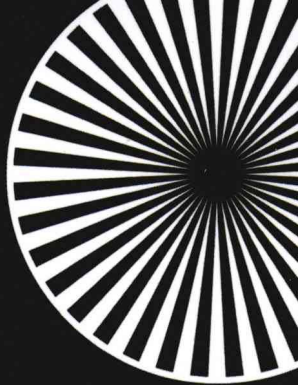


21世纪心理学系列教材
中国人民大学心理研究所组织编写

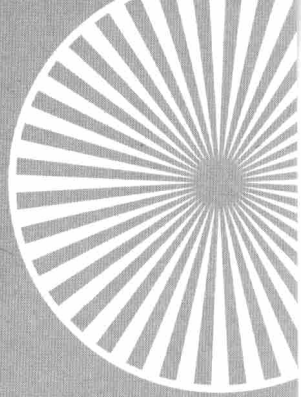


发展心理学

雷 雳 著

 中国人民大学出版社

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

雷雳 著

中国人民大学出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

发展心理学/雷雳著

北京: 中国人民大学出版社, 2009

(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)

ISBN 978-7-300-10633-5

I. 发…

II. 雷…

III. 发展心理学-高等学校-教材

IV. B844

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 065864 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

雷雳 著

出版发行	中国人民大学出版社	邮政编码	100080
社 址	北京中关村大街 31 号	电 话	010-62511398 (质管部)
			010-62514148 (门市部)
			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	涿州星河印刷有限公司		
规 格	170 mm×228 mm 16 开本	版 次	2009 年 6 月第 1 版
印 张	27.75 插页 1	印 次	2009 年 6 月第 1 次印刷
字 数	509 000	定 价	39.80 元

版权所有 侵权必究 印装差错 负责调换

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

2 发展心理学

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

前 言

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，对自己的过去能“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，虽然它们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”，成功年轻化，“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

2 发展心理学

人称道的理论建树。这些新进展使我们能够更真切地看到整个人生历程。

这本书得以写成，有很多人需要感谢。

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，我才有机会在现在认真构思和勉力完成这一本《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
于静候 2009 年之际

第一章 绪论 → 1

第一节 发展心理学概述 → 2

- 一、发展心理学研究起源 → 2
- 二、发展的领域及其变化与稳定性 → 6
- 三、发展的阶段 → 8
- 四、个体发展的影响因素 → 12

第二节 研究个体发展的方法 → 14

- 一、一般研究的设计 → 15
- 二、发展研究的设计 → 18
- 三、不同研究结果的整合 → 22
- 四、研究中的伦理道德问题 → 23

第二章 发展心理学理论观 → 27

第一节 毕生发展的基本理论问题 → 27

- 一、先天与教养的关系 → 28
- 二、发展的主动性与被动性 → 29
- 三、发展的连续性与阶段性 → 29

第二节 精神分析观 → 30

- 一、弗洛伊德的理论 → 30
- 二、埃里克森的理论 → 32

第三节 学习观 → 33

- 一、行为主义 → 34

2 发展心理学

- 二、社会学习理论 → 35
- 第四节 认知发展观 → 37
 - 一、皮亚杰的理论 → 37
 - 二、信息加工理论 → 38
- 第五节 进化观 → 40
 - 一、习性学与进化发展心理学 → 40
 - 二、依恋理论 → 41
- 第六节 背景观 → 43
 - 一、维果茨基的理论 → 43
 - 二、朱智贤的发展观 → 44
 - 三、生态系统理论 → 46
 - 四、能力—环境压力理论 → 48
- 第七节 毕生发展观 → 49
 - 一、生命全程观 → 49
 - 二、生命过程观 → 52

■ 第三章 生命的开始 → 59

- 第一节 胎儿期 → 59
 - 一、受孕与胎儿发展 → 59
 - 二、遗传机制 → 62
 - 三、胎儿发展的影响因素 → 67
- 第二节 新生儿 → 72
 - 一、分娩过程及分娩方法 → 72
 - 二、新生儿的发展 → 74

■ 第四章 婴儿期的发展 → 81

- 第一节 婴儿期的身体发展 → 82
 - 一、身体发育 → 82
 - 二、神经系统的发展 → 84
 - 三、运动技能的发展 → 86
 - 四、知觉的发展 → 90

- 第二节 婴儿期的认知及语言发展 → 92
 - 一、婴儿期的认知发展 → 92
 - 二、婴儿期的语言发展 → 100
- 第三节 婴儿期心理社会性的发展 → 107
 - 一、婴儿期的心理社会性任务 → 107
 - 二、婴儿期的气质 → 109
 - 三、婴儿期的情绪发展 → 112
 - 四、婴儿期的依恋 → 115
 - 五、婴儿期的自我 → 120

■ 第五章 幼儿期的发展 → 125

- 第一节 幼儿期的身体发展 → 126
 - 一、幼儿期的身体发育 → 126
 - 二、幼儿期的大脑发育 → 126
 - 三、幼儿期的运动技能 → 128
- 第二节 幼儿期的认知及语言发展 → 130
 - 一、幼儿期的认知发展 → 130
 - 二、幼儿期的语言发展 → 140
- 第三节 幼儿期的心理社会性发展 → 142
 - 一、幼儿期的心理社会性任务 → 142
 - 二、幼儿期的自我发展 → 143
 - 三、幼儿期的情绪发展 → 145
 - 四、幼儿期的心理性别 → 149
 - 五、幼儿期的父母教养方式 → 152
 - 六、幼儿期的游戏 → 156
 - 七、幼儿期的同伴关系 → 161

■ 第六章 学龄儿童期的发展 → 166

- 第一节 学龄儿童期的身体和认知发展 → 167
 - 一、学龄儿童期的身体发展 → 167
 - 二、学龄儿童期的认知发展 → 170
 - 三、认知发展的个体差异 → 175

4 发展心理学

四、学习成为主导活动 → 181

第二节 学龄儿童期的心理社会性发展 → 183

一、学龄儿童期的心理社会性任务 → 183

二、学龄儿童期的自我发展 → 184

三、学龄儿童期的情绪发展 → 186

四、学龄儿童期的心理性别 → 188

五、对他人的理解 → 191

六、学龄儿童期的道德发展 → 193

七、学龄儿童期的家庭关系 → 196

八、学龄儿童期的同伴关系 → 200

第七章 青少年期的发展 → 206

第一节 青少年期的身体和认知发展 → 207

一、青春期的身体发育 → 207

二、青春期发育的心理适应 → 210

三、青少年的身体映像 → 214

四、青少年期的认知发展 → 217

五、青少年的自我中心思维 → 220

六、青少年的学习 → 223

第二节 青少年期的心理社会性发展 → 225

一、青少年期的心理社会性任务 → 225

二、青少年期的自我发展 → 226

三、青少年期的情绪发展 → 228

四、青少年期的心理性别 → 232

五、青少年期的道德发展 → 234

六、青少年期的亲子关系 → 236

七、青少年期的同伴关系 → 240

八、青少年期的问题行为 → 245

第八章 青年期的发展 → 252

第一节 青年期的身体和认知发展 → 253

一、青年期的身体发展 → 253

- 二、青年期的运动能力 → 257
- 三、青年期的认知发展 → 258
- 四、情绪智力 → 260
- 五、大学的学习生活 → 262
- 第二节 青年期的心理社会性发展 → 265
 - 一、青年期的心理社会性任务 → 265
 - 二、青年期的生活季节 → 265
 - 三、青年期的社会时钟 → 267
 - 四、青年期的友谊 → 269
 - 五、青年期的爱情 → 272
 - 六、青年期的婚姻与家庭 → 277
 - 七、青年期的职业选择 → 284

■ 第九章 中年期的发展 → 295

- 第一节 中年期的身体与认知发展 → 296
 - 一、中年期的身体变化 → 296
 - 二、健康与压力 → 299
 - 三、中年期的智力发展 → 301
 - 四、专业技能的发展 → 302
- 第二节 中年期的心理社会性发展 → 303
 - 一、中年期的心理社会性任务 → 303
 - 二、生活故事模型 → 304
 - 三、生活季节与生活适应 → 307
 - 四、人格特质的个别差异 → 309
 - 五、中年期的家庭生活 → 311
 - 六、工作及其平衡 → 315
 - 七、休闲活动 → 321

■ 第十章 老年期的发展 → 326

- 第一节 老年期的身体与认知发展 → 327
 - 一、老年期的身体变化 → 327
 - 二、衰老的原因 → 329

6 发展心理学

三、寿命及其相关因素 → 332

四、老年人的智力 → 333

五、老年人的记忆 → 335

六、老年人与智慧 → 336

第二节 老年期的心理社会性发展 → 338

一、老年期的心理社会性任务 → 338

二、老龄化的过程 → 339

三、退休生活的适应 → 342

四、老年期的婚姻与家庭 → 344

五、老年人的友谊 → 348

第十一章 生命的尾声 → 352

第一节 对死亡的界定与理解 → 352

一、对死亡的界定 → 352

二、对死亡的理解 → 354

第二节 面对死亡 → 356

一、面对自己的死亡 → 356

二、面对亲人的死亡 → 358

参考文献 → 366

→ 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的各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，而是把他们看成是“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，人们花费大量的金钱照料自己的幼子，让他们受教育，在他们长大成人之前不会让他们承担成人期的全部责任。然而，过去的人们并不把儿童和青少年时期看成是一个非常特殊和敏感的时期，在这种观念改变之后，对儿童和个体发展过程的研究才算是真正地开始了。

（一）旧时代的儿童观

在人类历史的早期，儿童几乎没有任何的权利，长者们并不会认为他们的生命有什么价值。比如，考古研究就发现，古代的迦太基人就常常把儿童作为宗教祭祀品而杀死，并把他们嵌在建筑物的墙内以“加固”这些结构（Bjorklund & Bjorklund, 1992）。直到公元4世纪，罗马人的父母在法律上也有权利杀死他们的畸形儿、私生子，或者其他他们不想要的孩子。这种主动杀死婴儿的行为被列为非法之后，长者们常常把那些不想要的孩子遗弃在荒郊野外，任其死去，或者在孩子长到儿童中期时把他们卖作仆人或性奴（deMause, 1974）。按今天的标准看，甚至那些留下来的孩子也常常被粗暴地对待。比如，在斯巴达城邦的男孩就要接受严格的训练，完成严酷的任务以服务于军事国家。在婴儿时期，他们就得洗冷水澡以变得“坚韧”。七岁时，斯巴达男孩就被带离家庭，住到公共军营里，在那里他们常常被殴打，食不果腹，被灌输他们必须成为出色战士的纪律。

尽管并不是所有的早期社会都像迦太基人、罗马人和斯巴达人一样粗暴地对待他们的孩子，然而公元后的几个世纪内，儿童都被看成是没有任何权利的家庭财产（Hart, 1991），父母可以随心所欲地剥削孩子。事实上，直到公元12世

纪，基督教欧洲的世俗法律才把杀婴等同于谋杀。

从中世纪的文献和油画中可以看到，在1600年以前，欧洲几乎没有儿童期的概念。中世纪的儿童不会得到今天的孩子这样的溺爱。他们穿戴的是微缩版的成人服饰，在艺术品中可以看到他们和成人一起在商店或者农田中工作，或者和成人一起在晚会上饮酒作乐。中世纪的法律除了对非常年幼的儿童免罪以外，对待儿童期和成人期的违法犯罪则一般没有区别。

但是中世纪的儿童可能并非真的是被看成是微缩版的小成人。研究表明，那时的儿童期被认为是人生的一个特殊阶段，儿童也被认为有着不同于成人的需要。中世纪儿童的经验显然不同于今天的儿童，他们每天从事的经济活动与今天成人的工作非常接近。然而，如果认为中世纪社会绝对没有儿童期概念、他们只是把儿童看成是微缩版的成年人，肯定是有失偏颇的（Cunningham, 1996）。

（二）现代的儿童观

1. 哲学思想林立

在17、18世纪，人们对待儿童及养育儿童的态度开始发生变化。那时的宗教领袖强调，儿童是无辜的、无助的灵魂，应该保护他们免受成年人野蛮而粗鲁的行为的伤害。达到这一目的的方法之一就是送他们去学校。尽管学校教育的初始目的是提供恰当的道德和宗教教育，但是，这时大家认为教授阅读和写作这样的重要技能可以把这些无辜者转化为仆人和工人，能够为社会提供良好的劳动力。尽管儿童仍然被看成是家庭财产，但是这时人们并不鼓励父母虐待他们自己的儿女，而是鼓励他们对孩子更加温和慈爱。

这一时期对待儿童的态度发生如此巨大的变化，可能是由于颇具社会影响的哲学家们提出了看待儿童及其养育问题的新思想。对人性的生动思索使这些哲学家非常认真地思考着这样的问题：儿童生来是好的还是坏的？儿童是受到内在动机和本能的驱使，还是环境的产物？儿童参与了塑造自己的性格，还是被动地由父母、老师及其他社会代理所塑造？

对这些哲学问题的争论产生了迥然不同的儿童观及养育观。比如，托马斯·霍布斯（Thomas Hobbes, 1651/1904）的“原罪说”（original sin）就认为，儿童生来就是自私自利的，社会必须对他们加以限制，而让·雅克·卢梭（Jean Jacques Rousseau, 1762/1955）的“先天纯洁说”（innate purity）主张，儿童生来就具有直觉的、关于社会的对错感。这两种观点在儿童养育上的分歧是显而易见的。原罪说的支持者认为，父母必须严格控制子女的自私心理；而先天纯洁说的追随者认为儿童是“高尚的原始人”，应该给他们更多的自由以追寻其

4 发展心理学

内在的积极倾向。在公元前三四世纪，中国古代的孟子就提出了“性善论”，荀子则提出了“性恶论”。

另一个有影响的关于儿童及其养育的观点是由约翰·洛克（John Locke, 1690/1913）提出的，他相信婴儿的心理是一块“白板”（*tabula rasa*; *blank slate*），儿童没有什么先天的倾向。换言之，儿童生来既不好也不坏，并且，他们会变成什么样完全有赖于他们的社会经验。洛克和霍布斯一样，认为在儿童养育中对其进行管教，可以保证儿童形成好习惯而不是坏习惯。

这些哲学家在儿童参与自身发展的问题上也存在分歧。霍布斯坚持认为儿童必须学会调整自己自私的兴趣，让它转到社会可以接受的轨道上来；也就是说，他们是被动接受更有力的社会成分——父母的塑造。洛克也相信儿童的角色是被动的，因为婴儿的心理是一块白板，任何经验教训都可以涂写在上面。但是卢梭提出了绝对不同的观点，他相信儿童积极地参与了自己智力及人格的塑造。用卢梭的话说，儿童不是“教师指导的被动接受者”，而是“忙碌的、不断尝试的、主动的探索者。积极探索的儿童会提出自己的问题，站在与接受者显然不同的立场上……而后者是打上了社会烙印的”（Kessen, 1965）。

2. 系统研究开始

显然，这些哲学家都有一些关于儿童及其养育的有意思的看法。但是，没有谁能够证明自己的观点是正确的，这些哲学家没有收集任何的客观数据来支持自己的宣言，并且他们自己所做的一些观察也是有限的、不系统的。

19世纪后期，对儿童的系统研究开始出现。这一时期来自各种学术背景的调查者开始观察他们自己的孩子，并发表这些观察资料，这就是大家熟知的“婴儿传记”。

查尔斯·达尔文（Charles Darwin）可能是最有影响的婴儿传记作者，他对自己儿子早期的发展每天都做了记录（Darwin, 1877）。达尔文对儿童发展的好奇心源自他早期的进化论。他相信年幼的、未经过训练的婴儿与他们非人类的祖先有着很多相似的特征，他提出儿童个人的发展复演了整个种系的进化历史，即“人的演化”。所以达尔文和其同时代的许多人都认为婴儿传记是回答我们自己进化历史问题的一种方法。

婴儿传记留下了大量的科学著作。不同的婴儿传记作者对自己孩子的行为强调的方面非常不同，所以，不同的婴儿传记之间难以进行比较。而且，父母不能对自己的孩子保持完全客观的态度，像达尔文这样的婴儿传记作者可能也在他们的观察中加入了自己对发展本质的偏好性假设，所以，他们只能发现他们想要找的东西。此外，每一部婴儿传记都是基于单个儿童的观察，而且往往这一孩子