

发展心理学的一个新方向

孙 晔

(中国科学院心理研究所)

近年来,在美国和德国发展心理学中兴起了一个新方向,叫作一生发展心理学。这个新思潮在苏联发展学者中间也有所反映。这个新方向强调发展贯穿于人的一生,从胚胎起一直到死亡为止。它要求对人的一生的全过程进行描述、解释,并使之达到最佳的发展。在方法学上,它强调综合,主张采取整体观点、辩证观点。所以是一个颇值得注意的新动向。

这个新方向当前在国外已引起广泛的注意,出现所谓“一生发展心理学热”。近年来杂志、手册、书籍发表了不少宣传一生发展心理学的文章,甚至一些心理学课本也开始采用一生发展心理学作为发展心理学一章的标题。美国《心理学年鉴》1980年首次刊载长篇论文介绍这个方向。

主张用一生发展的观点看待人的发展,并不是一个新问题。早在200年前德国哲学家兼心理学家J. N. Tetens就提出了这种看法。以后也有人提过,但始终未形成今天这样的势头。今天所以会出现这样的势头,P. B. Baltes认为,原因有三:一是美国和德国的大学开设了这方面的研究课题;二是二次大战后开展了儿童发展的纵追研究,这些被试现已长大成人,对他们进行追踪研究引人入胜;三是老年学研究的兴起,这是影响最大的一个原因。五十年代到七十年代是老年学蓬勃发展的时期。老年期是生命前期各阶段发展的结果,所以老年学研究应当放到生命发展的全过程中去进行。我们认为,Baltes忽视了另一个重要原因,就是当前科学中盛行的整体观、系统观思潮。近年来在美国心理学中兴起的发展最快的一个分支人本心理学就强调以整体观作为指导思想。这个思潮也同样影响到一生发展心理学的兴起。

* * *

据 Baltes 的介绍,一生发展心理学有如下几个基本构想。

第一,发展贯穿于生命的全过程中。发展性的行为变化在从胚胎到死亡的任何时候都可能发生。这与生物学上的生长、成熟和老化的构想是有所不同的。按生物学的构想:人于成年早期达到成熟状态,这就标志着发展的终止,以后的变化就是衰退或老化,而不是发展。一生发展心理学并不否认生物因素的重要作用,而只是强调一生中各阶段各有其不同的发展形式,要查明这些行为变化的形式和过程,以及相互作用。如老年人要

适应其体力衰弱的情况，要适应其周围变化的特殊环境等。这种行为变化并不都是衰退而且是受其前期生活经历的制约的。

第二个重要构想是把发展看成是个体发育原则和进化原则的体现。一生的发展既然是延续很长的时间，因而就不仅要从个体发育的角度去看，而且也要从生物文化的，即历史的角度去看。个体发育的角度指人类发展规律性和变异性可由生物发展和社会化过程诸因素来解释，这是与年龄有关的。进化的，生物社会的角度指一代人与一代人之间的变化，这种变化与社会文化传递和社会体制有关。上一代人对下一代人有影响，下一代人又对未来一代人有影响。一生发展心理学强调从这样一个广泛的认识出发去看发展问题。

第三个观点是发展的多元性。在一生发展中，各种行为变化过程的开始，持续、终结以及方向和可塑性都各不相同。一切发展变化都包含着量变和质变。它们并不必然和自然年龄有关。它们开始时的方向并非总是渐进的。儿童期认知行为和社会行为的习得，许多起源于儿童期的行为在后来的保持、转化和消失，以及老年期新行为的习得，都是多元性的。

图 1 是 Baltes 介绍的发展多元性概念的图解。图解说明，不是所有的发展变化都是与年龄相关的，都是量变的；行为变化并不都是延续一生的，新的行为变化在人的一生中的任何时候都可能产生。

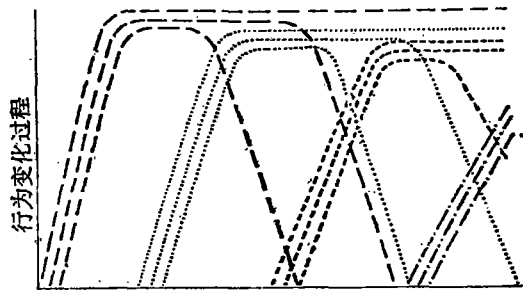


图 1 一生发展过程示例

一生发展心理学对发展原因的解释，也是采取广泛的多元性观点。它致力于探寻因果的、交互作用的各类影响。它把影响划分为三类。一类是常规年龄级的影响，即个体发育的影响，这相当于多数儿童心理学家和老年学家所承认的对发展的主要影响。这种影响被认为是与自然年龄有重大关联的生物和环境决定力量。例如生物成熟、家庭、教育职业。所以称为常规的，是因为它们对一定社会的全体个人以极相似的方式出现。二类是常规历史级的影响，即进化的影响，指与历史年代有关的生物和环境决定因素，一代人的历史环境。所以称为常规的，是因为它们对一代人的多数成员以极相似的方式出现例如经济萧条、战争、流行病、与现代化有关的社会变动等。三类是非常规的生活事件指上述两类影响以外的生物和环境决定因素。例如职业变更、迁居、伤害、意外事故、短期失业、离婚、亲人死亡等。这种事件依据发生的时间、形式和持续久暂的特殊条件而对人的发展产生各种影响。这三种影响对发展中的人的联合作用，可以说明一生发展的本质、它的规律性及分化性，如个别差异。这个模式可以综合现有的资料，提出新的问题。

图 2 表明这三大类影响对一生发展的作用。这三类影响交互作用着，其联合表现对不同个人和不同行为是不同的。

图 3 表明这三类影响单独和联合作用的模式。如果就影响发展的相对强度看，常规年龄级影响的高峰在儿童期，次高峰可能现于老年期。就常规历史影响而言，青年期和

成人早期可能受影响较大，因为人们认为这两个时期社会与个人、一代人与另一代人之间的辩证关系明显，是家庭、事业、生活方式在社会影响下形成的时期。非常规生活事件的影响，随着一生发展的进行会逐渐增大，原因是遗传控制随年龄而下降，个人生活经历的影响突出出来；另一个原因是成人期和老年前期发展的多元性加强，个体间的差异比儿童大得多。三种影响的不同作用情况提示人们，研究儿童发展的要重视成熟和社会化，研究人发展时要注重历史影响。

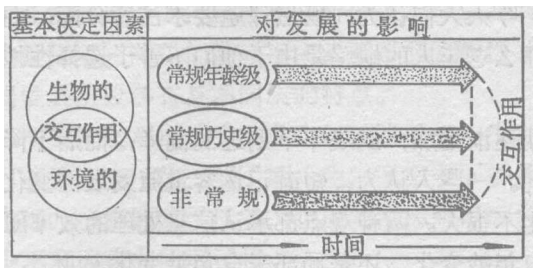


图2 表明三大类影响对一生发展的作用

一生发展心理学的第四个观点是综合的观点，就是对人的发展提出综合的解释。一生发展心理学是一门综合性研究领域，它建立在婴儿期、儿童期、青年期、成人期和老年期研究的基础之上。

由于一生的变化往往是错综复杂的、多元的，多方向的，包括前因后果关系和相互作用，个体发展和系统发展处于动态关系之中，所以一生发展研究人员怀疑传统发展心理学的原子论的分析的方法，提出总理论问题，以求达到综合的解决。为达到此目的，近年来人们越来越求助于关联的辩证的模式和系统的模式，认为整体观和辩证法的运用将有助于推动这种研究。当然以此为出发点并不意味着不需要进行以实验为基础的研究，它不能代替这类科学研究，而只是一个理论方向。

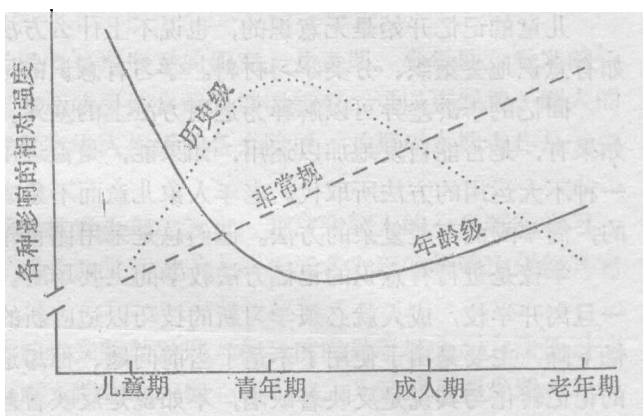


图3 三种影响的一生表现情况

下面谈一下从一生发展心理学的角度看记忆研究的几个问题。迄今为止，记忆的研究大都是横断的研究，从一生发展的角度出发的研究为数很少但是从一生发展的角度考虑这些研究结果，可以看出记忆发展的某些规律。

感觉记忆是记忆信息处理的第一阶段，感觉记录器接受的刺激在进一步处理前，即转入短时记忆以前保持相对不变。感觉记录器的容量很大，但消退也很快。有证据表明视听系统的操作是不一样的，人们把视觉的感觉记忆称为映象记忆，把听觉的称为回声记忆。但人们公认，这两个系统的容量和持续时间在儿童期是不变的。小孩比小孩可能记忆得更准确，这只是由于小孩能在感觉记录器中感觉材料消退以前把更多的感觉材料送入短时存储之中。

在成人期，消退率也是不随年龄而变化的，即使略有减少，也不足以影响进一步的

在成人期，消退率也是不随年龄而变化的，即使略有减少，也不足以影响进一步的

处理。老年人的感觉系统容量似乎也是不变的。已发现缺陷在于进一步的处理上。先前人们认为, 缺陷反映出老年人易受干扰。今天人们认为, 既然课题要求注意分配, 而注意又是感觉材料转入短时记忆的机制, 那么老年人的缺陷是由于他们不善于选择性地分配他们的注意。

短时记忆容纳的项目数量, 在儿童期逐渐增加, 到成年早期达到高峰, 而后下降。这个事实是大家公认的, 但解释却不相同。一些人认为, 短时记忆容量随发展而变化, 另一些老人却认为容量虽有变化, 但变化不很大。两种观点都承认信息处理的效率随年龄而变化, 差别在于这种变化是全部来自年龄变化, 还是局部来自年龄变化。

再认能力在生活的早期就开始发展。再认能力在儿童期的提高, 主要是由于学会了帮助再认的巧妙方法, 而不是由于再认能力本身的变化。

无论在什么年龄, 回忆总比再认差。回忆表现出的年龄差异也较大。原因是, 成年人运用的追忆方法比儿童和老年人更加有效。回忆比再认更需要有意识的记忆法。

儿童的记忆开始是无意识的, 也说不上什么方法。后来才学会运用方法进行记忆, 如有意识地去组织、分类学习材料。学习有意识的记忆方法, 成年人比儿童更加有效。

回忆的年龄差异可以解释为运用方法上的差异。差异可能在于有没有可运用的方法, 如果有, 是否能自发地加以运用, 如果能, 是否运用得有效。一种运用的方法可能被另一种不大运用的方法所取代。老年人象儿童而不象成人, 倾向于使用具体的而不是抽象的, 简单的而不是复杂的方法。他们总是采用比青年更适合于他们的方法。

学校是进行有意识的记忆方法教学的主要场所。学生必须掌握学校适用的记忆方法。一旦离开学校, 成人就必须学习新的技巧以适应新的需要。到老年时, 我们所看到的记忆下降, 主要是由于使用了不适于当前问题、但却适合于老年目标的方法。可见, 老年的记忆转化与其说是反映着缺陷, 不如说是反映着差异。

从上述可见, 记忆的发展是一生的, 这个发展不在于记忆容量的增减, 而是反映信息处理上变化。记忆的兴衰并不只反映编码、存储、提取的效率的增减, 也反映编码、存储、提取的不同质的过程的发展。这种发展也反映着其它认识领域内质的变化, 如动机, 而动机又反映着与不同年龄他人的社会相互作用, 对物理环境的经验, 对正规和非正规教育的要求和自我发现。在儿童的成熟与老人的生理衰退的范围内, 社会的、文化的、环境的决定因素与自我决定因素结合起来。

一生发展心理学强调记忆发展的一生性、多元性、与其它心理领域的交互性, 因而要求开展更自然化的记忆研究, 因为单纯的实验室研究不易弄清楚人与环境的复杂关系, 同时也应当开展记忆发展的纵向研究。

* * *

一生发展的研究, 并不一定需要对各种年龄的人分阶段进行研究, 即使进行分段研究也观点不同, 问题也不同。从一生发展的观点看, 前面的年龄阶段为后来的年龄阶段作好准备, 同时必须考虑较早的行为对后来的影响, 弄清这种影响的前后关系。同时, 早期的行为又不能完全预决以后的行为, 因为后期又有一些新的因素参加进来。原来的因素和后来的因素之间有着复杂的相互关系。所以它反对弗洛伊德学说的早期的命定决

定论。虽然后期的行为可以从前期行为中推断，但不是完全预先决定的。

在发展理论的连续性和间断性上，一生发展观点反对皮阿杰和行为主义的用一种观点去解释不同阶段的发展而主张要看到间断性，随着年龄的增长，要用不同的解释原则，不同发展阶段各有其不同质的特点。

一生发展观点认为，各个年龄阶段和一生之间的关系是辩证的关系。要理解某个阶段，就要通晓一生，要了解一生，又必须了解各个阶段。据此认为儿童教育目标不能单纯考虑儿童期的发展任务，也应当考虑到以后各期的发展任务，要通过儿童教育尽可能减少不利因素向后期迁移。

一生发展观点强调儿童研究要考虑变化着的生态因素，寻找自然年龄以外的组织因素。要考虑亲子关系、家庭关系中包括各种发展着的人。亲子关系的发展包括亲、子双向的发展，双亲在影响子女的过程中自己也受子女的影响，而且双亲自己随年龄变化而发生变化，这种变化反过来又影响子女的行为。从这样的观点来看问题，对亲子关系的研究可提高一步。

一生发展观点强调发展的前因后果的长期联系的研究。儿童期、少年期对后来的长期影响，表现于成人期和老年期。把前后阶段结合起来加以研究，可以更好地了解人的发展。近年来一生发展心理学家已在研究成人生活的各个阶段，并把成人期看作是一生发展的一个组成部分。

一生发展观点认为，教育不限于学校青少年的教育，要注意到人的一生都在学习，职业和工作是一生发展的重要因素。职业和工作对于人的生活各方面的影响比任何其它社会作用都更加显著。

总的看来，一生发展心理学虽然近年来蓬勃发展，但目前尚处于概念和方法论讨论阶段，具体研究尚不多。倡议者多为成人期和老年期心理学家，儿童期和青少年期心理学卷入不多。但这方向是有潜力的。

*

*

*

就上述一生发展心理学的概况看，我们觉得有下述几点值得注意。

第一，一生发展心理学明确提出以整体观、系统观、辩证法作为指导思想，这是符合当代科学一般发展趋势的，在西方心理学中出现这样的势头，是值得引起我们注意的。

第二，一生发展心理学强调发展的一生成性，多元性，把人的一生看成是一个整体，探索其中前后阶段的关联和相互作用，这就突破了过去发展研究集中在儿童和青少年身上的格局。成人期和老年期是儿童期和青少年期发展的结果，从一生发展的角度把这些阶段串连起来，不仅可以更好地理解各个阶段，也有助于了解一生发展的全过程。

第三，成人期的发展问题在发展心理学中一直是一个被忽视的环节，一生发展观点指出研究这个环节的必要性。

第四，一生发展心理学不是把老年期简单看作被动的衰退阶段，老年期有老年期的生活条件和生活问题，从而也有老年期的适应、学习问题，其中贯穿一个学到老，做到老的看法。

（下转第50页）

到协调的（体力的和精神上的）发展，在运动中的产物还有运动成就，有时是一些记录。作者认为：体育与运动心理学是以理论与实践统一的原则为其基础，因此，体育与运动心理学不仅是一门理论学科而且是一门实用科学。它与普通心理学、教育心理学、劳动心理学、艺术心理学、教育学、体育理论与方法、体育运动社会学、运动生理学（特别是高级神经生理学、分析器的生理学、神经生理学）、各项运动的理论与方法、运动训练的理论与方法，都有着密切的联系。本书在体育与运动心理学的研究方法一节中，介绍了B·Γ·阿南耶夫的分类法，把所有各种各样的心理科学研究方法分为：组织法、经验法，数量与质量分析及解释法四组。本书对体育与运动心理学在培养未来体育工作者及体育教师、教练员的意义以及本学科在苏联的发展简史作了简明的论述和介绍。第二章阐述运动活动的心理特征，运动是人类的主要活动之一；运动活动、各项运动及竞赛活动的一般心理学特征，运动活动中的彼此交往等问题。第三章对体育教学、教育的心理学问题进行了系统的阐述、内容较多、篇幅较大，具体内容包括运动技能、战术行动教学的心理学基础；体育运动中个性形成的心理学、意志品质教育的心理学观点。第四章是竞赛活动的心理学特征、赛前心理训练各个环节的体系及其过程的心理学观点、赛前情绪的兴奋程度及其调节。第五章是关于体育运动的社会心理学，这里所指的是在运动中关于运动团体、运动队、运动集体中的领导与带头作用等心理学内容。关于运动队中的心理气氛及个人之间的关系。第六章阐述在体育与运动中身体负荷量对人的心理环境的影响，作者指出：可以肯定的说，目前体育与运动心理学，作为心理科学的一个理论和实用的分支，在社会主义国家已得到广泛的发展。运动心理学已纳入体育院系的教学计划，在某些国家还有研究部，所有的国家都建立了科学的联合会（运动心理学会联合会）它们都是国际运动心理学会和欧洲运动心理学联合会的成员，可以预见，体育与运动心理学在社会主义国家今后将以更快的速度继续发展。

以上三本书反映了七十年代苏联体育学院心理学教学、科研最新成果和不断发展中的动向，它们各有特点，各有侧重，也各有不足。从这三本教材的现状来看，从基本概念、理论的阐述、基本理论的概括，联系实际的应用，以及学科的研究对象、体系、有关学科的关系等，均有待研究和探讨。

（上接第27页）

老年学提出要区分老年和老化这两个概念，老年和老化并不是完全一致的。事实上我们大家常常看到，有的老年人虽然年龄较大，可是头脑和心理机能并不显著衰退，有的人虽然年龄不算大，可是头脑和心理机能却明显衰退。脑生理学也有类似材料说明这一点。所以年龄不是唯一的决定因素。当然，生老病死是自然规律，任何人也不能逃脱，但是如果能够掌握发展的规律，创造条件，便可以推迟老化，使老人保持老当益壮的理想情况。

要了解老年期，必须了解老年前的各期，这是很清楚的，所以一生发展观点是老年学所需要的。

第五，本文只是从正面介绍了一生发展心理学的概貌，至于其中存在的理论上的问题，尚得进一步研究。