

B844.2
C72

~~C913.5~~
~~C726~~

当代青年教育丛书

当代青年心理学

主 编 刘慧晏

副主编 安平林 陈红军

青 岛 出 版 社

鲁新登字 08 号

责任编辑 李忠东

封面设计 张 鹏

当代青年心理学

刘慧晏 主编

*

青岛出版社出版

(青岛市徐州路 77 号)

邮政编码:266071

新华书店北京发行所发行

青岛双星集团华信印刷厂印刷

*

1998 年 5 月第 1 版 1998 年 5 月第 1 次印刷

32 开(850×1168 毫米) 4.5 印张 2 插页 105 千字

印数 1~8000

ISBN 7-5436-1595-9/G · 706

定价:7.50 元

第一章 当代青年生理与心理特征

青年时期作为人生的重要阶段,是生理、心理和个性全面发展的时期。

随着青春期生理发育的成熟及第二性征的出现,青年认识问题、理解问题、解决问题的能力不断提高。面对多彩世界、复杂人生,青年人在确立正确的世界观、人生观、价值观方面有许多困惑,由此带来种种不适感和焦虑感。

为了帮助青年朋友树立正确的信念,摆脱困境,更好地实现自己的人生价值,本章将从青年生理与心理的一般特征、当代青年生理与心理的基本特征及二者关系等方面分别加以阐述。

第一节 青年生理与心理的一般特征

一、青年的定义及青年期的划分

不同的国家、不同的民族、不同的学者对青年的定义各不相同。一般说来,人们比较赞成从少年向成年转变和过渡的角度去认识青年和青年期。据此可以说,青年是人生的一个过渡阶段。在这个时期,身体继续生长发育,各种器官和机能不断完善;思维、记忆、情感、兴趣、能力、性格等迅速发展;世界观、人生观、价

价值观逐渐形成并达到稳定;社会活动范围日益扩大,学业正在完成或基本完成,并开始迈入成人的生活。

从生理上看,青年期是指从身体生长发育全面启动开始,直到各项机能达到完善为止。从心理角度看,青年期是从思想活跃阶段开始到心理成熟时结束。在我国,青年期大致是从14岁开始到25岁结束。青年期又可分为:青年前期(14岁至17岁),又称青春发育期,在这一阶段,体重、身高猛增,生殖器官发育成熟,体内机能不断健全;青年中期(17岁至22岁),是全面接受新知识、心理逐步成熟的时期;青年后期(22岁至25岁),是心理素质全面提高和世界观确立,并开始创立事业、建立家庭的时期。

二、青年生理的一般特征

青春发育期,人体的形态结构和体内机能等各个方面都要发生显著的变化。

形态结构的变化主要是指身高、体重、体形的变化。青春发育期是人体生长发育的第二个高峰期。在这个阶段,身高、体重猛增。一般说来,女性的青春发育期比男性来得早一些。从青春开始,体形逐渐表现出鲜明的两性差异。男青年肌肉发达,肩部宽厚,喉结突出,声音浑厚有力。女青年肩部、颈部圆润,形成柔和的曲线,脂肪丰富,皮肤细腻,声音尖细。

随着青春期的发育,体内机能也逐步健全,肺活量增加,心输出量提高,心率降低,骨骼日益完善,变得坚硬且柔韧。在青春期,消化系统也发生着一系列变化,胃增大,胃壁、肠壁增厚,蠕动更加强健,能消化大量、多种类的食物。这些变化都是与身体迅速发育对营养的需求相适应的。

神经系统的发育完善也是青春期出现的一个重要特征。进入青年期,大脑日益完善,脑细胞、神经元空前活跃,感知力、记忆力、逻辑思维能力、想象力等显著提高。

生殖系统是人体中最晚成熟的器官。青春期,在脑激素及体液调节作用下,第一性征(生殖器官,如睾丸、卵巢等)发育成熟,第二性征(如腋毛、男性的胡须、女性的乳房等)开始出现。

青春发育时间表

年龄(岁)	男 性	女 性
8~9		子宫开始发育,臀部变圆。
9~10		骨盆开始加宽,乳房发育,皮脂腺分泌增多。
10~11	睾丸、阴茎增大。	乳房开始发育,阴毛出现。
11~12	前列腺开始活动,喉头增大。	阴道粘膜出现变化,乳头、乳晕突出,内外生殖器发达。
12~13	阴毛出现。	乳头色素沉着,乳房显著增大并且开始成熟。
13~14	睾丸、阴茎急速增大。	初潮,腋毛出现。
14~15	腋毛出现,变声,睾丸增大完成。	月经变得有规律,有可能受孕。
15~16	精子生长,第一次射精。	变声,脸上长痤疮。
16~18	开始长胡子。	骨骺闭合,停止生长。
18~22	骨骺闭合,停止生长。	

同时,在性激素的作用下,青年产生了性的萌芽、性的意识,

开始对异性产生强烈的异样感觉。

三、青年生理特征出现的内在因素

青春期的发育是一个日积月累、花费时日的缓慢过程,它主要受内分泌系统的控制,特别是受下丘脑、脑垂体、甲状腺、性腺、肾上腺等器官分泌的一些激素的控制。

内分泌系统要受神经系统的调节。若神经系统控制不当,就会使激素分泌量过少或过多,而导致某些病变。例如:巨人症是生长素分泌过多引起的;侏儒症是生长素分泌不足引起的。

四、青年心理的一般特征

随着青年期生理的发育成熟,青年人的心理也日趋完善。青年人心理的积极方面大致有以下几点:

第一,思想活跃。青年期,脑细胞和神经元高度活跃,强烈的求知欲望,社会生活范围的逐步扩大,自我意识的进一步觉醒,都决定了这个时期思想的高度活跃。

第二,交往广泛。青年期思想活跃,活动能力强,交往方式较多,这就使青年的交往特别广泛。他们可以通过语言、行动直接交往,也可以通过中介物或中介人间接交往;可以通过工作关系、同学关系进行交往,也可以通过地域关系、家庭关系进行交往。总之,青年无时无刻不处于一个错综复杂的人际关系网中。

第三,生活独立。随着年龄的增长,人生知识和经验的积累,自我意识、独立意识、社会责任感、自身需要的不断增强,青年产生了强烈的生活独立意识。

第四,气质和性格稳固。青年期,青年的世界观、人生观、价值观日益形成,交友范围日趋稳定,事业开始确立,气质和性格

逐渐稳定下来。

青年人的心理除了上述积极方面外,若遇到不利的客观因素,再加上主观上处理不当,也往往会产生消极方面的内容。这时,有些青年人会表现出紧张、孤独、失望、焦虑、多疑等心理现象。这时若不加以正确引导,且在不正常因素的诱导之下,就会产生较大的破坏性。因此,青年人应自觉地提高自己的心理素质。同时,社会组织也需要对青年积极正确地引导,发挥青年的积极心理机能,抑制青年的消极心理机能。

第二节 当代青年生理与心理的基本特征

青年行为是社会性行为,任何一个青年的活动都具有鲜明的时代特色。当代青年在新的历史条件下表现出与以往不同的生理与心理特征。

一、当代青年生理的基本特征

科学家发现:现代人类社会,尤其是在发达地区或国家中,青少年的发育呈现出加快趋势,即所谓的“发育加速”。它包括三个方面的内容:第一,生理成熟显著提前。用比较女子月经初潮年龄的方法来分析,1991年北京市女子月经初潮的平均年龄为12.50岁,而1980年的调查结果结果为13.70岁,10年之间提前了1.20岁。第二,性心理发展的年龄明显前倾。生理成熟年龄的提前,必然会导致性心理的提前出现。从我国青少年80年代期间性心理发生的年龄变化情况看,前倾趋势是很明显的。1988年调查结果表明:青年关心性问题、向往与异性交往、想接触异性身体、产生性冲动体验、出现性梦幻、有过手淫体验、心目中有了

特别喜欢的异性这几个性心理指标的起始年龄,最小为 6 岁,最大为 19 岁,平均在 14 岁左右,这表明青少年的性心理发展与他们的生理发育成熟几乎是同步的。第三,身体生长明显加速。以 15 岁城市男子身体发育为例:身高,1991 年达到了 167.13cm,而 1979 年是 163.8cm,80 年代身高增加了 3.33cm;体重,1991 年达到了 52.39kg,而 1979 年为 49.00kg,80 年代体重增加了 3.39kg。由此可见,青少年在身体形态方面加速成长现象也是非常明显的。

为什么当代青少年会出现生长加速的现象呢?原因有以下几点:第一,人民生活水平显著提高。据对居民收入、吃、住、用、文化生活、储蓄、物价等几项生活质量指标的综合分析,1978 年至 1988 年期间我国人民生活水平质量综合指标数平均每年增长 10.1%,而 1953 年至 1978 年平均每年只增长 3.3%。可以说,80 年代我国人民生活明显改善并逐步提高水平的事实,是青少年生长发育明显加速的重要物质基础和前提。第二,文化事业发展加速。80 年代我国文化事业的发展令人瞩目。1978 年至 1989 年,图书出版量由 37.7 亿册增加到 58.6 亿册,杂志出版量由 7.6 亿册增加到 18.4 亿册,报纸出版量由 127.8 亿份增加到 156.2 亿份,电影放映单位由 11.6 万个增加到 15.2 万个,电视台由 1978 年的 32 个增加到 1990 年的 489 个,广播人口覆盖率由 1985 年的 69.4% 提高到 1990 年的 73%,电视人口覆盖率由 1985 年的 68.8% 增长到 1990 年的 78%,全国城乡居民已拥有电视机 1.6 亿台。我国文化事业的快速发展及其在内容传播方面的大容量、多渠道和同时性特征,使青年接受的社会信息比以往任何时期都多,从而促进了青少年心理成熟呈提前的倾向。第三,体育事业的发展使全民体质提高。1978 年至 1987 年,我

国体育事业的费用占国家财政支出的比重由 0.23% 提高到 0.41%。我国 1988 年新建体育场 101 个, 1989 年新建体育场 105 个。与此同时, 群众性的体育活动也得到广泛开展。当代青少年体质的提高是全国人民体质进一步提高的必然表现, 是我国体育事业发展的必然结果。第四, 卫生事业的发展提高了人民的健康水平。1978 年至 1988 年, 我国财政卫生事业费支出从 22.42 亿元增加到 71.86 亿元。到 1989 年, 全国卫生机构达到 20.6 万个, 其中医院 6.2 万个, 医疗床台 2568 万张, 卫生技术人员 380.9 万人, 分别比 1978 年增长 21.8%、3.9%、40.4%、54.6%。由此可见, 当代青年健康水平逐渐提高是我国卫生事业发展和人民健康水平改善的必然结果。

二、当代青年心理的基本特征

当代青年由于受周围环境、社会因素等诸多方面的影响, 除具备上述生理的基本特征外, 还有以下心理的基本特征:

第一, 富有理想。青年在社会发展中, 总是向往未来, 对未来执著追求, 这是富有理想的表现。当今社会, 由于青年处于一个特定的历史阶段, 推动生产力的迅速发展, 振兴国民经济, 提高人民生活水平, 应是每个有志青年的义务。在我国, 当代青年已肩负起建设有中国特色社会主义的光荣任务。

第二, 思路开阔。思路开阔、富于创新是当代青年的一个重要特点。当代青年不再墨守成规、固步自封, 无论在知识、经验、物质、技能等方面都没有什么旧框框, 很少顾虑, 较少保守。当代青年的眼睛总是面向未来, 喜欢接受新知识, 倾向于改革。因此, 当代青年是富于创新、善于独立思考、敢于破除迷信的一代。

第三, 求知欲强。学习知识, 可以帮助人们科学、正确地认识

客观世界。进入 90 年代,我国青年的求知欲空前高涨,从机关到企事业单位,从城市到农村,学习、求知已成为一股不可阻挡的潮流。当今青年人把求知和致富、求知和素质提高密切联系在了一起。

第四,责任感增强。当代青年是跨世纪的一代,肩负着跨世纪的历史使命。国家的富强、民族的振兴要靠青年去努力、去推动。我国的经济发展和科学技术落后于发达国家,当代青年责任感增强,把赶超发达国家经济与技术看作是责无旁贷的事情。

第五,注重交往互益。人际关系是指人与人之间的相互交往和联系。它既可缩短人们彼此间在情感上的距离,又可为人们获取外界信息,保证自身心理正常发展提供必要条件。在我国当代青年相互交往中,一种互利互益的新型人际关系正在形成,不只是把对方看成自己的竞争对手,还看成自己的合作伙伴,相互关心,相互帮助,相互激励,共同获益。

第六,价值观多元化。价值观是指人们用一定的世界观、人生观来看待社会现象对人生意义大小的一种心理倾向。一般说来,主要涉及政治观、道德伦理观、职业观、生活观等方面的内容。在当今社会变化多元化的形势下,青年价值观出现了前所未有的多元化重新组合。例如:当代青年在职业价值观上出现了职业评价与职业选择的相互分离、政治价值观上经济因素的比重在逐步增加等等。

第七,耐挫折性差。当代青年往往对未来充满幻想(特别是青年学生),抱有过高的期望。有的青年踏上工作岗位后,常常发现现实与自己的想象有差距,导致理想与现实的巨大落差。例如:有的青年学生很想好好利用自己的专业知识创一番事业,可往往找到的工作与自己的专业不对口,学而不能致用,于是就会

产生悲观厌世的不满情绪。另外,有的青年缺乏与他人的沟通,生活环境难以适应,甚至一些人出现压抑症或孤独症等不良心理现象。当代青年耐挫折性差,反映了我国现行教育体制有许多亟待改进的地方。随着独生子女群体的形成,当代青年心理承受能力问题越来越引起专家学者和政府部门的关注。

三、当代青年心理的影响因素

(一)改革对青年心理的影响

我国经济、政治、科技、教育等的全方位改革,给我国社会带来了一片生机。改革符合青年的心理,得到了青年的拥护。

90年代,在邓小平同志南巡谈话之后,我国经济又进入一个新的高速增长阶段。经济改革步伐加快,经济形势好转,这些社会条件为青年发展创造了有利时机:经济搞活带来的最直接结果是青年就业机会增加,青年个人发展途径增多;物质水平的提高、市场的活跃和大众传媒的急剧扩展,使青年文化的内容和表现形式得到很大丰富,青年人的创造性及表现欲有了施展的天地;许多传统价值目标和规范受到严重冲击,对青年约束力越来越弱,一些新的价值目标(如提高个人生活质量、追求物质享受等)引起了青年人新的发展欲望。

(二)西方资产阶级自由化对青年心理的影响

长期以来,西方敌对势力企图颠覆中国政府,他们把希望寄托在当代青年身上。当代青年是在优越的社会条件下长大的,一般没有经过艰苦磨练,一方面思想不成熟或正在成熟中,另一方面思想活跃、关心国家的前途和命运。因此,我们必须对当代青年进行正确的引导和爱国主义教育,抵制资产阶级腐朽思想的侵蚀。只有这样,我国社会主义现代化建设才能顺利进行。

(三)严峻的就业形势对青年心理的影响

随着改革开放的深入发展,企业职工已经不再对“铁饭碗”抱有什么幻想。在岗位上,要靠能力,能力不够、工作干不好就得下岗或到差的岗位上去。目前,社会下岗人员日益增多,大中专毕业生就业形势也不容乐观。严峻的就业形势给当代青年以挑战,需要当代青年不断地战胜自己,不断地追求卓越,才能赶上时代的步伐,才不至于在当前激烈的竞争中被抛下。因此,当代青年要不断地学习,不断地完善自我。

(四)时代节奏加快、时代责任感增强对每个青年心理的影响

时代节奏加快,要求青年活动节奏也要加快,这样才能适应社会的需求,才能有所作为,实现自己的人生价值。时代责任感是有志青年的优良品质,他们关心国家、关心别人、关心家庭,认为为国家贡献一份力量是自己的责任。谁不希望自己的国家能繁荣富强!谁不希望自己的人民能生活得更好!正是这种时代的责任感,使每个有志青年鼓足勇气,为自己的国家和人民而奋斗。

(五)家庭变化对青年心理的影响

如今,相当数量的独生子女已经迈入青年期。有些独生子女由于受家庭的影响、父母的溺爱,对家庭的依赖心理很强,在事业上缺乏一股拼劲和闯劲。独生子女间缺乏一种纵向对比(兄弟姐妹间),只有在同龄人之间的横向对比。纵向对比,由于血缘关系、手足之情,彼此之间有一种借鉴作用,可以使自己查缺补漏,努力实现自己的人生价值。横向对比,很容易产生妒嫉、攀比心理,从而产生不良后果。这种现象应引起全社会的关注,加强正确的引导,力求克服其消极作用。

总之,自 1978 年改革开放以来,我国社会进入了一个从传统社会向现代社会全面转变的时期,各种新旧体制、利益格局、规范体系、观念形态等并存交替,有时甚至发生激烈冲突。这些变化使当代青年心理发生很大变化,具有鲜明的时代特征。

第三节 青年生理和心理关系

一、心理因素对生理的影响

人类的心理活动是最复杂、最高级的生命现象之一,心理主宰着人的行为,心理活动和人的生理状况息息相关、密切联系。医学研究表明,人的心情好坏能引起和加重肉体疾病,或达到预防疾病的发生、缩短疗程和加强治疗效果。

举例来说,在我们认识的人中,往往会有这种现象:某个患有绝症的人在不知病情的情况下,能够正常地学习和工作;一旦知道自己身患不治之症,就会认为自己已靠近死亡的边缘,心灰意冷,于是精神上的崩溃导致身体急剧垮掉。假若这个人能正确认识自己的病情,以积极的心态与疾病作斗争,与医生配合好,其结果或许就会不同。可见,心理对生理影响相当大。

激昂的情绪、乐观的人生态度会给人以向上的精神动力,鼓励人们战胜肉体上的各种疾病。张海迪虽然身患数种疾病,但她从不悲观失望,而是勇敢地同病魔作斗争,怀着战胜病魔的决心,怀着对美好未来的向往与追求,活了下来,并成为生活的强者,成为当代青年的楷模。

当代青年要充分认识到心理对生理的影响,在日常生活中保持良好的情绪。社会主义现代化建设,要求当代青年适应急剧

变化的改革开放的大环境,成为有理想、有道德、有文化、有纪律、情操高尚、身体健康、充满信心、奋发向上、与人为善、胸怀坦荡的一代新人;同时,也要求当代青年有意识地克服抑郁孤独、多愁善感、悲观厌世等不良心理倾向。

二、生理对心理的影响

心理对生理会产生一定的影响,那么生理对心理会不会产生影响呢?若有影响,那又是什么影响呢?影响程度多大呢?这一系列问题就是下面所要讨论的内容。

世界上没有相同的事物,即使两个人在同样的条件下、同样的环境中,也会或多或少地产生差异,也会有不同的心理活动,人的生理活动每时每刻都在对心理发生影响。一个生理不健全的人常常会自悲、自弃,难以有健康的心理。再者,心理活动的物质基础是大脑,若大脑发生病变,心理上不可避免会受影响。人的心理健康是同生理健康密切联系的。健康的心理有益于身体的健康成长。生理上的缺陷往往会使人产生烦恼、焦躁、忧虑、抑郁、灰心绝望的心理,影响感情、心境、意志、性格的正常形成。心理上长期忧郁、烦闷、忌妒等又会导致生理上的异常和病态。两者互为因果、相互影响。

如果一个人相信自己的力量,相信自己的能力,并且能不断地为自己的正确理想去拼搏进取、顽强奋斗,实现自己人生价值的可能性就会很大。当代青年要时刻充满自信,保持乐观情绪,只有这样才能为自己的成功提供良好的精神基础。同时,当代青年也需要善于剖析自己,认识自己,找出自身的不足之处,使心理与生理和谐一致,保持健康。

· 第二章 青年群体心理与个性形成

何谓群体？心理学家们曾经下过很多定义。把这些定义的基本要点综合起来看，群体是为达到共同的目的以一定方式组织起来，互相制约，协同活动，并有着“我们是同一群”的感受的人群集合体。这种集合体有大有小，大到国家、民族，小至班组、家庭，都可称为群体。这种集合体方式各异，有正式组织起来的，如政党、机关、团体；有自发结合而形成的，如大学里的“英语角”、公园中退休工人的“合唱队”。

群体不管其大小、组成方式，均有以下特点：

第一，有共同的目标——群体目标。它是维持群体存在的基本条件。

第二，有一定的组织结构——群体结构。群体成员是被组织起来的，在群体中均担当一定的角色，负责一定的职务，并享有一定的权利。

第三，有自身的规矩——群体规范。它是在群体活动中自然而然地产生的，每个成员都必须遵守它。

第四，有我们是同一群体的意识——群体意识。群体的成员均意识到自己是其中的一员，他人与自己是“一伙的”，我们是同一群。

青年如同其他社会成员一样,一旦结成群体,总会产生出不同于一个人单独时的心理和行为,这就是青年群体心理和行为。在现实生活中,青年群体比起其他群体来,显得情感性强,内聚力大,行为过从甚密。

第一节 当代青年群体心理特征

在社会交往中,青年比较注意选择感情易于相融的同龄人作为自己群体的成员,青年的人际关系有明显的感情色彩。因此,青年团体常以个人的感情为基础,青年人在群体活动中由于年龄相近、观点相同、需要类似、情趣相投,往往造成强烈的情感依恋,可以说感情对群体的活动起着主要的协调作用。儿童的情感主要投射在家庭上。随着年龄的增长,青年视野扩大,自主性增加,感情的投射由家庭越来越多地转移到自己的群体中,于是青年要求自己的群体具有平等关系、依存关系,真诚相待,以减少青春期带来的烦恼,产生安全感和稳定感,从自己的群体中求得新的感情寄托。这种期望也是青年在群体活动中的依据和标准。伴随着生产力的加速发展,社会信息增多,当代青年的心理负担日益加重和焦虑日益增多。为了补偿个人在一般的社会人际关系情感需要没有满足或满足不够的情况,当代青年以极大的热情把自己投入到群体活动中去,相互关心,相互理解,进行内心交流和感情联系。

通常,青年群体比其他群体更具有内聚力。青年群体对其成员以及成员与成员之间有较大的吸引力。青年群体内意见一般比较一致,成员之间互相友爱、互相合作,关系比较融洽。青年对自己的群体有强烈的归属感,为自己的群体感到自豪,认为群体

成员资格具有一定价值,并有群体活动的热情,对群体工作有强烈的责任感和义务感。形成青年群体内聚力高的原因有:第一,成员的相似性易于产生吸引,增强群体内聚力。青年处于同样的年龄,在同一社会条件下成长,有着共同的感受和倾向,彼此相互理解,容易沟通思想;共同语言多,容易形成良好的人际关系,增强内聚力。第二,群体能较好地满足成员的优势动机,群体对成员的价值就大,内聚力就高。青年充满着内心冲突,常需要别人的支持,特别是需要面临着类似生活课题的人的支持。青年的思想尚未定型,正在探索生活道路,彼此需要交往、交流意见、共同行动。第三,群体成员之间的人际吸引、关系协调会增加凝聚力。青年人情感丰富,彼此容易产生情感共鸣,发生好感,进而频繁交往、行为协调,使群体成员对共同活动感到满意,青年群体内聚力自然就提高了。第四,群体领导与成员协调,群体具有核心,能增强群体凝聚力。青年群体的领导与被领导年龄大致相同,他们之间的关系是平等的,不是指导与被指导、保护与被保护的上下关系。青年群体的领导和核心层一般都是业务上有一技之长,或能协调群体内成员之间的矛盾;或能关心成员,敢为他们说话或善于交际。这样的青年群体内关系比较融洽。

青年群体还表现出高度的一致性。同一群体青年经常聚集在一起,无论是在业余生活中,还是在正式的活动中,他们共同活动,过从甚密。首先表现为认知的同一性,对群体内外的一些重大事件和原则自觉保持一致的看法;表现为情感沟通和相互深入了解,产生情绪上的共鸣;还表现在行为上的高度一致,形成极为相似的行为状况。如果青年不能保持与群体一致的状况时,青年的内心将产生极大的痛苦和压力。从社会群体的角度而言,青年社会群体与青年个体互相促动,这种群体与个体之间的