

AND
DAI QINGNIAN XINLIXUE

● [日] 荫山庄司等著

● **现代青年心理学**

● 邵道生译

● 上海翻译出版公司

现代青年心理学

[日] 荫山庄司 田中国夫 仓盛一郎 编著
邵道生 王家柏 宋春兰 译

上海翻译出版公司

第一章 青年期的意义

——什么是青年？人们怎样看待青年？

什么是青年？人们在怎样看待青年？今天，青年这个词一般用于与儿童和成人相对立的发展意义上。但是，它的含义却多种多样，既有譬如“现代青年”和“最近的年轻人”这种指一代人的用法，也有“青春性”、“青年风度”这种性格上的含义。

人的身心发展，自婴幼儿期起，经儿童期、青年期，到成年期，最终以老年期结束，这一过程具有连续性和阶段性的特征。

在人的身心发展过程中，青年期以生理成熟为基础，同时受到社会、文化因素的强烈制约，可以说它本身就是一种历史的、社会的现象。正因为如此，在有关现代青年的特点和研究课题中，包含着社会情况的复杂成分。而且，成熟的加速现象和心理社会性延缓(moratorium)延长了青年期，模糊了它的界限，扩大了性差和个别差异。

由此可见青年心理极其错综复杂，因而研究它也决非易事。

虽然青年心理学的真正科学的研究在现代心理学中尚属幼稚，祇有五十余年的历史，但在青年心理学的研究方法上

人们已倾注了不少心血。

第一节 青年期的基本意义

所谓青年期，从根本上说是具有何种意义的时期呢？回答这个问题似乎很简单，实际并非如此。因为我们知道，人类本身的行为方式、价值体系是因社会和文化的背景不同而不同的，这就使得青年期的表现千差万别。首先阐明这一点的是米德（M. Mead, 1928），她的研究颇为著名。米德对散布在南太平洋上的岛屿，例如居住在萨摩亚岛的未开化民族进行了缜密的调查。她的报告表明，在那里看不到文明社会所能看到的那种青年期现象。就是说，在那里，应当适应的成人社会的文化结构是单纯的，它同儿童文化的差距不明显，由儿童过渡到成人很顺利，几乎看不到青年期所特有的心理冲突。米德认为，所谓青年期，是成人所期待的行为方式和儿童所期待的行为方式之间的鸿沟所造成的一种社会现象。

这种观点强调，用人们所生活的社会文化结构的关系来考察人出生后经过一定的年限，在身体急剧成熟，或性发育时产生的特有行为方式。在这个意义上，它是划时代的研究。

不可忽视这是从生物学成熟的观点加上社会的和文化的成熟来评价青年期的意义，是一个重大转折点。

结果，正如杰西尔德（A. T. Jersild, 1957）指出的那样，青年期一部分是发展的概念，另一部分可用文化的概念说明。奥斯贝尔（D. P. Ausubel, 1954）的定义可说是最言简意赅的，他称青年期是“在生物性和社会性的成熟方面，

由儿童向成人的过渡期”。笠原（1977）说，在此意义上，“青年期的困难在于人不能不同时遭遇到‘身体’和‘世界’这两个本来分得最开的维量。”可以认为，笠原的这种说法很出色地说明了突然跨入青年期的青年的课题。

沿着这条线索，我们想从以下二点考察青年期的基本意义。

1. 青年期是必然面临性成熟的时期

不言而喻，人既然是一个生物体，就必然遵循生物的规律。一个典型例子就是，出生后到达一定的年龄便会出现性的迅速成熟。然而，人们面对这一事实却往往张惶失措，这种情况可视为人类所特有的。即自我对立这种人类独具的精神结构的分化，首先是通过自己与自己的“身体”相对立的形式进行的。

由此而引起的第一个特征，就是对身体成熟的阻抗。

一步入青年期，破坏了曾一度形成的少年期的稳定和平衡，身体各部分开始飞速成长。尤其是性成熟的现象，女子开始出现月经，男子随着第二性征的出现，尽管还很微弱，但已开始感到有性的欲望。值得注意的是性成熟现象会给人带来极大的迷惘。对青年来说这种性现象是很难适应的。当他们还是少年或少女时，对自己心理或身体本来并无不协调之感，而从现在起心理上却产生了“自我不协调的”（ego-dystonic）冲动，即感到自我不适应，并越来越强烈。他们开始借用他人之眼审视自己的身体了。尽管也曾有学者如沃伦（H. Wallon, 1948）指出，人在很小的年龄就注意到肉体的自我，在出生后6个月左右就开始对自己的镜中像感兴趣了，然而，用充分发展了的意识来面对自己的身体，仍是从青年期开始

的发展理论把人关心自己身体的发展阶段称为“镜像阶段”，如果把出生后6个月的这一阶段叫作第一镜像阶段的话，那么，把青年期便可称为第二镜像阶段。事实上，大多数进入青年期的人，无论是出于自我喜爱还是自我厌恶，都曾不厌其烦地在镜子前面耗去大量时光。

在镜子里发现的是自己身体的显著变化。青年面对这一事实，交织于内心的是羞耻、孤独、反抗和自豪。少女们心中充满复杂的感情，却不敢正视自己胸、腰体形变化，那是不足为怪的。伴随着这种心情，会出现一种“青春期消瘦症”，这种病症可以说是最象征性地表现了这一时期青年的心理。这种奇特的病态常见于女青年，主要症状是极端的食欲低下和极端的消瘦。据说特别是那些从不挑剔的所谓乖孩子，往往从14.5岁左右开始变得情绪不稳定，同时拼命节食，过些日子即使几乎不吃东西也不在乎了。这样一来，当然体重减轻，骨瘦如柴，然而本人不但泰然自若，而且非常活跃。

这种疾病到底意味着什么呢？原因是清楚的。少女显然反常的希望消瘦的执拗意念和行为表明她们坚决拒绝持有成年女性的身体。

这种疾病的存在说明，许多少女多多少少都是在拒绝生理成熟的过程中跨入青年期的。这也表明人这一生物并不只是身体上成长就能轻而易举地变为成人的。

第二个特征是，经过这种与自己身体的痛苦对立，促进了自我意识的发展。也就是说，少年男女们在强烈注意到自己身体变化的同时，对包括了身体在内的“自己”变得关心起来，这种关心在一个时期内甚至可达过分的程度。因此，青年

期的一大特点是专注自我本身。他们不仅拿自己的身体而且开始拿姿容、能力、性格等来同他人比较，认真考虑自己的特征。心里总惦记着同别人相比之下自己怎么样，别人是怎样看待自己的。这正如刚才谈到的那样，意味着自我对立这种人类特有的精神结构的分化，即作为主体的自我（观察的自我）同作为客体的自我（被观察的自我）的分化。这样，青年一会儿同伙伴相比，发现了自己的优点而满足；一会儿又因敏感地意识到自己的缺点和短处而感到自卑和自我厌恶。

尤其是这种自我厌恶感赋予了青年期心理一大特征。其产生原因，一方面当然是由于青年同他人相比时的敏感和自己实际情况同自我理想形象的高标准之间的差距，但最大的原因还在于青年不能正确评价自己。对自身的认识称为自我概念，可是青年的这种自我概念是不清晰的，而且具有非常容易瓦解的特征。因经验不足出现的片面性判断，有时会有过高评价的自我概念，导致优越感；相反，有时又过低评价自己，失去自信心，陷入自卑的烦恼。青年就是这样徘徊于对自身的过高和过低评价之间，在不安、孤独而痛苦的精神状态中生活，直至获得恰当的自我概念为止。

正确地发现自我，形成主体的自我，是青年期的重要课题，而性的成熟是诱发它们的重要因素之一。

2. 青年期是准备步入成人行列的时期

青年期的基本意义之一，是克服前面谈到的“同自我身体的冲突”，而另一个重要意义则在于青年作为人，需要为获得自己固有的生活方式作准备。自我到底是什么？自己该立足何处，如何为人？今后要做怎么样的人，朝着什么样的

目标前进?这些都要在青年期确定。埃里克森(E. H. Erikson, 1968)有一个非常著名的结论,他把这种自我独特的生活方式、自我选择和自我定义称为“同一性”(identity)。任何一个青年都要朝着确立这种同一性的方向,在各种尝试错误的反复过程中走向成人。但是,这一过程在今天变得异常错综复杂和长期了。其最大原因在于迎接青年的成人社会的秩序没有坚固、稳定的模式可循。成人社会的好坏暂且不论,在它具有牢固的社会秩序的情况下,青年要通过忍受严厉禁欲的考验,完成规定的学业,从而确立同一性,成长为大人。但是,成人社会的质变大大地改变了青年期的性质。

这种性质变化的第一个特点是出现了向成人转变的过程中伴随着成长的现象。

笠原(1977)用“Student apathy(学生冷漠)”这个词来描述青年的这种生活状态。这个词可用日语表述为“孤独的学生”、“消沉的学生”、“毕业恐怖者”等,在先进国家的青年中常可发现。虽然这个词指的是那类永远没有毅力读完大学的学生,然而,实际上在社会上工作的30岁左右的薪金生活者中也可以看到不少这样的人。在他们的特点当中,尤其值得注意的一点是他们避忌选择固定职业。他们的冷漠和缺乏毅力仅限于专业和工作方面,而在其他方面往往比一般人还活跃。总之,这些人就是不务正业不愿认真钻研社会生活所必需的事物,而热衷于副业。这同过去的青年那种因被要求延迟承担成人社会的一定的社会责任和义务(心理社会性延缓Psychosocial moratorium)而感到自卑和内疚,从而渴望早日自立,发奋修业,努力学习的形象形成了鲜明对照。不言而喻,这样的青年害怕接近确立了同一性的成

人。这是因为他们只有不健全的统一性，他们害怕一旦接近成人的健全的或看起来似乎健全的统一性，自己的统一性会遭到更强烈的破坏。

这样一来就出现了一种明显的倾向：青年成长为成人的时日，不仅日复一日地推迟了，而且成为成人之后仍想在心理上继续停留于青年期，或者具有想停留于青年期的无意识的愿望。

这种青年期延长现象在历史上是前所未有的。在今天的青年的生活方式中独特的探索风格层出不穷。这可以说是第二个特征。

我们已经说过，所谓青年期，既是发展的概念，也是社会的概念。成人社会所具有的行为方式、价值体系的变动，极大地改变着青年的心理结构。

众所周知，现代社会的第一个特点是高度经济成长带来了物质丰富。这就导致了社会的中产阶级化和高学历化。另一方面，信息化社会的到来容许社会价值观的多样化，产生了对新的东西和流行物极为敏感的消费型社会。并且，急速发展的城市化现象彻底瓦解了家庭、地区共同社会的旧有秩序。

即使出现了这种社会的、文化的条件出乎预料地延迟了承担成为成人的义务和责任，大大突出了青年的延缓性的地位的现象，我们也不应该感到奇怪。因为青年的心理社会性的延缓同信息化、消费型社会的特征相配合，就相对提高了青年的社会地位。于是，高学历的青年、能够自由掌握任何价值观的青年、从旧秩序的羁绊下解放出来的青年，这样的青年逍遥地度过了延迟履行一切责任的时期。所谓新的延期履

行型的青年就这样出现了。

上述现代社会的青年的首要特点，与其说是同既成社会所具有的权威，即父母、长辈和既存价值体系同一化，莫如说是与他们拉开一定距离，试图作为冷眼旁观的局外人。小此木（1978）的话贴切地表达了这种特点：当代青年人的理想不是当一个社会的继承者，而是当一个社会的评论者。由此而引起的第二个特点就是青年本身的自我分裂。在现实中，青年一边依赖父母、长辈，一边又站在评论者的立场上进行批判，这不能不使青年自我分裂。但是，本人自身的感觉却可归结为一个词，就是“快乐”。既可任意地批判，又无须进行艰苦的学习。加之富裕社会的余暇和游玩的意义扩大，必然会使青年享受以快乐为中心的自由。青年期在心理上游乐的感觉变得浓厚起来，这是第三个特点。

通过上述考察，我们知道现代青年进入成人行列的准备期的内容比之往昔已经发生了很大变化。但是，尽管这一时期的长短和内容有所不同，青年期是为进入成人行列做准备的时期，这一意义是丝毫不变的。

第二节 青年期的发展课题

1. 发展课题的意义

哈维格斯特（R. J. Havighurst, 1953）首先提出的“发展课题（developmental tasks）”，其含义如下：

“人为了度过幸福的人生，在各个时期有在该时期必做的事情，错过时机就不行。如果能完成各时期的课题，便是幸福的，并且以后的课题也将易于完成；如果没有完成，本

人就会不幸，也会遭到社会的谴责，完成后面的课题也将是困难的。”

就是说，人生就是一个连续完成各个时期应当完成的课题的过程，这种观点将个人在其一生的某个时期必须获得的知识、技术和态度叫做发展课题，认为前一阶段课题的完成是后一阶段课题完成的条件，它具有系列性。

这种见解显然是以准备或学习最佳期的概念为依据的，但它并不一定重视成熟。把人生或人的发展理解为课题的连续的观点，正如《人的发展课题与教育》这一书名所表明的，它显然是一种重视社会对个人的要求和教育的参与的一种议论。

2. 哈维格斯特的**发展课题**

哈维格斯特所说的发展课题的内容如下：

〈**幼儿期的发展课题**〉

- ① 学习走路；
- ② 学习拿取固体食物；
- ③ 学习说话；
- ④ 学习排泄方法；
- ⑤ 了解性的差异，学习谨慎对待性的问题；
- ⑥ 得到生理上的稳定；
- ⑦ 形成有关社会和事物的简单概念；
- ⑧ 从情绪上同双亲、兄弟姐妹和他人结合；
- ⑨ 学习区别善恶，发展良心。

〈**儿童期的发展课题**〉

- ① 学习普通游戏所必需的身体技能；
- ② 培养对作为成长的生活体的自己的健全态度；

- ③ 同朋友友好相处；
- ④ 学习男子或女子的社会作用；
- ⑤ 发展读、写、计算的基本能力；
- ⑥ 发展日常生活必需的概念；
- ⑦ 发展良心、道德性和判断价值的尺度；
- ⑧ 完成人格的独立性；
- ⑨ 发展对社会各机构和各集团的社会态度。

〈青年期的发展课题〉

- ① 学习与同年龄男女进行高尚潇洒的新交际；
- ② 学习男性或女性的社会作用；
- ③ 认识自己身体的构造，有效地使用身体；
- ④ 从情绪上独立于双亲和其他成人；
- ⑤ 具有经济独立和自信心；
- ⑥ 选择和准备从事职业；
- ⑦ 作结婚和家庭生活的准备；
- ⑧ 发展作为市民所必需的知识 and 态度；
- ⑨ 寻求并完成对社会负有责任的行动；
- ⑩ 学习作为行动指针的价值和伦理的体系。

〈壮年初期的发展课题〉

- ① 选择配偶；
- ② 学习同配偶一起生活；
- ③ 生第一个孩子；
- ④ 养育孩子；
- ⑤ 管理家庭；
- ⑥ 就业；
- ⑦ 担负起市民的责任；

⑧ 发现合适的社会集团。

〈中年期的发展课题〉

- ① 完成作为成人的市民和社会的责任；
- ② 建立并维持一定的经济生活水平；
- ③ 努力成为10多岁的儿童们所能信赖的幸福的人；
- ④ 充实成人的业余活动；
- ⑤ 自己同配偶作为人结合起来；
- ⑥ 接受并适应中年期的生理变化；
- ⑦ 适应年迈的双亲。

〈老年期的发展课题〉

- ① 适应体力和健康的衰退；
- ② 适应辞职和收入的减少；
- ③ 适应丧偶；
- ④ 同与自己年龄相仿的人建立明朗密切的关系；
- ⑤ 接受社会和市民的义务；
- ⑥ 准备肉体生活得不到满足。

由此看来，人生确是课题的连续。正如以上所表明的那样，这些发展课题是由以下三个水平组成的，即①身体成熟等生理水平；②同双亲或友人在情绪上的结合和独立等个人需要水平；③完成社会责任等来自社会的要求的水平。

哈维格斯特的思想的特色就在于认为这三个水平的课题应该统一于并完成于个人的人格之中。就其中青年期的发展课题来看，他列举的较大范畴有：①身体成熟及其认识；②心理上的、情绪上的独立；③意识到社会的责任，等等。

然而身体、生理成熟水平暂且不论，心理水平和社会水平的课题则是必然要受到社会和文化的巨大压力的。因此，与

其说这种发展课题是泛文化的、普遍的东西，莫如说它强烈地反映了养育青年的社会和文化的性质。哈维格斯特列举的发展课题之所以现在在美国社会和美国文化中格外受重视，就是由于哈维格斯特谈到的主要是美国的教育问题。

3. 日本的课题理论

对于哈维格斯特的课题理论，平出（1977）认为“也可以把这样的发展课题看作教育的具体目标，在这个意义上，它同把重点放在发展和教育的相互作用上的现代发展观的动向是不矛盾的”，“把儿童的行为发展同社会的要求联系起来考虑，从而认为发展阶段不是绝对的，儿童依存于他现在所生活的社会、文化的环境，在这一点上，哈维格斯特的课题是同苏联心理学家的发展观和教育观相通的”。

如果就养育儿童和青年成长的社会、文化的性质而言，加藤（1973）谈到了日本文化的性质。他指出：“在日本社会中，从生活方式到思想，日本的、东方的、西方的，所有的东西都毫无秩序地混杂在一起。把这些杂乱无章的生活方式和思想提供给青少年，并要从中探索社会的未来形象，发现自己生活方式的统一原理，那是极其困难的。”

今天的日本，文化刺激泛滥，甚至已有“信息公害”之说。因此，寻找自己的课题和生存的意义反而变得困难了。由此加藤认为，有必要从发现生存意义的观点出发，重新拟订青年期的课题。

另外，桂（1977）把青年期的基本课题概括为如下五点：①从家庭的监督下独立；②同朋友的正当交际；③同异性的正当接触；④确立人生观、价值观；⑤计划将来的生活。

这也同哈维格斯特大体一样，包含了三个水平，即①生

理水平；②个人心理需要水平；③来自社会要求水平。此外，这种观点认为，青年期具有儿童从生理、心理、社会诸方面走向成人的“过渡期”的性质。因此，当上述课题得到适应时，青年就在心理上变为成人了。这一点与哈维格斯特的观点真有异曲同工之妙。

4. 埃里克森的自我同一性理论

缪斯（R. E. Muuss, 1969）曾评述说，哈维格斯特的发
展课题的思想，吸取了以往弗洛伊德（S. Freud）、阿德勒（A. Adler）、斯普兰格（E. Spranger）、埃里克森（E. H. Erikson）等人的理论，具有折衷的性质。人们认为其中尤其是以埃里克森的学说为主要基础的。埃里克森的发展阶段说（1950）和著名的自我同一性理论，具有独到的见解，着重抓住了青年期的一个侧面。

埃里克森将人生的周期（Life cycle）分为八个阶段（Stages），并认为与身体成熟和社会要求相对应，在各个阶段将面临心理社会性危机（Psycho-social crisis）。在这八个生命周期内出现的危机是以导致相反结果的情绪冲突为代表的，如何克服各阶段的情绪冲突，将给予人的发展以极大影响。埃里克森将人的一生看作是应当克服的冲突的连续。他说，个人在某一阶段获得的力量，将在下一阶段中，把在上一阶段中最易受损害的宝贵东西拿去冒险赌输赢。并且，在有必要超过它的时候，拿它去做试验。下面是埃里克森的八个阶段和各阶段所特有的矛盾冲突。

〔乳儿期〕信赖——不信 埃里克森说，对乳儿来说，最重要的是能否把包括母亲在内的环境作为可以放心和信赖的东西来接受。如果环境不可信赖，就会增加恐惧和不安，就不

能放心地接受不断出现的新经验，发展就会受到阻碍。能否获得信赖感，主要取决于乳儿同母亲的这种关系。

〔**幼儿前期**〕 自主性——羞耻和疑惑 埃里克森说，当儿童由前一个阶段完全受保护的被动状态稍有发展后，便产生了要尝试力所能及的事的自主性(autonomy)的欲求。但是，由于这种欲求常常遭到父母和大人的限制，便产生了一种羞耻和疑惑的感情，觉得自己是不可靠的。在这个时候，过分使儿童感到羞耻或疑惑是不妥当的。

〔**幼儿后期**〕 主动性——内疚感 紧接上一阶段便是主动性(initiative)得到发展。这是一种自己想成为自己行为的主体的欲求。儿童通过这一欲求逐渐扩大自己的行为和扩充自己的环境。但是，此时出现的行为过火和越轨的体验又会使他们产生内疚感。

〔**学龄期**〕 勤奋——自卑感 这一时期已经能够完成有目的的活动，并通过有组织的教育掌握生产技术的基础知识。但是，另一方面，在唯有勤奋者、成功者才被认为有价值的社会中，也有可能使一些儿童感到自己不合格，怀有自卑感。

人经过以上幼童期的诸阶段，便迎来了青年期。埃里克森在这里着重论述了著名的自我同一性(ego identity)的概念。

〔**青年期**〕 同一性——同一性扩散 所谓自我同一性，就是确信我是自我本身而非其他这样一种心理过程，其中包含着持续性和统一性的因素。前者是一种连续性意识，即认识到现在的自己是长大的过去的自己；后者是一种同一意识，即认识到从自己的身体、精神的特征来看，自己确实是具有相同特征的人。然而，青年期不但是身体和精神都得到

高速度成长、发展的时期，而且，由于发生了性成熟等外部、内部的明显变化，在这个时期常常会感到冒出了一个与以往形象不同的自己。于是，青年就要提出这样的问题：“自己到底是什么？”“过去都做了些什么？”不得不重新亲自建立自己的形象。在不能很好地确立“自己是什么，自己应当是什么”这种自我形象时，便处于一种同一性扩散（identity diffusion）的状态。青年为了明确自己是什么，确立自我形象，在尝试错误中会出现各种冒险和奇特行为，有时甚至会作出违法行为。

从上述情形来看，青年虽然在身体和性的方面已经完全成熟起来了，但在心理和社会的意义上还很难说他们已经达到了成人的阶段。埃里克森把青年的这种不上不下的状态叫作心理社会的延缓（Psychosocial moratorium）。moratorium原为经济用语，是指在经济危机时采取的在一定时期内延期支付债权、债务的回避危机的措施。埃里克森引伸moratorium的含义，用以说明青年直到在心理和社会方面都能作为成人进行活动所需要的时间。

〔青年后期〕 亲密——孤独 在确立了自我同一性之后，人就能够同包括异性在内的他人建立联系。不确立同一性就会担心因同他人建立亲密关系而丧失自我，从而陷入孤独。

〔壮年期〕 生殖性——停滞 这里所说的生殖性和世代性（Generativity）并不是性的意思，而是指作为成人养育和引导下一代。这是健康人格成长的一个阶段，生殖性尚未发展的人常常以自我为中心，象小孩子一样只关心自己本身，这就是“停滞”。

〔老年期〕 自我完善——绝望 现实地通盘接受自己人