

現代青年心理學

日·蔭山庄司等著 華意蓉譯

五洲出版社 印行

出版登記證局版台業字第〇九三九號
中華民國七十六年九月出版

現代青年心理學

平裝特價：新台幣 二六〇元
精裝特價：新台幣 三二〇元

譯者：華意蓉
發行人：丁洲出版社
發行所：五洲出版社

版權所有
翻印必究

台北經銷處：文笙書局

海外總經銷：東亞圖書公司

地址：台北市重慶南路一段五十三號
地址：香港干諾道西二二一號二樓

地址：台北市重慶南路一段五十五號
郵政劃撥帳號：〇〇〇二五三八一七
電話：3319630·3711341·3512521

譯者前言

五洲出版社最近出版了一系列的心理學叢書，激發了我這最感興趣鑽研心理探討的志向，上月在去日本觀光之便，選購了這本（原名：現代青年心理學要說）是日本暢銷書，蔭山庄司·田中國夫等著，北大路書房 1980 年出版。

我翻譯這本現訂名為『現代青年心理學』其內容主要論述了青年期的意義、身心發育、性成熟、戀愛、結婚和人生觀的形成、教育、職業等以及違法行為問題。

這對國內研究現代青少年的心理，對從事青少年學生教育的老師、家長、心理教育和法律工作者以及青少年學生們都有極高的意義與參考價值。

本書使我得到翻譯滋味，對翻譯與研究心理上獲得了不少經驗，同時也增長了不少學識，完稿後還請了專家前輩們的審閱，如左秀靈老師的指正，實在獲益良深。

這本『現代青年心理學』書稿的完成，也虧功於丁迺庶先生鼓勵，而且也獲得了不少收益，不無有助於我往後能有更多的嘗試，有興趣於翻譯的工作，貢獻出更多的智慧，使我的生命更富於意義。

本書譯名專門術語，參考了王明良先生編『心理學名詞辭典』謹此致謝。

華意蓉 謹識

中華民國 76 年暑

目 錄

| | |
|------------------------|----|
| 第一章 青年期的意義····· | 1 |
| 第一節 青年期的基本意義····· | 2 |
| 1 青年期是必然面臨性成熟的時期····· | 3 |
| 2 青年期是準備步入成人行列的時期····· | 6 |
| 第二節 青年期的發展課題····· | 9 |
| 1 發展課題的意義····· | 9 |
| 2 哈維格斯特的發展課題····· | 10 |
| 3 日本的課題理論····· | 13 |
| 4 埃里克森的自我同一性理論····· | 14 |
| 第三節 青年期的劃分····· | 18 |
| 1 發展階段上的意義····· | 18 |
| 2 開始期和結束期····· | 27 |
| 第四節 青年期的研究方法····· | 30 |
| 1 收集資料的方法····· | 30 |
| 2 青年研究的動向····· | 36 |
| 第二章 青年期的身心發育····· | 41 |
| 第一節 身體的發育和性的成熟····· | 41 |
| 1 身體的發育····· | 41 |
| 2 運動能力的發展····· | 50 |
| 3 第二次性徵和性的成熟····· | 53 |

| | |
|--------------------------------|------------|
| 4. 身體的發育和心理的影響 | 60 |
| 第二節 人格的發展 | 67 |
| 1 青年期的人格的重建 | 67 |
| 2 青年期的人格發展及其特點 | 68 |
| 3 人格成熟的因素 | 74 |
| 第三章 青年期及其生活 | 85 |
| 第一節 青年的智力生活和文化生活 | 85 |
| 1 青年智力的發展 | 85 |
| 2 青年的智力生活 | 96 |
| 3 文化生活 | 103 |
| 第二節 青年的道德、宗教生活 | 110 |
| 1 青年的道德意識 | 110 |
| 2 青年期的宗教意識 | 118 |
| 第三節 人生觀的形成 | 126 |
| 1 青年與價值觀 | 126 |
| 2 青年的人生觀 | 136 |
| 第四章 青年期的社會關係和團體生活 | 147 |
| 第一節 青年的社會關係的變化和問題 | 147 |
| 1 從教養社會到職業社會 | 150 |
| 2 現代社會對過渡的影響 | 154 |
| 第二節 朋友關係 | 158 |
| 1 意義 | 158 |
| 2 朋友關係的建立 | 160 |

| | |
|--------------------|------------|
| 3. 朋友關係的類型 | 164 |
| 4. 交友的現實狀況 | 165 |
| 第三節 戀愛和結婚 | 172 |
| 1. 異性意識的發展 | 172 |
| 2. 與異性的適應和不適應 | 174 |
| 3. 戀愛的心理 | 177 |
| 4. 結婚的心理 | 180 |
| 第四節 團體活動 | 183 |
| 1. 夥伴團體 | 185 |
| 2. 社團活動 | 189 |
| 3. 地區活動 | 195 |
| 第五節 學校生活和職業生活 | 199 |
| 1. 學校生活 | 199 |
| 2. 職業生活 | 213 |
| 第五章 青年期的不適應 | 224 |
| 第一節 現代青年和不適應 | 224 |
| 1. 什麼是青年的不適應 | 224 |
| 2. 青年的各種不適應現象 | 226 |
| 3. 青年的發展變化和不適應 | 228 |
| 4. 青年的煩惱、不安 | 233 |
| 第二節 適應障礙和心理衛生 | 236 |
| 1. 青年期的精神病理現象 | 236 |
| 2. 適應障礙和諮詢 | 247 |
| 第三節 青年和違法行爲 | 253 |

| | |
|-----------------|-----|
| 1. 什麼是違法行爲 | 253 |
| 2. 違法行爲的原因 | 254 |
| 3. 違法行爲的分類 | 258 |
| 4. 少年違法行爲的動向和特徵 | 260 |
| 5. 違法行爲的治療和教育 | 263 |
| 6. 對違法行爲少年的理解 | 266 |

引用文獻

參考文獻

第一章 青年期的意義

——什麼是青年？要怎樣看待青年？

什麼是青年？人們在怎樣看待青年？今天，青年這個詞一般用於與兒童和成人相對的發展意義上。但是，它的含義却多種多樣，既有譬如「現代青年」和「最近的年輕人」這種指一代人的用法，也有「青春性」、「青年風度」這種性格上的含義。

人的身心發展，自嬰幼兒起，經兒童期、青年期，到成年期，最終以老年期結束，這一過程具有連續性和階段性的特徵。

在人的身心發展過程中，青年期以生理成熟為基礎，同時受到社會、文化因素的強烈制約，可以說它本身就是一種歷史的、社會的現象。正因為如此，在有關現代青年的特點和研究課題中，包含著社會情況的複雜成份。而且，成熟的加速現象和心理社會性延緩(moratorium) 延長了青年期，模糊了它的界限，擴大了性差和個別差異。

由此可見青年心理極其錯綜複雜，因而研究它也決非易事。

雖然青年心理學的真正科學的研究在現代心理學中尚

屬幼稚，只有五十餘年的歷史，但在青年心理學的研究方法上人們已傾注了不少心血。

第一節 青年期的基本意義

所謂青年期，從根本上說是具有何種意義的時期呢？回答這個問題似乎很簡單，實際並非如此。因為我們知道，人類本身的行為方式、價值體系是因社會和文化的背景不同而不同的，這就使得青年期的表現千差萬別。首先闡明這一點的是米德（M. Mead, 1928），她的研究頗為著名。米德對散布在南太平洋上的島嶼，例如居住在薩摩亞島的未開化民族作了縝密的調查。她的報告說明，在那裡看不到文明社會所能看到的那種青年期現象。就是說，在那裡，應當適應的成人社會的文化結構是單純的，它與兒童文化的差距不明顯，由兒童過渡到成人很順利；幾乎看不到青年期所特有的心理衝突。米德認為，所謂青年期，是成人所期待的行為方式和兒童所期待的行為方式之間的鴻溝所造成的一種社會現象。

這種觀點強調，用人們所生活的社會文化結構的關係來考察人出生後經過一定的年限，在身體急劇成熟，或性發育時產生的特有行為方式。在這個意義上，它是劃時代的研究。

不可忽視這是從生物學成熟的觀點加上社會的和文化的成熟來評價青年期的意義，是一個重大轉折點。

結果，正如傑西爾德（A. T. Jersild, 1957）指出的那樣，青年期一部分是發展的概念，另一部分可用文化的

概念說明。奧斯貝爾(D. P. Ausubel, 1954)的定義可說是最言簡意賅的，他稱青年期是「在生物性和社會性的成熟方面，由兒童向成人的過渡期」。笠原(1977)說，在此意義上，「青年期的困難在於人不能不同時遭到“身體”和“世界”這兩個本來分得最開的維量。」可以認為，笠原的這種說法很出色地說明了突然跨入青年期的青年的課題。

沿著這條線索，我們想從以下二點考察青年期的基本意義。

1 青年期是必然面臨性成熟的時期

不言而喻，人既然是一個生物體，就必然遵循生物的規律。一個典型例子就是，出生後到達相當的年齡便會出現性的迅速成熟。然而，人們面對這一事實却往往張惶失措，這種情況可視為人類所特有的。即自我相對這種人類獨具的精神結構的分化，首先是從自己與自己的「身體」相對的形式進行的。

由此而引起的第一個特徵，就是對身體成熟的阻抗。

一步入青年期，破壞了曾一度形成的少年期的穩定和平衡，身體各部分開始快速成長。尤其是性成熟的現象，女子開始出現月經，男子隨著第二性徵的出現，儘管還很微弱，但已開始感到有性的慾望。值得注意的是性成熟現象會給人帶來極大的迷惘。對青年來說這種性現象是很難適應的。當他們還是少年或少女時，對自己心理或身體本來並無不協調之感，而從現在起心理上却產生了「自我不

協調的」(ego-dystonic)衝動，即感到自我不適應，並越來越強烈。他們開始借用他人之眼審視自己的身體了。儘管也曾有學者如沃倫(H. Wallon, 1948)指出，人在很小的年齡就注意到肉體的自我，在出生後六個月左右就開始對自己的鏡中像感興趣了，然而，用充分發展了的意識來面對自己的身體，仍是從青年期開始的。發展理論把人關心自己身體的發展階段稱爲「鏡像階段」，如果把出生後六個月的這一階段叫做第一鏡像階段的話，那麼，把青年期便可稱爲第二鏡像階段。事實上，大多數進入青年期的人，無論是出於自我喜愛還是自我厭惡，都曾不厭其煩地在鏡子前面耗去大量時光。

在鏡子裡發現的是自己身體的顯著變化。青年面對這一事實，交織於內心的是羞恥、孤獨、反抗和自豪。少女們心中充滿複雜的感情，却不敢正視自己胸、腰體形變化，那是不足爲怪的。伴隨著這種心情，會出現一種「青春期消瘦症」，這種病症可以說是最象徵性地表現了這一時期青年的心理。這種奇特的病態常見於女青年，主要症狀是極端的食慾低下和極端的消瘦。據說特別是那些從不挑剔的所謂乖孩子，往往從 14.5 歲左右開始變得情緒不穩定，同時拚命節食，過些日子即使幾乎不吃東西也不在乎了。這樣一來，當然體重減輕，骨瘦如柴，然而本人不但泰然自若，而且非常活躍。

這種疾病到底意味著什麼呢？原因是清楚的。少女顯然反常的希望消瘦的執拗意念和行爲表明她們堅決拒絕持有成年女性的身體。

這種疾病的存在說明，許多少女多多少少都是在拒絕生理成熟的過程中跨入青年期的。這也說明人這一生物並不祇是身體上成長就能輕而易舉地變為成人的。

第二個特徵是，經過這種與自己身體的痛苦相對，促進了自我意識的發展。也就是說，少年男女們在強烈注意到自己身體變化的同時，對包括了身體在內的「自己」變得關心起來，這種關心在一個時期內甚至可達過分的程度。因此，青年期的一大特點是專注自我本身。他們不僅拿自己的身體而且開始拿姿容、能力、性格等來與他人比較，認真考慮自己的特徵。心裏總惦記著與別人相比之下自己怎麼樣，別人是怎樣看待自己的。這正如剛才談到的那樣，意味著自我相對這種人類特有的精神結構的分化，即作為主體的我（觀察的我）同作為客體的我（被觀察的我）的分化。這樣，青年一會兒與同伴相比，發現了自己的優點而滿足；一會兒又因敏感地意識到自己的缺點和短處而感到自卑和自我厭惡。

尤其是這種自我厭惡感賦予了青年期心理一大特徵。其產生原因，一方面當然是由於青年與他人相比時的敏感和自己實際情況與自我理想形象的高標準之間的差距，但最大的原因還在於青年不能正確評價自己。對自身的認識稱為自我概念，可是青年的這種自我概念是不清晰的，而且具有非常容易瓦解的特徵。因經驗不足出現的片面性判斷，有時會有過高評價的自我概念，導致優越感；相反，有時又過低評價自己，失去信心，陷入自卑的煩惱。青年就是這樣徘徊於對自身的過高和過低評價之間，在不安、

孤獨而痛苦的精神狀態中生活，直至獲得恰當的自我概念爲止。

正確地發現自我，形成主體的自我，是青年期的重要課題。而性的成熟是誘發它們的重要因素之一。

2 青年期是準備步入成人行列的時期

青年期的基本意義之一，是克服前面談到的「與自我身體的衝突」，而另一個重要意義則在於青年作爲人，需要爲獲得自己固有的生活方式作準備。自我到底是什麼？自己該立足何處，如何爲人？今後要做怎麼樣的人，朝著什麼樣的目標前進？這些都要在青年期確定。埃里克森（E. H. Erikson, 1968）有一個非常著名的結論，他把這種自我獨特的生活方式、自我選擇和自我定義稱爲「同一性」（identity）。任何一個青年都要朝著確立這種同一性的方向，在各種嘗試錯誤的反覆過程中走向成人。但是，這一過程在今天變得異常錯綜複雜和長期了。其最大原因在於迎接青年的成人社會的秩序沒有堅固、穩定的模式可循。成人社會的好壞暫且不論，在它具有牢固的社會秩序的情況下，青年要從忍受嚴厲禁慾的考驗，完成規定的學業，從而確立同一性，成長爲大人。但是，成人社會的質變大大地改變了青年期的性質。

這種性質變化的第一個特點是出現了向成人轉變的過程中伴隨著成長的現象。

笠原（1977）用“Student apathy（學生冷漠）”這個詞來描述青年的這種生活狀態。這個詞可用日語表述爲

「孤獨的學生」、「消沉的學生」、「畢業恐怖者」等，在先進國家的青年中常可發生。雖然這個詞指的是那類永遠沒有毅力讀完大學的學生，然而，實際上在社會上工作的三十歲左右的薪水生活者中也可以看到不少這樣的人。在他們的特點當中，尤其值得注意的一點是他們避忌選擇固定職業。他們的冷漠和缺乏毅力僅限於專業和工作方面，而在其他方面往往比一般人還活躍。總之，這些人就是不務正業不願認真鑽研社會生活所必須的事物，而熱衷於副業。這與過去的青年那種因被要求延遲承擔成人社會的社會責任和義務（心理社會性延緩 Psychosocial moratorium）而感到自卑和內疚，從而渴望早日自立，發奮修業，努力求學的形象形成了鮮明對照。不言而喻，這樣的青年害怕接近確立了同一性的成人。這是因為他們只有不健全的同—性，他們害怕一旦接近成人的健全的或看起來似乎健全的同—性，自己的同—性會遭到更強烈的破壞。

這樣一來就出現了一種明顯的傾向：青年成長為成人的時日，不僅日復一日地推遲了，而且成為成人之後仍想在心理上繼續停留於青年期，或者具有想停留於青年期的無意識的願望。

這種青年期延長現象在歷史上是前所未有的。在今天的青年的生活方式中獨特的探索風格層出不窮。這可以說是第二個特徵。

我們已經說過，所謂青年期，既是發展的概念，也是社會的概念。成人社會所具有的行爲方式、價值體系的變

動，極大地改變著青年的心理結構。

衆所周知，現代社會的第一個特點是高度經濟成長帶來了物質豐富。這就導致了社會的中等階層化和高學歷化。另一方面，信息化社會的到來容許社會價值觀的多樣化，產生了對新的東西和流行物極爲敏感的消費型社會。並且，急速發展的城市化現象徹底瓦解了家庭、地區共同社會的舊有秩序。

即使出現了這種社會的、文化的條件出乎預料地延遲了承擔成爲成人的義務和責任，大大突出了青年的延緩性的地位的現象，我們也不應該感到奇怪。因爲青年的心理社會性的延緩與信息化、消費型社會的特徵相配合，就相對提高了青年的社會地位。於是，高學歷的青年、能夠自由掌握任何價值觀的青年、從舊秩序的羈絆下紓解出來的青年，這樣的青年逍遙地度過了延緩履行一切責任的時期。所謂新的延期履行型的青年就這樣出現了。

上述現代社會的青年的首要特點，與其說是與既成社會所具有的權威，即父母、長輩和既存價值體系同一化，莫如說是與他們拉開一段距離，試圖作爲冷眼旁觀的局外人。小此木（1978）的話貼切地表達了這種特點：當代青年人的理想不是當一個社會的繼承者，而是當一個社會的評論者。由此而引起的第二個特點就是青年本身的自我分裂。在現實中，青年一邊依賴父母、長輩，一邊又站在評論者的立場上作批評，這不能不使青年自我分裂。但是，本人自身的感覺却可歸結爲一個詞，就是「快樂」。既可任意地批評，又無須作堅苦的奮鬥。加之富裕社會的餘暇

和遊玩的意義擴大，必然會使青年享受以快樂為中心的自由。青年期在心理上遊樂的感覺變得濃厚起來，這是第三個特點。

經由上述考察，我們知道現代青年進入成人行列的準備期的內容比之往昔已經發生了很大變化。但是，儘管這一時期的長短和內容有所不同，青年期是為進入成人行列做準備的時期，這一意義是絲毫不變的。

第二節 青年期的發展課題

1 發展課題的意義

哈維格斯特 (R. J. Havighurst, 1953) 首先提出的「發展課題 (developmental tasks)」，其含義如下：

「人為了渡過幸福的人生，在各個時期有在該時期必做的事情，錯過時機就不行。如果能完成各時期的課題，便是幸福的，並且以後的課題也將易於完成；如果沒有完成，本人就會不幸，也會遭到社會的譴責，完成後面的課題也將是困難的。」

就是說，人生就是一個連續完成各個時期應當完成的課題的過程，這種觀點將個人在其一生的某個時期必須獲得的知識、技術和態度叫做發展課題，認為前一階段課題的完成是後一階段課題完成的條件，它具有系列性。

這種見解顯然是以準備或學習最佳期的概念為依據的，但它並不一定重視成熟。把人生或人的發展理解為課題