

青年心理学

王 垒 编著

光明日报出版社

青年心理学

王 垒 编著

光明日报出版社

青年心理学

王 垒 编著

光明日报出版社出版发行 新华书店经销

北京怀柔教育局印刷厂印刷

787×1092毫米32开本 8.5印张 185,000字

1989年3月第1版 1989年3月北京第1次印刷

印数00,001—10,400

ISBN 7-80014-391-0/B·0016 定价3.60元

目 次

第一章 绪 论	(1)
第一节 起笔之言.....	(1)
第二节 青年期素描.....	(3)
第三节 研究青年的意义.....	(8)
第四节 青年研究概略.....	(10)
第二章 发展的原理及有关因素	(16)
第一节 青年期发展的原理.....	(16)
第二节 影响发展的因素.....	(29)
第三章 青年的需要和发展任务	(34)
第一节 需要的意义和性质.....	(34)
第二节 人类的基本需要.....	(37)
第三节 青年期的发展任务.....	(43)
第四章 青年期生理变迁	(52)
第一节 身高、体重的变化.....	(52)
第二节 性发育.....	(55)
第三节 其它生理变化.....	(62)
第四节 躯体差异——体格与人格.....	(63)
第五节 力量与技能.....	(64)
第六节 青年期健康.....	(67)
第五章 认知与智能	(70)
第一节 基本认识.....	(71)

第二节	青年期的认知与智力发展	(76)
第三节	创造力与发散思维	(80)
第四节	智力发展的差异	(83)
第五节	智力发展对人格的影响	(87)
第六节	弦外之音	(91)
第六章	青年的自我	(94)
第一节	自我概念	(94)
第二节	同一性	(97)
第三节	青年期认同	(106)
第七章	情绪	(112)
第一节	情绪的含义	(112)
第二节	情绪因素	(116)
第三节	情绪发展	(123)
第四节	情绪变态	(137)
第八章	社会化的发展	(143)
第一节	青年期的社会化	(143)
第二节	社会化的因素	(148)
第三节	青年期社会化的阶段	(156)
第四节	社会化的不连续性	(159)
第九章	性发展	(161)
第一节	性心理及发展因素	(161)
第二节	性意识的发展模式	(169)
第三节	现代性态度与价值观	(170)
第四节	性行为及其调节	(174)
第十章	青年与家庭和父母	(179)
第一节	危机与冲突	(179)
第二节	消极的家庭影响	(188)

第三节	有益于青年的家庭·····	(192)
第十一章	同伴关系与同伴文化 ·····	(196)
第一节	同伴关系与同伴文化的意义和作用···	(196)
第二节	青年期的同伴关系·····	(201)
第三节	友谊·····	(204)
第四节	社会的接受、忽视和拒绝·····	(206)
第十二章	道德、价值、观念 ·····	(209)
第一节	道德的意义·····	(209)
第二节	道德与认知·····	(211)
第三节	变化的社会要求·····	(215)
第四节	道德价值与内在心理冲突·····	(217)
第五节	道德的相对性、自我同一性及社会变 化·····	(218)
第六节	社会政治观的发展·····	(220)
第七节	建立人生观·····	(223)
第十三章	适应社会：公民化与疏离 ·····	(226)
第一节	走向社会·····	(227)
第二节	青年对社会的认识与态度·····	(235)
第三节	青年犯罪·····	(241)
第十四章	青年人的婚姻 ·····	(247)
第一节	建立自己的家庭·····	(247)
第二节	恋爱·····	(255)
第三节	夫妻关系·····	(258)
第四节	婚姻幸福的因素·····	(261)

第一章 绪 论

第一节 起笔之言

人类向来十分器重自己的年轻一代。只有年轻人被视为一份珍贵的厚礼，藉此、人类得以将自混沌初分之际开始的艰难困苦的征程所赢得的全部成就馈赠于今世。也正是在每一代青年人的身上，我们看到了文明的未来，看到了人类的未来。

人类器重青年人还有其主观感情上的原因。当人们试图去说明、去把握一个人的整体生活时，总是不由自主地把着眼点放在他的青年时代，因为青年时代被认为是这样的一个时代：一个确立同一性（即认识自我）的时代，一个成就事业的潜力达到巅峰的时代，一个充满热情与活力的时代，在这岁月中，人们所建立的友谊、产生的爱情、满怀的幻想，在心灵中留下了永不磨灭的痕迹。我们时常会思考是否我们曾给时代注入了新的生命力，是否我们实现了我们的潜能，是否我们实现了自己的期望或梦想。每当这时，我们都不可避免地回首往昔，而我们思想的光芒总是更多地青年时代上聚焦，这里有我们最深沉的回忆，无论它带着光辉还是伤感，都被永远珍重。

无论是对于社会还是对于个人，青年的意义仅在于：不管从什么时代角度去考察，它都联系着过去、今天和未来。青年宛若一面镜子，我们由此所看到的决不只它本身，而且有我

们指向过去的欣慰或懊悔，指向现实的满足或挫折，指向未来的期望或恐惧。也许这正是人们关心、研究青年的一个原因：人们要寻求一面镜子，去检查历史、反映现实、借鉴未来。

青年对于我们生活的意义既然如此重要，人们自然对青年投入了大量的研究，并在发展心理学的领域中，形成了专门的分支——青年心理学。在对青年的研究中，在如何认识青年特别是现代青年的问题上，形成了两种很不相同的观点。一种观点认为青年的世界与成人的世界是冲突的。我们经常听到这样的议论：今天的青年人不安分，一味地找麻烦；他们追求性乃至整个个性的解放，很少有理想，强烈而激进地批判成人文化的价值观与生活、道德标准，并与成人一代相疏离。在有些成人的眼里，青年人几乎是“社会的敌人”。

另一种观点则把青年视为促进社会变革与进步的动因，认为青年人总是较之以前的任何一辈都更聪明，更具长处；他们富于纯真的幻想，更开放、诚实、有毅力；他们从不隐瞒、压抑他们的态度和信仰，同时富于爱心和责任感；特别是今天的青年，他们更多地关心社会，对教育、社会政治有自己的见解，追求变革，因而社会未来的希望就把握在他们手中。

无论是哪种观点，无论所注重的是青年人的长处还是短处，它们都没能向我们展示出青年的完整的轮廓。任何一个学者所作出的结论或判断，都只是以他所接触、掌握的事实为依据。这很难甚至可以说不可能描述出青年的真正面貌。

要想整体地把握青年，得到对青年的完整的认识，我们就必须从发展的过程中去考察青年的生理、心理的结构及其变化，并从不断变化的社会文化状况及时代背景的基础上去考察青年的行为。只有这样，我们才能达到一个目的——也

是青年心理学和本书的目的——完整地认识青年，把握青年的全部特征及青年的发展规律，达到对青年的理解和对他们行为的公正的判断及相应的预测和控制，从而开辟一条通达青年之心的道路。

第二节 青年期素描

一、青年期始末

青年期以思春期的开始为起点，以成熟过程（包括生理上和心理上的）全面的结束为终点。

青年期在年代学上介于儿童期与成年期之间。这里，我们不作青年与少年，青少年与童年之类的区分。这里的青年期广义地包含了通俗意义上的青年与少年。从发展心理学看，青年期是指自儿童转变为成人的整个成长过程。

思春期，严格地说，是一个生理学意义上的概念，它是指性的成熟期和躯体的成熟期。思春期的开始几乎能被准确地确定，因为它有着明显的躯体外部特征的变化，即第二性征的出现，包括唇、腋、耻骨部位体毛的生长，男性喉头的突出和女性乳房的隆起等。

思春期的开始因人而异、因性别而异。一般说来，女孩子的思春期开始较早，10至12岁便可开始，男孩子的思春期略晚，约在12至14岁才开始。就同一性别而言，思春期开始的早晚有很大的个体差异。有的11岁便开始，有的甚至要晚4或5年才开始。

这里所指的成熟不仅包括身体发育上的生理性成熟，而且包括情绪上的和社会性的成熟，并获得一定的经验、能力以及充当成人的角色。成熟的完成同样因人而异、尤其受社

会文化的影响。在有的地区、时代、社会中，一个人可能在16岁时便俨然一个成年人，而在另外一些情况下，一个人可能长期处于青年人的甚至童年式的心态中，直至渐近30甚至30岁出头方才成人。

由于思春期的开始和成熟的完成均有很大的个体差异，因此青年期的长短并不很明确。从整体来看，大致可以说，青年期自12至14岁左右开始，到20至25岁左右结束。这里，我们不把年龄限定为一个绝对的时间点，而是给出一个范围，这是因为对于任何一个具体的个体而言，一个所谓确切的年龄界限并无实际意义。

必须明确这样一点，青年期不同于思春期。如果我们都共认思春期基本上是一种生理现象的话，那么我们应视青年期为一种心理的和社会的现象。青年期这一现象的源起固然建筑在生理变化的基础之上，但它更多地受到社会文化的影响，它是在社会文化的背景上展开的。因此，我们可以说，青年期是时代和社会文化的产物。如果我们把一个青年置于单纯的教育环境，延长他的教育直至其取得硕士或博士学位，那么无疑他的青年期会大大延长。但在军队服役给青年提供了一个机会，能在较小的年龄扮演成人的角色，这使一个人能在18岁甚至更小的年龄时便结束青年时代，走向成人。

二、青年期的独特性

一般说来，我们对人类行为的普遍性认识同样也适用于理解青年。然而，青年期毕竟是生理发育和心理发展中的一个特定时期，它无疑有特殊性的一面。即便青年人与其他年龄的人有着同样的问题，其程度及表现形式也有所不同，即便青年人与其他人有着同样的需要，其需要的迫切性和强度也会有所差别；至于青年人还具有独特的需要，特殊的问

题，则更不待言。具体讲，青年期有四个独特的方面：

1. 青年期是自儿童走向成人的转换时期，这一时期在其首尾两端会同童年期和成年期有或多或少的重叠，这使青年在某些方面既带有童年期的特点，又具有成年期的征兆。一方面青年人已太大而不得不放弃对巧克力、玩偶的渴望，另一方面，他又太小而不能独立承担一项具体的实际工作；一方面他已太大而不再放任自己肆意的哭闹或撒娇，另一方面，他又太小而不能独立作出判断和抉择。青年人追求独立，但不具备独立生活的能力特别是经济上的保证；有肩负起责任的意识，但还无力于承担行为的后果；寻求自己的价值体系，但尚无稳定的模式；期望能充当成人的角色，但还缺乏充分的经验。所有这些，构成了青年这一转换时期的双重特征：青年是带着孩子气的成人，是有成人味的孩子。青年是人生中的重要转折点。

2. 青年人和其他所有人一样，受其所处的社会文化的影响，都面临着一个适应环境的问题。但青年的适应问题有其自身的特殊性。在青年期以前的童年期，面临的是由家庭到学校的适应问题，而在青年期，面临的是从学校到社会、到工作的适应，或者是由中学进入到大学甚至更高教育层次的适应问题。这些适应问题给青年带来了特殊的紧张体验。

3. 青年期迅速而特殊的生理变化会造成应激，这又反过来进一步诱发心理问题。青年期人们在形体、相貌上均有显著变化。这对自我认识带来冲击。性成熟产生的前所未有的欲望和冲动可能引起青年的紧张或困惑，对性驱力的压抑可能引起焦虑。所有这些都是青年期所面临和必须以这样或那样的方式予以解决的问题。

4. 青年期有特定的发展任务，就象儿童期必须掌握相

当的动作技能、获得本民族的语言、萌生自我意识和最初的道德价值观一样。当且仅当青年完成了这些任务（在下一章中将详尽阐述）后，他才最终结束了他的青年时代，才有资格和能力步入成人。

三、青年期的重要性

人的发展贯穿于整个人生，但就发展速度而言，自成年期起便大大下降。青年期则是最后一个迅速发育和发展的时期。由于这一时期有着极为重要的心理与社会性发展，因此，青年期有极大的可塑性。任何一个想要拥抱未来的人，青年期正是他最大限度地伸开臂膀的时候。他要去进一步发现自己的世界，开发这个世界；要达到个人与社会环境的协调；要固化自己的思维和行为方式，形成稳定的人格；要寻找或确定自己在世界中的特殊位置；要获得一整套观念体系。如果放弃这一时期的可塑性，也就在很大程度上放弃了未来。

青年期重要性的另一体现在于它是人跨入社会的一个重要准备阶段。现代社会技术、科学高度发展，整个社会的知识结构发生了巨变，带来了社会产业结构乃至社会本身的结构变革。从某种意义上说，这种变革带来了新的适应问题并增加了适应的难度。幸运的是，即将步入社会的青年人在其青年期有最多、最丰富的机会去完成这种适应社会变革的准备，他们要学习在变革的社会中怎样有效而充实地生活，怎样在变幻的环境中作出正确的行为，怎样充当一个适宜的角色，并达到对环境的把握。青年人最善于洞察社会环境的变化，但青年人还应明了了这一点：他们的未来正是建筑于青年这一准备时期所发掘出的自身的长处和优势的根基之上。

青年期的重要性还体现在它决定了一个人将有着什么样的归宿，至少是在一定程度上。青年人有着广泛但多变的

兴趣，但随着年龄的增长，他们的兴趣变得日渐稳定。他们的最后选择、他们兴趣的最后聚焦点，伴随他们所形成的整个人格构造，一同决定了他们今后的生活与生活方式。青年时期需要确立并追求一个目标及自身应有的同一性，要在心理健康的条件下发展独立自主和开明的态度，并尽可能开发个人的潜能，这样就为青年人成功地走上社会奠定了良好的基础。

一般地说，社会的变革往往是由青年人及那些葆有青春的成人造成或促进的。这是因为，一个人一旦进入成年，常变得保守和随和，希望维持和固守他们业已习惯了的社会。而青年人则更乐于寻求变化。他们所希望的和成人相反，不是安于去适应社会，而是要以自己的方式生活，并使社会接受和适应自己的活跃的生命力。一旦这种生命力被社会接受，它便会给社会带来新的生机。当然，这种生命力可能不被社会所接受，这就造成青年与社会的冲突。从某种意义上说，青年的勇气和幼稚是孪生子。一方面，青年的勇气、他们的锐意进取的精神会有益于社会；另一方面，青年的冲动、幼稚、对社会的不适应又可能构成社会的不安因素。因此，指导青年使他们最大限度地发挥有益于社会的长处而避开短处，具有突出的重要性。

全面而论，青年的适应问题远不止是适应社会的问题，有关学术倾向、同伴关系、接受教育、选择职业、选择配偶、形成价值观、协调更为广泛的人际关系等诸多方面，都存在着适应问题。从这个角度来说，青年期的重要性也是在于要在这一时期中准备更好地去面对和解决这些问题。

第三节 研究青年的意义

一、预测和控制行为

青年心理学的研究的重要意义，是能预示关于青年这一对象将会发生什么，并提供一系列针对可能发生的事情的应对之法，从而达到对青年行为的控制或把握的目的。当然，人类行为的控制绝然不同于机械运动的控制，而且，也不要指望能通过“控制”完全杜绝异端思想与行为。这里所说的控制，是指通过检查行为的原因来提供一个线索，使我们能够预想并设置能改善行为的环境或环境的变化。要得到这样一种线索，关键在于我们要揭示影响行为发展的因素和规律，通过对这些因素和规律的把握，我们便希望去改变有关的行为，从而提高青年及他人获得满足感的可能性。

青年心理学的研究还应促进行为常模的变化。所谓行为常模：是指在特定社会背景下特定的社会集团或阶层或群体中的人所普遍具有的共同的行为模式，它反映了人的行为的共性的一面。如果社会环境发生了变化，旧有的行为常模由于不适应新的环境而失去了有效性，那就必须发展、建立新的行为常模。譬如说，前几年，中国的中学生们向往高等学府，崇尚高等教育。于是勤奋考学便成了普遍的行为模式。但近一、二年来，由于商品经济的冲击，教育的不够发达以及受教育者涉足于社会的艰难等原因，相当一部分的中学生把眼光转向于经商。旧有的行为常模在动摇，它或者彻底崩溃，或者分化出新的行为模式而维系一种平衡。就我们的研究而论，它应能帮助、促进行为常模的调整或变化，使之适应变化了的环境，或者通过建议和促进环境的变化去影

响和改造旧有的行为模式。

二、帮助青年健康地发展

青年心理学的研究能为青年提供良好的建议，帮助他们解决适应问题。当然，适应并不意味着屈从于来自于社会的或个人的压力，而是意味着要学习控制自己的冲动，并明了这种自我控制有益于自己 and 他人。或者更明确地说，我们的研究有助于青年达到道德上的成熟。

我们的研究还要有助于青年既认识到自己的能力并付出努力去发展它们，又认识到自身能力的局限性，并能从可能产生的忧郁中解脱出来，健康地面对生活。

我们还要通过我们的研究向所有接触青年的成人们呼吁，敦请他们以满怀的热忱去关心和理解青年，尽他们的能力去直接或间接地帮助青年，使青年们能更轻松舒畅地完成自己的发展任务。

三、“掌握未来”

“谁掌握了青年，谁就掌握了未来。”这句早已广为流传的至理名言也深为心理学家们所赞同。而青年心理学的全部成就，归根到底，其意义也就在于帮助人类“掌握未来”。

现代青年正生活在我们历史中最伟大的科技进步时代。在这个时代中，社会教育、职业结构、人们的理想、价值观、道德意识等方面都在发生着深刻的变革。我们的青年正面临着挑战。他们必须对自己在**新世界**的角色作出聪明的选择。他们必须确认、建立一定的道德规范，以适应所生存的社会的要求。他们应当把青年期视为一种机会，一种去掌握当代最先进的知识的机会，并利用这个机会在语言、文学、艺术、科学诸方面的熏陶下培养自己感情的力量；为了成功地应付面临的挑战，他们还需要有大众媒介（电影、电

视、广播、报刊、书籍等)和**家长、教师乃至政府领导者们的帮助**，这些成人应被青年推为榜样，并为青年树立公正、道德和友谊的样板。此外，青年们还必须学会承担责任，因为他们有选择的机会；即使他们不能选择将发生什么，也能选择如何对已经和将要发生的事情作出反应。既然他们能学会做自己的主宰，也应学会对自己以及对社会负责。

所有这一切，都有赖于青年心理学提供一系列最佳的建议或抉择的依据。或许通过青年心理学的帮助，我们能使成长起来的每一代青年都成为我们社会最值得信赖和最有能力的人。

中国是个幅员辽阔、资源丰富的国家，这始终是我们的骄傲。然而，我们应把最值得庆贺、骄傲的对象授之于青年一代，他们是我们国家最宝贵的财富，他们能使物质的资源转变为我们现代化的硕果。这也就是我们所企望的未来。

第四节 青年研究概略

青年心理学科学而系统地研究的历史不过百年，但从广义上讲，人们对青年的研究有着很长的历史。

远在耶稣基督诞生数百年前，埃及人已经把思春期的开始之年视为青年期的开端，这一区分至今仍是人们界定青春期的依据。

在古希腊，柏拉图指出了儿童与青年期的社会化现象，认为在这一发展时期中比在任何其它阶段里都更易被外界的思想、风尚、习俗所影响。亚里士多德对青年的特点甚至作了相当详尽的阐述，他指出：青年人好幻想，并准备为其幻想的实现付诸行动；但青年人的兴趣多变，他们的愿望来得

强烈，也变换得迅速。青年人热情、急躁，常被自己的冲动所俘虏；他们的雄心与抱负使他们缺乏容忍，些微伤害也会引起他们的恼怒……他们更崇尚名誉和胜利而不是金钱，他们好善乐施，因为他们很少目睹罪恶；他们满怀真诚与信赖，因为他们在生活中尚未真正体验挫折……

即使在2000多年后的今天，我们重温亚里士多德的这些论断时，也不禁为它的精辟而叹服。而当我们由此了解到人类对青年的认识竟如此久远和深刻时，难道不更增添了我们发展这一认识的信心与责任吗？

现代青年心理学在其近百年的发展历史中，积累了大量研究资料。它们从不同的角度、立场出发，采用了不同的方法，试图最终抵达青年心理世界的最后殿堂。我们至今乃至今后也不敢妄断最终的目的是否达到，但我们至少可欣慰地看到，诸多的研究已形成了不同的流派或观点。如果我们从未寄希望于一种流派或观点去全面概括青年的话，那么，今天我们能从这各种流派或观点中，从它们所各自揭示的青年的不同侧面上，了解、把握青年的概貌。

一、生理学观点

现代青年心理学的创始者，当推G.S.霍尔，他在本世纪开展的许多研究及其《青年期》一书享有盛誉。

霍尔非常强调青年发展中的生理因素，他的青年心理学很大程度上突出了青年生理学。他把青年期界定为一个紧张、应激不确定的时期。这个时期中，身高、体重的迅速增长，声音的变化，身体各部分比例的改变，胡须、腋毛的生长、性器官、性腺大小形状及其机能的发育，都是此时同一性形成的重要因素。更一般地，霍尔认为‘人的个体发展是在重演整个种系进化的历史过程。从这个角度上说，人的发展似乎