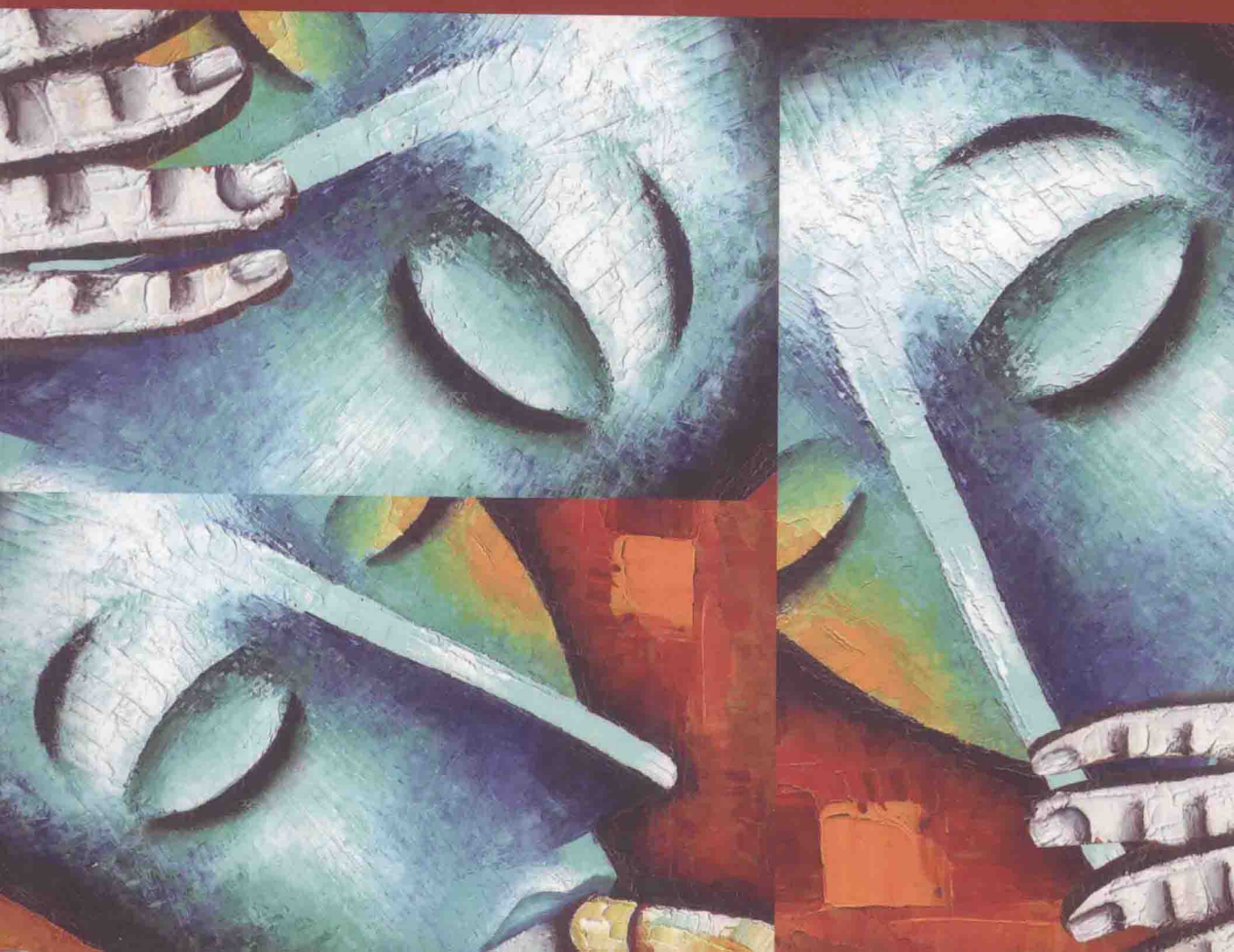


心理學叢書 53

發展心理學

Developmental Psychology:
A Psychosocial Approach

郭靜晃、黃明發 著



心理學叢書 53

發展心理學

**Developmental Psychology:
A Psychosocial Approach**

郭靜晃、黃明發 著



心理學叢書

發展心理學

著 者／郭靜晃・黃明發
出 版 者／揚智文化事業股份有限公司
發 行 人／葉忠賢
總 編 輯／馬琦涵
主 編／范湘渝
地 址／222 新北市深坑區北深路三段 260 號 8 樓
電 話／(02)8662-6826 (02)8662-6810
傳 真／(02)2664-7633
網 址／<http://www.ycrc.com.tw>
E-mail / service@ycrc.com.tw
印 刷／鼎易印刷事業股份有限公司
I S B N / 978-986-298-080-4
初版一刷／2013 年 2 月
定 價／新臺幣 550 元

* 本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回更換 *

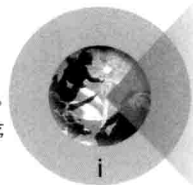
國家圖書館出版品預行編目(CIP)資料

發展心理學 / 郭靜晃, 黃明發著. -- 初版. --
新北市: 揚智文化, 2013. 02
面; 公分. -- (心理學叢書)
ISBN 978-986-298-080-4 (平裝)

1. 發展心理學

173.6

102001729



作者序

發展心理學於1882年成為一門以科學方法求證的、有系統的學科理論迄今，已有了一百多年的歷史。發展心理學的研究主題是個體行為發展的過程，尤其是個體隨著年齡改變而產生的變化，發展心理學家主要即是探討發展變化的因素、過程及發展的時間表。

本書共分十一個章節，以Erik Erikson的心理社會理論為一整合性架構，探討個體由受孕至死亡期間，有關生理、智力、社會及情緒各領域的發展，並強調人類實為個體基因、社會及文化等因素的產物。

本書共有三大特色：

1. 延伸了艾氏八大危機理論，將人生發展周期分為「懷孕及胎兒期」、「嬰兒期」、「幼兒期」、「學齡兒童期」、「青少年期」、「成年早期」、「成年中期」、「成年晚期」與「老年期」等九期，分別探討個體在各發展階段期間，融合身體、自我及社會系統因素所衍生的發展任務與危機。除列舉遺傳與環境因素對母體及胎兒的影響外，尚探討特定社會文化因素對個體之影響。此外，由於醫藥科技的發達，人的壽命延長了、平均餘命增加了，本書於是將老年期分為兩章進行探討：一是心理及社會發展；一是成功老化，以貼近社會變遷的時勢發展。
2. 針對發展心理學的研究過程與方法做概述性的說明，並以專章評估心理社會理論。此外，尚引述了研究人類發展的相關理論，如演化論、文化差異論、性心理論、認知論、學習論、社會角色論及系統論等，以分析人類成長與變化的相關論點。
3. 書中所列的「專欄」，特別指出不同發展階段中的重要問題，以提醒讀者正視此類現象，並預做調適。

綜觀本書的特色，實兼具學術性與實用性，讀者可由書中各發展階段的深入探討中，一覽整個人類發展的連續性與獨特性，不僅可對個人發展現況有多一分的瞭解與體認，更可藉此回顧過去，驗證個人早期發展並前瞻未來的發展方向，進而對自己一生的發展做整體性的規劃。

由於發展心理學偏重個體行為發展的探討，且本書以社會因素的認知來闡

述個體之發展，因此建議學子們先熟悉有關社會學及普通心理學的書籍，相信在閱讀此書時必能得心應手，並對此學科有更精確的瞭解。

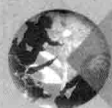
近年來，各個社會皆要面臨1950年代的嬰兒潮所形成的高齡化社會現象，臺灣當然也不例外。老年人長壽已是一社會事實，如何「成功老化」更是社會另一個重要課題，本書因此另列一章談論老年的養生文化及老年社會參與的觀點，來幫助老年人成功老化。

本書因揚智文化公司葉忠賢先生的支持與鼓勵，得以順利出版，在此特申謝意。期望本書的出版，能對修習此科目的學子們有所助益，唯筆者才疏學淺，恐有疏誤之處，尚祈諸學者先進不吝指正。

郭靜晃
黃明發

謹誌

2013年元月于臺北



目 錄

作者序 i



Chapter 1

緒論 1 ▶▶▶▶

- 第一節 何謂發展 3
- 第二節 發展心理學的歷史演進 7
- 第三節 發展心理學的相關理論 9
- 第四節 發展心理學的研究方法 25
- 第五節 人生歷程的生命期待 33
- 第六節 結語 35
- 參考書目 37



Chapter 2

生命的起源 41 ▶▶▶▶

- 第一節 生殖 42
- 第二節 遺傳與發展 54
- 第三節 生命的誕生 69
- 第四節 結語 79
- 參考書目 80



Chapter 3

胚胎、生產與新生兒 83 ▶▶▶▶

- 第一節 影響胚胎、生產與新生兒的生理因素 86
- 第二節 胚胎與新生兒的心理發展 103
- 第三節 影響胚胎、生產與新生兒的社會因素 110
- 第四節 結語 122
- 參考書目 124



Chapter 4 嬰兒期 129 ▶▶▶▶

第一節 嬰兒期的生心理發展與保育 130

第二節 嬰兒期的發展任務 149

第三節 嬰兒期的發展危機 178

第四節 結語 191

參考書目 193



Chapter 5 幼兒期 201 ▶▶▶▶

第一節 幼兒期的發展任務 202

第二節 幼兒期的發展危機 229

第三節 結語 231

參考書目 233



Chapter 6 學齡兒童期 237 ▶▶▶▶▶

第一節 學齡兒童的發展任務 238

第二節 學齡兒童的發展危機 276

第三節 結語 291

參考書目 292



Chapter 7 青少年期 301 ▶▶▶▶▶

第一節 青少年的界定 302

第二節 青少年期的發展任務 305

第三節 青少年的社會化 334

第四節 青少年的發展危機 353

第五節 結語 358

參考書目 359



Chapter 8 成年期 367 ▶▶▶

第一節 成年期的發展任務 370

第二節 成年前期的社會化 383

第三節 成年期的發展危機 391

第四節 結語 398

參考書目 399

Chapter 9 中年期 403 ▶▶▶

第一節 中年期的發展任務 406

第二節 中年期的發展危機 421

第三節 結語 423

參考書目 424

Chapter 10 老年期 427 ▶▶▶

第一節 老年期的發展任務 429

第二節 老年期的社會化 441

第三節 老年期的發展危機 450

第四節 結語 452

參考書目 454

Chapter 11 結論 成功老化 459 ▶▶▶

第一節 從日常生活談成功老化 460

第二節 從社會參與談成功老化 462

第三節 從社教機構談成功老化 469

第四節 結語 475

參考書目 477



Chapter

1

緒論

■何謂發展

■發展心理學的歷史演進

■發展心理學的相關理論

■發展心理學的研究方法

■人生歷程的生命期待

■結語

全人發展（life-span development）是人類行為的詮釋，其涵蓋的領域很廣，包括心理學、社會學、生物學、人類學、醫學、經濟學、社會工作、教育等以及其他相關領域，主要係解釋及瞭解由胚胎受孕至死亡的人生歷程變化。發展最重要的概念是改變（change），也就是個體隨著時間的推移而產生的行為改變。發展最重要的動力是先天與後天，前者涉及個體的生理因素，後者包含了大環境給予的條件與支持而造成的個體成長與變化，也就是個體行為所接收的各個層面的改變，即生物—心理—社會（bio-psycho-social）因素的變化。不過並非所有的行為皆具有發展性，諸如中了樂透、天災或人禍等，對人類而言，這些變化只是意外事件，更是一種周遭環境的變化，進而影響個體過去固定的生活模式（life pattern）。

從心理社會的觀點（psychosocial perspective）觀之，人生歷程指的是個體工作以及家庭生活階段順序之排序的概念。這個概念是個體生活史的內容，因為個人生活史體現於社會和歷史的時間概念之中（Atchley, 1975; Elder, 1975）。每個人的生活過程皆可喻為是一種人生的適應（adaptation）模式，是每個人對於在特定時間階段所體驗到的文化期望，所衍生的人生發展任務、資源，以及所遭受障礙的一種適應。以此說來，人類的發展終其一生均呈持續性的變化，亦即每個人的成長及變化乃是持續且隱含於每個發展階段之中。全人發展意指人類在有生之年，內在成長與外在環境之動態交互作用中所產生的行為變化，故變化最能代表發展之內涵。

本書是人類生命週期（發展階段）與全人發展的觀點，展現個人的成長變化、發展與行為，尤其著重於社會化的概念，亦即是以心理社會觀點來詮釋人類行為的變化。換言之，本書也就是探討個人從受孕至老年期（臨終之前）所具有的行為特徵，以及和社會環境互動所產生的行為改變；最後，在面臨全球老化趨勢的前提之下，於本書最後一章為學生們探討「成功老化」的概念。有關人類發展的書籍有從年齡階段作為撰寫的內容，也有從行為的特徵作為敘述的主體，本書採用前者以區分年齡的方式作為主體架構，並去除傳統的心理學，尤其從實驗方法來探討行為的知識，並以心理社會觀點來敘述個體各個階段的發展任務以及改變歷程，希望本書能提供學生對個體發展有充足的認識與瞭解。



第一節 何謂發展 ▶▶▶

人類發展 (human development) 往往涉及多層面，改變最明顯的是生理發展 (physical development)，尤其在嬰兒期及青少年期時最為明顯，不僅體型改變，肌肉神經更加發達，也伴隨著大小肌肉的協調性。認知發展改變個體的思考、處理訊息、記憶、解決問題及語言溝通能力。社會發展涉及個體社會化歷程與人際發展關係，建立親密感，同時也涉及影響他人和受他人影響的行為模式。情緒發展涉及個體的喜、怒、哀、樂等，以及與重要他人的依附關係和個體的焦慮、憂鬱。個體的發展由受孕開始，一直到終老死亡為止。發展改變的過程是有順序的、前後連貫的、漸進的、緩慢的，其內容包含有心理和生理的改變，此種改變和遺傳、環境、學習、成熟有關。人類行為受內在（先天行為）和外在（後天因素）等之總和塑造而成，藉著上一代所承襲的基因，透過成長歷程由社會規範所給予個人的方向與指引，準此有些行為是可預期且具規律性。

社會規範界定社會規則，而社會規則則界定個體之社會角色。若社會角色遭受破壞，那個體可能產生社會排斥，甚至會獲得社會歧視 (social discrimination)。人類行為及發展令人著迷，有著個別之謎樣色彩，而且隨地域及時間不同有其不同的準則，例如歐美認為皮膚黝黑是美人的標準，而東方社會則喜歡皮膚白晰的女性；又如過去傳統禮教規範「女子無才便是德」，女性被期待在她們青少年晚期或二十初結婚，再來相夫教子，而現在的新女性則傾向三不（不婚、不生、不養）價值，而造成少子化的社會。要瞭解人的一生發展，就必須弄清楚個體在各個發展階段是如何將他們的觀念與經歷統合，以期讓他們的生活具有意義，而這個生命歷程就如同每個人皆有其生活敘事 (narrative)，各有各的特色。

一、發展的涵義

由人類發展的涵義來看，它包括四個重要觀念：

1. 從受孕到老年，生命每一時期的各個層面都在成長。
2. 在發展的連續變化時程裡，個體的生活表現出連續性和變化性；要瞭解

人類發展，必須要瞭解何種因素導致連續性和變化性的過程。

- 3.發展的範疇包含身心各方面的功能，例如身體、社會、情緒和認知能力的發展，以及它們相互的關係。我們要瞭解人類，必須要瞭解個體各個層面發展，因為個人是以整體方式生存。
- 4.人的任何一種行為必須在其相對的環境和人際關係的脈絡中予以分析，因為人的行為與其所處的脈絡情境有關；也就是說，人的行為是從其社會脈絡情境中呈現（human behavior nested in the social environment）。故一種特定行為模式或改變的涵義，必須根據它所發生的物理及社會環境來加以解釋。

人生歷程（life course）是個體發展的另一個概念，其將生命視為一生的系列轉變、事件和過程，發生在人生歷程中的任一階段，皆與其年齡、所處的社會結構和歷史變革有關。Rindfuss、Swicegood和Rosenfeld等人（1987）指出，人生事件並非總是依照預期中的順序發生，破壞和失序可能穿梭在生命歷程中隨時發生。例如不在計畫中的事件、意外事故、未預期的懷孕、因不景氣突然被裁員等等，都會造成某個時間段落生命事件中的失序與破壞，因而衍生出壓力，對此種壓力的感受通常是依個人與家庭所擁有的資源及其對事件的詮釋而定（Moen & Howery, 1988）。

Atchley（1975）從心理社會觀點提出，以職業和家庭生活隨著時間推移產生結構性變化的一種個人發展歷程。從圖1-1，我們可以看到生命歷程中，工作與家庭生活之間可能的結合形式。例如某一年輕女性婚前即在工作職場，結婚生子之後，因為要撫養子女而退出就業市場，待孩子長大又重返勞動市場，而她必須重新受訓。對她而言，職業生涯可能會產生很大的變化，諸如從全職工作退居到兼職工作，或從大企業轉至小企業，甚至成立個人工作室。對於那些結婚、生育子女、再結婚、再生育子女的人而言，家庭生活在其個人之觀點及體驗是有所不同的。這也可解釋為何婦女就業之職場與工作轉換，與其是否有孩子、孩子數目及孩子年齡有關。

生命過程模式受歷史時代的影響。生活於1900至1975年的人，其生命過程可能就與生活於1925至2000年代的人有所不同。人們可能在不同的人生階段，面對著不同的機遇、期望和挑戰而經歷同樣的歷史年代。職業機遇、教育條件和同族群人數的差異，是可能影響生活經歷模式的三個族群因素（Elder,

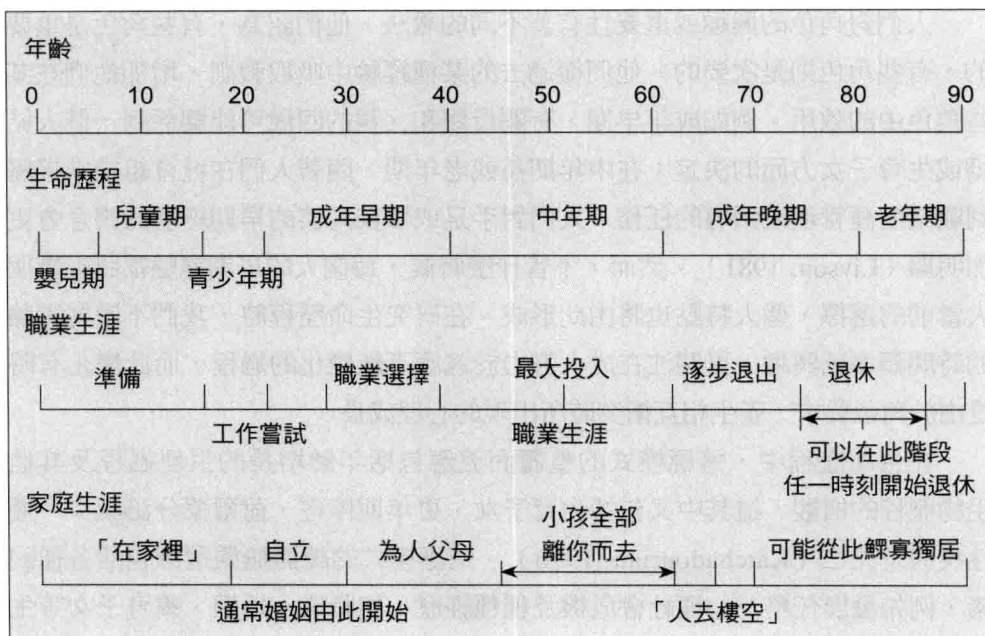


圖1-1 年齡、生命歷程、職業生涯和家庭生涯之間的關係

資料來源：改自 Atchley, R. C. (1975), p.264.

1981)。最近，日本學者將1955年之前出生的人歸之為舊人類，1955年之後出生者稱之為新人類。而在1965年之後出生者稱之為X世代（X generation），1975年之後出生的人為Y世代，及1985年之後出生的謂之為Z世代。這些世代歷經了社會變遷、教育模式等不同境遇，衍生了不同的價值觀，甚至形成了特定的次文化（subculture）。換言之，處於不同世代的父母，因受社會變動因素影響，而有不同的機遇及別人對其角色的期望，而產生此世代的個別經驗與知覺。對照於兒童福利（尤其是托育服務），此世代之父母對於養育子女的觀念及需求也會異於不同世代之父母，加上父母因需求之滿足或個人境遇之變化（例如離婚、單身家庭或外籍配偶家庭），對子女的管教與保育產生差異，進而對子女人生發展產生不同之影響。

儘管生命歷程與事件的時間順序密切相關，但有一種觀點認為，處於不同年齡階段的人對事件有不同的看法。人們並不是單純地在各個事件之中埋頭忙碌，他們會進行選擇。有些人在選擇時比別人更為小心、更為明智；他們接受某些職責，拒絕其他職責；而有些人則比其他人承擔更多的責任。



人們對角色的興趣或重要性有著不同的看法。他們認為，有些角色是重要的，有些角色則是次要的。他們從過去的某種經驗中吸取教訓，增加他們在某些角色中的效用。例如成年早期，有關母親和父親的回憶可能關係到一個人結婚或生育子女方面的決定；在中年期甚或老年期，隨著人們在社會組織中接觸到職業生涯管理或領導的任務，人們對手足或學校同儕的早期經歷的懷念會更加明顯（Livson, 1981）。然而，不管什麼時候，每個人的早期經驗都將影響個人當前的選擇，個人特點也將由此形成。在研究生命歷程時，我們不僅對經驗的時間順序感興趣，更關注在成人努力於適應不斷變化的過程，而此變化有時是由於角色要求，產生相互衝突時所出現的心理成長。

在生命歷程中，適應模式的整體面貌應包括年齡增長的生理過程及其他生物歷程的概觀，這其中又包括生育子女、更年期停經、荷爾蒙分泌減少、慢性疾病及死亡（Katchadourian, 1976）。適應模式的總體概觀還應包括各種因素，例如發展任務、心理社會危機及種種經歷，如職業、婚姻、養育子女等生活各個層面（Feldman & Feldman, 1975）；也包括規範性的、針對各個年齡的期望、發展期望和角色期望方面的背景；同時包括一廣泛涉及經濟危機、戰爭、饑荒、政治變革和社會運動等的社會歷史背景。對於一個特定的年齡群體來說，這些方面都會改變某些行為的涵義（Erikson, 1975; Miernyk, 1975）。事實上，大多數有關生命歷程的研究並沒有做到如此的全面分析。這些研究往往只是單獨涉及對心理社會事件的適應，或只是注重與年齡相關聯之期望背景（Brim, 1976）。

二、國內外對發展定義的界定

發展的意義牽連甚廣，要如何界定實賴學者以何種角度切入。Gesell（1952）認為，發展是一種有順序的、前後連貫方式展現的改變；Hurlock（1968）認為，發展是一種過程，在此過程中，個體內在心理狀況產生改變，隨之產生心理狀態因刺激而產生共鳴，促使個體能夠因應外在的刺激；Anderson（1960）亦強調，發展不僅指個體大小或比例的改變，更是個體能統合許多構造與功能的複雜過程；朱智賢（1989）則認為係指有機體在整個生命期的持續變化，先由遺傳因素再擴及環境因素之互動過程；張春興（1991）則認為，個體從出生至死亡這段時間，在個體遺傳範圍內，其身心狀況因年齡與

習得經驗的增加所產生的順序性改變的歷程。

過去對發展的定義常界定在個體出生之後，而事實上現在的焦點轉至從個體發展開始。

綜觀上述各家之定義，發展之定義可歸納出下列幾點：

- 1.發展的起點始於受孕，終止死亡。
- 2.發展為個體的改變，其改變過程式是有序的、漸進的、前後連貫的。
- 3.發展的內容包括生理與心理的改變。
- 4.發展的改變與遺傳、環境、學習、成熟有關。
- 5.發展不僅是量的變化，也涉及質的改變。
- 6.發展的方向是由簡單至複雜，由分化到統整。



第二節 發展心理學的歷史演進 ▶▶▶▶

一、17至19世紀哲學萌芽期

發展心理學的研究是從學齡兒童及幼兒開始，早期研究兒童的興趣源自於教育上的需求，為了改進兒童教育的歷程，尋求以良好的教學方法，增進教育的效用，如17世紀的科美紐斯（John Amos Comenius, 1592-1670）於1628年出版兩本書：《嬰兒學校》（*The School of Infancy*）與《圖片中的世界》（*World in Picture*），分別談及教育幼兒的方法。之後，也受到另一股現代哲學思潮的影響，如笛卡兒（René Descartes）、洛克（John Locke）、盧梭（Rousseau）、裴斯塔洛齊（Johann Heinrich Pestalozzi）、福祿貝爾（Friedrich Froebel）等思想之影響。

現代哲學思潮由法人笛卡兒提出身心二元互動論，認為人的身體主要是受心智（mind）所控制。英人洛克提出「白板」論（*tabula rosa*）的概念，認為個體心智如同白板般，有待後天經驗來形塑，這也是日後行為主義之濫觴。兒童的本質要靠後天來加以紀律才能形成有規範的公民。法人盧梭提出相對的自然論，其著作《愛彌兒》（*Emile*），更用「任其自然」（*laissez faire*）的概念，認為教育應歸於先天的自然說，教育更應本著兒童的本質，而少干涉。

早期的哲學思想提出養兒育女及教育兒童的觀點，但也引起日後對兒童研究的興趣，然而當時缺乏客觀（群體）研究之基礎，大多採用自然觀察及日記記錄方式來實地觀察兒童，例如18世紀末的斐斯塔洛齊就是第一位觀察兒童行為的記錄者，之後德人J. H. Tiedemann於18世紀出版《兒童心理發展觀察記錄》（*Observation on Psychological Development in a Child*）；19世紀末，由達爾文（Darwin）再出版《嬰兒傳記》。從此之後，此種日記式的兒童行為觀察記錄如雨後春筍般出版，其中以德人William T. Preyer在1882年出版的《兒童的心靈》（*The Mind of the Child*）最具價值，書中闡述3歲前幼兒的感覺和智力的發展。同時，德人馮德（Wundt）創立心理學學門，更以自然科學實驗方法專門研究人，並將心理學定義為一門科學。

個別行為的觀察，源於早期的哲學並發展成為一門科學，根源於歐洲大陸，但卻在20世紀後於美國發芽。美國兒童研究運動萌芽於霍爾（George Stanley Hall）及其弟子格賽爾（Arnold Gesell），他們首度運用問卷方法來蒐集兒童對事物的理解，並發表了《兒童心靈的內容》（*The Content of Children's Mind*），組織兒童心理學會。此後，霍爾便被稱之為「發展心理學之父」（Father of Developmental Psychology）。

二、20世紀心理發展期

在20世紀之後，由比奈（Alfred Binet）及西蒙（Theophile Simon）於1905年編製了世界上第一個標準化測驗，用來測量兒童的智力；此後吸引了很多學者前來研究探討，如皮亞傑（Jean Piaget）到此機構學習兒童智力測量，使皮亞傑後來發展了他的認知理論。此種標準化測量方法深深影響發展心理學研究，縱橫了一個世紀之久，例如日後就有學者專家採用縱貫研究（longitudinal study）來研究個體的成長，甚至發展至各個領域的常模研究。

繼兒童成長研究之盛行，使兒童研究的重心偏向生物學及心智能力的發展，也衍生了遺傳vs.環境之爭論，其重點在爭論生物的穩定性或後天的教育來促使兒童行為之改變。在20世紀的30至40年代，由於受到弗洛伊德（Sigmund Freud, 1856-1939）的心理分析理論之影響，兒童研究方法又側重於幼兒早期前五年的經驗，尤其是家庭動力如何對兒童造成日後人格之影響。50年代以降，兒童行為研究受到制約理論及社會學習理論的影響，促使兒童研究轉移至兒童