



大夏书系·教育艺术



青少年 心理辅导

助人成长的艺术



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

大夏书系·教育艺术

吴增强◎著

青少年 心理辅导

助人成长的艺术



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

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年心理辅导：助人成长的艺术/吴增强著. —上海：
华东师范大学出版社，2013. 6
ISBN 978 - 7 - 5675 - 0915 - 3

I. ①青… II. ①吴… III. ①青少年—心理辅导—研究
IV. ①B844. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 140668 号

大夏书系·教育艺术

青少年心理辅导——助人成长的艺术

著 者 吴增强
策划编辑 李永梅
审读编辑 周 莉
封面设计 戚开刚

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
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://hdsdcbs.tmall.com/>

印 刷 者 北京东君印刷有限公司
开 本 700 × 1000 16 开
插 页 1
印 张 17
字 数 280 千字
版 次 2013 年 11 月第一版
印 次 2013 年 11 月第一次
印 数 6 100
书 号 ISBN 978 - 7 - 5675 - 0915 - 3/G · 6633
定 价 35.00 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题, 请寄回本社市场部调换或电话 021 - 62865537 联系)

序 言

我从事青少年心理辅导研究已有二十多年。1989年我从上海师范大学教育管理系进修完毕，调至上海市教育科学研究所工作，开始了自己的学术研究生涯。当时参与的第一个课题是老所长钱在森老师主持的“初中学习困难学生教育的研究工作”，我们在上海市虹口区的一所普通中学（当时叫飞虹中学）进行了为期四年的实验研究，我承担了学习困难学生心理辅导的研究，对两个实验班12名学生进行心理辅导与跟踪。这使我对青少年心理辅导的研究产生了浓厚的兴趣，同时也为我的心理学研究奠定了基础。

2002年我写了《当代青少年心理辅导——向成熟发展的科学》，这本书虽荣获第三届全国教育科学优秀成果奖，但我总觉得理论讲得多，联系青少年成长实际的讨论不够，辅导建议不多。同年，我们举办了全市第一期个别辅导研修班，并将学员的案例汇编成书，即《野百合也有春天——学生心理辅导案例精选》（2003年由上海教育出版社出版）。在对心理辅导老师所做个案的督导和编审中，我积累了对青少年的成长历程的鲜活的感性认识和理性审视。这十年来，社会变化日新月异，人们的思维方式与生活方式也随之发生许多变化，青少年也是如此，而许多教师与家长却对当下青少年的内心世界的日益丰富与变化知之甚少。

这本《青少年心理辅导——助人成长的艺术》，是我近十年来对青少年心智成长与辅导的一些新的思考和感悟，想与大家分享。

其一，心理辅导旨在培养学生健康的心理品质，促进其人格和谐发展。健康的本质是人的身心和谐的状态，人是一个完整生命体，完整是指身体、心理与精神整体和谐。教育是为了帮助孩子从自然人成为心智健康的社会人，这也是心理辅导的终极追求与原点。因此，在辅导过程中，教师和家长要努力帮助学生建立三种和谐关系：自我内心的和谐、与他人和社会的和谐以及与自然的和谐。而时下有不少人认为心理辅导仅仅是解决人的情绪与行为层面的问题，这种看法是一种机械的、割裂的观点，与以人为本的精神格格不入，忽视了生命的整体性。其实这种整体论的思想，在东西方传统文化里都



有精辟的论述。例如，柏拉图说过“教育非它，乃是心灵的转向”，意即教育的目的是使学生的心灵走向真善美。泰戈尔认为：“教育的目的是应当向人类传递生命的气息。”即便是现代医学也已经从单纯的生物模式转向生物——心理——社会模式，强调身心整体论。

当然，心理辅导也要关注少数有心理障碍的青少年，辅导工作者应该学会对青少年的异常心理进行识别和转介。对这部分人群的心理服务主要应该由临床心理医生进行专业评估、诊断与治疗。

其二，青少年期是人的一生之中的重要时期，这是儿童逐步摆脱对家庭的依赖，心理上迈向独立，走向成人的第一步。青少年期（Adolescence）这个术语源自拉丁文“Adolescere”，意思是“向成熟发展”。美国心理学家霍林沃思把青少年期称为“心理断乳期”，这是一个与婴幼儿的“生理性断乳期”相对应的概念。我更倾向于用“两个觉醒”来表述青少年期的心理特点，即自我的觉醒和性意识的觉醒。值得注意的是，一方面青少年的身体、心理、思想都在发生急剧的变化；另一方面相对于成年人，这些变化又具有可塑性。有学者认为，青少年期比生命中其他任何阶段（除了婴儿阶段），所发生的生理、心理乃至社会角色方面的改变都要巨大。因此，在青少年人格尚未定型时，教育与辅导的意义和作用就显得非常重要。

其三，心理辅导关注学生成长的生活世界与经验，帮助学生学会自我探索。一个比较完善的学校教育体系应该教给学生三方面的知识：关于自然的知识、关于社会的知识和关于自己的知识。前两项在现行的学校课程里都得到了落实，唯独第三项知识很少体现。心理辅导就是让学生进行自我探索，认识自我、调节自我、完善自我，并解决自己成长中的各种问题，诸如学习、交往、情绪调适、理想抱负等。第三种知识的获得，主要不是靠教育者的灌输和说教，而是帮助学生发现自己的问题，找到解决问题的办法。学生只有经过自我探索，才会获得经验，才会得到真正意义上的成长。

其四，心理辅导是一门助人自助的艺术，是学生与老师共同成长的学问。青少年有许多成长中的需求希望得到满足，有许多成长中的烦恼希望得到帮助，有许多内在的禀赋希望得到开发和实现。然而，现实世界复杂多变，学生的视野在网络社会中大大拓展，远远越过了学校这一方小小天地。走进青少年的内心世界，学会与青少年进行心灵对话，是教育工作者的责任和使命。心理辅导作为一种助人的专业，需要更多的教师接受心理辅导的专业训练，落实心理辅导的发展性和预防性目标。而作为一种助人的艺术，心理辅导也使我们在帮助

青少年成长的同时，自身的心灵得到洗礼和修炼，自己得以成长。

本书共有十章，各章主要内容如下。

第一章是“社会变迁中的青少年”，主要探讨青少年心理健康的意义、变化的社会环境（主要是社会文化）对青少年的影响、心理辅导的目标与任务，以及一种积极取向的综合辅导技术——焦点解决短程咨询（Solution -foused brief therapy, SFBT），以便读者对青少年心理辅导背景、任务与方法有大致了解。

第二章是“探索内心的和谐”，重点分析了青少年时期重要的心理发展任务：自我认同感的建立，以及自我效能感的培养。在探索“我是谁”的过程中，他们能寻找到自我成长的内在正能量。青少年只有拥有和谐的内心世界，才会拥有和谐的人格。当然，这是个人成长一生的课题，而青少年时期恰恰是培养积极的态度、认识自我、完善自我、规划自我的最佳时期，应为今后的幸福生活打下牢固的心理基础。

第三章是“走过青春期”，讨论青少年的性意识发展、青春期亲密关系（过去，教育者喜欢用“早恋”这个不太确切的概念），以及性生理变化带来的性心理问题。青少年遇到这些青春期的烦恼非常需要得到教师与家长的指导。青少年正是经历了这样的变化和内心的冲突体验而走向成熟的。

第四章是“敬畏生命”，讨论生命教育、丧失与悲伤辅导和青少年自杀预防与干预。生命教育是青少年心理辅导的重要主题，需要我们予以高度的关注。试问，如果一个人对生命意识模糊，甚至轻视生命，那么还谈何心理健康？

第五章是“激发学习潜能”，从脑科学与学习潜力、学习动机、学习策略三个方面讨论学习心理辅导。事实上，现今的课堂不太重视学生在课堂里的学习过程，所谓创造能力、实践能力的培养往往停留在口头上。该章的内容可以帮助教师运用学习心理学的理论与方法，激发学生的学习动机，改进学生的学习方法，提高学生的学习效率，培养其好学好问等积极的心理品质。

第六章是“应对挫折与困难”，主要讨论青少年的压力应对、抗挫力培养和负性生活事件应对。生活中充满着许多不确定的境遇，这对于涉世不深的青少年来说，正面意义大于负面意义。人的品性需要风雨的历练，对于受到百般呵护的独生子女一代来讲，更加需要意志品质的锻炼和培养。

第七章是“与人和谐相处”，讨论青少年人际交往的特点，建立和谐的同伴关系、师生关系和亲子关系。良好的人际关系是一个人的“安身立命”之本，也是一个人拥有良好的社会支持系统、心理健康的重要标志。在社会化的过程



中，学会与人相处是一个核心发展任务，青少年只有通过人际交往，才能体验到归属感、自尊感、自我效能感与存在感，才能学会爱、关心、宽容和理解。

第八章是“生涯规划与辅导”，讨论生涯辅导的目标与任务、生涯规划与态势、升学就业指导。生涯辅导是学生未来的生活作准备的，旨在帮助学生充分了解自己的兴趣、能力、个性特点，了解大学、专业、职业、家庭期望、社会需要，分析评估自己的学习位置、学习优势与问题、发展能力。家长和教师要引导学生进行生涯发展的自主规划，发展学生的生涯抉择能力，让其做自己生活的设计师。

第九章是“休闲生活辅导”，讨论青少年流行与消费、偶像崇拜、阅读兴趣和上网等问题。虽然这些不是学校课程规定的内容，但是却与青少年的精神生活息息相关，并潜移默化地影响着青少年的精神世界与生活格调。

第十章是“健康情绪辅导”，讨论身心合一的健康观、情绪调适和放松身体。在本章节，我们从身心和谐的视角讨论了青少年健康情绪的辅导。帮助青少年学会放松身体与情绪调适对其健康成长至关重要，它不仅是一种技能与方法，更是一种理念与生活态度；它既可以帮助青少年进行心理调节与压力管理，也可以让他们保持充沛的精力、增进身体健康。

本书以青少年心智成长的主要议题展开讨论，不可能面面俱到，也没有包治百病的辅导方法。本书只盼望能够向读者提供了解青少年心路历程的途径、理解青少年内心世界的视角，以及帮助青少年健康成长的辅导建议，力图体现科学性、实践性与通俗性于一体，但是由于能力有限，做得不尽如人意。

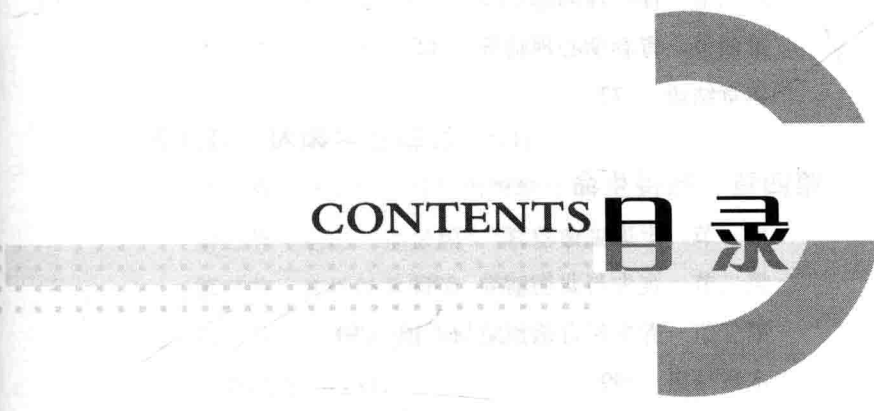
本书能够付梓，有赖于同事沈之菲、冯永熙、蒋薇美、马珍珍、王洪明、张建国等的长期合作与帮助。

本书内容只是一家之言，希望大家不吝批评与指正，以便今后有可能再版时，不断修改与完善。

吴增强

2013年2月于上海市教育科学研究院





CONTENTS 目录

序 言

第一章 社会变迁中的青少年 /1

第一节 心智健康成长：学生一生幸福的基石 /2

第二节 社会文化对青少年的影响 /4

第三节 心理辅导：助人自助的艺术 /9

第四节 SFBT：一种积极取向的综合辅导技术 /12

本章结语 /20

第二章 探索内心的和谐 /21

第一节 青少年自我意识发展 /22

第二节 自我认同：追问我是谁 /31

第三节 自我效能：一种积极心态 /35

第四节 解开青少年的自我困惑 /40

本章结语 /43

第三章 走过青春期 /45

第一节 青少年性意识发展 /46

第二节 青春期亲密关系 /52

第三节 性心理问题 /58

第四节 青春期心理辅导 /65

本章结语 /72

第四章 敬畏生命 /75

第一节 走进生命教育 /76

第二节 丧失与悲伤辅导 /87

第三节 青少年自杀预防与干预 /91

本章结语 /99

第五章 激发学习潜能 /103

第一节 脑科学与学习潜力 /104

第二节 学习动机激发 /108

第三节 学习策略训练 /118

本章结语 /129

第六章 应对挫折与困难 /131

第一节 青少年压力与应对 /132

第二节 抗挫力及其培养 /138

第三节 负性生活事件应对 /142

本章结语 /154

第七章 与人和谐相处 /157

第一节 青少年人际关系 /158

第二节 和谐同伴关系 /162

第三节 和谐师生关系 /169

第四节 和谐亲子关系 /176

本章结语 /185



第八章 生涯规划与辅导 /187

第一节 学习人生规划第一步 /188

第二节 生涯探索 /191

第三节 升学择业指导 /204

本章结语 /208

第九章 休闲生活辅导 /211

第一节 青少年流行与消费辅导 /212

第二节 走出“追星族”误区 /216

第三节 亲近经典阅读 /221

第四节 学会健康上网 /223

本章结语 /237

第十章 健康情绪辅导 /239

第一节 和谐健康观 /240

第二节 学会情绪调适 /243

第三节 学会放松身体 /252

本章结语 /260



第一章

社会变迁中的青少年

青少年时期，是人的一生中最具有活力和变化的阶段，真可谓“恰同学少年，风华正茂”。心理学家埃里克森（Erikson）曾经说过：“在任何时期，青少年首先意味着各民族喧闹的和更为引人注目的部分。”青少年之所以值得关注，是因为他们将经历从青涩走向成熟的关键时期，也就是从未成年人到成年人的关键时期。他们是明天的父母，肩负着推动社会进步、人类生命和文明传承的使命。

全球化背景下中国社会的变迁，使得青少年面对的世界变得日益丰富与复杂。其一，社会文化环境的影响，往往是积极因素与消极因素并存。一方面，人类核心价值观的趋同化，例如，关于自由、平等、民主、公正的观念，以人为本、不同文明对话、和谐共处的理念等，对于学生现代性人格的形成起到积极的影响。另一方面，面对文化多元化，社会主流价值体系正处于艰难的重建阶段，享乐主义、拜金主义、极端个人主义等不良思想在社会上占有一定位置，导致部分学生道德观念模糊、道德选择能力较弱，产生道德价值危机。其二，社会阶层分化、流动人口、家庭结构变化等，使得青少年成长的环境因素变得复杂多变，极具不确定性。因此，如何理解处于社会变迁中的青少年，如何走进青少年的内心世界，如何帮助青少年健康成长，是当下教育工作者亟须探讨的课题。



第一节 心智健康成长：学生一生幸福的基石

教育的目的是什么？柏拉图说过“教育非它，乃是心灵的转向”，意即教育的目的是使学生的心灵走向真善美。泰戈尔认为，“教育的目的是应当向人类传递生命的气息”。人是一个完整的生命体，完整的生命应该是身体、心理、精神的整体和谐，是在社会、自然、自我之中获得养料和力量，继而成长和发展。生命的向内探索构成了生命与自我的关系，而向外探索则构成了生命与社会的关系和生命与自然的关系。因此，心智健康成长主要体现在个体与环境的三种和谐关系。



自我内心的和谐

自我是个体生命不断发展的重要组成部分，它是生命历程的生理和心理基础。人因为有了自我，才会觉得自己是独特的、与众不同的生命体。而正因为每个人都是一个独特的自我，才构成这个丰富多彩的生活世界。

个体的自我意识是随着年龄的增长而不断趋于成熟的，所以在不同的阶段，个体对于生命的认识和体验是不同的。1岁左右的婴儿就能够把自己和他人分开，产生了初级的自我。婴幼儿在1~2岁时，开始学会说话，由称自己为“宝宝”，逐渐学会以“我”代替。这个自我命名的过程，也标志着婴幼儿的自我意识已经形成。这种初级的自我使得婴幼儿能够感知自然生命的存在。

随着年龄的增长，儿童的自我意识不断发展，其自我评价逐渐趋于独立，自尊心日益增强。尤其是到了青少年时期，进入心理上的“第二次断乳期”，按照埃里克森的心理社会发展理论，这个阶段的青少年会遭遇自我认同与角色混乱的危机冲突。如果顺利地渡过危机，青少年会变得更加成熟和社会化。大量研究和事实表明，自我认同感较好的学生，在学习和生活中能够体验到较强的自尊与自信，他们热爱生活、充满生命活力；而自我认同感较差的学生，却常常体验到自卑和沮丧，常常觉得自己一无是处，被人排斥，对自己的社会角色认识模糊，感到生活没有意义、生命没有价值。可见，在青少年时期，个体对于生命意义的认识和体验开始丰富、深化。他们不仅感受到自然的生命，而且感受着社会的生命

和精神的生命。他们会不断地在内心追问自己：人为什么而活着？人的生命的意义和价值何在？他们不断地根据自己的生活经验和思维方式对生命作出自己的价值判断和理解。

实践表明，人对生活的态度往往取决于内心的自我信念，热爱生命、热爱生活的个体，往往拥有健康的身体，健全的、积极的自我意识与信念。而健康的身体与健康的生活方式密切相关，积极的自我意识和信念与健康的思维方式密切相关。因此，学校教育要着力帮助学生形成健康的生活方式和思维方式，培养学生生命安全的意识和技能，生命成长的自我反思能力，生命意义和价值的积极探索精神等，使之心智不断成熟，建立个体生命与自我的和谐关系。



与他人和社会的和谐

个体的发展离不开社会环境，自然人要通过社会化的过程，才能成为社会人。个体生命融于社会之中，生命才会有意义，生活才会更精彩。按照马克思的观点，人的发展不是抽象的，而是具体的、历史的。马克思说：“只有在共同体中个人才能获得全面发展其才能的手段，也就是说，只有在共同体中，才可能有个人自由。”“在真正的共同体的条件下，各个人在自己的联合中并通过这种联合获得自己的自由。”生命与社会的和谐关系，是指个性化与社会化的协调，个人自由和社会责任的协调，个人与他人关系的协调。

人的发展是个性化与社会化的统一。个性发展不是以自我为中心、无政府的。个性发展是与社会性发展联系在一起的。社会由每个个人组成，每个人的社会责任感是社会进步、安定、有序的基础。只有在安定、有序、公正的社会里，才有个性的自由和发展。在一个混乱的、无序的和充满恐怖的社会里还有什么个性发展？因此，一个真正自由的人，是一个富有社会责任感、使命感和正义感的人。人在履行对社会的责任和义务的同时，其生命的价值和意义也得到了升华。

因此，要帮助青少年建立个体生命与社会的和谐关系。首先，要让他们懂得个人是社会中的一份子，个人生命质量与社会发展水平密切相关，和谐社会、美好生活需要每个人用其生命的力量与智慧去创造。其次，在建立社会责任感的同时，还要积极地适应环境。当今世界瞬息万变，教师既要让学生用与时俱进的眼光看到周围社会环境的变迁，鼓励他们不断学习、不断充实、不断更新，让他们的生命不断顺应变革的社会，又要增强他们抵制不良社会风气的道德判断力和承受挫折的意志力。



个人与他人的和谐是个人与社会的和谐的一个重要部分。社会和谐的基础是人与人之间关系的和谐。心理学把人际关系紧张看作社会适应不良的一个重要指标，多元智能理论把人际关系作为第六种智能。在现代社会里，一个人的成功，需要良好的人际关系来支持。从更加深入的意义上看，与人和谐相处是一种生命智慧和伦理规范。我们要帮助青少年与他人和谐相处，包括与同伴、父母、教师，以及其他周边的人群和谐相处，培养青少年的合群性和合作性。



与自然的和谐

自然界养育着人类的生命，人的生命与自然息息共生。生命与自然的和谐关系，是指理解和尊重生命的多样性，热爱自然，保护自然环境，进而理解个体与人类的和谐关系，懂得关心人类的危机、创造人类的美好未来。

现代科学技术是一把双刃剑，它一方面为我们创造了丰富的物质生活世界，另一方面也造成了地球的生态危机和环境恶化。法国哲学家阿尔贝特·施韦泽（Albert Schweitzer）批评道：“与人文精神背离的单向度的科学知识增长，不过是表明人类的‘天真’从‘幼稚’走向‘深刻’，使得人与自然的关系异常紧张。”科学知识极大地提高了人类征服自然、改造自然的能力。借助于科学知识，人“不仅支配着他身体内的物质力量，而且还支配着自然中的物质力量，并能利用这种力量”。当人过度地利用自然的物质力量，就会破坏自然，自然就不再是人类的“母亲”，而成了人类的奴隶，人不再是自然的伙伴，而是自然的主人。“生存只有通过斗争并扑灭其他生命才能持续下去。世界是美妙中的可怕，充满意义中的无意义，欢乐中的痛苦。”（孙道进语）如果我们赖以生存的地球环境不断恶化，最终也将导致人类的毁灭。因此，人与自然和谐共处，“天人合一”，为的是让人的生命活得更健康与美丽。

第二节 社会文化对青少年的影响

以上论述给青少年的健康成长描述了一个理想蓝图。然而，理想不是现实，在现实生活中的青少年必然要受到社会环境的影响。其中社会文化是至关重要的社会环境，它是一个无形的巨掌，能潜移默化地影响青少年，影响他们的思想。





社会文化的影响力

探讨青少年的心理和行为发展，我们务必要认识到社会、文化环境对人的影响。人的思想和行为从何而来？不同的理论有不同的观点。行为主义强调环境决定论，他们认为人的行为不是由内部心理活动决定的，而是由环境中的各种刺激因素引起的；而精神分析理论和认知理论认为，人的行为是由个人内在的因素所决定和控制的。两者相互对立，各执一端，但他们都坚持一元单向决定论。班杜拉（Albert Bandura）突破了传统的一元单向决定论，提出了三元交互作用理论。他认为，从社会认知的观点看，个体的行为既不是单由内部因素决定，也不是单由外部刺激控制，而是由行为、个人的认知和其他内部因素、环境三者之间交互作用所决定的。班杜拉的折中主义理论大体可以解释社会、文化环境对青少年心理和行为发展的影响。现在的青少年与20年以前的青少年在价值取向、思维方式和生活方式上表现出来的种种差异，无一不与社会的变迁密切相关。任何时代的青少年都会追求时尚，而时尚随着社会的变迁会有不同的内容。

生活在现实社会里，每个人都会感到有一种无形的力量在影响自己的思想、情感和行为，那就是文化。



《萨摩亚人的成年》解读

关于文化对青少年心智成长的影响，在文化人类学里有一个经典研究，探讨青春期危机的普遍性与特殊性。这个问题的争论起始于20世纪初。斯坦利·霍尔（Stanley Hall）从“个体发生概括了种系发生”的重演论的角度出发，提出了“青春期危机”理论。霍尔认为，现代人心理紧张的青春形象征着人类在历史上曾经历的一个动荡的过渡时期。青春期的困惑是由遗传决定的生理因素引起的特定心理反应，因此它是“每个人都必须经历的、无法回避的调适阶段”，具有生物学的普遍性。

针对这个结论，文化人类学家玛格丽特·米德（Margaret Mead）于1925～1926年来到南太平洋波利尼西亚群岛，对萨摩亚人的青春期问题进行现场研究。在萨摩亚生活的9个月中，米德详细研究了三个相邻小村中的50名姑娘。她发现，与生物学因素相比，文化因素对青少年发育有着更为重要的意义。例如，那



些身穿草裙的萨摩亚姑娘在青春期并不存在紧张、抗争和过失，她们在生理发育的同时，心理上并没有出现危机和突变。究其原因在于：（1）萨摩亚文化具有一种宁静淡泊的本质，他们对周围的事物缺乏深刻的感受，也不会将整个情感全部投入进去，而“在一个缺乏强烈的感情撞击的地方，青春期的姑娘们是不会受到任何过于强烈的心理折磨的”。（2）萨摩亚人只有一种简单的生活模式，因此他们不会为前途的选择所困扰；生活的意义是既定的，因此他们也不会对人生发出痛苦的质疑；在性的方面，他们也有较大的自由，因此同样不会有所谓“文明”社会的年轻人普遍具有的那种骚动和压力。

米德的研究不仅成功地向人们证实，诸如青春期危机等我们“归之于人类本性的东西，绝大多数不过是我们对于生活于其中的文明施加给我们的种种限制的某种反应”。而且通过这一研究，她还试图找到有关青春期危机的社会心理问题的解决途径。在米德看来，如果大量的青春期行为是习得的而非生物因素诱发的，那么，我们就可以通过改变儿童抚养与教育方式等文化因素，把与青春期相关的紧张、焦虑以及反社会行为降到最低限度。

米德关于萨摩亚人青春期的研究对人类学和社会心理学所作的贡献是不言而喻的，以至西方人类学界有人称赞《萨摩亚人的成年》是“标志文化与人格研究领域之开端的里程碑”。但米德的研究还是受到不少质疑。由于她将青春期危机的原因全部归咎于文化因素，所以她实际上否认了这种心理现象所赖以产生的生理前提。这个结论值得商榷：其一，从《萨摩亚人的成年》一书的索引中可以估计出当地年轻人患精神病的比例为千分之一，这虽低于当时美国城市人口精神病发病率的比例，但却和美国农村地区的数据十分接近。其二，英国人类学家珍妮·古多尔（Jane Goodall）在《黑猩猩在召唤》（1971）一书中曾经对黑猩猩的青春期生活作了详细的描述。她指出，青春期对黑猩猩也像人类一样，是一段困难而受折磨的时期。前一个事实似乎说明青春期危机不但具有文化上的差异性，而且具有心理上的普遍性；而后一个事实则进一步说明，这种心理上的连续性可能还具有生物进化上的连续性。

1983年，人类学界出现了一本真正向米德全面挑战的著作——《玛格丽特·米德与萨摩亚：一个人类学神话的形成和破灭》。该书作者德里克·弗里曼（Derek Freeman）在1940~1981年间曾6度去萨摩亚，得出了和米德完全不同的结论。他认为，米德关于萨摩亚人未经历青春期危机的说法是一个人类学的神话。虽然弗里曼的研究后于米德10余年，其间的萨摩亚发生了极其迅猛的文化变迁，这种变迁极有可能造成当地人心理和行为上的变化，使得弗里曼的反驳力度有所降低，但他的观点是不容忽视的。他说，尽管“文化是由非遗传过程形成的，但如果不把文化同

比它古老得多的系统发育引起的与文化有关的结构联系起来考虑，就无法充分理解文化本身”。

人类学家们的争论可能还要继续下去，以上研究表明的共同观点是，人的心理发展与文化密切相关，不同的文化会造就不同的人格形态，文化的变迁会促进人格的嬗变。

因此，要从文化差异的视角，思考青少年社会化过程中文化的作用。我们已经从米德的《萨摩亚人的成年》中，看到了文化差异对青少年社会化的影响。另外，在青少年价值观跨文化的研究资料中，我们也能体会到文化的穿透力。



社会文化变迁与多元价值观

1988年，董小平等同日本、美国学者对中、日、美三国3575名高中生进行价值观的比较研究，结果表明：崇尚知识、尊崇正直、有事业心是三国青少年共同的、重要的价值取向。由于社会制度、文化背景的不同，三国学生的价值观又存在明显的差异。例如，在“你最抱好感的人”一项中，美、日学生选择“主张自我的人”的，分别占本国学生的58.1%和52.1%，而中国学生只有18.5%如此选择；而选择“关心整个人类的人”的，中、日、美三国学生的占比分别为70.3%、47.5%、36.8%。这反映出中国学生的价值观具有明显的集体主义色彩，而日、美学生的价值观则具有浓厚的个人主义色彩。

当然，随着文化的变迁，青少年的价值观也会随之变化。中国社会科学院社会学所的研究人员完成的“当代中国青年价值观演变”的课题表明，中国当代青年价值观的演变有三个重要的基本倾向：群体本位向个体本位的偏移，单一取向向多元取向的发展，世俗性的价值目标正在取代理想主义的价值目标。青少年价值观的这种变化趋势必将影响他们的生活态度和行为方式。

文学作为一种文字形态的社会文化，对青少年有密切影响。高尔基有句名言：“书是人类进步的阶梯。”有影响的文学作品会鼓舞一代青少年的成长。苏联作家奥斯特洛夫斯基的《钢铁是怎样炼成的》，深深影响了与笔者同辈的一代人；巴金的“激流三部曲”——《家》、《春》、《秋》曾打动了多少青年人的心；而20世纪90年代不少青少年喜欢看的则是金庸的武侠小说或安妮宝贝的言情小说。

令人担忧的是，文学作品多元化的背景下，如何引导青少年阅读？这是学校和家庭比较忽视的问题。有些人可能会认为，这是杞人忧天。2002年2月《文汇

