



续前表

发展阶段	年龄阶段	基本特征
自我认同对角色混乱 (identity vs. role confusion)	青少年期	青少年试图回答“我是谁”“我在社会中的位置是什么”这样的问题。他们通过探索价值观和职业目标，进而形成个人的自我认同。消极的结果就是他们对未来的成人角色的认识含混不清。这时候同伴团体是关键的社会代理。
亲密对孤独 (intimacy vs. isolation)	青年期	这一阶段的主要任务是建立深厚的友谊，从另一个人那里获得爱和陪伴感，或共享的自我认同。孤独感或孤立感可能源于无力建立友谊或亲密关系。这时候爱人、配偶、亲密朋友（男女两性）是关键的社会代理。
繁衍对停滞 (generativity vs. stagnation)	中年期	在此阶段的成人要面对的任务是，在自己的工作中做出成绩，支撑家庭，或关照年轻人的需要。这些相关标准是由个体生活于其中的文化决定的。那些无法或者不愿承担这些责任的人就会变得停滞和自私自利。这时候配偶、孩子以及文化规范是关键的社会代理。
完善对失望 (integrity vs. despair)	老年期	老年人回首自己的生活，要么觉得它是有意义的、富有成果的、愉快的，要么基本上对未完成的诺言、未实现的目标充满失望。对自己的生活不满意的人会害怕死亡。个体的生活经验尤其是社会经验决定了生命最后阶段的结果。

第三节 学习观

与精神分析关心无意识作用不同，持学习观的理论家关注的是可以观察到的行为。他们认为发展是学习的结果，即基于经验的持久的行为变化，或对环境的适应。学习理论家关心的是找出可以控制行为变化的客观规律，并将其应用到各个年龄组中去。他们把发展看成连续的，强调量变。最主要的学习理论是行为主义和社会学习理论。

这些观点有助于解决个体的适应问题。行为矫正可以消除不被期望的行为、增加令人期望的反应。但是这些观点对于环境的影响的理解显得狭隘，也低估了个人自身在发展中的作用。



伊万·巴甫洛夫

一、行为主义

行为主义是一种机械论，它把可以观察到的行为看成对经验的可预测的反应。尽管生物学对人们的行为的改变程度设定了上限，但是行为主义者仍然认为环境是更有影响的。他们认为不同年龄段的人和其他有机体一样以相同的方式来认识世界：对环境令人愉快的、令人痛苦的、觉得有威胁的各方面做出反应。行为主义者旨在寻找那些可以决定特定行为是否会重复的事件。

在俄国生理学家伊万·巴甫洛夫（Ivan Pavlov）设计的实验

中，狗学会在喂食时间听到铃声而大量分泌唾液，这奠定了**经典条件作用**（classical conditioning）的基础，即刺激-反应。美国心理学家约翰·华生（John Watson）把刺激-反应理论应用到儿童身上，声称可以以任何方式塑造任何儿童。



约翰·华生

华生认为，学习可以决定儿童会变成什么样。通过正确的方法，几乎所有人都可以学会任何东西。也就是说，经验决定了发展过程。

不过，华生几乎没有做什么研究来支持自己的观点，华生做的最早最有名的经典条件作用实验，就是让 11 个

月大的婴儿小阿尔伯特学会害怕白毛物体。而伯尔赫斯·弗雷德里克·斯金纳（Burrhus Frederic Skinner）的研究填补了这一空白。斯金纳对**操作条件作用**（operant conditioning）进行了研究，虽然他的研究对象主要是老鼠和鸽子，但是他认为研究所用到的原理同样可以应用到人类身上。而研究已经证明，这些原理如果运用得当，对儿童、青少年、成年人都有非常有力的影响。

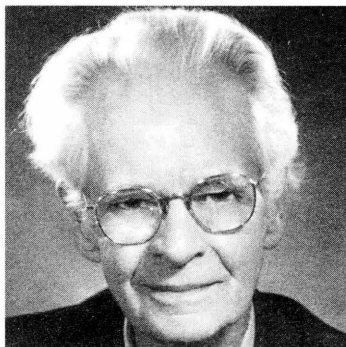
根据操作条件作用，行为的后果决定了这一行为在未来是否会重复出现。斯金纳提出了两种特别有影响的后果。首先是**强化**（reinforcement），这种后果会增加行为在未来发生的可能性。另一个是**惩罚**（punishment），这种后果会减弱行为再次出现的可能性。而一种行为后果是起强化作用还是起惩罚作用，则因人而异，对某个人起强化作用的后果可能对另一个人则是惩罚。比如，如果孩子喜欢独自待着，那么让他到自己房间去就不再是惩罚，而可能是强化。

强化可以分为正强化和负强化。正强化（positive reinforcement）就是给予奖励，比如，给食物、优惠券、表扬等，甚至是和孩子一起玩。负强化（negative reinforcement）有时候会和惩罚产生混淆，但它们是不同的。负强化是通过移除令人不快的事或物来进行奖励。比如，幼儿告诉父母自己弄脏了尿布，那么换掉这臭烘烘、黏糊糊的尿布就可以鼓励孩子下次“出事”的时候要吭声。而惩罚是通过带来一种令人厌恶的事（比如，打屁股），或者是终止某件令人愉快的事（比如，不让孩子看喜欢的电视节目）而压抑某种行为。

在运用强化时，如果是紧随在某种行为之后，其效果是最明显的。如果某种反应不再获得强化，它最后就会**消退**（extinction），也就是说，回到原来的水平。

条件作用在行为改变上的运用被称为行为矫正或行为治疗。这一方法可以减少儿童发脾气的频率，增加可接受的替代行为。

经典条件作用 一个刺激和另一个带有奖赏或惩罚的无条件刺激的多次联结，可使个体在前者单独呈现时，能产生类似无条件反应的条件反应。



伯尔赫斯·弗雷德里克·斯金纳

操作条件作用 一种反应的发生频率会由于之后的一种刺激而改变。

强化 一种行为后果，会增加行为在未来发生的可能性。

惩罚 一种后果，会减弱行为再次出现的可能性。

消退 如果某种反应不再获得强化，它最后就会回到原来的水平。