

# 10~18岁青春叛逆期，

## 父母引导男孩的 沟通细节

图解版

张丽霞◎编著



←青春期父母必读→

别让青春期的烦恼、迷茫和困惑致使男孩孤独，别让叛逆期的躁动、敌对与自我把男孩带入危险地带。父母多懂一点，让叛逆的孩子更明事理。




中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社  
全国百佳图书出版单位

10~18岁青春叛逆期，父母引导男孩的沟通细节：图解版

张丽霞 编著

 中国纺织出版社有限公司

## 内 容 提 要

青春期的孩子，身体发育迅速，心理波动不安，容易叛逆、和家长较劲、厌学，难沟通、难引导。

对于走到了人生十字路口的10~18岁男孩，父母要挖掘男孩青春期的巨大成长潜力，把“危险期”变成“机遇期”，把“爆发期”变成“创造期”，引导男孩顺利步入成年、迈向成功。本书全面指导家长如何与男孩顺利高效沟通，如何疏导男孩的负面情绪，如何做好男孩在爱情、亲情、友情方面的情感向导，如何培养男孩具备优秀男子汉的品质，如何让网络伤害不到男孩，如何锻炼男孩的为人处世之道，如何防范男孩误入歧途……让父母在第一时间给青春期男孩最迫切最正确的引导，实现男孩在人生关键阶段的最大飞跃。

### 图书在版编目（CIP）数据

10~18岁青春叛逆期，父母引导男孩的沟通细节：  
图解版 / 张丽霞编著. —北京：中国纺织出版社有限公司，2021.4

ISBN 978-7-5180-7613-0

I. ①1… II. ①张… III. ①男性—青春期—家庭教育—图解 IV. ①G78-64

中国版本图书馆CIP数据核字（2020）第123013号

---

责任编辑：张 羽 责任校对：高 涵 责任印制：储志伟

---

中国纺织出版社有限公司出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

销售电话：010—67004422 传真：010—87155801

<http://www.c-textilep.com>

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博<http://weibo.com/2119887771>

三河市延风印装有限公司印刷 各地新华书店经销

2021年4月第1版第1次印刷

开本：880×1230 1/32 印张：7

字数：118千字 定价：39.80元

---

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

## 前 言

相信很多父母都听过“叛逆期”这个名词，据教育专家调查研究发现，青春期的孩子普遍存在一定的叛逆心理，青春叛逆期，是家长教育孩子的关键时期。

这一时期是儿童期至成年期的过渡时期，体格、性征、内分泌及心理等方面都发生了巨大变化，个性、品质等世界观及信念逐步形成。

青春期，是人生中最美好的时期，也是决定男孩一生的关键期。青春的岁月如同钻石般珍贵，如鲜花般灿烂，但青春期也是叛逆期，叛逆期男孩的教育也成了不少父母头疼的问题。

可能不少男孩的父母发现孩子到了青春期就开始叛逆起来、无法管教——原来与自己无话不谈的儿子现在对自己关上了心门，一天到晚都说不上几句话；原来把所有精力放到力争第一名上的男孩如今却迷上了网络游戏；原来老师和家长眼里的乖巧男孩，更是突然学会了打架……面对男孩的这些叛逆的表现，父母感到不知所措，他们很想拉一把儿子，却发现无处下手。

那么，为什么男孩们会变得叛逆起来呢？心理医生认为，男孩在10岁之前是对父母的崇拜期，而10~18岁是孩子的“心



理断乳期”，许多西方心理学家也把青春期看作个体发展的“危险期”。男孩进入到这个年龄段，随着身体的发育、所学知识的增加以及知识面、阅历的增加，他们的自我意识增强，他们渴望脱离对父母的依赖，因此，极易对父母产生“逆反心理”而不服父母的管教。为此，很多父母操碎了心。一方面，孩子正处在青春期，会面临成长中的烦恼，需要有个倾诉的对象，而孩子似乎已经对父母锁上了心门；另一方面，叛逆期是个特殊的时期，孩子一不小心，就可能走上错误的人生道路……

因此，这时父母的教育和引导很关键。合格的父母，最起码应该能理解孩子的感情。对于青春期男孩而言，他们正处在人生的岔路口，身心上的巨大变化、对未来生活的迷茫、情绪的多变，都需要我们父母用心感受和理解，我们要在关心男孩身体、学习的同时，给男孩的情感成长以指导和疏解，让男孩快乐健康地成长。

的确，青春期的家庭教育不是一门简单的学问，孩子们敏感、复杂，父母需要认真对待。但引导男孩并不难，只要父母们学习并掌握有关叛逆期教育的知识，并认真地对男孩加以引导，就可以避免男孩误入歧途，早日成材。如果父母还把男孩当孩子看待，用昔日的教育方法对待青春叛逆期的男孩，那么男孩不但不会接受，还会用反叛、固执、粗鲁、执拗、孤僻等极端的方式来对抗。



本书就是一本针对管理、教育叛逆期的孩子的实用指导书，书中列举了众多典型鲜活事例，并从学生、家长、教师和专家等多个角度进行了深入的探讨，提出了相应的解决办法。最后，希望每一位阅读本书的父母，都能用自己的爱心和耐心，引导男孩正确处理叛逆期成长中的一些问题，让男孩在青春叛逆期树立正确的人生观、价值观，并掌握丰富的学习技能和生存本领，从而让他们为成为一个成功的男人做好充足准备！

编著者

2020年10月

## 目 录

### 第1章 走进孩子的心里，引导男孩度过青春叛逆期 \_001

男孩为什么会发脾气

——男孩最渴望得到父母的尊重 \_003

“我想离开这个家”

——青春期的男孩更渴望自由 \_006

“我是独一无二的！”

——青春期男孩应该如何着装 \_009

“我有时开心，有时烦闷。”

——青春期具有情绪多变性的特征 \_012

### 第2章 做儿子的“消防员”，疏导青春躁动的负面情绪 \_017

易冲动——青春期男孩的自控力差、攻击性强 \_019

脾气暴——男孩遇到不顺心的事就暴躁易怒 \_022

虚荣心——帮助青春期男孩克服虚荣心 \_025

嫉妒心——青春期男孩容易患上“红眼病” \_028



### 第3章 解析青春叛逆期的行为，引导男孩克服叛逆和不驯 \_031

“我也有说话的权利。”

——给孩子发表意见的机会 \_033

“回家晚是帮同学补课了。”

——教育出诚实、不说谎的男孩 \_036

我就是要跟你唱反调——正确处理男孩的对抗行为 \_040

我很孤独

——引导男孩别封闭自己，轻轻叩开他的心门 \_043

### 第4章 掌握青春叛逆期的教育要点，

选用恰当方法不和男孩较劲 \_047

“我已经不是小孩子了。”

——转变教育男孩的思路 \_049

每次都会吵起来——当亲子间发生矛盾后如何灭火 \_052

能不能不要数落我——改变教育男孩的方式 \_056

我就是不想跟爸妈沟通

——当男孩和你的关系开始疏远怎么办 \_059



## 第5章 把握青春叛逆期的早恋心理，

### 引导男孩建立正确的恋爱观 \_063

与女同学交往就是早恋吗

——理解青春期孩子的情感需求 \_065

与异性交往的尺度——男孩与异性交往过密怎么办 \_068

什么才是真正的爱——向男孩灌输正确的恋爱观 \_071

“英语老师真好！”

——告诉男孩这是对老师的崇拜，而不是爱 \_074

## 第6章 解开青春叛逆期对性的困惑，

### 引导男孩正确学习性知识 \_079

什么是性——怎样和青春期男孩讲解性 \_081

我是坏孩子吗——引导男孩正确看待性幻想 \_084

我为什么会做那样的梦

——引导男孩别为性梦而苦恼 \_088

乖男孩也会手淫——告诉男孩自慰有哪些危害 \_092

“这些图片真刺激！”——告诫男孩远离色情暴力 \_095

## 第7章 别让青春期在键盘上敲过，引导孩子正确利用网络 \_099

抵抗不住的诱惑

——通过疏导，让男孩正确认识网络 \_101



网络世界真精彩——如何引导男孩上网的三类行为 \_104

我就是想上网——男孩上网成瘾怎么办 \_108

青春期就不能上网吗——如何让网络成为有用的工具 \_111

因为空虚才上网

——精神富足的男孩懂得迷恋网络的危害 \_114

## 第8章 培养性格优点，好父母要给男孩的5个重要引导 \_119

自信——赋予男孩自信心比什么都重要 \_121

责任感——有责任的男孩才能成大器 \_125

专注力——引导“毛毛躁躁”的男孩学会专注 \_128

意志力——意志力就是男孩的成功力 \_132

自主——培养有主见的男孩 \_136

## 第9章 价值观养成：男孩要勇于担当，培养有出息的男子汉 \_141

男孩开始“学坏”怎么办

——引导男孩树立正确的是非观念 \_143

“我在为谁努力？”

——引导男孩认识人生是自己的 \_146



“我不喜欢分享。”

——让男孩明白自私的人生是孤独的 \_149

冷漠、没有爱心——引导男孩树立正确的道德观 \_153

## 第10章 人生观引导：男孩要坚守信念，

### 培养勇敢乐观的人生态度 \_159

“没有打不倒的困难。”

——乐观的心态是宝贵的资产 \_161

“谁都比不上我！”——谦虚的男孩更知道进取 \_164

“这不是我的责任。”

——敢于担当才是真正的男子汉 \_168

“他是我的死对头！”——对手激励出真正的男人 \_172

## 第11章 交友观修正：男孩要广交挚友，懂得分辨真朋友 \_177

“他教我抽烟喝酒。”——引导男孩远离恶友 \_179

“我要替哥们儿出口气！”——江湖义气害人害己 \_183

“我讨厌他，他总比我优秀。”

——引导男孩学会欣赏同伴的优点 \_187

“我和他打过架。”

——引导男孩心胸开阔，让友谊更长久 \_190



10~18岁青春叛逆期，  
父母引导男孩的沟通细节（图解版）

## 第12章 叛逆期沟通：倾听孩子心声，让男孩对你敞开心扉 \_195

消除“代沟”，与男孩成为亲密朋友 \_197

批评男孩的艺术——适度批评，不可伤害男孩自尊 \_201

表扬男孩的艺术——多提及男孩身上的优点 \_205

认真倾听是有效沟通的开始 \_208

## 参考文献 \_212

## 第 1 章

### 走进孩子的心里，引导男孩度过青春叛逆期

随着青春期的到来，男孩的身体发育加快，在思维上也开始完善，他们开始思考自己、思考未来与人生，同时，他们会面临很多不解与困惑。此时，渴望独立的他们本能地想要摆脱这些困惑，于是，他们变得叛逆起来……一些父母一看到孩子出现与以往不同的举动，便会产生焦虑心理，甚至对孩子严加管教，实践证明，这种方法并没有太大的效用。其实，面对青春期孩子的逆反心理，最好的方法是蹲下身来，和孩子建立一种平等的朋友关系，理解、支持你的孩子，建立起真正的亲密关系，让孩子的世界真正接纳你！







## 男孩为什么会发脾气——男孩最渴望得到父母的尊重

### 家长的烦恼

梅女士的儿子小刚是某校一名初二男生。有一天，他正走在上学的路上，突然间，他想起了昨天晚上的作业忘记带了，于是急忙又掉头往家跑。当他掏出钥匙打开家门时，他看到妈妈正从自己的房间里出来，她脸上带着不自然的表情。小刚走进自己房间去拿作业本，他在推开房门后的一瞬间愣住了，（他）看到自己书桌的抽屉全都敞开着，自己的日记本、同学们送的生日礼物及贺卡等全都胡乱地（被）堆在桌子上。

小刚非常生气地质问妈妈：“你为什么翻我的抽屉，随便动我的东西？”

没想到梅女士却比他还生气：“怎么了？当妈妈的看看儿子的东西还有错吗？”

“可是你应该经过我的允许才能看啊！”小刚很愤怒地回答妈妈。

“小孩子有什么允许不允许的，别忘了我是你妈妈，好了，快去上学吧！”梅女士毫不在乎地对小刚说。



生活中，这样的场景并不少见，在不少父母看来，青春期是暴风雨般的季节，对于儿子的成长，一定不能忽视，于是，为了防止危险事件的发生，他们会偷看儿子的日记、检查信件、追查电话、查阅短信、翻查书包等，这些都是小事。他们认为儿子毕竟还小，他们这样做是在关心孩子，一切都是为了孩子的成长，防止孩子走入歧途，以免孩子一步走错步步皆错。

其实，父母看似关心男孩，而一些懂事的男孩可能会了解父母这样做的本意是出于对自己的爱护，但是，父母的这些行为，都是对男孩的不信任、不尊重，伤害了男孩的自尊心，让他们感到不舒服。于是，这些男孩对父母偷看他们日记、私拆他们信件的行为很反感，甚至有些男孩总爱在家中自己使用的抽屉上锁上一把锁，总之，父母和男孩之间横亘了一道鸿沟。

其实，青春期是叛逆的年纪，这个阶段男孩的自尊心比其他任何年龄段的男孩都要强，他们更渴望独立和别人的尊重。随着年龄的增长，他们对父母的依赖减少，独立意识逐渐增强，成人化倾向明显，希望别人尊重他们的自主性、独立性；同时，随着生活领域的扩大，知识信息的增多，他们的内心变得敏感起来，感情变得细腻起来，会产生许多想法，原先敞开的心扉渐渐关闭，有了自己的隐私；而且，即使他们有不少话想说，但观点已经与父母有所不同了，于是他们与父母的心理沟通就会明显减少，转而把自己的“秘密”和内心的感受都倾诉在日记里。



这时，如果父母采取强硬和蛮横的手段，想方设法去查看男孩的日记、偷听男孩的电话等，无视男孩的感受，随意侵犯他的隐私，很明显，男孩一定会产生一些负面情绪，比如发脾气，因此，有很多父母感到很纳闷，为什么孩子会发脾气？其实这是因为他们渴望被尊重。

### 心理支招

因此，家长必须要明白以下三点：

（1）要把男孩看成一个独立的人，而不是你的附属品或者专有物品。孩子是一个人，不是物。他是人，他就有感情，就有他自己的行为方式，就有自己的独立人格，也有他的隐私权。

（2）青春期的男孩是未成年人，他们的一切都还处于可塑期。如果男孩从小就受到尊重，他便能懂得自尊，也会懂得怎样去尊重别人。那些对人彬彬有礼的男孩，肯定是在家里很受尊重的孩子；那些蛮不讲理、行为粗野的男孩，在家里，一定得不到他人的尊重，甚至常常受到伤害。所以，如果你想把自己的儿子培养成为高素质的人，成为有教养的人，那么，你首先要做这样的人。要让孩子尊重你，你便应当先尊重他。

（3）我们要用心观察男孩的成长。进入青春期的男孩，对成人的封闭性、对伙伴的开放性更显得突出，会有更多的隐私，这些“小大人”似的男孩尤其需要得到尊重。的确，人类最不能伤害的就是自尊。在家庭中建立亲情乐园，要从尊重男