



青少年健康人格 形成与培养新概念

主编：梁晓明 刘德纯 李作栋



西藏人民出版社

新世纪青少年健康人格培养新概念

XinShiJiQingShaoNianJianKangRenGePeiYangXinGaiNian

青少年健康人格 形成与培养新概念

西藏人民出版社

《新世纪青少年健康人格培养新概念》

编 委 会

主 编：梁晓明 刘德纯 李作栋

编 委：(以姓氏笔画为序)

丁新萌	万 丽	马兰英	马 羚
王玉清	李文兵	李世林	李 爽
宋丽英	张红梅	张宏喜	张瑞红
张海珍	武 海	赵俊兰	赵爱社
郝秀莲	姜 清	驼晓琴	秦 英

目 录

第一篇 人格形成的社会学理论

第一章 个体的社会化	(3)
一、关于个体社会化的概述	(3)
二、社会化的基本条件	(8)
三、社会化与早期经验	(15)
四、社会动机的形成	(24)
第二章 社会角色	(33)
一、社会角色的确定	(33)
二、社会角色的分类	(39)
三、社会角色的扮演	(42)
第三章 人际知觉的理论	(50)
一、认同、情感移入和反省	(50)
二、累加、平均和加权平均	(53)
三、概念化	(55)
四、图式加工	(56)
第四章 人际知觉的规律性	(57)
一、首因效应	(57)
二、晕轮效应	(58)
三、刻板印象	(59)
四、定势作用	(61)
第五章 自我知觉	(63)

一、什么是自我知觉	(63)
二、自我知觉的产生	(63)
三、自我知觉的特点	(65)
第六章 归因论	(66)
一、什么叫归因论	(66)
二、几种主要的归因理论	(67)
三、归因的偏差	(72)
第七章 文化对人格及社会行为的影响	(76)
一、情感、动机与文化	(76)
二、文化与认识	(80)
三、文化与性	(88)
四、文化与变态行为	(93)
第八章 变迁对人格与社会行为的影响	(98)
一、文化震荡	(98)
二、社会文化变迁中的“边缘人”现象	(101)
三、代沟：行为方式的断裂	(103)

第二篇 自我意识的发展与人格培养

第一章 自我发展的阶段	(109)
一、前社会阶段	(111)
二、共生的阶段	(111)
三、冲动的阶段	(112)
四、自我保护阶段	(113)
五、遵奉阶段	(113)
六、自我意识水平：从遵奉到公正阶段的过渡	(115)

七、公正阶段	(116)
八、个体化水平：从公正向自主阶段的过渡	(118)
九、自主阶段	(119)
十、整合阶段	(120)
第二章 自我意识发展的理论	(122)
一、奥尔波特的自我意识发展理论	(122)
二、埃里克逊的自我意识发展理论	(126)
第三章 青少年自我意识发展的特点	(132)
一、少年期自我意识发展的特点	(132)
二、青年期自我意识发展的特点	(134)
第四章 青少年的人格和自我	(137)
一、有所发展又发展不足的人格	(137)
二、逐渐成熟和完善的自我	(150)
三、不甘寂寞的自我	(159)
第五章 完善青少年的自我概念，发展自我教育能力	(172)
一、完善自我概念是培养健全人格的重要环节	(172)
二、中小学生自我概念的发展与培养	(173)
三、自我评价与自我教育	(179)
四、重视对青少年自尊心的培养	(193)

第三篇 发展人际关系提高人格水平

第一章 学校人际关系的意义、类别和特点	(199)
一、学校人际关系的意义	(199)
二、学校人际关系的类别	(200)

三、学校人际关系的特点	(202)
第二章 调适人际关系的策略	(204)
一、克服怕羞毛病的策略	(206)
二、消除同学间误会的策略	(208)
三、正确对待同学背后议论的策略	(210)
四、正确对待被同学嫉妒的策略	(212)
五、与同学和好的策略	(214)
六、善于开玩笑的策略	(217)
第三章 优化人际关系的策略	(220)
一、调整认知结构	(220)
二、克服人际偏见	(220)
三、加强个性修养	(225)
四、学习交往技能	(231)
第四章 青少年群体行为的指导	(246)
一、青少年群体的含义	(246)
二、青少年群体行为的规律	(248)
三、青少年群体行为的指导	(250)
第五章 合作精神的培养	(252)
一、合作的特点	(252)
二、对待合作的原则	(256)
第六章 沟通能力的培养	(260)
一、沟通的意义与内涵	(260)
二、有效沟通的要素	(261)
三、增进和谐沟通的具体做法	(263)

第一篇

人格形成的社会学理论

第一章 个体的社会化

一 关于个体社会化的概述

1. 什么叫个体社会化

人是怎样成其为人的呢？

霍布士是被墨菲推崇为“他所确立的原理对于社会心理学和个人心理学两者都具有划时代意义”的、“近代人中的第一位社会心理学家”。他认为，“人的自然状态（在没有组织的社会的状况下）将是孤独的，贫困的，龌龊的，野蛮的和浅薄的。”皮阿杰更是直截了当地说：“社会每分钟使成千上万的野蛮人问世。”那么，这种野蛮人，仅有自然实体的人是怎样懂得穿上衣裳，吃饭用餐具，走路靠右行，见人行礼、握手、问好的呢？从生物人、野蛮人成为懂得这些规矩的社会人，这是个体在团体之中，同他人交往的结果，即社会化的结果。

每个人都降生在属于一定的国家、民族、社会的家庭里。个体降生之后并不是独立地认识世界的。每一个个体，从婴儿时起就不断地处于他的父母、老师、同伴以及其它人的影响之中。在这些影响里，不仅包括有关自然现象的知识经验，而且包括卫生、礼貌、劳动、道德等各种行为规范。个体就是通过他所从属于其中的团体——家庭、幼儿园、学校、以及工厂的车间，军队的连排等等——凭借着言语，在同父母、老师、伙伴以及其它人的交往过程中，就掌握了包括在语言之中的人类的社会知识经验，以及为各个国家、民族、社会、家庭所要求

的行为规范和价值观念。这就是野蛮人向文明人转化的过程，就是从自然人、生物的实体向社会人的转化过程，这就是社会化。正如西方社会心理学家赖兹蒙所说：“没有任何一个儿童是在完全的真空状态中成长起来的。从婴儿出生的时候起，他就是受着各式各样的人物和事件所包围，而这些人和事是会塑造他对世界的认知的。个体意识到他所属的社会的各种价值并把它们吸收进去的过程，一般地就叫作社会化过程。”

苏联社会心理学家安德列耶娃认为，社会化不只是个体接受他人影响，个体加入社会的过程。她强调：“社会化——这是一个两方面的过程。一方面，它包括个体通过加入社会环境、社会联系系统的途径，掌握社会经验；另一方面（这是研究中常常不被强调的一面）它是个体对社会联系系统积极再生产的过程，这是个体积极活动和积极进入社会环境的过程。”安德列耶娃认为，即使单就个体接受社会经验这一方面来说，也不是消极被动的。个体是把社会经验加以消化、理解、改造才变成自己的价值观、自己的社会态度的。至于说到对已被改造过的人类知识经验的运用，这就更加是积极的，这是个体对社会经验的补充与贡献。事实上，一些西方社会心理学家也不再满足于把社会化看成是个人“适应”社会的过程。例如凯涅斯顿说：“如果成长只是一个‘社会化’的问题，就是说是学会如何‘适应’社会的问题，那么，我们就很难看出一个人是怎样能在美国现代化社会中成长的。因为年轻人有一天要‘适应’的社会，仍然有待于发展，甚至是有待于想象。”

可以认为，个体的社会化就是个体接受社会文化影响，掌握社会行为规范和价值观念的过程。也可以说，个体经过同他人交往、学习而形成社会行为，就叫社会化。

2. 个体社会化的历程

个体行为的社会化是一个复杂的过程。涉及的不只是外部行为动作，而且还有内部的感情、认识的变化。社会化是通过服从、认同和内化而实现的。服从、认同和内化是社会化的基本历程。

(1) 服从

服从是指个体在他人的影响、教育下，做出的同他人、社会的要求相一致的行为。

通常，儿童是在父母、老师奖惩作用下完成服从行为的。孩子按父母要求向客人问好，就获得奖赏，倘不问好就受到惩罚。如此一来，孩子就能完成父母希望、要求的行为，行为的动机就在于获得奖励、避免惩罚。也正因为服从行为还只是在外在诱因——奖励或惩罚——作用之下完成的行为，而不是由于服从者认识到应该问好的道理，或者由于形成问候客人的需要而完成的行为，所以，外因一消失，奖惩一消失，行为也就停止。服从行为是暂时的、肤浅的即表面的行为。

(2) 认同

认同是指一个人基于喜欢某人（或某团体），具有成为与某人一样的人的愿望，从而实现的同某人一样的行为。

认同与模仿很有类似之处，可以说认同就是深一层的模仿。一个人之所以模仿、认同某人或某团体的行为、态度、价值观念，关键在于模仿或认同的对象是自己所喜欢、所尊敬、所崇拜的。认同不同于服从，就在于认同行为不是为了奖惩，无需别人的在场监督。认同行为是由于他人对于自己具有吸引力，因而自己就自愿地做出的同他人一致的行为。比如，当某历史人物、某歌唱明星、某体操王子被某年轻人作为认同对象，那么，他们的发式、服装、以至言行举止、待人处世的态

度，就都被模仿着、重现着。

(3) 内化

内化是在外部行为动作基础上，形成内部观点信念的过程。内化是个人在他人影响下，经过自己凭借理智辨别是非从而形成个人的观点信念的过程。

内化既不像服从那样依赖于奖惩，也不像认同那样依赖于感情的喜欢。内化是以力图使自己正确而不犯错误的愿望为行为动机的。把他人所提供的观点、信念、社会行为规范，内化成自己的观点、信念、行为的准则，最重要的是他人和他人提供的信息的可靠与可信。如果一个人认为某人是可靠的，他提供的信息，他讲的道理是可信的，那么他就会接受某人所提倡的那种见解或态度，并把它作为自己价值体系的一部分，成为支配自己的行动的准则。

内化作为个体对社会影响的一种反应形式，是比服从、认同更为持久、更为深刻的。他人提供的社会行为规范，一经内化就构成个人的内在的行为动机，人就成了社会的人。

应该指出，服从、认同和内化，既是实现个体社会化的三个基本历程，也是衡量人们行为发展的三个阶段或三种水平。比如以对上自习不吵闹不说话这一课堂行为规则的遵守来说，倘若某甲是由于看到老师在场而不吵不说，那么这是服从。这种服从行为是会随着教师的退场、监督惩罚的消失而消失的。倘若某乙是由于自己所尊敬的好朋友一向遵守课堂纪律，因而自己也努力照样学着不吵不说，那么这是认同。这种认同行为是会随着好友的态度的变化（比如他不再严守纪律了），或者随着同好友的关系的变化（比如不再相好了）而变化的。倘若某丙是由于确认遵守课堂纪律十分必要，完全正确，因而不闹不说，那么这是内化。这种内化行为，并且只有这种内化行为才是既非被迫又非机械照搬而是自觉遵守的纪律行为。

总之，个体通过服从、认同和内化就获得了社会希望他具有的行为规范和价值观念，就形成了社会的人。服从、认同和内化三者是各不相同的又是相互联系着的，它们都是个体社会化的重要历程。

3. 个体社会化的意义

个体行为的社会化过程，实质上是个体在团体，在他人影响下，形成社会性需要并以社会性需要调节、控制生理需要的过程。社会化的结果不仅形成社会行为动机，而且形成社会知觉、社会态度和社会角色。

个体行为的社会化，不仅关系到个体的某一具体行为的社会意义；而且，长期的、一贯的社会化或非社会化的行为也就构成了他的个性特征，构成了他的个性。个体社会化的过程就是个性的形成过程。

作为团体成员的个体，他的行为是否社会化及其社会化的程度，对于团体的影响极大。个体行为社会化影响着成员的人际关系，从而也就影响着团体的凝聚力，影响着团体活动任务的完成。社会化了的成员是团体的积极分子、非社会化的成员对于团体来说无异于害群之马。

个体行为的社会化与否及其程度，不仅标志着个体行为的发展水平，而且决定着行为的性质。社会化了的行为，即符合社会行为规范的行为，被称为亲社会的行为，这是社会所肯定、所欢迎的行为；而非社会化的行为，即不符合社会行为规范的行为，尤其是严重违反社会行为规范的行为，则被称为反社会行为，这是社会所否定、所反对的行为。

个体的社会化，个体行为的社会化，直接涉及的是人的行为动机、目的社会化。个人形成为社会所需要、所赞成的行为的动机、目的，实现对行为动机、目的以及为达到目的而采取

的手段的价值掌握，这就构成了一个人的价值观念。成体系的价值观念即价值系统，实际上就是意识形态。所以，个体社会化过程，个体掌握价值体系过程，也就是掌握社会占统治地位的意识形态的过程。

个体社会化，就是个体在家庭学校等社会团体中，通过同他人的交往而掌握社会风俗习惯和民族文化，民族传统的过程。因此，个体社会化的过程，也就是社会的、民族的文化传统得以保持、继承与发扬的过程。

可以说，个体社会化的实现，不论对于个人、家庭、学校、国家、民族的健康发展都是至关重要的。古往今来，一切社会、一切国家、一切大小团体的领导，对成员个人都不是任其自然成长的，而是千方百计、尽心竭力使之社会化，也就是使之符合社会团体的要求，使其行为规范化的。也正因为如此，有关个体社会化的问题，就成了一切有关人的社会方面的学科所共同关心的问题，成了社会心理学、儿童心理学、教育心理学以及社会学、伦理学、人类学等等共同研究的课题。社会心理学是从个体同环境、同团体，同他人的相互作用来研究个体的社会化的。

二 社会化的基本条件

对于个体之成其为人来说，遗传与环境哪一个更为重要呢？这是人们争论了几个世纪的老问题。应该说，遗传和成熟，环境和教育对于人的形成与发展是缺一不可的，都是重要的。人是由遗传成熟和环境教育两种因素相互作用，共同决定的。正如希尔加德所说：“我们的基因为我们的细胞发育编制程序，使我们发展成为一个人而不是一条鱼，一只鸟或一个猴子。它们决定了我们皮肤和头发的颜色，一般的身体大小、性

别，并在一定程度上决定了我们的智力和情绪气质。出生时就存在的生物素质与在生长过程中遇到的经验相互作用决定了个体的发展。”

1. 遗传与成熟

(1) 遗传

具备人的遗传素质、人的生理结构，人的神经系统特别是人脑，这是人之成其为人的一个基本条件。

只要是人的婴儿，只要具有人的遗传基因，他就能够直立行走，就能学会说话。而没有人的遗传素质则无论什么环境教育都培育不出人来。克拉格夫妇在三十年代使一只七个半月的黑猩猩同他们的九个月的儿子生活在一起。使两者生活学习环境完全相同，同样穿衣、喂食。同样练习站立、行走、开门、用杯、用匙、坐便盆，并给予同样的关心和爱护。历时八个月，当孩子一岁半已学会说 20 多个单词的时候，黑猩猩只能听懂指示命令做出喝水、坐下、开门等 70 多个动作，但却说不出话来。50 年代海伊斯夫妇收养训练一只黑猩猩长达 3 年之久，也只教会说出杯子、爸爸、妈妈 3 个单词。60 年代加德纳夫妇教一岁黑猩猩学习美国哑人所用手势语，三年学会 85 个手势符号，然而始终未能像哑人那样用连贯的手势表示完整的意思。黑猩猩始终未能学会使用人类的抽象语言符号的事实表明，无论什么样的环境教育也不能超出种族遗传所提供的范围之外。

同是人的孩子，具有人的遗传素质，但是，除去同卵双生儿之外，人们之间在遗传素质方面是各不相同的。而这对人的社会化是有影响的。单就同卵双生儿来说，由于两人遗传基因的完全相同，两人就不仅肤色、相貌、身高、体重相象；血压、呼吸、排汗、脉搏速率相近；开始衰老和死亡的年龄相差

不多（同卵双生姐妹的开始行经时间也相差不多）；而且，他们的社会性行为也有很多一致之处。夫力德曼（D·G·Freedman）研究 11 对同卵双生儿和 9 对异卵双生儿。在长达 8 个月的时间里，摄影拍照每个儿童的行为动作。结果发现，婴儿第一个月在哺乳后入睡时都常有微笑，但却没有社会性微笑。社会性微笑，对人的微笑，是到第二个月产生的。2 个月婴儿能注视母亲的面孔并发出微笑。随后能对任何人发出微笑。年龄增长，到 9 个月左右对陌生人就不仅不微笑、而且会害怕。研究表明，在社会性微笑和害怕的起点时间上，同卵双生儿之间比异卵双生儿之间更为相近。斯卡尔对比研究 20 对女性同卵双生和异卵双生者，发现同卵双生儿之间在性格特征的内倾或外倾方面，比异卵双生者之间更为相似。

总之，遗传素质是重要的，不必说不具备人的遗传素质不可能成其为人，即使遗传素质缺陷——比如第 21 对染色体反常，将导致伸舌样白痴——也是难以实现行为的社会化的。

（2）成熟

尽管一切人的婴儿，一切具有正常的人的遗传素质的人都能直立行走，都能学会说话，都能学会社会所要求的行为。然而，所有的孩子在 10 个月以前都不可能独立行走，所有的孩子在 1 周岁之内都不可能说出完整的句子。这一事实，就显示了成熟的重要性。

成熟是指由遗传因子决定、而又受环境影响的生理的成长。儿童的动作技能、智力技能或社会行为的实现，都是以一定的成熟度为前提的，成熟是实现社会行为的条件之一。

就以最简单、最初级的行为——排便行为来说，婴儿最初的排便是不随意的，是完全依从于生理需要的。只要大肠充实胀满时，括约肌就松弛，就随时随地排泄。这种行为是一切动物所惯有的，对于人类婴儿来说也是自然的，然而却是不文

明、不符合社会行为规范的。儿童的排泄是怎样从不随意到随意，从随地便溺到按照规矩只在一定时间、地点进行的呢？

当然，社会通过家长、阿姨向儿童提出在排便方面的要求，这是重要的。缺乏由成人代表社会所提出的要求，孩子即使长到三五岁还是不会遵循社会行为规范行事的。可是，要求与训练并不总是富有成效的。麦格劳在对一对孪生兄弟的研究中要求并训练其中之一控制自己的大小便。为此，从出生第二个月起每天每隔一小时坐便盆一次，18个月后才能控制大小便。到23个月达到了完全控制。而他的孪生兄弟虽然迟至23个月才开始坐便盆的训练，但是却很快就学会了。这就说明，在没有达到一定成熟程度之前，教育、训练是事倍功半甚至是无效的。

由此可见，排泄行为虽然简单但是对于儿童来说并不容易。要实现按规矩大小便，要控制大小便，不仅需要有关的知识（即由大人按社会风俗、习惯提出的要求），而且还得靠相应的能力，这包括对尿液、粪便充满时的感觉能力，在时间地点不合适的情况下收缩括约肌的能力，在适当的时间地点放松括约肌的能力等等。一句话，神经系统必须发展到一定水平，即必须达到一定的成熟水平。成熟对于排便行为是重要的，对于言语行为以及其它行为的实现也是重要条件。

遗传与成熟提供给个体以成长为人的可能性，把这种可能性变成为现实性的则是环境与教育。

2. 环境与教育

人之成其为人的决定性因素是环境。环境，特别是社会生活环境以及通过人际交往而实现的教育，是具有人的遗传素质的人，能否形成社会行为，能否成长为人的决定性条件，这是各国发现的野兽哺育大的孩子的事例所一致证明了的。