

橋與路

——寫給青少年

黃國彥 吳鼎 吳靜吉 張慶凱 合著
劉焜輝 葉學志 水心 程法泌



橋與路

——紀念舊金山——

原稿 吳 昌 雲 謝 國 興 謝 國 興 謝 國 興
校稿 謝 國 興 謝 國 興 謝 國 興 謝 國 興



黃國彥 吳鼎 吳靜吉 張慶凱
劉焜輝 葉學志 水心 程法泌 合著

寫給青少年

巨流圖書公司印行

橋 與 路



民國65年8月一版一印
民國68年8月一版二印
民國72年2月一版三印
民國74年3月一版四印

版權所有 不准盜印

出版登記證：局版臺業字第1045號

著 者：黃 國 彥 等
發 行 人：熊 嶺

印 行 者：巨 流 圖 書 公 司

臺北市博愛路25號(泰華大廈)613室 ① ① ①

電 話：(02) 3711031 • 3148830 • 9246285

郵 購：郵政劃撥帳戶 0100232-3 號

定價：臺幣 60 元

如有裝訂錯誤
即請寄回調換

目 錄

一	序.....國立政治大學校長 李元簇
三	生長與獨立.....黃國彥教授
一三	代溝——談青年期的身心特徵 ——談如何拉近親子間的差距.....吳鼎教授
二五	溫暖和關心.....吳靜吉教授 ——與老師談師生關係
三七	由孤寂苦悶到愉快甜蜜.....張慶凱教授 ——一個青年的交友經驗談

四九	高中學生可以談戀愛嗎？.....	劉焜輝教授
	——青年異性交友問題一席談.....	
六一	求知與困擾.....	黃國彥教授
	——談青少年的學習問題.....	
七一	社會真有奇妙的魔力嗎？.....	華學志教授
	——談青年個人與社會的關係.....	
八一	升學——一般青年所嚮往的途徑.....	吳鼎教授
	——由自我衡量到自我準備.....	
九一	條條大路通幸福.....	張慶凱教授
	——一個青年選職就業的故事.....	
一〇二	青少年是無辜的？.....	劉焜輝教授
	——青少年犯罪面面觀.....	
一一二	回頭是岸.....	吳靜吉教授
	——談青年問題行為的矯正.....	

目錄

一二三	發揮個人的潛力……………	水 心教授
	——談青年期的獨立自主	
一三三	人生是追求意義的……………	程法泌教授
	——談青年與人生	
一四三	怎樣發揮人生真正價值？……………	張慶凱教授
	——與青年談就業問題	
一五五	生活需要調劑……………	劉焜輝教授
	——談青年期的休閒活動	
一六五	寫在書後的幾句話……………	劉焜輝教授

序

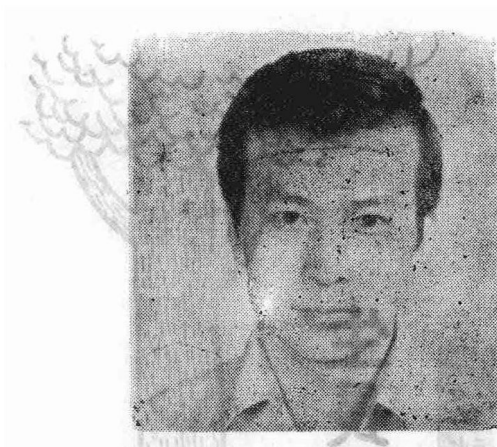
李元簇

青少年是國家未來的棟樑，是社會進步的動力。但是，在人生的歷程中，青少年時期正處於生理、心理、社交及智力等方面的發展都未臻成熟的過渡時期。有些青少年無法適當處理此一時期之特殊而複雜的問題，往往有情緒及行為失常的現象，甚至有危害他人的罪行，構成了一項重大的社會問題。

由於近代心理學與社會學的發展，使得輔導青少年的觀念與方法漸受重視。若干學者確信輔導青少年瞭解自己、發展健全的自我概念，進而協助其解決遭遇的困擾問題，是可行而又相當有效的；大家認為把此種輔導原理與技術應用到防止青少年的犯罪上，值得我國教育界普遍重視與採用。民國六十三年底，本校教育研究所

序

葉所長學志、前任教育學系主任心及前任心理學系程主任法泌等三位教授有鑒及此，特邀請對輔導青少年素有研究的吳鼎、張慶凱、吳靜吉、黃國彥及劉焜輝諸教授共同負責，就青少年問題分別撰寫專文，決定採用個案實例方式，以深入淺出的文字闡明學理，每篇以三千字為準；其籌備、撰寫及審查修正，歷時半載始行完稿，辦理相當審慎。該項專文，嗣承中央日報協助，自六十四年五月廿三日起每週日及週一在該報第三版各刊載一篇，標題：「青少年問題講座」，計連載十五篇之多，深獲社會各方好評，對於後來學者專家集體研究青少年問題的公開發表以及舉行座談會，亦有倡導的影響力。茲應讀者要求，將該青少年問題輔導專文十五篇刊印成冊，定名為「寫給青少年」，深信青少年們將樂於人手一冊，藉資處世南針；而對學生家長、教師及社會人士當亦具參考價值也。是為序。



●作者簡介●

黃國彥 台灣苗栗

☐美國奧立崗大學哲學博士

☐曾任美國奧立崗州政府商業局保險處測驗顧問

☐現職：國立政治大學心理學系教授兼主任

☐重要著作：

1.教育心理學

2.懷德海教育思想之研究

3.中英文學術研究論文

①A study of Toefl Test Scores for chinese graduate Students at an American University

②The effects of Test Anxiety, testwiseness and Pre-exam coaching on test Performance of insurance applicants.

③Characteristics of classroom test items identified by Chinese Students as "unfair"

④國小學生測試行為與課堂測驗之關係

⑤教學研究的幾個簡單設計

⑥從事教育研究

⑦報告撰寫

生長與獨立

談青年期的身心特徵

黃國彥



春天到了，李文正從衣櫥裏拿出去年最喜歡的衣裳，準備於星期假日穿上，前往陽明山賞花。但是，萬想不到，褲腳短了一截，而上衣也窄小不少。他覺得懊惱不已，並驚訝的問自己：「由國小至國中，僅僅相差一年，真的自己長得這麼多？」

月經和夢遺——青年的新經驗

是的，年輕男女一到十一、二歲至十四、五歲左右，身體又復迅速發育。首先，身高猛然的往上長，體重也迅速的增加。此外，女孩的胸部和臀部寬大起來，乳房也發育出來；男孩則肩部、腕和腿部的肌肉特別發達。更重要的，女孩子開始有月經，而男孩則開始有夢遺的現象，聲音也逐漸變為低沉。

由於身高體重的迅速增加，青年人需要大量的營養，因此食量大增。又因性腺的活動和新陳代謝的旺盛，所以，他們常覺有一股衝勁，必須藉粗線條的運動以資發洩。但是，這些生理變化所引起的行為，常為其父母、教師或長輩所誤解。譬如

，青年人的食量大增，常被誤解爲好吃或貪吃；運動量的大增，常被解釋爲貪玩、不用功；粗鄙的動作，常被批評爲魯莽和無禮；睡覺量的增加，也被視爲好睡懶惰……等等。這些誤解，常使青年人與其長輩們弄得關係緊張。同時，也頗使青年人的信心受到打擊。

性衝動——常困擾着青年

在這時期，與性有關的生理變化給予青年男女很大的震盪。假使父母和學校都沒有給予他們正確的性教育、那麼夢遺、月經與腋毛的出現，都會帶給他們不少的恐懼、不安與緊張。有些女孩還以爲她做錯了事，上天施予懲罰，才會有月經的現象。同樣的，有些男孩認爲夢遺會使人變爲白癡或性無能；因此，每經驗一次，他們的不安就加深一層。事實上，月經和夢遺，是青年男女性器官發育成熟應有的現象。

隨着性器官的成熟，青年男女開始經歷一種新的經驗——性衝動，尤以男孩子

比女孩子爲強。對於這突來的性衝動，常使青年男女尷尬不已，不知如何去處理或應付。有的人靠白日夢來解決；有人則靠自慰，偷看黃色書籍；有人用偷看異性沐浴，偷拿異性隨身用品或偷吃異性豆腐來解決。有人用性遊戲，用強暴等方法企圖加以解決。當然，也有很多青年男女利用較建設性的方法，把這性衝動加以宣洩或昇華。例如，爬山、游泳、登山、打球、歌唱、寫日記或小說等等。

在處理性衝動的幾種方法中，有些會使青年男女更加的困擾。例如，有些年青人仍認爲自慰是一種不可饒恕的壞行爲，會導致智力的衰退或腎虧。但是，每當他們性衝動太強，不得不然時，內心就掀起莫大的衝突，甚至掉進自責和不安之中。尤其在過後，他們就恐懼其智力和身體會一天天的壞下去。其實，依據醫學的研究，適當的自慰是不會對智力和身體造成什麼壞影響的。

不安與恐懼——如何去應付？

隨着身體的急速發育，青年男女的生理漸趨成熟；因此，他們也就渴望自己能

够自主自立。可是，由於社會經驗的缺乏，他們的內心還未有完全獨立的準備。一般而言，他們在表面上極欲獨立自主，但其內心深處仍覺相當的不安和恐懼。爲了應付這些不安與恐懼，精神科醫生徐靜女士根據其臨床經驗，認爲他們常採取下列幾種極端方式：

① 逃避：向不安與恐懼投降而放棄獨立，繼續的依賴父母，變成「永遠長不大的孩子」。

② 虛張聲勢：爲了抗拒他們內心仍想依賴父母，所以行爲上表現得非常獨立。凡事都要自作主張，絕對不聽從父母或長輩的意見。此外，他們往往採取激烈的手段，使自己與父母脫離，如爭吵或離家出走等等。

③ 轉而依賴他人：由於覺得不應或不能再依賴父母，但他們的內心仍有依賴人的慾望和需要，所以他們只好轉而依賴父母以外的人，如師長、同學、朋友，尤其是同年齡的朋友。在這時期，他們把能否被同伴了解和接受，視爲很重要的事。他們往往奴隸似的追隨團體風尚，深怕爲團體所摒棄而孤立。

反抗權威——新的心理現象

在這時候，青年男女的抽象思考能力大為增加。同樣的，他們的觀察和批判能力也大為增加。所以，對於父母的看法，不再無條件的接受。總覺得父母的知識不如自己，繼而反抗父母，批評父母，形成一種「看不起」父母的狀態。這種輕視心理，常局限於某些權威人物，如父母；但有時也會推廣到教師、警察或團體領袖等人的身上。

隨著各種第二性徵的出現，父母和社會對青年男女的壓力也隨而增強，要求青年男女各方面都必須符合自己的性別。然而，隨着生理的成熟，他們對異性的吸引力和興趣，也與日俱增。換言之，在內在和外來的雙重壓力下，他們一方面必須表現自己的「性」，一方面却須適當的控制自己，不可表現過火。例如，十六、七歲的女孩，如果太過於不修邊幅，則會受到長輩的責備：「年紀這麼大了還是如此臟蹋，你是女孩家，應該曉得對自己外表注意一點，花點時間去修飾一下。」結果，

這位女孩聽了話，從此注意修飾外表，但是，有一天臉上略施脂粉，頭髮捲了個髻，也許又被父母或教師責罵：「小孩子，要樸素一點，不可以打扮得太厲害。」真是左右為難，吃力不討好。

如何度過颶風期？

雖然，青年男女在生理上對異性的興趣大增，但在心理上却缺乏準備，無法配合其生理的需要。這時，他們極需要有與異性接觸的正當機會，以了解對方，滿足其好奇心，並學習如何尊重異性以及處理其對異性的興趣。如果我們能提供青年男女各種團體活動，並由有經驗的人來指導，則對他們的身心發展必有極大的裨益。

在這時期，青年男女對自己各種的人生大事，如教育、事業與婚姻等，都需要作一決定。由於種種生理、心理和社會方面的壓力同時來到，所以他們的情緒極為不穩定，內心也掙扎得非常厲害。基於此，有人認為青年期是人生中一個危險期，人格發展的暴風雨時期，或者人的個性形成時期等。如果青年男女對此時期的各種