



不打不骂教孩子， 不娇不惯养孩子

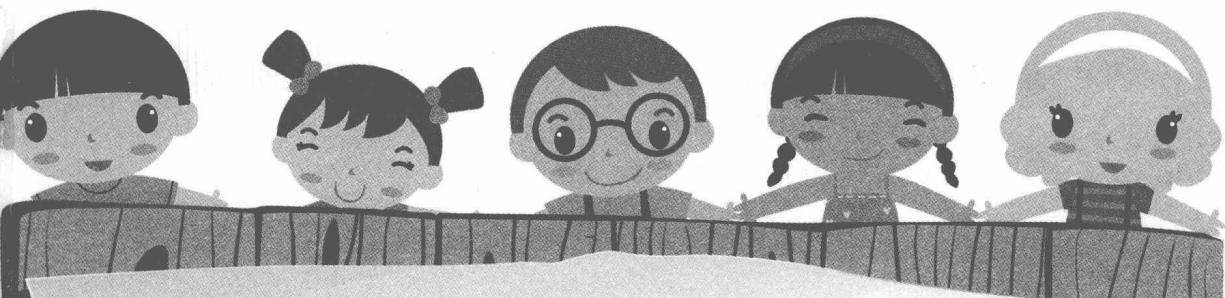
俞丽 编著



扔掉“打骂孩子”和“娇惯孩子”的错误教育观念
用更科学的方式培养孩子，
让孩子茁壮成长。



吉林出版集团
时代文艺出版社



不打不骂教孩子， 不娇不惯养孩子

俞丽 编著



吉林出版集团
时代文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

不打不骂教孩子, 不娇不惯养孩子 / 俞丽编著. — 长春: 时代文艺出版社, 2011.5

ISBN 978-7-5387-3423-2

I. ①不… II. ①俞… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第247078号

出品人 陈琛

责任编辑 邓淑杰

封面设计 林丽

装帧设计 李成龙

选题策划 刘乐

本书著作权、版式和装帧设计受国际版权公约和中华人民共和国著作权法保护

本书所有文字、图片和示意图等专用使用权为时代文艺出版社所有

未事先获得时代文艺出版社许可

本书任何部分不得以图袭、电子、影印、缩拍、录音和其他任何手段

进行复制和转载, 违者必究

不打不骂教孩子, 不娇不惯养孩子

俞丽 编著

出版发行/吉林出版集团 时代文艺出版社

地址/长春市泰来街1825号 吉林出版集团 时代文艺出版社 邮编/130062

总编办/0431-86012927 发行科/0431-86012939

网址/www.shidaichina.com

印刷/北京画中画印刷有限公司

开本/787×1092毫米 1/16 字数/137千字 印张/16

版次/2011年5月第1版 印次/2011年5月第1次印刷 定价/29.80元

图书如有印装错误 请寄回印厂调换

前言

孩子是家庭的中心，是父母的希望。每个做家长的都希望自己的子女能够出人头地，取得令人瞩目的成就。然而，并不是所有的家长都懂得如何培养和教育孩子。有些家长几乎把所有的精力都花在孩子身上，最终效果却并不理想。有的孩子在家长的“培养”和“教育”下不但没有成才，反而走向另一个极端。之所以会出现这样的结局，大多是因为家长教育孩子的方式出现了问题：要不然是对孩子过于娇惯；要不然就是走到另一个极端，迷信“不打不成才”，用打骂的方式来教育孩子。

中国自古就有“棍棒之下出孝子”，“树不修不成料，儿不打不成才”这样的说法。用“打骂”的方式来教育孩子是很多中国家长深信不疑的“教育圣经”。然而，在“棍棒”之下长大的很多孩子却并没有如家长所想的那样“成龙成凤”，大多数从小在家长的拳脚下长大的孩子都成了棍棒教育的牺牲品。

英国著名教育家约翰洛克早在300年前就曾经说过：“打骂式的管教，所养成的只能是‘奴隶式’的孩子。”然而，中国的很多家长并没有意识到这一点。大多数家长打骂孩子是因为头脑里残留着封建家长的意识。在他们看来，家长对孩子具有绝对的权威，孩子只能服从家长的意志。因此，只要孩子表示出和家长不同的想法，他们就会勃然大怒，对孩子恶言相向，甚至拳脚相加。在这样的家庭中长大的孩子，不是变得畏畏缩缩，丝毫不敢表达自己的意见；就是会变得特别叛逆，对别人充满敌意……无论是哪种结果，都可以说是非常失败的教育。可以说，“打骂式”教育作为一种畸形的家庭教育方式，长期以来荼毒了众多的中国孩子。



和“打骂式”教育相对应的是“娇惯型”养育。现在中国大多数家庭都是独生子女，孩子成了家庭中的“小皇帝”“小公主”，从小生活在爷爷奶奶、爸爸妈妈的呵护下，有什么事情都由家长代劳，造成的严重结果就是使得这些孩子从小失去了自由成长的机会和独立生存能力的发展，很多孩子由于家长过于娇惯，养成了自私自利、骄奢任性的性格，变得根本无法和人相处。有些家长在生活上对孩子娇惯，在学习上则是对孩子采取“打骂式”的教育，结果孩子就算学习上能符合家长的要求，也成了高分低能；还有的孩子则在这样的方式下变得性格分裂。

那么，怎样做才是不娇惯孩子？如果不打骂孩子，还有什么更好的方法能使孩子成才？这可能是横在所有父母心中的难题。没有天生就懂得如何教育孩子的家长。要想让孩子能够身心健康地成长，并且最终成为国家的栋梁之才，家长就必须花费一定的时间和精力来学习科学的养育之道。本书正是基于这样的目的而创作的。

可以这么说，本书几乎涵盖了家长在养育孩子的过程中所会遇到的所有问题，而且每一个小节都配了一个实例，让家长们能够更为直观地认识到问题的严重性；同时，也针对每个问题都给出了操作性非常强的教子技巧，让家长在面对这些问题时能够有法可解，不至于束手无策。对于每个苦寻教育之道的家长来说，本书就是一个贴心的小顾问。

只有好父母，才能教育出好孩子。因此，家长首先就要从改变自己做起，抛弃“打骂孩子”和“娇惯孩子”这样错误的养育理念，用更加科学的方式培养孩子，让孩子能够茁壮成长。

希望更多的父母能够体会到科学教子的快乐，也祝愿更多的孩子在父母的关爱和教育下身心健康地成长，拥有幸福美满的一生。

目录

第一章

懂孩子，爱孩子——只有读懂孩子才能教育好孩子

001：全面、客观地了解你的孩子.....	2
002：读懂孩子的心，走进他的小世界.....	5
003：了解孩子的需求，理解孩子的需求.....	8
004：切切实实读懂孩子的内心感受.....	11
005：读懂孩子审视世界的方式.....	14
006：务必站在孩子的角度思考问题.....	17
007：别把家长的意愿强加给孩子.....	20
008：找出孩子产生逆反心理的深层原因.....	23
009：要学会认识和掌控孩子的情绪.....	26
010：对孩子的优点和缺点都尽在掌握.....	30



第二章

尊重孩子是关键——教出好孩子的前提是尊重孩子

011: 把孩子当成一个有独立人格的人.....	34
012: 不管怎么样都要尊重孩子的天性.....	37
013: 最大限度地信任你的孩子.....	40
014: 别把孩子当成“炫耀品”.....	43
015: 动什么也别动孩子的“隐私”.....	46
016: 尊重孩子的朋友胜过尊重孩子.....	49
017: 千万不要“薄”了孩子的面子.....	53
018: 想取信于孩子, 就不要失信于孩子.....	56
019: 千万别拿孩子与别人做比较.....	59
020: 与孩子有关的事情要同孩子商量.....	62

第三章

不娇生, 不惯养——溺爱孩子等于在对孩子犯罪

021: 无论何时都不溺爱孩子.....	66
022: 绝对不纵容孩子的任性.....	69
023: 培养孩子的生活自理能力.....	73
024: 用理性的家庭教育培养孩子.....	76
025: 不要包办孩子的生活.....	79
026: 巧妙拒绝孩子的无理要求.....	82



027: 不失时机地培养孩子的责任感.....	85
028: 帮助孩子从小养成好习惯.....	88

第四章

不体罚，不训斥——批评孩子一定要把握好“度”

029: 教育不等于指责，批评不等于体罚.....	92
030: 体罚孩子不利于孩子心理健康.....	95
031: 体罚孩子只会取得相反的结果.....	98
032: 要学会“自我情绪”管理.....	101
033: 批评孩子一定要适可而止.....	104
034: 用百般“爱心”教育孩子.....	107
035: 在孩子面前永远保持温和.....	110
036: 试着给孩子申辩的机会.....	113
037: 让孩子把内心的不满讲出来.....	116
038: 孩子顶嘴，不是你大动肝火的理由.....	119

第五章

语言暴力不可取——语言暴力是对孩子的心灵施暴

039: 切不可对孩子实施“语言暴力”.....	124
040: 不要对孩子冷嘲热讽，恶语相向.....	127



041: 批评孩子要就事论事, 拒绝人身攻击.....	130
042: 不轻易用语言否定你的孩子.....	133
043: 批评孩子, 只谈眼前不翻旧账.....	136
044: 批评孩子, 一定要注意场合.....	139
045: 别用“恐吓”来教育孩子.....	142
046: 以理服人, 学会跟孩子讲道理.....	145
047: 换个角度看待孩子的“淘气”.....	148

第六章

常沟通, 多交流——好的沟通是成功家教的第一武器

048: 在平等的基础上和孩子沟通.....	152
049: 与孩子沟通, 要选对时机.....	155
050: 选对和孩子说话时的语气.....	158
051: 真正做到“蹲”下来和孩子说话.....	161
052: 孩子提出的问题, 父母要认真对待.....	164
053: 在孩子面前不要“唠唠叨叨”.....	167
054: 倾听的效果远远好于单纯的说教.....	171
055: 捕捉孩子话语的“话外之音”.....	174
056: 亲子之间的非语言沟通要多做做.....	177



第七章

多表扬，善夸奖——“夸”是最值得尝试的教育方式

057: 赏识教育，学会赏识你的孩子.....	182
058: 不要紧盯着孩子的缺点不放.....	185
059: 给孩子足够的鼓励，让孩子更自信.....	188
060: 试着发现和放大孩子的“优点”.....	191
061: 学会在错误中发现孩子的优点.....	194
062: 表扬孩子有学问，正确表扬孩子.....	197

第八章

放养教育效果好——把本来属于孩子的权利还给孩子

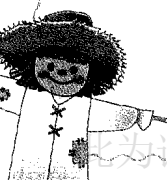
063: 孩子需要“放养”才能长大.....	202
064: 学会培养孩子的独立意识.....	205
065: 孩子的事情让孩子自己做.....	208
066: 让孩子多参加实践活动.....	211
067: 不过度“控制”孩子.....	214
068: 让孩子大胆说出自己的想法.....	217
069: 对孩子放手，并不意味着放任.....	220
070: 多给孩子独立做事情的机会.....	223

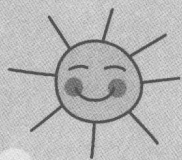


第九章

修己身，养己性——言传身教远远好于单纯的说教

071: 给孩子一个温馨的家庭，让他从小学会爱.....	228
072: 做一个值得让孩子崇拜的家长.....	231
073: 严格要求自己，给孩子树立一个好榜样.....	234
074: 不要当着孩子的面争吵， 否则孩子会学你.....	237
075: 乐观面对生活，让孩子从小养成乐观的性格.....	240
076: 成长应该是孩子和家长共同的事情.....	243





第一章

懂孩子，爱孩子

——只有读懂孩子才能教育好孩子

001：全面、客观地了解你的孩子

对于父母来说，教育孩子从来都是头等大事，而要教育好孩子，首先就必须真正读懂孩子，因为只有真正了解自己的孩子，才能真正教育好孩子。按理说，父母应该是最了解孩子的人，然而事实却并非如此，与孩子朝夕相处的父母并不一定是真正懂得自己的孩子。不少家长对孩子的了解仅仅停留在孩子物质需要和身体状况这一层面上，对孩子的其他方面关注不够或者很少。事实上，如果父母仅仅关心孩子的衣食住行、孩子的学习成绩和孩子的身体健康，而从不关注孩子的心理需求或者更深层次的精神需求的话，孩子的心理需求、情绪变化和孩子的困惑烦恼就无处倾诉，由此就会造成亲子距离的拉大、亲子感情的疏远，家长无奈和孩子无助的状态也会随之出现。

情景再现

这一天，17岁的王皓干了一件“惊人之举”：他在自己家附近的一家手机营业部内强抢了一部手机。在问到他的作案动机时，王皓的答案让办案人员非常震惊。

原来，王皓之所以会这么做，只是因为自己觉得父母对自己的关心不够，想通过这件事情引起他们的关注。他说：“我平时在家，父母都很少和我说话，更不知道我的学习怎么样、和谁交朋友，父母和我说得最多的，可能就是‘要好好学习’。从小到大，我最想知道的就是父母在想什么，我在父母心中到底是不是个好孩子。”

王皓一家是几年前从乡镇搬到城区来的，王皓的爸爸妈妈都是临时工，家里

收入不高，生活压力比较大。在忙于生计的同时，爸爸妈妈和王皓之间的关系也越来越疏远。他们平时除了满足王皓吃穿等要求，都很少和王皓交谈，也不关心王皓的私生活。王皓的父亲认为，儿子从来不和外面的那些小青年鬼混，最多只是上上网，肯定不会出什么问题，自己只要挣钱养家就足够了。

在前几天的中考中，王皓没有发挥好，成绩很不理想。王皓心里很难受，但是爸爸妈妈不但没有安慰他，反而责备他辜负了他们的期望。这对于王皓来说无异于雪上加霜，冲动之下，竟然做出了“抢手机”这样极端的事。

事后，王皓的父亲很后悔。他说自己早该和儿子多聊聊天，如果早知道儿子的真实想法，他肯定会抽出很多的时间来陪儿子，儿子也不至于做出这样的事情。

在我们的身边，类似于王皓父母的家长有很多，他们不了解自己的孩子，认为只要让他吃饱穿暖就可以了。大部分的父母对孩子关注最多的还是学习成绩。由于家长对孩子的了解不够全面，孩子在碰到一些问题的时候也得不到父母的关爱和理解，受挫的心理得不到慰藉，久而久之，在逃避和逆反心理的支配下很有可能误入歧途。而一旦在发现孩子走上歧途的时候，再去了解孩子，再来补救就为时已晚了。

给家长的教子技巧

家长在教育孩子前，首先要问问自己是不是了解自己的孩子。要了解自己的孩子，不仅要注意孩子正在成长的身体，同时还要注意孩子的精神、观察孩子的举止、了解他们的想法等。如果家长能全面客观地了解自己的孩子，就能为自己奠定教育孩子的基础，那么教育就会合理而有效，孩子也就会幸福、快乐地成长。然而，有很多家长虽然很了解自己的孩子，却发现自己很难走进孩子的世界。那么，通往孩子世界的“门”在哪里呢？

☆ 技巧一：了解自己的孩子的个性是属于哪种类型

每个孩子都属于不同的类型，而不同类型的孩子需要的教育方式也是不

同的。比如按照学习风格来分类，孩子可以分成四个类型：认知型、模仿型、逆思型和开放型。孩子的个性是与生俱来的，家长可以观察自己孩子的表现是哪种个性的反映，然后再全面了解孩子的这些本性并且顺着这个本性去引导孩子，让他们向好的方向发展。比如认知型的孩子平时会表现出以自我为中心，喜欢争辩，喜欢询问事情的来源，学习比较主动，但也比较固执，常常不理睬别人的感受。教育这类孩子时就要采取相对比较开放的“放养式”教育方式，不能限制得太多。

☆ 技巧二：以发展变化的眼光来了解孩子

孩子小时，在父母面前表现几乎是全透明的，总是围着父母转，心理上也很简单，父母当然能对孩子的表现和想法了如指掌。而当孩子入学后，家长对孩子的了解就不那么简单了，孩子在长大，心理也在发展，活动空间在扩大，所有这些变化都要求家长也要以发展变化的眼光来了解孩子。如果家长还是用原来的思维方式，想当然地认为孩子：怎么想，怎么做，要什么，不要什么……那么家长与孩子的心理距离就会越来越远，甚至产生误解和代沟。

☆ 技巧三：在与孩子的共同生活中养成家庭对话的习惯

在与孩子的共同生活中，家长要有意识地和孩子养成家庭对话的习惯，可以在一些轻松的氛围里养成家庭对话的习惯。比如：周末带孩子出去吃冰淇淋，顺便与孩子多聊天，加深沟通；可以每天晚上一起同孩子去散步；与孩子一起吃饭时让孩子参与进大人的讨论；每天晚上到孩子的房间看看孩子，问问孩子学校的情况，与孩子一起讨论每一天的经历……在这种对话中了解孩子生活的点滴，从而做到全面客观地了解孩子。

002：读懂孩子的心，走进他的小世界

许多父母都有这样的体会，孩子年幼时非常乖巧、听话，可是到了一定年龄后会变得越来越不听话：大人说东他偏要说西；大人认为应该这样做，他却偏偏要那样做；他们很少和父母交流，父母多说几句就会嫌唠叨，有了心里话只跟同学、朋友诉说，不愿意对父母讲……许多父母为此苦恼不已。这都是不懂孩子惹的祸！

事实上，为人父母者最需要的是读懂孩子的心。然而让人遗憾的是，在家教问题上，许多父母都不懂孩子的心。例如他们不明白孩子为什么总是忘不了玩，为什么要与父母为敌等。许多亲子关系的障碍都源自于父母走不进孩子的“小世界”，不了解孩子心里到底在想什么。

情景再现

小明的妈妈是一家公司的老总，事业成功的她不仅自己争强好胜，对儿子小明的要求也很高。为了督促小明朝自己希望的方向发展，她对小明一直都比较严厉。

小明小时候对妈妈一直比较顺从，但是从初一开始，自我意识逐渐萌生的小明开始用一些无声的行为来反抗妈妈的约束。时间长了，小明在妈妈的眼里变得越来越陌生。在家中，妈妈只能看到小明的“外壳”：上网的他、开玩笑的他和吃饭的他。至于小明内心的想法，妈妈根本无法触及到。

小明的妈妈一直希望儿子能够理解自己的一片苦心，能和自己无话不说，亲密无间，然而儿子似乎一直不领自己的情。

这天，小明放学回家的时候脸色阴沉，进了房间就把房门锁上半天也不出

来，只是在吃饭的时候出来随便扒了几口就又准备回房间。妈妈非常担心，就问道：“小明，你到底怎么了？为什么脸色这么难看？”对于妈妈的询问，小明却只是说了一句：“我累了，我不想说话。”

对于孩子的冷淡，妈妈觉得挫败感很强。她真不知道自己到底是哪里做错了，或者怎么样做才能让孩子对自己敞开心扉。

有很多家长都有和小明妈妈一样的苦恼。他们觉得自己明明在孩子身上花费了很大的精力，但孩子的内心仍然在抗拒他们，不愿意让父母进入自己的小世界。这究竟是因为什么？

给家长的教子技巧

父母都担负着帮助孩子、教育孩子长大成人的责任。教养好孩子不仅意味着要保证孩子身体的健康成长和学业的进步，还要帮助孩子建立起一个健康积极的内心世界。然而真正了解孩子的内心是一件非常不容易的事情。很多家长一直抱怨孩子不理解父母的难处，觉得自己的付出得不到回报，但他们却很少去关心自己的孩子在想什么，或者老是用自己的眼光去曲解孩子的想法。久而久之，父母和孩子间的心理壁垒就会越来越高，等到父母发现孩子越来越“陌生”的时候，再想打破这道壁垒就很困难了。

☆ 技巧一：重视和孩子的眼神交流

眼睛是心灵的窗户。经常和孩子进行眼神交流的家长更加容易打开孩子的心扉。如果家长在和孩子说话的时候老是不看孩子的眼睛，孩子自然会认为家长根本就不关注自己，更不会轻易向家长透露自己的内心世界了。如果家长用微笑的眼神经常和孩子进行交流，孩子能感受到家长的友善，自然也会友善地回应家长。

☆ 技巧二：先向孩子敞开自己的心扉

父母应该尝试经常向孩子袒露自己真实的想法。家庭生活中出现了一些小