

師範小叢書

青年心理學

沈履編

商務印書館發行

師範小叢書

青年期心理學

沈履編

中華民國二十一年十二月初版

(一〇二〇)

師範
小叢書
青年期心理學一冊

每冊定價大洋肆角

編述者

沈

履

發行人

王

雲

五

印刷者

商

務

印書館

發行所

商

務

印書館

版 翻
權 印
所 必
有 究

(本書校對者滕秉全)

凡例

(一) 本書範圍在敘述青年期心理反應之基本事實，和對此事實之解釋；關於青年生活及心理之特殊問題，僅偶爾涉及。

(二) 本書首述青年期之意義，和鑑定青年期之標準；次討論青年期中體質的，解剖的，和生理的發育之狀況，及其與心智發展趨勢之關係；次就近時心理學之觀點，申論青年期中本能的和習得的反應之性質；然後進而敘述青年期之智能程序，感情生活，決意現象，和人格諸問題；最後討論青年期中人格之擾動，及道德的和宗教的人格之變遷。

(三) 以往關於青年心理之著作，多夾雜因襲之臆說和問答調查法所得之材料，本書對於此類臆說會審慎避免嚴格評判，力求以客觀研究之結論為取材來源。

(四) 編者假定本書之讀者曾對普通心理學已能了解梗概，故書中引用心理學之基本觀念及術語，不再詳加註釋。

(五)本書所引各參考書籍均附載於各章之末，並就每章中節引之次第將各書標以數目；於章中節引之處註出數目以代書名，並附所引之頁次，例如(3: 163)即該章所引之第三種參考書之第163頁，俾免正文內常錯雜書名之煩。

(六)本書在求一般讀者略識青年期心理反應性質之梗概，亦可供兒童心理、青年心理、中等教育等學程之參考教材。

青年期心理學

目 錄

第一章 導言·····	一
第二章 青年期體質的發育·····	七
第三章 青年期解剖的及生理的成熟·····	二三
第四章 心智發展趨勢與解剖生理成熟之關係·····	三五
第五章 刺激與反應及本能反應之性質·····	四四
第六章 青年期與習得反應·····	六四
第七章 青年期與智能程序·····	七三
第八章 青年期與感情生活·····	九三
第九章 青年期與決意現象·····	一〇二

第十章	青年人格之性質·····	一一四
第十一章	青年期人格之擾動·····	一二四
第十二章	青年之道德及宗教人格·····	一三六

青年期心理學

第一章 導言

心理學之科學地位——心理學既自命爲一種準確之科學，自須能適合其他準確科學所受之條件。任何準確科學，如物理學，化學，生物學，天文學等均須適合三種條件：（1）須有研究之特殊對象，且能確定一實際範圍以爲專攻之便利。（2）該項科學之現象可在實驗室所能支配之情況下面受研究。（3）該科學之事實資料（如現象，定律，和原理）可以算學的定量方式敘述。心理學在其發展之歷史中，曾經歷無數周折始漸達於科學之境域。心理學最初曾須努力擺脫哲學的和宗教的影響，其後亦經過多次變遷始漸能確定其研究對象之範圍；例如心理學最早之定義爲研究靈魂的科學（Science of soul），後變爲研究心的科學（Science of mind），再後變爲研究意識的科學（Science of consciousness），最近再變爲研究行爲的科學（Science of behavior），而

此學術之性質亦漸能適合科學的標準。若規以上述之三種條件，吾人可述之爲：（1）其研究對象之特殊範圍爲人類之活動，相互之活動，或行爲；（2）照上述之定義，大體可於實驗室嚴格支配之情況下而得觀察結果；（3）已能用算學的觀念敘述其觀察結果，更常用測量法由定量方式記敘其研究之事實。

心理學之領域與青年心理學——吾人既認心理學爲研究人類行爲之科學，則任何事物凡可影響人類行爲者，皆爲心理學應考慮之事實；而研究人類行爲之途徑有時爲其內心反應之表現，有時爲其生理方面之變遷，有時僅觀察其外表動作而不問其內心或生理方面之狀況；故心理學之基本主要事實乃最廣義之人類行爲。如欲充分了解人類行爲之性質，除嚴格的心理事實外，猶須牽涉多量之生物學，神經學，醫學，人類學，社會學，物理學，化學等學術之事實。

心理學，因討論之實際便利，常劃分其廣博領域爲若干較小之單元。意爾克施（Yerkes）曾就現時研究心理學之劃分狀況製爲下表：



在此表中, 上列之名稱與其下列之相對者適爲相反性質, 如常態對變態, 人類對動物, 純粹對應用, 等皆爲相反名稱; 而橫綫和相交綫則指示各種之可能組合, 例如常態之幼年人類可由個別的或羣衆的研究而成純粹科學之原理是也。基本之普通心理學可以上列各名稱聯合代表之, 即常態成年人類個別之純粹心理學是也。下列各名稱皆爲特殊分類之心理學, 而青年心理學亦即此特殊分類之一也。

青年期之意義——『青年期』譯自西文『安多婁生司』(Adolescence)其字源出於拉丁文 *Adolescere*, 本義爲『生長』或『生長達於成熟』。青年期通常指十二歲或十四歲至二十一歲或二十四歲之時期。此長時期開始之一段爲春情發動期, 或春情期。『春情期』譯自西文『皮波疊』(*Puberty*), 其字源出於拉丁文 *Pubertas*, 本義爲『成熟年齡』。『具生殖能力』或『領

部毛髮。』自此時段起，人類之生殖器官相當成熟，能負生育及繼續種族之責。青年期因其生理心理方面之顯著變遷，歷來爲各民族所重視，且多釐定特殊慶祝儀式爲之紀念，以標明達於此期之少年已脫離其已往之童稚生活而開始負荷成人社會之責。盧梭（Rousseau）對於青年期之意義認爲『吾人經歷兩重產生，一是爲生存產生，一是爲生活產生，一爲了解人與非人，一爲了解兩性，』亦是見昔時人士對本期之感想矣。

春情期到臨之年歲——春情期之來臨，女孩以月經開始爲表現，男孩亦理應以能滋殖精蟲爲依據。但因檢查男孩此種生理變遷頗感繁難，而兒童之親長及一般社會感覺此種檢查可能有過早啓示兒童性慾生活之危險，亦常加以反對。故男孩春情期來臨之標準現時仍僅以下體生毛、聲音改變、皮膚和毛髮增加色素、軀幹開始驟然發育等現象爲依據。一般研究青年期現象者雖大體均認女子春情期開始之中數（Median）年齡爲十二歲至十三歲，男子之中數年齡爲十四歲至十五歲，但實際上，各人之個別差異甚大。且除個別之差異外更有各項之類別差異：如兩性差異、氣候差異、生活營養差異、鄉間與城市差異、刺激多少差異等。其差異之原因及廣度將於生理發育一

章中另加敘述。

青年期生活之研究——各民族歷代之詩歌說苑，對青年期生活之描寫均頗豐富，惟每僅爲文人主觀之感想或片面之觀察，常感言過其實；而迴溯之自傳尤多錯誤附會之弊。近世以系統方法研究青年期生活者當推霍爾（H. S. Hall）爲鼻祖。其不朽之巨著『青年期』（Adolescence）一書，問世已二十六年。但其研究途徑以問題回答法爲主腦，回答者之主觀成見及回憶差誤實所不免，而時過境遷，其結論與今代青年生活亦多出入。惟其學派之潛力猶頗強大，而當時喚起世人注意青年問題之功績尤不可沒滅。近十數年來，各心理專家始就青年之生理及心理特質加以客觀測驗，對於青年生理心理特質內容之性質，發展之實況，及影響此等特質之因子，均有較準確之討論與記載，故其立論更進於科學之境域矣。近世學者如波爾德文（B. T. Baldwin）、波亞士（E. Bous）、匡浦騰（C. W. Crampton）、福斯特（W. L. Foster）、突門（T. M. Terman）、灰泊爾（G. M. Whipple）、吉爾伯特（J. A. Gilbert）、格慈（A. T. Gates）、桑戴克（E. L. Thorndike）、杜威（J. Dewey）等對於青年心理學之內容均有多量之貢獻。

本書討論之範圍——本書主旨在敘述青年人類行為之事實，及影響此種行為之因子。本書取材以實驗的定量的資料為主體，而對於意見與事實，發問法之結果與觀察之結果，常加嚴格之分判，以冀近於準確科學之境域。本書首先敘述青年期體質的，解剖的，和生理的發育，以求心理反應之基礎；及生理成熟與青年之心理的教育的生長之關係。再敘述青年期本能反應和習得反應之來原和運用狀況。再進而討論青年期知能生活，情感生活和決意現象之變遷，及其影響之因子。最後由人類整個行為之觀點，討論青年人格之性質，青年期人格之擾動，及青年期與道德的宗教的人格；以期欲支配青年行為者，對於青年整個生活更有深透之了解。

第二章 青年期體質的發育

就嚴格定義言之，體質的事實當然與心理的事實不同，但學者如欲充分了解支配青年行為之各種勢力，則不得不先討論青年體質方面之生長。現擬以三章中述體質方面之變遷，然後進而研究青年期嚴格的心理方面之問題。

青年期身體各部之生長，可能有三方面之差異，即（1）迅速生長開始之時期，（2）在生長進展上之速率，（3）達到最大生長限度之狀況。而研究青年期身體各部生長之步驟，亦可略分為三段：（甲）身體主幹部分之生長，（乙）神經系統之生長，（丙）分泌腺與生長之影響。茲可分段敘述之。

（甲）主幹部分之生長

（1）骨骼系統——骨骼變遷可分為兩層申述，第一層為骨格形狀和大小之改變，如四肢骨加長加厚，頭骨和軀幹骨之大小、形狀及比例較前均有顯著變遷，尤以胸部向兩旁加闊，面部加長，下顎加大，第二屆齒牙生長完全為顯著；第二層，體中所餘之軟骨部分逐漸硬骨化（Ossification）。

尤以頭骨、脛骨、腕部小骨等硬骨化程序之迅速和完備爲最顯著。

(2) 肌肉系統——肌肉之生長各年歲均有進展，尤以青年期中之生長爲迅速。試查各年歲中肌肉重量與全體重之比例，可得其梗概。新生兒之比例爲 $23.4:100$ ，八歲時爲 $27.2:100$ ，十五歲時爲 $32.6:100$ ，十六歲時爲 $41.2:100$ ，故青年期之肌肉（無論單個或全體言之）在其運用準確，每一橫斷面單位之力量，兩邊的均稱，聯絡的準確，等方面均與成年人不同。此種肌肉生長狀況，更加以骨骼之不規則的和不均衡的生長，實爲此期身體舉止笨拙之主要原因。霍爾(Hall)據其研究所得，認爲各類肌肉發展實具個別差異；而肌肉力之增加與運用速度和準確之發展，並無平行的關係。

(3) 呼吸器官——胸腔部既漸擴大，肺之呼吸量亦顯著增加。灰伯爾(Whipple)曾指示青年期肺量增加，女子以十二至十四歲間爲最速，然後增加漸緩直至二十歲爲止；男子則自十四歲至十九歲半均爲增加迅速時期。在任何年齡女子之肺量均較男子爲小，惟由特殊練習和呼吸習慣可獲改變效力，尤以女子爲顯著。但注意發展胸部，保持良好身體姿式，及施行深呼吸等贊助肺

部發育之事項每爲青年所忽略，故此期中之男女青年大致均有多量之肺部纖維未獲使用，而貧血、肺癆等趨勢均有深種其根之危機。

與呼吸器官有關之另一現象，爲青年期特徵的聲音改變。此種改變之主要性質爲肌肉的。在此期中，喉頭加大，聲帶之長度約加一倍，因而男子聲音之音高常降低一音階，女子之音高雖無甚改變，但聲音常變爲更豐滿圓潤之音調。男子之顯著聲音改變有時早在十二歲時已開始，有時高音之兒童至十五六歲後尙能保持其尖銳之音。當變音期間中，若未留意將過高或過低之音避而不用，則聲音常易變爲嘶啞、粗糙，不能調節，或易成破聲。

(4) 消化器官——消化器官，爲供給此期生長所需之精力，當然亦有其相當之改變。胃臟容量加大，不再如兒童時期之直形及管狀，胃部肌肉蠕動力加強，胃液分泌似亦有改變；腸之長度及容量均有增加。

肝臟在新生兒時爲全身容量十八分之一，在此期中則逐漸縮小，至成年之成熟只爲全身容量三十六分之一。

此期中新陳代謝不如兒童時期之迅速，散熱之速度較低，生熱之量亦較少。不利於兒童新陳代謝之各影響（如不充足或不適宜之食物，缺乏運動，缺乏新鮮空氣等），當然對於青年亦有其影響。但青年因儲蓄之精力加多，故對此類不良影響之抵抗力亦顯然加強。惟現時關於青年營養學說之生理的，化學的，尤其心理的因子，吾人尙鮮精確之知識耳。

(5) 循環器官——蘭道斯(Landois)發現循環器官當青年期迅速生長中亦有相當改變。心臟容量與大動脈血管口徑之比例，自初生至成熟年齡均逐漸加大（初生時爲 25:20，春情期 145:60，成熟時爲 290:11），故血壓在春情期時實具相當高度。

在此期中心臟肌肉之容積增大，收縮纖維之數加多，血液之比重有若干改變（或僅限於女子），體溫亦稍加高約爲華氏表 0.5 度。

此類變遷使心臟能迅速順應青年期情況，而輸出更多量更濃厚之血液，以供給迅速生長機體之營養和建造，且供給各新增的身體功能所需之精力。

(6) 生殖器官——性功能之成熟既爲青年期之主要特徵，在此期之生長現象中，生殖器官