



Suche mein Kind nicht mehr

不懂儿女心



上海译文出版社

〔德〕沃尔夫冈·蒂尔克 著 陈钰鹏 译



〔德〕沃尔夫冈·蒂尔克 著
陈钰鹏 译

不懂儿女心



上海译文出版社

图书在版编目(CIP)数据

不懂儿女心/(德)蒂尔克(Thielke, W.)著;陈钰鹏译. —上海:上海译文出版社, 2001.7

(青春译丛)

书名原文: Ich verstehe mein Kind nicht mehr

ISBN 7-5327-2675-4

I.不... II.①蒂...②陈... III.青春期-健康教育-普及读物 IV.C479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 21183 号

Wolfgang Thielke

Ich verstehe mein Kind nicht mehr!

© 1999 Weltbild Ratgeber Verlag GmbH & Co., München

根据慕尼黑米代纳出版社 1999 年版译出

本书通过 Lin Book & Media Agency 购得中文简体字版权

Alle Rechte vorbehalten

图字: 09-2000-323 号

不懂儿女心

[德]沃尔夫冈·蒂尔克 著

陈钰鹏 译

世纪出版集团

上海译文出版社出版、发行

上海市福建中路 193 号

全国新华书店经销

上海新华印刷厂印刷

开本 890×1240 1/32 印张 4.375 插页 2 字数 104,000

2001 年 7 月第 1 版 2001 年 7 月第 1 次印刷

印数: 0,001-7,000 册

ISBN 7-5327-2675-4/G·105

定价: 9.60 元

家长与子女的关系如何？

对孩子身上所产生的变化发现得越早，就越容易对付。为此家长必须弄清楚家里的角色分配情况，不妨抽点时间回答下列问题。

- ▮▮▮➡ 你们是要孩子，陪伴孩子，还是管住孩子？
- ▮▮▮➡ 你们的孩子是外向型还是内向型？他的长处和短处何在？
- ▮▮▮➡ 在你们家长与子女关系中，优势和劣势何在？
- ▮▮▮➡ 谁和你们子女处得更好或者更差些？是你还是你丈夫/妻子？为什么？
- ▮▮▮➡ 你们能对每一项教育措施作出合理解释吗？
- ▮▮▮➡ 你们家里为何争吵？矛盾是怎么解决的？
- ▮▮▮➡ 你们夫妻是怎么相处的？
- ▮▮▮➡ 你们家有禁忌吗？有一触即发的敏感话题吗？
- ▮▮▮➡ 你们是如何对待帮助、体谅和尊重等问题的？
- ▮▮▮➡ 你们家有隐私吗？

你们如何苛求孩子？

在青春期，很重要的一点是不要失去和孩子的沟通。如果你们对以下至少 3 个问题用“是”回答，那你们就可以认为，你们孩子能富有责任心地面对新的自由。

- ▣▣▣▣ 每当你们孩子要求自由时，你们是先考虑他的要求是否跟他的年龄相符，而后作出决定的吗？
- ▣▣▣▣ 只要孩子有求于你们，你们是不会拒绝帮助的，是吗？
- ▣▣▣▣ 你们是否不断对孩子转加责任？
- ▣▣▣▣ 你们能始终平易近人地听取孩子提出的理由吗？
- ▣▣▣▣ 你们能不作公开或秘密的检查而信任孩子吗？
- ▣▣▣▣ 你们能原谅孩子并接受孩子的道歉吗？
- ▣▣▣▣ 你们认为你们偶尔也会犯错误吗？

陪同一个孩子进入成年人生活，这意味着承认他对自立和自由的追求。孩子觉得很重要的事情，你们不可持无所谓的态度。要分享孩子取得成绩的欢乐，要注意孩子的爱好。

1994/3/21

译者序

“**现**在的孩子越来越看不懂了，”许多家长经常抱怨说。这里所指的孩子也就是处于青春前期、青春期和青春后期的少男少女，而不是眼下流行的“男孩”和“女孩”（有人把30多岁的未婚女子也称作女孩）。那么孩子们让人看不懂表现在什么地方？不少家长反映，他们的孩子一味追求“酷”，穿衣服要品牌，说话用“青少年流行词”，把自己的房间搞得乱糟糟，喜欢潇潇洒洒，故意和传统规则对着干；不少孩子还吸烟、早恋。这些孩子要求得很多，却不想承担义务，尤其是家务，不管家里发生什么事情，比如父母身体不舒服等，他们一概不闻不问。他们一味想着自己的生日该怎么过，却从来不记得父母的生日，更不会想到送一份生日礼物，让他们日夜操劳的老爸老妈高兴高兴。家庭对这些孩子来说纯粹是包饭包洗衣、外加给零花钱的旅馆。

显然，家长将现在的孩子和以前的孩子相比，甚至与他们自己当孩子的时候相比，因此才得出“孩子让人看不懂”的结论，但却没有想到他们自己也有诸如娇惯孩子和不识时宜之类的情況出现。正如本书作者沃尔夫冈·蒂尔克所认为的，当代社会，青春期的提

前及其在孩子身上造成的生理和心理上的“问题”是“看不懂”的重要因素之一；而家长对孩子的青春期没有思想准备或不能及时调整教育风格是构成两代人之间“没有共同语言”的原因。作者对青春期孩子渴望的潇洒给予肯定和支持，同时建议家长充满理解和温馨地陪同孩子“跨好进入成年的一步”。

《不懂儿女心》一书为青少年及其家长奉献了大量有关青春期生理和心理的知识，特别是对青春痘、隐私、交友、早恋和热恋、手淫和性启蒙教育等问题提出了独特的见解，是一本值得阅读和借鉴的书。

孩子成熟长大了，父母也要跟着“长大”；反之，如果父母处处和孩子格格不入，势必带来各种争执和矛盾。对孩子和家长来说，重要的是能认识到：处于青春期的青少年已经不是孩子，但他们也远不是成年人。孩子和父母共同正确面对青春期这一尴尬的过渡时期并妥善处理方方面面的问题，是关键之关键。那么到底该怎么做，三言两语意不尽，请读《不懂儿女心》。

陈钰鹏

2001年1月于上海十方阁

前 言

父

母一听到青春期这个词马上就会联想到爱挑刺儿、犟头倔脑的青少年以及摊得乱七八糟的房间和蹩脚的学习成绩；还有那难以启齿却又必不可少的性启蒙谈话。

这不是一个让父母和孩子感到麻烦和苦恼的时期吗？

毫无疑问，这个时期是很麻烦的，因为对这些年轻人以及他们的家长来说，很多东西都发生了变化。这些青少年固执己见，一个劲儿地我行我素，反对规定和法则，怀疑家庭中至今有效的约定。其实，他们这样做的时候，

在青春期，孩子们和他们的父母格格不入。

一点都没有把握，自己是否真的比别人懂，同时用好斗和抵抗来掩饰这种不踏实感。他们觉得体内很不舒服，因为他们的身体在发生变化。男孩的嗓音变得低沉，女孩的胸脯在隆起。他们发现自己已经不再是孩子，但他们也不是成人，再说他们也根本不想当成人。他们真是“不伦不类”，所以在这一时期，父母很难“正确”对待自己的孩子。

一旦变化之风袭来

对于毫无准备的家长来说,他们孩子的青春期就像雷雨般隆隆袭来。如果仅仅是这样,那倒也没有什么了不得,因为雷雨下得再大,它也是暂时的,过后空气清静。然而青春期却是持续性雷雨,而且有时候会越来越厉害,使所有青春期孩子连续几年处于高压状态;井然不紊变成杂乱无章,不爱说话,没有信任,感情不牢固。孩子的青春期对那些毫无概念的父母是沉重打击。在父母和孩子之间经常会产生一种敌对气氛,或大声争吵,或冷冰冰地沉默。家长眼睁睁看着自己的儿女像扔掉船上的压舱物那样抛弃家庭对他们的教育,听天由命、自暴自弃,在自己的房间用挖空心思的挑衅话语高呼要革命,把父母折磨得精疲力竭。

早作思考,可
避免以后的矛
盾。

这个时期是麻烦的,但也不一定充满痛苦,不会永远持续下去。家长可以及时使自己适应孩子的青春期,充满爱心、谨慎小心地让孩子对青春期作好准备。

他们可以培养一种鉴别力,以便提前几年看出征兆,从而尽早改变自己的教育风格。

家长的顾问

本书是写给家长们看的,它阐述并解释了在孩子的青春期中会发生什么(通常会出什么问题),并向家长们作出建议、提示,面对孩子的青春期,他们应该如何反应,如何把握方向。这本书也把家长带进处于青春期的孩子世界中,使他们了解,他们的孩子到了这种年龄在身体和情绪上有什么变化,这些变化分哪些阶段。这样,家长会以更多的理解和宽容去对待自己的孩子,兴许可以避免某些矛盾。诚然,本书不是一本指导家长和青春期孩子

打交道的“万宝全书”，但了解青春期的各种变化能使家长容易和孩子相处。

目 录

前言	1
青春期——激素引起的各种变化	1
孩子即将成年时	1
青春期是一个可以弄明白的过程	3
是什么引起变化的?	11
关于青春痘	18
如果青春期开始得不正常,怎么办?	22
你能为孩子(和自己)做些什么?	25
任凭困难重重,也要和孩子沟通	25
检查固然好,信任更重要	39
没有共同语言	46
坚决是必要的,但并非始终必要	54
从教育者到伙伴	57
孩子需要隐私	60
青春期——规则不再有效	64
每天与杂乱无章作斗争	64
孩子如何在你们的帮助下找到自己的规则	72

“交错”朋友	75
饮酒与吸毒	79
消瘦症	82
胡闹、暴力、犯罪	83
孩子如何学习当成年人	88
给予信任和自由	88
学校、派对、钱、爱情和性行为	99
一个“孩子”晚上可以允许出去多久?	99
爱情、性行为,到底是怎么回事?	108
性启蒙教育是怎么回事?	112
一旦孩子感觉到自己的性欲	119

青春期——激素引起的 各种变化

青春期是突然闯入青少年身心的，还是事先就有预兆的？这通常都是家长们先感到一种突然的变化，发现自己的“宝贝小子”一下子变得倔强、古怪地“好想当大人”，最好和父母不再有很多关系。但实际上青春期的来临有较长时间的预兆，激素是引起孩子变化的原因。本章向你们介绍，激素的变化对男孩和女孩的身体和心理起什么作用以及他们从什么时候开始能发觉这些现象的。

❀ 孩子即将成年时

父

母和孩子突然不再沟通，也就是说，他们好像从听话的“小宝贝”变成犟头倔脑的叛逆者。生活在两个不同的世界，说着两种不同的语言。他们相互有什么想法要去猜测，因为他

们彼此不说话,即使说话也像在和完全陌生的人说话。

“他总是持反对意见!”

克劳迪娅和耶尔格已不知道该怎么办。“我们的西蒙简直就是个反对派,他对一切都要提出批评,提出反面意见,而且经常带轻蔑口气,他的态度有时很伤害人。他要求一切十分完善,我们拿他压根儿就没有办法。哪怕在微不足道的事情上,他也要找个理由说我们有毛病。近来,西蒙甚至认为餐桌上放什么牌子的果酱也是很重要的事情。他也不问问我们高兴不高兴,他只知道不断提出要求。比如早上他已不喜欢被我们叫醒,不叫他吧,倘若睡过头了,上学迟到了,他又会怪我们。我们大家引以自豪的和睦家庭

经常为鸡毛蒜皮的事情而争吵。

在一定程度上受到了持续的干扰。”

据他父母说,因为西蒙总是挑起争端,所以经常发生激烈的争论,争到最后,谁也不知道究竟是为了什么。

导火线几乎总是互相责怪,通常都是耶尔格失去自制力,而西蒙则显得很酷。要是克劳迪娅想让大家平静下来,那经常是适得其反:她的平息行动只能使争吵的双方继续大发脾气。

“一到18岁,我就离家。”

“我和父亲已没法相处,我瞧不起他。有一次他说我什么也不会,因此最好什么也别动,就因为我的平均分数下降了一点。而他自己却是一个只会说空话的人,其实他自己倒是什么也不行。在家里是妈妈说了算,在公司里,别人说什么,他就得去做什么。他不是伟大的造物主和什么都会的人,并不像他自



已标榜的那样。我不让他再对我指手划脚和干预我的生活,所以只要他一说话,我基本上就是捣乱。在安静的时候,只要我发表一个无聊的意见,就可以激怒他,一旦他发火了,那才‘盖’呢,这至少造成了家里的紧张气氛。以前呢,以前可不一样,那时我的父亲就像一个朋友,一个真正的挚友。但是他一点也没有注意到,我已经长大了,对他那套啰里啰嗦的、训童子军式的话以及在外面的装腔作势已不再感兴趣,他那种不把我当成年人看待的样子令我作呕。特别使我不舒服的是,他总是对我说假话,说自己最能干、最聪明、最棒。近来,只要他碰我一下,我就会感到恶心。

到底发生了什
么,我的父母一
点概念也没有。

“我母亲还在和他相处下去,她看来也必须这样做。她想调停每一次争吵,当她做不到这一点时,甚至会嚎哭。但我就是要吵,她当然也总是遭殃。早先我和母亲处得更好一些,自从我发现她在我房间到处搜寻,我便冷冷地和她保持距离。他们不该来对我搞什么性启蒙教育,否则我肯定受不了。对他们的教育我已经烦够了。一到18岁,我就离家。”

03 青春期是一个可以弄明白的过程

只要家长一提起他们孩子成年这个话题,总会出现“青春期”这个词。这个词是从拉丁文 pubes(阴毛)和 pubertas(性成熟)来的。按农村里的说法,青春期就是从孩子身体变为成年人身体的可视阶段,也就是长胡子、阴毛和腋毛的阶段,女孩子的胸脯隆起、第一次出现月经以及男孩子第一次开始射精的阶段。严格讲,青春期实际上开始要早得多,但开始时性特征不明显;它结束得也比大部分家长所注意到的

在外表能看出来
以前,青春期早
已开始。



要晚,这称之为“青春前期”和“青春后期”,这3个阶段合在一起组成青春期,所以说青春前期决不是一个“非青春期”阶段,也不是某些人所说的青春期提前的阶段。

青春期的持续时间

关于青春期,现在已不再有传统概念中的年龄界限,人们将青春期分成跨度较大的时间段:

女孩: 女孩的青春期在8至12岁之间开始,结束于14至16岁之间,而通常都要在18岁才结束,因为乳房的完全形成需要这

家长对自己孩子

正在萌发的

性欲看法很不

一致,但一般都

比以前开放。

么长的时间。

男孩: 对男孩来讲,青春期的闹钟大约在9至12

岁之间闹响,他们的青春期一般在16至18岁之间结

束,多数情况下还会持续几年,约可推迟到20岁。当

然,例外的情况总是有的,比如有的青少年的青春

期开始得早,有的开始得晚;有的持续时间短,有的持续时

间长。对此起决定作用的是遗传因子,但居住地和出身对青春期的持续时间也有一定影响。城里的孩子通常比农村的孩子性成熟早,南方国家的孩子,无论是城市还是农村,一般比北方国家的孩子性成熟早。总的来看有这么一个趋势,工业国的孩子性成熟较早。

“第一次”

青少年经历他们的“第一次”,也就是他们的第一次性生活的平均年龄为:美国15.8岁、意大利17.3岁、德国17.4岁。但泰国的青年男女间平均在19.3岁才发生第一次性行为,而



《明镜》周刊 1998 年的调查表明,在德国青少年中,平均 15.4 岁就开始发生“第一次”。该杂志推测:“传统概念中的青春期已经没有了,作为有性生命,今天孩子们提前成为青年,青年提前成为成年。”

男孩平均 14 岁
开始射精。

关于青春期开始的原因,科学界始终在作探索,目前尚无有关青春期成因的证明,而家长最关心、最想知道的也就是这一点。慕尼黑德国青少年问题研究所在一份研究报告中指出:“家长首先关心的是,他们的处于青春期的孩子是否有两性关系,发生的频繁性如何,跟谁发生关系,在什么地方发生关系。”报告继续说:“成年人对青少年的性爱持保留态度,他们从技巧角度对待性生活,注重是否成功,主张有计划性。他们认为青少年的性爱算不上恋爱经历,更谈不上有乐趣。”该研究所评估自己的调查结果:“结果看起来像是洗衣机或电脑的使用说明书,指出成年人的性爱世界贫乏,他们在年轻人面前具有羞耻感,或两者兼而有之?”

迟到的青春期

经常有人问,青春期提前比迟到好,还是迟到比提前好。对这个问题我不想解释,回答这个问题完全是多余的,因为在一般情况下,青春期的出现是不可能也不应该去阻止或加速的。对所谓的理想状况的假想只能把人搞糊涂。但青春期的发展过程,比如女孩子在 13 至 14 岁之间进入青春期,男孩子在 14 至 15 岁之间进入青春期,碰到这种情况的男孩和女孩有可能心理负担很重,因为他们和其他人不一样。尤其是男孩,他们会感到自己发育不良,也就是说,青春期迟到的男孩会有较长一段时间明显地比同龄男孩矮小。尽管如此,医学上认为没有理由去补救,再说,青春期迟到

在某些情况下,
激素的分泌也有
可能推迟到 15
岁或更晚。