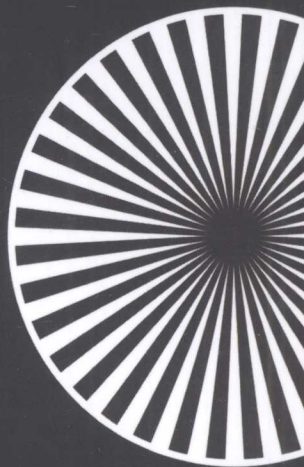


21世纪心理学系列教材
中国人民大学心理研究所组织编写



发展心理学

(第2版)

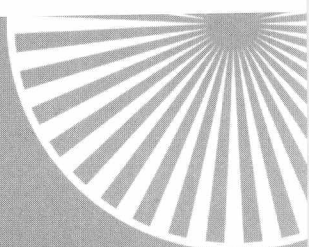
雷雳 著

 中国人民大学出版社

013026559

B844
60-2

 世纪心理学系列教材
中国人民大学心理研究所组织编写



发展心理学

(第2版)

雷雳 著



B844
60-2

中国人民大学出版社



北航

C1633821

图书在版编目 (CIP) 数据

发展心理学 (第2版) / 雷雳著. —北京: 中国人民大学出版社, 2013. 1

21 世纪心理学系列教材

ISBN 978-7-300-16896-8

I. ①发… II. ①雷… III. ①发展心理学—高等学校—教材 IV. ①B844

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 001171 号

21 世纪心理学系列教材

中国人民大学心理研究所组织编写

发展心理学 (第2版)

雷雳 著

Fazhan Xinlixue

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511398 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京昌联印刷有限公司

版 次 2009 年 6 月第 1 版

规 格 185 mm×260 mm 16 开本

2013 年 2 月第 2 版

印 张 20.25 插页 1

印 次 2013 年 2 月第 1 次印刷

字 数 482 000

定 价 39.80 元

版权所有 侵权必究 印装差错 负责调换



作者简介

雷雳，中国人民大学心理学系教授、博士生导师。北京师范大学学士、硕士、博士。香港中文大学博士后。兼任中国心理学会理事，中国心理学会发展心理学分会理事，中国心理学会学校心理学分会理事，北京心理学会常务理事、副秘书长，北京市社会心理学会常务理事，《心理发展与教育》杂志编委，《心理科学进展》杂志编委，《华人心理学报》（香港）杂志副主编。多年来一直在高校从事心理学的教学及研究工作，专注于发展心理学，主要研究领域是个性与社会性发展，已在国内外学术期刊发表论文 100 余篇，出版专著、教材 40 余册。



序

年轻心理学家雷雳教授的《发展心理学》一书将在中国人民大学出版社出版,该书以全面、细致、科学、新颖的内容,向广大读者展现了线条清晰的人的毕生发展画卷。

我读过不少发展心理学著作,雷雳教授的《发展心理学》具有下面五个与众不同的特点:

一是继承性与创新性的统一。雷雳教授重视继承发展心理学的一般体系、经典理论和研究,进行了充分扎实的“推陈”。但雷雳教授并不是仅满足于“推陈”,而是积极地“出新”,著作中阐述了近年来声名鹊起的发展心理学新理论,引用了大量采用最新研究工具和手段得到的实验结果,并使用新的研究方法对这些研究结果进行梳理,在此基础上,提出了很多新颖的观点。

二是国际化与中国化的统一。发展心理学的体系来自国外,中国发展心理学的研究与国际研究相比又存在很大差距,因此,雷雳教授在本书中吸收了大量国际公认的理论 and 观点,体现了心理学研究的国际化趋势;与此同时,他又非常注重中国化的研究,比如说对朱智贤教授的观点、我的观点和他自己的观点都非常重视,书中反映了中国发展心理学家几十年来丰富的研究成果,体现了发展心理学中国化的道路。

三是生理面与心理面的统一。目前,国际上越来越重视从生理与心理两个层面关注青少年的发展,联合国教科文组织曾围绕着儿童青少年的发展提出了儿童青少年发展指数,这个指数包括生理、认知和情绪三个方面。雷雳教授在这本著作中,从身体发展、认知发展、社会性发展角度完整地揭示了人一生的发展历程,阐述了生物学因素、心理因素、社会文化因素对个体毕生心理发展的交互影响,这与国际上关于青少年发展的理解一致,体现了国际前沿性。

四是正常发展和克服异常特点的统一。雷雳教授这本著作以人的正常成长和发展为主线,但是对各个年龄阶段出现的异常问题,特别是心理健康问题,都进行了阐述,并提出了有针对性的辅导和矫治原则及措施。让读者既能了解每一个阶段正常的心理状态具有什么样的特点,也能让他们知晓哪些行为标志着当前心理脱离了正常轨道,以及如何回到正常轨道,从而有机地

2 发展心理学 (第2版)

把发展、预防和治疗结合在一起。

五是思想性和实用性的统一。该著作重视思想性,坚持正确的观点,特别是提出发展心理学研究的伦理道德问题,还专门设置了一个介绍《赫尔辛基宣言》的专栏,这些都说明雷雳教授重视思想性、伦理性、规范性和严谨性,同时他又强调著作的实用性,例如,如何帮助幼儿克服恐惧,如何减少儿童的攻击行为,新入学的时候如何适应,成年期如何应对压力,如何适应退休等,这些都体现了发展心理学的应用性。

我相信,雷雳教授《发展心理学》一书的出版将增进人们对心理发展规律的认识,推动我国发展心理学研究水平的提高。

是为序。

林崇德

2009年1月于京师园

第2版前言

这本《发展心理学》的第1版于2008年末完成，于次年出版，回头看，已匆匆数年。然而，发展心理学的研究却从未停下自己的脚步，几年过后，无论是基于研究视角的创新，还是由于研究领域的扩展，或是因为研究方法的改善，很多新的发展心理学研究成果已经陆续出版发表；这为修订工作提供了必要的文献基础，使我们有机会看看关于人类发展的最新面貌。

具体而言，这次的修订主要做了以下几方面的工作：

一是补错漏。第1版完成之时，“虽然经过字斟句酌”，可是之后在使用过程中还是遗憾地发现，百密一疏之漏未能幸免，故借这次修订的机会对发现的所幸不算太多的文字错误、疏漏等一一进行了更正补充。

二是补缺憾。第1版中某些章节、段落涉及的内容本身可能并无问题，但是却有让人意犹未尽之感，如果对此再多加一些阐述，再补充一些文献，那么可能会使其内容更加明了，使其结构更加完整；这次修订也做了这方面弥补缺憾的工作。

三是补新知。这一点正是此次修订工作的重点所在。在研究视角、研究方法、研究手段、研究领域等不断改善和扩展的背景下，发展心理学的新成果不断涌现，补充这些新成果可以为我们的所关心的人类发展问题的诸多方面描绘出新的图景。

四是除旧识。与上述“补新知”对应的，“除旧迎新”的另一半工作就是剔除了一些“旧知识”。当然，并非因为这些所谓的“旧知识”属于错误之列，而是随着发展心理学相关研究工作的进步，获得的新知识可以让我们对相关的问题形成更为完整科学的认识。

五是求更好。第1版的总体结构在此次修订中保持不变，这也是本人目前接受的架构。然而，在局部结构乃至文字表达等方面，则有不少可以追求“更好”的空间，所以在这方面进行一些微调 and 修饰，虽然不敢奢谈完美，却也算是有所进步。

最后想要补充的是：第1版的前言中虽然交代了这本书的大概结构框架，但是并未提及为何要如此安排，即未对内容架构的理念给予澄清，借此机会也稍加补充说明。这本书的总体构想并非要面面俱到地阐述个人发展，而是定位于以适当的篇幅来反映个体“正常”发展过程的主要方面，内容结

2 发展心理学（第2版）

构的安排则主要基于以下几方面的考虑：

第一，对个人发展的阐述采取终生发展的视角，整个架构上对各个发展阶段平衡兼顾，力求利用已经有很多积累的研究文献，来避免重儿童青少年期而轻成人期的虎头蛇尾。

第二，对多种发展心理学的理论观点博采众长，利用各自的优势来对相应的发展问题进行阐述，其中对新近出现的理论观点也有适当反映。

第三，对反映个人发展的三方面分合交织处理，其中关于身体发展的内容，更加着重于身体发展方面的变化对个人产生的心理影响，或其在心理发展上的意义。

第四，注重理论观、实证研究及运用的交互融合，对于相关问题的描述和解释自不必多言，而据此来对人们可能很关心的一些实践问题予以解答，书中也做了必要的安排。

第五，注重文化和环境背景对个体发展的影响，对基于中国文化或环境背景的研究成果尽量予以呈现，同时反映了其他文化中个体发展的某些特点。

总之，但愿这次修订能够让读者更有收获，同时也诚恳地期待专家、读者继续给予批评指正。

雷雳
2012 年秋

写完这本书，我自己也仿佛走过了一生一世，对过去的时光、未来的岁月都有了新的感受和认识。如果阅读此书的读者也能够从本书对人生历程的描绘中，对自己的过去有温故而知新，对自己的未来满怀信心和憧憬，那么我觉得就更有意义了。

本书的结构安排主要以年龄为据，意在反映各个阶段的基本特点，比如，同伴关系和友谊在儿童期会谈及，在青少年期、成年期亦是。不过，某些方面的发展特点内容上稍少一点，虽然在不同年龄段也都会有所表现，但是为避免分拆放在不同年龄段后显得支离破碎，就把它们集中在其表现最为突出的章节了，比如，气质放在婴儿期，职业选择放在青年期。

此外，本书的主体内容乃是个人“正常的”成长和发展，而对于各个年龄段可能出现的“异常”，本书中辅以“专栏”稍加补充。比如，在儿童期会谈到“儿童的意外伤害”，在青少年期谈到“神经性厌食症”，在青年期谈到“家庭暴力”等。

本书也尽量反映了近年来发展心理学的最新研究成果，一方面是关于具体发展特点的新成果，另一方面则是理论上的新进展，比如，研究方法中的“微观发生研究”，理论观中的“能力—环境压力理论”、“带补偿的选择最优化模型”，智力理论中的“三层智力模型”、“多元智力理论”、“成功智力三元理论”，关于成人期发展的“生活季节”、“社会时钟”、“生活故事模型”，柯尔伯格的“第七阶段道德”、吉利根的“关怀道德”，职业选择中的“职业抱负发展理论”，成功年老化，“丧亲应对的双程模型”等。值得一提的是，该书也反映了我国发展心理学家在经年累月实证研究基础上令人称道的理论建树。这些新进展使我们能够看到更加栩栩如生的人生历程。

当然，我现在能够写出这本书，有很多人是要感谢的。

首先感谢我攻读硕士及博士学位期间的导师林崇德教授，是林老师的不拘一格和循循善诱使我在18年前能够写一点关于初中生发展的东西，各方面也因此得到锻炼，并因此受益终生。也感谢师兄俞国良教授，因为他的热情鼓励和鼎力支持，我才有机会认真构思和勉力完成这本《发展心理学》。

感谢其他所有在我成长过程中给我谆谆教诲的老师，以及所有帮助和

2 发展心理学 (第2版)

启发我的同行与朋友们；感谢所有我教过的学生及我的家人，共同的成长也使我对发展心理学有了更深入的理解。

还要特别感谢的是为发展心理学研究做出贡献的诸多专家学者，是他们的辛勤耕耘让我们对个人的发展有了更加科学而全面的认识，本书也是他们的智慧结晶。最后也感谢中国人民大学出版社的编辑龚洪训先生为本书的出版所付出的一切。

本书完稿之后虽然经过字斟句酌，恐怕还难免百密一疏，在此敬请各位专家及读者批评指正。

雷雳

静候 2009 年之际

第一章 绪论 → 1

第一节 发展心理学概述 → 1

一、发展心理学研究起源 → 1

二、发展的领域 → 5

三、发展的阶段 → 6

四、个体发展的影响因素 → 10

第二节 研究个体发展的方法 → 12

一、一般研究的设计 → 12

二、发展研究的设计 → 15

三、不同研究结果的整合 → 18

四、研究中的伦理道德问题 → 18

第二章 发展心理学理论观 → 22

第一节 毕生发展的基本理论问题 → 22

一、先天与教养的关系 → 23

二、发展的主动性与被动性 → 23

三、发展的连续性与阶段性 → 24

第二节 精神分析观 → 24

一、弗洛伊德的理论 → 24

二、埃里克森的理论 → 26

第三节 学习观 → 27

一、行为主义 → 27

二、社会学习理论 → 28

第四节 认知发展观 → 30

一、皮亚杰的理论 → 30

二、信息加工理论 → 31

2 发展心理学(第2版)

第五节 进化观 → 33

一、习性学与进化发展心理学 → 33

二、依恋理论 → 34

第六节 背景观 → 35

一、维果茨基的理论 → 35

二、朱智贤的发展观 → 36

三、生态系统理论 → 37

四、能力—环境压力理论 → 39

第七节 毕生发展观 → 40

一、生命全程观 → 40

二、生命过程观 → 42

■ 第三章 生命的开始 → 48

第一节 胎儿期 → 48

一、受孕与胎儿发展 → 48

二、遗传机制 → 50

三、胎儿发展的影响因素 → 55

第二节 新生儿 → 59

一、分娩过程及分娩方法 → 59

二、新生儿的发展 → 61

■ 第四章 婴儿期的发展 → 67

第一节 婴儿期的身体发展 → 67

一、婴儿期身体发育 → 67

二、婴儿期神经系统的发展 → 69

三、婴儿期运动技能的发展 → 71

四、婴儿期知觉的发展 → 74

第二节 婴儿期的认知及语言发展 → 76

一、婴儿期的认知发展 → 76

二、婴儿期的语言发展 → 82

第三节 婴儿期的心理社会性发展 → 88

一、婴儿期的心理社会性任务 → 88

二、婴儿期的气质 → 89

三、婴儿期的情绪发展 → 92

四、婴儿期的依恋 → 95

五、婴儿期的自我 → 99

第五章 幼儿期的发展 → 104

- 第一节 幼儿期的身体发展 → 104
 - 一、幼儿期的身体发育 → 104
 - 二、幼儿期的大脑发育 → 105
 - 三、幼儿期的运动技能 → 106
- 第二节 幼儿期的认知及语言发展 → 108
 - 一、幼儿期的认知发展 → 108
 - 二、幼儿期的语言发展 → 116
- 第三节 幼儿期的心理社会性发展 → 118
 - 一、幼儿期的心理社会性任务 → 118
 - 二、幼儿期的情绪发展 → 119
 - 三、幼儿期的自我发展 → 122
 - 四、幼儿期的心理性别 → 123
 - 五、幼儿期的父母教养方式 → 126
 - 六、幼儿期的游戏 → 128
 - 七、幼儿期的同伴关系 → 132

第六章 学龄儿童期的发展 → 137

- 第一节 学龄儿童期的身体和认知发展 → 137
 - 一、学龄儿童期的身体发展 → 137
 - 二、学龄儿童期的认知发展 → 140
 - 三、认知发展的个别差异 → 144
 - 四、学习成为主导活动 → 149
- 第二节 学龄儿童期的心理社会性发展 → 151
 - 一、学龄儿童期的心理社会性任务 → 151
 - 二、学龄儿童期的情绪发展 → 152
 - 三、学龄儿童期的自我发展 → 153
 - 四、学龄儿童期的心理性别 → 155
 - 五、对他人的理解 → 158
 - 六、学龄儿童期的道德发展 → 159
 - 七、学龄儿童期的家庭关系 → 162
 - 八、学龄儿童期的同伴关系 → 165

第七章 青少年期的发展 → 170

- 第一节 青少年期的身体和认知发展 → 170
 - 一、青春期的身体发育 → 170
 - 二、青春期发育的心理适应 → 173

- 三、青少年的身体映像 → 177
- 四、青少年期的认知发展 → 179
- 五、青少年的自我中心思维 → 182
- 六、青少年的学习 → 184

第二节 青少年期的心理社会性发展 → 186

- 一、青少年期的心理社会性任务 → 186
- 二、青少年期的情绪发展 → 187
- 三、青少年期的自我发展 → 188
- 四、青少年期的心理性别 → 192
- 五、青少年期的道德发展 → 194
- 六、青少年期的亲子关系 → 197
- 七、青少年期的同伴关系 → 200
- 八、青少年期的问题行为 → 204

 第八章 青年期的发展 → 210

第一节 青年期的身体和认知发展 → 210

- 一、青年期的身体发展 → 210
- 二、青年期的运动能力 → 214
- 三、青年期的认知发展 → 215
- 四、情绪智力 → 217
- 五、大学的学习生活 → 218

第二节 青年期的心理社会性发展 → 220

- 一、青年期的心理社会性任务 → 220
- 二、青年期的社会性特点 → 221
- 三、青年期的友谊 → 223
- 四、青年期的爱情 → 226
- 五、青年期的婚姻与家庭 → 230
- 六、青年期的职业选择 → 237

 第九章 中年期的发展 → 246

第一节 中年期的身体与认知发展 → 246

- 一、中年期的身体变化 → 246
- 二、健康与压力 → 249
- 三、中年期的智力发展 → 250
- 四、专业技能的发展 → 251

第二节 中年期的心理社会性发展 → 252

- 一、中年期的心理社会性任务 → 252

- 二、中年期自我认同的发展 → 253
- 三、中年期的社会性特点 → 256
- 四、人格特质的个别差异 → 259
- 五、中年期的家庭生活 → 261
- 六、工作及其平衡 → 265
- 七、休闲活动 → 270

■ 第十章 老年期的发展 → 274

- 第一节 老年期的身体与认知发展 → 274
 - 一、老年期的身体变化 → 274
 - 二、衰老的原因 → 276
 - 三、寿命及其相关因素 → 279
 - 四、老年人的智力 → 280
 - 五、老年人的记忆 → 281
 - 六、老年人与智慧 → 282
- 第二节 老年期的心理社会性发展 → 284
 - 一、老年期的心理社会性任务 → 284
 - 二、老龄化的过程 → 285
 - 三、退休生活的适应 → 287
 - 四、老年期的婚姻与家庭 → 289
 - 五、老年人的友谊 → 292

■ 第十一章 生命的尾声 → 296

- 第一节 对死亡的界定与理解 → 296
 - 一、对死亡的界定 → 296
 - 二、对死亡的理解 → 297
- 第二节 面对死亡 → 299
 - 一、面对自己的死亡 → 299
 - 二、面对亲人的死亡 → 301

■ 参考文献 → 308

专 栏

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 专栏 1—1 关键期与敏感期 → 9 | 专栏 2—1 哪一种理论是正确的? → 44 |
| 专栏 1—2 《赫尔辛基宣言》 → 19 | 专栏 3—1 遗传咨询 → 54 |

6 发展心理学(第2版)

- 专栏 3—2 产后抑郁症 → 60
- 专栏 4—1 母乳喂养 → 69
- 专栏 4—2 早期语言学习的促进 → 87
- 专栏 4—3 陌生人焦虑与分离焦虑 → 98
- 专栏 5—1 幼儿期的意外伤害 → 108
- 专栏 5—2 儿童对数字的理解 → 114
- 专栏 5—3 儿童期的恐惧 → 121
- 专栏 5—4 幼儿期的攻击行为 → 132
- 专栏 6—1 儿童多动症 → 143
- 专栏 6—2 性别认同障碍 → 157
- 专栏 6—3 儿童虐待 → 164
- 专栏 7—1 神经性厌食症 → 178
- 专栏 7—2 欺负与受欺负 → 201
- 专栏 8—1 吸烟 → 213
- 专栏 8—2 家庭暴力 → 236
- 专栏 9—1 工作中的性骚扰 → 268
- 专栏 10—1 老年痴呆症 → 278
- 专栏 11—1 婴儿猝死综合征 → 304

→ 教学目标

通过本章的教学，应该实现两个目标。其一，清楚发展心理学的研究对象，把握发展心理学从关于儿童的哲学观点，衍生出对儿童进行的系统研究，进而扩展到青少年期，直至探索老年期的演变过程。同时，对个体发展的总体特征、阶段特征、影响因素形成概括性的认识。其二，对发展心理学研究方法的基本框架有所认识，能够区分这些方法与一般研究方法的差异，并认识到研究中应该注意的伦理道德。

→ 学习重点

把握儿童观的演变历程以及发展心理学得以形成的过程；理解个人发展包含的三个方
面以及各个发展阶段的大致特点；领会影响个体发展的因素；领会发展心理学研究方法的特点。

在过去很长时间内，人们对待儿童的方式并不是像今天这样，而是把他们看成“小大人”。近代一些新的儿童观提出来之后，激发了人们对儿童的系统研究，随后儿童心理学得以诞生，继而随着研究对象范围扩展至青少年期、成人期，终于形成了研究人一生发展的“发展心理学”。人的发展可以反映在身体发展、认知发展、心理社会性发展三个主要的方面，并且，个人一生的发展，从胎儿期以后，大体上可以分为婴儿期、幼儿期、学龄儿童期、青少年期、青年期、中年期和老年期等阶段。发展的过程会受到生物学的、心理的、社会文化的因素交织影响。

发展心理学对人一生的发展进行探索，所使用的研究方法基于一般的科学方法，同时也结合“发展”的特点，建立了自己的一些独特方法，包括纵向研究、横断研究、序列研究、微观发生研究等。当然，研究过程中的伦理道德问题是研究者必须注意的。

第一节 发展心理学概述

人类个体从受精的一刻起，就开始了发展的过程，直到死亡。发展心理学就是要对这些过程进行科学研究，研究人一生发展变化的方式，研究其中较为稳定的特征。

一、发展心理学研究起源

现代社会对儿童的看法可以说是以儿童为中心的，孩子的出生受到祝福，人们花费大