

● 青春期对父母而言往往是一段令人沮丧的岁月，特别是对那些男孩的母亲来说，这段时光交织着困惑、怨怒和激动不安。

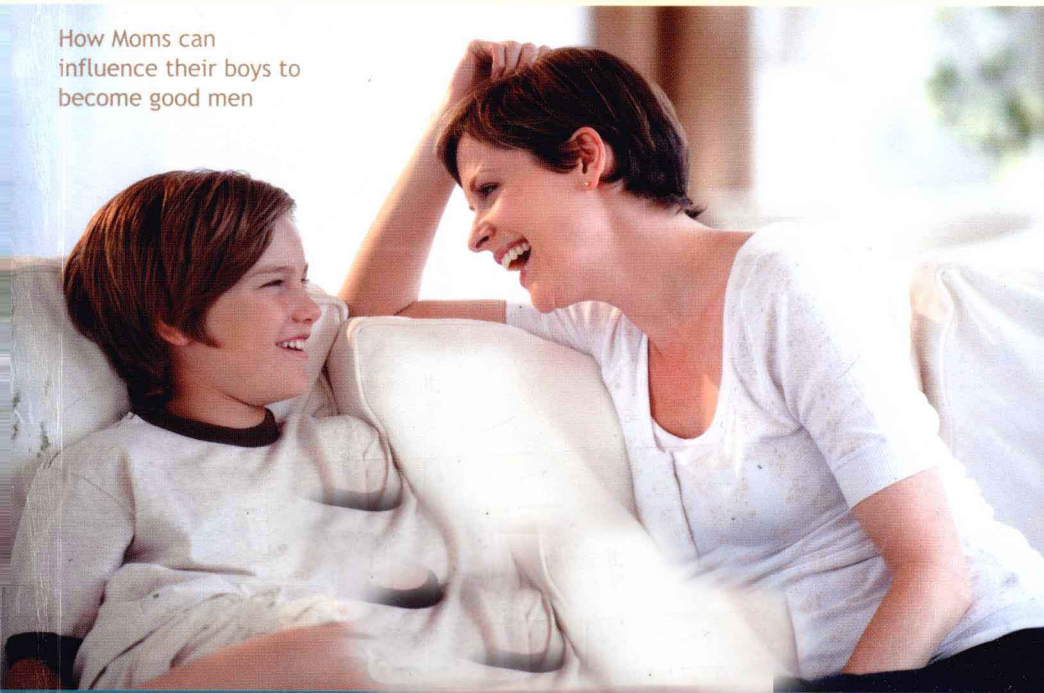
● 运用我告诉你的这些知识和自己作为女性与母亲的天赋，你可以帮助你的儿子成长为一位英才，一位你愿意骄傲地称之为男子汉的儿子。

——里克·约翰逊



THAT'S MY TEENAGE SON

How Moms can
influence their boys to
become good men



妈妈如何帮助男孩 成长为男人

青春期男孩从父母那里究竟需要得到什么支持？

美国著名家庭教育专家告诉你：

如何面对青春期男孩的特点，给他们的成长最有力的推动。

〔美〕里克·约翰逊 (Rick Johnson) 著
杜冰译



外文出版社
FOREIGN LANGUAGES PRESS

THAT'S MY TEENAGE SON

How Moms can
influence their boys to
become good men

妈妈如何帮助男孩 成长为男人

〔美〕里克·约翰逊 (Rick Johnson) 著
杜冰译



外文出版社
FOREIGN LANGUAGES PRESS

图书在版编目(CIP)数据

妈妈如何帮助男孩成长为男人/(美)约翰逊著;
杜冰译. --北京:外文出版社, 2011
ISBN 978-7-119-06952-4

I. ①妈… II. ①约… ②杜… III. ①青春期—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第166328号

出版策划:青豆书坊
责任编辑:杨春燕 曹 锦
装帧设计:田晗工作室
印刷监制:冯 浩

妈妈如何帮助男孩成长为男人

That's My Teenage Son: How Moms can Influence Their Boys
to Become Good Men

[美]里克·约翰逊(Rick Johnson)著;杜冰译

©2011外文出版社有限责任公司

出版发行:外文出版社有限责任公司

地 址:中国北京西城区百万庄大街24号 邮政编码:100037

网 址:<http://www.flp.com.cn>

电 话:(010) 68320579/68996067(总编室)

(010) 68995112/52881098(发行部)

(010) 68327750/68996138(版权部)

印 制:三河市祥达印装厂

经 销:新华书店/外文书店

开 本:889mm×1194mm 1/32

印 张:8.25

字 数:150千字

装 别:平

版 次:2011年9月第1版第1次印刷

书 号:ISBN 978-7-119-06952-4

定 价:26.00元

在所有的动物中，男孩是最难以管束的。

——柏拉图
(Plato)

如果你没有被自己的孩子恨过，就说明你没有当过父母。

——贝特·戴维斯
(Bette Davis)

母亲是我所见过的最美的女人，我的一切都得益于母亲。我所有的成功，都要归功于我从母亲那里获得的教育——道德的、智力的和身体的教育。

——乔治·华盛顿
(George Washington)

在当母亲之前，我有上百种如何教养孩子的理论。现在，我有了7个孩子，却只剩下一个理论：爱他们，特别是在他们最不可爱的时候。

——凯特·桑普瑞
(Kate Samperi)

某种程度上，母子关系是一对带有悲剧色彩的矛盾。
它需要母亲付出最炽烈的爱，而爱的目的却是帮助儿子离开她，获得完全的独立。

——埃里克·弗洛姆
(Erich Fromm)

对孩子教育失当等于丢弃了那个孩子。

——约翰·肯尼迪
(John F. Kennedy)

孩子们从不善于听从长辈的教诲，但是他们从不会错过模仿长辈的行为。

——詹姆斯·鲍德温
(James Baldwin)

致 谢

本书得以完成，需要感谢的人实在是太多了。

感谢我的编辑，令人肃然起敬的维基·克朗普顿博士（Dr. Vicki Crumpton），还有我最为喜爱的专职编辑巴布·巴恩斯（Barb Barnes），他们比我聪明，为本书出力颇多并不计个人功劳。

我还要感激出版集团的所有工作人员，感谢他们为本书的印制和销售所做出的努力。要感谢的人太多了，无法一一列出，请大家知道，我从心底里感谢你们每一个人。

感谢所有那些幕后默默支持并帮助我们的教区项目使之成为可能的人们。无论你是作为捐助者、志愿者、祷告团或智囊团中的一员，苏珊娜（Suzanne）和我都为生活中有你的出现而感激上帝。没有你们慷慨的参与，我们不可能触及身边那么多人的生活。我敬仰你们的虔诚。

引言

一只脚留在男孩世界，
另一只脚已迈入男人世界

养孩子如同在你的脑子里安了条保龄球道。

——马丁·马尔（Martin Mull）

想象一下你正坐在黑暗的电影院里，空气中弥漫着爆米花的气味，脚下的地板由于泼溅了可乐而有些发粘。女孩子们挤在前排叽叽喳喳地说笑着，而男孩则在后排喧闹，并不断地耍宝卖乖。此时，光线暗淡了下来，电影的片花开始放映，你听到了一个低沉的声音在黑暗中回响：“想象一下这样一个世界：在那里，你那十几岁的儿子一放学便回家写作业，他一贯成绩优秀，用不着别人唠叨就主动收拾自己的房间。他的朋友个个出色，他定期洗澡，他衣着整洁，他还愿意去教堂做礼拜。”观众中所有那些身为十几岁男孩的父母都因惊奇而呼吸急迫，几个妈妈为如此美妙的憧憬感动得头晕目眩，甚至有一两个爸爸也在擦拭着眼角的泪水。

听起来像是一部梦幻电影，对吧？一些人大概以为自己进入了电视剧《阴阳魔界》（*The Twilight Zone*）中。我猜想天底下会有一些那样的男孩，但我的儿子不是那样，我认识的大多数人的儿子也

并非如此。我的确认识一些父母，他们的儿子学业优异，并在体育和其他你能想象到的课外活动中表现优秀，他们中的一些人考进了常青藤院校，或者进了著名的军校，或者其他高成就机构。就外在表现来看，他们都是完美的孩子，尽管随后的结果表明，并非所有这些孩子都像大家所期望的那样成功，但这足以促使我问自己这样一个问题：我算是一个好家长吗？

在现实中，我所知道的大多数十几岁的男孩都倍感挣扎，情况难遂人意。他们行为出格或举止叛逆，他们给身体的各个部位穿孔，把头发剪得奇形怪状或染得五颜六色，到处纹身并穿着奇装异服。这些男孩很多都惹是生非，甚至有的辍学、吸毒、性乱、撒谎、欺诈或偷盗。通常情况下，当孩子表现欠佳时父母会深感挫折，青春期对父母而言，往往是一段令人沮丧的岁月，特别是对那些男孩的母亲而言，这段时光交织着困惑、怨怒和激动不安。

而另一方面，这个承载了父母无尽希望和梦想的青春男孩又是那般令我们着迷。我们热爱他们身上的良好习惯，欣赏他们做事时自然流露出的令人称道的责任心。有时，当他们无缘无故冒出一句“妈妈，我爱你”时，这一爱意的表达由于日渐稀少而更令父母珍爱；而当儿子表现出勇敢和诚实时，我们的心也为骄傲所涨满；当一道光从适宜的角度投射在孩子脸上，让我们隐约窥到未来那个潇洒男子汉的面容时，我们更是陶醉不已。

作为父母，我们都愿为子女倾力而为，希望孩子健康快乐地成长为栋梁之材。我们盼望孩子婚姻美满、子嗣幸福，希望他们的人生充实而美好。

青春期是一段充满无尽成长和变化的时光，也为男孩的人格塑造和发展提供了难以想象的机遇。在很短的几年里，我们的儿子从一个小男孩长成为一个大男人，身体、情感和生理的变化来得如此突兀，就如同他们成了科幻小说或恐怖电影里的角色（就像在电影



《狼人》〈*The Wolfman*〉中，小朗·钱尼一下变成了狼人）。多么神奇呀，短短的时间内变化如此巨大！

我个人欣赏并喜爱男孩，即使是那些处在青春期中中的男孩也不例外。养育男孩，和他一起做事、游戏或待在他身边，都充满了乐趣。他精力充沛，不断地进取令人振奋；他的强健体魄以及做事不计得失的风格，无论你身处期间还是在一旁观看，都会激动万分。那些健康的男孩令生活情趣盎然、生机勃勃。

我的一双儿女如今已经成年，他们的年龄相差20个月，这使得我的家庭经历了约10年左右的某种形式的青春期纷扰（时间似乎长了些）。在我的记忆中，那是一段极为烦躁、混乱的生活，只是间或点缀着短暂的平静和理性的自省，就好似创世之初所发生的那种无限喧闹与动荡一般。尽管如此，那段时间仍是我们的育儿过程中最回味无穷的日子，自然也是最为挑战的时光。

让我举些例子，看看我的孩子在青春里都一遍遍地惹了哪些麻烦（为了顾及他们的面子，我隐去了姓名和性别，只称呼“一个孩子”）：一次，当我和妻子外出去一个圣经研修班时，一个孩子（才15岁）“偷”走了我太太崭新的跑车去兜风。幸好，由于同胞间的争宠心强于彼此的袒护心，另一个孩子马上给我们打电话“出卖”了肇事者，我们不得不匆忙赶回家。又有一次，一个孩子用家里的小面包车拉着他的哥们儿，在一个治安糟糕的街区卷入了一场交通事故。还是那个孩子，有一次被一个挥舞棒球棍的痞子追得满街乱跑，我们的汽车前挡风玻璃也被砸得粉碎。另外有一次，一个孩子半夜溜出家门，步行穿过整个城市去他的朋友家，而我们第二天早晨起床后才得知孩子已经出门了。

那些年，子女之间冲突不断，而我们从早到晚为了接送他们俩去参加各种体育项目、学校的各项活动和去教堂而忙得焦头烂额。毫不奇怪，他们与教练和老师间的矛盾不断，孩子们彼此之间也争

斗不休，并与我们时有争执（我太太相信，由于对我们不满，其中一个孩子曾故意往卫生间的暖气上尿尿）。类似的冲突与摩擦难以胜数，像肆虐的潮水般在我家周而复始，这还不算由此引起的我们婚姻的紧张，以及养育两个如此活跃的少年所带来的经济压力。

一些读者读完上述段落可能会不解地发问：“这家伙有资格写一本教人怎样做父母的书吗？”事实上，总体而言，我和我太太是非常好的父母，但只要你和这些激素分泌旺盛的孩子共处一室，想来上述那些情况总是难以避免的。

通常，青春期孩子与其兄弟、父母都会在一定程度上存在紧张关系。在他们长大成人的过程中，会尝试各种新事物、体验新经验；而作为父母，我们的任务是让孩子成长和伸展，但要防止他们受到伤害。帕特里克·莫尔利（Patrick Morley）将之比喻为主人与他新养的倔脾气小狗之间的关系：在散步时，小狗使劲拽它的脖套，因为它想要了解一下周围的环境。通常，主人会给它一定的自由，但当它要跑到繁忙的街道上时，主人就会拉紧套索了。但小狗不满意了，对这样的保护毫不领情，它搞不懂，凭什么它不能走自己的路？^①同样的道理也适用于青春期的孩子，他们总认为父母的限制过多，但事实上，我们是在防止他们受到伤害。

此时，母亲便面临着挑战：她的小男孩需要“自行其是”以便开始学习成为一个男人，同时她尚须认识到，从很多方面来讲，她的儿子依旧是个孩子，比以往更需要充满爱意的指导和规范。但如果她把儿子看得过紧，他就要造反了，他急于体验生活以满足自己要长大成人的愿望。确实，有些父母能够很好地处理这种矛盾，既为孩子即将融入成人世界做足了准备，又能保证他们的成长安全。这种成功的家教，首先来自于我们充分理解养育青春期男孩所面临的种种挑战，然后凭借上天赋予父母的天然影响力，制定一套行之有效的教养策略。



我的一点期待

本书接续了我的上部畅销书《那是我的儿子——母亲如何影响男孩成为有个性的男人》（*That's My Son: How Moms Can Influence Boys to Become Men of Character*）。那本书的写作得益于我所传授的一门课程，课程的题目是“勇敢的母亲——将男孩养成好男人”。我的初衷是指导那些独自养育男孩的单身母亲的，但出乎意料的是，这个话题引起了所有女性的共鸣，而不仅仅是单亲妈妈们。从那时起，数以千计的女性（还有男性）参加了这个课程，她们中有教师、祖母以及孩子的姑婶们，也有要与男性同事和男性上司相处的职业女性，以及社会工作者和司法系统的女性雇员，还有其他形形色色的女性，她们被吸引过来，想要知道男人的秘密。许多女性，特别是那些在她们自己的成长过程中缺少父亲或兄弟的女性，非常渴望知道如何与男性进行沟通，如何教给儿子那些起码的男性人格品质，比如尊重、自律和荣誉感。多数参加课程的女性告诉我，我的课程和作品中所提供的知识，不仅帮助她们更好地了解了自己的儿子，还更好地了解了自己的丈夫、老板、兄弟和父亲。

有评论认为，我的头部作品是为单身母亲量体而裁的，事实上那也确是我的初衷。而现在这本书所关注的问题，依然是那些在生活中没有出色男人作为模仿榜样的男孩子们。事实上，形式和结构多样化的美国家庭产生了大量的“缺失父亲”的男孩。尽管许多已婚女性会否认自己的儿子正处于缺失父亲的状态，但实际上她们正独自抚养着自己的儿子，孩子的父亲要么是工作狂，要么酗酒或吸毒，要么对孩子态度冷漠，这些孩子同那些真正无父的孩子一样，成长中都缺少父亲的参与。缺少成年男性的积极教导，男孩的成长

就如同无舵的船只那样，任凭世俗的风与流行的浪裹挟着到处漂流。不仅如此，男孩的天性使他很自然地去模仿周围其他男人的行为，无论那些行为是好还是坏。

关注具体细节

我写作本书的目的是要帮助妈妈们认识到：养育儿子不仅仅要使他成为一个男人甚或是好男人，而是要培养他成为一个杰出的男人。我们的国家迫切需要杰出的男人：家庭需要杰出的丈夫和父亲；社会需要杰出的男性领导人；政府、企业和教会都需要杰出男性的参与。我在心目中为杰出男人的养育设定了一个检验的标准，那就是他要配得上迎娶我的女儿。诚然，我的标准定得很高，恐难有几个人上得了候选名单。但是，假如一个社会对它所要培养的男人不抱更高期许的话，它势必将会自食苦果。

我在第一本书里讨论了男孩阶段以及阳刚之气这两个主题，本书是在前书基础上对上述主题进一步的展开和深入。我不愿意重复在《那是我的儿子》中已写过的内容，因此在读本书之前，阅读或重读前作是个不错的选择。

本书将帮助你了解自己的儿子，了解他在青春期时所经历的身体、精神、心理和情感上的具体变化。它将使你懂得如何最有效地与儿子沟通，告诉你为使孩子成为一个身心健康、能够造福一方的男人，你需要培养他哪些个性。另外，书中还将指出那些具有破坏性甚至危险性的品行，在孩子通往成人的道路上，你必须对它们加以警惕。本书将有助于你认清自己所属的女性世界同你儿子将归属的男性世界存在的种种差异。你将能更好地理解，随着性的觉醒与发展，孩子所面临的种种挑战，而这将终生影响他们生活的



方方面面。

从我的研究和经验看，有三个主要的因素（或曰成功的柱石）对培养男孩成为男子汉至关重要，即教育、品格和生活技巧。请在阅读本书时，牢记这三个因素。本书中的多数内容会使你感到鼓舞和深受启发，但仍有一些话题可能引起你的不安，请不要因此而泄气。请记住：事实并不由我们的好恶而改变，一味回避麻烦将置我们于危险的境地，与其日后悔痛，不如现在正视这些麻烦，至少你将对儿子的内在情况有一个精确的了解（也许有时令人心生畏惧）。运用这些知识和自己作为女性与母亲的天赋，你将帮助他成长为一位济世俊才，一位你愿意骄傲地称之为男子汉的儿子。



目录 Contents

致 谢 1

引 言 一只脚留在男孩世界，另一只脚已迈入男人世界 1

第 1 章 变化中的身体和心智：我的小男孩身上发生了什么？ 1

男孩的世界 / 5

性发育期（生理变化） / 6

睾丸酮激素——对身体和头脑的影响 / 9

情感的变化和面临的挑战 / 10

心理和精神的变化 / 13

身体的变化和面临的挑战（生理方面） / 15

第 2 章 与青春期男孩交流：用他的语言交谈 19

与男性交流 / 22

尽量简单 / 26

说话简明易懂 / 28

管住舌头 / 30

要扬长避短 / 32

第3章 母亲和儿子：年轻男子需要从母亲那里得到什么？ 35

母亲的影响力 / 38

女性对于男子气概的影响 / 40

现在，他最需要从母亲那里得到什么？ / 42

怎样教养青春期男孩？ / 43

放手 / 45

女性榜样 / 49

与儿子进行沟通 / 50

第4章 父亲和儿子：年轻男子需要从父亲那里得到什么？ 53

上天赐予父亲力量 / 56

没有父亲的男孩会遇到什么情况？ / 60

榜样 / 63

父亲和纪律 / 68

第5章 健康的男子气概：男子汉的标志 71

健康的男子气概什么样？ / 74

重要的品质 / 75

女性救援者 / 76

钢铁与天鹅绒 / 78

真正的男子气概什么样？ / 79

第6章 情绪：培养健康的情绪 85

恐惧 / 88

愤怒 / 92

爱 / 94

攻击性 / 96



第 7 章 危险：猛兽出没之地 99

危险时期 / 101

对男孩开战 / 105

文化影响 / 106

不健康的影响 / 108

教育 / 109

毒品和酒精 / 112

犯罪 / 114

暴力 / 115

第 8 章 发展健康的性行为 119

女孩，女孩，女孩！ / 122

文化的影响 / 123

危险 / 124

性教育 / 126

色情影像 / 128

手淫 / 132

性纯洁 / 134

第 9 章 精神的遗产：众神与怪兽 139

为什么青春期男孩远离教堂，如何将他们吸引回来？ / 142

为什么青春期男孩需要信教男人的指引？ / 143

为什么男性讨厌教堂？ / 147

母亲的角色 / 148

第 10 章 培育终生受益的性格 155

坚韧 / 160

毅力 / 163

正直 / 165

尊重 / 166

荣誉 / 169

第 11 章 自律：在实践中学习 173

规矩 / 176

做家务 / 179

管理金钱及信用卡 / 180

管理时间 / 182

第 12 章 领导力：教你的孩子成为领导者 185

设定高标准 / 187

激发理想 / 189

传递男人的重任（成人礼） / 191

培养批判性思维的技巧（解决问题） / 194

培养领导者 / 195

能够激发领导力的活动 / 197

体育运动 / 197

第 13 章 追求我女儿，你儿子需要知道的事情 203

努力工作 / 207

同情心 / 208

一贯性 / 211

责任心 / 212

胆识 / 214

热情 / 214