



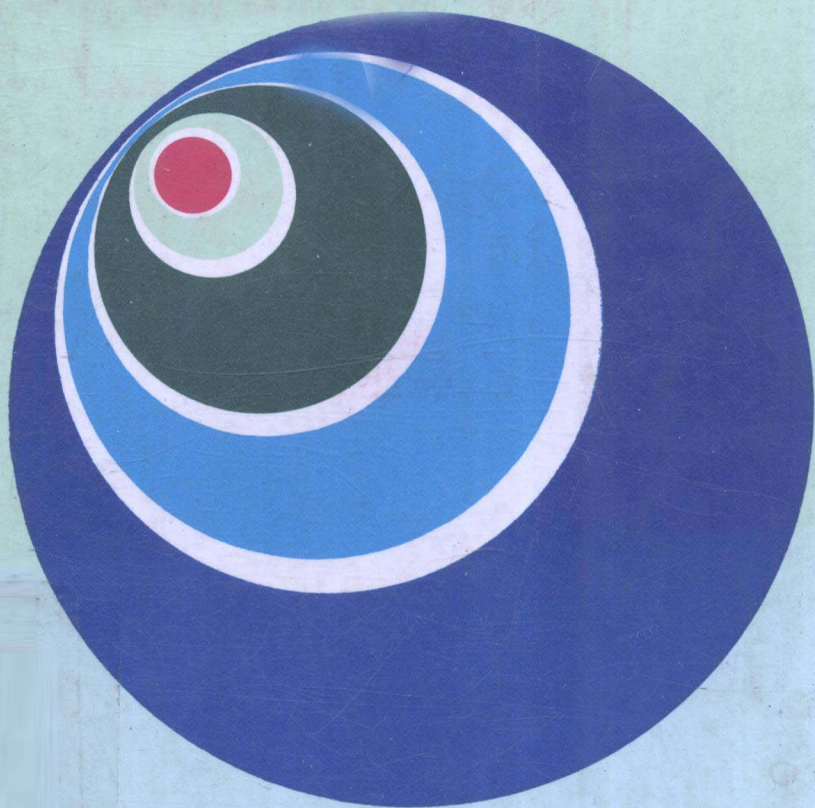
心理學叢書1-3

成人心理學

赫洛克原著 胡海國編譯

王鍾和 初正平 蘇建文 聯合校閱

修訂三版



發 展 心 理 學

(第三部)

成人心理學

心理學叢書 1-3

成人心理學

版權所有
翻印必究

原	著	ELIZABETH B. HURLUCK
編	譯	臺大胡海國醫師
校	閱	王鍾和 初正平 蘇建文
校	對	張東峰 章琦聚
發	行	人 賴阿勝
出版	發行	桂冠圖書有限公司
登	記	局版臺業字第一一六六號
地	址	臺北市新生南路三段96-4號
門	市	部 臺北市新生南路三段96-4號
電	話	3911407 郵撥104579
印	刷	高山彩色印書有限公司
初	版	
修	訂	再版 

定價 新臺幣120元

爲研究人類各年齡階段特有的現象、應有的發展及可能遭受的挫折與尋求健康、快樂之道，近代心理學發展一個新的支派——發展心理學。其研究的範圍，就時間而論包括從卵子受精的一刹那起，直到死亡。其涵蓋的研究項目且包括身體的發展以及心理、態度、適應之發展，是一門研究人生的科學。

二十世紀初期，發展心理學只着重於兒童及青年期的發展，認爲人的發展止於成年之前。事實上成年期所遭受的困擾並不亞於兒童及青年期，且同樣地難於適應，況由於年齡的增加，問題的性質也隨之改變。因此每一個年齡階段都需要有新的技巧以處理該時期所面臨的新問題，開創那個時期的生活，這個概念促使發展心理學邁向一個新的旅程。

本書乃針對這個概念，把人類發展的諸階段做一個整體的安排，這是本書的特點之一。赫氏把各個發展階段依據一定的架構加以描述，使讀者能很清楚的瞭解各階段的發展傾向，對發展心理學有一個整體的透視。

此外，本書係純粹依據科學資料編着而成，這些科學統計資料所表現的事實，與動力精神醫學的論旨吻合，對從事精神醫學工作的有關人員而言，本書將繼佛洛伊德的精神分析、巴夫洛夫、斯金納的行爲科學後，提供讀者另一個新而客觀的領域。

本書不僅以客觀的資料澄清長久以來人類行爲中諸多含混的觀念，更提供我們瞭解人生的最佳途徑，使讀者可以預測未來可能面臨的問題，而有所準備，並能圓滿的解決即將面臨的困擾，享受完美的人生。

本書初稿，原係依據 ELIZABETH B. HURLOCK 博士原著 *DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY* (THIRD EDITION) 翻譯而

成，但爲使本書適於國內教學需要，幾經有關學者數度研討，決定酌情加入國內相關資料，以利教學。

由於我國近年來的社會型態，正從昔日的農業社會逐漸趨向工業化、都市化，形成了極爲嚴重的社會問題；兩代間的差距、婚姻問題以及道德模式等都存在著嚴重的危機，本書中所討論的情形，正能提供我們一個良好的借鏡，相信對於每一位關心子女、家庭、社會的讀者及社會工作人員，必能有所貢獻。

本書編譯期間，承臺灣大學心理系楊國樞教授之熱心指導與提供國內各項寶貴資料，並蒙王鍾和、初正平、蘇建文諸位教授細心訂正，國立臺灣大學心理系柯永河主任、師大邱維城、政大程法泌諸位心理學教授在本書出版過程中，有鑒於實際需要，另就國內現有狀況專文引論，讓讀者能深入瞭解我國社會的發展模式，促進國內心理教學的發展，使本書益臻完美，銘感良深，謹此向楊國樞教授、柯永河主任和參與本書校訂、編撰工作的諸位心理學者敬致誠摯的謝意。

在本書出版過程中，華新出版公司、臺大醫院神經精神科全體同仁及廖素娥小姐給予我的支持與鼓勵併此致謝。

胡海國 謹識

發展心理學與社會趨向

發展心理學之編譯者胡海國先生是臺大醫院神經精神科總住院醫師。一位精神科醫師致力於發展心理學書籍之編譯工作是一件令人發生興趣之事，也是一件值得重視之事。依我所看，這件事含有下列幾種意義：

第一、這表示精神醫學界之人士已開始認為精神醫學與心理學並非是互不相干，而是相輔相成的兩門行為科學。

第二、精神醫學界人士已洞悉，爲了徹底瞭解與治療及預防偏差行為，精神科醫師必須也具備正常人格發展過程及有關因素之智識。

第三、偏差行為之成因並非是神秘難解的，而是可供瞭解的，是與一個人孩提時期之生活環境與經驗成密切關係的；有了健康的生活環境，一個人始有健康的生活經驗，有了一連串的健康生活經驗，一個人才能保持心理健康。

現在的醫學，不管是生理的或是心理的，都強調預防工作或環境衛生。預防工作或環境衛生之重點在於增加有利於健康之環境因素及消除不利於健康之環境因素。然而，在人生發展過程的階段，那一些環境因素是有利於健康而那一些是有害於健康？這是關心身心健康的人一致重視的問題。發展心理學不但致力於闡明人生每一發展階段應有之心理狀態，也努力於尋找有利於健康，有助於正常心理發展的環境因素。

基於這理由，個人認為發展心理學不但是心理學家，精神醫學家必須精通的一門學問，同時也是教育學家、心理衛生學家、小兒科醫師，以及所有關心於子女身心健康的父母親必須研讀的一套有用的智識。

柯永河 謹識於臺大心理系

序

在人生發展的過程中，大別可分為兒童期、青年期和成人期三個階段。前面兩個時期歷時較短；後面一個時期歷時較長。可是發展心理學方面的論文，屬於前面兩個時期的，却相當豐富，屬於後面一個時期的反而較少。國外如此，國內亦然。

民國四十四年，行政院國軍不適現役轉業輔導委員會暖暖中心心理測驗組成立，倪亮教授等曾以修訂軍隊乙種智力量表測驗受試者7396人，並按受試者的年齡分為若干組，分別統計各組的平均數及標準差，其結果如下：

年 齡	人 數	平 均 數	標 準 差
20—24	100	62.45	14.85
25—29	838	62.45	13.85
30—34	1,187	56.84	13.60
35—39	1,074	52.68	12.80
40—44	1,144	48.99	12.10
45—49	2,029	45.73	11.95
50—54	773	41.78	10.95
55—59	221	38.18	9.20
60—64	25	39.70	5.30
65以上	5	32.00	8.36

可見我國成年人年齡增加後，在修訂軍隊乙種智力量表的得分上，有顯著的衰退現象。

張肖松教授等又以班達氏完形測驗，在上述暖暖中心測驗受試者7652人，並根據測驗結果，將受試者分爲五等，各等人數如下：

- 1.情緒正常者計63名。
- 2.情緒尚正常者計1131名。
- 3.情緒有不穩定傾向者計4491名。
- 4.情緒頗不穩定者計1752名。
- 5.情緒極不穩定者計215名。

可見受試成人中，情緒正常者較少，而情緒不穩定者較多。

最近林美珍、黃國彥兩氏，曾根據臺北市木柵戶政事務所的戶籍簿，按隨機原則，抽出男性成人294人，女性成人255人，合計549人，其年齡均在65歲以上，挨戶訪詢其健康情形。結果自認健康良好者計36%，健康尚可者計44%，健康不好者計20%。這結果與歐美方面的調查結果不同，在歐美老年人則以自認健康良好者爲最多。

今年，筆者曾於中央日報發表「談子女成長後離家發展問題」，開頭寫着：「我們新村裏，住的是老教授。他們的子女都已成長，各自向海外發展去了。一幢幢的雙層樓房裏，只留下兩個寂寞的老年人，面對着這種情景，大家不禁想起白居易的幾句詩來：

一旦羽翼成，引上庭樹枝；
舉翅不回顧，隨風四散飛。
雌雄空中鳴，聲盡呼不歸；
却入空巢裏，啾啾終夜悲。

事情還有比這更淒慘的！下面是兩個真實的故事：

有一位先生，妻子早已去世，遺有一女。大陸撤守時，他帶着女兒，隨某機關來臺，住在眷村裏，父兼母職，把女兒撫育長大。這女孩既聰明又勤學，由空軍子弟小而一女中而臺大，真是一帆風順。臺大畢業後，留在系裏當助教，結識了一個男朋友。那年正是赴美留學蔚

爲風氣的時候，先是男朋友出國深造，後來她也獲得同一學校的獎學金。這位年邁的父親最初不願意這和他相依爲命的女兒離開，但爲了女兒的婚姻和前程，終於准許她出國。由於退休的關係，月入無多，買不起飛機票，便買了一張船票，讓女兒由海道去美國。他送女兒上船以後，就買了一張大的世界地圖，掛在房間裏，用紅筆在上面畫出由臺灣到美國的航線。他按船公司預定的航程，把女兒的相片，用大頭針插在地圖的適當位置上，過了一天，便把它向東移動一段。就在女兒踏上新大陸的那一天，他絕食而死。

另有一位寡母，茹苦含辛，把丈夫遺留的一個兒子，教養成人。這位青年，更是一帆風順，不但在美國得到學位，並且找到工作，結了婚，生了男孩子。祖母爲了想含飴弄孫，便向兒子寫信表示要到美國去。兒子寄了一張飛機票來，並且說，到了某地就有人來接她。誰知到機場相接的，竟是一位不相識的老華僑。老太太被接到旅館以後，便追問兒子和媳婦的情形。那位老華僑說：她的兒子媳婦，已經遷到別的地方去住了。他們臨走的時候，把她許配給他做繼室，所以由他來相接。老太太聽了，大聲嚎哭，抵死不從。老華僑沒有辦法，只好再買一張飛機票，把她送回臺灣。」

由上述僅有的研究結果和少數事例裏，可見我國成年人在情緒適應、健康適應、家庭適應等方面，在在都有困擾，需要我們進一步加以研究和協助。

赫洛克博士 (Elizabeth B. Hurlock) 所著發展心理學一書，內容精審風行海內外，現由胡海國醫師編譯，分爲三冊出版。其成人心理學部份，筆者有先睹之快，深愛其譯文忠實流暢，並盼望由於此書的印行，能够引起國內專家研究我國成人心理的興趣，故樂爲之序。

程 法 泌

識於國立政治大學心理學系

原 序

近年來，由於人類發展的研究已由兒童、青年擴展到成人，因此造成了發展心理學在內容及範圍的改變；包含著從受孕到死亡的整個過程的研究已成為一件艱鉅的工作。

為了使本書不致太過繁複，且適於教學，本書在內容的選擇上的確花了不少功夫。所以，在人生過程中的每一個階段並沒有詳細的描繪出其全貌，代之以鳥瞰式的方法勾劃出其大略。

為了使這種鳥瞰對讀者更具意義，所以每一階段所採用的資料都以類似的形式來處理；這雖然造成一種不可避免的重複性，但以整個架構而言，它仍然具有連貫和一致性。

比資料組型的一致性更重要的是：這種編排提供我們了解過去和預測未來的機會。這不但可消除讀者對某些特殊行為和態度的輕視，相反的，它強調每一個階段對後期行為與態度的影響。

本書主要強調的是常人的發展組型。然而，因為有很多人或多或少都逸出正常組型的常模，所以本書仍然提供一些近年來關於非常組型的研究。儘管這些非常組型的存在，但大體說來仍然有類似的脈絡可循。這即是本書的主要目標。

本書在整體格式與一九五三年初版及一九五九年第一次修訂版雖然相同，但本書仍作了一些主要的修正，這些修正包括重點、主題及格式。

本書的每一章首先列出每一時期的發展組型及其特徵，以及今日美國文化希望每個人必須適應發展的任務。這份發展任務表由芝加哥大學的海維格斯特教授編纂。

本書嘗試去選擇近年來在每一個階段所作研究的精華，這些研究非但沒有否認早期的發現，並且證實了這些發現的可靠性。由於近年

來學術界對每個階段成人的需要與適應問題大為注重，本書的成年期前期、中年期及老年期諸章中也因各種研究結果的增加而增加不少篇幅。

本書最主要的是附加了每個階段中的「快樂」問題，這些問題不但指出每個階段中造成快樂或不快樂的原因，並且嘗試去評價在生命歷程中的快樂問題。

就主題格式而言本書並沒有太大的改變。對生命歷程的每一階段的細分和一九五九年第一次修訂版一樣。由於近年來對人生後半段研究的擴展，合理的縮短前半段幾章的篇幅是必需的。因為就市面上風行的書而言，討論前半段的書要多於後半段的。

鑑定本書中每個研究的方法和第一次修訂版一樣，每章後面均附有參考書目及所引用諸研究的學者資料。

因為發展研究的劇增，本書所列的參考書目僅以二百五十本為限。因而省略了不少早期的研究另行加入了近年來的重要研究及發現。這並非意謂著近年的研究優於早期，而是讀者可在近年出版的書籍中找出有關早期研究的資料，因為，每位學者已在他近期的研究當中列出他早期的發現。所以，假若讀者願意的話，必可找出一切他所需的任何資料。（編者按：原書所附參考資料目錄，本書已予刪除，另行加入國內相關資料）

最後，僅藉此機會向美國心理學會的每一位同仁致謝，尤其是發展心理學分會，在這次修訂版中他們給我不少寶貴的建議。我也要向本書的編輯人員、科學月刊及允許我引用他們資料的報章雜誌致最誠摯的謝意。

赫洛克

凡 例

一、本書係依據 Elizabeth B. Hurlock 原著 *Developmental Psychology* Third Edition 翻譯而成，中文本爲求適合國人閱讀參考重要部份均加入本國心理學者研究之國內相關資料；所引資料出處概附註於引用之處，以便查考。

二、國內心理學譯名，有未統一者，本書重要名詞首次出現時概附原文。

三、本書原著爲一鉅冊，中譯本除「發展心理學」一冊外，爲應各界需要將原書一至七章、七至九章、十至十五章，依其章旨分冊出版，按序分爲「兒童心理學」、「青少年心理學」、「成人心理學」三冊。

四、原書所附參考資料厚達二百餘頁，且均係繁瑣論據、引例，本書已全部刪除，讀者如有需要可參照原書。

五、爲求本書之完整性，原書索引除英漢對照外，並增編漢英對照索引，以供查閱。

六、本書擬於再版時加入國內相關資料，如蒙提供請寄臺北市寧波西街 128 號四樓，一經採用略致薄酬。

華新出版公司編輯部

譯序	1
柯序	3
程序	4
原序	7
譯例	9

第一部 兒童心理學

第一章 生長與衰退	1
第二章 生命如何開始	47
第三章 嬰兒期	81
第四章 幼兒期	125
第五章 兒童期早期	177
第六章 兒童期晚期	251

第二部 青少年心理學

□青少年與社會問題□邱維城	329
第七章 青春期	335
第八章 青年期前期	391
第九章 青年期後期	465

第三部 成人心理學

第十章 成年前期(一) 個人與社會的適應	525
第十一章 成年後期(一) 職業與家庭的適應	585
第十二章 中年期(一) 個人與社會適應	659
第十三章 中年期(二) 職業與家庭的適應	705
第十四章 老年期(一) 個人與社會適應	763
第十五章 老年期(二) 職業與家庭的適應	821
中英對照索引	885
英中對照索引	900

第十章 成年期前期

個人與社會的適應

「成人」(Adult)這個名詞，與「青春期」一樣，都是源自拉丁語的動詞 *adolescere*，意思為「成長到成熟」。但「成人」是來自 *adultus* 的過去分詞，意思為「已經成長到完全的大小與強壯的程度」，也就是「已經成熟了」。所以，成人是一個「已經成長完成的個體」，可以擁有成人的社會地位。

現在的美國社會，法定成年期始於二十一歲，結束於死亡。人類壽命逐漸增長，現在，成年期已經成為生命歷程中最長的時期。

某些原始民族，甚至還有一些文明的民族，仍然以生物界線（如青春期與更年期）作為成年期的明顯界線。隨著文明的進展，已經有一種傾向，就是把達到成年期的年齡往後延長。目前在美國，個人要在性成熟以後七、八年，才算達到成年期。同樣的，更年期也就是「生活的轉變期」（從有性能力變成無性能力），已經不像過去所認為的是表示「老年」。所以，現在我們所謂的「成年期」，不僅表示它是生命歷程中一段很長的時期，也表示它是一個界線不清的時期。

成年的詳細區分

一個人從成人直到死亡，在這段漫長的歲月裏，生理與心理上都

在某些可預期的時候發生了不少變化。這與兒童期或青春期的沒有什麼區別。習慣上，都把成年期再分成幾個時期，每個細分的時期均各有其特殊的生理與心理特徵，也各有種種適應的問題。這些細分的時期為成年期前期、成年期中期、與成年期後期。

成年期前期從法定成年開始，直到四十歲，（歷時約二十年）。關於生殖能力喪失這方面，雖然每個男、女都大不相同，但一般情形，男性通常會同時發生顯著的生理與心理變化，女性則發生「停經」（即更年期）。傳統上，這些現象的發生年齡平均為四十歲。

第二個時期（即成年期中期），也就是通常所說的「中年期（middle age）」，始於四十歲，止於六十歲，屬於另一個二十年的生命歷程。雖然，失去生殖能力所隨伴發生的生理變化始於四十歲，但生殖能力真正的喪失，常延長到四十幾歲或五十幾歲。這些變化，顯示生理與心理狀態的衰退。最初不容易察覺出來，變化也只集中在生理方面。然而，一般情形，在六十歲時，這些退化現象就已相當明顯，所以，六十歲被用來當作中年期的終止界線。

第三個細分的時期為成年期後期，也就是衰老期，即一般所謂的老年期。開始於中年期結束時（六十歲），止於死亡。這個時期，每個人的長短不一，有的超過二十年，有的短於二十年。但是，由於現在的美國人，不管男、女，壽命均比以前的人長，所以，和以前比較，老年期的人為數愈來愈多。

瞭解了年紀的增加，會帶來生理與心理的改變，但是由於現代醫學技術的發展，與化妝服飾等的掩飾，致使不同年紀的男人或女人，在儀表、感覺、與行動上都保持不老。現在被用來區分的界線，也只是一般的，而不是特殊的，這個分界的年齡是指一般人開始在儀表、生理功能、興趣、態度與行為方面，有了某些變化的年齡，也就是當環境壓力使一般男、女發生適應問題的年齡。

成年期前期的特徵

這是一個必須對新的生活方式、新的社會期望取得適應的時期。年輕人被期待扮演一些新的角色，如配偶、父母、謀生者；也被期待要發展適當角色的新態度、新興趣與新價值觀念。

在高中畢業就結束學校教育的青少年，當他們尚未達到成人法定年齡時，即已開始適應成人的角色。高中畢業以後，仍然繼續受教育的青年，往往在超過法定年齡後，才開始學習新的適應。

由於成年期前期有某些重要的適應活動必須完成，所以，在人生歷程上，它有一些迥異於其他時期的特徵。成年期前期是繁衍子孫的時期，是「穩定下來的時期」，是「有問題的時期」，也是一個充滿緊張的時期。

成年期前期是一個「繁衍子孫的時期」

對大部份的年輕人而言，為人父母是最重要的生活角色。雖然，在撫育兒女方面，男性的態度比以前更主動，但卻仍然以女性為首要。在青春後期結婚的人，生育子女就成為二、三十歲時最重要的問題。有很多在成年期前期結束以前就當了祖父母。有的人在學業完畢而事業也有了成就時才結婚，那麼，成年期前期的大部份時間就是扮演父母親的角色。雖然，實際上，有些人在中年期仍繼續生兒育女，但女性超過四十歲以後，很少能夠再生育。再者，最近結婚的配偶們，大部份都是年齡相仿的，所以，男性的生殖期大部份也終止於四十歲，因為妻子已經不能生育了。

成年期前期是一個「穩定下來的時期」

兒童期與青春期被稱為「成長期」，成年期則被稱為「穩定下來的時期」。因為年輕人開始要執行新的成人角色，如謀生者與父母親；為了忠於這些職責，生活各方面就必須維持一個固定的行為模式。於是便導致了穩定的行為模式，不再經驗新的角色，而固執其兒童期與青春期所特有的行為模式。當行為模式穩定以後，就終身保留不變。在中年或老年時，若有改變的必要，也是非常困難的，並會使其感情受到極大的困擾。

成人大約在三十五歲左右，便已建立了固定的生活模式，以後很少再有改變。有些成年人建立生活模式的時間並不很長，他們一旦成熟了就結婚，把生活建基於所從事的事業，並在某一個社區定居。

這種快速解決的終身問題，日後可能是滿意的，也可能是不滿意的。假如解決問題的決心是基於強烈的意願、興趣與足夠的能力，將來就可能很好，也可能很快樂。相對的，若是基於要滿足父母對他的期望，或是只為滿足自我的慾望，而輕率的作了抉擇，那麼將來若有更好的機會來臨，將會使他望之興嘆，而遺憾萬分。

成年期前期是一個「有問題的時期」

成年期前期，將會面臨許多以前從未碰到的問題。況且這時候，他必須獨自面對這些問題，不像以前那樣，有父母或老師的指導、照顧與協助。如果在青春期後期就開始應付成人的問題，諸如：高中畢業就就業，或是未達法定年齡就結婚成家，遇到問題太多時，可能得到父母的幫助。一旦達到法定成年期，父母就希望子女自己來解決問題，或是因為自負，不再希望求之於父母，而獨自面對問題。可見成