

## 青春期性心理特点与男女交往

青春期是人一生中最重要的变化、发展时期。伴随着身体迅猛发育和性生理上的日趋成熟，心理活动自然会产生相应的变化，性意识开始觉醒并迅速发展。同时，社会上各种性信息（如文艺作品、报刊、电视、电影中的性信息以及成人的两性交往活动等）的刺激不断增加，也促使青少年性心理的发展，注意到自己的性角色，性意识从朦胧到清晰，并逐渐得到强化。对与性有关的问题产生浓厚的兴趣。因此，了解这一时期的性心理变化特点及产生原因，针对这些特点进行性心理教育和调适，对于促使青少年健康地度过青春期具有极为重要的意义。

### 一、青春期心理变化特点

青春期由于身体上的明显变化、第二性征的出现以及神经系统的发育等原因，心理上发生了很大的变化，而且两性心理变化有各自的特点。

#### （一）自我意识明显增强

自我意识是个体对自己的认识和态度，主要包括对自己感知、动作、行为、动机、兴趣、情感意志、能力性格、理想追求和世界观的认识以及自己在集体中的地位和作用的认识等。这种自我意识的觉醒是青春期开始出现独立性的本质特征。主要表现在以下几方面。

##### 1. 成人感和独立意向增强

进入青春期后，青少年感到自己已经成长成人了，强烈的成人感和独立意向成为这一时期的重要心理倾向。男性的“男子汉”意识随之产生，他们喜欢以“小大人”自居；女性也会产生一种“母爱”性质的性情感，对婴幼儿特别有感情，喜欢逗他们玩。青春期的青少年希望别人把自己当作成年人来看待，渴望得到别人的尊重和信任。他们对父母或长辈的话不再“惟命是从”了，希望能按自己的意愿自主地处理各种问题。因此，这个时期的他们往往嫌父母管教得太严、太啰嗦，对家长或老师的教育容易产生厌烦情绪和逆反心理，产生所谓的“代沟”，还常常出现责怪父母，不愿与家长或长辈讲话或呆在一起等现象。

##### 2. 出现明显的“闭锁心理”

进入青春期后，身体上的迅猛变化，特别是第二性征的出现，给青少年带来神秘色彩。他们虽然很想了解其中的奥秘，但又羞于向别人求教，开始有了自己的秘密，又不轻易向他人倾诉，于是出现了“闭锁心理”，这说明青少年的心理变化有了质的飞跃。由于闭锁心理的存在，此期的青少年很容易造成心理压力无法发泄，这些心理包袱可能越积越多。如果没有及时开导，不利于他们的身心健康。

### 3. 具有极强的自尊心

此时的青少年上进心极强，喜欢与别人一比高低。家长或者老师的批评，特别是在公共场合的批评会使他们感到很丢“面子”，从而极大地挫伤了他们的自尊心。因此，家长或老师应该注意批评的方式、方法和场所。

### 4. 有一定的评价能力和自制力，价值观初步形成

此期的青少年在评价能力上有了显著的发展。他们开始从内心和品质方面评价别人和自己，同时也很在乎别人对自己的评价。但由于独立意向和自尊心的增强，自我评价往往带有主观色彩，对自己的估计往往过高，缺乏自知之明，容易导致我行我素。对周围世界有一个比较客观的评价。他们崇拜英雄，颇有干一番大事业的气魄；他们愤世嫉俗，有改造一切不良现象的愿望，形成了一定的价值观。有了理想、抱负和价值后，他们开始约束自己，制定某种计划，主动学习充实自己；他们从榜样中吸取力量来鼓舞自己；从自己的偶像中选择自己认为理想的生活方式。因此，在生活中，应该多树立一些英雄榜样，特别是青少年身边的人和事，多从正面教育，激发他们的上进心和责任心。但这时他们的自制力还不够稳定，一旦遇到某种困难，就会产生失望情绪，灰心丧气。此时，最重要的是引导他们加强自控能力，引导他们不断地修正实施方案，使他们觉得自己正在不断地朝着预定的目标前进。否则，他们会因暂时的失败而一蹶不振，丧失前进的勇气和信心。

## （二）追求新鲜事物

进入青春期后，生理、心理得到快速发展，接触面也不断扩大。对周围的各种新鲜事物充满好奇心和求知欲。追星族的出现就是一个很好的例子。影视明星、歌星、体育明星等都是这一年龄阶段青少年追逐的偶像。他们对明星的生活习惯、兴趣爱好等了如指掌。为了能见到所羡慕的明星，可以千里迢迢赶来；为了得到某个明星的合影签名，可以耗上好几个小时苦苦等待。如果他们的愿望得到满足，那是无尚的光荣，会使他们欣喜若狂。赶时髦是这一时期的另一显著特点。社会上出现的任一新鲜事物都可能引起他们的强烈反响，甚至盲目效仿。一会儿是“乔丹”鞋，一会儿是山地车……若我们能因势利导，利用学生追求新鲜事物的心理，有的放矢地适时进行“顺水推舟”式的教育，则会起到很好的效果。比如，有许多学生崇拜乔丹，那么家长或老师就可以引导他们学习乔丹的刻苦和精益求精的精神。但如果不能正确对待，那么会对学生的身心发展带来负面影响，甚至还会影响社会的稳定与发展。比如，前一段时间在一些迪吧出现的摇头丸，许多学生把它当成一种时尚，不加分析地盲目追求效仿，甚至在一些地区有泛滥之势。

## （三）情感丰富，情绪多变

进入青春期后，他们不再象儿童那样天真烂漫，自我调节能力和控制力逐渐提高，逐渐走向内心探索阶段。开始探求人生价值，向往崭新生活。他们情感丰富，热情奔放，富有活力，乐于参加各种活动，对未来充满美好的憧憬和幻想。但情绪往往不够稳定，波动性较大。有时会因某事而高兴得欢呼雀跃，得意忘形；有时也会因一件小事而悲伤得痛不欲生，苦闷绝望。面对一点点成绩就趾高气扬，目中无人；受到一点点挫折时又会垂头丧气，孤独寂寞。

此时的情绪中常常有许多矛盾：封闭与开放并存；内向性与外显性并存；竞争与和平并存；自负与自卑并存；理想与现实并存等等。他们有时希望独自品味心理体验，把感受写成日记珍藏起来；有时又渴望情感交流，喜欢和同龄人交朋友，希望别人接受自己，受人重视和信任。他们渴望纯洁的友谊，甚至萌发出朦胧的爱情；但有时又会因某件小事争论得脸红耳赤，不可开交，甚至翻脸。他们有时充满自信、自负，认为自己一定有能力完成某项工作；有时又会因暂时的失败而感到无限自卑，认为自己一无是处。他们极富想象力，充满着美好的理想，编织理想的未来；但现实生活中的一些不良现象又会冲击他们的美好憧憬，心理充满迷惑，感到无所适从。

## 二、青春期性心理发展

性意识和性爱慕虽然在幼儿期已经开始出现，但只有进入青春期后才明显地表现出来，性意识才迅速增强。

在青春期前，产生了性意识和性爱慕，但是在孩子的心目中并无明显的男女界限，毫无顾忌地在一起玩耍，甚至抱成一团也不以为然，可谓“两小无猜”、“青梅竹马”。进入青春期后，随着性器官的发育，第二性征的出现，性心理有了明显的发展。根据性心理的发展特点，可以把青春期性心理发展大体分为三阶段：疏远异性期，接近异性期和两性初恋期。

### （一）疏远异性期

在青春期开始的头一二年，随着性器官的发育，第二性征的开始出现，性意识明显增强。出现男女之间彼此疏远的心理。男女之间界限分明，与异性接触感到难为情、腼腆、羞涩。男孩不再与女孩一起玩了，即使是儿童时代的好朋友，这个时期也会不自然地回避。甚至连同桌也要划条“楚河汉界”或“三八线”。有时甚至对异性产生一种反感心理，这在女性尤为明显。此时，他们非常重视和珍惜同性伙伴间的友谊和感情。

但此时对异性其实疏而不远，潜伏着对异性的好奇。例如在一起活动时，女生往往乐于围观在男生周围，为他们呐喊加油；而男生则喜欢在女性面前表现自己。显露自己的才华来博得异性的好感。有时表面上装出一副不屑一顾的样子，内心却非常希望得到异性的赞美和肯定。此外，他们还可能暗地里通过各种渠道获得有关性知识，来满足自己的好奇心和求知欲。

## （二）接近异性期

在青春期的中期，性功能不断成熟，第二性征不同步出现，他们逐渐摆脱了心理上的闭锁状态，开始希望了解异性、接触异性、爱慕异性。男女之间愿意相互接近，相互怀有好感，出现心理和情感上相互吸引。他们喜欢和异性在一起活动，在异性面前努力表现自己以引起对方的注意，对异性则表现为关心和体贴。

在行为表现上，男女有所不同：男性开始注意自己的外形打扮，在异性面前表现得比较外露和热烈，有时故意做出一些“英雄行为”，显露自己的长处，掩盖自己的短处，表现自己的能力和才华，以图博得女性的欢心和好感；女性则以腼腆、矜持和单纯来表现自己，以吸引异性注意。开始学会如何珍藏自己的感情。即使对某个男孩有好感，也不会轻易显露出来，有时甚至故意造成对方窘态，从中得到精神上的满足。此时的女性常常充满幻想，容易做“白日梦”，构想与心目中的异性在一起生活时的浪漫情景；同时依赖性较强，容易崇拜迷恋有才华的异性，达到精神上的寄托和喜悦，以至常出现单相思。然而，这个阶段的男女实际上还不懂怎样相处，有时会为此而议论或起哄，导致产生心理压力。

此时他们心理反应还不稳定，男女之间的兴趣和爱慕往往不是针对某一个人，没有专一性和排他性。他们注意每一个异性，又似乎觉得每一个异性也在注视着自己。这种两性间彼此吸引的心理是青少年进入青春期性心理发展的必然规律，是正常的生理、心理和行为反应。这种心理反应有助于消除男女两性交往过程中紧张情绪和神秘感，对促进男女同学的智力和心理发展，团结与友谊的发展是极为有益的。不能随意给这些学生扣上“早恋”的帽子。但是，如果热衷于异性间的接触，放弃学业，特别喜欢谈论男女两性间关系的问题，试图从淫秽书刊中寻找刺激，则对身心健康极为不利。因此，老师和家长应当加以适当引导、帮助和教育，培养男女间的正常交往，纠正不正当的思想和行为。

## （三）两性初恋期

青春期的后期是由青春期到青年期过渡阶段。他们此时显得比青春中期更为成熟。对异性的爱慕和追求开始出现专一化，萌发出爱情，故称为两性初恋期。此时的爱是一种比友谊浓但又比爱情淡的一种朦胧关系，常表现出蕴藏在内心深处的秘密的爱。他们大多不以直接的肉体接触来表达爱意，而通过两性间的交往，从精神上寻找寄托，显示出爱恋的纯洁感情。但此时的爱多半是凭直觉，他们往往被对方的容貌、外在气质所吸引，一见钟情，显得幼稚单纯。

## 三、青春期内性心理特点及两性性心理差异

进入青春期后，由于性生理上逐步开始发育，导致性心理发生明显变化，而且表现出明显的性别差异。



### （一）对性的神秘感和好奇心

进入青春期后，由于性器官和性机能的发育逐渐成熟，直接诱发了自我性意识，对“性”很敏感，感到“性”神秘莫测，对性充满好奇心，于是出现对性知识的浓厚兴趣，他们通过隐蔽的或半公开的讨论或通过各种渠道迫切希望知道和了解性知识。

女性在对性知识的追求方面较男性开放些。首先，她们获取性知识的途径相对多些。刚进入青春期时，她们对母亲的依赖性大些，大多从母亲获取有关性知识。随着年龄的增长，从同性朋友或课堂转向报刊、影视、书籍或文学作品等途径，通过自己去获取有关知识。此外，她们在谈论性问题时，往往较为深入、透彻。比如，她们经常进行经期卫生、乳房保健等方面的交流。对于男性，他们的闭锁心理倾向较为明显，很少从父母或老师处获得性知识，而大多从报刊书籍、影视、网络中满足自己对性知识的需求。同学间谈论的性问题往往也很肤浅，且带有娱乐、开玩笑性质，他们谈论的大多是女性的美貌、性感，很少谈及一些实质性的问题，如遗精等。

### （二）对异性的爱慕与追求

青春期男女之间彼此爱慕与追求是其性生理发展的正常阶段。由于第二性征的出现，性感得到了进一步的发展，对异性产生浓厚的兴趣。从心理上，渴望了解异性，希望引起异性注意，向往与异性交朋友；在行为上，喜欢打听男女间的事，背后议论异性。

女性刚进入青春期时，由于刚出现生理上的变化，常会产生一种惶恐不安的情绪，并在别人面前表现得羞涩、腼腆。随着性生理发育和性意识进一步发展，她们逐渐摆脱了闭锁心理，开始感到被异性吸引，产生接近异性的感情需要。她们喜欢有特点、潇洒、有幽默感、有才华的男性。同时，开始注意修饰自己，用“美”来塑造自己。在异性面前表现出文静、端庄、大方。值得注意的是，此时她们渴望与男性交往并不一定就是真正在恋爱，她们与异性交往大多是心理的需要。但一旦找到钟情者，便会倾心于他，喜欢他的一切，并视其为自己的一部分，可以为对方付出全部的感情。

男性在青春期到来初始，追求异性并不十分明显，甚至表现出疏远和厌恶，而很重视同性伙伴的友谊。进入接近异性期后，他们对女性普遍好奇，希望了解她们，特别是对漂亮的女性。男性在异性面前的情感是外露的和热烈的。他们千方百计想在异性面前显露自己，希望自己成为异性心目中的英雄和偶像。但这种希望值越高，越想表现自己，心理压力就越大，加上自信心不足，在异性面前往往心理紧张，表现失常，甚至无所适从、语无伦次。对自己所钟情或暗恋的女性尤为如此。

由此可见，了解异性和结交异性在青春期中普遍存在，只是表现形式和程度不同而已。这是正常的性心理发展结果。但需要加以正确引导和帮助。

### （三）具有性欲、性冲动和性行为

青少年进入青春期后，随着性意识的增强，逐渐萌发了性欲望和性冲动，产生对异性的需要和行为，萌发出爱情，甚至出现性要求。

女性与异性的交往中，开始并不和性欲望直接联系在一起。她们的性意识是含蓄的、渐进的，欲望并不迫切。她们所理解的爱情就是被所爱的人无微不至的关心、体贴和呵护，就犹如自己被浸泡在蜜糖中的感觉。恋爱期间的女性感情体验较为深刻，她们更看重两性的心灵接触和感情交流，对肉体上的关系一般较为慎重。但一旦钟情于某个男性，她们将投入全部的感情，在对方提出性要求时，常出于对男友的感情，不能将自己的意志坚持到底，而屈从于对方。

男性在两性关系上表现得比较主动、外露。一旦有了接近异性的欲望，并对具体特定目标发生兴趣时，就会主动创造机会接近对方。男女由彼此接近到发展为爱情，一般也是由男性首先明确提出。而且一旦确定了恋爱关系，性欲望和性冲动就会进入亢进期，表现出强烈的肉体需求，甚至希望发生性关系。

随着社会发展，文化交流的不断扩大，西方国家的性观念不可必免会通过各种媒体不断渗入，对传统的道德观念产生巨大的影响，青少年本来就不牢固的道德观念受到冲击而随之动摇。他们处于困惑之中，感到无所适从。由于缺乏必要的性知识，他们无法区别善恶美丑，全盘吸收；更由于强烈的好奇心和求知欲，他们盲目效仿。许多青少年对性持放纵态度，认为只要真心相爱，发生性关系未尝不可；有的人认为迟早都要发生这种事，没有必要严守贞操；也有些同学只顾眼前享乐，满足于一时的生理、心理上的性要求，而不考虑严重后果。于是在过分亲昵中引起强烈性冲动，从而导致性行为的发生。当前，社会上出现的少女怀孕、婚前性行为以及青少年性罪错等已成为一个突出的社会现实问题。如何正确对待性欲，如何控制自己的性行为，已成为衡量一个青少年性心理是否成熟的重要标志。作为家庭、学校和社会，它们的任务就是在青少年性欲望刚刚觉醒时，就使他们理智对待。

#### 四、中学生恋爱心理

恋爱是指性成熟以后男女之间产生的一种情爱，是一种美好的两性间的感情。它是青年男女之间相互倾吐爱慕之情，架设婚姻桥梁的过程。目前，由于生活条件的改善和社会环境的改变，性生理成熟有明显提前趋势，有的甚至几乎接近生物遗传的下限，而人的社会成熟因为社会对人素质要求的不断提高而逐渐推迟。这样，性生理成熟和性社会成熟之间就产生了一个日益增大的时间差，造成一个既充满青春活力又潜伏危机的漫长过渡时期。在这个时期，希望了解异性，接触异性，爱慕异性是很正常的，因此男女之间的交往也是很正常的。这种正常的交往可以给双方带来智力上的发展、性格上的互补和情感的上的欢愉，有利于他们身心健康发展。

然而，有一些家长和老师一见到男女生在一起就扣上“早恋”的帽子，加以紧急“引导教育”，给予特别的“关心和照顾”。“早恋”的提法颇有争议，在不同社会制度、不同时代，乃至对不同的人没有统一的客观标准。一般认为发生在生活、经济上尚未完全独立，同时距离法定结婚年龄尚有很长

一段时间的青少年群体里的恋爱行为称为早恋。在很长一段时间里，“早恋”的标签到处乱贴，带来的是误解与偏见；造成的是师生关系、亲子关系、同学关系的紧张；制造的是孩子成长的逆境。“早恋”成了中学生中频繁使用的带有批评倾向、又极易引起反感的一个词汇。我们认为，作为家长和老师，应慎用“早恋”，最好不用“早恋”这个词，而用“中学生恋爱”这个中性概念的词，以免引起不必要的反感和误解，有利于师生或亲子之间的交流。

中学生恋爱与青年期以择偶婚姻为目的的恋爱相比，有其自身的特点。他们的爱恋往往是从友谊发展起来的一种比友谊浓，又比爱情淡的朦胧关系，他们并没有成年人的谈婚论嫁，而是一种感情上的愉悦。恋爱成了有的学生学习的动力，激励他们努力学习，这种恋爱可以沉淀一段温馨的回忆；然而更多的恋爱会成为学习的阻力，导致他们沉迷于两人世界里，不求上进，这种恋爱则会凝结为一段不堪回首的噩梦。从总体上看，中学生恋爱是弊大于利。原因有以下几方面：首先，中学阶段，生理上正在发育成熟，心理发育还不够完善，此时的恋爱具有朦胧性和单纯性。他们对两性之间的爱慕似懂非懂，不知如何与爱，只是觉得和对方在一起很愉快。往往只是被对方的某一方面所吸引，缺乏成年人谈恋爱时对对方的全面、理智的考虑。这就会导致恋爱的不稳定性和冲动性。两人随着各方面的不断成熟，由于理想、志趣、性格等方面的变化可能引起爱情的变化。这种心理不成熟的恋爱总处在连自己都难以把握的变化之中，恋爱的成功率极低。此外，这种恋爱缺乏理智，可能一见钟情而迅速升温，一时冲动、心血来潮而不顾一切发生性行为；也可能忽因小事而劳燕纷飞形同路人。有中学生这样描写道：青春的爱只是我手中的一只纸蝶，遇到风会吹走，遇到雨会沉沦，遇到火会燃烧……。第二，中学阶段的首要任务是学习。中学时期是智力发育的重要阶段，大脑细胞机能与结构迅速发育，感觉、知觉灵敏，记忆力强，思维能力迅速扩大，是学习的大好时机，应该把时间和精力放在学业上。现代社会是竞争的社会，只有掌握了一定本领的人才有可能在未来的社会竞争中处于有利地位。更何况中学生还要面临人生的一次重要考验——高考。因此，不能为一时拥有一棵树木，却失却了未来远大前程这一片森林。人生各个阶段有各自的任务。青春期不是播种爱情的季节，既然是春天，就不要做夏天的事，更不能做秋天的事，若是过早的开花结果，就不可避免会进入冬天。第三，在精神、经济和责任上还无法承担恋爱重担。只有纯真的感情是远远不够的，爱情需要物质、精神和心理上的成熟作为基础，需要其他各方面作为支撑。爱情除了快乐，更重要的是责任，中学生恋爱拥有的只是纯洁的爱情，却不能保证给予对方幸福。爱与婚姻的统一是社会主义性伦理道德的最基本准则。珍藏起提前到来的爱，作为十年后选择恋人的镜子。最后，对于女性而言，更应该具有自我保护意识。在恋爱过程中，女性往往处于被动地位，容易被山盟海誓所迷惑，被花言巧语所蒙蔽，为了追求纯真的爱情而献出自己的贞节，造成巨大的心理压力，对身心健康发展都是极为不利的。因此，作为女性首先应该自尊、自重、自强。只有自尊、自重、自强的女性才能得到别人的尊重。

恋爱本身并没有过错，只是对中学生而言，目前不合时宜。那么应该如何看待和处理中学生恋爱呢？首先，应该大力提倡中学生的友谊交往，开展丰富多彩的课余文化生活，并给予适当的引导，使

他们高涨的情感有所发泄。第二，要把一般的异性正常交往与恋爱区分开来，不能风声鹤唳，草木皆兵，看谁都象早恋，更不能轻易地把恋爱与思想落后、品质恶劣划等号。第三，对个别确实发生恋情的学生，不能简单的压制打击；要循循善诱，尊重学生的感情；既急于定性，也不轻易代替学生抉择，鼓励他们学会自己选择，学会承担责任；在他们选择出现困难时，老师家长应起到保护、限制、引导作用。