

教育心理叢書 3

高中生的

成長與生活輔導



陳嘉明 編譯

益群書店 印行

017118

G44
8813

高中生的成長與生活輔導

教育心理叢書

3



S9002959

益群書店
印行

●版權所有・不准翻印

教育心理叢書(3)

高中生的成長與生活輔導

定價：120元

策劃
編譯
發行人
發行所

中華民國74年12月初版
益羣書店編輯部
陳嘉明
劉英富

益群書店股份有限公司

台北市重慶北路2段229—9號
電話：5717443 郵撥：0015152—2號
出版登記：局版台業字第0668號
通美彩色印刷有限公司
電話：8127623·8120102

印刷者

●如發現本書有破損或裝訂錯誤者，
請寄回本店調換。

目錄

序章 高中生時代的煩惱與不安……………1

1. 高中生時代的基本特徵

高中生的地位 2

思考的發達與社會認識的深化 2

自律的喜悅與不安 4

追求生存的意義 5

現實社會的重壓 5

指導的基本態度 6

2. 高中生時代的煩惱

煩惱的實際情形 7

地域或學校方面的差距 8

最近的高中生狀況 9

商量煩惱的對象 10

作為商量對象的老師 11

沒有商量對象的高中生 12

3. 高中生活與人格形成

灰色調的高中生活 13

透過集團生活才能形成自我 14

努力過高中生活 15

不變的青春形象 16

追求自我的確立 17

對於個人生活的滿足與對社會的不滿 17

觀看自己的眼光與觀看社會的眼光 18

青年期的發達課題 19

培養自律性的生活 20

第1章 在學校中學習——高中時代的學校生活……………23

1. 學校生活的適應

快樂的青春 24

對學校生活不滿足 25

學校生活也有快樂之處 27

無法掌握目標 28

唸高中的目的何在？ 30

2. 上課的環境

對功課缺乏關心 32

無法把握「學習」的目的 32

學習意願偏低 33

上課「太無聊」 34

有些人很有學習意願 35

教師應了解青年的心理狀態 35

3. 學生集團

對正式場合不表關心 37

Home Room 的人際關係 38

個人與團體 39

社團活動 40

教師與學生 41

人格形成 42

教育指導的計劃 42

參考：身體與健康① 個子的高矮

身體與健康② 消瘦與肥胖

第2章 升學考試——高中生活與升學考試……………47

1. 升學、考試的問題

贊成「以升學考試為主」的論點 48 大學升學考試的現狀 50

2 「以升學考試為主」的教育所造成的弊害

為應付考試而用功 50 「升學考試」產生「麻藥」般的害處 51

利用「考試」的教育方法 52 「升學考試」和「基礎學力」 53

3 理想的考試制度

「以升學考試為主」的生活所產生的問題 54 社團活動的活潑化 55

重考生的生活問題 56 升學考試與自主性 57

4 所謂的「劣等生」

優秀學生遇到挫折時 58 高級職業學校的問題 58

大眾媒體所提供的經驗視為生活依據 59 大人們應有的態度 60

5 上大學的意義

決定前途 61 上大學的意義 62

參考：身體與健康③ 對體型的不安

身體與健康④ 生理不順

第3章 友情與孤獨——人際關係的發達……

1. 人際關係的發展

在發展中有關連的人物 68

朋友關係的發展 69

青年期的友誼關係與孤獨感 70

2. 孤獨感與友情的發展變化

高中生的孤獨感 72

高中生孤獨感的解析 74

孤獨感與友情 76

3. 友情與孤獨感的意義

了解與體會獨自性 80

在發達心理學上的意義 80

認識自己 82

4. 男生的感情與女生的感情

男生的優點與女生的優點 83

男生的感情與女生的感情 84

5. 喜歡什麼樣的異性？

受歡迎的異性與不受歡迎的異性 85

了解異性 87

6. 男女交往的禮節與應有的認識

注重禮節的理由 89

男女交往時應有的認識 90

男女交往的禮節 91

男女交往的優缺點 92

7. 幸福的婚姻生活

結婚的意義 94

幸福的婚姻生活 96

參考：身體與健康⑤ 極端討厭運動

身體與健康⑥ 進食量少

身體與健康⑦ 失眠

第4章 高中生的性與愛——性的成熟與異性關係的發展 105

1. 性的成熟

性成熟的年齡愈來愈早 107 性成熟的結構 108

第一性徵的成熟與第二性徵的發現 110 性成熟與心理的變化 111

2 與異性的交往

對於異性的關心與接近的慾望 113 男女交往的觀念 114

男女交往的實際狀態 115 男女性行為與性心理的差距 117

3. 性意識

對「性」產生關心 118 對於大眾傳播媒體性報導的感想 119

4. 戀愛觀、結婚觀

戀愛的概念 120 愛情的分析 122 對於結婚的想法 123

參考：精神與健康① 分裂症

精神與健康② 心身症與自律神經失調症

第5章 對於家庭的依賴性與獨立性——親子關係……………131

1. 親子關係的特質與變化

親子關係的特質 132 人類發達的特殊性 132 父母成為社會化的原點 133

互相影響的過程 134 親子關係的變化 135 拮抗力的關係 135

心理上的斷奶 136 精神上的自立 136 與二十幾年前所做的調查作一比較 137

反抗父母 138 感情的不穩定 139 父母是最理想的商討對象 140

對父母的依賴性與精神上的獨立 140

2. 兄弟姊妹關係的意義與變化

兄弟姊妹關係的意義 141 縱與橫的關係 142 朋友關係的基礎 142

全家族的關係 143 兄弟姊妹關係的變化 143 兄弟姊妹數目的減少 144

出生順位與性格 144 性別的構成與接受性別的差距 145 獨生子的問題 146

3. 由自我開放性的調查來看孩子與雙親的對話

閉鎖性與開放性 147 自我開放的對象 148 自我開放的領域 149

與雙親的對話 149

參考：精神與健康③ 香煙、酒、迷幻藥

精神與健康④ 躁鬱病

第6章 了解社會的眼光——社會意識與價值觀的形成……155

1. 社會意識

「社會」的意義 156

社會性的眼光 157

個人志向與社會志向 158

個人志向的理由 159

2 人生觀、價值觀

生活態度 160 決定生活態度的因素 162

生活的方式 163

四種類型 165

感覺人生有意義 167

3. 代溝

代溝的意思 168

代溝的構造 169

了解與對立 172

參考：精神與健康⑤

「延期償付」時代

精神與健康⑥

利用心理輔導機構

第7章 將來的生活設計——關於決定前途的指導……177

1. 職業性的發達與自我實現

職業的選擇是發達課題之一 178

職業性發達階段與發達課題 179

自我實現的努力 181

透過現狀選擇出路 182

2. 有關職業觀

職業與其變遷 184

高中畢業生選擇職業的實態 184

確立職業觀念 185

3. 性向的了解與人生觀的形成

何謂性向 186

性向的構造 187

選擇前途與考慮性向 191

性向與前途 191

性向與人生觀 192

參考：高中時代的精神生活① 重考生的生活時間

高中時代的精神生活② 早熟與晚熟的影響

第8章 高中生活的危機——生活指導、精神衛生…………… 199

何謂危機？ 200

1. 精神官能症

何謂精神官能症 201

精神官能症的形成因素 201

青年期容易發生的精神官能症 202

自我的雙重人格 207

2 拒絕上學

何謂拒絕上學？ 208

為何不能上學 209

如何幫助拒絕上學的高中生 210

拒絕上學與工作 211

3 不良行為

偷竊行為 213

暴力行為 214

不良嗜好 215

離家出走 216

中途退學者的問題 217

應付不良行為的對策 218

參考：高中時代的精神生活③ 智商與年齡

高中時代的精神生活④ 有意義的事情

高中時代的精神生活⑤ 達到成人的資格

序章

高中生時代的煩惱 與不安



1. 高中生時代的基本特徵

●高中生的地位

在心理學上，將青年期分爲前期、中期、後期三個階段。這三個階段，應用在求學過程，便是：青年前期相當於國中，青年中期相當於高中，青年後期相當於大學。而其變化過程，大略如下：前期是由兒童發育爲青年的時期，中期爲青年人本有的特質完全展現的時期，後期則是逐漸發育成爲大人的時期。

因此，高中生時代相當於青年期的中期，身體的發育在這段時期，達到尖峰階段，性機能方面也完全成熟。而在精神方面，在國中階段便逐漸發育的抽象性、理論性的思考能力，更爲發達。同時，社會性的關心，也更趨於成熟。可說是精神與身體等方面都逐漸邁向大人的階段。

●思考的發達與社會認識的深化

首先，我們先由思考的發達方面來探討。所謂思考的發達，一般都受學習（生活）

經驗所影響。大體而言，由小學高年級到國中初期，會產生質方面的變化，也就是由具體因果關係的了解，進步到抽象因果關係的了解，而不會受具體狀況所束縛，且能自由伸展。這種思考方面的特質，在國中階段會急速發育，到了高中時代，則會更加發達。

同時，青年期的思考特質，不僅表現在數學或理科方面的學習，在對社會或人類的理論了解上也會有深化的情形。例如，根據研究學童的歷史意識發現，對社會事項的成立，一般都是由單純的、直接的因果關係來了解。但是，到了青年期，則能夠朝著與當時的政治、經濟、文化有關連的方向來思考。這種更高層次的思考能力，尤其是在國中之後才能做到，也就是到了這段時期，才能真正的了解歷史性的意義。

根據學者的研究（一九五九、一九六〇年），國中生階段雖能將歷史的因果關係，由間接的角度去觀察、思考，但是對於經濟性方面的把握能力較弱，對於社會構造的關連性的把握能力也較差。可是到了高中生，歷史意識方面更進步，對於以間接性角度掌握因果關係，或作關連性、發展性思考等能力，也有相當的成長。

再者，對於歷史性的事件，由國中二、三年級開始，將其視為與社會基盤有關的傾向大增，但是到了高中，世界史性的意識強烈，同時，對於社會的批判或對現代的關心也會大增。

高中生時代，思考能力的發達，與內省的傾向或社會性的關心有密切的關連。同時

，對於人生論的思索或社會現象的理論性把握等，也會有新的發展。在高中生階段，對於如小學生般以家庭為中心的生活次元，無法感到滿足，而會在新展開的世界中追求生活的意義。

●自律的喜悅與不安

高中生時代，身體、精神兩方面的發達與充實，使高中生對於自己的能力產生自信，並增強其自主性、自律性的生活態度，同時，也會以不同於兒童期的眼光及不同的觀點來看自己或社會，並加以評價。也就是說，以往都是透過父母或老師的眼光來判斷，但是到了高中，則可以自己判斷、追求與感受。因此，高中生時代可說是對於一切事項，以與大人不同的新鮮憧憬、感性、理想等方式更強烈的表現出來的時期。

一般人認為，最近的高中生具有「四無主義」與太過於冷漠的現象，但是，接觸高中生之後，就會發現，其實他們具有成長中特有的自由奔放氣質，而且，對於一切事物易受感動的感性及對人生的憧憬等都未曾喪失。

高中生對自己的能力產生自信，在自己的判斷與責任下，想要採取行動的傾向非常強烈。但是到了緊要關頭，則會發現現實的自己，其實並沒有那麼堅強，也無法自立。雖然要求過著獨立自主的大人生活，可是另一方面，離開大人後，經常會感到想求助於

大人的不安感，這些就是青年人的煩惱。期待與不安、自信與自卑、自我主張與自我批判等等矛盾心情，在高中生的心中常並存著。

● 追求生存的意義

青年人如上所述，將眼光朝向自己的內心，想要探索自己生存的意義。由高中到大學時代，可說是人生中讀書慾最旺盛的時期。不僅在思想與文學方面，對於音樂、繪畫等藝術也會產生興趣。對於文學不具有強烈感性或不具有藝術才能的人，也會對透過文學或藝術中所表現出來的世界產生共鳴，而想要廣泛而深刻的探索人類生存的意義。

因此，在青年期，會不斷的探求「何謂人生？」、「人究竟是什麼？」、「幸福是什麼？」等等問題。

但是，這些問題的答案却不易獲得。在自己的觀念中，以為已經找到了答案，但是在現實生活中，却仍然會遇到種種疑惑。一方面，對於人生產生較深的感受，但另一方面却又感到人生太虛渺、毫無意義、太沈悶等等。也就是說，能感覺到生與死互為表裡等人生根本的不安感。

● 現實社會的重壓