



目錄

CONTENTS

第一部分

發展與輔導概論

▶ 001



第①章 | 發展緒論 • 002

第②章 | 發展之重要相關理論 • 021

第③章 | 輔導緒論 • 065

第④章 | 主要輔導諮商理論 • 092

第⑤章 | 常見心理治療技術 • 130

第⑥章 | 班級經營管理 • 141

第⑦章 | 常見行為問題的成因與輔導 • 165

附錄 | 臺灣輔導與諮商學會
諮商專業倫理守則 • 185





目錄

CONTENTS

第二部分

幼兒・兒童發展

▶ 199



第①章 | 身體動作發展 • 200

第②章 | 語言發展 • 242

第③章 | 智力認知與創造力發展 • 270

第④章 | 遊戲行為發展 • 353

第⑤章 | 情緒與社會發展 • 372

第⑥章 | 道德與人格發展 • 434





發展緒論



一 發展的意義

- (一)發展 (Development) 一詞係指個體在生命期間，因年齡與經驗的增加，所發生的有規律有層次的行為變化過程。
- (二)在發展的歷程中，不但舊的行為特徵逐漸的消失，新的行為特徵陸續出現，使人類具有更複雜的行為模式，能夠產生更有效的學習活動，適應更複雜的生活環境，亦使個人更能夠充分的表現自我的潛能，達到自我實現的目標。(蘇建文，民 65)

二 兒童發展的分期

- (一)產前期：
 - 指從受精至出生前為止，約 266 天 (非 280 天)，又分為三期：
 1. 胚種期：受精~2 週。
 2. 胚胎期：受精後 2 週~8 週。
 3. 胎兒期：受精後 8 週~出生前。
- (二)嬰兒期：
 - 從出生至滿週歲，又可分為：
 1. 新生兒期：出生~1 個月。
 2. 嬰兒期：出生後 1 個月~滿週歲。
- (三)幼兒期：
 - 滿 1 歲~未滿 6 歲之人，相當於托兒所或幼稚園時期。
- (四)兒童期：
 - 滿 6 歲~未滿 12 歲之人，相當於學齡期。
- (五)青少年期：(黃德祥，2005)
 - 1. 生理觀點：指生理各方面快速發育，即將具有生育能力的時期。
 - 2. 心理觀點：指心智達到一定成熟狀態，具有抽象與邏輯思考的能力。
 - 3. 社會學觀點：開始於春情發動或性成熟之時，結束於具有應付社會

與生活問題的能力，並受到認可之時。

4. 法律觀點：我國《兒童及少年福利與權益保障法》第 2 條規定：「本法所稱兒童及少年，指未滿 18 歲之人；所稱兒童，指未滿 12 歲之人；所稱少年，指 12 歲以上未滿 18 歲之人。」

三 發展改變的現象（變化類型）

個體在發展過程中，有以下四種變化的現象：

(一) 大小的改變：

兒童在生理上、心理上均隨年齡不斷增長、進步。

(二) 比例的改變：

兒童青少年不是成人的縮影。各年齡的體型比例與心智發展均有顯著的改變。

(三) 舊特徵的消失：

例如：胎毛及乳齒的脫落。

(四) 新特徵的獲得：

例如：恆齒的長出、語言的獲得。

四 發展的原則

(一) 早期發展是晚期發展的基礎：

1. 人生歷程的第一個十年是一生行為發展的基礎。因此，早期發展又較後期發展重要。
2. 就發展觀而言，「小時了了，大未必佳」的觀念並不正確。發展係一連續變化的歷程，且後期以早期發展為基礎，具有持續性與連貫性。

(二) 發展循固定模式進行：

嬰幼兒動作發展依循下列固定模式進行：

1. 從首到尾的發展：即頭部發展在先，下肢發展在後。例如：嬰兒移動身體的能力係遵循「首尾原則」，由抬頭→抬胸→翻身→坐起→站立→行走。
2. 從中心到邊端的發展：軀幹發展在先，四肢發展在後。如：嬰兒最初拿筷子，是用握的方式，最後分化才會使用拇指、食指、中指等。

3. 從整體到特殊的發展：全身性的、整體的大肌肉活動在先，局部的、特殊的小肌肉活動在後。
4. 從分化到統整：即個別的動作發展在先，手眼協調等的統整活動發展在後。

(三) 固定模式下有個別差異：

因遺傳與生長環境的差異，使得每個人都有其獨特的發展歷程與結果。

(四) 發展是連續變化的過程：

個體身心發展是日以繼夜、夜以繼日，不斷地變化，且整個過程是連續發展的。

(五) 發展速率不一：

1. 發展的速率非固定不變的，不是直線上升，而是呈波浪狀，因此，又可稱「連續歷程中呈階段現象」。
2. 就整體來看，發展是先快後慢，尤以嬰幼兒期最快（出生後半年是發展極為快速的時期）。

(六) 發展具有相關性：

身體各部分的發展是互相影響的，例如生理發展有問題，太高、太矮、太胖、太瘦等，均會影響其心理發展，造成自卑、退縮等性格。

(七) 發展順序是從一般反應到特殊反應：

一般性的反應如粗大肌肉的發展在前，特殊反應則如細小肌肉的發展在後。

此外，對幼兒期而言，發展特徵為可塑性及依賴性大，兒童期則學習性較大。

五 發展速率

(一) 身體各組織器官的發展速率均不相同，有快有慢。

(二) 代表學者為斯開蒙（Scammon），其將身體各部位的發展，分為四種類型—①淋巴型；②神經型；③一般型；④生殖型。

(三) 此四大組織器官類型，各有不同的發展速度，例如：神經型在胎兒期即已發展，為最早發展者；淋巴型在幼兒期發展最為快速；而生殖型遲至青春期才快速發展。而各型分析如下：

1. 淋巴型：指扁桃腺、胸腺、淋巴腺等主控殺菌機能的分泌組織。

- (1) 嬰兒出生後，即急速上升，至 11、12 歲達到高峰而下降。
 - (2) 為四型中 4 歲~6 歲幼兒期發展最快的一型。
2. 神經型：指腦、脊髓與周邊神經系統。
- (1) 在胎兒期即已開始發展，為四型中最早發展的一型。
 - (2) 發展速度係先快後慢，以嬰幼兒期最快速；3、4 歲後趨緩；6 歲時達成人的 90%；14 歲左右達 100%。
3. 一般型：指肌肉、骨骼、內臟等器官。
- (1) 1 歲~2 歲急速上升，兒童期是緩慢狀態，到青春期再加速至 20 歲左右停止。
 - (2) 肌肉可分為粗大、細小肌肉二類。大肌肉在 3 歲左右即成熟，小肌肉從事精細動作，發展速度較慢，約至 6 歲左右方告成熟。
 - (3) 女童骨骼較男童早熟 2 年左右。
 - (4) 內臟器官包括呼吸、循環、消化、排泄等系統。
4. 生殖型：指睪丸、卵巢、子宮等生殖器官。
- (1) 與神經型的發育曲線相反，呈現先慢後快的曲線。
 - (2) 12、13 歲青春期後方急速發展，20 歲達 100%。
- 上述四型中，最早發展者為神經型，在胎兒期已發展；4 歲~6 歲幼兒階段發展最快者為淋巴型。

六 發展任務

- (一) 提出者為海威赫斯特（Havighurst），意義為實現在生長階段，被他人期望的角色的發展歷程。
- (二) 嬰幼兒期的發展任務：
1. 學走路。
 2. 學吃固體食物。
 3. 學說話。
 4. 學習控制排泄機能。
 5. 學習認識性別及相關禮儀。
 6. 完成生理機能之穩定。
 7. 形成對社會與身體的簡單概念。
 8. 學習自己與他人間的情緒關係。

9. 學習判斷是非，發展良知。

(三) 兒童期的發展任務：

1. 學習一般遊戲所必須的身體技巧。
2. 建立「自己是個正在成長的個體」的健全態度。
3. 學習與同儕相處。
4. 學習扮演適合自己性別的角色。
5. 發展讀、寫和算的基本技巧。
6. 發展日常生活所必須的種種概念。
7. 發展良知、道德觀念與價值標準。
8. 學習對社團與種種組織的態度。
9. 達成個人的獨立自主。

(四) 青春期的發展任務：

1. 瞭解自己身心的發展（相貌、體型以及性別）。
2. 對兩性友伴產生友誼的新關係。
3. 脫離父母及他人而有獨立的情緒。
4. 獲得經濟獨立之信心。
5. 選擇職業及就業之準備。
6. 發展行使公民權責所必需之知識、技能與觀念。
7. 希望並欲獲得社會責任之行為。
8. 準備婚姻與家庭生活。
9. 在和諧世界觀科學上建立良知之價值。

七 影響兒童發展的因素

影響幼兒發展的因素，可分為遺傳與環境、成熟與學習等四大因素及其交互作用，說明如下：

(一) 遺傳與環境：

1. 遺傳：指由受精作用個體生命開始之初，父母的生理、心理特質傳遞給子女的一種生理變化的歷程。
2. 環境：
 - (1) 包括產前的母胎環境與後天的自然環境。
 - (2) 華森（Watson）認為，不論孩子的天賦、能力、性向為何，只

要是正常的嬰兒，都可將他們訓練成各種專業，像是醫生、律師甚至是乞丐或小偷，說明了環境的重要性。

3. 遺傳與環境的交互作用：

- (1) 遺傳對特殊身心特質，例如天才、智商、才藝、身體組織及構造的影響較大；而環境對個人的語言、興趣、社會性行為及抽象思考能力的發展影響較大。
- (2) 個體自生命開始，即帶著父母的遺傳在生存的環境中生長、發展，同樣的，任何成長中的個體，皆必有較適當環境的支持，即遺傳與環境兩因素自始至終對個體都發生交互影響的作用。

(二) 成熟與學習：

1. 成熟：乃個體在遺傳天賦的顯露，例如，坐、爬、站、走等基本動作技巧是因個體成熟發展而來。

- (1) 葛塞爾（Gesell）是強調成熟因素重要性的學者。
- (2) 葛塞爾以同卵雙生子爬樓梯的實驗，說明成熟的重要性。實驗以 46 星期大的同卵雙生子，在不同的時機學習爬樓梯，結果發現雖然哥哥先學會爬到頂端，但弟弟在個體較為成熟時練習，雖練習時間較哥哥為短，成績卻較哥哥好。等兄弟倆到 54 星期大，個體真正達到成熟階段時，兩人爬樓梯的成績已極為相似。

2. 學習：

- (1) 從教育觀點看，學習的「時機」是一個重要關鍵，即什麼時候給幼兒學習的機會才能使幼兒的行為得到充分發展，亦即掌握關鍵期的重要性。
- (2) 關鍵期：個體在發展過程中。有一個特殊的時期其成熟度最適合學習某種行為。

3. 成熟與學習的交互作用：

- (1) 兒童發展，必須靠機能的成熟才可以學習，而學習了以後，又可促進機能的成熟。例如兒童學寫字，必先賴手掌骨骼發展成熟以後，才可以開始學習，如此才可以寫得好，也不會妨礙手掌骨骼的發展。同時常常練習了以後，又可使手掌骨骼更為茁壯。
- (2) 個體愈是幼稚，以及人類的動作愈是基本的，共同的行為（例如：坐、站、走），受成熟因素的影響愈大，而個體較年長，以及

屬於特殊的、複雜的行為（例如：說話、寫字等），受學習影響較大。

八 發展的本質

(一)連續發展觀或階段發展觀：

1. 行為學派與動物行為論者主張連續發展觀，他們認為發展乃是連續不斷承前啟後的過程，個體從幼稚到成長的過程中，行為發展的變化是採逐步漸進的方式來進行的，每一個發展的時期，都奠定了未來發展的基礎，對於未來的發展產生累積性的影響。
2. 心理分析與皮亞傑（Piaget, J, 1896~1980）主張階段發展觀，他們認為發展是呈階段方式來進行的，而非連續的過程，每一個發展階段行為特徵都與前一個階段不同，有新的行為、新的能力與新的思考方式出現。行為的品質上有很大的差異。

(二)主動發展觀或被動發展觀：

個體在其發展的歷程中究竟扮演什麼樣的角色？

1. 皮亞傑持主動發展觀，認為兒童在其本身發展的過程中扮演主動的角色，發展是其本身自我發生的歷程，兒童具有適應環境的遺傳傾向，發展的變化是兒童與環境互動活動的結果，醞釀在日常生活活動中，兒童一方面吸取外在的經驗，以豐富其原有的認知結構，另一方面改變其認知結構以適應環境的需求，兒童不斷的與環境互動的結果，智力得以發展。
2. 史金納持被動發展觀，將兒童視為一被動的個體，行為的表現端視其環境中種種的條件、經驗事件來決定，個體的發展的歷程將受制於環境，發展乃變化過程中一種量的不斷逐漸增加累積的結果。

(三)整體發展觀：

1. 近年來有的學者開始採用整體的觀點（Holistic Point of View）來探討發展的過程，整體性的觀點認為個人是一個完整的個體，人類的情緒、生理、認知及社會各領域，是相互依賴而運作的，無法單靠對某一領域的瞭解而正確評估整體的發展，強調各領域之間相互關係。
2. 整體性的觀點亦將個體視為一個開放的系統，與其生活的環境有密

切的互動關係，必須由其所處的錯綜複雜的環境背景去看他，因此，個人家庭、經驗、環境、目標及角色等各方面都受到重視，個人現有的行為表現，可說是其生物性與其經驗統整的結果。

（四）全人生發展觀：

1. 持全人生發展觀（Life-Span Approach of Development）的學者認為發展並不是終止在青年期，成年期甚至於老年期都具有成長與發展的潛能，因而強調整個人生的發展過程，擴展了發展心理學的領域。
2. 持全人生發展觀的學者也特別呼籲我們認識個人發展歷史與環境影響的重要性，人生各階段中所發生的社會與科技重大變遷，對於其發展歷程都會產生衝擊與影響。

九 兒童發展的研究方法

研究幼兒發展的目的（重要性）不外乎幫助父母親以及幼兒教育者瞭解一般幼兒的發展過程，藉以對自己的幼兒有正確的期待。研究兒童發展的主要方法，主要可分為二大類，一類係以時間為基礎的研究方法；另一類則以「人」為研究對象所進行的研究，分述如下：

（一）以時間為基礎的設計：

1. 橫斷法：

- (1) 建立常模常用的方法。在同一時間內，從不同年齡層的對象中抽選出具有代表性的樣本，而同時觀察不同年齡層、不同樣本的行為特徵。
- (2) 優點：本法最大優點為可在短時間內對不同年齡組的幼兒作斷層式的研究，而獲得多量的、概括性的行為發展資料，亦即節省研究經費、時間與人力。
- (3) 缺點：因資料來自同一組對象，不易發現行為發展的前後因果關係，又因偏重多數人的共同行為特徵，而無法顧及幼兒個別的差異。

2. 縱貫法：

- (1) 係指對同一群被研究對象的不同年齡階段加以研究，觀察在不同的年齡階段所表現的行為模式。例如對同一兒童或同一群兒童，各種行為特徵作追蹤式的研究，而從嬰兒到兒童以至青少年各階

段進行連續性、追蹤性的長期研究。

- (2)優點：本法最大優點即在於發現行為發展歷程中，各種行為特徵在質或量上變化的情形，同時，亦可經由對各時期影響行為因素的分析，進而發現各種行為發展的前後因果關係。
- (3)缺點：追蹤研究曠日廢時，時間經費頗不經濟，且易因研究對象的變動離散，不易完整地完成研究。

橫斷法與縱貫法優缺點比較表		
	優點	缺點
橫斷法	<ol style="list-style-type: none"> 1. 經濟：節省研究時間經費 2. 可獲致不同資料的典型特徵 3. 可由同一個實驗者完成 4. 沒有重覆施測所帶來的不良後果 5. 統計分析簡單，資料較易處理 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 無法提供幼兒變化及因果關係的資料 2. 無法顧及同齡幼兒的個別差異 3. 未考慮不同時間內文化或環境的改變
縱貫法	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能分析幼兒的發展過程 2. 能獲致個體行為發展的前後因果關係 3. 能分析影響個體行為發展各種成熟與環境因素 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 較費時，常無法由同一實驗者獨立完成 2. 研究經費昂貴 3. 所得數據不易處理 4. 難以維持最初的研究樣本 5. 必須時常以追溯的報告來補充資料

3. 族群輻合研究法：

- (1)又稱為連續比較法。乃綜合橫斷法與縱貫法，研究者先採取橫斷法，選取不同年齡層之受試者進行評量，參與者的各組受試者稱為同族群，然後改以縱貫法，每年重複評量各組受試者，如此連續進行 3 年～5 年，即能獲得不同年齡層之受試者在不同時間之發展資料。
- (2)如：每一族群抽取年齡上相差一定歲數（例如：11、14、17 歲）的樣本，為橫斷法，每 3 年進行一次研究；俟 11 歲樣本長到 17 歲為縱貫法，但當某一族群年齡超過 17 歲時，則退出研究，而再抽取新的族群（所抽族群樣本為原 11 歲，因此時原 11 歲已長到 14 歲；原 14 歲長到 17 歲，而獨缺 11 歲族群）。

(二)以「人」為研究對象所進行的研究：

1. 自然觀察法：自然觀察法係指在日常生活環境中觀察個體的行為。就兒童而言，則是指深入家庭、學校或遊戲場所去仔細觀察兒童的行為，然後予以記錄。因此，在實地觀察開始之前，應先有周詳的計畫，計畫中應注意的事項包括：①確定欲觀察行為的操作性定義；②在何種情境或場所進行觀察；③確定觀察的時間長度與單元；④確定記錄的方法；⑤確定分析資料的方法。根據上述項目所設計的觀察法計有下列數種：

(1) 標本描述法：

- ① 標本描述法 (Specimen Description) 是以預先選擇好的對象，在預先選擇好的情境中，按照時間的順序密集而詳細的連續觀察並記錄一切發生的行為，包括兒童的所做所為、所說的話，以及他人對其所說的話及行為反應，平述直敘的描述行為，而當時現場的記錄愈詳細愈好。
- ② 為方便記錄，可以運用速記或符號系統簡化記錄，事後再加以整理，或以錄影機記錄所有的過程。
- ③ 標本描述法最大的優點是記錄詳盡內容豐富，亦可按照資料分析行為發生的原因即可能影響的因素，但是它的缺點是記錄的可靠性、資料的量化問題等。

(2) 時間樣本法：

- ① 時間樣本法 (Time Sampling) 係在固定的時間間隔內觀察預先選定的行為，在觀察開始之前，應先確定觀察時間的長度、間隔、觀察次數，以期能獲得在單位時間內某種行為的樣本，記錄的方法可採用檢核表法或評定量表協助之。
- ② 由時間樣本法所得的資料，可予以量化處理，例如在所有時間樣本中，欲觀察的行為出現的次數、強度或時間比例等。
- ③ 時間樣本法較適合於觀察經常出現的行為，對於鮮而出現的行為則往往徒勞無功，此外，由於只在特定的時間內觀察行為，很難兼顧行為的完整性。

(3) 事件樣本法：

- ① 事件樣本法 (Event Sampling) 是以某一事件發生的整個過程為觀察的對象，觀察者到兒童生活或遊戲場所中，等待事件的