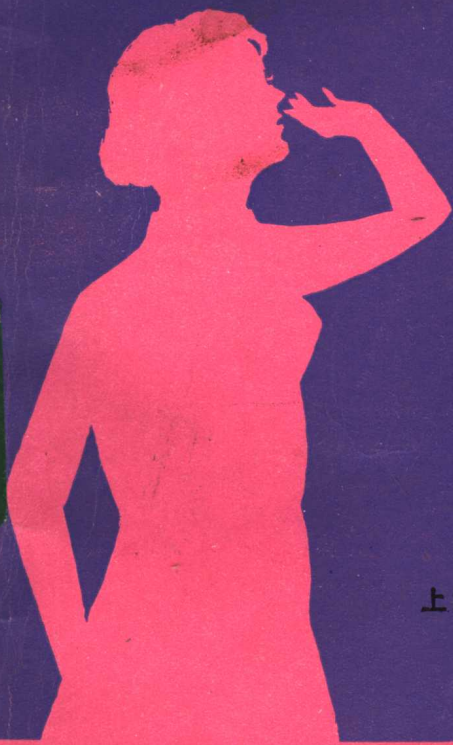


〔美〕 P. 伍德 著
B. 斯考兹
自 为 译



怎样 使你的孩子 听话



上海科学技术文献出版社

怎样使你的孩子听话

[美] P. 伍 德 著
B. 斯考兹
自 为 译

上海科学技术文献出版社

怎样使你的孩子听话

[美] P. 伍德 著
B. 斯考兹
自 为 译

*

上海科学技术文献出版社出版
(上海高安路六弄一号)

新华书店上海发行所发行
上海商务印刷厂印刷

*

开本 787×1092 1/32 印张 2.75 字数 66,000
1982年10月第1版 1982年10月第1次印刷

印数: 1—96,500

书号: 17192·47 定价: 0.27 元

《科技新书目》36-244

译者的话

老师、家长都希望孩子有健康的体魄,高尚的道德情操和良好的行为习惯。然而,往往事与愿违,一些孩子在幼儿园、学校与其他孩子一样,受着同样的教育,但常常表现出一些令人不愉快,甚至使人烦恼的行为,诸如偏食、尿床、与弟妹不和、不愿做家务、不好好做作业、逃学、晚上不回家,以至演变到打架、偷窃等等。这些行为不只是与大人的心愿相违,而且有害于孩子的身心健康,有害于社会。那么,怎样纠正和预防这些行为呢?本书将帮助你从心理学角度了解孩子产生这些行为的原因;并用各种实例说明怎样纠正和预防这些行为。

本书适合于广大家长,幼儿园、中小学教师以及对少年教育有关的同志阅读。

前 言

斯科特是个五岁的男孩子。他在学校里经常踢打同学。家长抱怨说,他在家也极端任性,无论是父亲的工具或母亲的化妆品,什么都要玩。

七岁的安迪除了不能同兄弟姐妹很好相处外,还尿床。她的家长虽想尽一切办法,但总不能使她有所改变。因而他们很忧虑。

十四岁的简纳特在这个学期里经常逃学,而且还曾几次离家出逃。由于发现她携带多种毒品,青少年犯罪分子法庭已决定受理她的案件。

十五岁的杰拉德经常很晚回家。他在学校的成绩明显下降。家长抱怨说,他们曾一再叫他做自己的一份家务,可是他就是不干。

这些是家长在抚养子女时所遇到的各种问题的部分实例。

本书将帮助家长了解,使孩子产生行为或情绪问题的原因,然后再逐步地说明怎样来纠正和预防这些问题。

本书篇幅之所以不长,有两个理由。第一,预防和纠正行为问题并不象人们所认为的那么复杂。但是,虽然如何纠正孩子的行为并不难学,把这些办法付诸实施却需要时间、精力以及耐心。

讨论这个问题的书籍已如此之多,还有什么需要补充呢?我

们的回答是肯定的。

虽然已出版的这一类书有其价值,然而有一些要点被忽略了。这些书的普遍缺点,就象人们所常说的,只看到树木而不见森林。因此,对家长所遇到的困难的分析往往不够全面。我们发现,强调通过精神分析解决孩子的行为问题的书籍常有这样的缺陷,即它们可能帮助家长了解自己的子女,但没有提出解决子女问题的具体措施;而那些提倡修正孩子行为的书籍则经常使家长不知如何适当地奖赏或惩罚孩子。作者所以大胆提出自己的见解,是因为应用本书所述的方法,我们曾在数以千计的孩子中获得成功。此外,许多教师、青少年犯罪分子法庭工作人员、社会工作人员以及其他心理学家报道,这种方法确有成效。最后,许多因行为问题虽经过长期的、费用昂贵的治疗但仍然未转变的孩子,由作者就诊一两次以及家长运用本书所述的方法后,很快就有了好转。本书中的方法之所以有效,是因为它们对具有各种问题的不同年龄的孩子都适用。

此书简短的第二个理由是,它不是一本育儿大全,而只着重讨论孩子的行为问题及其产生原因。显然,家长与子女的关系涉及的范围非常广阔,而使孩子听话只是其中一个方面。本书所强调的,是家长必须先解决一些基本问题,然后才能把这种关系发展到最理想的程度。我们认为,预防和纠正错误行为是根本问题。为了做到这一点,必须澄清,家长与子女究竟谁左右谁,否则即使对于儿童心理学和发育的书籍了如指掌也无济于事。本书将向家长指出应怎样来建立这种关系,使他们进而能获得做家长的乐趣,即养育子女,喜爱子女以及看孩子成长和有所造就。

本书不同于类似的书的另一个重要方面是,它提供了具体措施。我们较多地讨论了家长做对的事,而不是做错的事。本

书的目的,是帮助家长更好地了解他们成功时的做法,以便把这些措施用以解决他们认为是困难的问题。我们要对家长讲的只是:“在大多数情况下,你已具备一切必需的条件。你不必放弃自己对孩子的见解,甚至没有必要去学任何新东西。你只要了解自己成功地管教孩子时的做法,并用它们来解决你面临的困难。”

这一类书的作者大都设想自己知道怎样教养你的孩子,以及你的孩子需要什么。本书将不告诉你应该让孩子做些什么事。我们的观点是,作为家长,你能左右孩子的行为,然而你应该致力于那些值得为之付出努力的行为。不要把本书所提倡的做法看作是成为家里独裁者的一块垫脚石。要记住,改变行为问题不是儿戏。因此,在采用本书所推荐的措施之前,应该先经过仔细考虑并作充分准备。

本书的重点在第二部分,即关于家长如何把前三章所详述的概念付诸实施的讨论。书中所附的家庭干预工作表将使读者能够清楚地看到,在家长与子女发生矛盾时所必须采取的步骤。

过去几年,运用本书所提出的原则解决家庭问题,并成功地使这些家庭重新和睦相处,曾使作者得到极大的鼓舞。我们坚信,凡阅读本书并应用它所提倡的办法的人,都将很快地从自己的努力中获得显著成效。

作 者

目 录

前言	1
第一部分 家长常犯的错误	1
一、把你的意图说清楚并且不要让步	2
二、向孩子提出明确的要求	29
三、确信孩子有能力改变自己的行为	41
第二部分 纠正行为问题	57
四、如何着手解决孩子的问题：干预和预防	58
五、提问和回答	69

第一部分

家长常犯的错误

一、把你的意图说清楚并且不要让步

一位束手无策的母亲抱怨说：“我无法使我的九岁孩子睡觉。我什么都试过，可是不管怎样，他就是不听话。而在学校里，他却经常打瞌睡。该怎么办呢？我打过他，并告诉他必须得到休息，否则学习成绩不会好。我甚至禁止他看电视，但都不起作用。”

于是心理学家问：“那么你的孩子在早晨一定非常疲倦，要喊醒他是否很困难？”这位母亲说：“是啊，真难弄醒他。每天如此。他大声哭闹，并埋怨累极了，但是结果我还是把他拖了起来并送去上学。”心理学家又问：“当他不肯起床时，你是怎么对他说的呢？”“我告诉他，‘上学的时候到了，不能再睡了’。这时我总是非常坚决地说，‘现在就起床，我是说现在’。”

这是本书中的一个典型事例。为什么家长有时能使孩子做他们不愿做的事，而另一些时候又不能使他们听话呢？在上述例子中，这位母亲能叫孩子起床和上学，但却无法使他睡觉。

在超级市场、海滩、球场等公共场所，经常可以看到类似的成功或失败事例。在这些场合能够看到许多很听家长话的孩子。可是，也有一些家长不管对孩子骂也好，哄也好，甚至打都无济于事。为什么有的家长把孩子管教得那么好，而有些却与孩子不断发生矛盾呢？

听听家长是怎样向孩子表达自己的要求，就可以断定应该

如何使孩子听话。

那些能使孩子听话的家长，在要求孩子做事的时候用词非常清楚，以致不可能产生误解。而且，他们的立场始终如一。当带着孩子在超级市场排队付款时，他们决不会先是不准孩子吃糖，继而孩子一哭就马上让步。这些父母在要求孩子做某件事以后，就坚持到底。

不听话的孩子的家长的表达方式就不同了。在与孩子有矛盾的问题上，他们不明确表态。这不是说他们对孩子听之任之。事实上，这些家长经常认为对于教育子女已尽了自己最大的努力。但是，他们却没有把自己的要求清楚地告诉孩子。前面引述的那个不肯睡觉的孩子的例子，可以说明这一点。那位母亲成功地把孩子从床上叫起来，因为她的话没有留给孩子争辩的余地。孩子知道自己一定得起床。但是，这位母亲并没有要求孩子到了晚上必须睡觉。她软硬兼施，却没有坚决要求孩子照她的话做。

可惜的是，许多家长自以为在命令孩子做某件事，而实际上并没有把话说清楚。他们的话的针对性不强，因而等于白说。这是家长最常犯的一个错误。

下面是有关这个问题的一个例子。

一位母亲说，她的养子经常旷课。即便在学校，他也不上课而是躲在厕所里抽烟。这位母亲问道：“我该怎么办呢？我所做的一切都没有用。我曾试图启发他的求知欲。我把上学的重要性对他说了，以及告诉他应该受到良好的教育，否则不能上进。我每天开车送他上学。当他下车的时候，我告诉他要好好干，下午三点钟我去接他。如果那时发现他逃学，我就打他或罚他几天之内不准和朋友玩。我甚至曾到他的教室里

去看住他，可是只要我一走开，他就不见了。我总不能一直在学校里陪着他。有一次我实在忍无可忍了。我告诉他，要是再逃学的话，就把他送回孤儿院，但这样威胁他也没有用。”

这位母亲的做法，在她看来，是要求孩子不要逃学。可是，正如我们将在这一章所看到的那样，她所采取的措施没有一件是清楚地告诉孩子要他上学，以及坐在教室里直到放学。她所说的每一句话都表明她对孩子管教无方。

启发、勉励和促进

“我试图启发他的求知欲”

一件没有人(包括父母)能够办得到的事，就是控制另一个人的情绪。你不能“启发”别人去做某件事。你也不能使别人“喜欢”某件事。事实上，父母和其他的人经常浪费大量的时间和精力去“促进”孩子照他们的话办。提倡这种做法的人所依据的是，当孩子“想”听父母话的时候，他们是会听的。然而，这是不现实的。

下面是强调情绪而不注意行为的一个事例。一位父亲要女儿做家务，且要她“高高兴兴地去做”。他要她具有一种“边唱边干活的”轻松情绪。虽然希望家里有一个愉快的环境是不错的。但首先应该知道，预期一个人会高兴地做她所不喜欢的事，是不现实的。

有个孩子讨厌弹钢琴，但她的母亲不仅要她每天练琴，而且要求她自觉地练。因此她们俩发生了尖锐的矛盾。结果，一天母亲不在家的时候，孩子把钢琴砸了。这位母亲说，孩子各方面都好。她在学校里功课好，而在家又非常懂事，但只是在“我的敦促下她才肯练习弹钢琴”。这个孩子虽然照母亲的话做了，

但始终不喜欢弹钢琴。她长大后可能会象其他被迫去“爱好”乐器的孩子一样，永远不再碰钢琴。

同样，很难设想，光靠启发和促进会使那些经常逃学、留级和躲在厕所里抽烟的孩子热爱读书和学习。

因此，必须懂得，家长能够成功地命令孩子做某件事，但他们不能使孩子自己要做、喜欢做或被启发后去做那件事。

值得注意的是，当家长明确地要求孩子改变某一行行为时，孩子往往是做得到的。

下面是十二岁的阿诺的情况。他的数学一直得五分，而其他各门功课则都不及格。甚至请家庭教师为他补习也无济于事。下面是他的父母与心理学家的对话。

心理学家：你们想过没有，为什么阿诺数学那么好，而历史、英语和地理又那么差呢？

父亲：很简单，阿诺喜欢数学，是个数学迷。他情愿在家做数学作业而不看电视，也不出去和同伴玩。甚至连他玩的游戏也和数学有关。我想他大概天生是个数学家。

母亲：他对数学的爱好和对其它功课的厌恶差不多同样鲜明。这就是为什么他从来不做其它作业的原因。天地良心，我们曾试图引起他对历史的兴趣。我们带他去看有关历史人物的戏剧、还带他到首都华盛顿去旅行。但他对这一切丝毫不感兴趣。

阿诺：要记住那些人名和日期太讨厌了。他们都是些老古董。谁会对他们感兴趣？

如果仅看表面，那就很容易断定除了数学，阿诺对其它都不会感兴趣。而事实上，阿诺之所以对历史和英语表现厌恶，是由于家长不断地试图“启发”他爱好它们，而并非其它原因。他的

父母最终认识到,要左右他人的情绪是徒劳的。于是,他们决定只要求阿诺把其它各门功课的作业做得同数学作业一样好,而不去干涉他的情绪。几个月后,阿诺的父母打电话告诉心理学家,说他不仅门门功课得四分或五分,而且现在对于历史和语文的热情不亚于数学。

当然,与阿诺有同样问题的孩子不会都这样。有些孩子可能仍然不喜欢那几门功课,尽管他们会完成作业而成绩也将有所提高。但是,在上例和我们所看到的其它许多事例,家长只需致力于改变孩子的行为,完全不必为他的情绪担忧。

说理

“你应该受到良好的教育否则不能上进”

前面提到的那位母亲除了试图启发养子学习以外,还试图指出一些应受教育的重要理由。但她没有成功,因为虽然她把理由说清楚了,却没有进而要求孩子必须努力学习。结果还是让孩子选择究竟是否这样做,这就意味由孩子决定。家长的理由是否充分到足以影响他的行为。孩子往往会产生这种观点,即如果能证明父母的想法有一点欠缺的话,他就可以不服从。譬如对孩子说,除非学习成绩好,否则就不能上进,而一个思路敏捷的孩子可能列举许多他所听到的早年退学、留级或被学校开除,后来却成名的人(如爱迪生、爱因斯坦等)作为答复。

同孩子说理往往会引起争论,且不能使父母实现他们的愿望。通过争论,孩子会发现他至少可以推迟做父母希望他做的事,而有时还可以使父母屈服或降低要求。他还会发现,父母并不能肯定自己正确。

在一般情况下,应该先告诉孩子做什么,然后再把这样做的好处或重要性简单扼要地解释一下。但是就象下例所示,家长

的解释有时可能过头，以致孩子搞不清到底要他干什么。

母亲带着八岁的杰去找心理学家，因为他每天早上都要踏过母亲的良种郁金香花圃去上学。杰在其它各方面都没有问题。他是一个优秀学生、班长，而人缘也好。在家里，除了郁金香，他对母亲的要求从来不说二话。心理学家问杰的母亲：“孩子每天早上上学的时候，你是怎么跟他说的呢？”她说：“我每天都告诉他，不要踏我的郁金香，这些花是从荷兰进口的，要栽在特别肥沃的土壤里，每星期要施加一次高效肥料，我每天至少得花一小时去照料它们。你要知道，花圃内共有八十四种郁金香，其中有许多甚至被认为是不适于此地生长的品种，等等，等等。”杰的母亲唠叨了足有五分钟。她说完后，心理学家便问杰，母亲讲话的要点是什么。他回答：“花圃里有八十四种郁金香，它们是从荷兰进口的，而且需要特别的照料。”这时杰的母亲对心理学家说：“人们一直说我话太多，我现在才知道，只要关照他别踏郁金香就够了。”

一般地讲，应该向孩子说清楚为什么和怎样去做某件事。经常用“因为这是我说的”这种话来回答孩子的问题，不但会使孩子与父母产生对立情绪，而且还会引起孩子在学习方面的困难，因为他们将不习惯于对学习的内容进行分析和探讨。他们将简单地接受被教育的一切，而不去追究所得到的材料的基本原理。这将使他们只能胜任需要机械记忆的工作。

关于怎样回答孩子的问题，我们说，应该先考虑孩子是真的在提问，还是在拖延时间。要做到这一点，你只需断定孩子究竟是接受了意见，还是就你的话在争辩、提问和反驳。

此外，在告诉一个人“应该做”和“必须做”某件事之间是有

很大差别的。

一位母亲无法制止儿子打妹妹。家长曾反复对儿子说：“如果爱她，你就再也不会打妹妹了。”但是，这个孩子虽然一再被教导“应该做”什么，他从未被警告不准再打妹妹。正如在本章中已经说过的那样，不能强迫一个人喜欢或爱任何事情和任何人。此外，人往往会欺负他本来应该爱的人。因此，期望这个孩子对妹妹的喜爱会制止他打妹妹是不现实的。

向孩子提出“应该做”什么的主要错误，是忽视这一事实，即我们大多数人虽然都明确知道自己应该做什么，但还会不顾这一点，而根据其它因素或欲望行事。孩子同我们一样，因此，当孩子一再做错事的时候，家长不能只限于教育他们应该做什么。此外，喜爱、尊重、谨慎和关心等措词都很复杂及抽象。几个世纪以来，哲学家、诗人等都一直在论述它们的真实含义。因此，我们又怎么能期望孩子理解那些连大人都不能明确下定义的概念呢？

希望和要求

“我每天驱车送他上学”

驱车送孩子上学，清楚地表明家长希望和要求孩子去上学。然而，在生活中，有许多希望是无法实现的。在我们的愿望得到实现以前，坚决的步骤和具体的行动几乎是必不可少的。我们可不能幻想，就象电视连续剧和童话里所看到的那样，只要有良好的愿望，便会得到神奇般的天助。对于做好一件事，梦想和希望可能是第一步。可是，在我生病时，如果医生仅仅祝愿我康复当然不会使我满意的。

家长的话如果只表示良好的愿望，是很难使孩子服从的。

当孩子并不关心父母的愿望时，则尤其如此。同父母一起生活的时间还没有长到足以在感情上建立起强烈联系的养子或养女往往会有这个问题。然而，即使是亲生子女，如果他们的愿望同家长的一样强烈，并且可以选择的话，在大多数情况下，他们的判断将使他们按自己的意愿行事。

一位家长对孩子说：“我要你做作业”，或者“我要你今晚早一点回家”，其实并没有告诉孩子应该做什么。他只是简单地表达家长的这些希望。孩子将在家长的愿望和自己的意愿之间进行选择。上面这些话既没有迫切性，也没有表达坚决的意志。因此孩子不会把它们当作是必须遵循的话。他将认为，这些话有很大的灵活性，他可以对它们作出最后决定。所以，表达愿望同命令孩子去做什么肯定是两码事，而且前者对于影响孩子的行为一般是很难见效的。

讲话含糊

“好好干，放学后我来接你”

驱车送孩子上学以后，母亲提醒孩子要好好干，以及告诉孩子放学后母亲将去接他。这些话的意义很含糊，因为它们没有告诉孩子怎样才是好好干。对于孩子来说，“好好干”可能意味着想方设法逃学，或者在厕所里抽烟时不被抓住。她说三点钟来接他，并没有规定他必须在学校里呆到那个时候。如果下车后，孩子不去学校，而到海滩尽情地玩耍，一直到三点钟再去学校等母亲来接，他将完全没有违背母亲的话。显然，叫孩子好好干，并在三点钟等候母亲是很含糊的说法。这些话几乎没有对孩子提出任何要求，而且也没有针对他的错误行为。值得注意的是，这位母亲一直能使孩子在三点钟回到学校。这是因为她非常清楚地告诉孩子，必须在那个时候等她。