

专家告诉您最有效的解决办法

教子难题 速查手册

JIAOZI NANTI SUCHA SHOUCE

主编 王晓春 孙阳立

青春期难题的130个对策

家教指导“实战派”专家团队多年研究成果
中国教学会副会长赵忠心教授推荐并作序

中国妇女出版社

1 学习习惯难题的140个对策

注意力不集中的11种情况及对策
不写作业的9种情况及对策
马虎的9种情况及对策
看电视影响学习的10种情况及对策
经常迟到的6种情况及对策

3 行为习惯难题的140个对策

磨磨蹭蹭的10种情况及对策
孩子说谎的9种情况及对策
胡搅蛮缠的9种情况及对策
言谈举止不文明的8种情况及对策
暴力倾向的10种情况及对策

5 亲子沟通难题的120个对策

孩子和家长对着干的8种情况及对策
孩子离家出走的8种情况及对策
依赖的6种情况及对策
轻生倾向的9种情况及对策
孩子不愿沟通的10种情况及对策

7 青春期难题的130个对策

追时髦的8种情况及对策
追星族的9种情况及对策
早恋的9种情况及对策
迷恋青春文学的6种情况及对策
迷恋网络的8种情况及对策

9 成长关键期难题的130个对策

人幼儿园的10条建议
幼儿园和小学相衔接的8条建议
三四年级转型期的7条建议
小学与初中相衔接的8条建议
初中时期家校联系的8条建议

2 学习方法难题的160个对策

偏科影响学习的9种情况及对策
厌学的10种情况及对策
不爱看课外书的9种情况及对策
没有上进心的8种情况及对策
“记不住”的8种情况及对策

4 生活习惯难题的110个对策

怕苦的6种情况及对策
缺乏自我保护能力的9种情况及对策
自理能力差的7种情况及对策
偷拿钱物的8种情况及对策
不受约束的8种情况及对策

6 人际交往难题的100个对策

孩子不会交往的9种情况及对策
在家和学校两副面孔的8种情况及对策
与同学发生冲突的10种情况及对策
师生关系紧张的8种情况及对策

8 个性发展难题的130个对策

孤僻的8种情况及对策
任性的8种情况及对策
自私的8种情况及对策
缺乏责任感的6种情况及对策
胆小的9种情况及对策

10 家长教育难题的130个对策

单亲家庭教育的12种情况及对策
隔代人教育的9种情况及对策
知识分子家庭教育的10种情况及对策
富裕家庭教育孩子的7种情况及对策
官员家庭教育的8种情况及对策

ISBN 978-7-80203-573-7



9 787802 035737

教子难题速查手册(7)

定价: 20.00元



青春期

难题的130个对策

主 编 王晓春 孙阳立
本册撰写 张 薇 步立新
 马东杰 孙阳立

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

教子难题速查手册 / 王晓春, 孙阳立主编. —北京:
中国妇女出版社, 2008. 8
ISBN 978-7-80203-573-7

I. 教… II. ①王… ②孙… III. 家庭教育—手册
IV. G78-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 070033 号

教子难题速查手册⑦: 青春期难题的 130 个对策

主 编: 王晓春 孙阳立

责任编辑: 廖晶晶

责任印制: 王卫东

装帧设计: 吴晓莉

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京才智印刷厂

开 本: 160 × 230 1/16

印 张: 100.5

字 数: 1391 千字

版 次: 2008 年 10 月第 1 版

印 次: 2008 年 10 月第 1 次

书 号: ISBN 978-7-80203-573-7

定 价: 200.00 元 (全十册)

版权所有 侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

· 序 ·



现在城镇和发达地区的绝大多数家庭，都是只有“绝无仅有”的一个宝贝孩子。家长们要对孩子“精雕细刻”，希望雕刻成“精品”，使之成为出类拔萃的庸中佼佼者。因此，家长迫切需要指导，以便掌握家庭教育的科学知识，实现家庭教育科学化。

然而，我们的家庭教育指导工作，远远满足不了广大家长的渴求。就说家庭教育指导图书，出版的种类可真不少，但总体上看，质量并不算高，真正有价值的，也是凤毛麟角。有许多书是“急就篇”“拼凑篇”“绝招篇”“经验篇”，其中有相当部分的家庭教育指导图书，在科学性和实用性上存在着严重问题，实在令人担心。

令人高兴的是，毕竟还有一批具有高度社会责任感、拥有真才实学的教育学者和具有丰富教育实践经验、热心家庭教育事业的教育实际工作者，没有辜负社会和千千万万家长的热切期望。他们急家长之所急，想家长之所想，既能深入实际调查研究，又能坐下身子，沉下心来，认真思考、钻研家庭教育实际和理论问题，认真总结家庭教育经验，刻苦探索家庭教育的规律，努力尽自己所能，为实现家庭教育科学化，为繁荣我国的家庭教育事业奉献自己的一份力量。北京教育科学研究院的王晓春老师和他所率领的成蹊堂文化中心的成员，就是这样一个让人信得过的、严肃的家庭教育理论研究和推广的团队。

王晓春老师是一位具有 30 多年教育实践经验和高度理论素养的教育专家。他专门研究家庭教育多年，一直不遗余力地从事研究和推广普及工作，出版了许多家庭教育方面的图书，在全国做家教讲座，深受读者欢迎。王晓春老师为了满足家长的需求，从 2003 年开始，就带领他的志同道合者，进行了长达 5 年的艰苦的科学研究，推出了这套很有特色的《教子难题速查手册》。我愿意把这套丛书推荐给广大家长。

这套家庭教育指导丛书，不是泛泛地向读者传授家庭教育的一般理论，而是从家长的实际需要出发，针对家庭教育实践中遇到的难题进行具体的指导，难题抓得准确，具有很强的针对性。王晓春老师团队的绝大多数成员是中小学教师，了解孩子，熟悉孩子的生活。他们又进行了深入的调查研究和大量的资料收集、整理工作，经过分析、综合、归纳，把收集到的家庭教育难题分为“学习习惯难题”“学习方法难题”“行为习惯难题”“生活习惯难题”“亲子沟通难题”“人际交往难题”“青春期难题”“个性发展难题”“成长关键期难题”“家长教育难题”10 个专题，逐题反复进行了专题研讨。最后，每个专题各成一本书。这套丛书探讨的问题，全是来自家庭教育实践，涵盖面相当广泛，内容非常丰富，几乎涉及了孩子成长过程中普遍存在的问题和家长教育孩子过程经常遇到的难题。

这套家庭教育丛书的另外一个显著特点是有很强的实用性。以往的一些鼓吹教子“绝招”的家庭教育图书，风靡一时，把家庭教育简单化、庸俗化。就那么一“赏识”，孩子就成了“神童”；就那么无原则地一夸奖，就成了好孩子。实践证明，那是行不通的，已经受到孩子的抵触。一些介绍家庭教育经验的图书，也在社会上广泛流传。我始终认为，成功的经验是有一定参考价值的，但任何的经验都是有局限性的，因为那毕竟是个别人的经历和体会，并没有上升到理论。只有反映事物之间的必然联系的规律才没有局限性，才能在一定条件下经常起作用。

这套丛书针对家庭教育过程中遇到的难题，区别不同情况，根据教育学和心理学的基本原理，结合成功的家庭教育经验，提出了数种可行性的建议，读者可以根据自己的实际情况进行选择，创造性地试用。我相信，家长可以从中找到自己所需要的教育子女的科学方式方法。

令人可喜的是，这套丛书的作者并没有把他们提供的对策建议当成教子的“绝招”推销给家长，而是在介绍、推荐教育子女的方式方法时，用通俗的语言给家长提供了教育孩子的思路，即思考的线索。就是说，这套丛书的又一个重要特点是，在分析问题成因、引导读者选择具体教育方式方法的过程中，始终注意引导读者学会“用教育的头脑思考教育问题”。授之以“鱼”，不如授之以“渔”。掌握了捕鱼的方法，要比获得鱼更实惠。同样的道理，掌握了教育孩子的思路，遇到难题会用教育的头脑进行切合实际的思考。这样，就意味着家长的教育素质得到了切实的提高，教育孩子就会得心应手，而不至于一筹莫展，束手无策。

王晓春老师主编的这套《教子难题速查手册》，对家庭教育指导模式进行了有益的尝试，给家庭教育图书市场注入了新鲜的血液。我相信，这套丛书会成为广大家长的良师益友。

赵忠心

2008年7月

(赵忠心：中国家庭教育学会副会长，中国教育学会家庭教育专业委员会理事长，北京师范大学教授)

主编的话



（一）当前的家教书

如今图书市场上有关家庭教育的书很多，可谓“乱花渐欲迷人眼”。然而，细细看来，这么多的家庭教育图书，最流行的无非以下几类：

第一类，常规说教派。这类书的行文语气像是领导布置任务，基调是“你应该……”“你必须……”。其中大家熟知的原则话比较多，似乎用在谁身上都合适，实际上往往不能解决问题。这类书的思路是，想以行政手段解决家庭教育问题。

第二类，灵丹妙药派。这类书的突出特点是作者善于讲故事和煽情，能说得你热泪盈眶，心潮汹涌。书中的一些理念，往往被当做灵丹妙药来推荐。这类书的思路是，想以文学手段、宣传鼓动手段解决家庭教育问题。

第三类，现身说法派。这类书大多是家长写的，或记者采访家长后编写的。孩子考上了中国名牌大学甚至世界名牌大学，孩子成了博士，家长把其教子过程和教育经验讲述一番，现身说法，供其他家长参考。这类书的思路是，想以典型引路的手段解决家庭教育问题。

前两类书的主要优点是它们普及了某些正确的或新鲜的家庭教育理念，引起了社会对家庭教育的重视；主要缺点是太笼统，缺乏具体分析，往往

理不胜辞，家长读了好像明白了，或者确实感动了，然而一旦面对自己的孩子，还是不知道该怎么办，照着故事里面的办法做，往往碰钉子。

第三类书，因为作者是家庭教育的亲身实践者，视角与读者接近，家长读起来比较亲切，容易产生共鸣，其中很多做法也具有可操作性，云山雾罩的东西少。如果读者孩子的性格与书中的孩子接近，那其中很多办法用起来还真是有效果。但是，如果读者的孩子不是那种类型，就会发现先进经验也不那么灵通了。

（二）我们的这套书

我们这套书与上述三类家教书的写法都不同。

我们的写法是，先从实践中总结出了家长教育孩子经常遇到的几十个问题，把每一个问题分成若干种情况，再针对每种情况给家长提出几种解决办法。

这套书分了10个分册，一共讨论了家庭教育的49个问题，约500种情况，给出了将近1300个对策建议。可以说，这是一个颇具规模的工程。这套书涉及的都是家庭教育实践中常见而具体的问题。我们对这些问题进行了详细分类，而且都提出了可操作的办法。

本书的思路是，主要靠科学思维、科学手段应对家庭教育问题，我们可以称之为“分类诊疗派”。从这个角度说，本书有点像“医书”。

我们的目的是，给广大家长提供一些切实可行、行之有效的思路和具体方法，帮助家长解决教子难题。

（三）如何使用这套书

家长使用此书，可以根据孩子出现的问题，找到其所属的类型，参照书中提供的方法进行教育——这就是所谓“对号入座”。如果您的孩

子没有某种问题，您也不妨看一看，因为用书中的办法也可以预防孩子产生此类问题。所以，本书也可以看成一个家庭教育预案的汇总。

中小学教师也可以参考本书内容对学生问题进行“诊断”和“治疗”，因为其中大部分方法，教师和家长可以通用。学校也可以把本书当做家长学校教材。目前家长学校讲课的内容多半比较笼统，使用本书，可以一个专题一个专题地讲，更贴近家庭教育实际。

特别需要指出的是，本书也不是灵丹妙药。许多孩子的问题是复合性的，要“入座”，“号”不一定能对得准。即使能对上，每个孩子的情况也不可能完全相同，家长和老师在教育的时候，也还是需要具体问题具体分析，做灵活的处理。但家长和老师通过本书，能增加一些分类意识、诊疗意识和预防意识，能摸到解决孩子问题的门径，就不至于干着急却束手无策了。

本套书从2003年开始策划，经过近5年课题研究、案例积累、资料收集的工作，直到2007年才正式动笔。书稿先由笔者提出了40多个题目，再由孙阳立为每个题目拟定出三级目录，然后交由作者分别写作。各位作者完成草稿之后，由孙阳立做第一次修改和补充，最后由笔者统稿。

本书作者主要是家庭教育专业机构——成蹊堂文化中心的成员孙阳立、赵琳、张薇、马东杰、王向荣等人，另邀请了步立新、常明、赵璇等十几人参加写作。本书的绝大部分案例均来自作者科研第一线，为保护孩子的隐私，案例中均使用了化名。

我们的这个研究成果既有实用性，也有一定的学术性、开创性。但限于团队成员的水平，本书一定有很多不足之处，欢迎读者批评指正。

王晓春

2008年4月15日

JIAOZI NANTI

教子难题速查手册



目 录 | Mulu

序	1
主编的话	1
一、追时髦的 8 种情况及对策	1
第一种情况：为了让自己更美丽而追时髦	2
第二种情况：为了炫耀而追时髦	7
第三种情况：随大溜而追时髦	10
第四种情况：为了满足好奇心而追时髦	13
第五种情况：用追时髦的方式表达个性	17
第六种情况：用追时髦的方式掩盖自己的目标	20
第七种情况：追时髦而忘乎所以	22
第八种情况：追时髦不伦不类而不自知	24
专家总结	27
二、追星族的 9 种情况及对策	28
第一种情况：通过追星赶潮流	31
第二种情况：因为和明星相似而追星	34
第三种情况：通过追星寻找学习榜样	37
第四种情况：与明星有情感共鸣而追星	40
第五种情况：为积累谈资而追星	44
第六种情况：为寻求慰藉和补偿而追星	46

第七种情况：为了寻找理想的父母形象而追星	48
第八种情况：通过追星寻找归属感	51
第九种情况：莫名的喜欢而追星	53
专家总结	55

三、早恋的 9 种情况及对策

第一种情况：过家家式——懵懂模仿的早恋	57
第二种情况：逆反型——越说不，越要试	60
第三种情况：跟风型——你有我也有	66
第四种情况：情感补偿型——感情缺失需要填充	68
第五种情况：心理安慰型——学习压力下的相互安慰	73
第六种情况：出风头型——以早恋满足虚荣心	77
第七种情况：寻找刺激型——填补空虚的游戏	79
第八种情况：体验型——被激活的性好奇心	82
第九种情况：情感早熟型——童话式早恋	86
专家总结	90

四、迷恋青春文学的 6 种情况及对策

第一种情况：游离在青春文学边缘的孩子	95
第二种情况：已经受到青春文学影响的孩子	98
第三种情况：迷恋青春文学的孩子	103
第四种情况：迷恋青春文学以致难以自拔的孩子	106
第五种情况：极端自我中心的孩子迷恋青春文学	111
第六种情况：性格内向的孩子迷恋青春文学	115
专家总结	118



五、迷恋网络的 8 种情况及对策	120
第一种情况：孩子到网络寻找幻想	121
第二种情况：孩子到网络寻求快乐	125
第三种情况：孩子在网上寻求平等	129
第四种情况：孩子受挫，到网络逃避	132
第五种情况：孩子在网上寻找倾听者	136
第六种情况：孩子到网上“重新做人”	140
第七种情况：孩子到网络寻找自由	143
第八种情况：孩子到网络中感受成功	147
专家总结	151



一、追时髦的 8 种情况及对策

什么是时髦？《现代汉语词典》的解释是：形容人的装饰衣着或其他事物新颖入时、符合当时的风尚。

我们这里所说的追时髦，是指孩子为了跟上身边的时髦风潮所采取的行动。我们这里谈到的追时髦的孩子，主要指年龄在 11 岁到 15 岁左右，准备或正在上初中的孩子。

身边的时髦风潮也不仅指社会时尚，还指孩子身边的一些风气。比如，一个班的学生都认为看“百家讲坛”是一件很时髦的事；或者孩子追所在小群体认同的一种行为，比如黑白猪的文具，等等。

时髦的东西总在不断变化，所以追时髦者所追的东西也在不停变化。而且追时髦的人在自己追上时髦或者处在时尚最前沿的时候，往往会感到很满足。大多数人追时髦是为了表现自我，表现自己能够跟上时代，追时髦是用来突出自我的手段。

追星也可以当成追时髦的一项内容。那些把追星当做追时髦的人，往往是把追星当做追时髦的一个组成部分：当下哪个明星最红，就追哪一个，随时准备着去追下一个更红的明星。他们把这种行为当做自己是时髦人的一种体现，往往不会把太多的精力放在明星本人身上。

而真正追星的人，他们的追逐目标一般是比较固定的，他们不会轻易

地改变自己的偶像。追星者追的明星身上，一定具有某种追星者喜欢的、希望拥有的东西，比如漂亮的容貌，独特的个性，坚忍的品质，等等。很多追星者推崇明星、欣赏明星并不是为了突出自我。

追时髦与追星最大的不同在于，这两种行为目的不一样。追时髦的孩子往往需要通过别人的评价来认可自己。这种孩子大多数是不太自信的。真正追星的孩子则往往比较自信，不管别人是不是理解他们的行为，是不是认可他们喜欢的明星，都不会太影响他们。追星孩子的自信是来自内心的力量，所以真正追星的行为更长久，喜欢某个明星也许能喜欢一辈子，追星的行为往往也更具有内涵。

相关链接

关于追星的问题，请您参看本书有关追星族的内容。这里只谈追时髦，涉及追星的内容，也是把追星作为追时髦的一部分来谈。

第一种情况：为了让自己更美丽而追时髦

纹纹是个清秀的姑娘，身材匀称，让很多女同学羡慕，可是纹纹自己觉得还有一些地方不满意。她在剪发的时候尽量剪得蓬松一些，让头发有层次感，贴在两颊上，这样就可以把脸挡住一部分，看起来既时髦，又显得脸瘦了不少。在校服里面穿上韩版流行短款小衫，既衬托出苗条的身段，又显得下身更长了，尽管做比较大幅度动作的时候会露出肚皮——这可是今年时髦的装饰。冬天，为了让自己看起来不臃肿，纹纹宁肯少穿衣服，而且不流行的服装不穿。

纹纹的“努力”果然赢得了同学们的认可。当她出现在男孩子面前的时候，他们经常会忍不住多看她几眼。纹纹感到十分骄傲，因为这说明自己的确变漂亮了。可是也正因为这个，老师经常找她谈话，要她注意影

响、遵守校规校纪。妈妈也整天唠叨，说她穿成这样不合适。纹纹想不通：我不就是想让自己时髦一点儿，怎么就不合适、不遵守校规校纪、不注意影响了呢？

纹纹的家长不可能不担心。担心什么呢？担心女儿分散了注意力，影响了学习；担心女儿因为打扮得不符合学生的身份，惹来不必要的麻烦；还担心孩子吸引太多异性的关注，会交异性朋友、早恋；还担心被社会上的闲散青年或者色狼盯上，那就更糟了。孩子自己却一点儿不担心，真是急人，怎么办呢？

方法1：让时髦和美丽同在

追求美丽是人的天性，不是错误。时髦的东西也并不见得都不好，因此，家长只是简单要求孩子不追时髦，是很难说服孩子的。所以，家长首先要承认孩子看起来的确是变得漂亮了，表示家长并不反对孩子追求美丽。但是，时髦的不一定美丽，美丽的不一定时髦。时髦的元素要与自己相匹配，胡乱搭配很可能画蛇添足，甚至大煞风景。家长要教孩子恰到好处地运用时髦元素，让时髦和美丽同在——这是一种审美教育。

比如，衣服的颜色和款式要适合自己的身份。人在不同的年龄阶段有各自不同的美，每个阶段享受不同的美丽，这才是对人生真正的享受。如果学生时代的衣着过于成人化，虽然时髦，但是会掩盖青少年身上特有的阳光、朝气，容易变得不伦不类，那就不是美丽了。

再比如，女孩子在身体形态上也不要惹人注目。薄、透、露的衣服也许真的可以衬托出姣好的曲线，夸张的动作也许真的可以引来同学们的赞叹，但是也会带来一些安全隐患。因为人的服饰和身体都会“说话”，它们会“告诉”别人你的人品、情绪、喜好，对待生活的态度，等等。如果女孩子与男性交谈时离对方太近，就会令男士产生误解，认为女孩子对他有好感，容易让男士有热情、大胆、轻浮的动作。个别别有用心的人还可能觉得可以从这个女孩身上占些便宜。

❀————— 注 意 事 项 —————❀

如果家长这样做不能奏效，可以跟孩子一起看看《法制进行时》这样

的节目（注意不要太多），有意识地教给孩子一些保护自己的方法。

相关链接

关于加强孩子自我保护意识的方法，请参看本书第4分册中关于自我保护能力的专题。

方法2：追时髦要适时适度

家长要给孩子确立这样一个观念：国有国法，家有家规，学生就应该遵守学校的规章制度。学生在学校的穿着要符合学校的规定。

比如前面的案例，纹纹的发型和穿露出肚皮的短上衣显然是不合学校规章要求的。老师找纹纹谈话，是因为学校对学生有非常明确的要求。如果纹纹不改变，这种谈话肯定还要继续下去。

大部分孩子非常清楚校规校纪，之所以突破这个界限，有时候就是一种试探，这个时候家长要非常明确地表示支持校纪。告诉孩子，在打扮自己之前，要先看看是不是在学校允许的范围内。如果孩子不甘心，可以告诉他双休日和假期可以适当“时髦”一下，平时上学不可以。

家长要告诉孩子：你把时髦的衣服穿到学校去，效果不一定会好，很多时候如同羊群里出来一只骆驼，显得很惹眼，恐怕更多的人不接受。虽然看的人很多，评价却不一定好。有人嫉妒你，有人认为你在出风头，还有人认为你这样其实很难看……反映很多，但是你往往被蒙在鼓里。

※ 注意事项 ※

- 有一类孩子不接受家长的劝告，不妨让老师狠狠地批评批评他，有些孩子慑于压力，会有所改变。

- 如果孩子不理解家长和老师的批评，有两种可能：

第一种，孩子自己并不觉得自己的打扮时髦，并不觉得不合适。这时家长可以让孩子看看身边的大多数同学是什么样子的，做做比较，找找不