

教育部訓育委員會主編

訓導叢書之十

青年心理與訓育

傅之六

高覺敷編著

正中書局印行

教育部訓育委員會主編
訓導叢書之十

青年心理與訓育

高覺敷



高覺敷編著
正中書局印行



版權所有
翻印必究

中華民國三十一年八月初版
中華民國三十七年六月滬二版

教育部訓導叢書之十

青年心理與訓育

全一冊 定價國幣四元一角

(外埠酌加運費匯費)

教育部訓育委員會

高覺

姜志

蔣志

正中

正中

敷

琦

澄

局

局

(1544)

目次

第一章	緒論：青年期的意義與重要性……	一
第二章	身體的發展……	二
第三章	情緒的發展……	四
第四章	社會的發展……	五
第五章	道德的發展……	八
第六章	適應與不良適應……	一〇
第七章	正常青年與訓育……	一三
第八章	心理失常的青年……	一四
第九章	犯罪的青年……	一六
第十章	導師的人格與訓練……	一八

第一章 緒論

青年期爲人類個體發展的一個階段，就年齡說，自十二三歲至二十歲。(1)二十歲以上便爲成人。由青年進爲成人，乃爲一個重要的轉變。中國古代士大夫的子弟，二十一歲要舉行冠禮，然後始可在成人的社會中取得一個相當的地位。女子則「十有五年而笄。」所謂笄便爲女子成年的標記。從前女子穿耳垂環也可視爲這個禮節的流風餘韻。原始民族對於兒童的成年典禮，更異常重視。(2)澳洲東南有一部落，在舉行成年儀式時，要用木鑿打落兒童的牙齒，流血不准吐出，只許吞嚥。有些野蠻民族，其所舉行的成年典禮，尤爲殘酷。成年的兒童須靜臥於一蟻丘之上，紅蟻滿身，不許動彈，或須忍受鞭打的痛苦，不准呻吟，以試驗他們的勇敢。

原始民族文化低下，兒童和成人在體力上雖相差甚大，但在知識和技能上，則相去不遠。兒童可因參預成人的生活，而習得成人的習慣、感情、和觀念。(3)這種參預可爲直接的，例如參預成人的職業做一個學徒；也可爲間接的，例如摹倣成人的活動以爲遊戲。所以原始民族除舉行成年典禮或可視爲正式教育外，決沒有特殊的方法、材料、或制度，

以施行專爲青年而特設的教育。青年參加成年儀式之後，雖仍在生長，但已可男婚女嫁，生兒育女了。總之，原始民族的兒童一達青年期便算成人。成年典禮就是青年和成人的界線。

文化較發達的民族，兒童和成人便相距較遠。語言、文字、道德、法律、典章、制度、文學、藝術、科學，都非兒童參加成人的生活所能承受，因此，乃有專爲兒童籌辦的學校，以施行正式教育。但即就數十年前的中國和歐美各國而言，青年到了十二三歲，也多已完成其學校的教育，十六歲後，無論何時都可結婚。有少數富室貴族的子弟，纔得享受教育的權利。所以青年期的普及或大衆化，乃爲現代文明的產物。

這個青年期大衆化的趨勢，可證以中等學校學生數的增加。據歷年全國中學學生數的統計，民國元年五一，六七〇，逐年增加，至民國十九年乃爲三九六，九四八，約計七倍以上，或增加百分之七六八強。而女生的增加倍數尤大。民國元年女生六七七，民國十九年便爲五九，九三九，約計八十八倍以上，或增加百分之八八五三強。現倘包羅一切中等學校的學生，則據二十一年度全國中等教育統計，「近四年來各省市中等學校學生數比較表」，十八年度三四一，〇二二；十九年度五一四，六〇九；二十年度五三六，八四七；二十一年度五四七，二〇七。以二十一年度和二十年度比較，增加百分之一·九三，以二十一年度和十八年度比較，則增加百分之六〇·四六。

惟歷年全國青年總數對於入學青年總數的百分比，向未有相當的統計，可供參考。所以中等學生人數增加的速率和總人口增加的速率有何種比例尚未可知。美國自一八八〇至一九三〇年，中學學生數增加百分之二〇九三，而相當於中學學齡的青年則僅增加百分之二三六。在一八八〇年中學學齡的兒童每百人僅有五人得入中等學校，適當年齡的青年每二百人只有一人得入商科學校，大學學齡的青年每百人僅有四人得入大學。在一九三〇年，中學學齡的兒童每百人有四十八人得入中學，大學學齡的青年每百人有十二人得入大學，適當學齡的青年每百人有二人得入商科學校。假定一九三〇年在中學、大學、及商科學校的人數，保持一八八〇年所有的比例，則中學生數應為四六六，〇六一，大學生

第一表美國各年齡入學
兒童在總人口中百分率

年齡	1910	1920	1930
5	17.0	18.8	20.0
6	62.1	63.3	66.3
7	75.0	81.3	89.4
8	82.7	88.5	94.1
9	86.0	90.4	95.6
10	90.0	93.0	97.1
11	91.2	93.5	97.6
12	89.8	93.2	97.1
13	88.8	92.5	96.6
14	81.2	89.3	92.9
15	68.3	72.9	84.7
16	50.6	60.8	66.3
17	35.3	34.6	47.9
18	22.6	21.7	30.7
19	14.4	13.8	19.8
20	8.4	8.3	13.1

應爲五四，一六〇，商科學校學生應爲三六一，〇六九，總計八八一 二九〇；然而實際的入學人數，中學四，五一四，〇〇八，大學一七九，七五六，商科學校一，一三三，四一九，總計五，八二六，一八三。(4) 所以人口的增加不能解釋青年入學人數之大量的增加。再看第一表，(5) 更可見美國五歲至二十歲兒童入學百分率的逐年增加。

現代青年入學人數的增加或青年期的大衆化，就歐美說有三種重要的原因，即經濟的、政治的、和教育的。就經濟的原因而言，自產業革命以後，機器生產的結果，使國家的財富大量增加，於是十餘歲的兒童不僅沒有工作的必要，而且因恐增加失業問題的嚴重性，國家寧可延長青年教育的時期，以減少職業工作的競爭。(6) 就政治的原因而言，法國革命之後，民本政治的思想深入人心，於是教育機會的均等，遂爲全世界執政者所提倡，及一般人所要求。就教育的原因而言，科學知識有長足的進步，兒童非有長期的教育不能承受社會文化的遺產。至中國青年期的大衆化則由於受西洋文化的影響。

青年延長其在學的時期，乃不得不結婚較遲，雖然遲婚尚有經濟的原因。青年男女在未完成其學業，可獨立謀生之前，多不願議及婚娶。三四十歲尙未婚娶者隨處可見。已婚青年在全數青年中的百分率，國內雖沒有統計，但這個百分率現在較從前爲低，那是無可疑的。美國據勃洛克斯(F.D. Brooks)的推斷，十六歲以下結婚的人數和百分率自一九〇〇至一九一〇逐年增加。(7) 但據一九三〇年美國人口的調查，已婚青年的百分率甚低。

見下表：

第二表 美國已婚青年的百分率

年齡	13-14	15	16	17	18	19	20	21
男.....	.1	.2	.6	2.2	5.8	11.6	19.7	
女.....	.2	1.3	4.3	9.9	19.2	28.6	37.8	45.2

所以在一九三〇年，美國女子自十五至二十一歲的各年齡之間結婚的百分率，就二十一歲說，不及五〇，男子則不及二〇。反之，在美國尚未獨立之前，早婚的風俗甚為流行。十四五歲的女子就可以出嫁。二十歲未嫁便算是老處女了。青年到了二十歲以上，在生理和心理上，本可婚嫁，然而由於經濟或教育的原因而延遲結婚，或雖已結婚而分居兩地，所以原始社會的青年不發生性的問題，現代文明國家的青年便往往發生這種問題，而有預防不適應或矯正不適應的必要。

現代青年除性的問題外，尚可發生他種問題。原始社會的青年畏懼鬼神，以為違禁犯法必將引致自然的及超自然的懲罰。所以原始社會的法律和禁忌(Taboo)可限制青年的行為，而禁忌的勢力尤牢不可破。甘地自述不敢肉食可為例證。但是現代青年多不復迷信鬼神，而禁忌又不能普及於全國。此家所禁忌，每為他家所允許。此一社會的禁忌，或為

另一社會笑話的資料。所以青年的行為不能受嚴格的裁制。

原始社會的文化雖甚低下，然成人的技藝自然引起兒童的敬仰。譬如捕獵野獸，豢養動物，都是兒童所歡喜做的工作。所以如何造弓矢，如何用武器，成人口講指畫，兒童便洗耳恭聽。在現代文明社會之內，書本的知識不能使兒童感到切身的需要。於是所謂正式教育每易陷入形式之義，而學生對於教師乃僅貌為恭敬，實則輕視，到了青年期尤甚。在家庭在學校都可發生紀律的問題。其更嚴重的還是令父母師長束手無策。

父母教師及一般成人或易以這種擾亂歸咎於青年期。其實社會的環境也要負一部分責任。我們倘僅責備青年而不求了解其身體和心理的變化，則雖耳提面命也於訓導無補。本書為部編訓導叢書一種，擬予中等學校訓育實施法以理論的基礎。

【附註】

- (1) 參看丁祖蔭 丁祖蔭譯勃洛克斯青年期心理學一冊。
- (2) 參看 A. H. Arlitt, Adolescent Psychology, 2-7.
- (3) 參看鄒譯壯 威氏本主義與教育第一章。
- (4) 參看 L. Core, Psychology of Adolescence, Chap. I.
- (5) 見 A. J. Jones, Principle of Guidance, 26.
- (6) 同書 12-15.
- (7) 丁譯 青年期心理學 10-11。

第二章 身體的發展

兒童自八九歲至十二三歲，其生長率較前稍低，到了青年期重複加速。骨骼、筋肉、液腺、內臟器官及腦等，各部分皆飛速發展。負青年訓導之責者，倘不了解這種生長的事實，每易僅努力於紀律的維持，而不知道青年的不安、暴躁、及舉動的笨拙等也有其生理的基礎。

骨骼與筋肉的生長

骨骼筋肉的生長有一最顯著的結果，就是增加了身高和體重。一般兒童自十二歲至十七歲其體重的增加，幾和前十年增加的總量相等。女孩九歲、十歲至十三歲，男孩十三歲至十六歲，其身高的增加也都較其他年齡為速。據達文波（C.D. Gavenport）的報告，（1）男孩身材的生長率自初生至十歲半稍減低，至十一歲漸升，至十二歲半較速，至十四歲半達到了最高度，至二十一歲急速下降。女孩身材的生長率自初生至八歲半稍減，惟決不減低至和十歲半的男孩相等，至十二歲半升至最高度，至十八歲急速下降。據勃洛

克斯的調查，女孩體重增加的速率，以自十一二歲至十四五歲為最大。男孩自十二歲至十四歲每年增加的體重雖較前六年的任何一年為大，但其增加的最高期比女孩遲一二年。他將七歲至十七歲間每年增加的體重，除以同年開始時的體重，求出增加的百分率。據這種百分率，乃知男孩在十二歲至十六歲增加的速率最高，女孩體重增加最高速率則較早一二年。(2)身高的增加幾全由於腿骨的生長。體重的增加則兼由於骨和肌肉的生長。男孩肌肉的發展較女孩為優，因為女孩較少有適當的運動。兒童在六歲時頭部的體積已達成年時百分之九十三，到十二歲達到百分之九十八。反之，兩臂兩腿在初生時甚短，在兒童期內也無甚發展，到了青年期忽急速加長。軀幹在初生時甚長，並發育甚速，但在兒童期及青年前期內，則增加有限。到了十七歲後纔復加長。

這個急速的生長每足使青年失其適應的能力。從前他知道臂有多長，腿有多高可調節其運動，適應環境的距離，到了臂腿忽有加速度的生長，他遂不能控制。伸手舉足所及的距離往往出了他所預料者之外。於是碰倒碗碟，踢壞橙桌，宛若愛麗斯之遊奇境，自己也莫名其妙了。有些青年因有長臂长腿不知所措，於是動手巾，捲衣角，表現狀態，致為成人所不喜。而骨和肌肉的生長又往往失其均衡。肌肉的生長倘較速於骨，便可使舉動笨拙。骨的生長倘較速於肌肉，便可引起痛覺。跑步游泳尤易患肌肉的抽搐。

面部各器官也不能保持均衡的發展。牙齒常最早具有成年時的形態。鼻在青年期的開

始即已因生長而增大。鼻樑加闊，兩眼相距遂較寬。面部其他器官的生長不能相副，因此器官的大小失其原有的比例。尚幸數月或較長的時間之後，下顎加厚，和鼻相稱，而整個面部復增加其長度，使有成年人的面孔的卵圓形。當面部各器官方失其均衡的時候，青年男女常引為憂慮。倘永遠如此不將成怪模怪樣嗎？我們得告訴他們這個情境只是暫時的，其面部的器官不久復可相對稱。(3)

青年期身高體重的增加尚可發生過和不及的現象。在青年期的開始，女孩常稍高於男孩。兩年之內男孩生長較速，越女孩而過之。但兩性的差異常不很遠。倘女孩身材太高，或男孩身材太矮，便不免在社會生活中時感羞愧。體格的大小也復如此。女不願胖，男不願瘦。尤有進者，無論男女，身高體重都喜有適中的發展。高低大小倘各趨極端，便不免獲得種種混號，如小胖子、三寸丁、羅拉哈特等。我們對於這種青年尤須輔助他們力求適應。譬如身材太高的青年常有駝背的趨勢。他們一方面欲以駝背減低其高度，他方面由於身高急速增加，而常感疲乏，故不能不駝背。欲矯正這個姿態，或須有充分的營養、休息、和運動，且應用心理衛生的原則使青年對於身高有較健康的態度。

生理方面的生長

骨和肌肉既發生這些變化，體內的器官也同時發展。循環、呼吸、神經、分泌腺等各

種系統都有快速度的生長。結果多於青年人的生活有重要的影響。

(一)循環系統：關於循環系統的生長有一個重要的事實，就是心臟和血管各以不同的速率，增加其體積，致不能保持彼此間原有的比例。試以新生兒的心臟為標準，則六歲兒的心臟較新生兒的心臟約重四五倍，十二歲約重七倍，十七八歲約重十二倍。在兒童期內，心臟廣度和血管廣度的比例為五比四，所以心臟驅血至血管，不甚費勁。到了青年期，心臟生長的速率大於血管。於是二者的比例遂由五比四化為五比一。心臟驅血所至的血管，僅有心臟廣度的五分之一。所以血管未達成年時的面積之前約有一二年的時間，心臟須特別加勁始可驅血入管。所以十一歲平均血壓原為一〇九，到了十五歲遂升高至一二四，到了十八歲始復降至一一二。

心臟負擔的增加還有一個原因。初生時每秒鐘驅入大動脈之血僅二十克，三歲時增高至六十三克，此後逐漸增加，至十四歲便為一四一克。約當兒童期的百分之二百。但是心臟增大百分之三十，驅血所入之管口僅增大百分之十。因此，青年期心臟的工作遠較童年為勞。

一般青年在這個時期之內，幾都有眩暈頭痛不安的經驗。這種現象只要不大嚴重，便算是正常的，可令患者稍稍休息。倘有必要，更令受醫師的檢查。倘心臟健全，只須不作過分的活動，便無妨礙。至於激烈的競賽運動，更須絕對禁止。有一青年每日作籃球遊戲

二小時，絕無休息，力竭始止，以致造成心臟病，貽害終身。他如烟、酒、遲睡、勤勞過度等，都有害於心臟的衛生。(4)

(二)呼吸系統：青年期內胸腔既加深加闊，肺臟也隨而生長。青年肺活量的增加可資引證。在兒童期內，一般男孩的肺活量略較一般的女孩為高。到了青年期內，男孩肺活量增加的速率尤遠較女孩為大。女孩的肺活量發展至十六歲左右，便不復增加。這個性別的差異，蓋由於女孩在青春期後，不甚參加遊戲的活動之故。

青年的肺臟雖沒有達到成年時的容量，然其發展的結果已足適應生機體的需要。對於任何負擔都可勝任。所以肺臟和心臟不同。心臟因用勁而病，肺臟則可用勁而更臻健康。(5)

(三)消化系統：消化的器官在青年期內也有快速度的生長。胃的長度及容量都有增加。胃壁的肌肉加厚，使蠕動的運動更有勢力。身體的生長促進營養的需要。而胃的容量的加大更須有多量的食物以供消化。結果胃口增進，需求無已，有些青年雖日耗成人二日之糧，依舊不飽，養成零食的習慣，而引起腸胃的擾亂，產生皮膚的疹子。對於這些青年，須勸導他們改良飲食的習慣。最好是選食產生能力最豐富的食物。這種消化的擾亂，也不必引為憂慮。過了三四年自可消滅。面上的疹子也不久可愈。(6)

(四)神經系統：神經系統的全數纖維都為初生時所已具。只是有些纖維尚未能發生作

用。就神經系統的體積而言，青年期的發展實甚有限。腦的長度、廣度、容量、或重量，都無所增加。初生時腦重為全體重的八分之一，十歲約為十八分之一，十五歲約為三十分之一，二十歲約為四十分之一。腦的生長率較其他器官為緩。成年時的重量超過初生時的重量不到四倍，所以青年期關於神經系統的生長，幾限於纖維的加長和加厚。纖維的長度增加，遂使兒童期內不相連接的神經，在青年期內都可相連接。而神經系統的構造乃更趨複雜。因此思考推理的能力乃有長足的進步。(7)

(五)分泌腺：人體不僅有外分泌腺，且兼有內分泌腺。前者和本題關係較淺，除汗腺外不必詳述。汗腺在青年期內較前發展。故汗液的分泌異常增加。青年人稍有刺激即滿身大汗，襯衫黏身，時以為苦。教師們看見學生有此現象，最好暫時減輕他們的工作。

內分泌腺對於行為尤有深切的關係。內分泌腺沒有導管，所以又名無管腺。最重要的無管腺有甲狀腺，腦下腺，腎上腺及性腺。這些內分泌腺各有其生長率。腦下腺在兒童期內已早發展。甲狀腺和腎上腺發展較緩，由初生至成熟作有規律的增加。至於性腺則於兒童期內潛伏不動，到了青年初期便急速發展。腎上腺在討論情緒時再述(見第三章)。甲狀腺位在喉頭及氣管的兩旁。它的分泌量的適中為正常生活的一個條件。其所分泌的刺激素太多，可使脈搏增加，血壓提高，呼吸加速，膚色加紅，汗液加多，興奮過度，身體的脂肪減少。反之，甲狀腺的分泌不足或缺乏，可使毛髮稀少，皮膚乾枯，脂肪的組織增加，