第四单元 婴儿的认知发展

一、婴儿感知觉的发展

（一）婴儿感觉的发展



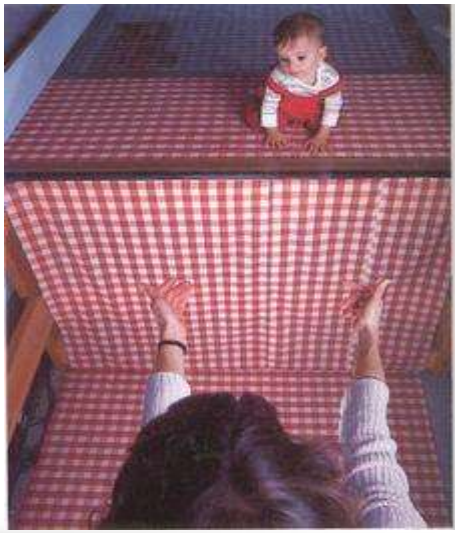
✓视觉技能：视觉集中、视觉追踪运动、颜色视觉、对光的觉察和视觉敏锐度

✓听觉技能：听觉辨别能力、语音感知、视听协调能力、音乐感知

第四单元 婴儿的认知发展

一、婴儿感知觉的发展

（二）婴儿知觉的发展



✓跨感觉通道的知觉：手眼协调和视听协调

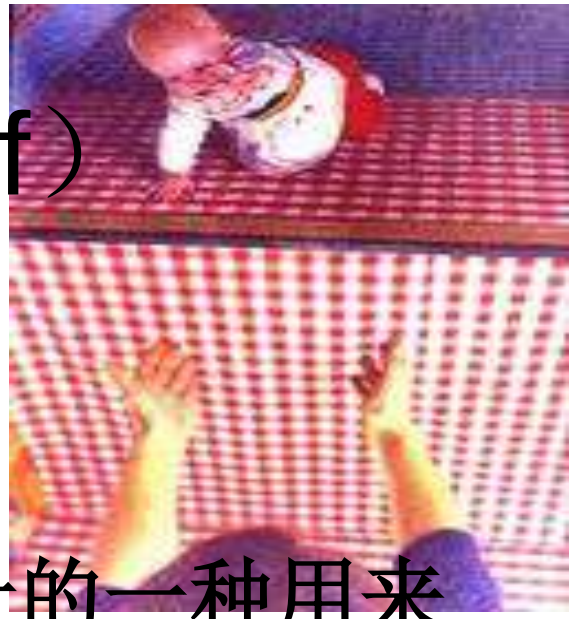
✓模式知觉：不仅知觉物体部分，还能知觉为一个有机的整体（人脸）

✓深度知觉：六个月开始

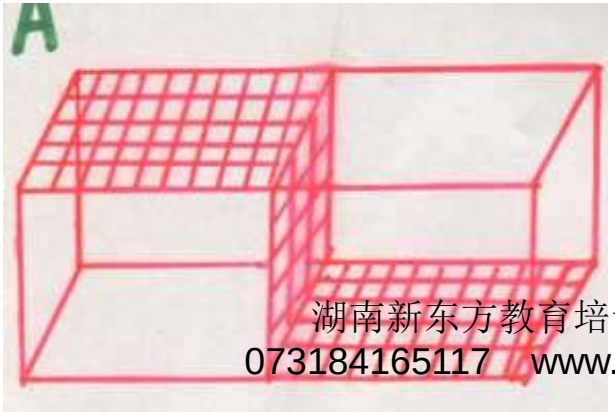
✓婴儿期是感知觉发展的关键期，感知训练在此时最佳

✓抚触的重要作用

视　崖（visual cliff）



- 视崖即“视觉的悬崖”。
- 美国心理学家沃克和吉布森（**R.D.Walk & E.J.Gibson**）设计的一种用来观察婴儿深度知觉的实验装置。
- 实验证明，出生六个月左右（甚至更早些）的婴儿，尽管母亲向他（她）招手呼唤，诱导其爬向母亲，但均被拒绝。这说明他们已经具有了深度知觉的能力。





湖南新东方教育培训中心
073184165117　www.xdfpx.com

- 动物实验表明，凡是一出生就会行走的动物，生后不久就能看出深度而躲避“悬崖”；而生后尚需经过一定时间才会行走的动物，则和人类的婴儿一样，要到会爬一段时间以后，才能看出深度而躲避“悬崖”。
- 近些年研究发现，两个月婴儿就对视崖有反应，也许婴儿的深度知觉不是后天经验的产物





第四单元 婴儿的认知发展

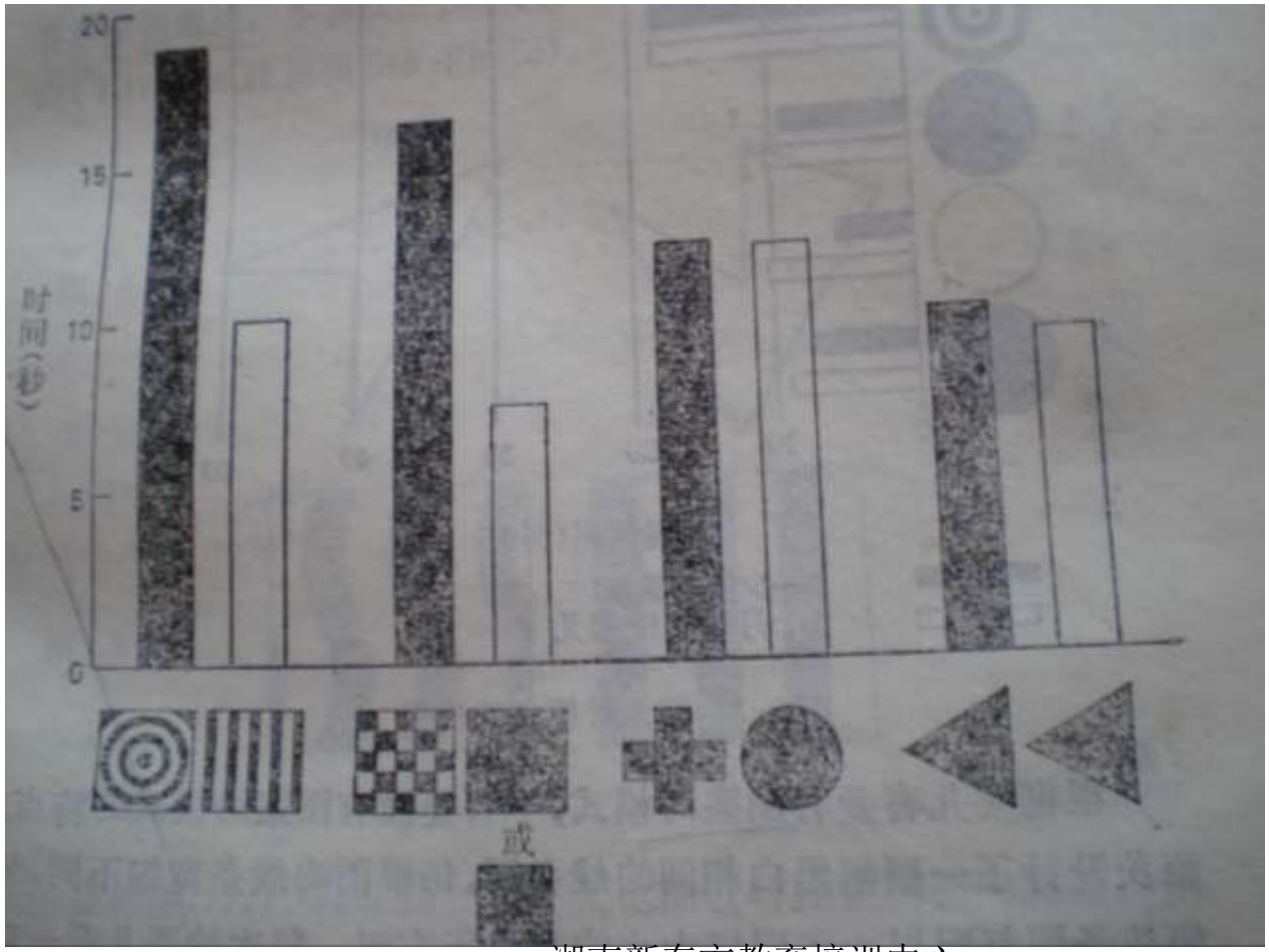
二、婴儿注意和记忆的发展

（一）婴儿的注意

✓从不随意注意发展到随意注意；受客体刺激物的外部特征所制约发展到受主体内在心理活动控制

✓注意的发展趋势主要表现在注意内容的选择性

范茨专门研究了婴儿的视觉偏爱，发现婴儿喜欢复杂的模式胜过简单的模式。



给婴儿6个圆盘，分别为人脸、印刷资料、靶心园，另外三个为红、白、黄三个圆盘。结果发现，从出生几天到6个月的婴儿喜欢有图案的。

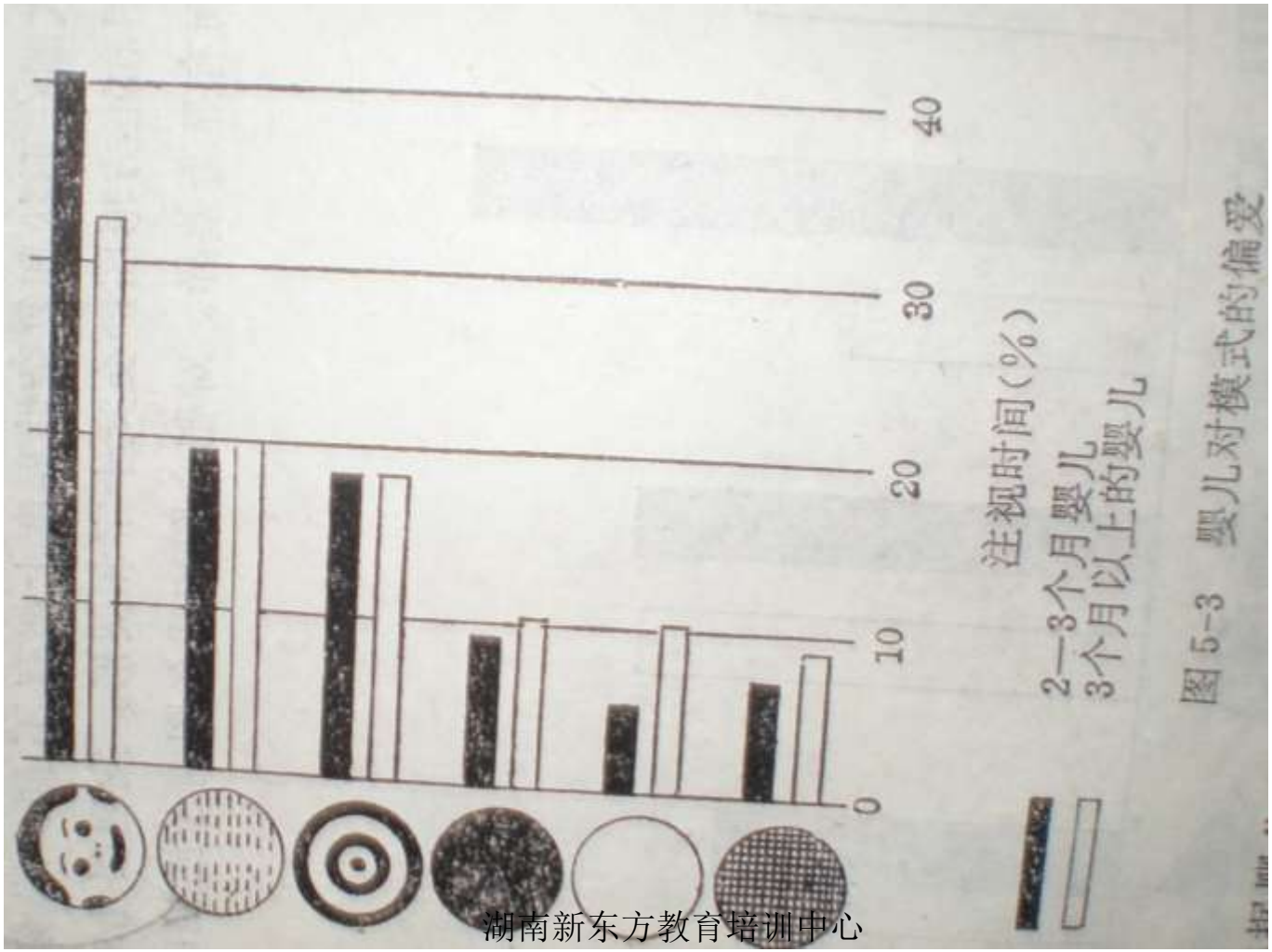
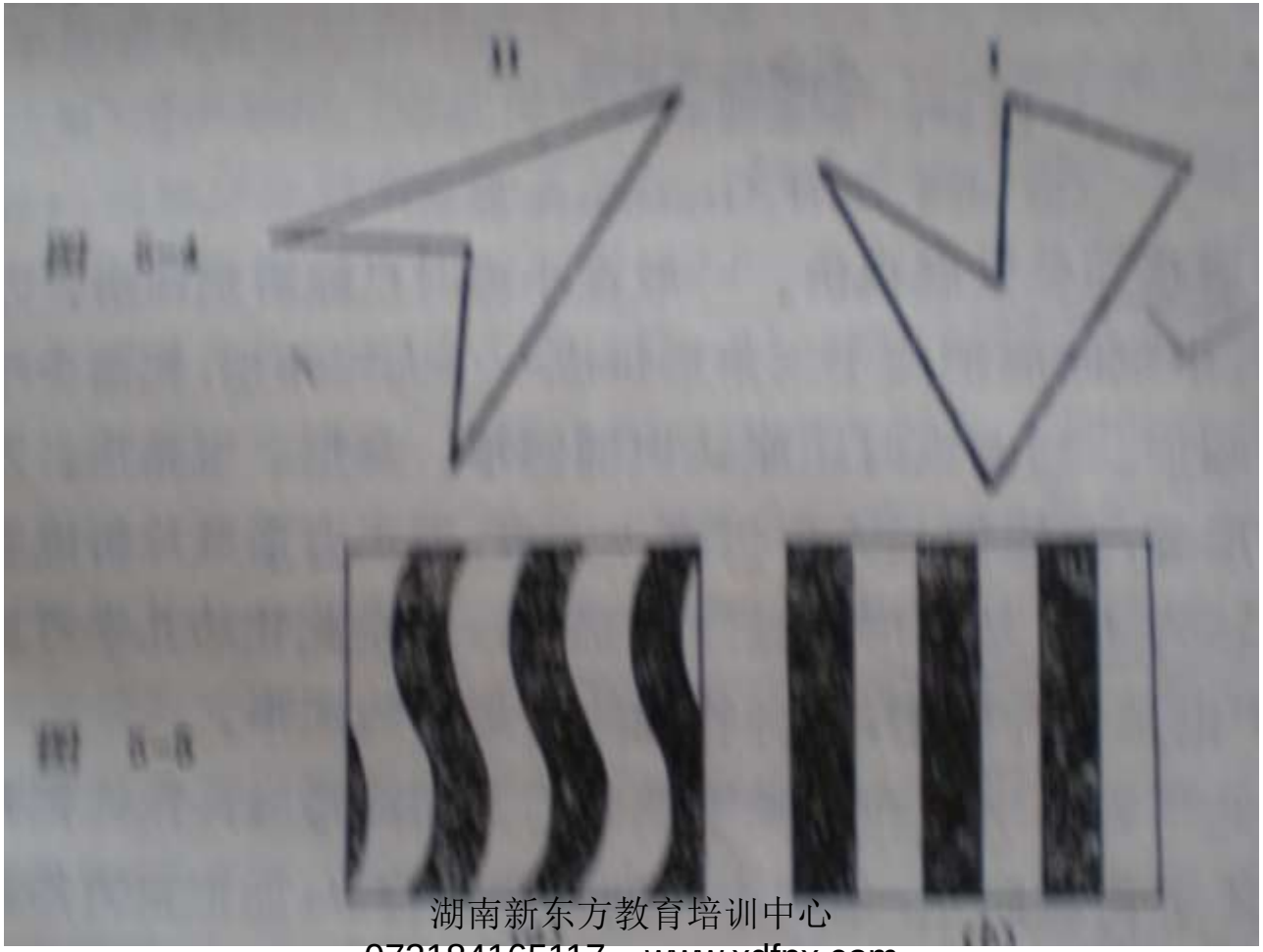


图 5-3 婴儿对模式的偏爱

婴儿喜欢活动的和轮廓多的图形；
喜欢曲线而不喜欢直线或直角。



湖南新东方教育培训中心
073184165117　www.xdfpx.com

（二）婴儿记忆的发展

- **记忆的发生在胎儿末期**

1. **3-6个月：长时记忆可保持数天或数周**
2. **6-12个月：模仿动作出现**
3. **12月以前以情绪和动作记忆为主，12月以后以符号记忆为主，提升到以表象记忆和词语记忆为主导水平**
4. **12个月以后：延迟模仿出现**



延迟模仿（12个月后）

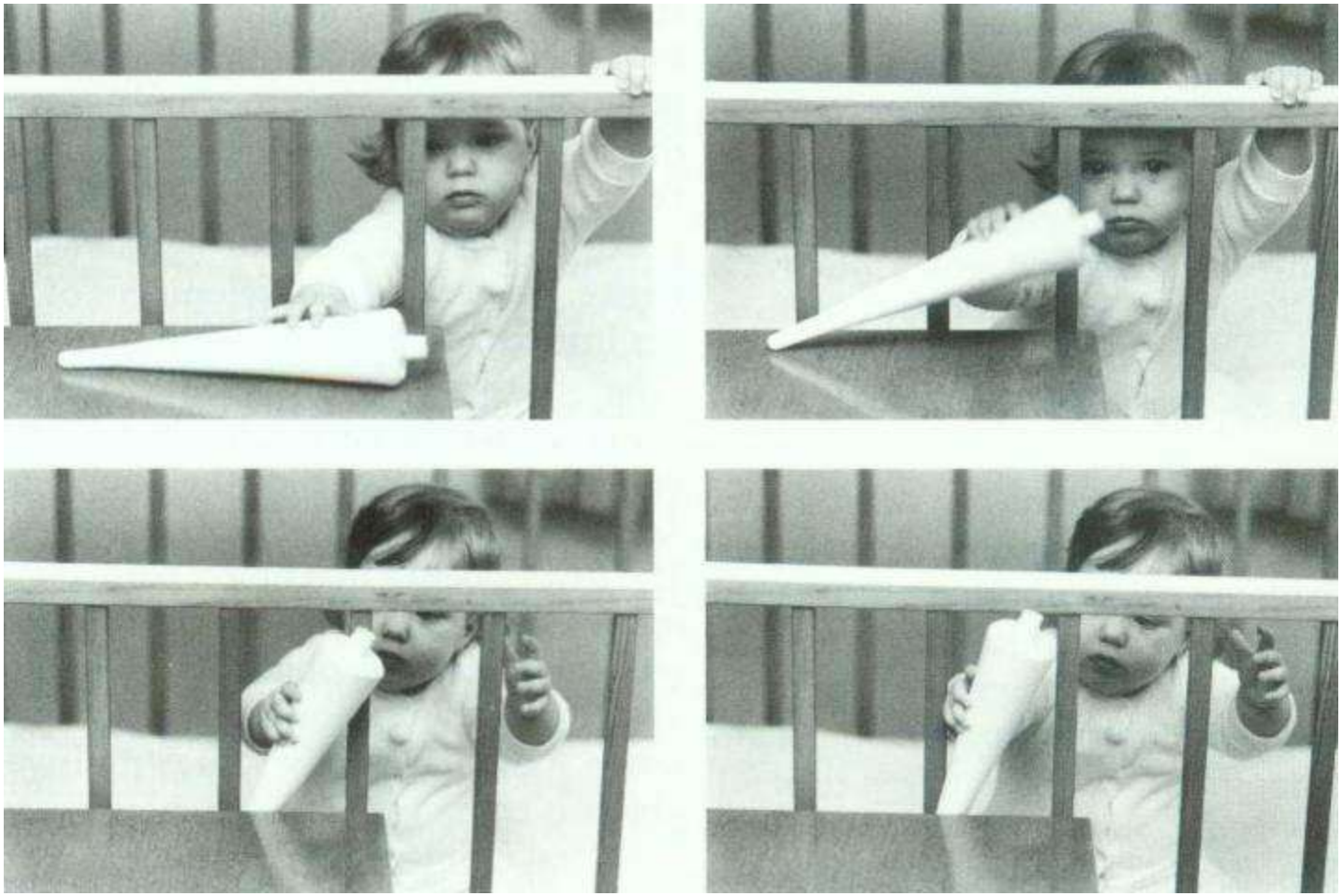
- 儿童在观看了他人的某一行为之后，可以将此重新再现出来的能力。正是这种能力使儿童能将其所接受的各种表象信息以心理符号的形式贮存下来，并迅速积累大量的表象性素材，从而促进儿童表象性思维的发展。
- 皮亚杰认为，儿童内在表征系统发展的最早表现是延迟模仿的出现。它标志着婴儿表象记忆以及再现能力的初步成熟 。

第四单元 婴儿的认知发展

三、婴儿的加工信息能力与问题解决能力的发展

✓加工信息：已经具有整合信息并分类编码的加工能力，9-12个的婴儿能将食品、动物、交通工具等分别归类。

✓问题解决：8-11个月婴儿的问题解决经历三个水平：无效尝试；有效尝试；无需尝试直接成功。



婴儿解决问题的思维过程

湖南新东方教育培训中心
073184165117　www.xdfpx.com

思维的发展（思维发生和萌芽阶段）

典型特征：直觉行为思维。其特点为：



- 直观性和行动性
- 间接性和概括性
- 缺乏对行动结果的预见性和计划性
- 思维与语言开始联系，开始出现形象性特点。

1岁以内基本无思维活动

1岁后出现一定的概括性思维活动

促进婴儿的感知发展

- 在不同位置携带婴儿

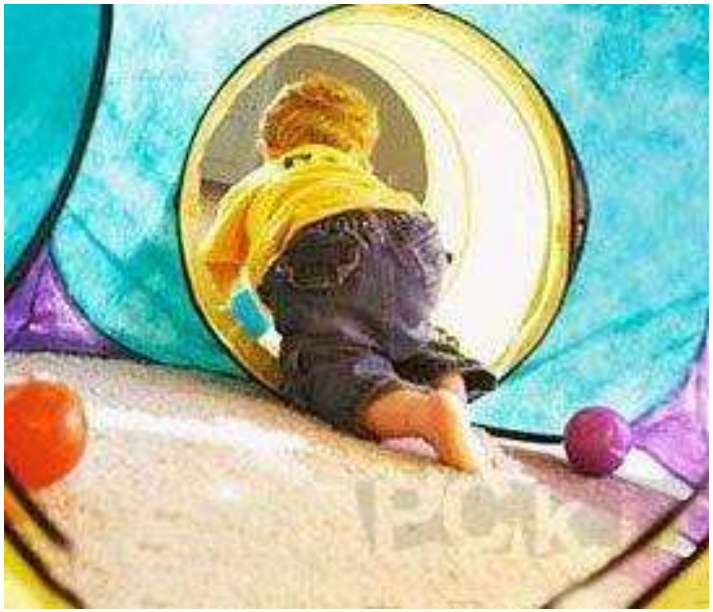






让婴儿从不同角度观察世界

- 让婴儿探索他们周围的环境





- 让婴儿参加一些打闹游戏





父亲对幼儿发展的影响

刺激年龄较大婴儿的运动和感觉系统发展

- 让婴儿触碰他们的食物

手和嘴是他们认识世界的方式





- 给婴儿提供能刺激其感觉的玩具







有助于提高婴儿的感觉能力

第五单元 婴儿的言语发展

一、婴儿的发音

- **0-4个月，简单发音阶段：h,k,a,o,e**
- **4-9个月，连续音节阶段：dada**
- **9-12个月，有意义的语音，说话萌芽阶段：baba**

- 不同民族和国家的婴儿最初的发音呈现出普遍的规律性
- 婴儿真正掌握母语的各种发音，要到第一批词出现时才能开始
- 3岁左右婴儿基本能掌握母语的全部发音。
- 6个月前的婴儿时语言专家

第五单元 婴儿的言语发展

二、婴儿词汇的发展



- **1-1.5岁，建立第一批词：50个-60个**
- **3岁，词汇量爆炸性增长：到1000个**

➢是从所熟悉的事物的名称开始，所涉及的词汇范围有人、食物、玩具、动物和交通工具等。

➢理解的词义与大人不尽相同，或扩大，或缩小，或部分重叠。

第五单元 婴儿的言语发展

三、婴儿句子的发展

- 1岁到1岁半能使用不完整句，从单词句、双词句到电报句；
- 1岁半到2岁的句法结构多属完整的简单句和一定程度的复杂句；
- 3岁儿童基本上使用完整句。

- 单词句——双词句
- 简单句——复杂句

第五单元 婴儿的言语发展

四、婴儿与成人之间的言语交往

- 前言语交往：手势
- 婴儿与成人言语交往：说出的是他所知道的和表达其愿望及要求的内容
- 成人与婴儿言语交往

- 内容贴近婴儿已有的知识经验，一般限于眼前的事物
- 适应婴儿言语发展水平的交流技能（引起兴趣，感叹）
- 适合于婴儿说话的语用技巧（句子简短，语速慢，合乎语法）
- 采用互动方式和促进发展的策略（把孩子看作交谈对象，辅以游戏姿势，对孩子的单字词等进行扩展）
- 可使用丰富的词汇量

第五单元 婴儿的言语发展

五、语法的获得

– 1.5-2.5岁的婴儿是掌握母语基本语法的关键期，到了三岁末基本掌握了母语的语法规则系统。

- 人脑的结构和机能是生物性前提
- 认知发展是句法发展的基础
- 与周围人的言语交往是句法获得的必要条件
- 对成人语言的学习和选择性模仿是句法习得的重要条件
- 儿童可以主动而创造性地探索语法规则
- 语言生成机制视频

第六单元 婴儿个性和社会性发展

一、婴儿的气质

（一）婴儿的气质类型

□气质类型是指表现在人身上的一类共同的或相似的心理活动特性的典型结合。

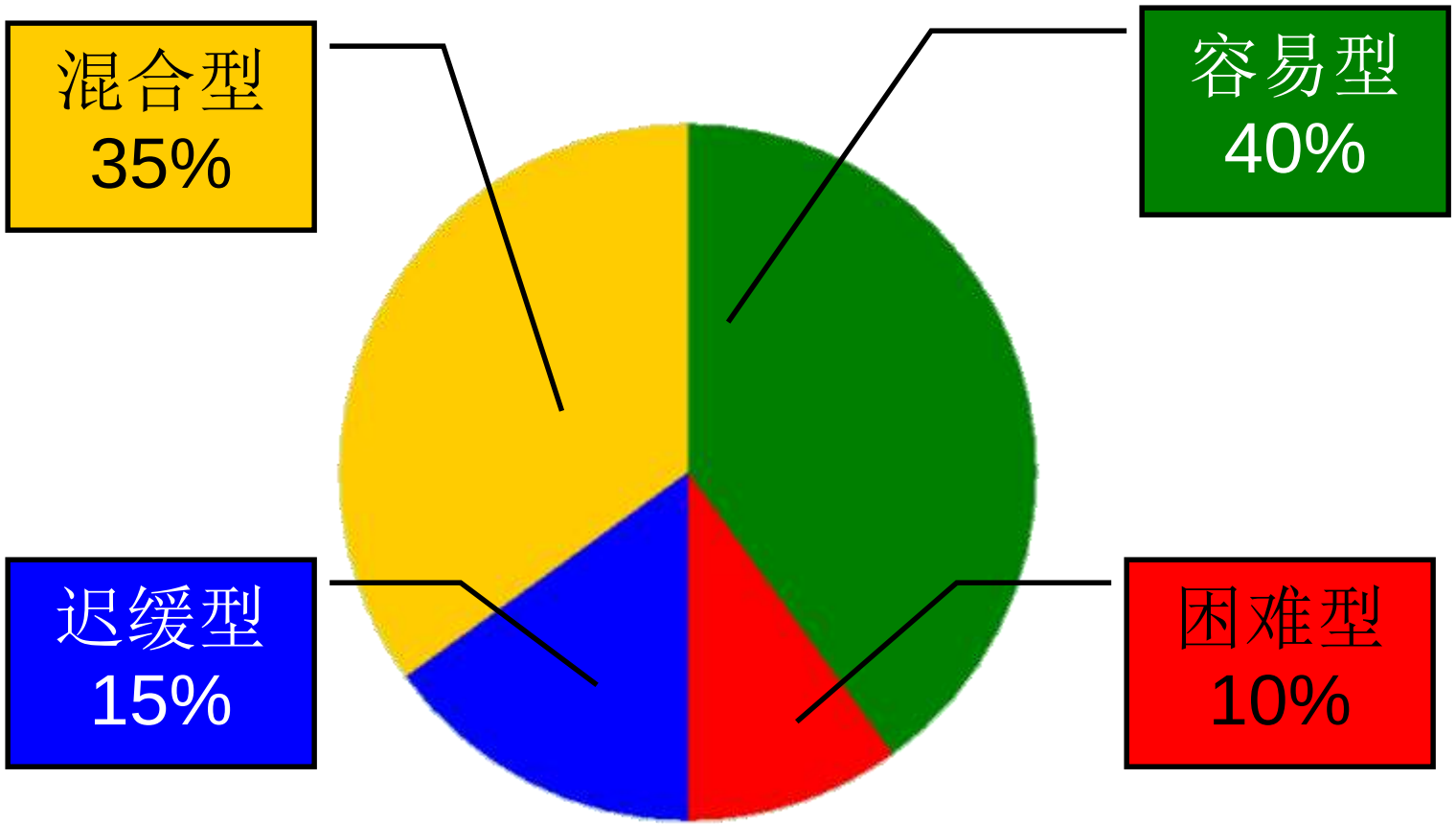
1.按活动特性划分（情绪性、活动性、冲动性、社交性）

2.按三种类型划分，如下：

1、容易抚养型：易于适应环境，生活习惯规律，情绪愉快，喜欢探索，主动交往。

2、抚养困难型：难以适应环境、生活无节律，负性情绪多，对新异刺激反应消极。

3、发展迟缓型：适应环境缓慢，生活习惯逐渐变化；情绪通常不甚愉快，对新刺激慢慢感兴趣。


混合型
35%
容易型
40%
迟缓型
15%
困难型
10%

第六单元 婴儿个性和社会性发展

一、婴儿的气质

（二）婴儿气质的稳定性特征

- **在出生后第一年，婴儿气质的稳定性呈连续增长的模式。**
- **气质的稳定性是中等程度的稳定性**

（三）婴儿气质的可控性和可变性及其与教养的关系

- **婴儿气质对早期教育的影响：不同气质类型的婴儿对早期教育的适应性和要求不相同。**
- **早期教育对婴儿气质的影响作用：环境教育的要求是否与婴儿的气质特征相符合、相适应。（拟合优化模式：良好和谐家庭环境）**

托马斯-切斯拟合优度模式

- 1.拟合优度是指气质的良好发展关键在于父母的教养方式要与婴儿气质特点相符合。
- （1）识别每个孩子的气质类型，理解接受他们的气质特点。
- （2）耐心鼓励他们表现更多的适当行为。
- （3）孩子有消极行为时，父母要积极正面教育孩子，为孩子创造健康、愉快、稳定的家庭环境，婴儿的适应障碍会随着年龄增长而降低。

- 2.拟合劣化
- 拟合劣化是指父母的教育方式与孩子气质不一致，会助长孩子的抵抗性和冲突性人格。



- 针对各种气质类型的教养建议
- （1）容易型婴儿对各种教养方式都适应。
- （2）困难型婴儿
- 热情、耐心、有爱心的对待困难型婴儿，理解孩子的气质特点，积极采取适合其特点的有针对性的措施，使孩子健康、良好的适应发展。

- （3）迟缓型婴儿
- 尊重婴儿的气质，让婴儿按照自己的速度和特点适应环境，不给压力，顺其自然。在他们尝试的过程中给予热情帮助和具体指导。

启示

- 每个婴儿都带着独一无二的气质来到这个世界，气质没有好坏之分。父母要做的就是提供适合儿童发展的成长环境，给他们以成长的力量，帮助他们迎接成长的挑战。



第六单元 婴儿个性和社会性发展

二、婴儿基本情绪的发展

（一）婴儿兴趣的发展（先天反射-相似再认-新异探索（1周岁））

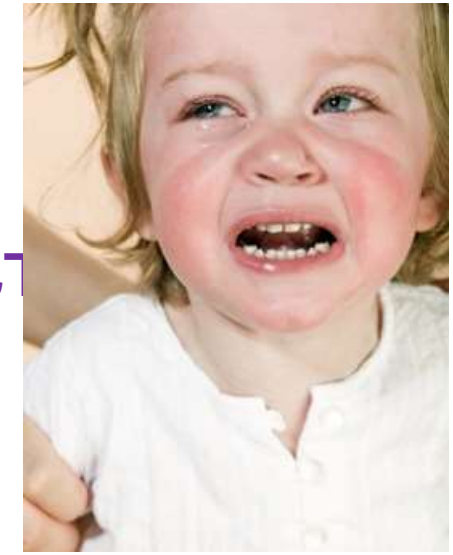
（二）婴儿的社会性微笑

- **自发性微笑阶段-无选择的社会性微笑-有选择的社会性微笑。**

（三）婴儿的社会性哭泣

- **自发性的哭-应答性的哭-主动操作性的哭**
- **原因：饿、瞌睡、身体不佳、心理不适、感到无聊**

第六单元 婴儿个性和社会性发展



二、婴儿基本情绪的发展

（四）分离焦虑

- 是指婴儿在离开母亲，遭遇陌生人和陌生环境的情况下，产生惊恐、躲避反应。

（五）情绪对婴儿生存和发展的意义

- 情绪是婴儿早期适应环境的首要心理承担者
- 情绪是激活婴儿心理活动和行为的驱动力
- 情绪的社会性参照功能（婴儿面临陌生环境会从母亲面孔上搜寻表情信息，帮助自己确定做出的反应或应采取的相应行动，七八个月时发生，逐步发展）



圖 3-17　6~8 個月大時開始產生陌生人焦慮，8~12個月達高峰

湖南新东方教育培训中心
07318416511.7 www.xdfpx.com

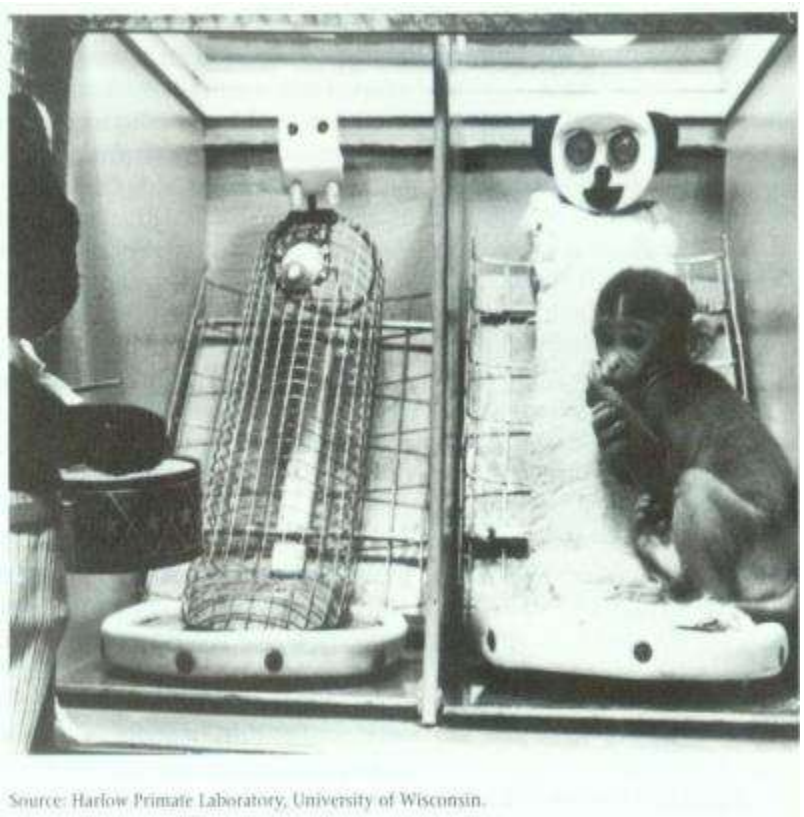
第六单元 婴儿个性和社会性发展

三、婴儿的社会性依恋

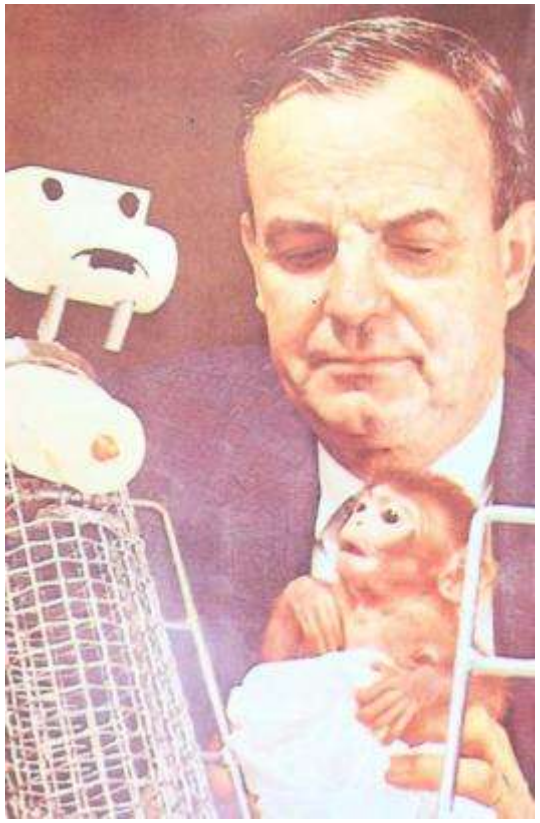
依恋是婴儿与照顾者之间的相互作用不断强化的情感联结，也是婴儿情感社会化的重要标志。



哈洛的恒河猴实验


Source: Harlow Primate Laboratory, University of Wisconsin.

个体对心理的需要有时甚至比生理需要更为强烈。









缺乏依恋的猴子

（一）依恋的发展阶段

- 无差别的社会反应（喜欢所有人）
- -有差别的社会反应（喜欢母亲熟人）
- -特殊的情感联络（对母亲依恋）
- -互惠关系的形成。（依恋调整，把母亲做伙伴）



- （二）依恋的类型
- 安全型-回避型-反抗型
- （三）早期教养对依恋的影响
- 早期社会性依恋的重要意义：对人格；对个体内在工作模式
- 衡量婴儿期母亲教养方式的三个标准：反应性（敏感）；情绪性（积极情感交流）；社会性刺激（丰富环境和活动）

陌生人情境测验（艾恩斯沃斯）

- （1）基本假设：婴儿被置于由亲子分离和陌生人出现所导致的压力情境中，更能突出其寻求安全的努力，因此依恋能最好的观察到；
- （2）实验方法
- （3）实验结果

陌生人情境测验的具体步骤

情节	事件	要观察的依恋行为
1	实验者、母亲和儿童进入房间，实验者离开	
2	母亲在旁边看孩子游戏	将母亲作为安全基地
3	陌生人进入房间，并坐下和母亲说话	对陌生人的反应
4	母亲离开房间，陌生人进行抚慰	分离焦虑
5	母亲返回，并提供必要的抚慰，陌生人离开	对重聚的反应
6	母亲再次离开	分离焦虑
7	陌生人回来，并提供抚慰	被陌生人抚慰的可能
8	母亲返回，并提供必要的抚慰，陌生人离开	对重聚的反应

实验结果

- 因变量的指标：
  以母亲离开或返回时婴儿的一般性行为为考察指标。

- 参与实验的婴儿有三种类型的反应：
  （1）、把母亲作为探索的基础；当母亲离开，感到难过；但是，当母亲返回，迅速得到安慰；积极欢迎母亲的归来；

  （2）、当母亲离开，很少哭叫；当母亲返回，忽略或积极地回避，当把他抱起时，有时明显不看或者不紧贴母亲；

  （3）、对分离与重新团聚，表现出矛盾的、没有组织的反应；当母亲返回，可能哭叫，但是会抛开，或者一边看着其他地方，一边接近母亲

成人依恋

回避型：与别人亲密令我感到有些不舒服；我发现自己难以完全信任他们、难以让自己依赖他们。当别人与我太亲密时我会紧张，别人想让我更加亲密，这使我感到不舒服。

安全型：我发现与别人亲密并不难，并能安心地依赖於别人和让别人依赖我。我不担心被别人抛弃，也不担心别人与我关系太亲密。

反抗型：我发现别人不乐意像我希望的那样与我亲密。我经常担心自己的伴侣并不真爱我或不想与我在一起。我想与伴侣关系非常亲密，而这有时会吓跑别人。

如何促进安全依恋的形成？

- 肌肤接触
- 及时的正确的回应
- 逗孩子玩和笑
- 表达对孩子的爱
- 有规律的生活（孩子的规律）
- 一岁前没有被宠坏的孩子



第六单元 婴儿个性和社会性发展

四、婴儿自我的发展

（一）发展过程

- 主体自我意识：1岁左右出现，把自己作为活动的主体；把自己与他人分开。（红点实验）
- 客体自我意识：两周岁左右，能作为客体来认知，能运用人称代词称呼自己和他人（自我意识第一次飞跃）

（二）促进婴儿自我的健康发展

- 安全的亲子依恋关系，亲子交往的质量，对孩子充满爱心，对孩子的需要作出敏感的反应，热情地鼓励孩子，合理安排和组织孩子的生活环境；这些均有利于自我的健康发展。

婴儿期的心理卫生

一、保证婴儿充足的营养和睡眠

二、给婴儿丰富的生理、环境刺激，促进感知觉发展

三、鼓励婴儿活动，多参加社会生活，促进思维发展

四、关注婴儿的情感需要，建立安全型的母婴依恋

五、针对不同类型的气质特点，积极对待婴儿 。对迟缓型婴儿教养的关键，在于让这些孩子按照自己的速度和特点去适应环境。家长不要给他们施加压力，多鼓励他们去尝试新经验。对困难型宝宝要有耐心，理解他们的气质缺陷，用良好的家庭氛围，父母的榜样作用，帮他们逐步改变不良个性

练习

- 单项选择题
- 1 婴儿期的年龄范围是（ ）
  - A 0-1岁
  - B 0-3岁
  - C1-2岁
  - D 1-3岁

  - 答案：B

练习

- 单项选择题
- 2 个体认知发展中最早发生，也是最先成熟的心理过程是（ ）
  - A 动作
  - B 感觉
  - C 知觉
  - D 条件反射

  - 答案：B

练习

- 单项选择题
- 3 婴儿对多次呈现的同一刺激的反应强度逐渐减弱，乃至最后形成习惯而不再反应。这是（ ）
  - A 兴奋
  - B 抑制
  - C 习惯化
  - D 去习惯化
  - 答案：C

练习

- 单项选择题
- 4 艾斯沃斯将婴儿依恋划分为（ ）等类型
  - A 安全型依恋、回避型依恋、反抗型依恋
  - B 容易型依恋、困难型依恋、迟缓型依恋
  - C 初级依恋、次级依恋、高级依恋
  - D 无差别的社会反应、有差别的社会反应、特殊情感联结

  - 答案：A

练习

- 单项选择题
- 5 自我意识发展的第一个飞跃表现为（ ）
  - A 能将自己作为活动的主体来认识
  - B 能用适当人称代词（如我、你）称呼自己和他人
  - C 能有自己独特的感受
  - D 能意识到自己的存在

  - 答案：B

练习

- 多项选择题
- 1 婴儿动作发展遵循的原则包括（ ）
  - A 上下原则
  - B 头尾原则
  - C 近远原则
  - D 大小原则

  - 答案：BCD

第三节 幼儿期的心理发展

- 第一单元 幼儿的游戏
- 第二单元 幼儿的认知发展
- 第三单元 幼儿的言语发展
- 第四单元 幼儿个性和社会性发展



第一单元　幼儿的游戏

- 幼儿期是指3-6、7岁的儿童，游戏是幼儿期儿童的主导活动。
- 幼儿的认知发展、情绪情感的发展、社会化过程是通过游戏来实现的。



第一单元 幼儿的游戏

一、游戏是幼儿期的主导活动

- 幼儿游戏主导认知和社会性发展。
- 幼儿的各种学习多是通过游戏活动进行的。
- 游戏是幼儿教育的最佳途径。

二、对游戏的理解和解释

- 古典游戏理论（受进化论的影响）。
- 现代游戏理论（精神分析：实现愿望

  认知学派：促进认知发展）

第一单元 幼儿的游戏

三、游戏的发展

- 机能游戏：简单重复动作和活动（亲子游戏，模仿游戏）-点豆豆
- 象征性游戏：想象构建虚假情境的创造性活动-过家家
- 规则性游戏-丢手绢

二、幼儿期象征性游戏的特点

- 主题游戏
- 运用于现实物相仿的代替物
- 通过想象建构虚假游戏情境
- 游戏中富有创造性
- 游戏动机重在活动的过程，不考虑结果

第一单元 幼儿的游戏

五、游戏的社会性发展



- 非社会性游戏——独自游戏、旁观游戏
- 平行游戏
- 社会性游戏——协同游戏、合作游戏

六、游戏对儿童心理发展的促进作用



- 幼儿活动和情感愉悦的精神寄托
- 促进幼儿认知发展和社会性发展的重要渠道
- 幼儿之间社会交往的最好园地
- 幼儿实现自我价值的最佳载体

第二单元 幼儿的认知发展

一、幼儿记忆的发展

1、无意识记为主，有意识记发展迅速

2、形象记忆为主，词语记忆逐渐发展

3、机械记忆与意义记忆同时发展并相互作用

记忆策略

- **5岁以前基本没有记忆策略**
- **5-8、9岁经指导能运用记忆策略**
- **10岁以后主动、自觉第运用记忆策略**

视觉复述策略

复述策略

特征定位策略

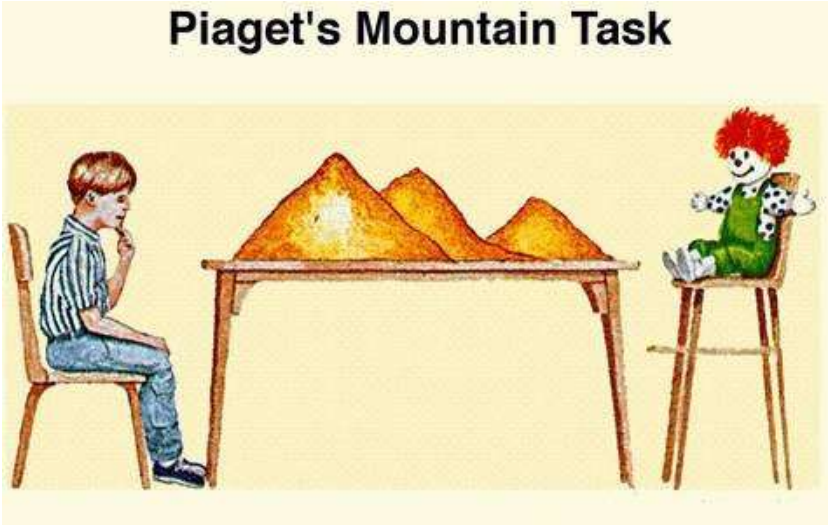
第二单元 幼儿的认知发展

二、幼儿思维的发展

1、主要特征是具体形象思维

2、逻辑思维开始萌芽

自我中心现象



具体形象思维的特点

- 具体形象的可塑性
- 具体想象的动态性

幼儿认知发展的趋向性

- 由近及远
- 由表及里
- 有片面到全面
- 有浅入深

有一定的计划性和预见性

2. 逻辑思维初步发展

① 提问类型的变化：从“是什么”到“为什么”

② 幼儿概括能力的发展

- 实物概念的发展

初期（外观）→中期（突出功能或特征）→末期（内部特征）

① 红苹果——苹果能吃——苹果是水果

- 类概念的发展（分类能力）

不能分类→感知→经验和知识（功用分类）→概念分类

- 推理能力的发展：传导推理（特殊到特殊）
- 对熟悉事物的简单推理

第二单元 幼儿的认知发展

三、幼儿想象的发展

1、无意想象经常出现，有意想象日益丰富

2、再造想象占主要地位，创造想象开始发展

3、通过良好的教育和训练，幼儿的创造想象会得到显著发展

- **新颖性**
- **神奇性**
- **超越性**
- **未来指向**



第三单元 幼儿的言语的发展

一、言语发展对儿童发展的重要意义

1、语言是儿童人际交流的工具

2、言语是有助于儿童适应环境的重要工具

3、在儿童超越具体环境，进入新的境界过程中，言语发挥着不可取代的重要作用。

4、言语发展是幼儿期心理发展的助推器。

第三单元 幼儿的言语的发展

二、幼儿词汇的发展

1、词汇数量增加（3岁1000；6岁3000；7岁4000）

2、词类范围的扩大（从实词（名词-动词-形容词）到虚词）

3、词义的深化

幼儿期掌握词汇的特点

- 词义笼统含糊
- 词义所指非常具体
- 末期掌握词汇的概括性增加

消极词汇和积极词汇的消长

- 既能理解又能正确使用的词汇
- 能够理解但不能正确使用的词汇

儿童真正理解和正确使用词汇的指标

- 具有间接概括性，把词当物体概括性符号
- 自发使用，所用词为通常所用，时常运用，概括意义

第三单元 幼儿的言语的发展

二、句子的发展

1、理解句子的策略

语义策略（实词判断意义）

词序策略（语序判断意义）

非言语策略（自己经验理解意义）

2、掌握句法结构的发展

- **从不完整句发展到完整句**
- **从简单句到复合句**
- **从陈述句到多种形式的句子**
- **从无修饰语发展到有修饰语**

第三单元 幼儿的言语的发展

三、幼儿口语表达能力的发展

- **从对话语向独白语发展**
- **从情境语向连贯语发展**

幼儿期是口头言语发展的关键时期

四、语用技能的发展

- **语用技能指个人根据交谈双方的语言意图和所处的语言环境，有效地使用语言工具达到沟通目的的一系列技能。**

早期沟通的手势

听的语用技能

说的语用技能

第四单元 幼儿个性和社会性发展

一、个性的初步形成

- **显示出明显的气质特点**
- **表现出一定的兴趣爱好差异**
- **表现出一定的能力差异**
- **最初性格特点的表现**

二、自我情绪体验的发展

幼儿自我情绪体验由生理需要相联系的情绪体验向社会情绪体验发展。
自尊是值得重视的儿童情绪体验
影响因素：父母教养方式：温暖关爱、严格要求，要求明确，民主，以身作则
同伴友谊关系和集体接纳

接纳负面情绪

- 我国智力教育先进，情感教育缺失。
- 对负面情绪不接纳，“不许哭”，想要孩子的负面情绪尽快过去，不承认，或者过度满足。情绪不是问题，情绪处理不好，才是问题。
- 过分压抑情绪容易使孩子出现各种行为问题、说谎，甚至变虚伪。表达情绪，情绪强度就会减弱。
- 长期情感压抑会丧失与父母的亲密感，造成今后的疏远与逆反。（父母除了关心成绩，根本不关心我）亲密感来自肢体的接触和情感的交流

管理情绪

- 换位思考、三角思考法
- 隐私角
- 家长榜样示范
- 理解引导：孩子的价值观与成人不同，小东西坏了，孩子的悲伤，不亚于成年人失去珍宝。家长无法了解他们的内心感受。这样会让孩子觉得自己是不重要的、自己的情绪是不重要的。家长应该肯定孩子的情绪，并且接受、尊重孩子的情绪。并且可以说：“你这样伤心，一定是因为，告诉我你现在内心的感受。” 先接受孩子的情绪，再引导他说出自己内心的情绪。孩子说出后，家长便可以向孩子解释引导他调控情绪

第四单元 幼儿个性和社会性发展

三、幼儿期认同的发展

- **认同对儿童发展的意义**
- **幼儿期认同的对象（地位/权威/能力）**

儿童对成人个性品质的效仿

四、儿童发展的第一逆反期

第一逆反期的表现是幼儿要求行为活动自主和实现自我意志，反抗父母控制，这是发展中的正常现象，年龄在3-4岁。

心理需求：实现自我意志，实现自我价值感

表现：参与成人的生活活动，自主行事，喜欢父母的表扬

第一逆反期是儿童性格、社会性发展的正常现象。

第四单元 幼儿个性和社会性发展

四、儿童发展的第一逆反期

父母因势利导、循循善诱地进行教育

- 最好的教育方式是通过游戏活动，特别是扮演社会角色的游戏活动。
- 培养并持之以恒地训练儿童的生活自理能力和力所能及的家务劳动能力。
- 了解儿童的特长和优势，创设条件，有针对性培养认知、艺术或其它感兴趣的才能
- 以民主型等良好的教养方式，正确选择、积极引导。民主是定规则，但孩子可以有自己的选择和想法，给孩子一定的自由
- 关爱是控制的前提，足够的爱才能赢得足够的尊重和服从，永远不能以关系为筹码作为管教的手段

一群小狐狸长大了，狐狸妈妈开始让它们离开家。曾经很护子的狐狸妈妈忽然变得象发了疯似的，就是不让小狐狸进家，又追又咬的，非要把小狐狸一个个都从家里赶走。

当气候发生变化，气温下降时，作为母亲对待年幼孩子穿衣的问题，你会怎么办？

中国母亲：立刻拿出厚厚的衣服，喝令孩子穿上。

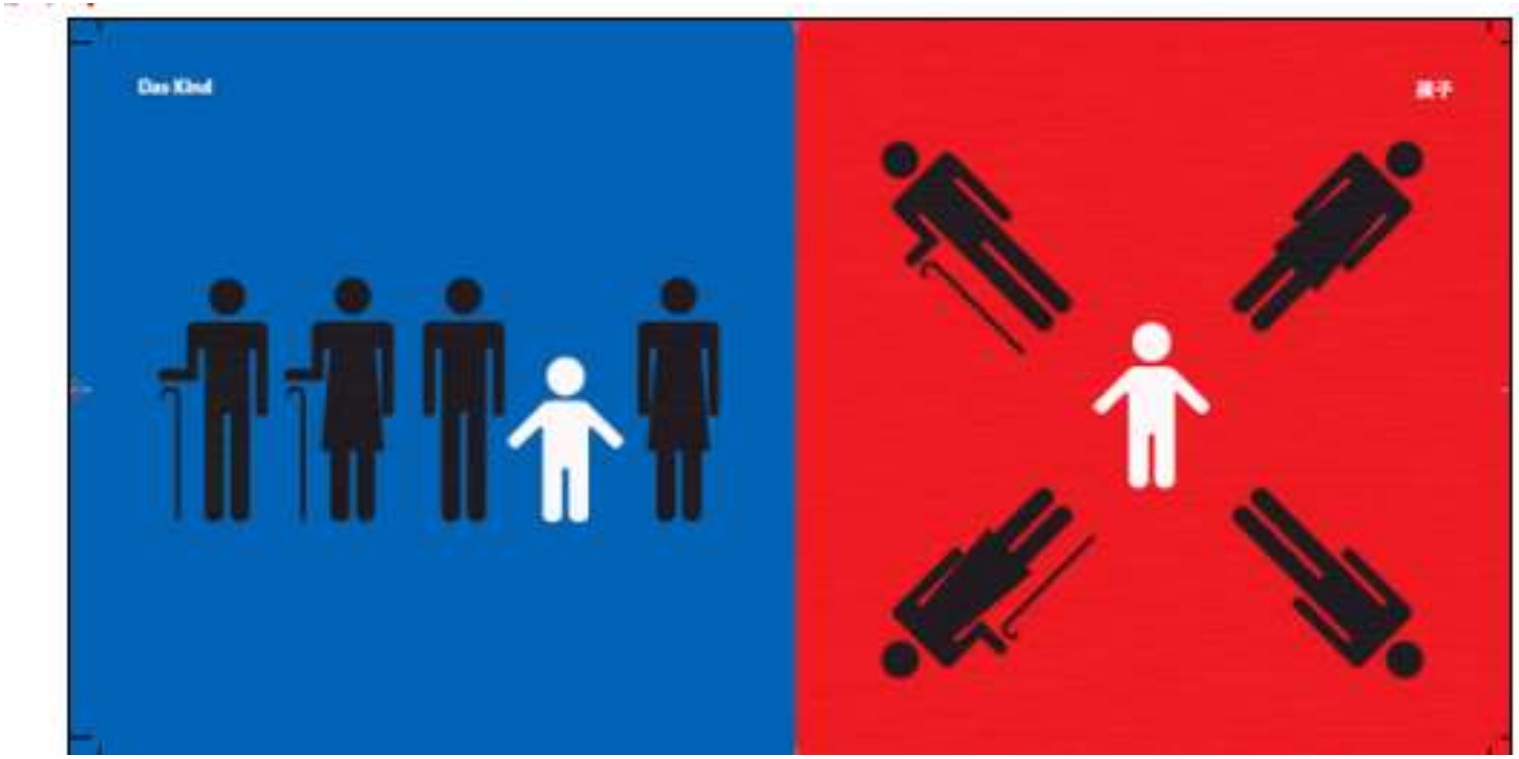
日本母亲：坚定地要求孩子，不许增加衣服。

美国母亲；询问孩子，天气变了，决定怎么办。

中国母亲：保护孩子平安无事，自己也少麻烦。

日本母亲：让孩子增强抵御寒冷的精神和体质。

美国母亲：让孩子学会生存，能正确地决定怎么办。


Das Kind
孩子

建议家庭教育
对孩子做到八个“一点”：

- 多给孩子一点空间，让他自己往前走；
- 多给孩子一点时间，让他自己去安排；
- 多给孩子一点条件，让他自己去锻炼；
- 多给孩子一点问题，让他自己去发现；
- 多给孩子一点困难，让他自己去解决；
- 多给孩子一点机遇，让他自己去把握；
- 多给孩子一点权利，让他自己去选择；
- 多给孩子一个题目，让他自己去创造。

练习

- 单项选择题
- 1 幼儿期儿童的年龄范围是（ ）
  - A 2岁-4岁
  - B 2岁-5岁
  - C 3岁-6岁
  - D 3岁-8岁

  - 答案：C

练习

- 单项选择题
- 2 幼儿游戏主要是一种（ ）
  - A 互动游戏
  - B 实物游戏
  - C 象征性游戏
  - D 规则游戏

  - 答案：C

练习

- 单项选择题
- 3（ ）是口头言语发展的关键时期。
  - A 婴儿期
  - B 婴儿早期
  - C 幼儿期
  - D 童年期

  - 答案：C

练习

- 单项选择题
- 4 第一逆反期发生的时间大约是（ ）
  - A 2岁
  - B 3-4岁
  - C 7-8岁
  - D 13-14岁

  - 答案：B

练习

- 多项选择题
- 1 幼儿期口语表达能力的发展表现为（ ）
  - A 从独白语向对话语发展
  - B 从对话语向独白语发展
  - C 从连贯语向情境语发展
  - D 从情境语向连贯语发展

  - 答案：BD

练习

- 多项选择题
- 2 幼儿记忆的特点有（ ）
  - A 无意识记占主导地位
  - B 形象记忆占主要地位
  - C 意义记忆占主导地位
  - D 词语记忆占主导地位

  - 答案：AB

练习

- 多项选择题
- 3 幼儿期语法结构的发展表现为（ ）
  - A 从简单句发展到复合句
  - B 从疑问句发展到多种形式的句子
  - C 从无修饰句发展到修饰句
  - D 从词数多的长句发展到词数少的短句

  - 答案：AC

第四节 童年期的心理发展

第一单元　童年期的学习

第二单元　童年期的认知发展

第三单元　童年期的个性和社会性发展






湖南新东方教育培训中心
073184165117　www.xdfpx.com

第一单元 童年期的学习

6、7-12、13岁，小学阶段

一、学习是小学儿童的主导活动

二、教和学是师生双向互动的过程

三、小学儿童的学习逐渐转向以掌握间接经验为主

四、“学会学习”是小学生最基本的学习任务

五、学习促进小学儿童心理积极发展

第二单元 童年期的认知发展

一、记忆的发展

- **复诵策略：有意识地重复、朗诵所要记住的内容。**
- **组织策略：所要识记的材料，按其内在联系，加以归类。**
- **系统化策略：对记忆材料进行信息加工，将相互关联的信息按体系关系进行整理并条理化，组成知识系统。**
- **巧妙加工策略：要识记的刺激信息之间没有意义上的联系，需要运用联想、谐音、拆分、重组等加工方式，使其有意义。**

第二单元 童年期的认知发展

二、思维的发展

I. 依赖具体内容的逻辑思维
II. 从具体形象思维向抽象逻辑思维过度。
III. 转折在9-10岁。

1、基本特征

2、思维形式的发展

- **概括能力：**从直观形象水平-形象抽象水平-初步本质抽象。
- **词语概念的发展：**不能理解实验要求；功用性和具体想象特征描述；接近本质定义和本质定义。
- **推理能力的发展：**演绎推理、归纳推理、类比推理（稍差）

第二单元 童年期的认知发展

二、思维的发展

3、新的思维结构形成

➢**掌握守恒：**儿童的认知能力不再因为食物的非本质特征的改变而改变，能够透过现象看本质。

➢**形成守恒概念的推理方式：**恒等性、可逆推理和两维互补推理

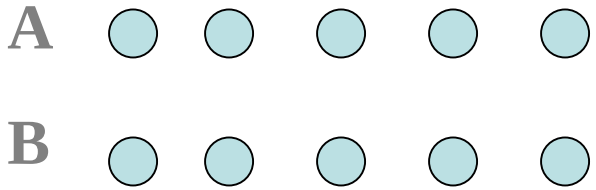
- **恒等性：**没有增加水，也没有减少水，所以还是一样多。
- **可逆性：**水还是那么多，因为你倒回原来的杯子后，它还是原来的那么高。
- **两维互补推理：**虽然水变低了，可是它变粗了，所以还是一样多。

湖南新东方教育培训中心
0731-84165117 www.xdfpx.com

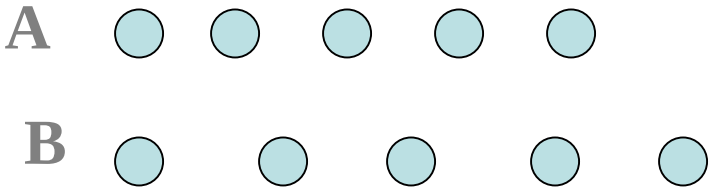
数目守恒（6-7岁）

基本原理：空间距离改变，数目保持不变

向儿童呈现(I)



向儿童呈现(II)



问儿童：两排珠子一样多？不一样多？

“B行多（不守恒）”

“一样多（守恒）”

物质守恒（7-8岁）

基本原理：不管橡皮泥形状改变，它们仍是一样大

向儿童呈现(I)

A与B一样大小



A　　B

向儿童呈现(II)

B球变了



A　　B

问儿童：两个球是一样大，还是不一样大？

“B更大”（不守恒）

“一样大”（守恒）

长度守恒（7-8岁）

基本原理：不管一根线段或棒在形状或空间安排上有何变化，长度保持不变

向儿童呈现(I)

A 

B 

向儿童呈现(II)

A 

B 

问儿童：两根棒一样长还是不一样长？

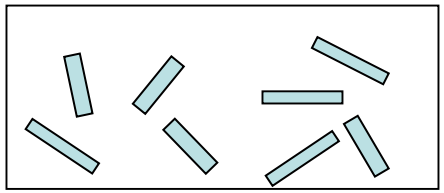
“B更长”或“A更长”（不守恒）

“一样长”（守恒）

面积守恒（8-9岁）

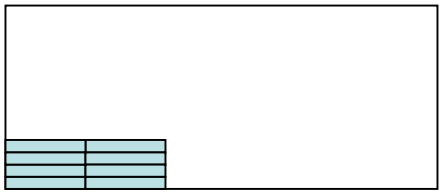
基本原理：不管一个图形分成几部分，它们总体的表面积不变

向儿童呈现(I)



A

向儿童呈现(II)



B

问儿童：两张图上的表面积是一样大，还是不一样大？

“B更大”（不守恒）

“一样大”（守恒）

重量守恒（9-10岁）

基本原理：不管形状如何改变，客体的重量保持不变

向儿童呈现(I)



A 两块叠在一起

向儿童呈现(II)



B 两块分放两边

问儿童：两堆东西是一样重，还是不一样重？

“A更重”（不守恒）

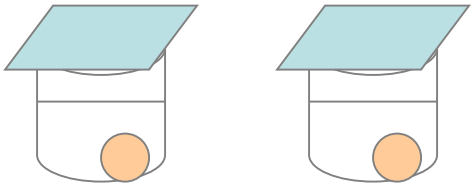
“一样重”（守恒）

体积守恒（12-13岁）

基本原理：不管放入水中的东西形状如何改变，杯中水的体积不变

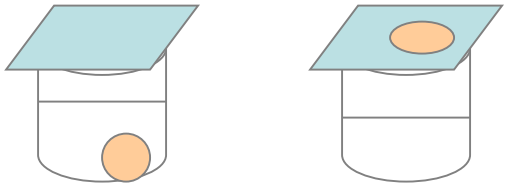
向儿童呈现(I)

两颗球放入杯中，杯中水的数量是一样的，儿童看到水平面上升到一样的高度。



向儿童呈现(II)

将橡皮泥球B改变形状，准备放入水中



问儿童：若将B放入杯子中，水平面会高出A杯？一样高？低于A杯？

“高一些”或“低一些”（不守恒）　　“一样高”（守恒）

4、自我中心表现和脱自我中心化

4~7岁儿童具有自我中心现象
9岁以后儿童的正确认知结果占主导地位

8岁左右处于脱自我中心化的转折时段。

第三单元 童年期个性和社会性发展

一、自我意识的发展

1、自我评价能力的特点

- **包括多个方面：**身体、行为、学业、运动等
- **社会支持因素起非常重要的作用**
- **对自我价值的评价与情感密切联系**
- **与学业经验、同伴交往、自信心等都有密切联系。**

4、自我控制能力

延迟满足实验

- **认知和策略**
- **榜样的作用**
- **家庭教育**

第三单元 童年期个性和社会性发展

二、道德的发展

1、道德情感的发展：日益丰富

2、道德认知的发展

- **前道德阶段**：只能接受行为的结果
- **他律道德**：由权威人物制定、只根据后果
- **自律道德**：规则有相对性，判断着重与主观动机或意图

3、道德行为的发展

- **亲社会行为**

道德动机发展、设身处地为他人着想的能力、掌握有效的助人的知识和技巧。

- **攻击行为**

欺负（身体、言语、间接）

皮亚杰的对偶故事

- （１）一个叫约翰的小男孩在他的房间时，家里人叫他去吃饭，他走进餐厅。但在门背后有一把椅子，椅子上有一个放着15个杯子的托盘。约翰并不知道门背后有这些东西。他推门进去，门撞倒了托盘，结果15个杯子都撞碎了。

- （２）从前有一个叫亨利的小男孩。一天，他母亲外出了，他想从碗橱里拿出一些果酱。他爬到一把椅子上，并伸手去拿。由于放果酱的地方太高，他的手臂够不着。在试图取果酱时，他碰倒了一个杯子，结果杯子倒下来打碎了。

- 皮亚杰对每个对偶故事都提两个问题：1.这两个小孩是否感到同样内疚? 2.这两个孩子哪一个更不好?为什么?

第三单元 童年期个性和社会性发展

三、同伴交往

1、重要意义

- **集体归属感**
- **促进儿童的社会认知和社会交往技能的发展**
- **有益于自我概念的发展**
- **增加良好的个性品质和社会责任感**

2、同伴交往中儿童的人气特点

受欢迎的儿童：成绩好，有主见、热情、合作

不受欢迎的儿童：攻击性、不友好、不尊重人

受忽视的儿童：退缩、安静、依赖、顺从

改善措施：

- 直接干预
- 提高成绩
- 利用班集体

第三单元 童年期个性和社会性发展

四、友谊的发展

1、友谊对童年期儿童的重要性

友谊是建立在相互依恋的基础上的个体间持久的亲密关系。

➢**意义：朋友为儿童提供学习上的相互帮助；社会交往中相互支持；情感上的共鸣；提供解决问题和困难的力量；增加快乐和兴趣。**

2、儿童对友谊的认识

✓3-5岁：短期游戏伙伴关系

✓6-9岁：单向帮助关系

✓9-12岁：双向帮助关系

✓12岁以后：亲密而又持久的共享关系

第三单元 童年期个性和社会性发展

四、友谊的发展

3、影响选择朋友的因素

- 相互接近
- 行为、品质、学习成绩、兴趣相近
- 人格尊重、心理和谐并相互敬慕



第三单元 童年期个性和社会性发展

五、家庭人际关系对童年期儿童心理发展的影响

1、亲子关系的发展变化（入学后）

- **直接交往时间明显减少；**
- **父母教养关注重点的转移；**
- **父母对儿童控制和儿童自主管理的消长变化；**

✓6岁前：父母控制

✓6-12岁：共同控制

✓12岁以后：儿童控制

2、亲子关系的特点（父母与儿童对其行为的共同调节）

3、家长素质决定亲子关系的质量

六、儿童人际交往的发展变化趋势

- 老师的影响更为巨大

（罗森塔尔效应）



教育要点

- 1、关注学习活动，学会良好的学习方法和建立良好的学习习惯，培养学习兴趣
- 2、和谐家庭氛围，民主的管理方式，强调严格要求
- 3、帮助孩子建立良好的人际关系，寻找好同伴
- 4、培养孩子自主性和独立思考的能力，促进思维发展

联系实际：男孩危机

中国青少年研究中心的一份调查报告就表明，中国0至18岁的男孩在学业、体质、心理、社会适应能力等方面均呈现出落后于女孩的迹象，并将这一现象命名为“男孩危机”。

我国各级学校里的“问题学生”大多是男孩，上海科学育儿基地曾对前来咨询的4000多名小学生进行统计，其中男孩有问题的竟然占到70%以上。

男孩从小学、中学到大学，甚至到考研和考公务员，各项成绩相比女孩已“全线败退”

- 第一名是女孩子，班长是女孩子，团支书是女孩子，学委是女孩子，语文与英语科代表是女孩子，乖巧听话的是女孩子，懂事体贴的是女孩子，上课认真听讲积极回答问题的是女孩子，课后认真作业的是女孩子，试卷干净整洁的是女孩子，计算准确无误的是女孩子，单词默写全对的是女孩子，英语发音清晰的是女孩子，作文被老师拿出来诵读的是女孩子，阅读理解透彻的是女孩子，暗暗较劲互拼成绩的是女孩子。



- 成绩倒数的是男孩子，不屑做班干部的是男子，上课趴着睡觉东倒西歪的是男孩子，被老师点名回答问题却连问题是什么都不知道是男孩子，老师出错大声质疑不给老师一点面子的是男孩子，单词默写全错的是男孩子，口语训练沉默是金的是男孩子，作文分低的是男孩子，做阅读不看文章提笔就做的是男孩子，计算频频出错的是男孩子，拿着相互喜欢的游戏与球队较劲的是男孩子。



男孩怎么了？

- 男孩发育较晚，小学知识需要更多的言语能力、形象思维和语义记忆能力。这都是男孩弱项。
- 活动性、攻击性都是教育所不允许的。
- 男孩有强大的逻辑思维能力（左右脑的分化），空间定向能力和动手能力（强大的左脑）。这些能力要到初中之后才会逐渐用到，而那时很多男孩已经被老师家长带上了差生的帽子，失去自信。而自信心和成就欲本是一个男孩发展的根本动力。
- 传统教育可能可以培养听话的女孩，但却严重束缚男孩的天性，违背自然规律，限制了男孩的发展。

曾是差生的男孩：爱因斯坦

- 爱因斯坦小的时候，语言迟钝，三岁才开口，呐呐不成句，九岁还说不流畅，还有诵读困难。小学经常考试不及格，被老师直接视为低能，校长曾劝家人放弃希望：“不必操心，反正他甚么也做不成!”但是，父亲发现他很喜欢数学和物理，就让他身为工程师的雅各布叔叔和犹太大学生泰米尔对他进行教育引导，最终成为世界最伟大的科学家。他死后科学家对爱公的大脑进行研究发现：他的左脑部主导数学 ——空间推理功能的部位面积大，挤压了毗邻的语言区，造成语言能力迟钝，这造成了他小学时的成绩不良，但同时也造成了他超常思维，造就了天才。

曾是差生的男孩：爱迪生

- 爱迪生8岁上学，但仅仅读了三个月的书，就被老师斥为“低能儿”而撵出校门。从此以后，他的母亲是他的“家庭教师”。由于母亲的良好的教育方法，使得他对读书发生了浓厚的兴趣。“他不仅博览群书，而且一目十行，过目成诵”。8岁时，他读了英国文艺复兴时期最重要的剧作家莎士比亚、狄更斯的著作和许多重要的历史书籍，到9岁时，他能迅速读懂难度较大的书，如帕克的《自然与实验哲学》。10岁时酷爱化学。11岁那年，他完成了他的第一份电报方面的发明。
- 我们的棍棒下可能有爱因斯坦，我们的斥责声中可能就有爱迪生。那些所谓调皮捣蛋的低能儿、差生，假如尊重他们的成长规律，积极引导，都有可能成才。

拯救男孩

- 理解男孩的生理差异，给男孩生存的空间，给他们支持，让男孩保持自信。
- 保证男孩有充足的户外活动和体育锻炼。
- 在生活中鼓励男孩多动手动脑，提倡创造性的思维，发展智力。
- 保护男孩的学习兴趣，鼓励他们自主学习。
- 激励男孩的斗志和成就欲望，在竞争中成功。

尊重男孩的大脑，尊重男孩内在的成长规律和学习的意愿，我们的男孩就一定能成长为顶天立地的男子汉。

练习

- 单项选择题
- 1 童年期的年龄范围是（ ）
  - A 3岁-6岁
  - B 7岁-12岁
  - C 13岁-15岁
  - D 16岁-18岁

  - 答案：B

练习

- 单项选择题
- 2 儿童对友谊认识的发展按阶段可分为（ ）
  - A 单向帮助关系、双向帮助关系、短期游戏伙伴关系、亲密而又相对持久的共享关系
  - B 短期游戏伙伴关系、单向帮助关系、双向帮助关系、亲密而又相对持久的共享关系
  - C 短期游戏伙伴关系、双向帮助关系、单向帮助关系、亲密而又相对持久的共享关系
  - D 短期游戏伙伴关系、亲密而又相对持久的共享关系、单向帮助关系、双向帮助关系
  - 答案：B

练习

- 单项选择题
- 3 下列策略中属于记忆的组织策略的是（ ）
  - A 复述
  - B 视觉复述
  - C 归类
  - D 系统化

  - 答案：C

练习

- 多项选择题
- 1 童年期思维的基本特点有（ ）
  - A 经历一个思维发展的质变过程
  - B 没有发生质变
  - C 不能摆脱形象性的逻辑思维
  - D 逻辑思维可以摆脱形象

  - 答案：AC

第五节　青春发育期的心理发展

第一单元　少年期的生理发育加速

第二单元　少年期的认知发展

第三单元　少年期的个性和社会性发展

第四单元　少年期面临的心理社会问题






第一单元 少年期的生理发育加速

一、生理发育加速

1、身体成长加速（身高和体重）

2、生理机能发育加速（肌肉、脂肪、神经系统、体貌特征）

3、性的发育和成熟加速

- **性器官发育；**
- **第二性征出现；**
- **性功能成熟；**

二、青春期发育提前的趋势

- ✓青春发育期提前到来
- ✓青春发育期完成缩短

早熟 VS 晚熟





早熟





在运动中容易成功，更受欢迎并拥有更积极的自我概念。

一个早熟女孩可能会受到未发育同学很长时间的嘲笑。



晚熟





比同伴瘦小的男孩会被视为没有吸引力，晚熟男孩的社会生活可能会遭受影响。

晚熟女孩比早熟女孩更能适应社会对于苗条的要求。情绪问题更少。



早熟 VS 晚熟





营养物质：为青春期的成长提供能量

第一单元 少年期的生理发育加速

三、容易出现的身心紊乱

1、心理生物性紊乱

2、容易出现心理和行为偏差

四、心理发展的矛盾性特点

- ✓心理上的成人感与半成熟现状之间的矛盾
- ✓心理断乳与精神依托之间的矛盾
- ✓心理闭锁性与开放性之间的矛盾
- ✓成就感与挫折感之间的交替

第二单元 少年期的生理发育加速

一、记忆的发展

1、记忆广度达到一生中的巅峰

2、对各种记忆材料的成绩都达到高值

二、思维的发展

1、形式运算阶段思维的特点

✓思维形式摆脱了具体内容的束缚

✓假设演绎推理能力的发展（钟摆实验）

2、抽象逻辑推理能力显著发展

抽象逻辑思维是一种假设的、形式的、反省的思维

第三单元 少年期的个性和社会性发展

一、少年期自我意识的发展

1、少年期是自我意识发展的第二个飞跃期（婴儿期是第一飞跃期）

2、自我意识发展的特点

- ✓强烈关注自己的外貌和风度
- ✓深切重视自己的能力和学习成绩
- ✓强烈关心自己的个性成长
- ✓有很强的自尊心

二、情绪的变化

1、青少年的情绪和心境的发展呈现出动态的发展趋势

2、情绪变化的特点

- ✓烦扰增多（形象、同伴集体、父母关系）
- ✓孤独感、压抑感增强

第三单元 少年期的个性和社会性发展

三、少年期自我中心的特点

把自己作为人际和社会关注的中心，认为自己的关注就是他人额关注

1、独特自我（个人意愿作为独立推理体系，主观和现实统一于自我，不理解他人）

2、假想观众

四、第二逆反期

1、少年期逆反期的表现

- ✓独立自主意识受阻而抗争
- ✓为社会地位的平等的欲求不满而抗争
- ✓观念上碰撞

2、反抗的主要对象

3、反抗的形式

- ✓外显行为上的激烈抵抗
- ✓将反抗隐于内心，以冷漠相对

第三单元 少年期的个性和社会性发展

4、第一、第二逆反期的异同

✓时间：3岁左右；小学末期到初中阶段。

✓共同点：独立自我意识增强、向控制方要求独立自主权；有成长和发展的超前意识。（长大感、成人感）

✓不同点：第一（按自我的意志行事，其重点要求行为、动作独立和行事自由）；第二（人格独立，社会地位平等，精神和行为自主）

5、帮助少年儿童顺利度过逆反期

◆父母要认识和理解逆反期对心理发展的意义、正确面对儿童逆反期这一客观现实、理解少年期多重矛盾的焦点所在、正视少年儿童独立自主的需求。


你的头发太长了，怎么还不去理呢?
我已经长大了，不用你们事事操心!

视窗：青少年期亲子冲突的表现

- 年龄特点上：我国研究显示，青少年期的亲子冲突呈倒u型发展趋势。在初中阶段，亲子冲突一直呈增长趋势，初三是亲子冲突最严重的阶段（方晓义、董奇，1998）；升入高中后，亲子冲突逐渐缓和（王美萍、张文新，2007）
- 冲突内容上：青少年期冲突的内容大多数涉及日常事务（Montemayor, 1986），如保持房间清洁、穿着整洁得体、按时回家等。我国研究得出了类似的结论，青少年在日常生活安排、学业和家务问题上与父母发生的冲突较多。

青少年期的亲子沟通现状

- 沟通频次：
  - 整体来说，父母——青少年之间的沟通状况不容乐观，特别是父亲——青少年之间的沟通尤其缺乏。只有不到**25**%的青少年经常与父亲沟通，与父亲每周沟通只有 1 小时的青少年占**42.6%**。
  - 在访谈时，有的学生说：“真正和父母相处的时间不过是一个晚上，有时候他们还出去，而且我们做作业紧张，很少和他们交谈。看上去呆在家里的时间很长，可是真正与父母交流的时间并不多。”
  - “虽然有时候与父母谈谈，希望能给我一点娱乐时间，但他认为读书是最重要的，我不喜欢这样的教育。”
  - 一项关于“你希望爸爸妈妈为你做些什么”的调查发现：“孩子希望父母多了解自己一些，能经常和自己一起聊天”；“父母很少和我一起，希望能多陪陪我”

青少年期的亲子沟通现状

- 沟通内容
  - 父母与孩子交谈最多的是孩子的学习，其次是家庭琐事。
  - 一位日本学者对中国的家教评论说， 中国的家长在教育孩子时只会说三句话：一是“好乖乖，听话”（听爸爸妈妈的话）；二是“上课认真听讲”（听老师的话）；三是“好好学习，争取考上大学”。
  - 在访谈时，有的学生抱怨说：“父亲每天都难得见一面，偶尔在吃完早饭准备出门的时候就劈头说一句：“好好学习！”，他马上反驳说：“你怎么知道我没有好好学习！”

- “我的母亲好虚伪，她显得那么温柔，但实际上她不是那样”，
- “我的父母对我一点都不严，他们让我做许多我自己想做的事，可是我却看得出有些事他们并不赞同”，
- “我绝对不能信任我的父母，因为他们即使嘴里不说，我却知道他们对我所做的许多事都不赞同。”

青少年期的亲子沟通现状

- 零沟通的原因
  - 一是无话可说
  - 二是没有机会
  - 三是得不到理解。
  - 没机会可能反映了现代生活节奏的紧张和生活对父母与孩子的压力。无话可说和得不到理解可能反映了家长和孩子之间的“代沟”

青少年期的亲子沟通现状

- 母子沟通状况与父子沟通状况的差异
  - 母亲比父亲的沟通频次多，花费时间长，主动性好，更愿意认真与孩子交谈。
  - 但是有关亲子冲突的研究表明母子的冲突多于父子冲突。这表明，虽然母亲更愿意与孩子进行沟通，但她们的沟通方式常常存在问题。

几种不良的亲子沟通方式

- 指责埋怨型
  - “啊呀！你看你又把衣服弄脏了！成天跟在你后面洗衣服，我是你的佣人了！”
  - “你看人家小明学习多用功，你成天就知道玩！”
  - “你看你桌子乱的，就不能收拾收拾！”……

（2）几种不良的亲子沟通方式

- 迁就讨好型
  - “啊呀！妈妈不知道这个菜心你不喜欢吃，将就着少吃点。你想吃什么？我明天就去买。”
  - “怎么，我给你买的这个圆规是小学生用的？对不起，我明天再去重买。”

几种不良的亲子沟通方式

- 打岔啰嗦型
  - 孩子：“妈妈，今天校运动会上，我们班得了年级第一名，真开心！”
  - 母亲：“哎哟”，你看你这身汗，脸上脏的，快去洗洗，穿上衣服，别着凉！”……

- “妈妈，明天我们春游，老师说每人要交5元钱。”
- “又要交钱了？从你上学到现在，我们在你身上花了多少钱了。我们那个时候春游，就带上一瓶白开水，两块烧饼，自己走到郊外，根本不要买票。你看看现在，一个月光水电费就是好几十，春游要交钱，你肯定还要带点零用钱，钱不好挣噢……”

几种不良的亲子沟通方式

- 超理智型
  - “妈妈，我要买活动铅笔。”
  - “为什么要买？”
  - “原来那个坏了。”
  - “刚买的怎么就坏了？你怎么这么不爱惜东西？……好了，下次不准再搞坏了，小孩子要知道爱惜物品。”

- 在不良沟通的影响下，孩子或者变得沉默，缄口不言，不愿意与父母讲话，或者变得越来越具有逆反心理。

亲子沟通技巧

- 积极聆听，听出孩子内心的需求
- 真诚理解尊重，相信孩子
- 使用开放式及选择式问题
- 谈感受
- 引导不是控制，旁敲侧击
- 沟通的意义在于对方的响应

正确表达“我的信息”

- 描述事实：描述自己觉得困扰不安的行为本身，而非指责行为的当事人。
- 陈述自己对行为可能后果的感受。
- 陈述理由（或事情产生的后果）。
- 表达出对孩子未来良好行为的期望，表达得越坚定而平静越有力量，咆哮与吼叫是无济于事的。

- 孩子：“妈妈，今天校运动会上，我们班得了年级第一名，真开心！”（孩子在分享快乐，寻求认同）
- 母亲：太好了，我听了也很开心，快给我讲讲发生了什么？
- 母亲：你回来这么晚，我很担心，有什么需要妈妈帮忙的吗？
- 孩子：没事，别管了。
- 母亲：好，我相信你自己能处理，你已经长大了，不过有什么需要请告诉我，我永远支持你

第四单元 少年期面临的心理社会问题

- 心理社会问题：不符合或违反社会准则与行为规范，或不能良好地适应社会生活，从而对社会、他人或自身造成不良影响甚至危害的问题。
- 网络游戏成瘾
  - 主要表现
    - 不由自主地强迫性网络使用
    - 在网络游戏中获得强烈的满足感和成就感
    - 一旦停止会出现心理和生理方面明显或严重的不良反应
    - 在网游中获得的虚拟感受会强化上网欲望，造成恶性循环

第四单元 少年期面临的心理社会问题

- 网络行为表现出一定的发展过程
  - 初期：精神依赖，不能如愿会产生极度不适应，出现烦躁、焦虑、暴躁等症状；
  - 中期：出现躯体依赖，表现为头昏眼花、疲乏和颤抖、食欲不振等症状；
  - 后期：出现严重的心理社会问题，正常活动瘫痪、学习、工作、生活均受到严重影响，乃至出现生活自理障碍、认知能力下降，对现实生活失去兴趣甚至出现暴力倾向和暴力行为等严重后果。
- 造成青少年网络成瘾的原因
  - 网络游戏本身的特征：娱乐性、互动性、虚拟现实
  - 青少年本身的特点及人格特征：自制力比较差、自我保护、心理抵御能力弱、高焦虑、低自尊、抑郁倾向
  - 家庭环境不良和学校压力过大：亲子关系紧张、学校适应不良

第四单元 少年期面临的心理社会问题

- 二、青春期精神分裂症
  - 表现：思维紊乱、扭曲现实等，青春期发病率增加。
  - 先兆：社会行为退缩、交往困难、敏感、固执并缺乏幽默感。
  - 原因：遗传因素，即带来遗传易感性；青春发育期带来的种种不适应、不平衡以及困惑和危机感；性机能的迅速成熟、初恋失恋等诱因导致对性的妄想等。

第四单元 少年期面临的心理社会问题

- 三、自杀倾向
  - 中国每年自杀人数28.7万人，是15-34岁人群的首位死因。
  - 自杀倾向的年龄趋势和性别差异
    - 15-26岁有自杀意念者约占18%
    - 女性的自杀意向和自杀行为均高于男性，自杀已遂的男性明显多于女性，比例是3：1，男性的自杀方式多“刚性”，女性多“柔性”。

第四单元 少年期面临的心理社会问题

- 造成青少年自杀的原因
  - 心理障碍：90%，以抑郁最常见
  - 家庭环境：父母关系不和、教育方式不良等
  - 学校的强大压力：学业失败、教师高压和惩罚等
  - 不能面对个人遭遇的问题：初恋失败、同伴拒绝等
- 自杀倾向的先兆
  - 严重的抑郁症状：情绪极度低落、不与家人说话等
  - 行为：梳理人际关系、整理财物等
  - 言语：有暗示，说告别的话等
- 有所警觉，及时救助，力图避免

第四单元 少年期面临的心理社会问题

- 四、反社会行为与青少年犯罪
  - 青少年犯罪的发展趋势和特点
    - 犯罪率增加：年增加率超过5%；
    - 犯罪年龄呈下降趋势：13-14岁儿童明显增多
    - 犯罪在性别上有女性增加的趋势
    - 呈暴力化、团伙化趋势，集中在抢劫、强奸和盗窃
  - 引发青少年违法犯罪的因素和预防
    - 有些家庭成为滋生儿童反社会行为和犯罪的温床
      - 家庭离异、失学、辍学儿童
    - 同伴因素和群体压力
    - 处于发展过程中的青少年自身因素：逆反心强，容易冲动

练习

- 单项选择题
- 1 青春发育期的年龄范围是（ ）
  - A 7-8岁至11-12岁
  - B 11-12岁至15-16岁
  - C 15-16岁至17-18岁
  - D 51-52岁至55-56岁

  - 答案：B

练习

- 单项选择题
- 2 自我意识的第二次飞跃发生在（ ）
  - A 幼儿期
  - B 青春期
  - C 青年期
  - D 更年期

  - 答案：B

练习

- 单项选择题
- 3 第二逆反期的独立自主要求在于（ ）
  - A 争取人格的独立
  - B 争取行为、动作自主和行事自由
  - C 争取行动和人格的独立，社会地位平等
  - D 对外部需求的争取

  - 答案：C

练习

- 单项选择题
- 4 反抗期中矛盾的焦点表现在（ ）
  - A 成长者能够对自己的发展有正确认识，但父母却不能
  - B 父母能够对孩子的发展有正确认识，但孩子自己却不能
  - C 成长者对自己发展的认识滞后，父母对他们发展的认识超前
  - D 成长者对自己发展的认识超前，父母对他们发展的认知滞后
  - 答案：D

练习

- 多项选择题
- 1 青春期心理发展的矛盾性表现有（ ）
  - A 心理上的成人感与半成熟现状之间的矛盾
  - B 心理断乳与精神依托之间的矛盾
  - C 心理闭锁性与开放性之间的矛盾
  - D 成就感与挫折感的交替

  - 答案：ABCD

练习

- 多项选择题
- 2 青春期的情绪变化特点有（ ）
  - A 青春期后期消极情绪增多
  - B 青春期早期情绪稳定性较好
  - C 烦恼增多
  - D 孤独感、压抑感增强

  - 答案：CD

练习

- 多项选择题
- 3 第二逆反期反抗的主要形式有（ ）
  - A 态度强硬、举止粗暴
  - B 具有突发性，自己都难以控制
  - C 将反抗内隐于心，内心充满痛苦
  - D 冷漠相对，置若罔闻

  - 答案：ABCD

第六节　青年期的心理发展

第一单元　青年期的一般特征

第二单元　青年期的思维发展

第三单元　青年期的个性和社会性发展

第四单元　少年期面临的心理社会问题

第一单元 青年期的一般特征

一、生理发育和心理发展达到成熟水平

二、进入成人社会，承担社会义务

三、生活空间扩大

四、开始恋爱、结婚

第二单元 青年期的思维发展

一、青年思维发展的阶段性特征（辩证成分增加）

1、二元论阶段（对与错）

2、相对性阶段（真理相对性）

3、约定性阶段（既能坚持用约定俗成的立场和观点，又能具体问题具体分析）

二、辩证逻辑思维的发展

1、发展趋势

2、影响因素

三、思维监控能力的发展

- ✓领会和掌握知识的广度、深刻性和系统性
- ✓形式逻辑思维的发展水平
- ✓个体思维品质的独立性和批判性的发展

第三单元 青年期的个性和社会性发展

一、自我概念的发展

1、特点

- ✓抽象性日益增强
- ✓更具组织性和整合性
- ✓结构更加分化

2、认识水平提高的主要途径

- ✓自我探索是自我认识发展的内动力
- ✓透过他人对自己的评价来认识自我
- ✓通同龄人的认同感来认识自己

二、确认自我认同感是青年期的重要发展任务

1、艾里克森：自我分化和整合统一的过程

- ✓主体我和客体我
- ✓自我接纳和自我排斥
- ✓不能确立自我同一感
- ✓解决方式

第三单元 青年期的个性和社会性发展

二、确认自我认同感是青年期的重要发展任务

2、同一性征候群

- ✓同一性意识过剩
- ✓选择的回避和麻痹状态
- ✓与他人距离失调
- ✓时间前景的扩散
- ✓勤奋感的扩散
- ✓否定的自我同一性

3、延缓偿付期

开始步入成年初期的个体，虽然已应该而且有能力承担诸多社会责任和义务，但他们在做出某种决断的时候往往进入一种“暂停”局面，以尽可能地满足避免同一性提前完结的内心需要。

第三单元 青年期的个性和社会性发展

三、青年期的人生观和价值观

1、人生观和价值观

✓对人生目的和意义的根本看法和态度

✓个体以自己的需要为基础对事物的重要性进行评价时所持的内部态度

2、青年期是人生观、价值观形成的稳定期

3、影响人生观和价值观发展的因素

✓个体成熟

✓社会背景和文化条件的制约

✓家庭环境的制约

✓个体的自我调节因素

✓社会历史事件和个人遭遇的非规范事件的影响

第三单元 青年期的个性和社会性发展

四、道德认知——道德推理的发展

阶段顺序	命名	基本特征
第一级水平	前习俗水平	由外在要求判断道德价值
第一阶段	服从与惩罚定向	服从规则以及避免惩罚
第二阶段	天真的利己主义	遵从习惯以获得奖赏
第二级水平	习俗水平	以他人期待和维持传统秩序判断道德价值
第三阶段	好孩子的道德定向	遵从陈规，避免他人不赞成、不喜欢
第四阶段	维护权威和秩序的道德观	遵从权威，避免受到谴责
第三级水平	后习俗水平	以自觉守约、行使权利、履行义务判断道德价值
第五阶段	履行准则与守法的道德	遵从社会契约，维护公共利益
第六阶段	个人良心式原则的道德观	遵从良心式原则，避免自我责备

科尔伯格的道德推理发展的系统理论和海因兹偷药

第三单元 青年期的个性和社会性发展

- 道德认知——道德推理的发展
  - 海因茨偷药
    - 欧洲有个妇人患了特殊的癌症，生命垂危。医生认为只有一种药能救她，就是本城药剂师最近研制的一种新药。配制这种药成本为200元，但药剂师却索价2000元。病人的丈夫海因兹到处借钱，最终才凑得1000元。海因兹迫不得已，只好请求药剂师便宜一点卖给他，或者允许他赊账，但药剂师说：“我研制这种药，正是为了赚钱。”海因兹走投无路，撬开了药店的门，为妻子偷了药。

第三单元 青年期的个性和社会性发展

- 前习俗水平：外在标准控制，通过行为后果判断行为。
  - 惩罚和服从取向：以服从权威和避免受惩罚作为判断标准。
  - 功利取向：以是否能满足个人需要作为判断标准。
- 习俗水平：以遵从社会规范、社会规章制度为准则。
  - “好孩子” 取向：以取悦并得到他人认同、以他人的意图进行判断。认同权威人物制定的社会准则。
  - “好公民”取向：作为社会成员应该遵守社会规章制度，维护社会秩序，这是公民的义务。
- 后习俗水平：道德标准内化于己，遇到道德标准矛盾冲突时，自我可以做出选择
  - 社会契约取向：各种法规都是为公民的权利和利益服务的，符合的应遵守，不适宜的，可以按照多数人的意愿修改。
  - 普遍道德原则取向：尊重每个人的尊严、生命价值和全人类的正义。个人可按伦理原则进行选择。

第三单元 青年期的个性和社会性发展

- 柯尔伯格的道德认知发展理论可归纳为三点：
  - 道德发展具有固定不变的顺序
    - 10岁前，多以前习俗水平为主
    - 少年期个体大多处于第2、第3两个阶段
    - 青年期发展到以第3、第4两个阶段为主导
  - 达到后习俗水平的个体并不多
  - 环境和社会文化因素只能决定道德发展的内容和速度，不能影响道德发展的顺序

维护青年心理健康

- 1调整心态，适应社会
- 2认识自我，确定人生目标和自我同一性
- 3建立家庭，发展良好的亲密关系
- 4积极交往，建立社会支持系统

➢青年期的社会性发展

■ 亲密感的建立

青年期的主要任务是建立亲密感，最核心的关系是指恋爱和婚姻。



有趣的男女标准——

女生眼中的标准男友

- 男朋友就是为你照亮归家途中无数黑暗角落，让你不必再为了个途经身旁的行人而惊叫的那个人。
- 男朋友就是当你小性发脾气时，那个嬉皮笑脸哄你破涕为笑的那个人。
- 男朋友就是当你受到打击、万念俱灰而温柔地将肩膀给你任由你的眼泪、鼻涕将新衬衣弄花的那个人。
- 男朋友就是不用任何言语就可默契配合你想法的那个人。
- 男朋友就是在雨中为你撑起衣服挡雨，而自己却任由风吹雨打还笑言舒服的那个人。
- 男朋友就是让你会为他一句笑话而打破心里醋缸的那个人。
- 男朋友就是在凌晨三点也可以听你喃喃细语，而不用喝咖啡提神的那个人。
- 男朋友就是在你为了挑选衣服愁眉不展、忧郁不决的时候，将最合适的衣服批上你肩膀的那个人。
- 男朋友就是在这一刻气得你眼泪汪汪，在接下来马上让你
- 男朋友就是在你生日那天，把生日蜡烛举着让你吹灭的
- 男朋友就是在梦里老是拿着盾、持着剑，神气地站在你身前保护你的那个人。
- 男朋友就是在你痛苦时他会象大哥哥样安慰你，可有时又会孩子似的在你怀里撒娇的那个人……

完人！！

有趣的男女标准——

男孩眼中的标准女朋友

- 1、我开心时比你自己开心还开心，我难过时比你自己难过还难过
- 2、用一个pp的小本本记下你发给我的每一条短信
- 3、不打听我不想让你知道的任何事情
- 4、相信我的每一句话，不揭穿我的谎言
- 5、努力适应我的生活方式和生活的圈子
- 6、友好地对待我的朋友，把他们也当作是自己的朋友
- 7、在我的朋友面前给足我面子
- 8、继续做你喜欢我做的工作
- 9、把头发留长，不烫卷，不使用者哩水等让头发变硬的东东
- 10、收起你的坏情绪，自己擦干脸上的泪，你看到我的时候你会尽量多的微笑
- 11、好好保存你送我的每一件东西
- 12、吃你喂给我的你认为好吃的东西，并且也觉得好吃
- 13、真心地认为我做的每一件事都是有道理的
- 14、每年都从家来看我
- ……

- 强烈建议：凡有女孩能作到以上任意10条那你娶她吧没错的
- ……20条你要努力娶到她啊
- ……30条死皮赖脸也要娶到她
- ……40条拼了老命也要娶到她
- ……50条估计这种女孩已经绝种



Funny time

What you want is a television set

I want to marry a man:



who is famous

who can play music

who can tell interesting stories

who dose not smoke or drink

who stays at home in the evenings

and stops talking when I’m tired of listening.

➢青年期的社会性发展

异性吸引：

美貌的作用

相似率

互补率



1

什么样的女性对男性更有吸引力？

研究者们邀请了一群大学男生参加，这些学生并不清楚真正的研究目的。他们认为此研究是为了考察用电脑进行的配对是否有效。每个学生都得到了5个姑娘的背景资料，并可以从中选出一个最愿意约会的对象。

1

什么样的女性对男性更有吸引力？

A 她似乎是很容易“得到”的，因为她愿意和5位男士约会。

B 她似乎是很难得到的，她愿意和男士约会，但对于5位男士都没有热情。

C 她对于大多数男士来说是难以得到的，但是愿意和5位男士中的一位约会。

1

什么样的女性对男性更有吸引力？

A 跟几乎所有男性的交往距离都很近的人，又让人觉得太随便而让人瞧不起。

B 让人觉得无法得到的女性，追求者是很少的。

C 难以得到，但并非不可能得到的女性对男性来说更有吸引力。

1

什么样的女性对男性更有吸引力？



C

对于自己所倾心男士，女士不用表现得太矜持，而对于其他男性，则要保持距离，这样的区别对待会增强你对男性的吸引力。

美貌——美学价值





美貌——社会价值





美貌——实用价值









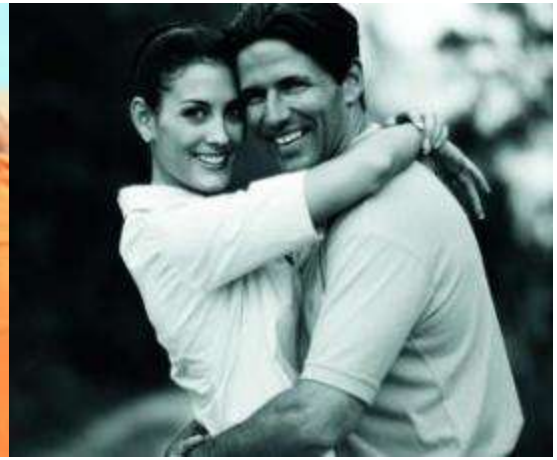
夫妻相

➢青年期的社会性发展

- 婚姻满意度的变化模式

孩子出生前最高，然后逐步下降；孩子上学时又逐渐上升；孩子长大离家独立生活，自己也退休后，婚姻满意度恢复到原先的最高水平，甚至超过刚结婚的时候。





➢青年期的社会性发展

- 社会关系的变化

“人生护航舰”

伴侣关系







家庭成员关系

朋友关系

良好的人际交往有助个体获得成功

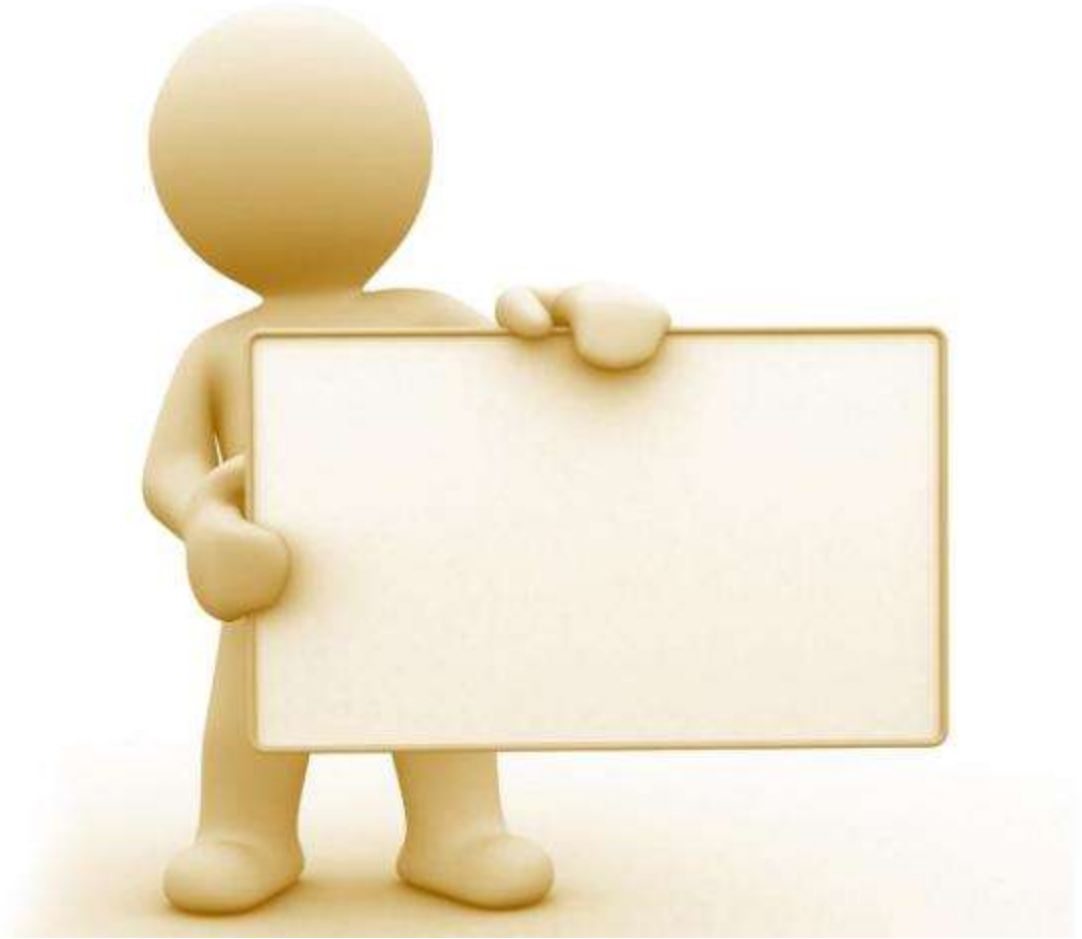
良好的人际交往有助个体获得支持

良好的人际交往有助个体获得转机

但是

良好的人际交往需要技巧与方法

你的支持系统



最好的支持系统，是当你哭泣的时候，他会默默 地递上纸巾，在你没有停止流泪的时候，他不会问你缘故。如果你不说，他会尊重你，如果你说下去，他不会打断你。

最好的支持系统，是你们也许天各一方久不相见，一旦重逢，马上拾起上次分别时中断的话题，潺潺流水倾谈下去。这不是因为特别好的记忆,或是刻意的精心，只因为你在他心中独立成档．一看到你,杂事摒去，所有的储存都在瞬时复活．

最好的支持系统，是在你忘乎所以的时候，兜头泼下一桶夹着冰渣的水。锥心刺骨的同时，猛一激就想起了自己的本分。

练习

- 单项选择题
- 1 青年期（也称成年初期）的年龄范围是（ ）
  - A 15-16岁至25岁
  - B 17-18岁至28岁
  - C 17-18岁至35岁
  - D 17-18岁至45岁

  - 答案：C

练习

- 多项选择题
- 1 影响人生观和价值观形成和发展的因素有（ ）
  - A 个体成熟因素
  - B 社会背景因素
  - C 个人自我调节因素
  - D 自然环境因素

  - 答案：ABC

第七节 中年期的心理发展（35-60）

第一单元 中年期的更年期

第二单元 对中年期心理发展的理解和认识

第三单元 中年期的认知发展

第四单元 中年期的个性和社会性发展

第一单元 中年的更年期

一、女性更年期（45-55岁）

第一，卵巢开始退化萎缩。

第二，月经发生变化。

第三，生殖器官开始萎缩。

第四，第二性征发生变化。

二、男性更年期（稍晚于女性）

✓性器官开始萎缩，性功能衰退

第二单元 对中年期心理发展的理解和认识

一、中年转换期

- 获得自我与现实之间的平衡（改变原系统，建立新系统）

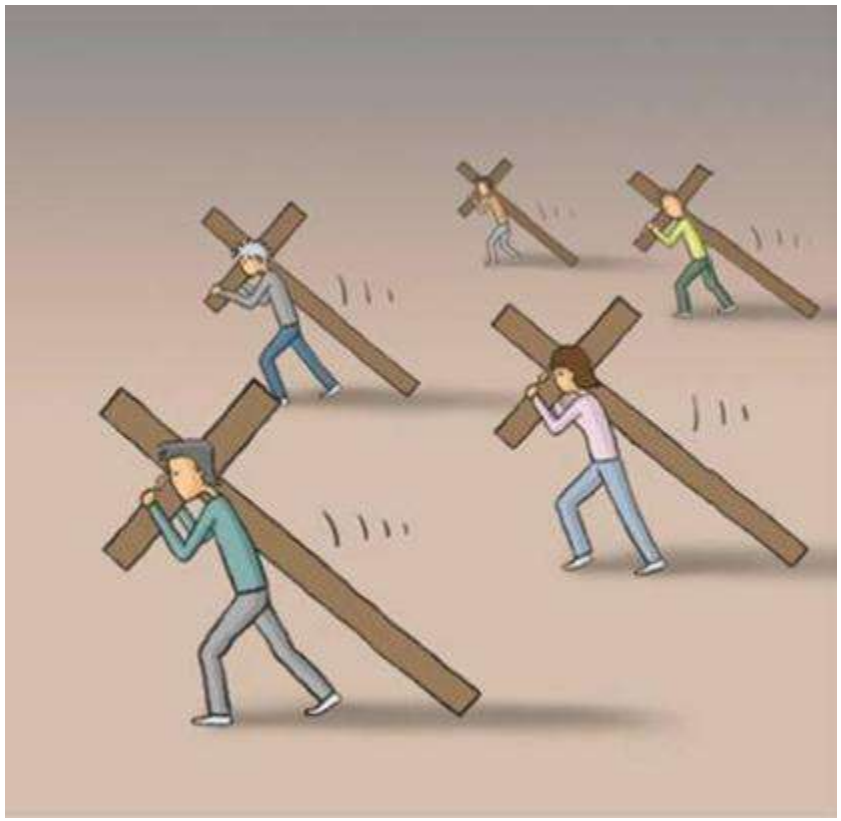
二、中年期是人生的特殊时期（责任重大）

三、中年人在家庭中的角色（教育青少年子女，照顾老年父母，维护家庭和谐）

四、中年期是充满挑战的人生阶段（中年危机）

学会承担

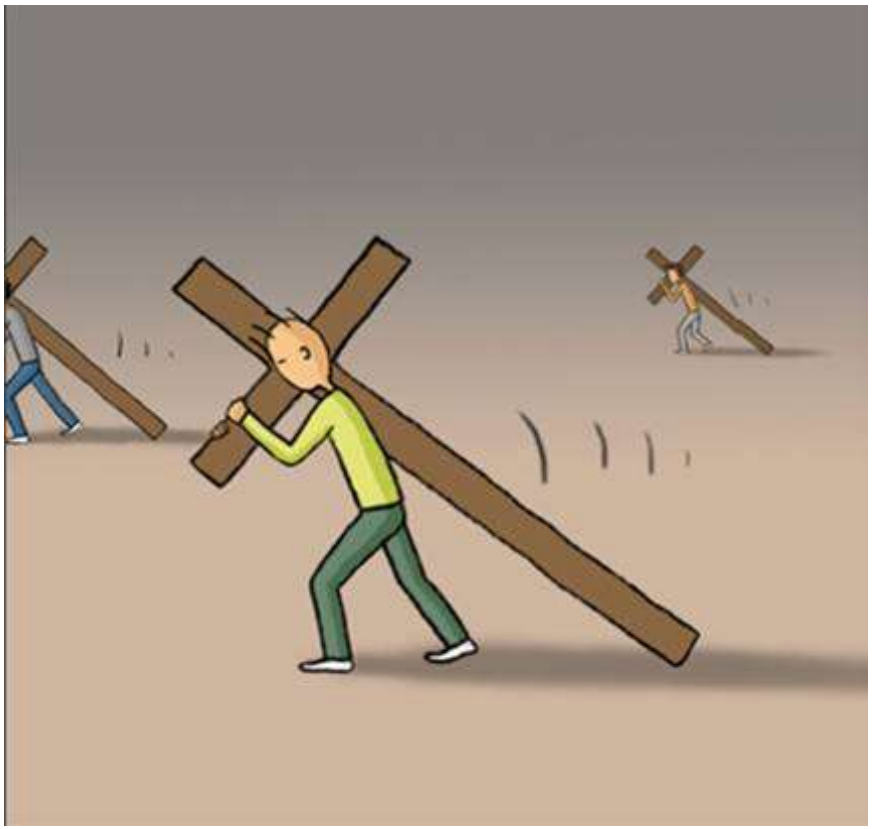
We all have our cross to bear



第一幅漫画中有许多的人，每个人都背负着一个沉重的十字架，在缓慢而艰难地朝着目的地前进。

学会承担

We all have our cross to bear



途中，有一个人忽然停了下来。他心想：这个十字架实在是太沉重了，就这样背着它，得走到何年何月啊？！

学会承担

We all have our cross to bear



于是，他作出了一个惊人的决定：他决定将十字架砍掉一块。

学会承担

We all have our cross to bear



他砍啊砍……

学会承担

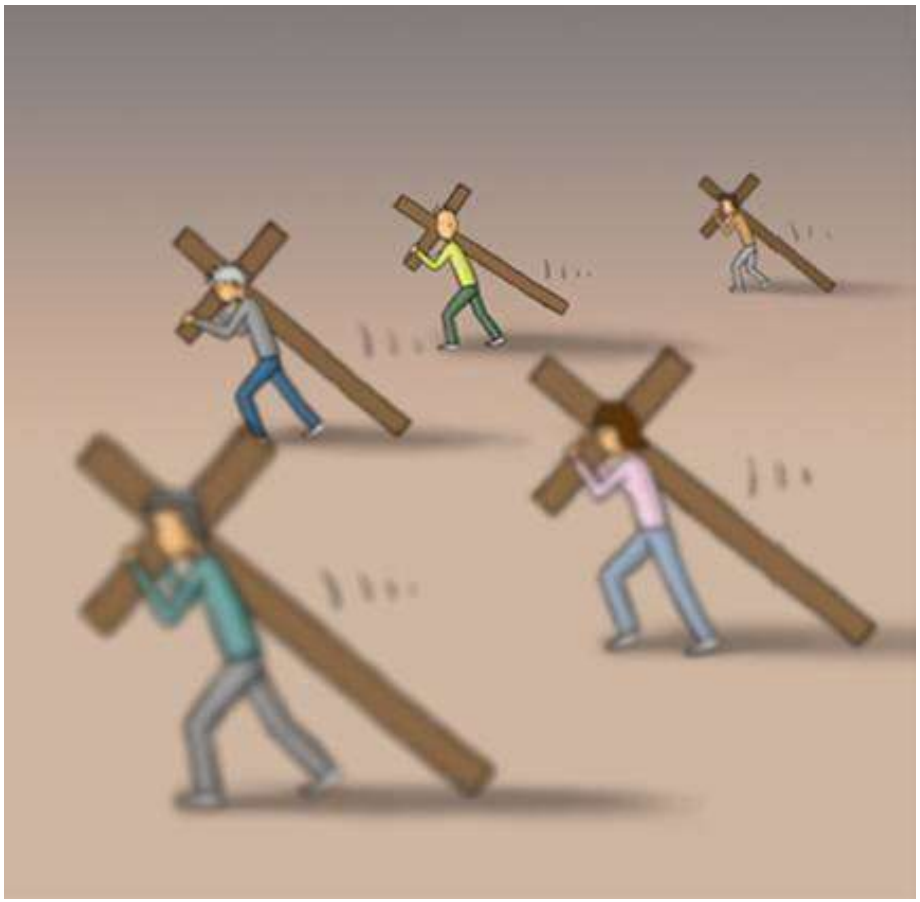
We all have our cross to bear



砍掉之后走起来，的确是轻松了很多，他的步伐也不由得加快了。。

学会承担

We all have our cross to bear



于是，就这样走啊走啊走啊走，又走了很久很久很久很久。他又想：虽然刚才已经将十字架砍掉了一块，但它还是太重了。

学会承担

We all have our cross to bear



上帝啊，请你让我再砍掉一下吧，我保证可以走的更好！

学会承担

We all have our cross to bear



他砍啊砍……

学会承担

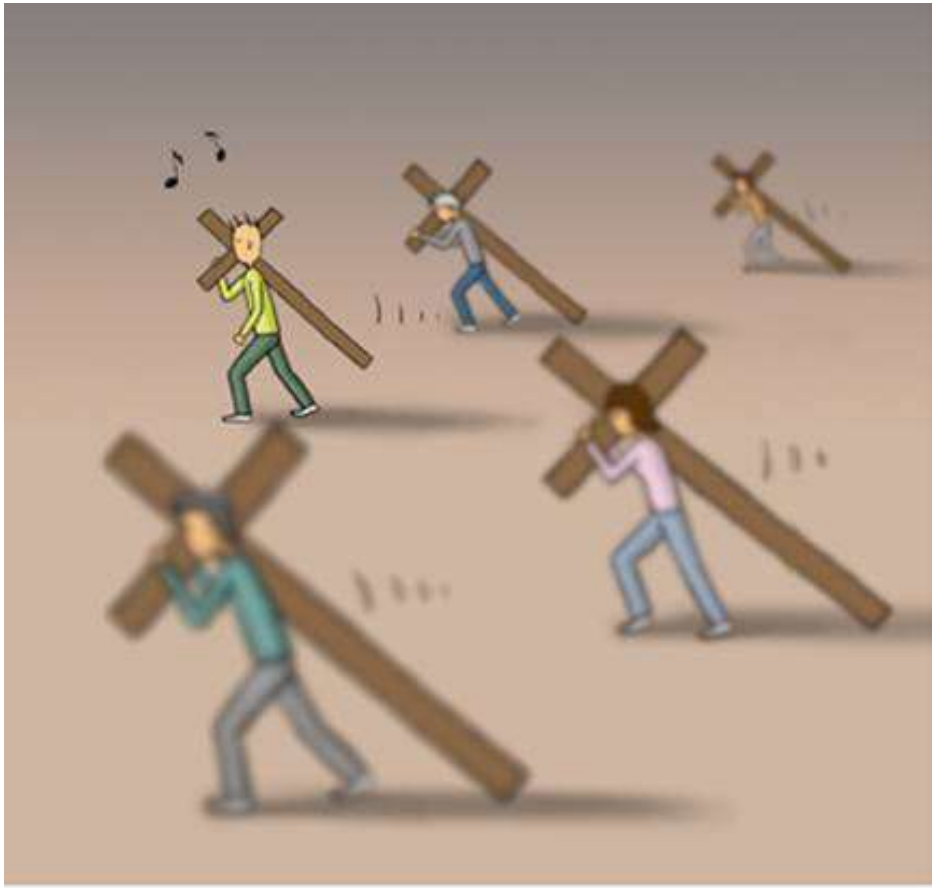
We all have our cross to bear



这样一来，他一下子感到轻松了许多！

学会承担

We all have our cross to bear



于是，他毫不费力地就走到了队伍的最前面。大家看：当其他人都在负重奋力前行时，他呢，却是边走边轻松地哼着歌呢！

学会承担

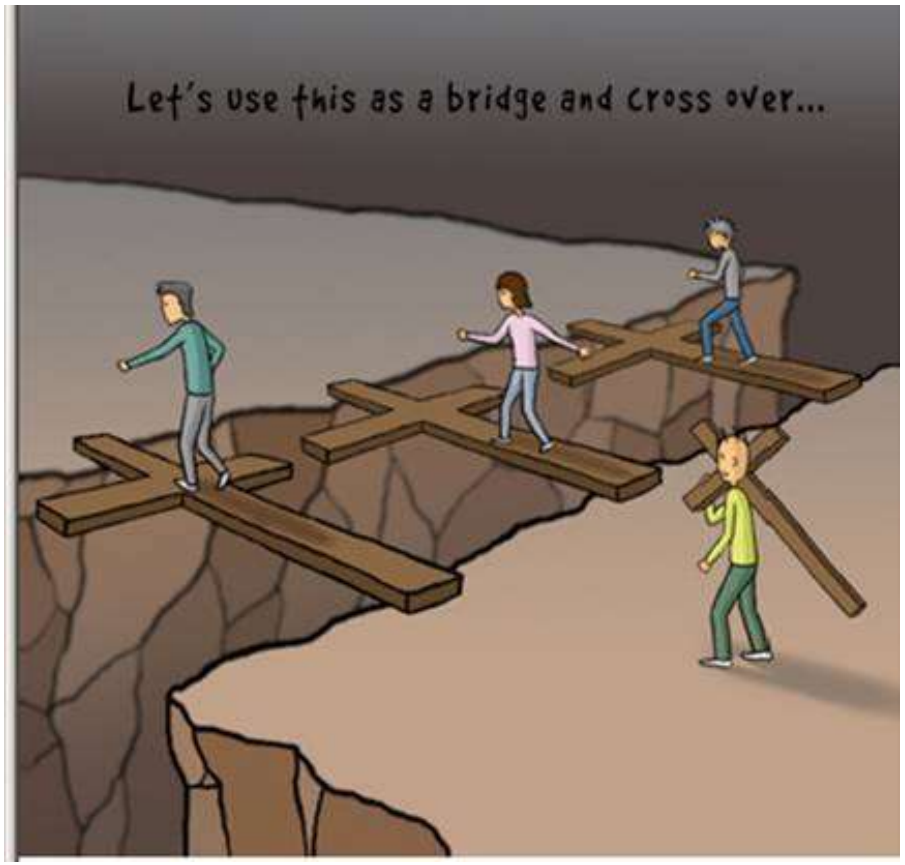
We all have our cross to bear



走着走着，谁料，前边忽然出现了一个又深又宽的沟壑！沟上没有桥，周围也没有路。这时候也没有蜘蛛侠或者超人出来解救他……他，该怎么办呢？！

学会承担

We all have our cross to bear



后面的人都慢慢地赶上来了，他们用自己背负的十字架搭在沟上，做成桥，从容不迫地跨越了沟壑。

学会承担

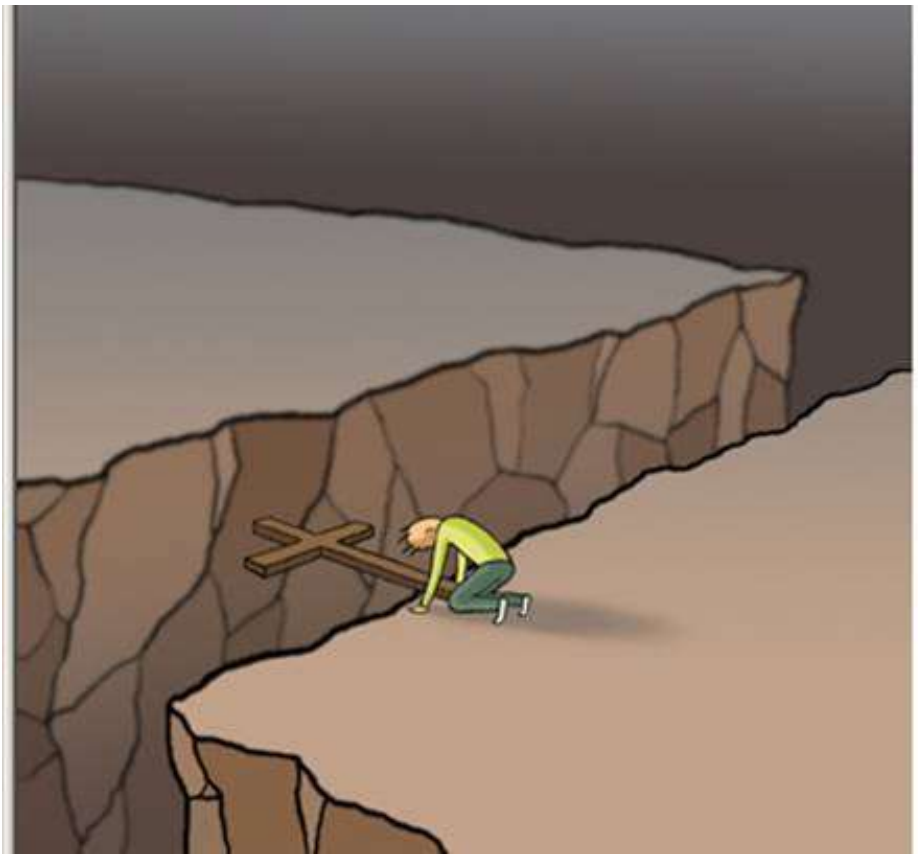
We all have our cross to bear



他也想如法炮制。只可惜啊，他的十字架之前已经被砍掉了长长的一大截，根本无法做成桥帮助他跨越沟壑！

学会承担

We all have our cross to bear



于是，当其他人都在朝着目标继续前进时，他却只能停在原地，垂头丧气，追悔莫及。

学会承担

We all have our cross to bear

这个时候，在他的脑海里回响着一句话：曾经有一块完整的十字架扛在我的肩上，我没有好好珍惜，直到需要它的时候，我才后悔莫及。人世间最大的痛苦莫过于此啊！

学会承担

We all have our cross to bear

其实我们每个人每一天都背负着各种各样的十字架，在艰难前行。它也许是我们的学习，也许是我们的工作，也许是我们必须承担的责任和义务。但是，这也是这些责任和义务，构成了我们在这个世界上存在着的理由和价值。所以，请不要埋怨学习的繁重，工作的劳苦，因为真正的快乐，是挑战后的结果，没有经历深刻的痛苦，我们也就体会不到酣畅淋漓的快乐！

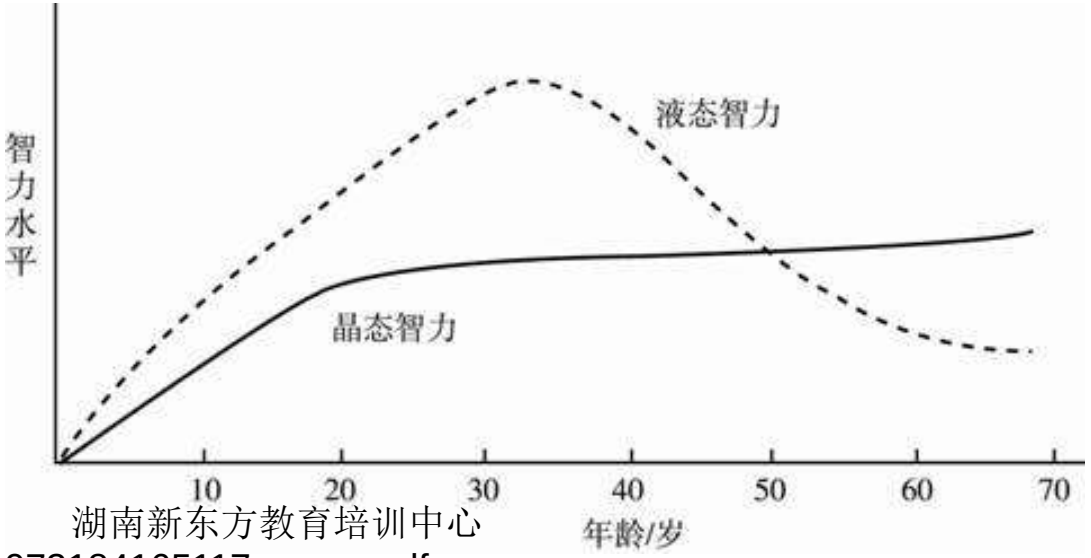
第三单元 中年期的认知发展

一、中年期思维发展的一般特点

1、中年期思维的现实性、灵活性和智慧性

2、中年期辩证逻辑思维的进一步发展（对立统一，量变质变，否定之否定）

二、中年期的智力发展



- 液体智力是指加工信息和问题解决的基本过程的能力。它是随神经系统的发展、成熟而发展变化的，如知觉速度、机械记忆等
- 晶体智力是通过掌握社会文化经验而获得的智力，也称为文化知识智力，如烟雨理解、词汇概念等。

第四单元 中年期的个性和社会性发展

一、中年期自我意识的发展

1、关于自我的概念

- ✓自我是人格的核心
- ✓自我是第一组织者
- ✓自我的改变是最重要的
- ✓自我的发展是个体与环境相互作用的结果

2、成年期的自我发展水平

- ✓遵奉者水平 ✓自主水平
- ✓公平水平 ✓整合水平

二、中年期的人格特征

1、稳定性

2、成熟性

- ✓内省日趋明显
- ✓心理防御机制日趋成熟
- ✓为人处世日趋圆通

3、性别角色日趋整合（男女同化的人格是完美人格）

湖南新东方教育培训中心
073184165117 www.xdfpx.com

- 尊奉者水平：服从社会规则
- 公平水平：有自己评价标准，可以自我反省，思想具有二元性
- 自主水平：承认接受社会关系的复杂和矛盾冲突，对矛盾冲突有高度的容忍性
- 整合水平：不仅能正视矛盾，还会积极解决冲突，会放弃不能实现的目标，进行新选择

第四单元 中年期的个性和社会性发展

三、适应环境的控制理论

✓控制是人类发展的中心主题

✓人的行为控制系统分为初级控制和次级控制

✓初级控制是指人类通过改造环境而控制环境的企图，是创造性的适应环境的行为系统。是人的根本愿望。

✓次级控制是指人类通过改变自己来顺应环境的企图，是被动适应环境的行为方式系统。在初级控制受阻之后，可以调整目标、认知重构，恢复自信，良好次级控制可以有效缓冲失败。不良的次级控制会降低自信。

维护中年心理健康

- 1.工作有度
- 2.家庭有爱
- 3.生活有乐
- 4.锻炼有时
- 5.心中有梦
- 6.男性渐柔
- 7.女性渐刚



练习

- 单项选择题
- 1 中年期的年龄范围是（ ）
  - A 30岁-40岁
  - B 35至60岁
  - C 45岁至65岁
  - D 50岁至65岁

  - 答案：B

练习

- 单项选择题
- 2 更年期是指（ ）
  - A 个体在中年期出现生理变化和心理状态明显改变的时期
  - B 个体在老年期出现生理变化和心理状态明显改变的时期
  - C 个体由中年向老年过渡过程中生理变化和心理状态明显改变的时期
  - D 仅指女性更年期

答案 C

练习

- 单项选择题
- 3 更年期发生的年龄大约在（ ）岁左右。
  - A 40
  - B 50
  - C 60
  - D 70

  - 答案：B

练习

- 多项选择题
- 1 中年期的人格变得较为成熟，具体表现为（ ）
  - A 内省日趋明显
  - B 男性更加男性化，女性更加女性化
  - C 心理防御机制运用得越来越少
  - D 为人处世日趋圆通

  - 答案：AD

第八节 老年期的心理发展变化

第一单元 老化的原因

第二单元 两种不同的老年心理变化观

第三单元 老年期的认知变化

第四单元 老年期的人格特征

第五单元 老年生活的心理适应


20 岁的关之琳


43 岁的关之琳


20岁的林青霞
50岁的林青霞


20 岁的王祖贤


38 岁的王祖贤


20岁的李嘉欣


38岁的李嘉欣


20岁的刘嘉玲


40岁的刘嘉玲


20 岁的张曼玉
40 岁的张曼玉


20岁的赵雅芝
50岁的赵雅芝

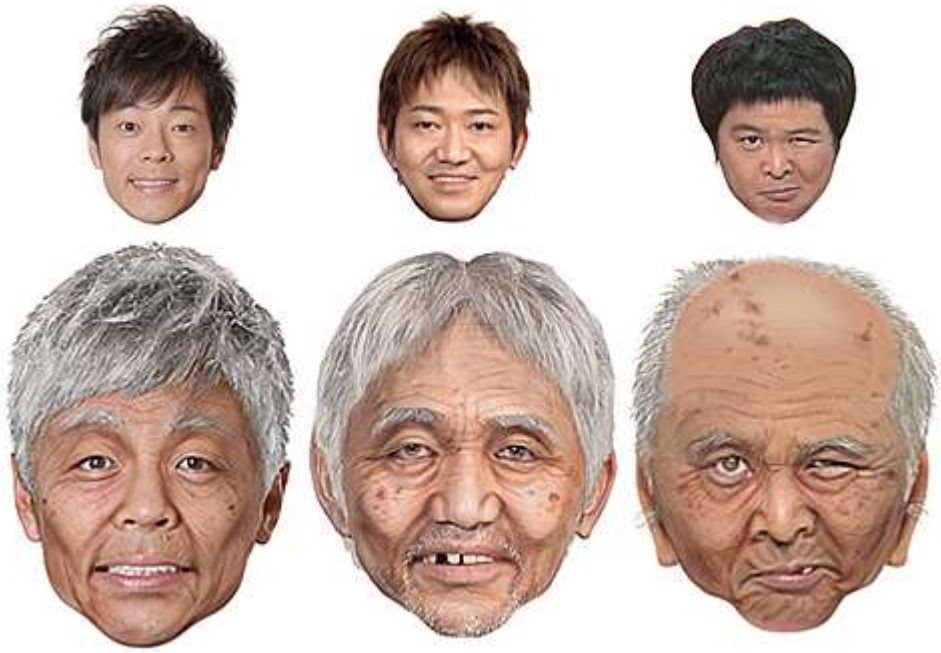
第一单元 老化的原因

一、遗传学说

二、行为老化说

三、疏离学说

四、适应学说



第二单元 两种不同的老年心理变化观

一、老年丧失观（消极）

- 老年期的特征：心身健康、经济基础、社会角色、生活价值丧失
- 依据：
  - ✓人完全当作生物的个体，心理也随着生理的衰退而衰退
  - ✓认为心理发展是单向前进的，不可逆转的

二、毕生发展观（积极）

1、心理发展和行为变化可以在人生中的任何时候发生

2、不同心理机能发展的方向、形式和速率各有不同

3、心理发展过程既有增长也有衰退，是对立统一

4、个体心理发展有多重影响因素构成的复杂系统共同决定（成熟影响儿童，社会因素影响成人，个人因素影响老年）

湖南新东方教育培训中心
073184165117 www.xdfpx.com

第三单元 老年期的认知变化

一、感知觉发生显著的退行性变化

➢视觉、听觉、味觉都减退

二、老年期的记忆减退特点

1、年龄趋势

2、记忆衰退的特点（机械、记名）

3、主要记忆障碍（提取信息、少用策略）

4、对老年期记忆减退的解释（加工速度 工作记忆）

5、老年记忆衰退的延缓和弥补

➢利用多种感觉器官

➢建立良好的日常生活次序

➢放缓学习和做事情的步调

➢有意识地进行改善记忆的训练

➢增加记得住的信心

三、老年期的智力减退（不平衡性）

第四单元 老年期的人格特征

一、人格特征的稳定性

二、人格特征的变化

1、不安全感

2、孤独感

3、适应性差

4、拘泥刻板并趋于保守

5、回忆往事

三、影响因素

- 生物学的衰老
- 心理上的老化
- 社会文化因素的影响

第五单元 老年生活的心理适应

一、对老年期的退行性变化和对老年期生活的心理准备

二、社会角色和活动的积极转换

三、体现老年人的价值，维护自我尊严

四、夫妻恩爱、家庭和谐是老年人幸福生活的要素

五、深化朋友之间的友谊关系

六、避免逃避式的适应方式



老年心理健康

- 助人为乐
- 知足常乐
- 自得其乐
- 宽容
- 开朗
- 积极
- 乐观

长寿

- 1生活规律
- 2营养充分
- 3经常锻炼
- 4生活丰富

健康

练习

- 单项选择题
- 1 老年期（也称成年晚期）一般是指（ ）岁以后。
  - A 50
  - B 60
  - C 70
  - D 80

  - 答案：B

练习

- 单项选择题
- 2 老年丧失期观认为（ ）
  - A 心理发展是可以逆转的
  - B 心理发展的影响因素是多方面的
  - C 老年期的心理机能不断衰退
  - D 老年期的心理机能的衰退也可以叫做“发展”

  - 答案：C

练习

- 单项选择题
- 3 （ ）是老年期心理发展的总趋势。
  - A 感知觉的退行性变化
  - B 人格出现偏差
  - C 情感脆弱
  - D 人际交往技能降低

  - 答案：A

练习

- 多项选择题
- 1 有关老年心理变化的主要观点有（ ）
  - A 老年丧失期观
  - B 毕生发展观
  - C 认知发展观
  - D 道德发展观

  - 答案：AB

练习

- 多项选择题
- 2 老年丧失期观认为老年期丧失的内容包括（ ）
  - A 身心健康
  - B 经济基础
  - C 社会角色
  - D 生活价值

  - 答案：ABCD

练习

- 多项选择题
- 3 毕生发展观认为（ ）
  - A 心理发展贯穿人的一生，老年期也在发展
  - B 年龄（即时间）是心理发展或衰退的唯一根据
  - C 心理发展总是由增长和衰退两个方面结合而成的
  - D 心理发展是由多重影响因素所构成的复杂系统共同决定的
  - 答案：ACD

练习

- 多项选择题
- 4 老年期记忆力下降是因为（ ）。
  - A 记忆加工过程的速度变慢
  - B 记忆加工过程的速度变快
  - C 工作记忆容量变小
  - D 工作记忆容量变大

  - 答案：AC