

之年少青中化文跨在

題問應適其及展發心身

派宗李

一、青少年之概念：

青少年既非兒童也非成人，在人生過程中青少年期係介在兒童期與成人期之一段很長之轉變期。依自然環境及社會文化之不同影響，青少年係指一個人由十二、十三歲開始，其身心迅速發育，生理功能日漸成熟男女之性荷爾蒙刺激增加，春情初動，含蓄待放，之妙齡少男少女至法定年齡之成年期（十八歲）為止。

青少年期不但在身心發展快速，其智力學習也極為敏捷，情緒變化隨著生理發展之刺激，更是難以捉摸，俗稱這一時期為人生之青春年華，但也是人生之颱風暴雨期，夾在人生季節中，春夏交接之換季階段。

在青春期之人生任務為身心發育完整，性生理成熟及性心理之健全發展，由學校之智力學習逐漸進入人羣社會之工作世界，參與經濟生產。在心理建設上，由依賴性之兒童期掙扎進入自我充實，擔當責任之獨立人格，迎接成人期之來臨。（註1）

青春期又可分為三個不同之階段：早段、中段、晚段。早階段之青春關係指初中學生或高中一年級之學生年齡。在生理發育，體形開始變化，智力逐漸成熟，學習能力極為迅速之階段。中階段之青春關係指高中生之年齡，開始尋找自己獨立之人格，形成自己之認同身份，心理上，由父母之管束解放出來，進一步對異性約會嚐試初戀之滋味，強調同伴之感情，接受同伴之影響極大。晚階段之青春關係係在高中生即將畢業或在十七、十八歲之時期，對於自己之人生，對於將來之生涯，事業之選擇，開始考慮，到底是繼續升學進入大學，或是投入大社會之花花世界去體驗人生之歡樂悲哀。在這個階段中，青少年之掙扎及困惑最為顯著，極待成人伸以指導。

二、青少年之特徵：

因為每一個社會文化環境之不同，對於青少年身份之認定也各有不同之觀點。就青少年之法定年齡而言，各國及各地方均有不同之規定。以美國為例，一般之就業年齡為十六歲。十六歲以下從事勞動工作就牽連到童工問題。參與選舉之年齡定為十八歲。也就是達到成年之法定年齡，可參與公共政策之決定。結婚年齡規定女為十六歲，男為十八歲。在這法定婚姻年齡以下要結婚者必須獲得家長及法院之許可。參與飲酒及賭博之法定年齡為廿一歲。在加州，法律上規定十八歲為成年。十四歲以下為兒童，十四歲至十八歲為未成年之少年，其侵犯法律之不良行為，適用於民事及刑事案件者，由少年法庭（Juvenile Court）處理之。社會法令之福利措施可津貼一個青年人之「遺屬津貼」到廿二歲之年齡，才期望其經濟獨立。對於兒童、少年、青年、及成年隨不同之社會文化情況，在法令上，各有不同之定義及解釋。本文就青少年之身心發展特徵及其社會適應問題提出討論，藉以探究協助青少年健全適應成人社會之途徑。（註2）

（一）生理發展之特徵：青少年期之生理發展速度。生殖器官之顯著生長，第二性徵之突出，均受到體內腦下垂體分泌腺及性荷爾蒙分泌之刺激所造成。（Pituitary Gland）尤其對於男女之臉部皮膚之刺激、生殖器官、子宮、肩膀、血液等等部位非常顯明。男性之陰毛、腋下汗毛、前臂毛、腿毛、面毛、聲音改變、乳頭增大、鬚毛及胸毛出現，以及遺精現象等等，女性則為乳房發育、臀部增圓、曲線突出、陰毛及上唇柔毛之出現、聲音之改變、月經來潮等等，受到了雌性激激素（Estrogen）及妊娠素或黃體荷爾蒙（Progesterone）之刺激及影響所致。這些生理發展對於一個少男、少女之情緒產生極大之衝激及壓力。很容易感情激動，苦悶及緊張。對於自己之體

形變化極為敏感產生Body Image之困惑。在這一階段男孩身上之脂肪比起女孩要消失許多。男孩之紅血球及血色素（hemoglobin）要比女孩發展得快。因此在體育運動方面表現卓越之成就。

（二）情緒發展之特徵：青少年對於自己身體之生長變化過程可以親身覺察體驗。一方面感到無比之興奮「我長大了，我快要有自己的自由了」。另一方面，又感到非常煩悶痛苦，有時候對於自己之身體感到陌生迷惑與可怕。經常現著害羞答答情緒不穩。在內心裡，有一股強烈之意識要跟別人比較，一種求知欲及好奇心，要知道別的少男少女是否跟自己一樣有生理發育上之許多「秘密」要仿效別人，要經常調整自我意識，尋找「偶像」建立自己之「認同感」形成自我身份（Ego Identity）及自我認同（Self-Identity）。有時候，對於自我發展及自我認同感到自傲與恐懼。擔心長大後，不依靠父母，要靠自己，又不夠自信。在這一時期，有衝突及矛盾之情緒，有掙扎及自我控制之表現。整個身心情緒要經過一種蛻變之過程。（Metamorphosis）。這種情況在兒童期是沒有經驗過的。青少年期也是一個追尋之時期（A time of Seeking）在內心上要追尋「自我」之存在。要追問我是誰？（因為我已不是兒童，又不被接受為成人，那麼我是屬於那一種人？）在外表上要追尋在茫茫人羣中，佔有「一席之地」，參與各種社團幫會，來滿足內心之空虛感。在情緒上，渴望著成年或別的同伴給予關懷，肯定及滿足其親密感及所屬感。（註3）

（三）智力發展之特徵：表少年期之認知能力及智力發展增強。對於自我覺醒，自我省察，以及對於社會問題之分析能力，因為知識之累積，逐漸增強思考判斷之能力。比阿捷（Piaget）提出一套理論，稱為正式之操作思想（Formal Operational Thought）為青少年期之特別記號。青少年能夠分析自己及他人之思想，能夠觀察他人對自己之評估，觀察週圍人羣對自己言行之反應也

就是「察言觀色」再進一步採取「新態度」及「新行爲」。要綜合許多他人對自己的看法，然後形成「自我形像」(Self-Image)及「自我認同」(Self-Identity)。

在這一期，青少年往往偏向自我中心之觀念(Ego-Centrism)以「自我」為中心來衡量世界上之一切事物。追求自由浪漫之愛情，追求真善美之抽象概念，討論「理想之人生」。經常陷入幻想及白日夢。他們重視理想，輕視現實，為自己之理想人生，可以犧牲生命，為愛情可以雙雙自殺，為民主自由，可以殺身成仁，留芳萬世。青少年喜新厭舊，追隨時髦，排拒傳統。當自己之美夢幻滅時感到懊惱，就厭惡自己，憎恨世界，甚至於遷怒他人及社會大眾。(註4)。

四道德發展之特徵：一個青少年之思想、理性及智力逐漸發展成熟後，開始對於社會之各種理念及道德價值，加以注意重視。兒童期之道德觀念，經由父母之管教以及外在道德教育之榜樣、模型、認同良好行為之獎賞，以及偏差行為之處罰，已將最基本之社會道德觀念，內在化，變為人格之一部份。這就是所謂「法律與秩序」之水準(Law and Order)(註5)。但是，理性發達之青少年會更進一步追求，社會契約與倫理原則之道德價值。青少年經過教育與訓練可學習更高層次之道德觀念與社會價值。青少年在認知能力上，在追求理想之社會理念上，與他們在尋找自我認同或自我身份上，非常吻合。有時候青少年之行爲表現著「反抗成人之權威」，「到處造反」或是「反革命」等等跟目前之社會秩序，道德秩序相反之現象。但是有智力，有理性之青少年卻能批判現實社會秩序或是道德秩序之缺失。同時青少年會熱心而且無私地奉獻自己，為理想之社會價值而奮鬥。例如追求上帝的公義仁愛與和平之宗教信仰，救靈魂運動參與拯救自己之國家。為了美好之明天可以犧牲今天之享樂。歷史上無數吸引青少年運動者有社會主義、法西斯主義、共產主義、烏托邦主義、生態保護主義、和平主義以及許許多多之基要派福音主

義者均提出非常響亮悅耳之崇高理想，醉人心神之信仰，使成千成萬之青少年瘋狂地追隨、獻身、獻心，甚至於獻出生命而高呼萬歲。這些運動與訴求能夠獲得青少年之擁護，表示目前流行之社會價值與倫理道德秩序已經落伍，不能滿足大眾之需要，因此有必要再建立一簇套新之社會道德秩序。例如一九六〇年代之美國青少年運動否定個人成就之倫理，強調社團分享而不是個人獨立享福，強調個人之社會責任等等。(註6)

(五)社會發展之特徵：青少年期之社會發展及人際關係仍基於設法脫離父母親管教約束，在情感上及心理上掙扎，要獨立自主，在社會交際，選擇朋友，不願意父母多加干涉。但是青少年本身也體會到在經濟上他們需要父母親的支援，也很清楚父母及家庭對他們之期待，要在學業上，運動上，音樂或藝術上，有一番偉大之創作與成就。他們也要學習如何排脫父母及家庭之權威控制。自己要從事於獨立生活，要盡快享受成人生活之權利及身份。在這時，青少年之社交活動與人際關係，仍為克服情緒不穩定、心理不安全感以及排拒父母約束而加入同儕社團，結交同性別之朋友或是異性朋友。在人際關係上經常表現「眼高手低」談笑不著邊際，常鬧笑話之情景。青少年在這一階段，非常重視同儕社團以及同伴之權威，批評及約束。同時也模仿友伴之言行舉止。甚至於自己設立權威創辦幫會，秘密結社，滿足自我之理想或是幻想。在這時期，青少年對於體力活動，及體力競賽，無論個人或團體都表現卓越，一方面可以解決體內荷爾蒙分泌之刺激消耗精力。另一方面又可獲得社會大眾之認可與讚賞鼓勵。(註7)

三、青少年之適應問題

依據發展心理學之理論，青少年期之任務必須學習認識自己在家庭、學校、社團及社區生活互動關係中之角色，身份與地位，來形成自我認同之意識。必須達成自己之成就感。不論在生理上、情緒上、智力上、體育上、藝術

上，或自我形象上，例如「貌美如仙」、「體壯如牛」、「品學兼優」、「天才」、「專家」、「可造就之才」等等均表示青少年重視正面之肯定。青少年期之另一個任務就是準備「長大成人」，在身心發展及社會發展中，由依賴父母之心理釋放出來，學習獨立生活，自己照顧自己。如果這些人生之任務沒有完滿達成則一個青年之身心容易引起適應困難，產生自身認同之危機，不知道自己已是兒童或是成人。也不明白自己該扮演男性角色或是女性角色。不知道自己應否事事仰賴父母之決定或由自己思考採取行動。適應不良者，開始畏縮，遠離親人、老師、朋友、誤入歧途，加入不良幫派、流為娼妓、吸毒犯罪、自毀前途。每一個青少年都要經過一段艱辛之適應過程。但是其適應問題之嚴重程度則視其個人之身世、家庭環境、父母之婚姻狀況，兄弟姊妹之感情，鄰居朋友之反應，學校環境以及社會文化之態度而有差別。例如破碎家庭、父母分居、離婚、外遇或是紅杏出牆，或是父母失業，依賴救濟，或是父母過度嚴格，過度溺愛，或是父母與子女缺乏感情關係，或是親人死亡，父母生病，長年臥床不起。或是家人有不正常之性行為對於青少年有過性虐待之歷史。或是父母不務正業、酗酒、吸毒。或是缺乏輔導青少年之知識與能力。或是移民家庭，遷移頻繁等等都會造成青少年之適應困難以及產生青少年期之各種病態問題。

雖然青少年有許多不同立身心發展及社會交際之適應困難，但大多數之青少年經過他們父母及師長有愛心與耐心之關懷與輔導，終於成功地「長大成人」。不過在目前急速變遷之社會生活中，有兩個社會課題，是青少年時期最感困惑之適應問題。第一就是失業問題，第二就是違法問題 (Delinquency)。青少年之失業問題係指一些既不升學，不在高中或高職學校念書，也不就職從事生產事業之青少年。這些青少年有太多的時間在街頭馬路，都市鄉村遊蕩，在社區鄰里造成「青少年之行為問題」。在社會上缺乏青少年之工作機會，沒有適當之職位給予這些不上學或離校之青少年。對於一個十六、十七歲之青少年，如何打發一天廿四小時？如何尋找到一份全天候的工作，足以養活自

己，是一個很嚴重之情緒適應問題。如果不能如願以償，對他們之自尊心打擊甚大，對於掙扎心理獨立，經濟獨立之阻力增強，社會適應感到莫大之挫折。在美國社會，十六到十九歲之失業率比起廿五歲以上之成年失業率，將有三至四倍之差別。(註8)解決青少年之失業問題，可由政府全盤規劃設立青少年職業訓練中心，暑期青少年工作隊，以及青少年服務團，提供青少年之就業訓練及工作機會。同時訂立青少年之就業條件鼓勵民間之企業家提供建教合作，讓青少年一面可以學習現代技能，另一面可以獲得工資滿足其經濟獨立之需要。

當一個社會或一個社區不能解決青少年之失業問題時，許多青少年之行為問題以及違法、過失、犯罪問題接著產生。青少年之違法行為 (Delinquency) 係青少年期對於現有社會秩序，倫理道德水準以及法令規章之不良適應現象。青少年之違法行為或反社會行為之種類繁多，輕微者有逃學遊蕩亂性雜交、拒絕接受父母之管教。嚴重者有侵犯刑事法規，偷竊、參與犯罪幫派、強暴、輪暴、攻擊傷害，甚至於勒索綁架、兇殺等等惡性行為。這些違法行為之成因非常複雜，但是除了個人之人格缺陷外，其家庭背景、教育程度、朋友社團，次級文化背景以及社會財富分配不均，社會福利制度與青少年輔導工作不週全都是促成青少年違法之社會背景。加上社會上有許多合法與非法之管道，能夠賺取大量之金錢致富。因此，青少年就涉足「不義之財」學習「見錢思齊」而不是「見賢思齊」。相信「馬無野草不肥，人無橫財不富」之哲學。認為「金錢萬能」而不擇手段，出賣自己之靈魂與良知，與魔鬼為伍，破壞正常之社會經濟秩序與否定社會之倫理道德。吸毒酗酒、淪落為娼，更是青少年期不適應之普遍現象。

到底如何解決或預防這些青少年期之不適應症狀？理論及學說甚多；最重要者為重建一套合理合情之社會倫理道德秩序，一套有理性，公平而能符合大眾生活需要之經濟秩序以及合乎時代之法律規章，足以加強每一個家庭之正常功

能，學校之教育功能，社會福利制度之有效措施，以及青少年輔導與少年法院之正面功能，才能夠預防青少年之違法行為。如果成年社會之各種功能與操作方法不能給予青少年正面之教育與模仿作用，則很難預防青少年之違法行為。社會對於青少年之違法行為要以重建與感化教育，職業訓練與心理治療同時實施，其財政負擔也相對地增加。（註9）

四、在跨文化中青少年之適應途徑

現代社會之人口流動迅速，不論青少年由農村遷入都市或由一個國家移民到另一個國家都會體驗到跨文化之刺激及休克，甚至於文化價值之衝突或是面臨雙重倫理道德之標準。有時候，兩種生活方式或心態取向，格格不入。青少年會覺得迷惑或是體驗到自己本身是一種「邊緣人」夾在兩種不同文化邊緣地帶。這種社會現象將對於青少年之社會心理適應增加壓力。如何幫助或輔導這些青少年來克服這些適應問題呢？下面提供一些建議給予關心青少年福利之父母及師長做為參考；第一、為人父母者應該積極學習現代知識，增進自己之智能，才能瞭解自己兒女身心發展之需要，尤其在青少年面臨情緒激動，苦悶與緊張的時刻，父母兄弟應有愛心與耐心地解釋輔導及安慰他們，不要使用奇怪之眼神與質疑之態度來增加他們之心理及情緒之壓力。在他們遭到性衝動之壓力困擾，動作笨拙時，更不要嘲笑他們。父母應把握機會，輔導青少年在智力上及體育運動上，或者在音樂及文藝上，疏導他們的精力，往建設性之方向發展。第二、在青少年掙扎著脫離父母家庭之羈絆與控制，尋求自己之心理情緒與社會經濟之獨立生活時，為人父母及兄弟者，應該給予肯定及支持。青少年往往結交數位同性別之★友，加入共同嗜好，以遊樂談心或人生哲學，宗教信仰為目的之小社團，或小組織，慢慢地，由依賴家庭而依賴團體之約束及限制。同時模仿聽從同伴之言行時，父母及兄長等人應加以觀察輔導，正面肯定其心理及社會之需要。主動地邀請自己兒女們之朋友到自己家庭或是安排其他

室內及室外之休閒及娛樂活動，提供經濟上之補助，藉機瞭解自己兒女結交之朋友個性及家庭背景做為日後輔導兒女之參考。

第三、建立與青少年之溝通，方法與方式，許多父母面臨困難的問題，就是不懂如何與自己之青少年溝通，祇是抱怨他們不聽話，「他們反了」，「好好教訓他們一頓」。到了青少年時期，請他們一起吃飯，請他們與家人一起同遊，許多時候，他們藉故婉拒了。有時候直接了當地說，「我沒有興趣」弄得父母親自討沒趣。這種情況並不表示他們不孝敬，他們不聽從父母之教誨，而是他們要學習社交能力，要去體驗新事物。這個時期他們對自己之外貌、儀表、體態、及修飾都特別敏感。女孩子對他們的衣服、時裝、以及化粧用品、以及髮型尤其興趣無窮。父母親應避免說教式或教訓式之口吻來「訓」他們之青少年。盡量採用「會談」或「對話」或「商量」之方式來溝通思想感情及意見。甚至於邀請中立性之第三者介入溝通輔導。例如教會之青少年牧師或輔導人員，青少年社團之幹部指導或是青少年所信任之老師或青少年工作人員。有時也可採取團體溝通及團體輔導方式。因為團體公約對於青少年之約束，要比家庭父母親之管束更加有效。（註10）

第四、鼓勵青少年參與學校之各種社團活動、社區之青年服務團，以及教會之青少年團契活動，藉以發揮羣育以及學習社會倫理道德之功能。青少年喜愛球類與運動，例如足球、籃球、溜冰及游泳，女性則喜歡旁觀別人玩球與比賽。男女青少年均喜郊遊旅行。男性喜手工藝，與創造性之工作活動；女性則喜縫紉編織及烹調等。電影為青少年最喜愛之娛樂，男性多喜歡浪漫及冒險刺激之影片，女性則多喜歡文藝故事，愛情及人緣關係之影片，除了督促青少年之正規智力教育外，應提供課外活動之輔導，多多舉辦青少年之聯誼晚會，比賽項目以及運動大會，使青少年有各種機會表現自我以及試驗自己之才能。

第五、為人父母者應先改進自己之家庭生活方式使用「身教」奠定模型，勝於「言教」。本人應以身作則，才能使自己之兒女信服。如果自己說東而行西，

形成雙重標準，那麼兒女們也會很快地學會「雙重標準」而表現「陽奉陰違」之現象。同時，在遭遇困境時，父母應「不恥下問」請教鄰居、朋友、老師及青少年之輔導、專家教授、社會工作者以及家庭協談師等等，才能有效地輔導自己之青少年，預防青少年發生適應困難，制止社會颱風之侵襲，均為父母應注意之重點。

第六、學校及社區應合作創立一個「親職諮詢或顧問中心」協助父母親應用現代之科學知識及親職技藝來輔導他們之兒女。學校與家庭間之密切連繫應透過有效之家長會議，老師之家庭訪視等等節目，可預防青少年之逃學行為及許多違反社會規範之行為。街坊鄰居之父母親也可經常舉辦家庭事務座談會或青少年之慶生會，藉以連絡增進彼此之感情，擴大社會控制之功能，使鄰居之青少年不敢隨便撒野或破壞社區之秩序。

第七、在移民社會中，父母親應積極分析東西方之文化傳統及行為標準。細察社會價值與倫理道德之差異，進而調整自我概念，改變自己之人生哲學及社會態度。對於兒女也應調整其要求，改變過去「望子成龍、望女成鳳」之心態。因才施教，支持自己之兒女按他們之志願去求學或求職。不要使用財產之繼承或金錢之壓力，使自己之兒女就範，失去了獨立奮鬥，尋找理想人生之機會。（註11）

總而言之，青少年期是人生一個非常重要之轉變期，是一個多變及易變之情緒反應期，是一個理想及自我意識之尋找期。青少年之健全發展以及社會適應有賴父母親學校老師以及社區之熱心人士，參與輔導及鼓勵，才能減少青少年之適應壓力以及發揮青少年之創造能力。使他們真正體會到人生之青春年華，愉快歡樂的一段美好的時光。

（本文作者，李宗派博士現任美國長堤加州州立大學社會工作系教授兼國際社會工作研究所所長，曾任私立東海大學社會工作研究所客座教授，及高雄醫學

院家庭醫學科客座教授）

備註：

1. Josselyn, Irene M., *Psycho Social Development of Children*, Family Service Association of America, New York, 1961, p. 93-119.
2. U.S. Department of Health and Human Services, *Social Security Handbook* 1988.
3. Specht, Riva and Craig, Grace J., *Human Development—A Social Work Perspective*—Prentice Hall, E.C. New Jersey, 1982, p.186-188.
4. *Ibid.* p.190-192.
5. *Ibid.* p.192-193.
6. Anderson, Ralph E., and Carter Ir, *Human Behavior in the Social Environment—a Social Systems approach*, 2nd edition, Aldine Publishing Co. Chicago, 1978, p.132-135, 155-160.
7. Mechanic, David, *Mental Health and Social Policy*, Third edition, Prentice Hall, 1989, p.66.
8. Specht, Riva, and Craig, Grace J., *Human Development*, 1982, p.202-203.
9. Peck, Harris B., and Beollsmith, Virginia, *Treatment of the Delinquent Adolescent—Group and Individual therapy with parent and Child*, Family Service Association of America, New York, 1962, p.5-63.
10. Josselyn, Irene M., *The Adolescent and His World*, Family Service Association of America, New York, 1964, p.9-38.
11. 參考李宗派著，現代社會工作選讀，台中市金玉堂印書局，一九八八年六月初版，二百廿一頁，美國社會與新僑適應。