

# 青年怎样适应社会

马焕友 著



# 青年怎样适应社会

马焕友 著

吉林大学出版社

## 青年怎样适应社会

马焕友 著

---

责任编辑：赵国复

封面设计：甘 莉

吉林大学出版社出版发行

开本787×1092毫米 1/32 印张：9.625

字数：215千字

吉林省科技情报研究所印刷厂印刷

1990年5月第1版

1990年5月第1次印刷

印数1—3000册

---

ISBN 7—5601—0474—6/D·82

定价：4.00元

# 前 言

青年时期，是人生中最美妙、最灿烂的黄金时期，是充满生机、蓬勃向上的时期。我们的年青人已在人生的交响乐曲中，踏着青春的步伐，充满着自信和力量，充满着期望和志向，在伟大的社会实践中崭露头角，大显身手。他们正以自己那朝气蓬勃、富有活力和创造精神的实际行动向人们宣告：青年已成为社会的新主人。

但是，青年面前的道路并非都是鲜花铺成。生活在不断向我们社会的新主人提出挑战。刚刚进入社会的青年人，不可避免地会感到有诸多的不适应。在他们充满生机、蓬勃向上和富有进取的社会活动中，还深深地隐藏着一些幼稚、胆怯、犹豫、徬徨、失望等苦恼，存在着由于对社会生活的不适应和不习惯而造成的心理危机。如果这些心理危机不能顺利地得到解决，就会妨碍青年走向成熟，就会妨碍青年去履行自己的义务，甚至使得他们青春的力量，青春的活力、青春的理想、青春的创造力消耗和丧失在这些内心的痛苦之中，他们就不会成为主宰社会的真正新主人。因此，全社会都有责任关心他们，帮助他们健康成长，使他们逐步锻炼成为社会主义现代化建设的生力军和共产主义事业的接班人。

然而，近些年来，我们对青年的教育出现了一种使人非常担忧的偏向：这就是过多地强调了青年个性发展的一面，而忽视了按照社会的要求去塑造青年的一面；只强调青年改造社会的一面，而忽视了青年适应社会的一面。致使一些青年出现了一味地要求社会要适应自己，而很少考虑如何按照社会的要求去塑造自己，去适应社会。当他们的思想和行为同社会的规范要求发生矛盾和冲突的时候，就认为是社会不好，因而对社会表示不满，并“立志”要“改造”这个社会。这种情况不仅对青年本身的健康成长不利，而且影响社会的安定团结，不利于社会的顺利发展。

实际上，人们只有先适应社会，然后才能改造社会。在一定意义上讲，一个人不能适应社会，反对一切社会规范，就根本无法生存，当然也就谈不上改造社会。我们是社会主义国家，社会主义的生产关系和上层建筑同生产力的发展水平基本上是相适应的。当然，在生产关系和上层建筑中，也还有某些不适应生产力发展要求的部分，还有不完善的方面和环节。但这些只能靠社会主义制度自身来调节。作为一个革命青年，作为共产主义事业的接班人，首先必须适应那些适合生产力发展水平的社会规范要求，成为社会主义制度的坚定拥护者，而后才有可能在党的统一领导下，有组织、有步骤、有秩序地去改造那些不适应生产力发展要求的生产关系和上层建筑中的不完善方面和环节，从而推动社会主义制度的不断完善和发展。就个人的发展来说，面对复杂的社会，只有学会适应社会，善于驾驭环境，才能在事业上取得成功；不懂得利用环境条件，只要求社会适应自己的人，必然要在事业上遭到失败。这也是经过无数实践证明了的一条哲理。

此书就是针对上面存在的问题撰写的。试图为青年认识适应社会的重要性，提高适应社会的自身素质和能力提供一些理论知识，以便引导他们跟上时代的步伐，尽快地取得进入社会的资格，成为适应社会、改造社会的一代新人，从而真正肩负起实现四化的历史重任，为社会发展做出贡献，为自己创造美好的青春和人生。

由于本人水平所限，加之成稿仓促，书中难免有不妥和错误之处，诚恳欢迎读者批评指正。

在此书的写作过程中，曾得到了长春邮电学院领导的大力支持，思想教育教研室的全体同志也给予了很多具体的帮助，特别是厉复魁副教授对此书提出了一些很好的修改意见，在此一并表示感谢。

作 者

1990年2月 于长春

# 目 录

|                 |         |
|-----------------|---------|
| 前言              | ( 1 )   |
| 第一章 导论          | ( 1 )   |
| 第一节 青年社会化的主要内容  | ( 1 )   |
| 第二节 青年社会化的途径    | ( 9 )   |
| 第三节 青年要自觉地实现社会化 | ( 16 )  |
| 第四节 青年要学会扮演社会角色 | ( 27 )  |
| 第二章 政治适应        | ( 37 )  |
| 第一节 热爱社会主义祖国    | ( 37 )  |
| 第二节 坚持四项基本原则    | ( 44 )  |
| 第三节 拥护改革开放政策    | ( 58 )  |
| 第四节 遵守社会主义法纪    | ( 64 )  |
| 第三章 思想适应        | ( 73 )  |
| 第一节 树立科学的世界观    | ( 73 )  |
| 第二节 树立正确的人生观    | ( 84 )  |
| 第三节 树立远大理想      | ( 96 )  |
| 第四节 培养高尚的品德     | ( 103 ) |
| 第四章 心理适应        | ( 118 ) |
| 第一节 要有广泛的兴趣     | ( 118 ) |
| 第二节 要有坚强的意志     | ( 129 ) |
| 第三节 要有良好的性格     | ( 140 ) |
| 第四节 要有较强的能力     | ( 152 ) |
| 第五节 自觉地调节情绪     | ( 160 ) |
| 第六节 矫正异常人格      | ( 171 ) |

|                       |         |
|-----------------------|---------|
| <b>第五章 人际适应</b> ..... | ( 178 ) |
| 第一节 掌握人际关系的规律.....    | ( 178 ) |
| 第二节 克服人际交往的心理障碍.....  | ( 186 ) |
| 第三节 遵循人际交往的正确原则.....  | ( 194 ) |
| 第四节 学会人际交往的技巧.....    | ( 201 ) |
| 第五节 增强自己的吸引力.....     | ( 213 ) |
| <b>第六章 逆境适应</b> ..... | ( 219 ) |
| 第一节 逆境是人生题中应有之义.....  | ( 219 ) |
| 第二节 学会应付挫折.....       | ( 230 ) |
| 第三节 勇敢地对待困难.....      | ( 236 ) |
| 第四节 正确地对待错误.....      | ( 248 ) |
| <b>第七章 家庭适应</b> ..... | ( 254 ) |
| 第一节 青年的家庭.....        | ( 254 ) |
| 第二节 正确处理恋爱和婚姻问题.....  | ( 262 ) |
| 第三节 正确处理夫妻关系.....     | ( 270 ) |
| 第四节 正确对待老人.....       | ( 282 ) |
| <b>第八章 身体适应</b> ..... | ( 286 ) |
| 第一节 锻炼身体的意义.....      | ( 286 ) |
| 第二节 锻炼才能使人身体健康.....   | ( 289 ) |
| 第三节 积极参加体育锻炼.....     | ( 293 ) |
| 第四节 讲究卫生防止疾病.....     | ( 300 ) |

# 第一章 导 论

每个青年人都想把自己的憧憬变为现实，但现实常常不随人意。你希望得到人们的理解和友谊，却偏偏遇到人际关系上数不清的烦恼和忧虑；你平时同周围人打交道，觉得个个都是好人，可是你要立志做好一件事情，常常就是一些好人在给你制造各种障碍和阻力；你要在人生道路上大展宏图，轰轰烈烈地干一番事业，却往往遭到意想不到的挫折、磨难和失利……。一句话，青年人刚刚踏入纷繁复杂的大千世界，简直是眼花缭乱，不知所措！如果言行上再有不慎和失误，就可能导致青年与社会的格格不入。而一旦陷于与社会格格不入的漩涡，就可能产生难以想象的后果。

向前发展着的社会，本应悦纳向前奋进的青年。但有些青年自身的生活步调却难以和社会生活的频率相一致。这就向青年提出了一个最实际最迫切的问题——怎样加速自己的社会化，怎样提高自己的适应社会的能力。社会化是青年参与社会的前提条件。青年自身的社会化进程越快，就越能及早地与社会生活频率相一致，青年的社会化程度越高，就越能在社会中更好地实现自己的人生价值，对社会作出更大的贡献。

## 第一节 青年社会化的主要内容

### 一、什么是社会化？

任何社会对自己的成员都有一定的心理、文化的要求，人们不具备这些要求条件，就没有进入社会的资格，就不能



成为该社会的合格成员，就不会有良好的社会适应。如果一个人到了成年期以后，还没有完成社会化，就是一个人格还未成熟的人，他就不能成为对社会、对工作以及对家庭负起责任的独立的人。

所谓社会化，是指人从出生时的“自然的人”，在各种社会因素影响下，转化为“社会的人”的过程，是个体学习和掌握作为一定的社会成员所必须具备的知识、经验和能力的过程。当新生儿呱呱落地，被母亲第一次抱起时，母亲就作为社会媒介，使新生儿接触社会，其社会化就开始了。以后，个体的社会化进程，就随着个体的发展而发展。社会化的结果是使个人成为一个合格的社会参与者，使之适应社会，与社会协调。

个体的社会化，是在社会学习中实现的。个人的社会认识、社会态度、社会能力都受到各种社会媒介（如老师、家长、同学、朋友、报刊、广播、电视等）的影响，通过社会媒介的作用使社会知识、社会经验、社会规范内化为个体的心理特征。人若不向社会学习，不努力追赶时代的步伐，就不能适应社会，就会被社会所排斥，甚至会被社会所淘汰。因此，社会化过程是人一辈子不可或缺的事情，对于刚刚走上社会的青年人来说，尤为重要。

那么，人为什么要社会化呢？第一，人不断社会化才能使社会及其文化得以持续下去。社会是人的社会，是由人构成的社会，离开了人就无所谓社会。可是，人总是要衰老的，要死亡的，要不断退出社会的。因此，一个社会要存在和发展下去，就不能不持续地用新一代人去接替和充填老一代人退出社会的位置。做为接替者的新一代人，必须学习适应社会生活和参与社会生活，使自己发展成为符合该社会要求

的人。第二，人只有经过社会化过程，才能成为真正的人。人的成长和发育大致可分两个过程：自然成长过程和社会成长过程。在母亲体内和哺乳期阶段主要为自然成长过程，其后则主要为社会成长过程。自然成长过程的结果，给社会提供了一个可塑性的生命有机体，在此基础上开始了人的社会化过程。没有人的自然成长过程，当然谈不上人的社会化过程；但如果没有人的社会化过程，只有自然成长过程，人就永远不会独立生活，永远不会具有人性，也就永远不会称为真正的人。第三，人只有通过社会化才能掌握满足自己需要的手段和本领。人在刚出生以后，是最脆弱的、独立性最差的，除了具有一点简单的反射能力外，几乎没有任何能力和本领。为了生存，人必须学习谋生的手段和本领。人不但有生理方面的需要，如营养、自卫、繁衍后代等，还有高级的精神方面的需要，如社会交往、社会尊重、实现事业上的成功等，这一切需要的满足，都要有一定的手段和本领，这就要靠后天的学习和训练，也就是要进行社会化。

## 二、为什么人能够社会化？

为什么人能够社会化，而动物不能社会化？这主要是因为人有很强的学习能力。

（一）人有主观能动性。人有高度发展完善、组织精细的大脑，因而人有意识。人的意识不仅是脑的机能和产物，是客观事物的反映，它还可以反作用于客观事物，有很大的能动性。人可以认识客观事物，揭示客观事物的发展规律，并根据对客观事物规律性的认识，提出行动的目的，制定计划，通过自觉地行动把目的变为现实。正因为人有这种主观能动性，才能主动自觉地向周围人学习，接受自己认为有用的东

西，抵制自己认为有害的东西，刻苦钻研自己迫切需要的东西，逐步掌握能够满足自己欲望的各种手段和本领，形成符合个人和社会需要的价值观念和行为习惯，不断提高社会适应能力，成为合格的社会成员。而任何动物都没有主观能动性，它们只有生来俱有的本能。而本能是盲目的、被动的、狭隘的，因而它们不可能自觉地去学习，当然也就不能社会化。

(二) 人有抽象思维能力。人之所以有很强的学习能力，是因为人有高级神经系统，有抽象思维能力。高级动物也有学习和积累一些知识的能力，但是这些能力和人类的学习能力是无法比拟的。动物没有抽象思维能力，它们的所谓学习，只不过是一些直接或间接的模仿，没有创造力。人类学习和积累知识是加速度的。人能通过实践使知识内化，变成自己的观念、思想、动机和行为，形成自己的独特见解，达到认识事物本质的水平。原来，一个人在看到他人如何寻找食物、寻找欢乐，如何避免危险保护自己等行为后，自己遇有同样需要或类似情况时，就模仿着去做。一旦有效，他就会将这些行动方式记住，必要时就重复出来，反复多了，就在头脑里打下深刻的烙印，储存了生活知识。在开始的时候，一个人只限于模仿别人的外表行为，随着具体生活知识的增多，人们就会通过抽象思维分析概括出一些普遍的道理：什么是对的，什么是错的，什么可以做，什么不可以做等。这时人的认识就会发生质的飞跃，终于能体会到他人在内心的思维和感情，并把它变为自己的观念和知识，变成自己的行动指导思想。这种指导思想和自己的生活结合起来，就会使自己成为一个能动的主体。这一点是任何动物都无法做到的。

(三) 人有语言能力。人有很强的学习能力还同人有语

言能力及第二信号系统有关。语言是人的特有现象，它是客观事物在人头脑中形成的表象、概念和思想的外部表现。人可以通过口头，特别是通过文学或符号等语言形式传达信息，沟通思想。因此，人们可以借助语言学习社会文化，了解他人的思想，掌握历史知识，积累生活经验，指导自己的行为，参与社会生活，处理社会关系，创造社会财富。语言是个人社会化强有力的工具和杠杆。正因为人有了语言，才丰富了社会化的内容，扩大了社会化的范围，加速了社会化的进程。没有语言，也就没有社会交往，因而也就谈不上人的社会化。

(四) 人有较长的社会依赖期。人有一个较长的生理上不能独立生活的童年时期，这是人能向社会学习，接受广泛而深入的社会化的重要条件。人的心理活动过程和生理机制，是人类长期发展的产物。一个人下来，生活上几乎完全不能自理，因而不能不依赖父母和其养育者的关怀和照顾。正是这种生活的依赖性，决定了一个人生下来就要在社会中生活，而要在社会中生活，就不能不学习和接受社会规定的各种生活方式，就不能不按照社会的期望去行动，因而他也就被逐渐地社会化了。

人类之所以能向前延续并向前发展，是与人的依赖期生活提供的学习机会分不开的。个人在依赖期的学习，首先是自我认识，认识到自己在环境中的地位以及与别人的社会关系，学习在社会关系中怎样与他人相处。然后，学习各种科学文化，进入广阔的知识领域。正因为如此，社会行为方式通过下一代人的这些学习和实践表现，才得以传递和发展下去。所以，可以说，人在依赖期的学习和生活起了历史发展的桥梁作用。社会使人不断社会化，社会化的人又不断推动着社会向前发展。

### 三、社会化的基本特征

(一) 社会强制性。个体的社会化具有强制性。个体从母体分娩出来时，就置于复杂的社会环境之中，而个体只要在社会环境中生活，就不能不受社会的作用。社会以各种各样的方式影响个体的身心发展，个体的行为模式不断地被周围的人们所影响所塑造，这是不以个体的意志为转移的。在个体生命发展的早期阶段更多地接受社会影响，较少有选择性，社会强制性较大。但随着年龄的增长，生活经验的日益丰富，独立意向的不断发展，个体社会化的主观能动性越来越强，社会强制作用相对越来越小。

(二) 个体能动性。个体社会化一开始就表现出能动性。这种能动性表现在两个方面：一是社会化的个体之间的相互作用。个体既被社会化，也必然影响其他个体的社会化，个体既是社会化的主体，也是社会化的客体。二是社会化不单是个体之间的相互作用，也不仅是个体接受社会影响。这些只是个体社会化的外部动因。个体自身的因素也决定、影响着个体的社会化。社会化不是一个消极被动的过程，而是一个积极主动的过程。个体自觉而有选择地接受社会影响，并把社会影响和行为规范与人类的科学文化技术内部化，形成自己的内部经验，建立起独特的自我。因此，个体的能动性是个体社会化的基本特征。

(三) 终身持续性。个体自身因素和社会环境因素的相互作用，推动着个体社会化的不断进行。因为仅从自然人到社会人的初步转变是不够的，处在动态社会中的人也不是一成不变的、有固定的统一模式的，社会人是处在不断地发展变化之中的，因此自然人向社会人的转变，必然是一个终身

不间断进行的过程，持续在人的整个一生。

#### 四、青年社会化的主要内容

社会化是个人学习某一群体社会的规范和行为方式，以便能使自己在其中充分发挥作用的过程。青年在社会化过程中，要了解和学习各种不同的社会角色，逐步形成自己的政治观点、道德观念、价值标准和性别角色等。由于社会化包括的方面非常广泛，青年社会化的内容也必然是非常广泛的。

(一) 基本生活技能的社会化。一个人要在社会上正常生活，就必须懂得和具备最基本的生活技能，基本生活技能包括生活自理能力，职业技能和掌握一定的科学文化知识。青年应努力锻炼自己的独立生活能力，以便在各种环境中都能正常生活。要刻苦钻研本职业务，提高工作能力，更好完成自己承担的各项任务，并做出成绩，以获得社会的承认和他人的接纳。现在的青年活生在工业社会和信息社会里，更要努力学习科学文化知识，以适应科学技术高速发展的需要。学习基本生活技能，是青年社会化的一个基本内容。

(二) 行为规范的社会化。青年社会化的另一个基本内容，就是在各种形式的教育和社会舆论力量的影响下，逐渐形成一种信念、习惯、传统，用来约束自己的行为，自觉地调节自己与社会、自己与他人之间的关系。也就是慢慢懂得和掌握了为人处事的规矩和方式。处于每一种地位的人都要有一套行为模式和一系列行为规范，这是维护社会正常生活的必要条件。全部掌握某一地位的行为规范，是在实践这个地位的角色行为过程中逐渐实现的，也就是在个体社会化过程中完成的。例如，一个高中学生考入大学以后，就获得了一个大学生的地位，作为一个大学生，他要知道按时上课，

遵守纪律，尊重老师等，这是做一个大学生最基本的行为规范。青年行为规范的社会化，首先是一般生活规范，如日常生活中的进食、入厕的规矩、接人待物的礼节、交通规则、公共场所的要求、集体的规章制度等等。其次是政治、法律、道德、习俗的社会行为规范。政治、法律带有强制性。但道德与其他规范相比，对个体约束力最强。因为人们往往从内心深处产生一种按道德规范办事的义务感、自觉性。人们一般都愿意做一个有道德的人，办事总要对得起自己的良心。这种道德感、自觉性，就是个体道德社会化的结果。社会行为规范以道德社会化产生的道德观念和道德感为内核，对人们的行为具有指导和调节作用，人们的行为总是与其道德观念相一致，相适应的。一个人缺乏或丧失正确的道德观念和道德感，就什么坏事都可能做得出来。

（三）社会角色的培养。青年社会化的根本目的在于把自己培养成合格的社会成员，即形成合格的社会角色。每个青年在社会中都有自己的特定位置，担当一定的社会角色。角色是一整套权利、义务和行为规范的体系。我们要培养自己具有做各种社会角色的能力，为在生活中胜任各种角色创造必要的条件。青年是共产主义事业的接班人，成功地扮演好这个角色，要付出巨大的努力才有可能。因此，青年人要把坚定正确的政治方向放在首位进行各种专门训练，掌握必要的知识技能和特定的行为规范，这样，才有资格担任未来的角色。

（四）树立未来的生活目标。青年社会化的意义，不仅在于使自己成为符合社会要求的合格成员，而且还要在此基础上把自己培养成为具有创造意识、胸怀大志、面向未来的一代新人。青年要成为脚踏实地，勇于开拓的后来者。只有

这样，社会才能不断发展、进步，不只是停留在一个水平上。从这个意义上讲，青年的社会化，不仅是自己生存、发展的个体需要，更是社会不断发展、前进的需要。

## 第二节 青年社会化的途径

青年社会化是经过社会教化和个体内化实现的，两者相辅相成。

### 一、社会教化

青年在社会化过程中，要不断学习社会规范，以此来指导自己的行为，并进而改造社会。而社会也会以多种不同的方式千方百计地对青年施加各种影响，使其符合社会的需要，这就是所谓的社会教化。社会教化，是社会通过社会化的执行者实施社会化的过程。青年社会化的社会执行者，包括有社会文化、家庭、阶级、学校、单位、同辈群体和大众宣传工具等。

(一) 社会文化的影响。社会文化的影响可以使青年了解前人的经验，通过语言和其它交流方式使他们知道如何构成自己的观念和想法；文化可以使青年与一些人建立起这样那样的联系，又可以阻碍他们与另一些人建立联系；文化向青年传授价值标准，使他们知道如何分辨好坏、善恶、美丑，知道对人对己应持什么态度；社会文化影响着青年个性的形成并极力将社会的价值标准和行为规范传给他们等等。因此，社会文化是一个十分重要的社会化因素，对青年的社会化有很大的影响。不同的文化决定着人们不同的社会化过程，从而也在塑造着不同类型的人。我国有几千年的优



秀文化，这对我国青年的影响是积极的。但我国也有一些封建文化的糟粕，对青年也存在着消极的、不良的影响。青年在接受社会教化时，应该注意选其“精华”，除其“糟粕”，以使自己在社会化过程中健康成长。

(二) 家庭影响。家庭是人类生活中一种最重要的社会基本群体，主要由有婚姻关系和血缘关系的成员组成。个人早期生活的最基本环境是家庭，家庭是个体最早接受教育的场所，它是社会化的最先执行者和基本执行者。家庭生活一般伴随着人的整个一生。青年在儿童时代的社会知识、道德规范，首先是从家庭中获得的。进入青年阶段，虽然对他们的影响逐渐减弱。但家庭影响仍然是青年社会化的一个不可忽视的重要因素。他们对待事物的态度和行为中的许多变化都与家庭内出现的新的的人际关系和新的变化有关，如家庭经济状况的变化，父母离异，爱人离婚，兄弟姐妹结婚，亲人死亡，家遭不幸等，都会对他们的思想、心理发生重大影响。家庭犹如一座小小的工厂，它产生着人的个性。当然，家庭中“生产”出来的个性在个人今后的生活中并不一定能稳定地保持下去。

(三) 阶级地位的影响。在阶级社会中，人们由于长期处于不同的阶级地位，从而有着各自的利益和要求，养成了各自的生活方式，形成了各自不同的价值标准、规范、心理、思想、习惯和气质。每个人都要被他所在的阶级社会化。我们的单位和学校是无产阶级培养自己接班人的重要阵地，是按照无产阶级的利益和要求来培养和教育青年的。因此，我们的青年一般应被无产阶级社会化。但是，我国虽然消灭了剥削阶级，但剥削阶级的思想影响仍然存在，国外的资产阶级思想还不时传播到国内来。因此，我们的青年还不只是