

青少年成长指导学

陈优生 范中杰 李华青 著



广东人民出版社

青少年成长指导学

陈优生 范中杰 李华青 著

广东人民出版社

责任编辑：陈超英

封面设计：张力平

责任技编：孔洁贞

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年成长指导学/陈优生等著.
广州：广东人民出版社，1998·3

ISBN 7-218-02748-2

I. 青…

II. 陈…

III. 青少年-成长-指导

IV. D432·6

青少年成长指导学

陈优生 范中杰 李华青 著

*

广东人民出版社出版发行

广东省新华书店经销

广东惠阳印刷厂印刷

(厂址：惠州市南坛西路17号)

850×1168毫米 32开本 10印张 220,000字

1998年3月第1版 1998年3月第1次印刷

印数1—2,000册

ISBN 7-218-02748-2/D·295

定价：18.00元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与承印厂联系调换。

这是跨世纪的思考，虽然不够成熟，但我们希望以此引发青少年研究的新思维。

我们的眼光始终关注着青少年的成长，因为无论过去、现在、将来，我们都希望永远拥有一颗年轻的心。

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 建立青少年成长指导学的必然性.....	(1)
一、理论整合：多学科研究青少年成长的必然 趋向.....	(2)
二、现实需求：社会多元化趋势与青少年成长 的压力和难度.....	(4)
三、年龄特征：成长是青少年期的主要任务.....	(7)
第二节 青少年成长指导学的理论界定.....	(8)
一、青少年成长指导学的涵义.....	(8)
二、青少年成长指导学的学科性质	(10)
三、青少年成长指导学的研究内容	(11)
四、青少年成长指导学的研究方法	(13)
第二章 青少年成长指导艺术与经验教训	(19)
第一节 青少年成长指导艺术概述	(19)
一、青少年成长指导艺术的内涵及其特征	(19)
二、教师对青少年成长指导艺术的追求	(21)
第二节 国外青少年成长指导的成功经验	(23)
一、美国教育界关于青少年成长指导的探索	(23)
二、日本教育界关于青少年成长指导的探索	(26)

三、新加坡教育界关于青少年成长指导的探索	(30)
第三节 我国青少年成长指导的成功经验	(33)
一、古代青少年成长指导的成功经验	(33)
二、现代青少年成长指导的成功经验	(49)
第四节 我国青少年成长指导的失误	(52)
一、唯智育教育的影响	(53)
二、忽略生理变化对心理发展的影响	(55)
三、成长指导无序状态的影响	(58)
四、错误的青少年观的影响	(59)
五、青少年成长环境的家庭化	(63)
六、学校教育的潜能未能充分发挥	(66)
七、青少年成长指导工作缺乏社会整体协调	(68)
八、教育目标的完美化与单一化	(70)
九、树立的英雄观缺乏时代性	(72)
第三章 青少年成长指导的原则	(74)
第一节 青少年成长指导原则概述	(74)
一、青少年成长指导的原则及其作用	(74)
二、青少年成长指导原则提出的依据	(75)
第二节 青少年成长指导的要求	(78)
一、方向性原则：青少年健康成长与时代精神 相一致	(79)
二、宗旨性原则：以引导青少年形成良好的自 我发展能力为主	(83)
三、系统性原则：多因素的综合协调	(88)
四、方法性原则（一）：问题教育与目的教育 相结合	(91)

五、方法性原则（二）：说理教育与行为训练 相结合	(95)
六、基础性原则：保障青少年的心理自由	(99)
第四章 青少年成长指导的内容（一）：生理发育指导	(109)
第一节 青少年生理发育特征以及对心理的影响.....	(110)
一、青少年生理发育的特征.....	(110)
二、正常发育对心理的影响.....	(113)
三、早熟与晚熟对心理的影响.....	(118)
四、青少年发育期所需要的基本指导.....	(119)
第二节 性教育与青少年的健康成长.....	(128)
一、目前中国性教育的现状.....	(128)
二、忽视性教育产生的危害.....	(130)
三、当前形势下进行性教育的探讨.....	(132)
四、性教育的主要内容、原则与方法.....	(134)
五、教师在性教育中承担的角色.....	(138)
六、家长在性教育中承担的角色.....	(139)
七、大众传媒在性教育中承担的角色.....	(141)
第五章 青少年成长指导的内容（二）：青少年的学习 指导	(143)
第一节 青少年学习指导的基础、原则与方法.....	(144)
一、青少年学习指导的基础.....	(144)
二、青少年学习指导的原则.....	(145)
三、青少年学习指导的方法.....	(148)
第二节 青少年学习目的的指导.....	(150)

一、“学会学习”是学生的首要目的	(150)
二、学生基本能力的培养	(152)
三、基础知识的掌握	(154)
第三节 青少年学习习惯的指导	(155)
一、劳逸结合的习惯	(155)
二、计划性的习惯	(156)
三、预习复习的习惯	(157)
四、做笔记的习惯	(159)
五、质疑的习惯	(159)
第四节 青少年学习方法的指导	(160)
一、学习方法概述	(160)
二、学习方法简介	(162)
第六章 青少年成长指导内容 (三): 青少年的社会化	
进程指导	(167)
第一节 青少年社会化程度标准的探讨	(168)
一、自我社会同一化	(168)
二、综合的社会评价能力	(171)
三、现代国民素质的养成	(173)
四、独立的生存意识与生存能力	(176)
第二节 青少年成长认同的指导	(177)
一、成长认同的涵义	(178)
二、成长认同的作用	(179)
三、影响成长认同的因素	(180)
四、成长认同的指导	(182)
第三节 青少年价值观的指导	(185)
一、价值观的内涵	(185)

二、价值观的时代特征·····	(187)
三、自我实现与科学价值观·····	(189)
四、名人传记对青少年价值观形成的独特作用·····	(193)
五、价值取向与价值澄清·····	(197)
六、成败对青少年价值观形成的影响·····	(201)
第四节 青少年的亚文化指导·····	(204)
一、亚文化的定义·····	(204)
二、青少年亚文化特征及其对成长的影响·····	(207)
三、大众传媒对亚文化的影响·····	(210)
第七章 青少年成长指导的内容(四):青少年健康	
指导 ·····	(212)
第一节 健康概念的探讨·····	(212)
一、心理健康·····	(213)
二、道德健康·····	(217)
第二节 青少年生理健康的指导·····	(219)
一、全面的营养·····	(220)
二、合理的饮食习惯·····	(224)
三、积极参加体育锻炼·····	(226)
四、保证高质量的睡眠·····	(227)
第三节 青少年心理健康的指导·····	(229)
一、影响青少年心理健康的因素·····	(229)
二、心理健康指导对青少年成长的必要性·····	(233)
三、心理健康指导的原则、形式与目标·····	(240)
四、青少年心理健康指导的主要内容·····	(245)
第四节 青少年道德健康的指导·····	(273)
一、影响青少年道德健康的因素·····	(274)

二、青少年不良品德的矫正·····	(277)
第八章 青少年成长指导展望 ·····	(285)
第一节 青少年问题辨析·····	(285)
一、一份调查报告的启示·····	(285)
二、夸大青少年问题的原因·····	(287)
第二节 学会成长：一种社会多元化趋势下的 青少年教育价值观·····	(292)
一、青少年教育价值观的涵义与标准·····	(293)
二、“学会成长”的涵义·····	(295)
三、“学会成长”是具有中国特色的教育价值观 命题·····	(296)
四、“学会成长”是教育价值观探索的命题·····	(298)
五、“学会成长”是符合青少年发展特点的 特殊命题·····	(301)
六、“学会成长”对青少年教育产生的影响·····	(302)
参考书目 ·····	(305)
后记 ·····	(307)

第一章 绪 论

第一节 建立青少年成长指导学的必然性

一门新兴学科的提出，必然有其深刻的理论和现实缘由，理论需求与现实需求的有机结合才能使学科的形成有其必然性，从而获得深厚的理论基础和广泛的现实支持。青少年成长指导学的建立是我们采用系统因素法对心理学、教育学、社会学、生理学、伦理学等多学科研究青少年的成果进行分析，结合青少年成长的状况提出来的。它不仅广泛吸收了相关学科的研究成果，着力研究指导青少年成长的总体方向、原则、思维方式和具体指导的方法论问题，具有一定的理论价值，而且具有重大的现实意义，对于指导青少年成长为有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义现代化事业的接班人有积极的促进作用。

一、理论整合：多学科研究青少年成长的必然趋向

青少年作为成长的个体，处于儿童向成人（青年）过渡的阶段，而十一二岁至十五六岁则是人生发展的剧变时期。在生理方面，从弱小的儿童逐渐成长为生理发育成熟、第二性征明显的成人；在心理方面，从幼稚的儿童成长为具有理智和辨别能力的成人。不少学科，特别是心理学、社会学、教育学、生理学、伦理学都从各自不同的研究方向对青少年这一特殊的发展时期进行了描述和研究，取得了大量的研究成果，为社会和民众指导青少年健康成长提供了理论依据，使人们加深了对青少年成长的科学性与规律性的认识，从而使青少年教育工作不断科学化和艺术化。应该说，自近二三十年、特别是 1968 年席卷西方的青少年反叛运动以来，社会对青少年问题日益重视，理论界对青少年的研究也逐步加深，青少年教育工作有了长足的发展，青少年研究的成果在指导青少年健康成长中正发挥出越来越重要的作用。同时，发展了的青少年教育工作又为青少年研究提供了更充分的理论印证和更多的理论源泉，从而又进一步促进了青少年研究的发展。这种理论研究指导现实和现实推动理论研究的互动关系在青少年研究工作中体现得十分明显，使青少年研究工作出现了繁荣的局面。

但是，应当看到，相关成果的推出，一方面加深了人们对青少年成长规律的认识；另一方面又使人感到这些理论成果仅仅局限于某一学科范畴，而没有从宏观上和理论的高度去综合这些成果，没有从青少年成长的总体发展方向上去把握、消除

那种科研成果虽多，但过于零散、无所适从的局面。我们设想，青少年成长指导学应该是这样一门学科，它不是着力去研究青少年成长中的具体或个别的问题，而是广泛吸收相关学科的研究成果，着力研究指导青少年成长的总体方向、原则、思维方式和具体指导的方法论问题。因此，青少年成长指导学与其他学科对青少年的研究相比，它更注重宏观性和方法论意义上的探索。

从相关学科对青少年的研究我们可以看出，就青少年成长过程是其各种特征有机结合的发展进程来看，相关学科对青少年研究的离散性是较为明显的。教育学是从手段和措施上探讨如何控制外部环境和内在成长力量以促使青少年的健康成长，其重点在于控制与引导，目标是培养符合社会需求的人才；心理学是从心理和行为的角度探求青少年心理发展变化的规律和本质，重点是发展和行为，目标是分析认识青少年感知、思维、个性等发展的规律，为青少年提供心理发展方面的依据；生理学是从生理发育的角度研究青少年生理发展变化的规律，重点是生理变化，目标是为青少年身体的健康发育提供科学依据；社会学是从社会发展角度探讨社会发展变化对青少年成长的影响，重点是外因的作用，目标是更好地促进青少年的社会化任务的完成；伦理学是从社会道德规范的角度研究青少年怎样接受社会现成道德观念的问题，重点是青少年品德的形成，目标是使青少年成长为为社会服务的人才。从上面的分析可以看出，青少年成长指导学必须利用系统研究的方法抓住青少年成长的各种属性，有效地综合各学科的相关成果，既看到青少年成长的面（成长的方向），又看到青少年成长的点（具体内容），从总体上和方法论的高度去整合各学科的成果，克服

相关研究成果的离散性，形成理论的系统性。同时，目前对青少年的研究大多重数据归纳，缺乏从特征与性质上进行理论升华，没有处理好量的归纳与质的升华之间的关系，没有把定性分析与定量分析有机地结合起来；大多重经验描述，缺乏从宏观与系统整体上进行理论指导，没有深入地对青少年成长过程中出现的现象进行分析并总结出其规律与内在联系；大多重从理论到理论的推导，没有在宏观的理论与微观的现实之间寻求中观层次的结合，无法超越理论与现实之间的界限。这些研究思路和方法上的缺陷，必然削弱有关青少年研究成果对青少年成长的指导力。

二、现实需求：社会多元化趋势与青少年成长的压力和难度

青少年问题已经成为当今社会发展中的热点问题，它关系到国家、民族未来的生存与发展。社会多元化是改革开放社会发展的主要特征和方向，在我国社会由封闭走向开放，由伦理型走向法制型，由传统的农业文明走向工业文明和信息社会，由计划经济走向市场经济的过渡时期，传统的一元化社会格局发生了明显的变化。在日常生活范围内民众的选择机会和选择方式增多，价值观、生活方式、伦理道德等呈现出丰富的多样性，民众传统的思维方式正在发生深刻的变化，多元化和多样性不仅是世界发展的潮流，而且也是中国社会改革开放发展的方向之一。自1978年党的十一届三中全会以来，在改革开放的方针指导下，我国的政治、经济、文化、科技、教育等各方面有了长足的进步与飞速发展，也产生了众多的热点与难点问题

题，这些热点与难点对青少年的成长产生了重要的影响。

如何正确处理传统的东方文化与外来的西方文化之间的关系是改革开放面临的重大难题。从理论上讲，东方文化是我们的根，是我们赖以发展的基础，西方文化作为外来文化，引入后有利于克服东方文化存在的弊端，在新时期为民族文化的发展注入新的内涵与活力。但在实际生活中，我们很难建立一种机制，使民众能正确地看待、理解这两种文化，民众对文化的理解与使用大多是即时即用的短期行为。在这种情况下，对文化的误解、误用成为了改革开放中的一大难题，因为在改革开放过程中，本土文化与大量涌入的外来文化之间的冲突、碰撞是十分明显与突出的社会现象，例如西方的高消费观念涌入后，不少青少年不顾国情、民情，也不顾自身是否有独立的经济自理能力，在消费上盲目追求高价、高质、高标准的名牌产品，有的甚至从头到脚都用名牌包装，连用的文具也追求起高档化。非名牌不用，非名牌不穿成了目前不少青少年消费的标准，这一现象不能不说是盲目吸收西方高消费文化的结果。处于被他人抚养而追求高消费的提前消费行为必然引发享乐思想、依赖思想、攀比心理、虚荣心理的增长，从而导致出许多青少年问题。

文化作为一种存在，并在一定的社会范围内得以广泛传播必然有其自身的合理性，它满足了民众在生理、心理、道德等方面的需要。但任何文化都有其赖以繁衍、生存、发展的土壤，文化的移植不是文化的照搬，文化存在的合理性有其地域限制和时间限制，无论是我们自身拥有的传统文化还是外来的西方文化，我们都要从地域和时间两个方面去加以检验。但是作为还在成长并处于社会化关键期的青少年个体，其自身的文

化鉴别能力、文化批判能力、文化选择能力还没有形成，需要我们采取行之有效的方式去培养与引导。

社会热点众多是改革开放社会的一个重要特征，社会处在由封闭向开放急速转化的时期，引进和自生的新东西、新事物层出不穷，并很快在社会上形成热点，在一定范围内引发轰动效应，强烈地影响着民众的生活、工作和学习方式，这些热点产生的效应一般具有这么几个特征：一是新颖奇特，容易激发民众的好奇心；二是对传统有一定的反叛又符合民众的某一心态，民众参与到热点中来，便成为热点感应的反应者；三是热点效应时间短，热得快，也去得快；四是热点具有一种强烈的民众感染力，热点效应一旦产生，民众参与的热情极高；五是热点效应对社会发展的作用有积极推动的一面，也有消极阻滞的一面；六是热点效应对民众的思维方式、价值观等的冲击作用巨大，有时甚至引发整个社会的连锁反应。社会发展过程中出现热点是正常现象，热点过多、过频是社会逐渐走向开放的特殊时期的特殊产物，热点可使社会走向开放化、国际化，逐渐融入世界发展的大潮中。青少年处于社会化的关键期，他们以热切的心情去认识社会，并按其学到的规则行事，他们是社会发展变化的最敏感反应者，同时，由于思维发展的局限性，青少年往往容易被事物外在的特征与表现所吸引，他们往往最先感应到在生活方式、价值观念、享乐形式等方面的热点，并在他们的思想和言行中反映出来。然而，青少年对热点的感应大多停留在热点的表面现象之上，很少探求热点之下的社会意义。这样一来，提高青少年对社会热点的鉴别力、判断力和有条件、有目的的参与力就显得十分重要。

总之，社会多元趋势使青少年成长的社会环境日益复杂化

和多样化，我们必须提高青少年对社会环境的积极适应力和自我强化的成长力。对社会环境的积极适应力可以使青少年吸纳成长环境中符合社会发展方向的基本规范，养成现代公民的基本素质，完成个体的社会化进程；自我强化的成长力是青少年在社会化进程中确定自我成长的理想目标，并规范自己的言行，为实现理想目标而努力的能力，这两种能力是青少年成长时期应培养的两种最基本的能力。缺乏前者，青少年社会化的任务则难以完成，青少年难以成为社会最基本意义上的公民；而缺乏后者，青少年则难以成为社会主义现代化事业的接班人与建设者，教育的社会功能与价值就难以体现。

对社会环境的积极适应力和自我强化的成长力的形成要求青少年对社会的多样化与复杂化有正确的认识力与判断力。这种认识力与判断力在传统意义上的教育中是难以实现的。传统教育缺乏注重成长的自主性与自发性，同时，传统的对青少年成长的研究也难以从综合的系统的角度为青少年的成长提供积极的理论指导。我们设想的青少年成长指导学还应是这样的一门学科：它能积极地感应社会的发展变化，综合社会发展对青少年素质新的要求，适应社会多元化与多样性的特征，从整体上指导青少年的健康成长。

三、年龄特征：成长是青少年期的主要任务

同任何一个人体发展的年龄阶段相比，成长是青少年特殊而全部的任务。在生理上，青少年有了明显的第二性征，成长为成人体型；在心理上，青少年阶段基本形成了逻辑思维能力 and 个性类型；在社会行为上，青少年阶段将基本完成社会化进