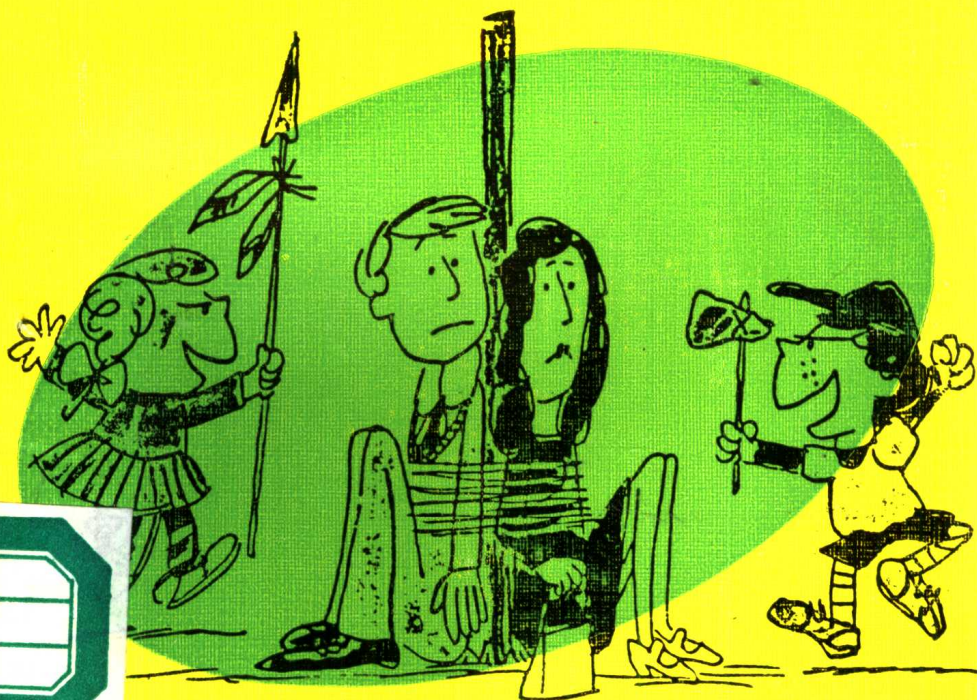


怎样与你的孩子休战

● 解决子女日常问题的实用指南

〔美〕唐·弗莱明 琳达·巴拉欧提斯 著



G78
144
2.

怎样与你的孩子休战

——解决子女日常问题的实用指南

〔美〕唐·弗莱明 琳达·巴拉欧提斯 著

吴 思 赵孟吉 胡丽娟 译

中国社会科学出版社

(京) 新登字 030 号

责任编辑: 叶南奇
责任校对: 林福国
封面设计: 谭国民
版式设计: 李玲玲

怎样与你的孩子休战

Zenyang yu Ni de Haizi Xiuzhan

(美) 唐·弗莱明·琳达·巴拉欧提斯 著

吴 思 赵孟吉 胡丽娟 译

*

出版
中国社会科学出版社
发行

新 华 书 店 经 销

太 阳 宫 印 刷 厂 印 刷

787×1092 毫米 32 开本 6.875 印张 2 插页 131 千字

1992 年 2 月第 1 版 1992 年 2 月第 1 次印刷

印数 1—3 000 册

ISBN 7-5004-0978-8/G·24 定价: 3.50 元

译 序

我的女儿三岁半了，极能折腾，我们叫她“橡皮猴”。让“橡皮猴”上床睡觉确实如同一场战斗，我们俩口子加在一块刚刚与她战个平手。译这本书的时候，我顺便学了几手软硬兼施的招数，试了几次果然灵验得很。于是，书译完了，我也俨然坐稳了家长的宝座，尝到了垂涎已久的父道尊严的滋味。

我的女儿从小就馋得要命，看见什么都敢往嘴里塞。有一回她硬要吃辣椒，我们就让她痛痛快快地来了一口。从此，只要说一声“辣！”她就立刻像化了一样，怎么摆弄怎么是了。渐渐地我们又觉得于心不忍，本来吃辣椒也是人生的乐趣之一，总该让孩子别再怕辣才好。经过了反复试验和多次失败，我又在这本书中得到了启发，几句甜言蜜语就说得女儿皱着眉头咽下了一口辣椒，而且至今还四处宣称她不怕辣。

本来译者不该多嘴，不过这几件小事实在我这个当父亲的感到得意，忍不住要写下来——但愿诸位读者也有机会得意一番。

吴 思

1989年1月7日

Ft26/07

目 录

译序	(1)
引言	(1)
做父母的职责	(3)
怎样使用这本书	(5)

第一篇 管教

一 无效管教种种	(9)
父母们为何管教孩子	(12)
化消极对抗为积极合作	(13)
理解成年人和孩子的不同想法	(15)
观察父母的行为	(18)
二 解开父母与孩子之间的疙瘩	(26)
三 父母在管教上的差别	(36)
父亲的角色	(42)

第二篇 家中的行为

四 每日常规	(47)
早晨的行为	(47)
吃饭时的行为	(49)

打电话时的行为·····	(51)
家务劳动·····	(53)
睡觉时间·····	(55)
专用时间·····	(58)
电视·····	(60)
家庭作业·····	(62)
五、与他人交往·····	(66)
家中来客·····	(66)
与客人相处的一个具体问题·····	(70)
家中的亲人·····	(71)
临时保姆·····	(74)
兄弟姐妹的行为·····	(78)
兄弟姐妹与来访的朋友们·····	(82)
六、家庭中的其他问题·····	(85)
隐私·····	(85)
与性有关的行为·····	(86)
手淫·····	(91)

第三篇 户外举止

七 公共场所的举止·····	(95)
在商场·····	(95)
在饭馆里·····	(98)
医生和牙医·····	(101)
八 乘车时的举止·····	(105)
送车·····	(108)

驾车长途旅游·····	(112)
九 邻居家的孩子们·····	(115)

第四篇 反社会行为

十 撒谎·····	(123)
十一 偷东西·····	(130)
十二 打人·····	(134)
十三 说脏话·····	(138)

第五篇 孩子的感情问题

十四 与孩子有关的危机·····	(145)
疾病·····	(146)
死亡·····	(148)
离婚·····	(151)
处理好离婚后的反感·····	(152)
十五 要允许感情的流露·····	(155)
令父母焦躁不安的情绪·····	(155)
生气·····	(156)
哭泣·····	(158)
啜泣·····	(161)
发脾气·····	(163)
攻击性发脾气·····	(165)
出言不逊·····	(167)

第六篇 琐事种种

十六 儿童的胆小·····	(173)
---------------	-------

稍小点的孩子·····	(173)
大一点的孩子·····	(175)
十七 上厕所·····	(177)
白天尿裤子·····	(181)
夜间尿床·····	(183)
十八 孩子不听话·····	(187)
十九 著名的“为什么”·····	(189)

第七篇 补遗

二十 不可思议的“正常”行为·····	(195)
二十一 父母们共存的疑问·····	(202)
结束语·····	(210)

引 言

什么？又一本谈做父母的书？你大概会想：“这种书还少么？在这方面难道还有什么该读的东西我们没有读么？”不错，谈做父母的书确实挺多，大多数也提出了一些很高明的建议，但是有些书至少有点过时。

不过，在你读这本书时，我仍然假定你胸中无数。尽管你已经从不同的途径得到了无数有益的指点，你的孩子却总能给你出点离谱的难题，出乎你的意料。你会想：“怎么回事？这与第46号情况不一样啊？”无论你准备得多么充分，你的孩子老是赢！这说不定会使你相信他也在专攻作父母的学问，没准儿他还参加“怎样给父母出难题”研讨会呢！

这是一本为普通父母写的书，无论是单身的还是有一个完整家庭的父母。如果你与自己的孩子在某些具体看法或日常行为方式上——如去商场买东西、上床睡觉或收拾玩具等，经常打得没完没了，难解难分，那么，这本书就是为你写的。^①书中介绍了逐步解决矛盾的办法。本书没有论述深

① “经常打得没完没了”之类的说法，可在北方城市居民的日常交谈中听到，实际不是指真的打架，而是指双方争执、争吵。——译注

奥的儿童心理问题，我们只想向为难的父母提供一些对付常见困境的实用建议。另外，本书对于教师和其他从事与父母们有关的工作的人员也将有所助益。

挫折受多了，可能会使你产生一种从家里逃开的强烈愿望。但是你并不蠢，并不坏！陷入与孩子的持久战中，自然就会产生矛盾心理，感到愤怒与受挫。

你或许还要问本书与其它谈作父母的书有什么区别。让我们看看四种不同的教育孩子的基本方式，并且考察一下它们的长处和不足吧。

发展心理学方式 发展心理学告诉我们在儿童成长的不同阶段上可以期望些什么。以这种方法为基础写成的书，对于正常儿童成长的每个方面都能提供丰富的资料，诸如你的孩子应该在几岁开始自己上厕所，多大就不该吮大姆指了等等。但你怎么对付那个老在车里惹事的孩子呢？每次你带他出去，他总要跟自己的兄弟打一架，你拿他怎么办呢？对此那些书是无能为力的。如果你和自己 5 岁的孩子打得不可开交，你并不需要知道等到 8 岁的时候他会变得多么坏或多么好。

行为心理学方式 这种方式强调以奖惩方法改变行为。这种方式有其优越性，而且初看上去似乎与本书所介绍的方法差不多。行为主义方式的弱点是父母们过分依赖奖惩而缺乏感情。此外，父母不明白他自己的行为是怎样影响孩子的。采用行为主义的方式，条理会变得比亲属关系更重要。

严格管教方式 如今有许多流行的书籍提倡严格管教。

这在一定程度上是与宽容的方式相反的。这种方式的要点是父母真正当家作主，而且完全凭着强有力的管教让孩子明白这一点。不过，这种方式不容父母们灵活机动：要么严格，要么亲切而敏感，二者不可兼得。其次，更为严重的是这种方式看不到父母的行为对孩子所产生的影响。它不能使父母们以冷峻的眼光打量自己的行为方式，这种行为方式本身就可能使难题迟迟无法解决——即使你对孩子严加管教。

宽容的方式 采用宽容的方式，孩子的情绪是第一位的。父母们听到的教诲是，要与他们的孩子分享自己的感情，并且要对孩子的情绪保持敏感。对，感情确有其重要地位，但是一些倡导宽容方式的书籍却给人留下这样的印象：作为父母，你必须做的一切便是保持敏感和反映情绪。然后，好象变戏法一样，你的孩子再也不会象催命鬼似地满屋子哭了。太重视孩子的情绪容易导致孩子主宰一切。这种方式忽略了人类儿童的局限性，要不然就是忽略了父母的职责。必须让孩子懂得，有些时候他需要限制自己的情绪，恢复对自己的控制。

做父母的职责

做父母是世上最难干的活儿。大部分父母能够胜任地把握住这种职责的概貌，其中包括关心孩子的基本需要，帮助他们建立生活常规，使孩子感到父母的爱，让他们做些既好玩又能学到点东西的事，并且灌输一些价值准则。大多数父母满怀关切地尽了一切努力来做这些事，不过，有些父母不

知道怎样教会孩子举止得体，从而为他们将来的生活打下基础。这就需要你理解孩子的行为和情绪，一旦他干了出格的事，你也应当作出适当的反应。还要请你记住，如果你注意不到自己的行为对孩子有什么影响，你就不能引导孩子做任何事。这并不是说你必须反省自己或深感内疚，只是应该提高自觉水平。

如果你想改变孩子的行为，你必须有所侧重。把孩子培养成一个能干的人是件大事，比收拾厨房、上街买东西或独自呆会儿重要多了。要是你选择了前者，你首先要做的就是注意你与孩子之间的相互作用。

多年来我一直从事家庭顾问工作，也开过多次研讨会。我发现父母们经过指点能够明白他们怎么会陷入消极敌对的困境，也能够明白怎样从困境中解脱出来。本书将告诉你如何消除那些妨碍有效管教的行为，你将开始明白，你的想法与孩子的想法有许多区别。比如说，你出去下饭馆是为了轻松轻松，而你的孩子却把这看作一次新奇好玩的经历。

本书还要涉及日常生活中那些既没劲又令人沮丧的情况，你会看到怎样才能把你与孩子之间的别扭转变成一种积极的合作关系。我们要帮助你意识到自身的行为，帮助你学会控制自己。一旦你做到了这些，在困难面前你就不至于不知如何是好了。谈论管教的那一章可以向你提供一些切实可行的办法。

在书中，我还打算轻松地谈论一种严肃的观点，它对改善你与孩子的关系会有用处。当代生活方式的许多特点使如

今作父母更难了。离婚率上升、男女角色转换，这类因素似乎都在威胁着父母与孩子关系的稳定和安宁。不过也能找到一些堪称足智多谋的办法，问题还是可以得到妥善解决的。

跟做父母的人一起操心费力久了，我深感对他们遇到的种种困难不可等闲视之。许多父母本来非常能干，但他们仍然和孩子打得不可开交。他们觉得这种事很令人恼火。我是怀着对父母们的深切同情来写这本书的。我希望我拿出来的办法和范例能对他们有益，最终帮助他们卸下与孩子进行持久战的重负。

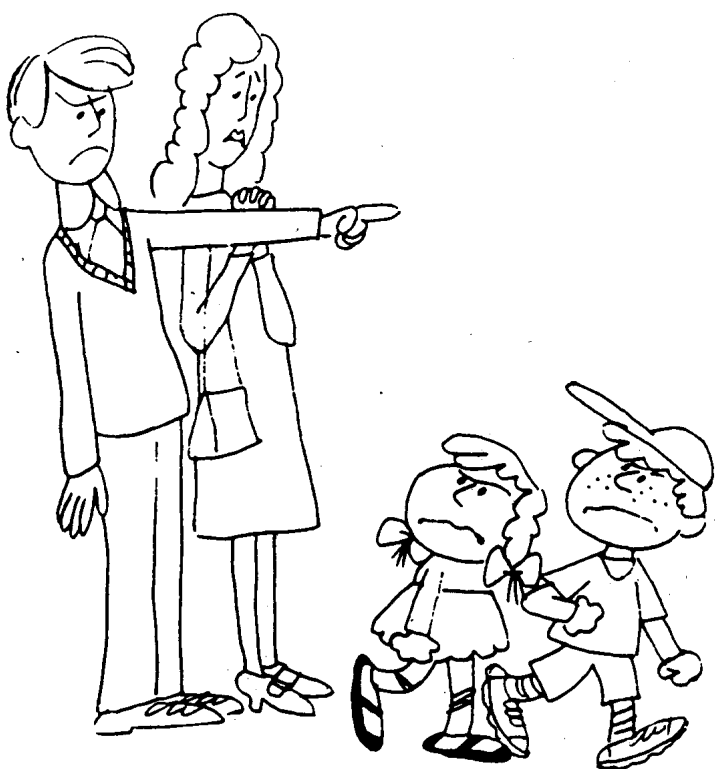
怎样使用这本书

尽管本书一步一步地列出了对策，它毕竟不是一本诊断，或处方集。我们的初衷是提供一种具体的办法，帮助父母们搞清楚问题的各种特殊类型。各个步骤的先后次序，各种惩罚办法和谈话方式均可按你的需要进行改编。有时你可能觉得我建议的惩罚办法不大对头，不适合你的情况，但我希望在你不知所措的时候，它们能启发你考虑考虑不同的方式，重新审视一下你与孩子关系的状况，看看你可以怎么做。本书中一些和孩子谈话的方式似乎反复出现，这是因为我们想让你懂得，许多情况虽然存在着种种差别，处理方式却是相通的。另外，这本书里不存在什么标准答案，所以请不必捧着它跟你的爱人说：“瞧瞧，我早告诉过你。”你们双方都应该活用这本书。

要是你的孩子病了，或是处于一种不寻常的压力之下，采用通常见效的惩罚办法有时会造成孩子行为的退步。遇到

这种情况不必犹豫，在孩子明显地恢复正常之前，只管限制惩罚办法的应用吧。在这种时候，你就该十分体谅孩子的情绪了。

第一篇 管 教





无效管教种种

一代一代地沉积下来，做父母的人们积累起一些管教孩子的“绝招儿”。运足了气大吼一声就是其中一种常用的叫孩子听话的老办法。哪怕它不灵呢，你总可以练练扩大肺活量，万一喊破了嗓子，你还能免去成年累月费口舌的麻烦。

一旦运足的气耗完了，你也发现吼几嗓子不管用了，你大概会采用吓唬孩子的办法：“你小子还敢闹？闹出事来我可不管！”一般来说这一招也不灵，因为你和你的孩子都未必知道所谓的“事”是什么。

再往下你就该发火了：“这孩子真叫人受不了！”如果这么说还不管用——的确不管用——你在走投无路之中会拣起一些古老的法子，虽然它们的效果也不怎么样。

不理睬战术：你整天生着闷气，故意显出一副默默伤心的样子，想使孩子感到内疚和不安。这种战术能让孩子稀里糊涂地感到担忧，但它并不是管教的办法。它的翻版是著名的“我不在乎”的表情，连续几个小时不看孩子一眼，回答问题时也用一种冷冰冰的、拒人于千里之外的腔调。

“你怎么敢这样对我讲话？”战术：这种战术包括挑起眉