

2025060-专业技术岗03-心理学试讲教材-01



“十二五”普通高等教育本科国家级规划教材

符合《教师教育课  
程标准（试行）》

覆盖《中小学和幼儿园教  
师资格考试标准及大纲  
（试行）》中相关  
知识点

高等院校教师教育公共课教材

# 心理学

（第3版）

蔡笑岳  
主编

高等教育出版社



青少年期是指十一二岁至十八九岁这个年龄阶段，相当于我国初中教育阶段和高中教育阶段。这是个体由儿童向成人转变的时期，是生理迅速发育的时期，是作为一个社会的人由不成熟向成熟过渡的时期。心理发展贯穿人一生的主题，是一个错综复杂的过程。青少年经历着生理和心理上的剧变，因此，青少年阶段的发展是人一生中“飞流激荡”的关键期。研究青少年心理发展对于家庭、学校、社会都具有重要意义。

## 第一节 心理发展概述

从出生开始，人的心理总是处于不断的发展变化之中。这种在生命历程中表现出的心理变化，就是个体的心理发展。

### 一、心理发展概述

#### （一）心理发展的概念

心理发展是指人在一生中心理发生变化的过程。就发展心理学而言，“发展”不仅指由不成熟到成熟的过程，也指衰退、消亡的过程。但青少年的心理发展特指个体在由不成熟到成熟这一成长阶段的心理变化。因此，这里的心理发展主要指个体心理的积极、有序的发展变化，是个体心理连续、有规律的变化过程。心理发展不仅是量的变化，更重要的是质的变化，但不包括疾病、疲劳等原因导致的暂时的、偶然的后退表现。

以个体自控能力的发展为例，人在婴幼儿时期自控能力很差，几乎很难专心做什么事。最典型的表现就是在玩“捉迷藏”游戏时，不等别人找到他，就按捺不住兴奋，自己跳出来。上了小学以后，在正确的教学方法指导下，可以安静地上四五十分钟课，但若超过了这个时间，注意力就不能很好地集中了。到了高中阶段，学生们可以控制自己，克服疲劳，连续伏案学习几个小时，自控能力已接近成人。这个过程就是自控能力的发展过程。但若在这个过程中，某人由于疾病或重大社会变故，在一段时间内变得烦躁、注意力易涣散，这个变化就不能说是心理发展。

#### （二）心理发展的一般特征

心理发展具有连续性和阶段性、稳定性和可变性几个基本特征。

##### 1. 心理发展的连续性和阶段性

个体的心理发展是一个连续的过程，前后发展之间具有密切的联系，

先前的发展为后来的发展打下基础，是后来发展的前提，这就是心理发展的连续性。个体心理发展又是一个矛盾的运动过程，是一个不断从量变到质变的过程。当某些新质要素的量积累到一定程度取代了旧质要素而占主导地位时，量变的过程就发生了质的“飞跃”，于是表现为心理发展的阶段性。

以个体思维的发展为例，三岁幼儿的思维是直觉行动思维，他们绘画时不会事先构思，画什么算什么。在直觉动作思维的基础之上，随着知识经验的增加，儿童就可以脱离动作操作仅依靠记忆中保持的形象来进行思维，这样就产生了思维发展的一个质变，即形象思维产生了。在此基础上，随着语言的发展，儿童逐渐从主要依靠形象进行思维过渡到主要依靠语言进行思维，思维的发展又有了一个新的质变，即抽象思维产生了。

通常，我们把儿童和青少年心理发展划分为以下几个阶段，本章着重讲授少年期和青年初期学生的心理特征。

- (1) 婴儿期（1岁前）。
- (2) 童年早期（1—6岁），相当于托儿所和幼儿园阶段。
- (3) 童年中期（6—12岁），相当于小学阶段。
- (4) 少年期（12—15岁），相当于初中阶段。
- (5) 青年初期（15—18岁），相当于高中阶段。

心理发展是连续性和阶段性的统一。由于心理发展是一个连续的矛盾运动过程，质变在量变的基础上产生，因而不能把各个发展阶段看成绝对的、突变的。心理发展既有阶段性又有连续性，在每一个阶段开始时总是留有上一个阶段特点的痕迹；在每一个阶段的后期，下一个阶段的特点已开始萌芽。

## 2. 心理发展的稳定性和可变性

一般说来，个体心理发展具有一定的稳定性。这是因为，脑的结构和机能的发展有一个大致稳定的速度和顺序，人们认识事物都有一个从低级到高级、从简单到复杂、从外表到本质的过程。所以，在一定的社会教育条件下，大多数同龄儿童总是处于同一发展水平上，表现出相似的心理特点。并且，心理发展的顺序是不可颠倒的，因此心理年龄特征具有相对的稳定性。

个体心理的发展同时也具有一定的可变性。由于社会和教育条件的不同，每个个体在发展速度、最终水平、优势领域等方面往往是千差万别的。我们普遍觉得现在的孩子比以前的孩子聪明，就是由于随着社会的发展，教育和生活水平不断提高，使得儿童心理的发展变化速度加快。父母对家庭教育的重视程度、学校的教学水平等因素也会使儿童心理的发展表现出明显的个体差异。例如，有的儿童早慧，有的儿童晚熟，有的对音乐敏感，有的有绘画天赋。

心理发展是稳定性和可变性的统一，认识这一点对教育工作很有指导



意义。例如，过分强调心理发展的稳定性，就会忽视社会条件和教育工作对儿童心理发展的促进作用；过分强调心理发展的可变性，则容易夸大教育的作用而违背儿童心理发展的规律。现在有些家长无视儿童心理发展的规律和儿童自身的条件，一厢情愿地进行所谓“早期教育”“神童教育”。其结果只能是揠苗助长。

### （三）心理年龄特征

人在各个发展阶段都具有一些与其他阶段在质上相区别的心理特点，即个体的心理在某个年龄阶段具有的一般的、本质的、典型的特点，叫作心理的年龄特征<sup>①</sup>。

以观察力的发展为例，学龄前儿童观察水平有限，自觉性差，情绪性占主导地位，在观察过程中容易被鲜明、新奇的事物所吸引而忘记观察目的，观察时无顺序、无系统，这就是幼儿期观察力的年龄特征。小学高年级学生的观察能力有了较大的发展，能够描述事物之间的表面联系，但还不能认识事物之间的内在联系，这就是童年期学生观察力的年龄特征。青少年学生的观察活动有了目的性、系统性，但是精确性不够，容易过早下结论，这就是青少年期学生观察力的年龄特征。

心理发展的年龄特征是从许多个体心理发展的事实中概括出来的，它代表了大多数人在这一年龄阶段的典型特征和一般趋势。但是，我们既不能把某一阶段的年龄特征认为是每个儿童都应具有的特征，也不能把某个儿童偶然表现的特例作为年龄特征。在年龄特征问题上，要正确处理一般性与个别性、典型性与多样性、稳定性与可变性的关系。

## 二、心理发展的影响因素与动力

心理的发展有其共同性的一面，又有其差异性的一面。就群体而言，大家经历着同样的发展阶段，表现出相似的年龄特点。就个体而言，每个人的发展进程有快有慢，发展水平有高有低。

### （一）影响心理发展的因素

影响儿童心理发展的因素大致可以分为两大类：一是生物方面的因素，二是环境方面的因素。生物因素指那些与遗传、生理成熟相联系的生物体内在因素。环境因素又分为两方面：一是儿童生存的自然环境，如营养、气候等；二是人类社会环境，即儿童所处的社会生活条件和受教育条件，包括家庭、社会、学校等方面。

<sup>①</sup> 许政援，等，儿童发展心理学，长春：吉林教育出版社，1987：66.

## 1. 遗传的作用

遗传是一种生物现象，指生物体通过生殖的方式将祖先在长期生物进化过程中形成和固定下来的生物特征传递给下一代。遗传的生物特征，主要是指有机体的那些与生俱来的构造、形态、感官和神经系统方面的生理解剖特征，其中对心理发展具有重要意义的是神经系统的结构和机能的特征，这些遗传的生物特征也叫遗传素质。我们可以从两个方面来看遗传素质对心理发展的作用：

### （1）遗传素质是心理发展必要的物质前提

遗传素质是儿童心理发展的最初的自然物质前提，儿童心理是在这个最初的物质基础上形成和发展的。没有正常人的遗传，就没有正常人的心理。由于遗传缺陷而脑发育不全的儿童，往往带有严重的智力障碍；猩猩、海豚等高等动物，无论怎么样训练，其智力水平都远不及人类。这些现象都证明，遗传素质是儿童心理形成和发展的前提。

### （2）遗传素质的个别差异提供了儿童心理发展个体差异的可能性

儿童生命之初的内部状态就是遗传素质，外界的刺激主要通过这些最初的遗传素质起作用。儿童的遗传素质是有个别差异的，世界上除同卵双生子以外，每个个体都有独特的遗传模式，遗传模式的差异为心理机能的个体差异提供了基础。如刚出生的婴儿就有高级神经活动类型的个别差异，有的平和安静，有的活泼好动。这种遗传的差异制约着儿童对外界刺激的反应，为心理发展的个别差异提供了最初的可能性，同时也奠定了儿童个性发展的“底色”，使之易于朝某个方面发展。例如，多血质的儿童易于形成敏捷的思维品质和乐观的性格，而抑郁质的儿童易于形成深刻的思维品质和内倾的性格。

由此可见，遗传为心理发展提供了最初的物质前提和可能性，在某种环境的影响下，这种最初的可能性最终变为发展的现实。可以说，儿童每一步的发展都是遗传和后天环境因素相互作用的结果。

## 2. 生理成熟的作用

个体出生以后，身体各部分及各器官的结构和机能还要经过很长时间的生长、发育过程，才能达到结构上的完善和机能上的成熟。这种生理的发展过程，就是成熟。成熟是心理发展所依存的内部生理条件，它是一种先天决定的、相对独立于环境的机体成长或身体变化顺序。

生理成熟制约着心理发展的次序和规律。心理发展的过程与生理发展特别是脑的发展是密切相关的。例如，大脑额叶、顶叶部分的神经髓鞘化要在7岁左右才接近完成。有了这个生理成熟的前提，幼儿开始能够学习控制自己的行为，通过语言形成抑制性的条件反射。如果机体尚未成熟，即使给予某种训练，也难以取得相应的效果。美国心理学家格赛尔



(A. Gesell) 的双生子爬楼梯实验, 有力地说明了生理成熟在机能发展中的作用: T 和 C 是一对双生子, 在他们出生 48 周后, T 开始接受爬楼梯训练, 每日练习 10 分钟, 连续 6 周。C 从出生 53 周开始接受这一训练, 仅训练两周, 就赶上了 T 的水平。可见, 在没有达到生理成熟水平之前就训练儿童去掌握某一技能, 效果是欠佳的, 即学习依赖于生理成熟所提供的准备状态。

虽说生理发展的水平和规律在一定程度上制约着心理发展的水平和规律, 但生理发展并不能决定心理的发展。教育条件好的大中城市的儿童比偏远山区的儿童心理发展的水平要好一些, 现代的儿童比百余年前的儿童心理发展水平要高一些。这说明, 除了遗传和生理因素以外, 后天环境对个体心理发展起着重要的作用, 其中, 社会生活条件和教育与个体心理发展的关系最为重要。

### 3. 社会生活条件和教育

首先, 人类除了通过遗传把特有的机能结构传给下一代以外, 还要通过语言、文字等方式将人类社会在长期发展中所积累的精神文明传递给下一代。儿童通过出生后许多年的学习掌握这些成果后, 其心理才能获得高度发展。因此, 离开了社会生活条件和教育, 儿童的心理是不可能得到正常发展的。

其次, 不同的儿童生活在不同的社会、家庭、学校, 受的社会生活条件的影响是不同的。以遗传素质为基础, 儿童心理发展的个别差异在很大程度上取决于每个儿童所享有的具体生活条件和教育。在这个意义上, 社会生活条件和教育决定了儿童心理发展的水平、速度、方向。

许多关于早期母爱剥夺的研究证明, 儿童早期抚养中的社会因素对儿童智力、情感发展具有重要作用, 其中, 婴儿早期所感受的母爱和社会交往更具有深远的影响。一些被孤儿院收养的孤儿, 虽然他们的物质生活条件不一定比普通家庭的儿童差, 但由于缺乏必要的抚爱、交际, 心理、情绪表现都不正常。有的表现出社交冷淡, 缺乏依恋的动机与能力, 社会交往能力也很差。有的则相反, 表现出一种情感“饥饿”状态, 十分贪求别人关注他、爱抚他。而且, 这些孤儿智力发展迟缓, 语言及抽象概括能力也很差。对母爱被剥夺的孤儿的跟踪研究表明, 孤儿院的孤儿被家庭领养后, 各方面的发展都比留在孤儿院的孤儿有显著的提高, 虽然领养家庭的物质条件与孤儿院没有差别, 但是被领养的孤儿由于得到了更多的母爱和社会交往, 社交能力和智力发展较好。这方面的研究证明, 社会生活条件对心理发展具有十分重要的作用。

个体心理的发展是遗传和环境相互作用的产物, 遗传和环境是相互制约、相互依存的。环境对某种特性或行为的发生、发展能否起作用, 能起多大的作用, 往往依赖于这种特性或行为的遗传基础。同时, 遗传作用的

大小也依赖于环境的变量。在现代生物学中关于基因型发展为表现型时的反应范围的研究,有助于解释发展变异中遗传与环境的依存关系。所谓“反应范围”,是指某种基因型在不同环境影响下个体的某种能力或特性可能的变化范围。以智力的反应范围为例(见图 5-1),假设有三种不同潜力的儿童基因型 A、B、C(A 的智力潜能最低, C 最高),在不同的环境条件下他们智力反应的范围也不同: C 有一个较广阔的反应范围,在最有利的环境作用下,他可以达到相当高的上限,但在最不利的环境条件下也可以落到基因型 A 的范围中;而 A(智力潜能最低者)则只有一个较低而且有限的反应范围,即使在最有利的环境下其发展也是很有限的。这个研究说明,如果基因型潜能很大,环境变量对它的影响也很大;反之,环境变量所起的作用则较小。

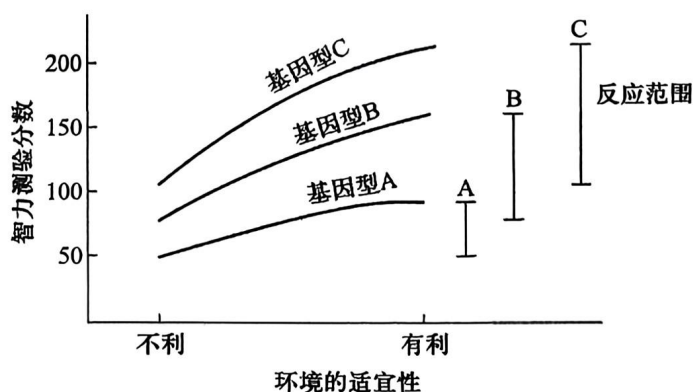


图 5-1 三种基因型的环境适宜性与智力反应范围

此外,遗传和环境,成熟与学习对心理发展的相对作用也非始终不变的,它们的影响在不同的发展阶段、不同的发展水平、不同的心理机能方面都是不同的。在发展的低级阶段,一些简单的初级心理机能,如感知觉、初级语言等方面受生理成熟的制约性较大。例如,婴、幼儿时期的动作发展,即使没有专门的训练,坐、走、抓等动作也会自然成熟。而复杂的高级心理机能如抽象思维能力、高级情感、个性品质等,则更多地受社会生活、教育条件的制约。

总的来说,遗传和环境因素对心理发展的影响作用是发展的可能性与发展的现实性之间的辩证关系,个体的生物遗传因素规定了心理发展的潜在可能性和范围,个体的社会生活、教育条件决定了他在这个范围内的实现水平。