

父母教子科学课堂

孩子逆反 怎么办

*Hai Zi Ni Fan
Zen Me Ban?*

金戈博士 主编
晓灯老师 编著



黑龙江人民出版社



前言

当孩子进入了中学，看着孩子一天天地成长，父母既惊喜又忧心：惊喜的是孩子渐渐地迈向人生的成熟；忧心的是孩子在由童蒙稚子走向成熟的“多事之秋”是那样地令人费解——

他们不再像小鸟般依人了，他们似乎不再缠着父母问这问那了，他们和父母之间的话越来越少了；他们随着身高的增长和骨骼的变硬，一天天地变得倔强、固执；他们显得莫名其妙地压抑，甚至无端地拒绝父母，“我不想！”“我不干！”“我烦”，“我怕谁”是他们的口头禅。有时他们似乎对任何事情都是一副无所谓的样子，他们甚至动不动就和父母对着干，顶撞和捉弄老师。更让父母痛心的是：他们有时愿意在外徘徊而不愿回家，为了逃避学习而不入校门，少数孩子竟然一时冲动到外面去“闯一闯”……



如此等等，不一而足！

很多父母不禁要痛心疾首地问：我们的孩子究竟是怎么了？

回答是：您的孩子“逆反了”。

逆反是进入青春期的少男少女的一种独特的心理现象。也是一种必然的心理现象，是非常正常的，父母大可不必忧心忡忡。

对于处于青春成长期的孩子来说，只要家长能找准孩子逆反的根源，以高超的家教艺术予以正确的引导，就能化孩子的逆反为孩子求知上进的动力，促使孩子健康成长，走向成熟。

父母应当以开明的态度辩证地看待孩子的逆反。由于孩子处于由少年向成人过度的心理“断乳期”，这时他们的自我独立意识膨胀，对外界的束缚感到强烈的不满。所以，父母首先应该看到逆反对于孩子的成长与成熟的积极作用：逆反有利于孩子独立创造性的发展，有利于孩子敢闯好胜品质的形成，有利于孩子求异思维的形成，更有利于孩子不良情绪的调适。

但是，由于孩子的思想和心理很不成熟，往往凭感情和冲动用事，所以他们的逆反往往带有盲目性，这种盲目的逆反自然带有一定的破坏性。严重的逆反心理，会导致孩子对人和事多疑、偏执、冷漠、不合群等病态性格；会使他们的意志衰退、心态消极、学习被动、生活萎靡；迫使他们无缘无故地与父母对着干，顶撞老师，和同学闹矛盾；导致他们厌学、逃学，甚至离家出走，



进一步发展,便会形成犯罪心理和病态心理,严重威胁孩子的身心健康,阻碍他们健康、生动、活泼地成长。

因此,引导和帮助孩子融解逆反心理,是家庭教子的重要内容。

孩子之所以产生逆反,有其自身的原因,也有客观的原因。主观言之,孩子进入“多事”的青春期,其自我意识逐渐清晰,其独立意识日益强烈,他们迫切希望摆脱父母的监护以及教师的管教,处处想张扬“自我”;于是年少气盛的他们,便通过与父母及老师“对着干”来体现“自我”,显自身非凡的“独立性”。客观言之,青少年逆反心理的激发,与家长和老师教育思想的僵化、教育形式的封闭、教育方法的呆板与教育内容的单一化有着千丝万缕的联系。

父母应当对孩子进行全面深刻的认识和分析,搞清孩子逆反的心理根源,对症下药;父母更应当转变家教观念,以民主温暖式的家教方式和高明的教子艺术,引导孩子及时地克服逆反心理。为了帮助家长们尽快地掌握消融孩子逆反心理的教子策略与教子方法,我们编著了这本《孩子逆反怎么办》。

本书首先全面地分析了孩子逆反的种种表现和心理本质,剖析了造成孩子逆反心理的种种原因。在此基础上,本书为父母帮助孩子克服逆反心理想点子,找路子,献策支招。这是本书的主体内容,也是本书的精彩之处。在本书的最后,就父母如何帮助孩子矫治异常心理进行了指导,还附录了关于孩子心理健康状况、逆反



状况以及家长教子方法是否科学的测试题，以便家长全面正确地认识孩子、理智地进行教育方式的自我评价。

总之，本书既有对孩子逆反原因的全面而深刻的剖析，又有纠正孩子某一方面逆反的重点突破；既有画龙点睛的精彩理论，又有正反两方面的案例分析。本书集理论的科学性，操作的实用性，阅读的轻松性于一体，是一部切实指导家长明智地面对孩子逆反的实用教材，是别开生面的教子科学课堂。

相信在本书的帮助下，家长们会科学地指导孩子度过“多事”的青春期的，逆反而造成的亲子间的“代沟”，使孩子变得尊师重教、珍惜友谊、爱学乐学、理智平和；使孩子以健康的心态，意气风发地获取学业上的成就，迎接未来人生的灿烂——这正是广大为孩子的逆反所困扰的父母们的迫切愿望，也正是我们编著本书的初衷和宗旨！

金戈 博士

2004年4月28日

于北京京师学苑



目 录

第 1 章

逆反：少男少女特有的心理现象

1. 青少年逆反心理：反其“道”而行之 (3)
2. 孩子产生逆反心理的主客观原因 (6)
3. 父母应正确看待青少年的逆反行为 (9)
4. 逆反也有其不可忽视的积极作用 (11)
5. 破罐子破摔的逆反：“我是差生，我怕谁” (13)
6. 生命不堪承受之重引发逆反：“您的苦心我决不接受”
..... (16)
7. 回避问题和矛盾的逆反：“我想到外面闯一闯” (19)
8. 家庭“内战”导致的逆反：“就是不愿意回家” (22)
9. 挫折和逆境滋生的逆反：“我真的不想再去上学了”
..... (24)

第 2 章

春风化雨：疏导孩子青春期的逆反



1. 正确区分：叛逆与任性截然不同 (29)
2. 春风化雨：化解孩子心中的逆反，治标莫如治本
..... (32)
3. 积极引导：帮助孩子度过“多事之秋” (35)
4. 理解关心：“中和”逆反的一剂良药 (37)
5. 有效沟通：化解孩子逆反心理的必要手段 (39)
6. 充分信任：使孩子用安全感消除逆反心理 (41)
7. 不再缺课睡觉：帮助孩子战胜学业逆反 (43)
8. 岂能一了百了：引导孩子远离生活逆反 (45)
9. 封堵不如疏导：巧妙化解孩子的青春期逆反 (47)
10. 克服自我逆反：青春期容易性冲动的孩子应学会
自我调节 (50)

第 3 章

填平代沟：善待与父母对着干的孩子

1. 并非大逆不道：正视由“代沟”引发的逆反和冲突
..... (55)
2. 得不到尊重：孩子便要跟父母“对着干” (59)
3. 面对“代沟”冲突：以正确的方法处理与化解 (62)
4. 建立全新的家教理念：寻求消融亲子隔阂的
最佳途径 (65)
5. 尊重和信任孩子：做孩子的知心朋友 (68)
6. 平等对待孩子：收起高高在上的长辈架子 (71)
7. 倾听孩子的诉说：走进孩子的内心世界 (73)



8. 期望愈高则逆反愈强：别用分数压弯了孩子的腰 (75)
9. “早恋”的棍子不宜乱打：正视正常的异性交往 (78)
10. 干涉孩子的隐私：既违法又“违”孩子的心 (80)
11. 解除“高压政策”：留住孩子的心 (82)

第 4 章

尊师重教：教导不服老师管的孩子

1. 让孩子明白：尊重老师就等于尊重知识 (87)
2. 积极为孩子搞好和老师的关系支招 (89)
3. 引导孩子打开心灵之门，与老师正常交往 (92)
4. 帮害怕与老师交往的孩子找找原因 (95)
5. 教导孩子真诚虚心地接受老师的忠告 (98)
6. 教孩子正确对待和接受老师的批评 (100)
7. 让孩子理解老师的“爱心”与“偏心” (102)
8. 帮助孩子消除老师对自己的误解 (105)
9. 冷静分析，区别对待老师对孩子的“冤枉” (107)
10. 及时帮助孩子消除对老师的抵触情绪 (110)

第 5 章

沐浴友谊：帮助同学关系不正常的孩子

1. 告诉孩子：交往是现代人不可缺少的“维生素”



.....	(117)
2. 改变观念, 纠正孩子不善交际的毛病.....	(120)
3. 对症下药: 帮助孩子克服社交焦虑.....	(123)
4. 帮助孩子调整对同学交往的认识; 改善同学关系	(126)
5. 诱导孩子改变态度, 找到知心朋友.....	(129)
6. 让孩子通过相同的兴趣, 结交到志同道合的朋友	(131)
7. 让孩子牢记: 善待别人, 别人就会善待你.....	(133)
8. 教导孩子: 友善地帮助别人, 会促成友谊之花.....	(135)
9. 教育孩子向有困难的同学伸出援助之手.....	(137)
10. 同学生病了, 提醒孩子去探望	(139)
11. 让孩子把握住与异性同学正常交往的分寸	(142)
12. 教孩子把握好异性交往中“亲密”的距离	(144)
13. 帮助孩子突破“异性交往障碍”	(146)
14. 告诫孩子: 早恋是一枚包着糖衣的苦果	(149)
15. 让孩子巧妙地摆脱早恋的困扰	(152)
16. 正确处理孩子之间的各种摩擦	(154)

第 6 章

爱上学习: 拨正孩子学业上的逆反

1. 学习逆反: 导致孩子学习成绩滑坡的罪魁祸首..... (159)
2. 剖根揭底: 引起孩子学习逆反的外部 and 内在原因



- (162)
3. 家教误区是诱发孩子学习逆反的“黑洞” (165)
4. 学习瓶颈：造成孩子学习逆反的“顽石” (170)
5. 自主学习：让孩子用自动自发精神战胜学习逆反
..... (173)
6. 激发兴趣：让孩子用求知激情化解学习逆反 (175)
7. 独立思考：让孩子用思维魅力消除学习逆反 (178)
8. 鼓励赏识：让孩子用积极自信战胜学习逆反 (180)
9. 突破瓶颈：让孩子扫清障碍克服学习逆反 (184)
10. 怕上学，怕上课，怕看书——孩子厌学怎么办 (187)
11. 离了家却不进校门——孩子逃学怎么办 (189)
12. 学习的天平在倾斜——孩子偏科怎么办 (191)
13. 都是分数惹的祸——孩子躲避考试怎么办 (193)
14. 不可轻视的阅读能力退化——孩子逃避阅读怎么办
..... (195)
15. 良药利病难入口——孩子不喜欢批评怎么办 (198)

第 7 章

理智平和：中和孩子认识问题的偏激与片面

1. 帮孩子驱走思想深处“学习无用”的阴影 (203)
2. 及时纠正孩子“想挣钱，不想上学”的错误观念
..... (205)
3. 预防和化解孩子思想中的暴力倾向 (207)
4. 君子动口不动手：纠正孩子爱打人的恶习 (209)



5. 怨怨相报何时了：引导孩子克服“报复”心理…… (211)
6. 考前求神拜佛：孩子迷信思想严重害处多…… (213)
7. 万恶“黄”为首：让孩子远离“黄毒”的侵害…… (216)
8. 赌博害人又害己：千万别让孩子变为小小赌徒…… (218)
9. 一吸毒而成千古恨：别让孩子与毒品沾上边…… (220)

第8章

积极懂事：矫正孩子生活上的逆反

1. 玩物必丧志：别让孩子迷上电子游戏…… (225)
2. 网络成瘾害无穷，解救沉迷网络中的孩子…… (228)
3. 疏导胜于防堵：以正确的方式化解孩子的网络情结
…… (231)
4. 打不散的“网恋”，受不尽的欺骗：别让孩子堕入
“网恋”陷阱 …… (235)
5. 莫为“追星”发了狂：正确引导孩子的“追星”
行为 …… (237)
6. 节俭朴素，健康消费：教育孩子克服挥霍浪费…… (240)
7. 并非“很酷”：当心孩子成为小小“烟民” …… (243)
8. 清除语言“垃圾”：别让孩子的脏话“满天飞” …… (246)
9. 宽严有度：矫正孩子任性的习惯…… (248)
10. 平息怒火：纠正孩子乱发脾气的坏习惯 …… (251)
11. 懂事明理：纠正孩子蛮不讲理的态度 …… (254)
12. 善良无价：帮助孩子消除残忍的习性 …… (258)
13. 纠正孩子爱在公共场所捣乱的坏习惯 …… (261)



第9章

远离“心魔”：排解孩子的心理障碍

1. 让孩子用自信战胜自卑····· (267)
2. 缓解孩子的焦虑紧张情绪····· (269)
3. 帮助孩子摆脱抑郁情绪····· (273)
4. 纠正孩子虚荣心过强的习惯····· (276)
5. 扫除孩子的嫉妒心理障碍····· (280)
6. 矫正孩子欲求过分的心理····· (282)
7. 鼓励孩子克服胆怯心理····· (285)
8. 指导孩子战胜恐惧心理····· (287)
9. 防范孩子的自虐行为····· (289)
10. 改变孩子冷漠的心态····· (291)
11. 引导孩子走出孤独的樊篱····· (293)
12. 及时医治孩子的社交恐惧症····· (296)
13. 让孩子远离强迫症的危害····· (298)
14. 引导孩子清除人格发展障碍····· (302)



附录

附录：测测看

1. 给孩子做一次心理 CT (306)
2. 中学生逆反心理的测试与自我调适 (314)
3. 家长教育方法测量表 (318)

第

一

章

逆反心理：少男少女
特有的心理现象



倔强、固执、拒绝、压抑——一些逆反心理较强的孩子有时候甚至会想尽办法，让原本十分简单的事情，变得复杂起来。他们对任何事情的第一反应，几乎都是反对的：“我不想！”“我不管！”“我为什么要这样做？”他们不是用蛮横霸道的方式处理身边的事情，就是对任何事情都持一副无所谓的样子。当一个孩子首次用逆反心理待人处事时，就代表着他想要界定自己的一项企图，也就是说，在他自己与其他人之间筑起一道界线。与这种倔强、顽固同时存在的是，他们也有积极的一面，这些逆反心理强的孩子中有许多都是异常聪明的，他们可以想出各种不同的方法来反驳父母、老师的教诲，而且思维敏捷、非常果断。这一切都不足为奇，可以说是青春期孩子必然会产生一种心理现象。家长或老师面临的主要挑战是，如何以一种建设性的方式来帮助孩子度过“多事之秋”，充分发挥他们的聪明才智。



1 青少年逆反心理：反其“道”而行之

逆反心理是一种固执偏激的思维习惯，它使孩子不但无法客观地、准确地认识事物的本来面目，反而且会采取错误的方法和途径去解决所面临的问题。

逆反心理是指孩子为了维护“自尊”，而对父母或老师的要求采取相反的态度的一种心理状态。前苏联心理学家普拉图诺夫在《趣味心理学》一书的前言中，特意提醒读者“请勿先阅读第八章第五节的故事”。大多数读者却采取了与告诫相反的态度，首先翻阅了第八章的内容。这就叫心理的逆反现象。青少年中常有“不听话”，与他人尤其是与父母和老师“较劲儿”、“对着干”的现象存在。这种与常理相悖，以反常的心理状态来显示自己“高明”、“非凡”的行为，往往来自于“逆反心理”。

如果逆反心理经常地、反复地出现，就构成一种狭隘的心理定势，无论何时何地都与常理背道而驰，表现形式上与富有创造性的行为颇有类似之处。因此某些逆反倾向严重的青少年也常对此津津乐道，或在心理上为自己的怪异行为寻求“科学”的根据。然而，逆反心理在本质上是与创造性素质有着根本区别的，



它往往是孤陋寡闻、妄自尊大、偏激和头脑简单的产物。逆反心理是一种消极的心理品质，不但对青少年的学习是非常有害的，而且对他们身心的健康发展也是极为不利的。

心理学研究表明青少年逆反心理具有如下的特点：

(1) 盲目性

青少年因为探求能力和好奇心有了很大的发展，往往显得更加好动、好问、猎奇、执着。但他们又由于心理的发展与之不相适应，思维的偏激性很大，往往处于一种“找不到正确的活动途径、有劲儿无处使”的心理状态。于是，他们千方百计地寻找“使劲儿”的突破口，盲目地行动，表现得很任性。具有这种逆反心理的学生，一事当前，无论其正确与否，都盲目地加以抵制，甚至反其道而行之；凡事，无论可行还是不可行，只要他想干，就干，随心所欲，不考虑后果，遇事好感情用事，缺乏冷静的思考。

(2) 社会性

现在的青少年对外联系广泛，信息来源渠道多，接收信息量大，知识面也较宽，但由于缺乏足够的鉴别能力，不能对来自各方面的信息进行合理的筛选。另外，一些不正之风，也给他们带来一些消极影响，使之产生消极情绪。而青少年往往又由于理论修养不够，缺乏实事求是的分析能力，容易感情用事，过于偏激，产生逆反心理。青少年的逆反心理有时在很大程度上也取决于社会和政治环境的影响。

(3) 感应性

人与人之间，人群与人群之间存在着互相感应的力量，而这种具有逆反心理的孩子所产生的感应作用，它对先进层来说是一种逆向拉力，对后进层来说是转化的阻力，影响着两头，具有感