



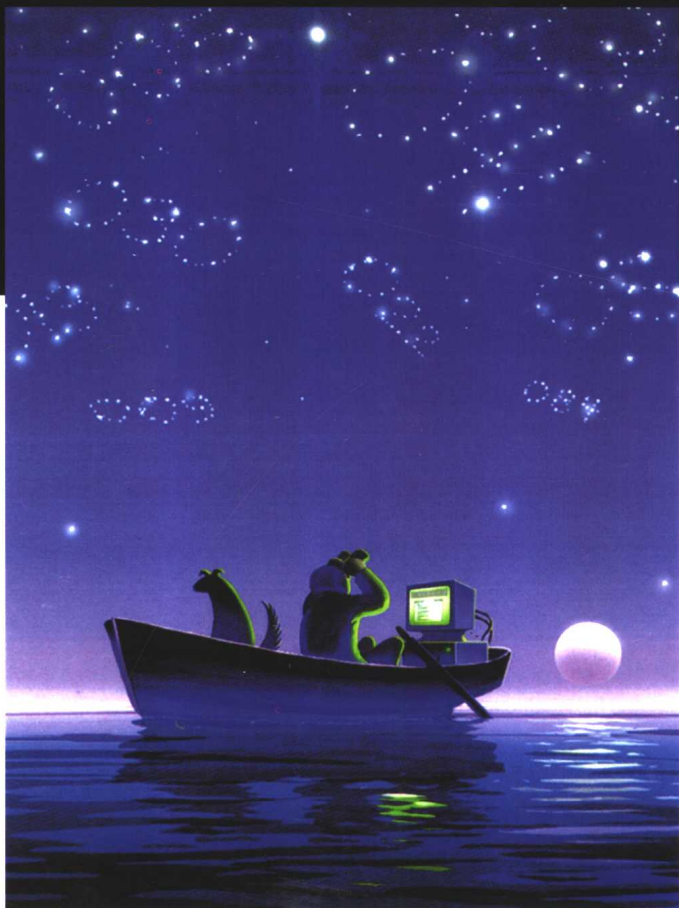
亲子共读丛书

迈克尔·S·约瑟夫森
[美] 瓦尔·J·彼得 著
汤姆·多得



父母是弓 孩子是箭

——构筑青少年品格的六大支柱



内蒙古人民出版社

邢力
温军
刘瑾玉
译

亲子共读丛书

迈克尔·S·约瑟夫森

[美] 瓦尔·J·彼得 著

汤姆·多德

邢力 温军 刘瑾玉 译

内蒙古人民出版社

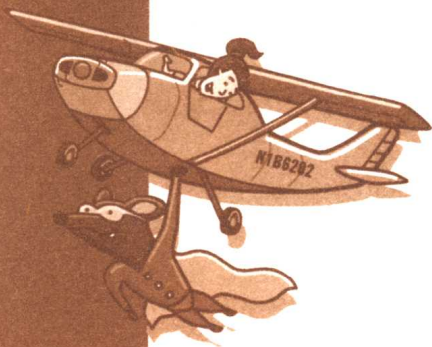
美国男孩城镇(Boys Town)出版社



父母是弓

孩子是箭

——
构筑青少年品格的六大支柱



亲 子 共 读 丛 书

孩子，你为什么独自坐在那儿

有梦才有明天

父母是弓 孩子是箭

能不能宽容一点

生气的孩子 伤心的父母

镜中人是谁

著 者 / [美] 爱丽莎·麦德哈斯

[美] 卡龙·古德

迈克尔·S·约瑟夫森

[美] 瓦尔·J·彼得

汤姆·多德

[美] 让·荷朗 瓦尔·J·彼得

[美] 特瑞·L·海兰德 杰瑞·戴沃斯

译 者 / 潘 屹 梁 弢 邢 力 温 军

刘瑾玉 刘 欣 李 南

出 版 / 内蒙古人民出版社

责任编辑 / 尚永强

封面设计 / 尚永强

发 行 / 内蒙古人民出版社

(呼和浩特市新城西街20号)

制 作 / 天罡一画

印 刷 / 内蒙古党委机关印刷厂

2004年7月第一版 2004年7月第1次印刷

开 本 / 850 × 1168mm 1/32

印 张 / 37.5 印数 / 1 — 6000 册

书 号 / ISBN 7-204-06897-1 / G · 1613

定 价 / 全套6册: 78.00元 (本册: 12.00元)



我们相信，
一位慈爱家长的力量是一种
世界上最强的力量。





目录

为孩子,你觉得精疲力尽了吗?	1
第一章 构筑青少年品格	7
第二章 苹果落地不会离树太远	15
第三章 这个脏盘子是你洗的吗?	21
第四章 你最好还是送女儿去驾校学车	27
第五章 老板接到电话后十分恼火	34
第六章 马库斯在房间里走来走去	40
第七章 圣诞老人在哪儿呢?	52
第八章 朗尔根医生真不是个东西!	66
第九章 你穿上这套衣服看上去像个荡妇	81
第十章 善有善报 恶有恶报	116
第十一章 上帝给我们两只耳朵一张嘴	126
第十二章 谁把波德的车胎割破了?	141
第十三章 托尼对女友提出性的要求	153



为孩子,你觉得精疲力 尽了吗?

现在的青少年经常感到自己压力重重、困惑迷茫。而做为他们的家长要想更好地尽到自己的责任,也几乎伤透了心。

一分钟前,你的儿子或女儿还要求你像成人一样对待他(她),可一眨眼的工夫,他(她)又因为你要求太过成人化而忐忑不安起来。

有时,青少年并不确切知道自己是什么样的人或想成为什么样的人。在路易斯·卡洛尔笔下的《艾丽斯漫游仙境》中,毛毛虫问艾丽斯,“你是谁?”艾丽斯像许多青少年一样回答道,“我……我眼下还不知道,先生。早上起床时,我至少还知道自己是谁;可是,从那时起,我肯定已经变了好几回了。”正是由于这些似乎没完没了的变化,你在与孩子打交道时可能会觉得自己力不从心,有挫折感。

做为青少年的父母,感觉自己就像玩过山车一样忽高忽低。有些日子,你非常幸福,因为孩子表现积极、彬彬有礼、勤奋刻苦,或者在其他方面让你骄傲。可有些日

为孩子,你觉得精疲力尽了吗?





子,你又觉得孩子要长成羽翼丰满的大人还有很长的路要走。

孩子的生活已经被学校活动、课余作业和朋友挤得满满当当,你总要费很大劲儿才能从中找出片刻时间跟他们呆在一起。而且,你得尽力不让这短短片刻充斥着“打扫房间”或者“给汽车加油”之类的“说教”。可是,当你确实想谈谈性或者毒品等“大问题”时,你又不知道该如何跟子女谈起这类话题。

“品格培养从儿时开始,一直持续到死。”

——埃莉诺·罗斯福

信不信由你,孩子也感到困惑。当个青少年并不容易。现在,一些受到媒体广泛关注的青少年发展趋势比过去有了改善——学习成绩水平提高,青少年怀孕率下降,更多孩子参加了社区服务工作;可与此同时,有关青少年的前途等日常问题却仍然存在着大量的不确定因素。青少年每天面对着巨大的压力,这让他们在学校里作弊、撒谎、吸毒、酗酒,甚至卷入暴力和其它非法或不健康的活动。

青少年时期可能是你和孩子共同经历的最艰难的日子。青少年的任务是探索、实验、学会表达自己和走向成熟。而这种探索、实验和表达可能会造成困惑和焦虑,就像家里的每个人都要逐步适应新角色、承担新责任一样。

在此期间,你和孩子之间可能会有更多的冲突,因为

你们都面临着新的问题。孩子想要更加独立并“归属于”他(她)的朋友群。你对孩子的控制得放开一些,同时又不能放弃身为家长的责任。你和孩子在共同面对着像性、毒品、驾驶汽车和就寝时间之类的大问题。

在这段时期内,孩子的逻辑思维在不断成熟。实际上,控制孩子逻辑思维的部位——前额脑皮层此时仍在发育,并且会持续发育到20岁左右。这就是说,孩子在自控、判断、控制情绪、条理组织和计划这类思维技巧的运用能力上还没有完全成熟。因此,孩子的决定在你看来不理智而且存在着风险,可能造成不负责和危险的后果。

有些时候,你可能觉得精疲力尽,没办法再努力让自己的教育方式去适应孩子不断变化的世界。或许你厌烦了孩子对你的建议无动于衷,甚至更糟——冷嘲热讽;或许你忍不住开始扳着指头数离孩子高中毕业或搬出家去住还有多久;或许你已经经历了所有这一切。

你可能已经准备放弃了,但还不到这个地步,所以她才读这本书。你需要一些新的思路来帮助你指导孩子面对世界,因为这个世界正变得越来越以自我为中心、玩世不恭和充满暴力。在这样一个世界中,成功的青少年是那些拥有良好品格和坚定价值观的孩子。

本书将为你提供一些有用的方法,帮助你培养孩子具有良好的性情和价值观。

我们的方法包括“六大品格支柱”——信任、尊重、责任感、公正、关怀,以及公民道德,并且强调一种三向合一的品格培养方法,即注意头脑、心灵和习惯三个方面。下面让我们简单谈谈这是什么意思。



为孩子，你觉得精疲力尽了吗？



父母是弓

孩子是箭

头脑

有人说品格实际上就是懂得美好,热爱美好,做得美好。所以,培养青少年的良好品格就是要教会他们懂得美好(头脑),热爱美好(心灵),和做得美好(习惯)。

“头脑”部分指成为一个好人的智力方面要求。它把注意力集中在青少年应该了解和认识的东西上,即良好品格的意义和重要性,以及良好品格的特征——信任、尊重、责任感、公正、关怀、公民道德。

除了学会怎样辨别、确定与良好性情相关的品行,青少年也应学会评判道德的意义,以及如何运用“六大品格支柱”所代表的道德原则来区分对错。

另外,父母应该帮助孩子培养逻辑思维能力,教会孩子怎样认识自己的做为对他人的影响,怎样估计自己的行为可能带来的后果和怎样做出正确的道德评判。

心灵

我们这一策略的“心灵”部分是针对品格的情绪和精神方面的。它包含着众多方法,可以培养青少年具有持久坚定的信念和准则。这些信念和准则能帮助人生活得“美好”、有意义。家长应该帮助孩子真正热爱并运用这“六大支柱”。

关注品格培养的心灵元素可以形成引导青年人一生的强烈道德感,这是一种道德根基,它让这些准成年人能每天早上坚定地看着镜中的自己。



习惯

注意“习惯”涉及行为举止和家长的责任心——家长有责任强化孩子好的举止态度,让它们成为青少年身上自然而然的本性。就像孩子按父母要求学着说“请”和“谢谢”一样,他们也能学会其它形式的道德行为,并使这种行为永远成为自己生活的一部分。

贯穿全书,我们会谈到很多有关教育的问题。做为父母,我们是孩子的启蒙老师。即使在孩子的青少年时期,我们觉得自己对孩子的影响力已经衰退了,可孩子还是会注意我们、跟我们学。他们学到的东西可能美好而高尚,可能不是。这取决于我们父母。

我们希望通过本书帮助你成为更好的老师,让你懂得哪些情况下可以因势利导来教育孩子,并且通过教育让他们掌握所需的技能。

本书专为已经与孩子建立了稳固关系,但需要一些新的实际方法的父母准备。书中介绍的方法可以帮助父母与孩子交流,树立并强化孩子的基本品格支柱。更为重要地是,本书也是专为需要帮助的父母准备:它可以帮助父母为自己的孩子辨别和设定品格培养目标,进而学会怎样达到这些目标。

我们相信,一位慈爱家长的力量是一种世界上最强的力量。有时,漫长而又沮丧的一天让你充满压力,忘记了孩子因你而取得的成绩。不,不要放弃!我们相信,你能做更多的事来帮助孩子成为优秀的人。我们相信最美好的前景就要到来!

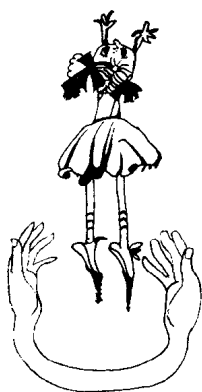


为孩子,你觉得精疲力尽了吗?



第一章

构筑青少年品格



构筑青少年品格

7



浪漫辜负了我们,友谊也辜负了我们,但父母与孩子的关系却是不可磨灭和无法摧毁的,它是世界上最强韧的关系。

——西奥多·雷克

当个家长的压力不亚于世界上任何一种压力。做个自觉的家长,并且真正关注那小家伙的生理和心理健康,这是我们大多数人——包括我——在大多数时间里回避的责任,因为这责任太艰巨了。不严格地说,孩子们发狂的原因就是因为没人能面对抚养他们长大的责任。

——约翰·列侬

本书是全美两大儿童研究机构——“青少年家园”与“品格决定一切!”——合力为青少年父母打造的教育技巧“百宝箱”。

“青少年家园”与“品格决定一切!”联盟有着不同的机构职能,但两家机构的中心任务就是努力令世界成为更美好的儿童乐园。我们相信,你会发现这些根据我们自身经验总结出的父母之道,能够在生活中实实在在地帮助你与孩子相处。

“青少年家园”的故事

十多年来,“青少年家园”推出的“父母常识”方案,一

直在帮助全国乃至全球的父母们做好世界上最重要的工作——当个好家长。

在奥马哈附近的“男孩之家”小村，以及过去二十年中在全国各地的 18 个地点，我们都在抚育青少年成长，合起来有 80 多年的经验。根据这些经验，我们开发了一套以研究为基础、以成果为目标的体系。它可以帮助父母与孩子建立更亲密的关系，教会青少年恰当的行为方式。

“父母常识”课开设以来的十年间，我们为成千上万名家长，以及儿童服务机构、咨询中心和学校的代表们提供了培训。另外，我们还售出 100,000 册《父母常识》。

“父母常识”是基于这样一个信念——只要人们能够与孩子建立稳固的关系，对孩子多加教育而不是给予惩罚，并且运用能够带来积极效果的其他实际技巧，他们就可以成为更好的父母。“父母常识”技巧与“品格决定一切！”准则相结合，为你提供策略“百宝箱”，帮助你不仅教会孩子处世成功所需的社交技巧，而且让他们掌握成为好人的信念和准则。

“青少年家园”的创始人爱德华·弗拉纳根神父相信，教给孩子们这些准则和信念可以为他们提供必需的道德指南，帮助他们在纷繁复杂的世界中航行。弗拉纳根神父也相信，优秀的人会让这个世界变成更美好的地方。而且，从 1917 年开设男孩之家的第一天起，他就反复给孩子们讲这个道理：

“如果我们想生活在一个美好的世界上，那我们必须以行动和祈祷来帮助世界成为那个样子”，弗拉纳根神父说。“如果我们想让好心人无处不在，那我们必须首先让自己成为好心人。”（读者可登录 www.girlsandboystown.org 了解更多有关“青少年家园”的情况。）





“品格决定一切!”联盟的故事

“品格决定一切!”联盟是始建于 1993 年的非盈利机构——约瑟夫 & 埃德娜·约瑟夫森道德研究所的一个项目。

“品格决定一切!”联盟成员众多,包括有近 500 家组织,涉及青少年和社会的教育、培训和管理。这一联盟由许多校区、市政机关、服务组织和商业团体组成,致力于推行称之为“六大品格支柱”的统一道德准则,以此来改善美国青年人的品质。

这“六大支柱”——信任、尊重、责任感、公正、关怀以及公民意识构成了不断增加的适龄课程和思想材料的基础。下页对该“支柱”有更详尽描述。

培训是专为教师、学校管理人员、青年团体领导人、社会机构组织者和社区领导设计的。培训重点是设计性格培养活动,使之能与现有课程、课外活动和体育活动有机地结合起来。这一方法使得教育者能够有效回应来自学生、家长和同事的质询、疑问。“六大品格支柱”训练为克服当今社会中出现的不良倾向提供了强有力的工具。

接受过“品格决定一切!”培训的学校、服务组织和青年项目都产生了巨大的成效。违纪记录、教室混乱和打架事件减少;同时,也有反映说,经过培训,学生的注意力更集中了,课堂参与更积极,彼此也更融洽了。(读者可登录 www.charactercounts.org 了解更多有关“品格决定一切!”的情况。)

六大品格支柱

“品格决定一切!”方案的核心是“六大品格支柱”,它

为价值观教育提供了框架模式。这些支柱的定义如下：

信任：要诚实。不要欺骗、作弊或偷窃。可靠——言出必行。有勇气做正确的事。建立良好信誉。忠诚——支持自己的家庭、朋友和国家。

尊重：用尊重来对待别人；遵守“为人准则”，像《圣经》中所说那样，“你想人家怎样待你，你也要怎样待人”。容忍不同点。有礼貌，不骂人。体谅他人的感情。不威胁、打击或伤害任何人。对愤怒、侮辱和异议泰然处之。

责任感：做你应该做的事。锲而不舍，不断努力。坚持做到最好。自我控制，自我约束。想好了再干——考虑后果。为自己的选择负责任。

公正：按规则行事。依次轮流并与人分享。思维开阔，倾听他人意见。不利用别人。不随便指责别人。

关怀：要友善。富有同情心，对人表示关心。表达感激之情。原谅他人。帮助有困难的人。

公民意识：为学校 and 社区变得更美好贡献自己的一份力量。与人合作。增长见识。参加投票选举。做个好邻居。遵守法律、规则。尊重权威。保护环境。

父母之道和品格

任何关系都没有家长与孩子之间的关系责任重大。家长对孩子和社会所负的一个主要责任就是培养孩子具有积极的价值观，教会他们有责任心，并促进他们发展良好的品格。家长的另一个责任是注意孩子的安康，留心他们的言行，并努力理解他们的感受和需要。

父母有义务培养孩子的品格，这种想法由来已久。





《圣经》指导父母“培养孩子走正道，这样孩子到老也不会偏离正路”。

诗人卡里奥·纪伯伦说，父母是“弓”，而“孩子是‘弓’射出的鲜活的箭”。

父母应该有意识地选择要教给孩子什么样的准则，并寻找机会来强调和示范那些他们觉得值得推崇的行为。

但父母没有义务为孩子所做的一切负责。许多性情高尚的人儿时却品性顽劣，而有些犯下有悖人性的滔天大罪的人却出身所谓的模范家庭。

虽然我们无法保证孩子会成为我们所期望的人，但是，如果我们努力教给他们积极的准则和习惯，他们长大成人就更有可能采用这些准则和习惯，为更美好的目标而努力。从这个意义上讲，社会学家艾密泰·埃特兹奥妮说：

“创造一个孩子是一种道德行为。很显然，它让父母对孩子负有义务。但是，它也让父母对社会负有义务。我们所有人都必须面对孩子教育不当所造成的后果。少年犯不仅仅是伤父母的心这么简单；吸毒也不仅仅是让父母难过这么简单。他们抢劫老人，劫掠商店和加油站，敲诈放学回家的儿童。他们成为问题青年，诈取着社会的资源，耗尽了人们的耐心。与他们相比，受到良好教养的孩子不仅是能给家庭带来欢乐的人，也是（这点说来奇怪，但却有必要在这里重申）构成高贵和成功社会的基础。”

品格的本质

谈到给孩子讲品格的道理,我们真正要说的是教给孩子三种与良好品格相关的基本素质:

首先,品格良好的人有很强的原则。他们相信荣誉、正直、责任、同情、公正和其他道德准则。这些原则被概括在“六大品格支柱”之内。

其次,品格良好的人有很强的道德感。道德感是一种内在的道德指南,它帮助我们区分对错;道德感也是我们内心一个高尚的声音,它不断提醒我们自己的道德责任,督促我们履行自己的职责。强烈的道德感不会被抹杀。表现好的时候,道德感就让人感觉自豪、自尊,以示奖励;同时,道德感也可以强化自身的道德判断力。相反,表现不好的时候,道德感就以自责和愧疚的形式对人加以惩罚。

第三,品格良好的人有坚持正义的勇气,有意志力来倾听内心的声音、做正确的事情,即使这样做代价高昂、风险重重、令人不快也在所不辞。所以,良好的品格也就是道德力量。

我们也需要教给孩子,品格不是预先注定或与生俱来的。它是从我们的生活准则和我们所做的选择中一天天发展起来的。我们每个人都培养自己的品格,而且我们要有意识地做出选择来使自己的品格更强或更弱。

我们每天都可以改变自己的态度,重新评价和定位自己的准则,并实施更高层次的自我控制来改变自己的举止。品格是行为的原因,但也是行为的结果。

亚里士多德说:“反复成本性。”控制行为的能力就是

