



爸妈的肺腑之言，长者的人生智慧，引领你人生的航向！

不知道的事情，这里有分析；不明确道理，这里有指南；不了解的秘密，
这里有答案……给青春期的你，最为实用、有效、科学的帮助！



10-18 SUI QINGCHUNQI HE NANHAI SHUOSHUO BAMA DE XINLIHUA

10-18岁青春期的男孩说说

爸妈的心里话

云晓◎主编

10-18 SUI QINGCHUNQI HE NANHAI SH

这是一本代表全天下父母的心
让男孩一生的命运从此改变！



10-18 SUI QINGCHUNQI HE NANHAI SHUOSHUO BAMA DE XINLIHUA

10-18^岁青春期, 和男孩说说

爸妈的心里话

云 晓◎主编

图书在版编目(CIP)数据

10-18岁青春期,和男孩说说爸妈的心里话 / 云晓

主编.—北京:朝华出版社,2010.12

ISBN 978-7-5054-2575-0

I.①1… II.①云… III.①男性-青春期-家庭教育
IV.①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第245600号

10-18岁青春期,和男孩说说爸妈的心里话

主 编 云 晓

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 王 磊

责任印制 张文东

封面设计 韩石设计

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.mgpublishers.com

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 2011年1月第1版 2011年1月第1次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2575-0

定 价 29.80元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换



序 言

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，你们崇尚个性、崇尚自由，但与此同时，正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效果才会最佳，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！



6

12

岁青春期，和男孩说说爸妈的



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，像朋友一样相处愉快。

● **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**——如何控制自己日益萌发的暗恋倾向，如何分辨什么是有益的朋友，如何控制自己的火爆脾气，如何靠自己去成功……

● **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，所要思考的问题**——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，再给我们的男子汉说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，就像吃了一种迷幻药一样，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，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！

每个人都曾是他人的孩子，每个人也都会成为他人的父母，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。

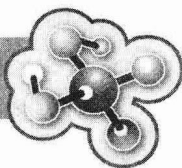
相信现在的你很难体会到这种情感，但总有一天，同样的情感也会荡漾在你的心中。

我以一位母亲的心，写作了此书，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，一路走好！

云晓



目 录



第一章 男子汉，请听听父母的心里话	001
1 你长大了，恭喜你	003
● 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	008
● 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	014
● 有什么难题，请一定跟父母说	
● 父母也需要你的爱	
4 代沟总会发生，这需要相互理解	019
● 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	024
● 你可以不听妈妈的唠叨，但一定不要顶撞她	
● 你可以不服妈妈的管教，但一定要理解她	
6 做爸爸的心愿	027
● 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	





10

18

岁青春期，和男孩说说爸妈的



● 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 032

● 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 036

● 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 041

1 你在为谁读书 043

● 为10年后，你不要落后于同龄人

● 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 048

● 如果你感觉学习很苦很累，那只能说明你方法不对头

● 想想学习当中那些有趣的事情，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 053

● 只问进步，不问成绩

● 越是不擅长的科目，越是不能留疑问

● 和父母沟通一下，给自己一些帮助

4 遇到不爱学的科目怎么办 058

● 你为什么不爱学

● 把学习当成是一种挑战

5 你可以贪玩，但一定要有明确的时间规划 063

● 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** 067
- 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** 071
- 父母给了你生命，其余的事情你自己看着办
 - 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** 076
- 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** 081
- 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 085

- 1 暗恋不可避免，但要学会自控** 087
- 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** 091
- 一定要分清楚什么是有益的朋友，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** 096
- 吃穿要和最差的比
 - 优秀的品质、良好的成绩，要和最优秀的比





10

10

10岁青春期,和男孩说说爸妈的

心里话

- 4 关于将来是否有出息 099
- 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,先把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 125

- 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，做个坚忍不拔的勇者	137
● 凡事再坚持一下	
● 从小事做起	
● 永远记住黎明前总是有点黑暗	
4 永远把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	
● 遇到不知道的事情，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	164
● 爱干净，仪表整洁	
● 话不要太多，多倾听	
● 腰板直，眼睛直视对方	



06

18

岁青春期，和男孩说说爸妈的



10 待人接物不卑不亢 168

- 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 173

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 215

1 抽烟一点也不酷 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

7

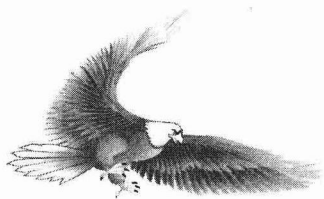
12岁青春期，和男孩说说爸爸的

心理话

- 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

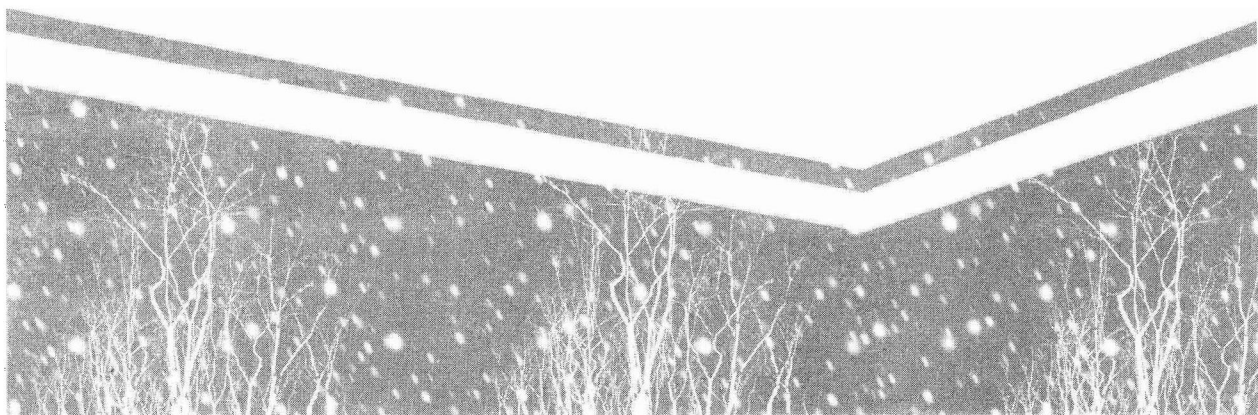
男子汉,请听听父母的心里话



● 当你对不明确的地方真的非常好奇、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,你一定要遵从这样两个建议:有违自己心意的事情,要大声地说“不”;你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,一定要保持自己的个性,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、有更多生活智慧的、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



第 1 章

男子汉，请听听父母的心里话