



青春期
不是
危险期

父母最关心的 36个家庭教育问题

- ◎ 36位家长倾诉36种苦恼
- ◎ 36个孩子表露36种心情
- ◎ 直面青春期家教危机，
塑造和谐亲子关系

◎ 张雅文 著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

青春期不是危险期

父母最关心的 36 个家庭教育问题

张雅文 著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

图书在版编目（CIP）数据

青春期不是危险期：父母最关心的 36 个家庭教育问题 /
张雅文著. —北京：中国水利水电出版社，2007

ISBN 978-7-5084-4402-4

I. 青… II. 张… III. 青春期—家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2007）第 021808 号

书 名	青春期不是危险期——父母最关心的 36 个家庭教育问题
作 者	张雅文 著
出版 发行	中国水利水电出版社（北京市三里河路 6 号 100044） 网址：www.waterpub.com.cn E-mail：mchannel@263.net（万水） sales@waterpub.com.cn 电话：（010）63202266（总机） 68331835（营销中心） 82562819（万水）
经 售	全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	北京万水电子信息有限公司
印 刷	北京市天竺颖华印刷厂
规 格	787mm×1092mm 16 开本 13.75 印张 130 千字
版 次	2007 年 4 月第 1 版 2007 年 4 月第 1 次印刷
印 数	0001—5000 册
定 价	25.00 元

凡购买我社图书，如有缺页、倒页、脱页的，本社营销中心负责调换
版权所有·侵权必究

写在前面的话

青春期是人生的必经期，谁也不能逾越它，谁也不能逃避它。

有人说青春期是“爆炸期”，因为它使人躁动、使人焦虑、使人彷徨。处于这个时期的孩子，有时候会因为某件小事而感到悲观失望，有时候又会因为一次小小的成功而欣喜若狂。他们对待父母的态度，也由崇拜变成了质疑，甚至抵制。叛逆、偏激、厌学、早恋等问题也接踵而至。

面对青春期的孩子，有的父母束手无策，有的父母伤心失落。父母不理解与自己朝夕相处的孩子为何变化如此之大：像突然间变了一个人似的，不但个性张扬，还常常与父母顶撞，甚至离家出走……

那么，在这些问题和矛盾的背后，是什么驱使着孩子一反常态呢？难道真的是孩子越大越不听话了？或是父母对孩子越来越苛求，导致亲子之间的矛盾不断升级？答案是否定的。

处于青春期的孩子，由于生理和心理的不断发育，已渐渐地有了自己的想法，有了自己的见解。他们不再像小时候那样对父母言听计从，也不再对父母的管束乖乖就范。如果这时候父母仍像以前那样对待他们，那么，十有八九会激起孩子的逆反心理，造成彼此间的疏离……

《青春期不是危险期——父母最关心的36个家庭教育问题》一书，从与父母相处、学习、心理、日常生活、情感五个方面，针对青春期孩子最常见的36个典型问题，给出了切实的指导和建议，帮助家长审视自己的教育行为和方式，与孩子共建和谐亲子关系。

通过书中的“亲情陈述”，我们可以看出，父母与孩子之间的矛盾，其实并没有我们想像的那么难以消除。只要相互了解，相互包容，所有的问题都可以得到很好的解决。只要父母教育得当，青春期并不是危险期，而应当是人生的成长期、发展期！

目 录

写在前面的话

第一章 与父母相处的问题	1
问题 1: 孩子撒谎怎么办	2
问题 2: 为什么孩子爱顶嘴.....	7
问题 3: 每个孩子都有叛逆心理吗.....	12
问题 4: 为什么孩子总躲着我.....	17
问题 5: 孩子太不争气怎么办.....	21
问题 6: 如何使孩子了解父母的苦心.....	27
问题 7: 孩子离家出走怎么办.....	34
问题 8: 为什么孩子与我们的关系越来越远.....	40
亲情小测试	46
第二章 学习中的问题	49
问题 9: 孩子不爱学习怎么办.....	50
问题 10: 如何对待孩子上网.....	55
问题 11: 怎样避免孩子把学习当成负担.....	61
问题 12: 孩子做作业拖拉怎么办.....	66
问题 13: 怎样纠正孩子偏科的问题.....	71
问题 14: 为什么孩子学东西总是不能坚持.....	77
问题 15: 如何面对考砸了的孩子.....	84
问题 16: 孩子不爱提问怎么办.....	91
学习小测试	96
第三章 心理上的问题	99
问题 17: 怎样消除孩子的恐惧感.....	100

问题 18: 为什么孩子的情绪起伏大.....	106
问题 19: 我家孩子是否得了自闭症.....	112
问题 20: 如何纠正孩子偏激的心理.....	118
问题 21: 孩子考试紧张怎么办.....	124
问题 22: 如何恢复孩子的自信心.....	131
问题 23: 孩子任性怎么办	137
问题 24: 怎样治疗孩子的抑郁症.....	142
心理小测试	148
第四章 日常生活中的问题.....	151
问题 25: 孩子见人不爱打招呼怎么办.....	152
问题 26: 孩子不爱干家务怎么办.....	156
问题 27: 如何教育不承认错误的孩子.....	160
问题 28: 如何对待不谦虚的孩子.....	166
问题 29: 怎样培养孩子的爱心.....	171
问题 30: 孩子丢三落四怎么办.....	176
生活小测试	181
第五章 情感上的问题.....	184
问题 31: 孩子的日记真的不能看吗.....	185
问题 32: 女儿经常给男同学打电话怎么办.....	189
问题 33: 男同学送女儿回家, 正常吗.....	193
问题 34: 如何使孩子区别喜欢与恋爱.....	197
问题 35: 怎样阻止孩子早恋.....	200
问题 36: 孩子陷入了网恋怎么办.....	206
情感小测试	211

第一章

与父母相处的问题

家有青春期的孩子，许多父母都有这样的感触：以前特别听话的孩子，现在突然变得桀骜不驯了。撒谎、顶嘴、叛逆、冷漠，甚至离家出走，经常使许多父母对自己的孩子又气又恨。在这个时候，如果父母想通过“权威”来迫使孩子听话，那么，孩子的叛逆心理肯定会变得更强烈。孩子们的叛逆始终是有根源的。关心、理解他们，才是解决问题的根本之道。

问题 1：孩子撒谎怎么办

作为父母，当孩子在你的面前一次又一次说谎时，你一定要冷静下来，好好地想一想。不要因此就给孩子定性，如对孩子说“你就是爱说谎”或“你这个小骗子”等，更不要试图用暴力的方式改变孩子，这样做只会使孩子在撒谎的路上走得更远。



家庭档案

父亲：许云龙 北京市朝阳区某外企经理

母亲：王芝花 北京市海淀区某报社职员

女儿：许静 小学五年级学生 13岁

青春期不是危险期



亲情陈述

父母的话

◆ 孩子说谎，让我们束手无策

我家孩子上小学五年级了。说实在的，她从小天资聪颖，可就是做什么事都十分慢。别人一小时能做完的作业，她非得用两个多小时。从今年开始，这种情况更严重了：她不仅经常不能按时完成作业，而且还屡次撒谎。有时老师请家长，她就直接说家长不在家。有几次因为她说谎，老师不得已让班长陪她一起回家找我们。我到了学校后，才知道近一段时间她几乎每天都不交作业，在学校对老师说作业本忘在家里没带，在家里对我们说练习册或书放在学校了，或者说作业做完了。

其实，在家里我们也看到她每天都做功课，却不知她是两头瞒、两头说谎。后来，我也曾狠狠地打了她几次，希望她吸取教训，可最多也好不了一个月。最近一段时间，打一顿连一个星期都管不了。

每次打她时，她都会说：“妈妈，请相信我这是最后一次，再给我一次机会吧！”可结果呢？她还是照撒她的谎。孩子撒谎这件事，让我十分痛苦、痛心，她小小年纪为什么就撒谎、欺骗我们呢？

我们就这么一个孩子，所以从小很看重她，对她的管教也很严格。可是，她却用各种各样的谎言来“回报”我们。我也曾千百次默默安慰自己：她还小，要耐心点。可是面对她的所作所为，我们再也冷静不了。真不知道是生她多余，还是我们无能。我在工作、学习上一直是一个上进的人，为什么面对我心爱的孩子，却变得这样失败、束手无策呢？

有几次我简直想放弃对她的教育，过那种眼不见心不烦的日子。冷静下来想想，我又怎能做一个不负责任的母亲呢？这种责任使我心里矛盾重重，最终还是没能痛下决心做什么决定。

孩子的话

◆ 爸妈打、老师说，我不得不撒谎

我也知道撒谎不是一件好事，可是因为我做作业特别慢，总是不能按时完成。在家里，爸妈总说我偷懒、不用心；在学校里，老师也常常批评我，让我感到特别灰心、丧气。

为了不让爸妈说我，老师批评我，我只得一次又一次用谎言来逃避这种责难。爸妈知道我撒谎后，他们就会用武力来惩罚我。我说改，他们也不相信我。我想，那还不如不做作业，反正都逃不过挨打。

比如，有一次，老师布置了一道家庭作业，要求以《蚂蚁》为题，写一篇记叙文。由于缺乏对蚂蚁的观察与了解，我实在写不出来，趴在课桌上，想着想着就睡了。老师知道后，便去我家做家访。谁知，妈妈一听此事，就气得不行，拿着扫把非打我不可。既让我在老师面前感到

非常难堪，也让我觉得自己确实很笨。为什么别的同学写起作文来，洋洋洒洒的，我却一字也写不出呢？

于是，我便变着法子骗他们。我心想，能瞒得住一时就瞒一时吧，否则，做不出还是小事，回到家里，要是让爸妈知道后，肯定少不了一顿打骂与责难。就这样，我成为了父母、老师眼中最不诚实的孩子了……



专家点评

◆ 了解孩子说谎的原因

孩子说谎，家长自然恼火。就像案例中许静的父母一样，多数家长在孩子撒谎后的表现都是火冒三丈、进而束手无策。可是，当我们细心地去分析许静的父母以及许静本人的话时，就可以看出，许静之所以屡次说谎，最主要的原因还是害怕父母的责骂以及自卑心理在作怪。

一方面，她因为做作业慢，害怕受到老师、父母的责骂；另一方面，她也因为自己写作文的速度比不上其他同学，而暗生自卑。如果这时父母不去好好分析孩子频频撒谎的原因，而是一味地斥责，那么，最终必然导致孩子破罐子破摔再三撒谎。

我曾经有这么一个学生：每当期末考试快要来临时，他就谎称自己有病，头疼得厉害。父母带他去看病，医生给他做了许多检查也没查出有什么异常。后来父母又带他去看心理医生。心理医生了解到，孩子的父母很疼爱孩子，可在学习方面对孩子的要求却很严，孩子一旦考不好，父母就会大加责骂，甚至痛打一顿。这个学生后来向心理医生承认，他之所以说自己有病，就是不想参加期末考试。

可见，逃避父母的责骂，往往是孩子们说谎的主要原因。作为父母，当孩子在你的面前一次又一次说谎时，你一定要冷静下来，好好地想一想。不要因孩子的某一次谎言就给孩子的人品定性，如对孩子说“你就是爱说谎”或“你这个小骗子”等，更不要试图用暴力的方式改变孩子，这样做只会使孩子在撒谎的路上走得更远。



当然，也有许多孩子由于过分自卑，为了在同学、父母面前撑足面子，常常编造谎言。比如，有些孩子因得不到老师的表扬，在同学中也不引人注目，便常常在父母面前撒谎说这次考了多少名、得了什么奖。结果，父母去学校一问，才知道是孩子编造的谎言。

在长期的教学实践中，我发现，凡是受到家人的尊重、能够适时发泄自己牢骚的孩子，一般都比较诚实；相反，在父母过分严格的管教下的孩子，对父母较少有亲近感，他们常常为了逃避责骂而说谎。

当发现孩子不诚实时，不一定非要追问个水落石出不可，也不一定非得让孩子承认自己说了谎。尤其是当着客人、孩子的同伴时，更是如此。当着外人的面，非得让孩子承认自己说了谎，结果无非是下面两种：一是孩子“顽抗到底”，死不承认；再不就是孩子认了错，但自尊心大受伤害。因为处于青春期的孩子，特别看重自己的面子。如果其面子受到了伤害，有可能他们一辈子都记恨在心。

如果孩子想利用说谎来逃避惩罚、推卸责任，父母在搞清基本事实以后，可以把他悄悄地叫到一边，单独跟他谈话，说明以下几点：一是指出他说谎了，大人已经知道了实情；二是告诉他这次给他一次改正的机会，不当众揭发批评，也不会告诉别人；三是阐明说谎和欺骗的危害性，同时警告他下不为例；四是要相信他今后一定能做得很好。

◆ 父母要以身作则

培养孩子诚实的品德是家庭教育中一个古老的话题，“狼来了”的故事便是妇孺皆知的教育范例。父母们都不希望自己的孩子不诚实，孩子们也知道不应该说谎。然而在现实中，很多孩子都说过谎。

孩子为什么说谎？一个人不是生来就会说谎的。孩子从小到大所有的谎话都是从他接触的人那里“学会的”，其中最主要的就是父母。因为孩子的心是纯真的，他们对大人的话往往坚信不疑。但有些父母不懂得珍惜孩子对自己的信任，对孩子总是随口承诺，却不兑现，结果失去了孩子的信任，也为孩子树立了不诚实的“榜样”。

例如：刚上幼儿园的孩子常爱哭闹着不去，有些父母总爱说：“今天



就去一次，明天就不去了。”可事实并非如此，久而久之，孩子就会认为说谎是很正常的，无形中从父母那里学会了说谎。另外，父母对孩子及其他人说谎的态度，对孩子的影响也不可忽视。比如，孩子说了谎，父母没有及时指出来并给予批评教育，对其他人类似的情况也不表示反对，没有提出自己正确的见解。孩子从父母的态度中看不到一个是非标准，只能接受父母的态度，认为说谎没什么不对。

如果孩子说谎是模仿大人的结果，大人首先就应端正自己的行为，当好孩子的表率，做到与别人坦诚相见，特别是不要当着孩子的面说谎。当然，大人有时是出于善意而说谎，有时说的是无害的谎话，这时要向孩子解释清楚，使孩子理解这种举动的真正含义，不至于对孩子造成消极影响。如果孩子是由于模仿影视作品中的人物而说谎，只要加以正确的引导，就不难使孩子改正。

家长作为孩子最重要的亲人，对孩子说谎有着不可推卸的责任。所以，父母要想孩子诚实，自己首先做一个诚实的人，别忘了孩子的眼睛正看着你。



问题 2：为什么孩子爱顶嘴

孩子会顶嘴，这说明他有了自己的思维方式，能够独立思考了，也就是说，孩子长大了。顶嘴并不代表孩子对家长权威的质疑，家长大可不必为此而恼怒。



家庭档案

父亲：刘 强 上海市某行政机关公务员

母亲：苏小玲 上海市某公司职员

儿子：刘 刚 初中二年级学生 14 岁



亲情陈述

父母的话

◆ 孩子总是与我们作对

我家孩子今年 14 岁了，正在上初中二年级，他有一个非常不好的毛病就是爱顶嘴。我们跟他讨论问题的时候，他总是反驳我们，而且不占上风绝不罢休。你让他去做什么事，他顺口就蹦出一个“不”字！你向他提一个建议，他马上说：“这太傻了！”平时，你让他往东，他偏往西，总跟我们拧着。教育他时，你说他一句，他会还你三句，有时甚至说得我们无话可说。

有一天，我要他洗头，水打好后，让他去洗，而他回答了许多声“好”后，还在继续做他的事。后来我烦了，就把他拉出来，让他洗。谁知他恼得将我洗干净的衣服全部都丢到水里，气得我恨不能揍他一顿。

今年暑假期间，他爸从外地出差回来了，见到他就关心地问：“儿子，我走后，你在家表现怎样啊？我们给你提供这么好的学习环境，成绩上不去可不行啊。”他一听就撅起了嘴巴，嘟嘟囔囔发牢骚：“又是学习，我又不是学习的机器！你就不能说点别的吗？”

他爸一看儿子顶嘴，就瞪起眼说：“你是学生，不和你谈学习谈什么？期末考试成绩是不是优秀？成绩单拿来我看看。”眼看他爸动怒了，他还一个劲地顶嘴：“看什么看，优秀了又怎样？你反正就是看我不顺眼！”“我在外面辛辛苦苦赚钱给你花，你就这样和我说话？”他爸大声质问他。他也毫不示弱：“你就不想想你自己怎么和我说话的。”就这样，你一言，我一语，父子俩越吵越凶。最后他爸气不过，把他痛打了一顿。看着孩子手臂上的伤痕，我真是既心疼又气恼……

孩子的话

◆ 爸妈不了解我心里的感受

我认为爸妈说我总“顶嘴”绝对不公平，因为“顶嘴”通常都是有原因的。有一次，爸爸答应我，作业做好后就带我出去玩。可等我做好了，他又改口说，最主要的还是要考试考好，考不好，就别想玩。这么点小事都“言而无信”，我很生气，当然要“顶嘴”了。

爸爸妈妈答应孩子的事情，自己却没有履行承诺，怎么能叫我们不顶嘴呢？尤其是我爸妈，成天只知道要我如何学习，却从不关注我心里的感受。有时，我想看一会儿电视，或在外边打一会儿球，他们就非说我不认真学习，我忍不住，自然要和他们顶嘴了。

另外，我爸妈也不怎么懂得顾及我的面子。虽然有时候，我也觉得爸妈说得有理，可他们总是用命令的语气，一副高高在上的样子，让人觉得十分没面子。有一次，我练琴时弹错了，我妈就骂我，要求这要求那，我一赌气，就和她“顶嘴”了。

还有一次，我做完作业后打开电视，妈妈发现电冰箱的门没有关紧，就怒气冲冲地对我：“你看你，又忘记关紧冰箱门！”我随口回答了一声

“不是我”，就接着看我的电视。妈妈看我还在看电视，更加生气：“不是你，还有谁？谁整天忙着看电视，什么也不顾？”我觉得很委屈，便忍不住跟她争起来：“你凭什么说是我干的？你看到我没有关吗？今天我根本就没有碰过冰箱！再说，我写完了作业，看电视也没有影响谁，你冲我吼什么？”

其实，说句心里话，每次跟爸妈争吵完，我心里都挺后悔的。事后想想，多数时候还是爸妈说得对。不过我已经长大了，爸爸妈妈不应该永远把我当成一个小孩子看待。



专家点评

◆ 允许孩子争辩

许多父母，特别是那些缺乏耐性的父母，十分反感孩子顶嘴。他们认为，孩子顶嘴就是不听大人的教导，就是向父母提出挑战，往往对此十分恼火。除了对孩子训斥外，有的还会对孩子动手。

其实，父母没有必要对顶嘴的孩子大动肝火，因为孩子顶嘴并不一定全是坏事。孩子顶嘴是一种自我意识的表达，家长能从顶嘴中发现孩子的心理状况，有利于对孩子进行正确的引导和教育。因此父母在遭遇孩子言语的抵抗后，应平静下来，给予孩子申辩的机会。父母应该明白，申辩并非强词夺理，而是让孩子把事情讲清楚、讲明白。给孩子申辩的机会，孩子才会更加理解你所讲的道理，起到良好的教育效果。

前不久，我去一个孩子的家中做家访。一位家长指着远处正在玩耍的儿子向我诉苦说，他孩子今年13岁了，上小学六年级，过去还算是一个听话的孩子，可现在却爱和父母作对，说他一句，他就能顶两句，对大不了的小事也会生气，动不动就要顶嘴反抗。这位家长表示，对于孩子顶嘴的问题感到十分苦恼。孩子为什么会顶嘴，家长应该如何应对孩子的顶嘴呢？

首先，家长可以换个角度看待孩子顶嘴。孩子会顶嘴，这说明他有

了自己的思维方式，能够独立思考了，也就是说，孩子长大了。顶嘴并不代表孩子对家长权威的质疑，家长大可不必为此而恼怒。

为了让孩子有话可以轻松讲出来，父母不妨在家里营造出足够的民主气氛，谁说的有理就听谁的，并且鼓励孩子随时讲出自己的感受，随时化解孩子的不快。别怕你会没有威信，其实你越这样做，孩子越会理解和认同你。反之，如果你总是以“大”压小，反而可能导致孩子形成逆反或逃避心理。

有一个读初三的孩子，在自己的作文中这样描述了他争辩得来的乐趣：

我上一二年级的时候，总觉得父母什么都懂，父母说的总是对的，父母让做什么，我就做什么。父母在我的眼里，是最伟大的。

随着年龄的增长，到了三四年级的时候，听父母讲的事物、道理，我开始有点怀疑了，总觉得这个好像不对，那个好像也不是这样，可总是不敢把心中的真实想法说出来。到了五六年级，这种想法越来越强烈，也就敢把自己的想法说出来了，于是往往和父母（尤其是爸爸）争得面红耳赤（妈妈在一旁看着，从不加入），结果总是我大败而归。爸爸笑着对我说：“你还小，知识还少，要学的东西还很多，哈哈！”

上了初一，我仍旧和爸爸争论，结果却不再是我大败而归，而是爸爸几乎说不出一句话。我洋洋得意地看着爸爸，而爸爸笑了笑，叹着气，用一种佩服又不像佩服、生气又不像生气的眼光看着我。而妈妈的眼光，则是带着一种“欣赏”的神情。

可见，孩子在争辩的时候，往往是他们最得意的时候，这时候孩子最来劲、最高兴、最认真，这对他们的大脑发育是有好处的。并且这样还可以营造家庭的民主气氛，增强孩子各方面的能力。研究发现，这样的孩子具有很强的交际能力和思维能力，对将来的发展是大有好处的。

◆ 避免孩子胡搅蛮缠

当然，让孩子争辩也应该讲原则。也就是说，不允许他们胡搅蛮缠，随心所欲，而是要在讲道理的基础上进行。如果不讲原则，让孩子养成了一种“天不怕，地不怕，高高在上，拿不是当理说”的习惯自然也不

是一件好事。所以，做家长的绝不能放任自流，而要及时地予以驳斥。

我认识一位家长，他们家世代单传，对于膝下惟一的孩子，自然视为掌上明珠。基本上属于那种“要星星给星星，要月亮给月亮”的溺爱。这就使孩子从小就认为，父母都得围着自己转，自己是家庭的中心。这样的后果就是，父母说什么，他根本不放在心上，有时候和父母顶起嘴来，更是不把父母放在眼里，自我意识特别强烈。

后来，这个孩子长大了，走上了社会，和同事、领导相处时也一样。总是以自我为中心，看己犹似一枝花，看人满眼豆腐渣。领导和同事们向他提出一些相左的意见时，他总要凭借“个人”的经验，拒绝采纳别人的建议和意见，有时甚至和同事、领导发生激烈的争吵。于是，他屡屡碰壁，接连被好几家公司给辞退了。

显而易见，这个孩子之所以形成了严重的自我意识，与其小时候父母对他过于溺爱有直接的关系。

所以，在这里，我想提醒一下天下的父母：在家庭生活中，我们不能扼杀孩子争辩的权力，但却要把握孩子争辩的分寸。当孩子是为了把某一件事情做好，或是有道理地争辩时，我们可以宽容地支持；但如果孩子是在无理取闹，或胡搅蛮缠时，就不应听之任之。

如果是因为溺爱造成孩子顶嘴，那只能是从“治根”开始。只有消除了溺爱孩子的氛围，顶嘴现象才能减少。最好是全家结成统一阵线，如果孩子不听话，明显是不讲道理的顶嘴胡闹，大家都不理他，孤立他，让他承担后果；而当他变得讲道理听话时，则要用鼓励的言行强化他的转变。用这种方法去教育他，对他以后走上社会大有裨益！