

成人發展與老化

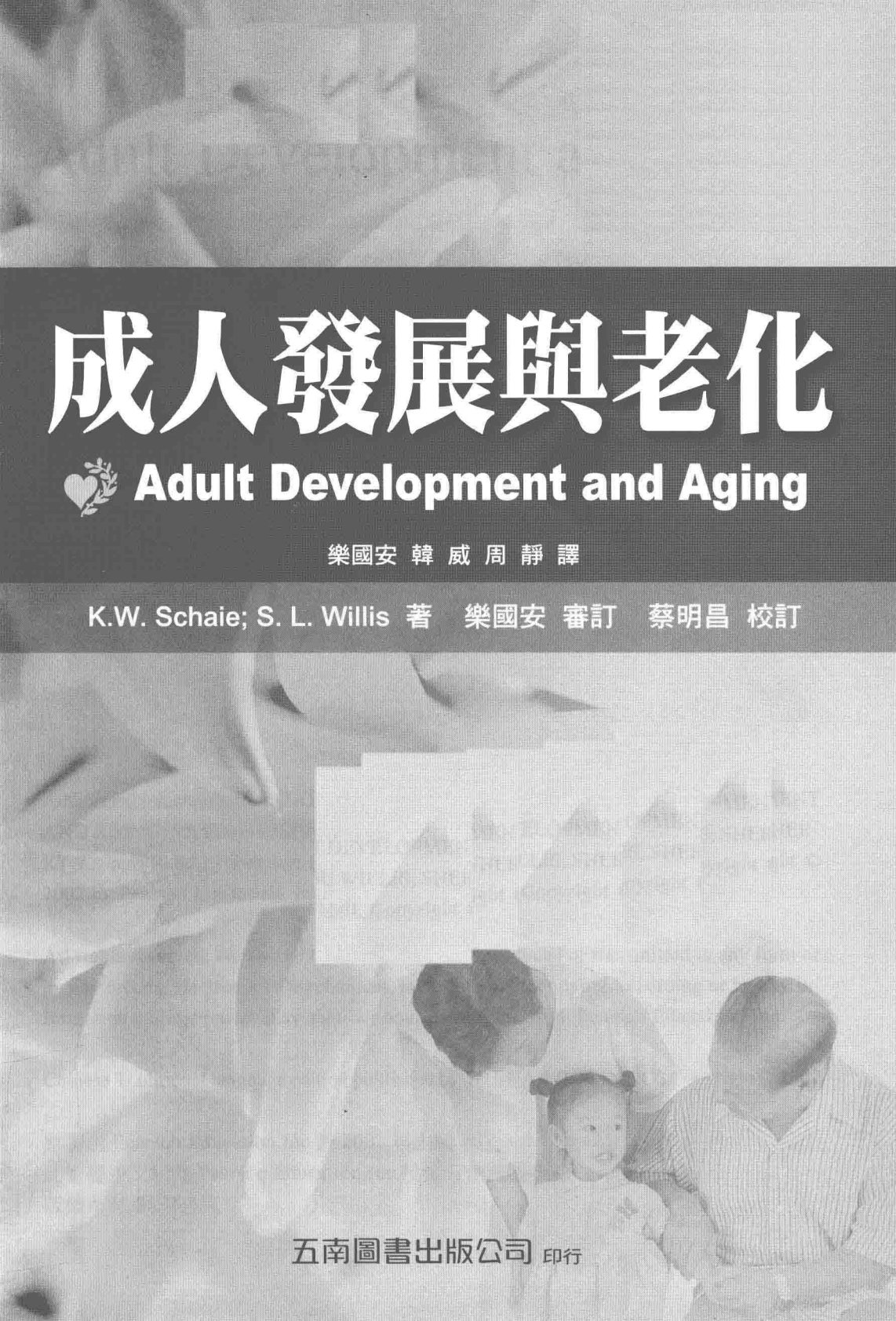


Adult Development and Aging

樂國安 韓 威 周 靜 譯

K.W. Schaie; S. L. Willis 著 樂國安 審訂 蔡明昌 校訂





成人發展與老化



Adult Development and Aging

樂國安 韓 威 周 靜 譯

K.W. Schaie; S. L. Willis 著 樂國安 審訂 蔡明昌 校訂

五南圖書出版公司 印行

國家圖書館出版品預行編目資料

成人發展與老化 / K.W. Schaie ; S. L. Willis

著；樂國安，韓威，周靜譯。

--初版.--臺北市：五南，2007 [民96]

面；公分。

譯自：Adult Development and Aging

ISBN 978-957-11-4748-2 (平裝)

1. 發展心理學 2. 成人心理學 3. 老化

173.6

96007181



1BYE

成人發展與老化

作者 — K.W. Schaie ; S. L. Willis

審訂者 — 樂國安

校訂者 — 蔡明昌

譯者 — 樂國安 韓威 周靜

發行人 — 楊榮川

總編輯 — 王翠華

主編 — 陳念祖

責任編輯 — 李敏華 雅典編輯排版工作室

封面設計 — 童安安

出版者 — 五南圖書出版股份有限公司

地址：106台北市大安區和平東路二段339號4樓

電話：(02)2705-5066 傳真：(02)2706-6100

網址：<http://www.wunan.com.tw>

電子郵件：wunan@wunan.com.tw

劃撥帳號：01068953

戶名：五南圖書出版股份有限公司

台中市駐區辦公室/台中市區中山路6號

電話：(04)2223-0891 傳真：(04)2223-3549

高雄市駐區辦公室/高雄市新興區中山一路290號

電話：(07)2358-702 傳真：(07)2350-236

法律顧問 元貞聯合法律事務所 張澤平律師

出版日期 2007年5月初版一刷

2012年3月初版四刷

定價 新臺幣560元

Adult Development and Aging

K.W. Schaie

S. L. Willis

Authorized translation from the English language edition, entitled ADULT DEVELOPMENT AND AGING, 5th Edition, ISBN: 0130894397 by SCHAIE, K. WARNER; WILLIS, SHERRY L., published by Pearson Education, Inc. publishing as Prentice Hall, Copyright © 2002 by Pearson Education, Inc.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from Pearson Education, Inc.

Chinese Traditional language edition published by WU-NAN BOOK INC., Copyright © 2007

原著由 Pearson Education, Inc 於 2002 年出版

此繁體中文版為 Pearson Education, Inc 授權五南圖書出版

版權所有 翻印必究

中文版前言

20 世紀和 21 世紀世界人口統計學上最顯著的變化是老年人口的快速增長。在這一時期，由於有效的公共健康措施的發現與實施，傳染病得以控制，嬰兒死亡率也大大降低了，人口的平均預期壽命因而有了極大的提高。這些趨勢首先發端於工業化國家，而今已成為世界範圍內的一個顯著變化。

我們終於開始關注老年人口急速增長所帶來的問題了。特別是在過去的 40 幾年間，人類個體的壽命不斷延長以及瞭解由此而生的種種問題的需要，引發了大量的科學研究。高等學府和研究機構愈來愈意識到有必要開設一些著眼於跨度更長的成年期的課程。在快速變化的社會背景下，個體的事業、婚姻、家庭生活以及心理機能的發展變化，已成為極為重要的問題。

這本教材旨在以一種可讀性強，同時又具綜合性和科學性的方式，鼓勵學生從行為觀的角度去思考成人發展與老化的問題。我們在書中介紹了針對當前心理學領域中主要問題而提出的主要理論和展開的研究，另外，我們還提供了個體發展的一些社會和生物學方面的背景，這些背景對於理解行為如何隨年齡而變化是至關重要的。

我們認為，採用一種年表式和專題式研究相結合的方式，是敘述成人發展研究的最好辦法。本書開頭一章是簡介，確立了我們的研究背景。這一章考察了在我們的社會中人口統計學上發生的變化，以及對該領域所做研究的現狀。作為回顧，在接下來的三個年表式章節中，我們討論了成人發展中的一些廣泛性問題，這三章分別為：青年期、中年期和晚年期。接著是一章研究方

法。這一章的重點是在發展研究中十分突出的準實驗方法，同時，該章也對相關的實驗設計進行了簡要描述。我們使用以前版本的教材進行教學所獲得的經驗表明，如果在觸及一些實質性材料之前，就把研究方法置於第一章，往往會使學生難以理解。於是現在我們把方法論一章放在專題式章節之前，因為對於這些章節來講，必須要先瞭解方法論才可能對其有正確的理解。

專題式章節大體是按生命階段出現的先後順序來排列的，這樣就突出了人類個體生命中幾個特定的發展過程。我們首先考察的是青年期的重要主題：家庭、兩性問題和事業。兩性問題一章緊隨於家庭一章之後，是因為在家庭規程下產生的一些問題，在有關男人和女人的兩性一章中進行了進一步的探討。第二組主題包括人格發展、動機、學習和記憶以及智力發展等。隨著人們從中年過渡到老年，在這些領域中隨年齡增長而發生的變化就愈發重要了。最後三章涵蓋了在老年期最突出的生命過程：生理機能的老化、與老年相關的精神障礙以及親人的逝去。

不過，我們在專題式章節中所涵蓋的內容並不僅限於那些看上去內部存在特定聯繫的生命階段。人類的生命是一個持續流動變化的過程，決不能簡單地進行劃分。例如，初始的事業選擇對於青年人來講可能是最重要的；而在成年期的大部分時間中，與事業發展相關的問題亦是普遍存在的。雖然我們把「事業」一章置於本書的前面部分，但這一章節也涵蓋了有關中年期職業發展、晚年期事業的重新評價和變化，以及退休體驗等方面的內容。

我們希冀能夠把成人發展和人類經驗的各個階段所涉及到的心理過程整合起來。因此，只要適合，我們就採用一種畢生的方法（life-span approach）來記述從青年期發展到生命的盡頭所經歷的各個心理過程。

方法論一章涵蓋了那些對於人類老化的描述性研究十分重要的設計問題。同時，這一章也對採用實驗範式的研究的基本原則

中文版前言

進行了總結。對人類發展的完整理解，需要的是在不同的時間追蹤同一個體來蒐集資料，也即縱向研究的方法。因此，我們儘可能地提供那些至少來自於短期縱向追蹤研究的資料。我們還力圖對科學研究的方法做出一個適當、全面的回顧。我們盡力避免使用過於專業的術語和出現不必要的技術細節，同時提供給學生那些對於理解本章所涉及的研究，以及其他相關研究文獻所必需的重要細節。

我們非常高興這本書現在要與中國的廣大學生見面了。讀者應該瞭解的是，這本書的最初版本主要適用於北美和歐洲。因此，在這個版本中，我們刪掉了許多與美國環境有過於特定聯繫的內容。同時，我們也儘可能增加一些中國的相關資料。儘管如此，我們還是很遺憾沒有對正處於發展中的中國社會和行為科學的相關研究給予足夠的關注。我們希望中國的教師能夠從其他途徑對這方面的資訊加以補充。

創作和修訂一本教科書，需要許多專家的共同努力。我們要對原版第五版的編輯 **Jennifer Gilliland** 以及她的助手 **Nicole Girrback** 致謝。**Anna Shuey** 處理了原稿準備方面的事務性工作和技術細節，**Pamela Davis** 幫助她彙集了索引。我們要特別感謝南開大學的樂國安教授，是他的努力，使本書的中文版本得以出版，同時，也是他帶領韓威、周靜等譯者共同完成了艱苦的翻譯工作。

有關成人發展與老化還有許多問題有待研究，不過隨著大量的科學研究的累積，一幅更為清晰的圖景已經開始出現了。我們盡我們所能使本書在目前來講是綜合、全面而且準確的。本書中的內容可能與通常人們所持的對成人發展與老化的一些普遍看法相異。我們對研究文獻的解釋在某種程度上要比許多普遍的但往往是錯誤的觀點樂觀，但我們也對今天社會中的老年人必須面對的許多問題進行了現實的評價。這就是我們的觀點：從青年期到老年期的生命過程，不只是一系列的「生命危機」，更是一個得

失共存、充滿挑戰、充滿機遇的發展過程。我們希望使您瞭解，即便是在生命的最後幾年，也可能有著如此之多的個人創造力和滿意感。如果本書能夠幫助您看到自己未來生活的潛在財富，並增進您對您所關愛的那些老年人的生活的理解，我們就會欣慰不已。我們衷心希望，您會發現這本書能夠啟人深思、勵人向上。

K. WARNER SCHAIE

SHERRY L. WILLIS

前言

美國的老化趨勢正在加快步伐。二戰後的「嬰兒潮」一代人現在已經進入中年，他們約占美國人口的三分之一。目前，有四分之一的美國人年紀在 50 歲以上，到 2025 年底，將有 6,400 萬美國人年紀在 65 歲以上。

現在，我們不得不開始應付老年人口增多所帶來的相關問題。此外，日益增多的長壽現象和認識長壽現象所衍生問題的需要，已經引發大量的科學研究，尤其是在過去的四十年裡。學院與大學裡愈來愈需要那些關注整個成年期的課程。探索個體一生的職業、婚姻和家庭生活的發展，以及個體在受到社會劇變的影響時心理機能的變化，已經成為重要的議題。

本書以通俗、易懂和科學的充分引證方式，鼓勵學生用一種行為主義的觀點來考慮成人發展和老化現象。我們介紹了與當前主要的心理學問題有關的理論與研究，並且提供與個體成長有關的社會和生理背景，它們對於幫助理解行為隨年齡而變化具有重要意義。

我們一直堅信，把年表式研究（**chronology research**）和專題式研究（**topical research**）結合起來，更加有助於成人發展研究。從第三版開始，我們一直在這樣做。《成人發展與老化》（第五版）以簡介式章節開頭，探討了成人發展的一般性問題，用以說明我們社會的人口統計變化和該領域的研究現狀。為了提供一種概觀，我們隨後安排了三個年表式章節：青年、中年和老年。接著是研究方法章節，重點討論了主要發展研究中的準實驗方法。先前幾版的教學經驗表明：把研究方法置於實質性內容之前，常

會使學生失去學習興趣。只有對方法論做出必要的解釋，學生才能恰當地理解專題性章節的內容，所以，現在將方法論這一章放在專題式章節的前面。

專題式章節的安排，大體是按照成長過程中所要面臨的重要問題的出現順序。首先，我們探討了青年期的重要問題：家庭、性和職業。性緊隨家庭這一章之後，這是因為，在家庭這個題目下它是最先出現的問題。在男女性別那一章中，對性的問題還有進一步的探討。第二組專題式章節包括人格發展、動機、學習、記憶以及智力發展，當人們由中年進入老年時，年齡變化對這些方面有著重要的意義。最後三章論及在老年階段最為顯著的三個終生過程（lifelong processes）：生物老化、與年老有關的精神失常和喪親。

然而，專題式章節中所涵蓋的內容，並不僅僅局限於恰好與之特別相關的生命階段，人類的生命流程不能那樣簡單地分割。例如，職業的最初選擇也許對青年人非常重要，但是在成年期的多數時候，仍然存在著許多與職業發展相關的問題。雖然我們把職業這一章放在本書的前面，但其內容包括中年期的職業發展、職業再評價和晚年的職業變化以及退休。

我們現在想要做的是：完整地描繪在成人發展和人生各個階段中所出現的心理過程。因此，我們隨時運用能夠貫穿受試者畢生經歷的研究方法，來分析從青年到生命結束的心理過程。

自從本書的第四版付梓以來，老化研究有了快速的發展。在第五版中，我們試圖編入10年以來的新研究，以便為我們的討論提供進一步的論據。令人遺憾的是，許多新增的材料並不能取代原有的材料，因此，本書所引用的文獻愈來愈多，現在已經有兩千多條參考書目了。為了理解行為的老化，我們還要對生物和社會環境變化方面的必要背景做簡要的討論。因為社會環境變化得很快，所以我們進一步更新了有關家庭關係的材料，例如婦女就

業人數的增加、夫妻雙方都工作的比例日益增加等方面。我們還一直關注近年來有關早老性癡呆症（Alzheimer's disease）、心血管疾病與行為的關係等方面的研究進展。

方法論一章的主要內容是設計問題（design issues）。設計問題對於人類老化描述性研究十分重要。但是這一章也概述了使用實驗範例的研究原則。要全面理解人的發展，需要蒐集同一個體在一段時間內的資料，即縱向研究。因此，我們儘可能提供（哪怕是短期的）縱向追蹤研究的資料。我們盡力對科學的研究方法做出深入的、全面的評論，在向學生們提供理解本書和其他研究文獻所需要的重要細節時，儘量避免專業術語和不必要的技術細節。

凡是有新增資訊可以利用的表格和圖形，都更新了。不過讀者應該能注意到，在本書付梓之前，2000年人口統計結果尚未發布，因而本書的人口數字還是來源於90年代發布的人口統計資料。

為了保證本書篇幅適當，我們刪除了那些對於理解老化過程意義不大的舊材料，以求為最新的研究成果留出空間。我們在每章結尾處，為那些想要在該問題上進行深入研究的學生提供了進一步的閱讀建議，並在本書的結尾處列出主要的參考書和期刊。

我們高興地得知，《成人發展與老化》的上一版在北美以外的地區廣泛地發行，但是我們必須承認本書在某種程度上具有「以美國為中心」的傾向和內容。雖然大量的老化心理學文獻起源於北美，不過在歐洲和其他地方，老化方面的著作數量也在持續增加。因而在目前這一版中，我們繼續努力克服從前的回避行為，在每一章中儘可能地使用國際性研究資料，引用北美之外的書籍和期刊。本版中一些重要部分寫就於德國柏林，當時我們正在柏林馬克斯·普朗克人類發展研究所（Max-Plank Institute for Human Development）和老年心理學部（Division of Geropsychology of the Geriatric Klinikum）做客，這一經歷強化了本書的國際化傾

向。我們謹向東道主 Paul Baltes 和 Jacqui Smith，以及其他研究者和學生們致謝，在柏林之行中，與他們的交談給予我們很多啟發。

創作和修訂一本教科書，需要許多有技巧的專業人員的共同努力。我們向評論家所做的貢獻表示感謝，他們或者通讀，或者部分地閱讀了手稿，幫助我們改進寫作範圍和明晰性，他們是：Marion Beaver, University of Pittsburgh; Joan Erber, Florida International; James Blackburn, University of Wisconsin at Milwaukee; Marion Hunt, Dakota Wesleyan University; Dale Lund, University of Utah。我們要感謝編輯 Jennifer Gilliland 和她的助手 Nicole Girrbach。Anna Shuey 在 Judy Davis 的協助下，修訂了手稿中的書寫和技術的細節，後者為本書彙編了索引。

關於成人發展與老化，還有許多有待於研究的問題，但是由於大量科學研究的不斷累積，我們現在逐漸對本領域有了比較清晰的認識。我們儘可能使本書內容達到目前所能達到的綜合性與準確性。在一定程度上，我們對研究文獻的解釋比許多流行的觀點更樂觀，後者常持錯誤的信念。同時，我們也對現今社會中老年人所必然面臨的許多問題做出了評價。我們認為，從青年到老年的生命過程不是一系列的「生活危機」，例如成長中的得與失、機會與挑戰都不是生活危機。我們希望你能產生這樣的信念：即使在生命的末年，也能擁有強大的個人創造力和滿意感。如果本書能幫助你發現生命中即將到來之年的潛在力量，或者幫助你理解你愛著（或照顧著）的老年人的生活，我們就感到滿足了。因此，我們希望你會發現本書內容既有啟發性又有鼓勵性。

K. W. 夏埃

S. L. 威里斯

英文書裡附有厚厚的建議參考讀物、常用資源、參考文獻，這些建議參考讀物、常用資源、參考文獻少則 10 頁以上，多則數十頁；中文翻譯本過去忠實的將這些建議參考讀物、常用資源、參考文獻附在中文譯本上。以每本中文書 20 頁的基礎計算，印製 1 千本書，就會產生 2 萬頁的參考書目。

在地球日益暖化的現今與未來，為了少砍些樹，我們應該可以有些改變——亦即將英文原文書的建議參考讀物、常用資源、參考文獻只放在網頁上提供需要者自行下載。

我們不是認為這些建議參考讀物、常用資源、參考文獻不重要，所以不需要放在書上，而是認為在網路時代我們可以有更環保的作法，滿足需要查索建議參考讀物、常用資源、參考文獻的讀者。

我們將本書【建議參考讀物、常用資源、參考文獻】放在五南文化事業機構（www.wunan.com.tw）網頁，該書的「教學資源」部分。

對於此種嘗試有任何不便利或是指教，請洽本書主編。

中文版前言
前言

第一章 成人發展與老化簡介 1

- 3 本章提要
- 7 歷史點滴
- 16 成人發展理論
- 28 本章摘要

第二章 青春期的（成人初期）——獨立性與親密感 31

- 33 進入成年初期階段
- 36 自我同一性的實現
- 39 建立親密感
- 47 參與社團
- 49 本章摘要

第三章 中年——創造與責任 53

- 55 定義中年
- 59 既是孩子又是家長
- 64 停經期：生理與心理
- 72 中年：轉變還是危機
- 74 處於中年期的「嬰兒潮」一代
- 77 本章摘要

第四章 晚年生活——重塑完美與絕望 79

- 81 中老年、高齡與老邁
- 85 依賴

101 晚年生活的成就

106 本章摘要

第五章 成人發展與老化的研究方法論 109

111 橫向研究與縱向研究

117 抽樣的困難

118 在變化測量中的特殊問題

119 連續研究

127 成人發展的實驗研究

131 成人發展研究中的測量問題

133 發展研究

134 本章摘要

第六章 家庭——相互依賴的關係 137

143 選擇伴侶

149 生養孩子

161 空巢期

164 大家庭

168 祖父母的角色

171 成年子女和他們的父母

174 價值觀和傳統的傳遞

177 其他家庭形式

186 本章摘要

第七章 男人和女人——走到一起和分離 189

191 性行為

198 性的態度

200 暴力犯罪和強姦

目錄

- 203 婚姻的不穩定
- 209 其他生活方式
- 214 關係：改變和連續
- 214 本章摘要

第八章 職業生涯 217

- 220 選擇一種職業
- 220 影響職業抱負的早期因素
- 226 確立職業
- 229 職業發展
- 236 婦女、少數種族和職業
- 240 老年就業者與退休
- 252 職場中的潮流
- 255 本章摘要

第九章 人格發展——連續性和變化 259

- 262 人格理論
- 263 自我發展
- 271 人格發展的認知理論
- 272 人格發展的情境模式
- 274 自我概念的變化和連續性
- 276 人格的個體差異理論
- 285 成人人格中的連續性和變化
- 289 本章摘要

第十章 動機——信仰、目標與情感 293

- 297 生理需要
- 303 認知與動機

- 309 角色退出與積極活動
- 313 道德價值觀和精神
- 318 自我實現
- 321 本章摘要

第十一章 學習與記憶——資訊的獲得與保持…………… 325

- 327 人類記憶
- 329 記憶的階段模型
- 334 對長時記憶的影響
- 335 編碼與長時記憶
- 339 提取和長時記憶
- 341 日常情景記憶
- 345 記憶抱怨、抑鬱和藥物作用
- 347 學習、記憶和教育
- 351 本章摘要

第十二章 智力發展——能力的表現…………… 353

- 361 智力機能的評定
- 370 智力與年齡
- 386 健康、生活方式和「自然」發展
- 389 對智力變化的知覺
- 390 智力下降可能逆轉嗎
- 393 含糊的「智慧」概念
- 396 本章摘要

第十三章 生理發展——軀體老化…………… 399

- 402 生理老化
- 412 感官能力