



健康系列

青春前期

you and your younger adolescence

原著 Judith Trowell

译者 王 振 马婷婷

审校 肖泽萍



人民卫生出版社

孩子与你亲子心理健康系列

青春前期

you and your younger adolescent

原著 Judith Trowell

译者 王 振 马婷婷

审校 肖泽萍

人民卫生出版社

Copyright © 2008 by Judith Trowell

All rights reserved.

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子与你亲子心理健康系列. 青春前期/(英) 肖威尔
(Trowell, J.) 主编; 王振等译. —北京: 人民卫生
出版社, 2011.11

ISBN 978-7-117-14639-5

I. ①孩… II. ①肖…②王… III. ①少年儿童-
心理健康-家庭教育 IV. ①G479②G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 148236 号

门户网: www.pmph.com 出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com 护士、医师、药师、中医
师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

图字: 01-2011-4550

青春前期

译者: 王 振 马婷婷

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京人卫印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 4 字数: 72 千字

版 次: 2011 年 11 月第 1 版 2011 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-14639-5/R · 14640

定 价: 15.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)



孩子，你是我今生最大的奇迹、收获、喜悦、骄傲……
用任何语言来描述你都不过分……

谨将此书赠予我们自己的孩子——是他们教会了我们每一件事情！



作者简介



Judith Trowell 是塔维斯托克诊所(Tavistock Clinic)的荣誉顾问精神学家;同时是一名儿童心理健康教授,执教于西米德兰兹的英格兰国家心理健康研究所(National Institute for Mental Health in England, NIMHE)/同伴关系看护改善机构(Care Services Improvement Partnership, CSIP)及伍斯特大学。她既是一名精神分析学家,也是一位儿童分析师,曾在英国国家卫生事业局(National Health Service, NHS)担任多年临床医生、培训师和临床研究员。



该系列编辑前言

A.H.Brafman 博士



从前,父母们会骄傲地庆祝孩子青春期的到来,并且在许多文化中,家庭和社区会相聚一堂来庆祝这个时期的到来,因为它是儿童过渡到成年和独立的一个阶段。然而,在今天这个时代,我们却很焦虑、害怕地看待这个过渡阶段。当然,正如以往的任何时候一样,告别儿童期的孩子都带着紧张的心情和矛盾的期待来到这个点上,但是他们的父母却常常感到孤立和害怕,因为他们不知道在未来的十到十二年,孩子和他们自己该如何顺利地度过。

Judith Trowel 有相当丰富的职业生涯,长期在各种不同的环境中和青少年以及他们的父母打交道。在此书中,她的文字简明易懂而又不失敏感,描述和讨论了10~14岁的青少年,关于他们的身体和情绪的变化,并且讲述这些如何影响到他们的父母,又是如何受到父母的影响。同时,她还列举了临床的案例,来说明早期青少年存在的一些问题,以及面对这些问题,我们可以如何帮助他们。

有一些核心的哲理贯穿于“孩子与你系列”丛书始终。每位主要作者都发表过学术性或临床性的论文及论著；本系列丛书则是面向父母。本丛书不是要对读者进行说教，而是告知。从婴儿到成人，父母在养育子女的过程中肯定会遇到各种各样的问题。我们的目的不是提供解决这些问题的方法，而是对这些问题进行描述、解释和讨论。

我们设想两类父母可能会选择阅读本丛书：一类是想在本书中为他们在生活中遇到的问题寻找答案；另一类只是想增长他们有关人类发育史的知识。我们希望本书的写作方式能让两类读者都满意。可以说我们在努力将不同年龄的孩子与父母、家人及外部生活的经验做了解读。作者们写成此书是以他们与儿童、青少年及父母们的大量工作经验为基础的，这些工作经验不仅是在咨询室内积累的，还包括学校、社区机构、教学医院，甚至大部分情况下是与他们自己孩子相处为基础的。

作者试图从孩子的视角去描绘孩子的生活，帮助父母理解孩子的行为、想法和感情，而这些往往可能是孩子们无法用语言来描述的。本书并不是要当孩子的辩护人——在讨论问题的过程中您不会看到任何试图要找出是谁的过错的地方——而是将兴趣点放在从专业的角度努力帮助孩子和父母相互了解彼此的看法上。在我们的书中，作者们详尽地描述了孩子从婴儿到成人能力的逐渐增长过程：对孩子潜力及真实能力的了解才能奠定对

孩子行为理解的基础。

有关儿童发育的书,如果不是几乎全部,也是大部分采取了这样一种观点,即孩子是成长环境的产物。在一定程度上,这是显而易见的:孩子讲父母所讲的语言,并选择他们家庭居住地特征性的风俗习惯。我们常常听到有人说某个孩子与父亲或母亲或其他亲人相像,这证实了发育中的个体会对居住的环境做出反应并适应这一环境。然而,还有另一种真实存在的现象,即同一家庭抚养的所有孩子并不具有同一特性。从科学的角度来看,天性与养育之间问题的讨论没有止境。但从现实角度来看,将与孩子有关的家庭问题看成是相互作用的结果明显更准确,也更有用,而谁是起源及何时以何种方式起源等这些问题在现实中是找不到答案的。父母和孩子不断地从言语和行为中确定自己的期待。他们使这个错误的循环持续不断进行,在这个循环中他们从自己与对方的眼中感觉自己的判断是对的。

父母间对孩子问题的解读明显存在差异,这种现象并不少见。普通家庭中随意一个简单问题都可能会出现这一现象。婴儿哭了:妈妈认为他/她是饿了,而爸爸则感到这是婴儿希望掌控父母生活的一个早期信号。幼儿不吃某些特定的食物:妈妈厌恶地认为这是不听话的开始,爸爸则声称孩子实际上是在表示他可以辨别对味道的喜好了。5岁的孩子要求多看会儿电



视：妈妈同意孩子与她一起看她正在看的一个节目，而爸爸则大发脾气，因为他正竭力在家庭中建立一套规则。当孩子进入青春期或青少年时期，这些冲突就成了家常便饭……从实用性角度看，意识到判定父母孰对孰错没有困难这一点很重要，因为从他们各自的参考框架来讲，他们都是正确的。这种分歧产生的问题是无论发生什么，孩子总会站在他们其中的一边，站在另一个的对立面。

毫无疑问，每个父母对孩子的行为都会形成个体化的解释，这种个体化解释是和父母自己的成长、个性、世界观及经历一致的，这个过程有些是有意识的，大部分则是无意识的。但是，在这个问题中孩子又是如何的呢？当父母对孩子行为的理解不一致时，一般家庭并不会征询孩子对这一行为的解释。如果问孩子，孩子也可能找不到合适的语言表达自己，或者他会被诱导讲一些他认为父母喜欢听的话，或者他的回答听起来如此不合逻辑，以至于没人相信。结果只有专业人员才能探测到孩子“真正的”动机和意图。

显而易见的是每个家庭有他们自己与孩子相处的风格。每个孩子的发育不可避免地会受到父母对其行为反应的影响，虽然这种影响不是决定性的。而且，对父母来说，准确地知道孩子所获得的发育能力相当困难。没有任何孩子在某时的行为表现、生活应对及反应能力能超出他的能力范围之外。这是本丛书强调的地方。我们试



图描述不同年龄阶段孩子的认知、智力及情绪的发展,以及这些逐渐演变的阶段如何影响孩子自身的经历,如何影响他感知所居住的世界并与之相联系。我们希望父母通过阅读该系列丛书,可以从全新的视角看待自己的孩子。





目 录



引言	1
从儿童期到青春期	1
青春期混乱	2
性征出现	4
面对差异和矛盾	5
年轻人的内心世界	7
第1章 发育阶段	9
早期发育的任务	9
学前期任务	15
小学阶段	19
青春期	22
第2章 发展面面观	28
认知	28
道德发展	31
精神世界	33
理解他们的身体	33
社交发展	35

记忆	36
结语	39
第 3 章 青少年早期	41
性	41
阅读和演讲的困难	42
友谊和交流	43
自伤、自杀观念和进食障碍	44
理解青少年	46
第 4 章 精神卫生的担忧	48
人格和差异	50
低落的心境	55
精神状态的改变(精神病)	59
其他问题	62
结语	69
第 5 章 心理问题	71
人际关系	71
亲人过世	72
离婚或父母分居	74
虐待和创伤	77
物质滥用	80
难民和庇护所的贫民	81
干预措施	82
结语	82
第 6 章 父母	84

非亲生孩童	86
单亲父母	87
法律监护人	88
父母自己的问题	89
父母自己童年的重要性	91
寻找出路	93
结语	94
第7章 干预措施	95
接管事物	95
赞同和保密性	96
社会服务	98
社区资源	99
家庭工作	100
治疗	101
其他干预治疗	106
最后深思	108
参考文献	109



引 言



从儿童期到青春期

除了乱发脾气的时候以外,年幼的儿童是非常讨人喜爱的。小学阶段的儿童充满了热情,想要掌控他们的世界,有时候会反抗、难以对付,但多数情况下还是会取悦他人,接受建议和要求,做出良好的反馈。随着青春期的到来,原本的规矩发生了改变。10~14岁的青少年在法律上还是未成年人,父母或者抚养人仍旧要为他们以及他们的行为负责。然而,这些年轻人却把自己看作是分离的、独立的个体。他们和朋友之间的友谊变得越来越热切,他们所接触的同龄人圈子变得越来越重要。外在的事物是很重要的:衣着、发型、化妆品、活动、学校内外的行为都能标示出这个年轻人是属于哪一个圈子的人。而他的家和家庭成员却越来越不重要了。

当然,从内在而言,并不是这样的。这些年轻人重要的人际关系仍旧是父母或者抚养人、兄弟姐妹,以及延伸的家庭——祖父母、唐表兄弟、阿姨、叔叔。尽管随着他

们和朋友的友谊逐渐加深,他们多数情况会否认这样的事实。但是当他们外面的关系破裂或需重建的时候,家庭就是他们的避难所。然而,当年轻人几乎为所有事情都要争论和争斗的时候,家庭成员可能不喜欢他们以自我为中心的态度。他们对逐渐增加的各种限制表现出蔑视、讽刺和怨恨;通常对他们来说没有什么足够好的。当然,这些行为实际上是年轻人内心状态的真实写照,他们觉得自己不恰当、很失败、不够好、感到害怕和不确定。



青春期混乱

身体上的改变同时伴随着能量级别的改变,这使得年轻人和他或她的家庭感到紧张不安。有时候,年轻人充满了精力、生机勃勃、不知疲倦,随时都可以准备做任何事情;有时候,他或她却感到筋疲力尽,情绪低落。这种不稳定性伴随着忽高忽低的情绪,就是通常所说的“青春期混乱”,要适应这种高低起伏的情绪还是很困难的。年轻人会谈论他们失控的感觉,或者感觉七零八落的。然而,父母或者抚养人会觉得年轻人掌控了全局,他们正做着想做的事情,而父母或者抚养人自己才是失控的、七零八落的。他们互相责备,实际上他们正镜映着对方,然而却很难意识到这一点。

年龄较小的青少年仍在重复着学前儿童的斗争:他们会乱发脾气,他们想要什么东西的时候毫无等待的耐心,期待自己成为宇宙的中心,整个家庭都要围绕着他们



转。这些会导致他们和父母以及兄弟姐妹之间的矛盾，一些规矩也难以落实；年龄较小的青少年也许会成为非常有力量的人，在家里不用被约束，不讲任何道理。问题在早期时候就出现了，但是对于愤怒情绪的管理（特别是对于果断的言行而不是挑衅的言行）对于年轻人和父母而言都是一个大问题。年轻人会显示出他自己的个性和观点。他们有自己的信仰，同时也要忍受他人与自己相违背的不同观点。他们的身体逐渐长大，变得强壮，也许在躯体上他们和父母一样有力量，当他们遭遇挫败或者未能达成愿望的时候，必须学会控制他们的愤怒与激动。有时候情绪的风暴是无法避免的。

两代人之间的矛盾似乎是不可避免的：年轻人总要竭力反对上一代的标准和态度，对他们的外表或是生活态度都表示不满。这种矛盾实际上定义了年轻人，帮助他们找到了在两代人交叉的圈子中的位置，但是这样的矛盾却不太容易承受。父母常常被孩子激怒——因为一些话语是带有人身攻击且非常伤人的。父母会感到受伤或生气，矛盾便逐级加深；如果父母不会控制自己的情绪，那么言语上的冲突很可能升级为肢体上的冲突。有些年轻人开始和父母有言语冲突，后来就出现了肢体上的冲突，这让人感到很痛苦。只有当年轻人比较冷静的情况下，才有可能听父母的话，知道他们的言语或行为是不对的，当情绪暴发的时候，首要策略是冷静下来，避免继续发怒。有些父母不需要面对非常棘手的年轻人，因



为他们更喜欢让步,而共同拥有一个安静的生活。如果孩子的怒气是针对父母的某一方,那么另一方就很容易成为“好的”父母,他或她支持孩子,与他们共谋,得到一些满足。这样的做法在当时可以很好地制止不满的情绪,但并非长久之计,因为这种做法会伤害到父母之间的关系,还会使年轻人感到迷失、困惑,轻视或拒绝父母双方。



性征出现

在紧张状态之下所隐藏的是性征的出现。青少年正努力寻求性身份的认同,他们的性别、性取向都需要确定。他们面临这样的问题:我想成为同性恋、异性恋还是双性恋?我要找什么年龄的伴侣?面对年长的人(父母辈的年龄层)我是不是会很兴奋,还是同年龄的或者比我小的更好?所以,从意识或者潜意识上来说,年轻人会对很多人产生性方面的感觉,比如母亲或父亲、阿姨或叔叔、老师、同龄人、学校里的学长或者比自己小的儿童。这些感觉都属于年轻人,而父母或者抚养者如何处理这些感觉就显得至关重要了。年轻人的这些想法和感觉也许会很强烈,但他们却只能把这些当做自己的愿望或欲望来与之斗争。如果欲望的对象(比如一位老师、阿姨或者叔叔)和他们互相往来,回应了这种强烈的感情,于是年轻人不单单在情感上被唤醒,还有可能涉及肉体上的欲望。这样便会导致将来他们有巨大的压力和需求来追

