

北京大学心理学丛书

青少年心理发展

雷雳 张雷

北京大学出版社
北 京

图书在版编目(CIP)数据

青少年心理发展 /雷雳,张雷.—北京:北京大学出版社,
2003.9

(北京大学心理学丛书)

ISBN 7-301-06541-8

I. 青 ... II. ①雷 ... ②张 ... III. 青少年心理学
IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 080872 号

书 名:青少年心理发展

著作责任者:雷雳 张雷

责任编辑:陈小红

标准书号:ISBN 7-301-06541-8/C·0244

出版发行:北京大学出版社

地 址:北京市海淀区中关村 北京大学校内 100871

网 址:<http://cbs.pku.edu.cn> 电子信箱:zpup@pup.pku.edu.cn

电 话:邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62752021

排版者:北京高新特打字服务社 51736661

印刷者:

经销者:新华书店

890 毫米×1240 毫米 A5 10 印张 284 千字

2003 年 9 月第 1 版 2003 年 9 月第 1 次印刷

定 价:15.00 元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,翻版必究

内 容 简 介

青少年发展是心理学研究中的重要课题,自心理学家霍尔 100 年前出版其里程碑性的青少年心理学专著以后,这方面的研究一直在不断开展和深化。本书主要总结过去 10 余年青少年心理发展方面的研究成果,通过较为全面的框架向读者呈现当今青少年的心理图画。本书论及青少年在青春期中所面对的心理适应问题、青少年对自我的探索、青少年波动的情绪及其调节、青少年认知发展中较特殊的自我中心思维、青少年社会性发展过程中的亲子关系和同伴关系的变化特点、青少年性别角色及性别认同的建立、青少年成长过程中出现的行为问题,以及近年来从行为遗传学角度对青少年心理发展展开的研究。

在指导思想上本书从终生发展的角度出发,强调青少年个性和社会性的发展,而不再是采用以往那样的以青少年认知发展为中心的框架。内容上涵盖了青少年发展过程中的主要方面,较为全面,既有对老问题的新认识,也有对新问题的阐述。综合起来,读者能够通过这些内容很好地认识青少年心理发展的最新特点。

本书适用于心理学及教育学科的本科生、硕士研究生、教育硕士生、研究生课程班学员,对于教师进修学校的进修课程学员,及青少年的家长、中小学教师和其他青少年工作者,也极有参考价值。

作者简介



雷雳 于北京师范大学获得学士学位、硕士学位、博士学位。于香港中文大学完成博士后研究。现任首都师范大学教育科学学院心理学系教授。兼任中国心理学会发展心理学专业委员会委员、学校心理学专业委员会委员、北京市心理学会理事。研究兴趣是个性与社会性发展。



张雷 于河北大学获得学士学位,于美国南加州大学获得硕士学位、博士学位。曾先后执教于美国南加州大学教育心理学系、中佛罗里达大学教育学院,现任香港中文大学教育心理学系教授。主要研究方向为发展心理、心理统计、心理测验。

前 言

自1904年斯坦利·霍尔出版其标志性的青少年心理学专著以来,众多的研究者对青少年心理发展的特点进行了不断探索,100年中所积累的研究文献揭示了青少年心理发展的诸多本质特征,也描绘了时代变迁在青少年心理发展中留下的印记。我们的这本书反映过去十余年中青少年心理发展研究在西方取得的最新进展,希望它有助于读者把握当代青少年心理发展的时代脉搏,看到当代青少年心理发展的生动画面。

本书在指导思想上从终生发展的角度出发,强调青少年个性和社会性的发展,而不再是采用以往那样的以青少年认知发展为中心的框架。本书内容上涵盖了青少年发展过程中的主要方面,较为全面,从青少年的青春期适应、自我的发展,到情绪及其调适、青少年认知发展中特有的自我中心,以及青少年主要人际关系中的亲子关系和同伴关系、社会化过程中心理性别的发展及行为问题等,同时也包括了近来从行为遗传学的角度对青少年发展进行研究的最新成果;反映了最近十余年来青少年心理发展研究所取得的成果,能够反映相关研究的前沿,既有对老问题的新认识,也有对新问题的阐述。

我们在每一章安排了一个“引子”,它是对相关内容的概括总结和综合分析,希望它能够帮助读者形成一个总体印象,看到有关内容的相互关系,明白该领域存在的问题以及未来可能的发展方向。

绪论是一个特别的部分——关于青少年期的理论简介,之所以这样做,是因为本书主要反映关于青少年心理发展过去十余年来的研究进展,目的是向读者呈现青少年心理发展的最新特点。这些涉及具体问题的方面是研究者一直努力并且不断获得新发现的领域,而关于青少年期心理发展的理论并没有如火如荼地蓬勃发展,很多经典的、传统的理论在解释青少年心理发展上仍然具有生命力。为了帮助有需要的读者建立理论上的一些基本认识,我们对有代表性

2 青少年心理发展

的、有影响的理论观点进行了简要综合 ,为大家提供一个基本的概念框架。

本书之所以得以完成 ,得益于诸多心理学家的研究成果 ,是他们的心血凝聚为我们呈现了当今青少年心理发展的最新画面 ,在此我们向他们表达敬意和感谢。此外 ,本书的写作得到了北京市重点学科“发展与教育心理学”的资助 ,以及香港优质教育资金(QEF)研究项目(EMB/QEF /P1999 /2735)、香港研究资助局(RGC)研究项目(No 4339-01H)的资助 ,在此一并表达我们的谢意。北京大学出版社的陈小红编辑为本书的出版付出了辛勤的劳动 ,我们也表示衷心的感谢。

本书完稿之后虽经过反复校阅 ,或许还有未能发现的疏漏、不当或错误 ,敬请读者及同行专家不吝指正。

作 者

2003 年 7 月

目 录

绪论：青少年期发展理论简介	(1)
一、青少年发展的生物学观	(1)
二、青少年发展的精神分析观	(2)
三、青少年发展的心理社会观	(5)
四、青少年发展的认知观	(8)
五、青少年发展的生态观	(10)
六、青少年发展的社会认知学习观	(11)
七、青少年发展的人类学观	(12)
第一章 青春期及其影响	(15)
一、青春期与亲子冲突	(17)
二、早熟与晚熟	(19)
三、青春期与情绪	(23)
四、青春期与自尊	(25)
五、身体映象	(26)
六、理想身材与肥胖	(30)
七、青春期的饮食障碍	(32)
第二章 自我的发展	(35)
一、青少年自我的表现	(37)
二、自我概念和自尊的价值	(41)
三、自我概念的发展	(46)
四、自我概念的稳定性与改善	(49)
五、关于自我认同的新观点	(51)

2 青少年心理发展

六、自我认同的发展过程	(52)
七、家庭对自我认同的影响	(53)
八、文化与种族对自我认同的影响	(54)
九、性别与自我认同的发展	(56)
第三章 情绪及其调节	(58)
一、青少年情绪的基本特点	(60)
二、家庭冲突与情绪支持	(63)
三、同伴关系中的情绪表现	(67)
四、亲密关系中的情绪表现	(70)
五、友谊中情绪表现的性别差异	(72)
六、情绪与自我的转变	(73)
七、情绪自主与社会适应	(76)
八、依恋与青少年的情绪调节	(79)
第四章 自我中心	(85)
一、传统的自我中心观	(87)
二、自我中心的社会认知观	(90)
三、自我中心的“新视点”理论	(92)
四、自我中心与冒险行为	(95)
五、自我中心与内化问题	(97)
六、测量及方法问题	(99)
七、未来的研究方向	(104)
第五章 亲子关系	(108)
一、亲子之间的交互社会化	(110)
二、亲子关系的建构	(111)
三、亲子关系中的亲近感	(114)
四、亲子关系中的自主	(117)
五、亲子关系中的监控	(120)
六、严厉的养育方式	(123)
七、亲子冲突	(125)
八、影响亲子冲突的因素	(128)
九、自主与依恋	(131)

十、青少年的成熟与父母的成熟	(135)
第六章 同伴关系	(139)
一、对朋友的需求	(142)
二、同伴团体的功能	(144)
三、同伴关系与家庭关系	(146)
四、对同伴的服从	(148)
五、同伴地位	(151)
六、影响同伴地位的因素	(153)
七、学校环境和教师的影响	(158)
八、欺负与受欺负	(161)
九、青少年的团伙	(162)
十、青少年的朋党	(165)
十一、青少年的友谊	(167)
十二、恋爱关系	(171)
第七章 心理性别	(174)
一、生物学因素的影响	(176)
二、社会的影响	(177)
三、认知的影响	(180)
四、心理性别的相似性和差异	(181)
五、性别角色	(183)
六、青少年早期与心理性别的深化	(185)
七、心理性别与自我认同	(187)
八、性别认同障碍	(188)
第八章 问题行为	(192)
一、青少年问题行为的特点	(195)
二、外化问题概说	(197)
三、攻击性行为	(203)
四、吸烟	(205)
五、酗酒	(207)
六、青少年犯罪	(209)
七、滥用药物	(211)

4 青少年心理发展

八、社会性退缩	(212)
九、焦虑	(214)
十、抑郁	(215)
十一、自杀	(217)
十二、外化及内化问题的并发性	(219)
第九章 行为遗传学	(222)
一、先天与教养关系的传统研究	(224)
二、行为遗传学的新设计	(226)
三、气质与养育方式	(228)
四、父母的真正影响	(230)
五、养育方式与其他影响的联系	(232)
六、智力	(236)
七、能力感与自我价值感	(237)
八、性别认同障碍	(239)
九、反社会行为	(242)
十、抑郁	(244)
参考文献	(246)

绪论：青少年期发展理论简介

- 一、青少年期发展的生物学观
- 二、青少年期发展的精神分析观
- 三、青少年期发展的心理社会观
- 四、青少年期发展的认知观
- 五、青少年期发展的生态观
- 六、青少年期发展的社会认知学习观
- 七、青少年期发展的人类学观

如何认识青少年期,可以选择的一个视角就是看看各种理论对青少年期的评说。综合起来看,这些理论可以包括生物学、病理学、心理学、生态学、社会学、社会心理学及人类学的观点,下面就介绍这些领域较有代表性、有影响的学者们的观点。

一、青少年期发展的生物学观

关于青少年期的生物学观点强调这一时期是一个生理及性成熟的时期,这期间个体身体上发生了很多重要的、成长方面的变化,包含身体的、性的、生理的变化,这些理论都会涉及这些变化的原因,也都会论及这些变化所带来的后果。

生物学观点也强调生物遗传因素是青少年期的任何行为及心理变化的主要起因。成长和行为是由内在的成熟所控制的,几乎没有留给环境产生影响的余地。发展的过程表现为一种差不多是必然

2 青少年心理发展

的、普遍的模式,与社会文化环境无关。按照某些理论家的观点,这些模式之所以形成,是进化及自然选择的结果。

被称为“青少年心理学之父”的斯坦利·霍尔(G. Stanley Hall, 1844~1924),是使用科学方法对青少年期进行研究的第一人。霍尔对查理·达尔文(Charles Darwin)的进化论很着迷,他相信“个体的发生复演了种系的发生”,也就是说,个体的成长和发展过程反映了或者类相比于其种系进化的历史。

根据霍尔的观点,青少年自己进入了一个“风雷激荡”(sturm and drang)的时期,青少年期本质上是动荡的。他相信青少年在荡着情绪的秋千,时而感到无聊,时而感到兴奋;今天无动于衷,明天又热情洋溢。霍尔认为,情绪极端之间的这种摇摆说不定会一直持续到20岁左右。而且,我们对此无能为力,因为这是由遗传决定的。

阿诺德·格赛尔(Arnold Gesell, 1880~1961)对发展和个性的行为表现很感兴趣。他对不同年龄段的儿童和青年的活动及行为进行了观察,建构了描述发展阶段和周期的模型。它认为成熟受到基因和生物学的调节,它们决定了行为特质的表现顺序和发展趋势。格赛尔断言,成长过程中出现的困难和异常情况会随着时间的推移而消失,所以建议父母不要使用情绪化的管教方法。

格赛尔强调,“加速发展绝不可能超越成熟”,因为成熟是最重要的。尽管格赛尔承认个体差异和环境对个体发展的影响,他却认为很多基本的原则、趋势及时间顺序在人类具有普遍性。格赛尔强调发展不仅是向上的,也是螺旋式的,其特征是起伏的变化,这样的变化在不同的年龄段会有循环。比如,11岁和15岁的青少年一般都具有反叛性、好斗嘴,而12岁和16岁就比较稳定。

二、青少年期发展的精神分析观

西格蒙德·弗洛伊德(1856~1939)是一位维也纳的医生,他对研究大脑及神经障碍的神经病学很感兴趣。他是精神分析理论的创始人,其女儿安娜·弗洛伊德(Anna Freud)把他的理论运用到了青少年身上。

西格蒙德·弗洛伊德认为青少年期是一个性兴奋、焦虑的时期，有时甚至出现人格障碍。按照他的看法，青春期是一系列变化的积累，它们注定要给婴儿期的性生活确立最终的正常的模式。在婴儿期，当快乐与口部活动联系在一起时（口唇期，oral stage），儿童性活动的目标在自己身体以外：母亲的乳房。渐渐地，儿童的快乐变成了自体性的，他们发现自己也能从其他的口部活动中获得快乐。比如，他们学会了自己吃东西。在两三岁，更多的关注和快乐集中在肛门活动和排泄上（肛门期，anal stage）。这之后儿童对自己身体的兴趣越来越大，也越来越有兴趣探究自己的性器官，这就是发展的生殖器阶段（phallic stage），年龄为四五岁。再往后的一个阶段弗洛伊德称之为潜伏期（latency stage），大约从6岁到青春期，这期间儿童的性兴趣并不强烈，他们的快乐源泉渐渐地从自我转向了他人。他们对与其他人、尤其是与同性别的人建立友谊更感兴趣。在青春期（生殖阶段，genital stage），随着外部及内部生殖器官的成熟，接踵而至的就是强烈的解决性紧张的愿望。这种解决要求有一个爱的对象。因此，弗洛伊德在理论上认为，青少年会吸引大量的能够解决其性紧张的异性。

弗洛伊德强调青少年期性目的的两种重要成分，并且男女有别的。一是身体肉欲的。在男性，这一目的包含了产生性产品的愿望，并伴有身体上的快乐感。在女性，身体满足和释放性紧张的愿望也是存在的，但是并没有性产品的排泄。第二个成分是精神的，它是情感成分，女性表现得更加突出。换言之，青少年既渴望情绪上的满足，也渴望身体的释放。这种感情需要在女性身上尤为重要，但是满足这种需要对所有青少年的性渴望来说都是重要的目标。弗洛伊德也强调，正常的性生活只有在情感和肉欲融合的时候才有保证，而这两者都是指向性对象和性目的的。

青少年期成熟过程中一个重要的部分就是儿童与父母情感纽带的松弛。在发展过程中，儿童的性冲动会指向自己的父母，儿子吸引母亲，女儿吸引父亲。弗洛伊德也论及青少年期的俄狄浦斯情形，这时候男孩会爱上母亲，渴望取代父亲（即，他形成了“俄狄浦斯情结”，Oedipus complex），而女儿则可能会爱上父亲，并渴望取代母亲（即，

她形成了“厄勒克特拉情结”(Electra complex)。然而,自然形成的和社会强加的对乱伦的阻碍限制了这种性欲的表现,所以,青少年就试图放松与家庭的联系。在他们克服并排斥乱伦幻想的时候,青少年也在实现“青春期最痛苦的、心理上的完成——脱离父母的权威”。这是通过撤回对父母的感情,并把它转向同伴而实现的。这种情绪上的损失被称为“分离之恸”。

安娜·弗洛伊德(Anna Freud, 1895~1982)比自己的父亲更加关注青少年期。她认为,青少年期的典型特征是充满内在冲突、心理失衡、行为乖僻。一方面,青少年是自我中心的,认为自己是人们感兴趣的惟一对象,是宇宙的中心。但是,另一方面,他们又能做出自我牺牲和奉献。他们会建立充满激情的恋爱关系,转瞬之间又会断绝这种关系。他们有时候渴望完全融入社会,参与团体,有时候又渴望独处。他们彷徨于对权威的盲目服从和反叛之间。他们自私,满脑子想着物质享受,但是他们又充满了崇高的理想主义。他们禁欲又放纵,他们不体谅他人,对自己又暴躁易怒。他们摇摆于乐观主义与悲观主义之间,摇摆于不知疲倦的激情与懒散冷漠之间。

这种冲突行为的原因是青春期伴随性成熟而出现的心理失衡与内在冲突。在青春期,最明显的变化是本能驱力的增加。部分原因是由于性成熟,以及随之而来的对性器官的兴趣、性冲动的增长。但是,青春期本能冲动的突然爆发也有其生理基础,而不是仅仅局限于性生活。

按照快乐原则,满足愿望的冲动,即“本我”(id),在青少年期增加了。这些本能冲动向个体的“自我”(ego)和“超我”(superego)提出了直接的挑战。安娜·弗洛伊德认为,自我是旨在保护心理机能的那些心理过程的总和。自我是个体的评价能力和推理能力。超我指的是自我理想,是对同性父母社会价值观的吸纳而衍生的良心。因此,在青少年期本能重新获得的活力直接对个体的推理能力和良心提出了挑战。在潜伏期,这些心理力量之间小心翼翼取得的平衡,随着本我与超我之间公开宣战而丧失。

除非这种本我—自我—超我冲突在青少年期得以解决,否则其后果对个体而言在情绪上是破坏性的。安娜·弗洛伊德讨论了自我

是如何不加偏袒地使用各种防御方法(按心理学的术语讲,就是“防御机制”)来赢得这场战斗的。自我会压抑、替代、否认、反转本能,使它们转而针对自身,这会通过强迫思维和强迫行为而导致恐惧症、癔症,引发焦虑。按照安娜·弗洛伊德的看法,青少年期的禁欲主义和理性主义是所有本能欲望的不当表现。青少年期神经症及抑制的增加,反映了自我和超我获得了一定的成功,但这使个体自己付出了代价。然而,安娜·弗洛伊德确实相信,本我、自我及超我的和谐是可能的,并且在大多数正常的青少年身上最终会如此。如果在潜伏期超我得以充分发展——但不要过分压抑本能以免引起极端的内疚和焦虑,如果自我足够强大并足够聪明,那么这种平衡是可以获得的。

三、青少年期发展的心理社会观

艾里克·埃里克森(Eric Erikson,1902~1994)修正了西格蒙德·弗洛伊德的心理性发展理论,这是整合现代社会心理学和人类学研究发现的结果。他描述了人类发展的八个阶段,在每一个阶段,个体都有一项心理社会性任务要完成。直面每一项任务都会产生冲突,且伴有两种可能的结果。如果冲突得以解决,一种积极的品质就会在个性内置根,更进一步的发展就会开始。如果冲突持续下去,或者没有得到完满地解决,自我就会受到损害,因为它整合了一种消极的品质。

根据埃里克森的看法,在个体从一个阶段向下一个阶段发展时,其总体的任务就是要获得一种“积极的自我认同”(positive ego identity)。自我认同的完成既不是始于青少年期,也不是止于青少年期。它是终生的过程,只不过人们往往没有意识到。埃里克森强调,青少年期是一个标准的危机,是冲突不断增长的正常阶段,其特征是自我力量的波动。不断尝试实验的个体成了一种自我认同意识的受害者,这种意识是青年自我意识的基础。在这一时期,个体必须建立起一种个人自我认同感,避免角色扩散和自我认同扩散的危险。要建立自我认同,就要求个体努力评估自己拥有什么、欠缺什么,努力学习如何利用这些条件去形成更为清晰的概念,明白人应该是什么样

的、应该变成什么样的。积极进行自我认同探索的青少年更可能证明一种个性模式：自我怀疑、混淆、思维混乱、冲动、与父母和权威人物发生冲突、自我力量减弱、身体症状增加。

埃里克森理论中关于青少年期的一个令人感兴趣的概念是“心理社会性延迟”，这是儿童期与成人期之间受到社会调节的时期，这期间个体通过自由的角色尝试可能会在社会中找到一个适当的位置。青少年期成了一个分析和尝试五花八门的角色的时期，而他们又不必为任何一个角色负责任。但是，在青少年期快结束的时候，青少年如果还没有建立起自我认同，那么他们就会因为角色扩散而深受困扰。在自我认同探索中遭到失败的青少年将会遇到自我怀疑、角色扩散、角色混淆，这样的人可能会沉溺于自我破坏的、片面的事物或者活动。他们可能会过分关注他人的意见。他们可能会退缩，或者去吸毒、酗酒，以释放由于角色扩散引起的焦虑。自我扩散与个性混淆可见于经常犯罪的人，以及精神病个性紊乱中。

罗伯特·海威格斯特(Robert Havighurst, 1900~1991)提出了青少年期主要的发展任务。他的发展任务理论是一个折衷的理论，综合了之前人们提出的各种概念。它获得了广泛的接受，在讨论青少年的发展与教育时被认为是非常有用的。海威格斯特综合考虑个体的需要与社会要求，试图提出一种关于青少年期的心理社会性理论。个体所需要的及社会所要求的，就构成了“发展任务”。它们是个体在人生的某些阶段必须通过身体成熟、社会期望及个人努力来获得的一些技能、知识、态度。在发展的每一个阶段掌握这些任务就会导致适应，并为以后更为困难的任务做好准备。青少年期任务的完成带来的是成熟，否则导致的是焦虑、社会责难、无法履行成熟个体的功能。

按照海威格斯特的看法，教授每一项任务都有一个最佳时机。某些任务是生物学变化带来的，有些则是社会期望赋予特定年龄的个体的，或者是由个体在某一时刻做某件事时的动机引起的。而且，发展任务是有文化差异的，它有赖于生物学因素、心理因素、文化因素在决定这些任务时的相对重要性。青少年在自己生活中的不同时刻面对着不同的任务。并且，在不同的文化中，要求和机会都是不同

的,以至于每一种文化所界定的成功、所要求的能力都是不同的。海威格斯特提出青少年期有八项主要的任务:接受自己的体格,并善用之;与同性及异性建立新的更为成熟的关系;获得男性化或女性化的社会性别角色;从父母及其他成人那里获得情绪情感的独立;为一份挣钱的职业做准备;为婚姻和家庭生活做准备;渴望并获得有社会责任感的行为;获得一系列价值观和某种道德系统作为行为指南——发展一种意识形态。

科特·勒温(Kurt Lewin, 1890~1947)关于青少年发展的理论,即场论(Field Theory),解释和描述了青少年个体在特定情景中的行为。勒温的核心概念是“行为(B)是个体(P)与其环境(E)的函数(f)”。要理解某个青少年的行为,就必须把他的个性和环境作为相互依存的因素。环境及个人因素的总和被称为“生活空间”(life space, LSp),或者“心理空间”。行为是生活空间的函数, $B = f(LSp)$,这包括了物理环境的、社会的、心理的因素,比如需要、动机、目标,所有这些都会影响行为。勒温的场论整合了行为中的生物学因素和环境因素,而不管谁的影响更大。

在勒温看来,青少年期是一个过渡期,这期间发生的是儿童期向成人期转化过程中团体成员资格的改变。青少年既属于儿童团体,也属于成人团体。父母、教师、社会都反映了这种团体地位界定不明的情形,并且在他们一会儿像儿童一样对待青少年,一会儿又像成人一样对待青少年的时候,其含糊不清的感受就变得更加明显了。因为某些幼稚的行为已经是难以令人接受了,所以困难也就出来了。同时,某些成人性质的行为又是被禁止的,或者,即使得到允许,对青少年而言也是新鲜而陌生的。青少年处于一种“社会移动”状态,他们要进入一个非结构化的社会心理场。目标不再明确,前方的道路也混沌不清、充满迷茫——青少年可能会开始怀疑是否能够实现预期的目标。

这种“认知结构的缺乏”有助于解释青少年行为中的不确定性。勒温指出青少年是“边缘人”(marginal man)。作为一个边缘人就意味着青少年想要回避成年人的责任时,言行举止往往就像是一个儿童;另一些时候,他们又像是成年人,并且提出成年人权利的要求。