



◎引导孩子的“现在”，成就孩子的“将来”！

# 别和青春期 男孩较劲

◎全面揭示青春期男孩内心的那些秘密

◎深入阐述做青春期男孩父母的5大技巧

云晓◎著



# 别和青春期 男孩较劲

云晓◎著



 朝華出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

别和青春期男孩较劲 / 云晓著.

—北京:朝华出版社,2014.8

ISBN 978-7-5054-3702-9

I.①别… II.①云… III.①男性-青春期-心理健康-健康教育-家庭教育 IV.①G479②G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第174225号

## 别和青春期男孩较劲

作 者 云 晓

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 赵 红

特约编辑 胡 泊

责任印制 张文东

装帧设计 千一凡文化

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街24号 邮政编码 100037

订购电话 (010)68413840 68996050

传 真 (010)88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.blossompress.com.cn

印 刷 三河市三佳印刷装订有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 787mm×1092mm 1/16 字 数 200千字

印 张 16.5

版 次 2014年9月第1版 2014年9月第1次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-3702-9

定 价 29.80元

---

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换



青春期究竟是怎样的一个阶段？

每当有家长问我这个问题时，我都会给他们做这样一个言简意赅的概括——“四容易两难”。

何谓“四容易”？

**最容易叛逆；**

**最容易和家长较劲；**

**最容易厌学；**

**最容易走上歪路。**

何谓“两难”？

**最难沟通；**

**最难引导。**

这些特点，相信家有青春期孩子的父母都不会感到陌生。孩子一到了10岁左右，很多父母就会对自己的孩子有如下的感受：

“孩子开始和我们疏远了，再不像小时候那样黏着我们了，有了



心事，也从来不跟我们说。”

“孩子开始变得叛逆了，我说让他做什么，他就偏不做什么。”

“孩子开始变得难以沟通了，每当我想找机会和他聊聊，他就会借故走开。”

“孩子开始让我们更担心了，我们怕他会产生厌学情绪，怕他会结交不好的朋友，怕他沉溺于网络游戏……”

事实上，父母们的感受是正确的，这就是我们青春期的孩子。他们真的好似在一夜之间就长大了，个子高了，样子成熟了。但与此同时，处于半成熟阶段的他们，也正悄然迈入了人生最危险的一个阶段——因为难以沟通，父母说的话，他就是听不进去；因为叛逆，即便父母说了，他也很可能故意拧着来；因为受到外界的诱惑越来越多，而又不听父母劝，他们往往很容易误入歧途、走上歪路，如厌学、早恋、和社会上一些不良分子交往等。

青春期，就好比人生的一个十字路口，让我们的孩子备感迷茫和困惑，也让我们这些做家长的不知所措，不知道如何去帮他们一把，如何与他们顺畅沟通，防止他们走错、绕远，引导他们走上人生的正确之路。

当然，这也正是我们写作本书的初衷。在本书中，我们将向您——

◆全面揭示青春期孩子内心的那些秘密——他们那些最为迫切的心理需要，以及无数的青春期困惑与烦恼。

◆深入阐述做青春期孩子父母的大学问——如何不与青春期的孩子较劲，如何引导孩子爱上学习、提升成绩，如何与孩子更好地沟通，如何引导孩子健康成长，如何防范孩子成长之路上的那些危险……

## **青春期男孩和女孩，教育方法要有所不同**

在青春期这个特殊的阶段，有一些问题，是男孩女孩所共有的，但也有一些问题，是因性别而异的。



例如，在青春期，很多男孩都会有着如下困惑：

“我的那帮哥们经常拉我一起去吸烟、打游戏，如果我拒绝，他们就说我是胆小鬼，不够男人。”

“我也想摆脱网络游戏的诱惑，可我真的是无能为力，我怎么就控制不了我自己呢？”

“父母不在家的时候，我偷偷浏览了一下黄色网站，我惊呆了，但也深深沉溺其中……”

.....

而与男孩不同，女孩们的困惑则大多是这样的：

“我的相貌很一般，成绩也一般，在自己身上我真的看不到一点优点，在那些优秀的同学面前我更是深感抬不起头来。”

“我也知道看言情小说会影响学习，但我就是会忍不住去看。”

“我们班的一个男生给我写了封情书，我心里真的很矛盾，虽然知道这样的恋情会影响学习，但他真的很有魅力，我也觉得自己有些喜欢上了他。”

“我最好的朋友小蕾最近忽然不理我了，我感到非常难过！”

.....

因为天生的性别基因使然，男孩和女孩就是这样的不同：男孩更容易受哥们义气的影响，女孩更容易为友谊问题所困扰；男孩更容易叛逆，女孩更容易自卑；男孩更易于沉溺于网络游戏，而女孩则更易于迷恋言情小说……

所以，面对青春期的男孩或女孩，我们这些做家长的，也必须掌握一些更有针对性、更具实用性的方法，去引导我们的男孩、女孩，走上一条正确的人生之路！

作为父母，面对处于青春期的孩子，不要犹豫不决，牵起孩子的手，不要让迷茫的孩子在困惑中摸索，不要让失落的孩子有找不到家的感觉，让我们和他一起微笑着面对青春、面对人生！



## 第一章



### 10 ~ 18 岁，走进青春期男孩的内心世界

- ★ 1 青春期男孩的叛逆不可避免，但可以减缓 / 3

方法一：理解男孩的叛逆行为

方法二：不抱怨，多引导
- ★ 2 乱发脾气，是因为他们渴望被尊重 / 9

方法一：真正把他当作平等的大人

方法二：尊重男孩的隐私
- ★ 3 追求个性，那就给他一些理解、一些赞赏 / 15

方法一：既要忽视，又要引导

方法二：无论如何，都先认同男孩的个性
- ★ 4 身体发育带来的巨大困惑 / 21

方法一：父亲以过来人的身份跟他聊一聊

方法二：为男孩选一本青春期读物



★ 5 欣然接受男孩的批判 / 26

方法一：无论对与错，都先接受，再引导

方法二：在生活中营造一种“争辩”的氛围

★ 6 爱情萌动需要更多关注 / 31

方法一：提前打预防针

方法二：若已露苗头，宜疏不宜堵

★ 7 学海无涯“乐”作舟：厌学变爱学 / 37

方法一：让男孩体验学习的成就感

方法二：“减负”而不是“加压”

方法三：激发男孩的学习兴趣

★ 8 青春期，冲动期 / 43

方法一：和男孩在家进行“想象与假设”

方法二：教男孩学会对自己喊“暂停”

★ 9 引导男孩正确交友，防止其变坏 / 48

方法一：告诉男孩要坚持自我

方法二：防微杜渐法

第二章



不较劲——青春期男孩父母必须知道的9件事

★ 1 走出误区一：转变教育男孩的思路 / 55

方法一：学会放手

方法二：把他当作成人一样尊重





**2 走出误区二：改变教育男孩的方式 / 61**

方法一：凡事只说一次

方法二：来软的，避免正面冲突

方法三：把焦点放在“解决”上

**3 当青春期遇上更年期 / 66**

方法一：爸爸做好“和事佬”

方法二：妈妈向孩子说说心里话

**4 让男孩时刻感受到你的爱 / 70**

方法一：和男孩一起做他喜欢的事情

方法二：不剥夺男孩的每一点快乐

**5 社会教育，必不可少 / 75**

方法一：鼓励男孩与各个年龄阶段的人交往

方法二：和男孩一块讨论生活中的那些事

**6 当亲子间发生矛盾后 / 79**

方法一：先从自身找问题

方法二：对“合理”的一面适当妥协

**7 当孩子和你的关系开始疏远 / 83**

方法一：与男孩的好朋友保持沟通

方法二：与男孩的老师保持联系

**8 放弃包办与“帮助” / 87**

方法一：自己的衣服自己洗

方法二：把家务进行合理分工

**9 一定要和男孩认真谈一谈 / 91**

方法一：找对谈话的时机

方法二：每次只谈一个话题



## 第三章



### 青春期，如何引导男孩爱上学习，取得好成绩

#### 1 帮男孩提高成绩的几个方法 / 97

方法一：帮男孩巩固基础

方法二：勤和老师沟通，请老师帮忙

#### 2 如何帮青春期男孩请家教 / 101

方法一：视男孩的实际情况而定

方法二：不能“全面开花”，请两科家教足矣

#### 3 开好家长会的几个诀窍 / 106

方法一：把“告状”变成“报喜”

方法二：把“挑毛病”变成发现“优点”

方法三：把“成绩大排队”变成“特长研讨”

#### 4 绝不可放任自流 / 113

方法一：帮助男孩树立学习目标

方法二：监控男孩的学习近况

#### 5 给男孩一些积极的暗示 / 117

方法一：多给孩子一些“有前途”的暗示

方法二：对男孩进行优点“轰炸”

#### 6 花大力气改变男孩的偏科现象 / 121

方法一：从课本入手

方法二：找出差中之差



**7 抓好男孩的寒暑假 / 125**

方法一：复习上学期内容，强化薄弱环节

方法二：预习下学期内容，不求深，但求了解

方法三：多读课外书

**8 提升男孩的自学能力是关键 / 130**

方法一：让男孩养成预习的习惯

方法二：给男孩准备一个“重点总结本”

**9 告诉男孩：“至少要复习三遍” / 133**

方法一：日复习

方法二：周复习

方法三：考前复习

**第四章**



**如何说，青春期男孩才能信服你，爱上你**

**1 沟通不能只停留在学习上 / 139**

方法一：谈点孩子感兴趣的话题

方法二：谈点新话题

方法三：谈孩子知道而家长不知的话题

**2 认真倾听是有效沟通的开始 / 143**

方法一：耐心听完男孩的叙述，不要急着打断他

方法二：不要急着否定他，给他更多解释的机会

方法三：再忙也要听他说



**3** 选择合适的沟通场所 / 150

方法一：表扬孩子的话，在众人面前说

方法二：批评孩子的话，关起门来说

**4** 选择恰当的时机与孩子沟通 / 153

方法一：不要搞“饭桌教育”

方法二：不要在男孩情绪不好的时候教训他

方法三：盛怒之下不教子

**5** 尝试多渠道与男孩沟通 / 158

方法一：书信——搭建与男孩沟通的平台

方法二：小纸条——架起与男孩沟通的桥梁

方法三：网络——更具效率的沟通渠道

**6** 增加与男孩使用非语言沟通的频率 / 164

方法一：用眼神“教育”男孩

方法二：时常拍拍男孩的肩膀，给予他力量

方法三：用握手向男孩表达友好

**7** 把“代沟”降到最小化 / 169

方法一：与时俱进，主动寻找共同语言

方法二：平行交谈，增加与孩子共事的机会

**第五章**



**10 ~ 18 岁青春期，男孩最需要的 7 个引导**

**1** 赋予男孩自信心，比什么都重要 / 177

方法一：发现男孩身上的闪光点



方法二：让男孩从成功的喜悦中获得自信心

方法三：不对男孩用“否定词、限制词、挑剔词”

## ★ 2 锻造男孩的意志力，就是锻造他们的成功力 / 183

方法一：让男孩接受一些挫折教育

方法二：设定清晰的目标，才有坚持的动力

方法三：教男孩学会权衡利弊

## ★ 3 必须培养男孩吃苦耐劳的品格 / 190

方法一：从转变观念入手，培养男孩吃苦耐劳的品格

方法二：男孩自己的事，家长不要包办

方法三：家长不妨给孩子些“苦”吃

## ★ 4 财商——为男孩将来的富有打基础 / 196

方法一：穷养——引导孩子合理消费

方法二：引导男孩自己去赚钱

方法三：投资意识从小培养

## ★ 5 培养男孩的进取心，就是打造他的学习力 / 202

方法一：不满是进取的源头——引导男孩和他人比

方法二：帮男孩设立自己的“学习目标”——引导他和自己比

## ★ 6 引导男孩成为一个有理想、有信念的人 / 207

方法一：给男孩一个准确的定位——“我是一个什么样的人”

方法二：给男孩一个明确的方向——“我将来干什么”

## ★ 7 提高男孩的自控能力——能管好自己就能管好人生 / 213

方法一：叛逆的男孩适用自然惩罚法

方法二：对惰性强的男孩适合多夸奖



## 第六章



### 10~18岁青春期，防范男孩走上人生的歪路

- 1 沉迷网络——通过疏导，让男孩正确认识网络 / 219
  - 方法一：应对网上聊天——教男孩学会自我保护
  - 方法二：应对网络游戏——转移男孩的注意力
  - 方法三：应对“网恋”——不打、不骂、摆事实
- 2 男孩开始“学坏”——让他树立正确的是非观念 / 226
  - 方法一：让男孩树立正确的是非观念
  - 方法二：培养孩子的好习惯任何时候都不算晚
- 3 冷漠、没有爱心——引导男孩树立正确的道德观 / 232
  - 方法一：让男孩学着去热爱生活
  - 方法二：让男孩学会关心他人
  - 方法三：让男孩学会感恩他人
- 4 追星——既不放手让他追，也不阻止他去追 / 238
  - 方法一：明星是崇拜的对象，也是学习的榜样
  - 方法二：做男孩追星的理财顾问
- 5 人生观、价值观的修复 / 241
  - 方法一：男孩的爱好越多，世界越美好
  - 方法二：让男孩吃点苦
  - 方法三：让男孩经历几件“有钱也解决不了的事”



## 第一章

# 10~18岁， 走进青春期男孩的内心世界



叛逆是青春期男孩身上固有的一个特点，就像柠檬是酸的一样，即使你再不喜欢这种口味，再抱怨，它也不会变成甜的。

所以，对待青春期的男孩，家长唯有理解、尊重、认同，才能真正走进他们的内心世界，成为他们心目中最棒的父母！







## 1 青春期男孩的叛逆 不可避免，但可以减缓

提到青春期，很多家长摇头叹息：唉，这正是让我们操心的阶段。一旦说到青春期男孩，家长更是分外忧愁：做家长难，做青春期男孩的家长更难！

家长何出此言？这还要从青春期男孩的叛逆讲起。

一位家长忧心忡忡地说：“我让刚上初中的儿子去把头发剪短，谁知他却把头发染黄了，黄头发中间还夹染几撮红头发，这不是故意惹我生气吗？”

还有家长抱怨道：“他抽烟、早恋、打架……凡是我明令禁止的，他都要一一尝试，我说往东走，他却偏向西行。唉！真是‘半大小子，气死老子’。”

的确是这样的，在教育这些青春期男孩的同时，家长们发现自己变成了被指责的对象。家里就像突然间多出来一个刺猬，稍稍不顺男孩之意，他们就会发脾气；遇到脾气大的，还会甩出几句让父母伤心欲绝的话——“我不用你管！”“你少干涉我的事情！”一到青春期，男孩的确是变了，相信家长都能感受到这种变化。

为什么昔日听话的小男孩变得如此叛逆了呢？

通过对青春期男孩的研究，我把他们叛逆的原因归纳为以下几点：

第一，体内雄性激素过剩。男孩进入青春期，也就是在他们10~18岁时，体内雄性激素的分泌快速增多。当这些激素在体内越积越多，得不到合理宣泄时，他们的情绪就会起伏不定。这种起伏