



儿童心理百科



第11版
孩子的世界
0~3岁

【美】 黛安娜·帕帕拉 萨莉·奥尔兹 露丝·费尔德曼 著
陈福美 郭素然 郝嘉佳 岳盈盈 译

A Child's World

孩子的世界：0～3岁

(第11版)

黛安娜·帕帕拉

[美] 萨莉·奥尔兹 著

露丝·费尔德曼

陈福美 郭素然 郝嘉佳 岳盈盈 译

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子的世界 : 0~3 岁 (第 11 版 : 彩印精装) / (美) 帕帕拉 (Papalia, D. E.), 奥尔兹 (Olds, S. W.), 费尔德曼 (Feldman, R. D.) 著 ; 陈福美, 郭素然, 郝嘉佳, 岳盈盈译 .

- 北京 : 人民邮电出版社, 2011.6

ISBN 978-7-115-22382-1

I . ①孩… II . ①帕… ②奥… ③费… ④陈… ⑤郭… ⑥郝… ⑦岳…

III . ①学前儿童—儿童心理学 : 发展心理学—研究 IV . ① B844.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 061509 号

Diane E. Papalia, Sally Wendkos Olds, Ruth Duskin Feldman

A Child's World, 11th Edition

ISBN 0-07-353197-9

All Rights reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including without limitation photocopying, recording, taping, or any database, information or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

This authorized Chinese abridgement is jointly published by McGraw-Hill Education (Asia) and Posts & Telecom Press. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only, excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan.

Copyright © 2011 by McGraw-Hill Education (Asia), a division of the Singapore Branch of The McGraw-Hill Companies, Inc. and Posts & Telecom Press.

版权所有。未经出版人事先书面许可, 对本出版物的任何部分不得以任何方式或途径复制或传播, 包括但不限于复印、录制、录音, 或通过任何数据库、信息或可检索的系统。

本授权中文简体字删减版由麦格劳-希尔(亚洲)教育出版公司和人民邮电出版社合作出版。此版本经授权仅限在中华人民共和国境内(不包括香港特别行政区、澳门特别行政区和台湾地区)销售。

版权 © 2011 由麦格劳-希尔(亚洲)教育出版公司与人民邮电出版社所有。

本书封面贴有 McGraw-Hill 公司和人民邮电出版社防伪标签, 无标签者不得销售。

北京市版权局著作权合同登记号 : 01-2008-4540

孩子的世界 : 0~3 岁 (第 11 版 : 彩印精装)

- ◆ 著 [美] 黛安娜·帕帕拉 萨莉·奥尔兹 露丝·费尔德曼
译 者 陈福美 郭素然 郝嘉佳 岳盈盈
策 划 刘 力 陆 瑜
责任编辑 刘丽丽
装帧设计 陶建胜
- ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号 A 座
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
电话 (编辑部) 010-84937150 (市场部) 010-84937152
(教师服务中心) 010-84931276
北京中科印刷有限公司印刷
新华书店经销
- ◆ 开本 : 787×1092 1/16
印张 : 15.25
字数 : 280 千字 2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-115-22382-1/F

定价 : 68.00 元

本书如有印装质量问题, 请与本社联系 电话 : (010) 84937153

A Child's World

Eleventh Edition

Diane E. Papalia
Sally Wendkos Olds
Ruth Duskin Feldman

Translators

Fumei Chen
Suran Guo
Jiajia Hao
Yingying Yue

内 容 简 介

本书是一本关于 0~3 岁儿童身心发展的心理百科全书，它由三位科学家母亲结合亲身的育儿经验和科学研究成果而写成。本书英文版 1975 年首版，30 多年来 10 次修订再版，在美国市场上一直是同类书中的品牌读物，深受广大读者欢迎。

本书从怀孕开始，系统全面地揭示了一个新生命诞生和发展的历程。“走进孩子的世界”告诉你儿童发展科学家如何关注孩子的发展、关注孩子哪些方面的发展，以及遗传和环境如何共同影响发展；“人之初”阐述了怀孕、胎儿发育、产前护理、分娩、新生儿的特征等知识，并就这些过程中可能面临的风险给出了建设性的指导；“婴儿期和学步期”介绍了 0~3 岁儿童大脑、身体、视觉、听觉、语言、思维、情绪、信任、道德等方面的发展，揭示婴儿如何从一个多数时间只是睡觉、吃东西的孩子成长为一个忙碌、活泼好动的学步期儿童。

本书从心理学、医学、教育学等角度为你揭开了儿童发展的神秘面纱，带你走进一个奇妙的孩子世界，让你见证孩子发展的每一个里程碑，学会用新的眼光来看待每一个孩子。本书是一本集知识性和趣味性于一体的优秀读物，适合关注孩子发展的父母和其他照料者轻松阅读。



推荐序

陈英和教授

北京师范大学心理学院发展心理研究所

儿童的培养和教育一直是家长热切关注的问题，尤其是在当前的独生子女时代，孩子的教养成了年轻父母亲们的一项事业。而且随着社会的发展及为人父母者的自身素质不断提高，家长在儿童的教养过程中更加注重科学性，从对儿童生理健康方面的重视，扩展到智力的早期开发，再到如今对儿童个性、情绪方面积极发展的促进。而且，越来越多的父母已深刻认识到，教养过程是父母和孩子一起成长的过程，对于父母而言，对孩子的教育和培养不仅仅依赖于无私广博的母爱父爱，同时也是需要不断的学习。

目前市面上可供学习的资料很多，但有些书籍虽提供了非常具体的指导性建议，却缺乏科学理论的支持，使得读者难以从更高的角度进行把握和推广，“知其然不知其所以然”；而专业理论的书籍往往对于非专业的父母来说又有些单调艰涩，即使理论清晰，但读者在实际生活中却依然难以应用。

新曲线出版咨询有限公司精心挑选的这本《孩子的世界》则为这两方面的结合做了很好的努力。原著的三位作者既是发展心理学和教育心理学领域的专家学者，发表出版了多项学术著作，同时又有作为母亲的宝贵经历，在专业和实践方面都很有发言权。作者在书中充分描述了0~3岁儿童生理、智力、个性与情绪等方面发生了哪些变化，这些变化是如何发生的，并从专业的角度对为什么会发生这些变化进行了相应的理论解释，为如何把握孩子发展过程中的这些关键时期提供了良好建议。书中涉及到了0~3岁儿童身体方面的



发育、大脑和神经成熟的过程、感知觉的发生发展、语言的理解和表达、情绪的分化、信任和依恋的产生，以及自我意识的形成等等一系列身心方面奇妙而美好的变化。内容的全面和科学使得本书像是一本0~3岁儿童心理发展的百科全书。相信本书可以为中国的家长们带来新的养育观念和指导性建议。

几位译者都是北京师范大学发展与教育心理学专业的博士，她们专业基础扎实，同时具有年轻人的热情，最大程度地保证了本书翻译的科学性，并保留了原著可读性强的特色。

除了年轻的父母，对孩子的世界感兴趣的人都可以阅读本书。每个人都经历过幼年，但幼年的往事却淡忘了，在那个孩子的世界里发生了些什么呢？通过本书的阅读，可能会更好地理解我们曾经是什么样子，以及为什么我们是现在这个样子。阅读这本书也能帮助大家更好地理解我们丰富多彩的生命全程。



译者序

郝嘉佳博士

北京师范大学心理学院发展心理研究所

每个孩子从出生起，就是一个完整、独立的个体，在身心各方面发展成长。作为父母，在履行传统教养义务的基础上，越来越多地希望能够了解孩子的发育过程和内心世界，以更好地读懂孩子、呵护孩子，促进孩子健康、快乐地成长。0~3岁是儿童生理和心理发育最迅速的时期，也是人生的第一个敏感期。在3岁时，宝宝的体能、智力、个性各方面都已奠定了未来发展的基础。因此，父母应该紧紧把握好这一关键时期。

孩子来到这个世界没有带着说明书，《孩子的世界》这本书则为我们打开了一扇理解孩子的世界的大门。本书英文版自1975年在美国出版以来，不断修订再版，一直是美国市场上的畅销书。它最大的特色是具有很强的实用性。三位科学家母亲凝聚了自己丰富的育儿经验，结合坚实的理论知识和科学的实验研究结果，向我们详细讲述了宝宝自母亲怀孕到新生儿出生，再到婴儿成长到3岁这段时间的发展历程，内容涉及胎儿发育、产前护理、分娩、新生儿特征，以及新生儿出生后的身体发育、认知发展、心理社会发展，以及这些方面的相互作用等，这些都是父母或养育者在照顾和抚育婴幼儿的过程中不可或缺的知识。

在写作方法上，作者没有简单地把诸多理论罗列堆砌在一起，而是用深入浅出的写作手法，从名人事迹或普通大众日常生活中的实例入手，用心理学、医学、教育学等多学科的理论知识和研究成果，对实际问题进行了深入的分



析和阐释，让读者在能够有效运用这些知识的同时，也对理论基础有更加透彻的了解。同时，作者还把读者作为学习过程的积极参与者，和读者一起共同探索婴幼儿的发育变化过程。

这本书的另一大特色是可读性非常强，图文并茂、语言通俗易懂、饶有趣味，令人不忍释卷。在翻译过程中，我们在准确无误表达作者原意的前提下，力求保持原文语言生动有趣、简洁明快的风格。另外，每章还设有“专栏”，可以帮助读者更好地阅读理解。因此，本书既可以作为0-3岁儿童养育过程中可参考的指导手册，又可以作为准父母们前期学习的资料。

特别感谢新曲线出版公司的刘丽丽编辑，在全书的翻译过程中，刘编辑与我们多位译者多次交流讨论，对专业词汇或术语的译法，反复查阅文献资料确认，并进行了极其认真和细致地校对，为本书的顺利出版付出了艰辛的劳动。

由于每个人的时间、精力有限，我们几个同学共同参与了本书的翻译工作。各章的分工为：第1章由郝嘉佳翻译；第2、6章由岳盈盈翻译；第3章由陈福美翻译；第4、5、7章由郭素然翻译。译者水平有限，加上时间紧、任务重，虽然译文经过认真推敲和校对，不当和不妥之处仍在所难免，诚挚欢迎各界人士批评指正，提出宝贵意见。

作者简介



黛安娜·帕帕拉 (Diane E. Papalia): 威斯康星大学麦迪逊分校教授, 发展心理学博士。她在众多知名的专业杂志上发表了大量文章。其中大多数是关于人的认知发展的, 这是其研究的主要关注点。帕帕拉博士在智力发展及其影响因素研究领域颇有建树。她与萨莉·奥尔兹、露丝·费尔德曼合著的畅销教科书《发展心理学》现已更新到第9版。



萨莉·奥尔兹 (Sally Wendkos Olds): 一流的职业作家, 她已在一些顶尖杂志上发表过200多篇文章, 同时也有7本面向普通读者的著述问世, 另外她还与帕帕拉博士合著了三本教材。她所写的书籍主题宽泛, 既有专业教材也有普通读物。她毕业于宾夕法尼亚大学, 主修英国文学, 辅修心理学。读书期间, 她当选为美国大学优等生之荣誉学会学员, 并以优异的成绩毕业。



露丝·费尔德曼 (Ruth Duskin Feldman): 一流的职业作家和教育家, 她参与了《人的发展》的第4版、第7版、第8版和第9版的写作, 同时也参与了《孩子的世界》的第8版、第9版、第10版和第11版的更新。她还是《成人发展、老龄化和儿童发展》一书的合著者。她曾经是一位教师, 对小学到大学的各个年龄阶段的学生有切身的了解, 具有丰富的教育经验。她为多家报纸和杂志写稿, 并通过媒体向全国各地作关于教育和天才儿童的演讲。她毕业于西北大学, 成绩优异, 并被选为美国大学优等生之荣誉学会学员。

To our parents,

Madeline and Edward Papalia,
Leah and Samuel Wendkos,
and Boris and Rita Duskin,
for their unfailing love, nurturance, and
confidence in us, and for their abiding conviction
that childhood is a wondrous time of life.

And to our children,

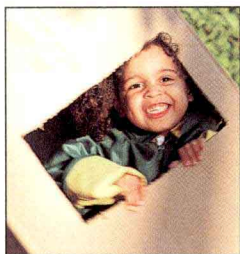
Anna Victoria,
Nancy, Jennifer, and Dorri,
Steven, Laurie, and Heidi,

and our grandchildren,

Stefan, Maika, Anna, Lisa, and Nina,
Daniel, Emmett, Rita, Carol, Eve, Isaac, Delilah, and Raphael,
who have helped us revisit childhood
and see its wonders and challenges
through new eyes.



简要目录



第1章 探索孩子的世界 2

如今，作为婴幼儿的父母、爷爷奶奶以及其他的照料者，不再被动地因袭传统，科学喂养和照料成为越来越多人的共识。但遗憾的是，现实中人们往往只顾及了一面，忽视了另外两个方面，恰恰这被忽略的两个方面在某种意义上更为重要！



第2章 孕育新生命 40

孩子的哪些心理特征还有潜在的精神疾病主要受遗传的影响？哪些主要来自父亲，哪些主要来自母亲？父母都千方百计想为孩子营造一个好的环境，但你知道吗，环境在塑造孩子的哪些心理和行为上起更大作用？



第3章 怀孕与产前发育 66

你知道胎儿从何时开始学习吗？都学了些什么？准妈妈的那些生活习惯和行为可能导致孩子的智力迟钝或身体畸形？



第4章 分娩与新生儿 92

哺育和喂养是母亲的重要责任，但你知道吗，孩子对母亲最大的需求却不是食物！

你知道新生儿都有哪几种不同的哭泣吗？向你推荐11种安抚婴儿哭泣的方法。



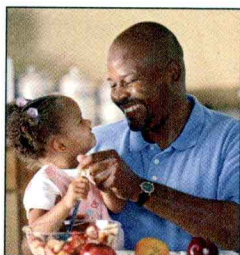
第5章 生理发育及健康 116

科学突飞猛进，对神奇的人类大脑及神经系统的发生、发展、运作机制以及影响因素有了更多令人振奋的新发现。了解这些知识，有助于你在孩子经历一个又一个关键期和敏感期时，不失时机地“做正确的事情”。



第6章 认知发展 142

是不是想知道，心理学家通过什么巧妙的方法测量婴幼儿的智力？怎样就能够预测孩子长大有多聪明？最新科学研究发现，婴幼儿每天看过多电视，会对其长大后后的注意力、智力等造成意想不到的伤害！



第7章 心理社会发展 184

心理学家最新发现，孩子到一岁时基本形成的依恋类型至关重要，因为它在很大程度上决定着孩子长大后的性格、人际关系和家庭幸福。父母在这第一年的照料过程中不经意间形成的与孩子的互动方式，正是影响孩子依恋类型形成的重要因素。

“可怕的两岁”的实质是什么？向你推荐多种有效应对的巧妙办法。

什么才是好的幼儿园？流行的观点可能大有问题，科学的原则有助你走出选择的误区。



目 录

走进孩子的世界 1

第1章 探索孩子的世界 2

探索儿童发展的奥秘：过去及现在 4

早期方法 4

发展心理学成为一门科学 5

研究前沿 6

探索儿童发展的奥秘：基本概念 7

发展的领域 7

发展的阶段 8

儿童发展的影响因素 8

遗传、环境和成熟 9

发展的背景 10

家庭 11

社会经济地位和邻里环境 12

文化和种族 13

历史背景 14

常规和非常规影响 14

影响的时间：关键期或敏感期 15

研究广角：语言习得有关键期吗？ 16

儿童心理发展的基本问题 16

问题1：儿童在其发展过程中是主动的还是被动的 17

问题2：发展是连续的，还是分阶段进行的 18

动态平衡 19

儿童心理发展的理论视角 20

理论视角1：精神分析理论 21

弗洛伊德：心理性欲发展 21

埃里克·埃里克森：心理社会发展 24



理论视角 2：学习理论	25
学习理论 1：行为主义	25
学习理论 2：社会学习（社会认知）理论	27
理论视角 3：认知理论	28
皮亚杰的认知阶段理论	29
维果斯基的社会文化理论	30
信息加工取向	31
新皮亚杰理论	32
理论视角 4：情境理论	32
理论视角 5：进化学 / 社会生物学理论	35
如何整合理论和研究工作	36
形成的共识	36
人之初	39
第 2 章 孕育新生命	40
成为父母：怀孕如何发生	42
不断变化的妊娠理论	42
受精如何发生	43
不 孕	43
不孕的原因	43
不孕症的治疗方法	44
人物聚焦：路易丝·布朗：第一个“试管婴儿”	46
成为父母的其他途径	46
遗传机制	49
遗传密码	49
什么因素决定了婴儿的性别	51
基因传递的形式	52
显性和隐性遗传	52
基因型和表现型	53
基因和染色体异常	54
基因缺陷的显性或隐性遗传	55



伴性遗传的基因缺陷	55
基因组印记	56
染色体异常	57
遗传咨询与测试	58
天性与教养：遗传和环境的影响	58
对遗传和环境相对影响的研究	59
遗传因素和环境因素如何共同起作用	59
反应范围和定型化	59
基因型 - 环境交互作用	61
基因型 - 环境相关	61
什么使得同胞之间如此不同？非共享环境	63
受遗传因素和环境因素影响的某些特征	63
生理和心理特征	64
智力	64
人格	65
心理病理学	65
第3章 怀孕与产前发育	66
产前发育：三个阶段	68
胚芽期（受精~2周）	68
胚胎期（2~8周）	73
日常生活：流产和死产的哀痛	74
胎儿期（第8周至出生）	74
产前发育：环境的影响	77
母亲的因素	77
营养和母亲的体重	77
营养不良	78
体育活动和紧张的工作	79
药物使用	80
艾滋病毒/艾滋病（HIV/AIDS）	83
母亲的其他疾病	84



母亲的压力	85
母亲的年龄	85
外在的环境危害	86
父亲的因素	87
产前检查与护理	88
产前护理的差异	88
孕前护理的需求	90
第4章 分娩与新生儿	92
分娩发生的变化	94
降低分娩风险	94
当代的分娩环境	95
分娩过程	96
分娩阶段	96
阴道分娩和剖腹产	97
药物分娩与非药物分娩	98
新生儿	99
新生儿的大小和外貌	99
身体组织系统	101
医学和行为评估	102
阿氏评分	102
布氏新生儿行为评分	103
新生儿医学检测	103
觉醒状态及活动水平	104
分娩并发症及其后果	105
出生时体重轻	105
日常生活：安慰哭泣的婴儿	106
早产儿及其原因	106
低体重儿及其原因	107
哪些产妇更可能生育低体重儿	108
紧急抢救措施	108