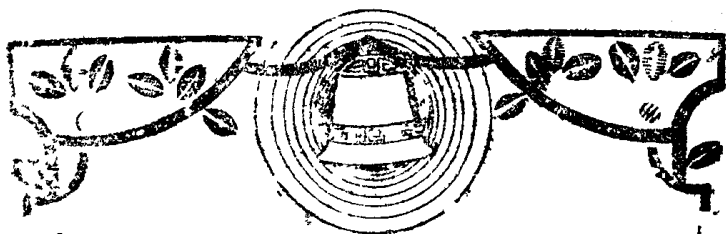


書 叢 小 育 教

學理心期年青

著 編 六 謙 嚴

行 印 局 書 中 正



版權所有
翻印必究

中華民國三十二年五月初版

青年明心理學

全一冊 正中紙本 定價國幣一元二角

(外埠酌加運費匯費)

編	著	嚴	謙	六
發	行	人	吳	秉
常				
印	刷	所	正	中
書	局			
發	行	所	正	中
書	局			

濂泉校對

(1669)

(0.55 總 • 本

2/1-0.10



4113262 占

序

心理學是一門應用極廣、內容極複雜而又極不容易研究的學問。單就青年心理學這部份而論，有許多教育問題、社會問題以及法律問題等，都須要依據於它的科學知識而解決。然而我們現在在這一方面的所有的積極知識和我們所希望的還相去甚遠。現在也很少人是專門研究這一方面的問題的。

我自己對於青年心理學只能算是外行，但對於青年心理學的重要，卻是十分感覺到的。現在我們所確定知道的青年心理學雖然不多，我們仍須要充分利用它。換言之，現在凡處理青年問題的人，並不能因為目前青年心理學的不夠而就放棄研究或輕視之。我們假如把許多關於青年的心理方面的疑問去請教心理學家，心理學家也許不能給我們以十分滿意的答覆。總歸於另外許多問題，心理學家確是能做我們可靠的顧問的。這是開始讀青年心



272/54

理學或他心理學書的人所應該有的態度。

嚴譚六先生這本小小的青年期心理學原來是對初學的人授課時用的講稿。對於一般讀者要知道梗概而無暇深究的人，或對於入門的人，我想這本書是很有用的。至於對於欲作精深研究的人，則有其他較詳細的中外著作在。

這便是我所要告訴開始閱讀這本書的人的。

潘 菽二十六年七月於國立中央大學。

自序

本書是去年在中國童子軍幹部訓練班授課時用的講稿。因為時間的限制，僅於青年期心理學做了一個初步的介紹，拿來付梓問世，實在慚愧萬分！想到中國現注重青年訓練，如此短篇，頗易攷覽。或者對於負青年訓練之責者有些微貢獻。本來去年聽講的三百餘人，也均是各省中等學校的童子軍團長或教練。倘由此淺近的小冊而引起了作高深研究的興趣，這更是作者的願望了。

本書承作者以前的老師潘水叔教授詳加校閱，並賜序言，作者特別在此表示謝意。

嚴謙六

緒論

青年期心理學就是研究青年的行為的一種科學，正和研究兒童行為的兒童心理學一樣。『青年期』這個名詞在英文爲『Adolescence』，是生長達於成熟的意思。這個時期介乎兒童和成人之間，是兒童期漸漸生長趨入於成人期必經的階段。青年期的開始叫『春情期』（Puberty），也是成熟或具有生殖能力的意思。歷來各民族多以爲兒童達到青年期便能脫離幼稚的生活而負起社會的責任來，所以對於這個時期非常重視。有定了特殊儀式來表示紀念的如青年儀式（Puberty rites）和入族儀式（Initiatory rites）等。

其實青年期的各種問題還是承着兒童期的問題而來；不過性的成熟可以引起生理，心理和道德生活上的反響，並這種反響可因社會的環境而日趨嚴重。父母或教師要避免與青年間的衝突，改變對青年的態度，依據青年的新權利而使其驟破兒童／殼以入於成人

的人們，尤須於青年心理作深切的研究。

至於青年期心理學的內容則包括甚廣。較重要的如身長，體重和各種生理機構的生長情形，心智各方面的發展情形，情緒和人格的擾動以及心理的失常，均與教育問題、社會問題、及道德問題等發生關係，所以均有討論的必要。因為這門科學止限制作六小時的講演，所以便選定了六個題目來做討論的中心。「就是青年期身體的生長，青年期心智的發展，青年期學習的指導，青年期情緒的生活，青年期人格的擾動和青年期心理的衛生。講演時雖然受了時間的限制；卻很顧到內容的適當和充實。不過這些都是基本的知識，並無多少高深的研究。能從這個基本知識的講演，引起了讀者諸君作高深研究的興趣，便是作者更大的希望」。

目次

緒論

第一講	青年期身體的生長………	一
第二講	青年期心智的發展………	一〇
第三講	青年期學習的指導………	二四
第四講	青年期情緒的生活………	三七
第五講	青年期人格的擾動………	四九
第六講	青年期心理的衛生………	六一

第一講 青年期身體的生長

一 身長

身長的增長，在女孩自九、十歲到十三歲的期間顯然速度增加，到十四歲以後又較以前任何年齡遲緩了。大概在二十歲時就達到成熟的高度。根據美國大學女生每年重複測量的結果，在十七歲後身長的增加就很少了。男孩自十三歲到十六歲身長的增長最快，以後漸漸遲緩。到了二十一、二歲時達到成熟高度的頂點。根據鮑德文（Baldwin）研究的結果，除去十一、二歲和十三、四歲的一、二年中間女孩身長平均較高外，男孩常是較高於女孩的；不過身長增長的停止的確期正和其他身體特性一樣的各人不相一致。貝懿（Beyer）曾用重複測驗法表示美國海軍學生在二十一歲時長於二十或二十一歲。又在一百四十人的某一團體中有一百二十人是二十二歲時高於十九歲時的。至於個人的實際生長情形大概身材長大的生長迅速期和遲緩期的年齡較早於身材矮小的。並且如果在青年期前的生長有規則，在青年期中的生長也會有規則，但是如果以前的生長很遲緩，到了這時會變

迅速起來。

二 體重

體重的增加，在女孩九歲到十五歲男孩九歲到十七歲之間有很高的速率。他們最大的增加期女孩似乎在十一、二歲到十四歲之間，男孩大概在十二到十六歲之間。過了這個時期以後速度漸漸遲緩了。根據鮑德文的研究，以爲某些孩子在十歲的時候如果比其他的孩子重，那末到了十六歲的時候大概還是比較重。同樣，身體較輕的孩子經過五六年後他們還是較輕。鮑氏又從大約六十個男孩子用個別重複法測量，結果九歲到十六歲的女孩重於男孩。可是保特（Porter）根據幾千個男女孩子的測驗，表示女孩的重於男孩止在十二歲到十三歲之間。

三 骨骼系統

在青年期中骨骼的形態和構造的變化也很顯着，身長體重的增加在骨骼變化方面當然是一個主要的因子。四肢的骨骼長得更長更厚，胸圍加大，面部加長，下顎更是巨大堅實，骨盆也更寬闊得和長度成了合理的比例。女孩子更是表現了這種現象。女孩的骨盆在兒童時期是狹長直形的，一到青年期終於長成了廣闊的形態。這在姿勢上無疑的是女孩太

於男孩。再就骨骼的成分方面說，兒童的骨骼的成分大概總是膠質多而有灰質少，但一到青年期開始，骨骼裏更有一種骨化作用（Ossification）。大概男孩到二十歲的時候可完全長成，女孩還要早一、二年。用X光照像法可以察見男女的骨化作用在十九歲或二十歲時比例相等。

四 肌肉系統

肌肉重量和全體重量的比例在達到青年期的時候增加得最快。例如前臂、上臂、小腿和大腿等處的肌肉粗壯大部分是由於肌肉的生長。體態的漸能吻合成人的比例當然和身長的增加有關，但同時也是由於肌肉的生長和脂肪纖維的增加。嬰兒初生的時候肌肉的重量約當全體重量的百分之二十三，八歲時也不過百分之二十七，十五歲時是百分之三十三，到十六歲時便達到全體重量的百分之四十四。至於肌肉的纖維在這幾年之中變化也很大，每支纖維變得更厚更長。大概成熟時的一支纖維的厚度比起初生的時候可在五倍有零。

五 循環系統

循環作用的本營就是心臟。關於心臟生長的研究或出之於解剖或採用X光收穫是很多的。即就心臟重量增加的一項而言，結果也很可靠。大概六歲的兒童的心臟的重量已經四

五倍於初生的時候了，到十二歲時可有七倍，十八歲時十倍到十二倍不等，二十歲時還有增加。至於血管方面非但在長度和橫剖面的面積方面有所增長，就是血管的管壁在青年期中也長得很厚而成了一種更堅實的組織。冷篤斯(Lundus)發現心臟的容積和大動脈的口徑的比例自初生的時候到成熟的年齡總是逐漸加大的。大概初生的時候是二十五與二十之比，春情期是一百四十五比五十，成熟時是二百九十比六十一。因此血壓在春情期開始的時候也有了增加。

六 消化系統

消化器官是供給青年期各部生長所需要的精力的。當然也要有相當的改變。在這個時期，胃變得更長而更少管形，食道也增大了，腸的長度和周圍也有了相當的增加，胃腸外壁的肌肉部分也變得很厚，因而營養化作的時候胃部所蠕動也更為有力。肝臟在青年期的前半期中也很迅速的增加了重量。這種加重的情形大概和身長增長的情形相彷彿。到成熟時肝臟的重量大約比初生時要十一倍。在這個時候一個成人的全體重量平均起來比初生時大約有二十倍。

七 呼吸系統

肺部重量和容積方面在青年期中都有增進。我們可以在呼吸的能量方面觀察出來。男女孩在春情期開始時和前一、二年呼吸的能量就有增加。在春情期中的四五年此種增加最為急速。其較大的增加速率女孩比男孩要早一、二年，但就平均而言，無論青年期前，青年期間或青年期後男孩的呼吸能量都較大於女孩。即以青年期而論，男孩呼吸能量的增加亦較女孩為速。女孩在十七歲時差不多已達到成人的肺能量而男孩從十三歲開始直到二十歲才停止生長。這種情形當然與身長和體重都有密切的關係。

八 生殖系統

兒童期的生殖器官生長是很慢的。一到春情期開始，無論外形和內部的結構都有急速的發展而達到機能上的成熟。伴隨成熟的有許多副性徵和性腺具有密切關係。男孩在春情期中睪丸的中間細胞能分泌一種激動素（這並不是從生殖細胞分泌出來的）對於青年的破聲，出鬚等現象有顯著的影響，並影響到骨骼的骨化作用，女孩此時的副性徵也很顯著。例如陰毛的發現，胸部的擴大和聲音的圓潤等皆是。這些現象的發生也是因為卵巢的中間細胞所分泌的激動素而成。骨骼的骨化似乎也受卵巢的影響。

九 神經系統

神經系統在初生後的發展中並沒有新細胞分子的構成；不過是初生時已經具有而還沒有機能活動的未成熟的細胞的發展罷了。魏洛特（Vierordt）曾表明有些較大的外圍神經纖維在兩三歲的時候直徑比初生時要大得兩三倍，在成熟時大概是三四倍。假定這種比例是正確的，那末，這些纖維的橫剖面在兒童生活的第二、三年間所增加的份量和以後十八年或二十年間所增加的份量是相等的。自然，神經原的長度也隨着一般的生長而繼續增加或者同時也加長了橫剖面的直徑。

關於腦部的生長情形很難有精確可靠的結果或是和其他部分一樣的畫成一條生長曲線來，這實在是因為材料的不容易獲得。大概現在研究腦部生長的方法可有兩種：（1）是權計已經死亡的人的腦部來決定腦的重量，（2）是測量有生命的人的腦壳來計算腦的體積。在第一種方法裏我們根本不能知道生長的情形，並且這種已死亡的腦恐怕還不能精確的和同年的有生命的人的腦部做一個比較。至於第二種方法——測量有生命的人的腦壳來計算腦的體積，還沒有一種大規模的測量在悠長的時日之中連續的重複測量多數的兒童來作成一條生長的曲線，並且還發生了許多技術上的問題。例如已經承認了頭蓋骨的漸漸加厚，腦部和他的周圍薄膜間存有空隙等都足以發生不正確的結果。根據魏洛特所測男孩二百十九人女孩二百十五人的各年齡的腦部重量的結論，以為腦部的生長在初生後的四年間是非常迅速，到第二個四年間就比較遲些，以後更遲緩了。大概青年期開始時就已經有

了成人一樣的重量，鄧諾森（Dennis）以為兒童初生時腦部的重量約當全體重量的八分之一，十歲時約當十八分之一，十五歲時約當三十分之一，二十歲時約當四十分之一，這比較其他器官的生長都慢。例如心臟，肝臟，肺部等到青年期成熟時的重量比初生時要增加得十倍到十八倍；可是腦部到成熟時的重量比初生時還不足四倍。包雷（Berry）和白威新（Poltans）應用腦壳測量法會測量得澳洲的大學生和小學生計算腦部的體積，他們的結論以為十六歲以後的腦部還有顯著的生長。這或者是這種方法不甚精確，但是六歲到二十五歲間的腦部確是繼續生長的。至於脊髓的生長從初生以至青年晚期，速度比腦部迅速。在長度上的增長很顯明的是和軀幹的生長平行的。

十 兩性機能的成熟

青年期中的身長，體重以及各種器官雖有迅速的增長，然而最大的變化還在兩性機能成熟。這種從無性生活到有性生活的變化時期通常是六個月以至一年不等。春情期的開始並不確定在某一二年齡，鮑德文曾就五千個男孩加以觀察，結果發現春情期的三個階段在實足年齡上有很大的差異，一個完全十一歲的正常兒童可以一點春情的表徵沒有而另一個同樣正常的十一歲兒童已過春情期了；在另一方面一個十五歲的正常兒童已過春情期而另一同年齡同等正常體格的兒童還未曾成熟，並且同時還發現了一個事實：就是鄉村兒童

和都市兒童的成熟時期尙有不同，大概鄉村兒童的成熟比較都市兒童要早六月的光景，他們春情期開始的衆數年齡是十三歲半和十四歲。白忒斯在斯四千紐約中學校的學生春情期的研究中發現在十三歲的兒童中有 4% 是未成熟的， 38% 是正成熟的， 58% 是已成熟的。在二十歲兒童中有 25% 未成熟， 38% 正成熟， 37% 是已成熟。

普通男孩的成熟，每每以破聲和陰毛的發生爲標準，其實這種變化也很難做正確的斷定精細的的第一次的分泌的表徵。谷丁（Godin）以爲男孩春情期確實的開始有三標準可以決定：（1）陰毛濃密而旋曲的生長，（2）變聲，（3）腋毛的生長。他曾把一百個美國男孩加以觀察，每半年觀察一次，共觀察了九次，觀察開始的年齡是十三歲半。他發現陰毛出現的平均年齡爲十四歲半，但到十五歲半還沒有能完全達到上面所定的標準，不過他認爲男孩春情期的平均年齡是十五歲半。美國男孩在性機能發展的過程中達到這一階段的年齡是十四歲半到十五歲。

女孩性機能成熟的標準比較男孩明確。第一次月經的來潮，乳房的聳大，皮膚的脂潤和腋毛的發生等皆是性成熟的表徵。美國女孩成熟的中數年齡大約自十二歲到十三歲。但春情期開始的年齡就在正常體格的女孩而言差異也很大。阿肯生（Allison）曾研究了六千八百七十五個中學校女生的第一次月經來潮的年齡。結果實足年齡十一歲半到近十二歲半的百分之三、二，十二歲半到近十三歲半的百分之一五、三，十三歲半到近十四歲半的百

分之三九·五，十四歲半到近十五歲半的百分之三一·四，十五歲半到近十六歲半的百分之九·三，十六歲半到近十七歲半的百分之一·三。中數年齡是十三歲九·六月。鮑德文在近四千個女孩的研究中發現了有三分之一在十三歲時成熟的。可見女孩的性成熟較男孩要早一二年。

推孟 (Terman) 鮑德文以爲智能較高的比智能低的成熟早：出身於中上社會家庭之中的比貧寒子弟的成熟要早一二年；身材高大而較重的比同年齡身材矮小而較輕者成熟早，不過有許多因子以影響成熟的開始的，例如遺傳、營養、疾病、工作過度、睡眠不足等皆是。普通的觀念以爲早熟是不健康的表徵，這除去從可疑的類推的理由而外很少事實可以證明。