

京师心理研究书系

11

杨丽珠
沈悦 著

儿童自我控制的 发展与促进（修订版）

The Development and
Promotion of Children's
Self-Control
(Revised Edition)



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

京师心理研究书系

11

儿童自我控制的 发展与促进 (修订版)

杨丽珠 沈 悦 著

The Development and
Promotion of Children's
Self-Control
(Revised Edition)



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童自我控制的发展与促进(修订版) / 杨丽珠, 沈悦著. —修订本. —北京: 北京师范大学出版社, 2017. 5

(京师心理研究书系)

ISBN 978-7-303-22261-2

I. ①儿… II. ①杨… ②沈… III. ①儿童—情绪—自我控制—研究 IV. ①B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 085549 号

营销中心电话 010-58805072 58807651
北师大出版社学术著作与大众读物分社 <http://xueda.bnup.com>

ERTONG ZIWO KONGZHI DE FAZHAN YU CUJIN

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com

北京市海淀区新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印 刷: 大厂回族自治县正兴印务有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 730 mm×980 mm 1/16

印 张: 30.25

字 数: 406 千字

版 次: 2017 年 5 月第 1 版

印 次: 2017 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 98.00 元

策划编辑: 关雪菁 张丽娟

责任编辑: 齐琳 宋星

美术编辑: 王齐云

装帧设计: 王齐云

责任校对: 陈民

责任印制: 马洁

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58805079

修订版前言

《儿童自我控制的发展与促进》第一版是全国高等学校博士学科点专项科研基金课题“儿童自我控制的结构及其发展机制的研究”“儿童自我发生发展特点及因果模型建立”，国家自然科学基金课题“儿童自我延迟满足的发展及其影响因素的研究”，澳大利亚研究理事会(Australian Research, 隶属澳大利亚政府)课题“自我延迟满足的跨文化研究”，国家社会科学基金暨全国教育科学“十五”规划重点课题“儿童个性发展特点及其影响因素的研究”和“十一五”规划重点课题“儿童青少年人格发展机制与干预研究”、北京师范大学认知神经科学与学习国家重点实验室重点课题“1~6岁儿童情绪社会性发展的评价方法与工具研究”以及第51批中国博士后科学基金面上资助项目“幼儿自我控制纵向发展机制及脑电特征研究”等课题的系列研究成果，该著作第一版获得了辽宁省教育科学规划“十二五”中期成果一等奖(2013)。

第一版中的研究对我国儿童青少年的结构与评估、发展特点、影响因素、培养等方面进行了全面、系统地探讨。为了在上述研究成果的基础上，进一步深入探索儿童自我控制发展与促进的规律，我们又申报了国家社科基金重点项目“我国儿童青少年人格发展及其培养研究”、辽宁省哲学社会科学规划项目“辽宁省农村寄宿制中小学生心理与行为问题状况及教育策略分析”、辽宁省教育厅重点研究基地专项“辽宁省小学生自我调控的发展特点及教育策略”、辽宁省教育科学“十二五”规划项目“辽宁省青少年自我控制发展机制及教育对策”等项目，本次修订版中新增的内容便是新近研究的成果。

《儿童自我控制的发展与促进》修订版，除了对第一版进行了普遍的修订外，还增加了一些新的研究内容，主要的新增内容为以下几项。

一、早期儿童自我控制的发生研究

自我控制是人格发展的核心,对其进行研究是十分必要的,但仅仅探索幼儿阶段自我控制的发展又是不完全的,因为儿童自我控制的发生和早期发展涵盖了婴儿末期和幼儿早期。研究以24~48个月的早期儿童为被试,应用情境实验探讨早期儿童自我控制四个维度的发生时间、特点及各个维度之间发生的逻辑关系。结果表明,冲动抑制性、自觉性、坚持性、自我延迟满足的发生时间分别为26个月、35个月、36个月、45个月,自我控制的发生是一个逐步发生的过程;自觉性发生存在显著的性别差异,冲动抑制性、坚持性、自我延迟满足的发生均不存在显著的性别差异。教育者可以根据自我控制的发生时间,有针对性地对早期儿童的自我控制进行培养。

二、幼儿自我控制的纵向发展特点

研究采用“幼儿自我控制教师评定问卷”考察幼儿自我控制纵向发展特点。每6个月对其进行一次问卷追踪调查,经过为期两年半的5次追踪,对幼儿进行了全面、细致的调查,可以比较准确描述幼儿自我控制各维度及自我控制整体发展趋势。研究表明,幼儿自我控制整体发展随幼儿年龄增长而提高,3~3.5岁,幼儿自我控制发展没有显著变化,从3.5岁开始,幼儿自我控制的发展呈显著上升趋势,直到4.5岁,幼儿自我控制的发展呈现出了稳定性,也就是说,幼儿自我控制整体发展的关键期出现在幼儿3.5~4.5岁阶段,这与横向研究的结果是一致的。

三、学生知觉到的教师期望因素对幼儿自我控制的影响

目前关于自我控制的影响因素研究多集中于家庭和个体因素,而忽视了幼儿园内的环境和认知因素,特别是“教师期望”和“幼儿知觉

到的教师期望”因素，故本研究采用问卷法，探讨不同年龄群体教师期望是如何通过幼儿知觉到的教师期望影响自我控制。结果表明，在3岁和4岁时，幼儿知觉到的教师期望还不是教师期望对自我控制影响的中介变量。直到5岁时，幼儿知觉到的教师期望才是教师期望对自我控制影响的不完全中介变量，即到5岁时，幼儿对于教师的期望才具有相对正确的认知，教师对幼儿的期望才可以影响其自我控制的发展。

四、儿童自我控制的作用

自我控制是人格发展的核心，对于个体未来发展有非常重要的影响，本研究将采用问卷法、情境实验法等探讨儿童4岁时自我延迟满足能力对其9岁时学校社会交往能力的预期作用；事件可控性和自我控制能力对4岁幼儿心理时间旅行的影响；小学生自我控制能力对学业成绩的影响。

五、音乐训练对幼儿自我控制能力的促进

第一版我们采用游戏训练的方式促进儿童自我控制能力，本次研究将设计新的培养形式——音乐训练。本次音乐训练为集体教学活动，研究者将音乐训练活动方案游戏化，音乐训练分为两个阶段，第一个阶段研究者将音乐基础知识、音乐基本符号学习与游戏相结合，让幼儿通过游戏认识音乐符号，理解音乐规则。第二个阶段研究者将独唱、合唱、轮流唱、默唱、韵律活动等音乐训练形式融入游戏中，如让幼儿在音乐游戏中扮演不同角色，幼儿会自觉遵守角色或音乐游戏规则。研究者在对每个音乐训练活动方案进行设计时，会确定一个主要培养目标，幼儿在进行音乐训练活动时，音乐训练活动方案会对幼儿自我控制不同维度有促进作用。

六、儿童自我控制培养的 ERP 研究

以往的培养研究仅仅采用问卷或情境实验等方法对培养效果进行验证,但问卷数据作为效果检验的指标只是对外显行为的评价,还未直接考察游戏训练对自控的大脑神经机制的影响。本次研究将通过ERP(事件相关电位)技术考察幼儿自我控制的培养效果,研究发现,N2和P3(两种脑电成分)在培养后有显著变化,证明自我控制培养的有效性。

本书凝聚了我30多年来对儿童自我控制的系统研究,汇聚了众人之力,此次修订版中辽宁师范大学心理学院的教师刘文教授、孙岩副教授、刘岩副教授,我的学生沈悦、满晶、刘歌、方乐乐、马振、王素霞、陈靖涵等人从儿童自我控制的不同角度对其进行了深入研究。在书稿整理过程中,我的研究生王素霞、马振、陈靖涵、何明影、高玉婉、齐冰、李玲玉、姜颖、杨青、王美娥、张佳琦、王莹等做了大量的文字校对和整理工作,在此一并表示感谢。这本书是集体智慧的结晶。

我还要感谢国家社会科学基金委、辽宁省哲学社会科学规划办公室、辽宁省教育厅等单位给予我们立项、经费的支持。感谢辽宁师范大学校领导的大力支持。感谢本书第一版出版社安徽教育出版社的大力支持,更要感谢本次修订版出版社北京师范大学出版社的鼎力资助。

在本书撰写过程中,参考了大量的国内外文献,在此不一一赘述,一并对有关作者表示感谢。

“操千曲而后晓声,观千剑而后识器”,儿童自我控制发展与促进的研究必将随着研究的不断拓展而呈现出广阔的前景。

杨丽珠 沈悦

2016年9月1日

第一版前言

《儿童自我控制的发展与促进》是全国高等学校博士学科点专项科研基金课题“儿童自我控制的结构及其发展机制的研究”“儿童自我发生发展特点及因果模型建立”、国家自然科学基金课题“儿童自我延迟满足的发展及其影响因素的研究”、澳大利亚研究理事会(Australian Research, 隶属于澳大利亚政府)课题“自我延迟满足的跨文化研究”、国家社会科学基金暨全国教育科学“十五”规划重点课题“儿童个性发展特点及其影响因素的研究”和“十一五”规划重点课题“儿童青少年人格发展机制与干预研究”、北京师范大学认知神经科学与学习国家重点实验室重点课题“1~6岁儿童情绪社会性发展的评价方法与工具研究”以及第51批中国博士后科学基金面上资助项目“幼儿自我控制纵向发展机制及脑电特征研究”等课题的系列成果之一。

自我控制作为人类意识主观能动性的集中体现,在人类种系的进化史上和人类个体的发展中都具有十分重要的意义。同时自我控制也是人类个体由幼稚走向成熟、由依赖走向独立的重要标志,是人类个体自我发展、自我实现的基本前提和根本保证。特别是在当今科学技术高度发展、社会飞速进步的信息时代,适应时代的发展,形成独立学习能力,培养灵活应变和创造能力,增强自我控制和约束能力等已成为21世纪所需要的高素质创新人才的必备素质。然而,调查资料却显示我国儿童自我控制发展问题较多,因此研究儿童自我控制的发展规律,不仅对于探讨遗传、环境的作用以及儿童自我控制本身的发展规律具有重大的理论意义,对于提供儿童自我控制策略,培养儿童自我控制,适应社会,推动社会和谐发展也具有重大的实践意义。

关于儿童自我控制发展研究我们走过了三十个年头，历经四个阶段。

第一阶段(1983—1990年)：1983年韩进之先生承担了朱智贤先生的“六五”国家重点课题“中国儿童青少年心理发展与教育”的子课题——“中国儿童青少年自我意识发展与教育”，笔者主持我国学前儿童和大学学生的自我意识发展与教育研究，本课题组在我国首次从自我意识的形成过程角度系统地探讨了幼儿、中小學生、大学生自我意识的发生发展(含自我评价、自我体验、自我控制)(韩进之，魏华忠，杨丽珠，1985；韩进之，杨丽珠，1986；韩进之，杨丽珠，魏华忠，1987；韩进之，魏华忠，杨丽珠，1990)，该项成果在国内产生了很大影响，被一些重要的著作收录，例如，朱智贤先生主编的《中国儿童青少年心理发展与教育》(1990)，刘范先生主编的《心理发展的近期研究》(1990)，杨中芳、高尚仁先生合编的《中国人、中国心——发展与教育篇》(1991)，朱智贤先生著的《儿童心理学》修订版(1993)，林崇德先生主编的《发展心理学》(1995)等论著，被认为是我国20世纪发展心理学重要成果之一(缪小春，1996)。该成果获全国高等学校人文社会科学研究优秀成果二等奖。

第二阶段(1991—1998年)：通过对幼儿、中小學生、大学生自我控制发展研究，我们发现幼儿阶段是人生自我控制发展极其关键的时期。我们与日本福冈教育大学田中敏明教授等，共同完成日本文部省研究项目“中日少子化时代儿童生活、文化环境比较分析研究”，发现中国儿童个性特别是自我控制存在诸多问题，令人担忧。我们深感培养幼儿自我控制的重要意义，因此承担了林崇德教授的“八五”国家重点课题的子课题“幼儿自我控制的培养”。在做林崇德教授访问学者时完成了“对幼儿自我控制能力培养的实验研究”，以趣味游戏和形体训练为实验变量，培养幼儿自我控制。发现趣味游戏和形体训练能够促进幼儿自我控制的发展，同时探讨了促进幼儿自我控制发展的条件及其发展过程。在此基础上，我们运用事件取样观察法收集了200例案

例，发现训练幼儿自我控制发展的主要游戏有4种，这4种游戏类型在不同年龄阶段的作用有差异。进而探讨了影响小、中、大班幼儿自我控制发展的游戏类型比例。该系列成果相继在《北京师范大学学报》（国内访问学者专刊）（1995）、《心理科学》（2001）上发表，在亚太地区幼儿教育研讨会（2002）和第四届华人心理学家国际学术研讨会（2002）上做专场报告，在庆祝北京师范大学建校100周年和学前教育专业成立50周年国际学前教育研讨会（2002）、新加坡智源教育学院第一届客座教授研讨会、中国学前教育研究会举办的学术研讨会（2002）上做特邀报告，在国内外产生了广泛影响。

第三阶段（1999—2008年）：我们在完成全国教育规划办“十五”教育部重点课题——“儿童个性发展与培养的实验研究”和前阶段的研究课题，认识到自我意识是个性形成和发展的前提，是个性发展和成熟的重要标志。它在个性发展中主要起协调、组织、监督和调节的作用。而自我控制正是自我意识的调控系统，幼儿自我控制是幼儿完成各种任务，协调与他人关系，成功适应社会的核心和基础，对幼儿未来的发展具有重要的作用。另外我们于1999年与澳大利亚昆士兰大学的 Monica Gaslcelly 共同申请获得澳大利亚研究中心课题“自我延迟满足的跨文化研究”，认识到自我延迟满足是自我控制的核心成分，是一种伴随人终生的基本的积极的社会性能力。又因当时培养儿童自我控制迫在眉睫，故此，我们连续申请了国家自然科学基金项目——“儿童自我延迟满足的发展及其影响因素的研究”和高等学校博士点基金项目——“儿童自我控制的结构及其发展机制的研究”等课题。对儿童自我控制的结构、发展特点、影响因素和培养进行了系统的研究：运用探索性因素分析和验证性因素分析获得儿童自我控制的结构；运用聚类分析获得儿童自我控制的类型；运用问卷、情境实验和追踪研究探索儿童自我控制的发展特点，通过 ERPs 探索自我控制的大脑机制，通过多态化探索神经递质对自我控制的影响，通过慢性神经症儿童（癫痫儿童）和正常儿童比较探索神经加工对儿童自我控制的影响；

运用眼动手段探索注意对自我延迟满足的影响；探索气质、依恋、父母养育、游戏等对自我控制的影响；运用中澳跨文化研究，探索社会文化对自我控制的影响。在这些基础研究的基础上，进行应用培养研究。以自我控制的结构作为培养儿童自我控制的内容、目标；以自我控制的发展特点和关键期，设计培养儿童自我控制教育活动的实验变量，以自我控制的影响因素确定培养儿童自我控制的载体，进行儿童自我控制的教育现场实验，探索出促进儿童自我控制发展的有效途径和方法。该系列研究硕果累累，社会影响颇大。在全国第八届(武汉)发展心理学年会上进行特邀报告：儿童自我控制的系列研究(2003)，在第十届(2005)、第十一届(2007)心理学大会上交流，在第二十九届世界心理学大会上做主题报告发言“儿童4岁时的延迟满足能力对其9岁时学校、社会交往能力预期的追踪”，被SSCI收录，被国家级出版物中国教育学会编“中国教育科学”(2008)收录等，该系列成果有的获辽宁省自然科学成果一等奖，有的获辽宁省政府第三届哲学社会科学成果一等奖。中央电视台见证——发现之旅专题播放。加拿大的家长也慕名带孩子来中国测查儿童自我控制水平及培养方法，该项系列成果在国内外产生了广泛影响。

第四阶段(2009—2012年)：承担全国高校博士点基金“儿童自我发生发展特点及其因果模型的研究”(2011)和北京师范大学认知神经科学与学习国家重点实验室重点课题“1~6岁儿童情绪社会性发展的评价方法与工具研究”(2010)。深入进行自我控制研究。用多质多法进行问卷修订，制定出幼儿自我控制教师评定问卷和小学生自我控制教师评定问卷。以整体思想综合建立气质和幼儿园社会环境因素对幼儿自我控制的综合影响模型。并且从整体的角度出发，对儿童进行追踪及培养研究，这些研究现已获得部分成果。

目前我国自我控制相关的研究成果总体上说比较分散，缺少系统性的专著。《儿童自我控制的发展与促进》一书将填补这一空白，它将全面系统地展示该领域的研究成果，为丰富我国的人格心理学研究做

出一次突破性的尝试。

该书不仅是国家多项科研课题的系列研究成果之一，也是作者近三十年来在自我控制领域研究成果的积淀。在内容上将自我控制的理论研究、实证研究和教育促进三方面内容有机地结合；理论与实证研究相结合探讨了儿童自我控制的结构、类型、发展特点、影响因素、评估工具的开发及培养等多项议题，研究结论有作者自身独到的见解。该书不仅可为自我控制研究者提供专业理论与研究实践的借鉴，也可家长、幼儿园和小学教师提供具有操作性的活动设计和培养策略，该书受众广泛，具有广泛的推广价值和应用前景。

全书共分理论研究、实证研究和教育促进三方面内容。理论研究方面侧重阐述国内外关于自我控制的理论发展，自我控制的内涵、结构、类型、发展模式等理论性问题，并回顾和评析自我控制的影响因素、研究方法和手段等问题。实证研究方面是在理论研究的基础上，以问卷、实验、情境观察等实证研究手段深入探讨了儿童自我控制的结构、发展特点及相关的影响因素等问题，获得了原始的研究证据，为儿童自我控制的教育促进提供了心理学的依据。教育促进方面是在自我控制实证研究的基础上，有效地选取影响儿童自控发展的教育因子，通过教育实验达到促进儿童自我控制的目的。此外，还针对不同年龄儿童提供了促进自我控制的具体活动设计。

本书其突出的特色是包括以下几点。

一、系统性

在自我控制的研究领域，国外有相当丰富的、有价值的研究资料，而国内此领域的研究成果则比较分散，缺少此类研究的系统性论著，该书在此方面有所突破。在内容上全方位、系统地呈现理论研究、实证研究和教育促进三方面的研究成果。

二、前沿性

本书力图总体上把握自我控制研究发展脉络，站在该研究领域的前沿，着重反映自我控制最新的研究成就和进展，引用最新的研究文献，发表作者在此研究方向上有创见性的研究成果，突出该书的学术价值。

三、创新性

本书突出的特点就是创新。一是选题新，将儿童自我控制发展与教育有机结合；二是研究方法新，运用 ERP、自动跟踪系统等现代化手段；三是编制了有价值的评估工具，为科学研究和对儿童的评估提供了有效的工具；四是建立了自己的儿童自我控制理论。

四、本土性

该书力图借鉴国外最新的研究成果，突出本土化研究实际，主要展示和汇集作者多年来在该领域对我国儿童的研究成果。

五、指导性

本书融汇了自我控制在理论、实证与干预实践三个领域的研究成果，不仅为对自我控制研究感兴趣的人士提供专业理论与研究实践的指导，同时也为家长、教师等提供具有操作性的活动设计和培养建议，其成果已在全国十省市推广，具有广泛的推广和应用价值。

在该书即将付梓之际，我不能忘记韩进之先生，是他首先带领我们完成朱智贤先生的“六五”国家重点项目的子课题“我国儿童青少年自我意识发展与教育研究”，使我对儿童自我控制研究产生了浓厚的兴趣。

感谢朱智贤先生，是他带领我们做国家级课题，指导、帮助我们，大大提高了我们的学术水平。

更要感谢我做访问学者时的恩师林崇德先生，是他精湛的指导，无私的帮助，使我能够顺利地“完成”“幼儿自我控制的培养”这项研究，也是他指导我如何系统地搞研究，如何做课题，如何带硕士生、博士生，得以使自我控制的研究坚持了30年，方有今天的成果。

感谢车文博先生，他虽已年迈但不辞劳苦，经常到我校指导研究生，有时甚至电话指导到深夜。他缜密的思维使研究生们茅塞顿开，本书无不渗透了他的心血和智慧。

本书凝聚了我近三十年来对儿童自我控制的系统研究，汇聚了众人之力，我的学生宋辉、但菲、金欣俐、王江洋、董光恒、李凤杰、宋芳、沈悦、姜月等人从儿童自我控制的不同角度对其进行了深入研究，特别是我的博士、科研秘书沈悦付出了巨大的努力，才有了这样一本系统化的著作。在此一并感谢。同时也要感谢我的团队、有关领导和广大的幼儿园老师，这本书是集体智慧的结晶。

我还要感谢国家自然科学基金委、国家社会科学基金委、全国教育规划办、教育部科技发展中心、认知神经科学与学习国家重点实验室等单位给予我们立项、经费支持。感谢辽宁师范大学校领导的大力支持。

在本书撰写过程中，参考了大量的国内外文献，在此不一一赘述，一并对有关作者表示感谢。

“骐骥一跃不能十步，驽马十驾功在不舍”。我们将一如既往去探索中国化的儿童自我控制发展与促进的规律。

杨丽珠于大连

2012年2月16日

目 录

第一章	儿童自我控制的内涵	/1
第一节	儿童自我控制的概念	
第二节	儿童自我控制的研究内容	
第三节	儿童自我控制的预期作用	
第二章	儿童自我控制理论研究的历史发展	/14
第一节	儿童自我控制研究的发展脉络	
第二节	儿童自我控制研究的早期理论	
第三节	儿童自我控制研究的理论进展	
第三章	儿童自我控制的发展特点	/34
第一节	儿童自我控制发展的阶段理论	
第二节	儿童自我控制的发生	
第三节	儿童自我控制发展的年龄、性别特点	
第四章	儿童自我控制的影响因素及培养研究	/51
第一节	儿童自我控制的生理影响因素	
第二节	儿童自我控制的心理影响因素	
第三节	儿童自我控制的环境影响因素	
第四节	儿童自我控制的培养研究	
第五章	儿童自我控制的研究方法	/78
第一节	儿童自我控制传统研究方法	
第二节	儿童自我控制研究方法的新趋向	
第六章	儿童自我控制研究的研究意义与总体思路	/98
第一节	儿童自我控制研究的意义与以往研究不足	
第二节	儿童自我控制研究的总体思路	
第三节	儿童自我控制研究的基本问题	

第七章 儿童自我控制的结构与评估 /110

第一节 幼儿自我控制的结构与评估

第二节 幼儿自我控制的脑电指标

第三节 小学儿童自我控制的结构和评估

第八章 儿童自我控制发展特点的研究 /166

第一节 早期儿童自我控制的发生研究

第二节 幼儿自我控制发展的横向特点

第三节 幼儿自我控制发展的纵向特点

第四节 幼儿自我控制的类型研究

第五节 小学儿童自我控制发展特点的研究

第九章 儿童自我控制发展的影响因素研究 /235

第一节 幼儿气质与其自我延迟满足能力的关系

第二节 幼儿气质、教师期望和同伴接纳对自我控制的影响

第三节 幼儿教师期望对自我控制的影响：“幼儿知觉到的教师期望”的中介作用

第四节 中澳幼儿延迟满足特点及策略对比研究

第十章 儿童自我控制的作用 /296

第一节 幼儿期自我控制水平对小学期学校适应性的影响

第二节 事件可控性和自我控制能力对4岁幼儿心理时间旅行的影响

第三节 小学生自我控制能力对学业成绩的影响

第十一章 儿童自我控制的培养 /331

第一节 游戏促进幼儿自我控制发展：行为数据的证据

第二节 游戏训练促进幼儿自我控制：来自ERP的证据

第三节 音乐训练促进幼儿自我控制

第四节 小学生自我控制的培养：行为数据的证据

第五节 小学生自我控制的培养：来自ERP的证据

第十二章 儿童自我控制发展研究的综合讨论 /393

第一节 儿童自我控制的结构与评估研究

第二节 儿童自我控制的发生发展特点

第三节 儿童自我控制发展的影响因素

第四节 教育建议

附 录 /428

附录 1 3~5 岁幼儿自我控制教师评定问卷

附录 2 小学儿童自我控制教师评定问卷(部分)

附录 3 幼儿自我控制游戏活动方案(举例)

附录 4 幼儿自我控制教育游戏活动方案:ERP 证据

附录 5 音乐训练活动方案(部分)

附录 6 小学生自我控制培养活动方案(举例)

附录 7 小学生不同年级自我控制培养活动方案(ERP)

主要参考文献 /462