

# 嘘 我们正在蜕变

xu womenzhengzaituibian

“成长110 百城义行”的真实记录

叶小平/ 萧 芸 著

——为中国少年成长 护航

“蜕变时代”的发现宣告  
“成长新路标” 导航 的最新轨迹



科学出版社  
www.sciencep.com

# 嘘

## 我们正在蜕变

THE STORY OF OUR TRANSFORMATION

中国青少年成长历程

中国青少年成长历程

——中国青少年成长历程

中国青少年成长历程

中国青少年成长历程

中国青少年成长历程



# 嘘！我们正在蜕变

叶小平 萧芸 著

科学出版社

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

嘘!我们正在蜕变/叶小平 萧芸 著.—北京:科学出版社,  
2007

ISBN 978-7-03-018763-5

I.嘘... II.1.叶...2.萧... III.心理卫生—健康教育—青少年  
读物... IV.G479-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 037948 号

责任编辑:杨岭 张涛 封面与版式设计:陈思思

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencecp.com>

安徽芜湖新华印务有限责任公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

\*

2007 年 4 月第一版 开本: B5 (720×1000)

2007 年 4 月第一次印刷 印张: 14.5

印数: 1—8 000 字数: 250 000

ISBN 978-7-03-018763-5/G·1448

定价: 25.00 元



叶小平，徽州人氏。

萧 芸，湘潭人氏。

夫妇俩自喻为“坐小马扎的民间草根力量”。他们从2002年开始探讨“少年成长蜕变”的课题，并且通过热线和网络，免费帮助全国各地的中小學生父母矫正养育观念，引领遭遇成长紊乱的少年穿越心灵沼泽

从2005年12月起，他们拿出全部的积蓄和收入，发起了“成长110 百城义行”的大型公益义举活动，风雨兼程20万公里，走100座城市，为中学生以及他们的父母做300场免费讲座，虔诚为少年成长蜕变解答疑惑，为共建和谐社会播撒“大爱”与“大义”的温暖。

夫妇俩现兼职湖南长沙倍腾青少年启发教育学校教育顾问。

著作：《疯狂铁汉流浪妻》

《再入围城》

《不是孩子的错——为中国少年成长辩护》被遴选为“2006年十大家庭教育图书”，并被推选为“三个一百”的原创优秀家庭教育图书。

“火把部落”网站：[www.eeeing.com](http://www.eeeing.com)

电子邮箱地址：[eeeing@126.com](mailto:eeeing@126.com)





## 序 神奇的心灵 宏阔的空间

陆士桢（中国青年政治学院教授）

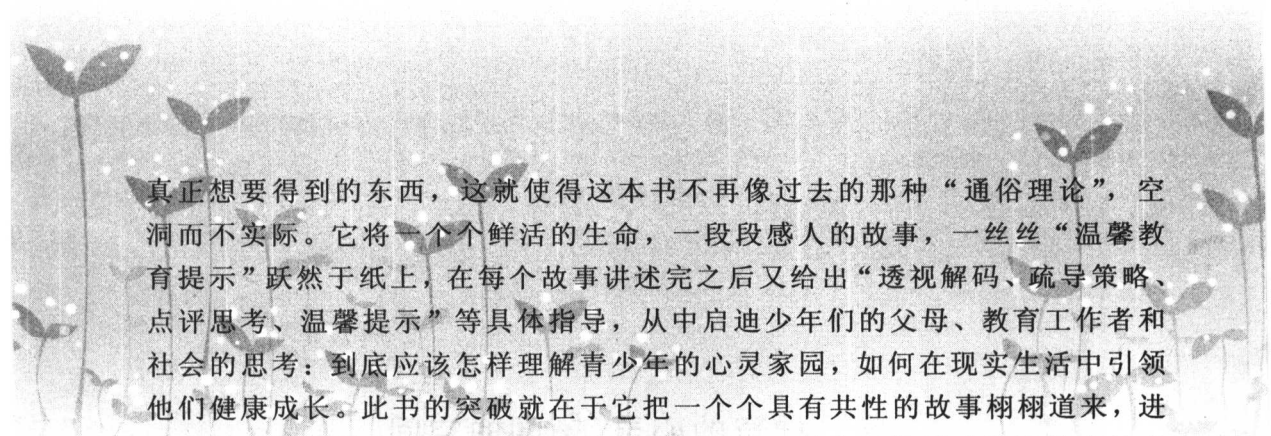
我大学毕业后，一直从事青少年教育和研究工作，对青少年有着天然的关注，写过许多研究文章，也被媒体采访过，久而久之社会上便称我为青少年教育家、专家等等。称“家”我实不敢当，但对青少年问题的研究却一天也未停止过。

我们正处在一个超速运转的信息化时代，它除了带给青少年快速的信息，快捷的方便食品外，还给他们带来太多迷惘，太多困惑。人们不禁要问：我们的社会怎么了？我们的青少年又怎么了？他们动辄出走，动辄自杀，他们承载了过多的负担：升学、就业、恋爱等等，是教育出了问题还是青少年自身出了问题？

我以为，我们的教育包括家庭教育的确存在着太多不尽如人意之处：忽视个体差异的存在，在大一统教育体制下，青少年被迫扭曲心灵，采取变态的方式适应环境。他们在提倡和谐社会的今天，发出了一个个不和谐的音符，这些都成为阻碍构建和谐社会的一种不利因素。那么应该如何关爱青少年的健康成长，如何锤炼他们的人格素质，如何尊重他们的权利，如何修复他们被摧残的心灵，如何让他们珍爱生命，如何为他们撑起一片没有被污染的蓝天，让他们的眼睛更清澈……这些问题在《嘘！我们正在蜕变》中给予了诠释。

在中央电视台的一次青少年节目的录制中，我认识了此书的作者叶小平、萧芸夫妇。他们都不是专业的青少年工作者，但在拯救自己女儿的成功实践中，他们有机会接触到了那些心灵受到侵害，处于困难境地的孩子们。他们对青少年有着太多太重的社会使命感，萧芸更是通过记者特有的眼光，特别的敏锐感，洞悉了青少年的心灵。

夫妇俩越来越深入地观察着中国家庭父母的教育方法，考察着中国特殊的教育方式。经过多年的思考，从一个个带有普遍性的个案中，总结出大家



真正想要得到的东西，这就使得这本书不再像过去的那种“通俗理论”，空洞而不实际。它将一个个鲜活的生命，一段段感人的故事，一丝丝“温馨教育提示”跃然于纸上，在每个故事讲述完之后又给出“透视解码、疏导策略、点评思考、温馨提示”等具体指导，从中启迪少年们的父母、教育工作者和社会的思考：到底应该怎样理解青少年的心灵家园，如何在现实生活中引领他们健康成长。此书的突破就在于它把一个个具有共性的故事栩栩道来，进而有针对性地提出建议和方法，如同一剂药方，青少年的困惑紊乱的症结在哪里，家长盲目盲动的误区在何处，都可以在此书找到合适的解答。它非常适合当前快节奏社会中的人群阅读，帮助他们尽快从中找到答案，使困惑的青少年不再困惑，使焦躁的父母不再焦躁。

在我看来，这本书应该是近年来在教育青少年方面的一部较有新意的书，它不是青少年百科全书，不可能涵盖所有的问题，也不可能解决教育中的所有问题。但它可以帮助我们消除教育中的很多常见的偏见和误解，倡导了一套新的教育方法。如“托骐骥”教育，这种教育简单讲就是对青少年进行心灵抚慰，打开一扇孩子与父母心灵沟通的大门，这也是国外较为普遍的人际关怀行为。

当今社会是个多元的、多变的、流动的世界。青少年的生活也随之千变万化，他们热爱生活，追求新事物，勇于创新，但他们也会有诸多的不适，会出现各种各样的问题。有些是我们能够理解的问题，而有些则是我们成人暂时无法理解的。“人同此心，心同此理”，就是这个道理。我们有些父母虽拿到了生养孩子的通行证，却没拿到教育孩子的上岗证，就是学历很高的父母也不一定会与孩子进行交流和沟通。

前不久，我一个朋友打电话给我，说他儿子上高中以来什么话都不对他讲，他实在想不通，真想暴揍儿子一顿。我说你儿子比你还高，一米八几的个子，还不定谁揍谁呢！这位朋友读到了博士后，在他研究的领域卓有成效，可在教育孩子时却一筹莫展，为什么？他太不了解这个年龄段男孩子的特征了。其实父母、教育工作者和青少年并不对立，他们之间有着巨大的沟通空间，如果我们成人能蹲下来跟他们聊天，就会发现成人同孩子看到的是完全不同的世界。在超市成人看到的是琳琅满目的服装和食品，孩子看到的却是大人走动的双腿，这时你才会感到小孩子在超市哭闹是多么的无助和无辜！

寻找青少年与成人之间沟通的渠道，挖掘彼此间心灵深处的交融，扩大共同交融的空间，这是达成大人和孩子共同认知的重要条件。如果我们真正了解孩子的世界，懂得孩子的心灵，和孩子进行精神之旅的沟通，心心相通，

就会理解他们的思维方式和尊重他们的行为规范了。

青少年教育是一个艰巨而复杂的过程，我们不能因为它艰巨而不愿承担，也不能因为它复杂而产生畏惧，应该体验到我们在享受着艰难的教育探索的同时所带来的愉悦。当务之急就是要重视青少年的年龄特征和他们的常规教育，优化他们的教育环境，尤其是家庭和学校的环境；宽容地对待他们，积极疏导他们的心理，让他们平稳地度过心理、生理的断乳期。

我们的青少年不应该成为“在成绩单发烧友的追捧下灾难深重的弱势群体，饱受鞭笞和摧残，直到他们完全成为成绩单的奴仆，忍见活泼少年变成文弱书生”，更重要的是他们将快乐不再！青少年没有了快乐，健康从何而来？创新创造从何而来？国家的栋梁从何而来？而这个过程是艰辛的，我们的教育工作者、父亲、母亲要充分认识到这一点。

走进青少年的心灵世界，你会发现他们有着超凡的想像。它超越国界，跨过海洋甚至宇宙。正因如此，我们要尊重每一个青少年个体生命，也要让他们懂得珍爱自己的生命，因为生命不是独立存在的，它凝聚着父母的血脉和期望；蕴含着社会的发展和期待；包含着自己的幸福和快乐。我们不愿看到青少年病弱的身体，更不愿看到一个鲜活的生命在我们的眼前消失……

我非常赞同叶小平、萧芸夫妇本书中提出的“蜕变时代”的说法。这无疑是他们长期贴近实践潜心思考的结晶。聆听少年成长的复杂声音，引领少年穿越沼泽走进阳光，他们通过多种方式，矫正了一个又一个少年的成长紊乱，也挽救了不少的脆弱生命。从中，他们发现了一个普遍被忽略的成长事实，青少年在生命旅途中，一次次的“蜕变”才有一次次的成长，从蠕动着“丑陋”身躯的毛毛虫到变成自由飞舞翱翔的美丽蝴蝶，“蜕变”让他们具有了多元的承载人生的各种能力，使其生命“变得舒缓而有韧度”。

而“蜕变时代”对我们解决青少年成长中频繁出现的问题有了新的诠释，能够增进对于成长挫折的理解，有利于制定正确的措施引领少年走出成长紊乱。

尤其值得推崇的是，叶小平、萧芸的《嘘！我们正在蜕变》实证精神突出，思辨特色强烈，充满智慧的引领，语言灵动富于情感，很有感染力量。

培养青少年对生命的热爱，对精神世界的追求，让青少年在生命旅途中拥有自己存在的价值，让他们获得真正的自由和快乐，让每一个生命都绽放出绚丽的花朵。这将永远是每一个父母，每一个教育工作者的根本任务。

2006年9月于北京海淀昆运河畔



# 目 录

## 序 神奇的心灵 宏阔的空间

### 第一辑 青春蜕变在蝴蝶的梦乡 /1

#### 导 语：正在蜕变，请勿打扰 /2

幽暗里的蜕变需要心灵阳光的照耀 /3

从白色药片下解救鲜活的灵魂 /7

迷恋“超级女声”的女孩错在哪里 /13

当生命消逝的恐惧袭来 /17

温馨提示 奇特的蜕变“告知”“告白”和“告别” /21

温馨提示 少年时代的“摇篮曲” /25

温馨提示 “五步跳子棋”呵护蜕变 /29

温馨提示 “八爪鱼”的快乐成长 /33

### 第二辑 年龄特点是少年蜕变的纲绳 /35

#### 导 语：忽略年龄特点必然悖逆成长规律，谁在干这种傻事 /36

“小不点”的形象恐慌 /38

男生爱化妆是否“易性癖” /42

从“视觉系”引发的父子冲突 /46

16岁女生为何患了“社交恐惧症” /50

叽叽喳喳的女生令人烦 /53

在磨难中完成蜕变 /56

温馨提示 怎样改善和孩子沟通的技巧 /59

温馨提示 当心职业道德问题侵害孩子健康 /61

### 第三辑 初恋是青春勃发的花朵 /65

#### 导 语：“初恋”是青春勃发的花朵 /66

谁在扰乱少年成长的正常轨迹 /68

16岁男生浏览人体图片之后 /74

少女暗恋班主任的惊险化解 /79

15岁在读少女怀孕该怎么办 /83

“求爱”的男生为什么抱紧自己 /86

温馨提示 中学生青涩初恋是身心成长的合理存在 /89

温馨提示 初恋的本质是一场情感演习 /91

温馨提示 初恋发生的护航要点 /92

#### **第四辑 平和宁静护航高考 /95**

**导 语：透视高考的本质 /96**

平和宁静创造高考奇迹 /97

高考前夕优秀学生为何要跳楼 /102

温馨提示 孩子情绪一团乱麻，怎么理顺 /105

#### **第五辑 厌学辍学休学回归有路 /107**

**导 语：你是当“禹”还是当“鲧” /108**

人格缺损与成长紊乱 /109

父亲迟到的忏悔 /113

三轮车夫好耍不过是个活法 /119

温馨提示 成长的“拨乱反正”需要“一言堂” /122

温馨提示 休学少年成长蜕变五态 /123

#### **第六辑 父本天地 坚强的守候 /128**

**导 语：父爱如山 /129**

孩子的眼容不得沙子 /130

非常性情导致非常难题 /134

父女仇怨为难了谁 /138

家庭临难父亲逃离为哪般 /141

温馨提示 “贼男”父亲可贵痛悔 /144

温馨提示 父爱的坚守是孩子心灵的堡垒 /146

#### **第七辑 母性家园 温馨的滋养 /148**

**导 语：母性的光辉，心灵的乳汁 /149**

善良继母不解母性 /150

自负母亲把“神童少儿”送进工读学校 /153

母子剑拔弩张责任在谁 /158

娘啊，你要任性到何时 /161

温馨提示 母亲不健康心态辑录 /165

温馨提示 母亲素质的六大误区 /167

## 第八辑 成才路上的曲折风景 /172

导 语：“二八定律”与人生定位原则 /173

好小子——独自在外狠磨剑 /174

少年逃学者成就教育事业 /177

老网民“小耗子”的蜕变传奇 /180

温馨提示 千万不要把成长与成才拧成一股绳 /182

## 第九辑 恒久的辩论与辩证 /186

导 语：私心投影 /187

正确地对待周围的人和事 /188

数字摄录一体机的敏感与少年心灵反应 /190

信息时代怎样当父母 /192

重温米卢的“态度决定一切” /194

个性特色的天敌——从众行为与从众心理 /196

诱发“少年成长紊乱”的十三道坎 /198

警惕家庭环境的“话语强权” /202

成长紊乱源头：12只拦路虎嗷啸床头 /203

## 附 录

寻访托骐骥——为成长蜕变护航 /204

——在安徽农业大学的演讲（节选）

疏导回归短信息辑录 矫正观念是根本 /208

《军规21条》凶悍了谁 温暖了谁 /215

## 跋 镌刻在心灵高地的公德义举

请您  
将高高扬起的手  
轻轻地放下  
将惊愕张大的嘴  
缓缓地合上  
将焦虑熬红的眼  
渐渐地擦亮  
嘘！看——  
他们流泪了  
在心里……



## 第一辑 青春蜕变 在蝴蝶的梦乡



## 导语·正在蜕变·请勿打扰

昆虫的蜕变，是一个神秘的过程，是儿童醉心观察的对象，法布尔的《昆虫记》记录得极其精彩：

原本不过是一条快乐地拱动着的幼虫，勤奋地寻觅着嫩叶，欢快地席卷着到口的美食，一天一个样地壮大着身体。忽然有一天，它们对食物不感兴趣了，身形透明了，行为迟钝了，恹恹地依附在一片聊以遮风挡雨的叶子下面，寂寞地吐出丝来，仿佛无限悲哀似的把自己束缚起来，最后，结好一个茧子，封闭身体与世隔绝。过不了多久，它努力挣扎着撕破蛹壳，咬破茧子，再次呈现于世界的，是一只美丽轻盈的飞行物——轻灵灵飘飞的蝴蝶。

另外一类昆虫的蜕变，更有意思。它们刚从卵粒孵化出来，仿佛羞于见人似的，很快钻入泥土里，在地下悠闲地先过上几年，靠吮吸树根的汁液长大，长成了一条又白又胖的幼虫。随后再变成一只没有翅膀的若虫，这才用弹射的方式跃出地面，来到阳光下，用它生命的张力，在外壳背部中央挣开一条缝隙，它就金蝉脱壳了。有了翅膀，不但如蝴蝶会飞，而且会像鸟一样歌唱，当然它们就是知了。

如果把蝴蝶看作昆虫中的仙子，那么蝉当是昆虫里的精灵。

蜕变对于生命，就是美丽的禅机。

蜕变对于心灵，尽管伴随着撕裂酸楚，却是新生的契机。

是的，生命的壮丽往往以否定的方式呈现，这个否定就是蜕变。只是人类的蜕变是在心灵里完成的，伴随着亲人看不到的疼痛；只是人类的蜕变比昆虫艰难，需要外力的协调。所以，我们就成为这么一支协助少年完成壮美蜕变的力量。

蝴蝶，轻盈自在的飞舞是少年自我的姿势。

知了，清脆激越的歌声是少年自我的号角。

不过就是一场蜕变而已，请不要去惊扰他们。





## 幽暗里的蜕变需要心灵阳光的照耀

### 热线辑录>>>>>

16岁女生筱雨刚进入高一，情绪就不稳定，要求休学。父亲急得住进了医院，母亲成天涕泪涟涟地哀求，亲友团轮番轰炸。筱雨最终在大表姐的劝说下，勉强同意读书到大考。

因为期末考试不理想，考完最后一门功课，明明知道父亲拖着病弱的身子在校门口接她，筱雨还是从后门溜了出去，径直到了江边，坐在一块向江水倾斜的岩石上发呆。

当父母找到她的时候，吓得都不敢出声，生怕一不小心把孩子惊了，滑到江里。结果虽然有惊无险，但是筱雨怎么也不肯回家去。在关系最铁的同学的劝导下，她决定到同学家暂住一时。

可是一连住了一个星期，尽管父母百般劝导，筱雨依然不肯回家。父母着急了，又求大表姐出面做转化工作。

大表姐说：“她不肯回家，难道也会拒绝旅游吗？我出面邀请筱雨到济南来做客吧。”

大表姐拨通了筱雨的电话，筱雨果然跟没事一样，抓着话筒和表姐谈笑风生，当即答应到表姐那里去住住。

当筱雨在父亲陪同下，抵达济南车站时，大表姐捧着一大把鲜花站在出站口迎接她，这让筱雨既意外又感动。从幼儿园到16岁，她曾多次作为小朋友代表给许多陌生的大人献过花，今天是她人生中第一次接受别人送的鲜花，筱雨不由得当众热泪淋漓。

表姐思维活跃、语言机敏，是一名报社记者，还是一个出版了几本小说的美女作家。这让筱雨很是敬佩。因此，她把自己心灵里的苦恼都在表姐面前倒了出来：

在自己艰难的成长中，父母之间从来都是矛盾对立的，他们总是围绕女儿的成长激烈争执，甚至相互伤害，让筱雨从小就觉得如果没有自己，父母



就不会争吵不休，自己真是一个累赘。随着一天天长，筱雨的累赘意识越来越强烈，而父母的情感也到了岌岌可危的地步，说不定哪一天他们就宣布离婚了，自己的天地也就彻底崩塌了……这样被慢动作撕扯着的感觉让筱雨难以忍受，还没有长大，她就觉得人生真的没什么意义，情绪越来越紊乱。

筱雨在表姐家里安顿下来的第三天，就给爸爸妈妈打了电话，她的话令父母大吃一惊。她说：“过去你们都是为了我吵嘴，为了我相互伤害。现在我不在身边了，你们可不可以不要吵嘴了？爸爸要多爱妈妈一些，妈妈也要多宽容爸爸一些。你们两个要承诺修复关系，恩恩爱爱。我也承诺，在表姐家里好好读一些课外书。”

筱雨的话像阳光一样照亮了他们这个笼罩了十多年紧张气氛的家，一切都云开雾散了。孩子仿佛一下子长大了，彼此间曾经的格格不入也突然消散了，这让夫妻俩的心里很是舒坦。女儿不在家，父母之间的话题都是回忆孩子小时候给他们带来的点点滴滴的愉悦，时而哭时而笑，夫妻往日的恩爱感情迅速恢复。

有一天，他们接到表姐的电话，告诉他们一件发人深省的事情：筱雨的爸爸离开济南返回家乡的时候，是16年父女之间的第一次分别，看孩子眼泪在眼眶里打转，父亲情不自禁地拥抱了女儿。筱雨当时没有什么，可是晚上却哭了一场。她对表姐说：“爸爸好久没有抱过我了，今天抱抱我，感觉很温暖可是也很陌生。在我的记忆里，我从儿童时代起就没有人抱我了，爸爸妈妈也不再和我亲昵，所有人都把我当大人看待，我内心特孤独、特焦躁，就好像每天都有鞭子在抽我。”

表姐还建议筱雨的父母，济南假期结束之后是一个刷新他们与筱雨关系的好机会，从此之后，要多给筱雨一些拥抱与亲昵，与她做平等的朋友。一定要做到，从今以后，闭上唠叨指导惯了的嘴，心平气和地和筱雨做朋友。

20天之后，筱雨忽然心情急迫地提出要回家，仿佛一刻也不能耽搁。父母在这时候做了一个非常智慧的决定，他们在济南和家乡的中间地带——黄山风景区与女儿会合。

一个因为成长矛盾导致激烈冲撞的家，在黄山开始了新的篇章。筱雨在这里度过了她17岁的生日，而她的父母，也开始了充当女儿朋友的角色。



## 透视解码>>>>>

筱雨的故事很有代表意义，几乎每年都有高中学生在崩溃的边缘挣扎，而厌学少年的父母都如履薄冰。追究起来，导致他们厌学的原因并非学习的压力，而是父母的情感问题，以及父母营造的虚荣、功利的恶劣家庭环境令孩子感到窒息。

孩子忽然不再配合父母的面子，不再创造优秀为家庭争取荣耀，而是崭露出折腾、逆反的性格，这是自我觉醒的前奏。父母根本就不理解，除了恨铁不成钢，就是没完没了的究问，却不知道冷静思考孩子“造反”的来龙去脉。

筱雨厌学，很大原因是成长的困惑，潜意识里还有反抗父母长期不和的因素。

筱雨流露轻生的念头只是告诉父母，自己生不如死的内心感受。

## 疏导策略>>>>>

筱雨在表姐家住了20天，表姐根本不提她过去的挫折。她们一起读文学经典名著，一起看影视经典大片，常常聊天到凌晨。筱雨觉得这样的日子很舒爽。

另外一个生活内容就是“战痘”。因为生理发育的原因，筱雨脸上的痘痘“泛滥成灾”。大疙瘩上生小疙瘩，老疙瘩上顶新疙瘩……这也是影响筱雨情绪的重大原因。表姐也曾有过这样的经历，所以，带领筱雨全力以赴灭痘。熬中药给筱雨又洗又喝，居然在20天之内，把痘群控制住了，新疙瘩越来越少，老疙瘩越来越淡。筱雨内在的情绪控制住了，外部的痘也随之消失了。痘的消失又反过来促进了她情绪的稳定。

筱雨的情绪就在这样的环境下安定下来了。

筱雨离开济南的时候对表姐说：“这是一个非常经典的暑假。”



## 点评思考>>>>

我们经常对焦躁难耐的父母说，张开你的怀抱，闭上你的嘴巴。

一束鲜花，一个拥抱，让一个被成长紊乱困扰多时的少年获得愉悦。成年人也许难以理解这些微不足道的行为，可孩子为什么如此看重呢？问题的症结恰恰就在这里。

筱雨的表姐既是记者又是作家，她懂得十五六岁的孩子有着丰富的心灵家园。所以能够与筱雨沟通、交流。

表姐不愧是一个优秀的心灵伙伴，她手中的鲜花就是心灵的火把，可以直接抵达筱雨的心扉，照亮并温暖着筱雨被躁郁折腾到冷寂的心灵家园。

表姐认为，在父母和儿女之间，只有抚爱是最管用的施教行为；在朋友之间，鲜花是最真诚的心灵桥梁。

是的，丢掉儿女和父母之间温馨组带的，忽略孩子心灵家园的，又何止筱雨的父母。没完没了的唠叨和伤害，就像无数把尖锐的剪子，绞断了父母与儿女之间应该有的亲昵。双方的距离也就越来越远了。

对于孩子来说，天大地大，比不过父母温馨的怀抱大。说千道万，抵不了父母轻轻的抚慰。亲情桑拿是可以消除隔膜和芥蒂的。可是，大多数的父母们都把大量的精力投入到了名利场上的社交中，再也顾不上饱受亲昵饥渴的孩子的情怀。等到要用怀抱安抚孩子的时候，孩子可能已经坚硬到了无法触摸。

就像表姐说的，说教十六七年，孩子的耳朵起茧了，您的嘴唇也麻木了，理也屈了，词也穷了。就此打住吧，闭上嘴巴。利用这个换气的机会，调整一下自己和孩子的关系。变居高临下的训导关系为平等的朋友关系吧，不要吝啬向儿女张开自己宽厚的怀抱。

父母自始至终必须记得：孩子的内心里有一个需要鲜花供奉，需要拥抱呵护的家园。