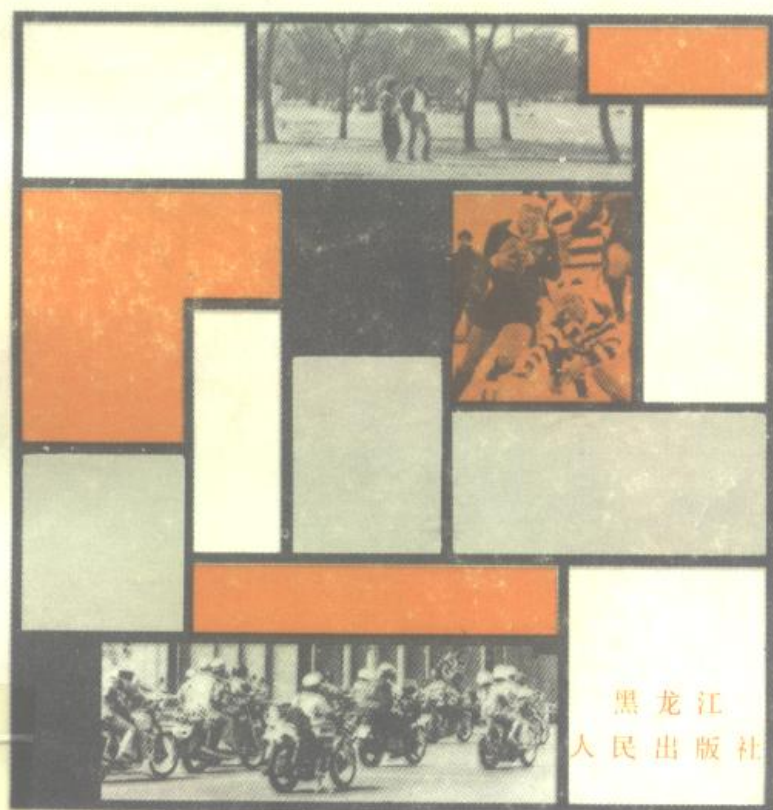


青年心理学

〔日〕关 忠文 编著

王永丽 周浙平 译



黑龙江
人民出版社

B844
15

青 年 心 理 学

〔日〕关 忠文 编著

王永丽 周浙平 译

鲍显洋 校

黑龙江人民出版社

本书根据日本福村出版株式会社一九八〇年四月第一版译出

责任编辑：刘 纯 韩继海

青 年 心 理 学

〔日〕关 忠文 编著

王永丽 周浙平 译 鲍显洋 校

黑 龙 江 人 民 出 版 社 出 版

（哈尔滨市道里森林街42号）

黑龙江新华印刷厂印刷 黑龙江省新华书店发行

开本 787×1092毫米 1/32·印张 64/16·字数 123,000

1982年5月第1版

1982年5月第1次印刷

印数 1—229,000

统一书号：2093·21

定价：0.59元

出 版 说 明

本书是日本大学教授关忠文先生主编的大学或短期大学的心理学教科书。书中介绍了青年心理学这一科学领域的一般理论常识，以及青年心理学研究的目的、意义和方法。通过丰富的统计资料，对青年期的划分，青年的身体发育，性、智力的发育，青年的自我形成、情绪、社会性，以及余暇活动，前途选择，行为问题及青年期的生活指导和当代生活中的青年形象等问题，做了简洁清晰的论述和说明。还适当地介绍了其他国家的心理学家关于青年心理学研究的理论观点，具有一定的学术价值。

翻译介绍这本《青年心理学》，对于我国广大青年学习了解有关青年心理学的知识，更好地促进自己身心的健康发展，以及对于开展我国的青年心理学研究，促进青年工作的科学化，都具有一定的参考价值和借鉴作用。

原书作者关忠文教授特为中译本写了序言，我们在此表示感谢。

黑龙江人民出版社

把这本书献给中国青年读者

——中文版序

“你要了解自己。”——一位希腊哲学家的名言。

青年必须了解自己，只有了解自己，才能使自己在社会中快快成长。

青年心理学是发展心理学的一部分，以青年心理特征为研究对象。学习青年心理学可以帮助正值青年期的人们了解自己。

当然，在不同国家中，青年期的心理是不尽相同的。就是在一个国家内，人们的心理也存在着地区差异。中国是个地域广阔的大陆国家，而日本是个狭小的岛国。两个国家的青年具有独特的青年期。但是，作为人的发展过程的一个时期，青年心理的基本特征是两国青年所共有的。

中国和日本是邻国，我相信通过这本书，中国青年可以进一步了解日本青年。我希望通过这本书加深中日青年的友谊。

关 忠文 1981年9月于日本

序

这本《青年心理学》，是作为大学或短期大学的教科书而编写的。我们在编写青年心理学的教科书时，最苦恼的是如何把作为讲授的部分和作为自学的部分，分别反映在教科书上的问题。一般地说，图表多的部分，适于讲授；文字多的部分，适于学生详细阅读。也许，美国式的青年心理学适宜讲授用，德国式的青年心理学适宜精读用，这种说法更为合适。而这本《青年心理学》则有的章供讲授用，有的章供学生精读用。但是，就是作为讲授的部分，也希望学生尽可能详细阅读，并希望回顾一下自己的青年期。心理学的知识，是从——那些自己经历过的事情及自身的理解和体验——才为自己所掌握的。如把心理学的知识作为外来的知识对待，那么就掌握不了心理学。无论谁都经历过青年期，因而“青年心理学”不管是美国式的，还是德国式的，都希望不要以外来知识来对待。

还有，在大学或短期大学学习《青年心理学》的目的，是为了取得教员资格，获得教职，因而希望各位象高中时代复习高考那样，再次倾注全部精力进行学习。

最后，对于帮助编辑索引的日本大学文理学部心理学研究室各位实验助手，以及对本书的出版给予热心支持的福村出版社表示感谢。就以上面这些话，作为本书的序言吧。

关 忠文

于日本大学三岛学园校园

1980年3月

目 录

把这本书献给中国青年读者——中文版序·····	1
序·····	2
第 一 章 什么是青年期·····	1
第一节 青年期的意义·····	1
第二节 青年期的一般特征·····	3
1. 身体的迅速发育 (3) 2. 性的成熟和对性的兴趣 的增加 (3) 3. 智力的变化 (3) 4. 自我的发 现 (4) 5. 社会性的缺乏和社会地位的过渡 (4) 6. 感情生活的动摇和不安 (4)	
第三节 青年心理学研究的目的和意义·····	6
第四节 青年心理学研究的历史·····	6
第五节 青年心理学研究的方法·····	8
1. 观察法 (9) 2. 实验法 (9) 3. 测验 (试验) 法 (10) 4. 通信调查法 (10) 5. 日记法 (10) 6. 其它研究法 (11)	
第 二 章 青年的身体发育·····	12
第一节 身体形态的变化·····	12

1. 身体形态在不同年龄的变化 (12)	2. 身体各部位的发育差和体型的变化 (14)	3. 其它的身体变化 (16)
第二节 发育加速现象.....18		
1. 体态的年度变化 (18)	2. 发育年龄的早期化 (20)	
第三节 运动能力的发展.....23		
第三章 青年的性发育.....25		
第一节 性的精神分析.....25		
第二节 第二性征的出现.....27		
1. 第一性征 (27)	2. 内分泌腺的构造 (28)	3. 第二性征 (30)
4. 关于成熟期的前倾问题(34)		
第三节 青年的性行为.....35		
1. 异性爱 (37)	2. 同性恋 (37)	3. 自我爱 (40)
4. 手淫 (40)		
第四章 青年的智力.....42		
第一节 智力发育的意义.....42		
第二节 智力的发育.....43		
1. 智力的含义 (43)	2. 智力发育的倾向 (44)	
3. 智力发育成熟的主要因素(47)		
第三节 记忆力的发育.....49		
1. 机械记忆和逻辑记忆 (49)	2. 听觉记忆和视觉记忆 (51)	
3. 青年期以后的记忆 (53)		
第四节 思考能力的发育.....54		
第五节 创造性.....57		
第五章 青年的自我.....60		
第一节 青年期的发育课题.....60		
1. 两种发育观 (61)	2. 发育的课题 (61)	3. 埃里

克森的发育阶段论(62)	
第二节 青年期的自我形成·····	67
1. 自己与他人的分化和不稳定感 (67)	
2. 同一化和同一性及其扩散 (68)	
3. 自我的确立 (69)	
第六章 青年的情绪·····	72
第一节 情绪的性质·····	72
1. 情绪的概念 (72)	
2. 情绪分化的一般倾向(73)	
第二节 青年期的情绪·····	76
1. 青年期情绪的一般特征(76)	
2. 青年期的主要情绪(77)	
第三节 情绪成熟的标准·····	80
第七章 青年的社会性·····	83
第一节 社会性和社会的发展·····	83
1. 青年期的社会性 (83)	
2. 青年期的展望(84)	
第二节 青年和家庭·····	86
1. 与父母在心理上的“离乳”(86)	
2. 父母和子女间的矛盾 (87)	
3. 和兄弟姐妹的合理相处 (88)	
4. 健全的家庭(89)	
第三节 青年和朋友·····	90
1. 朋友关系的意义 (90)	
2. 青年期的朋友关系(91)	
3. 朋友的选择 (92)	
4. 和朋友的关系(93)	
第四节 青年和教师·····	94
1. 在青年期教师的意义 (94)	
2. 理想的教师形象(95)	
第八章 青年的余暇活动·····	96
第一节 什么叫余暇活动·····	96
1. 余暇活动的历史变化 (96)	
2. 余暇活动的概	

念 (98)	3. 余暇活动的分类 (100)	
第二节	生存意义和余暇活动	102
1.	什么叫生存意义 (102)	
2.	青年的生存意义和余暇活动 (106)	
第三节	青年余暇活动的现状	108
1.	在生活时间上的特征 (108)	
2.	青年余暇活动的特征 (112)	
第九章	青年的前途选择	115
第一节	青年的职业性发展	115
1.	职业性发展的理论 (115)	
2.	自我概念的形成和探索 (120)	
第二节	前途选择指导的可能性	121
1.	前途选择指导的意义 (121)	
2.	前途选择指导活动 (123)	
3.	青年期前途指导的课题 (125)	
第十章	青年的“有问题的行动”	128
第一节	适应行动和“有问题的行动”	128
1.	适应和不适应 (128)	
2.	适应异常和“有问题的行动” (129)	
第二节	青年的“有问题的行动”(I)	130
1.	神经症 (130)	
2.	精神病 (131)	
3.	精神病质 (133)	
4.	学校恐怖症 (135)	
5.	学生冷漠症 (136)	
第三节	青年的“有问题的行动”(II)	136
1.	不良行为的概念和战后的动向 (136)	
2.	当代青少年不良行为的状态及其特征 (138)	
3.	不良行为的背景 (140)	
第四节	青年的“有问题的行动”(III)	141
1.	从统计看到的儿童与青年的自杀 (141)	
2.	自杀的	

原因和动机 (143) 3. 自杀的流行现象 (146)

第十一章 青年期的生活指导147

第一节 青年期和生活指导147

1. 对青年期的理解和生活指导 (147) 2. 什么叫生活指导(149)

第二节 青年的烦恼及其解除法154

1. 青年期的烦恼 (154) 2. 青年期烦恼的解除法(155)

第三节 生活指导室的问题157

1. 生活指导室的工作概要 (158) 2. 生活指导室的受理会面 (159)

第十二章 当代生活中的青年形象163

第一节 当代人的社会形象163

第二节 隔绝中的青年167

第三节 “莫拉特里亚姆”和青年169

参考文献172

人名索引176

事项索引178

编者185

译后186

第一章 什么是青年期

人的一生，是人的生理、心理在社会中发育、成熟，然后衰退的过程。身体和智力发展的高峰阶段，就是青年期。

第一节 青年期的意义

从发展心理学的角度看，正如各个发育阶段所显示的那样，青年期处于儿童期与成人期之间，具有从儿童到成年人“过渡期的存在”的特点。那么，青年期作为人生的一个时期，具有什么重要意义呢？这要从多方面进行考察。首先遇到的是青年期从什么时候开始，到什么时候结束，也就是从几岁到几岁为青年期的问题。在青年期年龄划分上，由于各个国家的社会条件和文化等不同，又由于学者们研究的目标不同，因而青年期年龄的上限和下限，存在着一些差异。例如，有的以身体的发育为中心，有的以精神构造的变化和特定的精神机能的发育为重点，还有的根据学校制度划分。所以，青年期的长短，在不同国家和不同学派中是不尽相同的。但是，既然青年期是过渡期的存在，就可以说：“已经不是孩子了”，已经脱离了孩子们的群体。又可以说：“还不是成人”，

还常常被排斥于成年人行列之外，事实上是个中间群。因而，青年期作为人生的过渡期，在社会上没有明确的地位。这一点，概观我国对处于青年期的人们的各种规定，是显而易见的。例如，民法规定了结婚许可年龄，劳动基准法规定了就业年龄和工作年限。其它如取缔有伤风化营业法、禁止未成年者饮酒（吸烟）法、公职选举法等中，都有有关年龄限制的规定。

处在青年期旋涡中的年轻人自己，可以说正值人生的飞跃年代，这是个向成人期过渡的重要时期。然而，一方面，由于文化水准、社会规范的变化和时代的历史推移，把人生中哪一时期作为青年期，各个时代也是不尽相同的。例如，在未开化社会，从儿童向成人的过渡，与现代文明各国的现状相比，迅速得难以令人想象。可以说，几乎没有青年期。在日本，武士执政的时代，元服制度^①把十五岁以后的人就看作成人，这与未开化社会的青年观没有什么大的差别。另一方面，种族间和国家间的青年观也有很大距离。中国诗人陶潜（陶渊明 365—427）在一节杂诗中咏道：“盛年不再来”。这里的“盛年”就意味着年轻、旺盛期的意思。从发展阶段来考察，这句话无疑向我们暗示了：在从儿童期经过青年期，到达成人期，这一漫长时期中，青年期是人生的重要时期。

① 元服制度：日本古代贵族阶层男子的冠礼制度。——译者注

第二节 青年期的一般特征

1 身体的迅速发育

在青年期，由于初中时代，正当第二伸长期，高中时代，正当第三充实期。所以，身高和体重都明显增加，身体迅速发育成熟。这时候，运动能力也发达起来。这个已经象成人的身体，给予了青年自身十分重要的意义。

2 性的成熟和对性的兴趣的增加

由于脑垂体及生殖腺（性腺等内分泌腺）开始活动，第二性征出现了。第二性征的出现，是青年作为男性，或作为女性发生变化的“第二次诞生”。与此同时，男子气质和女子气质也都明朗化了，这是第三性征的表现。我们还可以看到以性作为基础的，与异性关系的发展。

3 智力的变化

智力可以说是在青年期成熟起来的，与智力成熟的同时，理智也发展到了新的阶段。也就是说，对事物的看法和思考问题的方法发生了变革，出现了合理的、抽象的和怀疑的思考。所谓合理的思考，并不是符合逻辑的合理性，而是有着强烈自我意识的，以自我为中心的利己的合理性。另外，对事物抽象的看法和思考方法，也易于远离现实，流于空想。因而，青年人往往容易陷入用非社会、反社会、不成熟的推理方式进行思考。

4 自我的发现

随着精神上，社会上对自我的发现，在青年中出现了不仅反抗父母，而且反抗教师和社会的现象。初中时代的青年人，由于身体和智力的不成熟，这种反抗常以虚张声势而告终。而从高中时代的后半期开始，不论在身体上，还是在智力上，都已能象成人那样发挥了，所以动不动就表现出象“英雄”那样的反抗，象这样在青年期独特的反抗期，叫做第二反抗期。

5 社会性的缺乏和社会地位的过渡

青年缺乏与社会条件相协调的思考力、感受力、行动力等。因而青年期也是要获得新的社会地位并使其巩固的变化期、过渡期。青年有着中间人（周边人）的不稳定性。我国法律规定：“身心完全成熟，有完全行动能力的年龄（被许可行使法律上的权力的年龄）……以满二十岁的人为成年人。”还规定：“在未成年的人中，如已婚配，也视为成年人。”在越来越复杂的现代社会，青年的地位也更加复杂。

6 感情生活的动摇和不安

青年的感情（情绪）生活，被称作“疾风和怒涛的时代”。他们的感情，表现着强烈、动摇、不协调的特色。因而，也是正体验着人生中感情最激烈的时代。常常非常明显地表现出冲动和幻想，经常出现断断续续的不稳定状态。这种不安定的心境，如果没有朋友及出主意的人帮助，如果和孤独感结合，就会引起更大的不安。

除此之外，在青年期，还出现了自我的扩散；情操的发展；自我同一性的确立；由于冷漠而引起的不良行为；交友关系的扩大和深化；人生观的确立；伴随职业意识发展的人生设计；随着智力发育，积极扩大自己的文化领域……等现象和特征。青年期作为从未成熟走向成熟的过渡期，就必须有在这个阶段所要达到目标的设想，和要到达目标的各种各样的课题。这种人类社会生活中的课题，在某种意义上，也是形成现代社会所希望的人的人品标准。这些青年期的发展课题，是一些必须从青年的身体方面、心理方面和社会方面等一切领域进行研究的课题。

在这些课题中，有懂得并理解男女的社会分工、与同年龄异性建立新的关系、从成人开始的感情独立、与父母在心理上的“离乳”、职业选择的准备、结婚和家庭生活的准备、掌握作为公民所必要的知识和技能、实行有社会责任感的行动、具有标准的价值观、伦理观等等。这些课题还可以概括如下：①从家庭监督中的独立；②与朋友适当的交际；③与异性适当的接触；④人生观和价值观的确立；⑤对未来生活设计的推进。这些课题如能完成，而且能顺利适应，那么就大致向“成人”发展了。

但是，如果陷入某种不适应中，那么对心、身都是有害的。关于青年期发展课题的基本点，是要在青年期结束时完成上述课题，从一切不适应中摆脱出来，为了更好地完成作为一个社会人所应尽的义务，做好准备工作，这是非常重要的。