

家有性情儿

～ 如何养育一个与众不同的孩子 ～



RAISING YOUR SPIRITED CHILD

[美]玛丽·S·柯辛卡 / 著



群言出版社

Qunyan Press

家有性情儿

～ 如何养育一个与众不同的孩子 ～

RAISING YOUR
SPIRITED CHILD

[美]玛丽·S·柯辛卡 / 著



群言出版社

Qunyan Press

图书在版编目 (CIP) 数据

家有性情儿: 如何养育一个与众不同的孩子 / (美) 柯辛卡著; 宋苗译.
—北京: 群言出版社, 2012.4

ISBN 978-7-80256-267-7

I . ①家… II . ①柯… ②宋… III . ①亲子关系—家庭教育
IV . ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 013688 号

Copyright ©1991, 1998 by Mary Sheedy Kurcinka. This Simplified Chinese edition published by Qunyan Press with the arrangement of HarperCollins through Andrew Nurnberg Associates International Limited. All Rights Reserved.

北京市版权局著作权登记号 01-2007-2613

家有性情儿

出 版 人 范 芳
责任编辑 陈 丹
出版发行 群言出版社 (Qunyan Press)
地 址 北京市东城区东厂胡同北巷 1 号
邮政编码 100006
网 站 www.qypublish.com
电子信箱 qunyancbs@126.com
总 编 办 010-65265404 65138815
编 辑 部 010-65276609 65262436
发 行 部 010-65263345 65220236

经 销 全国新华书店
读者服务 010-65220236 65265404 65263345
法律顾问 中济律师事务所
印 刷 北京领先印刷有限公司

版 次 2012年4月第1版 2012年4月第1次印刷
开 本 150 × 225mm 1/32
印 张 10
字 数 300千字
书 号 ISBN 978-7-80256-267-7
定 价 29.80元



[版权所有，侵权必究]



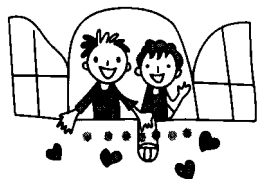


前言

欢迎您选择并阅读这本养育孩子的书。我是玛丽,你们的向导,我是一名持有执照的育儿教师,同时也是一名家长,我也养过一个性情儿(现在已长成一个小伙子)和一个精力旺盛的女儿(已是一位年轻姑娘了)。在“性情”的支撑下,我陪伴他们度过了青春期,得以在此为你们讲述这个故事(这段时期其实乐趣无穷,但那是另外一个故事了)。从1976年起,我就开始为明尼苏达州的家长们讲授育儿课程。现在得益于这本书获得的热烈反响,我开始在全国乃至全世界范围内教授这些课程。

我从未想到这本书会成为父母的一本枕边书,但是家长们告诉我实情确是如此。他们在来信、电话和个人评论中把这本书称作他们的“生存圣经”,还告诉我,他们总是把这本翻旧了的书放在手边,以便随时查阅或通读。这本书就像一位老朋友一样,在最需要的时候为他们提供指导和支持。

很多人是在朋友、邻居、亲戚、儿科医生,或是商店里的陌生人的推荐下购买了这本书(一



些人最初不太乐意接受这样的指点)。还有些人完全是自己发现了这本书,在书店的书架上或在他们学校的书桌上,这本书的标题一下子跃入了他们的眼帘。他们告诉我,看到自己的孩子如此符合这本书的描述对象,令他们感到震惊。上千名家长曾经问我是否见过他们的孩子,或者是否在他们家里安装了隐藏摄像机。事实上,我只是倾听了和我一起合作过的以及在我的课堂上遇到过的家长们所讲述的故事,并且从中总结出令我们感到担忧和头疼的共同问题。身为性情儿的家长,在面对种种挑战时,我们并非孤身奋战,只是有时会感到无助。

1984年,当我设计了一个名为“性情儿教养指南”的新课程时,从未想过将会发生什么事情。在第一堂课上,我介绍了关于儿童发展、个性特点及沟通的最新研究结果。我们仔细分析了这些研究结果,把它们分解成不同的部分,并且就孩子的穿衣、就寝或食品杂货店里的摩擦制定了一些策略。通过分享我们的故事,我们使彼此有机会了解各自的家庭、学校和社区。在那些令我们愤怒或烦恼的事情上,我们发现了一些共同之处。我们分享各自的家规,讨论哪些教养方法有效,哪些无效。我们了解到每个人为了与我们的性情儿建立起健康的关系都做出了哪些努力。

不得不承认的是,我最初开设这门课程是出于某些自私的原因!因为我需要同这些家长聊一聊,他们知道与这样的孩子生活在一起时的感受——这些孩子会因为袜子上的接缝磨疼了脚,或是当你打开了门,而他们原本想要自己把它打开时哭喊上半个小时,这类儿童宁死也不愿自己的要求遭到拒绝。现有的育儿书籍对这类儿童的描述都是一些可怕的负面词语——我不愿接受的词语。

幸运的是,现在情况有所改变了。在我家墙上,挂着《职业妇女》(Working Mother)杂志上的一篇文章,还镶着镜框。文章的标题是:“难养型性情儿”。

其中“性情儿”是红色的手写体,“难养型”一词则被一条粗重的黑线删去。这使我惊讶地意识到,过去用来描述这些特殊儿童的词语终于被更改了。在很多人看来,探讨用什么样的词语来描述儿童似乎是

个愚蠢可笑、多此一举的行为,但研究显示,我们的期望和态度会严重影响我们对待孩子的方式。用来描述儿童的词语确实会为我们带来影响。实际上,它们会使我们表现出不同的行为——对孩子更加友善,给予更多的支持和教益——这样一来也会使孩子成长得更好。最重要的是,家长们告诉我,他们一旦把自己的孩子看作“性情儿”,并且认识到,情感强烈、敏感、意志坚定和知觉敏锐这些特点都是我们在成年人的世界中所珍视的品质,他们与孩子之间的关系就得到了完全的改善——非常积极的改善。家长们还说,从这个对“性情”的新观点中受益的不仅仅是他们的孩子。一个意想不到的收获是,他们对自己以及自己的父母也有了新的理解。正如一名家长写道,“时至今日,我一直想要弄清自己是哪里出了问题。为什么我与其他人不同?现在我知道了,我是一个性情人。我是正常的。只是有着一些超乎常人的特点,而我教给孩子的那些技巧和方法对于我自己也同样适用。”

就这样,令我倍感惊讶和欣喜的连锁反应发生了。家长们不仅为自己买了《家有性情儿》,而且还为那些与他们孩子的生活息息相关的其他成年人买来了这本书。他们将这本书推荐给一些朋友,这些朋友的孩子有着注意力缺失的问题,有些孩子实际上被误诊了,他们还将这本书介绍给其他的人,这些人发现书中的信息对于他们孩子的医疗起着极为重要的补充作用。还有些人把这本书当作送给新生儿家庭的标准礼物,因为他们认为所有家长都能从这些信息中获益,不论他们的孩子是不是性情儿。

随着这本书的广为流传,人们开始纷纷询问书中描述的关于性情儿的课程。现在,你可以在与本书配套的练习手册中看到这门课程中的所有练习,此外,手册中还有更多的教育案例,目标对象从婴儿到青少年。你可以同时阅读这两本书,或者先读本书,再读指导手册,你也可以把这两本书都放在手边,在你感到孤立无援的时候向它们寻求帮助。

《家有性情儿》是以最新的性格发展研究作为基础。研究者仍然无法断定我们的性格中有多少取决于遗传因素,有多少是环境影响使

然。最可靠的观点是认为性格是这二者结合的产物。我所做的就是选取最可靠、最著名的研究结果,将其在家长中间进行“测试”,不是用科学的、理论化的方法,而是用切合实际的,“最有意义的”方式。有什么方法能使我们更好地了解我们的孩子,更多地关注他们的优点?有什么方法能够减少每天加诸在我们身上的各种需求?本书中包含了最实用的理论和技巧。你要把它们当成指导方针,而不是一般的知识。从中选择适合你的,舍弃其余的。只有你才真正知道自己和孩子需要什么。

最后,你需要了解《家有性情儿》的座右铭:

追求进步,而非追求完美

身为一名家长,与孩子建立一种健康的关系是一个永无止境的过程。这期间会有美好的时光,也会有烦恼的日子。将追求进步作为我们的目标,不必等待一个朦胧不明的结局。我们可以把每一次理解看作一种收获,每一次权力斗争当作小小的失败,每一次亲密拥抱当成一次胜利。我们要善待自己,愉悦地享受平静的时光和体现“育儿工作伟大之处”的时刻,即使这并不是完美的一天。我们可以原谅自己每次因挫折而恼怒或因愤怒而爆发,并认识到尽管我们不能辱骂他人,但我们也是凡人。进步是需要时间的。态度的改变,现有技能的强化,以及新技能的学习也不会发生在旦夕之间。这就是为什么我们需要计数每次的小小胜利。幸运的是,这些小小的胜利就像湿润、粘着的雪花一样:它们可以滚成雪球。将它们汇聚到一起,就可以建立一种快乐、健康的关系。快端起一杯咖啡、茶,或是你喜欢的任何东西,开始发掘养育性情儿的“秘密”吧!希望你也能找到一位新“朋友”。

祝你们阅读愉快!

PART I 了解性情 / 1

Chapter 1 什么样的孩子是性情儿 / 2

他可能会令你疼爱备至,也会令你倍感挫折;他是焦虑的来源,是一个永远难以解开的迷——这就是我的性情儿。

——戴安(两个孩子的母亲)

Chapter 2 让性情儿立足于自身优势而成长 / 10

当我还是个小男孩时,他们叫我“说谎者”,但是现在我已经长大了,他们叫我“作家”。

——艾萨克·巴舍维斯·辛格

Chapter 3 是什么原因造就了性情儿 / 19

这是一个走入我生命的人,一个有血有肉的人,不是一个由程序控制的机器人,也不是一块供我尽情书写的空白石板。这个人用他自己的方式和我谈话,诉说着他的爱憎——通常用一种异常洪亮而苛求的声音。

——苏(3个孩子的母亲)

Chapter 4 与孩子保持默契配合 / 40

我们每个人都在以不同的方式发光,但这丝毫不会减弱我们的光芒。

PART II 顺应性情 / 47

Chapter 5 外向与内向型孩子 / 48

真正使我有领悟的是,我认识到,当我独自在家照顾孩子时,仅仅一个电话、一个与其他成年人交谈的机会,就会使我再生出几个小时的耐心。

——卡特里娜(3个小孩的母亲)

Chapter 6 情感强度:疏导性情儿强烈的反应 / 70

我不知道自己为什么会走极端,不是太高就是太低,没有中间地带。

——比利·乔(Billy Joel)

Chapter 7 坚定的意志:选择你的战役 / 92

坚定不移与顽固不化之间的区别在于,前者源自强烈的意志,而后者源自强烈的反意志。

——霍华德·沃德·比彻(Howard Ward Beecher)

Chapter 8 敏感性:了解他们的感受 / 118

对于一个能够感觉到圆筒短袜上的“接缝”,并拒绝穿它们的孩子,你应该怎么办呢?

——科琳(3个孩子的母亲)

Chapter 9 性情儿容易分神且知觉敏锐 / 129

我们能够处理你的电话,我们只是不想这样做。

——齐格(Ziggy)

Chapter 10 适应性:让过渡变得轻松一些 / 142

过渡就像一种病毒,它们是破坏我们生活的小东西。

——林恩(两个孩子的母亲)

Chapter 11 规律性、精力、第一反应及情绪 / 156

他拥有全部这些特点,难怪我会这么累!

——玛莎(3个孩子的母亲)

Chapter 12 发脾气;寻找触发点 / 177

我的祖母告诉我,过去我总是会到门廊上发泄一番,她把这称作“情感风暴”。

——内奥米·贾德(贾德二人演唱组合成员)

PART III 与性情为伴 / 191

Chapter 13 预测并防止麻烦的产生 / 192

我从未想过为成功制定计划,我只是为如何活下去担忧。

——凯特(一位孩子的母亲)

Chapter 14 就寝问题与夜间醒来 / 207

孩子应该在9点钟上床……你最好从6点开始准备。

——“Crankshaft”

Chapter 15 吃饭问题 / 224

你绝对不能替他把早餐麦片从架子上拿下来。如果你这样做,就不得不再把它放回去,让他自己拿下来,否则他就不肯吃。

——玛莎(4个孩子的母亲)

Chapter 16 穿衣服 / 239

你会一如既往地爱我,还是会因为袜子而与我疏远?

——戴夫牧师

PART IV 性情的教化 / 255

Chapter 17 与其他儿童和睦共处 / 256

妈妈,你认为你能把她教育好吗?

——梅甘(性情儿的姐妹)

Chapter 18 节假日中的热点 / 271

如此生动,如此敏捷。我立刻就知道,这一定是圣诞老人。

——克莱蒙特·克拉克·摩尔(Clemont Clarke Moore)

Chapter 19 在学校取得成功 / 288

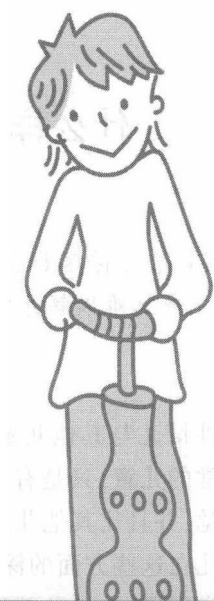
我不想让他被别人“议论”,我希望他受到大家的喜爱。

——凯茜(两个孩子的母亲)

Chapter 20 我家花园里的玫瑰 / 305

每当我拿起一朵玫瑰,似乎只感觉到它的刺……

——比利·乔



PART I

了解性情

Chapter 1

什么样的孩子是性情儿

他可能会令你疼爱备至，也会令你倍感挫折；他是焦虑的来源，是一个永远难以解开的迷——这就是我的性情儿。

——戴安(两个孩子的母亲)

区别性情儿与其他儿童的关键，我们可以用“更多”一词来描述。他们是正常的儿童，只是有着更多的强烈情感、执着的精神、敏感性和敏锐的知觉，并且比其他儿童更讨厌变化。所有儿童都具备这些特点，但是性情儿在这些方面的深度和广度上超过了其他儿童。在一个满是橡皮球的房间里，性情儿就像是超级弹力球。其他孩子能够弹离地面三英尺高，而性情儿的每次弹跳都会冲向天花板。

身为性情儿的家长，个中滋味难以言表，答案总是变幻不定。每一天，甚至每一个时刻，情况都有所不同。在几秒钟之内，你的心情从愉悦的高峰坠入愤怒的低谷，而且一天会发生 10 次，这样的感受要如何描述？在早晨 8 点钟，你的“感觉”会告诉你，这将是愉快的一天，还是可怕的一天，这样的情形又怎能解释得清？

有时候，情况好得无以复加。你会在温暖的依偎和热情的亲吻中醒来。他会站在小狗跟前，用有趣的滑稽动作吸引你的目光，他手里藏着一只粘了花生酱的小刀，问道：“苏西是不是个坏姐姐？”狗专注地听着，他的手像魔法棒一样略微上下移动，狗鼻子也随着花生酱的气味上下移动，就像在点头表示同意。这样的场景会令你忍俊不禁。

从他的嘴里会说出意味深长的话，远比他这个年龄的孩子所说的话更为成熟、睿智。他会记得你久已忘却的经历，还会拉着你到窗边欣赏钻石般凌驾于空中的彩虹。在这样一个愉快的日子里，身为一个性情儿的家长，你一定会感到惊异、哑然、美妙、滑稽而又有趣，其间还穿

插着诸多闪光的时刻。

而那些可怕的日子就截然不同了。在这些日子里,你对于能否再与他相处一天都失去了信心。在这样的時候,你甚至无法让他穿上袜子,你对他所说的字字句句都是斥责之辞。当你端出了金枪鱼焙盘,而非如他所愿的炸玉米卷时,这一无事的举动顿时会激起一场风暴。当你意识到,在5年之中,你与孩子在公共场所发生的争吵比大多数家长一生中经历的还多时,身为一名家长,你很难产生良好的感觉。

你感觉疲惫不堪,精力耗尽,觉得自己太老了,再也应付不了这样的生活,即使你在孩子出生时才只有二十几岁。你很难喜爱一个在晚上让你无法入睡、在购物中心使你难堪丢脸的孩子。

在这些可怕的日子里,身为一个性情儿的家长,你会感到茫然、沮丧、疲倦、艰难,甚至想要犯罪。你会想,是不是只有你有这样的孩子,你会心怀恐惧地琢磨,如果在孩子还小的时候想不出对策,到了他十几岁的时候,你将会陷入怎样的深渊。

性情儿在胎中便与众不同

你可能在十月怀胎的时候就开始感觉到,这个孩子不同于其他孩子,正常,但是与众不同。他可能会在你腹中大肆施展拳脚,令你从怀孕6个月起就睡不着觉。你可能毫无察觉,直到孩子出生的时候,育儿室的护士们惊愕地摇着头,祝你好运。也许,你会在几年之后才发现他的特殊之处。最初你可能以为所有的孩子都是如此。随着第二个孩子的降生,你可能会“突然醒悟”,因为这个孩子在家庭聚会的时候熟睡不醒,而不是尖声大叫,她会让你给她穿上带花边的衣服,而不会撕扯它们。或许,你嫂嫂的孩子的降生会使你有所觉悟,这个孩子可以被放在任何地方,很快就能睡着。你的嫂嫂骄傲地微笑着,似乎在夸奖她做得对,而你的孩子仍然在上窜下跳,引得一屋子的人都将目光投向你的身上,仿佛在发出无声的谴责:“你的孩子怎么回事?”你的直觉会让你反抗这些目光和谴责,你心里知道,也相信,这是一个比较令父母头疼的孩子。但是你不能确定自己的想法是否正确,即使正确,你也不知道原因何在。

“性情儿”的特点

以前,你可能没听说过“性情儿”这个词。那是因为这个词是我发明的。在1979年,当我的儿子乔舒亚出生的时候,还没有任何关于性情儿的课程或书籍。实际上,在我所能找到的关于他这类孩子的信息中,所见到的描述性词语是“难养型”、“个性超强”、“顽固”、“母亲的克星”,或“淘气阿丹^①”。正是那些“愉快”的日子促使我开始寻找一个更好的词语来描述他。在那些日子里,我意识到,这个会令我丧失理智的孩子拥有一些性格特点,而一旦你了解了这些特点,并对其善加引导,就可以把它们转化成优点。

韦氏字典上对“性情的”一词定义如下:活泼、富于创造性、敏捷、热情、充满活力和勇气、有着过分固执的性格。性情的——这个词令人感觉良好,听起来也很不错,能够表现出这些儿童令人振奋的潜质,同时也真实地体现出他们的父母所面临的挑战。当我们把自己的孩子看作性情儿,就使他们和我们自己都看到了希望。它使我们把目光集中在他们的优点而非缺点之上,这不是另外一个分类标签,而是一种增进理解的工具。

每个性情儿都是独特的,但他们都有一些区别于其他儿童的性格特点,明显地体现在“更多”这两个字上。不是所有的性情儿都会全部具备以下5个性格特点,但他们都会在很大程度上表现出这些特点,这足以使他们显得与众不同。

1. 强烈的情感——声音洪亮、行为夸张的性情儿是最容易区分的。他们不像一般儿童那样哭泣,而是尖声喊叫。他们在游戏时、嘻笑时,甚至淋浴时都会发出响亮的声音,他们会一边洗澡一边扯开嗓门唱歌。

但是性情安静、善于观察的儿童也有可能是性情儿。他们会在做任何事情前先对形势进行分析,似乎是在为每一步行动制定策略。他

① Dennis the Menace,一部电影名——译注。