



送给妈妈们的美好礼物 ——爱的沟通技巧。

- 改变孩子，从改变妈妈的脾气开始。
- 不打不骂教育孩子的实用方法大汇集。
- 推荐每位妈妈看这本书，试着去了解孩子们的真实想法，做一个“不抓狂”的妈妈。

寿长华◎编著

从今天起， 不再当 发怒的虎妈

CONG JINTIAN QI BU ZAI DANG FANU DE HUMA

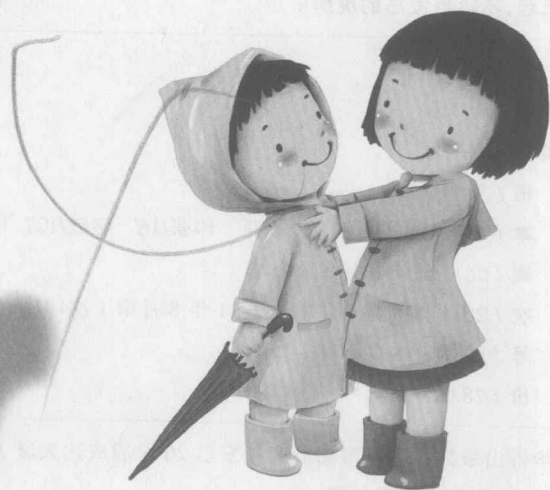


中国华侨出版社

从今天起， 不再当 发怒的虎妈

CONG JINTIAN QI BU ZAI DANG FANU DE HUMA

寿长华◎编著



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

从今天起,不再当发怒的虎妈 / 寿长华编著. —北京:
中国华侨出版社, 2011.7

ISBN 978-7-5113-1543-4

I. ①从… II. ①寿… III. ①家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 122966 号

从今天起,不再当发怒的虎妈

编 著 / 寿长华

责任编辑 / 李 晨

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 787×1092 毫米 1/16 开 印张/16 字数/177 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2011 年 8 月第 1 版 2011 年 8 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-1543-4

定 价 / 28.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦 3 层 邮编:100028

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部:(010)64443056 64443979

发行部:(010)64443051 传真:(010)64439708

网址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com

前言

当越来越多的中国父母将目光投向国外,寻求和接受西方先进的教育理念和方 法,并开始反思我们自己甚至摒弃中国传统的养育思想之时,我们更应该结合中国当前的教育理念,“取其精华,去其糟粕”,当个受孩子喜爱的“中国式好妈妈”。

我以为对孩子严格要求是应该的,但不赞成以铁腕管教孩子,我们家长又有谁乐意听取别人喋喋不休的说教呢?又有谁喜欢被人打被人骂呢?如果家长固执地对孩子这样做,终有一天发现原来孩子一直在敷衍自己,甚至暗暗滋生了仇恨心理,才深深地体会到自己教育的失败。

对孩子来说,他们更为敏感的是家长对其心灵的关注程度,对他们所享有权利和自由的尊重。因此,在与孩子沟通的时候,我们更希望家长做一个不发怒的“虎妈”,既对孩子严格要求,又让孩子感受到理解和尊重,感受到浓浓的亲情之爱,故编写了《从今天起,不再当发怒的虎妈》一书。

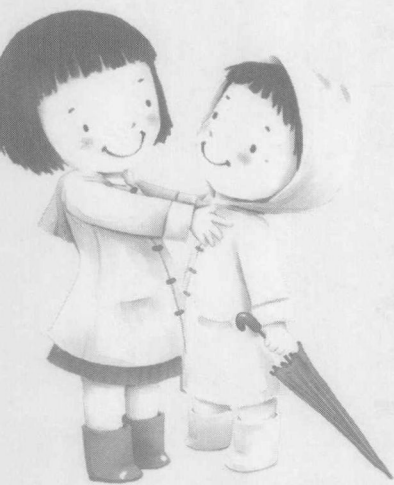
本书内容旨在科学地解释孩子的行为,帮助家长正确理解





孩子行为背后的语言，从而能采取正确而有效的说话方式，赞扬、批评、说服、沟通，最终纠正孩子的错误行为，培养其良好习惯，同时在这一过程中也融洽了亲子关系。父母教子，要做到字字箴言、句句立竿见影，这不可能。但是，家长能从每一次失败中得到一点经验教训，并且能把这点经验教训应用到以后的教育中，这才是最重要的。

需要指出的是，对本书列举的这些实例，家长不应该机械照搬，应根据具体情况，适当变化。





目 录

第一章

如何去赏识你的孩子

孩子说起来没完没了,都听烦了,直接拒绝孩子又怕伤他的自尊心,该怎么办呢? / 2

孩子做对某件事后,是否应该立刻赞赏? / 3

当孩子考试成绩不稳时,该怎么办? / 4

孩子想象力太丰富了,常在家里胡闹,该怎么办呢? / 5

总挑孩子的长处表扬,孩子会骄傲吗? / 7

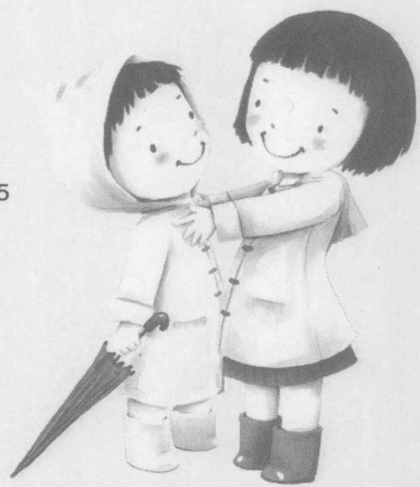
发现孩子有进步,是不是该及时表扬他? / 8

父母烦恼 / 9

换位思考 / 13

赞赏孩子的4个技巧 / 19

听与说练习 / 25



第二章

怎样让孩子接受你的批评

在采取适当教育的同时,可以让孩子自由发展吗? / 34

批评后,孩子一哭就心软了,于是又去哄他,这样行吗? / 35

无论我说什么孩子都不听,该怎么办呢? / 35

孩子还小,所以就不用批评。这种观点对吗? / 36

批评孩子应该采取什么样的方式 / 36

夫妻二人对孩子的批评方法完全不同,这样有问题吗? / 37

批评孩子的时候,别人可以插嘴吗? / 38

批评孩子的时候,孩子的祖父母阻拦,应该怎么办? / 38

孩子犯了错,如果有他人在场,可以批评吗? / 39

父母烦恼 / 39

换位思考 / 41

让孩子接受批评的7个技巧 / 47

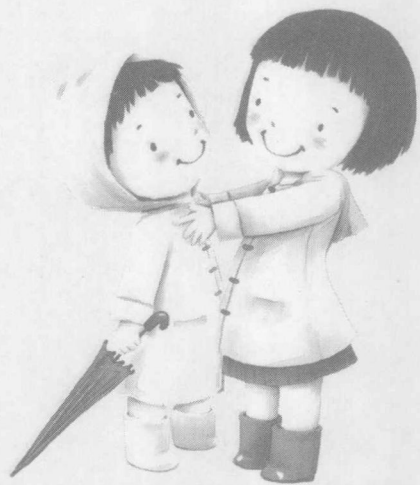
听与说练习 / 57



第三章

如何对待孩子的想法与感受

- 孩子不听话,能强迫他按照我的意愿做吗? / 64
- 如何鼓励孩子说出他的心里话? / 64
- 怎样做,才能让孩子把话主动说出来? / 66
- 对于孩子提出的问题,父母的确不知道该如何回答? / 67
- 孩子的要求不合理,可以采取威胁恐吓的方法强制孩子改变吗? / 68
- 孩子多大才有独立意识,才算是一个独立的个体? / 69
- 有必要为孩子心中留出一点空间吗? / 70
- 父母烦恼 / 72
- 换位思考 / 75
- 正确对待孩子想法与感受的4个技巧 / 77
- 听与说练习 / 85



第四章

如何让孩子接受父母的建议

怎么调动孩子的积极性,让孩子与父母积极配合? / 90

如何让孩子改掉不讲卫生的坏习惯? / 91

如何改变孩子,又不用说“不”? / 95

孩子一生气就摔东西,该怎么办? / 93

孩子的打扮不符合父母的审美趣味,应该怎么办? / 94

孩子看漫画书耽误了学习,该怎么办? / 95

父母烦恼 / 96

换位思考 / 98

让孩子接受父母建议的6个技巧 / 105

听与说练习 / 112



第五章

怎样让孩子改变对自己的认识

孩子太任性,什么事情都得由着他,该怎么办? / 116

孩子还小,不敢让他帮忙做家务,可是拒绝他,孩子又不高兴,
该怎么办呢? / 116

孩子像个“小大人”,很爱吹牛,该怎么制止呢? / 117

孩子总爱问一些奇怪的问题,该怎样回答呢? / 120

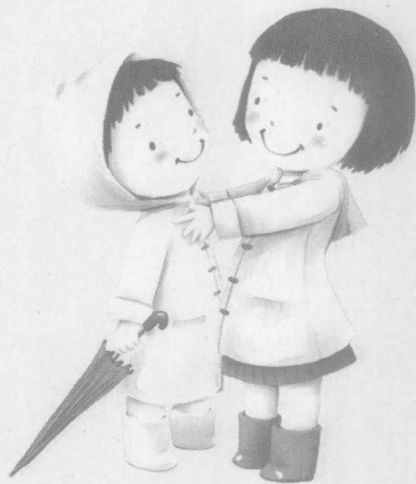
周围人对孩子的评价会对孩子产生什么样的影响呢? / 121

父母烦恼 / 122

换位思考 / 124

让孩子改变自我认识的6个技巧 / 128

听与说练习 / 140



第六章

如何帮助孩子重拾自信

如何判断出孩子是不是缺乏自信心呢？ / 146

可以用自己成功的经历激励孩子吗，这样会对培养孩子的自信心有帮助吗？ / 147

用金钱作为奖励，对培养孩子的自信心有什么影响吗？ / 148

怎样利用孩子的特长，培养孩子的自信心？ / 149

孩子怕老师是好事吗？ / 150

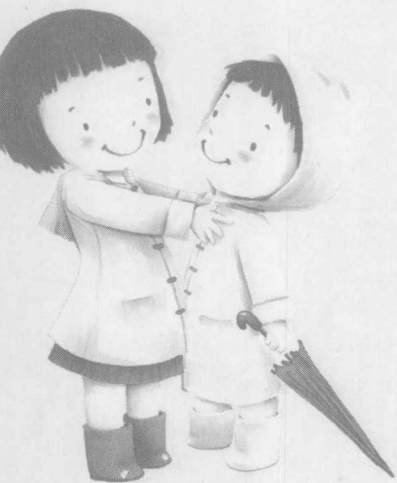
对孩子突然取得的好成绩表示怀疑，该怎么问才不至于伤害孩子的自尊心？ / 151

父母烦恼 / 152

换位思考 / 156

帮助孩子重拾自信的6个技巧 / 160

听与说练习 / 170



第七章

如何鼓励孩子自立

孩子还小,可以对他放手吗? / 176

如何有效地保护孩子的积极性? / 176

孩子总爱和小朋友吵架,可以少让他和别的孩子接触吗? / 177

害怕孩子承受不住失败的痛苦,就避免让他尝试做一些事情,这样做对吗? / 178

总是担心孩子走弯路,所以他设计好路线,这样做对孩子有益吗? / 179

给孩子买来新玩具,是该直接告诉他玩法,还是让他自己去摸索着玩呢? / 180

对孩子的事大包大揽,这样对孩子自立能力的培养影响大吗? / 181

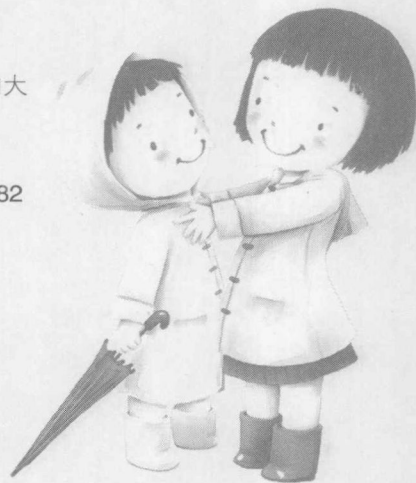
树立理想是孩子自信的开始,如何尊重孩子的理想呢? / 182

父母烦恼 / 183

换位思考 / 185

鼓励孩子自立的6个技巧 / 189

听与说练习 / 201



第八章

如何对待孩子的过失行为

孩子真是太可气了,有什么办法可以教育他呢? / 212

孩子逆反心理太强,该怎么办呢? / 214

孩子不小心犯错,可以惩罚他吗? / 216

孩子犯错难道也要尊重他吗? / 217

当孩子犯错误的时候,是不是可以把孩子的错误怪在别人身上? / 218

父母烦恼 / 219

换位思考 / 223

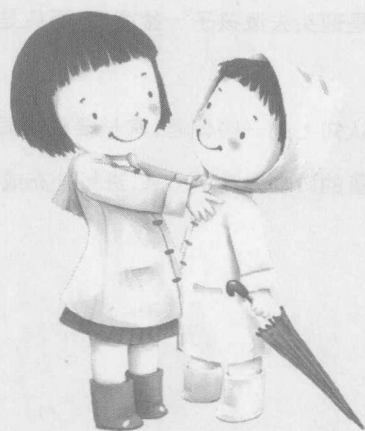
对待孩子过失行为的5个技巧 / 227

听与说练习 / 237



第一章

如何去赏识你的孩子





从今天起,不再当发怒的妈妈

妈妈悟语:

孩子说起来没完没了,都听烦了,直接拒绝 孩子又怕伤他的自尊心,该怎么办呢?

孩子都有强烈的好奇心和倾诉欲,偶有新知便会兴致勃勃地告诉家长。在家长看来,一些孩子自认为新奇的东西,有些并不新鲜,有些属于一知半解,而孩子在讲述时也往往夹杂着差错和偏见。

经常见到有的家长这时不耐烦地打断孩子的话,褒中寓贬地说:“你知道的可真多!”接着把孩子话语中的错误一一罗列出来。

如此做法固然有些道理,毕竟纠正孩子的错误是家长的责任,但在时机的选择上大有可商榷之处。孩子向家长倾诉新知,饱含着自豪感和自信心,燃烧着旺盛的求知火焰,这时家长应该做的绝不是迎头去泼孩子一盆冷水,而应是认真地倾听并给予赞赏。

对孩子认知上的一些偏差,家长要在事后寻找恰当的时机以讨论或商量的口吻为其指出来,进行补充或纠正。



从今天起，
不再当发怒的虎妈

孩子做对某件事后，是否应该立刻赞赏？

儿童心理学研究表明：孩子的一切活动都希望得到家长和他人的认可，承认和赞许对他的进步是十分重要的。孩子做了某件事情后，如果立即得到认可，再次遇到相似情境，孩子就很容易做出同样的行为，以期再次得到认可。因此，表扬得当可以促进孩子养成良好行为习惯，这也就是心理学中的“正强化”。表扬时机不同，对儿童的行为将会产生不同的影响。生活中孩子“难表扬”的情况，常常在于家长没有把握好对孩子奖励的恰当时机，反而导致孩子出现不恰当的行为，所以家长应善于发现孩子的每一点进步和成绩，并及时用不同的形式加以肯定。

建议家长对待孩子的成绩或进步多以精神表扬和鼓励为主，因为只有孩子有了小成功意识，他才有可能去获取大成功，过多的物质奖励则会把孩子带入一种误区，时间一久，他忽视了自己的进步，片面去追求奖励某些东西，而且容易滋生攀比心理。

妈妈悟语：



从今天起,不再当发怒的妈妈

妈妈悟语:

当孩子考试成绩不稳时,该怎么办?

很多孩子存在偏科的问题,不是这门功课不好,就是那门功课不好,要不就是这次好,而下次又考不好了。面对这种情况家长应该怎么办呢?下面我们看看一个美国家庭在遇到类似的问题时,是怎么处理的。

在一个美国家庭,儿子吉米从学校拿回了成绩单,他有些神色不安地把成绩单递给母亲苏珊。因为成绩单上是这样写的:两个“A”,三个“B”,一个“C”。他的历史得了“C”。母亲看了成绩单后,对孩子说:“吉米,你太棒了!”

吉米听了母亲的话,眼中有些闪闪发光。“你看看你的成绩单,你得了两个‘A’和三个‘B’!”母亲把手放在吉米的肩膀上,安抚了一下说:“我真高兴,你的成绩很好,我真高兴!”吉米很快抱住母亲,然后似乎有点不好意思地说:“那,我能出去玩一会儿吗?”“当然,任何人的成绩单上如果有‘A’和‘B’,都可以出去玩儿一个下午。”母亲笑着对吉米说。“谢谢你,妈妈!”孩子高高兴兴地玩儿去了。

这时,一位来访的女客人神情显得很诧异,十分不解地询问苏珊这样做的用意。苏珊回答说:

“你已经看到,我儿子对他的‘A’和‘B’很高兴,他体验到了得到好成绩的结果。我会在星期六早上全家的目标设定会上问