

C hildren's secret letter

孩子们的**秘密**书信

这是一本帮助父母了解孩子的书

也是一本帮助孩子了解自己的书



[美] 艾米丽·雷格 著
亚北 译

一部畅销全美的家庭亲情书

《纽约时报》

C

hildren's secret letter

孩子们的秘密书信



[美] 艾米丽·雷格 著
亚北 译

图书在版编目(CIP)数据

孩子们的秘密书信 / (美)雷格 著;亚北 译. - 北京:中国妇女出版社, 2003.5

ISBN 7-80131-826-9

I.孩... II.①雷...②亚... III.儿童心理学
IV.K844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 031923 号

孩子们的秘密书信

艾米丽·雷格/著 亚北/译

中国妇女出版社出版发行

北京东城区史家胡同甲 24 号

邮政编码:100010

各地新华书店经销

北京瑞宝画中画印刷有限公司

880×1230 1/32 7 印张 230 千字

2004 年 1 月北京第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

ISBN7-80131-826-9/G·427

定价:18.00 元



致读者

作为一位热心青少年事务的童话作家以及心理学家，艾米丽·雷格在上个世纪的上半叶曾风靡美国，她为美国青少年所做的健康咨询，不仅使千千万万青少年走出了痛苦绝望的阴影，而且挽救了无数濒临险境的家庭。

一位普通的作家何以得到数十万孩子如此的信任？相反，这些孩子的心灵秘密为什么对他们的父母缄口不言？

究竟是怎么一回事呢？！

不错，艾米丽·雷格曾写过一些关于

爱心与宽容的童话作品，可这仅仅是一扇灯光摇曳的窗子，而家庭才是孩子们安全可靠的栖居。但是，他们为什么要去敲打那扇陌生的窗子呢？恐怕每一个身为父母的成人都应该给予回答，都应该扪心反省。

摆在这里的只是艾米丽·雷格从数十万封信件中取出来的沧海一粟似的心灵故事，但是，这些故事是如此的颤栗，如此揪动人心。我们真心希望，它们可以唤醒人们对于孩子真切的关爱、理解，不辜负孩子们对这个世界的美好期待与热情。

蓝 黛

2003. 9. 18



我是罗斯皮尔，今年十三岁。

我的烦恼是——
爸爸总是不关心我和妈妈，有时甚至对我很冷淡。尽管这样，我却恨不起他来，有时心里还很需要他。

第一扇门 站在父母和孩子之间的栅栏 /1

- 1、神秘的怨恨 /3
- 2、孩子间的战争 /11
- 3、我是捡来的吗？ /18
- 4、好父母住在隔壁邻居 /23

第二扇门 学 校 /27

- 1、好教师太少了 /29
- 2、被欺负 /33
- 3、好朋友，坏朋友 /41
- 4、胖子的烦恼 /48

第三扇门 火药桶上的家 /51

- 1、爸爸妈妈要离婚 /53
- 2、第三者！第三者！！ /65
- 3、天堂的爸爸和人间的妈妈 /77
- 4、大人的夜晚 /85
- 5、他们到底要离几次婚？ /89

第四扇门 亲人去世的伤痛 /91

第五扇门 关于日记 /101

第六扇门 孩子必须知道的几件事 /109

- 1、丢脸的事 /111

- 2、青春期 /118
- 3、月经 /123
- 4、乳房 /131
- 5、我的身体出现了异常 /134
- 6、孩子是怎么来的? /136
- 7、手淫 /142
- 8、同性恋的事 /146

第七扇门 男孩、女孩与禁区 /149

- 1、我想要别人喜欢我 /152
- 2、我在恋爱 /157
- 3、恋爱的禁区 /162

第八扇门 家庭里的重大事件 /169

- 1、离家出走的少年 /172
- 2、爱是唯一的药品 /175
- 3、家庭里的拳头 /179
- 4、当孩子遭遇强暴 /185

第九扇门 自杀与毒品 /193

- 1、我厌倦活下去 /195
- 2、抽大麻的孩子们 /202

第十扇门 和孩子一起成长 /215

我是艾迪，今年六岁。

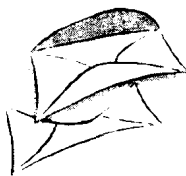
我的烦恼是——妈妈喜欢骂我，让我感觉到我不是她的孩子，我觉得我的妈妈应该是一位女王。



第一扇门

01

站在父母和孩子之间的栅栏





／ 隐秘的怨恨

亲爱的艾米丽：

我有很多不顺心的事，所以给你写信。我已经十一岁了，我发现妈妈对我不像以前那么亲了。我要上学，她要上班，我们每天见面的时间不多，她下了班总是喊累，懒得和我说话。但以前她不是这样的，以前她多疼我啊，现在怎么成了这样了？

我真的好担心，不知道怎样才能把心里话告诉她，现在我想问问你，请原谅我的打扰。我爸爸就更别提了，我什么话都不好意思跟他说。我真担心，这样下去我和他们都快成了陌生人了。

珍妮 十一岁

一位父亲在给我的信中说，儿子上了初中以后，和他越来越没有话说了，父子之间仿佛“隔着一堵墙”。事实上，这并不是他一个人的感受。

我从呀呀学语直到长大成人，始终能感觉到父母那深厚的爱，



但同时又觉得父母不理解我。我从小就认为，由于年龄的差异，父母不理解孩子是很正常的事，就像我无法理解父亲为什么那么关心股票和政治，母亲为什么总为她的肥胖唉声叹气一样。

后来，我自己也做了母亲，又觉得孩子太不理解父母了，常常为他们不愿意接受正确的指导而生气。有一个时期，这个问题使我的家庭出现了危机。儿子吉米本来是个有话就说的孩子，但他上了中学以后，有一段时间变得非常沉默。有时候，我从他的眼神里感觉到，他在生我的气却又不肯表现出来。或者说他已经表现出来了——通过沉默。有一次，我的邻居巴尔逊太太告诉我，吉米曾经向她儿子透露，他不愿意和我说心里话，因为他觉得我只愿意听好消息，他要是把心里话全对我说出来，我一定会很伤心。

这让我感到很惭愧，作为一个心理医生，我在告诉别人该怎么做的同时，却不能很好地和自己的儿子沟通。从那以后，我开始以一个心理医生，而不是一个普通母亲的角度来观察吉米的言行。结果我发现，要想知道孩子的想法，不一定非得通过语言，有时候，观察他的行动比听他说更能了解他。了解无疑是非常重要的，因为没有了解就谈不上理解，而理解又是解决家庭问题的前提。

你愿意理解他们吗？下面是一些比较有代表性的来信，读了这些信，也许我们会对孩子们的想法产生新的认识。

亲爱的艾米丽：

我十三岁，上八年级。我的成绩在班上算好的，但不管怎么样，爸爸总是对我不满意。如果我得了哈博历史奖，他就会说：“我看啊，你的数学永远都别想拿奖。”如果我的考试成绩在全年级排在第二名，他就问



我是罗斯皮尔,今年十三岁。

我的烦恼是——爸爸总是不关心我和妈妈,有时甚至对我很冷漠。尽管这样,我却恨不起他来,有时心里还很需要他。



我：“你怎么就排不到第一呢？”他恨不得我是个完人，样样都好。为了不让他唠叨，有时候我只好骗他。

罗伯特 十三岁

亲爱的艾米丽：

我是澳大利亚人，叫露西娅。我的名字很难听，像个寡妇。别人一喊这个名字我就心烦。如果他们都叫我多莉该多好啊，就像电影里的名字，透着一股勇敢劲儿。我不想做个普通人，我想做一个美丽的怪脾气女孩，就像电影里那样。可是我爸爸妈妈都不理解我，还是叫我露西娅，露西娅。在我们这里，露西娅实在太多了，爸爸妈妈

妈根本看不出我和别的露西娅有什么不同。

露西娅 十岁

亲爱的艾米丽：

我爸爸是远洋轮船上的船长，我觉得很对不起他，因为他每次出海我都很少想念他。我是不是太无情了？

他休假时，好不容易在家里住几天，我又不知道和他说什么好了。除了问问我的学习成绩，他好像对我的一切都不感兴趣，你能和我谈谈吗？

罗斯皮尔 十三岁



亲爱的艾米丽：

我上六年级。自从妈妈生了个小弟弟，我就成了家里的奴隶了。我今年才十岁，我爸爸妈妈整天命令我做这做那，恨不得要我把所有的家务活儿都包下来，我放学回来后得擦窗子，喂狗，星期天还要剪草。可是我要准备考试，要做作业，哪里还有时间呢？

我向他们解释过，可他们说我是在为偷懒找借口。我和朋友们说了这件事，他们也想不出什么解决的办法来。我该怎么办才好？你能帮我出个主意吗？

刘易斯 十岁

亲爱的艾米丽：

有一件事我要告诉你。如果我有什么事做得好，我的爸爸妈妈从来不会夸我。但只要我做错一点什么，他们立刻就会挖苦我，说我是个白痴，胖得像个大冬瓜，脾气倔得像头驴，等等等等，我听了特别难过，我觉得他们从心里就不喜欢我。不说了，我真的需要你的帮助。

利博尔 十二岁

父母都希望自己的孩子是最优秀的孩子，但如果这种愿望在孩子们面前表现出来的话，就会给孩子带来很大的压力，结果往往适得其反。



一般来说，孩子都有好胜之心。许多孩子之所以对父母撒谎，是因为他们不想让父母失望。如果辜负了父母的期望，孩子们就会觉得很惭愧。但孩子并不是超人，不可能各方面都优秀，如果不能让父母满意，往往只好撒谎来哄他们高兴，可是事后又会有一种负罪感，因为那毕竟是欺骗了最爱他们的人。

我小时候就对母亲撒过类似的谎，直到今天，我一听到达琳这个名字，仍然心有余悸。达琳是邻居家的孩子，和我同班。在我整个小学期间，我母亲整天对我说“你要是像达琳那样该多好啊！”在她眼里，达琳简直是完美的化身，她是完美无缺的女儿，十全十美的学生，长大了必将是个完美的公民。

我母亲最津津乐道的是，达琳从不给她的父母添麻烦，而且还能父母分忧解愁。现在想来，当时我母亲只不过是把达琳理想化了，她所塑造的那个达琳是不真实的，她只是希望我能符合她的理想。事实上，她并没有因为我不符合那个形象而不爱我，但年少的我并不明白这一点，每次母亲一提到达琳我就会暗暗生气，甚至开始恨达琳。我常常幻想达琳大祸临头，身败名裂。在这种幻想中，我仿佛看见报纸的头版出现了这样的标题：达琳考试不及格；达琳在舞台上演奏小提琴时拉错了音符；达琳因偷香颊被警察送进了感化院。

孩子们如果认为父母不喜欢他们，他们的内心是很痛苦的。有个叫贝蒂的十一岁女孩对我说，她母亲不喜欢她，因为她的眼睛是灰色的。当我和她母亲交谈时，她母亲断然否认这一点，不过她承认，她希望女儿的眼睛是蓝色的，但决不会因为不是蓝色而不喜欢她。

我小时候，母亲常说我不能理解父母的苦心。她说的不错，孩



孩子们确实只关心与他们紧密相关的事情，就像贝蒂只关心她妈妈对她长相的看法一样。孩子们并不像我们想像的那样，什么也不知道，事实上他们能非常敏锐地捕捉到父母的好恶，并且深受影响。

如果父母总是对孩子感到失望，相应的，孩子也会对父母感到失望，并且常常幻想家里发生了不幸，来发泄自己的怨气。

9

亲爱的艾米丽：

你还在写关于家庭的小说吗？我有一些很好的素材想提供给你，都是和家庭有关的。这一次先说三个。

第一个：有一位母亲喜欢胡乱花钱，她把家里的钱都用来买一些用不上的东西，她买的丝绸睡衣塞满了整个大衣柜，一家人一辈子也穿不完，可是家里的汽车坏了没有钱修，她丈夫只好走路去上班。有一天，她丈夫实在无法忍受了，就和她离了婚，还带走了她惟一的孩子。

第二个：一群强盗抓走了一位母亲，还强奸了她，然后把她扔在沙漠里。就在地快渴死的时候，一架直升飞机发现了她，把她送到了医院。她把这一切都告诉了医生，但她的孩子一直不知道母亲的遭遇。

第三个：有一位母亲自杀了，刚开始她的孩子不知道该怎么办，整天哭，但后来她靠自己的努力成了著名的电视主持人。

艾丽丝 十一岁



孩子们出于一种隐秘的怨恨,有时会幻想父母遭到不幸。这当然并不说明孩子不爱自己的父母,幻想只是排遣的需要,在无法和父母坦诚交流的情况下,这也许是解除心理压力最有效的办法了。一旦家里真的遇到了不幸,有过那种幻想的孩子又会感到十分内疚,以为不幸是自己导致的。他们越内疚,心理压力就越大,因而那种隐秘的怨恨就会越强烈。

我小时候就有过那样的幻想,也受到过负罪心理的折磨。其实那是因为我不敢公然表达自己的气愤,才会去幻想灾祸。我当时总觉得母亲喜欢不问青红皂白就指责我,比如有一次,我的朋友来我家玩时,在客厅里被地毯绊了一下,把桌上的一盆汤打翻了,汤水全流到了地毯上。事后母亲就开始数落我,我觉得特别委屈。多年以后我才明白,母亲当时也知道那件事不能怪我,她并没有真的生我的气,她只是对清洗地毯感到烦恼。但在我幼小的心灵里,却感到自己无端受到了指责。

我的女儿露西性格很像我,有委屈不愿当面说出来。我发现这一点后,就鼓励她如果有什么不满,就给我写一封信,写什么都可以,我决不会生气。后来她一遇到什么不顺心的事,就把自己的烦恼和想法写在信里,从门下塞进我的卧室。通过这种方式,她的怨气得到了发泄。而我通过读信,也了解了她的很多想法。

儿子吉米的性格像他爸爸,什么事都喜欢直来直去,有什么不快全都挂在脸上。他特别生我的气时,就会大喊大叫,对着沙发拳打脚踢,等他发泄完了,我们也就讲和了。直到现在他还是有话就说,当然脾气比小时候已经好多了。

回想自己的童年,我真希望那时候我敢于表达自己的愤怒,真希望那时候我就知道,就算我表达了自己的不满,父母还会一如既往地爱我。