

《出版者周刊》(Publishers Weekly)・《書訊》(Booklist) 好評推薦
《圖書館期刊》(Library Journal)

如何與

青少年子女

談心

How to Talk
to Teens
About Really
Important Things

著> 查爾斯・薛佛
泰瑞莎・佛伊・迪吉若妮摩
譯> 時必瑞

【審訂・導讀】

陳映雪 (榮總兒童青少年精神科主任)

【誠懇推薦】

張德聰 (張老師基金會執行長)

曾端真 (台北師範學院心輔系教授)

如何與

青少年子女

談心

How to Talk
to Teens
About Really
Important Things

著 > 查爾斯·薛佛
泰瑞莎·佛伊·迪吉若妮摩
譯 > 時必瑞

國家圖書館出版品預行編目資料

如何與青少年子女談心 / 查爾斯·薛佛 (Charles E. Schaefer),
泰瑞莎·佛伊·迪吉若妮摩 (Theresa Foy DiGeronimo) 著; 時
必瑞譯.-- 初版.-- 臺北市: 張老師, 2003 [民 92]

面: 公分. -- (親子系列; P30)

ISBN 957-693-544-X (平裝)

544.67

92000984



親子系列 P30

如何與青少年子女談心

作者→查爾斯·薛佛 Charles E. Schaefer

泰瑞莎·佛伊·迪吉若妮摩 Theresa Foy DiGeronimo

譯者→時必瑞

特約編輯→馬興國

美術設計→莊士展

發行人→李鍾桂

總經理→張春居

出版者→張老師文化事業股份有限公司 Living Psychology Publishers

郵撥帳號：18395080

106台北市大安區羅斯福路三段325號地下一樓

電話：(02)2369-7959 傳真：(02)2363-7110

E-mail：service@lppc.com.tw

業務部：231台北縣新店市中正路538巷5號2樓

電話：(02)2218-8811 傳真：(02)2218-0805

E-mail：sales@lppc.com.tw

網址：http://www.lppc.com.tw (讀家心聞)

登記證→局版台業字第1514號

初版1刷→2003年2月

ISBN→957-693-544-X

定價→280元

法律顧問→林廷隆律師

排版→普林特斯資訊有限公司

印刷→日盛印製廠股份有限公司

How to Talk to Teens About Really Important Things:

Specific Questions and Answers and Useful Things to Say

Copyright ©1999 by Charles E. Schaefer and Theresa Foy DiGeronimo.

All Rights Reserved. Authorized translation from

the English language edition published by

Jossey-Bass, Inc. a John Wiley & Sons, Inc. company.

Orthodox Chinese translation Copyright ©2003 by

Living Psychology Publishers

推薦序

開創青少年的成長資源

曾瑞真

最常和「青少年」一起出現的字詞應以「不良」或「問題」為最。在成人的眼光裡，青少年被貼上的標籤不可計數，學者專家一提到青少年也難免憂心忡忡。長期以來，「青少年」在人們的心目中已經被建構成等同於社會問題的製造者，是父母與教師煩惱的來源。我們的社會指責及期待青少年的聲音，向來大過於了解與提供他們成長所需的協助。

《如何與青少年子女談心》則讓我們從不同的觀點來思考青少年。本書將青少年問題轉化為青少年成長的困境，以關懷與協助的立場看待青少年成長歷程所可能面臨的岔路，並強調父母在青少年成長歷程中應付的責任。成人與青少年不是對立的兩造，成人對青少年不該只是批評與指責，叛逆與難以管教應從成人的字典中消失。取而代之的觀念應是，青少年的問題行為是成長遇到阻力的徵兆，成人必須在青少年面臨困難時善盡即時協助之責，使青少年免於產生問題行為。預防青少年走入歧途，是父母的責任，青少年的成長需要獲得父母的關懷與幫助。這樣的思維使我們得以不被青少年問題所綑綁，能將注意力轉移到如何開創青少年所需的成長資源。

009

推薦序 開創青少年的成長資源

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ezftongbook.com

發展心理學常用狂飆期、暴風雨期或叛逆期等語詞來形容青少年階段，意謂青少年面臨生理成熟所帶來身體之急遽變化，同時又承受社會文化對青少年角色期待的壓力，加上身處危機四伏、充滿誘惑陷阱的環境，若缺乏成人的愛與信任，他們的發展必然困難重重。本書關心的便是青少年發展所面臨的危機與困難，書中網羅了這個世代的青少年可能遇到的種種危機、壓力、困惑與他們所關心的事。當你打開本書，光是瀏覽目錄，就足以讓你心驚！有多少父母或師長曾正視青少年的這些心事？有多少青少年由於我們疏於了解與協助而走上歧途，成為所謂的不良少年？抽菸、喝酒、網咖、飆車、藥物濫用、婚前性行為、幫派、自殺等，我們太熟悉這些名詞了，更熟悉的是對與這些名詞掛勾的青少年之指責與排斥，而我們陌生的是向這些青少年表達愛與關懷，缺乏的是坦誠的去接觸他們的內心。

作者強調談心是向青少年表達關愛，以及和他們的內心接觸的不二法門。本書以手冊式的寫法教導父母如何與青少年談心。讀者可能會懷疑用「談心」來預防與處理青少年如此棘手的问题，行得通嗎？身為父母必須相信的是，青少年最需要的是父母的愛與信任，談心除了可以讓子女獲得心理需求的滿足之外，也是讓他們接收父母教導的充分與必要媒介。透過談心，子女才能建立自尊與自信，而自尊與自信正是所有問題行為的剋星。當孩子遇到了困境或挫折，最糟的事莫過於沒有成人可以商量，若父母能與之談心，子女才願意打開心門接受父母的關懷，而不必從外界危險的地方去尋求心理的慰藉。談心需要的是張開耳朵與心房，這對常張口說教的父母而言有些難度。的確，改變觀念與習慣並非易事，很多重要的事更非易如反掌，不

過，我相信父母的愛會讓困難的事變得容易許多。

坊間談親職教育的書琳瑯滿目，針對青少年子女的書則不多，而能將青少年所面臨的成長需求與困境融合在親職教育中的書更屬少見。本書除了讓讀者修正對青少年問題的思維之外，還提供了非常實用與青少年子女談心的策略與技巧，是一本兼具觀念與實務的好書。本書的出版，對父母以及對教師都是福音！試想，家是一個可以談心的地方，父母是能談心的對象，還會有問題青少年呢？

（本文作者為台北師範學院心輔系教授）



目錄

第1篇

難以承受的大事

〈推薦序〉開創青少年的成長資源	曾端真	0
〈導讀〉親子溝通三部曲	陳映雪	0
〈前言〉談心，讓心更靠近		1
		6
		9

1 父母離婚

0 2 2

為何與青少年談離婚・何時與子女談離婚的決定・關於離婚・必須注意的反應・小心你的反應・尋求專業協助

2 摯愛的親友去世

0 3 7

死亡對青少年的衝擊・感同身受的談論死亡・悲痛的一般反應・在葬禮中與人同悲・尋求專業的協助

3 約會強暴

0 4 7

和兒子談約會強暴・和女兒談約會強暴

第2篇 可防患於未然的事

◆4

喝酒與酒後開車

054

為何與青少年談喝酒・以身作則節制喝酒・喝酒與狂飲的區別・為何與青少年談酒後開車・青少年酒後開車的後果・酒後開車的替代辦法・當青少年子女酗酒

◆5

網路上的陷阱

066

上網的好處和壞處・利用防護措施・應付網路陌生人的安全守則・利用網路機會教育・採取堅定的立場

◆6

藥物濫用

073

謹慎用藥的習慣・為何與青少年談藥物濫用・和毒品劃清界線・討論事實分享心得・關於藥物濫用・談如何說「不」・誠實面對自己的經驗・當青少年子女吸毒・尋求專業協助

7

愛滋病

086

何時及如何與青少年談愛滋病・關於愛滋病・持續談論愛滋病的話題・補充愛滋病資訊

8

性、避孕與懷孕

096

為何與青少年談性・開始談性之前・何時與青少年談性・關於性・關於家庭價值・如何與青少年談性・個人私事和具爭議性的事

9

性傳染病

108

如何與青少年談性傳染病・為何與青少年談性傳染病・何時與青少年談性傳染病・關於性傳染病

10

刺青和人體穿洞

119

不再是少數人的流行風潮・關於刺青・關於人體穿洞・永不消失的痕跡・當父母同意刺青和穿洞・當青少年子女刺青和穿洞

第3篇 自我探索時的叮嚀

11

面對競爭

134

如何與青少年談競爭・競爭的正面影響・競爭的負面效應・父母的角色・失敗的教訓

12

宗教崇拜

151

美國的膜拜團體・青少年如何加入膜拜團體・如何使青少年遠離膜拜團體・事先警告和防備・關於膜拜團體・當青少年加入膜拜團體・尋求專業協助

13

沮喪與自殺

166

何時與青少年談沮喪・如何與青少年談沮喪・關於憂鬱症・關於自殺・自殺的迷思・如何與青少年談自殺・避免造成刺激・尋求專業協助

14

倫理、道德與信仰

177

如何及何時與青少年談價值觀・關於仁慈待人・如何與青少年談正直・如何與青少年談責任感・如何與青少年談毅力・如何與青少年談樂觀・如何與青少年談宗教信仰

15

幫派

193

關於幫派・青少年為何加入幫派・為何與青少年談幫派・當青少年子女涉入幫派・遠離幫派的行動計畫

16

同性戀

206

父母對同性戀的看法・為何與青少年談同性戀・如何及何時與青少年談同性戀・關於同性戀・當青少年子女恐懼同性戀・當青少年子女是同性戀

17

色情

221

關於色情・如何與青少年談裸體・如何與青少年談性交・如何與青少年談性變態・別讓色情進家門

18

偏見與差異

227

美國的偏見現況・仇恨的字彙・偏見的具體例證・青少年如何
變得心存偏見・審視自己的偏見・建立自尊・承認及討論差
異・如何回應偏見和排他評論・處理歧視・有自尊能活得自在

19

青春期

245

關於青春期・何時與青少年談青春期・如何與青少年談青春
期・和兒子談青春期・和女兒談青春期・青春期的情緒

20

暴力

257

為何與青少年談暴力・關於暴力・如何避免暴力・當暴力發
生・當青少年子女涉入暴力・艱難的任務

〈延伸閱讀〉看書是談心的基礎

280

如何與

青少年子女

How to Talk
to Teens
About Really
Important Things

談心

著 > 查爾斯·薛佛
泰瑞莎·佛伊·迪吉若妮摩
譯 > 時必瑞

目錄

第1篇

難以承受的大事

〈推薦序〉開創青少年的成長資源	曾端真	0
〈導讀〉親子溝通三部曲	陳映雪	0
〈前言〉談心，讓心更靠近		1
		6
		9

1 父母離婚

0 2 2

為何與青少年談離婚・何時與子女談離婚的決定・關於離婚・
必須注意的反應・小心你的反應・尋求專業協助

2 摯愛的親友去世

0 3 7

死亡對青少年的衝擊・感同身受的談論死亡・悲痛的一般反
應・在葬禮中與人同悲・尋求專業的協助

3 約會強暴

0 4 7

和兒子談約會強暴・和女兒談約會強暴

第2篇 可防患於未然的事

◆4

喝酒與酒後開車

054

為何與青少年談喝酒・以身作則節制喝酒・喝酒與狂飲的區別・為何與青少年談酒後開車・青少年酒後開車的後果・酒後開車的替代辦法・當青少年子女酗酒

◆5

網路上的陷阱

066

上網的好處和壞處・利用防護措施・應付網路陌生人的安全守則・利用網路機會教育・採取堅定的立場

◆6

藥物濫用

073

謹慎用藥的習慣・為何與青少年談藥物濫用・和毒品劃清界線・討論事實分享心得・關於藥物濫用・談如何說「不」・誠實面對自己的經驗・當青少年子女吸毒・尋求專業協助