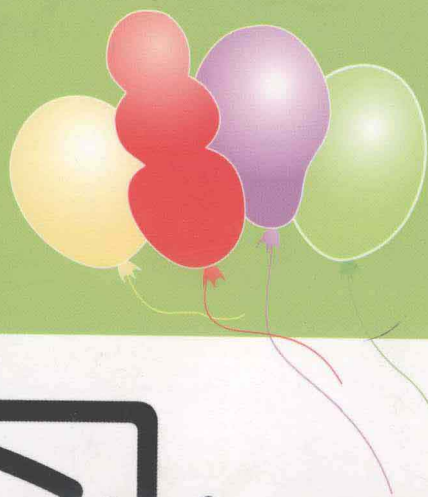




JIAOZHENG
HAIZI DE
HUAIXIGUAN



矫正孩子的坏习惯

胡晓梅 编著



为什么孩子总是说不听 为什么孩子总是教不会
为什么孩子总是坏习惯一大堆

要教出聪明的孩子 你也该学着做聪明的父母



重庆大学出版社

<http://www.cqup.com.cn>

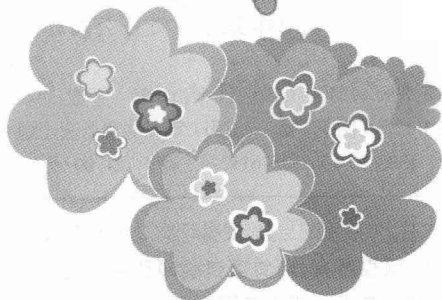


JIAOZHENG
HAIZI DE
HUAIXIGUAN

矫正孩子的 坏习惯

胡晓梅 编著

1501840



重庆大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

矫正孩子的坏习惯/胡晓梅编著. —重庆:重庆
大学出版社, 2011. 6

ISBN 978-7-5624-6152-4

I. ①矫… II. ①胡… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 087932 号

矫正孩子的坏习惯

Jiaozheng Haizi De Huaixiguan

胡晓梅 编著

策划编辑:余筱瑶

责任编辑:余筱瑶 张锦涛 版式设计:李彦生

责任校对:刘雯娜 责任印制:赵 晟

*

重庆大学出版社出版发行

出版人:邓晓益

社址:重庆市沙坪坝正街 174 号重庆大学(A区)内

邮编:400030

电话:(023) 65102378 65105781

传真:(023) 65103686 65105565

网址:<http://www.cqup.com.cn>

邮箱:fxk@cqup.com.cn (营销中心)

全国新华书店经销

重庆东南印务有限责任公司印刷

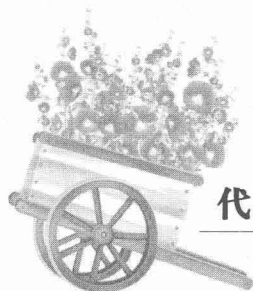
*

开本:890×1240 1/32 印张:6.875 字数:142 千

2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5624-6152-4 定价:21.00 元

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换
版权所有,请勿擅自翻印和用本书
制作各类出版物及配套用书,违者必究



代前言

站在孩子的角度思考

妈妈,这个名词在任何一种文化或语言里,都被赋予了神圣而伟大的涵义。十月怀胎的是妈妈,哺育孩子的是妈妈,孩子咿呀张口学会的第一个词,通常也是妈妈。然而,母性光辉笼罩下的妈妈们,除了天天看着孩子成长带来的巨大幸福感外,同时也会伴随着许多迷茫和困惑。

“我讨厌你!”当这种极端的话语从孩子的嘴里不经意地蹦出来时,可想而知妈妈的心里是多么难过、多么委屈。

孩子哪里知道,妈妈耗费了几乎所有心血。妈妈不厌其烦地督促、唠叨、说教……都是为了让孩子从小培养良好的习惯,让孩子健康地成长。

妈妈哪里知道,孩子就是孩子。孩子不理解高高在上的父母,永远正确的妈妈,那些所谓的大道理,那些条条框框,简直就是为了折磨孩子而存在

的；孩子当然不情愿，不配合，觉得妈妈是跟自己过不去。

每一个妈妈都绝对不希望自己的孩子讨厌自己，但却又同时说着、做着让孩子觉得讨厌的事情。为了孩子好，妈妈甘愿做“坏”妈妈，寄希望于孩子有朝一日会长大，会理解今天自己的良苦用心。

但是，“坏”妈妈的教育怎么会被孩子接受呢？孩子越挣扎，妈妈越烦躁；妈妈越声嘶力竭，孩子越不配合。双方都在角力的状态下，亲子关系的融洽、家庭氛围的和谐又从何谈起？

家庭教育的核心是什么？

是爱。

爱的前提则是理解和接纳。妈妈真要是为了孩子好，就该理解自己的孩子，接纳孩子尚未健全的心智，以孩子能接受的方式去循循善诱、潜移默化、言传身教。妈妈们会发现，当自己尝试去理解孩子的同时，孩子也会对妈妈的教育报以接受的态度。

本书的宗旨就是从最令妈妈们头痛的问题着手，告诉妈妈们：孩子为什么这样“不听话”，帮助妈妈们找到自己的问题；同时为妈妈们提供可借鉴的简单可行的教育方法。希望每一个妈妈都是孩子心目中的好妈妈，每一个孩子都快乐健康地成长。

第一篇 生活习惯

拖拖拉拉是孩子的天性吗? /3

不爱干净的小孩/6

小怪物喜欢捡“垃圾”/9

好奇与危险/12

妈妈,我能养小动物吗? /15

口齿不清不是病/18

偷和拿的区别/21

撒谎背后的原因/24

孩子学骂人真快! /27

礼貌的培养需要环境支持/30

没有改不掉的坏习惯/33

第二篇 游戏兴趣

喜新厌旧/39

没有小毛巾就睡不着的孩子/42

认识孩子从游戏开始/47

电视儿童/50

赢得起,输不起/53

好动不等于多动症/56

每个孩子都是画家/59

不要强迫孩子的“兴趣”/62

玩具越贵越好吗? /66

会玩的孩子最聪明/69

第三篇 个性脾气

依赖感的戒除/75

表现欲过剩/78

小气始于溺爱/80

不要让孩子变得敏感/83

爱发脾气孩子/86

急性子孩子都有个好强的妈妈/91

孩子也有自卑感? /94

爱哭的孩子怎么办? /98

嫉妒是天生的/101

每个孩子都是特殊的/104

第四篇 人际关系

不给内向的孩子贴标签/109

妈妈要有感恩的心/112

孩子有假想朋友,妈妈要注意/115

公共意识的培养/118

不在孩子面前说是非/121

孩子老受欺负怎么办? /124

- 家有小魔王/127
- 自我为中心的孩子/133
- 陌生人不全是坏人/136
- 鼓励孩子的交友/139

第五篇 智商培养

- 没完没了的“为什么?”/145
- 多让孩子动手/148
- 帮孩子找成就感/151
- 鼓励孩子独立思考/154
- 肯定孩子的“别出心裁”/158
- 学习的能力/161
- 不怕孩子的三分钟热度/164
- 关掉电视,还孩子一个读书的环境/167
- 带孩子去参观/170
- 像孩子一样爱科学/174

第六篇 情绪智商培养

- 不让孩子成为坏情绪的受害者/179
- 告诉孩子什么是情绪/183
- 帮孩子控制情绪/186
- 一次只给他一颗糖/191

否定孩子的恶果/194

赞美是催化剂/197

接受孩子的安慰/201

抗挫折性的培养/204

耐心的游戏/207

EQ 是遗传的吗? /210



目录



第一篇
DI YI PIAN

生活习惯



拖拖拉拉是 孩子的天性吗？

情景再现

“快，要迟到了，快穿好衣服！”

“快，把作业做完，要睡觉了！”

“快点吃！”

“快点洗！”

“快！”

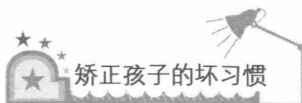
“快点！”

“快点啦！”

.....

每天早上妈妈要催促孩子快点出门，晚上要催促孩子快点完成作业，睡觉前还要再咆哮好几遍。似乎孩子做事情总是拖拖拉拉，根本没有时间观念，弄得妈妈像个催命鬼一样跟在他的屁股后头催了又催。但是孩子呢？还是我行我素地拖拖拉拉，妈妈一着急，很可能就没了脾气，骂上两句是轻的，孩子小屁股上挨上几下、掉点眼泪才是最不该发生的事情。





孩子的心声

所有的妈妈们都很忙,早上一睁眼就开始为孩子为家人准备早餐做便当,还要督促孩子起床穿衣……妈妈都希望自己的孩子跟自己一样,一天都跟上了发条般,有条不紊地做事情。可是,这只是幻想。

孩子就是孩子,尤其是年龄比较小的孩子,根本就没有所谓的时间观念。他的手那么小,动作那么笨拙,怎么可能穿衣服跟妈妈一样利落?孩子的注意力也不可能跟大人一样集中,很多事情对孩子来说,都是一个“探索”的阶段,好玩才重要。穿着衣服想着卡通片,吃着饭玩着玩具,洗澡的时候也要玩莲蓬头……

瞧,这就是孩子!

妈妈急了,会帮孩子穿衣服,帮孩子喂饭,帮孩子完成本该他自己做的事情。这也成了孩子的最后防线——没什么的,大不了妈妈会帮我。

再看看父母自己是否又是全神贯注在做一切事情呢?妈妈用肩膀接着电话做饭,爸爸看着报纸、听着电视吃饭;大人都可以这样随心所欲,小孩子为什么就非得“听话”?

孩子拖拖拉拉的根源:一是年龄的问题,二是妈妈的责任感太强,三就是整个家庭里都弥漫着“拖拖拉拉”的氛围。

聪明妈妈的做法

当然了,拖拖拉拉不是一个好习惯,所有的妈妈都致力于改善孩子的这种拖拖拉拉的风格,希望孩子成为一个办事有效率的人。那么聪明的好妈妈就要根据拖拖拉拉的原因来分别对待了,否则喋喋不休地督促只会让孩子觉得厌烦。

如果孩子的年龄还小,料理自己事情的时候总是慢吞吞的,妈妈千万不要“越俎代庖”,而是根据实际情况给孩子留足够的时间。比如早上让孩子早起十分钟来完成穿衣洗漱或是提前开饭。这个时候要是能来一点小小的刺激,比如告诉孩子:“你再不出门,同学们可能会等得很着急。”“晚了就看不到楼下的那只小猫了哦!”则更能让孩子加快速度。当然,这种具体的事物应该是孩子马上就能见到的那种,而不是遥远的、抽象的或是物质上的许诺。

适当的时候还是应该让孩子尝尝拖拖拉拉的后果,对于上小学以后的孩子,就不能再用无休止的耐心来等待他了。给孩子一个闹钟,让他学会按时起床,如果他迟到一次,受到了惩罚,自然不用你再督促了。

身为父母,我们也要时刻不忘提醒自己,孩子在看着自己、模仿自己。下次再催促坐在电视机前吃饭的孩子“快一点”的时候,不妨改掉吃饭时三心二意的习惯。妈妈随时还可以言传身教:“看到了吗?妈妈爸爸吃饭的时候都很专心呢!你是不是也该把玩具从餐桌上拿开呢?”



不爱干净的小孩

情景再现

小勇从幼儿园回来,书包还没放下来,伸手就去拿桌子上的水果和饼干。

“你还没洗手!”妈妈生气了。

“今天才换的新衣服,你看看,弄了多少泥巴?”妈妈心痛地大叫。

好不容易,妈妈把小勇叫去洗手,小勇洗完手,妈妈赶紧上前检查,“要你洗手,你就随便洗洗,你看,没洗干净不许吃!”

“睡觉前要刷牙,我都说过多少次了,你怎么就是不听?”

.....

洗澡、洗头、洗手、刷牙这些日常的卫生习惯,妈妈不知道嘱咐了多少次,孩子却充耳不闻,转眼就忘。害得妈妈逐渐失去了耐心,从循循善诱的柔声细语变成了怒气充盈的咆哮。

孩子似乎就是喜欢与“脏”为伍,像小狗、小猫一样,专往脏地方跑;还喜欢玩沙子、泥巴,用崭新的皮鞋去踩污水,让妈妈们好不苦恼。

孩子的心声

培养良好的卫生习惯的确是需要从孩子小的时候训练起。一种习惯的形成,并非一朝一夕,是长期坚持、习惯成自然的过程。而对于忘性很大的孩子来说,反复地训练显得尤为重要。

妈妈们觉得既然是为孩子好,孩子就该听,一次两次,总不能次次都跟在孩子屁股后面监督吧!

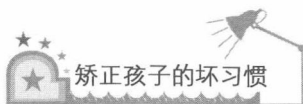
那孩子又是怎么看待卫生习惯的呢?

比如洗手这件最简单的事情,当妈妈告诉孩子“你一定要洗手,手上有细菌”的时候,孩子会反问:“哪里有细菌?我怎么看不到?细菌为什么要洗掉?”一个接一个打破砂锅问到底的提问,会让百忙之中的妈妈懒得解释,只有用“叫你洗,你就洗!要听话!”来下达硬性命令。

而这种搪塞的方式会加重孩子的疑惑,洗手的时候并不情愿。加之有时候妈妈们已经被顽皮的孩子搞得情绪烦躁了,猛拉过孩子的小手用力地揉搓,这种方式会加深孩子的抵触情绪,于是孩子会在心里愈发的排斥洗手,或者会选择“撒谎”来避免受轻微的体罚。这是一种本能的趋利避害的反应。

家有“脏”孩子的妈妈们不妨回忆一下,自己在培养孩子各种卫生习惯的过程中,是否有前述类似的情况。





聪明妈妈的做法

妈妈仅从成年人的角度去思考,认为孩子小,听不懂,就不向孩子解释培养卫生习惯的缘由。其实妈妈大可以选择用孩子的语言来诱导孩子。比如:“饭前便后洗手,就不会生病拉肚子。”“晚上不刷牙,牙齿就会痛。”“洗澡以后睡得更香甜。”

如果孩子第一次出现了自觉的行为,妈妈千万不可放弃机会,记得用赞赏的口吻来肯定孩子的进步:“宝贝真乖,妈妈真为你骄傲。”或者给孩子一个拥抱,用肢体语言鼓励孩子。

好奇心是造就孩子喜欢跟泥巴、沙子打交道的最主要原因。妈妈们不妨在安全的前提下,让孩子尽情地与大自然接近,只要回到家彻底地洗干净,是完全没有问题的。不出汗、不出门、不顽皮的孩子才是最不健康的孩子,哪个妈妈不希望自己的孩子健康活泼呢?

在培养孩子个人卫生习惯的同时,妈妈们尽可能地摒弃“自扫门前雪”的观念,让孩子从小要学会爱护公共卫生环境。当然,这种公共意识的培养也需要父母为孩子树立良好的形象,言传身教。