



国家卫生健康委员会“十三五”规划教材



全国高等学校教材

供本科应用心理学及相关专业用

DEVELOPMENTAL
PSYCHOLOGY

发展心理学

主 编 马 莹

副主编 刘爱书 杨美荣 吴寒斌



人民卫生出版社





国家卫生健康委员会“十三五”规划教材
全国高等学校教材
供本科应用心理学及相关专业用

发展心理学

Developmental Psychology

第3版

主 编 马 莹

副主编 刘爱书 杨美荣 吴寒斌

编 者 (以姓氏笔画为序)

马 莹 (上海海洋大学)

刘爱书 (哈尔滨师范大学)

杨美荣 (华北理工大学)

吴寒斌 (江西中医药大学)

周 莉 (大连医科大学)

赵 岩 (上海市教育科学研究院)

徐 伟 (滨州医学院)

姬 菁 (陕西中医药大学)

温子栋 (天津中医药大学)

谢杏利 (蚌埠医学院)

蔡珍珍 (齐齐哈尔医学院)

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

发展心理学 / 马莹主编. —3 版. —北京: 人民卫生出版社,
2018

全国高等学校应用心理学专业第三轮规划教材

ISBN 978-7-117-26801-1

I. ①发… II. ①马… 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(2018)第 130820 号

人卫智网	www.ipmph.com	医学教育、学术、考试、健康, 购书智慧智能综合服务平台
人卫官网	www.pmph.com	人卫官方资讯发布平台

版权所有, 侵权必究!

发展心理学

第 3 版

主 编: 马 莹

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 三河市尚艺印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/16 印张: 18 插页: 8

字 数: 483 千字

版 次: 2007 年 7 月第 1 版 2018 年 7 月第 3 版

2018 年 7 月第 3 版第 1 次印刷(总第 7 次印刷)

标准书号: ISBN 978-7-117-26801-1

定 价: 65.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

全国高等学校应用心理学专业第三轮规划教材

修订说明

全国高等学校本科应用心理学专业第一轮规划教材于 2007 年出版,共 19 个品种,经过几年的教学实践,得到广大师生的普遍好评,填补了应用心理学专业教材出版的空白。2013 年修订出版第二轮教材共 25 种。这两套教材的出版标志着我国应用心理学专业教学开始规范化和系统化,对我国应用心理学专业学科体系逐渐形成和发展起到促进作用,推动了我国高等院校应用心理学教育的发展。2016 年经过两次教材评审委员会研讨,并委托齐齐哈尔医学院对全国应用心理学专业教学情况及教材使用情况做了深入调研,启动第三轮教材修订工作。根据本专业培养目标和教育部对本专业必修课的要求及调研结果,本轮教材将心理学实验教程和认知心理学去掉,增加情绪心理学共 24 种。

为了适应新的教学目标及与国际心理学发展接轨,教材建设应不断推陈出新,及时更新教学理念,进一步完善教学内容和课程体系建设。本轮教材的编写原则与特色如下:

1. 坚持本科教材的编写原则 教材编写遵循“三基”“五性”“三特定”的编写要求。
2. 坚持必须够用的原则 满足培养能够掌握扎实的心理学基本理论和心理技术,能够具有较强的技术应用能力和实践动手能力,能够具有技术创新和独立解决实际问题的能力,能够不断成长为某一领域的高级应用心理学专门人才的需要。
3. 坚持整体优化的原则 对各门课程内容的边界进行清晰界定,避免遗落和不必要的重复,如果必须重复的内容应注意知识点的一致性,尤其对同一定义尽量使用标准的释义,力争做到统一。同时要注意编写风格接近,体现整套教材的系统性。
4. 坚持教材数字化发展方向 在纸质教材的基础上,编写制作融合教材,其中具有丰富数字化教学内容,帮助学生提高自主学习能力。学生扫描教材二维码即可随时学习数字内容,提升学习兴趣和学习效果。

第三轮规划教材全套共 24 种,适用于本科应用心理学专业及其他相关专业使用,也可作为心理咨询师及心理治疗师培训教材,将于 2018 年秋季出版使用。希望全国广大院校在使用过程中提供宝贵意见,为完善教材体系、提高教材质量及第四轮规划教材的修订工作建言献策。

第三届全国高等学校应用心理学专业教材评审委员会

名誉主任委员 杜文东 南京中医药大学

主任委员 杨艳杰 哈尔滨医科大学

副主任委员 姚树桥 中南大学湘雅二医院

洪 炜 北京大学医学部

崔光成 齐齐哈尔医学院

刘新民 皖南医学院

苗丹民 空军军医大学

委 员

(按姓氏笔画排序)

马 莹 上海海洋大学

王 伟 浙江大学医学院

王效道 北京大学医学部

邓明显 纽约市立大学

冯正直 陆军军医大学

吉 峰 济宁医学院

朱金富 新乡医学院

乔建中 南京师范大学

孙宏伟 潍坊医学院

李功迎 济宁医学院

李建明 华北理工大学

杨小丽 重庆医科大学

杨凤池 首都医科大学

吴均林 华中科技大学同济医学院

何金彩 温州医科大学

张 宁 南京医科大学

张作记 济宁医学院

陈 力 哈尔滨医科大学

苑 杰 华北理工大学

林大熙 福建医科大学

罗正里 吉林医药学院

赵旭东 同济大学医学院

胡佩诚 北京大学医学部

姜乾金 浙江大学医学院

姚应水 皖南医学院

钱 明 天津医科大学

徐 斌 苏州大学医学院

郭本禹 南京师范大学

郭秀艳 华东师范大学

董湘玉 贵阳中医学院

傅文青 苏州大学医学院

潘 芳 山东大学齐鲁医学部

秘 书 杨秀贤 哈尔滨医科大学

教材目录

序号	书名	主编	副主编
1	心理学基础(第3版)	杜文东	吕 航 杨世昌 李 秀
2	生理心理学(第3版)	杨艳杰	朱熊兆 汪萌芽 廖美玲
3	西方心理学史(第3版)	郭本禹	崔光辉 郑文清 曲海英
4	实验心理学(第3版)	郭秀艳	周 楚 申寻兵 孙红梅
5	心理统计学(第3版)	姚应水	隋 虹 林爱华 宿 庄
6	心理评估(第3版)	姚树桥	刘 畅 李晓敏 邓 伟 许明智
7	心理科学研究方法(第3版)	李功迎	关晓光 唐 宏 赵行宇
8	发展心理学(第3版)	马 莹	刘爱书 杨美荣 吴寒斌
9	变态心理学(第3版)	刘新民 杨甫德	朱金富 张 宁 赵静波
10	行为医学(第3版)	白 波	张作记 唐峥华 杨秀贤
11	心身医学(第3版)	潘 芳 吉 峰	方力群 张 俐 田旭升
12	心理治疗(第3版)	胡佩诚 赵旭东	郭 丽 李 英 李占江
13	咨询心理学(第3版)	杨凤池	张曼华 刘传新 王绍礼
14	健康心理学(第3版)	钱 明	张 颖 赵阿劲 蒋春雷
15	心理健康教育(第3版)	孙宏伟 冯正直	齐金玲 张丽芳 杜玉凤
16	人格心理学(第3版)	王 伟	方建群 阴山燕 杭荣华
17	社会心理学(第3版)	苑 杰	杨小丽 梁立夫 曹建琴
18	中医心理学(第3版)	庄田畋 王玉花	张丽萍 安春平 席 斌
19	神经心理学(第2版)	何金彩 朱雨岚	谢 鹏 刘破资 吴大兴
20	管理心理学(第2版)	崔光成	庞 宇 张殿君 许传志 付 伟
21	教育心理学(第2版)	乔建中	魏 玲
22	性心理学(第2版)	李荐中	许华山 曾 勇
23	心理援助教程(第2版)	洪 炜	傅文青 牛振海 林贤浩
24	情绪心理学	王福顺	张艳萍 成 敬 姜长青

配套教材目录

序号	书名	主编
1	心理学基础学习指导与习题集(第2版)	杨世昌 吕 航
2	生理心理学学习指导与习题集(第2版)	杨艳杰
3	心理评估学习指导与习题集(第2版)	刘 畅
4	心理学研究方法实践指导与习题集(第2版)	赵静波 李功迎
5	发展心理学学习指导与习题集(第2版)	马 莹
6	变态心理学学习指导与习题集(第2版)	刘新民
7	行为医学学习指导与习题集(第2版)	张作记
8	心身医学学习指导与习题集(第2版)	吉 峰 潘 芳
9	心理治疗学习指导与习题集(第2版)	郭 丽
10	咨询心理学学习指导与习题集(第2版)	高新义 刘传新
11	管理心理学学习指导与习题集(第2版)	付 伟
12	性心理学学习指导与习题集(第2版)	许华山
13	西方心理学史学习指导与习题集	郭本禹

主编简介



马莹, 教授, 博士, 硕士生导师。《中国健康心理学杂志》编委; 中国心理卫生协会大学生心理咨询专业委员会委员; 中国心理卫生协会团体心理辅导与治疗专业委员会委员; 中国心理学会会员; 上海高校心理咨询协会职业伦理专业委员会副主任委员; 上海高校心理咨询协会首批认证督导师。上海首批教师心理健康发展服务中心专家咨询师。曾 2 次赴日访学。2013 年 7 月赴美国加州大学伯克利分校学术交流。期间, 为美国加州伯克利大学心理咨询和服务中心全体专职心理咨询人员做题为“中国女性心理压力的文化分析”演讲报告, 引起热烈反响, 再次受邀, 继而又做题为“中国男性心理的文化分析”报告, 引起了美国心理学者对中国文化心理的强烈兴趣。

长期从事心理学教学科研与心理咨询工作, 主要讲授《社会心理学》《基础心理学》《发展心理学》《心理咨询理论与技术》等课程。研究方向: 社会心理学、心理咨询学、发展心理学。

主持省级以上课题 20 余项; 发表专业论文数十篇; 主编出版《心理咨询技术与方法》《心理咨询理论研究》《变态心理学》《发展心理学》《大学生心理健康》等专业教材、专著 16 部; 其中《大学生心理健康》获“2011—2015 年上海普通高校优秀教材奖”、“第十二届全国大学生心理健康教育与咨询学术大会优秀论著奖”; 《心理咨询技术与方法(第 2 版)》获 2017 年“上海高校心理咨询协会第 25 届学术年会暨 2017 年上海国际心理咨询理论与实践论坛”优秀著作奖; 主讲的《大学生心理健康与成长》课程被评为上海高校市级体育和健康教育精品课程; “2016—2018 年上海高校辅导员名师工作室主持”; 连续 2 次获评上海海洋大学“好课堂”称号; 2011—2013 年间, 曾 2 次获得上海高校微课程竞赛一等奖, 1 次示范奖; 首届全国高校微课教学比赛二等奖。

副主编简介



刘爱书, 教授, 博士生导师, 哈尔滨师范大学教育科学学院心理系主任, 心理学一级学科硕士点带头人。中国心理学会发展心理专业委员会委员, 黑龙江省心理学会副理事长,《心理科学》和《中国心理卫生杂志》审稿专家, 国家自然科学基金一审评委, 教育部人文社科项目一审评委。

主要从事《发展心理学》和《心理学研究方法》教学工作, 主持省高等教育教学改革项目 1 项, 主编《发展心理学》教材一部。研究方向为童年期不良经历对心理发展的影响。主持省自然科学基金项目 1 项, 省哲学社会科学研究规划项目 2 项。在《心理科学》《中国特殊教育》《中国心理卫生杂志》《中国临床心理学杂志》等刊物发表论文百余篇, 多次获得省社会科学优秀成果奖。



杨美荣, 副教授, 硕士生导师。现任华北理工大学心理学院心理学系主任, 教师党支部书记, 中国心理学会会员, 河北省心理学会会员, 唐山市心理卫生协会心理评估专业委员会主任委员。国家卫健委“十三五”规划教材《发展心理学》(人民卫生出版社) 副主编,《中国煤炭工业医学杂志》《教育现代化杂志》编委。

从事《发展心理学》课程的教学工作多年, 研究方向为儿童青少年心理行为问题干预。主持省级、市厅级项目 7 项, 发表中文核心期刊论文 20 余篇。研究成果获得唐山市科技进步二等奖、三等奖。先后获得“唐山市直教育系统优秀共产党员”、“华北理工大学优秀共产党员”、“大学生创业计划竞赛优秀指导教师”、“大学生学科竞赛优秀指导教师”等荣誉称号。

副主编简介



吴寒斌，副教授，硕士生导师，博士，中西医结合学会心身医学专业委员会委员，中华医学会行为医学分会行为预防学组委员，主要研究领域为应用心理学。

近年来主要讲授《普通心理学》(*Essentials of Understanding Psychology*)(双语)《人格心理学》《发展心理学》《精神分析与梦的解析》等专业基础课程和人文素质通识课程，教学风格风趣幽默，有良好的亲和力，深受好评。主持各级各类课题 20 余项，出版专著 2 部，主编原卫生部“十二五”规划教材 1 部，副主编 2 部，参编论著 3 部。参编的教材《中学教育学》被指定为江西省中学教师资格认定考试辅导用书；近年来在省级以上学术刊物发表学术论文 30 余篇，多篇论文在全国性或省级学术会议上获奖。

前言

西方古老宗教用“斯芬克斯之谜”这样的神话来提醒人们首先要了解自己，否则会被大自然中的“怪兽”吞没。

中国古代先贤用哲理警句提醒人们了解自己非常重要。“知人者智，自知者明”。一个人一旦达到了知己知彼的“智”与“明”的层次时，就会了悟人生成长的规律而不违背自然；了解大自然发展的规律，顺应自然；就知道如何树立自己的生活目标而不好高骛远；如何去和他人进行良好的沟通而少发生误会；如何教育好下一代而不揠苗助长；如何管理好员工和下属而发挥更大的潜能；如何与服务对象沟通而被服务对象认可；如何与患者交谈而促进医患关系；如何对服刑者进行改造而让服刑者心服口服……

然而，知人者易，知己者难。

现代社会飞速发展，人类出现了许多心理问题与痛苦，以致影响到了生理的健康发展，心身疾病、神经精神疾病及社会适应不良等问题迭起。表面看似是生活节奏加快，社会变化太快，社会竞争加剧所致，实际上更多的原因是由于人类对自身不了解所致。

如何了解人类自己？

发展心理学会告诉你答案！

发展心理学是心理学的分支学科，是研究个体心理发展规律和各年龄阶段心理特征的科学。从狭义发展心理学的角度说，是以人类个体从出生到成熟再到衰老的生命全程中各个年龄阶段心理发展特点为研究对象，探讨个体心理发展的基本规律；解释个体在不同阶段心理发展的特点；找出促进个体心理发展的科学方法。也就是说，发展心理学能告诉人们：一个人不但要认识到自己活着，还要知道如何活才能活得更精彩，更少走弯路，更能挖掘自身潜在的能量。一句话，要知道科学地活着，那就必须得知道人的发展规律，尤其是心理发展规律，懂得人的心理是怎样发生、发展和衰退的，原因是什么，有哪些规律和特点等等。人只有认识自己、认识自己的心理及其变化和发展的规律与特点，人才能够更好地适应社会生活，才能够促进生活的变化也促进自身的发展，也才能够更好地体验人生、感悟人生、总结人生，提高生活质量。

正因为发展心理学有如此重要的作用，所以，发展心理学不仅仅是心理学专业学习的内容，而是任何专业都应该学习的内容，一句话，人类都应该学习它。

本教材以人类心理发展在人生的各阶段“是什么？”——“为什么？”——“怎么办？”为脉络展开阐述，揭示人类从生命诞生的那一刻起，到生命终止的全程中人类心理的不同特点与发展规律，分析心理产生发展的原因，提出促进心理健康发展的有效方法。全书共十一章，在国家级“十二五”规划教材基础上编写，增加了许多前沿性知识与最新科研成果；注重理论联系实际；突出了应用性与指导性；增加

了临床实践性与操作性。作者均是在高校工作的一线教授学者，具有扎实的专业基础知识和丰富的教学、写作以及咨询实践经验。每位作者态度严谨、精益求精，反复修稿，力图反映发展心理学的最高研究水平，但由于种种原因，难免存在不足与遗憾，请同仁们指正！在编写的过程中吸收了国内外许多专家学者的宝贵文献资料，向他们表示真诚的感谢！

非常感谢各位作者本着为读者负责的精神，齐心协力，互相学习，互相支持完成了本书的写作。

马莹

2018年5月

目 录

第一章 绪论	1
第一节 发展心理学及其研究内容	2
一、发展心理学及其研究内容	2
二、发展心理学的研究设计	5
三、发展心理学研究的具体方法	7
第二节 发展心理学中的基本理论问题	8
一、遗传素质和环境教育因素的作用	9
二、个体心理发展的阶段性与连续性	10
三、个体心理发展的内在动力与外在动力关系	12
第三节 发展心理学的历史发展	13
一、发展心理学的萌芽	13
二、发展心理学的问世	14
三、毕生发展心理学	15
第四节 发展心理学的研究现状与发展趋势	16
一、西方发展心理学研究现状与发展趋势	16
二、中国发展心理学研究现状与发展趋势	20
第二章 个体心理发展理论	24
第一节 精神分析理论	24
一、弗洛伊德的性心理理论	24
二、埃里克森的心理社会性理论	26
第二节 行为主义理论	27
一、华生的环境决定论	28
二、斯金纳的操作性条件反射理论	29
三、班杜拉的社会学习理论	30
第三节 认知发展理论	31
一、皮亚杰的认知发展理论	31
二、信息加工理论	35
第四节 心理发展的背景观	36
一、维果斯基的社会文化理论	36
二、布朗芬布伦纳的生态系统理论	38

第五节 心理发展的进化观	40
一、习性学	40
二、进化发展心理学	40
第六节 毕生发展观	42
一、生命全程观	42
二、生命历程观	42
 第三章 胎儿身心发展的规律与特点	44
第一节 心理发展的生物学基础	44
一、染色体、DNA 和基因	44
二、配子发生与减数分裂	45
三、细胞增殖	46
四、显性基因和隐性基因	46
五、遗传疾病	46
第二节 胎儿神经生理和心理功能的发展	47
一、胎儿宫内发育分期	47
二、神经系统的形成和发育	49
三、胎儿心理机能的形成	51
四、胎儿生理——心理发展中主要的异常	53
第三节 影响胎儿身心发展的因素和致畸敏感期	54
一、影响胎儿身心发展的因素	54
二、胚胎的致畸敏感期	59
第四节 妊娠期的心理卫生与胎教	60
一、妊娠期心理特点	60
二、妊娠期妇女的心理卫生	61
三、胎教	62
 第四章 婴儿期身心发展规律与特点	66
第一节 婴儿生理发育和动作的发展	67
一、婴儿的神经生理发育	67
二、婴儿的身体发育	70
三、婴儿动作的发展	71
第二节 婴儿认知的发展	74
一、研究婴儿认知发展的方法	74
二、婴儿感觉的发展	76
三、婴儿知觉的发展	78
四、婴儿注意的发生发展	79
五、婴儿记忆的发展	81
六、婴儿思维的发展	81
七、婴儿认知发展的个别差异与促进	82
第三节 婴儿言语的发展	82

一、言语获得理论·····	83
二、婴儿言语发展的一般模式·····	84
三、言语获得的个别差异与促进·····	85
第四节 婴儿感情的发展·····	86
一、婴儿基本情绪的发展·····	86
二、对他人情绪的识别和理解·····	88
三、婴儿的情绪调节·····	88
第五节 婴儿人格与社会性发展·····	89
一、婴儿的自我意识·····	89
二、婴儿的气质·····	90
三、婴儿的依恋·····	91
四、婴儿的同伴关系·····	94
第六节 婴儿期常见心理问题与干预·····	95
一、孤独症·····	95
二、感觉统合失调·····	98
 第五章 幼儿期身心发展规律与特点·····	101
第一节 幼儿生理的发展·····	102
一、幼儿脑结构与功能的发育·····	102
二、幼儿身体的发育·····	103
三、幼儿动作技能发展·····	103
第二节 幼儿认知发展·····	105
一、幼儿感知觉、注意及记忆的发展·····	105
二、幼儿思维的发展·····	108
第三节 幼儿言语的发展·····	112
一、语音的发展·····	112
二、词汇的发展·····	112
三、语法的掌握·····	114
四、口语表达能力的发展·····	114
第四节 幼儿游戏的发展·····	115
一、游戏理论·····	115
二、游戏种类·····	117
三、游戏对幼儿身心发展的意义·····	118
第五节 幼儿感情的发展·····	118
一、幼儿情绪情感发展的特点·····	118
二、幼儿情绪认知和情绪调节策略的发展·····	120
三、幼儿社会性情感的发展·····	121
第六节 幼儿社会性发展和人格的初步形成·····	124
一、幼儿自我意识的发展·····	124
二、幼儿社会认知的发展·····	125
三、幼儿亲社会和攻击行为的发展·····	126

四、幼儿性别化的发展·····	128
五、幼儿同伴关系的发展·····	130
第七节 幼儿期常见心理问题与干预·····	131
一、注意缺陷多动障碍·····	131
二、儿童选择性缄默症·····	133
第六章 儿童期身心发展规律与特点·····	136
第一节 儿童期的生理发展·····	136
一、身体发育·····	137
二、大脑发育·····	138
三、动作发展·····	138
第二节 儿童期的学习·····	140
一、儿童期学习行为特点·····	140
二、儿童期学习动机发展·····	140
三、儿童期的学习态度·····	141
四、儿童期的学习能力发展·····	141
第三节 儿童期认知的发展·····	142
一、儿童注意的发展·····	142
二、儿童记忆的发展·····	143
三、儿童思维的发展·····	144
四、儿童认知发展的个体差异·····	146
第四节 儿童期言语的发展·····	148
一、口头言语的发展·····	148
二、书面言语的发展·····	149
三、内部言语的发展·····	151
第五节 儿童期感情和社会性发展·····	151
一、儿童情绪情感的发展·····	151
二、自我意识的发展·····	153
三、儿童品德的发展·····	154
四、儿童的社会性认知·····	154
五、儿童的人际关系·····	156
六、儿童期的校园欺凌·····	159
第六节 儿童期常见心理问题与干预·····	160
一、学校恐惧症·····	160
二、学习障碍·····	161
第七章 少年期身心发展规律与特点·····	164
第一节 少年期的生理发展·····	164
一、青春期发育·····	165
二、脑发育与发展·····	166
三、早熟与晚熟·····	166

第二节 少年期认知的发展	167
一、少年期学习活动的特点	167
二、少年期思维发展的特点	167
三、少年期信息加工的变化	169
第三节 少年期情绪情感的发展	170
一、少年期情绪发展的特点	171
二、少年期情感发展的特点	171
三、少年期的反抗心理	172
第四节 少年期人格与社会性发展	174
一、少年期自我意识及同一性的发展	174
二、少年期的道德发展	176
三、少年期社会关系的发展	178
第五节 少年期常见心理问题与干预	180
一、少年期的情绪问题	180
二、少年期的品行障碍	182
三、少年期的网络成瘾	182
第八章 青年期身心发展规律与特点	184
第一节 青年期的生理发展	184
一、青年期身体外形的变化	184
二、青年期体内功能的变化	185
三、青年期性的发育与成熟	185
四、青年期生理发育的心理适应	186
第二节 青年期认知的发展	187
一、青年期记忆的发展	187
二、青年期思维的发展	188
三、青年期想象力发展	190
四、青年期的学习活动	191
第三节 青年期感情的发展	192
一、青年期情绪的发展	192
二、青年期情感的发展	193
三、青年期恋爱与性	194
第四节 青年期社会性与个性的发展	196
一、青年期自我意识的发展	196
二、青年期人际关系的发展	197
三、青年期个性倾向性的发展	199
第五节 青年期常见心理问题与干预	201
一、青年期基本心理特点	201
二、青年期常见心理问题及表现	203
三、青年期常见心理问题干预	205