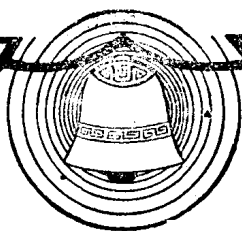


著 編 蘭 薌 張

寫給青春的少女

行 印 局 書 中 正



版權所有
翻印必究

中華民國三十三年十月初版
中華民國三十六年十月滬一版

寫給青春的少女

全一冊 定價國幣二元五角

(外埠酌加運費函致)

編著者 張 薌 蘭

發行人 吳 秉 常

印刷所 正 中 書 局

發行所 正 中 書 局

校整：羣
武

(1914)

序

青春期是人生階段中最寶貴而又很重要的一個過程，所以這本小書的編成是希望幫助少女在這過程中，一面得到可靠的預測，一面得到有效的指導和控制，以期造福於社會及個人。在這裏我們要敘述少女的本性，生長，發展，以及少女的普通問題並適應等。

本書是我任教育和心理課程時與助教潘耀城女士及班上許多同學討論少女問題，陸續寫成的。當我和許多少女討論時，特別受到艾立德女士 (Elliot, G. L.) 的 *Understanding The Adolescent Girl* 書很大的影響，因而提高了少女問題的興趣。書中討論三十多個題目，都是同學們感覺有趣而且有實際價值的問題，經選擇整理而成七章。缺漏之處，還望讀者指正。

事實使我們接受一種普通的見解，即是「少女問題」這幾個字好像非常神秘，所以我國人士很少有關於少女方面的書籍出版。就是在這東西文化錯綜，新舊思想過渡的時代，也還有許多揭露少女問題的文章發表。她們還是在煩悶和憂鬱中徬徨着。當她有特別的問題和新的疑惑時，也不能得着徹底的解決。假使讓這些問題緊緊圍繞着她們，而不加以解釋

和指導，她們就永遠得不着快樂和美滿的人生了。

有許多問題，是金女大同學和他處少女所提出的，其中有些問題的知識很貧乏，或者竟全然缺乏，但我仍然收入書內。希望這些事實的討論，可以引起解決這些問題時所需要的更深切的研究。

我很感謝少女們的討論，激動我寫這本書。最後，希望有更豐富的少女問題，給我探討。

民國三十一年四月張薌蘭謹序

目次

一	青春的少女	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	一
二	行爲的了解	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	六
三	少女的主要適應	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	一七
四	青春少女的普通問題	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	二六
五	青春期的正常發展	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	三五
六	怎樣充實少女的生活	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	四一
七	成人與少女	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	：	四八

目

次

一

第一章 青春的少女

青春期(adolescence)，此字係從拉丁文動詞(adolescere)一字轉化而來，含有生長到成熟的意思。大約指十二三歲至二十歲間。這時期以後接着就是成年期。

春情期(puberty)是指青春期的早期而言。一般女孩春情期的象徵是較男孩為明確。其性成熟也較男孩早。月經的來潮，乳房的聳大，皮脂與腋毛的發生，這些都是明顯的表徵。

少女除非被不滿意的事所折磨外，總是充滿了朝氣，天真活潑。她喜歡表現自己的個性。有些少女是常常反對他人意見的；有些是盲目服從的；有些是常以自己為中心的；有些是終日無精打彩的；有些是十分頑皮的；但有些卻能引為模範的；也有些是對情緒是非常擾動。也有因環境的不能應付裕如，社會對女子發展的無理阻礙，致使她們不能正常如男子一樣的發展。

雖然少女期是在生長，是在擾動，像我國有句俗話：「女大十八變」，但不一定就如心理學和小說中所表現的那麼真切和急遽。變遷卻是有的，並且那些變遷非常重要，但生

命繼續顯示其機能，青春少女期並沒有和過去的生活畫分開來。即使在宗教的皈依等一切強烈的情緒激動中，個人的前途大部仍爲過去的生活約制着，下面的兩句話雖是相當的合理：

「每日皆是一個新的開始；

每晨都是世界的新生。」

但是個人在嬰孩，兒童，青年，成人等時期，卻有其相連的關係。

青春發展期 青春發展普通分作初春、中春、和晚春三個時期。但青年期前和青年期間的變遷，是不易觀察得仔細的。通常兒童與成人間的差異，也是不易清晰地被感覺着。十一歲的兒童很少懂得什麼，他仍如兒童一樣的思想着。他真正的心智能力，在和年長的兒童有差別時，常是被估計得過低，因此十一歲到十四歲間的差異，在表面上就被看待比實際的差異要大多了。

生理的關係 青春期的生理變化非常複雜，本書因篇幅關係，不能在這裏詳細討論。現在所談的只是因生理方面所發生的連帶關係。

青春發動時，汗腺和皮脂腺的分泌格外旺盛，皮膚亦更加光潤。關心身體外貌的女子，有時竟變更其沐浴方法，多用粉黛，有些故意摩擦皮膚，還有一班不顧痛苦的人，從眉上頰旁或身體別的部分拔去毛髮。接觸別人的皮膚，如握手、拍肩、擁抱、接吻，都是

青年人所樂爲而渴求的，但是也有非常嫌惡這些行爲而想避免的。凡此種種皮膚意識的表現，都是決於神經中樞而且與性的機能之成熟有密切關係。多刺激皮膚，甚至忍受痛苦，可使注意力不集中於性慾。

女子在性發展時期，她們常覺得羞澀、畏縮、慚愧，對於異性發生強烈的興趣，對於性的刺激起了一切恍惚的衝動，和情緒的反常。有些學者甚至說，我們若從性的廣義解釋這時候的心理作用，有十分之九集中於性慾和性的機能上，而且繼續有數年之久。

前面已經講過，青春期中各方面都在生長、發展，就身體方面來講，兒童期身長的增長，普通是有規律的。青春期身長的增加雖然開始較遲，可是女孩子在九、十歲至二十三歲的生長卻比其他年齡爲迅速。大約她們到了二十歲時，已達完全的高度。根據大學女生每年重複測量的結果，在十七歲後，身長的增加是很有限的。

此外體重的增加，女孩是在九至十五歲時。軀幹的成熟，胸部的擴張，腦的生長，女孩子都早早的發展着了。

心智的發展，青春期中心智的發展，是較速於兒童期，同時顯現許多新的理想。青春期中推理能力增加得很快，同時也是動作，記憶的黃金時代，所以從前很願意承受父母或指導者管理的女孩們，達到青春期中會厭惡那一「直接的命令」，要追求爲何這樣，而且起了反抗。十六歲後又開始了另一時期，那時，她常企求得到她教師們所經驗得到的知識。十

三歲時，女孩是一個夢想家，可是到十九歲時，她卻嘗試着去使那夢幻實現了。

所以許多心智的特質或能量，例如推理、判斷、和注意等，似乎從青春期以前就正常而規律地生長着，直至十七八歲以後。

還有和生理有關係的現象，如嗅覺和味覺的興緻。女子喜歡香皂，香粉和香水。她們之喜歡別人或不喜歡別人，往往決於其人的氣味。這種氣味有時是真的，有時是想像的，友誼的破壞也有因為呼吸太壞的緣故；諸如此類的事情，則不一而足。

心理與環境的關係 生物的基本機能是適應環境，這機能能動物和植物中各有不同程度的賦予，準備個人去充分的適應生活環境，老早便被視為教育的主要目的了。我們教育和訓練學生是使他們能充分的適應其週圍的環境，無論何時都使他們有利於個人和團體的幸福。但這僅是一個目的，關於達到此目的方法應該怎樣呢？

青春期的少女不但要適應新的慾望或情緒，並且還得要應付新經驗與不安而緊張的情緒。尤其是現在的少女和她們的母親時代的環境顯然不同了，在生活的各方面感到更協調的必要，決不像她的母親或祖母被監禁在閨閣中，足不出戶便可了事的。

她可以離開家庭到學校去待着不同的教育，不同的生活。從電影雜誌中得着與前不同的知識；更可以得着一種職業，不僅明瞭女子自身的責任和工作，也更堅強她們的自尊和獨立。所以不同的環境，所培養的性格也迥然不同。從前的女子被祖母或母親教育着「女

子無才便是德」的教育，現在的女子還是受這樣的教育嗎？我們教育的目的何在呢？心志固然能支配環境，但環境也能影響心境。人類是有更高的能力適應環境的，故星球的知識可以破除了地獄的恐怖；歷史披露了過去女子的弱點，粉碎了他們過去的盲目的崇拜。

創造性與環境的關係 這與我要提出來討論的是女子的創造性。因着傳統的習慣，女子夙有寄生蟲之稱，現在雖然打破了這個劣點，但要講到女子的創造力，卻仍然非常低落。歷史上縱有女英雄，女作家的出現，但究竟是鳳毛麟角的少數！

爲什麼有些少女常是像無事可做，袖手旁觀呢？在家庭中有女僕呼喚，沒有她工作的機會，在學校裏有困難時，可以問教師，教師代她們解釋，簡直用不着她們費腦力。所以雖然是大學一二年級的學生，還只知評論電影的優劣，講摩登的化裝。到了三四年級，即使能發現職業的重要，也少有創造性。因爲在她們所處的環境，除了少有的學習機會外，便終日無所事事。既無啓發的指導，當然更談不上什麼創造。

環境對於人性的發展，影響至爲重要。此點不但已爲西洋各心理學家所重視，卽如吾國諺云：「近朱者赤，近墨者黑」一語，也明日的指出了環境對於人性影響之重要。今再舉實例以證之：一九四〇年十一月出版的西風月刊內載有一篇文章名「狼女與佛孩」，其中有這樣的幾句話：「史那和他的妻子想盡方法，用最大的耐心，訓練這兩個狼女，希望她們能恢復人類的的生活。……她們的習慣差不多全是獸性的。她們死也不肯披上一件衣

服，長長的頭髮纏結着一直披到肩上，指甲和牙齒都十分堅硬而銳利。她們不吃一點蔬菜，但嗅到遠處的牛肉氣味便垂涎欲滴。她們不會直立只能四足爬行……。由此數語中我們可以知道兩個在狼羣中長大小女孩子，已完全失去了人性。環境不但可以左右人性的發展，同時更可以啓發或阻礙人們的創造性。蓋創造性多半是爲適應環境的需要而產生。例如最初人類本無文字、語言，因環境的需要迫切才有結繩記事，語言和文字。所以要想發展少女們的創造性，便應該注意到她們所處環境的改善，盡量使她們有利用其智慧和手足的機會。

第二章 行爲的了解

要了解少女的行爲，最要緊的是要先認識她，和她的特別行爲對於她有何影響。有時只從行爲的本身是不能看到的。發現行爲雖屬不易，但能辨別其現象與困難的原因，也就容易了解了。

現象與困難的原因 我們現在拿吸煙來解釋，吸煙是不合宜於少女，而且是不衛生的。研究一個少女爲什麼要吸煙？這個問題的答案是很有趣的。有的是因爲受到家庭與學校壓迫，時意藉此表現她的反抗和獨立的精神。有的是爲了要使人們驚異她，注意她。有的是爲了要模仿她極羨慕的某個團體。有的是爲了要和她團體中的其他分子採取一致的行

動。有的是爲了要表明她也曾這種活動。有的是想模仿她團體中的某個重要人物。有的是爲了拿一枝香煙可以調劑很多的窘境。有的是爲了要與男子平等。有些或許是從小就欣賞吸煙的。要充分了解這些動機，還得再研究一下她們所以不吸煙的理由以作對照。只因在一個吸煙的團體中，她們不敢不吸煙，所以就希望加入一個不吸煙的團體，這樣就可以避免了與她們不喜歡的團體相似了。也有的對於吸煙根本就沒有興趣。不吸煙的原因固然很多，但由實例說明，那些理由與所以吸煙的原因，卻不無大同小異之處。

無論在何種情形之下，我們可以很明顯的知道，爲什麼她要吸煙？爲什麼她不吸煙？如果一味的令她放棄，或令她學習，那就不是這問題的解答了。假使她的觀念是拿吸煙去反抗權威，那就可以告訴她一些比較好的方法，也能反抗權威的。假若她以此爲博得大家的推崇，那就可以指示她一些別的方法，也可以達到目的的。真正給予她的幫助，是要如何使她能得到更好的積極的和獨立的方法。使她對她的團體有優良的供獻，得着衆人的推崇，且勝過她不安定和不平衡的情緒。由這種分析可以知道奇特的行爲，不過是表徵她的處理不當，竟使這問題更形複雜了。例如頭痛時用金雞納霜擦肩，這是絕不能生效的。因此我們注意精神治療的技術。吸煙問題，也可以同樣的應用到別的麻煩態度與行動上。例如爲什麼她要擦胭脂？爲什麼她要貪玩？爲什麼她要選擇某種衣服？爲什麼她要頑皮？爲什麼她不喜歡進禮堂？爲什麼晚上很遲還在外面，爲什麼她與父母意見不合？要知道這些

行爲對於她的好壞如何，必須以她的態度與目的來決定。使她自己發現她的某種特殊行爲對她有何影響，使她知道如何纔能曉得她所需要的是什麼？如此卻比命令式的革除行動更爲有效了。她若知道她這種行爲對她是不必需的話，那她會自動的消除牠的。行爲的目的本是要得到某件事物，或避免某件事物的。當她做一件很困難的事情時，可以先很誠懇的問她，爲什麼要做這件事？告訴她假若她敢自信的做下去，她必得具有成年人的理解力與忍耐心。

當一個少女極需要人幫忙時，她一定在事情的本身上尋求幫助，是絕不在困難的本體上找人幫忙的。也有一種少女專喜歡尋找或製造困難，去引誘羨慕她的人注意。但是這種困難是比較不要緊的而且是表面的，因爲真正的困難是很痛苦的。有一個故事說：「一個撒瑪利亞的婦人在井邊汲水，看見耶穌來了，很想請他幫忙。然而她卻以耶路撒冷聖殿來談話。耶穌看破了她的意思，就對她說：『去找你的丈夫來。』於是揭開了她的幌子，而顯示她真正的困難來了，」又有一個故事說：「有一個少女去見富士狄博士（Dr. H. E. Toddie）她慘痛的說她對上帝失去了信仰。並且談了幾分鐘的宗教見解。後來富博士說：『現在請你告訴我你的戀愛故事吧！』她不勝驚異的問他：『你怎麼知道的呢？』於是她便傾吐出她的真正困難來了。富博士也就不談那些空泛的哲理，而來幫她解決困難了。」有些婦女的年齡雖長；但情緒上還是十分幼稚。因此她們時常所發的問題是和她們真正的

困難不相符合的。例如她與父母朋友間發生了問題或事業不能成功，她卻把這些問題都歸罪於婚姻，還有時以為婚姻可以解決一切的困難。

許多人寫述青年因懷疑宗教的信仰而痛苦，以及這種痛苦多半是起於他們思想上的懷疑與困難。這不只是因為缺乏對於邏輯矛盾的理解，特別是那些論到人生宇宙意義的問題。遲鈍的心理學家，竟疏忽了青春少女的無信仰，與青春期間有關適應的事。一個少女疑惑到用泥造人與童貞女馬利亞故事時，雖然她的家庭責備她不忠於上帝，也不能遏止她用科學眼光對歷史所起的懷疑。一個少女沒有上帝時，她要討論運命論，然後就決定並證明了對上帝的懷疑。差不多每一個例子都是如此。她在生活的基本關係上，不安定，或不滿足；在職業上失敗；對父母失望；失去了愛人的時候，她就要問：「世間哪會有上帝？」當她無目的，無精力，無體力時，她往往使她生活上最大的興趣無法發展。她認為人是不能明瞭自己的需要的，因此我們知道為什麼請她參加集會是無興趣的。專用訪同法，要她們寫下認為有趣的事，也是不能夠的。她們只會用因襲法寫下，也不會寫出真的需要與興趣；也許真正的需要是不能從一個集會中顯露的。使一個人承認他以為不合適的慾望，是很不可能，而且痛苦的。她既不能承認，而旁人卻加以一種不可解釋與盲目的指導，這樣更加深了她們的隱諱，且不能鼓勵她們尋求新知識。小孩入校之前，她就知道，假如她問某種問題，或顯示某種好奇心，會使自己難為情時，倒還不如裝做懂得的好。在她們顯示

出來慾望的後面，我們用較深的了解，可以找出她們真正的需要。爲了實行民主化的主張，常常問她們自己想做什麼，這樣倒顯示了這位先生對民主的認識不清楚。因爲小孩很難知道他真正的需要，除非有熱心的探尋或從她們的請求裏，再提出一件有趣的事，看她們的反應如何，纔可以看出來她們真正的需要。

青春期行爲典型的開始 要了解青春期的行爲，必先得認識青春前的經驗與青春期的行爲的關係。由這種關係，我們才可以更徹底的明白。青春期的行爲，往往是她幼年習慣的延長，到了十二三歲，經過了多次的練習，便形成了一種特別的行爲典型。所以青春期的行爲，也不過是幼年特性的強化而已。要了解現在的行爲，必須看她與父母及她童年經驗的關係。我們可拿一個嬰孩做一件事，使她父母感覺到不安或不舒服時，來解釋行爲典型。當她母親已不能忍耐時，她就受罰了。她因行爲不對，也許被打、被罵、或受別的處罰。她因爲頑皮，爲不聽話，或會引起母親對鄰居告訴她的短處。或她知道她這種行爲可以引起她母親的傷心。童年時怕被打的這種心理發展，引用到別的情形上，時時提防自己受害，而無勇氣創始一件事了。雖然她做得到，因爲她怕責備，而不肯發起，但是也許慫恿別人發起，提議實行，這樣實使她不能創造而表現自己的才能。小的時候就認爲某種行爲可恥，結果她一直覺得有某一件事會使她羞辱似的。時時提防怕被人取笑，時時顧慮到別人的反應，結果她不能客觀的觀察事物，不能在一件事的本身上下決定。

少女自己的生活管理，專以所愛的人爲標準，是最難逃避的現象。這與脫離家庭後自己在社會上掙扎關係很大。一個少女事件件事都依照母親的意思，等她長大後亦必喜歡完全依照她所愛慕的人。例如一個孩子，母親叫她不要去弄收音機；但有一天，他母親遇着她正在搬弄。當她再叫她不要弄時，她卻很大真的說：「媽，我不知道你在這裏！」這種禁止法，她卻以爲不過是她母親不喜歡，而不知道會把收音機弄壞的。常常有些少女不明白所做的事，只知道崇拜她們的領袖，只知道某種事情不能觸犯他們。當她們看見領袖時，就做出一種停止的記號，不使他們看到或聽到；所以很少有人能認清她們所做的真象。

從一個少女的多方面，我們可以看出她們每種行爲的模式，都是從每種經驗產生出來的，除非那一種經驗爲強烈的感情所抑制。一種經驗經多次的練習，便成了習慣，就這樣形成了她的人格。最能影響她，形成她現在人格的，是一些由成人觀點中看爲重要的事。所以在十四五歲時，她有一個活潑引人歡喜的姐姐，或是她有一個較大的嘴，或一雙腳，她卻會覺得特別重要，而能影響到她的行爲。假如她不能以一個好女子的名字去引人注意，她就情願做一個壞的。假若她不能以美麗逗人贊賞，她會努力於學問，而忘記她的缺點。要了解一個少女，很明顯地一定要瞭解她的家庭在社會上的地位，和幼年在學校的歷史，才能真正了解她，幫助她。一個少女所以成爲她現在的這種人，因爲她生長在她自己的家庭裏，而不是在隔壁的一家。或因爲她是大姐，是小妹，或是夾在中間的，或因爲人

家不稱贊她的美麗，或是在她十四五歲時，人家說她無吸引人的能力；或因為她有一個聰明可靠被稱為模範的姊姊。由這些事實，可以看出環境對於她們的影響了。我們必須認定，每一個少女，都是一個個體，有她的人格，她的特點與她的需要。從現在所表現的行為中，可以找到她幼年的經驗，養成她一個怎樣的新的行為典型。各人有各人的特性與標準；所以把一個個體的分，拿一個標準來衡量，是極不合理的。

天性 現在我們知道青春期是受後天經驗的影響，同時現代的人們已漸漸把先天的固定本能範圍縮小了。人體的生活力是不同的，對某種刺激的反應也不同。這種差異或許是這少女身體內的困難情感反應之預兆，阻礙其個人發展的；或許是體力、智力的困難，影響青春期的適應的。但這種先天的不同，並不能決定將來的行為模式。至於如何發展特點？如何成一種習慣，該有何種興趣？這與她們後天的經驗很有關係。例如腦部狹小的人，容易得肺癆；但是也不能斷定的說，她不能成爲一個健康的人。一個先天的聾子，固然不易成爲一個音樂家，但她可以在別方面發展，而成爲一個有用的少女。用不同的導引方法，可以使她合羣，也可以使她離羣。所以要了解青春期的少女，不但要明瞭她們身心的能力，並且要知道她生出時，和生後的一切事情。

發展的階段 要了解青春期，僅僅看她由早年經驗所產生的行為模式，還是不夠。我們必須要認識，有些行為是嬰兒期，或是童年期的特性。因為常常在兒童與青春過渡的時