

— 心理学精品教材译丛 —

追踪生命的轨迹

纵览一生的发展



华章心理

PEARSON

发展心理学

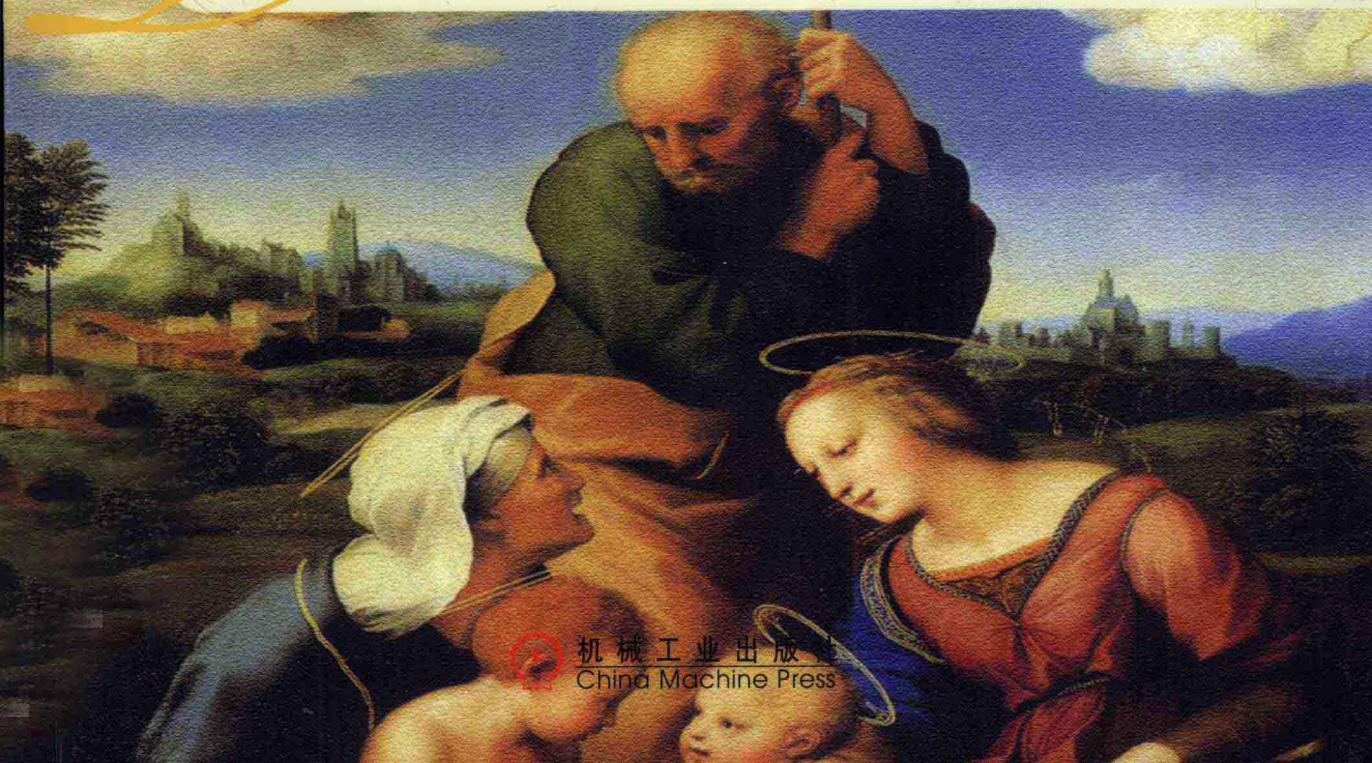
探索人生发展的轨迹

(美) 罗伯特 S. 费尔德曼 (Robert S. Feldman) 著

马萨诸塞大学

苏彦捷 等译

Discovering the Life Span



机械工业出版社
China Machine Press

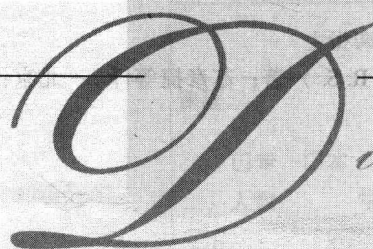
发展心理学

探索人生发展的轨迹

(美) 罗伯特 S. 费尔德曼 (Robert S. Feldman) 著

马萨诸塞大学

苏彦捷 等译



Discovering the Life Span



业出版社

China Machine Press

本书以人的发展阶段为主线,详细叙述了各时期人的生理发展、认知发展、社会性和人格发展。每章都以相应阶段人物的故事为开端,让读者如身临其境,引发对人生的思考,可以说这是一本大众心理学书,帮助你从容地应对生命的挑战及更好地完成各阶段的任务,做一个积极乐观的生活达人!本书也不乏科学研究理论深度及专业思考,本书为教育学及心理学学生提供了优秀的学习资料,也为教育、管理从业人士提供专业的解决方案。

Robert S. Feldman. Discovering the Life Span.

ISBN 978-0-13-606167-0

Copyright © 2009 by Pearson Education.

Simplified Chinese Edition Copyright © 2011 by China Machine Press.

Published by arrangement with the original publisher, Pearson Education, Inc. This edition is authorized for sale and distribution in the People's Republic of China exclusively (except Taiwan, Hong Kong SAR and Macau SAR).

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Pearson Education (培生教育出版集团) 授权机械工业出版社在中华人民共和国境内(不包括中国台湾地区和中国香港、澳门特别行政区)独家出版发行。未经出版者书面许可,不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

本书封底贴有 Pearson Education (培生教育出版集团) 激光防伪标签,无标签者不得销售。

封底无防伪标均为盗版

版权所有,侵权必究

本书法律顾问 北京市展达律师事务所

本书版权登记号:图字:01-2009-2983

图书在版编目(CIP)数据

发展心理学:探索人生发展的轨迹/(美)费尔德曼(Feldman, R. S.)著;苏彦捷等译. —北京:机械工业出版社, 2011. 6

(心理学精品教材译丛)

书名原文: Discovering the Life Span

ISBN 978-7-111-34764-4

I. 发… II. ①费… ②苏… III. 发展心理学—教材 IV. B844

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第092524号

机械工业出版社(北京市西城区百万庄大街22号 邮政编码 100037)

责任编辑:赵艳君 版式设计:刘永青

北京瑞德印刷有限公司印刷

2011年6月第1版第1次印刷

185mm×260mm·30印张(含彩插0.25印张)

标准书号:ISBN 978-7-111-34764-4

定价:70.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

客服热线:(010) 88379210; 88361066

购书热线:(010) 68326294; 88379649; 68995259

投稿热线:(010) 88379007

读者信箱:hzjg@hzbook.com

ABOUT THE AUTHOR

作者简介

罗伯特 S. 费尔德曼 (Robert S. Feldman)

马萨诸塞大学的心理学教授，同时也是社会和行为科学学院的院长。他获得过学院优秀教师奖，既讲授 15 人小班的心理学课程，也给近 500 名学生的大班上课。在近 20 年的教学生涯里，除了马萨诸塞大学以外，费尔德曼教授还在霍利约克山学院、卫斯理大学、弗吉尼亚联邦大学讲授本科生和研究生课程。

费尔德曼教授在马萨诸塞大学加入了“少数族裔学生督导项目”，他也是 Hewlett Teaching 研究院和马萨诸塞大学资深在线教学研究员。他在马萨诸塞大学还负责心理学的远程教育课程。

费尔德曼教授对心理学的推广也非常积极，他是行为、心理和认知科学联合会的常务理事，也是行为和脑科学进步基金的常务理事。

费尔德曼教授以优异成绩从卫斯理大学本科毕业，并在威斯康星大学麦迪逊分校获得社会和发展心理学的硕士以及博士学位。他也是美国心理学会 (APA) 和美国心理科学协会 (APS) 会员。

费尔德曼教授曾经获得 Fulbright 高级研究者和讲师奖，他撰写了 100 多部书籍、书的章节和文章。他主编了《儿童非语言行为》(*Nonverbal Behavior in Children*)、《非语言行为理论和研究应用》(*Applications of Nonverbal Behavioral Theory and Research*) 以及合编《非语言行为基本原理》。他同时是《儿童发展》(*Child Development*)、《理解心理学》(*Understanding Psychology*)、《发展心理学：人的毕生发展》(*Development Across the Life Span*) 以及《P. O. W. E. R. 学习：学校和生活成功策略》(*P. O. W. E. R. Learning: Strategies for Success in College and Life*) 的作者。他的很多书已经被翻译成多种语言在全世界发行，包括西班牙语、法语、葡萄牙语、荷兰语、意大利语、汉语和日语。

他的研究兴趣包括日常生活中的诚实和欺骗行为，印象管理中非语言行为的作用。他的研究获得了美国国家心理健康研究所和国家身心障碍及康复研究院的资助。

费尔德曼教授爱好音乐，是一位充满热情的钢琴演奏家，并且做得一手好菜。他有三个孩子，现在和妻子（也是一位心理学家）住在马萨诸塞州，从家中可以饱览霍利约克山的美丽景色。

PREFACE

前言

绝大多数讲授发展心理学课程的教师都会觉得自己很幸运，这门课程的主题是那么引人入胜。在这门课上，学生可以从老师那里学到非常实用的信息。学习这门课程，学生们至少可以满足他们自己的一个愿望——了解自己及他人的整个生命过程。

与此同时，这门课程也有其独特的挑战性。首先，人的整个毕生发展过程涵盖的内容非常广泛，一个学期的课时设置使得教师的讲解很难覆盖毕生发展的全部领域。其次，很多教师发现以往关于毕生发展理论的教科书篇幅长、内容多，学生们难以读完整本书。于是可能会出现这样的问题，有些教师为了保证勉强讲完所有内容，被迫放弃教科书中的一些材料，而他们这个删减的过程通常是随意的、武断的。

本书直接解决了这些问题，它是在 *Development Across the Life Span*^① 的基础上修改而来，篇幅减少了 25%。与此同时，本书保留了原书里学生们反响非常好的内容，包括大量的例子和图解，这些例子和图解都来自发展心理学家的研究和理论。

本书采用的章节结构能保证学生的学习效果最大化。每章都分成三节内容，每节至少又分为三个部分。这样一来，以前看似又长又吓人的整章内容被分解成更短的、学生更容易掌握的小块内容。而心理学研究者早已证明，这种化整为零的材料呈现方法有助于学生学习。

章节结构还有另外一个好处：教师们可以根据实际需要挑选适合自己课程的内容，制订自己的课程计划。这本书的每一章内容集中关注毕生发展过程中的一个特定阶段，每一章的三节内容都对应着该阶段发展的三大主题：生理发展、认知发展、社会性和人格发展。由于这种结构具有较大的弹性，教师可以轻松选择内容并把这些理论或者论题讲授给学生。

本书内容

本书对人类发展领域的很多问题做了概述，它涵盖了人从出生到生命结束毕生发展的所有阶段。本书广泛而综合地介绍人的毕生发展，内容中不仅有基本理论和研究结果，还包括这些知识的最新应用。本书按照时间顺序讲述了毕生发展的各个阶段，包括出生以前的时期、婴儿期和学步期、学前期、儿童中期、青春期、成年早期、成年中期和成年晚期。本书着重关注人类在各个时期里的生理发展、认知发展、社会性和人格发展。

① 同一作者此前编写的一本毕生发展教科书。——译者注

与以往的发展心理学教科书相比,本书有一大特点,即每一章对应一个特定的发展阶段,并且每一章的内容都整合了生理发展、认知发展、社会性和人格发展三个领域的内容。每章都是以该阶段有代表性的人物故事开头,章节末尾再让读者重新关注这个个体,同时将该阶段个体发展的三个领域整合。本书还在每章设置了不少实际应用的问题和提醒,鼓励学生们思考、应用。

本书整合了理论、研究和应用,重点关注人类整个毕生发展的过程。此外,本书并没有阐述毕生发展领域详尽的研究历史,而是关注当前的研究和理论。虽然本书的某些内容对过去的研究结果做了必要的引用,但我们主要还是描述该领域的现状和未来的发展方向。同样,虽然本书也阐述一些经典研究,但我们更多的笔墨还是放在当前的研究发现和发展趋势上。

鉴于不同读者的需求,本书充分地兼顾学术性、趣味性和可读性。书中采用直接的、对话的口吻,尽可能地复制作者和学生之间的对话,以帮助不同兴趣和动机的读者独立理解和掌握。为此,本书的教学设计丰富多样、独具特色,这种特色设计有利于学生对内容的掌握并鼓励其批判性思维,具体包括以下几个方面。

开场白 每章都以一小段非常吸引人的故事作为开始,故事的主角就处在该章讲述的发展阶段。这些材料不仅出现在每一章的开始,也会出现在生理发展、认知发展、社会性和人格发展各小节的内容之后。

节首插话和“学完本章,你将知道” 每章下面的小节是以一小段故事开头的,描述与该节讲述的基本发展问题相关的个体或情境。此外,“学完本章,你将知道”提供一些问题帮助读者抓住知识点。

从研究到实践 每章都有一部分给出了解决日常问题的小贴士,或是当前发展研究或研究问题在生活中的具体应用。例如,我们讨论了媒体教育节目对于婴儿认知发展的影响以及荷尔蒙替代疗法的优点和缺点。

发展的多样性 每章至少设有一个“发展的多样性”专栏。专栏主要关注与当今多元文化社会有关的问题。例如,“发展的多样性”讨论了全世界范围内的学前教育、同性恋关系、针对弱势群体的香烟销售问题以及平均寿命的种族和性别差异等。

发展心理学知识的运用 每章都包括发展研究者研究成果的实例应用。例如,本书提供了关于如何鼓励儿童在体能上变得更加活跃;如何帮助可能寻求自杀的问题青少年以及如何有一个愉快的退休生活的具体信息。

自我检查、复习和应用于毕生发展 本书每一节都被分成若干部分,每部分的结尾都是一系列与章节内容相关的问题(在“我的发展实验室”中也可以找到)、章节主要内容的简短概括以及章节内容如何应用到现实生活中。

从一个……的视角看问题 学生们在阅读的过程中会非常频繁地接触到很多从职业的角度来思考的问题,包括教育工作者、保健工作者、社会工作者以及医务人员。

关键术语 关键术语在章末集中列举。

篇尾材料 在每章的结尾，根据生理发展、认知发展、社会性和人格发展三个领域对开场白中涉及的内容进行再次归纳和说明。

最后，我对本书感到非常满意和喜爱。我相信它的篇幅、结构以及内容的整合度能够帮助学生们高效率地学习书中的材料。同时，我希望本书能够激发和维持学生们对毕生发展心理学的兴趣，使他们用发展心理学的眼光看待这个世界，对于发展过程中的关键问题也能够有他们自己的理解，了解毕生发展心理学是如何对他们自己以及其他人的生活产生深远影响的。

2.2 婴儿期的认知发展 / 100

2.2.1 电视保姆 / 100

2.2.2 皮亚杰的认知发展理论 / 101

2.2.3 认知发展的信息加工理论 / 106

2.2.4 语言的根源 / 112

2.3 婴儿期的社会性和人格发展 / 120

2.3.1 帽子搭扣的故事 / 120

2.3.2 社交能力形成的根源 / 121

2.3.3 关系的形成 / 125

2.3.4 婴儿的个体差异 / 129

3

第3章 学前期 / 140

3.1 学前期的生理发展 / 141

3.1.1 亚伦 / 141

3.1.2 发育中的身体 / 142

3.1.3 发育中的大脑 / 145

3.1.4 运动发展 / 146

3.2 学前期的认知发展 / 149

3.2.1 山姆和吉尔 / 149

3.2.2 皮亚杰的观点 / 149

3.2.3 认知加工的信息加工和维果斯基的观点 / 153

3.2.4 语言和学习的发展 / 158

3.3 学前期的社会性和人格发展 / 164

3.3.1 感觉母亲的痛苦 / 164

3.3.2 形成自我意识 / 165

3.3.3 朋友和家庭：学龄前儿童的社会生活 / 169

3.3.4 道德发展和攻击行为 / 178

4

第4章 儿童中期 / 187

4.1 儿童中期的生理发展 / 189

4.1.1 击球员就位 / 189

4.1.2 身体的发展 / 189

4.1.3 运动发展和安全 / 192

4.1.4 具有特殊需要的儿童 / 196



4.2 儿童中期的认知发展 / 200

4.2.1 拉-托亚和《女巫》/ 200

4.2.2 智力和语言的发展 / 201

4.2.3 学校教育：儿童中期的三个 R（以及更多）/ 207

4.2.4 智力：决定个体的实力 / 212

4.3 儿童中期的社会性和人格发展 / 222

4.3.1 游戏时间 / 222

4.3.2 发展中的自我 / 222

4.3.3 关系：儿童中期友谊的建立 / 229

4.3.4 儿童中期的家庭生活 / 235

5

第5章 青春期 / 244

5.1 青春期的生理发展 / 246

5.1.1 少年的一天 / 246

5.1.2 生理的成熟 / 246

5.1.3 对青少年幸福的威胁 / 254

5.2 青春期认知发展 / 260

5.2.1 克服障碍 / 260

5.2.2 认知发展 / 261

5.2.3 学校表现 / 266

5.3 青春期的社会性和人格发展 / 270

5.3.1 青少年三人组 / 270

5.3.2 同一性：“我是谁” / 270

5.3.3 关系：家庭和朋友 / 280

5.3.4 约会、性行为和青少年怀孕 / 288



6

第6章 成年早期 / 297

6.1 成年早期的生理发展 / 299

6.1.1 国际象棋比赛 / 299

6.1.2 生理发展 / 299

6.1.3 生理局限和挑战 / 303

6.1.4 压力与应对：处理生活中的挑战 / 305

6.2 成年早期的认知发展 / 309

6.2.1 两位学生的故事 / 309

6.2.2 认知发展 / 310



6.2.3 智力：在成年早期重要吗 / 312

6.2.4 大学：追求高等教育 / 316

6.3 成年早期的社会性和人格发展 / 322

6.3.1 没有国界的爱 / 322

6.3.2 关系的推进：成年早期的亲密关系、喜欢和爱 / 323

6.3.3 关系的进程 / 332

6.3.4 工作：选择和开始职业生涯 / 339

7 第7章 成年中期 / 347

7.1 成年中期的生理发展 / 349

7.1.1 健康的生活 / 349

7.1.2 生理发展 / 350

7.1.3 成年中期的性生活 / 353

7.1.4 健康 / 357

7.2 成年中期的认知发展 / 363

7.2.1 使用她的王牌 / 363

7.2.2 认知发展 / 364

7.2.3 记忆 / 367

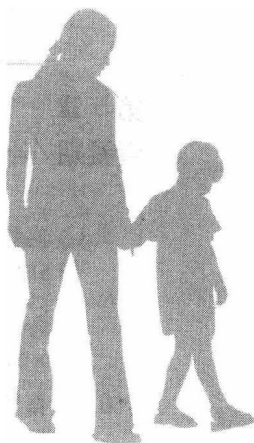
7.3 成年中期的社会性和人格发展 / 369

7.3.1 从拳击手到诗歌教授 / 369

7.3.2 人格发展 / 370

7.3.3 亲密关系：中年时期的家庭 / 375

7.3.4 工作和休闲 / 384



8 第8章 成年晚期 / 391

8.1 成年晚期的生理发展 / 393

8.1.1 在成年晚期骑自行车 / 393

8.1.2 成年晚期的生理发展 / 394

8.1.3 成年晚期的健康和幸福感 / 401

8.2 成年晚期的认知发展 / 410

8.2.1 不要批评老年人 / 410

8.2.2 智力 / 410

8.2.3 记忆 / 413



8.3 成年晚期的社会性和人格发展 / 416

- 8.3.1 迟来的爱 / 416
- 8.3.2 人格发展和成功老化 / 416
- 8.3.3 成年晚期的日常生活 / 424
- 8.3.4 关系：年老的和年轻的 / 430

9 第9章 死亡和临终 / 440

9.1 生命的死亡和临终 / 442

- 9.1.1 选择死亡 / 442
- 9.1.2 定义死亡：如何判定生命的结束 / 442
- 9.1.3 生命历程中的死亡：原因和反应 / 443
- 9.1.4 死亡教育：可以让我们准备好了吗 / 447

9.2 面对死亡 / 448

- 9.2.1 决定告别世界 / 448
- 9.2.2 临终过程：迈向死亡的步骤 / 449
- 9.2.3 选择自然死亡：DNR 是否为正确的抉择 / 451
- 9.2.4 临终关怀：死亡的地点 / 453

9.3 丧失亲人与悲痛 / 455

- 9.3.1 面对空虚 / 455
- 9.3.2 服丧与葬礼：最终的仪式 / 455
- 9.3.3 丧亲与悲痛：适应至亲的亡故 / 456

译者后记 / 461

参考文献^①

^① 请见华章网站：www.hzbook.com。

Looking AHEAD >> >>

雷切尔生产的日期临近，她与丈夫杰克一直在想着即将成为父母的人们通常会想的问题。他们在猜自己将有一个女儿，还是会有第二个儿子。他们谈论儿子或女儿可能的长相；猜测孩子的气质、智力甚至可能的职业；庆幸自己搬到了一个舒适的社区，这里有很好的公立学校，会举行丰富的活动，以及有很多可以让儿童安全玩耍的地方。

几个月之后，雷切尔的子宫在凌晨4点开始收缩，她叫醒杰克，让他开车送她到医院。她很满意自己选择了助产师，而不是像第一次那样选择产科医生。上次分娩持续了31个小时，伴随着无法描述的疼痛。有助产师的帮助，雷切尔相信这次分娩过程会顺利很多。

雷切尔非常开心自己在怀孕期间没有什么并发症。她的朋友珍妮特也在怀孕，正在经历非常痛苦的阶段：她的血压很高，妊娠最后2个月必须躺在床上。

在医院，雷切尔在整个宫缩期都在走动，每次收缩最厉害的时候疼得她不得不停下来倚靠墙壁，直到助产师到来。分娩开始4小时后，助产师说婴儿就要娩出了，雷切尔选择前倾跪式将她的女儿爱娃娩出，而不是像第一次一样选择必须使用氧气的平躺式。当婴儿被清洗干净放入杰克的臂弯时，雷切尔请护士给她一些水。这时，爱娃将她的头转向了母亲。杰克说：“看，雷切尔，她认出了你的声音。”

毕生发展是一个多样且不断成长的领域，它有着广泛的关注点和应用性。它包含了个体从出生到死亡的整个过程，考察人们的生理、智力和社会性发展。它对在整个生命过程中人们如何发生变化或保持不变提出问题，并试图给出答案。

发展心理学家提出的很多问题，实质上是父母提出的有关孩子和自己问题的科学家版本：父母的遗传因素怎样影响孩子；儿童怎样学习；他们为什么做出这样的选择；人格特质是否是遗传的，它会随时间变化还是长期稳定；富于刺激的环境如何影响发展；等等。为了寻找答案，发展心理学家会使用高度结构化、正规的科学方法，而父母大多使用非正规的做法来等待、观察、卷入并爱着他们的孩子。

本章中，我们将介绍毕生发展的领域。我们首先讨论这个领域的范围，既包括所跨越的年龄阶段，也包括涉及的主题，并且运用主要的理论观点来考察这些主题。我们也会描述科学方法的关键特征，科学家回答他们感兴趣问题的主要方法。

接下来，我们从概念这个逻辑起点开始探索毕生发展的旅程。我们讨论遗传以及遗传信息从父母传递给子女的方式。我们介绍发展心理学家非常重视的一个主题：遗传和环境（先天和后天）在个体成长过程中的相互作用。

本章的最后是一个关于分娩过程的讨论，包括妇女体验分娩的方式以及父母在儿童出生前和出生时的可选择性。我们了解一些可能影响分娩的并发症，包括早产或晚产。最后，我们讨论新生儿一出生时就拥有的能力，比如当母亲要一杯水时，婴儿可以识别母亲的声音。



1.1 开端

1.1.1 新的孕育

如果你的一生中，别人对你的看法都会受到你所经历的孕育方式的影响，会怎样呢？

路易斯·布朗在一定程度上就是这样。她是世界上第一个试管婴儿，是母亲的卵子和父亲的精子在体外受精（IVF）而诞生的。

路易斯在上学前从父母那儿得知自己是如何被孕育的。在整个童年，她被各种问题轰炸。向她的同学解释自己不是在实验室出生的已经成了她的日常事务。

作为一个孩子，路易斯有时候感觉完全被孤立，但随着她的长大，她的孤独感逐渐下降，因为越来越多的儿童通过这种方式诞生。

事实上，现在路易斯一点都不孤独，超过150 000个婴儿是以这种方式诞生的，这几乎已经成为一种常规方式。路易斯在28岁的时候自己成为了母亲，采用传统的方式生了一个男婴，取名卡梅隆（Moreton, 2007）。



路易斯·布朗的孕育过程也许十分新异，但她从那时起的发展一直遵循着常规模式。虽然我们的发展细节有所不同，但在28年前试管中给她设定的大的进程都与我们的（包括Shaquille O'Neal, Donald Trump, 还有英国女王）相类似，即所有人都经历的毕生发展的过程。

路易斯·布朗的孕育只是美丽新世界中的一页，影响人类发展的因素有很多，包括克隆、贫穷，还有AIDS的预防。它们背后存在更基本的

问题：我们的生理发展过程是怎样的？整个生命进程中，我们对世界的理解如何变化？毕生发展过程中，我们的人格和社会关系如何发展？

这些问题以及很多其他问题都是毕生发展的核心。这个领域涉及大跨度的时间和广泛的研究范围。思考一下不同专家可能关注路易斯·布朗的兴趣焦点。

1) 探索行为之生物过程的毕生发展研究者可能关注路易斯出生前的机能是否会受到其在体外受精的影响。

2) 研究遗传的毕生发展专家可能考察路易斯父母的遗传基因如何影响其日后的行为。

3) 研究思维过程的毕生发展专家会考察随着路易斯年龄的增长，她对于自己受孕本质的理解会如何变化。

4) 关注生理发育的毕生发展研究者可能思考她的生长速度是否会和其他传统方式受孕的儿童不同。

5) 特别关注社会生活和社会关系的毕生发展专家可能会着眼于路易斯与他人互动的方式，及其发展的友谊类型。

尽管兴趣不同，但这些专家都共同关注着一个问题：理解生命过程中的发展和变化。发展心理学家采用多种不同的角度，研究父母的生物遗传和我们生活的环境对我们将来行为、人格和潜能的影响。

无论着眼于遗传还是环境，所有的发展心理学家都承认，二者都无法单独说明人类发展的整个过程。相反，我们必须考察遗传和环境的交互作用，尝试领会这两者如何共同影响人类行为。

本节，我们将围绕毕生发展的领域展开讨论。首先是讨论这一领域的范围，呈现所涉及的广泛主题以及考察的整个年龄范围；其次我们以一个更广阔的视角看待发展，考察这个领域的关键问题及存在争论的地方；最后我们讨论发展心理学家是如何用研究来提出和回答问题的。

1.1.2 毕生发展的取向

你是否曾经感叹婴儿如何用他完美的小手

紧紧抓住你的手指？或者惊讶于学龄前儿童如何有条不紊地画画？你是否感慨青少年如何可以做出很好的决策来决定邀请谁参加聚会，或解决下载音乐文件的道德标准？或者一个中年政客怎样做到凭记忆进行一场完美的长篇演讲？又有没有想过是什么使得 80 岁的爷爷和他在 40 岁当父亲的时候很像？

如果你曾经产生过类似的疑问，你就是在运用毕生发展领域科学家的角度来提出问题。**毕生发展**（lifespan development）是研究个体在生命历程中行为的发展、变化和稳定性的模式。

毕生发展采用科学的方法研究成长、变化和稳定性。正如其他科学领域的成员一样，毕生发展研究者通过应用科学方法来检验他们的假设，他们建立和发展理论，使用科学技术和方法学来系统验证其假设的正确性。

毕生发展关注人类发展。虽然一些发展心理学家研究非人类物种，但绝大多数在研究人类。一些人试图理解发展的普遍原则：一些人关注文化、种族和民族差异对发展的影响，还有一些人试图理解特质和性格的个体差异。尽管研究方法不同，所有发展心理学家都将毕生发展看做是贯穿一生的连续过程。

发展心理学家关注毕生发展过程中的变化，也会考虑稳定性。他们探讨在什么领域，什么阶段，人们会表现出变化和发展；以及在什么时候，人们的行为会怎样与先前行为保持一致和连续性。

最后，发展心理学家们假设：发展的过程从受孕开始一直持续到生命的结束，在一些方面随时间发生改变，在另一些方面保持稳定。他们认为不存在一个单一的生命阶段掌控着所有发展过程，而是每一个阶段的发展和变化都

贯穿个体的一生。

1. 描述毕生发展：领域的界定

很显然，毕生发展的定义很广泛、领域很大。通常毕生发展专家会涉及一些不同领域，选择特定的一个主题和年龄范围。

（1）**毕生发展的主题**。一些发展心理学家关注**生理发展**（physical development），考察身体各部分的发展，比如大脑、神经系统、肌肉和感官以及发展中所需的饮食和睡眠，如何决定行为。例如，关注生理发展的专家可能会考虑营养不良对儿童成长速度的影响，另一个专家可能考察运动员的身体素质在成年期如何下降。

还有发展专家考察**认知发展**（cognitive development），试图理解智力的发展和变化怎样影响个体行为。认知发展心理学家考察学习、记忆、问题解决和智力。例如，认知发展专家可能想知道问题解决能力在整个生命进程中如何变化，或者人们解释学业成功和失败的方式是否存在文化差异，或者生命早期的创伤性事件在以后的生活中是怎样进行记忆的。

最后，一些发展专家关注**人格和社会性发展**（personality development）研究的是毕生发展过程中区别两个个体的持久特征。**社会性发展**（social development）则考察毕生发展过程中个体与他人互动以及他们的社会关系发展、变化和保持稳定的方式。对人格发展感兴趣的发展心理学家可能会提问是否存在毕生稳定、持续的人格特质，而社会性发展专家可能考察种族偏见、贫穷或离婚对发展的影响。这三个主要的主题领域，生理、认知、社会性和人格发展，总结于表 1-1 中。

表 1-1 毕生发展的研究取向

方向	定义特征	问题举例
生理发展	关注大脑、神经系统、肌肉、感官能力以及对饮食和睡眠的需求怎样影响行为	• 什么决定儿童的性别？（1.2） • 早产的长期影响结果是什么？（1.3） • 母乳喂养的好处是什么？（2.1） • 性成熟过早或过晚的后果是什么？（5.1） • 什么导致了成年期的肥胖？（6.1） • 成人怎样应对压力？（7.1） • 老化的外部和内部标志是什么？（8.1） • 我们怎样定义死亡？（9.1）

(续)

方向	定义特征	问题举例
认知发展	关注智能, 包括学习、记忆、问题解决和智力	• 婴儿期能够被回忆起的最早记忆是些什么内容? (2.2) • 看电视将如何影响智力? (3.2) • 音乐练习与空间推理能力有关系吗? (3.2) • 双语是否有益于发展? (4.2) • 青少年自我中心怎样影响其看待世界的观点? (5.2) • 智力是否存在种族和民族差异? (4.2) • 智力和创造性之间存在怎样的关系? (6.2) • 智力是否会在成年晚期衰退? (8.2)
人格与社会性发展	关注个体特有的持久特征以及个体怎样与他人互动, 和社会关系的毕生发展与变化	• 新生儿对母亲的回应会与其他人的不同吗? (1.3) • 教养儿童的最佳过程是什么? (3.3) • 性别认同感何时发展出来? (3.3) • 怎样促进跨种族的友谊? (4.3) • 青少年自杀的原因是什么? (5.3) • 如何选择浪漫关系的另一半? (6.3) • 父母离异的影响会持续到老年阶段吗? (8.3) • 成年晚期会在他人面前表现退缩吗? (8.3) • 面临死亡时的情绪是怎样的? (9.1)

注: 括号中的数字是说明该问题的章节。

(2) 年龄范围与个体差异。除了选择一个特定主题领域外, 发展心理学家还会关注一个特定年龄范围。毕生发展通常分为几个大致的年龄阶段: 出生前 (从受孕到出生); 婴儿和学步期 (出生到3岁); 学前期 (3~6岁); 儿童中期 (6~12岁); 青春期 (12~20岁); 成年早期 (20~40岁); 成年中期 (40~65岁); 成年晚期 (65岁到死亡)。

我们需要谨记: 这些阶段是社会建构的。社会建构是一个关于现实的共享观念, 它被广泛接受, 但却反映了特定时期的社会和文化功能。因此, 一个阶段的年龄范围, 甚至这个阶段本身, 在很多方面都是主观和源于文化的。例如, 在17世纪之前, 作为特定阶段的儿童期这个概念不存在, 儿童被简单看做是小孩子。此外, 一些阶段有清晰的界限 (婴儿期开始于出生, 学龄前阶段结束于进入小学时, 青春期开始于性成熟), 另一些阶段则没有明确界限。

以成年早期为例, 至少在西方文化下, 这一阶段被假定从20岁开始。而这个年龄之所以引人关注, 只是因为它象征着“十几岁”阶段的结束。事实上, 对于很多人来讲, 19~20岁的年龄变化并没有太重要的意义, 例如对于那些接受高等教育的群体来讲, 它只是大

学生涯的中间一年。对于他们而言, 更多变化可能出现在他们22岁左右离开大学的时候。此外, 一些文化下成年期开始得更早一些, 当儿童开始全职工作时就意味着成年了。



这两个印度儿童的婚礼是一个例子, 说明环境因素在决定特定行为出现的年龄时会有非常显著的作用。

总之，生命的时间进程存在明显的个体差异。一方面，这是由生物因素引起的：人们成熟的速率不同，在不同时间点达到发展的里程碑。此外，环境因素也有重要作用，例如，结婚时间在不同文化下差异很大，取决于婚姻所发挥的功能。

(3) **主题与年龄之间的联系。**毕生发展的每一个主题领域，生理、认知、社会性和人格发展，在整个发展过程中都发挥作用。因

此，一些发展心理学家可能关注出生前期的生理发展，另一些人关注青春期。一些可能特别关注学龄前阶段的社会性发展，而另一些关注成年晚期的社会关系。还有人可能用更普遍的方法，考察生命各个阶段的认知发展。

本书中，我们将采用综合的方法，按照从出生前到成年晚期到死亡的时间顺序，在每个阶段，我们将考察生理、认知、社会性和人格发展。

发展的多样性

文化、种族和民族影响发展

中美洲玛雅文化下的母亲认为，自己与婴儿之间的不断接触是良好的养育所不可缺少的一部分，当不能与婴儿接触时，他们会很难过。她们看到北美母亲将婴儿放下时会很震惊，将婴儿的哭泣归咎于北美母亲们养育的失职 (Morelli et al., 1992)。

这段话中描述的两种养育观点，我们应该如何看待？一个正确，另一个错误？如果我们考虑文化因素，就会发现可能并不是这样。不同的文化和亚文化对于抚养儿童的恰当与否都有自己的观点，正如他们对儿童有着不同的发展目标一样 (Greenfield, 1997; Haight, 2002; Tolchinsky, 2003; Feldman & Masalha, 2007)。

很明显，要了解发展过程，发展心理学家必须考虑广泛的文化因素，例如个体主义或集体主义取向、民族特点、种族、社会经济和性别差异。充分考虑文化因素，不仅可以更好地理解人类发展，还能更精确地将其应用于改善人类的社会环境。

为了研究复杂多样的人群，种族和民族的术语经常会被不恰当地使用。种族是一个生物学概念，基于人种的生理和结构特征来进行分类。相反，民族群体和民族划分更广泛，是基于文化背景、国籍和语言来划分的。

种族的概念已被证明很有问题，它被不恰当地赋予了诸如肤色、宗教和文化等非生物含义。此外，种族作为一个概念来讲非常不准确，根据不同定义，可以有3~30个种族，但其中没有一个是可以在遗传上清楚区分的。而99.9%的基因组成在所有人类群体中都是相同的这一事实，也使得种族问题显得没什么意义了 (Bamshad & Olson, 2003; Helms, Jernigan, & Mascher, 2005; Smedley & Smedley, 2005)。

为了全面理解发展过程，我们需要考虑与人类多样性相联系的复杂主题。事实上，只有通过发现不同民族文化和种族群体的相似性和差异性，发展心理学家才可以将发展的普遍原则和文化决定的发展区分开来。毕生发展将不断从主要针对北美和欧洲国家个体发展转向关注全球个体的发展 (Bamshad et al., 2003; Fowers & Davidov, 2006; Matsuoto & Yoo, 2006)。

2. 发展的同辈效应：在社会生活中与他人共同成长

鲍勃，生于1947年，是“婴儿潮”时期诞生的一员。当时第二次世界大战结束后不久，战后回归的士兵导致了极高的出生率。鲍勃的青春期处于民权运动的鼎盛阶段，也是反对越南战争开始的时候。他的妈妈莉亚生于1922年，她们那一代人童年和青少年时期是

在经济大萧条的阴影中度过的。鲍勃的儿子乔恩出生在1975年，现在开始找工作和建立家庭，他是所谓的X一代的一员。乔恩的妹妹生于1982年，则属于下一代了，社会学家称为新千年的一代。

这些人在某种程度上，是他们所处社会时代的产物。每个人都属于一个特定的同辈群体 (cohort)，也就是生于同一时代相同地域的人类群体。一些主要的社会事件，例

如战争、经济复苏和萧条、饥荒、流行病（如 AIDS）等，会对特定同辈群体的成员产生相似的影响（Mitchell, 2002; Dittmann, 2005）。

同辈效应是历史方面影响的一个例子，即生物和环境的影响与一个特定的历史时期相联

系。例如，“9·11”恐怖袭击世贸中心时，住在纽约的人们共同经历了生物和环境上的挑战（Bonanno, Galea, & Bucciarelli, 2006; Laugharne, Janca, & Widiger, 2007）。事实上，恐怖主义幽灵对于当今美国的所有人是一个共同的历史方面的影响。

从一个教育工作者的视角看问题



同辈效应是怎样影响了学生对学校生活的准备？例如，与网络出现之前的那一代相比，网络使用成为习惯的这一辈有些什么优势和不足？

相反，年龄方面的影响是指无论个体出生于何时何地，当个体处于特定年龄阶段时受到相似的生物和环境的影响。例如，青春期和绝经期等生物事件在所有的社会中都基本在同一年龄阶段发生。同样，像开始接受正规教育等社会文化事件也被认为是年龄方面影响，因为在大多数文化下它都是在个体 6 岁左右时发生。

发展也受到社会文化影响的作用，对于特定个体，社会和文化因素出现于特定时间，这取决于民族、社会阶层和所属亚文化等变量。例如，对于一个生活富裕的白种儿童来讲，他受到的社会文化影响和一名贫困的少数族裔儿童是不同的（Rose et al., 2003）。

1.1.3 关键问题：决定毕生发展的先天与后天因素

毕生发展是一个长达几十年的旅程，每个人在这个旅途中都会经历一些共同的里程碑。对于探索这个领域的发展心理学家来说，毕生发展的广阔领域引出了很多问题。考察个体由生至死所经历巨大变化的最佳途径是什么？是否存在清晰明确的发展时间表？如何找到发展的普遍模式？

虽然人们对人类发展性质和轨迹问题的热衷可以追溯到古埃及和古希腊，但直到 19 世纪末 20 世纪初，毕生发展才被作为一个独立的研究领域。从那时开始，人们对于上述问题的争论就不曾停止过。

1. 连续变化与阶段性变化

挑战发展心理学家的首要问题之一是：发展过程究竟是连续的，还是阶段性的。在连续变化（continuous change）中，发展是一个渐进的过程，每个水平的成就都建立在之前水平的基础上。连续变化是量的变化，推动发展过程的机制在毕生发展过程中都保持不变。因此，连续变化所产生的是程度上的变化，而不是性质上的变化。例如，人们体重的变化是连续的。一些理论家认为人们思维能力的变化也是连续的、逐渐提高的变化，而不是发展出全新的认知加工能力。

相反，另一些人将发展视为阶段性变化（discontinuous change），变化发生在截然不同的阶段中。每个阶段和变化带来的行为都与先前阶段的行为存在本质差异。让我们重新考虑一下认知发展的过程，一些发展心理学家认为个体的思维在发展过程中发生了本质上的变化，这不是量的变化，而是质的改变。

大多数发展心理学家都认为，对于连续和阶段性的问题只考虑一个极端是不合适的。很多类型的发展变化是连续的，很明显，也有很多是阶段性的（Flavell, 1994; Heimann, 2003）。

2. 关键期与敏感期：考察环境的影响

如果一个怀孕 11 周的妇女患上风疹（德国麻疹），她所生的孩子很可能有严重问题：