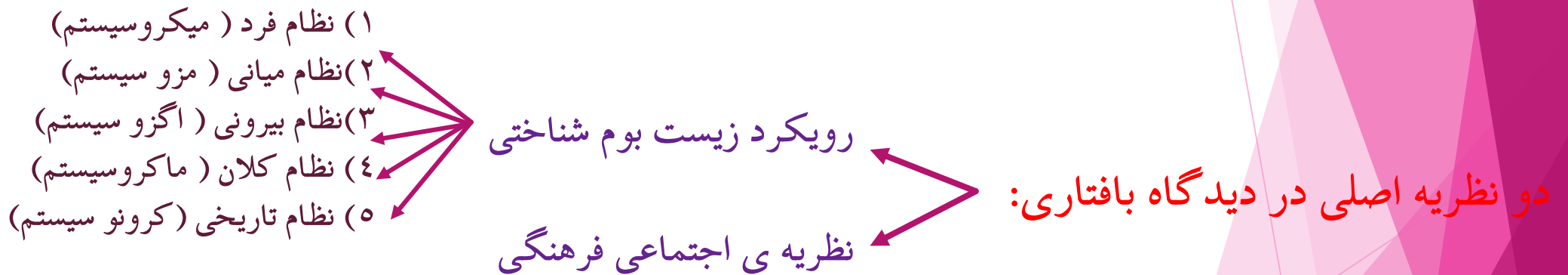
این نظریه بیان میکند که افراد ظرفیتی ذاتی برای تصمیم گیری درباره ی زندگی و کنترل رفتارشان دارند.

راجرز معتقد است که همه افراد نیاز به توجه مثبت دارند که از خواسته زیربنایی "دوست داشته شدن" و "مورد احترام قرار گرفتن" ناشی می شود.

این توجه را سایر افراد فراهم می کنند پس ما به آن ها وابسته هستیم.

دیدگاه بارفتاری :

این نظریه رابطه بین فرد و دنیای جسمی ، شناختی ، شخصیتی و اجتماعی اش را مد نظر قرار میدهد. این دیدگاه بیان می کند که رشد منحصر به فرد شخص را نمی توان بدون در نظر گرفتن نحوه ای که شخص درون بافتار اجتماعی و فرهنگی احاطه شده است، به طور مناسبی درک کرد.



این رویکرد معتقد است که سطوح مختلف محیطی به طور همزمان بر فرد اثر میگذارند.

انواع نظام :

- ۱) نظام فرد (میکروسیستم)
- ۲) نظام میانی (مزو سیستم)
- ۳) نظام بیرونی (اگزو سیستم)
- ۴) نظام کلان (ماکروسیستم)
- ۵) نظام تاریخی (کرونو سیستم)

دیدگاه تکاملی :

این نظریه به دنبال شناسایی رفتارهایی است که نتیجه‌ی میراث ژنتیکی است که از اجدادمان به ما رسیده است.

در جدول اسلاید بعد این دیدگاه‌ها را کامل‌تر توضیح میدیم براتون :



دیدگاه	ایده های اصلی درباره رشد و رفتار انسان	طرفداران اصلی	مثال
روان پویایی	رفتار در سرتاسر زندگی به وسیله نیروهای درونی و ناهشیار ایجاد میشود. از کودکی ریشه میگیرد. بر آنها کنترل اندکی داریم.	زیگموند فروید اریک اریکسون	جوانی که اضافه وزن دارد ممکن است در مرحله ی دهانی رشد، تثبیت شده باشد.
رفتاری	رشد را میتوان با مطالعه رفتار آشکار و محرکهای محیطی شناخت.	جان بی واتسون بی اف اسکینر البرت بندورا	جوانی که اضافه وزن دارد برای تغذیه خوب و ورزش تشویق نشده است.
دیدگاه شناختی	بر نحوه ای تاکید دارد که تغییر و رشد شناخت و درک و تفکر افراد درباره جهان، بر رفتار اثر میگذارند.	ژان پیاژه	جوانی که اضافه وزن دارد ممکن است شیوه های مناسب برای حفظ وزن سالم را نداند.
انسان گرایی	رفتار با اراده انسان انتخاب میشود و ناشی از ظرفیت های ذاتی ما برای دستیابی به ظرفیت کاملمان است.	کارل راجرز ابراهام مازلو	جوانی که اضافه وزن دارد به عنوان بخشی از الگوی کلی رشد فردی، در نهایت ممکن است به دنبال وزن بهینه باشد.
بافتاری	رشد باید در چارچوب رابطه درونی جهان جسمی، شناختی، شخصیتی و اجتماعی شخص دیده شود.	یوری برونفنبرنر لثو ویگوتسکی	علت اضافه وزن عوامل به هم مرتبط در جهان جسمی، شناختی، شخصیتی و اجتماعی شخص است.
تکاملی	رشد نتیجه میراث ژنتیکی است که از اجدادمان به ما رسیده، صفات و رفتارهایی که برای تقویت بقا گونه ما سازگارانه هستند از طریق انتخاب طبیعی به ارث رسیده اند.	تحت تاثیر چارلز داروین کونراد لورنز	ممکن است ژنتیکی تمایل به چاقی داشته باشد زیرا چربی اضافه به اجدا او کمک میکردند در قحطی زنده بمانند.