

青春热线 之一

——中小学生问答录

● 你生活在他们中间
● 家庭中的两代人



青春热线 之一

——中小學生問答錄

● 歡迎讀者來信諮詢
● 歡迎讀者來信諮詢



中國青年出版社

青春热线之一

——中小学生问答录

国际文化出版公司

(京)新登字 173 号

《青春热线》之一
——中小学生问答录

岱凌主编

*

国际文化出版公司 出版

新华书店北京发行所发行

人民交通出版社印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 6. 375 印张 137 千字

1992 年 5 月第 1 版 1992 年 5 月第 1 次印刷

印数：1—13, 850 册

ISBN7—80049—816—6/G·298 定价：3. 20 元

前 言

《十万个为什么》、《千万个为什么》，既包括了自然科学，也包括了社会科学，受到广大青少年的普遍欢迎。然而，在青少年的学习、生活中，还有大量更为实际、更为具体、更为生动的问题。这些问题，在课堂上和书本上难以找到现成的答案，可以说，是在实际生活中、在新的领域里时刻都在发生的“十万个为什么”。

收到了求爱信，心境的平静被打破了；爱上了心目中的偶像，在单相思中沉湎徘徊；和父母关系紧张，忧虑和怨恨难以抑制；沉重的学习压力和精神负担，使稚嫩的心灵失去平衡；社会、宗教、法律方面的问题和疑惑难以消除；人生、理想、追求、目标，这些抽象的命题往往伴随着具体的困惑和迷惘。于是，伴着泪水倾吐，在无奈时寻求帮助，困惑中求释疑团，忧郁中寻找慰藉，孤独中盼望回声，失意时彷徨，绝望时挣扎……有多少年轻的心灵在求助、在探索、在呼唤。

有的问题，使我们感到幼稚，甚至可笑——尚未经受生活磨练的心灵世界会在看起来显浅的疑问面前受挫，而一旦得不到正确的解答，就会产生十分严重的后果，甚至影响终身。有的问题，我们感到是一种早熟或过虑，如果不及时加以引导，将会出现严重的心理偏差和思想痼疾。有的问题，使我们感到震惊——我们是不是太忽略了？我们用自己过去的心理状态来衡量今天的青少年，是不是不合时宜？同时，我们也在受到挑战：无论是教育方式、教育内容，还是我们的知识、理论水平，都需要在 90 年代、在 21 世纪的检验面前进一步更新和提高。当然，也有的问题，使我们感到欣慰和振奋——长江后浪推前浪，当今青少年更加热爱生活，知识更加丰富，视野更加开阔，追求更加深远和执著，而这些，正是我国广大青少年的主流。

是的，“热线电话”——通过电话对青少年进行心理咨询服务，这是一种我们尚不熟悉的新事物，而许许多多中小學生早已和它交上了朋友。“热线”，给我们提供了新的角度、新的信息、新的启示。值得深思的是：为什么“热线”受到众多青少年的热烈欢迎和充分信赖？一家“热线电话”在两年半的时间里，竟然接通近 3 万次。为什么被痛苦或困惑所包围的心扉可以向“热线”完全敞开？而那些内心的秘密却连身边的家长、老师、朋友都不知道。为什么“热线”经常受到“知遇”的感谢和令人欣慰的报答？大量的中小學生通过电话咨询树立了生活的信心，校正了人生的航向，克服了心理的障碍，学会了适应环境，获得了学习方法……也许，是因为“热线电话”有互不见面的“保密”功能，也许，是因为“热线”接话人员有诚恳的态度、广博的知识、循循善诱

的谈吐。但有一点是可以肯定的：心灵之间需要沟通，需要平等，需要理解。而只有直接地、具体地面对心理层面上的问题，把大量的理论、知识、说教化作极有针对性的交流，才能真正建立起理解和沟通的桥梁。

我们编写《青春热线丛书》的初衷，正是来源于“热线电话”所给予我们的深刻启示。当我们在《中国教育报》1991年10月20日“星期日”的头版显著位置发表了关于“热线电话”的长篇通讯报道之后，引起了较强烈的反响，也使我们看到了对有关出版物的需求。“热线电话”是成功的，但毕竟还不成熟、不完善、不系统，尚处于尝试、发展阶段，而且，其内容的公开性、普及性也有较大的局限性。为了适应更多青少年广泛的心理需求，为了进一步扩大宣传面和教育面，使有关方面的内容也能够为孩子们的父母、老师以及青少年工作者、思想政治工作者、共青团和少先队组织、街道和基层干部所了解，体现精神文明建设和青少年教育的系统工程，我们通过必要的社会调查和认真的讨论，在整理、归纳大量电话咨询材料的基础上推出了《青春热线丛书》。

由于丛书分册出版，我们在这里将整体内容作一简单介绍。除第四册是写给当代女大学生的专辑以外，前三册的内容共分为八个部分，每篇的具体内容如下：

第一册中包括两个部分：（一）家庭中的“两代人”。主要针对子女和父母关系方面的问题，针对“代沟”现象，给予全面的解答和引导。“两代人”之间互不理解、互不信任，子女对父母戒备和疏远，父母对子女猜疑和管制等现象，不仅使许多青少年感到苦恼和迷惘，也使家长感到困惑和焦虑。本篇的内容旨在引导青少年与父母之间的双向沟通，引导改

善家庭环境和家庭教育。(二)你生活在他们中间。在现实生活中,青少年对于周围的人——老师、同学、朋友、亲属、兄弟姐妹、邻里等等,在如何相处、如何交往方面存在着十分实际的问题。此外,对待偶然相识、邂逅相遇、“小群体”、“哥们义气”等也有较大的盲目性。本篇的内容将围绕这些问题展开。

第二册中包括三个部分:(一)亚当与夏娃的烦恼。本篇主要涉及男女之间应如何交往、如何对待异性之间的互相吸引等问题。面对异样的目光、异性的来信、和异性朋友相处等问题,许多青少年不知所措,并造成情绪波动、矛盾徘徊、甚至由于情感萌动、陷入痛苦而不能自拔,以至于带来精神的创伤。本篇就此给予正面、实际的引导。(二)当青春降临你的身体。本篇主要针对青少年随着生理变化而产生的大量疑惑,包括生理特征、性生理、生理卫生及保健等问题带来的心理失衡、心理求助,在讲解生理卫生知识的同时,进行必要的道德、法律方面的教育。(三)神秘的心理梦幻。生活中发生意外、受到刺激、遇到挫折,在文艺作品中受到某种影响,都可能造成心理障碍。各种幻想、想象、失望、迷惑不断发生,甚至会导致精神错乱和失常。心理求助、心理疲倦、心理变态、自我怀疑、悲观厌世等方面的问题,是本篇要解决的问题。本篇将体现心理咨询、心理诊疗、心理分析的特点。

第三册中包括三个部分:(一)探索在大千世界。本篇主要针对中小学生在如何看待社会现象、改革开放、社会中的热门话题、不正之风等方面的问题有针对性地加以引导和解答。这里将涉及政治思想、社会、经济、宗教、法律等方面

的问题。(二)学海弄舟——方法与技巧。主要涉及青少年在学习态度、学习方法等方面的问题。包括如何安排时间、如何预习复习、如何选择和阅读课外书籍、如何培养和发展业余爱好、如何提高写作水平、如何学好外语、如何准备和对待考试、如何提高成绩并处理好学习成绩与知识能力的关系等。(三)扬起走向未来的风帆。主要针对青少年在理想、信仰、人生设计、道路选择、升学就业等方面的问题,帮助青少年树立正确的理想和价值观,树立生活中战胜困难的勇气和信心,并针对人生关口的具体问题指点迷津。

参加本套丛书编写工作的,有大学从事教育学和教育心理学教学工作的讲师、大学教学管理人员、《中国教育报》记者、中学教师、电影文学编辑等。此外,退休中学教师孙雅文、大学教师高宁、大学生张宏达、陈勇、康忠芹等同志为本书的编写工作提供了热心的服务,在此谨致谢忱。

我们欣慰——我们为了一种良好的、真诚的愿望而努力了、投入了。我们自信——我们的心血定能带来积极的价值和社会效益。然而,我们也不安——由于时间上和其他方面的种种原因,尤其是由于我们能力和水平上的限制,错误和缺陷一定不少。我们衷心欢迎并热切期待青少年朋友、广大家长和老师、广大热心的读者提出批评和建议,我们一定认真地对待和吸取各种反馈信息,以便本丛书在续编、再版或修订时能够有所提高。

岱 凌

1992. 2

目 录

家庭中的两代人

1	学会做个好女儿.....	2
2	“日记事件”的启示	5
3	相互理解——解决矛盾的良药.....	8
4	试试使用“幽默武器”吧	11
5	学着像男子汉那样	13
6	振作起来，丑小鸭！	15
7	怎样摆脱因为被关心而带来的负担	18
8	爱奶奶的时候，别伤了妈妈	21
9	学习领会含蓄的表达	24
10	上学读书——你日后立足社会的资本	26
11	应该怎样对待爸爸的再婚？	29

12	爸爸为什么总对我发火？	32
13	用法律武器保护自己	34
14	我该怎样和妈妈相处？	36
15	告诉妈妈：像爱姐姐一样爱我吧！	39
16	儿子也能帮助和教育父亲	42
17	我该怎样管教弟弟？	45
18	磨难，也是一种财富	47
19	我和妈妈谁对谁错	50
20	当父亲的意愿和你的兴趣冲突时	52
21	爸爸这是怎么了？	54
22	阿姨，我该怎么办？	56
23	“拾金不昧”永远是美德	59
24	爸爸妈妈总拿我当小孩，怎么办？	61
25	帮助妈妈管理家里的游戏机	63
26	不是总说“男女平等”吗？	65
27	男子汉，先从关心爱护母亲开始	67
28	帮助爸爸戒烟	70
29	生活在这样的家庭里该怎么办？	72
30	妈妈，你是不是管得太多了？	75
31	我应该听从妈妈的劝告吗？	77
32	爸爸抛弃了妈妈和我	79
33	怎样摆脱包办婚姻	81
34	告诉父母：天高任鸟飞	83
35	学会“以法自卫，以法制人”	86
36	高考落榜之后	89
37	怎样让爸爸不再对我们发火？	92

你生活在他们中间

1	人生不需要带面具·····	96
2	摆脱“人言可畏”的烦恼·····	99
3	当你不被重视的时候·····	102
4	莫怨命运不公平·····	105
5	我比别人笨吗?·····	108
6	振作起来,男子汉!·····	111
7	怎样做到洒脱、大方?·····	113
8	勇敢地走向人生·····	116
9	我该怎样看待这些英雄人物?·····	119
10	在新的环境里·····	123
11	真正的友谊是排除嫉妒的·····	126
12	是戒备森严,还是坦诚相待?·····	129
13	广交朋友对吗?·····	131
14	我为什么不能生活得平静?·····	134
15	怎样挽回弄糟的关系?·····	137
16	让友谊之舟重扬风帆·····	140
17	消除朋友之间的误解·····	143
18	神秘、美丽的象牙塔,你到底是什么样的?·····	145
19	让心中的偶像永远美丽·····	147
20	怎样对待“哥们儿”·····	150
21	交往要有选择·····	153
22	学会不伤害别人的情感·····	156
23	你并没有被大家遗忘·····	159
24	友谊需要调整、更新和真诚·····	161

25	学会适应新的环境	164
26	从帮助同桌同学改正缺点做起	166
27	同学之间结拜兄弟对不对?	168
28	爸爸啊, 你在哪里?	171
29	记住: 美不是错!	174
30	没有道理的怨恨	176
31	你有爱美的权利	178
32	尊重老师没错!	181
33	遇到这种事怎么办?	183
34	怎样对待老师的批评?	186
35	谈谈“远亲不如近邻”	189

家庭中的两代人

1. 学会做个好女儿

“我叫诗春。同学们都羡慕我有一个既是工程师又是厂长的爸爸。说我爸爸既有知识分子温文尔雅的风度，又有企业家开拓奋进的气魄。可谁知道就是这样一个父亲，回到家却成了暴君。我从小喜欢画画，放学后有时也忍不住手痒痒。父亲见了，二话不说就把我的水彩笔扔出窗外，大声叱我快做功课。我有不少文学书，有时看得入神了，连爸爸喊我我也没听见，我爸爸冲过来夺走我的书，点上打火机就烧，还打了我一顿。我常常惊恐得要命，不知什么时候又触怒了他，惹来一顿打骂。有时候，我常常想：爸爸这样做是为了让我功课好，可我万一有一天挺不住了怎么办？你不知道，爸爸发火时是多么可怕！简直和平时判若两人！”

——中学生诗春

诗春，你有一个多美的名字。你也一定是个敏感、好学、善解人意的小女孩！

在告诉你如何改变现状之前，我想问你：诗春，你想想过你爸爸为什么在家里那么容易发怒？而在单位面对工人同志为什么那么和蔼可亲、温文尔雅呢？

当然，首先你爸爸的脾气怕是天生就不是温和型的。但我觉得最重要的是他白天在单位里工作太辛苦，需要应付的事情太多，心理压力太大，身心都超负荷运转，这样使得他每天回家时身心处于极度疲劳状态。这时候，人的脾气也最坏，一点点小事就有可能引发一场“战争”。我敢肯定，你爸爸每次冲你发完火之后都很后悔，只是他出于父亲的威严没有对你表露而已。

诗春，了解了这一点，你是不是能够理解你父亲了呢？你一定有办法化解父亲的火气、改善你自己的处境了，对吧？

首先，你要了解父亲的心态。我想，一个身心交瘁的父亲回家时希望看到的是什么？一个温馨、清洁的家；一个可爱、用功的女儿。对！这就是你父亲的心态。那么你放学回家赶快收拾屋子，然后认真做功课。父亲回家时，你应该高高兴兴地把你的好消息告诉他，请他看你整洁漂亮的作业本。你还可以乖乖地替爸爸拿拖鞋、倒水，等等。你一定知道怎样做个讨人喜欢的小女孩。

你一定会问了：那我就只能一味迁就爸爸的意愿，不能做我想做的事了，比如：画画、看小说？能！不过你需要选择适宜的时间、地点。你不妨先告诉爸爸你的功课做完了，问问爸爸你是否可以画画？你还可以娇娇地磨一会儿。难道会有哪个父亲能够拒绝自己懂事、可爱的娇女儿的合理请求的

么？

诗春，我希望你将来是个温柔的小女孩，就像你的名字给人的感觉一样。你知道么？温柔是女孩的力量。尤其是你和一个刚强的人相处时，你唯一的办法就是以柔克刚。看得出你很崇敬你的父亲，尽管他对你粗暴，但他是个刚强的人，是个能干番事业的人。命运往往这样安排：那些能成气候能干大事的人往往没有好的脾气。这样时候，请拿出你的力量——温柔。

话扯远了，诗春，祝你通过自己的努力化解父亲的火气、赢得完美的父爱，也给你那在社会上艰难挺立的父亲以无限的安慰。

编者致父亲：

您是诗春的爸爸，据说您是一位很好的厂长，那么，您一定比我更懂得如何与人相处，否则，您怎么指挥领导一个工厂呢？为着诗春的幸福，我想送你几句“人生絮语”：

“在打骂中生活的人将学会粗暴；

在羞辱中生活的人将学会自卑；

在缺少温情中生活的人将学会冷漠。”

您一定希望您的女儿性情温和、心理健康，将来拥有和美的家庭、成功的事业。那么请您改变对女儿的态度吧！女儿最需要父亲的关怀和指导。父爱对于女儿将来的生活道路具有举足轻重的影响，特别在婚恋方面。拥有完美父爱的女孩特别能够抵挡男孩的进攻，等待、选择并追求自己真正需要的东西。