



让孩子获得自信、自律、自尊、责任感和解决问题的能力。

1001 Solutions to Everyday Parenting Problems

孩子常见问题 与父母应对良策

解决孩子常见问题的妙药良方

家庭教育基本策略和方法

孩子常见、疑难问题对策

对一些典型问题的教育策略

[美] 简·尼尔森 莱恩·劳特 H·史蒂芬·格兰 著
刘玉慧 杜秀君 李淑华 译

解决孩子各种问题的法宝

吉林人民出版社



外 国 家 教 精 华 丛 书

1001 Solutions to Everyday Parenting Problems

孩子常见问题 与父母应对良策

解决孩子常见问题的妙药良方

[美] 简·尼尔森 莱恩·劳特 H·史蒂芬·格兰 著

刘玉慧 杜秀君 李淑华 译

吉林人民出版社

(吉)新登字 01 号

Positive Discipline A-Z: 1001 Solutions to Everyday Parenting Problems

Copyright © 1993 by Jane Nelsen, Lynn Lott, & H. Stephen Glenn

© 1998 中文简体字版专有权属吉林人民出版社

Published by arrangement with Prima Publishing, Prima Communications, Inc.

Copyright licensed by Arts & Licensing International, Inc.

版权所有, 不得翻印

吉林省版权局著作权合同登记

图字 07-1998-284 号

孩子常见问题与父母应对良策
(原名《家庭教育良策 1001 条》)

著 者 [美]简·尼尔森等

译 者 刘玉慧等

责任编辑 郭美英

封面设计 陈松田

责任校对 陆 风

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 15.75

字 数 227 千字

标准书号 ISBN 7-206-03153-6/G·830

定 价 18.00 元

如图书有印装质量问题,请与承印工厂联系。

中文版前言

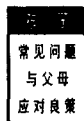
孩子从一生下来，到他长大成人，做父母的会遇到各种各样的问题。一些心理、行为与日常问题，看似远不如一次中考、高考重要，似乎是一些小事，然而，正是这些事情构成了孩子的生活内容，孩子正是在经历着这些事情的过程中一天天长大。父母对这些事情与问题的态度、处理方式、思想导向，无形中影响着孩子的心态、塑造着他的人格、培育着他的素质，从而奠定了孩子将来成为这样或那样的人的基础，并在相当大的程度上影响着孩子在日后一系列的竞争中能否表现出色，以及一生能否成功、幸福。由此，我们就不难理解，为什么很多孩子智力水平相差无几，而在学校中的表现和成绩却大不一样，成人后在事业上的成就也大相径庭。

“合抱之木起于毫米，千里之行始于足下”。所以父母们对这些日常问题，可不要等闲视之。

父母应当怎样对待这些问题，正确而有效地教育孩子，最终使孩子成材呢？身为家长的很多人经常感到困惑。

现在的孩子比起父母当年，拥有父母那时远不如的自信或自负，拥有父母那时所最缺乏的自我主张，也具有更为丰富的内心世界和很多新的问题。面对孩子成长中的问题，父母们往往感到力不从心，甚至不知所措。说浅了、管少了怕滋长不良习性，怕孩子成不了材；管多了、说重了，又怕对个性发展不利，引起孩子的反感或反抗，真可谓做父母难，教育现代的孩子更难。

我们经常可以看到这样一种现象，一些人在事业上成就在



身，而在家中孩子的教育上他们却是失败者，孩子的“不争气”、“不成材”，给他们本可更辉煌、更美满的人生留下了莫大的缺憾。

那么，为什么会有这种情况？原因是多方面的。然而，最重要的一条是，很多家长尽管在其他方面所知不乏，而在对孩子心理的了解上、在如何教育孩子的科学方法却存在盲点，而盲目地从主观期望、主观推测去教育孩子，不能不导致一系列的失败。

父母是孩子人生的第一任教师，对父母自己来说，如何教育子女是一门首先需要学习的学问，而教育现代的孩子更有新内容可学。事实上在欧美发达国家，父母走进家长学校学习如何教育子女已是普遍现象。由于文化的、现实的原因，我国的家长大概比任何一个国家的家长们都望子成龙心切，然而，形成一个巨大反差的是，我们的家长却在如何教育子女上知识非常匮乏。这就难免造成一些家庭，事与愿违、失落的结局。所以，家长们太需要补上科学教育子女这一课了。

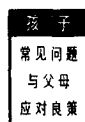
现代科技的高度发展、知识经济时代的来临，不仅要求孩子们要具有高水平的科学文化知识；而且竞争日益激烈的生存状态和日渐国际化的大环境还要求孩子具备很强的竞争能力和能在国际大舞台上游刃有余的多种优良素质，这正是我们的家庭教育目前所追求的。所以，我们的家长有必要认识这一点，学习在现代社会怎样以现代方式培养出来时代的骄子。

现在，我们就向父母们推荐一本非常优秀的可以获益匪浅的图书——《孩子常见问题与父母应对良策》。

在这本书的前半部分，你会了解一些你过去并不知晓的教育孩子的基本原则和方法，使你在茫然中获得能够遵循并提纲挈领地把握局势的要领；在后半部分，你会发现，孩子那些让你迷惑不解和不知所措的各种问题，如今都让你“知其所以

然”了，并有了使你游刃有余地解决问题的具体良方。而所有这一切基本原则和具体方法，都是建立在对孩子心理的科学研究基础之上和服从于培养孩子自尊、自强、自立、自律同时尊重与关爱他人的优秀健康的人格这一最高目标的。

这本书，是你解决孩子的各种问题的法宝；这本书，会使你的孩子受益终生。



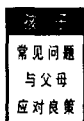
序

每一个做父母的都可能遇到孩子的这样一些问题：不听话；做事拖拖拉拉；对大人过分依赖；缺乏自信心；看起电视、玩起电子游戏没完没了；对大人经常有反抗情绪。还有的父母会遇到更让人头疼的问题：不写家庭作业；撒谎；有不良嗜好等等。

如果有这样一本书，它恰好能帮你解决做父母的所能遇到的各种问题，这难道不是一件值得高兴的事吗？如果这本书对每个问题用一、两页的篇幅提出了几种简单、易行的解决办法，这难道不是求之不得的吗？如果这本书能给你出谋划策、从而避免问题的发生，这难道不是意义深远的吗？更何况这本神奇的书还能使你对孩子的成长过程产生更深刻的理解，给你提供正确教育孩子的行动指南，帮你解决其他的问题，使你明白你的孩子会从你的言传身教中学到什么！既然我们已经做了父母，为什么不尽量做一个称职的父母呢？难道你不想试试这些既可以解决你的孩子的行为问题，又可以培养他健康的心态，使他获得自信、自律、自尊、责任感和解决问题的能力 的办法吗？

听起来这真是一本绝妙的好书，难道真有一本这样的书吗？是的。它就在你的手里。就把这本书放在手头，以便你随时翻阅。这样当你面对各种问题的時候，就不会被动了，你会成为孩子的良师益友。

你一旦在自己的心中形成了一套行之有效的教育原则，你自己也会获得自信、自尊和解决问题的能力，进而增强你的心



智，激发你独立解决问题的灵感。

《孩子常见问题与父母应对良策》在开篇第一章里介绍了一些儿童家庭教育的基本策略。第二章中列出每个问题，下面是“怎么办”的具体办法，包括对孩子心理的分析，未雨绸缪的措施，提供解决问题的不同方案和方法，孩子应从中学会的东西等等。第三章是一些关于幼儿以及十几岁孩子的问题的劝告和建议。

就把这本书看成是一锅由问题和办法煮成的粥吧，它会给你家人的身心健康以营养。就让它一直煮下去吧，让粥的香味弥漫你的家，好好享受它吧！

阅读指南

无论你阅读书中哪一个命题，你都会从中受益。虽然有些命题现在与你无关，但是，它们可以使你更加了解你的孩子和你自己。而且每个命题都包含一些对你所关心的问题的建议。不仅如此，你所获得的自尊和自重还会激发你的灵感和创造力去应对各种情况。我们的目标并非是要做一个完美的父亲或母亲，而是要做一名能理解自己的孩子，充满热情、智慧，把孩子引上一条健康、出色的成长道路的负责任的家长。

每个命题中所提及的诸多建议会帮你做好孩子的日常教育，目的是让孩子获得勇气、自信和生活能力。

读本书时，头脑中要记住以下几个要点：

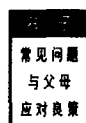
1. 明确教育孩子的长远目标：培养孩子健康的自尊心和生活能力，以使他们健康、幸福地成长，成为对家庭、对社会有贡献的一员；

2. 接受你自认为有益的建议；

3. 教育孩子的时候要用你自己的话，不要鹦鹉学舌。我们这里之所以使用这些语言目的是让大家明白：在成人与孩子之间进行交流时，双方都要体察各自的心态和所处的客观情况，需要维护各自的尊严，使彼此都受到尊重；

4. 要发挥自己的智慧和想像力以产生自己的观点。这样，本书应用起来就会得心应手；

5. 在你不能冷静、客观地处理问题的时候，这本书会成为你的一位客观的朋友。有时读起它，你就会慢慢平静下来。只有平静下来，你才能看清问题，从而客观地解决问题；



6. 你要持有正确的态度和妥善的做法，以便孩子从中最大限度地受益，这些态度和做法应当包括：

A. 维护自己和孩子的尊严，彼此尊重。

B. 心中记住教育孩子的长远目标。

C. 未等问题发生就该想到解决问题的办法，不要等问题发生再惩罚孩子。

D. 要分析孩子自身从问题中学会了什么，懂得了什么。有时，孩子自己悟出的道理也许跟你要教的并不一样。

E. 只要有可能，就设法让孩子也参与解决问题。因为参与有助于培养孩子的合作精神和生活技能。

F. 要慎重思考，灵活运用本书所提出的原则和办法，因为没有哪两个孩子的情况是完全相同的，对于一个孩子来说情况也是经常变化的。你要经常问自己：“我的目标是什么？我正在朝这个目标迈进吗？就我的这个孩子、就现在而言，最有效的途径是什么呢”？

目 录

， 中文版前言

， 序

， 阅读指南

第一篇 家庭教育基本策略和方法

2 家庭会议

3 宽爱与严厉

3 不要一味告诫

5 不要明知故问

5 限定与选择

6 自然后果

6 逻辑后果

6 不能仅凭后果

8 说到做到

12 固定安排

14 走进内心世界

17 自省

18 教孩子正确看待错误

20 少说多做

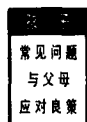
20 先约束你自己

21 一视同仁

22 让孩子自己想办法

22 两只舌头

23 许诺



Contents

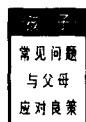
行为与心态	23
不良行为后的四种心态	24
感受到你的爱	25
真情实感	25
特殊时光	27
鼓励与表扬、奖励	27
说“不”	28
幽默感	29
创造自己的生活	30
循序渐进	30

第二篇 常见、疑难问题对策

第一章 心理、情绪	32
出生排行与个性	32
自信心不足	35
总说“不”	37
顺从	39
过分依赖	40
抑郁	42
心烦	44
恐惧	46
追求享乐	48
不听话	51
害羞	53

目 录

55	自私
57	“好孩子”的问题
58	地位竞争
61	第二章 行为、习惯
61	打人
63	不愿吃饭
65	编造事实
67	反抗行为
69	讨嫌
71	忘事
73	选择朋友
74	打架
76	好斗
78	损坏东西
80	不尊重大人
81	打扰别人
83	做事拖延
85	多动症
87	经常发怒
89	随使用别人的东西
91	哭哭叽叽
93	发脾气
95	告状
96	不收拾玩具



Contents

支使人	98
抑郁	100
乱动东西	102
令人不愉快的习惯	104
手足之争	106
说谎	109
餐桌不良习惯	111
操纵别人	114
偷窃	116
虐待动物	119
撅嘴	121
第三章 日常问题	124
零用钱	124
电视和电子游戏	126
家庭作业	128
学校中的问题	131
业余爱好	133
不愿练习(钢琴、舞蹈、运动和其它)	136
与年龄适应的家务	138
做家务	142
选衣服穿	144
做饭	147
就寝的烦恼	148
尿床	151

目 录

153	怎样过生日
155	午睡好难
157	洗澡的麻烦
159	大小便训练
160	假日的烦恼
162	暑假怎么过
164	不打扫房间
166	在商店闹人
168	患病了
170	早晨的混乱
172	洗衣服
174	同朋友玩完了不收拾
176	搬家的苦恼
178	第四章 特殊问题
178	不良嗜好
181	性探究
183	遭到性强暴
186	手淫
187	自杀
189	对待诱拐、绑架
191	面对不幸
193	理解死亡事件
195	领养的孩子
197	青春痘

孩子
常见问题
与父母
应对良策

Contents

第五章 父母与子女	100
是否需要自己照顾孩子	100
上幼儿园	201
娇惯	203
打孩子	204
父母意见不一致	206
不公平	209
父母离婚	211
单亲家庭	213
有继父(母)的家庭	215
不愿讲给我听	218
逻辑推论	219
放开你的手	221
负疚情结	223

第三篇 对一些问题的教育策略

第一章 关于年幼孩子一些问题的教育策略	228
要求过分关注	228
自夸	228
责备	228
滑稽	228
抱怨	229
合作	229
哭闹	229

目 录

	229	拖沓
	229	气馁
	230	祖父母
	230	举止
	230	动力
	230	对峙
	231	清闲时光
	231	报复
	231	违反规则
	231	发誓
	232	感谢
	232	浪费
	232	喊叫
232		第二章 关于十几岁孩子一些问题的教育策略
	232	约会
	233	帮会组织
233		男(女)朋友
	233	攀比
	233	隐私
234		“X光透视”影片