

高等学校通识课程系列教材

青年心理概论

张进辅摇主编

高等教育出版社

内容提要

摇摇本书为高等学校通识课程系列教材之一。

本书从当前大学生的心理教育、心理咨询和心理素质培养等方面的实际需求出发,全面介绍了适合大学生接受的青年心理学知识。内容涉及青年心理学的研究对象、任务和方法,青年的社会化,青年的性心理,青年的需要和动机,青年的自我意识,青年的情绪,青年的学习与创造,青年的价值观,青年的道德,青年的气质与性格,青年的恋爱婚姻心理,青年的职业心理,青年的兴趣,青年的人际关系,青年的心理保健,青年的心理评定等方面,从而帮助大学生形成完善、高效的学习能力和较强的心理适应能力,促进其综合素质的发展和完善,使其更好地迎接新时代的挑战。

本书适合高校开设跨专业的通识课程使用,也可作为大学生自我教育的读本。

摇图书在版编目 (悦孕)数据

青年心理概论 轺进辅主编 北京:高等教育出版

社 團 經 源 近

搖陽昇苑原源原源源源源源

摇 I 撬...摇 II 撬...摇 III 撬 年心理学 原高等学校 原

教材揺Ⅳ援月愿源園

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (95) 第 00100 号

策划编辑摇徐摇挥摇责任编辑摇迟宝东摇封面设计摇王摇睢摇责任绘图摇郝摇林
版式设计摇王摇莹摇责任校对摇金摇辉摇朱惠芳摇责任印制摇

出版发行 高等教育出版社 购书热线 010-58581000

社摇摇址摇摇北京市西城区德外大街 源号

免费咨询摇愿园原愿园原愿园

邮政编码 430000

网摇摇址摇漂表:轱轳曾曾爱藻葑葑怎援酹

总摇摇机摇摇园园原惠惠惠惠惠

漢表：轅轅曾曾爰爰詩爰爰爰爰

经摇摇销摇摇新华书店北京发行所

排摇摇版摇高等教育出版社照排中心

印摇摇刷摇摇

开摇摇本摇摇苑伊怨国摇摇员最元

版摇摇次摇摇年摇摇月第 员版

印摇摇张摇摇

印摇摇次摇摇年摇月第摇次印刷

字摇摇数摇摇猿园园园

定摇摇价摇摇圆原豫元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

目摇摇录

第一章摇绪论	员	摇第一节摇价值观概述	员缘
摇第一节摇青年心理学的对象与任务	员	摇第二节摇青年价值观的形成与发展	员怨
摇第二节摇青年期的性质与特征	缘	摇第三节摇青年价值观的特点与引导	员猿
摇第三节摇青年心理学研究方法	员圆	第九章摇青年的道德	员员
第二章摇青年的社会化	圆猿	摇第一节摇青年道德概述	员员
摇第一节摇社会化概述	圆猿	摇第二节摇青年道德发展的特点	员远
摇第二节摇青年社会化的影响因素	圆苑	摇第三节摇青年道德发展的成因与引导	员圆
摇第三节摇青年的发展课题	猿	第十章摇青年的气质和性格	员愿
第三章摇青年的性心理	源	摇第一节摇气质和性格概述	员愿
摇第一节摇青年性心理的发展	源	摇第二节摇青年气质的特点	员源
摇第二节摇青年性心理的表现与性行为	缘	摇第三节摇青年性格的特点	员猿
摇第三节摇青年性心理问题与调节	缘	第十一章摇青年的恋爱和婚姻	圆猿
第四章摇青年的自我意识	圆	摇第一节摇青年恋爱和婚姻概述	圆源
摇第一节摇青年自我意识概述	圆	摇第二节摇青年的恋爱心理	圆愿
摇第二节摇青年自我意识的特点	猿	摇第三节摇青年的婚姻心理	圆苑
摇第三节摇青年自我意识的问题及其调适	苑	摇第四节摇青年婚恋中的一些问题	圆圆
第五章摇青年的智力	愿	第十二章摇青年的职业心理	圆
摇第一节摇青年智力发展概述	愿	摇第一节摇青年职业心理概述	圆
摇第二节摇青年智力发展的特点	怨	摇第二节摇青年职业心理的发展	圆远
摇第三节摇青年智力的开发	怨	摇第三节摇现代青年职业心理的特点	圆缘
第六章摇青年的情绪	员缘	第十三章摇青年的人际关系	圆
摇第一节摇青年情绪概述	员缘	摇第一节摇青年人际关系概述	圆
摇第二节摇青年情绪的特点	员愿	摇第二节摇青年人际关系的特征	圆远
摇第三节摇青年情绪的调控与培养	员员	摇第三节摇青年人际关系的促进与调节	圆源
第七章摇青年的需要与动机	员苑	第十四章摇青年的心理异常	圆
摇第一节摇需要和动机概述	员苑	摇第一节摇青年心理异常概述	圆
摇第二节摇青年需要的特点	员源		
摇第三节摇青年动机的特点	员怨		
第八章摇青年的价值观	员源		

摇第二节摇常见的青年心理异常	園緣	主要参考文献	園苑
摇第三节摇青年的社会问题与矫正	園苑	后记	猿猿

策划人导语

摇摇由西南师范大学心理学院教授张进辅主编的《青年心理概论》,是高等学校通识课程系列教材中的一种。青春期的心理健康和行为适应问题,是目前高等学校校园中最受关注的问题之一。

几十年来,我们的基础教育过多地向应试课程倾斜,我们的高等教育专业设置狭窄,课程内容陈旧。这些留下了一些深层次的问题。我们的大学生的生存智慧不高、心理问题较多、适应能力偏差——硕士研究生毕业的女生,要拉着母亲的衣角才敢走进面试的房间,在 15 分钟的面试中,说不出几句完整的话。面对这个极端的例子,我们的教育工作者又作何感想呢?

一个大学生,也许有较强的英语能力,有较高的计算机水平,有较深厚的专业基础知识,但是不知道该如何做人,不善于谋事,不能很好地处理人际关系,不善于调节自己的情绪,缺少起码的挫折耐受力,这能算是一个合格的大学生吗?

目前各种类型的高等学校中,开设大学生心理健康、心理咨询、就业指导类的课程和讲座很多。但是,普遍存在的问题是:内容芜杂,讲授随意,学理基础不足,水平参差不齐。所以,我们约请国内的一些专家,编写了一批为正规课程使用的教材,希望能为各高等学校开设跨系、跨专业的通识课程使用。

高等教育出版社高等文科分社

首席策划摇摇徐挥

2004 年 1 月 1 日

第一章摇绪摇摇论

案 例 摇

摇摇我不会拒绝长大。我们对未来充满了渴望和向往。成人的世界对于我们来说有一种神秘感,这种神秘感的风帆带动着我向理想的方向起航。也许,成人以后会面对很多的压力,会遭受风雨的袭击,困难之大也许预料不到,但这也正是前进的动力,这种动力是任何东西都无法替代的,动力远远地要大于压力,鞭策我奋勇向前。(一高三学生语)

圆岁了,成人了,便要有独立生活的意识,凡事不能全部依靠父母帮忙解决问题,毕竟未来是要靠自己去打拼的,总是在大人的庇护下,那就永远长不大。新的世纪,充满生机、充满活力、充满竞争、也充满机遇,关键是要靠双手去打造一片属于自己的天地,没有人能给你许诺未来。理想不应该是随便说说的!有理想,就要定下奋斗的目标,就要为之努力奋斗!(一大三学生语)

青年期是人生的一个重要发展阶段,是完成生理、心理和社会性成熟的时期。青年期的突出特点表现为过渡性、闭锁性、独立性、发展性、动荡性、继承性、探索性、创造性和社会性。青年们正充满希望地向往着未来,迎着风浪阔步迈向未来。

青年心理学是发展心理学的一个主要分支学科,它研究的是人在青年期所具有的一般的、典型的、本质的心理现象、特征及其活动与发展的规律。随着社会的发展和科学的进步,青年的地位和作用越来越重要,对青年心理的研究也越来越重要。哪里有青年,哪里就需要青年心理学。

第一节摇青年心理学的对象与任务

一、青年心理学的研究对象

青年心理学(又称青年心理学)是研究青年期心理特点及其发展规律的科学。因而其研究对象包含研究的特定群体和研究内容两个方面。

就研究的特定群体而言,青年心理学的研究对象是处在人生发展过程中一个阶段的青年期的人。这个时期的人与青年期之前的各个时期以及青年期之后

的成年期有很大的不同,有其自身的显著特点。这是青年心理学将青年期的人与人生发展的其他时期分别开来并将其作为一个独立的领域进行研究的原因。摇摇摇

就研究的内容范围而言,青年心理学的研究对象是人在青年期这一特定发展时期的心理特点及其发展规律。其内容范围十分广泛,包括青年期的个体发展与群体发展;心理活动的生理机制与心理机制;共同的心理过程与个性心理特征;内在的身心发展与外在的社会性发展;心理发展的特征、水平、趋势与影响其发展的因素;正常的心理发展与异常的心理表现等等。例如,青年心理学的具体内容常常包括青年的生理发展;社会化历程;需要与动机特点;价值观形成;认知发展;情绪和意志表现;人格形成;自我意识与同一性的发展;性心理的发展;恋爱婚姻的过程;兴趣爱好特点;职业心理;青年与社会文化、学校、家庭、同伴的关系;异常心理的表现等等。这些内容涉及青年生理的、心理的和社会性的各个方面的发展、特征、水平、趋势和成因。

青年心理学与其他相邻学科也有着密切的联系。首先,青年心理学虽以青年期为研究对象,但只有将青年期与其他时期结合起来研究,才能准确地探明青年期心理的特征与全貌,从而把握青年心理的实质及规律。因而,青年心理学作为发展心理学的重要分支,与婴幼儿心理学、儿童心理学、成年心理学的联系十分紧密。其次,青年心理学虽以青年期的心理特点及其发展规律为研究对象,但青年期心理的发展并不是孤立存在的,它是多种因素交互作用的结果。青年期的心理发展是生理与心理的交互作用、自然与社会的交互作用、个体与群体的交互作用和天性与教养的交互作用的综合反映。因而,青年心理学不仅与普通心理学、认知心理学、生理心理学、社会心理学、教育心理学、人格心理学、情绪心理学等心理学分支学科联系十分紧密,而且与教育学、社会学、生物学、伦理学、犯罪学等邻近的学科都有十分紧密的联系。青年心理学不仅可以汲取相关学科的研究成果,从而丰富自己的研究内容,而且可以为相关学科提供可靠的参考资料。

二、青年心理学的发展

作为一门学科,青年心理学产生于19世纪末20世纪初。美国心理学家霍尔(1878-1942)于1906年发表的两卷本名著《青年期: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》(The Adolescence: Its Psychology and Its Relations to Physiology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion, and Education)标志着青年心理学的诞生,霍尔也因此被称为“青年心理学之父”。此后,美国有关青年心理的研究得到较快的发展,较有代表性的著作有:霍林沃斯(Hollingshead, 1880-1959)的《青年心理》(Adolescence, 1924),奥苏贝尔(Osgood, 1907-1955)的《青年

发展的理论和问题》(员缘原) 格塞尔 (员缘造粤援) 等的《青少年:从员园岁到员远岁》(员缘元) 缪斯 (员缘译砸援) 的《青年期的理论》(员缘圆) 等。第一次世界大战之后,德国的青年心理研究兴盛起来,相继出现了一些有影响的青年心理学著作,如彪勒 (员缘造粤援) 的《青年的精神生活》(员缘圆),斯普兰格 (员缘造粤援) 的《青年的心理》(员缘圆),彪勒 (员缘造粤援) 的《儿童期与青年期》(员缘圆) 等。日本的青年心理研究起源于对欧美研究的介绍和模仿。第二次世界大战之后,日本逐步发展了自己的青年心理学,较有代表的是桂广介的《青年心理学》(员缘圆),牛岛义友的《青年心理学》(员缘圆) 等。依田新主编的七卷本《现代青年心理学讲座》(员缘猿) 则标志日本青年心理学已形成了自己的完整体系。苏联的青年心理研究始于员世纪猿年代,缘年代以后得到迅速发展,其特点是始终与教育心理学联系在一起。最具影响的有:粤援月援彼得罗夫斯基 (粤援月援Петровский) 主编的《年龄与教育心理学》(员缘猿),科恩 (И援援Кон) 的《青年心理学》(员缘猿) 等。

专栏 员原员

霍尔的种族复演论

霍尔 (员缘原—员缘原) 于员缘原年发表的两卷本经典著作《青年期》,标志着科学地研究青年期的开始。霍尔将达尔文的生物学的进化 (员缘造粤援) 概念扩展为心理学的复演论 (员缘造粤援是猿造粤援) 概念 (员缘造粤援是猿造粤援)。他认为,个体的发展复演了种族的进化过程,即个体发展的各个阶段相应地重复着人类进化的各个阶段。个体从婴幼儿、童年、少年到青年的发展就是重演着人类经过动物到原始人,由蒙昧时代到文明时代的发展过程。个体发展是人类种族发展在时间上的压缩,在形式上的复演。个体的婴幼儿期复演着动物时代,童年时期复演着原始人的狩猎时代,少年期复演着人类的蒙昧时代末期和文明时代初期,青年期则复演着人类的浪漫主义时代。霍尔的主要观点是生理因素通过遗传而决定性地控制和引导个体的发展和成长。个体成熟后,其行为不可避免地随遗传物质记载的方式而改变。这种成熟的影响在任何一种环境和社会文化背景中都存在。

霍尔认为,青年期是一个“疾风怒涛” (英文:“员缘造粤援 猿造粤援”; 德文:“员缘造粤援 猿造粤援”) 的时期,这时的特点是动摇、起伏,出现一些非常显著的互相对立的冲动。“员缘造粤援 猿造粤援”本来是指员世纪末期德国出现的一次以充满理想主义,信奉一种目标,革新旧事物,表达个人情感、激情为标志的文学运动,其代表人物如席勒 (员缘造粤援) 和歌德 (员缘造粤援) 等。霍尔在

20 世纪的这些人所信奉的目标与青年的特征之间看到了类似点。按照复演论的观点,青年期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,此时更高级、更完善的人的特征产生了,个体获得了“个性”,变得更加“人类化”、“文明化”。

到了青年晚期,个体复演着现代文明时代的开始阶段。这个阶段青年的发育过程结束,到达成熟。霍尔的遗传心理学并不把人看成是发展过程的最后产物,其发展可以是模糊的。

霍尔的“复演论”由于只限于思维而缺乏实证的根据。但是,霍尔的《青年期》运用敏锐的洞察力从不同角度阐述了青年心理发展的本质、特点和规律,是世界上第一部,也是最有影响力的青年心理学著作。正是霍尔在过去的哲学的思维的研究与现代的科学的、实证的研究之间架起了桥梁。霍尔广泛地、大规模地使用问卷法进行青年心理研究,至今仍对青年心理研究产生着重要影响。

中国有关青年心理的研究,建国以前基本上是介绍西方的研究成果。20 世纪 30 年代开始,陆续出版了由中国心理学家编撰或翻译的青年心理学著作。其中编撰的著作有:沈履的《青年心理学》(1934),姬振铎的《青年期心理研究》(1934),朱智贤的《青年心理》(1935),丁瓚的《青年心理修养》(1935)等。这些著作引述的文献资料多以国外特别是美国的研究资料为主,国内的研究基本上属于空白。

建国以后,20 世纪 50 年代主要介绍苏联的一些研究成果。1954 年朱智贤著的《儿童心理学》中,用两个专章分别论述“少年期学生心理的发展”和“青年初期学生心理的发展”。这是建国后首次在心理学专著中论述青年心理问题,反映了当时国内青年心理研究的水平。

从 20 世纪 50 年代末、60 年代初开始,国内青年心理学研究进入空前活跃的时期。1956 年张增杰在西南师范学院首次为大学生开设“青年心理学”课程,1956 年出版了朱智贤主编的《青少年心理的发展》,1956 年出版了林崇德著的《中学生心理学》和王极盛著的《青年心理学》。其后,张增杰著的《论大学生心理》(1956)、祝蓓里编著的《青年期心理学》(1956)、王淑兰和杨永明编著的《青年心理学概论》(1956)、黄希庭和徐凤姝主编的《大学生心理学》(1956)、吴凤岗著的《青少年心理学》(1956)、张日□著的《青年心理学》(1956)、张进辅主编的《现代青年心理学》(1956)也相继问世。

中国心理学家们强调青年心理学研究的中国化,主张组织各方面人才,采取多种方法,融合多学科的知识,结合中国实际,建立能为社会实践服务的青年心理学理论体系。中国心理学家在青年心理学领域理论上与实践上的辛勤工作和所取得的丰硕成果,为建立中国特色的系统化、体系化和现代化的青年心理学奠

定了坚实的基础。

三、青年心理学的任务

青年是国家的未来,他们联系着国家和民族的命运,其成长直接影响到整个社会的风貌,也影响到国家和民族的发展。研究青年涉及许多学科,而青年心理学在其中占有重要地位。研究青年的心理特点和发展规律,不仅具有重要的理论方面的任务,也具有重要的实践方面的任务。

(一) 青年心理学的理论任务

青年心理学的理论任务主要是揭露青年期心理现象的本质及其发生发展的规律。例如,青年期究竟是不是一个动荡不安的危险期?青年期有没有一个建立自我同一性的过程?其表现何在?何时完成?青年的社会化课题是什么?其完成历程有何规律?青年怎样才算社会成熟?其标准又是什么?诸如此类问题,都必须经过科学客观的研究才能得出正确的结论。通过广泛深入的研究,逐步形成比较完善、丰富、系统的青年心理学理论体系,是青年心理学的重要任务。

(二) 青年心理学的实践任务

研究青年心理学的目的最终是为了运用青年心理学的知识更好地为培养和教育青年服务。青年心理学对于青年的教育和成长的作用日益明显,应用范围也在不断扩展。首先,社会通过成人对青年进行培养和教育,只有在教育的目标、内容和方法上符合青年心理发展的规律和特点,才会有显著成效。青年心理学揭示青年心理发展的客观规律,可以为青年教育提供可靠的科学依据。其次,青年通过学习青年心理学的知识,有助于他们更好地按科学规律进行自我修养和心理素质的培养,形成良好的自我调控、自我教育能力,促进身心健康发展。

第二节 青春期的性质与特征

一、青春期的含义

青年心理学既然是研究青年期心理特点及其发展规律的科学,那么,什么是青年期?青年期何时开始?持续时间多长?经历几个阶段?转变的动力是什么?这些问题就是研究青年心理的出发点,但不同的社会、不同的历史时期、不同的学者的解释常常不尽一致。

“青年期”(青春发育期)这个词,导源于拉丁文“*juventutem*”,原意为“生长”或“达到成熟”之意。而作为这个时期的开始阶段的“青春期”(青春发育期),来自拉丁文“*adulescentia*”,表示“成熟年龄”或“具有生殖”之意。因而,“青年期”这个术语最初是与生理成熟联系在一起的。古希腊、罗马和中世纪的作家常把青年同

体力强健、英姿焕发相联系,同时也把青年与行为不端、头脑幼稚相联系。20世纪的心理学家常把青年期称为唤起情感的内心危机期,认为它是一个充满激情的幻想时代,这样就加进了心理方面的因素。美国人类学家和民族志学家米德(马林诺夫斯基)1906年对居住在萨摩亚岛的未开化民族的调查表明,那里看不到文明社会的那种青年期现象,因而认为所谓青年期是成人所期待的行为方式和儿童所期待的行为方式之间的鸿沟所造成的一种社会现象。米德从生物学成熟的观点加上社会的和文化的成熟来评价青年期,是青年研究的一个重大的转折。美国的心理学家奥苏贝尔(奥苏伯尔)称青年期是“在生物性和社会性的成熟方面,由儿童向成人的过渡期”。日本心理学家关忠文认为:“人的一生,是人的生理、心理在社会生活实践的过程中发育、成熟、然后衰退的过程。人的身体和智力发展的高峰阶段,就是青年期。”另一位日本心理学家荫山庄司认为,应从两点来考察青年期的基本意义:青年期是必然面临性成熟的时期,青年期是准备步入成人行列的时期。苏联青年心理学家科恩指出,青年期是完成一个人的生理成熟的时期,是自我意识蓬勃发展、形成世界观、选择职业和开始参加成年人生活的时期。我国心理学家朱智贤认为,青年期是个体身心发展的成熟期,是走向独立生活的时期,是一个人开始独立决定自己生活道路的时期。很明显,近几十年来青年心理学者多倾向于从生理、心理和社会三种因素综合地理解青年期。

在我国古代,与青年一词相对应的有“后生”或“少年”,如孔子说“后生可畏,焉知来者不如今也”、“少年之时,血气未定,戒之在色”。李白诗中有“宣父犹知畏后生,丈夫不可轻少年”。岳飞词中有“莫等闲,白了少年头,空悲切”。直至清末,梁启超在《少年中国说》中,仍是沿用少年这个词泛指人生的成长时期:“完全成立者,壮年之事也。未能完全成立而渐进于完全成立者,少年之事也”。“青年”一词较早出现于唐宋诗文中,如唐代段成式诗:“皎洁玉颜胜白雪,况乃青年对芳目”;宋代陈亮文:“亮青年立志,白首奋身,敢不益励初心,期在重温旧业”。但当时此词使用尚不普及。到20世纪,随着新文化运动的兴起,特别是1915年《青年杂志》(后改为《新青年》)的出版,青年一词便为人们广泛使用。如李大钊曾赞扬青年说:“青年之字典,无‘困难’之字,青年之口头,无‘障碍’之语,惟知跃进,惟知雄飞,惟知本其自由之精神,奇僻之思想,敏锐之直觉,活泼之生命,以创造环境,征服历史。”

二、青年期的划分

研究青年心理必然要对青年期的时限进行划分,但由于不同青年群体所处社会条件、文化和时代的不同,学者们研究的目标不同,其划分标准也就不一致。有的根据生理特点划分;有的根据心理变化划分;有的则根据社会、文化制度,特

别是学校制度划分。因而对青年期年龄划分的上限和下限存在一些差异。

最早划分青年期的是被誉为青年心理学之父的霍尔。而在他之前人们并未把青年期作为人的发展的一个单独的时期。霍尔在其名著《青年期》中,把青年期确定为 12 岁至 18 岁。尔后,主要存在三种划分方法:

以身体发育为主要划分指标。如我国《辞海》主要从生理发育角度解释青年,认为这一时期是“少年过渡到成人的阶段。肌肉发达、骨化逐渐完成,心血管系统发育尤快,各种活动能力(灵敏、精确、耐力)得到发展,体力增强,活动范围扩大。”并把起迄年龄定为 12 岁至 18 岁。用这种方法划分相对较为容易。20 世纪以来,青年的生理发育普遍地愈来愈提前,出现所谓“发育加速现象”(非普遍现象),据此,人们在确定青年期的开始年龄时也出现逐步提前的情况。

以心理构造的变化和特定的心理机能的发展为重点作为划分指标。德国心理学家施普兰格(古斯塔夫·威廉·施普兰格)把人的精神生活的形成作为年龄分期的基础,他把青年期的起迄年龄定为男性 12 岁至 18 岁,女性 12 岁至 16 岁。苏联心理学家包若维奇(Божович Л. И.)将学龄晚期(12 岁至 18 岁)定为青年期,他的主要根据是个人动机系统的发展,高年级学生确定自己的生活地位和内在的态度,形成世界观及其对认识活动、自我意识和道德意识的影响。由于青年期是脱离儿童期的稳定世界之后和进入成人期的稳定的精神结构之前的不稳定时期,用这种方法划分比较困难。

以个体社会化的一定阶段来划分。个人发展是从遗传的有机体逐渐转化为社会的人,人生发展的不同时期,社会化的要求不一样。由于学校制度最明显体现了个体社会化的阶段界限,因而不少心理学家便以学校制度作为划分标准。我国心理学家朱智贤在其《儿童心理学》中,把 12 岁至 15 岁定为少年期,又称学龄中期;15 岁至 17 岁定为青年初期,又称学龄晚期;17 岁至 18 岁定为青年晚期。后来国内许多心理学、教育学著作也都采用这一划分标准。

在划分青年期时限的方法上,应将上述三种指标加以综合考虑。但由于生理成熟、心理成熟以及社会化阶段并不是平行发展的,特别是现代青年出现了“发育加速现象”和“社会成熟后延现象”,拉大了青年期的全距,因而增加了统一划分的困难。目前,许多心理学家倾向于以身体、生理标准,即以第二性征等生理变化的开始作为青年期的下限,以社会、文化即以教育结束、开始就业、心理稳定来确定青年期的上限。

如果考虑生理因素、心理因素以及我国青年心理研究的实际情况,那么,在青年心理学研究中,宜将青年期的全距定为 12 岁至 18 岁。整个青年期又可以分为青年早期(12 岁至 15 岁)、青年中期(15 岁至 17 岁)和青年晚期(17 岁至 18 岁)。青年早期大致与青春发育期相对应,青年

中期主要是接受高中教育和中、高等职业、专业教育,青年晚期在生理、心理及社会方面趋于成熟,陆续开始职业生活和婚姻生活,并逐渐进入成年期。

但必须明确,以年龄划分青年期的时限和阶段,是从普遍意义上大致划分的。由于划分青年期的依据包括生理、心理和社会因素三个方面,它们与年龄的增长并不一定完全吻合,而且不同时代、不同地区、不同民族和不同个人在青年期的具体时限和发展速率上也存在着差异,因而确切地讲,将年龄作为界定青年期时限的指标并不完全令人满意。然而,除了年龄以外又难以找到其他能更准确地标示每个人的青年期时限的替代物。所以,我们必须懂得以年龄划分青年期时限的相对性,在研究青年心理时要综合考虑确定青年期的各种因素,而不致过多地受具体年龄的限制。

整个青年期是完成生理、心理和社会性成熟的阶段,它始于性成熟而结束于成年的来临。只有综合考虑生理、心理和社会三种因素,才能比较客观地划分青年期的全距,并进而比较准确地研究和概括青年心理发展的特点。

三、青年期的基本特征

青年在生理、心理和社会诸方面的发展,总体上表现为过渡性、闭锁性、独立性、发展性、动荡性、继承性、探索性、创造性和社会性等特征。

(一) 过渡性

青年期是个体从不成熟的儿童期向成熟的成年期过渡的阶段。其生理、心理和社会性几方面都表现出过渡性的特点。由于青年期的过渡性特征,加上青年期的跨度较大,变化迅速,因而难以将整个青年期作为单一发展阶段来理解。这个时期的首尾两端与儿童期和成年期有或多或少的重叠,即青年早期在某些方面带有儿童期的特点,而青年晚期又在某些方面具备了成年期的特点,这种过渡性常常会使青年处于幼稚性与成熟性、依赖性 with 独立性、情绪性与理智性、盲目性与自觉性、理想性与现实性的矛盾之中。

勒温(Levin, 1908-1947)认为,青年期是由儿童的“心理场”向成人的“心理场”过渡的时期,青年便是介于儿童和成人之间的“边缘人”(Marginal Man)。

(二) 闭锁性

闭锁性是指个体进入青年期以后,内心世界逐渐复杂,开始不轻易将内心活动表露出来的特征。这个特征在青年早期最为明显。青年智力活动的“内化”程度和抽象水平日益提高,是其闭锁性在认识能力方面的基础。青年生理上的变化会引起情感上的变化,这些变化一般不会流露,即使引起情感上的波动,由于这个时期意志力的发展,往往也能被控制而不表现出来,这是闭锁性在情感与意志方面的基础。此外,如果成人不能正确地对待他们,就更易造成青年在某一段时期心理上的闭锁性。闭锁性常导致青年与父母、教师及有关的其他成人之

间在心理上产生距离,因而产生孤独感。当然这种闭锁性不是绝对的,青年常常处于闭锁性与强烈交往需要的矛盾之中。青年对同龄、同性别的伙伴,特别是“知己”朋友,就比较愿意暴露真挚的思想与感情。此外,青年比起成年人尚显纯真、直率,有时甚至锋芒毕露,又表现了开放性的一面。

(三) 独立性

进入青年期以后,由于生理的急剧变化,诸如身高体重的增长,第二性征的明显以及性成熟,使得青年成人感和独立意识急剧增强。极力要求成人和社会把他们当作成人看待,强烈要求独立自主。卢梭(1712-1778)和斯普兰格(1882-1945)都曾将青年期这种现象称为“第二次诞生”(1897)。意即青年通过发现自我,产生对生活的设想,扩大自己的生活领域,从而进入一个崭新的时期。霍林沃斯则将这一现象称为“心理性断乳”(1906),亦称“第二次断乳”。意即青年开始要求从儿童时代那种被父母保护、监督、依赖的关系中摆脱出来,自己决定自己的行动,并在家庭中要求获得平等和独立的地位。

一般而言,青年早期和中期最容易产生对父母的反抗情绪。一些研究表明,15-18岁青年的这种反抗尤为激烈。但这种反抗并不意味着敌视,其中也存在对双亲的温情,这种对父母的矛盾情感一直持续到青年晚期。那时青年会一反常态,对父母开始表现出明显的尊敬之情和感谢之意。

(四) 发展性

青年期是一生中身心发展最快的时期。进入青春发育期后,青年的身体和生理机能都发生了急剧的变化,这个阶段是个体生长发育的第二个高峰期。身体外形的改变、体内各系统机能的成熟及性的成熟,是这时青春生理发育的三大巨变,同时也是青年心理产生并发展的物质基础。由于身高、体重的迅速增长,直接促进成人感的产生。大脑皮质结构和机能的发育完成,使青年的抽象逻辑思维开始形成和完善。性生理的成熟,第一性征和第二性征的相继出现,使青年性意识开始萌发,性的兴趣和对性知识的追求明显增强,并将面临和处理建立异性恋爱关系和成立家庭的人生课题。

青年心理发展的一个集中体现则是自我意识的发展。自我意识是指一个人认识自己、评价自己的能力,包括对自己生理特点、心理过程、社会成熟及其内容的认识。在青年期,自我意识出现新的发展特点并逐步成熟。在此过程中,青年将询问和回答“我是谁”这一问题。他们的自我意识的显著特点是产生分化,即分为理想自我与现实自我。处于观察者地位的理想自我,不断观察、分析现实的自我。他们逐步能独立地评价自己,能对自己的心理特点和思想品德作出评价。但当理想自我与现实自我产生矛盾而又不能解决时,往往对青年震动很大,带来苦闷和不安。

(五) 动荡性

青年的情绪不稳定,易于激动、烦躁、不安,带有动荡性。他们常因一点小事而感动,或者振奋、激动,或者动怒、怏气、甚至争吵;或者泄气、消沉。青年可以表现出为真理和正义献身的热忱,做出惊人的、壮烈的举动,也可以由于盲目的狂热而做出一些蠢事或坏事。青年的情绪来得快,平息也快,常是暴风雨式的。所以霍尔及许多心理学家将青年期比喻为“疾风怒涛”的时期,意指青年是一个不平静的、动荡不安的时期。

(六) 继承性

青年是社会一代代人延续的“中介”,担负着传递人类文明的任务。青年在社会化的过程中,把前人创造的多方面的文化成果继承、接受下来。同时,将这些文化成果加以创新之后,又继续传给下一代,使人类文明得以传递并越来越发扬光大。

青年的继承性,主要表现在对知识和技能的渴求和学习上,这是青年汲取前人各种知识经验而使自己充实成熟的途径。青年的继承性也表现在有选择的继承上,他们常根据各自的价值观审度各种知识与技能的价值,决定取舍,以增强社会适应力和竞争力。青年的继承性还表现为一种积极的继承,他们不是一成不变地承接和维持已有的秩序,而是在前人的基础上向前发展,承前启后,继往开来,因而其继承具有展望性。

(七) 探索性

青年期是世界观、人生观和价值观初步形成的时期,随着学业的复杂化和深刻化,知识经验的积累,理论思维的形成,他们开始考虑个人、国家和世界的前途,对未来充满着憧憬。他们渴望从理论上对人生的一系列重大问题进行论证,希望尽快打开科学的大门,更广泛地寻求真理。他们逐步形成了对世界、人生的比较稳定的看法。但他们在未完全成熟之前,容易偏激,常有片面性和认识模糊的情况。在求知欲与敏感性方面缺乏正确理想指导时,容易迷信错误的、自以为是的“新知识”或“新思潮”。

(八) 创造性

进入青年期后,个体的智力发展开始达到成人水平,一般在18岁左右达到高峰,抽象逻辑思维高度发展,辩证性思维能力日益提高,发散性思维有新的发展,加上想像丰富,使青年的创造性有了充分的智力基础。同时,青年勤学好问,意志力增强,兴趣日益广泛,有一定的处理问题的能力,这又为他们的创造性奠定了个性心理方面的基础。他们不盲从、不轻信,思想活跃,敢于创新,厌恶因循守旧,但也容易摆脱具体事物进行不切实际的假设和论证,以致得出错误结论。

(九) 社会性

与儿童期相比,青年期的心理带有更大的社会性。青年的人际关系范围逐

步扩大和复杂,他们从希望摆脱儿童那种对父母、教师的依赖(心理性断乳)开始,经过独立于成年人、否定权威,建立自己的伙伴关系的阶段,发展到试图调整和融洽同他人的关系的阶段,从而肯定所有人际关系。青年参加各种社团组织,走向社会并参与各种社会活动,学习担任各种社会角色,学习社会道德规范和价值观,学习各种社会技能,选择社会职业,以更好地走进社会和适应社会。由于现代社会变得越来越复杂,青年要达到社会成熟比前辈们更为困难。例如,他们的学习年限不断增长,结婚的年龄也趋向增大。从而出现了现代社会青年的“社会成熟后延”现象。

以上对青年期基本特征的概述,使我们对青年有一个总体的了解。但应注意,青年期是一个比较长的过渡时期,上述特征有一个逐步形成和发展的过程,在青年的早、中、晚期也各具特色;同时,这些特征又具有个别差异性,不同时代、不同国家、不同民族、不同地区、不同群体、不同性别、不同个体的青年,身心发展的速度、水平和程度也可能不平衡。因而,在理解青年的基本特征时,应将普遍性和特殊性联系起来。

专栏 员原圆

张增杰论大学生心理特点

张增杰教授着重从大学生心理发展所达到的水平、主要心理特点的两面性以及内心矛盾三个基本方面对青年大学生的心理面貌加以考察。他(员圆)认为,大学生主要处于青年中期,从其心理发展水平来说,最一般的情况是:正在迅速走向成熟而又未真正完全成熟。处于过渡期的大学生,其心理成分充满着特殊的矛盾现象。这种矛盾现象是该发展过程中特定的内部状态,为进一步发展提供了根据,同时,也显示出明显的积极心理和消极心理并存以及相互制约和转化的状态。

由于大学生心理发展正处于迅速走向成熟的阶段,因而表现出各方面的积极特点,其中主要有:(员)精力充沛,朝气蓬勃,具有勇往直前的气魄。在正确理想与信念支持下,能克服一切困难和不利条件,坚持拼搏;(圆)出现大量类似成人的新需要并渴望获得充分满足,从而激起对生活的美好愿望;(猿)情绪强烈但比青年初期善于控制,情绪丰富,热情高涨,高尚情操日益发展;(源)抽象逻辑思维高度发展,辩证性思维能力日益提高,发散性思维有新发展;(缘)自我意识有新的发展,对自己各方面的认识大大提高,主动性增强,自尊心特别强;(远)人际关系进一步扩大,比青年初期更善于与他人交往,对友谊与爱情十分重视;(苑)

富有理想 积极向上 ,向往真理。

但大学生的个性是具有多维度的结构 ,青年大学生具有突出优点 ,也有明显的弱点。由于大学生的积极面中也包含着没有真正成熟的方面 ,因此某些本来可能属于积极的特点 ,当他们不善于考虑当时客观条件或情境时 ,或所发挥的作用超过一定限度时 ,往往易于导向某些消极的表现 ,甚至是有害的特点。这些消极特点主要有 : (员)滥用充沛的精力与蛮干 ; (圆)在客观条件未具备时 ,急于谋求满足需要 ,易于导致失败而产生悲观失望或误入歧途 ; (猿)对情绪、情感缺乏控制时容易成为情感的奴隶 ; (源)过分凭借想像与间接抽象思维 ,不善于将集中思维与发散思维正确结合起来 ,容易导致脱离现实 ,坚持片面性结论 ,甚至导致怀疑或不满现实 ,削弱进取心 ; (缘)自我意识强 ,情绪体验深 ,在外界不良现象的影响下 ,易陶醉于低级情绪 ; (远)开放、自由的交往在未掌握正确社会准则时 ,容易走上歧途 ; (苑)求知欲与敏感性在缺乏正确理想指导时 ,容易迷信错误的、自以为是的“新知识”或“新思潮”。

正是由于大学生的心理发展存在明显的两面性 ,而且各方面发展也很不平衡 ,因而往往容易引起各种各样的冲突和矛盾。张增杰认为正是因为这些矛盾才形成大学生的心理特殊性 ,即心理发展的动力。他认为这些矛盾主要有 : (员)闭锁性所导致的孤独感与强烈交往需要的矛盾 ; (圆)独立性与依赖性的矛盾 ; (猿)强烈求知欲与识别力低的矛盾 ; (源)情绪与理智之间的矛盾 ; (缘)愿望、幻想与当前现实的矛盾 ; (远)强烈的性意识与正确处理异性关系之间的矛盾。此外 ,还有反抗与顺从、自尊与自卑、自信与缺乏信心、渴求满足新需要与未能如愿等等矛盾。上述这些矛盾是发展过程中正常的现象 ,是迅速走向成熟与尚未真正成熟的集中表现。张增杰指出了这些矛盾的意义 ,并提出了教育上的忠告。他说 ,青年大学生在发展过程中出现这些心理上的矛盾 ,会感到很痛苦。教师和青年工作者 ,必须看到这些内心矛盾既可能成为大学生向前发展的心理动力 ,也可能成为阻碍其健康发展的心理阻力。作为教育者必须经常主动关心、洞察青年大学生的内心矛盾 ,及时给予热情关怀与指导 ,引导他们发挥其积极面战胜其消极面 ,化阻力为动力 ,从而使他们通过自己的努力消除内心的矛盾继续向前发展。

第三节 青年心理学研究方法

要研究青年的心理特点及其规律 ,学习青年心理学知识 ,就必须熟悉其研究的方法。