



zhong xue sheng
xin li xue



中学生心理学

林崇德 著



中学生心理学

林崇德 著

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

中学生心理学/林崇德著. —北京:中国轻工业出版社, 2013.10
ISBN 978-7-5019-9358-1

I. ①中… II. ①林… III. ①中学生—青少年心理学 IV. ①B844.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第154924号

总策划: 石 铁
策划编辑: 吴 红 责任终审: 杜文勇
责任编辑: 吴 红 责任监印: 吴维斌

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)
印 刷: 三河市鑫金马印装有限公司
经 销: 各地新华书店
版 次: 2013年10月第1版第1次印刷
开 本: 787×1092 1/16 印张: 30.25
字 数: 420千字
印 数: 1—5000
书 号: ISBN 978-7-5019-9358-1 定价: 60.00元
读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 010-65262933
发行电话: 010-65128898 传真: 010-85113293
网 址: <http://www.wqedu.com>
电子信箱: wanqianedu1998@aliyun.com
如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换
130484Y2X101ZBW

再版前言



《中学生心理学》初版于1983年由北京出版社出版。朱智贤教授主编的《心理学大词典》把它称为“我国学者撰写的第一本《中学生心理学》或《青少年心理学》”。在该书初版中，我做了创新的尝试：率先提出了中学生心理健康（卫生）教育的设想；提出了“思维品质的培养是发展学生智能的突破口”的理念；提出了中学生创造性（或独创性）的概念与培养措施；提出了品德结构与青少年违法犯罪的心理机制，等等。我不敢说它在当时是一本创新之作，然而，这本仅20万字的小册子，在出版后的三年里发行了近70万册，并被评为“北京市哲学社会科学中青年优秀成果奖”。

出版《中学生心理学》的1983年版时，我仅42岁。因为当时有基础——一是我在给1978级、1979级两级本科生开设“发展心理学”（当时叫“儿童心理学”）课程，有关于青少年或中学生心理的足够的资料；二是我从事过13年的中学教育工作，自1978年后，又陆续在全国26个省、自治区、直辖市拥有中小学的试验点，有关于青少年或中学生的足够的实例——所以我完成《中学生心理学》的初稿仅用了1个月的时间（1982年1月至2月的寒假），又在1982年上半年边教学边修改，并最终定稿。

当今，全国的中学都在开展心理健康教育。不少出版社出版了一批“中学心理健康教育教材”，需要一本完整的《中学生心理学》来做指导书，所以他们找我修订《中学生心理学》（1983年版），我也打算完善自己的青少年心理理论，于是把原先的13章扩展到20章，使其：一有时代感，二能更新内容，三有完整性的特点。然而，人老了，力不从心，几乎每修订一章都需要我的弟子的帮助。没有雷雳、寇彧、张日昇、罗良、刘春晖、应柳华、刘国芳、陈亮和贾绪计等弟子所付出的努力，就不可能有现在新版本的成果。中国轻工业出版社“万千教育”和“万千心理”总策划石铁先

生长期以来对我非常信任，这次在我修订的过程中，又帮我一起策划《中学生心理学》的内容；责任编辑吴红先生为本书的编辑出版付出了辛劳；我们办公室的陈若夷为我多章的书稿打字。于此，我一并表示衷心的感谢。

书稿已交付出版社，不久就会和广大读者见面。但是，它能否像 1983 年版那样受到读者的欢迎，老朽只能够企盼了。

林崇德

2013 年元旦于北京师范大学

1983 年版前言



在《中学生心理学》即将完稿的时候，了解情况的同志要我谈谈写作的经过。

我从北京师范大学教育系心理专业毕业后，从事过 13 年中学的教育及领导工作。我热爱青少年，也比较熟悉青少年，对他们的心理我也曾做过一些零星的观察和实验，积累了一些资料。自己很想把这些资料汇总起来，这就是写作本书的缘起。

近年来，我在北京师范大学心理学系从事儿童青少年心理学教学的时候，感到有关青少年心理特征的研究资料比较缺乏，这是国内心理学研究的一个薄弱环节；我也阅读过国外一些有关青少年心理发展的著作，获益匪浅，但这些著作描述过多，其中有说服力的、有科学研究的指标和材料的则比较少，尤其是不完全符合我国青少年心理发展的实际。这就更促使我要了却这个写作的心愿。于是我就进一步收集有关的研究资料，特别是注意收集有关我国青少年心理发展的研究资料。

现在，人们学习心理学的积极性日益提高。我曾应一些学校、机关、团体的邀请，做过几次关于青少年心理特点的报告。广大中学教师、青少年工作者及家长对儿童和青少年心理学的学习热情很高，急切需要了解中学生心理发展的规律。这给了我完成写作任务的巨大勇气。

在这些动力的推动下，我在与两位挚友合作完成了《学龄前儿童心理发展与早期教育》（与傅安球合著）和《小学生心理学》（与叶忠根合著）两本书的基础上，开始了这本书的写作。现在，拙著就要与读者见面了，我是抱着抛砖引玉的心情，将一些关于中学生心理发展的不成熟的见解及对青少年心理发展的研究方法、指标确定、结果分析、教育措施等心得公布出来，以便与同志们交流，并就教于兄弟院校心理学系、教育系的师生

和广大的心理学爱好者。

必须申明，我在从事儿童和青少年心理学的教学与科研工作中，始终是在我的老师、著名心理学家朱智贤教授的亲切指导下进行的，《中学生心理学》的写作，不仅得到朱老（我对恩师朱智贤教授的敬称）的关怀，而且在完稿后，又承蒙朱老审定。在此，表示衷心的感谢。

在这本书的写作过程中，我还得到不少友人在资料上和精神上的种种帮助与鼓励，尤其是沈德立、黄仁发、陈永康和程正方等同志，对我的帮助更大，于此一并表示感谢。

青少年心理学在我国还是一门比较年轻的科学，自己的水平有限，同时本书又是在业余时间匆促写成的，所以无论在观点上，还是在科学性上，一定会有许多缺点和错误，恳请同志们不吝指正！

林崇德

1983年春于北京师范大学

目 录



再版前言·····	I
1983 年版前言·····	III

第一编 总论

第一章 中学生心理学的概述·····	3
第一节 从心理的实质谈起·····	4
第二节 中学生心理发展的概况·····	8
第三节 中学生心理学的任务·····	13
第二章 儿童青少年心理发展的基本规律·····	23
第一节 遗传、环境和教育在心理发展中的作用·····	25
第二节 心理发展的动力·····	30
第三节 教育和发展的辩证关系·····	36
第四节 心理发展的年龄特征与个别差异·····	39
第三章 青春发育期的生理特点·····	45
第一节 外形剧变·····	46
第二节 体内机能的增强·····	50
第三节 性器官与性功能的成熟·····	58
第四章 中学生的学习活动·····	63
第一节 中学教育的定位·····	63
第二节 中学生学习的特点·····	67
第三节 中学生的学习负担·····	74
第四节 中学生的基本素养·····	80

第五章 中学生言语的发展	85
第一节 中学生口头言语的发展.....	87
第二节 中学生书面言语的发展.....	90
第三节 中学生内部言语的发展.....	105

第二编 智力发展

第六章 智力的实质	111
第一节 有关智力的主要观点.....	111
第二节 我对智力的理解.....	119
第三节 我的智力结构观.....	127
第四节 聚焦智力结构的教育.....	133
第七章 中学生思维发展的基本特点	139
第一节 国际上对青少年思维发展趋势的研究.....	139
第二节 青少年思维发展的特点.....	147
第三节 青少年思维发展的关键期和成熟期.....	155
第八章 中学生形式逻辑思维的发展	159
第一节 青少年概念的发展特点.....	161
第二节 青少年推理的发展特点.....	165
第三节 青少年逻辑法则运用能力的发展.....	175
第九章 中学生辩证逻辑思维的发展	181
第一节 辩证逻辑思维是最高的思维形式.....	181
第二节 青少年认知活动中辩证逻辑思维的发展.....	184
第三节 青少年社会认知中辩证逻辑思维的发展.....	190
第十章 中学生的观察、记忆与想象	197
第一节 中学生观察能力的发展.....	197
第二节 中学生记忆能力的发展.....	201
第三节 中学生想象能力的发展.....	212

第三编 社会性发展

第十一章	中学生的社会性发展·····	219
第一节	中学生的攻击行为·····	219
第二节	中学生的亲社会行为·····	227
第三节	中学生的自我意识与自尊·····	232
第四节	中学生的性别角色与社会性的性别差异·····	242
第十二章	中学生的情感·····	247
第一节	中学生情感发展的一般特点·····	248
第二节	中学生的集体感、友谊感及两性爱情·····	261
第三节	中学生各种高级情操的发展和培养·····	267
第十三章	中学生的意志·····	273
第一节	中学生意志行动的一般特征·····	275
第二节	中学生行为动机的发展·····	280
第三节	中学生意志品质的发展和培养·····	286
第十四章	中学生的理想、动机、兴趣与价值观·····	293
第一节	中学生的理想·····	294
第二节	中学生的学习动机·····	302
第三节	中学生的学习兴趣·····	307
第四节	中学生价值观的逐步形成·····	317
第十五章	中学生的性格·····	323
第一节	中学生性格“内倾与外倾”的测定·····	324
第二节	中学生性格特征的发展·····	329
第三节	中学生性格发展的趋势及培养·····	333

第四编 全面发展

第十六章 中学生的品德	341
第一节 中学生品德发展的特征.....	342
第二节 中学生道德习惯的形成.....	349
第三节 品德不良中学生的心理特点.....	354
第四节 非智力因素培养是中学德育的新途径.....	362
第十七章 中学生的网络心理	371
第一节 青少年的自我、依恋与上网.....	372
第二节 青少年的网络道德.....	379
第三节 青少年的网上音乐使用及互联网信息焦虑.....	384
第四节 青少年上网的某些影响因素.....	391
第五节 青少年的健康上网.....	395
第十八章 青春期心理健康与心理卫生	399
第一节 积极开展中学生心理健康教育.....	399
第二节 中学生心理健康标准.....	405
第三节 青春期心理卫生.....	409
第四节 关于中学生心理咨询与干预.....	415
第十九章 中学生的人际关系	425
第一节 中学生的同伴关系.....	425
第二节 中学生的亲子关系.....	434
第三节 中学生的师生关系.....	440
第二十章 中学生的创新心理	449
第一节 创造型人才的构成因素.....	450
第二节 中学生创造力的发展特点.....	453
第三节 中学生的创造性学习.....	462
第四节 创造型人才的培养模式.....	468

第一编



总 论

中学生心理学，又可叫作青少年心理学。它是儿童青少年心理学的重要组成部分，又是发展心理学的一个“分支”。

中学生心理学研究哪些内容？一般来说，它要体现发展心理学的研究内容。发展心理学主要是研究人类心理发展的原理（规律）和年龄阶段性，而这个年龄阶段性又涉及两个主要问题（一是智力或认知发展，二是社会性或人格发展），并结合四个方面（环境、生理、活动和语言）来研究。（朱智贤，1962，1979，1993；D. E. Papalia 等，1999，2004）。所以在《中学生心理学》的第一编中，我们分五章，即中学生心理学的概述、儿童青少年心理发展的基本规律、青春发育期的生理特点、中学生的学习活动、中学生言语的发展。安排这一编无非是要对中学生心理学做一个“鸟瞰式”的分析，也为后边三编（智力发展，社会性发展，全面发展）奠定基础。

第一章 中学生心理学的概述

在整个国民教育的体系中，小学是基础，中学是关键。

中学生，一般年龄为十一二岁至十七八岁。在发展心理学里，0—18岁为儿童青少年（Childhood and Adolescence）。其中0—3岁为婴儿期；3—6岁为幼儿期或学龄前期；六岁至十一二岁为童年期或学龄初期（小学阶段）；十一二岁至十四五岁为少年期或学龄中期（初中阶段）；十四五岁至十七八岁为青年初期或学龄晚期（高中阶段）。中学生正是少年期加青年初期，总的可称作青春发育期，又称青少年期。

青之春，青之春，无青不为春，无春不为青。青春是美丽的。处于青春发育期或青少年期的中学生，充满着活力、希望和理想，身心都在迅速、茁壮地成长。这是生命的一个特定阶段，是他们急剧地发展、变化和成熟的时期，也是承担起更多社会责任的时期。

处于青春发育期的人口占总人口的比重很大。1981年统计，国外为20%，国内为20.2%；据互联网2009年统计，我国处于青春期的年龄略有下降，10—19岁的人口占总人口的18%。^①这就是说，每五人之中，就有一人正处在青春发育期。如此巨大的数字不能不引起社会的重视。人们都在关注着这年轻的一代，希望蓬勃的朝气让他们永远迸发出智慧的光芒，奔放的热情使他们永远积极向上，成为有用的人才。这是民族的寄托，是国家的希望、时代的要求。

积极教育和培养这年轻的一代，要靠广大的中学教师、广大的家长，还要靠整个社会的力量。然而，如何对其实施教育和进行培养呢？要考虑中

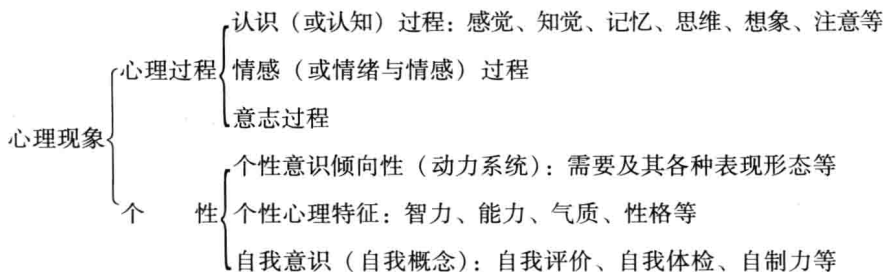
① 刘坤喆. 青少年占中国人口比例近年急剧下降 [N]. 中国青年报, 2011-05-19 (4).

学生这一教育对象的特点，其中首要的是心理方面的特点。因此，了解一些中学生的心理活动及其规律，对更好地教育和培养中学生是十分必要的。

第一节 从心理的实质谈起

顾名思义，心理学是研究心理现象的，它是揭示人的心理活动规律的科学。

心理现象，对人们说来并不陌生。它的组成是多种多样的，相互之间的关系也非常复杂，总起来说，可以归类如下：



怎样理解人的心理现象呢？

一、心理是脑的机能

今天对心理学的研究，必须以“走向大脑”为特点，也就是说，研究心理，一定要以研究人脑为前提。人脑是心理活动的器官，大脑皮质是信息的存储器和行为的调节器，心理是脑的机能。没有脑，就没有心理活动；脑受了损伤，心理活动就要受到严重的破坏，即使有完好的耳目也可以变成全聋、全盲、全哑或者丧失随意活动能力的人。心理疾病或精神疾病也来自脑的机能障碍，一旦脑的活动恢复正常，心理活动也会随之改善。可见，心理活动与脑是直接联系的。从辩证唯物主义哲学的观点来看，心理的东西、意识等是物质（即物理的东西）的最高产物，是叫作人脑的这样一块特别复杂的物质的机能。从脑科学的角度上说，人脑是一块非常复杂

的物质，它是神经系统的中枢部位。所谓脑，包括小脑、延脑、桥脑、中脑、间脑和大脑两半球等部分，重约 1400 克。中枢神经系统的最高部位是大脑两半球，大脑表层有许多皱褶，如果摊开，大脑皮质的面积大概有 2000 平方厘米。大脑皮质上大约有 140 亿个神经细胞，人的心理活动绝不能离开大脑皮质上神经细胞的活动。这 140 亿个脑细胞，经常使用的只占 10% ~ 20%，大多数脑细胞都处于休整后备状态。如果一个人一生中每小时有 1000 个脑细胞发生“故障”，一年之间就有 876 万个细胞失去功能，人就算活到 100 岁，也只有 10 亿个脑细胞在工作，只占 1/14，还有 13/14 没有发挥作用。由此可见，作为脑的机能之人的心理发展，包括智能发展的潜力是很大的。

传统心理学重视反射活动，认为一切心理活动从产生方式来说是反射。反射有如下三个环节：

开始环节——外界刺激和它在感官中引起的由传入神经（内导神经）向脑传导兴奋的过程；

中间环节——脑中枢发生的神经过程和这一过程的主要表现（心理活动）；

终末环节——神经过程由中枢传出神经（外导神经）传至效应器官，引起效应器官的活动，如动作、语言等。

反射活动分为无条件反射和条件反射，前者是一种本能的活动，后者实际上是一种信号或信息系统。信号或信息活动是大脑两半球的最根本的活动。外部现实的信号多得不可计数，根据它们本质的不同，又可以分为两类：第一类是外界现实中具体的刺激物，如形状、颜色、气味、声音等，这是直接的、具体的信号或信息；第二类是人类的词、语言的信号或信息，这是具体信号的信号。两类信号或信息是密切联系的，前者是后者的基础，后者是前者的抽象化与概括化，它又是通过前者获得意义并起作用的。但是，词、语言的信号是社会的产物，社会生活对人的影响主要是通过词、语言起作用的。因此，词、语言信号不仅是信号的信号，具有概括作用，而且代表社会的要求，调节着具体的刺激物活动，调节着人的行为，使人

在反映客观事物时具有目的方向性和自觉能动性。在两种信号系统协同活动的过程中，词、语言信号起着主导作用，它是人类行为的最高调节者。这两种信号或信息的协调活动，是组织人类心理活动特有的物质基础。

而今天“走向大脑”，分析“脑的机能”，强调心理研究的自然面，主要是分析三个方面：一是脑定位（在脑的什么部位“唤醒”什么样的意识状态）；二是关键期（下一章要论述的“年龄特征”中生理特征及其发育关键期）；三是可塑性（环境与脑发育的关系）。这三个方面强调了心理的本体，既指出心理学有不同于神经科学的研究对象；又突出了心理是脑的机能，心理活动中有相应的神经活动；同时揭示了心理的内容及其发展趋势受社会现实环境所制约。我们在第三章“青春发育期的生理特点”中会介绍“脑的机能”方面的材料。

二、心理的内容来自客观现实

我们说心理是脑的机能，并不是说心理是人脑固有的。心理的内容来自客观现实。

（1）心理现象的内容由客观现实决定。如果没有客观世界，就没有对客观现实的认识、认知，也就没有人的心理。今天社会上经常谈论“认识”与“认知”的异同点，抛开争议，我们不妨把“认知”看成“个体的认识”，正像“言语”是“个体语言”的道理一样。不管认识还是认知，都是指对客体现实的感知、记忆、思维和想象等，因此，人的心理内容为什么是这样而不是那样的，应该到社会现实中去寻找答案；人的心理是社会心理与个体心理的统一。

（2）任何包括认识、认知在内的心理现象都是在实践、活动中进行的。只有实践、活动，才构成主、客体的关系，才能反映主体活动领域内的现实。离开了实践、活动，就不会有心理，也就是说，心理在活动中形成。人的心理具有实践性，是活动和心理的统一。

（3）心理过程是一种能动的过程。人的心理不是像镜子般机械地反映对象，也不是消极、被动地照搬现实，而是一种能动的过程。由于人的心