

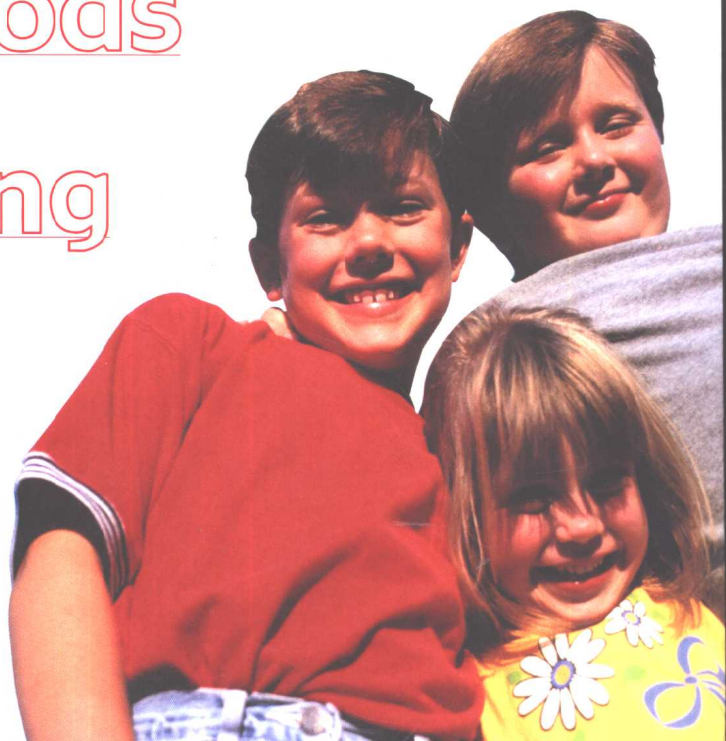
美国顶尖儿童教育家和模范父母的第一手方案

《我们教育孩子的观念》续篇

■ 邵夏珍 / 编著

我们 教育孩子 的方法

The
Methods
of
Raising
Your
Child



中国商业出版社

《我们教育孩子的观念》续篇

我们 教育孩子 的方法

邵夏珍 / 编著



中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

我们教育孩子的方法/邵夏珍编著. - 北京:中国商业出版社,2002.4

ISBN 7 - 5044- 4570 - 3

I .我… II 邵… III .家庭教育 IV .G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 02055 号

责任编辑 刘树林

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

各地新华书店经销

北京铁建印刷厂印刷

*

开本 880 × 1230mm 1/32 印张:15.375 字数:440千字

2002年5月第1版 2002年5月第1次印刷

定价:24.00元

*

(如有印装质量问题可更换)



The Methods of Raising Your Child

目 录

第一篇 了解孩子

- 1. 观察孩子的 9 个向度 (3)
 - ◎ 活动量 / 4
 - ◎ 规律性 / 5
 - ◎ 趋避性反应 / 6
 - ◎ 适应力 / 7
 - ◎ 反应强度 / 9
 - ◎ 情绪本质 / 9
 - ◎ 坚持度和专注力 / 10
 - ◎ 注意力分散度 / 11
 - ◎ 敏感度 / 12

- 2. 如何解决孩子的行为问题 (14)
 - ◎ 尽量配合孩子的气质 / 18
 - ◎ 对孩子的气质, 给予更多的谅解与宽容 / 19
 - ◎ 重新评估孩子的一般行为 / 19

- 约束、管教孩子 / 20
- 寻求帮助 / 20
- 3. 认真了解和对待孩子的情绪 (22)**
 - 主动倾听孩子内心的声音 / 23
 - 用想像力圆个不可能的梦 / 24
 - 检视父母的行为给孩子造成的情绪障碍 / 28
- 4. 尊重孩子 (31)**
 - 严厉粗暴百害无益 / 32
 - 辱骂、威胁、体罚遗害无穷 / 34
 - 恐吓会使孩子缺乏勇气 / 37
 - 开玩笑要适度 / 38
 - 吹毛求疵会使孩子难堪 / 39
- 5. 正确对待孩子 (41)**
 - 勿把孩子当大人 / 41
 - 孩子的要求要甄别 / 43
 - 孩子的话不可全信 / 44
 - 认真回答孩子的问题 / 45
 - 正确对待孩子的谎话 / 46
 - 努力克服孩子的自私行为 / 48

第二篇 如何有效地与孩子沟通

- 6. 如何更好地向孩子提问 (53)**
 - 让孩子对自己的行为有更清楚的认识 / 54

- ◎ 帮助孩子记住规则 / 54
- ◎ 让孩子做出积极的回应 / 55
- ◎ 让孩子与你合作 / 56
- ◎ 让孩子不只关心自己的利益 / 57
- ◎ 让孩子考虑行为的后果 / 57
- ◎ 将提问与直接交谈相结合 / 59
- ◎ 让你的孩子听取别人的意见 / 60
- ◎ 让孩子接纳你的观点 / 62
- ◎ 练习同一问题的转换方式 / 62
- ◎ 养成自问的习惯 / 64

7. 怎样使孩子与你交谈 (65)

- ◎ 诱导孩子与你交谈 / 66
- ◎ 参与孩子的活动 / 67
- ◎ 问孩子想谈些什么 / 68
- ◎ 玩交谈游戏 / 69
- ◎ 利用晚餐时间交谈 / 71
- ◎ 单刀直入式的交谈 / 74
- ◎ 做一个好的听众 / 75
- ◎ 创造良好的交谈气氛 / 78

第三篇 让孩子在生活中学习

8. 从鼓励中学会自信 (83)

- ◎ 帮助孩子达到目的 / 83
- ◎ 让孩子认清自己的责任 / 84
- ◎ 帮孩子实现梦想 / 86

9. 从宽容中学会耐心 (88)

- 向孩子讲明为何要等待/88
- 让心情平静下来/89
- 靠种养花草来了解时间的意义/90
- 尊重彼此的差异/91
- 融洽的家庭气氛/92

10. 从赞美中学会感激 (93)

- 不要吝惜赞美/93
- 透过赞美灌输价值观/95
- 真诚的重要性/96
- 让孩子重视自己/97
- 有限度的赞美/97

11. 从接纳中学会自爱 (99)

- 爱是无条件的包容/100
- 让孩子知道我们在乎/101
- 父母的以身作则/102

12. 从允许中学会喜欢自己 (103)

- 教孩子价值判断,建立自尊/103
- 学习争取同意/104
- 应把持的价值观/106
- 教孩子喜欢自己/107

13. 从赏识中学会行动 (108)

- 一步一步来/109
- 练习、练习、再练习/110

- ◎ 为目标而储蓄 / 110
- ◎ 帮助孩子达成目标 / 111

14. 从分享中学会感激 (113)

- ◎ 分享的开始 / 113
- ◎ 和孩子分享我们的所有 / 115
- ◎ 制造亲子相处时间 / 116
- ◎ 和比自己穷的人分享 / 117
- ◎ 分享的果实 / 117

15. 从诚实中学会真理 (119)

- ◎ 事实的真相 / 119
- ◎ 没有什么比说真话更重要 / 121
- ◎ 故事和谎言之间 / 122
- ◎ 善意的谎言 / 123
- ◎ 教孩子正直 / 124
- ◎ 将心比心 / 125

16. 从公平中学会正义 (128)

- ◎ 家庭里的公平 / 129
- ◎ 打开天窗 / 130
- ◎ 付出行动 / 131

17. 从关心中学会尊重 (134)

- ◎ 为别人着想 / 134
- ◎ 传达尊重的讯息 / 136
- ◎ 尊重每一个人 / 137
- ◎ 言出必行 / 138

18. 从保护中学会信任 (139)

- 相信孩子/139
- 做个可信赖的父母/140
- 可靠不是无聊/141
- 自信就是相信自己/142
- 对未来信守承诺/143

19. 从关爱中学会友善 (144)

- 每个人都是最重要的小螺丝/145
- 这是个居住地/145
- 家族聚会/147
- 每天都是庆祝日/148
- 让过去随风飘去/149

第四篇 培养身心健全的孩子

20. 培养健全的孩子 (153)

- 想象力/153
- 幽默感/154
- 创造爱的环境/154
- 多肯定孩子/155
- 让孩子知道他是独一无二的/156

21. 培育负责任的孩子 (158)

- 用健全、正确的权威对待孩子/159
- 教导孩子为自己的行为负责/159
- 拜生活为师/160
- 赋予孩子选择权/161

◎ 以行动取代言语 / 162

◎ 坚定立场 / 164

22. 称赞与鼓励 (166)

◎ 为孩子的自我印象作规划 / 166

◎ 如果处理失败? / 170

◎ 拥抱的力量 / 173

◎ 若没有关爱,孩子会枯萎 / 174

23. 父母相爱的榜样 (178)

◎ 建设让孩子健康成长的环境 / 179

◎ 爱的子弹随处都可发射 / 180

◎ 关爱与表达 / 183

◎ 每天都需要关爱 / 184

◎ 我爱你——孩子! / 185

24. 爱就是付出时间 (186)

◎ 孩子的请求 / 186

◎ 随时出现在孩子需要你的时候 / 188

◎ 他们会成为好父母吗? / 190

◎ 青春期孩子的需要 / 192

◎ 把“早知道”变成“下次” / 194

◎ 有意义地计划时间 / 195

◎ 早期几年非常重要 / 196

◎ “被弃”的后遗症 / 198

◎ 你的优先事务是什么? / 199

第五篇 培养孩子的钱商

- 25. 关于零花钱的问题** (203)
- 零用钱与家庭责任 / 204
 - 零用钱与学校作业 / 204
 - 零用钱与爱 / 205
 - 多少零用钱才适当? / 206
 - 零用钱的建议 / 206
 - 纠正孩子常犯的错误 / 209
- 26. 如何教孩子花钱** (212)
- 儿童花钱心理学 / 213
 - 训练花钱的游戏 / 217
- 27. 工作与金钱的关联** (220)
- 做家务事 / 222
 - 家庭以外的工作 / 224
 - 找寻工作的策略 / 226
 - 公众服务 / 228
- 28. 储蓄与投资** (231)
- 什么是储蓄? / 231
 - 三罐储蓄法 / 234
 - 养成一生的储蓄习惯 / 235
 - 从小猪储钱罐到银行 / 236

29. 帮助孩子成为聪明的消费者 (238)

- ◎ 小小消费者 / 239
- ◎ 以物易物：孩子复杂的消遣 / 242
- ◎ 孩子被骗钱与差一点被骗 / 243

30. 一对一：赠与的艺术 (244)

- ◎ 收礼的艺术 / 245
- ◎ 慷慨到出错 / 246
- ◎ 穷困的吝啬鬼 / 247
- ◎ 意识的培养：举例教导 / 248

31. 与金钱有关的道德问题 (249)

- ◎ 不当的借钱 / 249
- ◎ 夸耀、压力、嫉妒与恐惧 / 254

第六篇 成功父母的秘诀

32. 永远不放弃孩子 (259)

- ◎ 信心的基础 / 259
- ◎ 试验父母的信心 / 260
- ◎ 对人有信心，而不是针对行为 / 262
- ◎ 把对孩子的信心当武器？ / 264
- ◎ 运用信心的秘诀 / 264
- ◎ 乐观的父母信心更强 / 266
- ◎ 抛开过去的一切 / 268
- ◎ 让孩子拥有未来 / 269

33. 倾听孩子说话 (272)

- ◎ 孩子为什么要说话/273
- ◎ “竖起耳朵!”/274
- ◎ 持续的倾听/275
- ◎ 融合信心、关爱及倾听/276
- ◎ 成功的技巧/277
- ◎ 如何掌握所有的讯息/278
- ◎ 要比孩子有耐性/279
- ◎ 注意环境的舒适/280
- ◎ 运用经常性的事实检验/281
- ◎ 如何消除倾听的障碍/282
- ◎ 倾听模式与阶段/283

34. 生命是孩子的而不是父母的 (289)

- ◎ 确定自己真正的力量/289
- ◎ 让孩子独立/291
- ◎ 为人父母的收放准则/292
- ◎ 开放孩子的天空/293
- ◎ 安排从错误中学习的机会/295
- ◎ 操之过急的小孩/297
- ◎ 你无法替孩子活/298

35. 拥有自己的生活并和孩子分享 (300)

- ◎ 分享你的生活/301
- ◎ 家庭与职业的挣扎/301
- ◎ 时间的质与量/303
- ◎ 扮演好的示范角色/304
- ◎ 父母的影响力/305
- ◎ 行为示范的挑战/306

- ◎ 长期运用行为示范的秘诀 / 309
- ◎ 父母亲的坏习惯 / 311

36. 适可而止的谈心 (313)

- ◎ 不成功的表达模式 / 313
- ◎ 诉诸更高的权威 / 315
- ◎ 表达的秘诀 / 317
- ◎ 沟通：孩子与父母之间的桥梁 / 318
- ◎ 忙碌是为人父母的头号敌人 / 319
- ◎ 做个有适当回应的父母 / 320
- ◎ 简短温馨的话语 / 324
- ◎ 知道何时停止 / 326
- ◎ 消除惧怕孩子反抗的心理 / 327

第七篇 当孩子出现问题怎么办

37. 孩子太害羞，怎么办？ (331)

- ◎ “我不敢发问” / 331
- ◎ 问题的预防 / 332
- ◎ 问题的解决 / 332
- ◎ 需要信心的雪莉 / 334

38. 孩子交不到朋友，怎么办？ (336)

- ◎ “我的朋友都讨厌我！” / 336
- ◎ 问题的预防 / 336
- ◎ 问题的解决 / 337
- ◎ 没有朋友的米西 / 339

39. 孩子不懂礼貌, 怎么办? (341)

- ◎ “才没有人管你有没有礼貌呢!” / 341
- ◎ 问题的预防 / 341
- ◎ 问题的解决 / 342
- ◎ 吃饭不雅的恰克 / 343

40. 孩子对“性”好奇, 怎么办? (345)

- ◎ “我不过想知道她长什么样, 又没有做坏事!” / 345
- ◎ 问题的预防 / 345
- ◎ 问题的解决 / 346
- ◎ 这就是“性”吗? / 347

41. 孩子说谎, 怎么办? (349)

- ◎ “我不敢说实话!” / 349
- ◎ 问题的预防 / 350
- ◎ 问题的解决 / 350
- ◎ 真实的艾美 / 351

42. 孩子有坏习惯, 怎么办? (353)

- ◎ “我试了呀, 可是还是会咬手指甲!” / 353
- ◎ 问题的预防 / 353
- ◎ 问题的解决 / 354
- ◎ 折手指 / 355

43. 孩子偷窃, 怎么办? (357)

- ◎ “我想要, 就拿啦!” / 357
- ◎ 问题的预防 / 358
- ◎ 问题的解决 / 358
- ◎ 抓小偷 / 360

- 44. 孩子爱取笑别人, 怎么办? (361)**
- ◎ “你有没有看到杰夫今天穿的内裤? 笑死我了……”/361
 - ◎ 问题的预防/361
 - ◎ 问题的解决/362
 - ◎ 不好笑的笑话/363
- 45. 孩子欺负人或被人欺负, 怎么办? (365)**
- ◎ “假如他很烂, 就表示我很好!”/365
 - ◎ 问题的预防/366
 - ◎ 问题的解决/366
 - ◎ 强中自有强中手/368
- 46. 孩子不守校规, 怎么办? (370)**
- ◎ “管他什么规定, 我就是要和马克说话!”/370
 - ◎ 问题的预防/370
 - ◎ 问题的解决/371
 - ◎ 自由的代价/372
- 47. 孩子念书习惯不好, 怎么办? (374)**
- ◎ “功课根本写不完, 我不要写了!”/374
 - ◎ 问题的预防/374
 - ◎ 问题的解决/376
 - ◎ 慢郎中彼得/378
- 48. 孩子赖床, 怎么办? (380)**
- ◎ “人家不要起来, 不想上课!”/380
 - ◎ 问题的预防/380
 - ◎ 问题的解决/381
 - ◎ 摩妮卡的清晨梦魇/382