

# 《朗读者》中麦家写给青春叛逆期儿子的家书引起热议 当孩子如同刺猬竖着刺，父母该怎么办？

央视节目《朗读者》近日播出了第三期，“中国谍战小说之父”麦家在节目中朗读了一封从未公开发表过的信件，这封被称为“2017最美家书”的信引得大量网友讨论。

麦家的信是写给当时正处在青春叛逆期的儿子的。“很多人的青春期都有叛逆难弄的一面。面对这种有问题的青春，父母应该怎么办？”以父亲的身份，麦家分享了自己与儿子的点滴。

面对叛逆难弄的青春期孩子，和麦家有同样苦恼的父母很多。昨日，就如何和青春期的孩子进行有效亲子沟通，记者采访了有关心理专家。

## 故事 青春叛逆期的儿子就像一只刺猬

阳妈意识到儿子进入青春叛逆期了，是那一声震天响的关门声。

那年阳阳读初二，在我市一所名校上学。在这之前，阳阳一直聪明温顺，而且成绩优异。

“你烦不烦啊，吵得像只鸡。”初二下半学期的一天，阳妈只是对阳阳说头发太长，应该去理发了。出乎意料的是，阳阳突然冒出这句话，然后摔门进了自己的房间。

阳妈眼看着儿子性格一天比一天犟，易怒，抱怨老师偏心眼，和同学关系也处理不好，在家里又听不进父母的劝告。她试着教育孩子要“大气”，学会理解别人，可并不奏效，孩子的性格越来越“执着”。

初三那年，阳阳迷上了电脑游戏，“我们不敢来

硬的收电脑，只能劝说，但他嫌我们烦，甚至顶撞我们。”阳妈为此没少流泪。

阳阳成绩一路下滑，最终勉强进入了一所普高。“到了高二，老师打电话和我说，阳阳和隔壁班的女生在谈恋爱，影响很不好。”

阳妈和阳爸陷入了极度苦恼中，“我们根本管不住他啊。我那段时间整晚睡不着，吃安眠药才能闭一会眼睛。我们夫妇俩有一种深深的挫败感。”

“从初二到高三，这段时间真难熬啊！”如今阳阳在外地大学读大一，渐渐走出了青春叛逆期。阳妈说起过去的5年非常感慨，“那段时间，儿子就像一只刺猬竖着满身的刺，我们说话要看他的脸色，家里的气氛也随着他的心情变化。”

## 原因 青春期孩子是个矛盾体

“阳阳是典型青春期男孩的表现，阳阳父母遇到的也是很多青春期家庭常遇到的问题，只是表现略有差别而已。”宁波教育学院科研处专家、宁波大学心理健康教育兼职导师徐晓虹告诉记者。

徐晓虹分析了青春期孩子叛逆的原因。在青春期，少男少女的心思都十分敏感，同时也会有很多的矛盾，他们本身就是个矛盾体。

“比如，他们有独立性和依赖性的矛盾。青春期的少年在心理特点上最突出的表现是出现成人感，由此增强了独立意识，渐渐地在生活上不愿受父母过多的照顾或干预，对一些事物是非曲直的判断，不愿意听从父母的意见。但由于他们社会经验、生活

经验不足，经常碰壁，只能从父母那里寻求帮助，再加上经济上不能独立，不得不依赖父母。”

专家介绍，青春期孩子还有成人感与幼稚感的矛盾，他们认为自己已经长成大人了，在心理上渴望别人把他看作大人，尊重他、理解他。但由于年龄不足，经验及知识上有局限性，易做傻事、蠢事，在思想和行为上带有明显的小孩子气、幼稚性。

此外，这个阶段的孩子还有开放性与封闭性的矛盾，青春期的少年需要与同龄人，特别是与异性、与父母平等交往，渴望他人和自己彼此敞开心灵。但由于每个人的性格、想法不一，又有自尊心，于是形成了既想让他人了解又害怕被他人了解的矛盾心理。

## 支招 家长对孩子表示充分接纳和心理支持

怎么和青春期的孩子进行有效沟通？“麦家写给儿子的信很感人，这种交流方式就是一种有效沟通。”专家认为，“家长对孩子表示充分接纳和心理支持，是疏通家长与青春期孩子之间沟通渠道的一剂良药。”

专家认为，青春期是每个孩子都要经历的特殊时期，这个时期的平稳过渡需要家长真正去了解自己的孩子，不单是身体变化，更重要的是心理变化。

家长要多多表示对孩子的接纳，接纳孩子的情绪，接纳孩子对这个世界的探索精神，接纳孩子对问题的独立思考精神。同意孩子的观点并不是让孩子走在错误的方向上，而是对孩子的心理给予应有的支持，再实施借力引导。

徐晓虹特别强调要尊重孩子的天性：“每个孩子都是有差异的，家长要了解自己孩子的天性。对于青春期的孩子，针对他的天性，可以满足孩子合理的需求，对于无伤大雅的要求要尊重，对于涉及原则性的要求要讲清道理。”

对于处于青春期的孩子，专家也给出了建议，“孩子要认识到，父母不是完人，他们或许也存在一定问题，这样就不会一味反感了。同时，也要从父母的角度来理解，了解父母的出发点是为孩子好。在此基础上，双方一定要好好沟通。”

记者 李臻

## 浙海商业广场

星海熙园

8800元/m<sup>2</sup>起 住海曙联丰

中庭保留房 不足20席

约80-120m<sup>2</sup>现房清盘 机会锐减 错过再无

### 明星户型——魔术三房

- ◎南向采光，全亮空间
- ◎观中庭约5000m<sup>2</sup>景观
- ◎全能三房随心切换
- ◎约10万平方综合体大配套

70年产权

C户型/约80m<sup>2</sup>  
三房两厅一卫



浙海商业广场  
即将开业敬请期待！  
招商热线：8805 1323



8805 5555

展示中心地址：联丰中路和学院路交叉口

◎投资商：浙海投资集团 ◎开发商：宁波华龙投资建设开发有限公司