

<<陪孩子走过青春期>>

图书基本信息

书名：<<陪孩子走过青春期>>

13位ISBN编号：9787508634548

10位ISBN编号：7508634543

出版时间：2012-10

出版时间：中信出版社

作者：菅原裕子

页数：228

字数：135000

译者：申冬梅

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<陪孩子走过青春期>>

前言

<<陪孩子走过青春期>>

内容概要

孩子进入青春期，就开始了从精神层面脱离父母的旅程。这阶段的孩子，会一直处于犹豫不安的状态中，他既没有完全切断与父母的精神羁绊，又开始逐渐确立自己的独立人格。而最让家长觉得为难的，不是需要付出辛苦支持他们，而是孩子对自己支持的抗拒。

本书和家长们共同探讨青春期孩子的特点，以及如何了解青春期的孩子，帮他们走向心智成熟。在成长的过程中体验“爱与被爱”、“责任意识”和“帮助别人的幸福感”，孩子才能获得最大的心灵支持，形成健康的自我。同时，父母自身的成长更是帮孩子走向成熟自信的关键。

<<陪孩子走过青春期>>

作者简介

菅原裕子，日本人气最旺的亲子教育专家，亲子作品长居亚马逊排行榜榜首。

菅原裕子在亲子教育方面有独特的理解，针对“少子化时代”父母的教养难题，提供给家长多种教养方法，被日本父母奉为教子严规。

1995年以来，她为家长们启动协助孩子提高生存能力的爱心工程“心灵教练”项目，热心参与日本各地的学校、全国家长会等举办的演讲，备受家长追捧。

<<陪孩子走过青春期>>

书籍目录

前言

第一章 你希望孩子成为什么样的人？

你希望孩子长大后过上什么样的生活呢？

培养独立的孩子

何谓青春期

所谓青春期正是一个人自我存在价值相对空白的一段时期

爱惹事的青春期孩子

好好管教你的孩子

曾经保护孩子们的“两道屏障”

我们正身处一个对孩子缺乏保护的时期

这是一个连成年人也感到迷茫的时代

我们可以任意选择生存的方式

家长们！

从现在开始学习还为时不晚

第二章 拿什么教育你，我的孩子

孩子的自立和自律

每个人都有专属于他自己的人生价值

对存在价值的认知，会成为一种不屈不挠的成长力量

我的人生我做主

“自己去说！”

”

我的人生我做主

为了与他人保持良好的关系，要学会表达自己

要求孩子用语言表达

孩子们需要管住自己

让孩子有意识地自己进行选择

怎样教育那些可以上学，却不愿意去的孩子

包容自己，包容他人

第三章 家长的立场和应该掌握的知识

家长是孩子最好的老师

何谓老师，何谓培训课程

抛开负罪感

如果被负罪感束缚，家长将看不到问题的本质

懂得感恩，感谢孩子来到我们身边

感谢产生信赖，信赖赢得尊敬

相信自己，相信孩子

戒掉上一代传下来的不良教养习惯

理解人类的心理法则

反抗压迫法则

你追我逃法则

家是孩子的“训练场”

家，是一个可以让人学会规矩和礼仪的地方

家，是一个适时调整人的自我膨胀感的地方

<<陪孩子走过青春期>>

家，是一个让孩子作好步入社会的准备，顺利起航的地方

与孩子坦诚相待

不要将自己封闭在烦恼当中，拿出勇气来面对它吧

跟孩子讲一讲自己的过去，让孩子看一看自己的现在

家长要主动架起与孩子心灵相通的桥梁

做好孩子的模范

男孩子的模范是父亲

女孩子的模范是母亲

立足客观，但不要忘了幽默

用幽默解决问题的练习

第四章 向孩子明确表达你的爱

青春期的孩子值得被爱

直截了当地向青春期的孩子表达自己的爱

毫无保留地包容孩子

青春期的孩子，就像刚出生不久、不停大哭的婴儿一样

用足够的给予，让孩子觉得满足

在能力允许的范围之内，应慷慨满足孩子的物质需求

教孩子学会爱与被爱

永远不要觉得为时已晚

家长朋友们，不要让你们成长的机会溜走

第五章 如果你觉得爱得不够

沉默是金

学会倾听

有些家长，总是在孩子的小说中描绘灰暗的未来

倾听孩子的心声，消解孩子的不安

诚心致歉

请诚心诚意地道歉，不要转弯抹角

告诉孩子你爱他

支持到底

第六章 责任决定品质

“责任”决定生活的品质

从明天开始不再叫孩子起床

你可以吗？

为孩子设定一个界限

让孩子明白人生无法事事如意

拿出坚决的态度，说明你的底限

在自由中懂得责任

教孩子学会控制自己

站在孩子的立场上给孩子以指引，还是站在孩子的对立面被动接受

教孩子拥有“责任意识”是充满父性的工作

不要因为一切还早就掉以轻心

无法无天的孩子

养不教，父母之过

第七章 如果你的孩子尚未懂得“责任”

自我诊断你的子女教育

子女教育阶段一：爱

<<陪孩子走过青春期>>

子女教育阶段二：干涉的程度

子女教育阶段三：生活环境

冷静客观地评价孩子

制订培养孩子责任意识的详细计划

下定决心

寻找你的支持者

告知孩子你的培养计划

孩子的敌人不是父母

帮助孩子实行计划

勤于沟通

为了让孩子懂得责任，家长勤于与其沟通的实例

为了让孩子懂得责任，家长勤于与其沟通的实例

善始善终

第八章 人生的乐趣不在索取而在给予

人的需求可以分为5+1个阶段

马斯洛的五阶段需求层次理论

需求的最高境界=贡献需求

给孩子锻炼的机会

不可胡乱夸奖孩子

第九章 家长的自立让孩子更幸福

唯有自立才能让自己和周围的人都能“快意人生”

放下你的“受害者”意识

父母给孩子的最好的礼物

我的孩子“带有微瑕”

一只裂缝水桶的故事

裂缝的水桶

后记

<<陪孩子走过青春期>>

章节摘录

第一章 你希望孩子成为什么样的人？

您希望孩子长大后过上什么样的生活呢？

“您希望自己的孩子长大后过上什么样的生活呢？”

被问到这个问题时，你会如何作答呢？

如果你觉得这个问题提得太突然，那么请你试想一下自己的孩子长大成人之后的样子吧。

他，或者她，会成为怎样的人呢？

又会过着怎样的生活呢？

换句话说，您本人希望孩子将来生活得怎么样呢？

我常常向家长朋友们提出这个问题：“您希望自己的孩子长大后过上什么样的生活呢？”

得到的回答，大多数都是：“我希望他过得幸福。”

接下来，我又会问：“那么，为了让您的孩子将来能够幸福地生活，您觉得孩子必须学会些什么呢？”

很多家长朋友们听到这个问题时，都会一时陷入茫然，无从回答。

我想他们的真心话应该这样吧：“这个嘛，我还真没仔细想过，我也说不清楚。”

我们日常生活中对子女的教育往往有些盲目，根本做不到一边考虑为孩子的将来打基础，一边思考当前应该采取何种行动。

我们在思考自己作为家长应该如何教育子女时，根本就没有把孩子的将来考虑进去。

当然这也是有原因的。

忙了一天的家事和工作，又好不容易将孩子哄睡着的母亲，哪里还有力气去想得那么细致呢？

而在外面打拼了一天、疲于工作的父亲，晚上下班回到家之后，也毫无余力再去思考应该怎么更好地教育孩子。

所以，绝大多数父母对子女的教育都维持在最基础的状态，即保护好子女，让他们每天都平平安安。

因此，他们自然也没有想到，自己作为父母的一举一动、一言一行是否会在不知不觉间影响到子女的将来。

即便有些家长深谋远虑，懂得为孩子的将来着想，也多半是为了挖掘孩子的才能，强迫孩子学这学那。

现在很多家长让孩子学习一些特殊的技艺或者某种运动，都属于这种情况。

但事实上，如果说要挖掘孩子的某种潜能，家长必须要首先考虑的，是挖掘孩子最基本的才能，那就是“生存能力”。

培养独立的孩子所谓“生存能力”，即是重视并享受自己的人生，能够灵活应对生活当中可能遇到的各种各样问题的能力；是面对困难时，能够坚忍不拔继续前进的能力；是冷静控制自己内心的情感起伏，灵活处理与别人的情感纠葛，与人和平相处的能力；是能够清晰判断对自己来说什么是有益的，什么是无益的，理性构建自己人生的能力；是决定一个人生存方式的最基本能力。

生存能力与我们平常能够通过学习获得，并且具有一定效用的能力相同，甚至重要程度要超过这些能力。

从根本上说，生存能力是人类与生俱来的。

但是它的特殊之处在于，如果不加以引导，这一能力将无法得到发挥。

而且，如果引导过程不能持续，也无法拥有这种能力。

正因如此，我提出了引导这一能力的做法，即教孩子学会“爱与被爱”、“拥有责任意识”并“体会帮助别人的喜悦”。

总结起来，就是我的“心灵沟通”的理念。

至于如何针对幼年期孩童的教育方法的具体建议，已经详细记录在《让男孩听进去，让女孩说出来》一书中了。

可以说，掌握了生存能力的孩子就是能够独立的孩子。

引导孩子发挥他们生存能力的做法，要以全面肯定孩子的存在为出发点，即前文所说的“因为爱”。

<<陪孩子走过青春期>>

这里所说的爱是没有任何条件的，是对孩子的全方位地接受和肯定，这也是孩子们生存的最基本条件。

只有全面肯定了孩子生存的最基本条件，才能够引导他们发挥出与生俱来的能力。

接下来，家长要坚定地相信自己的孩子是一个“可造之才”，在陪伴孩子成长的同时，保护他们“可造”的能力。

给孩子以充分的信任，将他们的每一天放心托付给他们自己。

并且家长一定要控制住自己，不要轻易出手帮助他们，即便孩子有处理不了的事情跑来求助，也要给予他们最小限度的帮助。

充分的信任和放心的托付，将有助于激发孩子的潜能，使他们不得不充分发挥自己的能力。

而能力就像一把宝剑，越锻炼越出色。

凭自己的能力安排自己的每一天，这就是一种“责任”。

对于成年人来说，这是自然而然的事情，没什么大不了。

但是这一能力不是随着一个人的成年而突然迸发出来的，而是伴随着一个人的成长，日积月累逐渐形成的。

我有一个朋友是做职业顾问的，在该行业里小有名气。

具体来讲，她的工作主要是为那些即将参加或者寻找工作的年轻人提供职业咨询服务的。

她会通过与年轻人的谈话来了解他们的适应能力，并且给予一定的建议。

有一个现象让我觉得非常吃惊。

据我的朋友说，前来咨询的年轻人中居然有很大一部分是由母亲陪同前来的。

而且，她提出的相关问题，也都是由咨询者的母亲回答的。

面对这个现象，我问她：“那么，这些年轻人是男性多，还是女性多呢？”

”她回答我说：“男性的比例非常高啊！”

本来嘛，女孩子很少来咨询职业相关问题。

因为女孩子未结婚前，就会帮忙做做家务事，而且，结婚之后，也未必需要工作。

”从这里就可以窥见生存能力薄弱的孩子们的表现了。

年轻人早晚有一天要离开父母的庇佑，离开家，找工作，然后创造自己的人生。

这对于一个人来说是理所当然的，也是最自然的事情。

但是，当一个人被父母庇护时没有接受充分的训练，不能成功发挥自己的能力和能力，这么自然的事情也会变得没那么简单了。

孩子的独立，并不会在某一天突然发生。

相反，这一独立过程是漫长的，家长要从小就教孩子学会自立，随着孩子的成长逐渐将事情交给他们自己来处理。

渐渐地，你会发现，孩子在不知不觉间已经学会独立了。

何谓青春期本书的关键词是“青春期”，它究竟是怎样的一段人生呢？

让我们试着思考一下有关青春期的问题吧。

所谓青春期，到底指的是什么呢？

我们人类要从父母的身边脱离数次才能够长大成人。

第一次，即是从母亲子宫中的脱离。

婴儿要从母亲舒适的子宫中爬出来，需要历经千辛万苦，才能来到这个世界。

与此同时，母亲所受到的痛苦，也非同寻常。

紧接着的第二次脱离，就是开始学走路。

一直依偎在母亲怀中的孩子，必须用自己的双脚站立起来，靠自己的意志行动。

在这一阶段，孩子将会一次又一次地体会到摔倒的疼痛。

而这一时期，照顾孩子的大人，也会付出相当大的辛苦，因为这时的小孩子不要说拥有自己的意志，他们甚至连危险与否都不能判断，保护这样一个小孩子的安全，其困难程度可想而知。

到此为止的脱离，基本上都是肉体上的脱离。

而到这个阶段为止，小孩子在精神上都会表现出极强的依赖性。

<<陪孩子走过青春期>>

这也是理所当然的，因为如果不这样做他就会活不下去。

所以我们才会经常看到这样的场景：刚刚还笑呵呵的小宝宝，一看不见妈妈，就会歇斯底里地大哭起来。

实际上，这一时期对母亲来说，是觉得最满足的时候。

这可能是一个女人的人生中最难得的体验。

其来源是孩子对母亲的爱与依赖，这种不加丝毫掩饰的爱让母亲体会到了超乎想象的被需要感。

而这种被需要感是如此强烈，以至于无法复制。

其实母亲们心里也非常清楚，这份爱是孩子这一特殊阶段的特殊表现，随着孩子日渐长大，自己的感受也一定会发生极大的变化。

所谓青春期正是一个人自我存在价值相对空白的一段时期孩子在小学四年级左右，将进入从精神层面上脱离父母的时期。

在这之前，孩子的精神世界是在父母的人格之下从属存在的。

从这一时期开始，孩子将逐渐形成自己独立的人格，并因此渐渐远离父母。

初中和高中阶段，更是一段非常特别的时期。

孩子既没有完全切断与父母之间的精神羁绊，又开始逐渐确立自己独特的人格。

因而这段时期的孩子，会一直处于极其犹豫不安的状态当中。

他们虽然已经与父母之间拉开了很远的距离，却仍然不能完全确立自己的独特价值。

对孩子们来说，这段时期无疑是一段自我存在价值的空白期。

在我看来，所谓的青春期就是指这样一段时期。

在这一段空白时期当中，有一个表现最为明显的高峰期，即在孩子16~17岁的时候。

并且孩子在以后对于这一段时期的记忆会出现大片空白。

我本人经常听到人们这样说：“不知道为什么，那一段时期的记忆就像弥漫着烟雾一样，模糊不清。”

我想这大概是因为人们在潜意识当中，不愿意回想起那一段混乱不堪的内心纠葛吧。

曾经有一位家长向我倾诉过她儿子年少时的事。

她的儿子现在已经工作快3年了，一切都已步入正轨。

可是她儿子16岁时，却曾由于偷街边的摩托车开着到处乱转而被警察逮捕过。

她说她当时完全无法相信自己的孩子会做出那样的事，因为以她对孩子的了解，孩子一直都很乖巧懂事。

那段时期，她一直非常担心自己的儿子，非常苦恼。

其实，青春期也与其他子女脱离父母的各个阶段相同，都会伴随着父母与子女双方的阵痛。

据说很久以后，她又再一次与儿子谈起这件事。

她问：“你当时为什么做那样的事呢？”

儿子却回答：“我也不知道。”

还说：“那段时间的事，我都记不太清了。”

根据她的判断，儿子应该不是试图蒙混过关，说的应当就是事实，那段时期的记忆真的已经模糊不清了。

虽然我在这里只举了这么一个例子，但是类似的事情却是经常听到的。

而且犯这样错误的大多数孩子都有一个奇特的共同点，即是经过了青春期之后，那段时期的经历都被他们忘得一干二净。

他们也会回归到和别人一样平和的人生轨道，正常地上大学、参加工作等。

在内心深处，他们试图将自己在未经世事的迷茫时期做的那些错事，尽可能地消磨得踪迹全无，就像那些事根本不值一提一样。

我的女儿也是一个不得不说的例子。

她17岁时非常叛逆，情绪极不稳定，可是到了即将上大学时又变回了原来那个活泼开朗的她。

事后，听到我说起她青春期多么叛逆时，她却问我：“我那时候真的那么叛逆吗？”

我怎么一点儿都不记得。

自从她上了大学，在学校附近租了房子一个人住之后，她就已经开始迈出走向独立的第一步了。

<<陪孩子走过青春期>>

毕竟她已经18岁了。

我只能在心里默默地送上我的祝愿，“你已经18岁了，去创造自己的人生吧。”

看着若无其事从家里搬出去的女儿，我不由得想起了自己18岁时离开家去学校生活的场景，而我们的影子居然丝毫不差地重合在一起。

青春期通常是从孩子10岁左右开始，持续时间大概8年左右。

对孩子来说，这段时期的后半段，尤其需要外界的支持。

但是让大人们觉得为难的，并不是需要付出的支持，而是孩子们对自己的支持的抗拒。

需要别人帮助的同时，却对别人的帮助表现出抗拒。

所谓青春期就是这样一个时期。

爱惹事的青春期孩子近年来，社会上不断发生青少年犯罪事件。

看着这些事件，我深切地感受到青春期孩子们的心理是多么的不设防。

他们在尚未完全明白事理、对一切毫无防备时，就被送到了社会上，由于种种原因，才稀里糊涂地犯下了不可饶恕的过错。

他们不懂防备的样子在我脑海中挥之不去。

事实上，我的这一感觉起源于看到2000年5月发生的左贺公交劫持事件的报道。

那是一辆从左贺出发，正在前往福冈的客车。

一名只有17岁的少年劫持了这辆客车，并造成了1人死亡、5人受伤的严重后果。

面对据守客车的少年，他的父母一定曾想方设法劝说他从客车中走出来。

而警察也一定是抱着同样的希望。

可是，对于为人父母的人来说，还有什么比眼睁睁看着孩子犯错，而自己却无力劝说更加悲哀的呢。

想到这些父母，想到这些孩子，我就会不由得心痛。

在这次劫持事件发生之前，那少年就应该受到全方位的大力保护。

而这一保护力量，必须在少年学会控制自己的情绪以及其他感情因素之前，代替少年来控制他。

这是一种必不可少的力量。

我认为这不但有利于保护孩子们自身，而且也有利于保护孩子们直到青春期结束为止的这段空白时期。

好好管教你的孩子前几日发生了一件事，那只是稀松平常，甚至很少有人会注意的一个场景，却让我从心底里对一位母亲大声喊道：“请好好管教你的孩子们！”

事情的发生地点是一家超市，一位30多岁的母亲带着两个小男孩来买东西。

小男孩一个7岁左右，一个5岁左右的样子。

这两个小男孩从进了超市就一直吵吵嚷嚷、打打闹闹，不断撞到别的顾客，也不知道收敛。

在他们身边买东西的人都频频蹙眉，不胜其烦。

再看看他们的母亲，一脸的无所谓，只是偶尔小声嘟囔一句：“你们安静一点儿。”

而且说的时候根本就没有看着孩子，完全像是在自言自语，很明显对管教小孩子、让他们安静下来起不到丝毫作用。

我在旁边观察了他们很长时间，也一直在期待那两个小男孩撞到我。

如果他们撞到我，我就有机会和这两个小男孩说话了。

可是，事与愿违，两个小男孩撞错了对象，他们撞到了一个和我年纪相仿的女性朋友。

那位女性朋友显得相当烦躁，语气也有些不善，直言不讳地训斥道：“这里不是公园！”

跑来跑去的像什么样子！

可是，小男孩们的母亲却装作一副什么也没听见的样子，继续买她的东西。

看到母亲是这样的态度，两个小男孩也觉得无所谓了，甚至还恶意模仿那位女性朋友的话，怪腔怪调地学着说：“这里不是公园！”

跑来跑去的像什么样子！

就好像是在嘲弄人家一样。

那一瞬间，我就在想：如果这两个小男孩是我的孩子，如果他们在很早以前就因为犯这样的错而被我惩罚过，他们的表现又将是怎样呢？

<<陪孩子走过青春期>>

对于小孩子，在他们对别人做出如此失礼的事之前，就应该好好管束他们的行为了。

孩子们就是从家长对他们的错误行为进行遏制过程中，开始学习如何控制自己的。

这件事当中，让我最吃惊的是母亲的态度。

孩子们都已经犯了这样的错误了，她还能做到好似事不关己一样，着实令人吃惊。

同时我也在考虑，这位母亲一定是不知道应该如何教育她的孩子们，养育了孩子这么多年，仍然不知道让孩子们安静下来的办法。

因此她自己现在应该也处于一筹莫展的状态吧。

一个孩子，如果未经外力的管教监控而直接长大，过渡到青春期，就会无法掌握控制自己的能力，而这样的孩子通常都是不懂得防备的。

就好像飞奔而来冲进玻璃餐具店的疯牛，不但可能伤害到自己，同时也可能会伤害到他人。

因此，为了不让孩子受到更大的伤害，我们做父母的，必须亲手教会他们什么该做什么不该做，即便过程中会伴随着些许伤痛，也绝不能放松警惕。

教会孩子自立，是引导孩子走上幸福人生旅程的必经之路，是孩子们一定要学会的人生要素。

而自立这一能力，却不是无师自通，每个人都理所应当具备的。

自立是一种特殊的智慧，它虽然与生俱来，却必须要经由父母的指引，才能发挥应有的效用。

对于孩子来说，有些很重要的能力，看似不必特意教育他们也能够轻松掌握。

比如，即便我们不刻意教他们，他们自然也会吸奶，慢慢也会走路，甚至开始说话。

他们似乎可以任意发挥自己天生的能力。

但事实上，能够做到这一切是因为孩子们已经具备了学会上述能力的环境，是周围的环境引导他们发挥出了自己的能力。

正因如此，在孩子们成长到一定年龄之后，我们做父母的，就必须为他们创造一个全新的环境，并通过这一环境培养他们真正地长大成人。

这是一个连成年人也感到迷茫的时代时代的变迁不仅给孩子们的成长带来了巨大的影响，我们这些成年人也不得不忍受被翻天覆地的变化玩弄于股掌之上。

我们的社会上曾经潜藏着很多条教育孩子的规矩，它们教会孩子们什么“该做”，什么“不该做”，发挥着巨大的教育作用。

比如：子承父业，父死子继；君要臣死臣不得不死，父要子亡子不得不亡；又比如，敬老尊贤，不得以下犯上等。

以上这些是隐含在传统和生活习惯当中的根深蒂固的生存方式，而其中最重要的一个就是“家族观念”。

在传统家庭中，有很多令人“又敬又怕的人”，我们就是在这些令人“又敬又怕的人”的注视下（或者说监视下），生活过来的。

条条框框的规矩限制了我们的自由，让我们觉得很受拘束。

可是，这为数众多的约束，却保证了我们的人生是平安而稳定的。

也正是因为有了这么多的规矩，我们才能够清楚地明白自己的人生目标，过上亲友和周围的人们所期待的生活，并由此体会到人生的真谛。

传统生存方式当中，最重要的就是生存本身，是多少年来人们度过的那些日日夜夜平静如水的生活。

正是因为有了传统观念的教诲，我们从不曾由于不懂得生存的意义而忧心忡忡。

我们可以任意选择生存的方式时代发展到今天，我们被“流放”到一个可以任意选择人生的洪流当中。

人们早已冲破“家族观念”的束缚，开始按照自以为对的方式随意安排自己的人生。

于是，一个很重要的问题被摆放在人们面前，即我们该如何生存？

也就是说，在人们可以自由选择自己的生存方式之后，人们需要思考的已经不是我“应该”如何生活，而是我“想”、我“希望”如何生活。

人生的出发点已经转变为自己的需求。

可是与此同时，假如人们并不清楚自己想要如何生存，则势必会产生消极情绪，觉得自己一事无成，或者根本活不下去，进而被莫名的焦躁感困扰。

<<陪孩子走过青春期>>

还有一个问题。

人生的选择是多种多样、纷繁复杂的。

如果生存方式由自己选择，那么接下来的所有选项也必然全部听凭自己的意志。

假如我问你：“这一辈子，你到底想做什么呢？”

“你会怎样作答呢？”

我想听到这样的提问之后，应该没有人能够马上回答出来吧。

我们的社会上到处都充斥着试图找寻自己生存方式的“精神难民”。

扪心自问，你是否曾经由于不知道自己究竟想做什么而烦恼万分呢？

你又是否曾经因为不知道目前的生活方式该不该继续下去而焦躁不安呢？

如果你去问一个很想辞职的人：“你辞职之后，打算做什么呢？”

“他一定会回答你：“其实我也不知道，但我想总会有更适合我的生活方式吧。”

”这完全就像有些人突然心血来潮出去逛街时的情形：觉得自己好想买东西，就走出了家门，可是到了街上却发现可买的东西太多了，千挑万选之后，累得路都走不动了，只好两手空空地回家了。

在一些演讲会上，我经常被听众朋友问到这样一个问题：“孩子都已经是中学生了，却还没有一个明确的生活方向。

面对这种情况要怎么做才好呢？”

“每当听到这样的问题，我都会一时语塞，不知如何作答。

我想说的是：假如一个中学生能够明白自己究竟想要什么，那他真的是一个非常幸福的人。

但是如果他没有，他并不知道自己想要什么，也不是什么不幸的事。

让一个仅仅度过了14年人生路的孩子来作这样高难度的选择，本身就是强人所难。

教育子女的问题也是同样道理。

现在社会上流传着各式各样的子女教育信息。

相信哪一种，选择哪种方式教育孩子都是家长的自由。

可是事与愿违，正是这些过于自由的选择令家长朋友们迷惑不解。

我家附近住着这样一位年轻的母亲。

她按照自己的想法，将孩子送到了早期婴幼儿学校去接受早期教育。

后来却听说别人家的母亲专心致志地送孩子（或者说让孩子专心致志地）去学音乐或者体育之类的特长。

于是这位母亲的想法就有些动摇了：自己到底应该怎样教育孩子呢，是不是也应该像别人一样送孩子去学习一些不同的技艺呢？

她为此烦恼万分，因为在她看来，别人之所以将孩子送去学习各种技能，说不定是因为她们知道自己不知道的信息，如果自己不跟着做的话可能会耽误孩子的前程，变成一个不称职的母亲。

因此，她也像别人一样送孩子去学习各种技艺，希望为孩子的将来打好基础，并对此充满期待。

家长们！

从现在开始学习还为时不晚我在“心灵沟通”的主题演讲上，发表过很多教育孩子的新观点。

其中有好几个观点会令与会朋友们觉得很不可思议。

首先，我在演讲之初，就提前声明了我的观点：“请在座的各位，不要绝对相信我所说的话。”

”之后我又在演讲中间说：“不要随意夸奖孩子。”

”甚至我还表示：“千万不要相信孩子说的话。”

”往往到了演讲的最后，与会者会质问我道：“那你说了这么多，到底想要我们怎么做呢？”

”事实上，我发表的很多观点，都是对人们盲目相信别人的话或者流言蜚语的警告。

家长们要做的，不是盲目地相信和滥用随手得来的信息，而是必须认真思考我们作为一个人，作为一名家长来说，人生到底是什么？

对于我们的孩子来说，真正的幸福又应该是什么样子的？

在这个高度信息化的时代，社会上流传着用之不竭的信息。

究竟选择哪一个却是我们的自由。

信息每日更新，新内容新观点也不断涌现。

<<陪孩子走过青春期>>

这些信息每一个看起来都极具道理，很有说服力。

但是，这些信息也存在很多陷阱。

那么，对于这些信息，我们要作出怎样的调查分析，才能判断出它对自己和孩子是否有益呢？

我们应该如何思考，对于自己和自己的孩子来说，究竟什么才是最好的呢？

我们是否应该不相信随便听来的信息，放弃不假思索便投身到那些听起来还不错的简单方便的做法中呢？

例如，很多家长听到“鼓励式教育法”时，都会觉得非常新鲜，根本不理睬这一方法的深意，而直接在自己的孩子身上实行，一味地过度夸奖孩子，结果却给孩子的成长埋下了隐患。

被过度夸奖的孩子，都会有一个共同的问题。

他们极度自我膨胀，不能脚踏实地，自视甚高，还没有学会切实把握自己就走上了社会。

这一表现无论对他本人来说，还是对周围的人们来说，都蕴藏着带来不幸后果的危险。

在令人“又敬又怕的人”还留存于我们周围的时代，适度夸奖孩子确实是非常重要的。

因为孩子们平日里都是被“又敬又怕的人”包围着过活的。

这些人是他们的父亲、母亲，当然也包括别家的大人。

孩子们多数时候都是小心翼翼的。

在这种情况下，这些令他们“又敬又怕的人”当中偶尔有一两个人夸奖他们一下，势必可以帮助孩子们减少犯错误的概率，使他们学会谨言慎行，更可以帮孩子树立自信心，是孩子们认可自己的重要因素。

听到自己被夸奖了，孩子们一定会觉得：“我以后要一直这样做！”

”也就是说，在屏障的保护里面，通过夸奖，能够让孩子们变得更加自信。

但是，在屏障缺乏的当下，如果不分青红皂白地夸奖孩子，只会徒增孩子的自我膨胀感，使他们错误地认为：“我很了不起！”

”而这种错误的思想，总有一天会露出破绽，伤害别人也伤害他们自己。

其实，现在我们做父母的所渴求的，不应该只是学到“鼓励式教育”这个说法，而应该是这个说法背后隐藏着的做法和含义。

难道不是这样吗？

通过接触各种各样的信息和机会，家长们都能得到些启发。

只是，对这些极其宽泛的、大众化的信息和机会，是否适用于自己家的孩子，能否适当地发挥作用还模棱两可。

因此，现在家长们需要做的就是拿出时间和正确的态度，仔细审视自己孩子的成长环境，并由此深刻地思考，对孩子来说什么才是最好的。

针对孩子的探讨，就此告一段落。

我建议，从眼下开始，家长朋友们要深入思考子女教育的问题。

如果父母没有认真思考，没有自我反省和反思，没有和孩子心灵相通，是无法帮助孩子们健康成长的。

所以从当下开始，放下你成年人的架子，完完全全地把自己当成一位家长、一个人，先来鞭策你自己的成长吧！

第九章 家长的自立让孩子更幸福唯有自立才能让自己和周围的人都能“快意人生”所谓自立，就是一个人能够独立生存的能力。

而能够独立生存指的是，无论在精神上，还是肉体上，都不需要依靠任何人，自己一个人就能够生存下去的状态。

一个人，如果可以达到这样的状态，就可以自由选择和哪一个人生活在一起，以及和什么人共度一生了。

选择的对象既包括家人，也包括一起工作的合作伙伴，当然也包括选择交什么样的朋友。

我想，当我们能够与所有的家人、朋友和合作伙伴都相处愉快，并且不受任何人的干扰，在平凡琐碎的日子中能够获得幸福的人生时，就可以说自己已经是一个自立的人了。

而这些做法也可以让自己和周围的人都能够生活得更加舒适，更加开心。

<<陪孩子走过青春期>>

例如，让我们试着解读一下孩子与家长之间的关系吧。

某一个孩子由于一些问题，主动来找自己的家长商量，可是家长却非常不满意孩子出现了这样的问题，因此对孩子大发雷霆。

那么，事情的结果会变成怎样呢？

我想无外乎是孩子被家长大骂了一顿，心情非常沮丧，而家长事后也会觉得自己为什么要那么生气，并为此后悔不已。

可是问题仍然存在，没有得到任何解决。

这样的做法，无论对孩子来说，还是对家长来说，都没有任何益处。

可是反过来，如果家长肯用心倾听孩子的心声的话，结局又会怎样呢？

我想孩子一定因为家长愿意理解自己而觉得安心多了，而家长也会觉得自己帮孩子解决问题的做法相当不错，心里感到了满足。

孩子的问题也得到了进一步的解决，这完全是一个双赢的结果，亲子双方都很满意。

成年人之间的交往也是如此。

假设有这样一个成年人，他能够想象得到如果自己说了这样的话，或者做了这样的事，对方会作何感想的话，那么他自然就能够谨慎地控制自己，让双方的交流变得顺畅。

可是假如他做不到，他可能就会言辞过激，引起对方的怒火，而自己也会受对方怒气的影 响，心情烦闷。

那么，究竟是哪些因素在妨碍我们制造舒适快意的心情呢？

首先就是我们对自我的执著。

一个人如果眼中只有自己，只在乎自己的意见，那么他当然也就不会去思考自己的做法对于对方来说是否是好的。

这一类人的意识中，只有自己。

当家长属于这一类人时，也就是家长是一个只在乎自己的意见的人时，他们往往会伤害到孩子。

因为他们从不会意识到，自己作为一名家长，应该将孩子当成一个独立的人来看待，他们当然也不会意识到，如果自己不这样做的话，对方的感受会是怎样的。

其次就是被害意识。

有一类人，他们总是喜欢把责任推给别人，经常说“都是那个人的错”，或者“都是这孩子不好”之类的话。

无论发生什么事，他们最先想到的不是想办法去解决问题，而是将责任推给别人，把自己当成受害者。

通常，一个人如果对对方抱有被害意识，那他是绝对不会考虑对方是否开心的。

因为被害者永远都觉得自己很可怜，觉得自己是正确的，而加害者却永远都是错误的、罪大恶极的。

所以被害者面对着这样的加害者时，是不可能抱有什么好感的，由此，一个人如果可以从这种狭隘的敌我关系中解脱出来，遵循一种更广泛意义上的“快意”人生，这就是所谓的自立了。

这样的人不会将自己捆绑在狭隘的自我意识当中，更不会将所有坏结果的原因都归结到别人身上。

发生问题时，他们会积极思考解决问题的办法。

这样的人，我们才可以说他是一个自立的人。

而通往自立的生存方式的入口，则是时时警醒。

我们读到类似本书这样的文章时，或者听到这样的话时，一定会有感而发，觉得很有道理，并试着像书上写的那样，留意自己的生活方式，将学到的内容付诸实践。

但是我想大概大多数人都只能维持5分钟的热度吧。

不知不觉间，他们就会忘记了自己的有感而发，又开始重复以前的老路，最后只能以一句“还是不行啊”而告终。

这是因为他们只是在模仿，而且只是模仿了书上的行为和思维方式而已。

想要掌握一种新的技巧，不能仅仅依靠一时的心血来潮，我们还需要时时警醒。

因为时时警醒，具有促使人们下定决心、坚持到底的威力。

一个人唯有下定决心，才能不断采取有效的行动。

<<陪孩子走过青春期>>

而由于这些极具效率的行动并不是一时冲动，是认真思考的结果，我们才更能坚持到底。

放下你的“受害者”意识下面我要举一个有关家长自立的例子。

这个例子的主人公叫做I。

由于她的细心和努力，她们一家人的关系得到了很大的改善。

从某种程度上来说，I是一个相当独立自主的女性。

她有自己的工作，一边工作一边养育女儿，她还会时常抽出时间来主动为社区的人们服务，组织些集体活动等。

甚至为了帮助周围的家长们，为了能够给他们提供更专业的帮助，她还积极参加各类教育讲座。

她的女儿也培养得相当优秀。

从表面上看，I在家长自立自强这个方面，没有任何问题。

但是I自己心里很清楚，她的人生还是有不甚圆满的地方。

事实上，I与父亲的感情一直不是很好。

她的父亲是一个很有名的工程师，在她的记忆中，从小时候起她们家就充满一种莫名的紧张感。

她的父亲不论和谁说话或者办事，总是一副居高临下的态度。

所以她一直很讨厌父亲。

而且不只是她对父亲有这样的看法，她们全家人都不喜欢她父亲。

与父亲的这种不友好的关系一直到I结婚也没有任何改善。

她的父亲还是一如既往地傲慢，甚至连I的女儿都感觉到了自己母亲与外祖父之间的紧张感。

不晓得是不是受到自己与父亲之前关系的影响，I总觉得女儿和丈夫之间，总是有那么一点儿距离。

但是，I一直认为女儿长大了，总是会与父亲渐行渐远，不会像小时候一样亲密的。

因此这种情况也没什么大不了的，所以也就没有放在心上。

可是随着学习的不断深入，I逐渐开始怀疑自己与父亲的感情不慎融洽的这种状态，一直放任下去真的好吗？

恰好她的父亲那时到了退休的年龄，他退休之后闲不住，就又找了一份工作，在某个车站打扫卫生。

向来自视甚高的父亲居然会去做打扫卫生的工作，这在以前，I是想也不敢想的。

I也一直怀疑父亲对这份新工作是否满意。

其实，I偶尔还是会到父亲工作的那个车站去搭车的。

但是，即便她在车站遇到了父亲，也从没有与父亲打过招呼。

一来是因为她们父女之间本就关系冷漠，以往在别处偶遇到也是不会打招呼的。

再加上I觉得以父亲的个性，应该是不愿意家人看到自己在车站打扫卫生的样子的。

所以每次遇到父亲，她都会装作没看见的样子，直接从父亲面前走过去。

可是有一天，I看到了正在车站打扫的父亲时，不由自主地就对着父亲喊了一声：“爸爸”。

我想这可能是她的潜意识在帮助她吧。

她的潜意识一定在告诉她“这样怎么行呢？

你不能这样下去了”，然后在I的身后推了她一把。

没想到I的父亲还没确认对方是谁，也不知道对方是不是在和他说话，就直接回答了一声：“什么事啊？”

”差点吓了她一跳。

这是父亲在她有生以来第一次这么温和地回答她的话。

我想I的父亲可能也没听清楚对方说的是什么，他应该根本没注意到是女儿在喊自己“爸爸”，可能他还以为是随便哪个乘客要打听事情呢。

所以后来I的父亲发现原来是自己的女儿在喊自己时，就有些不好意思地继续说道：“我还以为是谁呢，原来是你啊。

”就在那一刻，I长年埋藏在心中的怨怼一下子就化解了。

从那以后她开始每天都与父亲打招呼，逐渐拉近了两个人的距离，父女之间的关系也越发亲密了。

而且感情发生变化的不只是她们父女二人，I发现，随着自己与父亲的感情越来越和谐，父亲与母亲，自己的丈夫和女儿之间的感情也在逐渐升温，与以往相比得到了很大的改观。

<<陪孩子走过青春期>>

I是一个非常成功的例子。

她敢于直面自己的心情与存在的问题，并通过自己的努力，为改善她与父亲的关系勇敢地踏出了第一步。

I没有把一切错误都归结到父亲身上，从未说过“我父亲就是那样的人”这样的话。

她的成功之处在于没有让自己变成一个受害者。

她勇敢地打破了长久以来自己与父亲相处的模式，解开了一直束缚着自己与父亲的感情枷锁。

这完全是对自己人生负责的一种表现，而她的这种表现也必将成为孩子们效仿的榜样。

支持孩子自立，并不单单是指将孩子培养成为一个具有独立人格，可以自立于世的人。

它还包括回顾自己的青少年时代，并为自己的青少年时代划一个完美的句点。

我们这些为人父母的人，在成为父母之前，也都曾经是孩子。

当我们能够将自己儿时的想法完整地传达给父母，并与他们达成共识，达到某种和解之后，或许我们才可以说，作为一名家长，我们已经在真正意义上成为了一个自立的人了。

父母给孩子的最好的礼物我们常说人生不如意十之八九，家家有本难念的经。

的确，我们每个人都会有烦恼。

有的人必须自己一个人带孩子；有的人早已失去了最爱的人；有的人疾病缠身；有的人童年时代就曾遭遇不幸；有的人上有老下有小，两边都要照顾。

那么，你的烦恼是什么呢？

可能有的人会认为，就是因为我有这么多麻烦事，这么多烦恼，我才教不好孩子的。

可是我却会这么说，因为麻烦事多、烦恼多，所以就教不好孩子，这个理由根本不成立。

孩子教育得不好的原因一定不在于家长有诸多烦恼，而在于家长本身过得不幸福，而且一定是真正意义上的不幸福。

要知道，这世上根本不存在没有烦恼的人。

我们每一个人都会有着或大或小，或多或少的烦恼。

有些人由于这些烦恼而变得不幸，可是也有一些人，即使有不少的烦恼也能活得很幸福。

对于孩子来说，这个世界上最好的礼物就是幸福的父母，是无论遇到怎样的困难与挫折，都会勇往直前、灵活应对、永不放弃，努力追寻自己幸福人生的父母。

如果父母能够幸福，那么孩子就不会有任何顾虑，他们会遵从天性过着小孩子应有的生活，他们会撒娇、会任性、会调皮捣蛋，甚至会与父母吵架，直至有一天，突然远离父母，去追寻自己的人生。

那是因为他们心中没有顾虑，他们不用担心如果自己不在父母身边，父母是否会过得幸福。

他们非常清楚，即便没有自己，父母也能生活得很好。

可是，假如父母不幸福，孩子将失去自立的能力，甚至永远无法学会自立。

在不幸福的父母身边长大的孩子会一直为父母担心，从而无法放心地离开家。

而且，有些孩子甚至会把父母不幸福的原因归结到自己身上，认为是自己的存在造成了父母的不幸。

因此，对于家长来说，子女教育的第一步，就是让自己成为自立而又幸福的家长，这是家长能够给予孩子的最好的礼物。

这世界上再也没有比养育子女更伟大的事业了，这将决定我们将来能否过得幸福。

因为孩子代表着我们的未来，而养育子女就是在创造我们的未来。

显然，这不是一份简单的工作。

<<陪孩子走过青春期>>

后记

一只裂缝水桶的故事在这里，我要送给那些常常来参加我的演讲会，并认真倾听我的讲话的朋友们一个礼物。

这是一个关于一只有裂缝的水桶的故事。

就像前文中讲过的那样，如今父母对孩子的教育总是充满了负罪感。

当孩子不像自己想象的那样完美，出生的时候就被发现有残缺时；当孩子教育得不够好时；当孩子出现一些过激的、与时代不符的言论时，家长第一个想到的就是自责。

他们觉得是自己没有作好充足的准备，没有保好胎，才没有生下健全的孩子，是自己没有将孩子教好。

而且，周围的人们也在不停地打量着家长们，看他们是怎样教育孩子的。

而家长们心里也非常在意周围的目光，于是就越发地畏缩和不安了。

对于孩子们来说，孩提时代接受的教育，特别是幼儿时代和少年时代所受到的教育是极其重要的。

但是，这些并不能决定他们的全部人生。

为了让孩子学会爱与被爱，我在心灵沟通理念中特别提到，家长一定要让孩子感受到爱的温暖，这一点确实非常重要。

那么，那些没有得到足够的爱的孩子，是否就一定会生活得凄凄惨惨呢？

答案不一定是肯定的。

在现实生活中，也存在很多这样的例子——一些人尽管小时候曾经遭遇不幸，却拥有幸福美满的人生。

前些天，我偶然看到了一个很不错的电视节目，让我再一次从心感受到了人生的真谛。

那是一个帮助参加节目的人寻找分别多年的亲人或者朋友，并且安排他们见面的节目。

我看的那期讲述的是一个从小被父母抛弃，现在想要找到自己亲生母亲的女性的真实故事。

这位女主人公虽然从小被抛弃，可是如今她却顺利地长大了，幸福地结婚生子。

她说任何一个人都会想见一见自己的亲生母亲的，这是人之常情。

该节目组经过一番周折终于找到了这位女性朋友的母亲。

原来，在这位女性还不懂事的时候，她的父母亲就离婚了，她的监护权被判给了父亲。

可是后来，这位女性的父亲却不知为何将她抛弃了。

该节目组为了验证两个人的血缘关系，甚至还帮她们做了DNA鉴定，结果确认两个人正是亲生母女，这两个分别多年的人，终于又见面了。

节目中，打开门的那一瞬，节目主持人像在演电视剧一样有些煽情地说道：“这28年来，你一定过得非常孤独吧……”可是这位女性朋友却作出了这样的反应：“没有啊，我生活得很好，并没有觉得太孤独。

虽然我被父母抛弃了，但我仍然感谢他们给予我生命，我仍然会努力地生活得更好，你不这么觉得吗？”

”她这简短的一席话，突然让我感动得想流泪。

母亲离自己而去，父亲又狠心地将自己抛弃了，这是多么悲惨的童年啊，我们普通人应该难以想象吧。

可是她却说她一点儿也不觉得孤单。

被父母抛弃以后，她通过自己的努力和勇敢，亲手为自己构建了一个和谐而美好的人生。

父母采用什么样的方式教育我们，当然会极大地影响我们今后的人生，这是毋庸置疑的。

但这并不是全部。

父母的教育方式并不能决定我们的整个人生。

我在心灵沟通的理念中介绍过，一般来说，孩子7岁之前，家长需要在他心里播下自立的种子，并送孩子上小学读书，这是最好的做法。

虽然他们可能会欺负别的小孩，也可能被别人欺负，但是，我相信孩子一定会战胜所有的不适感，勇敢地生存下去的。

<<陪孩子走过青春期>>

可是，有时也会事与愿违。

由于各种各样的原因，有些家长可能没有为孩子打好基础，但这也不意味着孩子幸福人生的终结。他完全可能像前文中的那位女性朋友一样，过上和普通人一样的美好的生活。

从18岁起就是自己的人生了。

所以孩子到了18岁，家长们就应该放下心中的所有愧疚与芥蒂，放手让孩子去创造自己的人生了。

家长与其一直忧心自己的教育方式是否有效，整日生活在自责里，过得战战兢兢，不如放下烦恼，给孩子以足够的信任。

唯有这样的生活环境，才不会妨碍孩子走上自立自强的人生。

因此，无论过去怎样，请不要继续自责了。

因为不只我们的孩子是带有微瑕的璞玉，作为家长的我们也是。

让我们接受自己不甚完美的事实吧。

不要永远纠结于自己的缺点或者错误的教育方式了。

让我们为了我们的孩子，也为了我们自己，勇敢地开出美丽的生命之花吧。

裂缝的水桶有一个给主人提水干杂活的印度小工，担着两只水桶走了过来。

他每天都会用扁担给主人家挑水。

两只水桶中有一只有一点儿裂缝，而另外一只则光洁如新。

这只完整的水桶，每次都能将从河边打来的水一滴不少地运到主人家里。

而那只有裂缝的水桶却从来都做不到。

即便小工每次都为它装满水，可是等到了主人家，桶里的水却总是只剩下一半。

那只完整的水桶很得意。

因为它觉得自己完美地完成了任务，自己本就是为了装水而制成的，而如今也实现了真正的价值。

那只有裂缝的水桶一直很自卑。

它觉得自己没有完成该完成的任务，每次都漏掉很多水，只能剩下一半。

它觉得自己作为一只水桶真是不合格。

两年以后，这只有裂缝的水桶变得更加惨不忍睹，破烂不堪。

有一天，小工又在河边汲水的时候，它终于忍不住开口说话了：“我不是一只好水桶，我真的觉得自己很惭愧，而且也觉得很对不起你。

”“为什么？”

你为什么突然这么说呢？”

”汲水的小工觉得很诧异，这样问道。

“你为什么惭愧呢？”

”“我有裂缝，这两年以来，你每次给主人家打的水都没能完整地送到家里，我总是害你漏掉一半的水。

因为我一直漏水，害得你明明那么拼命地干活，却没能得到应有的回报。

我真的很抱歉，这都是我不好。

”裂缝的水桶这么说道。

汲水的小工一下子觉得裂缝水桶真可怜，想了想他这样答道：“从现在起，每次我回主人家的时候，你都看一看路边盛开的花吧。

那些花开得可漂亮了。

”吊在扁担下面的裂缝水桶，跟着小工上了一个小山丘，它这才注意到路边不知什么时候开始，开满了各种各样美丽的花，那些花在太阳的照耀下正对着自己烂漫地笑着。

那些花真的很漂亮，这让心情沮丧的水桶开心了许多。

可是回到主人家之后，它发现自己还是一如既往地只装回来半桶水，自己还是那个有裂缝的水桶。

于是它又开始难过起来，再次向汲水小工道起歉来。

可汲水小工却这样对它说：“你没有注意到路边开着的花吗？”

那些花是都是只开在你经过的这一边的，你都没发现吗？”

我注意到你总是会漏水之后，就想了一个好办法。

<<陪孩子走过青春期>>

我在你经过的这一侧的路边洒了些花的种子，然后每一天，在我装满水担着你们从河边回来的时候，你都会帮我给它们浇水呢。

这两年，我每天都会在主人家的餐桌上摆上美丽的鲜花，没有一天落下过。

正是因为有这样的你在，主人才能心情愉悦地用餐，才能用这些美丽的鲜花装饰他的家啊。

”（作者不详，菅原裕子译）

<<陪孩子走过青春期>>

媒体关注与评论

父母和孩子一样，都会经历成长的阵痛。

第一次阵痛是孩子从母亲子宫中的脱离；第二次是孩子开始学走路，他会一次一次体会摔倒的痛苦。

而第三次则是孩子进入青春期，开始从精神层面脱离父母。

他们又像刚出生、大哭的宝贝一样，需要更多的理解和引导。

——一位16岁孩子的妈妈，从业20年的医生“放下受害者意识”，这个教养建议让我受益匪浅。

感谢~~——一位13岁孩子的妈妈

<<陪孩子走过青春期>>

编辑推荐

《陪孩子走过青春期:走向心智成熟的关键帮助》为亚洲最畅销的青春期家教文库本，一部青春期孩子的心灵教程。

对孩子来说，家长即是暴风雨来临时的避风港，也是帮助自己走向爱、自信和独立的力量源泉。

作为家长的你，也是孩子成长环境的一部分。

翻开《陪孩子走过青春期:走向心智成熟的关键帮助》，你会看到作为青春期孩子的家长，最重要的事情和最必要做的事：放下内疚感；感谢孩子来到我们身边；戒掉上一代传下来的不良教养习惯；了解一些心理法则；与孩子坦诚相待；跟孩子讲一讲自己的过去，让孩子看一看自己的现在；做好孩子的模范；立足客观，但不要忘了幽默。

风靡亚洲的青春期家教文库本，帮孩子真正从精神上脱离父母，走向心智成熟与独立。

<<陪孩子走过青春期>>

名人推荐

父母和孩子一样，都会经历成长的阵痛。

第一次阵痛是孩子从母亲子宫中的脱离；第二次是孩子开始学走路，他会一次一次体会摔倒的痛苦。

而第三次则是孩子进入青春期，开始从精神层面脱离父母。

他们又像刚出生、大哭的宝贝一样，需要更多的理解和引导。

——一位16岁孩子的妈妈，从业20年的医生“放下受害者意识”，这个教养建议让我受益匪浅。

感谢~~——一位13岁孩子的妈妈

<<陪孩子走过青春期>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>