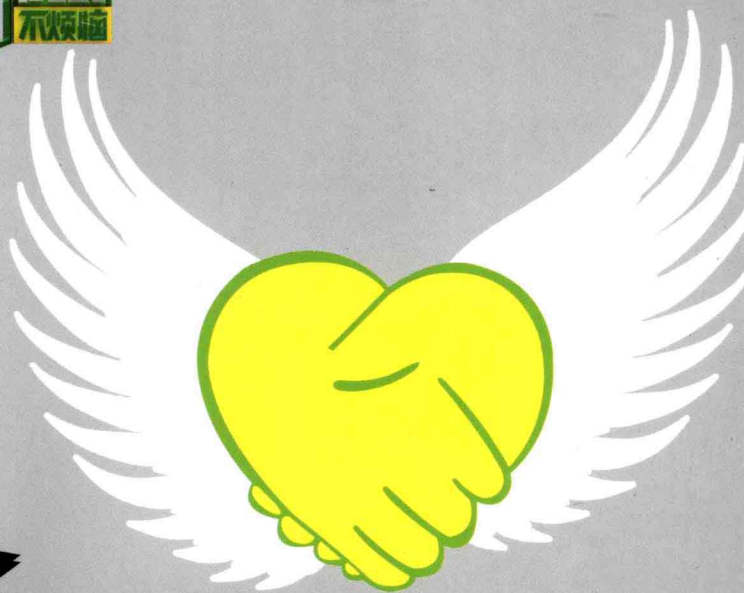


中国教育₁



成长如何 不烦恼

◎《成长不烦恼》栏目组 编著

爱在你左右，成长不烦恼

这年头，小孩儿长成大人不容易；大人家有儿女也头疼，面对无数家庭争执不下的两代“纷争”，平了！

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

成长如何不烦恼

《成长不烦恼》栏目组 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

成长如何不烦恼 / 《成长不烦恼》栏目组编著. —
北京: 人民邮电出版社, 2012.5
ISBN 978-7-115-27451-9

I. ①成… II. ①成… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第018914号

内 容 提 要

为什么父母自认为苦心经营,却经常遭到孩子的反感和排斥?为什么孩子自认为合情合理,却得不到父母的首肯和支持?成长、青春、更年、叛逆,学业、性格、婚恋、事业……一系列成长中的问题不仅让孩子烦恼,更让父母和家庭为之头疼不已!

《成长不烦恼》节目呈现家家那本难念的经,本书告诉那些纠结于无法和孩子有效沟通的父母,正确表达和儿女之间的互动需求,什么才是真正的“爱”,如何才是正确地教,爱在沟通和理解,成长才能不烦恼!

成长如何不烦恼

-
- ◆ 编 著 《成长不烦恼》栏目组
责任编辑 张慧芳
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京天宇星印刷厂印刷
 - ◆ 开本: 700×1000 1/16
印张: 13.5 2012年5月第1版
字数: 134千字 2012年5月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-27451-9

定价: 32.00元

读者服务热线: (010)67119329 印装质量热线: (010)67129223
反盗版热线: (010)67171154

总 策 划：

张 践 王晓丹

统 筹：

杨金星 张 炆 刘华鲁 易东山

策 划：

李 群 曹海峰 李 丽 王建军 张慧芳

特约编辑：

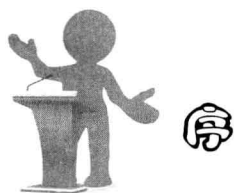
于小龙 周 蓉 夏 莲 李 静

营 销：

宋吉文 蒋 艳 任瑾玺 恭竟平

文案统筹：

陈晓晓 颜小可 齐婷婷 李 莉 赵 娟 李娅绮



欧洲科学院院士 中国外交学院前院长 吴建民

中国教育电视台《成长不烦恼》栏目开播一年多来，受到了广大电视观众的欢迎，并多次获奖。节目同时也引起了人民邮电出版社编辑的关注，他们对节目进行了精心编选之后，出版了《成长如何不烦恼》一书，奉献给读者。这是一件值得赞许的事。

俗话说“清官难断家务事”，实际上是主张家事由家庭成员自己处理，外人不要插手。这个传统观念当然有它的道理，但是，在今天的形势下，完全靠家庭自身去解决，也会出现很多问题乃至悲剧。今天中国的大家庭开始逐渐向小家庭分化，家庭突出问题便成了父母与子女的关系问题。

人的思想和观念，都是在一定环境下形成的，子女和父母两代人的成长环境完全不同。社会的发展变革对不同年龄段的人产生的影响不同，父母和子女出现一些矛盾、分歧甚至冲突，是不可避免的。

中国教育电视台打破了传统观念，把这个带有普遍性的家庭问题也是社会问题搬到电视上。父母为一方，子女为一方，再加上一些心理专家和有影响的社会人士的参与，促进了父母和子女之间的沟通 and 了解，使双方都从原来的思路中跳出来，接触一点新思想、新观念，变换思考

问题的角度。这样做，显然是符合当今社会需要的。所以，节目播出后很受欢迎，我相信《成长如何不烦恼》这本书，也会受到公众的热烈欢迎。

2003年我到外交学院工作后，开办了一门新课《交流学》。之所以要开办这门课，是因为在长期的外交生涯中，我在观察外国人和我们国人双方的沟通和交流中，发现中国人不善交流。这种现象的出现与我们的文化有关，孔子就曾提出“敏于行，讷于言”，提醒人们讲话要谨慎。如今，社会变化了，经济发展了，人与人之间的交流大大增多。如果不懂得交流，那就会直接影响到你的工作结果和你所追求的目标。所以，我在外交学院开办了这门课，也经常为不同的培训班讲课，教他们如何进行交流。各方的讲课邀约也使我应接不暇，看来交流学受到了社会的欢迎。

交流学中一个很重要的原则是知己知彼，了解自己的长处和短处，也了解对方的长处和短处，同时要易位思考，设身处地替对方想一想。如果真的做到这一点，结果就不一样了。

授课期间，我曾收到一位家长的来信。这位家长曾坚信“棍棒底下出孝子”，一直对自己的儿子很严厉。如今儿子已经16岁了，无论他说什么儿子都不听。这位绝望的父亲称，他的儿子在电视上看过我的节目，对我比较信服，可能我说的话他会听。出于一种责任，我给这个儿子写了一封信，帮助他们慢慢开始交流。

可以看出，父亲对儿子的爱是毋庸置疑的，但是，儿子对这种爱的反应却是反感和厌恶。这就是长期父子间交流不得法，致使误解越来越

深造成的。《成长不烦恼》这个栏目，就为家长和子女之间的交流和沟通，提供了一个很好的交流平台，专家们也对如何理性地处理这些矛盾和问题，提出了一些建设性的看法和建议。从本质上看，这是在改善家长和子女之间的交流。我认为，这项工作是非常值得去做的。

《成长如何不烦恼》这本书出得很及时，相信无论是家长也好，子女也好，读一读这本书，一定会开卷有益，获得一些新的启示，使得双方今后的交流能更顺畅，关系能处理得更好。这也是中国教育电视台和人民邮电出版社为社会和谐及家庭和谐所作出的贡献。



主持人手记

《成长不烦恼》主持人 彭宇

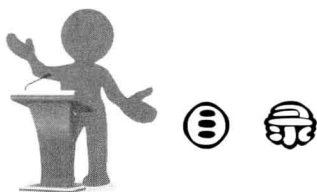
主持《成长不烦恼》以来，心里总有千言万语在翻涌。如今突然要落笔成文却又一时不知从何写起。其实做电视的时间已然不短，10余年的从业经历、二三十档节目的磨砺，将刚入行时的清纯少年变成了一个清纯中年，心里也曾无数次问自己究竟做“节目主持”的真正意义在哪。之前所做多为娱乐节目，节目和主持人所存在的意义就是为辛苦工作一天后只想放松的观众提供一道减压的精神菜肴，所以管他有聊无聊，管你扮小丑扮偶像，只要观众乐了能有个好心情洗洗睡了，你的工作就是有意义的。

但《成长不烦恼》不一样！来这里的每个家庭都是带着生活中的纠结来的，“家事大如天”，这个节目肩负着找到解决两代人问题的症结和给出合理建议的任务。所以我时刻提醒自己，做《成长不烦恼》我必须认真诚恳地去对待嘉宾的故事，认真诚恳地提出问题，认真诚恳地讲出自己心里最真实的想法。所以做《成长不烦恼》，真诚实在的态度比电视专业技巧更重要。

“成长”这段旅程充满着各种快乐的同时也充满着各种烦恼，但快乐和烦恼都不是绝对的，回首自己人生旅程中曾经出现的多少次烦恼，如

今都变成了最津津乐道、最忍俊不禁的回忆和谈资！成长为什么要无烦恼呢？不懂烦恼又怎么会理解快乐呢？成长不要怕烦恼，因为我们有大脑！所以成长有烦恼挺好！有了烦恼懂得积极面对更好！

《成长如何不烦恼》这本书是从近两百期的节目和案例里凝炼出来的，成长不只是儿女需要面对的，家长也需要面对。作为家长，无论您有多少人生经验，但您未必拥有处理和您10岁孩子关系的经验；也许您有，好吧，那您也许还不懂得如何和您20岁的孩子相处；好吧，也许您也有了，那么您的孩子30岁呢？这个时候依然会有问题或者烦恼，正所谓生命不止，成长不息，问题不断！这本书里的故事会给您一些启示，会给您一些建议，会让您有所思考！感谢《成长不烦恼》这个节目让我能提前思考也许将来我会遇到的问题。感谢《成长不烦恼》让我更加清晰和确定自己的价值观。感谢《成长不烦恼》让我更加明白如何做一个负责任有担当的电视人！爱在你左右、成长不烦恼！



第一部分 父母之命

第一章 儿女婚恋，父母可以退居二线	3
01 “剩女”引发的家庭大战	4
02 校园婚姻，到底谁不懂谁的心	10
03 代相亲，怎样的一个父母心	16
04 新婚姻法风波，让无数丈母娘如此纠结	21
05 为爱放手，还是以爱的名义挽留	27
06 风险转嫁：要不要给孩子找个“备胎”	32
07 母子之战：失恋源于太精算	37
08 女为悦己者疼，你会不会心疼	43
09 租赁女友娶回家，很狗血吗	48
第二章 为人处世，儿女的性格和父母有关	53
10 儿子怕担事，该不该问责父母	54
11 便利贴儿子，请你提升自我价值	59
12 啃老，病在哪里谁有药	64

- 13 痴迷UFO荒废工作，父母的支持能有多久 70
- 14 大包大揽，侠肝义胆还是“二”之典范 75

第二部分 子女宣言

第三章 新生代宣言，父母皆祸害..... 83

- 15 面对小事，忍了还是做正义斗士奥特曼 84
- 16 风流老爸，到底你想得瑟啥 89
- 17 家庭废品站，我有没有反对的发言权 94
- 18 招摇老妈，玩性感还是玩尴尬 98
- 19 生活费悉数孝敬保健品，惜命的老爸伤不起 ... 103
- 20 咋，游走超市打折促销柜台的妈妈 108
- 21 卸任老头儿，请把你的面具一起丢开 114

第四章 我的工作要不要顾及你的面子 119

- 22 混在职场边缘的斯诺克女王 120
- 23 拉风车模，我选择我开心 125
- 24 人体模特，为艺术献身要不要顾忌父母情绪 ... 130
- 25 网络女主播，你卖的是什么 135
- 26 职场蚂蚱，真的越跳越高 140
- 27 我是男幼教，天理难容吗 146



第三部分 分歧是常态，沟通有智慧

第五章 消费观：会花钱，花钱，钱	153
28 高科技消费，父母如何应对	154
29 金榜题名时，血拼年代的开始	159
30 “前人栽树，后人乘凉”这个定义值得商量	164
31 刷卡月光族，谁是谁的卡？	170
第六章 行为心理：各有各的理	175
32 淡定还是无语：翻旧账的老妈伤不起	176
33 儿子头脑发热，“证书”变“证输”	181
34 主角PK出资人，婚礼到底谁做主	186
35 异性合租，抱团取暖还是玩火自焚	192
36 退学只为换专业，这个代价有点猛	197

第一部分

父母之命





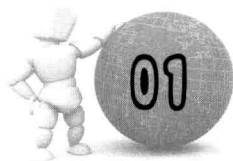
第一章

儿女婚恋，父母可以退居二线

面对儿女的婚恋，做父母的心里总会有些磕磕绊绊。不管自己的儿女未来的另一半如何优秀，在他们看来都有值得加勉之处，自家儿女是天下最完美的。于是乎，父母有的身先士卒，代替儿女考察、测评未来的另一半；有的一手遮天，无比坚定地要做到棒打鸳鸯散，并为此费尽心机、使尽手腕不懈地努力和奋斗。

话说这两种父母都是存在的。存在即合理？未必！

其实，摆脱了从上一辈那里继承来的部分坑爹教育理论习惯，更聪明的做法是退居二线——适当操点儿心，但是绝不大包大揽。话说孙子兵法中有一招叫做欲擒故纵，貌似就是这种套路——涉足儿女婚恋的最高境界：不管才是真的管！



“剩女”引发的家庭大战

剩女的基本特征：高学历、高收入、高智商，长相也无可挑剔，但择偶要求比较高，导致在婚姻上难以得到理想归宿，而变成“剩女”。

无论是小荧屏的《败犬女王》、《大女当嫁》、《钱多多嫁人记》，还是大银幕的《征婚启事》、《非诚勿扰》、《全城热恋》，这些叫好又叫座的影视剧有一个共同点，即将触角伸向“剩女”一族，探讨她们的婚姻状况。剧本中充斥的逼婚“母女大战”无不让人捧腹又心酸：母亲的过度操心围追堵截和女儿的满不在乎闪转腾挪，两代人过招，双方都是狠主儿厉害角儿——被逼的。这些无不昭示着一个严峻现实：“剩女”引发的家庭大战已经越来越普遍。



父母出招：高挂“免刺牌”，以相素的方式缔结婚姻非常必要

《钱多多嫁人记》里，急不可耐的多多妈到公园代女相亲，遇到一个志同道合的急妈，对方听了多多妈介绍女儿29岁，长出一口气半是揶揄半是得意地说：“你女儿那可不老小了，都成必剩客了，我女儿才23岁。”

诸多急妈心中有一套词儿：

25岁~27岁的那叫初级剩客，这些人还有勇气继续为寻找伴侣而奋斗，故称“剩斗士”。

28岁~31岁为中级剩客，此时属于她们的机会已经不多，又因为事业而无暇寻觅，别号“必剩客”。

32岁~36岁为高级剩客，在残酷的职场斗争中存活下来，依然单身，被尊称为“斗战剩佛”。

36岁以上，那就是特级剩客，当尊为“齐天大剩”。

妈妈说，我们也不容易，为了避免孩子越剩越惨，想尽一切办法高挂“免剩牌”——手脚并用，电话联络、网络发帖、亲自奔波、马不停蹄地为女儿寻觅合适的主儿。恨嫁的往往不是孩子，而是他们背后的妈。操碎了心还净落一身埋怨，亲戚聚会不敢参加，相亲大会挤破了脑袋。年轻人总说要勇于尝试，可你却拒绝相亲，就是不敢尝试，不敢尝试又怎么可能有好的结果？自己的不敢面对，让家人为之受累，心力交瘁的父母要有多大的神经才能经得起这种蹂躏？



子女对决：30岁之前未必就一定是婚嫁的黄金时段

“弱水三千，吾只求一瓢矣，无它耳”——“剩”虽然各有无奈，但总算是对自己负责，也对父母、对他人负责，比那些“闪婚闪离”、甚至还“闪离有子女”的要强吧。

剩就剩了，“剩”也是一种生活方式，与他人何干。新名词够损，但是子非鱼，肯定不知鱼之乐，管好自己就是了。

女人耽误了30岁前的出嫁黄金时间，并不意味着她们就得不到幸福的婚姻：