



进行脊梁式教育，培养出自尊、自信、有责任感与自律能力的孩子。

kids are worth it

脊梁式 教育

孩子最需要的家庭教育方式

什么是脊梁式教育

合格父母应当遵照的原则

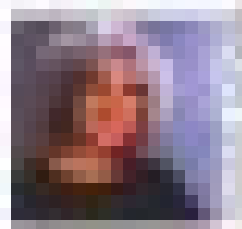
怎样进行脊梁式教育

[美] 芭芭拉·克劳罗塞 著

张国杰 张莉 译

美国家教畅销书第一名

吉林人民出版社



◎ 2007年10月出版 256頁 定價：25.00元

kids are worth it

脊梁式 教育

孩子需要的是家庭教育方式

◎ 作者：陳麗華

◎ 譯者：陳麗華

◎ 出版：2007年10月

◎ 定價：25.00元

◎ 頁數：256頁

◎ 出版：2007年10月

◎ 定價：25.00元



Barbara Colomoso

外 国 家 教 精 华 丛 书

kids are worth it

脊梁式 教育

孩子最需要的家庭教育方式

[美] 芭芭拉·克劳罗塞

著

张国杰 张 莉

译

吉林人民出版社

(吉)新登字 01 号

KIDS ARE WORTHIT

Copyright © 1995 by Barbara Coloroso

1998 中文简体字版专有权属吉林人民出版社所有

吉林省版权局著作权合同登记

图字 07-1998-275 号

青梁式教育

(原名《KIDS ARE WORTHIT!》)

著 者 [美]芭芭拉·克劳罗塞

译 者 张国杰 张 莉

责任编辑 郭美英

封面设计 陈松田

责任校对 王炳顺

版式设计 孙 丹

出 版 者 吉林人民出版社 0431—5649710

(长春市人民大街 4646 号 邮编 130021)

发 行 者 吉林人民出版社

印 刷 者 长春市永恒印务有限公司

开 本 787×960 1/16

印 张 12.5

字 数 198 千字

标准书号 ISBN 7-206-02927-2/G·831

定 价 15.00 元

如图书有印装质量问题,请与承印工厂联系。

前言

……因为且仅仅因为他们是孩子而非其他原因，他们就拥有尊严与价值……

——芭芭拉·克劳罗塞

我做母亲的经历曾十分曲折坎坷。本世纪 60 年代末，我刚好 17 岁时就进了一家圣芳济修道院当修女，并开始就读于一所培养教育专业师资的大学。我当时没想到这两种经历在数年后会从根本上影响我教育孩子的技巧。我第一年学的教育专业课以行为主义者的模式为基础，全是借助奖赏、惩罚、图表、张贴画、小星符、威胁以及收买等手段。行为主义者认为，既然这种模式对老鼠管用，那么它一定对孩子也奏效。而我觉得用奖励、惩罚、威胁和收买这些摆布老鼠的手段来教育孩子似乎不大对劲，但我心里的不舒服却无法用语言表达出来，而且我也不知道用什么来取代这些手段。

第二年我开始了基督教见习期，也称为沉默与思考期。我全身心地投入了哲学与神学的学习之中。也正是在此期间我对教育学所讲的东西开始提出挑战。我在头脑中进行了长久的争论，与我现在同 3 个十来岁的孩子的争论很相似，但这争论是徒劳的。既然争论中分不出高低胜负，开始执教后我便尽量使教学方法与自己的哲学信条相互统一，但仍不见效。相信孩子值得我们付出仅仅因为他们是孩子，并非因为他们按照我们的意愿去表现和行事；相信孩子值得我们付出，我们就不应奖励“得体”行为，轻视或惩罚“不得体”行为。用自己喜欢被对

待的方式对待孩子，这与“让他们听话是为了他们好”相矛盾。使用维护双方尊严的技巧与拿食物逗引老鼠根本不是一回事。“内在约束”的拉丁词源，也就是让孩子在生活中学习做人。如果孩子被控制、被摆布、被迫顺从，那么他们怎能成为有责任感、创造力、性格坚韧和精神愉悦的人呢？如果一切控制均来自外界，他们怎能形成内在的约束力？

孩子值得我们付出！给孩子形成内在约束力的良机就是我对这些问题的回答。答案不单是一系列技巧，更主要是为人父母之道。相信孩子值得我们付出，不以自己不喜欢被对待的方式对待孩子，不以有伤我们尊严的方式行事，这几点本身并非什么特别的手段，而其作用在于提供了一种有助于孩子形成自我约束力的态度和环境。

有了丈夫和3个孩子，显然我不再是修女了。同时我也不是位完美的家长。在养育孩子的过程中，我有过许多尝试与过错。我经常告诉我的3个孩子他们没摊上一个完美的家长有多幸运。安娜常常这样回答：“你也没遇上完美的孩子，同样幸运啊！”玛丽亚则总是追问：“你告诉别人做的事你自己并非都能做到，为什么呀？”而约瑟夫更有趣，他问一群刚听过我的课的教师：“你们愿让我充当‘好’孩子还是‘坏’孩子？”这些教师笑起来，我真想呻吟两声，约瑟夫却带着一脸的天真说道：“嗯，他们想看看，对于我的好与坏，你有什么绝招。”下面我就写下我现在做着的，我曾经做过的，我将会做成的，我希望自己本该做的以及我计划下次要做的一切。

这些不过是提示与推测；

推测总是与提示并行；

余下的则是祈祷、遵守、约束、思索及行动。

给孩子形成自我约束力的礼物

(代序)

脊梁式
教育

作为家长，我们有幸与芭芭拉·克劳罗塞持有共同的见解：我们都相信“孩子值得我们付出”。这一理论经过多年实践的检验，凝炼成十分中肯的建议和实用的教育技巧。本书旨在将作者的亲身经历和感悟展示给天下为人父母者、为人师长者。

除了相信“孩子值得我们付出”，本书作者还强调任何一种约束方法都应该维护家长和孩子双方的尊严。作者以这些哲学信条为指导，鞭辟入理地分析了鼓励与奖赏、约束与惩罚的差别。家长将会学到如何赋予孩子以权力和影响力，而不再想竭力控制孩子以“迫使他们听话”。家长应教会孩子如何思考，而不仅仅是思考什么。

作者芭芭拉在本书中用了大量的篇幅，对砖墙式、海蜇式和脊梁式三种类型家庭的教育方法进行了评价。通过列举幽默而意义深远的事例，作者向我们表明了：要培养孩子的爱心、自信心和责任感，哪些方法有效，哪些无效。

只要有可能，就给孩子机会让他们自己做决定。教孩子自己把握感情、处理问题。这样，孩子的自我约束能力会大大提高。

对许多具体问题，如怎样训练孩子大小便自理，如何教孩子就餐、就寝、做家务，允许孩子做什么，如何解决手足争端，如何对付孩子惯用的“三种骗术”，如何防止孩子发生性错乱、吸毒、自杀行为，芭芭拉都提出了行之有效的解决方案。

目 录

， 前言

， 给孩子形成自我约束力的礼物 (代序)

， 第一章 孩子值得我们付出

2 我教育孩子的哲学是什么？

8 利诱、奖励、威胁和惩罚——权力和控制

9 利诱与奖赏

10 威胁与惩罚

11 创造力是一种影响而非压力

13 影响并给孩子权力不要控制迫使他们听话

15 给孩子权力

15 鼓励而不要利诱和奖赏

16 约束而不要惩罚

17 有效的约束

20 合理、简洁、有价值、实际——合理教训的四个提示

22 让孩子在生活中学习——一个永远不会结束的话题

24 第二章 三种类型的家庭

26 砖墙式家庭

29 海蜇式家庭

35 脊梁式家庭

脊梁式
教育

第三章 三种替代拒绝的方案及其他的对策 41

不、不行、绝对不行 41

第一种替代方案：“可以，等一等。” 41

第二代替代方案：“让我考虑一会儿。” 42

第三种替代方案：“让我信服。” 42

说教 45

不能解决的问题的问题 45

空洞的威胁 46

最后通牒 46

贬损（挖苦、讽刺、羞辱） 47

当心！ 47

自己思考，但最好听我的话 48

第四章 我要成为自己 50

把一侧头发剃成双条式——发型上的反叛 53

有时候措词会使结果截然不同 54

如何思考而不是思考什么 55

红睡衣、蓝睡衣还是红蓝相间的睡衣 56

蓝袜子、粉袜子、黄袜子——一个有思考能力女孩的选择 57

在什么情况选择算不上真正的选择？当它附带着条件时 57

意志强的孩子加上愿意支持的家长等于独立的思考者 58

第五章 保持冷静但不要装出冷冰冰的样子 60

三种家庭中孩子的感受 63

勃然大怒 67

直接面对 71

70 第六章 现实、错误以及问题

78 从错误中学习

79 谁的问题

79 打碎了的玻璃杯——一个需要被接受的事实，

几个需要解决的问题

80 装饰好的蛋糕所引发的难题

82 体操制服，送还是不送

83 解决问题中的直觉

83 行动中的直觉

84 解决问题的 6 个步骤

87 家庭会议

90 第七章 帮孩子走出拘留所和其他严重问题的困境

90 把孩子带出拘留所

92 当你怀疑孩子吸毒时该怎么办

96 求救的呼号——企图自杀

98 有自杀倾向的迹象

100 第八章 解决手足矛盾

102 教孩子解决矛盾

103 孩子争看电视节目，怎么办？

106 让孩子写出解决问题的办法

108 用理智进行思考

109 告知还是告密？

110 让愤怒的孩子平静下来——以坐制怒

112 打了架就得坐以制怒

如何解决双方都有责任的矛盾 114

第九章 家务·休息·娱乐·反抗 117

家务琐事 118

学做家务 119

孩子的三种骗术 124

培养孩子整洁的习惯 130

学做家务 134

家务事要大家做 136

休息、娱乐和反抗 137

第十章 钱的问题 143

三种家庭的零用钱 143

砖墙式家庭的零用钱 144

海蜇式家庭的零用钱 145

脊梁式家庭的零用钱 145

让孩子计划用钱、学会用钱 146

学会施舍 147

学会预算 148

金钱意识，理财能力 152

第十一章 餐桌上的时光 153

家庭共餐 153

规规矩矩进餐法 155

自由自在进餐法 156

轻松守礼进餐法 156

遵守规则，减少争端 159

163 第十二章 孩子就寝问题

165 控制服从的方式

165 杂乱无章的方式

166 规律灵活的方式

167 与睡觉有关问题——睡觉时间

168 睡觉地点

169 睡前准备

170 讲故事

171 哺育式按摩

172 孩子做噩梦、梦魇

174 第十三章 大小便自理的训练

174 奖惩控制训练法

175 放任自流训练法

176 宽容协助训练

181 第十四章 对孩子的性教育

181 正确的性启蒙

182 砖墙式家长的做法

182 海蜇式家长的做法

183 脊梁式家长的做法

185 后记

第一章

孩子值得我们付出

对于万事万物，切不可只因听说过便信以为真……不要出于尊敬老师就相信其教导。惟有经过检验与明辨你发现对众生有益的，也正是教义所信仰与依归的，方可被奉为指南。

——佛教格言

你欲寻求的却是你已拥有的。

——佛教格言

为人父母没有捷径或诀窍，也不是可以简单应付得了的。但是，我相信大多数人只要能够把一个好家长需具备的工具找到，就一定会运用好。问题是这些工具往往被埋没在我们的精神的工具箱底部。最好找的工具，是我们的祖父母、父母、兄弟姐妹以及亲戚朋友乃至社会不自觉地传授给我们的方法，然而它们用起来却效果不佳。事情常常是在需要锤子的时候我们却顺手从工具箱中摸出把斧子，而自己还不知道。所以我们对孩子的教育陷入一种困境也就不足为奇了。

要想选准自己真正需要的工具，我们必须首先认识到自己现在正用着的是不合适的、不奏效的或者是破坏性的工具。然后一定要心甘情愿地扔掉它们，选用那些对父母和孩子双方更有益的工具。

本书就是要集中探讨其中几种不合适的工具。有些你可能从没用过，甚至都没想过；还有一些你昨天晚上在餐桌边还强调过。请审查一下再决定你需要改变哪些吧。

首先你需要跟孩子谈谈他们自己，请求他们的帮助。有时在人来人往的公园里，当我正聚精会神地教导儿子时，他却提醒我正在给他上思想教育课，或者一个女儿直言道我刚才提的问题实际已不合时宜了，面对这些情况

我不会恼羞成怒。两个孩子所说的都有道理，对于我来说这是改用更合适的工具的契机。你是不是为昨晚对待孩子的方式感到不对劲？当刚刚学步的女儿总是弄得满墙污点，你是不是无能为力？你是气恼，还是窘迫不堪？质疑与探索恰恰是走向转折的开端。而这种作用是双向的：当你让孩子帮自己不再使用不恰当的工具或者不再做碍于他们成长的事时，你也可以让他们懂得，在食杂店里大哭大闹并不能使他们如愿以偿得到他们想要的麦片。

当你在自己的工具箱里辨别出那些无效的教育工具时，你就会意识到应当把他们剔除并代之以更轻便、更负责任、更具建设性的工具而又不会降低自己的威信。

在辨别并区分这些工具之前，我们最好认清自己用来装工具的是什么样的精神工具箱。我们可以用下面这两个基本问题的答案来定义这个工具箱：

1. 我教育孩子的哲学是什么？
2. 我教育孩子的目标是什么？是给孩子以影响和权利还是控制他们、让他们听话？

我教育孩子的哲学是什么？

我们做家长前很少有人探索教育孩子的哲学问题。有了孩子之后，当我们累了、筋疲力尽的时候，便又套用父母教育我们的模式来教育孩子。尽管我们曾发誓永远不像母亲那样说话，但她的话依然从我们的舌尖奔涌而出。尽管我们曾发誓永远不打孩子，但我们还是像父亲当年挥拳打我们一样。手忙脚乱中我们赶紧去读父母指南之类的书，去参加社区为家长举办的每一次讲座。

然而有一些所谓的专家在倡导各种荒谬的、收效甚微的、不健康的管教孩子的技巧。如果我们不仔细考虑自己的教育哲学就不能分清是非，也就不能对“习惯成自然”的方式提出挑战，或者批驳“如果这对我非常有益，那么它也会使我的孩子获益匪浅”这种不正确的推理。相反，如果我们懂得自己的哲学，就可以检验各种教育工具，包括我们现在正使用着的。如果某种工具不符合我们的哲学，不管是谁的主张，有什么样的后盾，我们都决不选用它。在评价我自己的以及别人推荐的教育孩子的技巧时，我发现了三条最有用的哲学原则：

1. 孩子值得我们付出。我相信你也这么认为，因为我知道你不是为了金钱才为人父母。

2. 我不会以自己不喜欢被对待的方式对待孩子。如果我不愿别人把他的意志强加于我，我也没有理由把自己的意志强加给孩子。

3. 如果某种工具有效，能使我和孩子双方都保持尊严，那么就选用它。仅仅因为其有效并不能证明它是成功的，它必须是有效的并且能使孩子以及我自己都保持住尊严。

孩子值得我们付出

孩子值得我们付出，就因为他们是孩子，而没有任何其他原因。他们拥有尊严与价值仅仅因为他们是孩子。他们无须证明自己做为人的价值；他们不必向我们证明他们值得我们付出，他们也不需要通过讨好来赢得我们的关爱。尽管我们对孩子的喜欢和厌恶可能是有条件的，但我们对孩子的爱则是无条件的。我们不必非得喜欢他们的发型、鼻环或者怪里怪气的鞋，但我们的爱必须让他们可以依赖。当他们惹上麻烦即使我们不在场时，他们也会知道这爱将永远伴随自己。当孩子舒适地躺在我们怀中，第一次向我们微笑时，爱他们很容易，当他们牙疼、肚子疼、彻夜哭闹时，爱他们就不容易了；当他们学骑自行车时，爱他们很容易，当他们撞毁了家里的汽车时，爱他们就不容易；当他们在学校表演节目时，爱他们很容易，当他们从警察局打来电话时，爱他们就不容易了。

“把一个孩子抚养成人有赖于整个村庄”

——非洲谚语

相信孩子值得我们付出也意味着相信邻家的孩子值得我们付出。作为成年人，我们应该愿意做出必要的牺牲来保证全社区孩子的需要：专门的医疗；衣、食、住的保障；在安稳的环境中探索、成长、得到培养的机会。任何个人对此都力不从心，但如果全社会都相信孩子值得我们付出，值得我们花费时间、精力、资源以及必要的奉献，那么这是完全可能的。仅仅口头表示相信还不够；我们必须愿意把这一信条付诸行动。如果我们答应要为孩子的幸福奉献一切，那么我们整个社会需要重新考虑如何开支。

一位黎巴嫩公民厌倦了国内连续不断的战火，对《纽约时报》的一位记

者倾诉：“当我们对孩子的爱开始超过对敌人的恨时，和平将会到来。”如果我们承认孩子值得我们付出，那么我们就应愿意为此而付诸行动，必须把此信条付诸于培养孩子的实践。

我不愿以自己不喜欢被对待的方式去对待孩子

我们应该以自己喜欢被对待的方式去对待他人而不应以自己不喜欢被对待的方式去对待他人，这一道德标准在世界各大宗教中均可找到：

1. 伊斯兰教：

“我们希望且强烈希望你们每一个人都能成为人类善的根源、正的典范。当心切不要把自己提升到众人之上。”

——《巴哈乌拉》、《拾穗集》

2. 佛教：

“会使自己受伤害的方式不要被用来伤害他人。”

——《安德娜—瓦卡》3. 基督教：

“希望别人怎样对待自己就怎样去对待别人。”

——《陆克》

4. 儒教：

“仁爱之至：己所不欲，勿施于人。”

——《论语》

5. 印度教：

“公正的全部要旨归根结底就是：以自己愿意被对待的方式对待他人。你不愿意让邻居日后怎样对待自己，就不要以同样的方式对待他。”

——《摩诃婆罗多》

6. 伊斯兰教：

“只有当一个人对他的弟兄渴求他自己也渴求的东西时，他才能成为信徒。”

——《清真古教》

7. 犹太教：

“自己所憎恨的东西勿施于同伴，这就是全部法则，其余的都是解释。”

——《犹太教法典》、《犹太教安息日》

8. 道教：

“好人应该怜悯别人的坏脾性；为他们的优点而高兴；助他们于危难之中；把他们的收获当做自己的收获，把他们的损失当做自己的损失。”

——《太上》

9. 波斯教：

“于己无益的东西勿施于人，只有此时才显善的本质。”

——《达迪斯坦—迪尼克 I》

青梁式
教 育

这些被人们称为黄金法则的道德准绳一旦被应用到我们与孩子的关系上就能让我们获益匪浅。如果我们确定不了自己对待孩子的方式恰当与否，我们只需设身处地扪心自问：我们是否愿意让这样的事发生在自己身上？如果答案是否定的，那么我们就得问问自己为什么我们要让它发生在孩子身上？

如果我不愿意被人打耳光，那么我为什么要打儿子的耳光呢？当我出差错时，我不愿别人对我尖声叫喊，那么当女儿不慎把我为婆婆装饰好的蛋糕掉到了地上，我为什么要对她尖声叫喊呢？如果我在 43 岁试图学滑冰时不想遭到嘲笑，那么当女儿学了 10 遍也学不会如何把车平稳地从一档换到二档时，我为什么要嘲笑她呢？如果我不愿意别人比较我和邻居的园艺技术，那么我为什么要拿儿子的数学成绩与他姐姐相比呢？

如果我们今天使用技巧控制孩子企图让他们听话，那么等我们老了就麻烦了，因为下一代已学会了如何控制比他们弱的人（因为我们花了数年在教他们这些）。可以肯定地说等我们老了，弱者就是我们。我不想 70 岁时以我所不愿被对待的方式来对待 7 岁的孩子。难以想象，我 70 岁时，已经长大成人的孩子因为我早晨不按时起床、穿衣、吃饭就把我放在带刺的木板上。“过来，妈，记着，如果早晨第一遍叫你，你就能按时起床、穿衣、吃饭，我就给你 5 个小星符。你可以把这 5 个小星符挂在卧室的墙上，到星期