

我坚定地认为，没有哪个青少年是不能踏上积极发展之路的，而且永远都不会太迟。青少年不是有待修理的问题，而是急需发展的资源。

积极青少年的 6种品质

理查德·M·勒纳◎著

张卫 甄霜菊◎译



上海市
著名
商标

华东师范大学出版社

全国百佳图书出版单位

积极青少年的 6种品质

理查德·M·勒纳◎著

张 卫 甄霜菊◎译



B0045796



华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

积极青少年的6种品质/(美)勒纳著;张卫译. —上海:华东师范大学出版社, 2011. 2

(明心书坊)

ISBN 978 - 7 - 5617 - 8425 - 9

I. ①积… II. ①勒…②张… III. ①品德教育—中国—青少年读物 IV. ①D432. 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 027022 号

明心书坊

积极青少年的6种品质

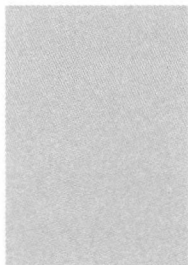
著 者 理查德·M·勒纳
译 者 张 卫 甄霜菊
策划编辑 彭呈军
审读编辑 刘荣飞
责任校对 王 卫
装帧设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021-60821666 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537 门市(邮购)电话 021-62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://ecnup.taobao.com/>

印 刷 者 上海崇明裕安印刷厂
开 本 787×1092 16 开
印 张 11.5
字 数 202 千字
版 次 2011 年 8 月第 1 版
印 次 2011 年 8 月第 1 次
印 数 1—4100
书 号 ISBN 978 - 7 - 5617 - 8425 - 9/B · 611
定 价 25.00 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)



目 录

第 1 章	我们能从汤姆和哈克身上学到什么	1
第 2 章	促进积极发展:从理论到实践	14
第 3 章	能力	34
第 4 章	信心	56
第 5 章	人际联系	81
第 6 章	品格	103
第 7 章	关心	122
第 8 章	奉献	135
第 9 章	问题酝酿之时	147
第 10 章	超越我们的家庭:行动的号召	156
	参考资料	162

第1章

我们能从汤姆和哈克身上学到什么

“汤姆!”

没人回答。

“汤姆!”

没人回答。

“真不明白，这孩子怎么啦？汤姆，我在叫你呢！”

没人回答。

——马克·吐温：《汤姆·索亚历险记》(1876)

我想我们都会同情可怜的波莉姨妈。有多少次，我们曾扯着嗓子不停地呼喊那正处于青春期的孩子，却得不到任何回应。早在青春期成为一个科学研究领域的大约30年之前，马克·吐温就捕捉到了这个被许多父母所普遍接受的青少年观：他们骚乱不安、令人烦忧。而且，如果波莉姨妈对小汤姆的问题已经束手无策，那么碰上汤姆的朋友哈克·费恩的问题时，就只能绝望了。

马克·吐温的小说具有持久吸引力的一个原因是，作者让我们跟随这两个孩子踏上了冒险旅程，每翻开一页都让我们感到惊讶。是的，这两个男孩惹的麻烦太多了。波莉姨妈总是绞尽脑汁也无法应付她侄子和朋友的淘气。然而，当看完《汤姆·索亚历险记》和《哈克贝利·费恩历险记》时，我们发现，汤姆和哈克的问题行为仅仅是他们自身的一部分——一个很小的部分。这两个孩子是淘气的，但他们也表现出了无比的

勇气。在生活遇到危险时,甚至是在面对社会的指责时,他们也敢于与邪恶及种族歧视抗争。他们拥有这样的特征:忠诚地对待朋友和家人,具有独创性,能解决问题,拥有足够的毅力和勇气坚守承诺(即使失败的可能性很大),而且拥有爱的能力。

我们都能轻易感受到马克·吐温作品的无比魅力,两少年充满问题的探险引人入胜。然而他真正要展现给我们的还有:虽然这两个孩子有问题和缺点,但他们也拥有非凡的力量或优势。他鼓励我们抛开对青少年的刻板印象,将这两个孩子看成是完整的人,是值得赞美和受到重视的年轻人。

我们时代的一个隐喻

马克·吐温关于汤姆和哈克的小说也许可以被看成是对所有美国青少年甚至是所有美国人的隐喻。一个多世纪之前,他的书就传达了这样一个信息:我们的目光不应该仅仅停留在孩子甚至是我们自己恼人的特征或缺点上。马克·吐温提醒我们,要保持开阔的眼光,要全面地理解和欣赏一个人。年轻人身上有的不仅仅是那些令人讨厌、使你担心的方面。美国及其青少年在内战后出现了很多问题,马克·吐温就是在那一时期写了这些小说。然而,他相信,这个国家千千万万的成员以及这个国家本身,都有着相当强大的力量,而这些力量胜过问题。

马克·吐温早在125年前就向我们传递了这个充满希望的信息。今天,有关美国青少年新的研究更是带来了令人振奋的结果。这些研究大多来自积极青少年发展的4-H研究,该研究是由我的研究团队——塔夫茨大学青少年发展应用研究所开展的。在本书中,我将告知大家我和来自全国各地同事们的研究成果,我们正研究在年轻人身上所体现出来的力量或优势,以及促进所有孩子积极发展的手段。

这些新研究支持了马克·吐温睿智的观点。但不幸的是,在过去的岁月里,从马克·吐温的小说出版一直到今天的新数据出现,我们中的许多人——包括父母和科学家——都忽视了从汤姆和哈克身上学到的关于年轻人的经验。

太多时候,父母似乎只关心孩子身上的问题行为,换句话说,我们认为青春期是一个疾风骤雨的时期。科学家也认为年轻人是有缺陷的、不完善的,不能正确地以健康的方式行事。我们认为他们对人对己(因为他们的自毁行为)都是危险的。

基于这种青少年观,研究者们于是致力于寻找阻止青少年变坏的各种手段。临床治疗师们在治疗年轻人时也采用这种缺陷取向的方法:如果不能预防他们的问题,那

么就要寻找方法减轻缺陷所造成的影响。每个人都着眼于问题,所有领域的专家都没有考虑,在孩子生命的时光里,是否有一些尚未被注意的力量和令人钦佩的品质需要加强。

这本书希望能纠正这种不均衡。我们没有必要把青少年看成是问题的贮藏室,与其盯住他们的缺点,不如着重于他们的力量或优势。

不能否认,青春期是一个喧嚣的时期;也不能否认,青少年有时表现得相当过分。它不是一次全程无风无浪的航行。只需问问波莉姨妈就知道了——汤姆经常让她火冒三丈。所有的孩子有时都会那样,没有一个青少年能免于问题。然而,什么才是应对这一现实的最好方式呢?

如果波莉姨妈诉诸严厉惩罚(一度是管制孩子无法无天的首选方法),或者认为这是她对付汤姆行为的唯一选择,那就大错特错了——尽管在整部小说中她都在想当然地使用这一做法。同样在今天,接受诸如“严厉的爱”、“新兵训练营”和其他华而不实的、提倡用惩罚来制服那些我们所认为的孩子身上不可避免的骚乱、不服从及令人生厌行为的养育方式也是错误的。这些方法是误导人和危险的,因为我们已经有许多研究支持了这样一种观点:所有年轻人(不管他们的背景和特征如何),都有着向更积极和健康方向发展的潜能。

本书将告诉你如何帮助年轻人谱写一个迈向成熟的乐观剧本。即使你的孩子会让你想到汤姆和哈克,他们还是极有可能在长大后有一个成功的、负责任的人生,他们能积极地为自己、家庭成员、社区的发展,以及最终为我们国家和社会的发展作出贡献。假如您认真对待这些来自新研究的信息(我们将在稍后讨论到),你就可以与家中、学校里及附近的青少年一起合作,确保故事以积极的方式结尾。怎么做呢?睁大眼睛,寻找关于你孩子更广阔的蓝图——一个完整的故事。不要在仅仅看了第一章之后,就急着下结论说故事将如何结尾。要把这一规则谨记在头脑中有时是非常困难的,但终将值得。

请来看看南茜的情况。这是一个星期天的晚上,南茜正在厨房里准备晚餐的烤饼。她的孩子——17岁的埃利克和15岁的唐娜,从很小就喜欢在晚上准备早餐。这成了一项家庭传统,甚至南茜都已经记不起年代有多久远了。在孩子们更小一些的时候,他们经常会帮忙加材料、做面糊以及摆放桌椅。

而现在,正在准备碟子的是她丈夫罗布,因为他们的两个孩子都在忙于更令人兴奋的活动。埃利克一整天都在跟朋友们一起准备上英语课需要的录像。他们已经把

自己关在卧室里几小时了——虽然南茜很难想象为什么会有人愿意待在他那犹如灾难般的房间里,所见之处,都是脏袜子、脏衣服和食品盒。埃利克不是成绩最优秀的学生,但他很喜欢选择有挑战性的课程,如 AP(大学学分先修课程)英语和历史。实际上,他曾谈到大学毕业后想成为一名中学老师。

唐娜在这一天也非常忙碌——早上练习足球,然后就去救济贫民的流动厨房,她每周都志愿到那儿帮忙。她刚刚打电话来说,还要晚几分钟才能到家。“她把背包落在球场了——又是这样——她要回教练的房子去拿,”南茜告诉罗布,“她怎么这么健忘!她明知道我们希望她按时回来吃晚餐。还有,我明明让埃利克在他的朋友过来之前把房间收拾好,他说他会……”她的声音越来越小。

“我知道,我知道,”罗布说,“他们以不同的方式让人感到灰心。但你知道吗?他们真的是很了不起的孩子。想想吧:至少唐娜打电话回来了。而不管埃利克的房间看起来怎么样,他有着让人难以置信的创造力。基本上,他自己创作和导演了整个录像。”

南茜不得不承认这是事实。她的孩子可能并不完美,但他们的确很棒。南茜记得,几年前,人们警告她,当她的孩子进入青少年时期,灾难将会袭击她的家庭生活。“等着瞧!”她的朋友以黑色预言的方式告诉她。“你会看到的。急转突变的状况会让你有坐云霄飞车的感觉:无休止的对抗,各种古怪的行为,无休止的极限考验,危险性试验,不尊重、磨人的顶嘴,丧失学业兴趣,令人恐惧的喜怒无常,荒唐、蛮横的行为,不顾生命危险地尝试毒品、酒精和性。小孩子、小问题,大孩子、大问题。”

但总的来说,青少年时期并没有她所听到的那么恐怖。恰恰相反,在许多方面,南茜前所未有地喜爱她的孩子。看着他们长大成人,有自己的观点,在社区和学校中找到自己的定位,认识了更广阔的世界,并在其中积极行动,与新认识的人建立关系——如此令人心欢意满,这是南茜所没有想到或预料的。

这个家庭听起来熟悉吗?它或许就是你的家庭。按照我的研究,你尽管可能没有意识到,但确实很可能就是你们家。有时候我在想,我们都好像波莉姨妈,站在走廊里大声尖叫着命令汤姆去做他的家务——之所以这样或许是因为我们总是以自己的期望去要求他们,而没有从青少年自身的角度去看待他们。

信奉刻板印象是一种错误

请试着回想:你最近一次听到一位父母赞扬他们的子女是什么时候?你最近一次

赞扬你的子女又是在什么时候？

很可能你就像南茜一样。无论什么时候她在图书馆碰到朋友问起唐娜最近的状况，南茜都会马上说：“一如既往地健忘和不顾及别人的感受。”如果被问到埃利克，她马上想到的是，他有多懒以及多没有时间观念——似乎这些就是他的整个品性，而不仅仅是品性中的两个方面。只有极少的时候，例如在她与罗布的那段对话中，她才能停止专注孩子们的缺点，看到他们的优点。

有时候我深信，许多父母甚至不会用词汇来形容那些并不“麻烦”的孩子。虽然我们可以轻松地认可学业成就（通常是指在学校里所取得的分数），但在面对生活的其他方面时，被我们通常形容为“好”孩子的，是那些已经学会管理或应付自己缺点的孩子，或者是那些没有问题的孩子。也就是说，我们诉诸消极方面：好孩子不吸毒，不参与不正当团体，不制造危险行为。对许多父母来说，对好孩子的定义就是没有做坏事。他们认为：“我的孩子表现好，是因为他没有带来麻烦。”我们是否有足够的词汇来描述年轻人所能做的所有那些重要的、有价值的、值得称赞的积极事情呢？我们是否已经忘记如何去肯定他们的积极特征了呢？

这个集体性的健忘症比你一开始可能意识到的更为严重。对词汇的缺乏不是一件小事——它所体现的是一个更为重要的公共和科学问题，对青少年个体乃至我们整个社会都有着重大的影响。当我们与朋友的谈话集中于风险和危险时，以及当我们对媒体关于青少年消极事件的频频报道迷恋不已时，我们已经在不知不觉中接受了基于缺陷的青少年理论。当我们将青少年视为有缺陷的人时——好像他们出了什么问题或缺少了什么似的——这种观念也影响了孩子们本身。认同我们对他们的低期望，只听得到他们的缺点，这会使他们感到脆弱。最终，他们逐渐开始相信自己将不可避免地卷入问题行为和危险行为。他们可能会深信自己实际上“正处于危险中”，觉得自己离卷入或给他人制造麻烦只有一步之遥，也许是吸毒、辍学、怀孕，也许是因暴力行为而被捕。

想象一下，每到一处人们对你的想法都极差——每次当看有关你同龄人的文章或电视新闻报道时，都发现没有人对你有太多的期望。被这些印象包围着，你会很快因不断的谴责和猜疑而感到有负担。一些年轻人开始相信，他们的父母正时刻准备着发现他们的“罪证”，或者总是询问一些带有侵犯性和指责性的问题：“你在抽烟吗？你在服麻醉品吗？你有发生性行为吗？”

多令人气馁和沮丧的景象啊！在这种氛围中长大的青少年，无论是自尊，还是动

机或勇气都会变低。毕竟,当人们不期待看到最好的我们时,我们也就以此来行动了。

例如,希拉希望她14岁的儿子安迪帮忙做家务。既然他喜欢他们的猫——小星,她就让儿子负责一周两次清理小猫的垃圾。刚开始的时候,他是相当负责的。但过了几个星期之后,希拉发现每次都需要提醒他。不到一个月,她就要不停地唠叨他了。

一天,安迪在厨房里无意间听到妈妈在和一个朋友打电话抱怨说,要经常提醒安迪做家务有多么痛苦。他听见妈妈说:“我真后悔当初让他干这事,我们总是要以互相大喊大叫收场。但我真正担心的是,他不知道怎样去负责任。他要认识到,生活不是游戏,我们有时候必须做一些我们不喜欢的家务。”

安迪一直等到那天晚上才跟妈妈说:“我听到了你在电话里说的,但你完全错了。不是我不愿意帮忙做家务——只是我讨厌处理小猫的垃圾。我忍受不了那味道。”

希拉霎时无言以对。她明明知道,从安迪还是一个小婴儿的时候开始,他就对气味很敏感。那么,负责处理小猫的垃圾对他而言显然并不是最合适的家务。通过跟他谈话,问清楚他想干什么之后,他们共同决定,安迪负责洗衣服。结果是,因为他对这项工作没有天生的反感,希拉几乎从来不用提醒他去做这件事。

这里我们可以看到,导致希拉痛苦的根本原因是,她当初竟然那么快就认定安迪很倔强,是在跟她作对……因为年轻人就是被假定为这样的。他们被认为是叛逆的、抗拒家务的,或不愿做任何父母要求的事情。他们寻找任何机会使一场讨论变为争吵,让他们的父母只能选择唠叨。因为希拉接受了她所听到的一切关于青少年的负面观点,她从来没有想过是否有其他“青少年时期”以外的原因导致了安迪的行为。

为什么缺陷模型是有缺陷的

基于青少年发展的缺陷模型而得到的消极暗示,不仅使青少年感到沮丧,误导了他们的父母,还深刻影响了社会决策的方向。如果我们把青少年看成是“坏掉的”,那么,我们的责任就是去“修理”他们。这种思想导致了过多旨在帮助困难中的年轻人或预防发展中问题的政府和私人计划的出现。当然,有一些年轻人确实有问题并需要我们帮助。生活中也有一些情况是能够或应该被预防的。但是,现今旨在修补缺陷的政府政策和社会计划在以下两个方面是有瑕疵的。

首先,“问题”不是故事的全部。专注于单独的“坏”行为而没有考虑到个人的整体情况,就好比用拼图中的一块来取代整幅图一样可笑。如果我们花大把的时间纠缠于

个别的行为,我们便无法把其他方面的情况考虑进来。所以,现今的许多计划就存在着严重不足。

其次,这些计划还没有取得很大成功。尽管每年都要花上纳税人数亿美元——你和我钱——用于问题预防或问题补救,但基本上问题依然存在。虽然情况略微好转,但孩子们依然嗑药(虽然对毒品的选择确实周期性地改变)、依然辍学(特别是城市的孩子和有色人种的孩子)、依然参与跟帮派或与毒品有关的犯罪或暴力活动,而且常常未婚先孕。虽然一些预防毒品和怀孕的计划确实有帮助,但大部分计划都没能拿出令人信服的证据来证明其有效性。

而另一方面,因为社会没有花费足够的时间来甄别那些能应用于没有风险的青少年的因素,或者在我们希望所有年轻人都拥有的积极特征上达成一致看法,我们便没有好的工具来更好地评价那些旨在促进积极改变计划的社会政策。我们无法测量那些还没有被命名的东西。

我们需要考虑不要只把纳税人的钱用在修理和预防问题上。作为一个社会,作为父母,我们应该考虑如何促进年轻人健康、积极、值得称赞以及富有成就的行为。而且,我们需要找到新的词汇来谈论年轻人。让我们为这些他们能做和应该做的好事情命名并且测量这些东西,然后让我们想办法使这些好事情尽可能多地出现在他们的生活中。

我们已经找到了少数几个词语来形容做得好的青少年,虽然正如我前面所提到的,我们倾向于将这些词语用于那些在学业、运动或工作上取得好成绩的青少年。但当我们谈论某些青少年是好学生、是有才能的四分卫或者是尽责的雇员时,我们仍然只是在谈论他们行为中很小的一部分。他们的道德指标、他们的诚实和他们的精神性呢?他们的社会关系(不仅仅是与你和他们的朋友,还包括与他们的老师、教练、导师和社区的成员)呢?他们对弱者的怜悯,他们的关爱心,他们的信仰呢?他们对于使自己遵规守矩、为促进自己的健康和成功以及家庭、社区和社会的康乐作出贡献的承诺呢?

我们需要词汇来形容青少年的所有这些特征。我们需要用这些词汇来谈论我们的年轻人,而且需要使我们的政策和计划在关注修理和预防问题的同时,也致力于鉴别、测量和促进以上这些重要特征。只有这样,我们才能把青少年当作一个完整的人来考虑:他们每天过着自己的生活,同时考虑自己的优势和缺点、权衡自己所做错和做对的。他们不是有待修理的问题,而是有待发展的资源。他们并非只是需要约束和指

引的不成熟或不完整的成年人,他们也是主动的合作者并以自己的方式积极地向成年期过渡。

事实上,作为父母,这正是我们在孩子生命早期看待他们的方式。当他们还是婴儿、初学走路和更大一些时,我们知道自己的角色:引导他们通过战胜自身发展中的挑战以达到成熟。我们想要的只是看着他们学会走路,学习使用洗手间,建立他们自己的词汇。我们协助他们实现这些目标。我们把他们看成是充满潜能的、能够在我们的指导下以积极方式成长的个体。其实他们现在也依然是这样。

也许比起改变青少年,我们更需要改变的是对他们的看法。也许是时候把我们关于青少年是什么的预想观念放到一边,客观地看待我们的孩子,看看他们真正的样子以及他们所能成为的样子。本书将帮助你做到这一点。

有关青少年的数据

当我们看清青少年的所有真实特征时——且当我们用新的、积极的和基于优势的词汇来看待他们时——将出现一幅大不一样的青少年画面。根据我的研究以及我作为三个成年孩子的父亲的经验,这幅画面表明,许多我们已经接受的关于青少年的所谓常识是荒诞的。青少年不是人们常说的梦魇。大多数青少年——大约4千万年龄介于10—19岁的青少年——都受到了不该有的斥责。

许多这种阴暗的形象都来自于那些“轰击”我们的研究和数据,它们有规律地出现在报纸、周刊、电视和互联网上。然而,这些数据属于缺陷模型的范围,它们报告的是青少年的错误。这些数据大部分集中在四个主要的领域,在这些领域,青少年的发展遇到了最大的风险:

- 药物和酒精的使用及滥用,包括抽烟
- 不安全的性行为、青少年怀孕及青少年父母
- 学校成就低下、失败和辍学
- 行为不良、犯罪和暴力

如果你尝试估计今天的青少年参与上述任一或全部四种行为的百分比,我猜你的估计可能会很高。大部分人都会过高估计——并且有很好的理由:媒体不断地塞给我

们关于青少年的犹如世界末日般的新闻。

因此,当得知大约有10%的青少年参与全部上述四类危险行为时,我们可能将其视为极坏的新闻。是的,10%换算过来就是400万青少年,也就是说有大量的青少年参与严重的危险行为,对吗?等等——还有更坏的消息:一半的青少年,也就是50%,参与上述四类风险行为中的两种。听起来真恐怖!

我不是说这是极好的消息,不是的。有太多的孩子在用他们的生命玩俄罗斯转盘。但在你绝望之前,请把这些数据转换过来:如果有400万的青少年参与上述全部四类危险行为,那就意味着,有3600万青少年没有在所有四个领域拿他们的幸福冒险。

以药物使用为例。药物使用的比例在年长的青少年中有所下降,但在年龄小的青少年中却有所上升。这一上升是最近的数据,它颠倒了10年来的向下趋势。相似地,今天的青少年也比10年前的青少年更少抽烟,然而比例的下降变得越来越缓慢,对于更小的青少年来说,比例甚至已经停止了下降。

青少年怀孕的比例自从1990年以来就一直在下降。今天,大约有100万的女性青少年,或者10%的15—19岁的女孩未婚先孕……但90%没有。

再让我们看看辍学的比例,它也一直在下降。今天,仅有约8%的美国青少年在拿到毕业证书之前离开中学。这里的坏消息还涉及不平衡问题:虽然男孩与女孩的辍学人数一样多,但有色人种及贫困家庭的孩子有更高的辍学比例。根据一项研究,黑人和西班牙裔青少年的辍学比例接近50%。然而,来自经济政策研究所一项2006年的研究表明,这个比例要比50%低得多,大概为25%。

暴力问题又如何呢?青少年犯罪、因携带武器而被捕、暴力以及谋杀的比例也全都在下降。只有5%的青少年曾经被捕,其中只有6%—8%的人是因为暴力犯罪而被捕。虽然备受关注的校园枪杀事件使得大众更关注学生的安全,但与校园相关的暴力死亡人数只占学龄儿童和青少年他杀人数的不到1%。在一项全国性的中学生调查中,33%的学生报告在调查前的12个月中参与了一次或多次打架,17%的学生报告在调查前的30天内有一次或多次携带武器(枪、刀或棍棒)的经历。至于同样出现在新闻里的欺负行为,估计美国有30%的6—10年级学生曾作为欺负者、受欺负者或两者皆是而被卷入到欺负行为中。

青少年还面临“内在”问题——即那些仅仅影响他们自己的问题,例如身体意象。有一半的青少年女孩和四分之一的青少年男孩说他们不满意自己的身体。儿童和青

少年肥胖的比例在过去的二十年间增长了三倍。然而,严重饮食障碍的比例比你想象的可能要低。尽管所有的媒体都聚焦于厌食症,但只有0.5%的青少年女孩身困其中。

在心理健康方面,根据《美国儿童:2005年全国幸福的关键指数》(*America's Children: Key National Indicators of Well-Being 2005*),有接近5%的——或者估计约270万——儿童经历过情感和行为困难(数据来自于这些儿童父母的报告)。这些困难使得他们在家庭、学校及处理同伴关系上出现问题。男孩以及来自贫困家庭的孩子比女孩或来自富裕家庭的孩子更可能产生严重的情感和行为困难。这些数据令人警醒。但如果你问有多少孩子在他们的生活中没有经历明显的情感或行为问题,答案是95%。

这些数据真正告诉我们的是什么呢?在过去的这些年中,重要的趋势正往好的方向发展:越来越少的青少年辍学、犯罪、发生性行为 and 滥用药物。是的,事实上每年仍有大约100万的青少年女孩怀孕,她们中的40%最终堕胎。但是,有1900万的青少年女孩没有怀孕也是事实。是的,有更多的8年级学生抽烟,这之所以成为一个问题,是因为你越早开始抽烟,就越难戒掉。然而,10年级和12年级的抽烟人数减少了。更多的青少年可能比我们所希望的更早开始了性行为,但是,他们中的大多数并没有因此怀孕。而且,大多数青少年没有酒精或药物成瘾,他们没有因为要待在监狱里而无法完成中学教育。

显然,这些数据肯定会混淆你对当代青少年的简单印象:有大量的好消息,但同时也有一些坏消息。然而,即使在坏消息里,我也看到了希望之光。

以青少年投票的数据为例。青少年不投票是全国人民讨论的话题之一。一些民意测验专家将约翰·克里2004年失去任期归因于这样一个令人惊讶和沮丧的事实:尽管为争取青少年群体的支持,他们建立了专门针对年轻人的“来投票吧”(Rock the Vote)网站,也作了一些其他努力,但青少年并没有投票。数据支持了这个声明:根据一些研究,只有约三分之一的18—25岁青少年投票。

但请等等。我们看看有关公民参与的另一项测验——志愿者的比例——这是一幅截然不同的画面。大约有33%—50%年龄介于15—25岁的青少年参与了各种自愿的社区服务。而且自20世纪90年代中期以来,这些比例一直在快速增长。根据这点,很难得出青少年对公民生活缺乏兴趣甚至退缩的结论。

简言之,多数青少年并没有严重的问题。他们是逐步发展的,既有优点也有缺点,

每个人都是错综复杂的,每个人都具有独特性,每个人都拥有一些我们所珍爱的个性特征和行为,同时又拥有一些会让我们完全疯掉的缺点。但总的来说,他们是好孩子,并与父母、兄弟姐妹、家人、朋友、老师和雇主有良好的关系。他们在家里、学校、工作场所,以及在更大的社区里都是正直的公民。但我们,却往往忽略了这些事实。

积极的视角和新的词汇

我是怎么知道这些的呢?在过去的三十年里,我一直从事青少年发展的研究,许多时候使用的是一个新的、基于优势的人类发展理论——积极青少年发展(PYD, positive youth development)。这个观点深植于对青少年的积极视角,强调他们的优势和健康发展的潜能。积极青少年发展致力于找出那些使青少年茁壮成长(即,他们成长为模范的成人,然后反过来完善社会制度)的条件,而不仅仅是关注问题的预防。无论男孩还是女孩,身体是否强壮,贫穷还是富有,有无宗教信仰,学习成绩是好是坏,同性恋者还是异性恋者,是否能上大学,无论他们的文化、种族和环境如何——他们全都拥有健康发展的潜能,都能为社会作贡献。

这一理论的根基在于,我们个人的、道德的生活与公民化的生活是相互联系的,这起源于与美国这个国家一样悠久的一些思想。例如,本杰明·富兰克林认为,诚实的孩子会成长为对他们的社区有重要贡献的人。美国人总是相信他们有能力去克服和超越不幸,找到繁荣和成功的方法。虽然也许不那么令人惊讶,但我的研究发现,过去明智的想法与当前的现实相吻合,有数据支持这种关于年轻人发展的乐观观点——不止是美国的年轻人,包括所有年轻人。

感谢来自四健会(National 4-H Council)数百万美元的资助。四健会是一个与数千个社区合作、基于4-H俱乐部和计划的全国性组织。我已在这个组织的资助下完成了全国范围内数千名青少年的调查。我们的许多发现可能将使你吃惊,你将会很快看到它们。例如,我们的研究发现,那些拥有健康青少年时期的青少年和平稳过渡到成人期的青少年有着相似的特征和表现。我们把这些特征称为5C,包括:能力(competence)、信心(confidence)、人际联系(connection)、品格(character)和关心(caring)。当这些都出现的时候,第六个C也出现了——奉献(contribution)。值得庆幸的是,大部分青少年至少已经拥有了这些特征的一部分。而且正如你将看到的,有许多方法可以增强他们已拥有的优势,发展他们所缺少的优势。

本书将解释我们如何才能帮助年轻人发现和开发已存在于他们的家庭、学校和社区中的资源,这样他们就可以产生积极的自我知觉,使其能够在为社会作贡献的同时以健康的方式发展。比起背对孩子的所谓的“严厉的爱”,或将他们送到“新兵训练营”,我们更需要与我们的孩子一起努力,帮助他们发现什么对他们的积极发展有利。当我们以充满希望和乐观的眼光来看待他们时,他们将以同样的方式作出反应。通过采取积极发展的观点,我们会瓦解关于青少年的旧“神话”,而将生命中的这个阶段看成是一个有着伟大前景的时期——一个除了忍耐或容忍还可以真正享受的发展期。

积极青少年发展在近十年来一直是学术界的一个热门话题。然而,它的思想还没有渗透到公众。虽然这种观点来自严格的发展研究,而且目前被认为是科学理论和研究的前沿,但它同时也是一套实用和易于理解的观念,可以适用于所有家庭。这第一步就是要理解积极发展观的核心原则。

如何使用本书

我坚定地认为,没有哪个青少年是不能踏上积极发展之路的,而且永远都不会太迟。本书能在许多方面帮助你和你的青少年。例如,在第二章:“促进积极发展:从理论到实践”中,我们将了解到积极发展的起源及理论基础,以及我是如何建构这个框架的。我们还将探讨关于青少年的其中一个最持久稳固和最具损害性的学术“神话”,即在青少年时期只存在一条充满暴风雨的道路。自从青少年成为研究对象以来,这个特定的说法就一直尾随我们对青少年的理解,而且它有害的影子直到最近还在阻碍着我们。一旦我们承认度过青少年时期有多条可能的道路,那么帮助青少年走向促进他们积极发展的道路就是合理的。我将解释有多少同事和我一起发现和识别出5个C,以及这些特征如何促进成功的发展。我还将讨论发展资源(developmental assets)的概念,这些发展资源是青少年成长所需的社会养分。我还将说明我称之为“大三”(the Big Three)的方法——这是我独特的教养观——如何以及为什么有助于形成5C。

接下来的六章构成了本书极具实践性和操作性的核心内容。每一章将根据积极发展的框架,单独地探讨和详细说明5C(及第六个C:奉献)中的一个。我们将提供各种方法让你知道你的孩子是否已经拥有了这些你之前并没有注意到的特征之一。从波莉姨妈身上可以知道,如果我们不精通这种新的、乐观的方法,那我们将经常忽视或曲解行为。另外,每一章将为你提供使用“大三”方法培养和加强每种特质全面和具体

的建议。

遗憾的是,不是所有的青少年都能获得5C。正如每天提醒我们的小报一样,许多青少年还在为简单的生存挣扎。还有一些则面临着我们许多人所无法想象的巨大挑战。然而我的研究——包括另一项在中西部大范围的城市里关于青少年帮派成员的追踪研究——表明,如果给予恰当的支持和资源,即使是最麻烦的青少年也能走上积极发展之路。在第九章,“问题酝酿之时”,我将讨论一些与青少年一起生活时的严重问题情境和棘手的问题,而不仅仅是一些小的烦恼,并在如何帮助有困难的青少年茁壮成长方面提出我的建议。

最后,只引起父母在家庭范围内对他们孩子的关注是不够的。在第十章,“超越我们的家庭:行动的号召”,你将学习到如何以及为什么积极发展需要走出我们的起居室,进入全国性的争论。仅仅依靠年轻人、他们的家庭以及他们的社区来促进青少年发展是不够的。作为一个国家,我们需要制定一些以增强所有青少年的积极特质为宗旨的新政策。我们需要发起全国性的对话,讨论诸如青少年是什么人以及他们能够并应该成为怎样的人,而不仅仅是他们必须做什么的问题。我们需要联合我们的青少年和国家中具有相似目标的父母,将他们的力量与我们家庭和社区的资源与支持联合起来,建立更强大的邻里关系、更强大的国家以及更美好的世界。在我看来,我们花了太多的时间在预防风险行为上,而没有用足够的时间去发现资源和发展青少年所需的技能,使他们为未来做好准备。我们需要少一些关注药物预防计划,更多关注发展青少年优势的发展计划和政策。

作为公民,我们需要更好地讨论青少年的积极品质。当我们为实现这个目标共同努力时,我们将会以新的眼光来看待青少年……而且喜欢我们所看到的。

毕竟,如果汤姆和哈克最终能发展得那么好,那我们所有的年轻人也都可以。同样,我们的民族也可以。