

青春期的烦恼

[日] 陀摩武俊 等著 所凯·春杨·白令军 译



北方妇女儿童出版社

青春期的烦恼

【日】 诺摩武俊 等著
所凯 春杨 白令军 译

北方妇女儿童出版社出版
吉林省新华书店发行
浑江市印刷厂印刷

787×1092毫米32开本 4.75印张 90,000字
1990年6月第1版 1990年6月第1次印刷
2 插图 印数 1—3,746册
定价: 2.00元

前 言

本人曾做过这种调查：以将孩子抚育成优秀人材的中年妇女为对象，请她们回忆、畅谈孩子从诞生至结婚这一过程中，身为母亲感到最辛苦和最担心的是哪一个阶段？大多数人的回答是孩子读初中至高中期间也就是所谓的青春期的最令人放心不下。若处在母亲立场来看的话，在孩子成长过程中无论何时都会有苦恼和令人担心的事发生，但最令母亲苦恼的则是难以理解处于青春期的孩子。

孩子好象从进入中学读书时期开始，就经常在脑海中思考自己今后将会成为一个什么样的人及如何去做等问题。听父母的话，和父母共同喜欢某一事物的做法到上学学习生活结束时就停止了。他们从迈入中学时期开始，就在心理方面与父母逐渐拉开距离，主动讲话的次数越来越少，这样有时也就不可避免地遭到父母的严厉批评，因此他们对朋友比对父母开诚布公地坦白心里话的情况也逐渐增多。

即使初中生、高中生有过对家庭中发生的事、与朋友间的关系、自己的将来、前途等各种各样的考虑，但其中的大多数人仍拥有一种对自己所在的学校及学年的归属感，因而在学校努力学习、和同学们交往成为他们生活的中心课题。除此之外，也有人因不愿意上学读书而离家出走，甚至也有人企图自杀。尽管上述情况在年幼的孩子们中间也发生过，可一般的成年人却认为处在青春期的孩子们产生的上述动机和原因，仍然具有独特的特征。

实际上自杀的高中学生的人数也决不是很多，可是考虑过自杀的人却相当多，多得值得引人注目，从而证实了当孩子们进入青春期，被家长们广泛承认的那种独特的特征与自杀或离家出走等存在着一定的关联性。

本书的主要宗旨是提请高中生的家长和老师以及不久的将来自己也要做教师的学生们牢记心头，本书所阐述的都是有关孩子们青春期的烦恼及其具体实际情况如何构成，采取何种对策、如何处理的理想方法。如能为诸君在考虑如何搞好教育时提供一些参考的话，本人将不胜荣幸之至。

本书是在广岛大学新堀通也教授的授意及推荐下开始编写的，对以筑波大学的加藤隆胜先生和警视厅的池田美彦先生为首的爽快地答应执笔写作的各位先生们，我做为本书编者在此一并表示衷心感谢。

论 摩 武 俊

编者

沱摩武俊 东京都立大学人文学系教授

执笔者

〔执笔顺序()内系各承担部分〕

沱摩武俊 (第1章、第6章)

加藤隆胜 (第2章) 筑波大学心理学系教授

宫野祥雄 (第2章) 千叶大学医学研究生

须田治 (第3章) 东横学院女子短期大学讲师

池田英彦 (第4章) 警视厅交通运输执照本部主管

清水弘司 (第5章) 东京都立大学研究生院博士生

内田良子 (第7章) 佼成医院小儿科心理室心理员

鸣泽实 (第8章) 东京都立大学学生顾问室副教授

目 录

第1章 青春期的烦恼	(1)
一、从儿童期始至青春期	(2)
1. 父子关系的变化	
2. 青春期的情感	
二、性格的自我形成	(14)
三、性之觉醒	(16)
四、个性的发展	(18)
第2章 父子关系的变化	(21)
一、青春期的父与子	(12)
1. 父子关系的危机	
2. 反抗形式的转变	
二、子女的父母观·父母的子女观	(27)
1. 子女的父母观	
2. 父母的子女观	
三、扭曲的父子关系	(35)
1. 在家庭内部诉诸暴力的孩子	
2. 因自己的缺陷而苦恼的孩子	
第3章 青春期与孤独	(40)
一、寻求孤独	(40)
1. 不与人交往·不喜欢动物	
2. 自我固有世界之发现	

3. 青年的“自我”精神	
二、烦恼导致孤独	(47)
1. 朋友关系的建立	
2. 与朋友交谈的意义	
3. 朋友关系及孤独的烦恼	
4. 不能完全等距离地对待人	
第4章 离家出走	(54)
一、青少年的离家出走	(54)
1. 离家出走的实际情况	
2. 离家出走的定义	
3. 离家出走的主要社会原因	
二、付诸行动的离家出走	(59)
1. 饥饿的离家出走	
2. 离家出走的愿望及抑制	
三、青春期的离家出走	(63)
1. 父母的监护态度	
2. 家庭背景	
3. 自我概念与未来志向	
四、离家出走的预防及对策	(71)
1. 离家出走倾向的早期发现	
2. 离家出走后的对策	
第5章 青春期与性	(74)
一、青春期的性变化	(74)
1. 第二性征	
2. 发育加速现象	
3. 性行为	
二、性的发育与人际关系	(79)

1.性方面存在的人际关系	
2.性欲望与依存欲望	
3.青春期的摸索	
三、性教育	(86)
1.性的烦恼	
2.人类学教育	
第6章 自杀	(10)
一、我国目前自杀现状	(90)
二、青少年自杀	(91)
1.自杀的定义	
2.自杀的原因	
3.中学生、高校生自杀的实际状况	
4.自杀念头	
5.自杀的心理过程	
6.容易倾向自杀儿童的性格	
三、防止自杀的对策	(105)
第7章 拒绝上学	(108)
一、成为社会病理的拒绝上学	(108)
1.治疗、研究的历史	
2.拒绝上学的发生率及其变化	
3.拒绝上学的社会背景	
4.被教育界疏远的孩子们	
二、拒绝上学的病状	(112)
1.病状调查报告的概要	
2.病状调查报告的意义	
三、拒绝上学的实际情况	(114)
1.拒绝上学的主要原因	

2. 拒绝上学的经过

3. 经过报告之一〈M少年之例〉

4. M少年自我洞察记录

第8章 学校忠告…………… (127)

一、忠告是什么…………… (127)

1. 与N君的会面

2. N君的来访原委及参考

3. 所谓忠告

4. 关于学校忠告及教育质疑

二、顾问的基本态度…………… (135)

三、忠告的要点…………… (136)

1. 创造自由、安全的气氛

2. 用心地听

3. 耐心、诚恳地

4. 用适合当时谈话的情绪表现自己

5. 不要试图改变来访者的意愿

6. 保守秘密

7. 提问

8. 其他应注意的事项

9. 关于与N君会面的补充

四、忠告过程…………… (140)

五、学校顾问的活动领域…………… (141)

1. 咨询(质疑建议)

2. 辅导(提供情报)

3. 委托

4. 调查研究

5. 增进全校师生的精神健康

第1章 青春期的烦恼

青春期，在年龄方面来讲是指从十二、三岁至十七、八岁左右的青少年而言，可其所指范围并非十分严密。中学生、高校生时期的年龄正好与此相符，如果将其分别称为青春前期、中期也不抵触。

青春期一开始，由于身体各部位十分明显地急剧发达而带有一定特点，比身长增高、体重增加等任何特点都显著的是性机能。随着这一成熟的光临，本人则已经考虑自己再也不是小孩子的问题了，而且从这一时期开始对于父母的关系及自己的看法、读书的内容、兴趣等涉及生活范围相当广的领域内产生各种各样的变化，因此这一时期也叫做第二诞生期。对处于已经把孩子培养成人的中年或初老年的父母而言，如果请他们从孩子哺乳期开始回顾：在抚养过程中最辛苦和最担心是什么时候？当然，其中也存在着个人差，但各种回答最后都集中在一点上——青春期。从父母的角度看，那是一个摸不透孩子每天想什么和打算干什么的时期。自从依存父母和无论做什么都依赖双亲的儿童期结束以后，似乎孩子就产生了尽早地远离父母独立生活的想法，而且似乎越早越远越好。

可是，当你向那些从中年至初老年的人们提出，请其回顾一下本人前半生中何时最有意思时，其中有人答为新婚燕尔时期，也有人说是30岁前后全身心投入工作事业的时期，但

大多数人的回忆则认为是15岁后半期，那一段时间最有趣而令人终生难忘。多数人一想起那段比任何时都健康、年轻活泼、可以无忧无虑地憧憬无限美好人生未来、但却已经逝去的青春期时，如果是站在父母的角度考虑的话，则认为那是个总令人提心吊胆、心情不安的时期；可是一旦改变位置，回想起自己经历过的那段令人怀念、充满甘甜美妙青春时代时，则久久地陷入兴奋的沉思中。

一、从儿童期始至青春期

目睹从小学至中学这一时期的变化即可发现，除与发达的身体有关联外，他们开始关心自己的切身利益。将自己的身体状况、长相、能力、性格等与周围的朋友进行比较，在比较的基础之上仿佛开始考虑自己拥有的特征，而且此时也能将自己本身做为一个观察的对象，这些在儿童时期被认为是根本不可能有的事。

人们把关于自身所具有的印象称为自我形象。如我是一个胆小的人、我有些神经质等说法，正如本人所想象的那样。所谓自我形象就其内容而言，常常是以他人对该人的评价不一致的情况居多，当然了，要理解一个人时，掌握该人的自身形象的基本内容是很重要的。例如一个长得姿容艳丽的人，当然能博得大家的喜欢；有的人实际上长相并不好看，可本人的行动如果是积极的话，也会成为一个充满自信的人。与此相反，自认为大家都讨厌自己的人，一般则采取消极保守的行动措施；但也有的人反而一点也不会招惹大家的讨厌。类似这种情况时，个人所拥有的自我形象的内在意识决定了其行动，可到了青春期的时候，在众人眼里看来他们是

强烈地意识到了自我。

小学时代可以在人前满不在乎地唱歌、家里的客人来访时兴高采烈地表示欢迎等。小学生们一步入中学时代就开始避开生人，讨厌在人前露面。诸如此类不喜欢与他人接触的反面，则是关心自己是如何被人看待的，而且本人想了解有关别人对自己的评价，并把外界评价看成改变自我形象的手段。

成年人的自我形象是相当稳定的，不是根据他人的评价而轻易改变的，可是当逐渐进入青春期时的自我形象却经不起一点的动摇而常常发生变化。如受到老师的轻轻地责备，有的人就彻底失去自信心；也有的人，当老师只不过开玩笑般地表扬一下时，就高兴得不得了。也就是说，本人虽说对自己的事十分关心，可因缺乏经验，所以自我形象出现不稳定及易于变化的倾向，有时也觉得自己了不起，可实际上这种自我估计与事实差得很远。

自己经常扪心自问的时期即是青春期，并且不断的修正自我形象逐步走向成熟并转变成稳定型。*在人的一生中还没有过象青春期这样考虑有关自己本人变化的时期，儿童期时因为有关考虑自己利益的事情少而呈现稳定。而成人的心理状态自己就是自己，如果不顾及前后左右的关系，比较现实的考虑一些问题的话也是稳定的。心理状态不安定易于动摇的原因，其本身就是这一时期的显著特征。

1. 父子关系的变化

父母和子女的关系发生大幅度的变化也是从青春期开始的。进入中学、高等学校后，孩子们的活动范围逐渐扩大，从而仿佛开始脱离儿童时期的以家庭为中心的生活。根据多数父母所言，孩子一直到小学毕业时为止，无论全家要到什么地方去都非常欢喜，而孩子一进中学就不象小时那么兴高

采烈了，而总是把和朋友们出去游玩放在首位优先考虑。事实确实如此，与年龄相差20或30岁的父母在一起，还不如说孩子们更喜欢和同龄人在一起，因为那样会快活得多。

用父母的眼光来看，孩子们是身着奇装异服，并且使用一些令人头痛的奇妙语言。即便是父母加以指责，可他们看到朋友们也都穿戴同样的奇装异服而且也使用同样的流行语言，所以本人根本就不打算改变自己的做法。无论是中学生还是高等学校的学生大部分人都与父母一起生活，并且都明白是父母在负担自己的一切费用，可是在心理方面却都觉得朋友们比父母更亲近。

孩子们有关自己身体各方面的能力都强于父亲或母亲的想法，也是此时产生的。尽管在此之前觉得无论是跑还是投掷物品都不如双亲，可事实上他们逐渐变得胜过双亲，连身高也超过了双亲，这些都已并非是稀奇事了。自从懂事时起，就存在着的时常觉得双亲比自己高大、强壮的存在意识，从上中学后就改变了。青春期开始后逐渐觉得不在需要家庭的保护，从而在家停留的时间也缩短了，即使在家里，但象以前那样主动与双亲交谈的机会却减少起来，在心理方面开始与父母拉开距离。父母无从涉足的、预料不到的生活领域逐渐增多，所以有人将这一时期称为心理离乳期。

象目前这种变化十分显著的时代里，父母和孩子考虑问题方式的差距也非常大，现在的中学生、高校生都是1960年或1965年前后出生的，也就是在日本经济高速度发展的年代出生的。与出生在二次世界大战中或战后贫困混乱的年代成长起来的父母们相比，无论是价值观还是人生观都形成鲜明的对照，再加上进入青春期的孩子们如前所述对自己的切身利益更为关心。父母原本就希望子女们按自己的心愿成长，在如

愿以尝后也开诚布公地述说那时如何受到子女们的反抗等苦恼之情。上述种种反抗父母的形式，每每被称为第二反抗期。

青春期的父子关系根据各自家庭的不同而异。但是不为在中学及高等学校就读的子女感到丝毫担心的父母实在罕见。父母们不承认孩子已经成人并自立，都一致认为无论如何希望孩子们在自己的保护下健康成长。这种情况如在日常生活中加以观察即可体会到。不少父母总喜欢饶舌般地唠唠叨叨，特别是那些子女少、时间又比较充裕的母亲们更为明显。

对中学生和高校生而言，一方面承认这是对自己的干涉，另一方面却接受，同时希望父母不要总是将自己当做孩子对待。也就是说在这一年龄的孩子们所持有的自我形象同父母心目中所具有的那种自己孩子的形象差距相当大者居多。例如一位15岁的少年长得身高体壮，本人拥有自己已经不是小孩的看法，通过报纸在某种程度上可讲解国际大事，还能够解出作为父母所不能解释的数学问题，尽管自己认为自己已经如此成熟并长大成人，可因为父母从孩子生下来一直看着他长到15岁，所以总是觉得自己的孩子还不象满15岁的人。作为父母本身也很容易有孩子还脱离不了自己的保护的想法，往往产生一种把自己的孩子看得比实际年龄小的倾向。与父母的想法相反，在孩子方面，却宁愿自己比实际年龄成熟和大得多，父母总是把自己当小孩看待，几乎对自己所做的每一件事都唠里唠叨等等，也正是孩子方面对父母产生不满的根源。

对于上述父母与子女间出现的分歧而言，在这一时期的孩子们的理想主义的人生态度与渐渐步入中年期的父母们比较现实的取妥协的生活态度是相互对立的。若处在子女的地位看父母的话，则看到的是被生活所迫的父母劳累的身影，觉得又可怜又可气。正因如此才易于产生对父母加以批评的情

绪，表现得对朋友能够做到无话不说，对双亲则根本不想开诚布公地讲什么心里话，这就更让父母不安，难免大发雷霆严厉指责孩子。

表1—1为总理府青少年对策本部以全国16万青少年为对象进行的调查内容的一部分。虽然这是1970年搞的调查显得有些过时，但仍然可以看出孩子们和母亲比较愿意交谈和父亲可就不是那么主动活泼了。表1—2是笔者在1976年以180名男大学生和288名女大学生为对象，调查他们与父母谈话的具体情况。看得出女大学生和母亲的接触较亲密，男大学生和母亲也认为比和父亲容易说话，其中和父亲几乎不交谈的人约占30%左右。

正因为上述原因青年和父母在心理方面的联系淡薄起来，有时达到用语言表示反抗的情况，另一方面青年自己也察觉到在社会上还未成熟缺乏仅靠自己力量能独自活动的自信。同时也应注意到，青年在对待父母的态度中具有一种撒娇之情，这种撒娇的感情在某种程度上也是得到父母认可的。在青年人的心目中，除反抗努力树立权威的父母和希望独立自主的心情之外，好象还存在如何依靠父母这样的与之相对立的心情。

表1—1 和父母亲交谈次数(1)

	父亲	母亲
愉快交谈	6.0	22.0
一般交谈	39.6	56.6
不自愿交谈	39.2	16.5
根本不讲话	3.1	1.2
拒绝回答	1.9	1.0

注) 单位: %

表1—2 和父母亲交谈次数统计(2)

		父 亲	母 亲
男大学生	经常交谈	15.6	38.7
	一 般	44.4	48.4
	几乎不交谈	30.0	12.9
女大学生	经常交谈	21.6	60.9
	一 般	47.3	31.9
	几乎不交谈	28.1	4.2

注：单位%

2. 青春期的情感

青春期之所以烦恼的原因大多数是由于在此时期拥有的那种特殊之感情所导致的。

就儿童期的感情而言是比较安定的时期，即使是生气和与人吵架，可那也是属于一时性行为，不会朝内向及纵深发展。无论是喜是悲都坦率地表现出来，例如有的人为作业不会做而难过，有的人因为被老师批评而感到失望等，大多数情况下他们事过之后就忘却了，不会因此而引起更大的烦恼。

一跨入青春期，其感情动摇不定的情况逐渐多起来，此外，情绪起伏的状况也较为激烈。尽管也有些青年人每天在无忧无虑无烦恼的环境下平平安安地生活着，可是无论从哪个角度来观察他们，似乎也找不出当代青年的特点及印象来。所以我们说伴随着青年在成长的过程中出现的不安情绪、怀疑、急躁、自我厌恶、热中陶醉、易受感动、专心

致志等等倾向，正是其感情在成熟发展阶段中存在的安定因素造成的。总而言之，也可以归咎于为这一发展过程中的特有象征。

就人类感情而论，一般说来都认为是受到外部刺激而产生变化的，但是就青春期的感情来说，某些来自外界的刺激有时并不与其相符。例如，被老师轻微地批评几句及被人稍稍嘲弄几句，则会深深地刺痛青年人的心。总之，仅仅在青春期才会有诸如在就餐中突然摔筷子，或者碰到点好笑的事又捧腹大笑等反映强烈的表现。

就每个人的情感表现而论，也反映出青春期所具有的特点来，下面关于最令人头痛的有关与感情方面联系最深的问题，略举几例加以说明。

愤怒 多发生于要实现自己的要求与愿望却受到妨碍或被他人强行夺取时，向造成这一事实的对象进行攻击的强烈感情的具体表现。幼儿时期的发怒构成因素是被人们公认的，步入青春期后导致愤怒的原因也随之发生了变化。总而言之，其发生变化的原因并非是单纯地被人踩了脚或从后边推了一下，取而代之的是转化到受到不公平对待、侮辱、对方不遵守规则或者破坏约好的事等等比较严重的方面来。

就令人发怒的起因而论，大多数以拥有强烈的愿望、要求、期待或信念等等为前提，对于那些对生活漠不关心又无有气魄的人来说，无论任何什么事都不容易令其动怒。可是，随着青春期的来临，自己本身能够处理的事情变得逐渐多了，单纯的以要求得不到满足而引起的发火次数相对减少。此外，如果自己要是能够站在对方的立场上思考的话，就可能充分理解和判断对方给自己造成的痛苦，是出于故意还是偶然及属于过失等，在此种情况下从自我为中心的观点出发