



亲子共读丛书



生气的孩子 伤心的父母

——今天你做错事了吗？

[美] 特瑞·L·海兰德 杰瑞·戴沃斯博士 著

内蒙古人民出版社

李 南 译





亲子共读丛书

★ [美] 特瑞·L·海兰德 杰瑞·戴沃斯 博士 著
李 南 译

生气的孩子 伤心的父母

—— 今天你做错事了吗

抱怨、哭闹、欺负弱小、打架、故意伤害别人，
你的孩子有这些错误行为吗？
说谎、欺骗、偷盗、性冲动、吸毒、自杀和暴力，
你的孩子在成长过程中可能遇到七个麻烦。



内蒙古人民出版社

美国男孩城镇(Boys Town)出版社

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

镜中人是誰

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

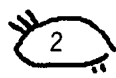
定 价 / 全套6册: 78.00元 (本册: 12.00元)

目 录

孩子,你在做什么?	1
第一章 菲利普长大以后会成为杀人犯吗	4
什么是攻击性	5
攻击性的五种级别	6
第二章 乔治摆脱不了洗碗的命运	10
攻击与生气	10
攻击与好强	13
是不是有正当的攻击	14
一个严重的问题	16
第三章 阿诺把牛奶和尿混在一起强迫同学喝下去	18
反应性攻击	20
计划性攻击	21
欺凌弱小	22
第四章 塞斯挥动球棒打出有力的一击	27
答案是什么	27
塞斯的故事	29
第五章 米兰达最喜欢看宣扬暴力的电影	32
米兰达的故事	32
父母怎么样在错误的影响中保护孩子呢?	35
第六章 杰克非要让邻居搬走不可	38
这种方法叫做 SODAS	38
第七章 苏珊在冰箱上贴了一张小纸条	41
一个好主意	41
第八章 丹特,我可以花点儿时间和你谈谈吗?	44
丹特的故事	44

目

录



前摄教育	44
前摄教育的步骤	46
第九章 鲍伯和妈妈一起玩牌	48
设定界线	48
家庭规则	49
第十章 内森威胁弟弟如果不给钱就打他	52
父母的困难	52
如何使用纠正教育	54
有帮助的暗示	58
第十一章 威廉冲妈妈举起拳头叫：“闭上你的大嘴！”	63
危机性教育	64
危机性教育的步骤	66
利用危机性教育	73
第十二章 汤姆参加了讨论买新车的家庭会议	81
父母在孩子的关系	81
如何处理好与孩子的关系	84
第十三章 为什么父亲只知道惩罚达力	94
孩子需要表扬	94
如何进行表扬	96
附：七个麻烦	
引言	101
第一章 你可别“教”孩子说谎	104
第二章 没有人喜欢骗子	109
第三章 “贼”这是多么难听的称呼	113
第四章 当性冲动产生时	127
第五章 千万别尝试吸毒	132
第六章 自杀的预警信号	143
第七章 迈克打掉了妈妈的下巴	151

孩子，你在做什么

菲利普有一个坏男孩的名声。在他住的小区里，他经常欺侮比他小的孩子，往别人的家里扔石头，并且诅咒一切不如他意的事情。他也曾经因为扎汽车轮胎被抓。在学校他总是因为偷其他学生的东西和打架而惹麻烦。后来，菲利普开始踢打他的弟弟妹妹，他的弟弟妹妹都因为害怕他而躲着他。

菲利浦通常被抓时都否认做了任何坏事。但是当他知道不可能再躲避惩罚的时候，他会说他很抱歉，并保证以后做个好孩子。接下来的一些天，他会表现得非常好，接着挑衅般的表现又一次开始了，这样的行为要持续六个月。

菲利普 15 岁，如果他是你的孩子，你会如何去
做呢？



每一个父母都见过他们的孩子或其他的孩子在一起时打人、惩罚人、大声骂人，或是拿些东西来出气。这就是孩子们——特别是年纪较小的孩子——在懂得更多地如何与别人相处之前所做的事情。在绝大多数家里，对孩子来说这些表现一般都得不到好的后果。渐渐地，孩子们明白了去伤害别人的做法并不能解决问题或是统一意见。更重要的是孩子们将学会用正确的方法，去处理他们所需要面对的事。这将是
指引孩子们走向成功所必须掌握的技巧。

但是当一个孩子表现出刻薄的样子和破坏性的行为时会发生什么呢？是不是绝大多数的父母在这些行为刚出现时就可以认得清呢？如果不认清的话，是否会引起更多的不好的



孩子，你在做什么





行为呢？父母们可以分清孩子正常成长之中的情绪化行为，与逐渐变成恶劣性格行为之间的区别吗？

年轻人的攻击或称挑衅行为，已成为社会问题。在最低级的层面中，其行为包括以下几种：驱使、抱怨、哭闹和讥笑；在最极端的层面中，其行为包括：攻击、强奸、抢劫和谋杀。

孩子们是怎么从纯真无暇变成了一心只想攻击他人的呢？孩子们是如何在不经意的情况下学会攻击行为的呢？这些并不是很容易回答的问题，给研究如何去处理攻击事件带来更多的难题。

作为一个家长，你有责任帮助你的孩子在他们进入社会时就选择一条正确的路，这条路有时会很坎坷，充满挑战与阻碍，但这都必须要去克服。这一问题在本书中可以找到帮助。这本书有两个目标：

1. 去帮助父母认识他们孩子的攻击性行为，并在这种行为酿成大问题以前，尽早地制止它。

2. 指导父母教会他们的孩子停止使用攻击性行为，并学会新的正确的行为。

攻击或挑衅，是一个复杂的论点，像其它行为问题一样，在它即将酿成大问题以前必须被确认是一个问题，这并不是很容易的事。很普遍的现象是当孩子们生气时就会表现出一些攻击性的行为。在绝大多数父母的想象中，当一个孩子在很生气时所表现出的攻击性的行为，一般是用猛烈的言语抨击其他人。尽管生气常常是造成攻击的主要因素，但是攻击性行为也可以被其它事所引起。一些好斗的孩子的攻击性行为，被调动起来的因素可以是嫉妒、坏心眼（怨恨），或是想去命令别人，并且为此切实策划了攻击别人。另一些孩子所用

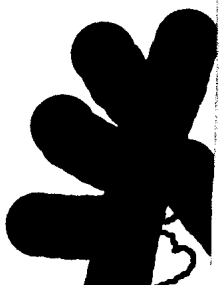
的一些狡猾的攻击行为,不易被一些粗心的大人发现或是被大人忽视了。还有一些孩子特别爱欺凌弱小者,他们只是因为感到有趣而去惩罚、折磨其他的孩子。

当要着手解决攻击性的行为时,对于每个孩子都是不一样的。也许一种方法可以在一个孩子身上行得通,但不一定在其他孩子身上行得通。这里没有神奇的“统一治疗”法,但也不是没有希望。在对那些有问题的孩子们持续了多年的调查后,我们有了自己的一套战略方针,去帮助解决孩子们在行为和感情上的问题。这些战略可以减少攻击性的行为,并教会孩子们懂得尊重、爱戴和同情才是与别人相处时的正确行为。

父母是孩子未来的工程师,你是否想去阻止孩子的攻击性行为及其所带来的种种危害? 以及是否注意到孩子在成长中可能遇到的七个麻烦(见附文)。



孩子,你在做什么





第一章

菲利普长大以后会成为杀人犯吗



4

在我们谈论什么是阻止或是纠正孩子们攻击性行为的最好的方法之前，我们必须要知道，什么是攻击性行为。这是非常重要的。因为当你看到你的孩子如何表现时，你必须确定这种不好的行为是成长过程中极少表现出来的一种情况，还是你的孩子正在向着这种人变化时所表现出来的部分。换句话说，这些行为是否是偶尔发生的——如在一些特定的情况下你所能预料的孩子们的争吵（两个孩子都想玩同一个玩具），还是这个孩子常常去抢自己所想要的东西？

对我们而言，我们给攻击性一词下这样的定义：支持自己用不正当和不适当的方法去侵害他人的权利。这是一个非常好的定义，因为它指出了攻击性行为最坏的方面——侵害别人。这里包括很多行为：争吵、打架、从别人那里拿走东西、给别人取外号、推人、打人、踢人、不尊重别人、捉弄别人、不遵守校规，还有不理睬别人的教导。在极端的行为所造成的悲剧中，包括致命的校园枪击案和合伙谋杀，这些行为会使全城的人震惊并感到害怕。

本章和后面的两章会给那些想学习新的方法，阻止并解决孩子们攻击性行为的父母提供一些重要的信息。本章和第二章集中说明如何鉴定什么是攻击性，什么不是。第三章将会描述攻击性的两个主要种类——计划和反应性，并讨论欺

凌弱小者。

什么是攻击性

攻击性是一个复杂的论点。在具有攻击性的孩子和偶尔表现出攻击性行为的孩子之中有一个不同之处。具有攻击性的孩子已经学会如何用武力、威胁或者是强迫的方法去控制人或事。而一个只是偶尔表现出来攻击性的孩子也许还没有学会,或是常常忘记使用正确的方法去解决问题。太好的环境和太罗嗦的父母都不是好的。但是,如果攻击性成为孩子的一个主要性格以后,再去“清除”它,比起改变一个年幼的孩子偶尔发生攻击性行为的习惯更加困难的。

当父母们试着做出这些区别时,必须考虑多种因素:

- 孩子多久会表现出一一次攻击性的行为?
- 孩子攻击性的行为出现时会有多么猛烈?
- 当孩子不如意时,这种行为是否会变得更恶劣?
- 小孩子的不礼貌行为是否会向更加暴力、更加有害的行为上发展?
- 其他孩子是否会害怕你的孩子?

家长越能尽早发现孩子们向攻击性性格的转变,就可能越早地转变孩子的行为,并教会他们如何使用正确的方法去统一不同的意见或得到他们想要的。

孩子表现攻击性行为的方法多种多样。最极端的有暴力犯罪行为,如抢劫、强奸和谋杀。这种类型的行为在年轻人之中好像有所上升。但是包含这种严重犯罪行为的人数比例不是很高。因此父母要想提前制止他们所熟悉的孩子们常用的狡猾的攻击性行为是可行的。例如:一个女儿可能会在父母



让她收拾她脏乱的房间时嘀咕、抱怨。这是她逃避家务的方法；或者一个儿子可能会在妈妈告诉他不能买那辆他在商店里看到的新自行车时，他就使劲儿盯着妈妈。这可能是他试着威胁妈妈去给他买这辆自行车的方法。

这种“微小”的攻击行为要比严重的行为更难发觉，更容易忽略。事实上，一些家长可能不会考虑到某些行为，如嘀咕、盯着、不理睬或其它一些攻击性的标志。但它们的确存在。如果家长不能认出这些行为并且减少或制止这类行为，孩子们可能会相信继续运用这些办法是没问题的。随着时间的流逝，孩子们会使用更过分的行为去达成他们的目标。

攻击性的五种级别

让我们各举一个例子看一下不同级别的攻击性。我们有着自己的系统去把这些行为分类，从微小的和狡猾的开始，到那些严重的或有危害的。这是对那些不好行为的定义和评价的指南，无论这些行为有多狡猾，但总会有与之相对应的位

等级 1——不服从，并且(或者)做威胁声明或手势。

一个孩子通常用狡猾的攻击和威胁其他人的方式，来回应对他的教训。

举例(不服从)：

- 再三地拒绝去做父母、老师或其他有权利的人让他们做的事
- 唠叨和哭闹
- 说一些讽刺的话
- 挑剔
- 讥笑

举例(威胁):

- 用声明(例如:“给我买些零食吃!”)
- 为了困扰别人而不停地重复一些行为(例如:大声唱歌或不停地敲打桌子)
- 瞪着或凝视
- 握紧一只或两只拳头
- 最后通牒(例如:“如果你不带我去看电影,我就会打烂你的台灯!”)
- 侵犯别人的隐私
- 摆出一副攻击姿态(例如:站在别人面前,摆出让别人害怕的样子)

等级 2——造成财产损失

一个孩子经常破坏东西。

举例:

- 扔东西
- 踢打东西(例如:把木质的墙打出一个洞)
- 野蛮行为
- 偷东西
- 点火

等级 3——伤害动物

一个孩子经常粗暴地对待动物或是伤害它们。

举例:

- 愚弄动物
- 扔东西打动物
- 踢打动物
- 故意用其它不同的方法伤害动物



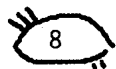


等级 4——行动上的伤害别人或自己

一个孩子一贯地去伤害别人或自己，但不造成长期或永久的身体或心理的伤害。

举例：

- 用手指捅别人的胸口
- 推人或是推挤
- 用东西扔别人
- 打架
- 摔跤
- 用拳打
- 意图伤害自己(例如：用刀割破自己的皮肤)



等级 5——使用暴力

一个孩子行动上伤害其他人、自己或动物，并造成长时间的或永久的身体上或心理的伤害。

举例：

- 跟踪
- 爆炸威胁
- 恐怖主义
- 有意地折磨和杀死动物
- 重伤害
- 强奸
- 自杀
- 谋杀

我们在前面提到攻击性是一个复杂的问题。因此我们确定孩子们怎么并且为什么从一个级别移向另一个级别，是非

常重要的。一些达到等级 5(使用暴力)的孩子和年轻人们从同一级别的一个行为转到了另一个行为,接着从一个级别转到了另一个级别。而且有一些孩子的行为一下就从级别 1 的不服从与威胁,跳到级别 5 的重伤害和谋杀。对于这些孩子来说,他们应该表现出的有严重的攻击或暴力行为的警告信号,有时候却很少或没有表现出来。

一般来说,有意使用攻击性的孩子从一个级别移向另一个级别的过程,是具有逻辑性的可预见的。一定要记住每一个孩子都是不一样的,每一个孩子的情况都是惟一的。所以一个孩子如果在不受任何阻力的情况下,从一个级别的攻击性行为移向另一个级别的攻击性行为的快与慢,决定于有什么事情发生在他们的生活中。

这五个级别只是简单的标准线,是一个帮助父母或其他关心孩子的人去估计孩子的攻击性行为问题严重与否,并决定应该采取什么样的行动的工具。等级的划分不应该让孩子们知道,并用于和孩子一起研究。

在这点上你可能会说:“是的,我的孩子偶尔嘀咕,他也曾经因为不能得到他想要的,而向我叫喊或是打过我,但这并不意味着他长大以后就一定是强盗或是杀人犯,他仅仅是个孩子。”

你是对的,你的孩子包括前面所提到的菲利普长大以后可能不会变成那种人,我们所建议的是攻击性行为通常从儿童时代开始,家长必须知道这种行为是一种问题的标志,只有这样你才能决定如何去纠正这些行为。不论这些行为是大是小,他们都是攻击性行为。如果允许他们继续,从少年到成人,将会变得更恶劣。一个孩子会记住,他可以凭借这些行为去得到他想要的,这样他生命的舞台不论是对他还是对别人都将会充满了困境和痛苦。

第二章

乔治摆脱不了洗碗的命运

这五个级别比较准确地说明了什么是攻击性行为，什么行为可能是它的一部分。但是同等重要的是让家长知道某些行为看上去像攻击性行为，但实际上不是。生气和好强就属于这类。

当家长知道什么不是攻击性行为时，还不要太早去区分什么样的行为是应该被表扬或支持的，什么样的行为是应该被纠正的。例如：当一个孩子为了他想要的东西而能坦白地说出来，可能会被理解为带有一些攻击性，但事实上他只是表现出一些独立好强。如果他坚持自己的而又没有侵犯别人的权利，那么这就不算是攻击性行为。这条在攻击性行为和可以被接受的行为之间的界线有时可能很不清楚，这会让家长们感到为难而不知道该怎么办。下一步要注意，孩子有时太过生气和好强而会转化成攻击性。我们还将简短地讨论一些例子：有时攻击性的行为可能也是一种需要的和适当的回应。

攻击与生气

在晚餐后，乔治的妈妈让她去洗碗，10岁的乔治很生气。他站在厨房抱着胳膊抱怨说，他总是因为这些事情而耽误很多时间。妈妈听完乔治的话，仍然告诉他快去洗碗。乔治知道妈妈是不会屈服的，于是他还是去洗碗了。





夏娜想在周末去参加同学们的聚会，但是她的奶奶要在周末从小镇到这里参观，家里计划了一次野餐，与夏娜的聚会恰巧是同一天。当她的爸爸告诉她，她不能参加同学的聚会时，她开始喊叫并诅咒。爸爸的回复是她一个星期都不许出去玩。这回真的把夏娜镇住了，她冲回自己的房间，摔手关门，并开始把所有的东西搞得乱七八糟。她的爸爸走进来试图阻止她。她冲出了家门直奔街对面的一个同



学家,不论爸爸在后面怎样叫她回来,她都不理睬。她爸爸不知如何是好,坐在大门口的台阶上想知道这究竟是因为什么。因为每当他告诉她的女儿不能做一些事的时候,都会发生这样的状况。



生气是年轻人在儿童时代和青春时期经常出现的现象。一个孩子可能会因为他的朋友向他说谎,或是他发现自己的自行车被偷了而感到生气,这是正当的生气。假如一个孩子因为妈妈告诉他不能在吃饭前先吃一块蛋糕,于是孩子就生气。这种情况就属于不正当的生气。

在上面的例子中,乔治和夏娜都属于不正当的生气。但是他们生气时的反应和行为都是不一样的。乔治因为要洗碗而生气,但他做的只不过是站在厨房抱怨。他生气的感觉并没有让他公然表现出攻击性行为,并且他的气消得很快。乔治可能感觉他已经向妈妈表达了自己的想法,虽然他一开始就知道自己还是摆脱不了洗碗的命运。

夏娜生气却是另一种情况,并且她表现出很多种攻击性行为。这些行为导致她与她爸爸的一场吵架。当她生气时的反应是一种过激的有害的行为,并带来了不好的后果,比如一周都不能外出。更坏的是这些事情破坏了她与她父母之间的关系。

年轻人都必须要学会如何控制自己用来表达生气时的感觉和行为。有一种帮助孩子的方法是,让父母教会孩子们,当他们不能得到他们想要的东西,或是事情不能按他们的想法执行的时候不要生气。只有当孩子们学会控制自己不正确的想法的时候,他们才能更好地控制自己不正确的行为(我们将在后面讨论更多的细节)。

当生气经常引起攻击性行为时,或生气传达了将要发生