

大學生心理導論

张宝锋

副主编

孙非

主编

中国经济出版社

8844.7

前 言

中国正在努力实现四个现代化，这是一项空前伟大而艰难的事业。作为“四化”队伍的一个重要方面军，当代大学生的健康成长具有历史性的意义。首先，科学技术是第一生产力，而生产力中最活跃的因素是人，这就意味着，掌握了现代科学技术的一代又一代大学生，是第一生产力的代表者——工人阶级——中最活跃的成分，他们将参加决定中国“球籍”问题的国际竞争。我们党和政府对大学生一贯寄予厚望，大学生们自己也深感任重道远。其次，目前的世界政治局势及我国面临的严峻现实，要求我们坚定不移地走社会主义道路，把反对“和平演变”的斗争进行到底。新陈代谢的规律和新老交替的进程都明确要求，一部分大学生将进入各级党政机构，成为无产阶级革命事业的接班人。这就是说，大学生的教育和培养工作，在一定程度上决定着我们的江山能否千秋万代不变颜色。最后，我们的国家正处在巨大的变革时期，大学生正处在青年中期，这两个因素又决定了这个社会群体会遇到各种压力和不适应，其心理和行为具有特殊性：既不同于其他社会群体，也不同于以往的大学生。我们只有以科学的态度和宽容的胸怀，充分肯定他们的长处，善意指出他们的短处，才有可能不犯历史性的错误。

在学习科学知识、树立革命理想和适应社会变革方面，

我们应当而且能够为大学生提供一些帮助，其中包括把有关他们社会心理特点和变化规律的知识告诉他们。大学生们阅读一些这方面的书籍，将有利于控制和调节自己的心理和行为，更加健康地成长。大学教师、思想政治工作者、各级行政管理人员、家长以及一切与大学生有关的人员，也应当努力学习一些大学生心理学。只有深刻地了解大学生的内心世界，我们才能与他们进行真诚对话，才能真正有效地做好教育和管理工作的。

出于以上认识，我们编写了这本《大学生心理导论》。这本书既是一本普及心理学和社会学知识的理论读物，又是供大学生进行自我修养的读物，还可以作为大专院校开设品德课及其他有关选修课的教材，作为大学青年教师岗前培训的教材，它也是非常适合的。

在编写本书的过程中，我们参考了国外的大量最新研究成果并学习了国内同行的宝贵经验。我们除在书后列出全部参考书目外，还要在此向所有这些学者一并表示深切谢意，并请有关学者多加批评指正。

本书的编写者是来自全国多所高校的中青年理论和实际工作者，他们是：南开大学孙非，贵州大学黄志奇、潘京，南宁师范专科学校许欢科，齐齐哈尔医学院盛婉玉，右江民族医学院蒋玉莲，广西商业专科学校李颖，西藏民族学院唐明英，新疆财经学院白方，张家口农业专科学校王建廷、田希国，山西财经学院张宝锋，天津师范大学苏丰，徽州师范专科学校毕民智，中央财政金融学院李新，齐齐哈尔轻工业学院许柏霞，安徽大学陈素川，河北财经学院赵文报。全书的编写工作由我加以组织和指导，所有文字也全部由我修改。

副主编张宝锋同志协助我处理与安排了与出版有关的大量事务，在这方面，他做了应该做的工作。张巍、毕民智、苏丰同志协助我做个别章节的文字修订工作。我们的编写工作得到了南开大学政治学系车铭洲教授、梁禹祥副教授和朱英瑞副教授的热情鼓励和大力支持。在此，我愿向他们表示衷心感谢。

孙 非

1992年3月于南
开大学西南村

目 录

第一章	大学生的一般心理特点·····	(1)
第二章	大学生的自我意识·····	(20)
第三章	大学生的动机和需要·····	(41)
第四章	大学生的情绪和情感·····	(64)
第五章	大学生的气质和性格·····	(95)
第六章	大学生的智能·····	(119)
第七章	大学生的品德心理·····	(149)
第八章	大学生的意志·····	(174)
第九章	大学生的性心理与恋爱心理 ·····	(195)
第十章	大学生的心理挫折·····	(217)
第十一章	大学生的心理健康·····	(234)
第十二章	大学生的越轨行为·····	(261)
第十三章	大学生的学习活动·····	(277)
第十四章	大学生的课外活动·····	(294)
第十五章	大学生的人际关系·····	(314)
第十六章	大学生的群体心理·····	(338)

第十七章	大学生的职业心理·····	(368)
第十八章	大学生的心理差异·····	(392)

第一章 大学生心理的一般特点

大学生指在高等学校中学习的人，其本质是处在准备从事生产劳动阶段的独特社会职能范畴的人。大学生心理学既属于发展心理学的范畴（它是青年心理学的一个分支），又属于社会心理学的范畴（它是群体心理学的一个分支），也属于应用心理学的范畴（它可以是教育心理学、思想政治工作心理学或高校管理学等的分支）。

第一节 大学生生理发展的一般特点

身体的生长发育是心理发展的物质基础。从发展的观点看，大学生身体发展正处于生长高峰和迅速走向成熟的时期。生理上的这个发展阶段对个体的心理发展具有全面的影响。

一、大学生所处的生理发展阶段

人体的发育从卵细胞受精到成熟，是一个长达20多年的连续发展过程。就其生长发育的进程来说，各部分、各个系统之间并非均衡同步的，而是时快时慢，象波浪一样，有明显的阶段性。身体各个组织和机能水平的变化，也具有相对独立的发展程序。

在各个器官和各个系统的发育顺序方面，神经系统优先发育。脑发育的最重要时期是在胎儿期和出生后的第一、二年。6岁儿童的脑重和脑容积已达成人的80%，10岁儿童已达成人的95%。到20岁时，脑的发育已基本完成。另外，10岁儿童的脑皮质神经纤维髓鞘化、增长和分化都已接近完

成，大脑的机能也在迅速发展。脑电波的研究也表明，脑电波第一次“飞跃”在6岁前后，第二次是在13—14岁前后。这表明大脑细胞在机能上已接近成熟，它具体表现为感知觉灵敏、记忆力和思维力不断提高等。到20岁前后，大脑的机能基本完善。

在生理学和心理学中，学者们将人体的生长发育的一般模式划分为“快——慢”、再“快——慢”两个阶段。第一阶段，从0岁至10—11岁左右；第二个阶段，从11—13岁至20—25岁左右，每个阶段又可分为前后两期，前期为快速发育的生长期，后期是缓慢的生长期。在第一阶段里，8—9个月至1岁左右，出现生长高峰，然后速度逐年下降，直至10—11岁。从10—11岁开始进入第二个阶段，生长速度加快，并在11—13岁至17—18岁之间出现第二个生长快速期，18—25岁期间发展逐步减慢，直至停止。

调查统计表明，我国绝大多数大学生正处在生长发育的第二个阶段的后期，即处在18—25岁前后。因此，我国大学生的生理发展，已经历过第二次快速生长期，并到了生长稳定期。这一生长期的特点是，骨化逐渐完成，身体形态日趋定型，各器官、各系统的机能日益完善，人体最后发育的生殖系统已完全成熟。这个时期，还是人体机能旺盛、生机勃勃地步入成人阶段的前夜。

二、大学生内分泌腺的发育

内分泌腺是散布在人体内各部的一些特殊的无导管的腺体，它们所分泌的有效化学物质称为内分泌物或激素，直接透入血液或淋巴，并通过它们进入全身，对人体的机能活动具有特定的调节作用。人体的生长、发育、成熟，依赖于内

分泌腺的发育和变化。

内分泌腺包括脑垂体、松果体、甲状腺、副甲状腺、胸腺、肾上腺和性腺（睾丸和卵巢）。这些腺体在胚胎的第二至第四个月形成后，生长情况差异甚小。但在出生后，它们发育的速度有很大差异。

胸腺在出生后的第一年和临近青春期时生长迅速，在这两个时期它的重量达到最高峰点（均为10—15克）。松果体到青春期前后已基本达到成熟水平。

与有机体生长、发育、性成熟密切相关的主要内分泌腺是脑垂体、肾上腺、甲状腺和性腺。脑垂体大约在15—18岁前后完全成熟。肾上腺的发展很特别，出生后两个星期其重量会减少一半，而到了20岁左右才恢复原有重量。甲状腺到18—20岁前后发育完全。性腺在儿童期生长缓慢，在青春期发育加快。如卵巢的重量在20岁时达到顶点，睾丸到20多岁完全成熟。总而言之，大学生时期个体的各种内分泌腺已基本完善。

应当指出，各种内分泌腺虽然位于体内各部位，但它们的作用并不是彼此孤立的，而是相互联系、相互影响的。它们的分泌活动能否正常进行，还有赖于中枢神经系统的调节。中枢神经系统的调节作用是通过下丘脑的活动实现的。一方面下丘脑产生激素，促进内分泌腺的连锁活动；另一方面，在下丘脑内还有一种神经细胞叫觉察细胞，对血液和淋巴中的激素浓度的变化比较敏感。这样，下丘脑即可对内分泌腺的活动进行反馈调节。可见，人体内的体系调节和神经调节是相互统一、相互联系的。

三、大学生的性成熟

随着人体的生长发育和内分泌腺的发展变化，生殖系统的发育也日益完善起来。当生殖系统具备了生殖能力时，这就是生物学上所说的性成熟。

高等动物尤其是人类的生殖系统发育最晚，这是有机体长期进化的结果。此外，人类又与一般动物不一样，他的发育不仅仅是生理潜能的展开，还要受社会和文化的影响，即所谓被“社会化”和“濡化”。因此，人类生殖系统与其它系统在发育上的时间差异，为个体认识自己、认识他人、认识社会、形成需要、动机、态度、理想等，即实现个体的社会化提供了时间。

以性成熟为主的发育，又称之为“青春期发育”。青春期发育的特征，主要表现为三个方面：第一是性激素分泌量增多；第二是第一性征的增长；第三是第二性征的出现。人类从性本能的启动到完全性成熟，需要4—5年时间。虽然个体间有早熟与晚熟的差异，但从发育到成熟的顺序却是一致的。青春期是从童年走向成年的过渡阶段，也是生长发育的定型阶段，一般指11—13岁至23—25岁。目前，我国大学生的年龄一般在17—18岁至22—25岁之间，处于青年中、后期。在此期间，个体生长发育迅速，并逐步减慢，而后走向稳定，骨骼、肌肉、循环、呼吸、神经、内分泌、生殖诸系统已基本成熟。

四、大学生生理的发展对心理的影响

人类的心理是脑的一种机能，但它也要受各种生理机能的影响。生理发展必然影响心理发展。

（一）大学生身体形态对心理的影响

大学生的身体发育正在趋于成熟的定型阶段，它对心理

的特殊影响是促进自我意识的两个侧面的发展：一是对自己的体型、仪表、体力方面的综合看法；二是对自己智力、情操以及个性等方面的看法。而且，这二者是互相联系、统一的。如有的大学生因自己的体态、容貌超常或出众而得意，从而产生自豪心理；有的大学生因意识到自己体态、容貌不如别人而烦恼，产生自卑心理，甚至形成孤僻的性格。大学生为了追求总体效果和表达个性，一方面对自己的容貌、体型、风度、仪表的特征非常关心，特别敏感；另一方面也能综合个人的智能、情操和人格特点，进行自我评价。随着年龄的增长，为仪表和体态而忧喜的情绪逐渐减少，认为智能、情操和品格等因素更为重要的思想逐渐增多。这正是大学生心理趋于成熟的重要标志之一。

（二）性别差异对心理和行为的影响

随着性的发育和成熟，个体间的性别差异对心理和行为的影响也逐渐增强，表现之一是出现了性意识的觉醒，之二是性别角色社会化不同。大学生在心理和行为上的性别差异既不能简单地被归结于生物的原因（如性激素），也不能简单地被归结于环境的因素（如文化的影响），更可能是由这二者决定的。

（三）生理成熟对心理成熟的影响

生理成熟是指身体各种器官发展到完全状态后身体生长即行停止。17—18岁到23—25岁左右的大学生，正处在身体迅速走向成熟的时期，这个时期的生理状态，对大学生心理成熟具有相当大的影响。

首先，心理的成熟表现在智能的成熟方面。有些研究表明，智力发育的顶点大约在19—22岁前后，然后出现衰退。

尽管有人对此有不同看法，但总的说来，智力发育的高峰是与身体形态、机能发育的高峰密切相关的。

第二，心理成熟的另一表现是情绪的成熟。有些研究表明，个性的情绪成熟时间是青年末期，即23—25左右，这差不多是大学生活的后期。而且，情绪的成熟也与身体发展特别是神经系统的发育成熟有关。

第三，心理成熟的又一表现是个性的再造与成熟。青年期身体的发育成熟以及环境的作用，对个性会产生重大影响，这就是个性的再造，所以，有人把青年期称为个性再造期。当主体的我开始观察、评价以至于监督和调节自己，即自觉地改造自己、教育自己的时候，这就表明个性的重建时期到来了，这个时期恰恰就是大学时期，即青年中期前后。

个性的成熟是在先天素质的基础上，受环境和社会关系影响的结果。个性形成的过程，离不开神经生理基础的作用，同时，生理因素和社会因素也在不断地同心理发生交互影响，参与个性的形成，例如，气质是个性的成分之一，它就是高级神经活动类型的形式所表现的心理现象。有的理论认为，体型与个性有直接关系。的确，由于仪表、体型的特征常受到人们的品评和期望，所以它就决定了，人际关系中对方的行为和态度影响个性形成。有些研究表明，身体机能发育有缺陷、有慢性疾患的青少年，依赖性强，自理能力差，周围的人也往往对他产生过分照顾或十分嫌弃的态度，结果就有可能导致他产生病态的个性。

人的内分泌系统的成熟和健康与否，也会影响一个人的个性，如甲状腺亢进，常有烦躁不安、易激动、多言、失眠等兴奋性增强的表现；甲状腺机能低下时，常有感觉迟钝、

行为迂缓、说话慢、嗜睡等兴奋性降低的表现。

性成熟使大学生愿意对异性表示好感，希望得到异性的爱，其本身必须在个性方面具有对异性吸引的魅力。为此，男女大学生都爱在朋友和同伴中交谈理想的异性模式和条件，同时也注视自己个性的发展，按自己所偏爱的方向充分发挥主观能动作用，进行自我监督、自我完善，以再造完美的个性。

总之，人的身体发展和心理发展是不可分的，身体的发育对心理的发展有着不容忽视的影响。

第二节 大学生心理发展的一般特点

一、大学生心理发展的水平

综合国内外各家各派有关人生年龄分期的观点，结合我国的实际情况，我们认为，中国的大学生主要处于青年中期。从其心理发展的水平说，他们正在迅速走向成熟而又未真正完全成熟。

人生的年龄分期，既受生理发展的影响，又受社会环境的制约。不同时代、不同国家和地区，青年期的年龄界限是不统一的。民族文化、历史习惯、社会环境、地理环境不同，青年期的年龄界限也有差异。在现代社会，由于物质生活条件的改善、文化生活条件的刺激，人的生理发育普遍提前，青年期到来的年龄也普遍提前。另一方面，现代科学技术的迅猛发展，需要更多的时间学习前人创造的知识经验、劳动技能和社会行为规范，人的社会化过程也相对延长了。

世界各国对青年期的划分一般以生理、心理、社会、文化等多项指标为依据。开始期采用身体、生理指标，即以第

二性征的出现为标志；结束期以心理平稳、教育结束、职业生活开始、经济独立、社会化过程基本完成为依据。

根据上述标准和中华民族的文化传统习惯，我国许多学者把青年期定为14—15岁到27—28岁。其中又可分为初期、中期和后期三个不同阶段。我国全日制普通高校的学生，年龄一般处在17—18岁到22—23岁之间，正处在青年中期。如湘潭大学81—85年入学的新生中，15—17岁的占19.12%，18—19岁的占72.67%^①；福州大学85级新生，17—19岁的占88%^②。

青年期作为从少年儿童向成人过渡的时期，其典型的过渡性特点都反映在青年中期的人身上。处在这个阶段的大学生，其生理发展有些方面虽然还继续有所增长，但基本上已经成熟。但从其心理发展来说，却未达到真正完全成熟的水平。许多大学生不善于对待和处理异性关系的问题，分不清友谊和爱情，就是明证。如果更全面、仔细地分析其他方面的心理发展，则更可明白他们的心理发展远未真正完全成熟。尽管如此，其心理发展在各个方面都十分迅速。大学生由于已达到公民法定年龄，又进入了大学，因此，他们更自认为已经成人，说话和行事通常都力求带有成人味。可是，如果从心理发展，特别是对社会问题的认识方面说，他们只能算是“准成人”。例如，某大学的学生在“课桌文学”中就曾自问：“幼稚而又成熟、天真而又世故的大学生何时才

①见《大学生成才心理学》，常挽波等，中国青年出版社，1988年，第17页。

②见《大学生心理学》，陈重艺，黄成惠主编，鹭江出版社，1987年，第30页。

能真正长大？”“喂大的一代——抱大的一代——考大的一代，何时才是成熟的一代？”更有不少大学生戏称自己是“大龄中学生”^①。

尤其应该指出的是，大学生的主要活动是学习，而且在生活的各个方面都不再象中学生那样经常直接处于家长和老师的约束之下，而是比较“自由”和“开放”的。处于这样的走向社会的过渡期中，他们往往不易深刻体会社会的准则以及他人的思想感情，总以为别人对一切都和自己设想的一样，因而在思想感情上往往容易与学校及社会的要求不一致。如果我们从人生观的形成作为心理成熟的主要标志，那么，大学生正处于人生观形成的关键时期，只有到了青年中期结束时才比较稳定，因此，就这一点说，他们也只是正在迅速走向成熟而又未真正完全成熟。

二、大学生心理发展的一般特点

大学生心理发展的水平一般表现为：正在迅速地走向成熟，而又未完全真正成熟。其中那些成熟的方面就表现出各方面的积极特点，而那些没有达到真正成熟的方面就有可能表现出各方面的消极特点。就是说，他们的心理发展水平有两个面，某些本来可能属于积极的特点，当他们不考虑当时的客观条件或情境时，或所发挥的作用超过一定限度时，却往往导致某些消极甚至是有害的特点表现出来。

（一）精力充沛，朝气蓬勃，具有勇往直前的气魄

由于大学生在身体成长与生理机能上正处于成熟的高峰时期，其旺盛的体力和生机就为充分发挥其心理活动的可能

^①参见《大学生》杂志，1990年，第10期，第4—5页。

性提供了有利条件。他们觉得浑身有使不完的劲，同时也在从事各项活动中体验到自己所具有的青春活力，从而深信自己的巨大能量，感到没有任何力量可以阻挠他们不断前进。即使遇到十分困难和不利的情境，只要有正确理想和信念的支持，他们也能全力以赴和持续地进行拼搏，力求战胜障碍而夺取胜利。从某种角度看，所有这些正是身体成长与生理机能成熟所提供的力量在心理上的反映——当然也还有从其他心理成分所产生的力量的配合。

另一方面，精力充沛本来是心理发展水平的积极方面，如果不考虑现实的情境和具体的条件，不用在正确的活动上，或错误地过度使用，就会表现为发泄过剩的心理能量和生理能量的现象，有时甚至会造成巨大危害。在球场闹事之类的集体行为中，大学生们就会充分地暴露他们的心理发展的这一特点。

（二）抽象逻辑思维高度发展，智力水平已接近或达到“高峰”。

我国心理学的一些研究表明，高中一、二年级的学生，其智力已初步成熟。进入高校后，其智力水平又有迅速提高。其表现：（1）由于学习的知识越来越多，涉及面越来越广，因而他们能经常系统地思考事物各方面的关联，能进一步超越具象而走向抽象，从经验走向理论和逻辑，更加间接地进行演绎或归纳，并且能够进行一定程度的推断和预测未来。（2）由于更广泛地接触一果多因和一因多果的现象，他们越来越明确一切事物都依条件而变化的规律，从而辩证思维也有了很大发展。（3）由于接触到的理论、学说、知识越来越多，其中有些知识和学说是另一些知识和学说的

否定，还有些理论处于对立状态之中，加上进入大学后受到更多自由思考和表达独立见解的鼓励，所以，大学生思维的独立性和批判性也显得很强烈。（4）在辐合思维和发散思维的正确结合下，加上年轻人的丰富活跃的形象，大学生的创造性思维也变得很发达。

大学生心理发展的这一特点本来是积极的，但在一定条件下，又会以消极的面目出现。其中，最主要的表现是：思考问题好走极端，下结论显得主观、片面、狭隘；由于抽象逻辑思维高度发展，他们易于脱离现实、轻视实践和经验；由独立思考和批判能力提高而产生的怀疑精神，有可能导致否定一切和对现实不满，甚至于走向悲观厌世；由于自认为受过科学训练、见多识广、所下结论是经过反复思考的，所以他们经常进行争论，有时明知自己不对也要强词夺理；书本知识多，社会阅历少，辨别真伪的能力就比较低；等等。

（三）感情丰富、强烈而又不稳定

大学生的情绪、情感、情操（统称感情）与他们的需要有关，也与他们的价值观有联系。中小学生的变化主要来自外部刺激，而大学生的情绪变化主要缘于内部需要的结构变化和价值观的不平衡、不稳定。他们的自我意识有了新的发展，因此他们比青年初期更善于控制情绪。强烈情绪，如义愤的表达对他们应该从事的活动说来，是一种内在动力，有其积极意义。由于大学生产生了大量类似成人的新需要，所以与它们相联系的情感也就非常丰富；又由于他们精力旺盛，一旦情感产生，就特别容易一下子高涨起来。大学生往往在经过考虑后觉得确是需要的，就会认为它是合理的（这是他们的极性思维导致片面性），所以容易从自己的体