

◎爸妈的肺腑之言，长者的人生智慧，引领你人生的航向！

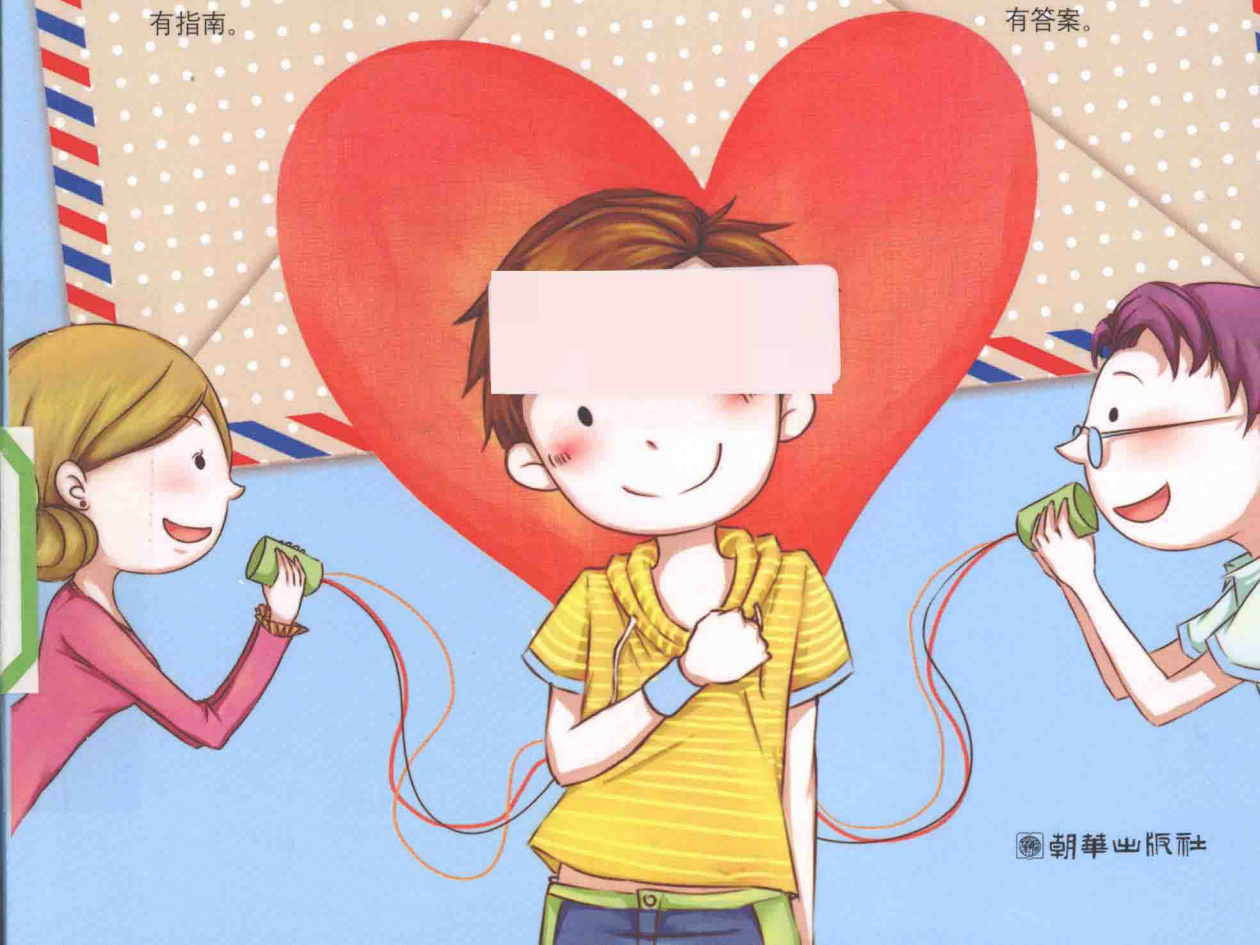


青春期男孩， 请听听爸妈的心里话

云晓◎著

◎不明确的道理，这里有指南。

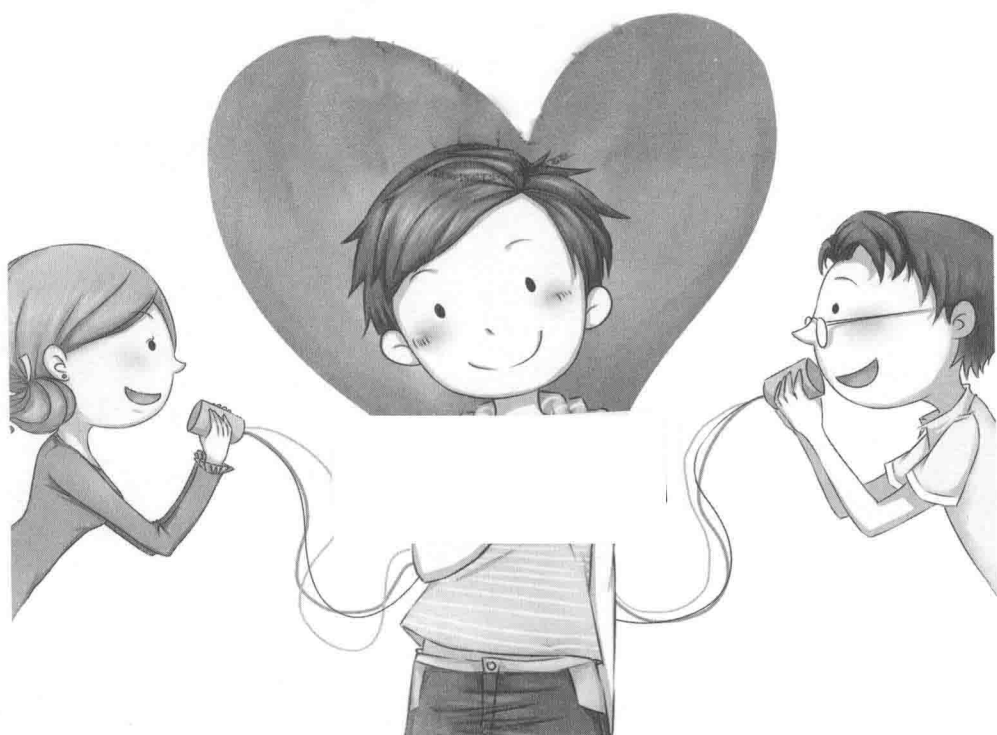
◎不了解的秘密，这里有答案。



朝华出版社

青春期男孩， 请听听爸妈的心里话

云 晓◎著



图书在版编目(CIP)数据

青春期男孩,请听听爸妈的心里话 / 云晓著.

—北京:朝华出版社,2014.8

ISBN 978-7-5054-3699-2

I.①青… 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 174500 号

青春期男孩,请听听爸妈的心里话

作 者 云 晓

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 楼淑敏

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 978-7-5054-3699-2

定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换



序 言

preface

对于男孩，不可否认这样一个事实：你们的成长过程是充满坎坷的，青春期的你们，身上充满了反叛的因子，崇尚个性，崇尚自由，但与此同时，处在成长成熟中的你们，也正在经历着很多前所未有的困惑——不知如何与父母沟通，对青春爱恋的萌动难以自控，对学习的意义深感困惑，对人生与未来既期待又迷茫，面对抉择你们会犹豫不决，面对挫折你们会止步不前……

这时候的你们，应该怎么办？

阅读本书吧！

这是一本代表全天下父母的心意，写给男孩看的书！

在这里，你将读到：

● **父母的那些心里话**——如何说、如何做，才能与父母更好地沟通，像朋友一样愉快相处……

● **你在为谁读书**——为什么而读书，读书与未来的关系怎样，如何应对读书过程中的那些难题……

● **必须认真和父母沟通的那些话题**——如何控制自己萌生的暗恋倾向，如何分辨什么是有益的朋友，如何控制自己的火爆脾气，如何靠自己成功……

●那些受用一生的品质与习惯——勤奋、正直、坚持、大度、有勇有谋……

●关于未来，需要思考的问题——关于理想与未来，关于未来所要从事的职业，关于开阔眼界，关于所要承担的责任……

●你身边的那些危险——抽烟喝酒、毒品、网络游戏、各种各样的骗术……

仔细阅读这本书吧！相信看过之后，遇到困惑的时候，你会有所启迪；遇到难事的时候，你能收获智慧；遭遇困境的时候，你能备受激励……你将从中感悟到，父母的心意是如何的，很多事情自己应该如何去决断。

最后，再给我们的男子汉讲一个这样的人生小故事。身边的很多朋友，在成为父母之后，都曾这样回忆自己的青春期时代：

那时的我，就像吃了迷幻药一样，叛逆、自我、桀骜不驯，只要是父母说的，我就觉得不对，拼命反抗。我朝他们大吼：“你们不了解我！我的事情你们不要管！……”母亲的殷勤叮嘱在我看来是让人烦躁的唠叨，父亲的教训和管束更是让我一度疏远他，甚至产生微微的恨意……

可现在当我将自己的孩子轻轻抱在手中时，看着他那双让我迷醉的大眼睛，我终于明白了这样一个道理：做父母真的不容易，父母对孩子的那种浓浓爱意是无法言说的，父母的恩情也是自己永远报答不完的！

每个人都是父母的孩子，也都会成为孩子的父母，这是一个不断成长的过程。父母究竟对自己有多好，父母曾经说过的道理有多正确，只有当昔日的孩子晋升为了父母，将自己的宝宝搂在怀中的那一刻，才会真正深刻地体会到。



相信现在的你很难体会到这种情感，但总有一天，同样的情感也会荡漾在你的心中。

我以一位母亲的心，完成了此书，写给我的孩子，也写给所有青春期的孩子，衷心祝愿你在未来的人生之路上，一帆风顺！

云 晓



目 录 contents

第一章

男子汉，请听听父母的心里话

1 你长大了，恭喜你 / 3

- ☞ 了解自己的身体发育
- ☞ 一定要坚持的两个原则

2 你的叛逆，我们懂 / 8

- ☞ 明确学坏的几大倾向
- ☞ 防止自己学坏的两点建议

3 这一点不用怀疑——爸爸妈妈永远爱你 / 14

- ☞ 有什么难题，请一定跟父母说
- ☞ 父母也需要你的爱

4 代沟总会产生，需要相互理解 / 19

- ☞ 对父母的不满，请换种方式告诉我们
- ☞ 不求你理解父母，只希望你有自己的判断

5 做妈妈的心情 / 24

- ☞ 可以不听妈妈的唠叨，但一定不要顶撞她
- ☞ 可以不服妈妈的管教，但一定要理解她



6 做爸爸的心愿 / 27

- ☞ 告诉你,爸爸也是一个普通的男人
- ☞ 寻找爸爸的优点,体谅爸爸的不完美
- ☞ 即便爸爸说错了,也不要当面和爸爸对着干
- ☞ 给爸爸一些爱的感动

7 你的青春期,也是爸妈的更年期 / 32

- ☞ 父母的脾气大也是情非得已
- ☞ 可以坚持正确的想法,但是要讲究方式和方法

8 孩子,请和爸爸妈妈做朋友吧 / 36

- ☞ 像朋友一样开诚布公,随时交流
- ☞ 真正把父母当朋友一样对待

第二章

明确一个问题:你在为谁读书

1 你在为谁读书 / 43

- ☞ 为10年后,不要落后于同龄人
- ☞ 为10年后,你能做自己喜欢的事情
- ☞ 为现在和将来,活得更有尊严和价值

2 学习真的很累、很苦吗 / 48

- ☞ 如果你感觉学习很苦、很累,那只能说明你的学习方法不对
- ☞ 想想学习当中那些有趣的和有价值的事情
- ☞ 和那些志同道合的同学一同奋斗吧

3 厌学来临了,机会来临了 / 53

- ☞ 只问进步,不问成绩
- ☞ 越是不擅长的科目,越是不能留疑问
- ☞ 和父母沟通,请他们帮助自己

4 遇到不爱学的科目怎么办 / 58

- ☞ 你为什么不爱学
- ☞ 把学习当成是一种挑战

5 可以贪玩，但一定要有明确的时间规划 / 63

- ☞ 学习的时间，就踏实学
- ☞ 玩耍的时间，就痛快玩
- ☞ 严格遵守自己的时间规划

6 永远不要对自己灰心失望 / 67

- ☞ 永远坚信自己是有前途的
- ☞ 从学习方法入手，找找问题根源
- ☞ 认真努力的态度，比 100 分更重要

7 责任不在父母，更不在老师 / 71

- ☞ 学会承担属于自己的责任
- ☞ 老师只是导师，不能代替你来学
- ☞ 做自己成绩的掌舵人

8 学习与未来的关系是怎样的 / 76

- ☞ 学习带来知识，知识带给你自信
- ☞ 学习带来能力，能力带来更好的未来
- ☞ 学习带来成熟，成熟带给你智慧

9 越是聪明，越得努力学习 / 81

- ☞ 耍小聪明是愚笨的表现
- ☞ 聪明的人，更需不断学习
- ☞ 聪明 + 努力认真的态度 = 优秀

第三章

孩子，请坐下来和父母认真沟通一次

1 暗恋不可避免，但要学会自控 / 87

- ☞ 她是我最好的选择吗，我的未来在哪里
- ☞ 恋爱可以不影响学习成绩吗
- ☞ 我和她恋爱，是害她还是爱她



2 结交有益的朋友, 摒弃有害的朋友 / 91

- ☞ 一定要分清楚什么是有益的朋友, 什么是有害的朋友
- ☞ 对值得交往的朋友, 一定要做到主动接触
- ☞ 对不值得交往的朋友, 躲得越远越好

3 和别人比什么 / 96

- ☞ 吃穿不要攀比
- ☞ 优秀的品质、良好的成绩, 要和最优秀的比

4 关于将来是否有出息 / 99

- ☞ 让亲人朋友提起你的时候, 不要唉声叹气
- ☞ 让自己不对自己的过去感到懊恼

5 和父母说实话 / 103

- ☞ 谎言有善恶之分, 但无大小之别
- ☞ 千万不要让说谎成为一种习惯

6 脾气大, 但要学会控制 / 106

- ☞ 在开口前, 先让舌头在嘴里转十个圈
- ☞ 想要发脾气的时候, 就去运动吧

7 自私, 很伤人 / 109

- ☞ 时刻想想他人的需要
- ☞ 对爱你的人, 也要回馈一些爱

8 靠别人不如靠自己 / 113

- ☞ 生活上——自己的事情自己做
- ☞ 学习上——自动自发

9 生活其实挺“有劲”的 / 117

- ☞ 为什么你会感觉没劲
- ☞ 感觉没劲的时候, 去干些体力活吧
- ☞ 感觉没劲的时候, 做点儿挑战自我的事儿

10 一定要听父母的劝 / 121

- ☞ 父母的建议, 一定要入耳、入心
- ☞ 如果感觉父母错了, 去请教自己的师长吧

第 四 章

关于品质与习惯——给你一些受用一生的提醒

1 一定要勤奋，不要懒惰 / 127

☞ 懒惰会让人失去一切

☞ 一定要勤奋，与懒惰说分手

2 一定要做个正直的人 / 132

☞ 损害他人利益的事不要去做

☞ 有违自己良心的事不要去做

☞ 父母以及身边好友反对的事情不要去做

3 坚持就是胜利，做个坚韧不拔的勇者 / 137

☞ 凡事再坚持一下

☞ 从小事做起

☞ 永远记住黎明前总是要经历黑暗

4 永远让微笑洋溢在你的脸上 / 141

☞ 每天都要笑一笑

☞ 凡事换个角度

☞ 不要为掉在地上的冰淇淋哭泣

5 别让自卑成为成长的绊脚石 / 145

☞ 发现自己的长处

☞ 做出自信的行为

☞ 说出自信的语言

6 千万不要太小气 / 150

☞ 对待别人的错误，一定要宽容

☞ 要学会与人分享

7 做个有勇有谋的智者 / 155

☞ 遇事不莽撞，多思考 3 分钟

☞ 遇到不明白的事情，向过来人请教



8 做个眼光长远的男子汉 / 160

- ☞ 不要过分关注眼前的利益得失
- ☞ 面对抉择,多问:5年后,会有怎样的结果

9 成为一个受人欢迎的男子汉 / 163

- ☞ 爱干净,仪表整洁
- ☞ 话不要太多,多倾听
- ☞ 腰板直,眼睛直视对方

10 待人接物不卑不亢 / 167

- ☞ 不卑微——绝不对任何人低声下气
- ☞ 不傲慢无礼——尊重身边的每一个人

第五章

关于未来,你需要思考一些问题了

1 这是你自己的人生 / 175

- ☞ 千万不要有依靠父母的想法
- ☞ 千万不要有好运自动来临的奢望
- ☞ 千万不要有“人的命天注定”的思想

2 关于理想和未来 / 180

- ☞ 理想是什么
- ☞ 寻找自己的理想
- ☞ 设想自己的未来吧

3 我将从事何种职业 / 187

- ☞ 利用暑假,尝试去打工吧
- ☞ 看看别人都在干什么

4 激情很重要,但更重要的是脚踏实地 / 190

- ☞ 保持适度激情
- ☞ 从细节入手,做个细致的人
- ☞ 从小事入手,做一个踏踏实实的人



5 保持积极进取之心 / 194

- ☞ 每次，都和你前面的四五名比一比
- ☞ 家里条件越好，越要努力进取

6 未来，你必须扛起的那些责任 / 198

- ☞ 对自己负责
- ☞ 对家庭负责
- ☞ 对社会负责

7 未来社会，需要你具备怎样的能力 / 202

- ☞ 沟通合作能力
- ☞ 抗挫折能力
- ☞ 领导能力
- ☞ 创新能力

8 开阔你的眼界 / 208

- ☞ 世界是平的，眼光要长远
- ☞ 思想不要停留在未成年人的世界，你需要成长

9 掌好自己的人生之舵 / 211

- ☞ 凡事多动脑
- ☞ 凡事多商量，多请教
- ☞ 及时总结，及时提高

第六章

男子汉，小心你身边的那些危险

1 抽烟一点儿也不酷 / 217

- ☞ 抽烟并不是成人的标志，大多数成人是不抽烟的
- ☞ 远离香烟，你依然会很酷

2 网络游戏可以玩，但不可以沉迷其中 / 220

- ☞ 将网络游戏当作一种偶尔的“放松运动”
- ☞ 让自己的业余生活丰富起来



3 毒品有害，千万碰不得 / 223

☞ 千万不要心存侥幸

☞ 慎重交友

4 少年莫贪杯中物 / 227

☞ 如果朋友非让你饮酒，请坚持自己的原则

☞ 用喝茶、喝咖啡代替喝酒

5 聪明的孩子不动手 / 231

☞ 头脑不冷静的时候，千万不要动武

☞ 想要打架前，想想后果会怎样

6 防范那些各种各样的骗术 / 235

☞ 占便宜的事不干

☞ 对陌生人多留个心眼

7 他人需要帮助时，请冷静 / 239

☞ 救人——斟酌自己的能力

☞ 想想，还有没有更好的办法

8 各种情况下的紧急应对 / 243

☞ 火灾逃生的九大诀窍

☞ 发生地震时如何自救

☞ 其他危险情况下的注意事项

第一章

男子汉， 请听听父母的心里话



当你对不明确的地方非常好奇、非常想一探究竟的时候，可以问问自己的父亲，但绝对不能浏览黄色网站。

为了避免走上学坏的道路，一定要遵从这样两个原则：有违自己心意的事情，要大声地说“不”；可以按照自己的想法去做，但是一旦意识到自己错了，一定要记得回头，不能倔强到底。

父母不反对你追求某些东西，但却希望你在追求的过程中，保持自己的个性，有自己的判断。



1

你长大了，恭喜你



你的变化



“以前你是一个不修边幅的孩子，现在却每天拿着小镜子、小木梳，不时地整理一下自己的发型；以前，你洗澡的时候总是喜欢让父母给你拿衣服，现在，你开始害怕父母注意到你的变化；以前，你总是喜欢赖着父母，让父母给你意见，现在你开始有了自己的观点和看法，讨厌父母再对自己指手画脚……”

进入青春期后，你是否发现自己身上的那些变化了呢？

在父母眼中，你的个子高了，身材魁梧了，手腕更有力了……不断滋生的青春痘和刚刚露头的小胡子，都在向周围的人昭示这样一个事实：我，已经长大了！

是的，我的孩子，你真的已经长大了！作为父母，我们首先要恭喜你，当然也要恭喜我们自己。恭喜你，是因为从此以后，你将迈入一个真正的成人世界，成为一个有力量、有能力、有更多生活智慧而又朝气蓬勃的年轻人。而之所以要恭喜我们自己，则是因为从你诞生的那天起，从爸爸妈妈把你从产房中抱出的那一刻起，我们就有一个“期盼你快快长大”的强烈心愿，如今，多年的期盼成为现实，我们又怎能不欣喜万分呢！

说心里话，很多时候，看到个子高高的你就那么站立在我们的身边，我们总会由衷地从心里洋溢出一种幸福骄傲的感觉——我的儿子，长大了！从呱呱坠地到牙牙学语，再到上小学、上中