




教师专业化发展与心理学丛书

# 青少年心理发展与教育

■ 范翠英 孙晓军 主编

QINGSHAONIAN XINLI FAZHAN YU JIAOYU

 华中师范大学出版社

013060159



教师专业化发展与心理

B844.2  
278

- 本书是国家社科基金重大项目“我国儿童青少年人格发展基础性数据库构建研究”（11&ZD151）和“华中师范大学教师教育创新平台项目”（985ZX11）的成果之一
- 本书得到“华中师范大学心理学高等学校特色专业建设项目”的资助

# 青少年心理发展与教育

■ 范翠英 孙晓军 主编

QINGSHAONIAN XINLI FAZHAN YU JIAOYU



B844.2  
278



北航

C1667472

 华中师范大学出版社

## 新出图证(鄂)字 10 号

### 图书在版编目(CIP)数据

青少年心理发展与教育/范翠英,孙晓军 主编.

—武汉:华中师范大学出版社,2012.12

(教师专业化发展与心理学丛书)

ISBN 978-7-5622-5830-8

I. ①青… II. ①范… ②孙… III. ①青少年心理学 ②青少年—心理健康—健康教育 IV. ①B844.2 ②G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 270962 号

### 青少年心理发展与教育

© 范翠英 孙晓军 主编

责任编辑:雷先莲 刘满元

责任校对:刘 峥

封面设计:罗明波

编辑室:高校教材编辑室

电话:027-67867364

出版发行:华中师范大学出版社

社址:湖北省武汉市珞喻路 152 号

销售电话:027-67863426/67863280

传真:027-67863291

邮购:027-67861321

网址:<http://www.ccnupress.com>

电子信箱:hscbs@public.wh.hb.cn

印刷:湖北新华印务有限公司

督印:章光琼

开本:710mm×1000mm 1/16

印张:21.5 字数:362千字

版次:2013年4月第1版

印次:2013年4月第1次印刷

印数:1-2000

定价:38.00元

欢迎上网查询、购书

敬告读者:欢迎举报盗版,请打举报电话 027-67861321



## 总 序

教师通过育人影响社会。加拿大籍华裔学者江绍伦教授曾说过，教师之影响社会的变革与安定，超过其他任何社会团体。对于处在社会大变革和经济腾飞时期的中国来说，不断地造就成批的各类创新型、高素质的人才，是推进我国社会进步和经济持续发展的基本条件。教师，作为高素质人才成长的引领者和推进者，承担着重大的社会责任。

要有高水平的大国教育，必须有阵容强大的高水平师资队伍。自上世纪末以来，教师教育改革开始成为教育改革的重要内容和学界关注的焦点，这是我国社会经济发展进程的必然选择。由此，我国教师培养的理念和实践发生了一系列的变化，例如，原有的三级师范教育制度出现转型，中等师范被取消，同时增加了研究生层次教育（教育硕士）；关注教师职前培养的“师范教育”被重视职前培养、入职教育、职后提高的一体化的“教师教育”所取代；教师培养中的学历教育转变为旨在知识更新、教学研究和业务能力提高的终身教育；教育行政力量驱动的教师培训转变为教师专业成长的自主追求；师资培养开放化，允许高水平综合大学开办教育学院，等等。

贯穿在教师教育改革始终的中心议题是教师专业化。教师专业化应有这样几层含义：一是教师所从事的工作形成了专业，有了自身的标准和规范，有了自己成熟的专业知识体系或技能体系；二是教师从事的职业具有社会认可的专业地位和权利，教师作为专业人员，在其教学活动中具有行动和判断的独立性，就像医生在其医疗活动中具有的独立性一样；三是教师要通过终生学习、实践、反思，不断提高自身的专业能力和职业道德，根据时代和教育科学的发展不断更新知识和技能，表现出适应性和创新性。同时教师群体内亦应有相当程度的专业认同和行业自律，以保证教师职业群体的良好社会形象，维护教师的职业操守。实际上教师专业化包含教师职业的专业化和教师个人专业化发展这两个方面。教师个人的专业化发展、专业素质的完善，是教师职业争取社会地

位和权利、赢得社会尊敬的重要条件。

《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》提出了“严格教师资质，提升教师素质，努力造就一支师德高尚、业务精湛、结构合理、充满活力的高素质专业化教师队伍”的要求。教师专业素质提高的途径是多方面的：①系统的专业知识、技能培训和自主学习，获取理论指导，开拓专业视野。②通过实践获得大量的有组织知识经验；通过反思对自己的教育行为实行监控，区分有效与无效的教育行为，增强教学行动的自觉性。③接受专家型教师督导。④吸收同行工作经验，开展专业合作和交流。⑤开展教学科学研究，增强问题意识，加强对教学行为的理性思考，将教学实践经验上升到规律性认识的高度。

教师专业化发展需要相应的课程体系作支撑。通识教育课、学科专业基础课、教师专业教育课（包括教育理论课和教育实践课）几个模块的设置，大体成为教育界专家和教师的共识。在其中的教师专业教育课程模块中，与教育有关的心理学科群占有重要地位。

科学心理学百多年来的知识积累，尤其是近几十年来的研究成果可以为教师专业化发展提供理论和方法上的支持。心理学知识体系对于教师专业化发展的作用是多方面的，概而言之，一是心理学关于人性、人的心理发展的认识，为转变教师的教育观念，特别是为转变学生观、学习观、人的发展观提供了有益的启示。二是心理学对学习和教学规律的探索，侧重于心理变量、心理过程、心理机制的研究，可以帮助教师更好地了解隐藏在教育措施与教育效果背后的深层机理。三是科学心理学百多年来发展起来的实证研究方法为探讨许多教育现实问题提供了利器，特别是在以人的心理与行为为对象的研究中，心理学对从自然科学中借用过来的科学方法进行了一系列完善和精致化的工作，诸如给变量下操作定义，假设检验的思想，多变量实验设计的逻辑，控制测量误差、实验误差的技术，强调尽可能接近学校教育情境的自然实验法，注重生态效度的研究设计，更有弹性的理论模型和多元统计方法的运用等，这些都为教师从事教育科学研究、逐步成长为研究型教师提供了技术上的支持。四是心理学科群中的儿童与青少年发展心理学、教育心理学、教育社会心理学、学校心理学中的许多专业知识和研究结论为改进教育措施、提高教学效率提供了直接的心理依据。

鉴于上述考虑，华中师范大学心理学院参与“华中师范大学教师教

育创新平台项目”的心理学院全体同仁，决心在我国教师教育发展的新的格局中，围绕教师教育专业化的要求，立足本学科群的知识特点和优势，谋划编写系列心理学教材和教师读本，以“教师专业化发展与心理学丛书”为名结集出版。丛书内容包括青少年心理发展、教育与教学心理、学生心理健康与辅导、教师自我成长和教育研究方法等几个主题。丛书中部分内容可以被高校师范专业和教师培训机构用作教育专业课程的教材；部分内容作为教师读本，可由教师选取用于自主学习。

在丛书编写中，编写者力求贯穿以下原则：增强应用性，丛书篇目的选择和内容主题的确定，瞄准教师专业化发展和学校教育实际的需要；兼顾基础性与前沿性，丛书既介绍各个领域比较稳定的学科知识体系，也注重融入该领域新的学术发现，包括编写者本人对于我国“独生子女”、“留守儿童”的研究成果，对“互联网与青少年发展”等问题的研究成果；注重科学性和实践性，丛书的编写力求理论介绍、学理诠释、资料选用正确、准确、明确、可靠，同时也为教师有效处理常见的课堂问题、学生问题提供应对的方法和技术，将“描述式”的心理学理论与“处方式”的教学措施结合起来。

诸多编写者在成书过程中，或由于投入不够，思虑不周，或由于学力不足，笔力不逮，错误、疏漏在所难免，编写者将在虚心听取广大读者批评意见后认真改进，以求完善。无论如何，如果本丛书在推进教师专业化发展、实现教师自我成长的进程中有所助益，编写者将感到十分欣慰并从中受到极大的鼓舞。

刘华山 周宗奎

2013年3月7日于桂子山



## 自序

和谐社会的构建不仅需要经济上的发展和制度上的完善，更需要人的全面发展。我国青少年群体数量庞大，是未来构建和谐社会的主要力量，他们的心理发展与健康对于整个社会的和谐发展有着特殊而重要的意义，因而需要社会各方面的关注和支持。家庭、学校、社会，不能仅仅重视文化知识的教育，还要关心、爱护和尊重他们，让他们具备健康的心态和良好的心理素质。

青少年时期是个体认知蓬勃发展、人格初步形成的重要时期。关于青少年心理发展与教育的研究受到许多学者的重视，也取得了较多的研究成果，但目前还缺乏系统的归类与整合，《青少年心理发展与教育》一书试图全面地阐述青少年心理发展的特征，为相应教育对策的制定提供依据。本书内容涉及青少年心理发展的多个方面，包括生理基础、认知发展、情绪情感发展、自我发展等，对青少年发展与家庭、同伴关系、学校适应、互联网等因素之间的关系也做了比较充分的分析，还对青少年健康发展提出了一些指导建议，本书的编写体现了如下特点：

(1) 强调本土性。从20世纪70年代起，不同国家和地区的心理学家就开始陆续地进行本土心理学方面的研究，目前已经积累了丰富的研究成果。本书在编写过程中也特别强调本土性，体现在以下几个方面。第一，重视本土的研究成果，在文献选择的过程中，我们秉持“放眼世界、立足本土”的原则，除了选用大量的国外文献，也选择了相当数量的国内文献，通过尽可能多地引用和呈现国内研究成果，期望对于心理学本土化起到一定的促进作用；第二，重视本土青少年的心理发展，本书不仅关注一般青少年群体，也关注一些具有中国特色的青少年群体，如“留守儿童”、“独生子女”等，通过此类群体的介绍，期望向读者呈现中国青少年发展的特殊问题，并引起社会的广泛关注。

(2) 体现时代性。第一，参考文献的时代性，我们特别选取了近些年来的参考文献，期望通过最新文献的解读，向读者呈现本领域的最新

研究进展；第二，研究主题的时代性，处于社会转型期背景下的中国青少年面临一系列发展机遇和挑战，本书期望通过对具有鲜明时代特色的主题（如互联网与青少年发展）的解析，全面反映青少年发展的新问题。

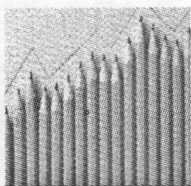
本书融汇了多位编写者的辛勤劳动。各章撰稿者分别是：第一章，概论，孙晓军；第二章，青少年心理发展的生理基础，熊明生；第三章，青少年认知的发展，张凤娟；第四章，青少年情绪情感的发展，王磊；第五章，青少年自我的发展，张春妹；第六章，家庭与青少年发展，范翠英；第七章，同伴关系与青少年发展，赵冬梅；第八章，学校适应与青少年发展，王明忠；第九章，互联网与青少年发展，魏华；第十章，青少年健康发展与指导，平凡。孙晓军负责组织工作和第一阶段的统稿工作，范翠英提出编写思路并负责第二阶段的统稿及最终的定稿工作，谷传华和张永欣完成了定稿的部分校阅工作，研究生程旻曦、蒋春华、赵竞、谢笑春和牛更枫协助主编完成了一些工作。

最后，尽管我们对于本书的编撰提出了较高的标准，但由于水平所限，书中定有诸多不足之处，恳请读者批评指正。我们也会在与本书内容相关的精品课程网站上以适当的形式来弥补书中的不足。

范翠英 孙晓军

2012年11月1日





# 目录

## Contents

### 第一章 概论/1

- 第一节 青少年的界定/1
- 第二节 青少年心理发展的主要理论/3
- 第三节 青少年心理发展的一般特点及规律/15
- 第四节 青少年心理发展的影响因素/25
- 第五节 青少年心理发展的时代特点/31

### 第二章 青少年心理发展的生理基础/40

- 第一节 身体外形的急剧变化/40
- 第二节 性生理成熟与性心理发展/44
- 第三节 青少年性心理问题的应对与教育/57
  - 专栏 2-1 经期心理卫生/59
  - 专栏 2-2 如何面对性压抑/61

### 第三章 青少年认知的发展/68

- 第一节 皮亚杰的认知发展理论/68
- 第二节 维果斯基的社会文化理论/77
- 第三节 信息加工理论/83
- 第四节 青少年认知发展的基本特点/86
- 第五节 青少年智力和创造力的发展/93

**第四章 青少年情绪情感的发展/103**

第一节 青少年情绪情感发展的理论/104

第二节 青少年情绪的基本特点/108

第三节 青少年期一些重要情绪的特点/111

第四节 青少年情绪调节的发展/122

专栏 4-1 情绪调节对自我控制的影响/123

第五节 青少年情绪智力的培养/127

**第五章 青少年自我的发展/132**

第一节 青少年自我发展的特点/132

专栏 5-1 自我的发展——从幼儿期到青少年后期/134

第二节 青少年的自我同一性/136

第三节 青少年自主性的发展/141

第四节 青少年的自我概念和自尊/144

**第六章 家庭与青少年发展/151**

第一节 青少年与亲子关系/151

专栏 6-1 父母教养方式/159

专栏 6-2 留守儿童的现状/162

第二节 青少年期的亲子冲突/169

第三节 青少年发展与家庭功能/177

**第七章 同伴关系与青少年发展/189**

第一节 青少年同伴关系概述/189

第二节 青少年的同伴群体/194

第三节 青少年的友谊与异性交往/206

专栏 7-1 青少年异性交往的教育误区/216

## **第八章 学校适应与青少年发展/218**

- 第一节 青少年学校生活的影响因素/220
- 第二节 青少年学业成就的影响因素/224
- 第三节 青少年的学习特点与学习能力/226
- 第四节 青少年的学校适应问题与应对/228
- 第五节 青少年期的道德教育/236
  - 专栏 8-1 同伴群体的影响/241

## **第九章 互联网与青少年发展/243**

- 第一节 青少年的网络心理与行为/243
  - 专栏 9-1 网络色情对青少年的危害/246
  - 专栏 9-2 网络对青少年自我同一性的影响/263
- 第二节 青少年网络成瘾及其矫治/265
- 第三节 青少年问题行为的网络干预/272

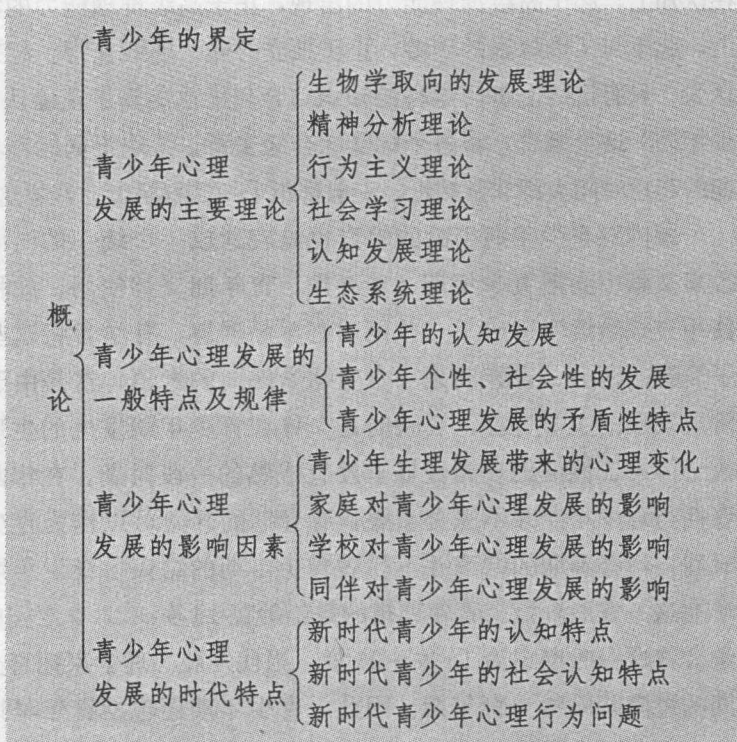
## **第十章 青少年健康发展与指导/277**

- 第一节 青少年常见的心理行为问题与指导/277
- 第二节 青少年积极行为与指导/299
- 第三节 青少年与心理弹性/310

## **参考文献/318**



# 第一章 概论



## 第一节 青少年的界定

“青少年期”（adolescence）一词源自拉丁文“adolescere”，意指“成长”或“趋于成熟”，是介于童年期与成年期之间的成长阶段。在此期间，个体生理上逐渐发展成熟，并要完成一系列比较关键的社会化发展课题，在此基础上，个体的心理和社会性也逐渐成熟，青少年期是一个变化巨大的时期。

在发展心理学中，对青少年期起止年龄的界定有不同的标准，包括生物、教育、社会、法律、认知及情感等各个层面，正是由于采用的标准不同，青少年期的起止时间也有所差别。在生物学上，青少年期起于

青春期的到来，止于生殖能力的获得；在教育上，起于进入初级中学，止于完成正式教育；在社会上，起于开始接受相应的训练，为从事成年人的工作、承担家庭与公民角色做准备的时期，止于完全拥有成人的地位和权利；在法律上，起于少年地位的获得，止于法定成年地位的获得；在认知上，起于高级推理能力的出现，止于高级推理能力的牢固；在情感上，起于与父母疏远的年龄，止于独立的同一感的获得。越来越多的学者认为，只有把以上多门学科的知识结合起来才能真正正确认识、理解“青少年期”这个概念，将各个标准综合起来看，采用不同标准界定的青少年期的起止时间大都非常接近，一般都指十一二岁至十七八岁这一时期。

国内对青少年期年龄的界定也没有达成一个统一的时间标准，并且很多文献中会把青少年期、青春期、青年期交替使用，此种比较混乱的使用方式给读者造成了一些困惑甚至是误解，有学者将这些名词概念作了简要的区分。青春期是一个生物学偏向的术语，这是由于性成熟是此阶段发展的主要特征，反映的是个体在青少年期发生的生理变化，指的是个体第二性征出现到性器官发育成熟的一段时期。在年龄范围上，青春期与青少年期并不完全重叠，青春期的开始可以作为青少年期的开始时间，但青春期的结束并不代表青少年期的结束，青少年期还包括青年早期这一发展阶段。青年期指的是年龄在18岁~22岁之间的个体，也有学者将这一时期定为16岁~26岁，当代发展心理学家把青少年期向成年期的过渡阶段称为青年期，因此，青少年期还包括青年早期。青年早期与青春期具有不同的特点，其一，虽然埃里克森首次提出寻求自我的同一性是青春期的一个重要问题，但现在这个问题却是青年早期所面临的问题，青年早期相当于大学阶段，是自我同一性的探索时期，也就是说在初中和高中阶段青少年在这方面的探索比较少，而在大学阶段他们在这方面会投入更多的精力，同一性的探索期也给了他们在做出恋爱和工作等比较重要的决定之前有探索各种可能性的机会，在这个过程中，他们会进行自我确认、理解自己是谁、自己的能力和局限、自己的信仰和价值观以及他们如何融入周围的世界；其二，青年早期是自我关注的时期，他们自我关注的目标是“自给自足”，学会独立做决定，独立生活，但这个时期他们并不能完全脱离父母，只是在精神上想摆脱父母，但是在物质上却还要依赖家庭；最后，青年早期充满各种可能性，人生方向没有完全确定，他们理想远大，对未来的期望值很高。

但是，并不是所有的文化中都有青年早期这样一个青春期向成年期过渡的时期，青年早期仅仅存在于这样的文化中，即允许年轻人将成人角色（如结婚、为人父母）推迟到至少二十五六岁的文化。开始，青年早期大都存在于美国、加拿大、大多数欧洲国家等工业化发达的国家中，但随着全球化进程的加快，青年早期也逐渐盛行起来（杰弗里·阿内特，2009），如生活水平的提高和观念的转变也改变了中国人的生活模式，告别了以往的“父母之命，媒妁之言”和“工作国家包分配”的年代，当代中国的年轻人也开始有了青年早期的体验。

基于以上分析，青少年期并不是一个完全同质的发展阶段，这一阶段中不同年龄青少年的心理发展水平、特点、发展任务和发展的社会背景都存在着明显的差异，很多研究者认为将青少年时期进行分段比较合适，因此，青少年心理学家通常将青少年期进一步划分为三个亚阶段：青少年早期（11岁~14岁），大致相当于初中教育阶段；青少年中期（15岁~18岁），大致相当于高中教育阶段；青少年晚期或青年早期（19岁~21岁），大致相当于大学教育阶段。

## 第二节 青少年心理发展的主要理论

1904年，“青少年心理学之父”霍尔出版了一本重要的专著，即《青少年：它的心理学及其与生理学、人类学、社会学、性、犯罪、宗教和教育学的关系》（两卷本），这标志着青少年心理学的诞生，同时，也掀起了各个流派的心理学家对青少年心理进行系统研究的浪潮，自此以后100多年来，心理学家们分别从各自不同的角度提出了关于此阶段的不同观点和理论，每个理论对发展的本质及发展的动因都有各自不同的假设，而这些假设就是探讨青少年心理发展的实质和规律的基石。

引起青少年发展的动因是什么？青少年在多大程度上由该阶段的基本变化所塑造，又在多大程度上由个体所处的环境所决定？青少年心理发展过程是连续性的还是阶段性的？以上这些问题就是关于心理发展的主动与被动、天性与教养、连续与阶段的基本问题，是青少年心理发展研究的重难点，对于这些问题的回答，各个理论的侧重点各不相同，对青少年发展的指导偏向也有所不同。归结起来，关于青少年心理发展的理论中影响力最大的主要有以下几种：生物学取向的发展理论、精神分

析理论、行为主义理论、社会学习理论、认知发展理论和生态系统理论。

### 一、生物学取向的发展理论

生物学取向的发展理论偏重于个体内部生理发展的作用，强调青少年期是生理和性成熟的时期，认为青少年发展的主要原因是人类的本能，即生物和遗传因素，这个时期所表现的行为和心理差异是由内在的成熟决定的，周围环境作用的影响微乎其微，其代表理论主要是美国心理学家霍尔的复演说和格赛尔的成熟论。

#### (一) 霍尔的复演说

霍尔是美国心理学的先驱，第一任美国心理学会主席，深受进化论思想的影响，他相信，个体的发展与人类种族的发展具有平行关系，是人类种族进化的复演过程，这一观点被称为复演说。该观点认为，人的一生是种族进化的一个缩编版，以短短几年的时间复演了进化史上漫长的几万几亿年的过程，具体来说，4岁前的婴幼儿复演着动物到人的进化阶段，与物种使用四肢活动相对应；4岁~8岁的儿童期复演着古代人类从事渔猎的阶段，与古代人用工具捕鱼、打猎或搭建避难场所相对应，在该阶段最主要的活动游戏中，儿童常常把玩具当作工具进行各种创造性的探索活动；8岁~12岁的学龄期复演着人类从蒙昧时代向文明时代的过渡时期，和人类生活在农业阶段一样，学习、实践和训练是他们最主要的活动，而这个时期也正是孩子们学习各种科学文化知识的时期；12岁~25岁的青少年则复演着两千年前人类历史所处的过渡阶段，与这个阶段激进与进取并存，充满内部和外部的冲突的特点相对应，霍尔用“暴风骤雨”来形容这一年龄阶段，青少年晚期或青年早期是结束暴风骤雨、开始风平浪静的新阶段的时期，这个时候的个体获得了自己的“个性”，变得更加“文明化”，这与现代文明社会相一致。

在霍尔看来，青少年心理发展的最主要特点是心理动荡起伏，出现了一些非常显著的互相对立的冲动。这种理论忽略了人类的主动性，认为环境的作用极小，把青少年期看成了一个不可避免的躁动不安的时期，而父母等长辈都要将这一现象看作是正常的，社会最多能做的就是找出方法来对那些体内必将导致问题的“狂暴的激素”的青少年加以控制(劳伦斯·斯腾伯格，2007)。

霍尔关于青少年期是“暴风骤雨”时期的观点，促使学术界和社会

大众开始重视并研究青少年问题，开青少年心理学研究之先河，但由于人是“社会人”，就本质来说，人是一切社会关系的总和，所以很多科学家如今都已经不再持青春期必然是一个充满压力、躁动不安的时期这一观点了，许多当代的研究仍然重视生物因素在塑造青春期经验中所起的作用，同时也没有忽视社会文化因素对个体主观能动性的作用。自此之后也形成了两种对立的观点：一是重视生物因素和生理成熟的影响，如格塞尔的成熟论；二是强调社会环境和教育状况的影响，如华生的行为主义观点。

## （二）格塞尔的成熟论

格塞尔是美国著名的儿童心理学家，其最著名的实验是“双生子爬楼梯”。在这个实验中，格塞尔让一对同卵双生子练习爬楼梯，其中一个为实验对象（甲），在他出生后的第47周开始练习，每天练习10分钟，另外一个（乙）在他出生后的第53周开始接受同样的训练。两个孩子都练习到他们满54周的时候，甲练了8周，乙只练了2周。实验结果显示，虽然双生子甲提前6周开始训练，但两个婴儿的爬楼梯能力并没有什么差异。基于此研究结果，格塞尔断定，在儿童的生理成熟之前的早期训练对于最终的结果没有多大的作用。这与现在的胎教、早教观念有些相悖，他虽然认为学习会影响儿童的心理发展，但真正起支配作用的是生理的成熟，环境因素（学习）只是起支持、影响和特定化作用，只有当机体发展到结构与行为相适应的时候，在生理上做好了学习的准备之后，学习才可能发生。在结构得以发展之前，特殊的训练是没有多少成效的。总之，机体成熟预先决定和表现个体的发展，这是一个顺序性的模式。

按照格塞尔的观点，年龄是生物变化的一个相当精确的指标，10岁以前是发展的黄金时期，这个时期儿童的机体组织稳定，发育缓慢，因而心理生活也十分稳定，对别人持信任态度，和父母相处和睦。青少年期，机体内部生理机能逐渐成熟、身体外貌等发生剧变，这会引引起心理上的一系列变化，如情绪不稳定、逆反心理、追求独立等，16岁开始出现稳定状态，具有成年期的模式，个性更加完整、平衡，自我控制能力加强。他认为青少年期的更新、整合和均衡在不断地循环并最终使个体的心理由不成熟走向成熟。



于20世纪40年代至50年代，格赛尔的成熟论在西方红极一时，当时很多父母受到此理论的影响，并以此理论指导对儿女的教育，认为儿童并不是越早进行教育学习越好，而是要根据儿童自身的规律去养育他们，父母应该待孩子的机体做好准备后再进行学习教育，而不是强行将儿童嵌入成人设想的模式之中。

与霍尔的复演论相似，格赛尔强调了生物因素的作用而弱化了环境因素（后天的教育、学习）的影响。当然，单纯用生物学的观点去解释青少年心理发展的规律比较片面和绝对化，我们在承认生物遗传因素作用的同时，也要看到生理上的成熟只是为心理的发展提供了一种可能性，而并不是绝对化的一套程序，要发挥人类的主观能动性将这种可能性转变为现实。

## 二、精神分析理论

精神分析理论是西方现代心理学的主要流派之一，其创始人是弗洛伊德，其具有代表性的观点是弗洛伊德和埃里克森的心理发展理论。

### （一）弗洛伊德的精神分析理论

弗洛伊德是奥地利的精神病医生和心理学家，他认为成年期人格的特点源于生命的头几年，强调个体童年的早期经验在人格发展中的决定性作用。在他的理论中，人格结构分为三个部分：本我、自我和超我。本我遵循“快乐原则”，要求满足基本的生物需要，如果得不到满足则会产生焦虑；超我遵循“道德原则”，使人按照价值观念、社会规范和理想行事，一味追求完美；自我遵循“现实原则”，是本我和超我的调节者，既要满足本我的需要，又要制止违反社会规范、道德准则和法律的行为，自我对外感受现实、认识现实、适应现实，对内负责管理本能冲动和欲望。弗洛伊德认为，只有本我、自我和超我三者保持动态平衡才能保持心理健康，而这三者之中的关键是我，自我在其中扮演着调节者的角色，随着儿童年龄的增长，儿童的自我也会逐渐成熟，这种平衡也逐渐稳定，学会用理性来控制本我需要，不再凭冲动随心所欲。

弗洛伊德研究的对象几乎都是病人，他发现病人的心理困扰主要是童年期压抑的性冲突，但这里“性”的意义很宽泛，代表的是一种内在的本能力量，并用“力比多”将之具体化，他根据儿童在发展过程中力比多的主要集中区域不同将心理发展划分为五个阶段：口唇期（0岁～