

青少年發展與輔導 第一章：青少年的意義與導論

1. 青少年 (adolescence) 是個體一生之中身心發展與改變最大的階段之一，在生理、認知、性別角色、自我、生涯等方面都有了新的成長；伴隨來的家庭、同儕、學校、社會與文化對青少年也有了新的反應與期望。
2. 對當前成長與發展中的青少年而言，可能正面臨著各種新的挑戰與問題，如¹網際網路育資訊的發展與暴增、²人際的競爭與疏離、³兩性關係的調整與⁴家庭結構的改變。
3. 目前對青少年意義之界定主要有五大類不同的觀點：¹生理觀點、²心理觀點、³社會學觀點、⁴年齡觀點及⁵法律觀點。
4. 青少年具有¹青少年是生理發展的時期、²青少年是一個年齡層、³青少年市一個發展階段、⁴青少年是一個轉折點、⁵青少年是一種社會文化現象、⁶青少年有一定範圍及⁷青少年是一個關鍵期等多樣的性質。
5. 青少年時期是受過去影響與受未來所牽引的一個人生階段。
6. 盧梭 (Jean Jacques Rousseau) 在愛彌兒一書中，最早依兒童發展與教育的需求，將人生劃分為四個階段：
 - (1) 嬰兒期→5 歲以前。由於兒童缺乏推理能力，因此應該減少各種限制與約束，順從天生的發展潛能，並加強感官與體
 - (2) 未開化期→5-12 歲。 育教育。
 - (3) 少年期→約 12-15 歲。開始實施閱讀與寫作的正式教育，此一階段係理性功能的覺醒期，年輕人擁有鉅大的身體能源與智慧好奇心，因此學校應該鼓勵青少年的探索行為。
 - (4) 青少年期→15-20 歲。個人的情緒成熟，不再自私，當個人強烈關懷社會與他人時，青少年就具有成人的道德。
7. 佛洛伊德 (Sigmund Freud) 將兒童與青少年的人格發展劃分為五個階段¹口腔期 (出生至 1½ 歲)、²肛門期 (1½ 至 3 歲)、³性器期 (3 至 5 歲)、⁴潛伏期 (5 至 12 歲)、⁵兩性期 (12 歲以上)。
8. 皮亞傑 (Jean Piaget) 將兒童智慧發展分為四個階段¹感覺動作階段 (出生至 2 歲)、²運思前期 (2 至 7 歲)、³具體運思期 (7 至 11 歲)、⁴形式運思期 (11 歲以上)。
9. 艾力克遜 (Erik H. Erikson) 將整個人生劃分為八個時期¹嬰兒期 (0 至 1½ 歲)、²兒童早期 (1½ 至 3 歲)、³學前期 (3 至 5 歲)、⁴學齡期 (5 至 12 歲)、⁵青少年期 (12 至 18 歲)【是自我辨識與認定的重要時期，在此時期發展不利者，將阻礙以後人生各期心理社會為基的克服】、⁶成年初期 (18 至 25 歲)、⁷成人期 (25 至 65 歲)、⁸老年期 (65 歲以上)。
10. 從人生歷程來看，人生大約可分成七個階段¹嬰兒期 (0 至 3 歲)、²兒童期 (3 至 12 歲)、³青少年期 (12 至 18 歲)、⁴成人初期 (18 至 35 歲)、⁵中年期 (35 至 60 歲)、⁶老年期、成人後期或後成熟期 (60 至 80 歲)、⁷老年後期 (80 歲以後)。
11. 「發展」(development) 隱含發育、成長、分化、成熟、改變、長大、轉變、蛻變等多重意義。
12. 人類的發展是有規律的、有順序的、可預測的與有方向的。
13. 發展意謂著個體功能的增進，能夠更有技巧、更有能力，同時複雜度與深度增加。除非有嚴重障礙，否則個體的發展是前進式的 (forward)，也是延續性的 (continuous)。
14. 個體的發展可以利用 $C = f(T)$ 的公式加以表示。
15. 青少年的發展具有下列的基本性質：¹兼具質 (quality) 與量 (quantity) 的改變、²兼有連續性 (continuity) 與間斷性 (discontinuity) 的特質、³同時兼有穩定性 (stability) 與不穩定性 (instability) 的狀態、⁴具有共通性 (universe) 與變異性 (variability) 的性質、⁵兼有分化 (differentiation) 與統整 (integration) 的功能、⁶兼有正常發展 (normality) 與易受傷害 (vulnerability) 的可能【邊緣人】。
16. 「輔導」(guidance) 包含有協助、幫助、支持、鼓勵、援助的意思。
17. 1960 年代以後，隨著心理學的蓬勃發展與測驗工具的日益精進，輔導工作也逐漸科學化與效率化，同時，「諮

商」(counseling)的名詞興起，強調利用心理學的原理原則，協助個體了解自我、認識環境，以達到成長與適應。雖然諮商較強調深層語言溝通與情感投入，但本質上也在於協助個體作最好的發展。

- 18.就青少年輔導工作而言，輔導工作具有下列的主要功能：¹協助青少年了解自己，並且能承擔自己的責任；²協助青少年了解教育與工作世界，並擴展學習與生涯能力；³協助青少年有能力作自我抉擇，並能解決個人的問題；⁴協助青少年發展良好的道德、良心與價值觀念；⁵協助青少年學習人際交往技巧與人際關係的性質，並能達到良好的社會適應。
- 19.就輔導的內容而言，青少年輔導工作有下列六個重點：¹評估；²資訊提供；³諮商；⁴諮詢；⁵計劃、安置與追蹤；⁶評鑑。
- 20.輔導工作的目標：¹預防、²矯治(ex 嫌惡治療、代幣法)、³發展。
- 21.青少年輔導應掌握下列原則，才能使輔導工作發揮效果：¹尊重青少年的價值與尊嚴、²接納與關愛青少年、³注重青少年的個別需求、⁴教育與輔導工作者應具有良好人格特質、⁵應掌握社會脈動不斷成長。
- 22.青少年諮商與輔導的技巧基本上有四大領域：¹基本技巧、²評估與設定目標的技巧、³評鑑的技巧、⁴選擇輔導策略與應用各種策略的技巧。
- 23.達榭(Dacey)認為¹社會體制的革新(教育體制的革新、司法體制的革新、家庭教育的增進、推廣價值澄清與道德教育)與²對青少年有適宜的輔導態度(誠實、幽默、耐心、澄清限制、注意畏縮的青少年、澄清價值、具有溝通技巧)相配合，方能整體性的協助青少年健全發展。
- 24.成人對青少年存有嚴重的負向刻板印象(negative stereotypes)可能原因如下：¹青少年使成人記起個人的生活體驗；²青少年對成人的自我、安全與地位有所威脅；³成人對青少年會有羨慕與嫉妒；⁴成人害怕失去對青少年的控制；⁵青少年的價值觀念常對成人的傳統價值體系會有所挑戰。
- 25.青少年的研究方法：¹實驗法、²觀察法、³相關法、⁴調查法、⁵個案研究法。
- 26.青少年的研究設計可分為四個層面：¹實驗室對自然法、²支配性對非支配性、³理論性對非理論性、⁴年齡改變對年齡不同。
- 27.青少年研究之設計：¹縱貫法、²橫斷法、³時間差法。

青少年發展與輔導 第二章：青少年發展的理論模式 I

- 1.如果一個或一組**概念信架構**清晰與明確，同時具有**系統性**、**完整性**、**統合性**或**實用性**，則可視為是一個理論（theory）。
- 2.青少年**發展的理論**具有下列四種功能：¹描述性功能、²界定性功能、³關聯性功能、⁴統整性功能。
- 3.青少年發展的理論並非真理，也不是恆久不變的，他可以因為出現新的資料或有了新的研究發現，而被加以重新建構。青少年發展的理論也應具有**可驗證性**（testable）與**操作性**（operational）的特質。
- 4.青少年發展有六種重要理論模式：¹進化理論、²生物理論、³精神分析理論、⁴學習理論、⁵認知發展理論、⁶社會文化理論。
- 5.進化理論：假定個體的發展**受自然法則影響**，青少年的生長與發展就是其適應環境的一種現象；包括¹複演論²生物進化論³發展螺旋論。
 - ①霍爾（G. Stanley Hall）：複演論。
 - *個體的發展包含四個階段¹嬰兒期、²兒童期、³少年期、⁴青少年期（個體由未開化轉變到文明化的個體的重要時期）。這四個時期就是人類祖先由原始社會進化到工商社會的軌跡反應，個體成長的歷程就是在「複演」人類進化的歷程（原始社會→狩獵時代→農牧社會→現代社會）。基於人類複演的論點，將青少年期視為是「**狂暴與衝突**」及「**風暴與壓力**」的階段。
 - *青少年的年齡約在 12 至 25 歲之間，這個階段具有「**矛盾的傾向**」（contradicting tendency），影含著下列各種相互對立的積極發展與騷亂變異的可能性¹活力與熱情對冷漠與無聊、²歡樂與笑聲對憂鬱與悲傷、³虛榮與自誇對謙卑與羞愧、⁴理想的利他對自私、⁵敏銳對冷淡、⁶溫柔對野蠻。
 - *在青少年發展與輔導上具有下列的貢獻：¹開啟青少年研究的先河，使學術界開始重視青少年問題；²把青少年視為人生風暴與不安的階段，促使政府與社會大眾關注青少年輔導工作；³把青少年視為人類進化至工商社會的翻版，使一般人較能容忍青少年不當的行為表現。
 - *缺點：¹個體發展在重複人類人種發展的歷程，並沒有科學的資料可作佐證；²青少年是人生狂飈與風暴期的論點也沒有充分的科學證據，甚多青少年是平安、愉快的度過這個階段；³人生的各個階段都有可能遭遇不同的困難，非獨青少年期而已。
 - *反對霍爾理論的科爾曼（Coleman）提出「**焦點理論**」（focal theory），認為人生有不同階段，每個階段都有不同的問題，人通常會以某一個問題為處理焦點，焦點問題獲得解決，其他問題也可獲得解決。
 - ②達爾文（Charles Darwin）：生物進化論。
 - ③葛賽爾（Arnold Gesell）：發展螺旋論
 - *慣用觀察的方法紀錄或攝錄兒童發展的歷程。
 - *認為個體的成長即是「**被遺忘所導引的成熟歷程**」，成長具有「**律動順序**」（rhythmic sequence），形成了「**螺旋狀**」，逐步爬昇，使機體日益成熟與精密。
 - *發展螺旋論認為生長具有**前進**（forward）與**後退**（backward）的現象；在成長過程中，由於內在與外在的開展，個體會產生不平衡的狀態，但隨之會以更好的平衡加以克服，因此整個個體的發展，形成前後牽引的律動延續歷程，當成長到達螺旋的中心，個體乃趨近於成熟。
 - *發展螺旋論的理論重點可以歸納如下：¹成長是由遺傳所導引的成熟狀態；²生長是一個規則的自然發展歷程；³生長像是螺旋一樣，具有前進與後退的律動現象；⁴生長歷程中會有不平衡產生，隨之再以新的平衡減低不平衡；⁵10 至 16 歲是個體日趨成熟的一個重要時期。
 - *從發展螺旋論看來，生物力量依然是青少年發展的主導因子，因此，優生保健的重要性可能甚於後天環境的教養；此外，青少年也不一定產生暴亂與麻煩，時間自然會解決個體發展過程中的困擾。
- 6.生物理論：生物理論注重青少年生理改變歷程的探討。青少年生物論以**田納**（J. M. Tanner）的研究最為卓著。

有五大研究重點：1 身體生長、2 陰毛生長、3 女性胸部生長、4 男性生殖器官生長、5 生長的個別差異現象。
7.精神分析理論：心理學研究與心理診療上的第一大學派，包括¹性心理發展論、²慾力再現論、³人際關係論、⁴心理社會論、⁵辨識認定類型論。

①佛洛伊德 (Sigmund Freud)：性心理發展論。

- *全部理論涉及青少年發展者所佔比重並不高，他關注的重點在於**兒童早期**。不過在他的名著《性學三論》(Three Essays on the Theory of Sexuality)中，曾將青少年期描述為性興奮、焦慮，以及有時會有人格困擾的情形。根據佛洛伊德的說法，**人格的發展是以性心理的發展為基礎**，早期性心理的發展並影響後期的適應。
- *個體人格發展，以**性心理**的不同作區分，可以分成五個階段¹口腔期、²肛門期、³性器期(伊底帕斯情結→戀母情結；艾烈克特拉情結→戀父情結)、⁴潛伏期、⁵兩性期(戀母情結或戀父情結的再覺醒)。
- *佛洛伊德的理論有三個重心：¹相信人類所有心理事件都與生理的生物化學特質有關，尤其與**性能力**密切關連；²心裡功能可區分為**本我 (Id)**、**自我 (ego, 調和衝動與良心的中心)**以及**超我 (良心與理想)**三者，這三者的發展與**衝突的表達、現實的考慮**，以及**良心的形成**有密切的關連；³佛洛伊德相信所有的行為背後都有其動機存在，很多的行為表現是受制於不自覺的**潛意識**作用，因為潛意識是個人慾求、動機、恐懼與衝突的貯藏庫。
- *對青少年發展而言，佛洛伊德的精神分析理論特別注重「**認同作用**」(identification)對青少年社會化的影響。認同作用可以提升青少年的價值感，使「自我」得以良好發展，並且有助於「超我」的提昇。
- *精神分析理論也特別重視**早年生活經驗**對個體長大之後的成長與適應的影響。
- *佛洛伊德曾指出「**昇華作用**」(sublimation)是將性衝動導向社會所接受之方式的一種積極自我防衛機轉。

②安娜佛洛伊德 (Anna Freud)：慾力再現論。

- *理論大致與其父親相似，但她更強調兒童期與青少年期對自我成熟與發展的重要性。
- *主要論著是《**自我與防衛機轉**》(The Ego and the Mechanisms of Defense)。此書中安娜概略敘述了嬰兒期至青少年期的性心理發展特徵，她把青少年視為是「**慾力再現**」(resurgence of libido)的階段，在此時期青少年由於生物的成熟而增高了**性與攻擊能源**(aggressive energy)。青少年的**性器官情感**(genital feeling)、**性目標**、**性幻想與目標**都是「慾力能源」(libidinal energy)的作用。
- *認為青少年階段因為動態性衝突的結果，會導致兩種負向的可能：¹**本我支配自我**、²**自我的反應固著與僵化**(壓制本我的存在引起；「禁慾主義」與「理智化」就是青少年階段二種特有的自我防禦機轉)。
- *認為青少年需要解決「本我、自我與超我的衝突」，否則會傷害自己；本我、自我與超我三者之間獲得平衡是有可能的。

③蘇利萬 (Harry Stack Sullivan)：人際關係論。

- *以**人際關係**與溝通的發展作為了解個體行為的基礎，強調個人在與他人交互來往與溝通之中發展與形成了人格。不同意性是青少年行為的動力；對青少年的發展而言，親密關係(chumship)才是親少年發展的重要助力。
- *二個基本假設：¹在個體生存的空間中存有一個「**人際場**」(interpersonal field)，對所有的人都會造成影響，雖然「人際場」在不同的人生階段會有所改變，但他是個體活動的重要成分；²人際溝通不良所產生的焦慮會導致個人的心理失常。
- *認為「**人際需求的滿足**」對個體的發展最為重要，需要「**安全感**」，而「安全感」就是「**免於焦慮的自由**」。人的焦慮感起源於兒童期開始的追求獨立及個人的無助感。
- *青少年有三個性心理發展階段：¹前青少年期 (preadolescence)，與好朋友的交往中，青少年獲知了親密的特性，因此形成了「**親密動力主義**」(intimacy dynamism)；²青少年期 (adolescence)，青少年的興趣轉移到異性朋友身上，「**親密動力主義**」轉變成「**色慾動力主義**」(lust dynamism)；³後青少年期 (late adolescence)，

青少年開始解決人際關係與「色慾動力主義」之間的衝突。

*輔導的過程包括四個階段：¹起始階段（inception）、²探索階段（reconnaissance）、³細節探究階段（detailed inquiry）、⁴終結階段（determination）。

④艾力克遜（Erik H. Erikson）：心理社會論。

*被視為是與精神分析理論有所不同的獨特理論體系；**心理社會論與精神分析理論最大的不同有三點**：¹心理社會論重視人的一生發展，而佛洛伊德的精神分析論只探討至青少年的兩性期發展階段；²心理社會論認為人生的每個階段都會遭遇心理社會危機，而精神分析論卻只注重性心理的作用；³心理社會論主張社會文化會影響個人的成長，而精神分析論卻漠視社會力量，認為個體的潛意識作用與性慾力才是個人生長的主導力量。

*代表著作為《**兒童期與社會**》（Childhood and Society）。

*認為**人生的發展可分成八個階段**（詳細內容請看課本 69 頁），每一個階段都隱含了各種社會期望，個人的成長就是每個人人生階段中所遭遇的衝突與緊張所導致的結果。將每個人人生階段的衝突稱之為「**心理社會危機**」，認為人生的八個階段是固定不變的，先前階段危機的克服與否又影響了以下各個階段解決危機的能力。

*青少年期的發展危機主要是與其辨識、認定或認同有關，如果辨識自己**順利**，即能發展出「**忠誠**」（fidelity）的美德；如果心理危機**無法克服**就會造成「**心理社會遲滯**」（psychosocial moratorium），不利於未來成人角色的適當發展。

⑤馬西亞（James Marcia）：辨識認定類型論；探討艾力克遜理論與概念的學者。

*一個能辨識與認定自我或一位成熟認定自己的人可以從職業選擇、宗教與政治意式形態中的「**危機**」（crisis）【指在人生事件的選擇與決定上是否經過一個「**主動作決定**」的時期】與「**承諾**」（commitment）【指在個人表現上**個人投資**或**投注心力**的程度】兩個變項加以評斷，並可經由此此兩個變項，衍伸為四個自我辨識與認定類型（詳細內容請看課本 73 頁）：¹辨識有成（identity achievement）、²辨識預定（identity foreclosure）、³辨識遲滯（identity moratorium）、⁴辨識混淆（identity diffusion）。

*最大的貢獻在於探討青少年自我辨識與認定的形成過程。

*將「辨識」視為青少年的一種**自我結構**（self-structure），此種自我結構是一種動態組織，包含個人內在的趨力、能力、信念與生活歷史，因此，自我是可改變的，也可以往比較適應的情況發展。

*其理論是經由**實徵性問卷**調查所形成的，因此被認為**甚具效度**。

青少年發展與輔導 第三章：青少年發展的理論模式 II

1.學習理論：將青少年的**行為**與**人格**視為學習的結果，而青少年所處的**環境**則塑造與修正了青少年的行為。不關心遺傳與生物力量對個體成長的影響，相反的，則著重於青少年對環境變遷的反應能力。青少年是一個具有**彈性**與**適應力**的行為體系，若環境有所改變，反應類型亦隨之改變，因此，**青少年成長的歷程就是一個學習的過程**。與青少年發展與輔導關係最為密切的有¹操作增強理論（Operant Reinforcement Theory）、²社會學習理論（Social Learning Theory）、³發展任務論（Developmental Tasks）。

①史肯納（Burrhus Frederic Skinner）：操作增強理論；心理學行為主義的大師，**重視環境對行為的影響**。→**極端行為主義**

*嚴格來說不是專注於青少年發展之探究。

*相信個體的**行為**是**有規則的**（lawful）、**可預測的**（be predicted）、**可控制的**（be controlled）。

*重視環境對行為的影響，曾提出 $B = f(E)$ ，B 代表行為、E 代表環境；人的一生都是處在學習的環境中，在生活中，人並非事事如意，有些帶來滿足，有些帶來痛苦，**獲得滿足的行為會得到增強**（或強化，reinforcement）。相信個人的行為是受制於環境的，因此青少年的行為是可訓練的、可教育的與可控制的。「**社會控制**」（social control）與「**自我控制**」（self-control）就是改變與塑造個人行為的二個重要力量。

*認為某一個反應的「**立即增強作用**」（immediate reinforcement）是操作增強的基本原理所在，個體先「**做了**」（does）某些事情，然後受到環境的「**增強**」，隨後相似行為發生的可能性乃增加，此種過程即是「**操作制約**」（operant conditioning）的學習歷程；亦即，個體「**操作**」（operates）環境，因而產生了一些效果，經由增強的系統性作用，使得反應的頻率與可能性增加，**增強作用促使個體行為「重複」表現**。

*在操作制約的歷程中，個體的行為是「**自發的**」（emitted），古典制約學習論（巴夫洛夫）則將個體的行為視為是「**被引發的**」（elicited）。

*在青少年發展與輔導上，學習理論除了可以幫助了解個體行為形成的過程之外，當青少年行為產生偏差或表現不好的行為時，更可以利用此一理論加以塑造、矯正或治療。後來的一些行為矯正或行為治療的理論與技術多是以操作增強論為基礎所發展而成的。

***社會控制**的方法很多，但基本運作歷程主要有四種技術：¹操作制約（operant conditioning），又可分為^①積極增強、^②消極增強、^③嫌惡刺激、^④去除積極增強物；²描述行為後果（describing contingencies），告知行為者「**增強作用的後果**」；³剝奪與飽足（deprivation and satiation），改變行為者的內在環境；⁴身體限制（physical restraint），限制身體自由。

*個人**自我控制**包括：¹身體限制→限制自己的身體，避免接近不當增強物而產生不良行為；²物理協助（physical aids）→借助物理器材控制自己；³改變刺激（changing stimulus）→將刺激物加以改變，或調整環境變項的技術；⁴飽足→讓個體自我飽足，以減少對刺激物的需求；⁵嫌惡刺激→使刺激物變得令人厭惡，以免除個人不當的行為表現；⁶替代法（doing something else）→以另一種刺激作為替代，以避免原有刺激引發不良行為反應。

②班都拉（Albert Bandura）：社會學習理論；**兼顧認知因素與個體行為的影響**。

*班都拉與史肯納理論最大的不同在於¹班都拉重視認知能力對個體的影響，較看輕環境的作用；²班都拉強調增強作用可以是「**替身的**」（vicarious），直接觀察到他人所受的酬賞，對個人本身也會發生增強作用；³班都拉認為行為是環境與個人的內在事件（internal events）交互作用的結果；⁴班都拉強調沒有認知的中介作用，增強作用就不會發生，單獨的環境作用不必然會產生增強作用。

*提出 $B = f(P \cdot E)$ ，B 代表行為、P 代表個人的一切內在事件、E 代表環境。人在環境制約過程中，具有選擇與自我調整的能力，也具有行為的主動性。班都拉不同意史肯納所稱人是被動受限於環境的論點；對成長中的青少年而言，班都拉的理論似乎更適宜解釋他們行為形成的過程。

*根據班都拉的理論，青少年透過**觀察**（observation）**歷程**就能進行學習，並不需要個人親身體驗並直接受到獎懲。觀察學習的歷程主要經過四個步驟：¹注意過程、²保持過程、³再生過程、⁴增強歷程。→**模仿的歷程**（modeling process）

*「觀察」與「模仿」是青少年行為形成的主要根源。

*班都拉非常**重視認知對行為的學習的作用**，他認為「自我系統」（主要成分為自我效能）就是個體的「認知結構」（cognitive structure）。

***自我效能**就是在特定情境中個體對自己可以表現良好行為程度的自我知覺，也是個體對自己行為成功的自我評價；又可區分為「效能期望」（efficacy expectation，個人對執行或完成某一事件的信心）與「結果期望」（outcome expectation，個人對行為結果的預測）。影響自我效能形成的來源共有四方面：¹成就的達成、²替身經驗、³口語說服、⁴情緒激起。

*就青少年的輔導而言，由於模仿是行為形成的主要因素，因此為青少年提供良好的楷模頗為重要。班都拉認為楷模要發揮心理影響力，須有三個條件配合：¹楷模的特質、²觀察者的特質、³模仿的結果。

*班都拉認為輔導與治療的最終目標是「自我規劃」（self-regulation），要使當事人達成自我規劃須有三個階段：¹誘發改變、²類化、³維持。

*為了促使當事人達到自我規劃的目標，班都拉另外再提出下列各種治療技術：¹明顯或替身楷模法、²隱性或認知楷模法、³激發自制力。

*班都拉認為人的行為是具有目標導向的，他對人的行為改變是持樂觀的態度，同時也相信人可以控制自己的行為。

③哈維葛斯特（Robert Havighurst）：發展任務論。

*個體成長的每一階段都有相對應需要去達成或發展的事項、工作或任務，能完成或達成階段性發展者才是一位健康或適應良好的人。

*由於哈維葛斯特的發展任務論與文化社會理論密切關聯，故也有學者將他的理論視為**社會心理學**。

*根據哈維葛斯特的理論，青少年時期共有九項發展任務（詳細內容請看課本 91 頁）。相信青少年時期是學習與達成任務的「敏感時期」，是個體生理成熟，而且幾乎可以學習各種新能力的時期，此時期的學習如果效果不佳會影響後期的學習，因此發展任務亦具有**次序性**。

2. 認知發展論：關注個體知識（knowing）與訊息處理（information processing）的發展歷程，亦即以**青少年的認知**為關注的重點。認知涉及個體的概念化、推理、思考、記憶、判斷等高級且複雜的心智歷程（mental process）。在青少年的發展上，認知論者關心在人生不同發展階段**思考與認知的特性及改變過程**。許多認知學者認為青少年期是**個體新技能、創造力**或**思考判斷力**嶄新開展的階段。青少年認知發展論以¹皮亞傑的認知發展論、²郭爾保的道德發展論與³西爾曼的社會認知論。

①皮亞傑（Jean Piaget）：認知發展論。

*個體的**智能**依**規則的**與**可預測的**類型改變。

*認知發展理論有二個基本的概念：¹基模（scheme）、²適應（adaptation）。

***基模**是個體適應環境的思考與動作的基本模式，是個體在既有的生物條件下所獲得的能力與經驗。是認知發展的基本結構，基模的改變表示學習的結果。

*知識的形成是與獲得是**適應**的結果。當個體接觸新的情境時，會以既有的基模去解釋新的經驗，使新經驗能溶入既有的基模中，此種過程稱之為**同化**（assimilation）。另一方面，當個體原有的基模無法去充分解釋新的經驗時，個體會參考外界事物的特徵，修正既有的基模，以適合新的事物或目標，避免認知結構失去平衡，此一過程稱之為**調適**（accommodation）。經由同化與調適二個歷程，個體可能擴展了既有的基模，或修正了既有的基模，兩者交互作用使個體達到適應，並獲得知識。為了獲得新經驗，個體必須使新舊經驗能產生連絡，同時也須修正基模以區分新舊經驗的不同，**認知結構即是基模不斷重組（restructuring）**的結

果。

*建立認知發展階段論，認為個體的發展共分四個時期：¹感覺動作階段（出生至 2 歲）、²運思前期（2 至 7 歲）、³具體運思期（7 至 11 歲）、⁴形式運思期（11 歲以上；青少年的思考依照「邏輯原則」作思考運作，而非感覺或經驗）。

*青少年在問題解決上有三種基本的特徵：¹可以系統化的設定調查研究的計畫；²能經由試驗而在較少偏見的情況下正確地紀錄結果；³可以做邏輯結論。

*認知發展論在青少年輔導上具有下列意義：¹青少年在心智上已接近成熟，可以在心智上作多層面的思考與判斷；²青少年能夠開始思考未來，考慮未來各種變化的可能性；³青少年可以依照邏輯原則思考與驗證事物；⁴青少年已經可以預見行為的後果；⁵青少年可以依據更現實（realistic）的方式思考自己與其所處的世界。

②郭爾保（Lawrence Kohlberg）：道德發展論；深受皮亞傑認知發展論的影響，以認知歷程作為個體道德推理（moral reasoning）的基礎，認為道德推理是與智能結合相切合的歷程。

***道德**（morality）係指行為的標準獲準則，也是個人判斷是非善惡的依據。從認知觀點探究道德判斷與道德推理的改變情形；道德改變的核心在於正義概念（concept of justice）的轉變，為了實際考驗道德的改變，設計了一系列**道德兩難**（moral dilemma）的複雜故事。

*提出道德發展的**三層次**（循規前期→循規期→循規後期）**六階段**（懲罰與服從導向→個別工具性目的與交換導向→保持良好關係與獲得讚賞→權威維持的道德→民主契約的道德→普通的倫理原則）論（詳細內容請看課本 100 頁）。

*郭爾保的道德發展論雖然也如皮亞傑的認知發展論一樣，認為早期的發展是後期發展的基礎，但各層次及各階段並沒有明確對應的年齡。

③西爾曼（Robert Selman）：社會認知論；以皮亞傑與郭爾保的理論為基礎所發展而成的，尤其關心社會認知過程中的**社會角色取代**（social role-taking）作用。

***探究的重點**在於個人的社會訊息處理過程。**研究的重點**在於兒童與青少年如何區別人我的不同，以及友誼形成的過程。

	人際了解五階段	友誼發展五階段
階段 0	自我中心未分化階段（3 至 6 歲）	暫時性玩伴階段（3 至 7 歲）
階段 1	主觀觀點階段（5 至 9 歲）	單方協助階段（5 至 9 歲）
階段 2	自我深思熟慮階段（7 至 12 歲）	公平氣氛下的合作階段（6 至 12 歲）
階段 3	相互觀點取替階段（10 至 15 歲）	親密與相互分享階段（9 至 15 歲）
階段 4	深層與社會觀點取替階段（青少年至成人期之間）	自主相互依賴階段（12 歲以上的青少年與成人）

3.社會文化理論：由社會環境來思考青少年的問題；可分為三個主要派別：¹場地理論（field theory）、²人類學理論（anthropological theory）、³社會文化論（social cultural theory）。

①勒溫（Kurt Lewin）：場地理論；

②米德（Margaret Mead）：人類學理論；

③班乃迪克斯（Ruth Benedict）：社會文化論；