

[美] 伊丽莎白·A. 瑞恩 著

Elizabeth A. Ryan

STRAIGHT TALK ABOUT PARENTS

同学，
咱们聊一聊

父母



商務印書館

同学,咱们聊一聊父母

〔美〕伊丽莎白·A.瑞恩 著

高妙永 译

Straight Talk about Parents

Elizabeth A. Ryan

商 务 印 书 馆

2004 年·北京

图书在版编目(CIP)数据

同学,咱们聊一聊父母/(美)瑞恩著;高妙永译. 北京:商务印书馆,2004

(同学,咱们聊一聊)

ISBN 7-100-04221-6

I. 同... II. ①瑞... ②高... III. 家庭教育-通俗读物 IV. G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 079522 号

所有权利保留。

未经许可,不得以任何方式使用。

Straight Talk about Parents by Elizabeth A. Ryan ©2004

Published under license from Facts On File, Inc., New York

此书经北京版权代理有限公司代理,由 Facts On File 授权。

TÓNGXUÉ, ZÁN MEN LIÁO YI LIÁO FÙMǔ

同学,咱们聊一聊父母

[美]伊丽莎白·A. 瑞恩 著

高妙永 译

商 务 印 书 馆 出 版

(北京王府井大街36号 邮政编码 100710)

商 务 印 书 馆 发 行

北京瑞古冠中印刷厂印刷

ISBN 7-100-04221-6/G·662

2004 年 11 月第 1 版

开本 787×1092 1/32

2004 年 11 月北京第 1 次印刷

印张 5 1/2

印数 5 000 册

定价: 8.00 元

序

林崇德

读了写给中学生朋友的“同学，咱们聊一聊”丛书，联想颇多。

早在1983年，我在北京出版社出版过《中学生心理学》。我之所以写这本书，固然因为我是一名心理学工作者，然而，更重要的是，我当过13年的中学教师（自1965至1978年）。我热爱中学生，也熟悉中学生。处于青春发育期或青少年期的中学生阶段，是人生的黄金阶段之一。青春是美好的，青春期也是人生最宝贵而又丰富多彩的年华。青少年最突出的表现是朝气蓬勃、风华正茂、富有理想、热情奔放，他们释放着聪明才智，身心都在迅速成长。青少年期是一个过渡时期，其首要特点是过渡性，即从幼稚（童年期）向成熟（成人期）过渡，是一个半幼稚、半成熟的时期，是独立性与依赖性错综复杂、充满矛盾的时期。

青少年希望受到人们的重视，把他们看成“大人”，当成社会正式的一员。他们思想比较单纯，很少

有保守思想,敢想、敢说、敢为。但是,在他们的心目中,什么是正确的幸福观、友谊观、英雄观、自由观和价值观,还都是谜。他们的自尊心和自信心在增强,对于别人的评价十分敏感,好斗好胜。然而,他们的思想也具有片面性,容易偏激,容易摇摆。他们的道德感、理智感和美感等高级情感在逐渐成熟。他们很热情,也重感情,但有极大的被动性,情绪情感的两极性明显,激情常常占有相当的地位。他们的意志特征在发展,在克服困难中毅力往往还不够。他们往往把坚定与执拗、勇敢与冒险混为一谈。他们精力充沛,能力也在提高和显露,但性格未最后定型,有时难以找到正确的活动途径。总之,青少年处于人生的十字路口阶段,难怪国际心理学界赋予他们种种“桂冠”：“心理断乳期”、“疾风暴雨期”、“反抗期”、“危机期”。所有这一切,亟需教育与培养,亟需学校、家庭和社会三方面的配合,从而使青少年度过人生有意义而动荡的阶段。

商务印书馆十分重视处于青春发育期或青少年期的中学生的教育和培养工作,引进了美国出版的《同学,咱们聊一聊》的中学生读本。我仔细阅读了10册内容,觉得有四点值得充分肯定:

第一,讲究科学性,即上能根据教育目的和教育

任务内容,下能针对学生特点,以便达到应有的效果。这套丛书作者的目的,不是就某个问题给青少年一个简单的答案或道德方面的评价,而是根据中学生读者的特点,通过社会科学和自然科学知识,帮助青少年澄清一些问题,提供一些不同的选择,并引导他们思考,然后作出某种抉择。

第二,强调可读性,即从社会学、生理学、心理学等学术的角度出发,以个案研究的结果,用种种不同的故事,通俗易懂地阐述问题,给出每个问题的当代同龄人的生活背景和生活知识,贴近读者,突出了可读性。

第三,强调实效性,即讲究效果。这里的10册书的内容包括中学生每天要接触的社会、学习、生活现实问题:钱、抽烟、家庭、家长、欺侮、死亡、中学生活、学习障碍、青少年赌博、心理障碍,通过实实在在的晓之以理,无形的德育尽力落到学生的观点和行为实处上,以便取得实用的效果。

第四,注意严谨性。这些“同学,咱们聊一聊”,毕竟译自美国的作品,中美的文化背景有差异,教育内容有区别,生活方式也不同,所以,商务印书馆编辑倪乐严格把关,取其精华,让中学生更健康地欣赏外国的作品。

4 同学,咱们聊一聊父母

我恳切地希望广大中学读者喜欢这套丛书,用自己的审阅能力,消化各种内容,并热忱地为作者、译者和出版者指出不足。

是为序。

中学生：我像一棵树

在中学生活中，我们有比以前任何时候都难的功课，有比以前任何时候都多的问题。正因为这样，我们比以前任何时候都更需要关注和帮助。

有空闲的时候，可能我们会静下来想一想，应该怎样学习，应该怎样面对生活，应该怎样克服各种困难、应对各种麻烦。有那么多事情摆在我们面前，等着我们处理，我们目前要解决的是每天的功课、作业和各种考试，过些时候我们还要考虑中考、高考和就业。

我们都想有快乐的生活和顺利的学业，都愿意和老师、家长保持良好的关系，和同学、朋友和睦相处。因为，无论是突然之间还是循序渐进，我们都意识到，不能总依靠家长，我们要有自己相对独立的生活，包括约会、参加社会活动和解决学习上、心理上的问题。但是我们离不开家庭的养育，离不开老师教导，况且我们身上总有这样那样的问题，总会惹出各种麻烦

事,需要家长和老师帮助才能解决。

如果有什么人想用一句话概括中学生的形象,或许可以这样回答吧——中学生像一棵树。的确,中学生正处在身体、知识和生活经验的成长积累阶段。在这个重要的过程里,自然会发生很多意料之中和之外的事情,就像一棵树会长出枝杈,这些枝杈有的以后会变粗,有的可能必须被砍掉或被整形。这些枝杈的好坏直接关系到这棵树是否茁壮,是否可以成材。而这些事情中有一些是中学生必须面对的,如培养学习能力,认识和家长的关系,结交新的朋友,建立消费观念,适应身体的发育,面对社会现象和处理各种社会关系……这些在中学阶段生出的枝枝杈杈,就成了忙忙碌碌中学生活的组成部分。

可是中学生们是否想到过,解决这些问题最主要的依靠是什么?

我们通过出版这套“同学,咱们聊一聊”丛书,把我们对中学生的想法告诉大家。每本书名都直接给读者点明一个问题,也就像在一棵树的图画上放大局部的一个枝杈。其实,书里讲的无非集合了成年人的经验和比较科学的道理。同时,每本书里都穿插了一个或几个美国中学生的故事。这些故事无非是告诉

读者，他们对这些问题的态度、分析和解决办法。因为我们知道，解决这些问题离不开自己不断提高的能力和知识，离不开和朋友、家长及老师等人的沟通和他们的帮助，而所有的这些无不体现着对自己、对别人的尊重和爱护。这就是我们人类特有的情感和理念，它叫“人文关怀”。在人文关怀的文化中，每个中学生是都能够成材的。

我们还要告诉大家的是，这套丛书的翻译工作得到了福建师范大学外国语学院的大力协助。

商务印书馆编辑部

2004 年 12 月

目 录

- 1 不同的家庭 不同的时代 1
- 2 尴尬与羞愧 18
- 3 独立与隐私 39
- 4 日常生活 59
- 5 与父母交流 76
- 6 假如你…… 93
- 7 遇到麻烦时 113
- 8 问题无法在家里解决时 132

不同的家庭 不同的时代

“再也没有谁家像我家那么糟糕的了！”

你也经常有这样的感觉吗？对家庭，尤其是对自己的父母感到失望，是青少年时期常有的心理状态。对大多数人来说 12 到 20 岁是一段充满矛盾和困惑的年龄。在这段时期，你老是盘算着如何脱离家庭，如何来提升自己的威信，创建自己的生活方式，发展自己的个性。然而对你们来说，在这种年龄想要真正脱离家庭是很困难的。除了没有足够的金钱来支持自己以外，你对父母还有情感方面的依赖，即使在你希望父母能给你自由的时候也是如此！

小时候，你会不假思索就承认、接受了自己的家庭。即使你知道自己家里有多问题——父母离异、酗酒或失业——你的年龄限制你只能在心中祈祷情况能有所改变。在觉察到可能存在的家庭问题的同

时,你也会因为知道父母能处理一切而觉得安心。

随着年龄的增长,你会感觉到自己越来越叛逆。你有了更多的生活经历,所以拥有了更好的立足点来把自己家和别人家作比较。你会视自己为成人,想过独立的生活,所以对家庭有了更好的评判能力,觉得依靠自己就能改变局面。即使你热爱自己的家庭,你也可能希望做出与父母或兄弟姐妹不同的决定。甚至当你的判断或态度与家人一致时,你偶尔也可能会感到气馁,感到自己被忽视,甚至感到愤怒。有时你会认为自己家真是世界上最糟糕的家庭。

形成对家人尤其对父母的态度是一个持续不断的过程。许多已为人父为人母的成年人听到“以前妈妈经常对我说的话”仍会觉得恼火,或害怕做“爸爸绝不会允许”的事情。因为你爱你的父母,同时又希望他们能和别人的父母有所不同,所以对待他们的态度是热爱、满足中掺杂着复杂而痛苦的心情。

幸运的是你可以有许多方法来改进和父母间的关系,以及你自己对家庭的感觉。

多了解有关一般家庭的信息及运作方式。这将有助于你判断自己与家庭冲突的严重程度,也会让你知道,不只是你才有那样的困扰。你觉得自己家有什么问题,很有可能别人家也有一样的问题。实际上,

你会发现大多数家庭都和你家类似。或者，不管是不是类似，许多人都觉得自己的家庭在某些方面是与众不同的，甚至是“错误”的。获得这样的认知也许会有助于你把“与众不同”和“错误”两个概念区分开，使你在意识到真正存在的问题的同时，又能欣赏自己家的独特之处。

学习更多的与家人交流的方法。虽然交流是相互的，但是依靠一方的努力也可以改变双方的交谈和倾听方式。作为青少年，你总有一天会长大。到那时，你父母还能从你身上学到东西呢。那多有意思啊！对于这一点，即使你父母没有意识到，他们也会对你采用的新的交流方式，有不同的甚至更好的反应（详见第5章）。

深入了解自己的矛盾心态。无论外在情况有多糟，你总是能够调整自己的反应。作为青少年，你必须忍受许多非你所愿的对于你生活的控制。在你还不成熟，不能养活自己并建立家庭之前，你必须接受来自父母一定程度的控制和监督。于是你能做的就只是让自己在家里生活得愉快一些，有时只能是不怎么愉快。无论怎样，你可以学着对你所能掌握的事情负责。父母也许能控制你的一些行为，比如，严禁夜晚外出，但是他们无法掌控你对此的反应。你是否会

遵守他们的规定?还是生气摔门?或者,试图通过与他们商量来解决问题?或者寻找苦中作乐的方式?如果更加了解自己的情感和行为,你至少可以选择如何面对,而不是被父母逼着去应付。

向家庭外寻求帮助。即使你对目前家庭及其每个成员都很满意,你也许还是想有另外一个可与之商量的成年朋友:年长的亲戚、老师、咨询专家,以及热线电话或心理健康咨询服务中心,等等。这些途径可以帮助你正确认识你的家人。遇到不便告诉家人的事情,你可以向这位“局外人”倾诉。如果你对家里的某个问题格外关注,尤其是这个问题可能会危及家庭稳定时,你一定得向家庭以外的人寻求帮助。然而,如果这个人对你的生活、安全或健康不利,你有权断绝和他往来。要找到这种能帮助你的人也许很难,但千万别放弃。更多有关家庭问题的信息,可以参见第8章“问题无法在家里解决时”。

这本书可为你提供一些观察家庭的视角:家庭如何运转,别人家是怎么样的,家庭可带来的问题和欢乐。此外还提供与父母交谈的具体建议,以及一些倾诉与倾听的方式,有助于商量及解决问题。这一章会介绍更多不同的家庭类型和近年来美国家庭的变化情形。了解不同的美国的家庭类型,可能有助于你认

识自家情况。

过去和现在的家庭

你的“家庭应该是什么样子的”想法是从哪里来的？电视上？课本上？还是从自己和周围的家庭里？从小到大，你觉得大部分家庭都和你家一样吗？还是认为你家和你想像的“正常”或“标准”家庭有很大差距？

长期以来，在美国只有一种家庭形象。人们在电视或刊物上看到的“理想”家庭都有父亲、母亲和至少两个孩子。在这种家庭模式里，父亲出去工作，母亲在家料理家务，孩子们都很听话。“父亲什么都知道。”曾有过一部美国电视连续剧居然拿这话作名字。

而事实上，即使在那个年代里，许多家庭也并不符合这种“正常”模式。自从家庭产生以来，家庭本身就在不断变化。伴随着家庭观念的变化，人们对青少年的观念也发生改变。100年前甚至50年前人们对青少年权利、责任及能力的看法与现在的大不相同。

曾经有很长一段时间根本没有“青少年”这个概念。当然，这并不意味着那时的人们没有经历12到20岁这个年龄段，而是这个年龄段的人没有被单独区

分开。那时有“孩子”的概念:他们需要父母照顾,还太小,不能工作;也有“成年人”的概念:他们可以结婚,工作,以及承担其他成年人的法定责任。年轻的成年人可能仍在父母的庇护下生活,他们可以结婚,但那也许是父母安排的婚姻。他们可能仍在父母的家里生活及抚养自己的孩子,并且和他们一起在家族土地上劳作或经营家族事业。具有讽刺意味的是,那时的年轻人,在某种意义上似乎比现在的青少年承担更多的责任,但同时他们可能拥有比现在少得多的选择。

按照那个相对单纯的年代的传统习俗,今天,许多人仍须领受一些从犹太教承袭来的,为十三四岁的少年举行的宗教仪式,如坚信礼和受诫礼。这些仪式标志着成年时期开始了,其他民族也有类似的成人接纳仪式,作为区分未独立的孩子与独立的成人之间的明显界限。今天仍有许多人参加这些宗教仪式,虽然在几百年前,这个年龄已可以成家立业,过成人生活,但在当今社会,十三四岁还远远不能算是成人。

“青少年”这个词在大约一百年前是并不存在的。不同的经济文化群体对可以结婚独立的年龄有不同的规定。比起那些出身富裕家庭、可以多依赖父母几年的年轻人,贫困家庭的孩子成长更快,更早结婚,更