

让数以百万计的父母学会如何和孩子一起快乐成长

父母的责任，不是为了让孩子快乐，而是教给他们今后如何快乐生活的技能。

——约翰·罗斯蒙德

美国母亲
票选好读奖
★★★★



全球畅销15年，最新修订版！

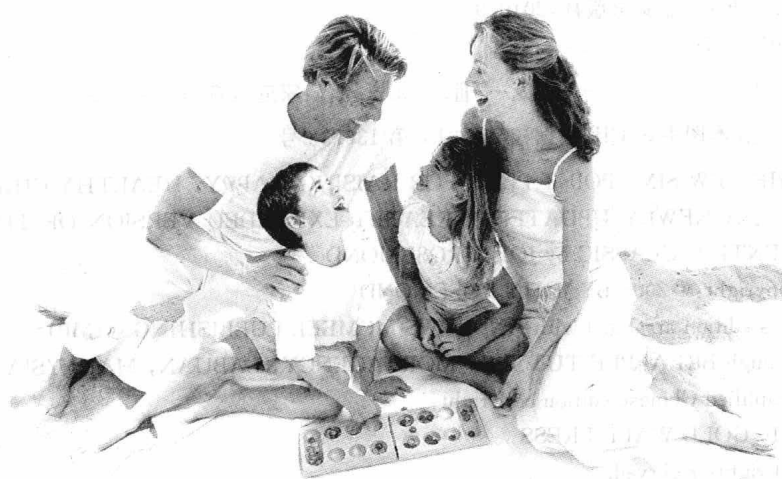
罗斯蒙德 欢乐育儿书

父母教会孩子快乐生活的6堂课

[美] 约翰·罗斯蒙德◎著 庞绪军◎译



金城出版社
GOLD WALL PRESS



罗斯蒙德欢乐育儿书

父母教会孩子快乐生活的6堂课

[美]约翰·罗斯蒙德◎著 庞绪军◎译



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

罗斯蒙德欢乐育儿书:父母教会孩子快乐生活的6堂课/(美)罗斯蒙德著;庞绪军译. —北京:金城出版社,2010.9

ISBN 978-7-80251-514-7

I. ①罗… II. ①罗… ②庞… III. ①儿童教育:家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第136733号

THE NEW SIX-POINT PLAN FOR RAISING HAPPY, HEALTHY CHILDREN; A NEWLY UPDATED, GREATLY EXPANDED VERSION OF THE PARENTING CLASSIC by JOHN ROSEMOND

Copyright: ©2006 BY JOHN ROSEMOND

This edition arranged with ANDREWS MCMEEL PUBLISHING (AMP) through BIG APPLE TUTTLE-MORI AGENCY, LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2010 GOLD WALL PRESS

All rights reserved.

Copyright ©2010 GOLD WALL PRESS, CHINA

本作品一切中文权利归金城出版社所有,未经许可,严禁任何方式使用。

罗斯蒙德欢乐育儿书

作者 [美]约翰·罗斯蒙德

译者 庞绪军

责任编辑 方小丽

特邀编辑 宋嘉盛

开本 880毫米×1230毫米 1/32

印张 9.5

字数 250千字

版次 2010年10月第1版 2010年10月第1次印刷

印刷 北京燕旭开拓印务有限公司

书号 ISBN 978-7-80251-514-7

定价 29.80元

出版发行 金城出版社 北京市朝阳区和平街11区37号楼 邮编:100013

发行部 (010)84254364

编辑部 (010)84250838

总编室 (010)64228516

网址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchengchuban@163.com

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010)64970501



简介

近来,似乎为人父母之道变化越多,就越能继续变化。如今的家长都在试图与孩子建立良好的关系。而我们的祖先却不这样,因为他们意识到了小孩子首先需要具备领导能力,亲子关系不可能变“坏”,如果把精力过多地放在如何与孩子维持“良好”关系上面,就不能培养孩子合适的领导力。要耐心等待。

今天的妈妈总是围着孩子转,使出浑身解数让孩子开心。而在过去,妈妈却是孩子关注的焦点,还教孩子如何自食其力。今天的妈妈尽可能多地为孩子做点事情。而在过去,妈妈有意识地少为孩子做事,此外,还坚持让孩子为妈妈和家庭分担家务。今天的妈妈是孩子的奴隶,孩子对其依赖性很强,而且依赖的时间逐渐变长。而在过去,妈妈可是当家的,经常分配各种家务活儿。今天的妈妈总为孩子忙个不停,以为只有服务周到的妈妈才算好妈妈。而在过去,孩子长到3岁的时候,妈妈总让孩子帮她们干活,一位好妈妈要让孩子学会独立生活。

再谈谈今天的父亲们。在今天的美国,理想的父亲必须是孩子最好的朋友。而在过去,父亲在家里说了算,也是孩子的导师。他教孩子变魔术、骑自行车、使用铁锤、训狗,等等。他知道,父亲

的身份在先,而后才能成为朋友;孩子一旦解放、独立,如果做父亲的还是一味等待孩子的决定,那么父亲就不再是孩子的好朋友了。

在过去,夫妇彼此相爱,结为连理。他们本能地认为夫妻关系要比任何一方与孩子的关系更为紧密。而在如今典型的美国家庭里,亲子关系远比夫妇关系紧密,这也是为什么很多婚姻在最后一个孩子离开家庭后开始瓦解。

在过去,家长按照常识和传统去养育孩子,这也是他们没有抱怨养育孩子是最困难的事情的原因。而今天的家长,常识早被心理学理论或术语代替,这也是为什么这么多家长告诉我养一个孩子让他们身心俱疲的主要原因。

在过去,家长很关注教育方式,而不是溺爱孩子。如今的家长往往太把孩子和如何养育孩子当回事儿。头一种态度是保证亲子关系健康发展的关键。而后一种态度则把问题严重化了,失去了养育孩子的乐趣,从而给家长平添了很多包袱。

为什么今天的父母要比40多年前的父母对孩子的行为表现和在校成绩要求更为苛求?原因很简单,真的。因为你不能用两种截然不同的方式来对待养育子女的问题,还想得到相同的结果。

你决不会在本书中看到心理学理论方面的术语。这不是一本探讨儿童心理学的书籍。“自尊”将在第1堂课的第3段提到,顺便提一下,附录里也讲到。这是一本探讨如何培养孩子坚强性格的书,孩子生活的这个世界需要孩子有颗坚强的心。这就需要家长同样坚强、有毅力,要让孩子今后向你们看齐。

有位父亲曾告诉我,他不愿意让孩子照着某个模式生活、成



长,因为他不喜欢那样做。我告诉他,要成为一个好家长,有时需要做不喜欢的事情。当个好家长,不是说根据你的好恶来培养孩子,而是看能否满足孩子真正想要的,无论家长喜不喜欢。

写这本书的目的,就是要帮助家长重新振作起来,搞清楚轻重缓急,从而摆脱那些晦涩难懂的所谓的教育理论。另一个目的是让人们重新拾起常识性的观念,发现教育孩子的乐趣,这曾经是当家长最重要的责任,而且也是最令人欣慰、最见成效的责任。

先提个醒:我试图让时间回到过去。正如保罗·麦卡特尼说的那样,“我相信昨天”。毫无疑问,我绝对相信 50 年前的父母要比今天的父母当得好,所以那时的孩子也比今天的孩子更优秀。同时,我也相信,今天的父母完全有可能按照传统的方式来养育孩子。

每当我这样说时,总会有人反驳说:“时代不同了!”的确,时代是变了,但这并不意味着教育孩子基本原则的改变。虽然,今天的世界与 1787 年(《美国宪法》诞生)的世界有着天壤之别,但 200 多年前宪法的原则在今天仍旧适用。同样,50 年前的为人父母之道在今天也是适用的。

问题是,今天的很多父母欣然接受了许多新的原则。心理学家和其他所谓的“专家”把这些新原则强加在我们固有的传统之上,长达 50 年之久,这足以看出这些新原则没什么作用。50 年前,家长们都继承这祖祖辈辈传下来的育子之道,孩子们独立完成家庭作业。而今天,妈妈通常坐在孩子旁边,看孩子做作业,结果当妈妈的却替孩子做了起来;50 年前,孩子很少顶嘴,如今的孩子一天能顶好几次嘴;50 年前,家长不在身边时,孩子们非常淘气,而如今的孩子无论家长在不在场,都调皮捣蛋,没有片刻安生。

罗斯蒙德欢乐育儿书

不管你相信与否,在如今的家庭里,仍可以教出好孩子:可以独立完成功课;偶尔顶嘴;会淘气,但仅仅是天性使然。

我写这本书,就是为了让您也能教出这样的好孩子。

第1堂课

夫妻关系是家庭的核心

家长们都认为我是亲子教育方面的专家,于是总会问我一些该如何教育孩子的问题。这些问题涉及方方面面,不过,大多数家长都想找到既能让孩子有出息,又能让孩子快快乐乐成长的秘诀。

讨论亲子教育问题的丛书更是数不胜数,我这本书只是其中一例,今后这类书还会源源不断地问世。到目前为止,我结婚 38 年了,肩负了 37 年作父亲的责任,又当了近 12 年的爷爷;身作为一名丈夫、父亲和爷爷,我发现秘诀也没那么复杂,没有复杂到需要写一本书的地步。总之,要想让孩子有出息、快乐的生活,秘诀就是把更多的心思放在夫妻关系问题上。倘若你能把自己的婚姻经营好,处理好夫妻关系,就是给孩子最好的礼物。

这话恐怕大多数家长都不爱听。因为他们本想听我讲讲家长该怎样给孩子无条件的爱,或者讲点有实用性的,比如,该如何培养孩子的自尊心。换句话说,大多数家长希望我谈的话题以孩子为中心。恰恰相反,我主要从一个家庭的整体来谈,而并非从某个成员来考虑。我的意思是,只有先分清家庭内部问题的主次,才最有可能保障孩子的幸福。千万不要误解:并非让你关注夫妻关系比关注孩子多一点,或者爱配偶胜过爱孩子。我只是想提醒人们:孩子判断家庭是否和睦的主要依据就是父母的关系是否和谐。

“先打住!”有人惊叫起来,“我是单身父(母)亲!你的意思

是,我不能像双亲家庭的父(母)亲那样照顾好我的孩子吗?”

我当然不是那个意思。事实上,单亲家庭和双亲家庭完全是两种不同的情形。想用一口气或一个段落详谈这两种情况,几乎不太可能。因此,我打算分开来谈。首先,我要谈谈双亲家庭里孩子的教育问题。然后,再谈谈生活在单亲家庭里孩子的教育问题。其实,我7岁前的大部分时光就是在单亲家庭中度过的。

“孩子第一”

多年前,我曾给一些身为上班族的妈妈展开过几期“如何为人母”的培训,地点是在位于北卡罗莱纳州夏洛特城的皮德蒙特中部社区学院。每一期培训开始时,我走入教室,拿起一支粉笔,在黑板上写道:在我家里,孩子是第一位的。写完,我便转身问她们,请同意这个观点的母亲们举一下手。话音刚落,几乎所有母亲都举起手来。其中很多妈妈都相互看了看,边笑边点头,似乎在说:“这还用问啊!哪个当家长的不把孩子放在第一位?”然而,在我看来,母亲们纷纷举起手来、相互默许,这都表明我们做家长的陷入了一个误区,即把孩子放在第一位。

第二次世界大战以后的数年里,美国人越来越重视对孩子的教育和培养,而且是近乎神经质般的重视。养育孩子本来是家长们再平常不过的责任,却给戴上了科学的帽子。于是,养育孩子的问题演变成了“如何当好父母”的问题,如果当不好,后果严重。这给家长们许多无形的压力。不过,孩子们在家庭中的地位却提高了。这种地位并非孩子们应得的,当然,他们也未曾为之付出过,而且对他们无益(不管他们多么喜欢获得这种地位)。在一些问题家庭,孩子成了中心,家长们忙着围着他们转。在这些以孩子为中心的家庭中,不言而喻,首先,孩子是最重要的成员;其次,



亲子关系是家庭中最重要关系。显然，在美国家庭里，孩子越是处于中心地位，就越以自我为中心。于是，也就越难养，家长也越发觉得费心劳神、出力不讨好。

无数家长告诉我，养孩子是他们做过的最难的一件事儿。听到这种抱怨，我感觉到一种充满矛盾的“荣誉感”，仿佛家长们认为养孩子就应该是一件不易的事儿，这才算真正担负起了做家长的责任。他们似乎觉得，孩子越难养，就应该投入越多的精力，这样才是真正负责任的家长。于是，家长们总认为，谁不觉得孩子特别难养，谁就没足够尽心尽责。被孩子们折腾得精疲力竭是时下家长们的通病。

然而，40年前，家长们可一点儿也不觉得孩子难养，事实上他们做得相当好，我说的就是我父母那代人。我跟很多家长交流过他们教育子女的经历，还让他们大致描述一下。果不其然，描述惊人的相似。他们告诉我，作为一个人来讲，养育孩子的责任重大，同时也带来很多乐趣。不能一概地把养育孩子与“压力”、“挫败”、“焦虑”、“痛苦”和“犯罪感”等词汇联系起来。需要提醒的是，在20世纪50年代的大多数家庭里，每家的孩子都要比现在的多。一位90岁的老妇说：“养育孩子只是生活的一部分。”她并不是想淡化养育孩子的重要性，而是强调这只是作为成人的众多责任之一；这不是她生活的全部，也没花过多的精力，因此，算不上压力。正是因为这些家长有正确的养子观，才显得很从容，也很享受这个过程。他们从不围着孩子转，相反，孩子却围着他们转。不久以前，家庭中最重要关系是夫妻关系。婚姻是第一位的，夫妻都想白头偕老、天长地久。孩子只是婚姻生活的过客。的确，孩子也是夫妻婚姻生活中最重要的来客，不过也只是过客。而一个人的配偶却绝不是过客。孩子一旦长大成人，离开父母远走他乡，剩下的就是夫妻俩和彼此的婚姻，要想维系好婚姻，就必

须要把夫妻关系放在家庭关系的首位。

倘若你把孩子放在首位,把亲子关系排在夫妻关系前面,那你的孩子早晚会变得任性、跋扈,不在乎你为他做的每一件事。他长大之后,肯定会为所欲为;你也会觉得让他承担家庭责任不太公平,于是,你会绞尽脑汁迎合他、伺候他。把孩子放首位只能让你觉得为人父母是世上最难的一件事,即便开心,也只是偶尔,不能持续。最糟糕的是,把孩子放首位最终导致孩子们并不快乐,因为快乐只有建立在自己为自己负责的基础上,而不是别人为自己负责。

细胞式生活

一谈到以婚姻为中心的家庭,我通常用细胞做类比。细胞是生物的基本组成部分。细胞核是细胞的功能中枢,支配细胞的各项活动。细胞核是细胞各项活动的执行者,控制着细胞的新陈代谢、再生和其他各项主要的机能。细胞核还能协调相邻细胞间的关系,决定细胞在整个机体中所发挥的作用。此外,生物学家都知道,只要细胞核是健康的,正常发挥其功能,那么细胞自身就能健康生长,能够对所在的机体产生积极的作用。反之,如果细胞核不健康,受到疾病或异物的侵袭,那么该细胞核就不能正常运转,细胞也会逐渐死去。

同样,家庭也是社会生活的基本单位,而社会是个更大的有机体,家庭就是这个有机体的一个细胞。家庭也有细胞核。在双亲家庭中,细胞核就是婚姻。在单亲家庭中,细胞核就是单亲父亲或母亲。如果婚姻或单亲父母的需求得到满足,整个家庭就是健康的,每个家庭成员也是健康的。换句话说,婚姻经营好了、单亲父(母)亲把自己的事情处理好了,孩子们才能快乐地成长,才



有安全感。他们对自己的身份有清楚的认同感,在此基础上建立起自信,相信自己有能力处理生活中面临的各种问题。

这也就是说,在双亲家庭里,婚姻是最重要的,是家庭里最重要的关系,其重要性高过任何一个家庭成员。婚姻成就了家庭,也延续了家庭。婚姻先于孩子而存在,孩子出生后,婚姻继续枝繁叶茂。如果你不把婚姻放在首位、维护好婚姻关系,一切将成为泡影。

离婚率最高的人群之一是“空巢客”(那些子女离家独立的父母),若不是这一人群的存在,上一段的论述也仅仅是华丽的词藻。没办法用一句话解释清楚,我曾与很多不幸的“空巢客”攀谈过,对他们中的大多数人而言,抚养子女让他们忽视了各自的婚姻。20多年来,“我们为了孩子而活”的思想根深蒂固,使夫妻俩忘记了为彼此存在的理由。更可悲的是,这种“孩子为中心”的弊病很可能会像瘟疫一样,代代相传。

薪火相传

一位记者曾问我:“当今天的孩子长大成人,他们面临的最大的问题是什么?”

我回答说:“尽管很多孩子生活在双亲家庭,但并不知道‘婚姻’为何物,更别说‘家庭’了。”

如今的孩子不知道婚姻是什么,因为家长很少把丈夫和妻子的角色展现给孩子,而是把作为父母的一面展现给孩子。这是一种新的美国式的教育理念,其依据就是人们普遍的误区,即越是关注孩子,越是管得多,对孩子越好,这才算是好家长。

我是最后一代生活在以婚姻为家庭中心的孩子中的一员,尽

管这些家庭有着这样或那样的不完美之处。虽然你母亲是家庭主妇,但不是只会待在家里围着孩子转的妈妈。虽然她在外面有工作,正如我母亲那样,50年代的母亲下班回家后,并非满心愧疚、极力补偿孩子,比如整个傍晚给孩子跳舞,直到孩子愿意上床睡觉为止。她回到家是来放松、休息的,也期望孩子不再缠着她,而是帮她在家放松一下。爸爸下班回到家,不想看到孩子叽叽喳喳地闹个不停,也不想和孩子粘在一起,而是希望和妻子享受片刻的安宁,毕竟妻子才是他一生的伴侣。晚饭后,夫妻俩在起居室里喝杯咖啡,闲谈一会儿;孩子们独立地做做作业或者其他的事情。夫妇都不想再卷入孩子的小世界。当然,也有些例外,不过,我和我父母这两代人都记得,在过去的美国,夫妻关系远比亲子关系坚固。其实,也应该如此。

“不是吧,约翰,”有人质问道,“不是更坚固,你是指同样坚固吧?”

不,我肯定认为过去的夫妻关系比亲子关系更坚固。与今天的母亲不同,50年代之前的母亲不是嫁给孩子,而是嫁给丈夫。与今天的父亲不同的是,在过去,当父亲的首先是个好丈夫,其次才是个好父亲,绝不仅仅是孩子最好的伙伴。除了在家里面,孩子在任何其他地方都没办法了解婚姻的真谛。了解婚姻是什么,要远比成为学校的优等生或者体育健将重要得多。事实上,其重要性不是用三言两语就可以说得清楚的。

夫妻关系高于亲子关系,如果你对此有所异议,想找出更多的证据,不妨看一下这个无可争辩的假设:没有什么比夫妻关系出现危机更能让孩子觉得缺乏安全感了;倘如夫妻关系岌岌可危,随时可能破裂,势必打乱孩子正常的生活。因此,我们可以发现,即使夫妻关系不是非常和谐,只要能挺过去生活中的不如意,



只要能相互忍让,孩子就会觉得这个家依旧是安全的。

把夫妻关系摆在家庭成员关系的首位,是解放孩子的第一步。大多数人认为,孩子只有到了成年,才会离开家独立生活。这种想法是不正确的。孩子的解放和独立要从娃娃抓起,从刚会走路开始。这是孩子摆脱对家长的依赖、逐渐自立的一个缓慢的过程。等这个过程行将结束之时,孩子也就真正独立了。家长幸不幸福,孩子不是关键,婚姻经营的好坏才是关键,这就能让孩子们摆脱家庭的牵绊,寻找属于自己的生活。事实上,孩子能远走高飞是一件值得庆贺的事儿,身边的每个人都为之高兴、为之祝福。倘若亲子关系位于家庭关系的首位,那么孩子要想独立,就难了。孩子往往能离开家,但感情上总对父母产生依赖。有时候,孩子独立就像“离婚”一样令人心痛,无论是家长还是孩子,都需要很长时间才能渐渐缓过来。

孩子独立时,家长给孩子最好的礼物既不是新车的钥匙,也不是公寓的钥匙,而是让孩子体会到一种真正的安全感,让他随时可以回家,不是来常住,而是来串门。我曾经跟很多独立的成年人交流过,他们告诉我,他们生活中最大的痛苦莫过于如何分配看望离异父母的时间。

我的孩子曾对我和妻子威丽说,你们的感情始终这么好,当你们的孩子真是太幸运了,相信你们能一直这样好下去。这只是他们无意中说溜了嘴,其实他们心里都明白,这与幸运没什么关系。我们做父母的只是做好了分内的事儿,父母有父母的样子,家才像个家。

缺乏关注

孩子到3岁的时候,会得出两种完全不同的关于父母的

观点：

观点一：

我应该听父母的。

观点二：

父母应该听我的。

认为“我应该听父母的”的孩子们很好管教，而且，也很听话，懂得自律。持第二种观点的孩子就非常淘气、任性了，家长几乎管不了他们。之所以会这样，是因为孩子能否自律，关键看他听不听家长的话，如果家长事事都听孩子的，孩子当然就不把家长的话当回事。换句话说，你越是关注孩子，孩子就越不在乎你。

持第二种观点的3岁小孩，缺乏对家长言行的关注，不听话。别担心，孩子并没有得所谓的关注缺乏综合征，孩子是健康的。不过，家里肯定得乱套。家长常常抱怨：“只有冲他大吼大叫，他才听话”，“得反复跟他强调三次，他才照做”。是的，他是缺乏对家长言行的关注，究其根源，并非机体化学失衡，也不是大脑功能失调，而是由充满善意的家长导致的。这些家长认为，好家长就得时时刻刻关注着孩子，越是关注孩子，就越是好家长。自20世纪60年代以来，这种想法就已经普遍存在。当时，新涌现了一批专业的家长培训班——由像我这样背景的一些人组织的——主要是让家长了解，孩子心理是否健康，关键看孩子从家长和其他重要人物那里得到的关注的多少。我对此中蹊跷心知肚明，因为做心理咨询师的头六七年里，我也曾赞同过这种言论。那段时间的头两年，像许多心理热线的咨询师一样，我经常接听家长的电话，为他们解答生活中常见的疑难问题。你或许能想象得出，打电话的人通常是某个孩子的妈妈，在电话的那一端不停诉说。问题孩子经常与弟弟妹妹打架，或者干些其他令大人恼火的