

大学生冒险行为的心理学解读

许静^{1*} 杨秀君²

1. 上海大学心理辅导中心, 上海, 200444;

2. 上海大学社会科学学部, 上海, 200444

邮箱: xujingfj@163.com

摘要: 从青少年期冒险行为的界定和大学生心理发展特点入手, 从心理学视角提出大学生冒险行为的几种可能解释, 然后结合实际心理咨询案例片段, 分析大学生冒险行为背后的心理动力, 帮助咨询师更好地理解大学生冒险行为, 让其积极价值得到充分发挥, 尽可能减少其消极影响。

关键词: 大学生; 冒险行为; 心理解读

收稿日期: 2018-07-10; 录用日期: 2018-08-20; 发表日期: 2019-04-15

A Psychological Interpretation of College Students' Risk-taking Behavior

Xu Jing^{1*} Yang Xiujun²

1. Counseling Centre, Shanghai University, Shanghai 200444;
2. Faculty of Social Sciences, Shanghai University, Shanghai 200444

Abstract: Starting from the definition of the Adolescent risk-taking behavior and the psychological characteristics of college students, several possible explanations for college students' risk-taking behavior were proposed from a psychological perspective. Combined with the clinical case fragments of college psychological counseling, the psychological motivation behind the risk-taking behavior of college students was analyzed. It should help the counselors to better understand the risk-taking behaviors of college students. Its positive value would be brought into full play, and its negative effects would be reduced as much as possible.

Key words: College student; Risk-taking behavior; Psychological interpretation

Received: 2018-07-10; Accepted: 2018-08-20; Published: 2019-04-15

Copyright © 2019 by author(s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 青少年期冒险行为的界定

当代学者通过各种实证研究表明, 青少年期确实是冒险行为的高发期 [1] [2]。这一时期是个体在人生成长过程中极为重要的阶段, 是个体从幼稚向成熟过渡的关键时期, 也是个体一生中生理和心理动荡起伏最大的时期, 这一时期的青少年容易受到生理、心理和社会因素的影响做出各种冒险行为。

青少年的冒险行为总体上可分为社会可接受冒险行为 / 积极冒险行为和适应

不良冒险行为/消极冒险行为 [3]。前者是指那些被社会广泛接受和认可的、经过一定训练的、采取一定保护措施的、能够促进身心健康发展的冒险行为,主要包括带有冒险性的体育运动,如登山、跳伞、潜水或滑雪等。后者也常被称为问题行为、危险行为等,是指那些带有犯罪性质或不被社会所接受和认可的冒险行为,如吸烟、酗酒、吸毒、酒后驾车、发生不安全性行为、欺骗等 [4]。这类冒险行为会对青少年自身以及周围的其他人产生一定程度的不良影响 [5],是导致青少年高发病率和死亡率高死亡率的主要原因 [6],因而成为社会最为关注的热点之一。

2 大学生心理发展的特点

相对于青少年整体,大学生群体具有一定的特殊性。大学生处于青少年晚期向成年期过渡的关键时期,社会生活领域迅速扩大,在认知、情感上都发生着很大变化。他们内心呼喊自我价值,渴望自我独立,需要经历一个心理上的“延缓偿付期”。

在社会大环境的影响下,青少年期需要解决的一些心理议题被推后,自我同一性成为当前大学生人生发展的关键性阶段任务。他们关注自己的身体,希望了解自己的性格与能力,开始思考自己的存在价值和人生意义。他们在思考“我是谁?”“我有什么目标?”“我为什么上大学?”等问题。他们需要整合别人眼中的自己和自己眼中的自己,理想中的自己和现实中的自己,过去的自己、现在的自己和未来的自己,以获得稳定和谐自我意识。他们既渴望独立又难免依赖,既渴望交往又闭锁内心,有时自负有时自卑,当这些冲突难以调和时,很容易出现焦虑、迷茫、失落等情绪,冒险行为在所难免。近年来,媒体对大学生冒险行为,如考试作弊、逃课、非理智性行为,甚至自杀等现象时有报道,已引起社会的广泛关注 [7]。

本文试图从心理学的视角出发,结合实际心理咨询临床案例片段,分析大学生冒险行为背后的心理因素,以便更好地理解 and 预防大学生的冒险行为,让冒险行为的积极价值得到充分发挥,让其消极影响得到有效降低。

3 精神分析对大学生冒险行为的解释

3.1 释放过剩的心理能量

弗洛伊德认为,个体身上存在一种促进生命本能去完成目标的能量,即力比多[8]。力比多在每个发展阶段都将能量贯注于一个对应的身体部位或区域,成为力比多兴奋的中心。大学生已经进入弗洛伊德所说的“生殖期”,体内的荷尔蒙急剧增加,体内积累了大量的力比多,导致这个时期的个体处于较高的焦虑水平。高焦虑驱使大学生倾向于将自己的行动范围向外扩张,寻找一切可能途径去释放这些心理能量,冒险行为就是其中的一种,例如高强度的体育运动、超限度的抽烟饮酒、冲动性或不安全的性行为等。

3.2 增强自我控制感

埃里克森认为,人的自我意识发展持续一生,但“自我同一性”的形成在青少年期占有首要地位。大学生面临新的社会要求和社会冲突,会感到困扰和混乱,典型的同一性混乱表现为“我掌握不了某些生活”,即缺乏对生活的自我控制感。控制感总是伴随着个体化的形成、自我独立意识的发展和个人能力的提升而发展。在整合探索自我同一性的过程中,大学生可能通过把自己放于危险的境地中去体验自己的能力,而冒险行为则提供了最大可能的试验空间。他们通过冒险行为去体验成功感,去寻找自己对生活的控制领域,去突破自己以往生活的局限,从而增强自我控制感[9]。

3.3 探索真自我

温尼科特认为,长期养育失败使得“自我”分裂成“真自我”和“假自我”两个部分,主要依赖“假自我”生存的大学生表面一切正常,甚至成熟懂事,但实际上脆弱而敏感,无法真实地表达自己,极其缺乏安全感,难以与人建立真实而稳定的人际关系[10]。假如生活境遇的改变使得他们遇到能够认可他们的好客体,感觉到周围环境足够安全和抱持,他们便有可能尝试通过某些冒险行为,让部分“内在小孩”再次成长,发展更为强大的自我,从而更加真实、自由、有创意地生活。

四、对几例大学生冒险行为的临床分析

4.1 为爱痴狂的学霸

小P学习成绩优秀，科研能力较强，大二时就有博导提出要收他当研究生。他喜欢上了同一课题组里的女生小Q，尽管小Q多次表示不喜欢他，他还是通过各种方式频繁给对方发讯息，还常常尾随对方，阻止其他男生跟小Q说话。后来小Q忍无可忍，说了一些在小P听起来有些伤自尊的话，小P便采取报复行为，毁坏了小Q的学习资料，还扬言要和她同归于尽。

在小P身上能看到不少理工男的特点，能够熟练控制仪器，却不知如何与异性相处。他身体内部聚集了大量性能量无处发泄，全部投到自己想象的性对象身上，无时无刻不在想着对方，通过言语表达和直接行动来减轻自己的性焦虑。以往经验让他以为只要自己再优秀一点、再努力一点，就一定可以得到对方，却不知这样疯狂地追求给对方造成了不小的困扰。情感受挫使他脆弱而敏感的自我崩溃了，自恋受损后力比多从性本能转向死本能，试图通过报复来毁灭引发愤怒的对象，甚至自我毁灭。

4.2 等待“宣判”的学渣

小X已经进入试读期，根据学校规定，如果这一学年的所得学分没有达到本学年所选学分的2/3，则可被要求退学。小X第一学期选的课全部挂科，第二学期没有选任何课。当有人问他为何不主动申请退学时，他的回答是：“不能让我爸妈太舒服了，我要继续我的冒险，让我爸妈再煎熬一段时间。”他的冒险不仅让他毁掉了自己的大学生涯，还差点要了他的命，他曾因过度饮酒引发酒精中毒被送进医院抢救。

小X长相斯文，中学时的叛逆行为以全家祖辈的集体劝诫告终。他对父母的无能感到不满，同时体会到自己内心的无力感。他试图在父亲身上寻找男性榜样，却发现父亲身上有很大一部分是自己不认可的，他不知道自己该成为什么样的男人。于是，他选择让自己处于一个“失控”的状态中，在惩罚父母的同时，逃避当下需要解决的问题。

4.3 骑行远足的“孤独者”

小N父母离异，双方都重组家庭，并有了各自的孩子，他跟着爷爷一起生活，爷爷觉得他很可怜，尽可能地满足他的一切物质要求，却从未教过他如何待人接物。进入大学校园的小N既融不进男生们的圈子，又被女生们抗拒，只能经常独来独往，感觉与别人之间总是隔着一堵墙。临近期末，他向辅导员请假，说想独自骑自行车去海南旅行。

小N内心很孤单，渴望与人交流接触。在强大的现实焦虑和情感渴望之下，小N在人际上盲目出击，引发周围人的反感，于是他转而选择骑行远足这一冒险行为。家庭变故让他成了“多余的人”，爷爷也日渐老去，他对未来很迷茫，不知道自己的生活方向和人生意义。小N幻想漂泊的过程能化解自己的焦虑和冲动，让自己暂时忘却现实的窘境，体验不一样的人生。也许在旅途中他能看到更多不同的生活状态，能发现更多生活的意义，能发现自己存在这个世界上的真正价值。

5 结语

人们常说，大学是个小社会。在正式进入成人世界之前，大学生们通过各种或大或小的冒险行为来挑战自己的能力，探索人生的意义，以便最终获得对自己生活的控制感。以上是大学生冒险行为的几个缩影，或许并不能囊括冒险行为的方方面面，对于案例的理解也略显粗浅，但是希望能帮助咨询师看到大学生冒险行为背后的心理动力，更深入地理解大学生冒险行为，从而更好地引导冒险行为背后的能量往更积极的方向流动，减少冒险行为带来的消极影响。

基金项目

本文系上海高校辅导员工作培育项目“朋辈互助 全人发展——创建基于生活社区的心理工作室”（2015-10）、上海市哲学社会科学教育学一般项目“中小学生抗挫折能力提升机制研究”（A1703）以及“上海大学思想政治教育教研部党支部书记工作室”建设项目研究成果。

参考文献

- [1] Smith A R, Chein J, Steinberg L. Peers increase adolescent risk taking even when the probabilities of negative outcomes are known [J]. *Developmental psychology*, 2014, 50 (5): 1564–1568.
- [2] Weigard A, Chein J, Albert D., et al. Effects of anonymous peer observation on adolescents' preference for immediate rewards [J]. *Developmental Science*, 2014, 17 (1): 71–78.
- [3] 田录梅, 夏大勇, 李永梅, 等. 积极同伴压力、自尊对青少年不同冒险行为的影响 [J]. *心理发展与教育*, 2016, 32 (3): 349–357.
- [4] 张明, 陈丽娜. 感觉寻求与青少年冒险行为研究的现状和趋势 [J]. *东北师大学报 (哲学社会科学版)*, 2003 (3): 125–129.
- [5] 周丽华, 张晓贤. 青少年高冒险行为与大脑发展 [J]. *心理学探新*, 2012, 32 (3): 199–203.
- [6] Logue S, Chein J, Gould T., et al. Adolescent mice, unlike adults, consume more alcohol in the presence of peers than alone [J]. *Developmental Science*, 2014, 17 (1): 79–85.
- [7] 尹文娟, 郑东辉, 周海明. 大学生冒险行为及其与抗逆力的关系 [J]. *西安文理学院学报 (社会科学版)*, 2016, 19 (1): 98–101, 109.
- [8] Mitchell S A. 弗洛伊德及其后继者 [M]. 陈祉妍, 等译. 上海: 商务印书馆, 2007.
- [9] Courtois R. 青少年期冒险行为 [M]. 费群蝶, 译. 上海: 上海社会科学院出版社, 2016.
- [10] 郗浩丽. 温尼科特: 儿童精神分析实践者 [M]. 广州: 广东教育出版社, 2012.