

台湾校园青春书屋

YOUNG MANIAO



●台湾幼狮文化事业公司授权出版 孙小英 主编 广西教育出版社

SHAONIAN DE FANNAO

少年的烦恼

“少年的烦恼”排行大公开
少年心事一箩筐
古人的烦恼漫画 12则
过来人的经验与建议

台湾校园青春书屋



少年的烦恼

SHÀONIÁN DE FÁNNAO

● 台湾幼狮文化事业公司授权出版

孙小英 主编 广西教育出版社

同龄鸟·台湾校园青春书屋

少年的烦恼

孙小英 主编

☆

广西教育出版社出版

南宁市鲤湾路8号

邮政编码:530022 电话:5850219

本社网址 <http://www.gep.com.cn>

读者电子信箱 master@gep.com.cn

广西新华书店发行 玉林正泰彩印包装公司印刷

*

开本 850×1168 1/32 7.75 印张 插页 2 125 千字

1998 年 8 月第 1 版 2000 年 2 月第 2 次印刷

印数:20 001—30 000 册

ISBN 7-5435-2703-0/I·203 定价:8.50 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。

出版说明

当今世界,各种读物五花八门,各种传媒五光十色。读什么,接纳什么,要有比较、有选择。比较得有眼光,选择得有智慧。

我们推出的“同龄鸟”丛书,是比较的结果,是选择的产物。

“同龄鸟”丛书将比较的眼光投向全中国,投向全世界。我们一是选择外国及我国港台地区中学生喜爱的作品,二是选择我国 20 世纪的名家名作。前者是引进,后者是原创,引进加原创,世界加中国。这是我们的追求。

我们放飞“同龄鸟”,让“同龄鸟”鼓动着双翼,飞进中学生的广阔天地。

文学是多元的,正像数学有一题多解,文学也有一文多读。文学的魅力正在于创造性的阅读。“同龄鸟”丛书将营造常读常新的阅读兴味。

文学的语言是有魔力的。文学的形式也是一种“语言”。“同龄鸟”丛书将努力创造一种新的形式语言。

“同龄鸟”丛书把作者、学者、编者、读者的智慧组合起来,形成一种崭新的导读、点评、自评本。这是“四者”的心灵对话,是“四者”的智慧互动。这是版本学的新尝试,是审美学的新拓展。

我们期待这“四者”的和谐合奏。

我们期待这“四者”共奏出 21 世纪的辉煌。

吴静吉

少年不必维持的烦恼

“我生在这里，长在这里，谁都不能欺侮他。”这是一首歌的歌词，当这首歌唱遍了整个台湾的时候，我被邀请到建国中学的周会里演讲，演讲的地点是大操场。在演讲之前，跟我接洽的辅导老师，给我一份调查报告和一项任务，这份报告是“建中同学的烦恼排行榜”。

你会不会觉得很奇怪？考上建中是人生一大爽事，还会有什么烦恼呢？这些天之骄子的烦恼，不外乎是学业压力、长相和发育、家庭压力、结交同性或异性朋友、对社会环境的不满等等，你不觉得你很熟悉这些烦恼吗？的确是这样

的，这一次《幼狮少年》调查少年的烦恼的结果，和十几年前建中学生的烦恼几乎是一样的。

谁没有烦恼？二十几年来台湾少年维持的烦恼，总是以课业为最，升学压力已经变成我们全民的恶梦！升学压力的确是造成我们少年学业烦恼的主要原因之一。升学压力的解除，一方面要靠升学制度的改变，另外一方面也可以自我降压。如何降压呢？

建中的辅导老师交给我的任务是，提醒学生上课时不要挤青春痘，青春痘是少年发育的特征，是青春少年特有的“权利”，你的父母和老师就是因为不能享受长青春痘的“权利”，所以他们只能靠回忆和白日梦，想象自己青春时的种种好处。

当我正透过麦克风说明如何解除课业和因长相、发育所带来的压力和烦恼时，建中附近的某一个机关，也正在透过麦克风大声地播放：“我生在这里，长在这里，谁都不能欺侮他。”我就借这个机会告诉同学，我们应该设身处地为青春痘想一想，当你正在挤压它的时候，它也许正在告诉你：“我生在这里，长在这里，谁都不能欺侮他。”

什么意思呢？从时间的观点来看，等你长大成人以后，因发育和课业所带来的压力，都是少年不必维持的烦恼，取代课业的可能是工作的压力，只是成人在工作环境中拥有较多的选择机会，也因此比较容易摆脱烦恼，到那时候，反而会因为一颗青春痘的偶尔出现，而暂时享受一下老青春的喜悦！发育的问题不再是烦恼了！当然，那时候仍然有五官体貌、胖瘦高矮的烦恼，正如其貌不扬的美国总统林肯所说的：人到了40岁要为自己的容貌负责。他的意思是说，成人的美貌、吸引力，主要靠自己的成就、自信、乐观进取、气质内涵所散发出来的美感。

同样的，如果少年抱着“天不会塌下来”，以及“天下没有白读的书”这样的态度，让自己自信、乐观、进取，把花在烦恼的时间用在追求成就、气质内涵的努力上，顺利度过青少年的阶段，在升学的路上，比较顺畅地行进，你会发现烦恼慢慢减少，而乐趣却慢慢增加。

自信、乐观、积极进取的态度，是指一个人在面对烦恼时，比较不会采取“情绪取向”，而会尽量以解决问题的方法来处理。什么是“情绪取向”？就是在面对烦恼时出口骂人、打人或生

气、愤怒、摔东西，或是一味逃避，冷漠地觉得无可奈何，像鸵鸟一样的，这些策略都无法解除烦恼。

如果你能针对令你烦恼的问题，拟定计划，想出解决的方法，央请自己所尊敬的人协助，最后找出比较有效的方法，实际去执行！例如不同的读书策略、应考的技巧等等，甚至于因为有了烦恼，而得到灵感，做些有创意的事，如写一篇好的生活周记，把烦恼变成文章的素材等等；采取这些策略，就表示你以解决问题的方式来面对烦恼，问题不会因此全部消失，但却会慢慢地减少，你也比较会有成就、自信、乐观进取的感觉，比较会从容应付烦恼、处理课业、面对发育，坦然自处，久而久之当你长大以后自然会散发出气质内涵的美感！

王瑞琪

“少年的烦恼”排行大公开

《幼狮少年》在 1994 年随杂志发出“少年的烦恼”问卷，共计回收有效问卷 681 份，男生 213 份，女生 468 份。因问卷中列出 5 个空格供少年自行填写其烦恼，只有少数未填满，因此，总共有 3211 个烦恼，被分为 13 类。

我想，大家一定很关心，这么多烦恼里，哪一类是“排行榜”上的前几名？别急，让我慢慢地告诉你。

首先要告诉你，我们计算的方法：因为“第一大”烦恼和“第五大”烦恼，分量显然是不同的，所以我们给“第一大”烦恼 5 分，“第二大”

烦恼 4 分……以此类推（顺便告诉你，这种统计方式叫做“加权计分”）。所以，平均分数愈接近“5”的，就是少年心目中愈重要的烦恼。

这样计算之后，我们发现：全部少男少女心中“最最最最……”大的烦恼，还是“学业”问题。唉！僧多粥少的教育资源、父母的期望、无情的升学压力……台湾的青少年真是可怜啊！难怪大家心里的“头号杀手”就是学业问题。

其次，“长相”问题紧追在后，很多少年觉得自己的容貌不够“闭月羞花”或“英俊潇洒”，尤其很多人都在意那“此起彼落”的青春痘。第三名是“发育”问题，胖的、瘦的、矮的、高的，都有一箩筐的烦恼，真是“环肥燕瘦”，各有各的不满意。

如果把第二名、第三名合起来看，有关“身体形象”（bodyimage）方面的烦恼应该算是少男少女们最关心的问题了。

其他烦恼依次是：家庭、个性、健康、交友、人生、两性、金钱、安全、环境和其他（请看表一）。

我们也关心这些烦恼开始“作怪”的年龄。看起来，除了“环境”、“家庭”、“个性”等烦恼开始的年龄较早分，其他烦恼多半在 12 岁左右

才发生。“两性”交往的问题开始得最晚，平均是 13 岁。

如果把男生、女生分开来看，烦恼的顺序就不太一样了。男生的前五大烦恼是：“学业”、“发育”、“长相”、“个性”、“家庭”；女生则是：“长相”、“学业”、“发育”、“家庭”、“健康”。很明显地，男生以“学业”为最重要的考量，女生则比较重视容貌。这一点似乎和传统的性别角色相符。在传统的角色里，男性一生之中都在追求“学业”或“事业”的成就，而女性则向往婚姻和家庭，乐于停留在“女为悦己者容”的阶段。说起来，这里太看重“外在美”的现象其实是现代女性的小小悲哀，不是吗？（有关男女的区别，请看表二）

表一 “少年的烦恼”问卷调查统计表(总表)

烦恼类别	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	烦恼总数
	学业	个性	发育	长相	人生	其他	交友	家庭	两性	健康	金钱	安全	环境	
烦恼数	543	350	321	285	274	223	274	206	176	165	156	141	97	3211
比率	80%	51%	47%	42%	40%	33%	40%	30%	26%	24%	23%	21%	14%	
烦恼加权 5	190	56	91	110	30	15	39	53	20	37	19	14	7	
烦恼加权 4	127	107	90	52	42	29	64	48	33	34	20	26	8	
烦恼加权 3	93	75	61	38	73	45	86	42	37	32	37	25	26	
烦恼加权 2	80	64	38	49	70	50	53	36	42	41	49	47	22	
烦恼加权 1	53	48	41	36	59	84	92	27	44	21	31	29	34	
平均加权分数	3.59	3.16	3.47	3.52	2.68	2.28	3.09	3.31	2.67	3.15	2.66	2.63	2.29	
烦恼平均年龄	12.2	11.2	12.3	12.6	12.1	12.6	12.4	11.0	13.0	11.9	12.0	12.4	10.8	
有效卷数	681	答题不全 143												

说明：1. 烦恼数是根据问卷统计，每份问卷可填 5 项。

2. 比率 = 烦恼数 / 有效卷数。

3. 烦恼加权分数是根据问卷所填顺序，分别给予 5、4、3、2、1 之加权。

4. 答题不全是指未填满 5 项，及类别重复的问卷。

表二 “少年的烦恼”问卷调查统计表(按性别区分)

烦恼类别	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	有效	烦恼	答题
学业	168	125	94	103	84	73	77	42	41	47	55	57	24	213	990	59
男生部分	79%	59%	44%	48%	39%	34%	36%	20%	19%	22%	26%	27%	11%			
比率																
平均加权分数	3.623	3.323	3.403	3.402	3.702	2.213	1.863	2.62	6.53	0.62	8.52	8.72	5.4			
烦恼平均年龄	12.1	10.9	12.4	12.6	11.5	12.4	12.2	12.5	13.4	11.6	11.7	12.3	11.9			
女生部分	375	225	227	182	190	150	197	164	135	118	101	84	73	468	2221	84
比率	80%	48%	49%	39%	41%	32%	42%	35%	29%	25%	22%	18%	16%			
平均加权分数	3.573	3.083	3.503	3.592	3.672	3.323	3.053	3.22	6.83	1.82	5.92	4.72	2.21			
烦恼平均年龄	12.3	11.4	12.2	12.5	12.3	12.6	12.5	10.7	12.9	12.0	12.2	12.5	10.5			

表三 “少年的烦恼”问卷调查统计表(按年级、性别区分)

项目	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	有效	烦恼	答题										
烦恼类别	学业	个性	发育	长相	人生	其他	交友	家庭	两性	健康	金钱	安全	环境	管教	总数	不全										
高中高职男生	3	0	4	0	3	8	7.52	6.61	7.5	2.5	1.66	3	0	3.66	2	0	9	44	1							
高中高职女生	3	163	26	4	1	3	72	2	47	1	623	134	152	85	3	0	2	66	1.6	2	55	31	151	4		
国三男生	3	413	213	093	65	2	612	453	333	752	57	3	0	2	463	28	2	62	54	254	13					
国三女生	3	533	113	413	612	762	532	902	982	663	062	692	082	13	163	787	21									
国二男生	3	653	313	3	5	3	2	732	023	233	302	653	042	832	44	2	5	112	528	26						
国二女生	3	493	023	653	552	682	363	023	282	623	412	412	582	13	174	835	28									
国一男生	3	96	3	4	3	41	3	5	2	732	582	61	3	2	2	66	3	0	3	363	30	2	5	3	164	19
国一女生	3	913	063	3	243	622	582	133	383	582	763	072	453	06	2	3	100	448	31							
平均加权分数	3	593	163	3	473	522	682	283	093	3	12	673	152	662	632	29										
总问卷数	543	350	321	285	274	223	274	206	176	165	156	141	97	681	3211	143										
比率	80%	51%	47%	42%	40%	33%	40%	30%	26%	24%	23%	21%	14%													
烦恼平均年龄	12.2	11.1	12.3	12.6	12.1	12.6	12.4	11.0	13.0	11.9	12.0	12.4	10.8													

我们若把国中一年级到高中、高职(高中、高职问卷回收人数太少,所以不分年级)分成4个组,再加上男、女分开,你可以看到各年龄的烦恼顺序。不妨找到自己的年级、性别,对照看看(请看表三)。

根据1993年12月出版的有关资料记载,台湾15~24岁的青少年目前生活上有困扰者,占38.59%,而其中学校课业的困扰最多,达4成左右(39.49%),这与本调查的结果是一致的;

其次为关心前途问题者，占 23.43%；再其次为工作方面的困扰，占 20.84%。这里要说明的是：所谓“工作”方面的困扰，包括目前工作上的困扰（占 16.2%）和寻找工作的困扰（占 4.64%）。而其他的困扰则依序为：交友、个性、健康及容貌。

有关资料中提到的青少年困扰，本调查中几乎都涵盖了（“关心前途”在本调查中被归类于“其他”类）；只有“工作困扰”这一项，是本调查中没有探讨的。有关资料说，台湾在 1991 年的国中毕业生升学率达 86.09%，未就学而去工作的青少年并不多。不过，近年来学生打工的风气愈来愈盛，而在工作场所也难免有些困扰；未来进行这样的调查时，应该把“工作”加入。

有关资料中所陈述的青少年困扰，分别是本调查的第一、第七、第五、第六、第二大烦恼。可见本调查结果和有关资料的调查十分接近，只不过顺序略有不同。有关资料里也提到，当青少年有困扰时，最常商讨的对象是同学或朋友，其次才是父母。这与笔者在 1992 年对高职学生的研究结果相符。

我们这些过来人（包括“幼狮”的编辑们）

则认为，当少年们有了烦恼或困扰，单靠“同辈团体”提供“三个臭皮匠”式的建议，其实是很令人担心的。因此，在《少年的烦恼》这本书中，我们依烦恼排行榜的顺序刊登少年们的烦恼，并请陈映霞小姐为我们访问一些专家或有经验的人，陪我们一起来“破解”这些烦恼；你要擦亮了眼睛看哦！

目 录

学 业 篇

【古人的烦恼】

不爱分数爱研究 2 李宪章 桑 晔

【说出我的烦恼】

拼小命来读书 5 / 为分数钻牛角尖 6 / 资优生也有压力 7 / 表妹总是赢我 9 / 数理满堂红 10 / 考试紧张闹胃炎 11

..... 庄嘉宏等

【过来人的经验与验议】

学习的路，无限宽广 12 陈映霞

长 相 篇

【古人的烦恼】

英雄不怕长相丑 20 李宪章 桑 晔

【说出我的烦恼】

谁喜欢我的脸？23 / 自然卷的苦楚 24 / 不敢照镜子 25 / 美还要更美 26 / 烦恼十三 27 韩心等

【过来人的经验与建议】

你好看吗？我很漂亮 29 陈映霞

【专家开药方】 35

发 育 篇

【古人的烦恼】

成长的告白 38 李宪章 桑 晔

【说出我的烦恼】

体重，我恨你 41 / 穿不下牛仔裤 42 / “丰满”的烦恼 43 / 请别
消遣我 44 / “Everyday”有错吗？45 / 为什么我那么“扁”？46

..... 纪绅贵等

【过来人的经验与建议】

令人惊喜的身体 47 陈映霞

【专家开药方】 51

家 庭 篇

【古人的烦恼】

把希望留给明天 54 李宪章 桑 晖

【说出我的烦恼】

沟通塞车口柄多 57 / 双亲大战何时了？58 / 父母离乡偿债忙 59