

孩子

为什么

不听话

美国儿童心理学家的忠告

【美】保罗·伍德博士 伯纳德·希瓦茨 编著
向西达 唐英明 译



献给家长的书

孩子为什么不听话

——美国儿童心理学家的忠告

【美】 保 罗·伍 德
伯纳德·希瓦茨 著
向西达 唐英明 译

上海翻译出版公司

How to Get Your Children to Do What You Want Them to Do

by Paul Wood, M.D.

Bernard Schwartz

Prentice Hall, INC, Englewood Cliffs, N.J.

孩子为什么不听话

【美】 保罗·伍德 伯纳德·希瓦茨 著

向西达 唐英明 译

上海翻译出版公司

(上海复兴中路597号)

新华书店上海发行所发行 上海新华印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张3.25 字数68,000

1989年1月第1版 1989年1月第1次印刷

印数1—8,000

ISBN7-80514-289-0

G·138 定价1.50元

序 言

斯科特五岁，他在幼儿园里经常与别的小朋友打架，惹事生非。他的父母抱怨说，他在家每一样东西都要动，无论是他父亲的工具还是他母亲的化妆品，他都要摸摸弄弄。

安德拉七岁，她和兄弟姐妹老是吵嘴、打架，而且还要尿床。她的父母为此非常担忧，因为他们没有办法使她讨人喜欢。

珍妮特十四岁，她这个学期经常旷课，而且几次逃离家庭。她现在由于藏有各种各样的毒品而被关进了青少年教养所。

杰拉尔德十五岁，他经常在外面呆得很晚，回家时间远远超过了他父母对他规定的时间。他拖欠了很多家庭作业。他的父母抱怨说，他们已经试用过了一切办法，想使他做些家务，但是毫无效果。

以上是一些父母在教育孩子的过程中所碰到的各种类型的问题。

《孩子为什么不听话》一书将帮助父母明白，这些行为上、情绪上的症结所在。然后一步一步地阐明，如何来纠正和预防孩子的不良行为。

由于两个原因，这只能是一本篇幅比较短的书。一个原因是，预防和纠正孩子的不良行为其实没有必要搞得那么复杂。当然，它不是一件容易的事。但困难并不在于弄懂怎样去做，而在于把书中的观点运用于实践时所需要的时间、能力和耐心。

和其他已经大量出版的教育儿童的书籍相比，本书对于这个题目是否真有一些创见呢？我们将毫不犹豫地回答：是的，**我们有自己的新观点。**

已经出版的很多著作虽然都是有价值的，但是一些理解和纠正不良行为的关键却并没有讲到。那些著作好比是只见树木不见森林，没能从总体上抓住关键所在。在分析父母所遇到的困难时，我们也经常会失去总体印象。我们已经发觉，事实上，倾向于精神分析法的书籍往往帮助父母了解他们的孩子，但是，并没有告诉父母应该怎样对待孩子；而那些专讲限制孩子各种行为类型的书，又往往只能教给那些对自己的能力感到灰心的父母，用奖励或惩罚的方法去改变孩子的不良行为。我们对于本书所表述的原则充满了坚定的信念，原因就在于，这些原则是通过作者明显成功地纠正了成千儿童不良行为的临床经验的实例总结出来的，也是很多教师、治保人员、社会工作者、以及其他一些家庭教育咨询专家们共同摸索出来的行之有效的方法。除此以外，我们看到，很多父母先前通过长期的、耗费精力的教育方法，企图改正孩子的不良行为，但是都没有效果。现在按照本书所叙述的观点去教育孩子，在一、二个学期中便收到了显著的成效。这种方法之所以有效，就在于它能够适用于解决各种各样类型以及各种年龄的孩子的问题。

本书篇幅短的第二个原因是这本书语言简洁，它并不是

一本系统的、综合的儿童教育读物。它主要集中谈如何解决孩子的不良行为和为什么要这样做的原因。毫无疑问，书中涉及父母与子女的关系问题要多于你要孩子做的事的内容。无论如何，这本书的前提是，父母能够把这种关系调整到它最合理的水准。如果能这样，就能够最有效地预防和纠正孩子的不良行为。究竟谁在父子关系中起主导作用，是家长还是子女，这个问题必须要搞清楚，决不能让孩子来主宰父母的一切。如果不能正确地摆正家长和子女的关系，即使你读完了图书馆中全部关于儿童心理学和儿童教育的书籍，也是无济于事的。本书告诉父母，应该怎样确定家长与孩子的关系，使父母既能够和孩子相处融洽，又能够适当地按照父母的身份行事：抚养孩子，教育孩子，关注孩子各方面的成长，帮助孩子在生活中取得成功。

这本书和其他同类书籍的区别还在于，我们所叙述的教育孩子的方法是浅显易懂的。我们更多地考虑到父母做的对的一面，而不是光看到父母做得错的一面。本书所要做的是帮助父母更好地懂得，他们应该怎样做才能取得成效。这样，他们就能够逐步地把这些有效的做法运用到使他们感到困难的那些方面去。我们要忠告各位父母，你其实已经多次表现出你很有能力改变孩子的不良行为。你不必抛弃你已相信的方法，你也不必对所谓的新的教育方法什么都知道。问题在于你应该选择那些值得你去化费力气的方法。不要把这本书看作是传授你能在家里实行专制的技巧的书籍。应该记住，要改变你孩子的不良行为，并不是一场有趣的游戏。因此，对于方法和技巧必须精选。

本书最重要的一个特色，是在下篇中叙述了父母应该怎样把前面三章中的观点运用到实践中去。我们附了一张本书

作者在家庭问题咨询中心用过的孩子教育问题的工 作表 格，使读者能清楚地看到，为了纠正孩子的不良行为以及克 服父子关系中可能会出现 的困难局面，应该采取的必要的行动 的路线。

近年来，为了实践本书的一些教育原则，我们在很多家庭进行了令人兴奋的试验。试验表明，这些原则极其成功地帮助了一些家庭纠正了孩子的不良行为。我们深信，凡是读了这本书并照书中的观点去做的家长，必定会在短时期内取得极大的成效。

目 录

序 言

上篇 避免父母常犯的错误

- 1 讲话要明确,说话要算数..... 1
- 2 为你的孩子设立明确的目标 34
- 3 不要认为你的孩子无可救药 50

下篇 纠正孩子的不良行为

- 4 从干预、阻止着手,改变孩子的坏习惯..... 67
- 5 问题与答案..... 81

1 讲话要明确,说话要算数

有一位灰心丧气的母亲专程拜访了一位家庭问题咨询专家。一见面,她就对着专家抱怨起来:“我总是不能够使得我那个九岁的男孩按时上床睡觉。我试验过用各种各样的办法来对付他,但都没有效果。这孩子老是疲倦,一到学校上课,他就要打磕睡,推也推不醒他。您说我该拿他怎么办呢?我实在苦恼得很。我揍他屁股,并且一次次告诫他,要早点睡觉,保证足够的休息,这样,他去上学时精神就会好起来。我甚至采取了强制手段,不许他再看电视,但还是没有用场。”

专家耐心地听完了她的怨言后,问道:“可以估计到,你的儿子每天早晨一定都很疲倦,你叫他起来有困难吗?”“哦,是的,当然很困难。”她说:“我简直没有办法把他叫醒,而且每天都一样。我一叫他起床上学,他就尖叫,大声哭喊,抱怨自己实在太累了,非得再睡上一阵,但最后我总是能够让他乖乖地起床去上学的。”“哦,那么,当你的儿子抱怨他太累不能起床时,你对他讲了些什么话?”专家追问了一句。“我告诉他,再也不能睡下去了,因为他必须按时去上学,否则就不能进教室。然后,我总是非常严厉地命令他‘现在起床,你必须马上起来,不许再耽搁一分钟。’”

以上这个小故事便是本书所叙述的内容中的一个典型例子。看了这个故事之后，让我们好好考虑一下：为什么父母有时候能够使他们的孩子去做一些事实上并不想做的事情，而有的时候，却不能使孩子听自己的话呢？故事中的那位母亲就是这样，她可以有效地使她的儿子起床去上学，却没有办法让他按时上床睡觉。

我们经常可以在诸如百货公司、海滩、公园和运动场等公共场所，看到其他成功或不成功的例子。我们往往会羡慕那些能够极其有效地控制和指导孩子行为的家长，同时，也会为另一类家长感到遗憾。这些父母或经常对着子女大声喝斥、叫骂不已，或用小恩小惠来讨孩子的欢心，使他们听话，而一旦发起脾气来，他们又会狠狠地揍孩子的屁股。可是，这一切都不能换来预期的结果。为什么前一类父母能够取得成功而后一类父母却老是失败呢？这个问题值得引起天下所有父母深思。

通过仔细分辨父母对自己的孩子传达指令的方式，我们可以找到使孩子听话的关键。

凡是能够使孩子听话的那些父母，总是采用明确的、不造成误解的言语，来对子女表达自己的指令。他们始终如一地坚持自己对孩子的要求，决不随意变更。他们带着孩子在百货公司排队等待购货时，如果孩子要求吃甜食而被拒绝，那末，即使孩子大声哭闹，也仍然不会达到目的，父母决不会为了使孩子不哭泣而作出让步。当这些父母打定主意要他们的子女去做某件事情时，他们就要求孩子必须执行，没有讨价还价的余地。

而那些不能使孩子听话的父母，传达指令的方式却是完全不同的。他们从来没有在一些容易出问题的事情上向他们

的子女提出过要求。然而，这并不意味着他们只是坐在一边，听任他们的孩子行为不端却不去想办法改变这些行为。恰恰相反，这些父母往往感到自己已经试用过各种各样的办法去阻止孩子的不良行为，他们并没有袖手旁观。但他们却从来也没有试过明确要求他们的子女去做父母要求做的事情。这可以从上述那个不能使她儿子按时上床睡觉的母亲例子中清楚地反映出来。这个母亲之所以能够有效地使她儿子在早晨起床，准时去上学，那是因为她的口气明确、坚决，不给孩子留下任何争辩的余地，孩子因此而明白，他非得在这时候起床不可了。然而，这个母亲却没有用同样的强硬口气，命令孩子晚上准时上床睡觉。她劝说甚至惩罚了孩子，但她并没有坚决命令儿子立即上床睡觉，所以孩子就是不照她的吩咐去做。

不幸的是，很多父母自以为正在要求他们的孩子去做某一件事，然而，事实却并非如此。因为他们的表达缺乏命令性，所以这种表达也就缺乏应有的效力。运用这种缺乏命令性的指令，正是父母经常犯的第一种错误。

让我们仔细分析一下下面这个例子中不成功的母亲所表达的指令：

有一个母亲向人诉说她的儿子老是逃学，却拿他没有办法。有时候，这孩子也呆在学校里，但他并不是坐在教室里听课，而是躲在盥洗室里抽烟。“我还能够再采取一些什么措施呢？”苦恼的母亲向人们寻求帮助，

“我已经用过的一些办法都不奏效。我曾经试图激起这孩子的学习愿望，我告诉他学习是多么重要，他应该受到良好的教育，否则他长大以后将要过艰苦的生活。每天早上，我驾车送他到学校。当我离开他时，我告诫他

要好好干，我到三点钟会去接他。如果等到我去接他时他已经逃离了学校，我就揍他，并且在一段时期里不许他再和他的朋友一起玩。我甚至和他一起坐在他的课堂里，“监视”他上课。但是，当我一不在他身边时，他就站起来又溜出去玩了，我不可能永远陪伴着他呆在学校里。有一次，我想和他说个明白，我就告诉他，假如他再逃学，我将把他送到教养院去，但这样威胁他还是没用。”

这个母亲所使用的一切办法，在她看来是为了使这个孩子不再逃学。然而，在我们看来，她的每一项指令都恰恰为我们提供了一种无效地对付不良行为的典型。因为，在她所使用过的办法中，没有一种是向孩子明确表达她要求孩子安心坐在教室里听课，直到放学再离开那里的。

激励、促进和动力

“我试图激起他的学习愿望”

世上没有任何人，即使是父母，能够控制另一个人的感情。你决不可能“激励”某一个人去做某些事情，你也不可能使得某一个人“喜欢”某一样东西。但是，无数家长却徒劳地浪费大量时间和精力去试着“促动”他们的子女乐意地做大人要他们做的事情。

显而易见，在家长们的艰难尝试后面包含着一个美好的设想，那就是当孩子们决定去做那些父母要他做的事情时，他们会“感觉”自己喜欢做这些事情。也就是说，看，这时父母已经控制了子女的感情。然而，这仅仅是幻想而

記。

我们且看看这个例子：

有一个父亲希望他的女儿能够高高兴兴地做家务，因此他要求女儿养成一种边做家务边哼歌的习惯。父亲认为这样做了可以在房间里造成一种愉快的气氛，同时，也可以显示出女儿喜欢做家务的情绪。然而，他的女儿其实并不喜欢干家务。当她不得不做家务时，她的心情并不愉快，自然也就不可能如她父亲所希望的那样，哼着歌去做自己不想做的事。由此可见，父亲的指望是不现实的。

还有一个自信的母亲，她不仅要求女儿每天练习弹奏她不感兴趣的钢琴，而且还要满怀信心地诱导她的女儿“感觉”到喜欢弹钢琴。这对于女儿来说，无异是非常痛苦的。其结果是在母女之间形成了一场激烈的“争斗”。终于，有一天当母亲出门去时，孩子拿起一把锤子狠狠地砸坏了钢琴。根据这个母亲的陈述，她的女儿以前从各方面来看都是一个极好的孩子。无论在学校还是在家里，这小姑娘都很讨人喜欢，表现很好，没想到练钢琴却得到了这样一种结果。母亲反复强调说：“我每天跟她坐在一起，强制她练钢琴，我想她会喜欢钢琴的。”确实，孩子是按照她母亲的要求去做了，但她却从来没有喜欢过弹琴，练琴只是迫于母亲的压力而已。和其他在孩童时期曾被强制“喜欢”某种乐器的很多人一样，这个女孩长大以后，可能再也不会去摸一摸钢琴了。

同样，我们也很难想像能够用世界上所有的激励和促动的手段来唤起那个经常逃学、不上课、不做作业、躲在盥洗室里抽烟的孩子心中对书本和学术研究的热爱。因此，最重要的是，我们必须明白，父母可以强制要求他们的孩子做某

件事情，但决不能强制孩子“需要”或“喜欢”做这件事，也决不可能靠“激励”来培养孩子的某种习惯。

有趣的是，我们经常可以发现，当父母通过强制手段要求孩子改变不良行为时，孩子的态度也朝着用某种确定的方式改变自己活动的方向发展。

有这样一个例子，十二岁的阿纳德特别喜欢数学，但其他学科的成绩却都不太好，甚至对他进行特别的辅导也没有用。为此他的父母只好去请教家庭问题咨询专家，他们和专家进行了这样一场对话：

专家：你们认为为什么阿纳德数学成绩如此突出，却会对历史、英语和地理感到困难呢？

父亲：这很简单，因为阿纳德喜欢数学。他宁可不看电视、不出去玩，也要在家里做数学习题。他是个数学迷，连他玩的所有的游戏也是带有数学性质的。我想，他是一个天生的数学家。

母亲：他厌恶其他学科之深，正如他迷恋数学之深，这就是他从来不做其他学科的家庭作业的原因。天知道，为了使他对历史感兴趣，我们动过多少脑筋啊！我们曾经常带他到华盛顿去旅游，但他就是对历史不感兴趣。

阿纳德：要记住那些名字和日期实在太难了！所有那些人都生活在很久以前，有谁愿意去关心他们呢？

一开始，人们很容易得出结论，认为阿纳德除了数学之外无论如何再也不会对其他学科感兴趣了。但事实上却并不是这么一回事，阿纳德对于历史、英语所持的明显厌恶的情绪正是对他的父母试着用“激励”来干涉他的兴趣的一种反抗。后来，阿纳德的父母终于认识到，要操纵其他人的感情

是绝对办不到的。于是他们决定只对阿纳德提出这样的要求，即除了做数学习题外，也要做其他学科的作业，至于具体做法则由阿纳德自己决定。几个月过去了，他的父母满意地看到，阿纳德不仅所有学科都得到了“良”和“优”，而且他对于历史和英语的爱好程度已不亚于数学了。

当然，并不是所有的孩子在这种处境中都会作出同一类型的反应。有些孩子对于自己不喜欢的那些课程也愿意做家庭作业，而且分数也会上去，但他对这些课程却会一直厌恶下去。然而，正如我们所看到的好多其他例子一样，阿纳德的例子可以明确地告诉我们，当父母直接集中注意力要求孩子改变某种行为时，就能让孩子的感情自由地照管好自己。

讲理

“你应该得到良好的教育，否则你将要过艰苦的生活”

以上提到过的那位母亲除了激励她的儿子必须好好学习之外，也曾经试着耐心地向她的儿子指出他必须接受教育的重要理由，是为他将来着想，企图以这个理由说服那个孩子。这是决不可能成功的，因为，必须做某件事的理由并不一定能够支撑住做这件事的要求，最终做还是不做的选择权还是留给了孩子本人。也就是说，如果家长允许孩子根据自己的观点来决定父母所陈述的理由是否重要到足以影响他的行为，那么，便使得孩子通常会滋长一种不正确的观点，即如果他能够在父母的想法中找到一点错误，他就不一定非要去父母要求他做的事情了。例如，那位母亲对儿子说，如果他不在学校好好读书，将来他就要过苦日子。一个机智的

孩子马上就会用他所听到过的一些事例来分析这句话是否真有理。他会想起爱迪生和爱因斯坦等人的故事，想起历史上有不少人曾中断了学业，或者成绩不好，甚至被学校开除，可是他们最终还是获得了成功，并没有过苦日子。因此，孩子觉得母亲的理由并不足以说服他好好读书。

父母和孩子讲理经常会引起激烈的讨论和争执，而不能导致原来所期待的结果。通过争论，孩子领悟到他至少可以拖延时间，不去做父母要求他做的事，磨缠一段时间以后，甚至还可以使父母让步或改变他们的观点。如果真是这样，这就启示了孩子，原来他的父母对于他们自己所相信的东西也并没有确切的把握。日子一长，孩子自以为掌握了父母的奥秘，他就再也不愿意听父母的话了。

一般来说，告诉孩子要他做的事情，然后扼要地解释一下这种行为的价值和重要性，这是妥当的。然而，在下面这个例子里，母亲却过多地进行了“解释”，因此对于那些要他去做的事反而引起孩子思想上的混乱，反而不得要领。

八岁的杰伊被他的母亲带到家庭问题咨询中心来，仅仅是由于这样一种抱怨。那就是每天早晨杰伊去上学时，总要在母亲种植着比赛获奖的郁金香的花园里穿行而过。除此以外，杰伊在其他方面都表现极好。作为一个学生，他是班长，领导着他的童子军，人人都喜欢他。在家里时，他按照母亲的要求办事，除了踩坏郁金香之外决没有其他捣乱行为。专家问杰伊母亲：“每天早晨杰伊去上学时你对他说了些什么？”她回答：“每天早上我都对他叮嘱同一件事，叫他不要在郁金香中穿行。这些郁金香都是从荷兰进口的，要用特殊的泥土和肥料才能培育，我每天至少得化一小时照料这些花。你

瞧，花园里现在已有八十四种郁金香品种，其中很大部分据说不能在我们国家栽培等等。”她絮絮叨叨地讲了足有五分钟，可是当专家询问杰伊，他母亲到底讲了些什么时，他回答道：“花园里有八十四种郁金香品种，它们是从荷兰进口的，需要特殊的照料和肥料……”听到这里，杰伊的母亲转向专家说：“人们总是说我对他讲得太多了。我想，如果我仅仅告诉杰伊不要在我的郁金香之间穿行，效果将会好得多。”

父母向自己的孩子解释，为什么要求他做这件事以及如何做好这件事而不去做其他事情，一般来说，这是必要的，也是合乎情理的。如果当孩子向父母提出问题时，所得到的回答千篇一律的是：“因为我是这样说的。”那么，孩子就会对自己的父母产生强烈的不满。长久如此，会使孩子在学校里的表现更糟糕。因为，在这样家庭里长大的孩子，已经习惯分析和探讨他们所读到和学到的东西，他们只会简单地接受那些别人塞给他们的东西，而不会同时去搞懂这些内容的根本原理。这就把这些孩子仅仅限定在那些只需死记硬背的技能项目中取胜。

作者想告诉各位父母，你们在回答孩子的问题时应该先考虑一下，你们的孩子是确实想得到知识呢还是存心拖延时间不想去做那件事。这是很容易测定的。父母们可以观察一下，孩子是真想从父母的回答中得到益处，还是他准备不管听到什么答复都马上要与父母争辩、向父母挑战，然后你们就可以得到明确的结论了。

告诉孩子他应该做什么和他必须做什么，这两者之间是有极大区别的。

有一个母亲为了使她的儿子不再殴打姐姐而遇到过