

全球畅销 100 多万册的育儿宝典的姐妹篇

5—12岁少儿 教育指南

[澳大利亚] 克里斯托弗·格林著 马天乐 楚卿子译



5-12岁少儿 教育指南

[澳大利亚] 克里斯托弗·格林著

马天乐 楚卿子译

上海译文出版社



图书在版编目(CIP)数据

5—12岁少儿教育指南 / (澳)格林(Green, C.)著; 马天乐、楚卿子译. —上海: 上海译文出版社, 2002.8

书名原文: Beyond Toddlerdom

ISBN 7-5327-2880-3

I. 少... II. ①格... ②马... ③楚... III. 少儿教育 IV. G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 018767 号

Christopher Green

BEYOND TODDLERDOM

Keeping Five to Twelve Year Olds on the Rails

Doubleday, 2000

根据澳大利亚道布尔戴出版公司 2000 年版译出

Text Copyright © Dr Christopher Green and Dr Hilary Green 2000

Illustrations Copyright © Roger Roberts, 2000

All Rights Reserved

图字: 09-2000-465 号

5—12岁少儿教育指南

[澳]克里斯托弗·格林 著

马天乐 楚卿子 译

上海世纪出版集团

译文出版社出版、发行

上海福建中路193号

易文网: www.ewen.cc

全国新华书店经销

苏州市吴中区文化印刷厂印刷

开本 890×1240 1/32 印张 11.75 插页 2 字数 250,000

2002年8月第1版 2002年8月第1次印刷

印数: 0,001—7,000册

ISBN 7-5327-2880-3/B·145

定价: 19.90元



译者的话

如果您已读过克里斯托弗·格林博士的畅销书——《1—4岁幼儿养育指南》，发现它妙趣横生又很具实用性，相信您一定会对格林先生的这本续篇《5—12岁少儿教育指南》抱有同样的期待，会为您已经迈过蹒跚学步期的孩子的下一步教育再捧起手中的这本书；如果您的孩子正处在5—12岁的年龄，您疼爱有加却又担心这节冲劲十足的小火车驶离正常的轨道，那么不妨翻翻目录，或许您会发现那里所罗列的种种恰好是令您感到棘手的问题。无论您属于前一种还是后一种情况，这本书都一定不会让您失望。

本书的作者格林博士不是什么电影明星，也不是那个善讲童话故事故事的“格林兄弟”，但他的著作却创造了销量达100多万册的辉煌业绩，他是澳大利亚著名的从事家庭教育研究的专家，行医20多年的儿科大夫！几十年来，他接触了成千上万形形色色的父母和孩子——无可质疑，他对孩子的经验比任何一个多产的妈妈都更丰富，他把自己的所见、所闻、所思、所感以文字的形式呈现出来，于是我们就有了眼前这本书——《5—12岁少儿教育指南》。

本书与其说是一本关于少儿教育的书，倒不如说是一本规范为



BEYOND TODDLERDOM

人父母者如何教育孩子的指南更为贴切。孩子将来的成长发展取决于很多因素,其内在因素诸如脾气、性格、智商等可能更多取决于遗传;而外在因素,诸如家庭环境、沟通理解等却正是父母可以施加深刻影响的领域。孩子行为的优劣很大程度上取决于性格和习惯。有的孩子温顺听话,有的烦躁不安;有的注意力集中,有的心不在焉;有的活泼好动,有的沉默内向……而性格和习惯很大程度上又是在5—12岁这个年龄段上形成的。这个年龄段孩子的生活中虽然多了学校、朋友等新鲜事物,但家庭仍是其生活的中心,父母的看法和态度对他们而言仍具有无可替代的权威性。所以爸爸妈妈们,把您的孩子培养成什么样的人,现在可是重大时刻,得抓紧时机啊!

在译读同时也是学习本书的过程中,我们惊喜地发现,全球化的进程其实更深远地影响着我们的下一代。今天,地球两端的大人可能每天谈论的是几乎同样的新闻;而大洋两岸的孩子又何尝不是同样享受着网络世界带来的种种惊奇呢?对孩子而言,这种从小时候就接触到的世界趋同终其一生都可能获益无穷。因此,今天东、西方的家长在少儿教育方面可能有着更多的共鸣与共通,可能拥有更多共同的话题,这也是出版社将本书介绍给广大为人父母者的良苦用心之一。

当然,在阅读本书的过程中,我们也应该看到文化和传统的差异在少儿教育领域内也造成了和在其他诸多领域中类似的不同。其一,中西方文字渊源和文化背景的不同使得本书有关书写训练的指导缺少用武之地,父母们不妨因“字”制宜地摸索一套适合中国国情的方法;其二,西方家庭可能早已把按劳付酬看做了少儿教育中很自然的一部分,但对大多数的中国家庭而言,要在短期内接受这样的观念似乎有些勉为其难,因此不必生搬硬套。

总之,千人眼里千朵花,相信每一位父母阅读本书都会有不同的体会与收获,衷心希望它会对您有所裨益,更希望将来某一天当您回首往事,会回想起这一本叫做《5—12岁少儿教育指南》的书。



本书的致谢、前言、第1章至第10章由楚卿子(尹松君)翻译;第11章至第21章、附录1至附录5由马天乐翻译。译文中若有欠妥之处敬请原谅并欢迎指正。

谨以笔名楚卿子纪念父亲楚卿先生

——尹松君

借本书献予泣血育雏的父母亲大人

——马天乐

2001年10月



目 录

致谢	1
前言	1
1 成功父母的秘诀:以希望他人对待自己的方式对待孩子	1
2 5—12岁的少儿:他们是如何思考、如何感受和如何表现的	12
3 为什么孩子会有顽劣行为	28
4 积极的管教	44
5 无痛楚的惩罚	57
6 管教中的可行与不可行	67
7 处理行为问题的方式方法	82
8 纵观少儿的行为	91
9 上学:开始的数周	151
10 入学的头几年:行为举止和忧虑	160
11 帮助有学习困难的孩子	178
12 识别注意力缺乏多动症	196
13 同胞手足间的争执	215
14 羞怯、交友和社交技巧的加强	222



BEYOND TODDLERDOM

15	增强自尊心	231
16	饮食、体重和运动	242
17	孩子对于死亡、离异和信仰的看法	258
18	性教育、性成熟和其他与性相关的话题	267
19	电视、电脑与因特网	277
20	离婚、单亲、再婚家庭:保护我们的孩子	288
21	纵观少儿的健康	301
附录 1	男孩、女孩正常生长发育身高与体重表	351
附录 2	澳大利亚标准免疫接种实施计划表	356
附录 3	恒齿:出牙年龄	358
附录 4	协调能力训练	359
附录 5	帮助孩子练习书写	362



成功父母的秘诀： 以希望他人对待自己的 方式对待孩子



本书满载着如何关爱孩子的最新资料,因此,它绝非是一本如何“教训”孩子,让他们“循规蹈矩”、行为“完美无缺”的书。《5—12岁少儿教育指南》一书以讲述关系为主,也就是说它是在传授一门艺术,即父母如何与孩子保持心心相印的亲近关系的艺术。如果我们能掌握这门艺术,那么其他问题也往往能迎刃而解了。

现在看来,问题的关键在于如何建立一种良好的关系。其实,无



BEYOND TODDLERDOM

论是处理两个成年人之间的关系,还是处理父母亲与自己孩子之间的关系,我们都要以希望他人对待自己的方式来对待他人。而这一点,正是本书通篇上下所谈到的:以希望他人对待自己的方式对待孩子。这样做,你与孩子的关系准不会弄得一团糟。

当你浏览本书各章节的时候,你会发觉同样的启示不断地出现在字里行间。这些启示乃为人父母成功的秘诀,而且,这些启示也适用于其他关系。下列所示就是启示的内容:

- 孩子们需要你富于赞美、鼓励和惊喜的陪伴。
- 孩子们喜欢有规律、持之以恒的和坦诚的交流,可是他们也需要灵活性和选择。
- 纪律并不意味着遭受疼痛或惩罚。在这新千年中,我们要通过鼓励以及奖励来铸就良好的行为习惯。
- 对抗、武力和严酷的纪律损害了许多关系。表面上看,你是赢家,但是你却招来了怨恨、愤怒和仇视。
- 当事情很糟的时候,要迅速达成谅解,既往不咎,重新来过。要创造并保持良好的关系,就容不得丝毫的恶意相向。
- 偶尔的不良行为不必太介意。要退一步想一想,“我这样做行得通吗?”如果你钻进了死胡同,那就要退出来。
- 孩子们有时会作出一些奇怪的事情,过于求全责备只会过犹不及,不要随便给孩子扣帽子。对此,我已关注了 1/4 世纪之多的时间。今天,我仍然怀着莫大的好奇心关注着。

陪伴在场,共同参与

克里斯托弗·格林是一个忙人,可是,如果我总是忙得连我的夫



人也见不到我,即使有一天她见到了我,我仍对她说我忙得不可开交,没有时间陪伴她,与她聊一聊,那么她可能非常自然地开始感觉到,她在我的生活中一定是一个最不重要的人物。

孩子们并不需求“高质量的时间”,他们只是需要父亲或母亲陪伴在场,与他们坐在一起,听听他们的说话,参与他们的活动,对他们的发现表现出兴趣。

要点 1:首要的一条,孩子们需要你的陪伴。

井井有条,建立常规

每个人都喜欢惊喜。但是,如果每天醒来以后都不知道将会发生什么事,却又是令人不安的。混乱的局面会让我们每个人感觉到失控的危险。与成年人一样,当孩子们知道下一步进行的内容时,他们会非常高兴的。

要点 2:井井有条地安排好孩子的生活,他们会非常高兴的。

条规制度,一以贯之

在我开车前往医院的路上,我要通过三个不同的速度区域(每小时 60 公里,每小时 80 公里和每小时 90 公里)。我了解每一个区域法定的限速要求及其所能允许超越的程度,一旦超出某一极限,就会吃罚单。对也好,错也好,悉尼的开车人在 60 公里的速度区域内以每小时 66 公里的速度行驶,在 80 公里的速度区域内以每小时 88 公里的速度行驶,而在 90 公里的速度区域内则以每小时 99 公里的速



BEYOND TODDLERDOM

度行驶。之所以这样对付是因为我知道已公布的限速要求以及超速的允许程度。如果其中有任何一项天天在变化,我会不知所措的。孩子会反对我们的限制,但至少他们了解我们是十分关心他们的所作所为的。而那些反复无常的条规,则只会令孩子们不知所措,怨气冲天,精神上无安全感。

要点 3:了解条规及允许超越条规的限度,孩子们会有最大的安全感。

灵活机动,学会妥协

我一向与头脑呆板、坚持一切按照书本条条框框办事的人相处欠佳。这些人套用社团规章,不会妥协,从来就寸步不让。

我反对一些学校的做法。那些学校发放重要药物一定要在下午 12 点 45 分,而且仅仅在那一刻才发放,而我所照顾的孩子在上午 11 点由于吃不到药却要崩溃了。

还有一个例子。条例规定一辆面包车装载 6 个人,而刻板的司机据此认为,装载 6 名相扑运动员和装载 6 名儿童体操运动员是没有差别的。心情孤僻、自闭、毫无灵活性的成年人需要有他们的规章,但是,要与孩子建立成功的关系,有时非得妥协不可。

父母要审时度势,随时调整规章:孩子一般都睡在自己的床上,但是在雷电交加的夜晚,与父母睡在一起也无妨;晚饭以后,孩子应该自己洗碗筷,但是今晚的家庭作业实在太繁重,应原谅他们一次。

要点 4:保持规章制度的前后一贯性固然重要,但应留有机动和妥协的余地。



自由选择,毋需代庖

清晨醒来正要穿衣,我夫人对我说:“等一下,今天嘛,你要穿蓝色衬衣,换一条淡黄色的裤子,系一根红色的领带。中午,我给你准备好小黄瓜、火腿卷和加上脱脂乳的卡普契诺咖啡。”

“唉!怎么回事呀?”我心里掂量着,“我难道不能安排自己的生活吗?”

一个2岁大的孩子不能做选择,但是一个学龄儿童得有主宰自己命运的自由。不让孩子做决定,对孩子管束太严的父母只会让孩子闷闷不乐。

要点5:学龄儿童乐于选择。

坦诚相交,尊重孩子

有时候,我走进一家商店,店员会漫不经心、爱理不理的,问我要买什么的口气也是冷冰冰的,似乎我的出现打搅了他,因而他对我这么一个顾客毫无兴趣。同样,粗鲁无礼的成年人令孩子们烦恼不堪。每个人都希望别人以直视的眼神与之打招呼、表示礼貌和兴趣。

如果你想让孩子关注你,那么你必须怀着兴趣和热情面对他们。

要点6:要取得孩子的注意,请以直视的眼光看着他们,言语简洁、态度诚恳。要表现出你对他的兴趣。



要求明确,切忌唠叨

克里斯托弗·格林憎恨别人喋喋不休的唠叨:“那件事你做了没有?为什么还没有做?你想什么时候才做呢?到底什么原因妨碍了你?”我越遭唠叨,就越愤怒、越固执。

如果你想让孩子顺从的话,要告诉他们你希望他们做些什么,对他们的行动要给予鼓励并关注其发展。然后,你就若无其事地不要再打扰他们。

要点7:父母唠叨不已时,孩子会变得麻木不仁,对父母所说的话充耳不闻。

良好行为,应予奖励

摇滚音乐会一直是场面恢宏、引人入胜的,你会希望这音乐会永不结束。一俟最后的音符淡出并消失,听众就欢呼雀跃,尖厉的叫声此起彼伏,一片赞美的浪潮。为了报答热情的听众,乐队也会再加演两个节目致意。

这里听众奖赏了乐队,对其演奏报以极大的热情,乐队对听众的热情也给予了奖励,真是双赢的局面。如果我们想要乐队尽早收拾行装、打道回府的话,我们就会对演出报以沉默。

因此,对于我们的孩子,我们应确保他们正确的行为得到报偿以铸就他们的行为规范。

要点8:良好行为应予奖励,不良行为要劝阻而不要惩罚。



微妙赞许,最为有效

你是怎么知道你们成年人之间的关系目前是顺顺当当的?你的搭档是给你一元钱还是赠你奖券引你微笑呢?——这当然是说笑而已,因为我们感觉到相互之间的共鸣,所以我们明白一切都相宜、对路。这种难以捉摸的反馈乃是我们大大小小不同年龄层次的人造就我们人类自身的主要方法。

孩子通过观察我们的脸色来判断他们的行为是否正确或是否得到认可。他们会观察闪烁的眼神、说话的语调、感兴趣的程度,我们从他们身旁擦肩而过时,只要轻柔地拍一拍他们的肩膀,就能消除他们的疑虑。

要点 9: 轻柔而微妙的鼓励乃助长良好行为的最行之有效的方法。

着眼优点,避免挑剔

我希望做一个主持家政的爸爸,负责外出购物。但是,回家后得到的却是抱怨连声:“你怎么不买大一点的面包?难道商店里就没有更红一点的苹果吗?怎么拣了一个有凹痕的狗食罐头?香蕉就没有再直一点的了?”我气得肺都要炸了,看来什么都错了。我回头思忖:“我这么费心,图的是什么呀?”

孩子们经常在父母那儿受到这种待遇,他们小心翼翼地整理桌子时,听到的是:“刀叉的位置放反啦!”他们洗碗碟时,耳边传来:“那只盘子里还有鸡蛋哪!”他们用吸尘器打扫客厅,责备声再度响起:



BEYOND TODDLERDOM

“有的地方你没有打扫到。”积极努力工作的人如果发觉其他人只注意到他们的过失而对他们尽心竭力的工作熟视无睹的话,只会感到沮丧、泄气。

要点 10:要让孩子知道你对他们的行为感到满意。不要盯住他们的不足之处,要抓住他们闪光的一瞬间。

减少对抗,消除怨恨

“泰坦尼克”号客轮的大副发现一座冰山出现在眼前时,是来不及以动听的语调请求“请将船首向左转一度,本人将不胜感激”的。他一定会果断地发出转向命令。然而,当航行在风平浪静的江河上,我们必定更乐于接受请求的语调而不是强硬的命令。

我们不乐意受到高压手段的欺侮。那种“闭嘴,快干”、“快干,看我不揍你”之类惩罚性的训斥只会把双方推入不可收拾的僵局。对抗产生不满、怨恨、愤怒,我们会放慢脚步,考虑如何报复。

父母如果用强制的办法让孩子就范,孩子就会想,“你这个讨厌的父亲,下次要让你吃不了兜着走。”强迫、压制可能会凑效,但往往要为此付出代价。

要点 11:压制和强迫引起反抗和怨恨。

遇事镇定,低调处理

请设想这么一个情景:你正坐在由墨尔本飞往悉尼的飞机上,可引擎出了故障。非常自信的驾驶员以平静的语调传达着这一信息,



说道：“我是史密斯机长。我不得不告诉你们，飞机的左舷引擎刚才失灵。不必担心，机组人员很快就会来到机舱，为各位送上饮料和热饭。然后，我们这架飞机将在悉尼迫降。”身为笔者举这么个例子，看上去有些过于出格，但是，它的启示是显而易见的：镇静的态度可以感染他人，使他人也镇静下来。

即使是最温和的孩子也难免会剧烈地恼怒，成功的父母是绝不会火上加油的，他们会以平静的口气重复要求孩子，就好像重复播放着一张破旧的唱片，一旦他们感到忍耐不住，就趁早离开。

要点 12：父母保持平静，易于控制孩子。

冷静下来，恢复控制

你那头德国牧羊犬有爱打斗的毛病。在公园里，它竟然与一条精神变态的牧羊犬厮咬起来。面对这种互不相让、毛发直竖的局面，你可能发出类似“弗里茨，坐下”，或“拉西，跟我跑”这样的指令吗？

当狗在打架的时候，我们首先考虑的是将打斗的狗分开，平息打斗的气氛。一旦恢复平静，规矩和纪律又会重新确立起来。

要点 13：一个孩子在其行为超出常规，不可收拾的时候，不必与其说理。首先要做的是使局面冷静下来，恢复控制。

受损关系，及时修复

有时候，我也会做一些蠢事。我知道错了以后就会表示道歉，但我的歉意却往往不被接受。我再次道歉并向对方询问如何才能弥