

個人成長與人際關係+今日香港

青春期總要搵個「拜一拜」

偶像崇拜的行為一般始於青春期，是青少年心理發展的一項特徵。男女對偶像崇拜的着重點各有不同，男生則比較注重偶像的成就、事業等特徵，着重理性和認同的特質。而女生比較注重偶像的外貌、氣質等特徵，着重感性和欣賞的特質。

青少年崇拜偶像的原因各有不同。首先，一些青少年因為缺乏身份認同，從而認為偶像是成功的代表，可以成為自己的榜樣。其次，偶像崇拜可以讓青少年在繁重的學業壓力中得到舒緩。另外，部分青少年是為了和朋輩群體建立共同的話題，所以熱衷於偶像崇拜。



偶像類別逐個捉

1. 明星型偶像，當中包括著名歌星、影星等，如劉德華、容祖兒、王祖藍等。
2. 政治型偶像，當中包括著名政治家、政府官員等，如鄧小平、林鄭月娥、高永文等。
3. 知識型偶像，當中包括著名科學家、藝術家、音樂家等，如高錕、阿虫、李雲迪等。
4. 成功型偶像，當中包括專業人士、商人等，如李嘉誠、律師、醫生、會計師等。
5. 親朋型偶像，當中包括父母、兄弟姊妹、親戚、朋輩、老師等。
6. 虛構型偶像，當中包括一些虛構的人物、動漫等，如米奇、多啦A夢、白雪公主等。



偶像崇拜 (Idolatry)：通常指對任何一種偶像、圖像或物體的崇拜，與敬拜一神論的神相對。偶像崇拜，是一個人對信仰着的象徵物、對象信仰的極端。而偶像崇拜亦是當今青少年精神生活的重要內容。

以中學生為主體的青少年，把明星作為自己的偶像，常常導致某些偏激事件和消極後果，引起家長、老師、社會的憂慮。 ■香港文匯報記者 李 慧

自尊Vs.自卑

個人的自我評價如屬積極的、不偏不倚的，即表示個人自我接納。個人能接納自己的外貌、能力及成就表現等，自身縱有缺點，也毫無怨言而心安理得，則為自尊；如果個人自我評價是屬於消極的，不接納甚至否定自己，不敢在別人面前顯露自己的身心特徵，則為自卑。

視作好榜樣 各方支援不沉迷

既然偶像崇拜是青少年心理發展的一項特徵，那麼如何令偶像崇拜行為變得更有意義？

勿重外在 更重內涵

在個人方面，青少年應該選擇更多元化的偶像，向不同的偶像學習。如果青少年能多選擇不同類型，例如不同行業、不同文化背景的人物為偶像，學會從不同偶像身上吸收一些有利個人成長的特質、性格和行為等，偶像崇拜行為便會變得更有意義。

此外，青少年崇拜偶像大部分只關注偶像明星的樣貌、身材或才藝等特點，而缺乏了解偶像背後的努力和堅毅精神。所以，青少年應該多從不同層面來認同偶像，不會盲目跟隨偶像的各種表面行為。

再者，青少年必須知道大部分明星偶像就像一個商品，很多明星的知名度是與投入宣傳資源多少有關。青少年應該了解自己的財政狀況，清晰分辨「需要」及「想要」，切勿花大量金錢在購買偶像的商品上。

勿禁崇拜 借機教育

在家長方面，家長不要對青少年偶像崇拜有極端的反應，亦不要禁止青少年崇拜偶像。家長反而可以藉偶像崇拜的現象向青少年灌輸理財知識及自律精神。同時，教育青少年發展人生目標，不應太短視。

在傳媒方面，傳播媒體應增加對香港及世界上傑出的人物作深入的介紹及探討，擴闊青少年的視野，讓青少年掌握更多有關香港及世界傑出人士的資訊，使青少年對不同類型及世界級的偶像有更深的認識。

在學校方面，學校可以引導青少年從偶像奮鬥的經歷發掘其正面的榜樣。透過正規的生命教育課程教導青少年自愛、自律和自強，在接近潮流文化的同時，發展有抗逆能力的生命。學校亦可借此機會與青少年去討論社會時事，探索人生的各個領域，並訓練青少年去以理性批判的角度看事物。

摘星級

■林志玲

■李敏鎬

後生仔追星去到幾盡？

■李嘉誠

■C朗



激發自我成長VS盲掃貨擲銀彈

正面 提升自我價值感

自我價值感是個體在對自我價值的判斷、評價基礎上形成對自己的態度與情感。偶像崇拜令青少年的自我價值感提升，當受到挫折時，可以從偶像身上找尋到前進的動力，從而改善自己的不足之處。對偶像成功因素的認同，能夠激發青少年自我成長的推動力，輔助他們盡快地發現自我，盡快找到人生的方向和目標。

促進朋輩關係

朋輩群體是青少年其中重要的一環，他們渴求得到朋輩認同和接納。當身邊的朋輩都有共同偶像時，他們便會從眾，表現出合群的精神，從而令偶像崇拜扮演著促進朋輩關係的角色。

負面 易建錯誤價值觀

當青少年崇拜偶像的行為是以單一人物為核心的時候，便容易造成價值觀的狹隘和扭曲。過分崇拜偶像時，容易導致青少年對現實和自我的不滿體驗，從而誘使青少年拒絕現實生活，使他們迷戀或嚮往遠離現實的人格形象和生活方式，形成不切實際、好高騖遠的心理和行為。依賴偶像作為其道德和人生判斷標準的青少年，往往缺乏解決問題的自信，更有可能發生過失行為，也更不喜歡接受正面道德觀的教育，表現出一種短視和虛榮心理。

導致過度消費

青少年過分崇拜偶像而形成追星族，同時亦盲目地購買與偶像相關的產品。有些青少年更希望自己全身上下都穿上偶像代言的衣飾，從而不斷購買有關物品，他們不懂分辨「需要」及「想要」，最終導致過度消費的問題出現。消費過後，又會因為自己揮霍金錢而感到內疚和失落。

進階級



解決：

1. 個人：選擇多元化偶像
2. 家長：勿禁止青少年崇拜
3. 學校：引導青少年發掘正面榜樣
4. 傳媒：增加對傑出人物的深入介紹

原因：

1. 缺乏身份認同
2. 舒緩壓力
3. 建立朋輩群體的共同話題

正面：

1. 提升自我價值觀
2. 促進朋輩關係

負面：

1. 建立錯誤價值觀
2. 過分消費

作用：

1. 投射作用
2. 補償作用
3. 認同作用

偶像崇拜

■製圖：香港文匯報記者 李 慧



1. 《追星陷癡狂 青春易失控》，香港文匯報，2012-03-14，<http://paper.wenweipo.com/2012/03/14/ED1203140015.htm>
2. 《青少年偶像崇拜》，廉政公署德育資源網，<http://www.me.icac.hk/icac/youth/index.html>
3. 何舟、馮應謙：〈中國青少年偶像崇拜與媒體〉，《傳媒透視》，<http://rthk.hk/mediadigest/md0004/06.html>

■香港文匯報記者 李 慧



1. 往往把明星作為自己的偶像，常常導致某些偏激事件和消極後果。
2. 可從缺乏身份認同、舒緩壓力和建立朋輩群體的共同話題進行分析。
3. 可從青少年崇拜偶像的3個作用：投射作用、補償作用及認同作用入手。
4. 可分別指出青少年崇拜偶像的負面作用，如建立錯誤價值觀、過分消費等；正面作用，如提升自我價值觀、促進朋輩關係等入手，分析是否負面多於正面。
5. 傳媒應增加對香港及世界上傑出的人物作深入的介紹及探討；家長可藉偶像崇拜的現象向青少年灌輸理財知識及自律精神；學校可引導青少年從偶像奮鬥的經歷發掘其正面的榜樣。

■香港文匯報記者 李 慧

■香港文匯報記者 李 慧