

《父母必读》杂志译丛

为什么一提起青春期，就会在父母中产生如此强烈的反响？我告诉他们，我们即将出版一本关于青春期的书，他们无一例外地请求：“请你现在就给我一本吧！”

RAISING A TEENAGER

养育青春少年

父母与培养负责的青少年

PARENTS AND THE NURTURING OF
A RESPONSIBLE TEEN

畅销书《养育儿子》、《养育女儿》的作者

Jeanne Elium & Don Elium

[美] 珍妮·艾里姆 唐·艾里姆

石邵华 赵端端 译

北京出版社

《父母必读》杂志译丛

Raising A Teenager

养育青春少年

*Parents and the Nurturing
of a Responsible Teen*

父母与培养负责的青少年

畅销书《养育儿子》、《养育女儿》的作者

Jeanne Elum & Don Elum

[美] 珍妮·艾里姆 唐·艾里姆 著

石绍华 赵端端 译

北京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

养育青春少年 / [美] 珍妮·艾里姆 (Elum, J.), [美] 唐·艾里姆 (Elum, D.) 著; 石绍华, 赵端端译. 北京: 北京出版社, 2002

(《父母必读》杂志译丛)

ISBN 7-200-04195-5

I. 养… II. ①艾…②艾…③石…④赵… III. 青春期—青少年教育: 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 011885 号

著作权合同登记号: 图字: 01-2001-0834

养育青春少年

YANG YU QINGCHUN SHAONIAN

[美] 珍妮·艾里姆 唐·艾里姆 著

石绍华 赵端端 译

*

北 京 出 版 社 出 版

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码: 100011

网 址: www.bph.com.cn

北京出版社出版集团总发行

新 华 书 店 经 销

北京市瀛洲印刷厂印刷

*

880×1230 32 开本 6.625 印张 132 千字

2002 年 8 月第 1 版 2002 年 8 月第 1 次印刷

印数 1-10 000

ISBN 7-200-04195-5

G·1338 定价: 12.00 元

Raising a Teenager : Parents and the Nurturing of a Responsible Teen
Copyright ©1999 by Jeanne Elum and Don Elum

First Published by Celestial Arts

Chinese (Simplified Characters) Trade Paperback copyright ©
2001 by Beijing Publishing House Published By arrangement with
Writers House Inc. And Celestial Arts

through Arts & Licensing International Inc. ,

ALL RIGHTS RESERVED

©2001 年中文简体字版由北京出版社独家出版发行。

版权所有 不得翻印

谨以此书献给两个杰出的人：

出版人、良师益友大卫·欣德斯
年高望重的顾问和朋友卢·鲍尔

鸣 谢

感谢 *Celestial Arts* 的主编维洛尼卡·兰德尔 (*Veronica Randall*)

和代理商彼得·贝伦 (*Peter Beren*) 所给予的专业、
明智的意见，积极的工作和友谊；

感谢数以百计提出问题并努力成为好父母的
青少年的父母们。

* 目 录 *

第一部分

既是父母，又是作者..... 1

第一章 青少年是什么？..... 11

第二章 青少年从哪里来？..... 23

第二部分

降落阶段——12岁~15岁..... 37

第三章 意愿、情感和思维——降落阶段..... 43

第四章 降落阶段的篱笆墙..... 64

第三部分

着陆阶段——15岁~17岁..... 93

第五章 意愿、情感和思维——着陆阶段..... 97

第六章 着陆阶段的篱笆墙..... 115

第四部分

生活阶段——成年早期..... 139

第七章 二十多岁——生活阶段..... 145

第八章 青春期中父母的角色..... 161

第九章 青春期的开端仪式..... 189

第一部分

既是父母，又是作者

即使最亲近的人们之间
也永远存在着无边的距离，
正因为有了距离，
我们才可能彼此看得更清晰。
一旦我们接受这个距离，
并学会欣赏它，
和谐幸福的生活就来到我们身边。

——瑞娜 玛丽亚·李克《通信集》：1910—1926

珍妮:

当我们决定写这本书的时候,我问自己,为什么一提起青春期,就会在大多数人中产生如此强烈的反响?我告诉一些父母,我们即将出版一本关于青春期的书,他们无一例外地请求:“请你现在就给我一本吧!”父母的这种反应,可能是因为他们在那种程度上想起了自己在青少年时期所经历过的笨拙、焦虑、困惑、怀疑自己、孤独等等的感觉。在我们抚养自己的孩子度过他们的青春期时,难道我们也必须重新体验这些痛苦吗?我们在青春期以后所经历的人生经验能否给我们以足够的智慧,引导我们的孩子,使他们顺利度过他们的青春期呢?我们的孩子在这个新的发展阶段,独立性得到迅速发展,我们是否能欣赏并感到享受,而不是觉得完全失去了控制呢?我们能不能将往日的那些窘迫的耻辱、不可原谅的错误,那些从高中起直到现在还在折磨着我们的没有处理好的人际关系,最终释怀呢?我们是否准备好家里将出现一个青少年,他将揭开那些原本被浅浅埋着的个人问题和家庭争执,就像掀开一块陈年的老石头,发现石头下面全是蠕虫?我们从青少年时代直到现在都没有解决的那些问题,给我们带上了有色眼镜,去看青少年的经历、反应和需要。

我带着自己没有解决的问题开始了我为人之母的生涯。这些问题是:与同伴和老师的关系困惑,从而使我常常感到情绪受到伤害。深感孤立和寂寞。那时,没有人可以让我信任,没有人可以给我忠告。

我是否应将自己这个体验强加于我们的儿子，影响他的独处和独立思考？还是应该让他自己总结，就像我当年不得不做的那样？

我的孤独感把我带进一个关系和活动的旋涡中，我一直被人们包围着，把我自己真实的感情和需要分离开来。也许因为我自己心有余悸，所以对孩子的活动限制过多，或过早把他推到关系中。这些个人问题，既能给我洞察力，使我成为聪明的指导者，也能遮蔽我的双眼，使我看不清青少年究竟是什么人，他们到底需要什么。我总是很好地利用一个工具——后见之明。我希望我的经验有助于我教育子女，而且可以在我认为儿子应该需要或应该做的极端之间找到一个立足点。我们不可能不受自己的过去的影响，我们的任务是认识到这个影响，并把它贮备好，以备在必要时聪明地、公正地处理我们的青少年的生活。

今天，青少年的世界与我当年是一个小姑娘时所经历的世界完全不同。60年代，我生活在一个中西部保守的小镇。尽管那时也有车祸、未婚先孕、入店行窃、喝酒、抽烟、逃学、打架的事情发生，但学生很少带刀或枪去学校，我们也从未听说过艾滋病，而且也没有倒卖毒品和吸大麻的，吸闻胶水或汽油是获得快感的常见的方法。老爸的酒柜是得到飘飘然感觉的便利源泉。可现在，我感到指导十几岁的孩子力不从心，因为今天的世界看起来比过去危险得多，需要做很多改变生活的决策。如果我

那一贯守法的孩子某天回家时喝得酩酊大醉,或者他干脆拒绝做家庭作业,或者我在他放内衣的抽屉里发现了避孕套,或者他突然对以前乐在其中的事情失去兴趣,而且开始把他的个人财物送人,或者他告诉我们他是一个同性恋者,我该怎么办?

我希望这本书能对我们的青少年在他们青春期发展的各个阶段是什么样的人,提出一个结构,并提出一己之见。读了这本书,我们会知道他们发展的焦点集中在什么地方;在他们遇到的挑战中,哪些是他们应付得了的,哪些是应付不了的;他们需要哪些东西才能体会到爱,体会到是家庭的一分子。青少年从13岁~17岁之间,会发生惊人的变化。在我们这个关于发展的哲学体系里面充满着忠告、新的见解和指导,希望它们能够对你们养育子女有所帮助和支持。我的目的是,这些信息能让父母从片面的看法中解放出来,并把一直跟随着我们的恐惧隐藏起来,使我们能够完全彻底地了解我们成长中的孩子。

唐: 在最近的一期“培养女儿”的讲习班上,珍妮和我讲演,讨论了女孩子和青少年问题。一个母亲举手问道:“我怎样才能让我的女儿告诉我,她对毒品和性的想法与经验?”珍妮回答了她的问題,然后问道:“你的女儿多大了?”那位母亲停顿了一下,说:“嗯,只有3岁。”她告诉我们,她很担心她的女儿长大成为少女时会有麻烦,因而希望从现在起就

开始学习如何处理这些麻烦，预先做好准备。这只是我们听说的父亲或母亲过早地害怕青春期问题的一个例子，他们的孩子尚未学好说话和走路，他们就已经开始担心。青春期问题竟能引起如此的恐惧，以至于有些家长害怕他们的子女长大！

作为一个临床医生和一个研究会的负责人，我听到了来自父母的紧急求助。这些青少年的父母急需书籍、信息和解决问题的实用方法。到书店浏览一下关于养育问题的书，你会发现，大多数的书都是指导养育婴儿和幼儿的。我们预测，随着美国二战后出生的孩子成为家长，他们的孩子成为青少年，这样的情况将不会继续下去了。

有趣的是，“teenager”（13岁～19岁的青少年）这个词的来源可以追溯到1947年的《纽约时报》。在一篇社论中，这个词第一次以印刷的方式出现。我们在《养育儿子和女儿》一书中，指出青春期是从13岁～18岁，而成年早期是这之后到29岁。在1947年以前，对大多数人来说，青少年期意味着成年期。才不过短短的几十年，由于很多成年人不愿意长大，为青春期制造的商品已经成为一项庞大的工业。1947年以前，13岁～18岁的青少年总是穿成人的衣服。今天，成年人受媒体和时尚的影响，却身着为青少年设计的服装，而且这些服装越来越年轻化。

喜剧演员比尔·考斯比在一个毕业典礼上说：“他们让我就有关走出家门、走入世界的问题说几句

话,我想说的是:别走!”他的这句玩笑话,实际上描述了我们的感觉。我们仍然不想长大,我们被青春迷住,我们渴望不要有负担,希望不要背负着离婚、吸毒、情感问题和时时困扰我们的不可避免的各种生活事件的包袱。以下是我写这本书的动机:

我敢说,所有的父母(包括我自己),在心理上仍处在正常青少年发展的一个或多个阶段中不能自拔。如果我们自己在某个时期留下的痛苦还没有痊愈,留下的问题还没有解决,当我们的孩子长到这个阶段(这样的年龄),我们就会陷在自己也不理解的情绪和困惑中,我们可能会严格地控制我们的孩子,而不是向他们提供指导和制定界限。我们可能不记得,当我们自己是青少年时做过哪些事情,哪些事情我们没做过。不愿意承认问题是我们自己的。我们可能到很晚才得到外界的帮助,从警察、学校、朋友、其他家长或亲戚那里知道我们的孩子有他们的秘密生活,而我们对此却一无所知。

我们可能忽视我们的配偶,想通过我们处于青春期的孩子实现我们自己青少年时期的梦想。当我们最大的儿子或女儿到了青春期,我们可能会发生风流韵事,因为我们自己的需要还没有得到满足。我们可能处理不好自己失败的婚姻,可能会错误地认为我们的孩子现在已经长大了,能自己照顾自己了,就恢复了自己的生活风格,过多地让孩子自己管自己。我们可能到治疗师那里咨询怎样让孩子听我们的话,而拒绝治疗我们自己的抑郁、忧伤、成

瘾、不尽人意的婚姻、疾病，以及我们自己的青春
期冲突。这是真实的，因为我和这些父母一起工作，
对这些父母讲话，最重要的是，我自己就是一个这
样的父母。我写这本书是因为我自己也需要帮助。
我们都需要帮助，为我们自己，为与我们共同养育
孩子的人，为我们的孩子们，尤其是为我们的青春
期的孩子们。

那么，我们从哪里得到帮助呢？

第一，我们必须互相支持。孤军奋战地养育子
女可能会很困难。青少年之间总是相互联系，我们
也必须找时间看看其他父母是怎么做的，和他们一
起寻找解决问题的办法。

第二，我们必须把我们的个人问题，我们的婚
姻、职业和我们的青少年子女作为一个整体来处理，
必要时寻求专业人员的帮助。

第三，通过理解青少年的发展阶段，提高我们
介入青少年生活的能力，尽可能多地和他们在一起。

我们写这本书，是为了提供一个有关青少年方
面的指导。但是这个指导并不仅仅是为了解决养育
青少年的问题，我希望这本书也能打开一个通往灵
魂（我们未实现的愿望、爱好、嫌恶）的窗口。透
过这个窗口，可以看到我们的孩子们和我们自己的
希望；透过这个窗口，可以看到如何将不得不长大
的厄运转变为一种神赐。成长的礼物就是自由创造
的意义和喜悦，而不是追求快乐，避免痛苦。如果
我们自己不能以身作则，我们就不能很好地引导孩

子。我希望这本书能够成为困境中的指南。当我们选择完成我们个人成长任务的时候，健康、自由、快乐和喜悦（并非总是愉快的，但通常是有益的）在等着我们。

一个年轻人将会从虚空中降落、着陆，并开始过一种充满了同情与爱心的脚踏实地的生活。

