

皮亚杰认知发展阶段理论在育儿实践中的应用

—— 基于一岁九个月幼儿的育儿经验

郑桂丹

桂林学院, 广西 桂林 541000

DOI:10.61369/CEIP.2026010009

摘要 : 让·皮亚杰 (Jean Piaget) 的认知发展阶段理论是发展心理学的核心理论之一, 其提出的感知运动阶段 (0-2 岁) 精准刻画了婴幼儿认知发展的内在规律^[1]。本文结合自身养育一岁九个月幼儿的真实经历, 从感知运动阶段的核心认知特点出发, 探讨客体永久性、因果关系认知、感知动作整合等理论在日常喂养、游戏互动、习惯培养、情绪安抚中的应用, 总结该理论在育儿实践中的落地路径, 为同类阶段幼儿家长提供兼具科学性与实操性的育儿参考经验。

关键词 : 皮亚杰认知发展理论; 感知运动阶段; 一岁九个月幼儿; 客体永久性; 因果关系

The Application of Piaget's Cognitive Development Theory in Parenting Practice — Based on the Parenting Experience of a One-Year-and-Nine-Month-Old Child

Zheng Guidan

Guilin University, Guilin, Guangxi 541000

Abstract : Jean Piaget's cognitive development theory is one of the core theories in developmental psychology. The perceptual-motor stage (0-2 years old) proposed by him precisely depicts the inherent laws of infants' cognitive development^[1]. This article, based on the real experience of raising a one-year-and-nine-month-old child, starts from the core cognitive characteristics of the perceptual-motor stage and explores the application of theories such as object permanence, causal relationship cognition, and perceptual-action integration in daily feeding, game interaction, habit formation, and emotional soothing. It summarizes the implementation path of this theory in parenting practice and provides scientific and practical parenting reference experience for parents of children at this stage.

Keywords : Piaget's Cognitive Development Theory; perceptual-motor stage; one-year-and-nine-month-old child; object permanence; causal relationship

引言

自孩子出生至今的一年零九个月里, 作为母亲, 我始终在观察、探索、实践与反思中积累育儿经验。一岁九个月的幼儿正处于从婴儿期向幼儿期过渡的关键阶段, 其认知能力、动作发展、语言表达等能力都在快速提升。在陪伴孩子成长的过程中, 我发现皮亚杰认知发展阶段理论中关于感知运动阶段的论述, 与孩子的行为表现和发展需求高度契合。皮亚杰在《儿童的认知发展》中指出, 0-2 岁幼儿的认知发展并非被动的“信息接收”, 而是通过感知觉与动作的互动主动建构对世界的认知^[2]。国内学者也强调, 0-3 岁是大脑发育的黄金期, 这一阶段的科学互动与游戏能直接塑造孩子的学习力与创造力^[3]。本文基于这一年零九个月的真实育儿经历, 结合皮亚杰认知发展理论的核心观点, 系统探讨该理论中感知运动阶段的基本特征在育儿实践中的具体应用与其价值呈现。

一、认知发展阶段理论——感知运动阶段核心观点

皮亚杰在长期观察儿童认知发展的基础上, 将 0-2 岁定义为感知运动阶段, 这一阶段的核心特征是幼儿通过感知觉和动作实现认知建构, 其发展过程呈现出明确的阶段性与规律性^[4]。根据皮亚杰《发生认识论原理》的核心论述, 结合中外学者的研

究补充, 该阶段的核心认知特点可归纳为四点^[5]——客体永久性 (Object Permanence): 幼儿从“看不见即不存在”的认知状态, 逐渐发展为意识到物体即使脱离视线依然存在的认知能力, 这是感知运动阶段认知发展的重要里程碑^[1]; 因果关系认知 (Causal Reasoning): 幼儿通过重复动作探索行为与结果之间的关联, 从无意识的动作尝试 (如偶然拍打玩具发出声音) 发展

为有意识的因果探索（如主动按压按钮触发音乐）^[6]；感知动作整合（Sensorimotor Integration）：幼儿将视觉、听觉、触觉、本体觉等感知经验与抓握、堆叠、行走等动作行为相结合，通过“做”来“认知”，形成对世界的具象化理解^[4]；符号思维萌芽（Emergence of Symbolic Thought）：十八个月左右，幼儿开始用具体的动作、物品或简单语言作为“符号”，代表抽象的需求或事物，这是从具象认知向抽象认知过渡的重要标志^[5]。

二、认知发展阶段理论在育儿实践中的具体应用

（一）基于“客体永久性”的育儿实践——从藏物游戏到缓解分离焦虑

在孩子八个月前，我发现她对消失在视线中的玩具毫无反应，玩具掉落在沙发下，她只会茫然地看向玩具消失的方向，不会主动寻找。这正是皮亚杰所说的“客体永久性未建立”的表现——在幼儿认知中，“看不见即不存在”。随着孩子逐渐长大，我开始有针对性地设计互动游戏，帮助她建立客体永久性认知。

孩子十个月左右时，我们常玩“找爸爸”的游戏：让爸爸躲在身后，然后露出腿，引导她爬过来找爸爸；然后逐渐过渡到爸爸完全藏在床围下、门背后（留出明显痕迹），鼓励她主动寻找。刚开始，孩子会因为爸爸的消失而哭闹，我会耐心引导她，告诉她“爸爸只是躲起来啦，我们一起找呀”。我们还在藏物游戏中反复练习，如将她的玩具用毛巾遮盖起来等。孩子一岁左右时，已经能主动寻找被藏起来的玩具和跟她玩捉迷藏的爸爸。这一过程中，孩子逐渐意识到“爸爸和玩具即使看不见，却依然存在”，她的客体永久性认知逐步建立。

在日常育儿中，我将这一理论应用于缓解孩子的分离焦虑。从孩子六月龄后，我需要去上班而离开时，不是选择偷偷溜走，而是明确告诉她“妈妈去上班啦，四个小时后就回来，你跟爸爸在家乖乖睡午觉哦”。刚开始，孩子会哭闹，但我坚持每次离开前都做好告别，回来后及时给予拥抱和表扬。通过这种方式，孩子逐渐理解“妈妈短暂离开后会回来”，分离焦虑明显减轻。这一实践让我深刻体会到，遵循幼儿认知发展规律的互动，能有效促进其认知能力提升，同时解决育儿中的实际问题。

（二）基于“因果关系认知”的育儿实践——从“破坏行为”到能力培养

一岁左右，孩子开始表现出对“动作与结果”的探索欲，如反复扔玩具、按遥控器按钮、拍打桌子听声音等。这正是皮亚杰所说的“因果关系认知萌芽”——幼儿通过重复动作，探索自身行为与外界反应之间的关联^[4]。

孩子一岁三个月月时，特别喜欢重复从餐椅上往地上扔勺子，听到哐啷声会露出兴奋的表情而咯咯笑。我没有因为她在餐桌上捣乱而苛责她，而是陪她一起投掷勺子，伴随勺子落地的声音跟她说“丢下去，有响声啦”，并让她自己尝试。同时，我还为她准备了因果关系玩具：按压式玩具消防车、拍打式音乐盒等。通过按压玩具消防车上的按钮，消防车会发出音乐并前进，她会跟随玩具车走。通过这些玩具和互动，孩子逐渐理解“丢 =

发出声响”、“按压 = 玩具车跑”、“拍打 = 播放音乐”的因果关系。

在日常喂养中，我也融入了因果关系认知培养。孩子一岁半时，她开始学习自己用勺子吃饭，刚开始总是不能精准地用勺子把饭送进嘴里。我没有急于喂她，而是告诉她“宝贝，慢一点，把勺子靠近嘴巴，就可以吃到啦”，并示范正确的动作。当她偶尔成功将饭送进嘴里时，我会及时表扬“宝贝真棒！”。通过反复尝试，孩子逐渐掌握了用勺子吃饭的技巧，同时理解了“正确的动作 + 吃到饭”的因果关系。这一过程让我明白，幼儿对因果关系的探索是本能，家长的正确引导能让这种本能转化为明确的认知，同时培养其动手能力和独立性。

（三）基于“感知动作整合”的育儿实践——从动作探索到认知建构

皮亚杰在《儿童心理学》中强调，感知运动阶段的幼儿“通过动作思考”，认知发展的本质是感知经验与动作行为的整合^[2]。一岁九个月的孩子正处于感知动作整合的关键时期，其动作发展（如走路、抓握、堆叠）与感知经验紧密相连。在育儿实践中，我注重为孩子提供丰富的感知动作体验，促进其认知发展。

孩子一岁三个月学会走路后，我经常带她去户外探索：在草地上让她赤脚行走，感受草地的柔软；在沙坑里玩沙子，用小手抓沙子、堆沙堡，感受沙子的流动；捡起地上的小石子，观察其形状，再扔出去听声音。这些活动让孩子通过触觉、视觉、听觉等多种感知渠道，结合动作探索，积累对世界的认知经验。

孩子一岁半时，开始尝试堆叠积木和玩形状配对的游戏。刚开始只能堆两到三块，容易倒塌，但她乐此不疲。我会在旁边引导她观察积木的形状和重心，并跟她一起堆积木，在这个过程中，说“大在下小在上”才可以叠得更高。经过练习，她逐渐能堆起五至六块积木，并且会尝试将不同形状的积木搭配堆叠。在玩形状配对的游戏过程中，孩子通过观察形状（感知），尝试将积木放入对应的卡槽（动作），反复尝试后，能准确将圆形、方形、三角形积木放入相应位置。这些游戏让孩子在动作中整合感知经验，提升空间认知能力、手眼协调能力和问题解决能力。

（四）基于“符号思维初步发展”的育儿实践——从动作表达到语言建构

皮亚杰认为，十八个月左右幼儿开始出现符号思维萌芽，即“用一个事物代表另一个事物”的认知能力^[2]。例如，孩子想要喝水时，会指着水杯“水水”叫；看到我在门口换鞋，会拉着我的手一起走向门口，代表“想出门玩儿”。基于这一认知特点，我注重引导孩子发展符号思维，为语言能力提升和抽象思维发展奠定基础。

我经常和孩子玩“模仿游戏”：用玩具电话模仿打电话，说“喂，是爸爸吗？什么时候下班回家啊？”；按压玩具消防车，松手的同时一边说“开车咯，去救火咯”；拍着她的芭比娃娃说“妈妈要去上班啦，宝宝在家乖乖地哦”。在这些游戏中，玩具和动作成为代表具体事物或场景的“符号”，帮助孩子理解符号与实物之间的关联。

在语言培养中，我注重将语言与具体事物、动作相结合。孩子看到小狗时，我会告诉她“宝贝，你看，有一只小狗哦，小狗

汪汪叫”；她自己吃饭时，我会说“宝贝在自己用勺子舀饭吃饭呢”。通过这种方式，孩子逐渐理解语言作为“符号”的意义，能够用简单的词语表达需求，如“饭饭”、“水水”、“抱抱”等。并能听懂大人的简单指令，如“把玩具收到盒子里”、“去给妈妈拿拖鞋”。符号思维的发展，让孩子的沟通能力明显提升，也为后续认知发展打下了基础。

三、育儿实践中的反思

在将皮亚杰认知发展理论应用于育儿实践的过程中，我深刻体会到“理论指导实践”的重要性。大多数家长都凭借直觉或经验育儿，遇到孩子哭闹、“调皮”等问题时，容易陷入焦虑或盲目制止。而皮亚杰理论让我能够站在幼儿认知发展的角度，理解孩子行为背后的逻辑——孩子扔玩具不是“故意捣乱”，而是在探索因果关系；孩子分离焦虑是客体永久性认知的体现；孩子反复堆叠积木是在进行感知动作整合。这种理解让我更有耐心，育儿方式也从“被动应对”转变为“主动引导”。

同时，理论与实践的结合需要家长的持续观察与学习。幼儿的认知发展是一个动态过程，不同阶段会表现出不同的特点。作为家长，需要不断观察孩子的行为变化，结合理论知识调整育儿策略。例如，随着孩子逐渐接近两岁，符号思维进一步发展，我开始引入更多绘本阅读，通过图画和简单的文字，帮助她建立更

复杂的符号认知，为进入前运算阶段做好准备。此外，我也深刻意识到，理论应用需要结合幼儿的个体差异。每个孩子的发展节奏不同，因此，在实践中我并没有照搬理论，而是根据孩子的具体情况调整方法。理论是通用的指导框架，而育儿实践需要灵活变通，关注孩子的个性化需求。

四、结语

皮亚杰认知发展阶段理论为我的育儿实践提供了科学的理论支撑，尤其是感知运动阶段的核心观点，精准契合一岁九个月幼儿的认知发展特点。通过将客体永久性、因果关系认知、感知动作整合、符号思维萌芽等理论要点与日常育儿的具体场景相结合，我不仅见证了孩子认知能力的逐步提升，更实现了自身育儿理念的升级——从“经验型家长”转变为“科学型家长”。

育儿之路没有标准答案，但遵循幼儿认知发展规律的实践，不仅让我们少走弯路，并且能让育儿之路更顺畅、更高效。我将继续深入学习皮亚杰理论及其他相关育儿理论，结合孩子的成长特点，不断优化育儿方法，陪伴孩子在科学的引导下健康快乐成长。同时，希望本文的真实案例能为其他处在感知运动阶段的婴幼儿家长提供参考，让更多家长读懂孩子的“行为密码”，在科学理论的指导下，陪伴孩子健康快乐成长，享受与孩子共同成长的美好时光。

参考文献

-
- [1]Piaget,J.(1952).The Origins of Intelligence in Children. International Universities Press.
 - [2]Piaget,J.(1969).The Psychology of the Child. Basic Books.
 - [3]一盏小桔灯.(2026).0-3岁大脑黄金期：这30个科学游戏，让孩子赢在起跑线。今日头条.
 - [4]Piaget,J.(1970).Genetic Epistemology. Columbia University Press.
 - [5]Flavell,J.H.(1963).The Developmental Psychology of Jean Piaget. D.Van Nostrand Company.
 - [6]Berk,L.E.(2018). Child Development (10th ed.).Pearson.