

江苏人民出版社

花/季/心/理/自/助/餐

我也是公民

— 亲子间心理困惑透视 —

陶国泰 主编 刘雪梅 孙维新等 撰稿





国防大学 2 075 7429 4

花/季/心/理/自/助/餐

我也是公民

—亲子间心理困惑透视

江苏人民出版社



图书在版编目(CIP)数据

我也是公民：亲子间心理困惑透视/陶国泰主编
南京：江苏人民出版社，2000
(花季心理自助餐)
ISBN 7-214-02739-9

I. 我... II. 陶... III. 青少年心理学
IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 48335 号

书 名	我也是公民
主 编	陶国泰
撰 稿	刘雪梅 孙维新等
责任编辑	姜克强
责任监制	王列丹
出版发行	江苏人民出版社(南京中央路 165 号 210009)
网 址	http://www.jspph.com http://www.book-wind.com
经 销	江苏省新华书店
印 刷 者	通州市印刷总厂
开 本	850×1168 毫米 1/32
印 张	6.5 插页 2
印 数	1—5125 册
字 数	157 千字
版 次	2000 年 10 月第 1 版第 1 次印刷
标准书号	ISBN 7-214-02739-9/G·902
定 价	10.00 元

(江苏人民版图书凡印装错误可向本社调换)

出版者的话

《花季心理自助餐》是以青少年为读者对象和记述对象的心理困惑透视丛书。“丛书”以纪实的笔法介绍花季少年心理困惑的形成及现象,并请心理专家针对各种心理现象为青少年作解决困惑的提醒语。

过去,人们习惯于以身体无病为健康。可是,随着新旧体制的交替、新旧观念的更换、社会竞争的激烈,心理适应问题在人们日常生活和工作中已是不可忽视的问题。世界卫生组织指出的健康新概念是:健康需具备身体健康、心理健康和社会功能健全,无病不等于健康。心理健康已被广泛关注。

青少年的心理健康问题,不仅已被社会、老师和青少年自身所重视,也是占用家长内心“硬盘”最多的问题之一。有的家长说孩子的情绪是家庭的“晴雨表”,“一人打喷嚏全家都感冒”。这不是语言的夸张,而是生活的写照。如今的独生子女,有几个不是心肝宝贝?孩子有了情绪,大人的心也就提到了嗓子眼,这是许多家长的感慨。

青少年的心理困惑到底有哪些呢?根据心理专家的研究分析,主要有四大类:一、竞争心理困惑。有的青少年有十分强烈的超群意识,很想样样出类拔萃,可是事与愿违,于是产生自卑。有的同学平时的记忆和理解能力很好,可是,一走进考场就心慌神乱。不少同学因一次或几次考试不理想,每逢测验就对自己不放心等等。二、校园内外交往心理困惑。在群体交往中,有的青少年常常不服气地问:“我为什么要听他的,他为什么不能听我的?”

有的青少年为自己缺少朋友而痛苦；有的青少年为评优、选干而鸣不平；有的青少年甚至因畏惧校内外暴力而影响学习，诸如此类。

三、少男少女感情困惑。你喜欢唱歌、我喜欢体育，男女生在一起交谈话题互补，产生了好感，是不是早恋？某男生英俊潇洒、为人大方，某女生情窦初开，暗中思恋，精力难以集中。某女生成绩优秀、活泼开朗，虽无闭月羞花之貌，却有化干戈为玉帛的口才和气质，某男生由钦佩、崇拜上升为爱恋，明邀请暗传书，因被拒绝而烦躁不安。年少事不少。四、亲子间心理困惑。父母与孩子，爱与被爱产生了冲突。过多的要求和关照，给孩子增加了压力，使孩子觉得是羁绊，埋怨没有自由。你怕他吃亏，他嫌你功利主义。你要为他拿主意，他说他也是公民，有自主权。常有烦恼与尴尬。

心理专家认为：种种生活事件引起的不愉快、痛苦、忧愁、愤怒、恐惧、欢乐和自豪等内心体验，即情绪。因不符合主观需要产生否定的态度体验，称为负性情绪。情绪通过自主神经系统、内分泌等直接影响生理功能。负性情绪会引起食欲不振、厌食、消化不良、呕吐、血压升高或尿频等症状。因此，应该把学会自我调剂情绪当成确保良好心理素质的个人能力来培养。

《花季心理自助餐》丛书共四册：《我准能成功——竞争中的心理困惑透视》、《我没有错——校园内外交往心理困惑透视》、《我与他（她）——少男少女心理困惑透视》、《我也是公民——亲子间心理困惑透视》。

撰写这套丛书是一件有难度的事情。纪实的文体是一种形象思维，而心理症状的描述与分析是自然科学结合社会科学推理验证式的思维，如何有机结合，编者和作者均无实践经验。为了尊重生活、尊重科学，编者和作者找到了几点共识：一、所写现象，以心理困惑为主，凡已成为病症需医生治疗的，仅作概括性介绍。在生活中，已成心理疾病的青少年远远少于有心理困惑而被忽视的

青少年,后者若得不到及时的心理疏导,很有可能发展成疾病。二、青少年的心理困惑现象多属认知性和情绪性问题,因此,疏导不限于心理学学科的知识,综合运用社会科学和自然科学中的哲学、医学、文学、生物学、生理学、逻辑学等多种学科知识,只要能帮助青少年提高认知水平、恢复正常心态就行,是多向思维的方式。三、不具体讨论某些事件的对错、是非,不轻易下政治性结论,力求用青少年可亲、可近、可接受的语言、语气和方式帮助青少年走出困惑。例如考试作弊,常见的不是作弊的同学有心理问题,而是未作弊的同学考分低于作弊生而遭批评产生了心理不平衡。如果对不作弊的同学大谈作弊的危害和道德标准,就显得缺少针对性,且明显对这种负性情绪缺少理解,无论道理谈得多么正确,都无法被其接受,更不可能达到排解负性情绪的目的。所以,不对作弊行为作概念化的定论,而是启发未作弊的同学:作弊是某些人考好成绩的原因,但不是咱们未考好或用消极态度学习的理由。千万不能产生对作弊的依赖念头。

围绕以上三点共识,编者和作者共同努力,数易其稿,但愿能被我们的读者朋友认可。有什么建议和要求,盼写信给我们,以便修订再版。

二〇〇〇年七月十八日

主编：陶国泰

撰稿：刘雪梅 孙维新 肖 强
李秀季 曲春辉

副主编、心理专家：刘 丹

选题设计：姜克强

目 录

我也是个公民	1
别叫我宝宝了!	12
不看“黄书”,看什么?	24
我不想活得这么累!	34
我也不想讨人厌!	49
理想是我自己的	63
爱美,是虚荣?	73
还能相信谁?	84
面对侮辱,还要感恩?	94
他不配做我父亲	104
跟大人有什么好聊的?	112
雇个“妈妈”来	121
这样的家我没法待	130
在家谁都管着我!	138
我们之间有代沟	147
请男孩来做客	155

合不来,离婚吧!	164
只想和爸爸多聚几次	173
家里的电脑不许碰	183
为啥让我去留学?	191

我也是个公民

“致远，电话。”妈妈的声音怪怪的，目光锐利得可怕，宁致远一听就知道，肯定是哪个女生打来的电话。

不出所料，电话是李悦如打来的，告诉他周末给丁德修过生日的事。在宁致远的几个好朋友中，丁德修的家境最不好。他9岁时父母离婚了，他先是跟着母亲一起生活，后来母亲再嫁，他就只好与外公挤在一间十几平方米的小阁楼里。外公嗜赌贪杯，而父母的生活费又是时有时无，没有钱的时候，外公就拿丁德修出气。家里环境太差，许多时候，丁德修只好到路灯下看书。从10岁开始，就没有人给他过过生日。今年他15岁了，宁致远他们几个决定瞒着丁德修为他组织一次生日 party，给他一份意外的惊喜。

想像着丁德修看到生日蛋糕时那幸福的神情，宁致远与李悦如越聊越高兴。宁致远的母亲满脸狐疑，生气地盯着他，好像警察在审讯犯罪嫌疑人一样。宁致远只好用手略微遮住一些话筒，压低嗓门，尽量不让母亲听到自己的说话。

突然，话筒里传来几声刺耳的杂音。宁致远下意识地感觉到，是妈妈在偷听。他们家客厅的电话与父母卧室的电话是串线的，母亲一定是在卧室里接听他的电话。一想到母亲像克格勃一般的举动，宁致远谈兴顿无，他匆匆地同李悦如交待了几句，有些生气地放下了电话。

“你和谁打电话，又说又笑的？在家里，没看到你和谁这么讲话嘛！”妈妈走出来，有些酸溜溜地问道。

“不用你管。”宁致远一点也不想与母亲玩幽默。作为对她偷

听别人电话的一种回敬，宁致远用极不礼貌的声音冷冷地回答了母亲。

“不管你？我不管你的吃喝拉撒，你会长这么大！我不管你，天知道你还会变成什么样！告诉你，你休想去参加什么 party。中学生出事都是在这些乱七八糟的聚会中搞出来的。男男女女在一起胡闹，不出事才怪呢。”母亲一听宁致远的答话，嗓门陡然高了起来。

宁致远愤怒极了，母亲偷听了自己的电话，居然还这么振振有辞。他也毫不示弱地吼道：“你侵犯了我的隐私权，我不是你的犯人，你不能如此对待我！我也是公民，我应该有自己的自由。”

“隐私权？公民权？等你上了大学再说罢。整天想什么自由、隐私的把你的心想花了，才 15 岁与女同学打起电话来就忘乎所以。那个女的声音嗲嗲的，一听就不是什么正经东西，亏你还跟她聊得那么来劲，也不怕恶心……”

宁致远不相信自己的耳朵，这话是母亲说出来的吗？一个母亲为了阻止儿子的某个聚会，就可以如此出言伤人吗？宁致远气得冲进自己的房间，重重地摔上门。门外，母亲的声音仍在那里煮饺子似的不停地翻滚；屋里，母亲早已削好的一盆水果静静地躺在桌上。两相对照，宁致远的心如锥扎一样的难受。

宁致远不明白，妈妈怎么会这样。在生活上，她对我照顾得可谓无微不至，可在精神上，她也将我钳制得差点透不过气来。她难道就没有年轻过？难道她除了爸爸，就没有其他的朋友吗？我知道她是怕我分心，怕影响学习，但她为什么要用如此方法来伤害我呢？为什么就不能平心静气地对我说呢？

你不与我讲道理，我就什么也不告诉你。俗话说，东方不亮西方亮，印象中，父亲对自己向来是有求必应，和他商量应当没问题。第二天中午，趁母亲不在的时候，宁致远把他们为丁德修开 party

的原因与计划和盘告诉了父亲。

“他班级排名第几？”父亲没有多说话，只问了一个看起来极为简单的问题。

这个问题与开 party 有什么联系？宁致远有些吃惊，不知如何回答父亲的问题，最后只得结结巴巴地说道：“他经常吃了上顿没下顿，连做作业的桌子都没有……”

“我只问你他到底是第几名？你们是好朋友，不会连这点都不知道吧？”爸爸的口气里已经带着些嘲讽了。

“大概是第 40 名吧！”宁致远被他一激，有些无奈地说道。

“不许你为他开什么 party！他成绩那么差，以后不会有什么出息的，说不准就只能做一个小流氓。”父亲斩钉截铁地说，语气间没有一丝一毫的商量余地。

宁致远惊呆了！他根本没有想到父亲会这样评价他的朋友。父亲与丁德修还没有见过一面，就否决了自己为丁德修开 party 的要求，而其理由，只是因为丁德修在全班排名第 40 位。不，这已经不是什么评价了，它简直就是在对一个孩子进行恶毒的人身攻击。从这个意义上讲，他的用词比母亲还要过分！

宁致远气极了。他想：我只是想征求一下你们的意见，并不是一定要取得你们的同意。早知道如此，我不如撒谎说要去补习功课，犯得着让你们来教训我、污辱我的朋友吗？

“你凭什么这么说他？”宁致远梗起了脖子，质问自己的父亲。

“那种小市民的家庭！还是个问题家庭的孩子！”父亲仍是声色俱厉。

“你小时候不是在百步街长大的吗？那里不也全是小市民吗？爷爷与奶奶不也离婚了吗？也没见你成流氓嘛。”见父亲对丁德修没有一点同情心，反而这样恶毒，宁致远也就不顾及父亲脸面，将他的往事一抖而出。

宁致远的话刺伤了父亲，他的脸色变得铁青：“什么时候轮着你来教训我啦？我早就看不惯你交的那几个朋友了，就是他们把你教坏了，教得如此没有教养，居然这样同父亲说话！可你还不醒悟。我早就听你妈说，丁德修不是个好苗子。还有那个诸葛伟、尹德明，油腔滑调的，一点不像学生，现在又冒出一个李悦如，也不可能是什么好东西。以后不许与他们交往……”

宁致远气得浑身发抖。原来他们早就串通好了，而我还傻乎乎地准备博取父亲的同情，真是愚不可及。在父亲劈头盖脸的大骂中，宁致远又一次冲进自己的房间，重重地摔上了门。这一次，因用力过猛，门居然给他摔出一条缝来。

一连好几天，家里的气氛极为沉闷。母亲来劝过宁致远几次，让他给父亲道歉，说他差点把父亲的心脏病给气出来。宁致远也想给父亲道歉，但他又想：他难道就不应该向我道歉吗？我伤了他的心，可他也同样伤害了我，伤害了我的朋友。道歉是没有年龄界限的，做错了事就应该道歉。可看看父亲那永远“绝对正确”的脸，有好几次，宁致远已经话到嘴边又咽了下去。他只是用贝肯鲍尔的画报小心翼翼地贴在门的门缝上，希望能借此弥合他与父母间出现的裂痕。

宁致远没能参加丁德修的生日聚会。他的妥协让父母的脸色缓和了，家里又恢复了正常。宁致远自己过生日那天，妈妈到馆子里订了一桌好几百元的酒菜，还买来了一个大大的奶油蛋糕。那一天，宁致远真的好感动。自懂事以来，他就没有见过父母庆祝他们自己的生日，可为了他，他们从来都不惜钱财与精力。切开蛋糕的时候，妈妈说：“天下只有父母是真心对你的。我们不指望你的回报，只希望你顺利地考上大学，将来到国外留学。我们所做的一切都是为了不让你分心，为了这个目标，为了你今后的幸福……”

宁致远能够听得出来,妈妈的话里话外,都是有所指的,她仍在委婉地劝他与他的那帮朋友“断交”。宁致远没有说什么,他怕自己说出的话破坏父母苦心营造的宴席气氛,可他的内心却像火煎一样难受。

宁致远不明白,父母为什么要那样排斥他的朋友。同学中,他与诸葛伟、尹德明、李悦如、丁德修几个最为要好。他们五人虽然性格各异,但相处得像亲兄妹。诸葛伟本名叫葛伟,可因为他足智多谋,又善于搞笑,大家就给他取了一个诸葛孔明家族成员的绰号。尹德明为人忠厚,办事踏实,因而得了一个外号“熊猫”。丁德修心地善良,只是经常有些忧郁,遂被女生们命名为“忧郁王子”。李悦如虽然刚转学来不久,但她心胸开阔、豁达乐观、不爱计较,男生们都叫她“亲善大使”。

宁致远不能想像,如果自己的生活中没有他们,今天的自己会是什么样子。几个同学中,宁致远的数学最好,但英语却是他的“克星”,而诸葛伟的英语语法很好,李悦如的口语不错,他们经常在一起交流学习资料与学习方法,帮助对方补习弱项。上学期末考试前的两次测验中,宁致远的英语都亮了红灯,是他们鼓励他重树信心,帮助他突击复习,最终才使他期末考试平安过关。宁致远曾经梦想做中国的贝肯鲍尔,当他准备报考校足球队的时候,“熊猫”一天两个小时陪着他练球。考上了,当父母不许他去球队时,又是“熊猫”整天陪伴着他、安慰他。丁德修的家庭条件那么差,可是他总是劝解宁致远要体谅父母。在给宁致远的贺年片上,他写下了这样一行字:“想想我,就会感到自己的父母是多么伟大!”

这样的朋友都不能交,那还能交什么样的朋友?

那一个星期六的晚上,他们等啊等啊,盼着宁致远的父母能够“回心转意”,但他们最终没有盼来宁致远的身影。星期一见面后,

宁致远哭丧着脸，一脸歉意。“熊猫”拍着他的肩膀说：“这有什么？你比我的日子好过多了。你的父母不过才盘问你一次罢了，我每天回到家，一上餐桌首先要做的事不是吃饭，而是向父母详细汇报每天的一举一动，包括上了哪些课，和哪些同学在一起，放学与谁一起回来，等等。这习惯从幼儿园时就一直保持到现在，好在我后来学乖了，他们既然什么都想听，我就什么都讲，有的时候还穿插进一些自己加工过的校园故事与笑话，把他们逗得前俯后仰，于是，他们就会在我天真的回答中得到满足，认为我永远是个长不大的纯洁孩子，是个听话的小宝贝。既然我这样听话，他们也就不盘问我了，十年来，我就是靠这个‘听话’的秘诀才做到耳根清净的。”

小诸葛也说：“你的父母骂你也罢，禁止你也罢，他们至少还摆在脸上，可我的父母更绝。有一天，他们郑重地交给我一把抽屉钥匙与一个带锁的日记本，对我说，你已经长大了，应该有自己的天地了，这个抽屉属于你私人所有，你有什么心里话尽可以同笔记本说，我们干涉你的自由。可我哪敢有丝毫的麻痹！有一天我煞有其事地记了一天的日记，在最后写了两句英文。没几天，隔壁高二的方学仁在楼梯口见了我，就不解地问我：不是说你的英语学得很好吗，可你怎么让你妈来翻译这么简单的句子：多多运动，美美睡觉！就这一下我就知道了父母的猫腻，但我回家时仍像没事一样，处处称赞他们是如何‘开明’。”

听了小诸葛与“熊猫”的开导，宁致远心里一阵苦笑。他最了解自己，要让自己像“熊猫”那样，十年如一日地任由父母盘问，却要装着什么事都没有，根本做不到。要让自己像小诸葛那样，与父母斗智斗勇，他也缺少那种心眼与能力。他能够做到的就是凡事不再与他们商量，尽早将自己的日记本处理掉，让父母无迹可寻，无痕可查。

可宁致远还是防不胜防。几天后，李悦如对他说：“我昨天按

你约定的时间给你打电话,你怎么不在?是你妈妈接的电话,她问得可细啦,不仅问了我的姓名,家庭状况,班级排名,还问我和你是什么时候认识的,我真有点不知怎么回答她。”

宁致远一时语塞,又气又羞。气的是他明明在家,母亲却撒谎说他不在;羞的是妈妈在电话里这么不礼貌地盘问别人,让他情何以堪?可她毕竟是自己的母亲,为了维护她,也为了维护自己那可怜的脸面,宁致远第一次在李悦如面前说了谎,他支支吾吾地说自己去爷爷家了。也不知道李悦如信还是不信,只见她大度地笑了笑,就再也没有说话。

一路上,宁致远都在设计怎样责问母亲。回到家时,妈妈正在埋头洗菜,浸在水里的右手贴了一张创可贴。宁致远赶紧去帮她,可母亲哪里会让他洗,她用受伤的手推开他说:“你自己去复习功课吧,这几天都听到你接连不断地说梦话,肯定是睡眠不足,早点做完作业,也可以早点睡觉。我这只是一个小伤口,没关系。”听到此言,宁致远的心又软了下来,想说的话全都咽回肚子里去了。

为了不再让同学难堪,宁致远买了一张电话卡,他与几个“哥们”约好,不是迫不得已,不往家里打电话,有事的话,宁致远与他们单线联系。

宁致远自以为做得天衣无缝,哪想到还是被母亲查出了“问题”。一段时间以来,母亲看见宁致远白天沉默寡言,可深夜却梦话不断,早已是满腹疑问。后来再一翻,发现他的日记本不在了,书包里有一张已经打了二十多元的电话卡,父母更是气不打一处来:儿子如此处心积虑地瞒着我们,肯定是有见不得人的举动!

一不做,二不休!父母将宁致远的所有东西都翻了个底朝天!这一翻,还真给他们查到了铁证如山的“物证”:一张心形的生日卡。

生日卡是李悦如送的。上面画的是宁致远最喜爱的贝肯鲍尔，他一只脚踩着黑白分明的足球，一只手拿着一个气球。在气球的空白处，写着李悦如的赠言与签名。这张卡片是今年宁致远过完生日后，李悦如补送的。因为喜欢上面的贝肯鲍尔，宁致远没有将之付之一炬，只是将之藏在父母从来不去翻的英语磁带盒中，哪曾想，父母“抄家”比当年的红卫兵还要彻底！

妈妈对这个心形生日卡充满了敌意，声音尖利得如同铁勺在磁器上划过：“这算什么？”

宁致远一开始不想回答，也不屑于回答，他觉得母亲一如既往地无聊。人们常说，比海洋广阔的是天空，比天空还要广阔的是人的心灵，可妈妈的心眼怎么比针眼还要小。为什么可以包容许许多多美好东西的情感在她眼里只是一种变了味的东西？可看着母亲那歇斯底里的眼光，一阵寒颤也同时掠过他的心头：同性之间的友谊已经得不到承认，更何况异性之间的友谊呢？

他压住怒火，说：“这是我的生日礼物。”

“礼物？是定情礼物吧！祝友情长存，你们这十五六岁不好好学习，反而整天这样情那样情，难道一点不觉得肉麻与难受吗？”妈妈越说越来劲，唾沫星子都快喷到了宁致远的脸上。

宁致远心里反感透了。他最忌讳的就是别人戴一副有色眼镜来打量他与李悦如之间的感情。早恋对于现在的中学生来说，早已经不是什么新鲜的话题，但并不是男女之间关系密切就可以定为早恋的。

一开始，宁致远也曾经有过那种萌动，但也是李悦如帮他打消这个念头的。记得有一次去她家玩，宁致远找借口最后一个离开。他们沿着马路散步，李悦如觉得宁致远有话要说，可他却不像往日那样爽直与痛快，而是紧张地东拉一句西扯一句，最后才吞吞吐吐地说道：“悦如，你有没有发现小诸葛他们在有意无意地避开我们