

# 《我的17岁,你准备好了吗?》

## 图书基本信息

书名：《我的17岁,你准备好了吗?》

13位ISBN编号：9787540759940

10位ISBN编号：7540759941

出版时间：2013-3

出版社：漓江出版社

作者：李定琰

页数：224

译者：鲁可

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《我的17岁,你准备好了吗?》

## 前言

不要再用担忧的眼神看17岁 当我还是个实习医生的时候,虽然不敢说自己百分百地了解十几岁青少年的想法,但自认为还是能够理解他们的。父母们经常对我说,“他不听我的话,不过却很听您的话”,许多孩子通过治疗有了明显的改善。于是,父母们不知不觉地对孩子的未来有了新的期待。“现在已经好多了,试试这个怎么样?要不再试试这个?”父母在规劝孩子的同时,不知不觉间跑到了孩子的前面。可父母很快就会意识到,并非所有的事情都能如他们所愿。他们本以为孩子只要从现在开始再多努力一点就能更好地发挥自己的潜能,而事实是,孩子的状态非但没有如他们所愿地变好,反而更加恶化。一天,对结果失望透顶的孩子这样对我说:“够了。大人都一样。还以为您和他们不一样,原来你们都一样。”我的心脏瞬间受到了巨大的打击。不管孩子再怎么努力,成绩就是提高不上去,可周围人的期待却比天还高。面对这种无法承受的现实,孩子们想去承担却无能为力,心理上便出了问题。父母总是打着为孩子好的旗号,表现着自己的贪婪,将孩子逼上绝境。对于这些疲惫不堪的孩子来说,他们真正需要的是家长们温暖的安慰和信任。北爱尔兰的中学四年级相当于韩国的高一,中四的学生们有一年的过渡年,在这一年里他们没有考试。孩子们不用看笔记本,也不用翻教科书。他们可以利用这段时间放松因学习而疲惫的心情,尽可能地休息,思考自己的梦想和未来。但对于韩国17岁的孩子们来说,他们没有时间悠然自得地为自己的梦想作规划。虽然他们才上高一,但高一已经是高三的预演,幸福只能等到上了大学才能去兑现。这些刚刚经过中考洗礼,成为高中生的孩子们,没有片刻喘息的机会,马上就要投入到另一场战役当中。朋友是敌人,是踩着向上爬的踏板,孩子们逐渐成为一周要忍受50小时学习劳动的学习机器。一方面家长告诉孩子,17岁时只要学习好就万事大吉,但有时却冷不丁地责问孩子为什么没有梦想,要他们尽快为自己的前途作好打算。于是孩子陷入了深深的自责之中:“为什么我没有梦想?”“为什么我什么都做不好?”17岁没有梦想绝对不是他们的责任。初中三年马不停蹄地准备中考,根本没有时间和机会去勾勒梦想,唯一盼望的就是学习成绩好,至于梦想都被晾在了一边。只要学习好,就能得到认可,所做的一切都能被宽恕。这个冷漠的世界凡事都讲求第一,但要拿第一名谈何容易?除了妈妈口中朋友家的女儿和儿子之外,剩下99%的孩子们都因自卑而感到痛苦,无论走到哪儿都得不到认可——“为什么我就是学不好呢?”孩子们对学习失去兴趣,繁重的压力压得他们喘不过气来,可父母完全不了解孩子的心情,一遍遍地感慨着,自己上学的时候没有钱,想学都学不了,现在的孩子什么都不缺,为什么就是学不好呢?只有让他们饿肚子才能振作起来,现在太幸福了,所以才会叛逆,才会出现各种问题。虽然17岁已经不是孩子了,但也还不是大人。借用精神分析学家安娜·弗洛伊德的话来说,17岁“对父母又爱又恨。在他人面前,假装了解自己的母亲让他感到非常羞愧,但同时又想和妈妈敞开心扉地谈一谈自己内心的想法”,这是非常自然的。17岁的青少年还没有确立自身的定性,处于个人性格形成的过程中,来往于两个极端,矛盾重重,经常会做出让人难以预料的事情。世人看到17岁青少年这些特立独行的举动,就马上给他们打上“问题少年”的标签。当然也有例外,只要学习好,这些也算不得什么问题。每个人都望子成龙,望女成凤。每个人都会为孩子的前途担忧。人人都是如此,老师和家长更是不在话下。然而,身边人对孩子的期待过高,反而会束缚住孩子的手脚。孩子担心会让周围的人失望,一步都不敢往前走。家长不同于别人,他们总是说自己是为孩子,对孩子的种种行为进行干涉,不停地唠唠叨叨,而孩子们也不再相信自己,更加混乱。在过去的13年里,我作为精神科的专业医生和许多青少年进行过细致的交谈,无数的经验教训让我明白一个道理,也许我对孩子们的担忧有些过头了。当年我还是个见习医生,每当我听到孩子们说“老师,我想退学”,“我离家出走,却没有地方可去”,“我不想去上学”的时候,脑子里只有一个念头,那就是必须阻止他们走上错误的道路,有时甚至连话都不听他们说。我们为什么不能相信孩子,等待着孩子自己找到正确的道路呢?拾掇花园必须先去除杂草,然后播下花种,浇水灌溉,整理花园周边。但是生根发芽完全是花种自己的事情。和十几岁的青少年交谈就如同拾掇花园一样,其他的事情周围人都可以帮忙,但生根发芽完全是青少年自己的事情。一个退学的孩子突然跑来找我,说想上大学但却不知道从哪里着手,希望我能帮助他。我不知道是什么让孩子最终下定决心,但是孩子对我说:“老师,以前我犯过很多错,让您很头疼,但是您从来没有责骂过我,总能听我讲完我的故事,非常感谢!以后您还是会站在我这一边支持我吧?”当我听完这番话,我突然有了这样的念头:“当然啦。我永远都会站在你这边,反倒是我应该感谢你。决定上大学的人是你,而我做的不过是相信你,等着你作出决定罢了……”从那以后,我再也没有用忧虑的眼神看过17岁,而是带着激动的心情默默地关注着他

## 《我的17岁,你准备好了吗?》

们如何走明天的路。他们的未来是我无法想象的，我对此充满好奇。写这本书的过程中，脑海中浮现起一个个过去我曾见过的孩子。仔细想来，我从他们身上得到的东西远远多于我给予他们的。他们中有的孩子学习成绩很好，有的因为离家出走而彷徨，还有的直到今天依然与心理疾病做着斗争。我想把这本书献给所有的孩子，同时还有一句话要告诉他们：“我只是对你的明天充满期待。” 李定弦 2010年3月

# 《我的17岁,你准备好了吗?》

## 内容概要

《我的17岁,你准备好了吗?》由李定珙编著。应该如何定义17岁?叛逆?早恋?追星?迷茫?烦?韩国著名青少年成长指导专家李定珙,多年来与众多17岁青少年面对面交流,结合自己的心理学造诣,对17岁们形成了比较深入、全面的认识。他们刚刚从中考的战场凯旋,还没来得及松一口气,就迈入了下一个成长的关口——高中,老师、父母的期待,对社会的初步认识与批判,同学之间或亲或疏、似友若敌的关系,男生女生间若即若离的朦胧情愫,对自我的认知与期望……这一切,使这个看似平静无波的年头,蕴藏了无数的可能性。《我的17岁,你准备好了吗?》作者将带我们切身体会17岁们对梦想、学习,对亲情、友情的烦忧与愁苦,深入了解他们在与周遭世界和自己相处时产生的种种心理困惑,并有针对性地提出解决方案,使他们能够以良好的心理状态面对即将到来的高考。

# 《我的17岁,你准备好了吗?》

## 作者简介

作者：（韩国）李定珉 译者：鲁可 李定珉，1997年毕业于韩国延世大学医学院，后在延世大学附属医院精神科实习。现为心连心饮食障碍医疗中心院长、延世大学医学院精神科客座教授。

# 《我的17岁,你准备好了吗?》

## 书籍目录

序言：不要再用担忧的眼神看17岁 / 1 第一章为什么我没有梦想 17岁意味着什么？ / 007 为什么我没有一样做得好？ / 013 青少年狂热追星的原因 / 018 乖孩子可能更危险 / 020 为什么我没有梦想？ / 023 为什么我誓死也要整形？ / 029 青少年把“烦”挂在嘴边的原因 / 034 青少年最常使用的四种防御机制 / 036 别因胆小而消沉 / 041 小松追求名牌的真正原因 / 045 谁都有问题 / 047 现在开始，换个问题 / 053 第二章为什么我不喜欢学习 上中学前我学习成绩也不错，可是…… / 061 无论怎么学习，成绩都不提高，另有原因 / 065 为什么我总是三天打鱼两天晒网？ / 069 去图书馆学习效率高的原因 / 073 为什么我的瓶颈期特别长？ / 075 自卑也可以成为成功的动力 / 079 写给问“为什么一定要学习”的孩子们 / 082 谁都能学好 / 086 每个人都有自己的速度 / 088 为什么管班主任老师叫“老板”才感到有意思呢？ / 091 写给害怕失败的完美主义者 / 094 写给总是抱怨自己没有时间的人 / 098 第三章为什么父母不了解我 世界上没有“突然”出问题的孩子 / 105 为什么和父母不能沟通？ / 109 为什么我总是对父母撒谎？ / 115 “那个……”中包含的意义 / 120 为什么孩子总是记住父母的不好，记不住父母的好呢？ / 125 为什么我们家兄弟姐妹之间的关系不好呢？ / 129 写给对妈妈又爱又恨的女儿们 / 131 孩子们需要的是“我这一边” / 136 写给憎恨父亲的儿子们 / 140 十几岁青少年对父母的一个期望 / 144 我到底是个怎样的人？ / 148 第四章现在我需要的是朋友 人靠什么活着？ / 155 为什么我不受欢迎？ / 159 有个同学总是让我看不顺眼，怎么办？ / 163 要拥有真正的朋友，必须舍弃一些东西 / 168 你可以讨厌 / 172 越孤独的人越孤立他人？ / 176 爱人前必须要知道的 / 178 告白时被拒绝怎么办？ / 181 理想型影射出你的心理 / 184 恋爱中的17岁孩子对父母的期望是什么？ / 192 为什么初恋很难修成正果？ / 196 第五章心理学对17岁说 能埋怨父母的时间不多了 / 201 写给无法忍受别人讨厌自己的孩子 / 206 写给得了忧郁症却不自知的孩子们 / 209 忧郁症测试 / 212 想放弃时再往前走一步 / 214 说了才能得到帮助 / 217 我只是对你的明天充满期待 / 221

## 《我的17岁,你准备好了吗?》

### 章节摘录

版权页：17岁意味着什么？现在的孩子无论做什么都很超前。上小学之前已经提前预习了小学一年级的课程，等上到五六年级又开始提前预习初中的，上了初中又马不停蹄地准备高中的。最近甚至有了这样一种言论，如果孩子打算上特目高或自律高1，从10岁开始准备已经来不及了。如此这般地提前准备，孩子们的生活必然变得非常忙碌。学校的生活已经压得人喘不过气来了，还要去培训班学什么提前预习的课程。当然，提前准备并不意味着学习成绩一定好，但是别人都在准备，如果自己不学的话，就会非常不安。于是，预习就成了非做不可的任务。上了初三，这种不安感愈演愈烈。韩国拥有3000多所中学，其中三分之二是非平均化地区，也就是说绝大多数的初中生都要参加中考。对他们而言，所谓的好高中是指能培养出众多名牌大学生的高中。他们认为，只有穿上好高中的校服，才能考上名牌大学。连培训班的老师也总在不失时机地吓唬孩子们：“你们要是穿上那个高中的校服，坐公共汽车都会被周围的人多看一眼，那所高中就是这么牛！反过来说，如果你穿的是别的高中的校服，人们就会忽略你，没有一个人会正眼看你。你们想成为那种差生吗？”当孩子们意识到自己的成绩上不了特目高的时候，心理上已经受到了一次打击。他们无路可退，必须拼尽全力准备联考。学校的人数有定员限制，并非所有的学生都能进入心仪的高中。就算是废寝忘食地学习，大多数的学生最终还是得上自己不喜欢的学校。孩子们再次经历挫折和打击。高一本该是满怀梦想的阶段，但孩子们却因为这个世界的偏见和歧视受到了沉重的打击，他们对未来充满恐惧，害怕再次遭受到同样的挫折。不过，他们没有时间喘息，也没有时间安抚不安的情绪，马上就被推赶到另一场考试之中。一月一次的月考让孩子们时时感到不安，从冷漠的教室、培训班课堂，再到形形色色的读书室，他们就像笼中的仓鼠一样转来转去，忙得昏天暗地。即便凌晨一两点钟回到家，也无法马上入睡。孩子们挣扎在内审等级考试的警戒线上。第一等级是成绩排在4%之前的，第三等级是排在12%之前的，而处于4%和12%的边缘线上的孩子更加痛苦。他们必须拼尽全力，一道题就有可能改变命运。对于这些孩子来说，踩着同学往上爬的传统由来已久。人前会说，“昨天晚上我太困，10点就睡了，什么都没学”，但没有人会相信那番话。考试期间，孩子们中间会展开一场名为“睡觉没”的短信战。在午夜12点之后，以30分钟为间隔互发短信。先发一条“睡了没”的短信，如果对方回复“没”，就30分钟之后再发一条。如果对方没有回复，说明已经睡着了，这场战争也就结束了。叫醒同学？别搞笑了！发短信不是为了叫同学起来和自己一起学习，而是想知道别人都什么时候睡觉，想比别人学得时间更长一些罢了。“都是竞争对手，我为什么要叫醒他？”

## 《我的17岁,你准备好了吗?》

### 编辑推荐

《我的17岁,你准备好了吗?》作者的循循善诱和悉心指导下,我们有理由相信:跨越了17岁,就等于成功翻越了成长这座高山!每个人都望子成龙,望女成凤。每个人都会为孩子的前途担忧。人人都是如此,老师和家长更是不在话下。然而,身边人对孩子的期待过高,反而会束缚住孩子的手脚。孩子担心会让周围的人失望,一步都不敢往前走。家长不同于别人,他们总是说自己是为孩子,对孩子的种种行为进行干涉,不停地唠唠叨叨,而孩子们也不再相信自己,更加混乱。



# 《我的17岁,你准备好了吗?》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)