The background of the book cover is a gradient of warm colors, transitioning from orange and yellow at the top to green and blue at the bottom. In the upper left, there are several butterflies in shades of orange and brown. In the lower right, there is a large, dark silhouette of a person's head and shoulders, facing left. The title '青少年心理學' is written in large, white, stylized Chinese characters with a slight shadow effect. To the right of the title, the English title 'Adolescent Psychology' is written in a smaller, italicized font. Below the English title, the author's name '郭靜晃◎著' is enclosed in a dark blue oval.

# 青少年心理學

*Adolescent Psychology*

郭靜晃◎著



洪葉文化事業有限公司



# 青少年 心理學

*Adolescent Psychology*

郭靜晃◎著



洪葉文化事業有限公司

國家圖書館出版品預行編目資料

青少年心理學／郭靜晃著； -- 初版. --

臺北市：洪葉文化，2006[民95]

面；公分

含參考書目

ISBN 978-986-7553-88-1 (平裝)

1. 青少年 - 心理方面

173.2

95018330

## 青少年心理學

---

作者 / 郭靜晃

企劃主編 / 郭淑玲

主編 / 金美香

特約編輯 / 鄭小曼

美術編輯 / 張淑慧

發行人 / 洪有道

發行所 / 洪葉文化事業有限公司

登記號：局版北市業字第 1447 號

地址：106 台北市羅斯福路三段 283 巷 14 弄 22 號 3 樓

電話：02-2363-2866

傳真：02-2363-2274

劃撥：1630104-7 洪有道帳戶

e-mail:service@hungyeh.com.tw

http://www.hungyeh.com.tw

版次 / 2006 年 10 月 初版一刷

I S B N-13：978-986-7553-88-1

I S B N-10：986-7553-88-8

定價◎450 元 (如有缺頁、破損、裝幀錯誤請寄回更換)

◀ 版權所有 · 翻印必究 ▶



# 序

世界潮流自一九四五年之後開始嬰兒潮，到了六〇年代社會已對逐漸茁壯的青少年群族產生關注。

青少年此名詞與其說是一種發現（discovery），倒不如說其是一種社會的發明（social invention），尤其在工業國家中，由於義務教育、兒童勞工法及少年法庭相繼概念被引進而成為制度，青少年遂成為一保護及特殊身分（status）的個體，他們需要免於被勞工剝削及要提供他們更好的教育機會，以幫助他們日後成為社會的中堅。

今日青少年比起往昔的青少年擁有更高的生命餘命及更長的青少年期，他們必須要花更多時間為他們日後成為成年作準備，諸如被教育、被保護、被善待，以便他們成為健康、健全及獲得潛能發展的個體。所有國家都應視這些未來可貴的社會及人力資本為瑰寶及珍貴資產。然而世界各國面臨快速的社會變遷，帶給青少年的影響，例如快速技術及社會變遷不同的居住安排，公民權利的重視，對生活品質的高度期待，重視質文明及面臨社會的各種誘惑。不僅是世界各國的共同趨勢，台灣亦是如此。因此，我們需對青少年的發展及造成其發展狀況之影響因子能有所瞭解及掌握，如此一來才能進一步擬定相關的教育、家庭及社會政策，以呼應青少年主體的需求，以幫助他們發揮潛能，達到公民社會的最終目的。

筆者從進入研究所就讀到回國教學，無論在指導學生論文，參與一些研究方案常環繞青少年這個主體，近幾年榮幸有機會身為行政院少年事務委員會的一員，身感政府機關對於提升青少年潛力發展及提供各種介入或服務方案不遺餘力，但是大部分的方案皆有本位主義及缺乏平行協調之機制，而且方案大部分是以問題為導向，較缺乏預期性、主導性及發展性的

方案來回應青少年身心發展需求，甚至於有關個人、家庭、學校、社政、犯罪預防、勞工等國家政策也久未調整，並適應回應整體青少年，並視青少年為主體的國家青少年政策。

「今日不投資，明日一定會後悔」，今日的青少年是邁向成人時間的過渡時期，更是攸關未來國家社會的人口素質及衝擊國家的未來發展。今日的青少年是正邁向二十一世紀的主導者，因此，瞭解青少年遂成為一件重要的事。基於這個理由，加上個人在今年剛付梓的《兒童心理學》，為使相關個體發展能從出生至二十四歲間之歷程能有連貫，筆者自二〇〇六年初開始蒐集資料，動手撰寫本書之計畫。不論兒童、少年或其他年齡階段的心理學（或稱發展心理學）所研究的內容主要有五個層面：(1)指述青少年心理發展的普遍模式；(2)揭示青少年心理發展的原因和機轉；(3)解釋和測量個別差異；(4)探究不同環境對青少年發展之影響；(5)提出輔導青少年發展的處遇策略。本書所關心的議題仍是改變（change），也就是個體隨年齡成長所產生生理、性、認知、智力、情緒、道德、自我、社會發展等方面的成長變化；除此之外，本書還兼論青少年社會化，如家庭、社會、同儕、媒體等環境因素對青少年在上述各方面之發展變化，以及青少年特有身分的犯罪及預防和工作與生涯的探索，以及青少年常見的心理困擾和藥物濫用情形。

有關心理學書籍在台灣不如兒童心理學那般量多及多元化，而且版本的內容也較一致，皆以敘述發展各個層面（例如生理、性、認知、智力、社會與情緒、社會化、青少年犯罪、生涯發展及藥物濫用等），並從中比較不同年齡階段（例如青少年前、中、晚期）之身心理歷程之生長變化及輔導和處遇策略。此分類方式可以幫助學生見到青少年發展的連續性；但此類方式卻無法幫助學生看到發展的整體性。個人在此要提醒讀者或學生千萬不能忽略個體發展的整體性，因為青少年是一完整個體（whole



adolescents)，其發展的統整性是不容忽略。讀者可以從各章之發展層面，推估其心理年齡來作一比較，以瞭解個體發展之統整性。

本書共有十二章，包括緒論，我國青少年現況評析，青少年發展之理論，生理與性發展，認知發展，道德發展，自我與認同，社會與情緒發展，青少年社會化，青少年犯罪，工作與生涯抉擇、青少年心理困擾與藥物濫用。內容主要探討青少年發展要題與理論，研究方法；討論青少年發展各層面，諸如認知、道德、社會、情緒及自我發展變化；介紹個體與環境互動，如社會化歷程、青少年犯罪、心理困擾和藥物濫用之影響；以及工作與生涯抉擇。除了兼述發展歷程以及影響因素之外，尚且提供一些青少年發展之輔導與處遇策略。

基於篇幅之關係，有關青少年發展之相關層面，智力、異常青少年、健康議題以及銜接至成人期等不能一一介紹。因作者能力侷限，加上準備不足，若本書存有疏漏與不當之處，尚請前輩先進雅正。本書之付梓，感謝洪葉文化事業有限公司為本書之付梓提供各種協助，在此表達個人最誠摯的謝意。

郭靜晃 謹識

陽明山華崗2006年春

# 目 錄

序	I
<b>第一章 緒論</b>	1
第一節 何謂青少年	2
第二節 今日青少年及其發展任務	6
第三節 轉大人之儀式	10
第四節 青少年心理的研究方法	12
<b>第二章 我國青少年現況評析</b>	25
第一節 青少年人口與家庭變化	26
第二節 青少年教育	28
第三節 青少年就業	32
第四節 青少年休閒	39
第五節 青少年社會參與	41
第六節 青少年身心健康與安全	45
<b>第三章 青少年發展之理論</b>	53
第一節 心理動力理論	54
第二節 認知理論	60
第三節 行為與社會認知理論	66
第四節 生態脈絡理論	73
第五節 折衷學派	76
<b>第四章 生理與性發展</b>	81
第一節 生理發展與成熟之涵義	82
第二節 青少年身體成長	88

第三節	青少年的內分泌發展 .....	91
第四節	青少年性發展 .....	98
第五節	有關青少年生理與性發展之議題 .....	106
<b>第五章</b>	<b>認知發展</b> .....	<b>131</b>
第一節	認知發展概述 .....	133
第二節	社會認知發展 .....	142
第三節	認知與學習 .....	145
<b>第六章</b>	<b>道德發展</b> .....	<b>151</b>
第一節	道德發展研究之沿革 .....	151
第二節	青少年道德發展 .....	156
第三節	道德判斷——性別差異 .....	164
第四節	青少年價值觀 .....	166
<b>第七章</b>	<b>自我與認同</b> .....	<b>191</b>
第一節	自我概念 .....	192
第二節	自我認同 .....	198
第三節	自我認同之發展變化 .....	201
<b>第八章</b>	<b>社會與情緒發展</b> .....	<b>211</b>
第一節	青少年社會發展 .....	212
第二節	異性交往與性行為 .....	218
第三節	青少年情緒發展 .....	237
第四節	我國青少年社會與情緒問題之成因 .....	242
<b>第九章</b>	<b>青少年社會化</b> .....	<b>249</b>
第一節	家庭的功能 .....	250
第二節	學校功能 .....	265
第三節	同儕的功能 .....	277
第四節	媒體的功能 .....	283



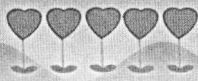


<b>第十章 青少年犯罪</b>	<b>303</b>
第一節 青少年犯罪內涵	305
第二節 影響青少年犯罪之因子	312
第三節 青少年犯罪之社工處遇	321
<b>第十一章 工作與生涯抉擇</b>	<b>357</b>
第一節 生涯發展理論	357
第二節 生涯抉擇之影響因素	368
第三節 生涯準備	374
第四節 青少年打工與工作	380
<b>第十二章 青少年心理困擾與藥物濫用</b>	<b>393</b>
第一節 青少年之心理困擾症狀	393
第二節 青少年之藥物濫用	401
第三節 青少年心理困擾與藥物濫用之處遇	406

## 緒論

青少年（adolescents）在拉丁文（adolescere）之意為“ad”「朝向」（toward）及“alesere”「生長」（to grow up）之複合體，意思為朝向成熟之意。因此，青少年係指個體透過生長達到成熟，台灣諺語俗稱「轉大人」的歷程。所以說來，青少年期開始是透過生物成熟，也就是個體開始有性成熟的特徵（女生係指開始初潮之時，男生則是尿液有遺精現象），結束於文化的規範（各種文化有不同的定義）。簡言之，青少年期是始於生理，終於文化（Petersen, 1988）。青少年期是處於兒童與成年期之間的一個轉捩時期（transitional period），在這時期，個體產生許多層面的變化，尤其在性、生理、認知及社會層面上。在生理方面，當個體達到青少年時，由於腦下垂體分泌了成長激素，而使得個體在身高及體重有了明顯之變化，之後，腦下垂體再分泌黃體等性激素，一方面抑制生長激素，另一方面刺激個體的性成熟及成長，如月經來潮，第二性徵的變化。在認知層面，青少年已進入皮亞傑（Jean Piaget）認知理論的形式操作期，個體能從具體操作思考邁向形式操作思考，不用再透過實際操作，便能形成心理表徵，其思考不再是嘗試錯誤，而能將實際的問題解決再以分析，並推演出假設，此時已具有歸納及演繹的能力。在社會層面上，透過社會化歷程（家庭、學校、同儕及社會文化及媒體的互動），產生自我認同及建立成熟規範與情緒發展。

青少年期大約在第二個十年間，是個體發展中明顯改變的第二個階段，僅次於嬰兒期，個體面臨相當大變化的時期，個體需要找到自我認同，適應新環境的任務，尤其要迎合社會期望與規範，因此有人說青少年



期是一壓力與風暴期（stress and storm period），難怪有人說：「年少不輕狂，枉為少年」、「少年維特的煩惱」、「青澀的年華」、「為賦新詞強說愁」；這些用詞常喻指為青少年期是一衝突、風暴及叛逆的時期。然而，對青少年而言，青少年期仍是一平穩（placid）的時期，是個體朝向健康與成長的時期。

本章即以青少年的定義為開始，界定其範圍，其次介紹青少年之發展任務，並敘述有關各地文化之轉大人的特定儀式，最後再言及有關青少年心理的研究方法，共分為四節：(1)何謂青少年；(2)今日青少年及其發展任務；(3)轉大人之儀式；(4)青少年心理的研究方法。



## 第一節 何謂青少年

「我兒子大學畢業，未婚，已近三十了，準備考研究所，還是處處靠家裡的經濟支援；女兒還在唸大學，畢業後準備出國深造。」朋友語重心長地說：他們仍處於青少年階段。稱呼二十至三十歲的成人為青少年雖不是新鮮的用詞，但他們的確是未能獨立生活的個體。無怪乎，著名的心理精神家Harry Stack Sullivan常將成年期定義為青少年晚期。

到底青少年期之終止為何時，是否永無止境？希望不是如此，大多數發展學家皆將青少年期定義為從兒童過渡到成人的一個轉接期。從此定義，到底青少年之界定為何，青少年期是介於兒童與成年之間的一個人生階段，其年齡劃分約從十二歲至二十五歲之間。本質上，在此時期個體要成長至成年人（to grow into adult）或是接近於成熟（to come to maturity）（Atwater, 1992, p.2）。傳統上，青少年主要是以顯著的生理成長（例如身高與體重）特徵為主，也是以少年（約在十二至十八歲之間）的發育為主。但是其又介於兒童與成年之間的一個銜接期，在其前期階段（約十二



至十五歲)及後期階段(十六至二十四歲之間),在生理、智力、情緒、社會及人格發展上卻有很大的差異。所以說來,青少年之行為不能單指青春期的身體變化而已,也要同時考量造成其變化的心理與社會因子。也就是造成青少年之變化來自於個體青春期之變化與環境,如家庭、同儕、學校或工作場所之互動而來。準此,青少年是界定於兒童至成人階段之間的轉銜時期,其年齡層包括少年及青年時期,大約在十二至二十四歲之間的一個時期。

依兒童少年福利法第二條及少年事件處理法第二條,皆將少年界定為十二歲以上未滿十八歲之人。在此年齡界定中,在台灣的少年人口群,正屬於國民義務教育階段的國中以及高中時期。而十八至二十四歲的青年早期人口群可能正在唸大學,然而非在學之比率也不少。前者少年人口群除了家庭照顧及保護服務之外,仍以學校教育為主,但十五歲之後,擴及就業服務及職業訓練的比率則逐漸增加(曾華源、郭靜昇,1999)。

就法理之定義來看,國內目前少年福利主要是針對有特別需求的少年提供各項福利服務,如對失依少年的生活扶助;對受虐少年的保護;對有從事性交易行為少年的救援、保護與輔導;對頑劣、不服管教少年的特別輔導;對代行不適任法定代理人的監護權;以及對失職法定代職人或業者的罰則等等的法令規定。不過,從這些不同法規之間有銜接與適法性的問題存在(如表1-1)(王順民,1999)。由此來看,雖然「青少年」一詞國內普遍使用,但概念內涵並不夠清晰、翔實。

有上述資料可看出,即使是在政府所制定的社會福利政策綱領中清楚地指陳出來:凡是用以滿足少年對於教養、輔導服務以及育樂的各類需求,均可稱之為少年福利(內政部社會司,1994)。依我國少年福利法之界定,均指少年為年滿十二至十八歲之國民,但是,一旦落實在社會福利的理論範疇或者服務輸送的實務領域時,各項法規在適用年齡規定之差異,將使「少年福利」、「兒童與少年福利」和「青少年福利」三者皆有

表1-1 相關法規對「少年」與「青少年」的界定

法令、實務	相關規範	屬性
民法	滿二十歲者為成年	司法
刑法	未滿十八歲者不得處死刑或無期徒刑	司法
社會秩序維護法	未滿十四歲者有違反本法行為得由其法定代理人加以管教	司法
少年事件處理法	稱少年者謂十二歲以上，未滿十八歲之人	司法
少年不良行為及虞犯預防辦法	本辦法適用於十二歲以上未滿十八歲之少年	司法
兒童少年福利法	少年係指十二歲至未滿十八歲之人	社福
兒童及少年性交易防制條例	與未滿十八歲少年從事性交易者，處十萬元以下罰金，但如果未滿十六歲，除了罰金外，還科以三年以下的有期徒刑	社福
社會救助調查辦法	未滿十六歲者認定為無工作能力人口	社福
台北市困苦失依少年生活補助	設籍並居住本市之十二歲至十八歲少年	社福
性侵害犯罪防制法	對十六歲以下性侵害被害人之詢問或詰問，得依申請或職責在法庭外……	社福
優生保健法	未婚之未成年人應得法定代理人同意始得施行人工流產	衛生
菸害防制法	未滿十八歲而吸菸，少年及父母應接受戒菸教育，供應菸品予未滿十八歲者，罰業者新台幣三千至一萬五千元	衛生
國民教育法	凡六歲至十五歲之間國民應受國民教育	教育
勞動基準法	十五歲以上未滿十六歲之受僱從事工作者為童工	職訓
職業訓練法	係對十五歲以上或國民中學畢業之國民所實施有系統之職前訓練	職訓
高雄市青少年福利服務中心	服務對象為十二歲至二十四歲設籍於本市或於本市就學、就業之青少年	社福
遊藝場業輔導管理規則	不得容許未滿十八歲之兒童及少年進入其營業場所	教育
台北市少年輔導會	少年年滿十八歲以上即中止輔導	少輔會

資料來源：王順民（1999）。《六法全書》。



重疊之處（曾華源、郭靜晃，1999）。

綜合上述，青少年實很難能下一個清楚的界限並給予訂定範圍。誠如其在心理社會的界定，青少年期是一從兒童銜接到成人的一個階段，而因個人成熟的差異及文化的不同界定，所以青少年何時開始，何時結束，實難下定清楚的界限。

從實務之觀點，青少年期開始的判斷基準是青春期（puberty），而青春期並不是從單一的事件或年齡來判斷，其是基於生物的成熟變化，例如賀爾蒙改變，成長速率，這是因人而異的。此外，不同文化及社會給予青少年的壓力與期望，甚至特定的儀式禮儀也有不同，加上世代對青少年的開端與期望更有所差異。

至於青少年何時終止，此類的觀點較少有爭議，因為青少年到了二十歲左右，個體的發育與成長漸趨緩慢而且變化較少，所以，有關此時期的定義大致皆採取法律的標準，例如選舉年齡、不需要監護人同意即可獲得結婚的許可、喝酒的年齡等。這些定義的涵義考量個體的情緒與社會成熟。

表1-2即綜合青少年各層面的界定。從表1-2中，實也難為青少年階段界定清楚，最好的定義是——從兒童銜接至成人的過渡階段（轉大人）。也有人將青少年期分為幾個次階段，其分別之界限仍是依年齡為主，例如青少年早期（early adolescence）約在十至十四歲左右；青少年中期（middle adolescence）約在十五至十七歲左右；青少年晚期（post adolescence）約在十八至二十四歲左右。

表1-2 青少年期的範圍

層面	開始	結束
生物	青春期	身體及性的成熟，例如有生殖能力
情緒	獨立及自主，不再依賴父母	獲得個人自我認同及情緒自主
認知	具邏輯思維能力，解決問題能力及決策技能	建立成人邏輯思維能力及自主決策
人際	從父母導向轉移至同儕導向	增加與同儕及成人的親密能力
社會	個人開始扮演著個人、家庭及工作者之角色	獲得成人的特權及賦予的責任
教育	進入國中生活	完成高中或大學學位
宗教	準備猶太教之成年禮或其他宗教之成人儀式	在宗教社區中獲得成人地位
年齡	大約十三歲	大約在二十四歲或之前
法律	獲得少年身分	獲得成人合法之年齡
文化	開始準備成人儀式	完成成人儀式

資料來源：Atwater (1992).



## 第二節 今日青少年及其發展任務

青少年期帶給青少年個體諸多的變化，包括內外在的身體改變，認知與情緒的改變，社會角色及人際關係的改變，也就是個體面臨生物、心理及社會（bio-psycho-social）層面之變化。

今日的青少年與往昔之青少年不同之處是要迎合社會變遷，所以說來，青少年是——「社會及文化的創造」（social and cultural invention）。例如過去農業時代中青少年已要養家、結婚生子及展開個人的工作生涯，而今日青少年仍接受家庭的保護，並要求接受教育以獲得適應社會之生活能力之技巧。今日青少年至少要接受三種強制性的保護：強迫入學教育，童工保護法及少年犯罪之身分，以求取青少年個體避免被剝削、加強教育



及司法之保護，以避免青少年及早進入成人身分。這是基於人文關懷的保護原則，以使得青少年期比往昔社會來得長。

由於工業化造成人民往都市集中形成都市化，因此，家庭結構趨向於核心家庭制度，而且青少年個體必須進入學校體制，並與同年齡孩子一起上學，更形成同儕團體對其個體心理社會之影響，同時，青少年期的延長，也無形中助長個體獲得更成熟的身體與性的發展。這也就是心理動力學派之另一大師Erik Erikson（1980）將青年期視為——「心理社會的延遲償付期」（psychosocial moratorium）。青少年期的延長也使得青少年較晚進入婚姻及工作角色，也使得青少年個體有更多的時間適應未來社會的角色。也就是說，青少年有更多的自由度以嘗試其人生角色，這是有助於青少年之社會適應之優勢，例如獲得更好的教育，獲得更好的社經水準，提增個人之自我認同。然而，青少年期的延長也同時帶給青少年一些劣勢，例如剝奪青少年工作嘗試的機會（因為花太多時間於課業學習，最後又選擇與課業無關的服務業）；缺乏獨立、自主的學習機會，過多的依賴父母，以致造成行為叛逆及憤憤不平的情緒；因長期處於青少年期，造成終日享樂及缺乏責任感。

今日已邁入二十一世紀的時代，青少年比往昔七〇、八〇或九〇年代更面臨一些挑戰與變遷。在社會變遷中，今日青少年至少面臨六個層面的改變：(1)面臨快速的技術及社會之變遷；(2)面臨不同的家庭型態；(3)意識更多的個人權利；(4)社會施諸青少年個體態度、價值及期望，例如追求富裕的生活；(5)強調物質主義；(6)過多競爭、過少資源及政經的快速變化，亦造成青少年存有一股缺乏確定的挫敗感。（Atwater, 1992）此外，快速的社會變遷及人口遷移造成文化的多元（cultural diversity），例如台灣的外籍配偶家庭，面對主流文化的價值，也形成個體的壓力、歧視，或對主流文化的疏離，以致造成犯罪、藥物濫用或未婚懷孕等非行行為比例的增



加。這也意謂著社會中不再是唯一同質化（homogeneous）的價值，而是要處於不同種族、族群、文化背景的社會，這些因素皆會影響個體之態度、行為、抱負及價值。所以說來，今日之青少年將面臨更多的挑戰。諸此種種的社會變遷之影響，更會加速青少年期的縮減，而造成青少年面臨更快速過渡到成人期，缺乏準備及適應能力之青少年將會面臨過多的壓力及缺乏堅毅力（resilience）、無怪乎David Elkind稱今日之青少年期為「早熟的成年期」（premature adulthood）（1984）。這也使得青少年沒有時間發展個體之情緒需求及清楚和穩定的自我，而造成個體在社會變遷中缺乏社會適應能力。

Atchley（1975）提出一種在職業和家庭生活歷程中，與年齡聯繫在一起所產生變化的觀點（如圖1-1）。從圖1-1，我們可以看到生命歷程中，工作與家庭生活之間可能的結合方式。例如在青少年期，大部分個體仍在學校體系，不過逐漸離開家庭，尋求工作嘗試，並追求個體的獨立自主之空間。漸漸地，隨著年齡驟長，可能結婚生子，或進入就業市場。

生命過程模式或受歷史時代的影響，活在一九〇〇至一九五〇年代，與生活在一九七〇至二〇二〇年代的人，在不同生命階段，面對著不同的機遇、期望和挑戰是不同的。除此之外，不同世代的個體及不同年齡階段的人，對事件有不同的看法。因此，整個個體的適應面貌會包括個體之發展任務、心理社會危機和種種經歷。

Robert Havingust的發展任務理論認為個體成長的每一階段，都有相對應需要去達成或發展的事項、工作或任務，此理論與社會文化之脈絡有密切的關聯，因此，也有學者稱他的理論為社會心理論（psychosocial view）（Rice, 1984）。此外，Erik Erikson（1963: 37）亦指出：正如個體所經驗的，人類的生命是由身體、系統、自我系統和社會系統之相互作用及修訂而產生的。因此，心理社會學派（psychosocial approach）著重內部體驗，