



倾诉阳光心语 倡导阳光教育 打造阳光少年



这样做最让孩子 逆反



ZHEYANGZUO ZUIRANGHAIZI
NIFAN

—— 许凤军◎编著 ——

石油工业出版社



倾诉阳光心语 倡导阳光教育 打造阳光少年

这样做最让孩子 逆反

ZHEYANGZUO ZUIRANGHAIZI

NIFAN

——许凤军◎编著——

石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

这样做最让孩子逆反/许凤军编著.

北京: 石油工业出版社, 2009. 1

(阳光家庭亲子书系)

ISBN 978 - 7 - 5021 - 6835 - 3

I. 这…

II. 许…

III. 青春期 - 家庭教育

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 164892 号

这样做最让孩子逆反

许凤军 编著

出版发行: 石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号 100011)

网 址: www.petropub.com.cn

编辑部: (010) 64523614 发行部: (010) 64523603

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京晨旭印刷厂

2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷

710 × 1000 毫米 开本: 1/16 印张: 14

字数: 180 千字

定 价: 24.80 元

(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)

版权所有, 翻印必究



步入青春期的孩子，最显著的特点就是“变”。生理上的变化很明显，心理上的变化也非常显著。许多父母会发现，不知从什么时候起，孩子不听话了。你要他向东，他偏朝西，不愿与父母说话、交流，甚至整天不想回家，做事比较任性等。而孩子却会说，父母一天到晚唠唠叨叨，这不许、那不准，真让人讨厌！显然，父母和孩子在“对着干”。心理学上称这种现象为“逆反心理”。

心理学界认为，孩子在成长过程中，会经历两次典型的逆反心理阶段：3岁~5岁为“第一逆反期”；12岁~20岁为“第二逆反期”。其中，处于“第一逆反期”的孩子，只是单纯地以“不要”来拒绝父母的要求，因此，逆反心理表现得并不突出。但是，进入青春期，也就是“第二逆反期”，孩子的逆反心理则可能表现得非常严重，经常会让父母不知所措。他们可能会频繁地大发脾气、与父母对抗、拒绝父母的要求、自己犯错或行为不当却责怪他人、怨恨别人等。这些行为在家里和学校表现得尤为明显。

青春期孩子心理上发生变化，是其成长过程中的正常现象。这是因为，青少年在心理上正处于“断乳期”，随着成人感的产生，独立意识不断增强，他们要求成年人将他们视作大人，理解并尊重他们。但是，如果父母在面对孩子的心理变化时，没有足够的思想准备，教育方式、方法不当，没有做好主动接触和沟通等，就会使孩子被理解和尊重的需要无法得到满足，容易使其潜在的逆反心理被激化。长此以往，不仅影响亲子关系的和谐亲密，更会影响到孩子的健康成长。

《这样做最让孩子逆反》就是一本帮助父母改进教育方法，化解青春期孩子逆反现象，塑造和谐亲子关系的指导性用书。书中针对父母在教育青春期孩子时普遍存在的问题，从生活到学习等各个方面，结合大量贴近实际的案例，进行深入的剖析和阐述，提供了大量切实可行的指导方案和解决方法，具有很高的启示和参考价值。

孩子是父母心中的希望与寄托，所以，在孩子成长的过程中，父母应给予积极点拨和正确指导。当孩子遭受挫折时，应给予贴心安慰和鼓励。抱怨、放弃和无休止的责备对于孩子来说，没有任何帮助。希望本书能够给家有青春期孩子的父母带来有益的帮助！



第一章 逆反是孩子的天性

1

- 孩子为什么变得陌生 / 2
- 成长的烦恼有谁知晓 / 4
- 逆反意味着渴望独立 / 5
- 孩子逆反，父母有责 / 7
- 逆反，亲子成长的契机 / 8
- 小测试：你的孩子在逆反吗 / 10

第二章 过度溺爱：孩子逆反最适宜的温床

13

- 孩子为什么不讲理
 - 袒护过多会让孩子走向偏执 / 14
- 谁敢把我孙子怎么样
 - 一味纵容会让孩子骄横霸道 / 17
- 小孩子哪懂得对错
 - 委曲求全会让孩子贪婪成性 / 20
- 总对孩子讲“民主”
 - 缺少约束会让孩子任性对抗 / 23
- 要什么，给什么
 - 有求必应会让孩子欲望泛滥 / 27

赞美孩子的一切

——盲目赏识会让孩子自负脆弱 / 30

家有“公主”

——娇生惯养会让孩子唯我独尊 / 33

“栽培”孩子的官欲

——“官瘾”教育会让孩子变得势利 / 36

在钱堆里长大的孩子

——“金钱”教育会让孩子虚荣冷漠 / 40

替孩子做所有的事

——包办一切会让孩子懒惰娇气 / 43

小测试：你对孩子的爱合理吗 / 47

第三章 期望过高：因为奢望，所以逆反

49

逼子成龙

——“逼迫”教育会让孩子逃避反抗 / 50

“创造”神童

——“神童情结”会让孩子苦恼烦躁 / 53

分数就是孩子的前途

——“唯分数论”会让孩子消极厌倦 / 56

妈妈，我能玩会儿吗

——“捆绑”教育会让孩子烦闷对立 / 59

除了学习，还能聊些什么

——把学习挂在嘴边会让孩子讨厌抵制 / 62

苛求完美的“母爱”

——“完美”教育会让孩子偏执自卑 / 65

人家××咋啥都比你强

——总拿孩子“比”会让孩子不满抱怨 / 69

无度的付出和期望

——为孩子牺牲一切会让孩子不堪压力 / 72

小测试：你的态度是否有利于培养孩子 / 75

第四章 简单粗暴：把孩子一步步逼向对立 77

批评惩罚像风暴一样袭来

——以罚代教会让孩子恐惧愤恨 / 78

没有优点的孩子

——“挑错”教育会让孩子自卑放任 / 81

“法官”爸爸和“囚犯”儿子

——“审问”教育会让孩子学会说谎 / 84

用命令“赶”孩子走路

——强迫责令会让孩子委屈不满 / 87

以爱的名义伤孩子“面子”

——公开孩子的缺点会让孩子内心憎恶 / 91

小测试：您对孩子的惩罚是否过度 / 94

第五章 强行支配：使孩子在苦闷中反抗 97

为孩子设计未来

——“计划”教育会让孩子意志衰退 / 98

让孩子按编好的程序做事

——“编程”教育会让孩子理想泯灭 / 102

替孩子选择特长

——剥夺兴趣会让孩子信念动摇 / 105

替孩子选择朋友

——过度干涉会让孩子情绪激化 / 108

孩子不在眼前就不放心

——“圈养”让孩子苦闷叛逆 / 112

不许做“出格”的事

——扼杀好奇心会让孩子麻木萎靡 / 115

耳边响起“唠叨”声

——“正确的废话”会让孩子厌烦焦虑 / 118

小测试：你对孩子是否干涉过度 / 121

第六章 冷漠忽视：让孩子逆反的“影子杀手” 123

我很想爱你，可是我很忙

——拒绝付出爱会让孩子无助伤感 / 124

冷落孩子的爱心

——拒绝接受爱会让孩子失落伤心 / 127

你将来只能去扫大街

——冷嘲热讽会让孩子消极对抗 / 131

我正忙着呢，你别烦我

——缺乏耐心会让孩子沉闷伤感 / 134

你也就这点儿小聪明

——得不到鼓励会让孩子自暴自弃 / 138

你老实点儿行不行

——压制孩子快乐会让孩子内向压抑 / 141

小测试：你对孩子的成长足够关心吗 / 145

第七章 情感封锁：越阻挡，越逆反 147

偷看孩子的日记

——窥探隐私会让孩子极端反感 / 148

不准你谈恋爱

——斩断情愫会让孩子更加叛逆 / 151

就知道整天臭美

——践踏爱美之心会让孩子空虚烦闷 / 154

强行戒除孩子的网瘾

——缺少沟通会让孩子蔑视对抗 / 158

孩子为什么偏激

——缺少理解会让孩子心生怨恨 / 161

孩子为什么总躲着我

——难平的“代沟”会让孩子孤僻自闭 / 164

再犟嘴就滚出这个家

——压服表达权利会让孩子失望愤怒 / 168

孩子为什么情绪起伏大

——缺少交流会让孩子焦虑烦躁 / 172

小测试：你是一位善解人意的父母吗 / 175

第八章

坏榜样：孩子逆反的“孵化器”

177

在“长城”脚下成长

——环境“恶劣”会让孩子浮躁放纵 / 178

“霸王”父亲和“领袖”儿子

——“恶意”教唆会让孩子心地阴暗 / 181

自私的恶果自己尝

——父母自私易使孩子自私自利 / 185

说话不算数的父母

——轻易承诺易使孩子学会说谎 / 188

没有责任感的父母

——推脱责任易使孩子损人利己 / 191

子不“孝”，父之过

——父母不孝易使孩子忤逆成性 / 194

老爸最爱“侃大山”

——父母夸夸其谈易使孩子自命不凡 / 198

不劳而获的“榜样”

——父母懒惰易使孩子懒散推脱 / 201

我是父母吵架的“出气筒”

——家庭冲突过多会让孩子忧郁放纵 / 204

爸爸怎么什么都不懂

——父母“落伍”易使孩子排斥抗拒 / 207

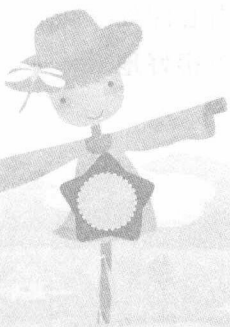
小测试：你是不是做了孩子的“坏榜样” / 210



第一章

逆反是孩子的天性

逆反似乎成了形容青春期的首要关键词。在许多父母眼里，孩子的逆反期就是“家难期”。其实，每个孩子都会有逆反的心理，逆反不过是孩子渴望独立的信号，希望被认可的方式。逆反也是孩子心理的一次涅槃，以心理安全感的丧失为代价，来换取心理成熟与独立。对于父母来说，来自孩子的逆反也会促使父母重新思考教育观念，丰富教子智慧，提升教育质量。因此，逆反是两代人共同成长的契机。





孩子为什么变得陌生

“我儿子越来越不像话了，现在竟然开始和我对着干。”

“可不是嘛！我儿子脾气也见长。一点儿也说不得，一说就急。”

“我女儿也不像原来那样愿意跟我聊天了，现在回家就往屋里一钻，也不知道她整天在干什么。”

“我孩子每天除了学习，就是跟同学聊天、打电话，根本不理睬我，说多了他还嫌烦！”

孩子进入青春期后，很多父母都会感到孩子变了——变得陌生了，不好“管”了，亲子间冲突也日渐增多，家里常常充满“火药”味。对此，一些父母心里很不舒服：我们不仅要千辛万苦地在外边打拼，面对社会上各种各样的变化和挑战，回到家还要操持饮食起居，劳神操心教育孩子。一年到头身心疲惫，这不都是为了孩子吗？可是孩子也太没良心了，一点儿都不知道体谅父母！更多的父母则在担心和困惑中发问：青春期的孩子到底怎么了？

教育心理学家认为，孩子变得陌生和“不听话”是其逆反天性使然，逆反是孩子成长的需要，也是他们成长中的必经之路。孩子逆反的过程是自我寻找、自我认同的过程，不逆反则是孩子没有长大和心智不成熟的表现。逆反也是孩子摆脱对父母和家庭的依赖，思维判断能力增强的一个重要标志。只有通过逆反，孩子才能成为一个完整、充实、有竞争意识和创造力的优秀的人。

进入青春期的孩子，随着大脑及身体各器官发育成熟，生活体验不断加深，不安和好奇心相互交织，心理变得极不安定，其内心深处潜藏的逆反心理浮出表面。以下几种比较常见的逆反表现可以很好地解释孩子“为什么变得陌生”。



1. 反抗：青春期的孩子反抗性极强，常常爱激动，乱发脾气，与大人唱反调。这是因其自我意识开始形成，做事要按自己的意愿办，如果大人稍加约束，就会产生逆反心理。

2. 困惑：孩子进入青春期后，视野变得开阔，观察力得到加强，感受力也进一步提高，他们会用好奇的目光审视面前的世界，一旦发现与父母教导的、书本上所学的有很大差异，就会在理想与现实间产生困惑。如果这种困惑得不到及时排解，也会引起孩子逆反。

3. 劣等感：步入青春期的孩子随着自我意识的增强，会经常关注自己，有时只因相貌的小缺陷或做事的小失败，就自认为低人一等，从而产生劣等感，性格也会变得孤僻、叛逆。

4. 自我显示：青春期的孩子虚荣心很强，爱做哗众取宠的举动，爱穿华丽的服装，目的就是要显示自己。这种倾向虽是青春期的正常现象，但如果父母不能正确引导，也易使孩子为满足虚荣心而逆反。

5. 关心异性：由于性激素的刺激和第二性征的出现，青春期的孩子对异性表现得异常关心。有的孩子甚至会偷偷地阅读性知识书籍，更有的孩子试图建立一对一的男女朋友关系。

面对孩子的长大、独立，教育心理学家建议，父母要预先了解孩子青春期成长的特点，明白孩子发生的一些变化是青春期心理变化的正常体现，学会放手、信任、尊重孩子，加强沟通，平安度过“逆反期”。父母充满爱心地去对待孩子，主动找孩子交谈，关心其学习，倾听其理想，并适当鼓励和肯定，这可以建立起孩子对父母的信赖感。了解孩子的烦恼和困惑后，帮其找出消除烦恼的正确办法，这样做也会让孩子得到成长应有的空间，变得合作乖巧，亲子关系容易得到缓解。



成长的烦恼有谁知晓

青春期是从童年过渡到成年的必经之路，这个时期的孩子不论是生理、心理，还是性格上都会有很大的变化，这样也引发了不少问题。比如，青春期女孩胸部发育很明显，很多女孩子总会因为这个而害羞，走路的时候不敢抬头挺胸。有些父母会发现，青春期的女孩子特别喜欢镜子，书包里常常放着漂亮的小镜子和小梳子。有些男孩子也很爱照镜子，爱梳理头发，要求父母给买新潮衣服、名牌鞋子，十分注意自己的“外包装”，这些表现很令一些父母反感和苦恼。生理上的变化也必然引发一系列的心理反应，然而在中国的传统教育下，他们又无法倾诉和交流，于是秘密产生了，孤独感也随之而来。

青春期孩子又会怎么看待自身的这些变化呢？

一个男孩儿在日记中写道：讨厌走马灯似的补课和测验，真是不胜负担。我也知道老师和父母是用心良苦，但这剥夺了我的娱乐时光，把时间都耗费在一张张试卷上，值吗？我想不通……

人际交往太困难了，同学之间真诚的友谊究竟哪儿去了？我心里有一肚子的烦闷和苦恼，却找不到一个知心人来倾吐，憋得好难受，好难受！

一个少女的日记，也值得父母深思：

2008年5月11日 星期日

大 搜 查

今天家中又要大扫除了。我本想自己收拾自己的房间，可妈妈偏偏要插手，而且一直“热情地协助我”。我知道，妈妈无非是想突击



搜查，借此发现点什么秘密。但她显然失败了，因为我早有准备：那些跟“爱”呀、“情”呀有关的书籍，我是从不带回家的。书柜里除了学习用书之外，什么都没有。但这只不过是让他们眼不见心不烦罢了，想想父母也很可怜，真不忍心骗他们。可如果听他们唠叨、训斥，我肯定受不了！真希望父母哪一天能开明起来！

由此可见，青春期对于孩子来说，是个非常烦恼的过渡阶段。孩子到了青春期，身体发育日益成熟，心理发展也处于由幼稚转向成熟的过渡时期，前者的发展速度和发展水平都明显地超过了后者，因此两者产生了冲突。在这个时期，孩子们既要应付青春期生理方面的突变，又必须面对环境的变化，如新的学习内容和学习要求，处理好师生关系，抵制性发育引发的心理冲动，等等。这一系列生理和环境的变化，都要求孩子去认识、去学习、去适应，往往使他们应接不暇、无所适从。所以，产生成长的烦恼是必然的，而孩子的这些烦恼又有多少父母能够真正知晓和理解呢？

所以，这个时期的父母更要了解孩子的成长规律，以促使他们健康成长。要意识到孩子是自己很好的朋友，教育孩子时要讲究方式方法，为他们创造良好的学习和生活环境，无微不至地关心照顾他们；在心理上也要给孩子发挥的空间，欣赏和鼓励孩子，多说些肯定的话，加强孩子的自信心，这样才可以使孩子的孤独感逐渐减少，暴躁的情绪逐渐平静下来，从而帮助孩子平稳度过青春期。

逆反意味着渴望独立

青春期不同于懵懂无知的孩提时代，孩子进入青春期后，最明显的标志就是独立意识的增强。这个时候的孩子不再对父母的话“言听



计从”，而是学会了根据自己的经验做出判断。如果父母不懂得及时了解和沟通，仍然凭借人生经验和想法去教育孩子，以为孩子什么都不懂，就很容易使孩子滋生逆反心理。所以，孩子的逆反心理其实并非像我们所想象的那样——故意和父母对着干，也不是孩子越大就越不听话了。从某种程度上来讲，孩子的逆反行为，是一种渴望独立的信号。

下面是一位辅导老师和他辅导的孩子之间的对话：

“你能理解父母为你请辅导老师的用心吗？”

“当然理解，只是不想说出来而已！”

“那你为什么对于这件事表现得这么冷淡呢？”

“因为我已经长大了，不想听任父母的安排，我有自己的学习计划和他方法，我已经不是一个小孩子啦！”

面对这位孩子的回答，辅导老师无言以对。

可见，孩子成长中的独立意识日益增强，会让他们自觉不自觉地产生逆反现象。

虽然多数父母都能认可孩子逆反是人生必经的阶段，然而在内心深处却大多无法表现得宽容大度，反而会觉得万分苦恼，生怕这种逆反会打破成人惯有的权威，甚至打破成人世界既有的秩序，于是就有了“面对叛逆的孩子怎么办”的问题。

但是，父母却忽视了一个很重要的问题——青春期孩子所面对的，除了他本身就有的生理与心理的束缚外，还有周围的成人所刻意营建的各种限制。因为在儿童时期，他还无法意识到这种束缚与限制，即使意识到了也无力反抗。但随着年龄的增长，孩子渐渐能够清晰地看待这个世界，一个新的自我在潜意识中跃跃欲试。然而，成长的力量并不足以挣脱自身生理、心理和知识的束缚，以及成人的种种限制，这时候，孩子就会承受巨大的蜕变之苦，体会前所未有的迷茫，因而会很自然地产生种种逆反的举动，其目的只是想以此来显示自我的