

家规=悬崖峭壁旁的栏杆

云 晓◎主编

在**独生子女时代**，我们的孩子
缺少的是**爱**，而是**规矩**。

60 家规 培养孩子 不操心的孩子

“家规教育”，其内涵如下——

- 重要核心：不是溺爱，不是专制，而是在做朋友的基础上树立权威！
- 主要内容：父母如何做到刚柔并济，恩威并施，胡萝卜加大棒的一些学问。
- 最终目的：孩子小，立规矩；孩子大，享自由！

60_个家规 培养孩子 不操心的孩子

云 晓◎主编

● 朝 华 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

60 个家规,培养不操心的孩子 / 云晓主编.

—北京:朝华出版社,2011.7

ISBN 978-7-5054-2775-4

I.①6… II.①云… III.①家庭教育 IV.①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 111746 号

60 个家规,培养不操心的孩子

主 编 云 晓

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 楼淑敏

责任印制 张文东

封面设计 荆棘设计

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街 24 号 邮政编码 100037

订购电话 (010)68413840 68996050

传 真 (010)88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.mgpublishers.com

印 刷 三河市三佳印刷装订有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 787mm×1092mm 1/16 字 数 230 千字

印 张 16.5

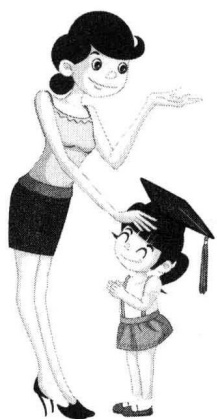
版 次 2011 年 7 月第 1 版 2011 年 7 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2775-4

定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换



序 言

生活中，孩子们让父母感到抓狂、难以应付的事情实在是太多了。

情景一（与人相处方面）：

“你们想饿死我吗？快点……”父母在厨房忙得够呛，四仰八叉躺在沙发上的孩子大声埋怨着。

“我让你去给我拿双袜子，你听见没有！”这是一个孩子在指使他家的保姆。

……



情景二（习惯方面）：

每当吃饭的时候，孩子总是旁若无人地拿着筷子在盘子里挑挑拣拣，弄得杯盘狼藉。

孩子早晨上学迟到，面对老师的质问，他要么回答“闹钟坏了”，要么把责任归在“爸爸妈妈没有叫我”上。

.....

情景三（个性方面）：

孩子前两天刚买了新衣服，又和妈妈一同去逛商场，立刻就发出了这样的胁迫：“如果今天你不给我买一套新裙子，我就坐在地上不起来！”

当有的小伙伴不小心得罪了他，他就会与对方争论不休，越吵越凶，直到面红耳赤大打出手。

.....

情景四（学习方面）：

画画才学两天，就扔下画笔闹着要学钢琴；钢琴买了，老师也请了，他却说弹吉他的哥哥很酷，想学吉他。

作业还没写5分钟，就站起来上厕所，回来坐下没多久，又去逗弄桌下的小狗。

.....

情景五（做人做事方面）：

放学后，过马路时，有的孩子在马路中间互相追逐嬉戏，还有的孩子不看红绿灯径自往前走。

一个孩子这样描述自己的理想：将来我要先买一张彩票，中上大奖500万，然后用这些钱去外国买一个大官，让所有的人都知道我的厉害.....

.....



遇到以上提到的这些状况，父母们一般会怎么应对呢？

生活中，父母们的应对方式大概会分为这样四种：

第一种父母，可以称之为“暴躁型”，看到孩子如此不听
话，立刻就暴跳如雷，批评、责骂的话脱口而出，甚至有可能
会出现动粗的情况——结果呢？不仅实际问题一点没解决，还
引发了一系列大问题，孩子不是变得更加懦弱、胆小，就是逆
反心理严重，脾气变得比父母还大。

第二种父母，可以称之为“纵容型”，只要是孩子提出了某
种要求，并以哭闹为胁迫，立刻缴械投降，有求必应——结果
呢？孩子越来越任性、欲望越来越多，但抗挫力却越来越低，
遇到挫折，不是抱怨父母，就是选择放弃。

第三种父母，可以称之为“讲道理型”，对于孩子不理智的
行为，一味地讲着大道理——结果呢？没多长时间，就成为了
孩子心目中的唠叨老爸、唠叨老妈，亲子之间也出现了危机。

第四种父母，我们称之为“规则型”，在孩子的成长过程
中，在做朋友的基础上，明确用“规则”或“家规”的形式告
诉孩子，什么该做，什么不该做；什么是正确的，什么又是错
误的……给孩子一种有限定的自由；为孩子营造一种健康、安
全、公正的成长空间！

说简单一点，规则型父母，会通过立家规、约法三章等方
式，用一种公平、公正的形式，去管孩子、引导孩子。

当然，这也正是本书所要倡导和深入阐述的一种教育方式：
家规教育！

什么是家规教育？

说简单点，就是一种科学的管教方式！

具体来说，“家规教育”其内涵如下：



重要核心：不是溺爱，不是专制，而是在做朋友的基础上树立权威！

主要内容：父母如何做到刚柔并济，恩威并施，胡萝卜加大棒的一些学问。

最终目的：孩子小，立规矩；孩子大，享自由！

什么是家规，意义何在

什么是家规呢？

其实说简单点，就是一种家庭的文化，它的作用并不是束缚孩子，而是引导孩子、指导孩子——发现孩子做错了，拉他一把；发现孩子走偏了，在前面叫他一下。这种家规，或者说家庭文化，就像充斥在家庭中的一种“纠错的声音”，时刻在告诉孩子什么是对什么是错，怎么做好怎么做不好，让孩子自动自发地形成习惯。长期坚持下来，也就实现了我们“教育的目的是有一天不教”的最高目标。

如果要做一个比较通俗的比喻，可以这样来形容它：**家规 = 悬崖峭壁旁的栏杆**——有了护栏，我们的车能更加安全地行驶，我们也能更好地领略人生风景；如果没有护栏，我们的车就成了脱缰的野马，后果自不待言。

就拿日常生活中最为常见的睡觉问题来说。如果家庭中没有一个基本的日常规矩，每天晚上你就要花很多时间来说服孩子上床睡觉，甚至期间孩子还会无数次地和你讨价还价，“我再看一会儿电视”“我再玩10分钟”。每天重复的拉锯战，不但把自己搞得筋疲力尽不说，最重要的是孩子永远也养不成良好的作息习惯。

而有规矩就不同了，比如家里明文规定“所有人都必须在9点半（或10点）准时上床睡觉。”一旦形成习惯，不需要我们再提醒，或者三番五次催促，孩子就知道到了点该上床睡觉——长期如此，早睡早起、生活规律的好习惯，必会让孩子受益一生。

俗话说：“没有规矩，不成方圆。”也许规矩会令孩子暂时感到不舒服，或者不高兴，但你要知道，只有这样，你的孩子才会“成方圆”。

家长们如果细心观察也不难发现这样一点，所有成功或成材的名人，几乎都在自己的传记里写下了这样的话：感谢父母的那些管教！

清朝名臣曾国藩将教子家规归纳为“勤、孝、俭、仁、恒、谦”。

中国企业界教父级人物柳传志曾言，父亲对他的家规是：“我的孩子不管做什么，都要做一个正直的人。”

法国总统萨科齐的母亲，在谈到自己和三个儿子的关系时，说到了这样一句话：“我从不严厉对待他们，但约法三章：他们必须工作、运动、对我不撒谎”。

.....

可以说，我们生活在一个充斥着规矩的世界里，生活中到处都有“不准”“不要”的标志。比如我们最熟悉的红灯停、绿灯行的交通规则；不许随地吐痰、大声喧哗等公共场所的规则；不欺骗、不撒谎等做人原则……孩子从小学会尊重并遵守各项规则，才能明确自己行为的对与错、是与非，进而健康成长；反之，如果缺乏规矩，一直为所欲为，这样的孩子长大后，



是否会蔑视法律，是否会不明对错，固执任性？可以说，可能性非常之大。

孩子毕竟年龄还小，他需要理解这个世界的规则，了解如果他们做得过头了会发生什么……概括来说，家规的作用，除了避免无谓的争执、减少麻烦外，益处还有很多：

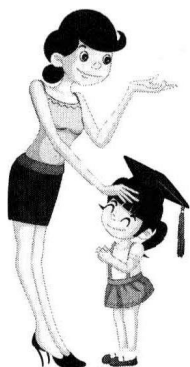
第一，它会保护孩子的成长自由。

第二，它会保障孩子的成长安全。

第三，它会为孩子的成长铺路，指出成长的正确方向。

“在独生子女时代，我们的孩子缺少的不是爱，而是规矩。”坚持再坚持，学会做一个智慧的“坏”父母，一个“仁义礼智信，忠孝廉耻勇”的孩子，也就诞生了！





目 录

CONTENTS

第一章

如何做到不打不骂，如何定家规

父母完全可以做到不气不恼、不打不骂，就把孩子教育好。这个百试百灵的秘诀就是——定家规，并掌握定家规的那些技巧！

- 1 定家规的三部曲 003
- 2 年龄不同，规矩不同 007
- 3 给孩子制定家规的十大注意事项 014
- 4 坏一点，和孩子斗智斗勇 020
- 5 定家规需要知道的几点心理学规律 025



第二章

与他人相处方面——培养人见人爱的孩子

试问，孩子不尊重父母，长大后能做到尊重他人，并被他人所尊重吗？

孩子不懂得分享，长大后能交到更多的知心朋友吗？

孩子总是睚眦必报，长大后他能收获更多的快乐吗？

- | | | |
|------|--------------------------|-----|
| 家规 1 | 尊重父母——感恩父母、孝顺父母的前提 | 033 |
| 家规 2 | 尊重他人——让孩子更受人喜爱 | 039 |
| 家规 3 | 宽容，大度——宽容的孩子受益多 | 043 |
| 家规 4 | 懂得分享——不自私的孩子才快乐 | 048 |
| 家规 5 | 有礼貌——培养小绅士、小淑女 | 052 |
| 家规 6 | 不卑不亢——待人接物不懦弱、不高傲 | 057 |
| 家规 7 | 合作——懂合作的孩子才能双赢 | 061 |
| 家规 8 | 不害羞——引导孩子走向交际“前台” | 065 |

第三章

习惯方面——好习惯铸就好未来

孩子可以习惯拖拉，也可以习惯高效办事；孩子可以习惯邋遢，也可以习惯干净整洁；孩子可以习惯懒惰，也可以习惯热爱劳动……

习惯永远是一分为二的，有好有坏！

家规 9	吃饭的规矩——饭桌礼仪受益终身	071
家规 10	自己的事情自己做——能自理的孩子更让人放心 ...	075
家规 11	负责任——懂承担的孩子才有好未来	080
家规 12	干净整洁——让孩子成为一个整洁有序的人	085
家规 13	不说脏话——语言文明的孩子更受人欢迎	089
家规 14	不拖拉——培养做事高效的孩子	092
家规 15	不任性——绝不能纵容孩子的无理取闹	097
家规 16	热爱劳动——勤快的孩子有大出息	102
家规 17	节俭，不乱花钱——穷养你的孩子	106

第四章

个性方面——性格决定 99% 的命运

不能控制自己的脾气，做事总是三心二意，自卑，胆小怯懦……孩子的个性中，如果有了这些不良因子，父母们就一定要予以关注了。

家规 18	控制自己的脾气——引导孩子正确表达情绪	113
家规 19	专注——改掉孩子三心二意的坏毛病	118
家规 20	持之以恒——让孩子做事更专注	122
家规 21	感恩——培养有感恩之心的孩子	126
家规 22	诚信，不撒谎——诚实守信的孩子人缘广	129
家规 23	自信——让孩子一生神采飞扬	134
家规 24	乐观——培养一个快乐的孩子	139
家规 25	坚强，勇敢——让孩子勇敢无畏地闯未来	143



第五章

学习方面——爱学习、会学习，才能成绩好

学习，是一件伴随孩子成长始终的大事，具有学习能力的孩子，终会在人生路上脱颖而出。

那么，怎样才能让孩子爱学习、会学习呢？就从立一些学习方面的小规矩开始吧……

- 家规26 独立、认真完成作业——引导孩子认真对诗
学习 151
- 家规27 爱钻研，独立思考——充分开发孩子的脑潜能 ... 155
- 家规28 爱上阅读——读书，让孩子的视野更宽广 159
- 家规29 不要小聪明——踏实学习最重要 163
- 家规30 对自己的学习负责——让孩子明确学习是自己的
事儿 167
- 家规31 双休日生活有计划——周末时间巧安排 171
- 家规32 寒暑假不荒废——引导孩子学习、休息两不误 ... 177
- 家规33 积极进取——有进取心的孩子不用管 182

第六章

做事做人方面——从讲原则、懂规则开始

做人要讲原则，做事要懂规则，这是孩子成长过程中的必修课之一。

小的时候，讲规矩；长大之后，才能享自由！

家规 34	有爱心——有爱心的孩子幸福一生	189
家规 35	做事有计划——培养生活有条理的孩子	193
家规 36	珍惜时间——珍惜时间才能更好地利用时间	198
家规 37	学会选择——引导孩子辨析对错、明辨是非	202
家规 38	遵守社会公约——让孩子成为一个懂规则的人 ...	208
家规 39	不迷恋电视和电脑——丰富孩子的业余生活	212
家规 40	有理想——有理想，才有进取的动力	218
家规 41	抗拒诱惑——帮孩子阻挡外界的多种诱惑	224

第七章

培养最棒的孩子，父母自己的 20 项家规

定家规，父母是主导者、领导者，如果自己的行为有了偏差，想成功引导孩子，那是绝对不可能的。所以，家长们为孩子定家规的同时，也应对自己的行为做一个良好的规范。

家规 42	控制自己的脾气	231
家规 43	做个不抱怨、想方法的家长	231
家规 44	不爱成绩，爱孩子	232
家规 45	绝不说伤害孩子的话	233
家规 46	以身作则	234
家规 47	绝不溺爱孩子	235
家规 48	不忽视教育的细节	235
家规 49	教育不完全是学校的事，也是家长的事	236



家规 50	时刻让孩子感觉到被尊重	237
家规 51	别把孩子当“出气筒”	238
家规 52	要有耐心	239
家规 53	缩小缺点，放大优点	240
家规 54	热爱学习	241
家规 55	允许孩子犯错误	242
家规 56	不给孩子过分施压	242
家规 57	“创造快乐”是父母的责任	243
家规 58	有高度的责任感	244
家规 59	家庭作风民主，倾听孩子的意见	245
家规 60	生活充实，精神饱满，情趣高雅	246
家规 61	夫妻恩爱，不当着孩子的面吵架	247



第一章

如何做到不打不骂,如何定家规



孩子身上出现了问题,父母必然会很恼火、很上火,甚至想用最原始、最野蛮、最错误的教育方式——连打带骂,好好管教孩子一通。

可这样做真的有效吗?事实证明,不仅无效,反而有害。

其实,父母完全可以做到不气不恼、不打不骂,就把孩子教育好。这个百试百灵的秘诀就是——定家规,并掌握定家规的那些技巧!

