

基于阿德勒个体心理学视角的青少年犯罪预防研究

王子轩 刘方舟 *

沭阳高级中学，江苏 宿迁 223600

摘要：青少年犯罪是当今社会面临的严峻挑战，其预防工作关乎国家未来与社会和谐。奥地利心理学家阿弗雷德·阿德勒创立的个体心理学理论，对解读青少年越轨行为具有强大的解释力，为我们研究青少年犯罪问题行为提供了一个绝佳的理论基础。研究采用文献分析与问卷调查的方法，实证检验阿德勒理论中的自卑感、社会兴趣和生活风格等核心概念与青少年犯罪行为倾向的关联，构建了一套以培养青少年健全人格为导向，面向全体学生教育前置、针对高风险学生早期干预、家庭与社区赋能的三级预防体系，以期为家庭、学校乃至社会的协同育人工作提供参考。

关键词：青少年犯罪；个体心理学；自卑感；社会兴趣；生活风格

0 引言：问题的提出与研究背景

2025年中国最高人民检察院发布的《未成年人检察工作白皮书（2024）》指出，2024年全国检察机关受理审查起诉未成年人犯罪人数量增幅较2023年有所放缓，但依然有101526名未成年人因盗窃、诈骗、聚众斗殴、强奸等各类犯罪问题受到审查起诉^[1]。可见青少年犯罪情况依旧严峻，预防青少年犯罪工作依旧存在巨大压力。如何有效预防青少年犯罪问题发生，也成了社会和学术研究关注的重点。

青少年犯罪是一个复杂的社会现象，涉及家庭、学校、社会和个体等多个层面的因素影响^[2]。众多学者从家庭成长环境、学校教育背景、社会环境支持、法律法规完善等方面提出了一系列有效的预防措施。但是，这些传统的预防手段多侧重于道德说教和事后惩戒，难以触及青少年犯罪行为背后的深层心理根源。在此背景下，探寻一种能够深入青少年个体内心世界、解析其行为动机的心理学理论，就显得尤为重要。

1 理论框架：阿德勒个体心理学的核心要义及其犯罪学解读

阿尔弗雷德·阿德勒（Alfred Adler）是奥地利精神病学家、个体心理学的创始人，他的个体心理学理论在心理学史上占据着重要地位，推动了心理学从关注个体的内在本能向关注个体与社会环境相互作用的方向发展。其理论和方法在心理咨询、教育、家庭治疗等领域得到了广泛应用。研究首先通过文献分析法，检索并梳理了中国知网（CNKI）数据库中关于“阿德勒心理学”“青少年犯罪”“社会兴趣”等主题的研究成果，借鉴已有学术研究成果，为本研究提供坚实的理论支撑。

1.1 自卑感与过度补偿可能是犯罪的一种重要心理动力

自卑感是指在和别人比较时，由于低估自己而产生的情绪体验，严重自卑感是心理上的一种缺陷。阿德勒认为，自卑感是人类与生俱来的一种普遍情感，人类的所有行为都是出于“自卑感”或者对“自卑感”的克服和超越。拥有自卑感并非完全是消极的，它是个体追求卓越的根本动力，促使个体通过努力与成就来实现补偿，从而获得成长。但是，当青少年因生理缺陷、家庭贫困、学业失败或人际关系受挫等因素而体验到错误或过度的自卑感时，其心理平衡便被打破，他们可能无法通过社会认可的途径获得价值感，就会采取一种过度补偿的方式。这种补偿指向的是一种虚假的、个人化的“优越感”，而非与社会利益相一致的卓越。于是，一些青少年便会通过暴力来彰显“强大”，通过盗窃来获取“财富”，通过破坏规则来吸引“关注”，其行为本质上成为了他们消除难以忍受的自卑感的一种快捷但扭曲的途径。

1.2 社会兴趣的缺失是犯罪的根源性症结

“社会兴趣”（Social Interest）是阿德勒理论中最具开创性的概念，指个体觉知到自己是人类社会的一份子，以及个体在处理社会事务时的态度^[3]，也是衡量心理健康的晴雨表。简单来说，社会兴趣就是关心他人、关心社会、愿意为集体福祉做出贡献的一种倾向和能力。缺乏合作精神和社会兴趣的人将难以适应社会环境，容易陷入孤立和自我封闭，成为生活中的“失败者”。正如阿德勒所讲，所有失败者——神经症、精神病、酗酒者、罪犯、问题儿童、自杀者——之所以失败，就是因为他们缺乏归属感和社会兴趣^[4]。当青少年在发展过程中，由于家庭溺爱、忽视或错误的教养方式，未能成功建立起与他人的联结感和合作精神时，他

们的“社会兴趣”这一心理健康的“晴雨表”便会失灵。他们无法理解合作的价值，无法与他人产生共情，人生目标也开始转向孤立、自私，其行为也会完全背离了社会共同福利的方向。因此，社会兴趣的严重缺失或发育不良，是犯罪行为最根本的心理特征。

1.3 错误的生活风格与私人逻辑奠定了犯罪的认知基础

生活风格（Style of Life）是阿德勒针对个体克服自卑追求优越的方式的定义，是个体在长期的活动中形成的相对固定的方法系统^[5]。青少年的生活风格，在童年时期（约4-5岁）就已经在家庭氛围、教育方式等多重因素的共同影响下基本形成，成为其后续成长阶段应对世界的“人生指南”。如果，童年时期生活在一个充满忽视、拒绝、溺爱或暴力的家庭环境中，孩子就极易形成错误的生活风格和与之相配套的私人逻辑——一套自洽但扭曲的信念系统。例如：“我必须欺负别人，别人才会怕我”“只有偷东西，我才能得到我想要的东西”“这个世界对我不公，所以我报复它是合理的”。这套错误的认知图式，就像一幅有缺陷的人生地图，引导着他们在每一个人生岔路口都走向错误的方向，最终可能滑向犯罪的深渊。

2 研究过程与分析：数据呈现与理论阐释

为进一步验证阿德勒个体心理学中自卑感、社会兴趣、生活风格等核心概念与青少年犯罪的理论关联，2025年1月，笔者就青少年犯罪问题展开问卷调查。问卷设计从个体心理、家庭学校环境等角度出发，了解青少年的社会认知、自我认知和应对方式等，避免因直接询问犯罪行为而导致结果失真。调查过程，共计向初高中生群体发放问卷150份，其中男生90人、女生60人，最终收回有效问卷138份，有效率达92%。

2.1 关于自卑感与行为倾向的发现

对问卷结果进行归类分析，结果显示约有35%的学生表示“经常”或“有时”会感到自己不如别人，即存在中等及以上程度的自卑感。进一步分析这一群体在“遇到冲突时的反应”问题时，发现其中约有45%的人倾向于“用激烈方式反击”或“找机会报复”；而在另外约65%自卑感较低的学生群体中，这一比例仅为8%，他们更倾向于“冷静沟通处理”或“向老师或家长寻求帮助”。

这一鲜明的对比有力地支持了阿德勒关于自卑感的“过度补偿”理论。对于那些深陷自卑的青少年来说，他们往往倾向于采取激烈甚至对抗的手段来面对挑战，这种行为本质上是

一种补偿机制。但是，这种“补偿”如果失去控制，就很容易演变为攻击性或破坏性的行为。

2.2 关于社会兴趣与家庭环境的发现

通过对问卷中关于“是否愿意帮助同学”“是否觉得团队合作很重要”等与社会兴趣相关问题的回答统计，发现社会兴趣高水平组的学生中，超过80%来自“父母经常与我平等沟通”的民主型教养方式家庭；而在社会兴趣低水平组的学生中，其家庭环境多表现为“父母很少管我”（忽视型）或“父母要求我必须听他们的”（专制型）。

家庭作为孩子成长的初始舞台，其互动模式深刻塑造着他们的“生活风格”，这正是阿德勒理论的核心之一。在民主、尊重的家庭氛围中，孩子的社会兴趣如同得到沃土滋养，能够自然而然地发展出合作精神与责任感。相反，专制或忽视型的家庭环境则会削弱孩子建立健康外部连接的能力，从而更可能塑造出一种以自我为中心的“私人逻辑”，并缺乏对他人与集体的关怀。

2.3 核心变量间的关联性发现

将所有有效问卷数据进行交叉归类，一个清晰的“问题行为风险群像”浮现出来：在那些同时报告了“高自卑感”、“低社会兴趣”和“不良家庭环境”的学生中，超过65%的人承认自己曾有过“想过用不正当手段达成目的”的念头，或曾出现过打架、破坏公物等行为。而这个比例在各项指标均健康的学生群体中，低于5%。

过度自卑、社会兴趣缺失、错误的家庭引导方式并非孤立存在，它们常常相互交织、彼此强化，共同构成了一条将青少年推向问题行为的风险路径。一个在家庭中得不到认可（自卑感来源）的孩子，如果又没有被引导去关注和合作（社会兴趣缺失），那么他寻求优越感的动力就极有可能通过自私的、以牺牲他人利益为代价的渠道释放出来。这正如阿德勒所论断，犯罪不是单一原因造成的，而是错误“生活风格”的必然产物。

3 构建基于阿德勒理论的青少年犯罪预防体系

预防青少年犯罪应从修复心理动力和优化成长环境入手，构建一个多层次、系统性的预防体系。

3.1 一级预防（面向全体学生）：教育前置，培养社会兴趣与健康人格

学校应成为预防工作的主阵地。首先，将阿德勒心理学启蒙融入课程，通过心理健康

课、班会课等形式，向学生普及“自卑感是正常的”“追求卓越的正确方式”“合作的价值”等观念，化被动矫正为主动建设。例如，设计“情绪认知与行为选择”“合作解决问题”等主题的心理活动课，引导学生理解自身行为背后的心理动因，增强自我觉察与情绪管理能力。其次，全面推行“鼓励式教育”。鼓励是化解自卑感的良药，学校老师要学会用“我注意到你非常努力”替代“你怎么又没考好”，关注过程而非仅仅结果，帮助学生建立“我有能力，我能贡献”的信念。此外，学校老师也应接受相关培训，掌握识别学生心理需求的技巧，在日常互动中及时发现并疏导潜在的心理困扰。最后，系统性创设合作情境，如在课堂教学中采用小组合作学习模式，广泛开展需要团队协作的体育、艺术及志愿服务活动，让学生在实践中切身体会“社会兴趣”带来的成就感和幸福感。

3.2 二级预防（面向高风险学生）：早期识别与积极干预

学校需建立动态的心理健康筛查机制，运用量表等工具定期评估学生的自卑感、社会兴趣和心理状态，建立心理档案，对高风险学生进行早期识别。建立“班主任—心理教师—学校心理咨询中心”三级联动的预警与干预机制，确保问题早发现、早介入，并为其提供阿德勒学派取向的个体或团体心理辅导。咨询师通过“生活风格评估”，帮助学生及其家长理解该学生错误的行为目标和私人逻辑，通过“重新定向”技术，引导他们将追求优越的动力转向社会有益的方向，用发展特长、担任干部、参与志愿服务等建设性的方式来获得归属感和价值感。另外，针对部分家庭功能严重缺失的学生，

学校可联合社区资源，提供临时托管、心理陪伴或经济援助，缓解其成长压力，防止因环境不利导致心理问题进一步恶化。

3.3 三级预防（家庭与社区赋能）：重塑支持性生态环境

预防工作还需要进一步向家庭和社区层面延伸，塑造有利于青少年心理发展的支持性生态环境。在家庭中，应普及以“自然逻辑后果”“家庭会议”和“尊重与鼓励”为核心的阿德勒亲子教育，使家长掌握关键教养技能，从根本上改善容易滋生不良生活风格的家庭氛围。在社区中，则需整合图书馆、活动中心等资源，开展多样化实践活动，并探索建立由大学生、退休干部等组成的“导师制”模式，为青少年提供榜样陪伴。此举既能弥补部分家庭功能的不足，也为其实现与社会建立健康联结的有效途径。

4 结论与展望

青少年偏差行为乃至犯罪问题并非偶发孤立事件，往往源于早期形成的错误“生活风格”，是自卑感过度补偿、社会兴趣缺失与扭曲私人逻辑共同作用的结果。有效的预防绝不能仅停留在事后惩戒与道德规训，必须深入心理动力层面，通过教育引导帮助青少年建立健康的自我认知、发展真诚的合作能力，从而从根本上阻断青少年走向犯罪的心理路径。

本研究受样本数量和研究周期等多方面因素限制，亦存在一定局限。未来研究可尝试进一步扩大样本范围，借助智慧手段建立动态的“青少年心理成长支持云档案”开展长期跟踪研究，实现预警、干预与支持的精准化与智能化。

参考文献：

- [1] 中华人民共和国最高人民检察院. 未成年人检察工作白皮书(2024) [R/OL].(2025-06-16)[2025-09-20].https://www.spp.gov.cn/xwfbh/wsfbt/202506/t20250616_698278.shtml#2.
- [2] 宋全成. 我国刑事犯罪未成年人的结构性特征与防治对策——基于最高人民检察院2014—2019年相关数据的社会学分析[J]. 南通大学学报(社会科学版), 2021(1): 75—84.
- [3] 许燕. 人格心理学[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2009.4:157.
- [4] 阿尔弗雷德·阿德勒. 自卑与超越[M]. 曹晚红译. 北京: 中国友谊出版社, 2017.1: 163.
- [5] 李运端, 冯海英. 阿德勒个体心理学理论对现代家庭教育的启示[J]. 呼伦贝尔学院学报, 2015, 23(1): 97—100.

作者简介：王子轩(2008—)，男，汉族，江苏省宿迁市沭阳县，沭阳高级中学学生，研究方向为青少年法治。

通讯作者：刘方舟(1994—)，女，汉族，甘肃金昌人，广西师范大学经济管理学院讲师，经济学博士，研究方向区域经济学。