

少男少女的多思心理

● 冯 斌 陈慧君 盛 涛 著



《生活心理分析》丛书

主 编：魏中军

副主编：王志华

少男少女的多思心理

Shaonan Shaonü de Duosi Xinli

冯 斌 陈慧君 盛 涛 著

辽宁人民出版社出版 辽宁省新华书店发行

(沈阳市南京街6段1里2号) 朝阳新华印刷厂印刷

字数：120,000

开本：787×960 $\frac{1}{32}$

印张：7 5/8

印数：1—12,508

1989年8月第1版

1989年8月第1次印刷

责任编辑：庸 夫

版式设计：赵耀今

封面设计：刘 琥

责任校对：刘 涛

ISBN 7-205-01058-6/C·90

定 价：2.90 元

致读者

——本丛书能为你提供什么

亲爱的读者：

也许你已经感受到：在现代文明的生活里，我们的不幸与烦恼往往并非仅仅来自于物品、金钱、称心如意的工作环境等外在条件的匮乏；就某种意义而言，其更为主要的来源在于我们的内心世界；在于我们对自己存在本身的困惑不解：

“我是谁？我是什么？我的存在价值是什么？”

“今天我是怎么了？明明决定了的，可事到临头又变了卦！这是我吗？”

“我本来不是那样的人，可我为什么就控制不了自己去做那些愚蠢透顶的事呢？”

“我知道老师说对，现在谈朋友会影响学习，可我一天见不到他，就象丢了魂儿似的！”

“分开时，我们俩彼此想得要命，可在一块儿时又总吵个没完，这是为什么？”

“我们什么都不缺，完全可以过得很好，可实际上我们谁也不如！”

“退休了，本该轻闲轻闲，享受一下天伦之乐了，可是现在我觉得一点儿意思也没有。”

.....

生活真是不可思议！也许这正是因为你作为生活的主体、以及你的生活心理本身就不可思议：现代文明提供给我们生活条件，本可以使我们享受到比前人更多、更大的快乐和幸福，可我们的实际体验却往往相差甚远！

其实，假如你能换个角度来思考的话，也许你会发现，生活的外观存在本身无所谓什么意义。财富、金钱、房子、家具、彩电、冰箱、工作职务的升迁……乃至每一个细小的生活事件，是否能给你的生活带来意义，即你从中感受到的是快乐还是痛苦，并非直接取决于它们的存在本身，更为根本的，是取决于你对人生的理解和你的生活信念。

由此可见，人们的生活所以会有所不同，就其内在性而言，就是因为它的意义是由你的体验和理解赋予的。自我体验和理解是现代文明生活的必然要求，不仅我们需要生活的体验和理解，而且生活本身也需要我们从心灵内部给予理解和体验；不仅我们的心灵需要他人的理解和体验，而且他人的生活也需要我们的理解和体验；我们不仅要对他人的体验和理解给予体验和理解，而且要对他人对我们的不体验、不理解给予体验和理解。

那么，究竟怎样去体验和理解生活呢？换言之，怎样才能正确地体验和理解呢？对生活的真正体验和理解需要哪些起码的知识、技能和方法呢？这便是本丛书所要力图企及的基本课题。

为了更加深刻地研究和多角度地探索生活的奥秘，这套丛书采用了译、著、编等多种形式。不过，我们的兴趣主要是集中在对现代生活中心理问题的研究上。因此，我们的基本编写要求，就是它必须对我们现代中国人的实际生活有所裨益。此外，本丛书的作者均以大量的实地调查和翔实的第一手材料为根据，以较为活泼的描述方式进行写作的，每本书大约10—15万字。我们力争在近几年里使之更加充实，尽快把它们奉献在你的面前。

坦率地说，作为同你一样的普通人，我们对生活及生活心理的理解也许不比您的看法深刻多少，也许你并不能从本丛书中找到令你满意的答案。不过，我们愿意为开垦这块生活的处女地付出最辛勤的努力。

我们希望这套丛书能有助于你的生活，希望它能协助你跨越人生中那些令人苦恼的障碍。并且，我们也希望你能将您对它的感受直接告诉我们。

编 者

1988年5月于沈阳

序：多梦的时节

十五、六岁，金灿灿美好的年华，少男少女们一路歌声、一路笑语。抖着清晨的露珠，披着天边的朝霞走来了。从此，天空是那样的湛蓝、湛蓝，大地是那样的郁郁葱葱。一切都变得生机勃勃、春意盎然。

古往今来，有多少文人墨客采集了数不清的美妙言辞打扮着少男少女们：

早晨、太阳、豆蔻年华、五彩的时光……

然而，少男少女们绝不仅仅是单纯、天真、快乐、浪漫。少男少

女的时节，又是多梦的时节，多思的时节，有时，甚至是多烦恼的时节。

长大了，长大了，长大了……

经过了漫长的黑夜，挣脱了母亲那充满童话般温馨的梦的襁褓，少男少女们忽然发现自己已经长大了：

我是谁

是从哪里来的

到这个世界上做什么？

从前妈妈讲过的童话故事，忽然间仿佛变得神秘、朦胧而又遥远；一切曾经有过的答案，都变得那么值得怀疑；一切做过的解释又都赋予了新的思索、新的含义。

少男少女们长大了，不再是妈妈怀里的乖孩子；终于有一天，这变化被他们的爸爸妈妈发现了：

“不知怎么，女儿变得越来越爱照镜子啦”。

“自从上中学，孩子再也不象从前那样围前围后和我们谈天说地了，仿佛疏远了许多。”

“他整天晚上点着台灯在那个本子上写呀写呀，也不知道记些什么！”

“就因为拆看了她从前一个同学的来信，

就跟我怄了一天的气，现在的孩子啊，真搞不懂他们。”

.....

封闭自己，开始学着用自己的眼睛探索一切，也许就是这一切，证明了少男少女们已经告别了童年时代，他们长大了。

烦恼、烦恼、烦恼……

一张张稚气未脱的娃娃脸，开始学着大人的样子仰了起来，高高的个子越来越象个大姑娘、男子汉。他们不愿再做爷爷奶奶的小孙子、小孙女，也不愿再做父母怀中的心尖、宝贝，他们在内心深处呼喊着：我就是我，我已长大。

或许就连冬天向春天的季节变化，也不只是带来和煦的春风和温柔的细雨，少男少女在走向新的人生之路的时候，也往往伴着烦恼和不安。

“为什么一种孤独感时常围绕着我？”

“为什么一张娃娃脸上忽然长出胡须？”

“为什么父母的目光总是落在我们的书包上？”

“为什么沉重的大书包里装着永远做不完的作业、答不完的试卷？”

“啊，究竟是因为什么啊，刚刚挣出母亲的怀抱，那双星星般闪亮的眼睛就戴上了一副模糊的

镜片？”

为什么、为什么、为什么……

有人说少男少女的内心深处总共装有十万个为什么，有人说生活的ABC是一个永远无法解开的谜。

跳动的心 跳动的心 跳动的心……

“上了中学，同学间忽然有关异性的话题多起来了。”

“不知为什么，只要站在女同学面前，心就跳个不停。”

“只是因为偶然地被排在一座儿，心里就总想着他。”

“从那次汇演后，同学们常常起哄地按着扮演的角色叫我们喜儿、大春。虽然这使我感到不好意思，可这难堪中又有一丝说不出的甜蜜。”

……

也许是早来的春雨滋润了待放的花蕾，也许是柠檬般的月光温馨了五彩缤纷的梦境，一觉醒来，少男少女为突然听到了自己的心跳而激动不已，为阳光下彼此羞红的脸而惴惴不安。

“青年男子谁个不善钟情

妙龄少女哪个不善怀春。”

然而，在这也许并非恋爱的季节，他们相恋

了，爱得那么大胆、那么纯真、那么浪漫又那么简单，简单得就象一加一，又象是过“假家”、做游戏。

但是少男少女间的友谊是存在的，少男少女的爱情是存在的。

即使这一切还只是一种朦胧，少男少女的感情是纯真的，他们的心是跳动着的。

目 录

序：多梦的时节

一 自我的发现 1

我是谁 2

闭锁与孤独 8

蹦蹦跳跳的大人 13

心灵的冲突 16

二 性的不安 23

青春：悄悄萌动 24

关于男人和女人的故事 28

性的困扰 34

骚动与宣泄 38

推开神秘的窗子 45

三 情窦初开 51

八十年代的中学生怎么了？ 52

爱的世界	57
爱情等于一加一	62
烦恼的爱的故事	66
春天里的秋天	72
十五、六岁	74

四 梦与偶像82

说给自己的悄悄话	83
走进五彩的世界	89
琼瑶、三毛、白马王子	95

五 黑色的七月 101

人生的路只有一条？	102
打是亲，骂是爱	107
校园与寺庙	110
竞争	116
蓝眼睛	119
生活有时也是七色阳光	121

六 我们走到一起来 125

我和你	126
他和她	128
寻找知心朋友	133
朋友交往的艺术	136
喜欢自己	139
激起别人的兴趣	142
友谊地久天长	146

七 无形的墙	149
爱的负效应	150
背后的眼睛	155
越大越不听话	159
如何保护自己	163
八 社会的冲击	166
学校失去了魅力	166
“烟火燎原”	178
畸型的消费	181
九 生活中的烦恼	185
一则容貌丑陋者的日记	186
一个漂亮的女中学生的烦恼	190
时间和效率成正比吗?	193
考试中晕场怎么办?	196
孤独者的内心独白	199
失眠的苦恼	202
十 青春期常见心理疾病	207
神经衰弱	208
抑郁症	211
歇斯底里	214
强迫症	218
恐怖症	222
后记	227

自我的发现

十六岁，多么奇妙的年龄，四岁的娃娃管我叫阿姨，四十岁的阿姨又称我为娃娃。

这就是十六岁，我究竟是什么呢？

老师说，你就象一只宛转轻歌的百灵，无忧无虑。

妈妈说，你有时又象秋天的一片落叶，孤独、颓唐。

同学们则说，你就象一棵无名的小草，在大地的怀抱里，顽强地生长、成熟。

于是我迷惘了，我不知道我是什麼样子，我究竟是什麼样呢？

我是谁

青春的魅力，可以让松枝长出鲜果，能够叫沙漠布满森林。在青春的世界里，女孩子隆起了胸脯，袅娜窈窕，飒爽英姿，男孩子日益结实、健美，更显得富有朝气。他们忽然步入一个崭新的境地，有欢乐，也有惊奇，更有探索自身秘密的兴趣。

年龄的增长，生活、学习的需要，粗暴地结束了童年时期外部世界的梦幻。

青春期的少年，他们的意识明显地指向了自己，特别是指向了自己的内心世界。

一般来说，儿童唯一认识到的现实是外部世界，他们把自己的想象力全部集中在这个世界里，他们的喜怒哀乐，全都是由客观因素来决定。一个小学生会因为老师在她的作业本上打得叉太大而难为情地伤心流泪，而对自己做错了题却不那么在意，她关心的只是别人，尤其是老师父母的评价。

同样，小学生考试失利，也会不高兴，大人批评他，他还会抹眼泪，可是如果大人停止批评，他又会马上忘记这一切，和伙伴们踢球去了，这是因为在他们的心目中，做错了题不是什么了不起的事，对自己有什么损失呢？只要爸爸妈

妈不批评就行。

相反，进入青春期后，他们就不那么轻易地对待自己了。他们再也不把自己的情感领会和理解为某些外部的事物，而是看做自我的内心状态。甚至客观上一些与其无关的信息也往往会使中学生进行内省，思考自己和自己的问题。如青少年非常喜欢阅读文艺小说，这不仅是追求美的感受，更重要的是从中寻找自我。将作品中人物的外貌风度，品德行为，思想感情与自己进行对照，认识自己，评价自己，并寻找那些平时未认识到自己的“角落”。因此，他们不再象小学生那样，只重视欣赏人物外型，而是注意欣赏故事情节中人物的心理特点，把他们同自己联系起来。

青春期的少年，身体外型发生了急剧的变化。个子长高了，体重增加了，一下子变成“大人”了，与此同时，出现了第二特征：男性喉结突出，声音变粗，出现了胡须。女孩乳房隆起，胸部丰满，骨盆长宽，臀部变大，出现了女性体型美。真可谓“女大十八变，男大变十八”呀！特别是月经、遗精现象的出现，连他们自己也没有想到已经进入了一个崭新的世界。这个世界对于他们来说是那么陌生和不可理解，他们只觉得自己不是从前的老样子了。我究竟变成什么样子了