

探寻父母 心中的秘密

每个大人心里都住着一个小孩

阅读本书，将是一次学习爱的技巧与接受爱的训练的过程，它给了你走进孩子内心世界的钥匙，指引你切身体会孩子内心的感受。

雷鸣 编著

父母可以帮助孩子成为一个品质高尚的人，一个有着怜悯心、敢于承担责任和义务的人，一个有勇气、充满活力、正直的人。

探寻父母心中的秘密： 每个大人心里都住着一个小孩

雷鸣 编著



 经济科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

探寻父母心中的秘密：每个大人心里都住着一个小孩 / 雷鸣编著. - 北京：经济科学出版社，2013. 5

ISBN 978 - 7 - 5141 - 3162 - 8

I. ①探… II. ①雷… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 056050 号

责任编辑：张 力 李 娅

责任印制：王世伟

探寻父母心中的秘密：每个大人心里都住着一个小孩

雷鸣 编著

经济科学出版社出版、发行 新华书店经销

社址：北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮编：100142

总编部电话：88191217 发行部电话：88191537

网址：[www. esp. com. cn](http://www.esp.com.cn)

电子邮件：[esp@ esp. com. cn](mailto:esp@esp.com.cn)

天猫网店：经济科学出版社旗舰店

网址：[http: // jkxcbs. tmall. com](http://jjkxcbs.tmall.com)

北京盛源印刷有限公司印装

710 × 1000 16 开 10 印张 110000 字

2013 年 6 月第 1 版 2013 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5141 - 3162 - 8 定价：25.00 元

(图书出现印装问题，本社负责调换。电话：88191657)

(版权所有 翻印必究)

前言

亲子之间和谐关系的营造，需要父母扮演好自己的角色。父母教养子女，也不能像替毛毛虫过河一样，应该给孩子一个顺其自然的成长空间，然后对其进行科学教育。孩子成长的好坏，其实关键在父母。父母人人都能做，然而做好父母却不易。“玉不琢，不成器”，孩子更要经过父母精心“雕琢”才能成“器”，成为社会人，成为不但被社会所认同，而且能够推动社会前进的人。怎么琢玉，需要专门知识；怎么教养孩子，也需要一些教养的必备理论。

父母对孩子有教养之责，教养即教育和抚养。抚养之责是要给孩子必备的物质条件，使孩子健康发育、成长；教育之责则是要使孩子成人、成才。要做到这些，父母首先要了解孩子的心理，然后采取适当的措施，才能达到良好的效果。父母是孩子的朋友、老师和引路人，父母是孩子天底下最亲的人，父母教养方法的差别，会改变孩子的一生。

如果父母能有意识、有计划地进行科学教育，通过正面反馈及鼓励，让孩子从父母约束变为自我约束，让爱与信任、理解与尊重成为家的主旋律，即为“毛毛虫”成长准备良好的生活环境，总有一天“毛毛虫”将破茧成蝶，翩翩地飞过美丽的河面。

本书在编写过程中参考了大量的文献资料，由于时间仓促，其中不乏不足之处。恳请读者批评指正。

编者



目录 contents

第一篇

在孩子成长过程中，父母的身份

- 1.1 父母是孩子成长的协助者 / 3
- 1.2 父母要营造一个理想的环境 / 6
- 1.3 父母要确定统一的教育观念 / 9
- 1.4 在教育孩子时，要宽严相济 / 12
- 1.5 父母如何对待犯错的孩子 / 16
- 1.6 爱不能进行交换 / 19
- 1.7 乱用权威，只会伤人伤己 / 22
- 1.8 尊重孩子的认知 / 25

第二篇

父母与孩子之间的爱

- 2.1 爱并痛着 / 33
- 2.2 爱是心灵的粮食 / 39

2.3 爱，源自内心 / 47

2.4 爱可以自我完善 / 52

第三篇 面对不同时期的孩子，你该怎么办

3.1 当孩子开始嫉妒时 / 63

3.2 当孩子孤僻时 / 67

3.3 当孩子自卑时 / 70

3.4 当孩子缺乏安全感时 / 74

3.5 当孩子多动症时 / 77

3.6 当孩子说谎话时 / 80

3.7 当孩子说脏话时 / 83

3.8 当孩子出现暴力倾向时 / 86

3.9 当孩子出现偷窃行为时 / 90

3.10 当孩子脾气暴躁时 / 94

3.11 当孩子处于青春叛逆时 / 97

3.12 当孩子过度依赖父母时 / 100

3.13 当孩子懒散时 / 103

第四篇 与孩子产生摩擦时，宽恕让家变得完整

4.1 父母为什么会发脾气 / 111

- 4.2 一个人的自尊很重要 / 117
- 4.3 如果爱我，就请让我独立 / 123
- 4.4 勇于承认，不遗憾 / 130
- 4.5 从容面对心灵的审判 / 136
- 4.6 学会原谅 / 142

参考书目 / 149

第一篇

在孩子成长过程中，父母的身份



本章主要内容

- 1.1 父母是孩子成长的协助者
- 1.2 父母要营造一个理想的环境
- 1.3 父母要确定统一的教育观念
-



1.1 父母是孩子成长的协助者

亲子关系诊所

长江后浪推前浪，一代新人换旧人。为人父母者，无不期望子女胜过自己，比自己生活得更幸福，也更有成就。子女是父母情爱的结晶，也是父母生命的延续。对子女寄予极大的期望，是很自然的，问题是如何把期望变成现实。在21世纪的今天，怎样做一个合格的父母，应该是每一对父母都必须思考的问题。

下面我们看一个案例：

“孩子最不听话了，你喊他往东，他偏要往西。”“孩子说大不大，说小不小的，怎么就喜欢和父母对着干呢？他以前真的很乖啊。”虎虎晚上一直守在电视机前，妈妈叫了很多次让他睡觉也没有用。妈妈劈头盖脸给他一顿臭骂，粗暴地关掉电视机。虎虎大哭了起来，怎么都不肯去睡觉。

虎虎妈妈这样的做法只能宣泄父母自己的情绪，在孩子对父母的认同方面没有一丝一毫的作用。聪明的做法是，告诉孩子：父母希望你早点儿睡觉，你不睡的话，父母也睡不着，因为父母为你担心，担心你明天上课





探寻父母心中的秘密：每个大人心里都住着一个小孩

没有精神。

孩子能体会到父母对自己的爱，也会愿意为这份爱管束一下自己。面对孩子的不好行为，父母完全可以用另一种方式来表达自己的情绪，比如直接告诉孩子，他这样的行为将给父母带来什么样的影响和感受。当父母不是一件简单的事，父母需要明确自己的身份，不能把孩子视为自己的延伸，一定要求孩子按自己的意愿成长。

亲子关系处方

父母的任务是协助孩子成长，而不是替代。父母协助孩子成长，有很多方法。

1. 忘掉父母的身份，记住自己的责任。

一般人总认为生儿育女是自然的，可以使父母有责任感，维持心理健康、保障婚姻，子女给父母的生命确立了意义和目标，也加深了父母对自我价值的肯定。子女也在有形无形中提高了父母的社会地位，在社交场合，有关儿女的种种情形，常是百说不厌的话题。认为子女是父母的私人财产，而没有将孩子看成一个有独立思想、行为的独立个体。因此，作为21世纪的父母应改变这一传统的观念，建立一种全新的育儿观。把孩子看做是一个有思想、有能力的人，建立一种平等、和谐、融洽的亲子关系。父母要做的不是改造孩子，而是影响他、感染他。

2. 不断学习。

作为父母——子女的第一任老师，应该要不断学习，更新自己的知识，以自身的行为潜移默化地影响子女，让子女建立“活到老，学到老”的学习理念。在自身更新的同时，接受新知识的过程中，与子女之间的代沟会不断地缩小，建立一种朋友式的关系。





3. 教育。

教给孩子思考问题的思路和方法。任何一个问题的解决方案都至少在3个以上，列出方案，寻找最好的。孩子如果习惯遇事先选方案，以后面对困难就不用担心了。

教会孩子准确表达情绪和感受。表达情绪是沟通的前提，情感上没有共鸣的话，父母说什么孩子都听不进去。当孩子成绩不好时，首先要认同孩子的情绪，其实他自己已经够难受了，要教会他表达，他是感到失败，感到没面子，还是感到自己笨？要让他说出来。





探寻父母心中的秘密：每个大人心里都住着一个小孩

1.2 父母要营造一个理想的环境

亲子关系诊所

父母既是孩子的启蒙者，也是孩子终生的老师，家庭的思想文化氛围，父母的品格、情操、言行举止、为人处世无时无刻不在感染和影响孩子的情感、追求和行为习惯，影响着孩子人生观、世界观的形成。要让孩子健康快乐地成长为一个乐观、有信心、有能力，与各种各样的人成功相处，能够达到自己定出的目标，对全社会有贡献，并且有美满的家庭生活的人，父母必须去创造理想的家庭环境。下面我们看一个案例：

文文一家三口，父母带着文文一个孩子。父母之间是夫唱妇随，教育孩子和声细语，多以身教来影响孩子。平日里除了工作之外，就是看报纸、读书。无论大事小事，父母之间能够共同协商，齐心协力，共同解决问题。遇到节假日，他们一家一起外出游玩。有空的时候，父母会讲《梁山伯与祝英台》、《孔雀东南飞》、《红楼梦》、《西游记》等给文文听，一句一句教他们的孩子学唱越剧，给孩子讲解做人的道理，很早就让文文懂得“成才先成人，成人必修身”、“爱人者，人恒爱之，敬人者，人恒敬之”的道理。后来，文文不负所望，接受了高等教育，工作的单位也非常令人羡慕，且凭着自己的能力很快得到领导的青睐，取得了较大的成就。





长期以来，中国父母对孩子身体的发育都给予了积极关注，而对孩子的心理需求则无暇顾及。对年幼儿童及其父母的研究也发现，中国父母可以为使子女睡得更舒适而不辞辛苦整夜不停地照料，却较少满足孩子的关爱、自尊、亲密等心理需求。其实，父母对子女的关爱行为应该是多维度、多内涵的，将自信与快乐、关爱与亲情传递给子女，才能给孩子一个健康的心态。

亲子关系处方

父母是孩子的第一任教师，为了子女的前途，父母们都用心良苦。而最后的结果常常不尽如人意，原因何在呢？这主要是由于他们爱孩子的方式不正确，营造良好的家庭环境，要从正确关爱开始。

1. 培养孩子爱人的品性。

一个人对生活的信心，对今后从事事业的忠诚，都来源于他对人充满爱心。而对人的爱，首先表现在对自己亲人的爱。孩子接触最多的是家里的亲人。为了培养孩子的爱心，家长必须创造一个和谐美好、充满爱意的家庭，让孩子从小就感受到亲人的情、亲人的爱。

尊重、爱戴长辈。孩子生活在一个和睦的家庭里，孩子的父母孝敬长辈、爱戴长辈，那么爱意将会在孩子心里萌发。因此，作为父母，每到长辈的生日时，可带着孩子给长辈送上一份精美的礼物；每逢长辈生病时，和孩子一起精心地照料长辈。

夫妻之间恩爱相处。谁都知道一个争吵、打骂不休的家庭或离异的家庭对孩子的成长没有好处。夫妻之间互爱互帮，相敬如宾，可让孩子在父母营造的爱的氛围中健康地成长。

把“理智的爱”献给孩子。马卡连柯说过：“没有父母的爱所培养出





探寻父母心中的秘密：每个大人心里都住着一个小孩

来的人，往往是有缺陷的人。”父母不仅在生活上、学习上要关心孩子，更重要的是要爱护孩子幼小的心灵，给孩子更多的尊重和信任，让他从小懂得平等、友爱。当然，这种爱不是偏爱、溺爱，而是具有“理智的爱”。

2. 不要用太多规矩限制孩子的自由。

要让孩子去做他自己喜欢做的事。如果你有所顾虑，就用“共同决定”的方法诱导他。例如，孩子喜欢玩计算机，不要说“不准”，告诉他，如果功课做完了就可以玩，但是一周只能玩两个小时。把每一个“否定”变成“机会”，把自主权从父母身上转移到孩子身上。

3. 不要惩罚失败。

可以惩罚懒惰、依赖、逃避、不负责任等不良行为，但是不要惩罚失败。失败是学习最好的源泉，惩罚失败可能会挫伤孩子创造的动力。如果父母只想要孩子避免失败，会有两个不好的后果。

第一，就是孩子可能会为了怕失败只去追寻那些很简单的目标，不敢自我挑战，把自我的目标定得太低。第二，他可能认为失败是一种惩罚，是羞愧的事情，甚至失败了不承认，或是无法从中吸取教训，这是相当可惜的事情。

4. 不要说教。

如果孩子相信了父母的说教，他可能失去判断力，如果孩子不相信说教，他可能叛逆，或不信任父母。不要过多地插手孩子的事务，剥夺孩子自己的选择权，不要觉得自己为孩子安排的路是通向成功最直的路，孩子只能服从。





1.3 父母要确定统一的教育观念

亲子关系诊所

为了孩子能在今后的生活中早些独立，父母在孩子的养育方面，每个人都有一套想法。但有时因为观念的不同，也会导致夫妻之间出现矛盾，甚至会出现家庭的不和谐。

下面我们看一个案例：

王女士发现，丈夫对女儿的迁就简直到了令人无法容忍的程度。而她则恰恰相反，买东西要看有没有必要，若是乱花钱，她坚决不同意，孩子买东西经常只找爸爸，瞒着妈妈。有时孩子在家犯了错误时，她一批评，丈夫当着孩子的面护短：“有话好好说，何必大声嚷嚷？”时间一长，孩子摸透了他俩的脾气就常常说谎，讨好爸爸，欺骗妈妈。

爸爸当好人，妈妈当恶人，教育孩子的方法总是不一致，这也是频繁的家庭战争的根源。在这样的环境下，孩子变得越来越骄横不讲理。在家庭里，教育子女是父母的共同责任。但是，在履行这一责任的过程中，时常会发生种种矛盾。其中最明显、最突出的就是父母教育孩子的口径不统一。





探寻父母心中的秘密：每个大人心里都住着一个小孩

孩子出现一定的行为后，如果父母一致肯定或否定，他就会知道自己正确与否，并学会在新的环境中继续或停止、改正这种行为，从而发展自我控制能力。因此，要想教育好孩子，就要学一学科学知识，掌握科学的教育方法。家庭中，由于生活背景、受教育情况等方面的不同，对待很多问题往往不能形成完全一致的看法，这是很正常的。在育儿观念上，不要单纯地固执己见，简单地否定对方，而应该一起找到一个最为科学的方法。

特别是对孩子，父母最好不要在他们面前流露出不和谐的气氛。而且父母的价值观要准确，要与社会传承的传统的美好品德相吻合。最好的办法是，在意见不统一的情况下，先无条件地听其中一方的，另一方的意见暂时保留，千万不要当着孩子的面去争个高下。之后，父母双方另找时间就此意见好好商量得出一个统一的结论，以后就按这个商量得出的结果去做。

亲子关系处方

既然父母之间的分歧是客观存在的，也是难以避免的。那么，父母之间一时产生分歧，又该如何来处理呢？

1. 孩子在场时要尽量避免正面冲突。

尽管对方教育孩子失当，也不要轻易指责对方，指责从来不能使人心悦诚服。特别是孩子在场时，夫妻双方都有一种要维护自己的尊严和权威的心理需要，简单的指责除了会引发彼此间的“战争”，不会有别的收获。因此，当孩子在场时，彼此一定要克制。少一分正面冲突，就会少一分对孩子教育的负面影响。

