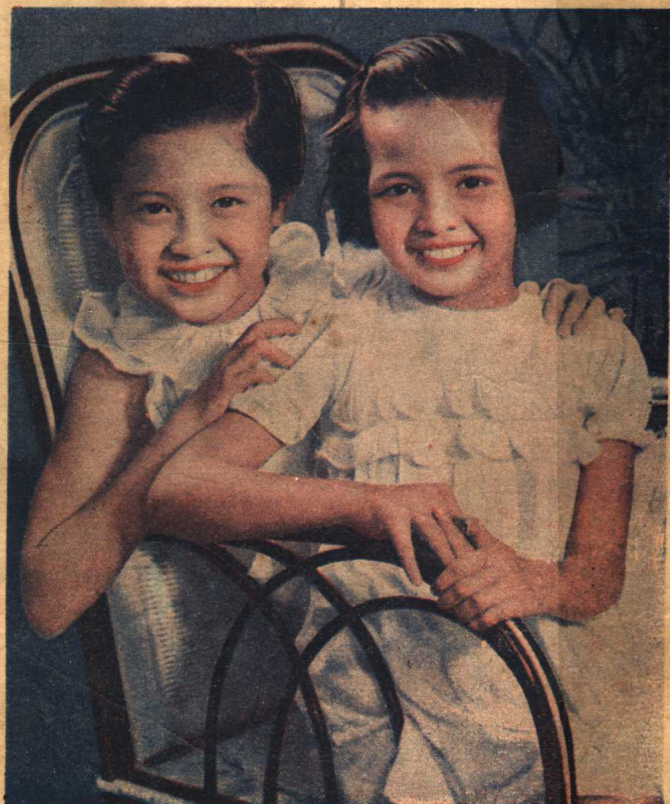


少年生活指導

譯 同 江 ★ 編局童兒國美



家 雜 誌 社 發 行

美國兒童局編著
江同編譯

少年生活指導

家雜誌社發行

民國三十七年十二月初版

版權所有
翻印必究

Guiding the Adolescent

U.S. Children's Bureau Publication 225

Translated by Chiang Tung

少年生活指導

原著者 美國兒童局

翻譯者 江同

編校者 家雜誌社

發行人 黃嘉音

發行所 家雜誌社

上海(23)膠州路一八六號
電話：三九五七八

少年生活指導序

少年時期在一生中是一個最重要的塑型時期，它對於人格的形成有定型的作用；因此我們必須在這個時期中運用合理的方法與態度，促使他們情緒的成熟，獨立自主的能力的發展，使他們走上健全幸福的成人之路。但怎樣才是合理的方法與態度，我們知道這是許多父母教師們所要知道的。可是在我國，關於怎樣指導少年生活的專著，頗為少見，以致一般父母教師們因缺乏參考，不能獲得此種知識，實為憾事，而這便是我們選譯這本書的動機。

本書係根據美國兒童局所出版的小冊 *Guiding the Adolescent* 一書編譯而成的。因為原書是為美國讀者寫的，在人情習慣等方面，容有不合我國國情之處，但是在原則上都有其正確性，是合乎最新的教育理論與心理觀點的。我國的讀者如能了解那些原則，酌視實際環境的情形，予以適當的運用，對於一般少年健全的生活發展，一定大有助益。

我國一般父母對於少年時期身心的發展與需要，以及他們的環境情形，缺乏注意與研究，因此對少年人缺乏了解與同情，他們往往以主觀的，自私的見解，與不民主的態度來『管教』少年人，這樣往往妨礙了他們個性健全的發展，甚至發生行為問題；更有因此而引起父母子女間的磨擦，甚至嚴重

的衝突的，這實在是很大的不幸。要避免這種種不幸的產生，爲父母的必須了解少年人。在這本書中，對於少年人的心理和情緒狀態，以及環境情形對於他們思想，情緒的影響，均有明白的剖示，並舉出許多實例，足以增加讀者了解的程度。父母們對於少年人有了深切的了解，他們便可以有了較正確合理的方法與態度去引導少年人過和諧健康的生活。

在少年時期中，由於複雜的心理與環境的因素，是最易發生問題的，我們要以客觀的態度，去探求問題發生的原因，從而求取解決的方法；而這本書中提示了許多問題發生的原因，及其解決的途徑，相信可以使讀者對於各種問題的了解與處理，得到許多幫助。

家雜誌社編輯部

少年生活指導原序

本書的目的

父母們對孩子幸福的關心，在他出生之前就開始，並且繼續到他整個的一生。不過表示這種關心的方法，當然是要經過許多的改變。在孩子出生之前，這種關心是由母親對她自己的保養——她注意自己的膳食，休息時間，戶外運動，以及對自己身體的種種當心——而表現出來。孩子出世之後，這種當心就移轉到嬰兒身上——當心他的哺乳，沐浴，穿衣，不濕，使他舒服，這些事上。當嬰兒大一點的時候，在當心他的基本的身體的需要上，有一部分關心改變成在照顧他的事情上要得到他的合作——譬如，讓他用便椅和自己餵着吃。隨着他的精神生活的發展，對於他的身體的需要的關心就成為次要的了，不及對他的習慣和態度的迅速的構成——他對於照顧自己和與人相處的能力——這些事那麼注意。當孩子長大的時候，父母所關心的就是孩子的成就，他在學校的分數，他的運動和社會活動，他的職業，他的友誼，他的婚姻和他的子女。

這種的關心是由父母的愛和對孩子的責任感發生出來的，然而在現代文化的情況下，用最優良的方法教養子女的正確知識，則不是這樣來的。在兒童開始長大的時候，『照顧』和『管理』的思想必

須放棄，因為一個長大的孩子最恨父母這種的管束；他願意自己照顧自己，管理自己，如果要他將來成爲一個正常的，獨立自主的成人，這件事不但應該做，而且是非常重要的。但是因為孩子不能一下子就學會成爲完全獨立自主的人，因此做父母的人，需要以聰明巧妙的指導，去代替照顧和管理。

寫這本書的目的，是要幫助做父母的人了解少年人的一切，並且引導他由兒童時期達到健康，快樂的成年時期。

何謂少年時期

少年時期就是由兒童時期到成年時期當中一段長成的時期。我們可以把它看做實際的長成程序，或是看做這個程序發生的那一段時間。無論怎樣看法，通常人們總認爲其中包括由十二歲到二十歲那幾年，或說『十幾歲』那個時代。

在簡單的動物生活中，這種長成是純粹生理的程序，它的發生是非常自然的，因此並沒有劃分得很清楚的少年時期。然而隨着生活和文化的越來越複雜，長成的過程也就更複雜了。因此現代的兒童不但需要在生理上成爲成熟的，而且在智力上，情緒上和社交上都應該成熟；因爲長成的種種形式，也許不是都在同時發生的，因此少年時期所包括的時間，就增加延長了。一個有十二三歲達到了青春期的少女，有時自己也許覺得煩惱，因爲她的知己朋友們還沒有成熟，而她却經驗到那種使她尋求較廣的社會接觸的情緒了；或是一個男孩，在成人當中長大起來，用很多時間在閱讀和與成人談話上

面，到了十六歲時，也許他智力的成熟遠勝於普通的成年人，而在身體和情感方面，則他仍是未成熟的。

然而在現代文化中，兒童生活的別的時期，也是同樣複雜的。在兒童時期最初的幾年內，男孩和女孩不但必須學習保持清潔這種簡單的身體方面的需要，他們還必須學習讀書寫字，有禮貌，能和別人相處，並且要控制自己的脾氣，和愛哭的衝動。

一個人的性質是有許多方面的；而這些方面並不是永遠能彼此同時前進的；雖然有些事情因為他的年齡『太大』不能做，但有些別的事情又因為他的年齡不夠大，也不能做，這種種事實，直到兒童開始長成的時候才困擾他，或是甚至直到那時候，他才覺得有這種情形。他也許發覺他已經長得太大了，有些遊戲他不能再玩了，但若是要赴晚上的宴會，則人們認為他的年齡還不夠大；或是雖然他已經穿長褲子了，但是人們認為他還沒到可以吸煙的年齡，法律也沒有規定出某一年齡是兒童時期的結束，成人時期的開始。但在另一方面呢，法律規定出最小要到甚麼年齡才可以開汽車，也規定出甚麼年齡應該入學校，也規定出做工的年齡，也規定出到了甚麼年齡不合法的行為算是有罪的，到了甚麼年齡不得父母的同意也可結婚，到了甚麼年齡可以訂定有效的契約，甚麼年齡有選舉權，雖然這些規定中也許有相同的地方，然而美國這一州和那一州的規定往往就大不相同，甚至一州之中，一個團體之內也不是一致的。

幼小動物的長成是很簡單的，原始時代的兒童祇要一達到青春時期，就開始擔負成人的責任，然

而我們這個時代的兒童長成的程序則是逐漸的，複雜的，它需要差不多八年的工夫；這八年被人認為是一個具有特殊性質的特殊時期，這個時期是有它自己獨有的特性的，這就是所謂少年時期。

成人對少年時期的態度

在最近幾年裏，『少年時期的問題』成了許多研究，書籍，雜誌，講演的主題，以致許多人以為少年時期必定是一個發生問題的時期。人生中每一個時期都有它的問題。然而在兒童時期的初年，或成人生活的晚年所發生的問題，往往祇困擾那個發生問題的家庭中的人而已，他們必須設法去適應他們的子女，或弟妹，或丈夫，或妻子個性上的缺點，和行為的表現。然而少年時期所發生的問題，則往往為供給膳宿的學校，中學，學院，或像俱樂部 and 露營等的娛樂團體所注意；它們也許為兒童法庭這種機構所注意。因為這些組織和機構，在處理青年人的時候，要藉助於心理學和精神病學，因此少年時期所發生的問題，無疑地是比二十幾歲或三十幾歲時所發生的問題，研究的範圍廣闊得多，詳細得多。

這本書並不想討論少年時期可能發生的一切問題。這本書的目的，既然是要幫助做父母的人引導正常的少年，和處理多數長大過程中的男女孩子最普通的問題，因此一切非常的問題，和祇有醫生及精神病學家才能處理的問題，都不在本書討論的範圍之內。

有一個很大的危險，就是那些因為職務上的活動，使他們專和一般不善適應的少年接觸的人們，

結果會用他們由那個範圍狹小和不能代表大眾的一羣人所發現的特殊，古怪，個性乖僻這些名詞去解釋人生。做教育，心理，精神病治療，社會工作這些職業的人們，他們的注意一向就專集中在不善適應的少年人身上，或是在少年時期中有問題的個人身上，他們也不能避免這個危險。因為他們對於這羣人的工作發生興趣，他們就喜歡分析這些不善適應的少年的基本特性，他們由所謂『正常』的情形中，選擇出每一個問題，和每一個離奇的事情，並且將他們的發見，集合起來，他們認為這是所有的少年人的特性，然而實際上它們是不能代表甚麼的，它們不是一般的少年的特性，也不是任何不善適應的特殊的少年的特性。這就是分析得太仔細，包括得太廣泛的危險，最後，而且是最重要的危險，就是和組成人類社會的廣大的羣衆的連繫太少。

這是不能否認的，在十二歲到二十歲那些年齡中，有許多很明確的身體的，精神的，和社會性質的問題，這是青年人在適應現在的需要，和預備人生中將來的需要所一定要遭遇的問題。這些問題是人們所充分承認的，且應付這些問題最普遍的失敗原因，也是人們所充分明瞭的，都可證明我們所討論的是正當的。然而如果假定因為某種暗中的衝突，每一個少年或少女都是漂流在情感的漩渦中，或是也許會被沖擊到失敗的岸上，那就是耽溺在幻想之中了。

現在所有的有問題的人，和有問題的情形，已經足夠佔據所有現在受了訓練的，或是在以後的十年中受適當訓練的人們的精力和時間了，無需乎再造出根本不存在的問題來。

西風社圖書目錄

生活的藝術	林語堂著	黃嘉德譯	二元六角
浮生六記	沈復著	林語堂英譯	二元六角
戰地春夢	漢明威著	林疑今英譯	二元四角
流氓者自傳	台維斯著	黃嘉德譯	二元四角
流氓餘生記	(長篇驚險自傳) 黃嘉音譯	一元三角	
抗戰中國的故事	(九週得獎文集)	八角	
天才夢	(三週得獎文集)	九角六分	
幼童教養法	沈陳式譯	黃嘉音編校	一元三角
古文小品	(漢英對照) 林語堂譯	一元	
冥寥子遊	(漢英對照) 林語堂英譯	六角	
徬徨歧途	(信箱集) 黃嘉音主答	一元七角	
光明之路	(信箱集) 黃嘉音主答	五角二分	
希望和幸福	(信箱集) 黃嘉音主答	一元三角六分	
矛盾	(信箱集) 黃嘉音主答	八角	
迷宮	(信箱集) 黃嘉音主答	八角	
空遊	(徵文集)	一元二角	
文明病	(社會暴露文集)	一元七角	
我愛講的故事	(土紙本) 黃嘉音著	五角二分	
廣島被炸記	(光社版) 黃嘉音譯	九角	
阿丹諾之鐘	(光社版) 林友蘭譯	一元	
醫生對新娘的一夕談	(家社版) 張紫洞譯	一角六分	
兒童的性問題	(家社版) 江同譯	一角六分	
兒童訓導指南	(家社版) 江同譯	七角二分	
胎兒的故事	(家社版) 劉祖洞譯	六角	

孕婦保養法	(家社版) 劉本立醫師著	六角
實用避孕法	(家社版) 郭泉清醫師著	七角
怎樣教導子女	(家社版) 唐現之譯	五角
黑孩	(家社版) 黃朱綺譯	八角
寶用育嬰問答	(家社版) 黃嘉音·江同編譯	一元四角
婚姻生活指導	(家社版) 葉羣·黃嘉音譯	一元六角
嬰孩保育法	(家社版) 江同譯	七角二分
小兒疾病常識	(家社版) 江同譯	八角
女性生理與病態	(家社版) 范存恆譯	七角二分
嬰兒日常生活	(家社版) 江同譯	七角二分
新籃球裁判法	(體育社版) 彭文餘編	四角
西風合訂本(一、二)		四元四角
西風合訂本(三)		二元六角
西風合訂本(五、九)		三元四角
西風合訂本(六、八)		三元二角
西風合訂本(十五、十六)		二元八角
西風副刊合訂本(一、二)		五元
家合訂本(一)		四元四角
家合訂本(二)		二元八角
家合訂本(三)		二元六角

上列各書價目照金圓發售，如有更動當以款到
時本社門市價目為準，西風及家定戶註明定單
號碼者一律八折優待。

少年生活指導目錄

序·····	(一)
原序·····	(一)
本書的目的·····	(一)
何謂少年時期·····	(二)
成人對少年的態度·····	(四)
第一章 身體的增長和發育·····	(一)
一般的身體發育·····	(一)
生殖系統的成熟·····	(二)
生理衛生·····	(三)
隨身體發育而產生的問題·····	(五)
第二章 對性的態度·····	(一〇)

少年的性教育

(一一)

性的談話和閱讀

(一四)

手淫

(一八)

第三章 少年時間和智力的發展

(二三)

智力的量測

(二四)

智力遲鈍的孩子

(二六)

智普通的普通孩子

(二八)

智力優越的孩子

(三一)

特殊的才能和無能

(三五)

第四章 整個的人

(三八)

第五章 幾個教育上的危險

(五〇)

第六章 少年的工作問題

(六〇)

第七章 學習利用閒暇

(六八)

現代人的抱怨

(六八)

利用閒暇的教育

(七二)

閒暇時的少年

(七七)

第八章 反社會行爲

(八一)

偷竊行爲

(八五)

怙惡不悛

(九〇)

第九章 規避現實

(九五)

虛構故事和幻想

(九六)

欺騙

(九六)

從學校或家庭逃走

(九九)

飲酒

(一〇二)

第十章 少年和他的友伴

(一〇三)

朋友的重要

(一〇三)

熱戀

(一〇七)

男孩和女孩的關係

(一一一)

第十一章 父母的需要

(一一五)

第一章 身體的增長和發育

一般的身體發育

身高和體重，及臂、腿、手、足的大小的突然而且驚人的增加，還有體內其他部份的長大，是少年時期來臨的代表象徵。在一年內，孩子的體重也許增加二十五磅或三十磅，身高也許長了四五吋。這個發育迅速的時期，通常女孩子是發生在八歲到十四歲之間，男孩子在十一歲到十六歲之間。平均起來，女孩子在十二歲時是她們發育最快的時期，男孩子則在十四五歲之間往往是他們身高長得最快的時期。

然而這個突然的增長，對於孩子體格的性質並沒有多少改變。換言之，矮孩子和高孩子在少年時期中都顯然地長大了，矮孩子長成矮個子的成人，高孩子長成高個子的成人。有時一個矮個子的孩子也許長得超過了一個高個子的孩子，如果那個高個子的孩子碰巧是一個成熟得晚的人。如果性成熟達到得早，則完全長成的時期多半也達到得早。

自然，這種情形是有例外的：一個孩子患有很久很重的疾病，妨礙了少年時期以前的正常發育，等到復元以後，在少年時期突然特別發育以補以前發育之不足；一個患有內分泌腺的毛病的孩子，他

的生長的速率也許是不正常的。然而對於普通的孩子，我們所期望的是繼續不停的發育。

女孩子到十四歲以後就長得慢了，通常在二十歲以前就完全不再長大了。男孩子也許繼續地稍微長一點，直到他們二十一歲或二十三歲才不再長了，不過他們生長的速率在十五六歲以後就慢得多了。

從七歲以後體力也增加得很快，在十幾歲的頭幾年，增加得更快

生殖系統的成熟

在少年時期中，最顯著的生理的發展就是生殖器官的成熟。當這些器官能够像成人的器官那樣執行它們的職務時，就是性熟期已經達到了——那就是說當女子的卵巢開始排出生育所必需的卵細胞的時候，男子的睪丸開始排出授胎作用所必需的精蟲細胞的時候。

生殖器官甚麼時候開始施行它們的功能這是很難知道的。女孩子在第一次月經來潮以後，我們就說她『成熟』了。雖然男孩子並沒有一個和這個類似的過程，但是在睡眠時流精，就是所謂『夜遺』（或稱『夢遺』），常常被人認為是他接近成熟的證據。然而還要經過相當時期，女孩子卵細胞的成熟，男孩子精子的成熟才能產生生殖作用。

這些成熟的象徵發生的年齡是有相當的分別的。在美國，性熟期的發生大半是在女孩子十二歲到十五歲之間，男孩子比較遲一二年。然而種族，氣候，生活情形，和那個孩子自己身體的情形，在成

熟的過程上都是有關係的，因此使成熟的年齡更不相同。

在性熟期之前和正在性熟期中，孩子的身上有種種顯明的身體上的改變。腋下和陰部生毛，生殖器更爲發育；聲音變得更充實，當男孩子由孩子的聲音變爲男子的聲調時，往往會成了一種『破裂』的聲音。當女孩子的乳房發育起來，臀部變寬了的時候，她的身體開始顯得更像婦女，男孩子的肩變寬了，臉上生了鬍子的時候，也就更有男子的气概。

生理衛生

當兒童的身體發生這一切的變化時，對於他的身體的衛生必須加以注意。迅速的發育往往會使孩子的食慾增加得驚人，或是沒有一定，特別是女孩子更有這種傾向，有時食慾低減，有時食慾極強，特別貪吃甜的或酸的食物。因此不但對於孩子的膳食必須加以注意，對於他的飲食習慣也必須注意。發育的速率突然的增加很容易使他疲乏，因此加長睡眠的時間是非常需要的。大的肌肉迅速的增長，體力的增加，擾人的性的感覺的可能的醒覺，使戶外運動成爲非常需要的。因爲這些身體的活動的增加，多半會增加身體的消耗，因此良好的排泄習慣，其中包括不吃通便藥而沒有便秘的情形，和健康的活潑的皮膚情形都是極其重要的。

換言之，少年時期的健康規則和兒童時期的是大致相同的。做父母的人不需要別人提醒他們豐富的牛乳，全穀的麵包和粥，新鮮水果和蔬菜是必要的；你也無需提醒他們太豐富的麵食，糖果和他種