

社会变迁中的 青少年心理辅导

SHEHUI BIANQIANZHONG DE
QINGSHAONIAN XINLI FUDAO

汤福球 舒晓丽 编著



NLIC2970821881



北京邮电大学出版社
www.buptpress.com

湖南省教育厅科学研究项目

《社会变迁中的我国青少年心理研究》(编号 06A024)

社会变迁中的青少年心理辅导

汤福球 舒晓丽 编著



NLIC2970821881



北京邮电大学出版社
www.buptpress.com

内 容 简 介

青少年是祖国的未来,青少年的心理健康更是社会的关注点。本书首先介绍了国内外青少年心理发展理论和常用的心理辅导技术;接着分析了社会变迁中青少年成长中的影响因素;最后分别从青少年的自我发展、青少年学生的学习、青少年人际关系的发展、青少年的情绪发展、青少年恋爱心理与性心理、青少年职业心理、青少年网络心理与行为等方面分析了社会变迁中青少年的心理变化特点和相应的辅导策略。每一章后面都辅以相对应的案例,这些案例丰富、详实,大都来自作者或者其他一线工作者多年来的心理咨询实践,包含了咨询者的切身体验和深刻感受。希望该书的出版能让更多的人乃至全社会共同关注青少年的心理辅导工作,能帮助广大家长、教师、青少年自身处理青少年心理困扰和心理问题,共同促进青少年的心理健康和快乐成长。

图书在版编目(CIP)数据

社会变迁中的青少年心理辅导/汤福球,舒晓丽编著. --北京:北京邮电大学出版社,2012.5
ISBN 978-7-5635-3033-5

I. ①社… II. ①汤…②舒… III. ①青少年—心理辅导—研究 IV. ①B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 084464 号

书 名: 社会变迁中的青少年心理辅导

编 著 者: 汤福球 舒晓丽

责任编辑: 付兆华

出版发行: 北京邮电大学出版社

社 址: 北京市海淀区西土城路 10 号(邮编:100876)

发 行 部: 电话: 010-62282185 传真: 010-62283578

E-mail: publish@bupt.edu.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京源海印刷有限责任公司

开 本: 787 mm×1 092 mm 1/16

印 张: 17

字 数: 323 千字

版 次: 2012 年 5 月第 1 版 2012 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5635-3033-5

定 价: 38.00 元

• 如有印装质量问题,请与北京邮电大学出版社发行部联系 •

前 言

本书为湖南省教育厅科学研究项目《社会变迁中的我国青少年心理研究》(编号06A024)的主要成果。本书是根据青少年的心理发展特点,基于社会变迁,侧重于新时期青少年的心理变化特点及心理辅导策略,主要吸收了国内外有关青少年研究的成果,结合作者多年来的心理健康教育和心理咨询实践研究经验加以著述,力求做到科学严谨、趣味生动、深入浅出、实用有效。

随着我国素质教育的全面推进和深入开展,青少年心理健康教育作为素质教育的重要组成部分而受到重视。为了培养学生良好的心理素质,加强学生的心理健康教育,学生的心理辅导工作已经成为当前学校教育的新任务和新要求。尽管当前心理健康教育在全国各级大中小学已经蓬勃开展起来,但是真正能参与心理辅导的教师还是少数,因为心理辅导本身是一项科学性和专业性比较强的工作,相对来说,我国接受过心理学专业化教育的教师并不多。目前任教的大部分教师在青少年心理辅导理论和操作上都面临着一些亟待解决的问题,这也是他们工作中的难题之一。再加上社会的变迁、时代的进步,青少年的心理也在不断地发生变化,以往出版的反映青少年心理的一些书籍带着原有时代的特点,不能反映社会变迁中新时期青少年的心理变化特点。本书的写作目的正是为了解决这些现实的需要。

本书共9章。第一章主要介绍了国内外的一些青少年心理发展理论和常用的心理辅导技术;第二章主要分析了社会变迁中青少年成长中的影响因素,主要从家庭、学校和社会三个方面来谈青少年的发展及影响发展的因素;第三章至第九章分别从青少年自我的发展、青少年学生的学习、青少年人际关系的发展、青少年情绪的发展、青少年恋爱心理与性心理、青少年职业心理、青少年网络心理与行为等方面分析了青少年的心理发展特点和相应的辅导策略。每一章后面都辅以相对应的案例,这些案例丰富、详实,大都来自我们或者其他一线工作者多年来的心理咨询实践,包含了咨询者的切身体验和深刻总结,让本书的内容更加生动。

全书的框架由汤福球和舒晓丽共同商定,并共同负责全书稿的修改工作,最后由汤福球统稿、审定。全书共九章,各章执笔人分别是:第一章、第二章和第九章的撰写工作由汤福球完成;第三章、第四章、第五章、第六章、第七章和第八章的撰写工作由舒晓丽完成。

本书与一般的同类书籍不同之处在于在著述中力求体现以下的思想和特点:一

是融科学性和实用性于一体,既有系统的理论阐述,又具有较强的可操作性,该书在介绍青少年各方面心理特点的同时,系统地阐述了青少年在发展中容易出现各类心理困扰和心理问题的辅导方法和技能,方法和技能的介绍凸显应用性,强化操作性;二是注重社会变迁的影响,突出时代特点,力求从根本上解决当代青少年的心理问题。每个时期青少年的心理变化都带有这一时期的特点,本书在介绍帮助青少年消除其心理问题的辅导方法和技术、维护其心理健康的同时,还从我国学校教育的实际情况和青少年成长的现实需要出发,尽可能地反映出当今青少年的真实情况;三是多角度地提出辅导方案。青少年的心理辅导工作并不能孤立地进行,需要多方面的支持,本书并不是单方面谈青少年的心理辅导,而是从青少年的自我调适、教师辅导、父母辅导和专业的心理辅导四个方面来谈青少年的心理辅导;四是内容贴近现实,具有一定的针对性。本书的主要内容来自于作者们多年从事青少年心理健康教育 and 心理咨询经验的积累和研究心得,贴近了青少年的实际情况,更有针对性地提出了他们的心理困惑和存在的心理问题。

本书适用于教师、父母以及青少年工作者。希望本书能够起到抛砖引玉的作用,我们将诚恳地接受大家的批评指正!

作 者

目 录

第一章 绪论	1
第一节 青少年心理发展的实质	1
一、生物发生论	2
二、社会发生论	4
三、心理动力发生论	8
第二节 青少年心理辅导概述	11
一、心理辅导的含义	11
二、青少年心理辅导的含义、内容和原则	12
三、青少年心理辅导的途径	14
第三节 青少年心理辅导常用技术	15
一、放松训练法	15
二、阳性强化法	18
三、合理情绪疗法	19
四、厌恶疗法	22
五、系统脱敏法	23
六、空椅子技术	26
七、团体心理辅导	28
第二章 社会变迁中青少年成长中的影响因素	31
第一节 青少年成长中的家庭因素	31
一、家庭系统与家庭功能	31

二、社会变迁中青少年时期亲子关系的变化	32
三、影响青少年健康成长的家庭因素	34
第二节 青少年成长中的学校因素	39
一、校园文化与青少年的成长	40
二、教师与青少年的成长	40
三、学校的教务安排对青少年成长的影响	44
第三节 青少年成长中的社会因素	46
一、社会改革对青少年成长的影响	46
二、传媒以青少年成长的影响	48
第三章 青少年自我的发展与辅导	53
第一节 新时期的青少年自我发展的特点	53
一、自我的含义	53
二、青少年自我发展的特点	56
第二节 青少年自我发展的辅导	64
一、青少年自我发展的偏差和常见的矛盾冲突	64
二、青少年认识自我的意义	67
三、青少年自我发展的辅导	68
第四章 青少年学生的学习与辅导	76
第一节 新时期青少年学生的学习特点	76
一、学生的学习	76
二、青少年学生学习的特点	79
第二节 青少年学生的学习动机及辅导	82
一、学习动机的内涵	82
二、学习动机的分类	84
三、青少年学习动机的特点	86
四、青少年学习动机的培养和激发	87
第三节 青少年学生的学习策略及辅导	91
一、学习策略的概述	91
二、学习策略的分类及辅导	92
第四节 青少年学生的考试心理及辅导	101
一、应考技能	101

二、考试后的调整技巧	105
三、考试焦虑的心理辅导	107
第五章 青少年人际关系的发展与辅导	115
第一节 新时期青少年人际关系的特点	115
一、人际关系的含义	115
二、青少年人际关系发展的类型与意义	116
三、青少年人际关系发展的特点	118
第二节 青少年亲子关系与辅导	124
一、亲子关系的特点	124
二、亲子关系对青少年的影响	125
三、青少年亲子关系的辅导	128
第三节 青少年的同伴关系及辅导	132
一、青少年同伴关系的分类	132
二、形成良好同伴关系的影响因素	133
三、同伴关系对青少年的影响	136
四、青少年同伴关系的辅导	138
第四节 青少年学生的师生关系及辅导	140
一、师生关系的具体内容	141
二、师生关系的类型	141
三、师生关系对青少年的影响	143
四、青少年师生关系的辅导	144
第六章 青少年情绪、情感的发展与辅导	150
第一节 青少年情绪、情感发展的特点	150
一、青少年情绪、情感发展概述	150
二、青少年情绪活动的特点	152
三、青少年高级情感的发展特点	159
第二节 青少年常见的情绪状态及应对	160
一、青少年的焦虑情绪	161
二、抑郁情绪	167
第七章 青少年的恋爱心理与性心理辅导	174
第一节 社会变迁中的青少年恋爱心理和性心理特点	174

一、社会变迁中青少年恋爱心理特点	174
二、青少年的性心理特点	179
第二节 青少年的恋爱观与辅导	181
一、青少年的恋爱观	182
二、青少年的不良恋爱行为	185
三、青少年的恋爱观与恋爱行为的指导	187
第三节 青少年性观念的辅导	193
一、青少年的性观念	193
二、青少年的性行为表现形式	195
三、青少年的性观念与性行为的指导	197
第八章 青少年职业心理辅导	202
第一节 青少年职业生涯规划辅导	202
一、职业生涯规划概述	202
二、青少年制定职业生涯规划步骤	206
三、青少年职业生涯规划的辅导	207
四、青少年职业生涯规划的方法——5W 法	209
第二节 社会变迁中的青少年职业选择特点与辅导	213
一、职业选择的含义	213
二、社会变迁中的青少年职业选择特点	213
三、青少年职业选择的辅导	215
第三节 青少年职业挫折的应对	219
一、职业挫折的含义	219
二、青少年职业挫折的分类	220
三、青少年职业挫折的原因	221
四、青少年职业挫折的辅导	223
第九章 青少年网络心理、行为及辅导	232
第一节 网络对现代青少年的身心影响	232
一、青少年与网络	232
二、网络对青少年的诱惑	235
三、网络对青少年的身心影响	236
第二节 青少年网络成瘾问题及辅导	241

一、网络成瘾概述	241
二、网络成瘾问题的原因分析	244
三、青少年网络成瘾的辅导	248
第三节 青少年网络行为指导	251
一、青少年网络行为的特点分析	251
二、青少年网络素质的能力要求	253
三、青少年网络失范行为表现	254
四、对青少年网络行为的指导	255
后记	259
参考文献	260

第一章 绪 论

青少年在英文中是“adolescence”，源于拉丁文“adolescere”，其含义是“成长为成年人”（grow up into adulthood）。在此阶段，青少年的生理发育迅速并趋于成熟，是心理和社会性发展的关键时期，也是由自然人向社会人过渡的重要时期。随着时代的发展和科技的进步，人们也在不断地经历着变化。社会变迁必然伴随着新旧思想和文化的交汇与碰撞，人们的心理受之影响，必然发生着变化。作为社会未来的青少年，社会的变迁必然为他们的发展赋予特定的时代意义。青少年由于自身的特点，本身的变化性大、可塑性强，接受外部新事物快。因此，当改革开放的脚步加快、多元化思潮猛烈袭来，对个体的影响总是率先反映在青少年的心理变化之中。有人说，青少年心理变化是社会发展的“晴雨表”。特别是近些年，我国社会转型进程的不断加速和深化，青少年心理的变化也表现得更加明显。青少年具备良好的心态有助于他们对社会、家庭、人生形成正确的认识，并对其今后一生的道路产生深远的影响。国家教委新颁布的德育大纲第一句话就明确地提出：“德育即政治、思想、道德、与心理健康教育。”明确地把心理健康教育作为德育的一个重要组成部分。联合国公布的健康标准中，前三条就是关于心理健康的内容。可见，青少年心理辅导工作在教育中的重要性。

第一节 青少年心理发展的实质

青少年期是一个兼有生物学和社会学含义的复杂概念。一般情况下，起始时间主要由生物性指标确定，以男女第二性征出现为标志，终止时间则主要由社会

指标确定,以男女社会性成熟为标志,相比较而言,社会性成熟标志比较难以把握。因此,学术界对于青少年的界定有不同的观点。《大英简明百科》将青少年期定义为青春期(puberty)与成人期(adulthood)之间的过渡时期(12~20岁),特征是生理方面的改变、性情情绪的发展、努力寻求认同、思考模式从具体进展到抽象。学者张春兴认为青年期是指自个体生理成熟到心理成熟的一段时期,大致自青春期开始的11~12岁,一直到21~22岁这一段时期。青春期则是个体身体发展到生理成熟阶段,相当于小学高年级到高中的一段时期。而青少年与青春期含义接近,属于青年期的前半段。根据发展心理学较为通用的划分标准,青少年时期应该是指少年期(十一二岁到十四五岁)、青年初期(十四五岁到十七八岁)及青年晚期(十七八岁到二十四五岁)的统称,即青少年是指年龄在11~12岁至24~25岁之间的社会群体。关于青少年心理发展的实质问题也出现了各种理论观点。

一、生物发生论

持生物发生论的学者认为青少年心理发展的实质是生物成熟的自然结果,强调生理成熟在个体心理发展过程中的决定作用,认为不论是心理发展上的年龄差异还是类型差异,都是由遗传结构类型的特点决定的,主要的代表有霍尔的种族复演论和格赛尔的成熟论。

(一) 霍尔的种族复演论

美国心理学家、青少年心理学之父 G. S. 霍尔(G. S. Hall, 1844—1924 年)在 1904 年著有世界上第一部青少年心理学书籍——《青少年:它的心理学及其与生理学、人类学、社会学、性、犯罪、宗教和教育的关系》(Adolescence: Its Psychology, and Its Relation to Physiology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion and Education),霍尔被认为是“心理学的达尔文”,提出了著名的复演说,霍尔复演说是运用当时的生物进化论和生物复演说的观点来说明个体心理发展的。他提出,“应该把个体心理的发展看作是一系列或多或少复演种系进化历史”的理论。

如果人类的胚胎发展是动物进化过程的复演,那么,出生后个体的心理发展则复演了人类种族进化的历程。从复演的阶段看,婴幼儿期复演着动物时代;童年期复演着原始人渔猎时代,8~12 岁的儿童,其知觉力敏锐,而道德、宗教心、同情、爱情及美感则十分幼稚,具有人类远古的特征;少年期复演着人类蒙昧时代末期与文明时代初期,少年的知觉敏捷、记忆力强、道德观念迅速发展,

复演了中世纪人类的特征；青年期复演着人类的浪漫主义时代，青年期人性趋于完善，发展突飞猛进，复演了近代风云变幻的人类特征。

霍尔认为，青少年正处于一个“疾风怒涛”（storm and drang）、充满了内部和外部冲突的时期，而他们正是在经历了各种的冲突与更替之后，才最终复演成为人类文明中充满“个性感”的一员。也就是说，按照复演说的观点，青少年期正是与人类种族发展过程中的动荡、转型的时期相对应，是一个新阶段的开始，这时更高级、更完善的人的特征开始产生，个体开始获得“个性”、“人类化”和“文明化”。

我们承认，个体心理发展史在一定程度上重复着动物和人类的心理发展史，因为个体发展史同种系发展史是有一定的联系的。但霍尔把个体发展史同种系发展史完全等同起来，从而引向了生物决定论，这是不正确的。霍尔的复演说开启了青少年心理学研究的先河，第一次在自己观察和研究的基础上较为系统地提出了青少年心理发展的理论。而且，他关于青少年是“疾风怒涛”时期的观点，促使学术界和社会大众开始重视并研究青少年问题。但是，人作为社会关系的总和，既是生物实体，又是社会实体，霍尔把个体发展史和种系发展史完全等同起来，从而引向了遗传决定论显然是错误的。

（二）格塞尔的成熟论

美国心理学家格塞尔（A. Gesell, 1880—1961 年）运用 18 世纪胚胎学的研究成果，并在自己观察和研究的基础上提出了成熟论，其代表作如《青少年：从 10 岁至 16 岁》。格塞尔认为，个体的生理和心理发展从一开始就是受基因控制的，他把这种通过基因来控制发展过程的机制定义为成熟（maturation）。他的一个著名实验是双生子爬梯试验，研究的是双生子（即双胞胎）在不同的时间学习爬楼梯的过程和结果。格塞尔选择了一对双胞胎，他们的身高、体重和健康状况都一样。让哥哥在出生后的第 48 周开始学习爬楼梯，48 周的小孩刚刚学会站立，或者仅会摇摇晃晃勉勉强强地走，格塞尔每天训练这个孩子 15 分钟，中间经历了许多的跌倒、哭闹、爬起的过程，终于，这个孩子艰苦训练了 6 周后，也就是到了孩子 54 周的时候，他终于能够自己独立爬楼梯了。双胞胎中的弟弟，基础情况跟哥哥完全一样，不过格塞尔让他在 52 周的时候才开始练习爬楼梯，这时的孩子基本走路姿势已经比较稳定了，腿部肌肉的力量也比哥哥刚开始练的时候更加有力，并且他每天看着哥哥训练，自己也一直跃跃欲试，结果，同样的训练强度和内 容，他只用了两周就能独立地爬楼梯了，并且还总想跟哥哥比个高低。格塞尔原来认为这只是个偶然现象，于是他就换了另一对双生子，结果类

似；又换了一对，仍然如此……如此反复地做了上百个对比试验，最终得出的结果是相同的，即孩子在 52 周左右，学习爬楼梯的效果最佳，能够用最短的时间达成最佳的训练效果。此后的几年，格塞尔又对其他年龄段的孩子在其他学习领域进行试验，比如，识字、穿衣、使用刀叉，甚至将试验领域扩展到成人的学习过程，都得出了相类似的结论，即任何一项训练或教育内容针对某个特定的受训对象，都存在一个“最佳教育期”！

因为格塞尔强调遗传和成熟的时间表以及发展的周期性，所以他认为年龄是生物变化的一个相当精确的指标，是发展的准确界标。其中，青少年期是儿童向成人过渡的时期，指的是从 11 岁到 21 岁这段时期，而 11 岁到 16 岁这五年尤为重要。因为从 11 岁起，儿童的机体开始出现巨大变化，生理上的剧变、性机能的逐渐成熟，引起了心理上的一系列变化。比如情绪不稳定、爱冲动、逆反、好与人争吵、开始对异性产生兴趣，然后他们会逐渐变得内向、爱沉思、爱作自我批评并以批评的眼光看待他人等，后来又逐渐变得外向、情感易外露、爱谈论“个性”等，最后外向又转为内向、独立性增强、自我控制及自我监督能力得到发展、情绪逐步稳定起来，等等。整个青少年期的更新、整合和均衡在不断循环、周而复始地进行着，并最终使个体的心理由不成熟走向成熟。

格塞尔的成熟论虽然在本质上也是一种内在发展的理论，但其并不否认发育需要环境的促进。认为某机能的生理结构未达成熟之前，学习、训练是不能进行的，只有达到足以使某一行为模式出现的发育状态（成熟状态）训练才有效，即成熟-学习原则的理论基础。格塞尔的观点在 20 世纪四五十年代的西方曾盛极一时，被许多家长奉为育儿“圣经”。不仅对当时的儿童青少年教育产生过极大的影响，也由于他突出强调了成熟机制对青少年发展的作用，从而为研究青少年发展提供了宝贵的资料。但是，这种观点片面强调生物因素（比如年龄的作用）而抹煞了个别差异和环境教育在青少年心理发展中的影响，这显然是不正确的，或者说的不完善。

二、社会发生论

这种理论观点的学者认为青少年的心理发展过程就是其社会化的过程。从社会环境与个体相互作用的角度去理解青少年的心理现象，把青少年心理发展的原因归结为社会结构、社会关系以及社会化方式的变化。

（一）华生的行为主义观

约翰·华生（John Waton，1878—1958 年）是美国著名的心理学家，也是

行为主义理论 (Behavioral Theory) 的创始人。华生认为, 心理的本质是行为。心理、意识都被归结为行为, 人的各种心理现象包括高级的思维过程都只是行为的组成要素。他提出一个著名的公式, 即刺激 (Stimulus) - 反应 (Response), 即给人什么样的刺激, 人就会产生什么样的反应; 知道什么反应, 就能推断出这个反应是由什么刺激引起的。华生否认遗传的作用, 在他看来, 一切复杂的行为都是由各个简单的反应动作发育和发展而成的。判断一个人稳定的心理特征 (如人格) 的依据是看哪些习惯系统占优势, 就是要了解其动作的历史。华生关于青少年心理的研究与论述并不多见, 但他对儿童 (主要是婴幼儿) 的研究代表了他关于青少年心理发展的观点。其突出观点是, 人的发展完全取决于后天环境, 并提倡“教育万能论”。华生对儿童青少年心理发展的研究, 主要集中于情绪发展的问题。他把情绪定义为一种遗传的“模式反应”。所谓“模式反应”是指各种不同的反应成分, 每当适宜的刺激情境产生时, 这些成分便以某种程度规律性地呈现。比如, 引起恐惧的适当刺激情境可能是支持的突然丧失, 也可能是很高的响声。华生认为个体的情绪也是后天习得的, 初生婴儿只有三种非习得的情绪: 惧怕、愤怒和爱。这三种非习得情绪是儿童基本的“模式反应”, 也是以后在环境中发展为习得情绪的基础, 而导致情绪发展的机制便是条件反射。他因此进行了一系列实验研究来论证这一观点。其中有两个经典的实验就是对婴儿阿尔伯特 (Albert) 恐惧情绪的唤起及对彼得 (Peter) 恐惧情绪的解除实验。该实验中, 阿尔伯特本来不怕白鼠, 但当他每次与白鼠玩的时候总有巨响在其身后响起, 多次受惊吓之后, 他开始害怕白鼠了, 因为白鼠与巨响在其头脑中形成了联系。经多次强化后, 阿尔伯特对白鼠的惧怕泛化到了其他带毛的东西上。而彼得原先对白鼠、兔子以及其他一些东西有恐惧情绪, 华生及其同事采用著名的系统脱敏技术 (Systematic Desensitization) 来解除彼得的惧怕情绪, 他们把兔子由远及近地接近彼得而又尽量不惊扰他。慢慢地, 彼得由最初的不安到最后用手抚摸兔子, 最终解除了对兔子的惧怕。由此, 华生得出结论: 情绪是后天习得的, 是环境的产物。

华生创立的行为主义, 虽然多以婴幼儿为研究对象, 但它对青少年心理学仍然具有深刻的启示意义。它突出了环境与教育对儿童心理发展的重要性, 为青少年心理发展和教育提供了有益的指导原则和理论支持, 对青少年心理学的发展具有重大的贡献。行为主义观点在 20 世纪上半叶盛行欧美, 对心理学和儿童青少年教育都产生了极其深远的影响, 而且华生强调环境与教育的观点有力地批驳了当时美国社会所盛行的种族歧视或种族优越论, 这在当时具有不可否认的进步意义。但是, 行为主义片面强调后天环境和教育的作用, 忽视遗传对儿童青少年发

展的影响，这显然是不对的。华生强调环境对塑造儿童行为具有决定性作用，并进一步发展为“教育万能论”，突出了教育对儿童青少年发展的控制。这样，他就既否认遗传的重要性，也否认儿童青少年主观状态对发展的影响，这种片面的观点并不符合儿童青少年发展的规律和整个心理科学的事实。

（二）勒温的生活空间论

科特·勒温（Kurt Lewin, 1890—1947年）是格式塔心理学派的代表人物之一，也是心理领域采用实验方法研究个性的第一人。该理论认为，儿童和青少年个体本身与其所处环境组成了一个不可分离的心理生活空间，个体的行为由这种心理生活空间来决定，而心理的发展和变化也是个体心理生活空间改变的结果。所谓生活空间包括有可能影响个体的过去、现在和未来的一切事件。勒温认为，青少年的心理生活空间正处于混乱状态，其特征主要表现为不确定感、紧张不安、情绪不稳定等，而这主要是由其所处的过渡地位所决定的。从生活空间论出发，勒温认为，研究青少年心理归根到底就是要分析青少年自身所处的心理生活空间。在从儿童世界向成人世界的过渡时期，由于儿童和成人在生活空间上的距离，所以青少年既不完全属于前者（即儿童），也不完全属于后者（即成人），而是处于儿童与成人的中间地位。他们这种地位的过渡性和不稳定性，既使得其生活空间不断扩大，也造成了他们在新出现的、未知的环境中无法明确在场内的方向以及行动的方式。随着性的成熟，青少年还会对自己的身体产生全新的体验，从而使自己的身体成为了生活空间的中心领域。因此，其个人的生活空间陷入了混乱状态。青少年这种从儿童向成人过渡的特殊地位反映在其行为和心理方面就表现为：他们的行动常常有一种不确实感，他们的行为特征是情绪不稳定、敏感或者过分紧张而表现出粗暴、好斗，亦或者害羞，他们往往动摇于矛盾着的两个极端之间。

勒温坚持心理学是个人与心理场之间相互作用的研究，青少年心理的发展是个体与环境交互作用的过程。这对于反对那些过分强调环境作用的理论观点和过分强调内部决定因素的理论观点是有积极意义的。然而，尽管勒温也承认个人在青少年心理研究中的作用，但其理论体系还是片面强调了环境也就是生活空间的决定性作用，因此，该理论从整体来看还是注重社会发生的。勒温把青少年心理发展的实质归结为是社会化的过程，但是他所指的环境是有可能影响个体生活的过去、现在和将来的一切事件，也即个体根据需要所选择的环境，并不是指社会物质生活条件，这就将青少年从社会、历史分离出来，从而难以真正把握其心理发展的实质。

(三) 哈维格斯特的发展课题论

罗伯特·哈维格斯特(Robert Havighurst, 1900—1991年)认为,青少年个体的发展极大地受制于所处的文化和社会环境。他在《发展课题与教育》一书中指出,个体在生活的每一阶段都有其特殊的发展课题(或叫发展任务, Developmental Tasks),这些发展课题是个人需要和社会目标在个体身上的反映。因此,所谓“发展课题”就是指个体在成长的每一阶段都有相对应的、需要完成或发展的课题或任务。

哈维格斯特把人的发展分为幼儿期、童年期、青年期、壮年期和老年期,并且分别针对各个不同的时期提出了相应的发展课题。只有完成各阶段发展课题的人才是适应良好的人。根据发展课题论,哈维格斯特认为12~18岁的青少年主要有10项发展课题,分属于三个领域,即青少年的同龄群体、独立性发展和人生观的发展。这10项发展课题均由三个水平组成:(1)身体成熟等生理水平;(2)同双亲或友人在情绪上的结合或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。哈维格斯特认为,这三个水平应该统一并完成于个体的人格当中。就青少年的发展课题而言,这三个水平主要体现为身体成熟及其认识、心理上和情绪上的独立、意识到对社会的责任等。

就哈维格斯特的发展课题的三个水平及其表现来看,身体、生理成熟水平暂且不论,心理水平和社会水平的课题必然要受到社会和文化巨大压力。因此,与其说这种发展课题是泛文化的、普遍的东西,不如说它强烈地反映了青少年在其中成长与发展的社会和文化的性质。而哈维格斯特列举的发展课题更多地反映了美国社会和美国文化,尤其是美国的教育问题。虽然哈维格斯特观点的提出已有几十年的历史,但他强调社会对个人发展的要求以及教育参与的观点对我们今天的青少年教育仍有着极大的价值,因为从教育的观点去考虑,哈维格斯特的发展课题可以作为青少年教育的具体目标。但是,哈维格斯特的发展课题片面强调了外界环境对人的制约和影响,而相对忽视了人对社会环境的能动性和主动性。尽管发展课题的内容很多,包括生物学的、心理学的、社会文化学的各个要素,但是这些要素之间也缺乏有机的联系。所以,从整体上来看,哈维格斯特的发展课题论仍然没有脱离环境决定论的窠臼。

(四) 班杜拉的学习理论

阿尔伯特·班杜拉(Albert Bandura, 1925—)是社会学习理论的重要代表人物。1980年获得美国心理学会“杰出科学贡献奖”。观察学习(Observational