



青少年网络心理
INTERNET AND HEALTH
健康指南

霍美辰 汝晓红 编著



青少年网络心理 INTERNET AND HEALTH 健康指南

霍美辰 汝晓红 编著

中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

青少年网络心理健康指南/霍美辰,汝晓红编著. —北京:中国
社会出版社,2007.10

ISBN 978-7-5087-1916-0

I. 青… II. ①霍… ②汝… III. 计算机网络—心理卫生—健康
教育—青少年读物 IV. B844.2-49 TP393-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 157142 号

书 名: 青少年网络心理健康指南

编 著: 霍美辰 汝晓红

责任编辑: 彭先芬

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码:100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电话:(010)66080300 电传:(010)66051713

邮购部:(010)66060275

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 北京华创印务有限公司

开 本: 145mm×210mm 1/32

印 张: 4

字 数: 91 千字

版 次: 2008 年 1 月第 1 版

印 次: 2008 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 8.00 元



前言

在当代经济生活迅速发展的中国社会，无论是在城市还是在城镇，网络的发展都在日新月异的改变着人们的物质生活和精神生活，互联网络每时每刻都在以全新的姿态影响着我们。

同时更值得引起人们注意的是，网络这一充满时尚气息的新兴媒介正在对我们的青少年一代产生不可忽视的影响。以信息化、数字化、网络化为标志的生存状态，以虚拟性、交互性、全球性为标志的运作模式，以多边性、同时性、共享性为标志的机制特制，互联网络正在直接影响着现代青少年的生存、学习、生活和成材。当网络在不知不觉中我们将我们带入数字化生存时代的同时，它还在对我们每个人的交往方式、信息传播方式、教育方式、消费方式施加巨大的变革性的影响。

网络在促使青少年的效率观念、全球意识、信息知识和平等观念增长的同时，也难免产生网络垃圾、网络心理障碍和高科技犯罪等负面效应。当前时常会在媒体上见到有青少年因网络心理不健康、不成熟、甚至深陷“网瘾”等心理疾病中，造成网络孤独症、网络依赖型人格障碍、畸形网恋，甚至有的青少年因教育不及时出现网络犯罪等严重违法行为。因此如何即使预防和治疗青少年的网络心理问题以及疾病，普及对青少年的网络心理健康



教育，在当前已经是不可轻视的问题。

因此本书编者希望能够通过一些网络知识的普及教育，以及对一些不健康网络心理的成因分析，帮助提高青少年的网络心理健康、网络伦理素质，明确更健康成熟的网络伦理目标、规范和原则，更好的引导我国的青少年建立和健全自身的媒介素养，学会如何更有效、更健康的使用网络这一现代化传播工具。培养我国青少年成长为有一定文化素质的，全面发展的社会主义栋梁之材。

作为东北师范大学媒介素养课程研究中心的科研成果，本书以力争以简洁精练的语言，真实生动的例子，细致科学的心理分析为编写特色，希望能为青少年朋友，及其家长和老师们在学习和了解网络心理健康教育的过程中提供有益的帮助。

由于时间紧张，在本书中如有不妥当和疏漏之处，欢迎各位读者批评指正。

编者

2007年10月



目 录

12		网络成瘾案例,二
18		网络成瘾案例,三
22		网络成瘾案例,四
28		网络成瘾案例,五
32		网络成瘾案例,六
38		网络成瘾案例,七
42		网络成瘾案例,八
48		网络成瘾案例,九
52		网络成瘾案例,十
58		网络成瘾案例,十一
62		网络成瘾案例,十二
68		网络成瘾案例,十三
72		网络成瘾案例,十四
78		网络成瘾案例,十五
82		网络成瘾案例,十六
88		网络成瘾案例,十七
92		网络成瘾案例,十八
98		网络成瘾案例,十九
102		网络成瘾案例,二十
108		网络成瘾案例,二十一
112		网络成瘾案例,二十二
118		网络成瘾案例,二十三
122		网络成瘾案例,二十四
128		网络成瘾案例,二十五
132		网络成瘾案例,二十六
138		网络成瘾案例,二十七
142		网络成瘾案例,二十八
148		网络成瘾案例,二十九
152		网络成瘾案例,三十
158		网络成瘾案例,三十一
162		网络成瘾案例,三十二
168		网络成瘾案例,三十三
172		网络成瘾案例,三十四
178		网络成瘾案例,三十五
182		网络成瘾案例,三十六
188		网络成瘾案例,三十七
192		网络成瘾案例,三十八
198		网络成瘾案例,三十九
202		网络成瘾案例,四十
208		网络成瘾案例,四十一
212		网络成瘾案例,四十二
218		网络成瘾案例,四十三
222		网络成瘾案例,四十四
228		网络成瘾案例,四十五
232		网络成瘾案例,四十六
238		网络成瘾案例,四十七
242		网络成瘾案例,四十八
248		网络成瘾案例,四十九
252		网络成瘾案例,五十
258		网络成瘾案例,五十一
262		网络成瘾案例,五十二
268		网络成瘾案例,五十三
272		网络成瘾案例,五十四
278		网络成瘾案例,五十五
282		网络成瘾案例,五十六
288		网络成瘾案例,五十七
292		网络成瘾案例,五十八
298		网络成瘾案例,五十九
302		网络成瘾案例,六十
308		网络成瘾案例,六十一
312		网络成瘾案例,六十二
318		网络成瘾案例,六十三
322		网络成瘾案例,六十四
328		网络成瘾案例,六十五
332		网络成瘾案例,六十六
338		网络成瘾案例,六十七
342		网络成瘾案例,六十八
348		网络成瘾案例,六十九
352		网络成瘾案例,七十
358		网络成瘾案例,七十一
362		网络成瘾案例,七十二
368		网络成瘾案例,七十三
372		网络成瘾案例,七十四
378		网络成瘾案例,七十五
382		网络成瘾案例,七十六
388		网络成瘾案例,七十七
392		网络成瘾案例,七十八
398		网络成瘾案例,七十九
402		网络成瘾案例,八十
408		网络成瘾案例,八十一
412		网络成瘾案例,八十二
418		网络成瘾案例,八十三
422		网络成瘾案例,八十四
428		网络成瘾案例,八十五
432		网络成瘾案例,八十六
438		网络成瘾案例,八十七
442		网络成瘾案例,八十八
448		网络成瘾案例,八十九
452		网络成瘾案例,九十
458		网络成瘾案例,九十一
462		网络成瘾案例,九十二
468		网络成瘾案例,九十三
472		网络成瘾案例,九十四
478		网络成瘾案例,九十五
482		网络成瘾案例,九十六
488		网络成瘾案例,九十七
492		网络成瘾案例,九十八
498		网络成瘾案例,九十九
502		网络成瘾案例,一百
508		网络成瘾案例,一百零一
512		网络成瘾案例,一百零二
518		网络成瘾案例,一百零三
522		网络成瘾案例,一百零四
528		网络成瘾案例,一百零五
532		网络成瘾案例,一百零六
538		网络成瘾案例,一百零七
542		网络成瘾案例,一百零八
548		网络成瘾案例,一百零九
552		网络成瘾案例,一百一十
558		网络成瘾案例,一百一十一
562		网络成瘾案例,一百一十二
568		网络成瘾案例,一百一十三
572		网络成瘾案例,一百一十四
578		网络成瘾案例,一百一十五
582		网络成瘾案例,一百一十六
588		网络成瘾案例,一百一十七
592		网络成瘾案例,一百一十八
598		网络成瘾案例,一百一十九
602		网络成瘾案例,一百二十
608		网络成瘾案例,一百二十一
612		网络成瘾案例,一百二十二
618		网络成瘾案例,一百二十三
622		网络成瘾案例,一百二十四
628		网络成瘾案例,一百二十五
632		网络成瘾案例,一百二十六
638		网络成瘾案例,一百二十七
642		网络成瘾案例,一百二十八
648		网络成瘾案例,一百二十九
652		网络成瘾案例,一百三十
658		网络成瘾案例,一百三十一
662		网络成瘾案例,一百三十二
668		网络成瘾案例,一百三十三
672		网络成瘾案例,一百三十四
678		网络成瘾案例,一百三十五
682		网络成瘾案例,一百三十六
688		网络成瘾案例,一百三十七
692		网络成瘾案例,一百三十八
698		网络成瘾案例,一百三十九
702		网络成瘾案例,一百四十
708		网络成瘾案例,一百四十一
712		网络成瘾案例,一百四十二
718		网络成瘾案例,一百四十三
722		网络成瘾案例,一百四十四
728		网络成瘾案例,一百四十五
732		网络成瘾案例,一百四十六
738		网络成瘾案例,一百四十七
742		网络成瘾案例,一百四十八
748		网络成瘾案例,一百四十九
752		网络成瘾案例,一百五十
758		网络成瘾案例,一百五十一
762		网络成瘾案例,一百五十二
768		网络成瘾案例,一百五十三
772		网络成瘾案例,一百五十四
778		网络成瘾案例,一百五十五
782		网络成瘾案例,一百五十六
788		网络成瘾案例,一百五十七
792		网络成瘾案例,一百五十八
798		网络成瘾案例,一百五十九
802		网络成瘾案例,一百六十
808		网络成瘾案例,一百六十一
812		网络成瘾案例,一百六十二
818		网络成瘾案例,一百六十三
822		网络成瘾案例,一百六十四
828		网络成瘾案例,一百六十五
832		网络成瘾案例,一百六十六
838		网络成瘾案例,一百六十七
842		网络成瘾案例,一百六十八
848		网络成瘾案例,一百六十九
852		网络成瘾案例,一百七十
858		网络成瘾案例,一百七十一
862		网络成瘾案例,一百七十二
868		网络成瘾案例,一百七十三
872		网络成瘾案例,一百七十四
878		网络成瘾案例,一百七十五
882		网络成瘾案例,一百七十六
888		网络成瘾案例,一百七十七
892		网络成瘾案例,一百七十八
898		网络成瘾案例,一百七十九
902		网络成瘾案例,一百八十
908		网络成瘾案例,一百八十一
912		网络成瘾案例,一百八十二
918		网络成瘾案例,一百八十三
922		网络成瘾案例,一百八十四
928		网络成瘾案例,一百八十五
932		网络成瘾案例,一百八十六
938		网络成瘾案例,一百八十七
942		网络成瘾案例,一百八十八
948		网络成瘾案例,一百八十九
952		网络成瘾案例,一百九十
958		网络成瘾案例,一百九十一
962		网络成瘾案例,一百九十二
968		网络成瘾案例,一百九十三
972		网络成瘾案例,一百九十四
978		网络成瘾案例,一百九十五
982		网络成瘾案例,一百九十六
988		网络成瘾案例,一百九十七
992		网络成瘾案例,一百九十八
998		网络成瘾案例,一百九十九
1002		网络成瘾案例,二百



二、家长如何做	82
三、学校的责任	87
四、网吧经营者应尽的责任	92
五、网站制作者制作健康的网站	92
六、戒青少年网瘾,可设“网络心理导师”	93
七、保守秘密,尊重青少年隐私	93
八、加强媒介素养教育	94
第五篇 从真实案例看如何让青少年克服网络心理障碍	102
案例一 临近中考他迷失了自己	102
案例二 悲剧——13岁网瘾少年跳楼自尽	106
案例三 我不想做个“坏女孩”	114
附 录 网络心理障碍测试题	119
附录一 青少年网络成瘾测试题	119
附录二 “网络成瘾症”——自测题	120
附录三 网络色情成瘾自测试题目	120
参考文献	122
后 记	124



第一篇 什么是互联网络

在我们开始了解青少年网络心理教育之前，有一个重要的基础问题就是要先清楚何谓互联网络？作为“新兴媒介”它又有哪些不同之处？目前中国青少年对互联网络的了解状况和使用情况又是怎样？只有在此基础之上才能对互联网络对当代青少年心理健康的影响有更全面、细致的了解。从1969年互联网络的前身“ARPA net 网”在美国国防部诞生。互联网络这一全新的传播媒介就以惊人的速度发展起来。根据有关数据显示：目前全世界已经有数亿人在使用互联网络，而且这个数字每天还在以更快的速度增长。互联网络的出现甚至促使在现今社会出现了“网络社会”这一新名词，因为网络正在把社会各个部门、各个行业以及全国甚至全世界连接成为一个整体。互联网络的迅速发展正在改变着人们的精神生活以及物质文明的各个领域。因此，作为祖国未来的青少年有必要对互联网络的基本知识、相关术语，以及互联网络目前在中国的发展情况有概要的了解。这也将有利于他们更好地全面了解互联网络作为媒介工具的特性，以及它的发展前景。

一、计算机网络的分类

互联网络是属于计算机网络分类当中的一支。计算机网络的产生和飞速发展是20世纪末的一个奇迹。它揭开了人类数字化

什么是互联网络



生存的新时代，从不同的角度了解计算机网络的分类方法，是熟悉网络技术的重要基础之一。“美国信息处理学会联合会，在1970年从共享资源角度出发，把计算机网络定义为：以能够相互共享资源（硬件、软件和数据等）的方式连接起来，并各自具备独立功能的计算机系统之集合。”【1】也就是指计算机间以传输信息为目的连接起来的计算机系统的集合，称为计算机通信网络。计算机通信网是一组物理上相互连接、能够彼此通信的，以共享硬件、软件和数据等资源为目的的计算机系统。连入网上的每台计算机本身都是一台完整独立的设备，它自己可以独立工作。例如我们可以对它进行启动、运行和停机等操作。我们还可以通过网络去使用网络上的另外一台计算机；还可以在身边的这台计算机上去调用另一台计算机上某一目录下的一个文件。计算机之间可以用双绞线、电话线、同轴电缆和光纤等有线通信，也可以使用微波、卫星等无线媒体把它们连接起来。再比如，你家里的一台计算机要想联到Internet网络上去，只要向邮电部门办一个手续，将你家里的那根电话线通过通信设备调制解调器连接到你的那台计算机上，再装上相应的软件，你就可以拨号查询Internet网上的信息，现在更是有光纤及高速网络技术宽带上网。要了解计算机网络的基础，最为重要的是了解计算机网络的基本分类：计算机网络有多种方法，按所覆盖的地域范围分类，可以分为：

局域网 LAN (Local Area Network);

城域网 MAN (Metropolitan Area Network);

广域网 WAN (Wide Area Network);

互联网 (Internet)。



1. 局域网 (Local Area Network; LAN)

通常我们常见的“LAN”就是指局域网。所谓局域网，是指在某一区域内由多台计算机互联成的计算机组。“某一区域”指的是同一办公室、同一建筑物、同一公司和同一学校等，一般是方圆几千米以内。一个房间内，通信系统的信息传送速率比较高，通常在 1Mbps 以上；网络拥有权和经营管理权属于某一个单位，不受电信部门管辖。“由于局域网的出现，使计算机通信网的威力获得更充分的发挥，以至于在许许多多的应用领域中能容易地运用这种网络技术，尤其在办公自动化、工业控制自动化及各种数据处理和信息处理系统等方面更为突出。局域网发展的一个重要因素，是超大规模集成电路和微处理器的发展，它使局域网的组成部件能廉价的实现，同时局域网技术也促进了微型计算机的广泛、充分的利用，可以充分地利用一个单位内部的所有计算机资源，提高经济效益。因此，局域网技术是 20 世纪 80 年代以后非常活跃的技术领域，商品网络层出不穷并获得广泛应用。”【2】局域网可以实现文件管理、应用软件共享、打印机共享、扫描仪共享、工作组内的日程安排、电子邮件和传真通信服务等功能。这是我们最常见、应用最广的一种计算机网络。现在局域网随着整个计算机网络技术的发展和提高得到充分的应用和普及，几乎每个单位都有自己的局域网，有的甚至家庭中都有自己的小型局域网。

2. 城域网 (Metropolitan Area Network; MAN)

这种网络一般来说是在一个城市，但不在同一地理小区范围内的计算机互联。这种网络的连接距离可以在 10 公里~100 公里，它采用的是 IEEE802.6 标准。MAN 与 LAN 相比扩展的距离更长，范围更广，连接的计算机数量更多，在地理范围上可以



说是 LAN 网络的延伸。在一个大型城市或都市地区，一个 MAN 网络通常连接着多个 LAN 网。如连接政府机构的 LAN、医院的 LAN、电信的 LAN、公司企业的 LAN 等等。由于光纤连接的引入，使 MAN 中高速的 LAN 互连成为可能。

3. 广域网 (Wide Area Network; WAN)

“计算机广域网络，又称远程网。在地域上一般跨越城市、地区和国家进行联网。各个国家和地区都在为广域网的实现建设备类网络通信媒体。”【3】WAN 所覆盖的范围比城域网 (MAN) 更广，它一般是在不同城市之间的 LAN 或者 MAN 网络互联，地理范围可从几百公里到几千公里。因为距离较远，信息衰减比较严重，所以这种网络一般是要租用专线，通过 IMP (接口信息处理) 协议和线路连接起来，构成网状结构，解决循径问题。一个国家应该算是一个广域网。

4. 互联网 (Internet)

Internet 译为中文，有译成互联网、国际网络、因特网等，这里使用互联网这个名称。在互联网应用如此发达的今天，它已是我们每天都要打交道的一种网络，无论从地理范围，还是从网络规模来讲它都是最大的一种网络，就是我们常说的“Web”、“WWW”和“万维网”等多种叫法。

从地理范围来说，它可以是全球计算机的互联，这种网络的最大特点就是不定性，整个网络的计算机每时每刻随着人们网络的接入在不断地变化。当你连在互联网上的时候，你的计算机可以算是互联网的一部分，但当您断开互联网的连接时，你的计算机就不属于互联网了。但它的优点也是非常明显的，就是信息量大、传播广，无论你身处何地，只要联上互联网你就可以对任何可以联网用户发出你的信函和广告。



二、计算机网络的功能

计算机网络既然是以共享为主要目标，那么它应具备下述四个方面的功能：

1. 数据通信

数据通信是计算机网络最基本的功能。它用来快速传送计算机与终端、计算机与计算机之间的各种信息，包括文字信件、新闻消息、咨询信息、图片资料、报纸版面等，也就是完成计算机各个节点之间的系统通信。通过这一功能，可实现将分散在各个地区的单位或部门用计算机网络联系起来，进行统一的调配、控制和管理，用户也可以利用此功能在网上传送电子邮件、发布新闻信息、进行电子购物、远程电子教育等。

2. 分布式处理

也就是说可以将一项很复杂的工作任务划分成许多部分来处理，这样可以多台计算机同时协作完成对同一任务的处理，使整个系统的性能大为增加。网络技术的发展，使得分布式计算成为可能。对于大型的课题，可以分为许许多多的小题目，由不同的计算机分别完成，然后再集中起来，解决问题。

3. 远程传输

计算机应用的发展，已经从科学计算到数据处理，从单机到网络。分布在很远位置的用户可以互相传输数据信息，互相交流，协同工作。

4. 资源共享

“资源”指的是网络中所有的软件、硬件和数据资源。这一功能可以实现计算机网络上资源的最大限度分享。首先，从投资考虑，网络上的用户可以共享使用网上的打印机、扫描仪等，这

什么是互联网



样就节省了资金。其次，现代的信息量越来越大，单一的计算机已经不能将其储存，只有分布在不同的计算机上，网络用户可以共享这些信息资源。再次，现在计算机软件层出不穷，在这些浩如烟海的软件中，不少是免费共享的，这是网络上的宝贵财富。任何连入网络的人，都有权利使用它们。资源共享为用户使用网络提供了方便。

三、计算机网络的发展

计算机网络近年来获得了飞速的发展。20年前，在我国很少有人接触过网络。现在，计算机通信网络以及 Internet 已成为我们社会结构的一个基本组成部分。网络被应用于工商业的各个方面，包括电子银行、电子商务、现代化的企业管理、信息服务业等都以计算机网络系统为基础。从学校远程教育到政府日常办公乃至现在的电子社区，很多方面都离不开网络技术。可以不夸张地说，网络在当今世界无处不在。

1997年，在美国拉斯维加斯的全球计算机技术博览会上，微软公司总裁比尔·盖茨先生发表了著名的演说。在演说中，“网络才是计算机”的精辟论点充分体现出信息社会中计算机网络的重要基础地位。计算机网络技术的发展越来越成为当今世界高新技术发展的核心之一。

计算机网络发展的阶段划分

回顾历史，随着计算机网络技术的蓬勃发展，计算机网络的发展大致可划分为四个阶段。

第一阶段：萌芽时期

20世纪60年代中期之前的第一代计算机网络是以单个计算机为中心的远程联机系统。这样的通信系统已具备了网络的雏



形，典型应用是由一台计算机和全美范围内 2000 多个终端组成的飞机订票系统。终端是一台计算机的外部设备包括显示器和键盘，无 CPU 和内存。当时，人们把计算机网络定义为“以传输信息为目的而连接起来，实现远程信息处理或进一步达到资源共享的系统”。

第二阶段：起步时期

20 世纪 60 年代中期至 70 年代的第二代计算机网络是以多个主机通过通信线路互联起来，为用户提供服务，主机之间不是直接用线路相连，而是由接口报文处理机（IMP）转接后互联的。由于远程终端计算机系统的出现，使这个时期网络概念为“以能够相互共享资源为目的互联起来的具有独立功能的计算机之集合体”，网络中计算机之间具有数据交换的能力，提供了在更大范围内计算机之间协同工作，实现分布处理甚至并行处理的能力，联网用户之间直接通过计算机网络进行信息交换的通信能力也大大增强，形成了计算机网络的基本概念。

第三阶段：成形时期

20 世纪 70 年代末至 90 年代的第三代计算机网络是具有统一的网络体系结构并遵循国际标准的开放式和标准化的网络。

第四阶段：快速发展时期

20 世纪 90 年代末至今的第四代计算机网络，这也是计算机网络进入崭新的阶段。由于局域网技术发展成熟，出现光纤及高速网络技术，多媒体网络，智能网络，整个网络就像一个对用户透明的大的计算机系统，发展为以 Internet 为代表的互联网，Internet 已经成为人类最重要的、最大的知识宝库。



第二篇 青少年的心理发展特点

作为家长和老师，对于自己的孩子您了解多少？您知道他们的心理发生着怎样的变化吗？您知道他们所处的这个阶段的心理特点是怎样的吗？下面我们就一起来看看，处于青少年时期的孩子，他们的心理发展有哪些特点。这些特点将会使您对于孩子的一些态度、言语、行为的深层次原因有更多的了解，这些特点也是我们后面将要讨论的孩子网络心理障碍的基础。

一般来说，青少年时期是指初高中时期，年龄基本在十一二岁到十八九岁，初中阶段的孩子一般处于少年期，高中阶段的孩子一般处于青年初期。因为成人后，个体的身心各方面已经达到了相当成熟的水平，并开始进入到成人的生活阶段，开始考虑就业、成家等问题，因此这一阶段青年的心理特征基本稳定了，我们主要了解一下初高中阶段，孩子的心理发展特点有哪些。

一、动荡不安的少年期

少年时期也就是初中阶段，孩子开始由童年的幼稚时期向青年的成熟发展期过度，也是人生发展的一个非常关键的转折时期，这时期的孩子会面临许多变化，幼稚和成熟的矛盾在他们身上开始体现出来。这个时期的孩子要经历生理上的变化，特别是性方面的逐渐成熟，学校环境上还要经历从小学升入初中、从初中升入高中的变化。这个时期还是孩子的认知、情感、意志等方



面发生重大变化的阶段。如果孩子能够比较顺利地适应上述的这些变化，那么他们的身体和心理就会顺利地向健康的方向发展，并且为将来的发展打下良好的基础；但是如果他们在某些方面的变化中遭遇挫折，而且这个时候又没有人能够及时地给予正确指导，就有可能使孩子的成长出现危机，会给今后的发展造成不良的影响。所以，少年时期对于孩子身心的健康发展来说是一个非常特殊而又非常重要的阶段【4】。

孩子进入少年期，他们的身体发育就进入了一个飞速发展的阶段。这时，孩子身体各个方面都在迅速发育，并在2~3年内迅速达到成熟水平。但是这个时期，相对于他们的身体发展速度而言，他们的心理发展速度却相对缓慢，处于从幼稚向成熟发展的过渡时期。他们生理和心理发展的不平衡以及一些大的变化使孩子承受着由成长带来的压力和矛盾：他们强烈地渴望成熟，希望自己能像成人一样；他们追求自己成为成人的感觉；另一方面，他们非常缺乏社会经验，而且他们的认知能力和人格发展远没有达到成熟的阶段。这种生理趋向于成熟和心理还远没有成熟的矛盾使他们处于一种不稳定的状态。这使得孩子在少年这个过渡期里出现了许多矛盾的心理，并决定了少年期是一个多种矛盾并存的时期。具体来说，孩子在少年期心理发展的矛盾特征有下面三个方面：

（一）反抗父母，有时却又依赖父母

处于少年期的孩子具有很强烈的反抗意识。孩子身体外形上的变化使他们觉得自己已经是成人了，所以，他们希望在心理和社会地位上也能尽快地进入到大人的天地，不再受大人的约束，希望扮演新的社会角色，能拥有成人一样的权力和地位。他们也不再希望自己像童年时期那样事事依赖大人，并且开始对这种依



赖性进行反抗，也就是我们说的逆反心理比较强，表现出不服从大人的权威，不愿意轻易接受大人的意见，常常处于一种与大人相抵触的情绪状态，而大人又常常对孩子在这一阶段的这种需要不够重视，从而使孩子表现出很强烈的反抗心理。

虽然这时期的孩子，看起来事事与父母作对，但是他们内心并不能完全摆脱对父母的依赖与服从。这个时期孩子对父母的依赖方式和程度与儿童时期相比有所不同，童年时期，孩子对父母更多是在情感和生活方面的依赖，而在少年时期，他们则更希望能从父母那里得到精神上的理解和鼓励，他们需要和大人之间建立平等对话的关系，需要一个自在宽松的气氛来同家长、老师平等对话，向他们倾吐自己的感情和心声，但是，在遇到困难和挫折的时候，他们仍然需要大人给予一定的帮助和指导。

（二）有心事不愿向父母倾诉，渴望知己

少年期的孩子不再向儿童时期那样外露与直爽，尽管他们的心理生活更加的丰富了，但是，表露于外的东西却少了，不愿意向别人说，表现出一定的闭锁性。这种闭锁性是由生理上的变化导致的，这时期，他们的智力和情感都有了更进一步的发展，他们开始将注意力转向自己、开始关注自己。因为性的逐渐成熟使他们感到既有些神秘又难为情，不愿意向别人吐露，于是就自己研究自己。他们对于什么事情应该和别人说，什么事情应该保密，有了更加深刻的体会和理解，不轻易向别人表露自己的情感和思想。这时期他们的心理活动更多指向内心世界和关注内心体验，有了自己的“秘密”，他们经常通过写日记来减轻内心的不安和烦恼，在成人面前这种闭锁性表现得尤为突出。

孩子的内心矛盾和冲突以及在现实生活中遇到的挫折在这一时期都会比较多，有许多问题如果仅仅依靠他们自己的力量和能