

LOVE & LOGIC

美国家教
第一品牌



爱与理智

如何养育有责任心、爱心和自信心的孩子

PARENTING WITH [美]福斯特·克林纳 吉姆·费/著
LOVE & LOGIC

- ★ 流行美国20多年的家庭教育法
- ★ 被译成8种语言文字，重印26次
- ★ “爱与理智”培训机构已成为美国家教第一品牌



群言出版社
Qunyan Press



爱与理智 PARENTING WITH LOVE & LOGIC

流行美国二十多年的家庭教育法 让你养育一个更有责任心、爱心和自信心的孩子

本书旨在教你如何养育一个拥有责任心的孩子，书中所阐述的原理法则其实是一种双赢的哲学。父母赢在他们可以用健康的方式来关爱自己的子女，可以更好地管教他们，而不必诉诸怒气与威胁，引起孩子的叛逆；子女赢在他们学习到了如何做一个有责任心的人，如何在生活中应用理智，妥善处理自身的难题。他们需要这些技巧和帮助，以便更好地适应真正的社会。

只要看过这本书的读者就会知道，父母与子女完全可以建立起一种美好的亲情关系，这种关系是建立在相互关爱和信任基础之上的。这是多么上算的事啊！好好阅读《爱与理智》吧！它将带你一同把失去的乐趣重新找回来！

这是一本写给父母的家教使用手册，读了此书，爸爸妈妈们就能容忍并拥抱孩子们的错误，把他们的缺点看作是培养其自尊、提高其责任感，让他们懂得关爱的美好机会。

——葛洛妮·西尔曼（高级教育咨询顾问）

《爱与理智》对维护学生、父母和老师之间的关系来讲，是一个重要的组成部分。过去14年里，我们校区有成千上万个家庭都受到了爱与理智教育方法的积极影响。

——列奥纳多·莱兹米尔斯博士（诺斯维尔公立学校负责人）

《爱与理智》是当今父母和教师的必读之作，也是我读过的最有用的书。我的孩子们也将书中的方法用之于我、同伴及老师身上，由此我发现：它真的很有用！

——罗瑞达·辛普逊（科罗拉多年度优秀教师）

在近20年的时间里，我一直高兴地与我的咨询客户共同分享这些简单而有效的智慧，书中的这些原理和方法都是经过实践检验的有用技巧，让父母更好地养育一个充满责任心、爱心而又自信的孩子。

——卡罗兰·R·寇尔博士

www.qypublish.com

ISBN 978-7-80080-767-1



9 787800 807671 >

定价：24.80元

PARENTING WITH
LOVE & LOGIC

爱与理智

如何养育有责任心、爱心和自信心的孩子

[美]福斯特·克林纳 吉姆·费/著

王璇 唐清 李艳丽 李颖轶/译 黄蓓/审校

群言出版社
Qunyan Press

图书在版编目(CIP)数据

爱与理智/(美)克林纳著;王璇等译.—北京:群言出版社,2007.10

书名原文:Parenting with Love and Logic

ISBN 978-7-80080-767-1

I. 爱… II. ①克… ②王… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 140152 号

Copyright © 1990, 2006 by Foster Cline, MD and Jim Fay. Original edition published by the PINÖN Press. Simplified Chinese edition © 2007 published by Qunyan Press. All Rights Reserved.

北京市版权局著作权合同登记号:01-2007-0929

爱与理智——如何养育有责任心、爱心和自信心的孩子

出版人 范芳
责任编辑 陈丹丹
出版发行 群言出版社
地址 北京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@dem-league.org.cn
联系电话 010-65263345 65265404

总经销 群言出版社发行部
读者服务 010-65220236 65265404 65263345
法律顾问 中济律师事务所
封面设计 张子建
印刷 北京领先印刷有限公司

版次 2007年10月第1版 2007年10月第1次印刷
开本 720×1000mm 1/16
印张 15
字数 210千字
书号 ISBN 978-7-80080-767-1
定价 24.80元



[版权所有,侵权必究]

再版前言



我们很高兴看到全世界对“爱与理智”法则的关注以及对我们写作的这两本书的热烈反应。这两本书自首版以来,已经分别印刷了26次和17次,并被译成8个国家的语言。位于6大洲(南极洲除外)的父母们始终在积极拥护和实践“爱与理智”的理念。第一版问世后的这些年里,我们有幸搜集到一些成功父母的案例。正如《爱与秩序》一书中所讲的那样,他们都激动而自豪地向我们介绍自己是怎样运用选择、后果和心心相印的理解养育孩子的。

在这两本书销售量不断飙升的同时,有一点显而易见:自从这两本书写完以来,这个世界在很多方面发生了重大变化。过去的日子里,我们没有即时通信系统,不会在聊天室和陌生人说话,也没有计算机游戏可玩。那时很少发生未成年人性行为,很少发生暴力行为,也很少看到单身父母含辛茹苦地养育年幼的孩子。

然而,无论父母所说的内容是他们的孩子沉湎于赌博游戏,还是带有暴力色彩的电子游戏,也无论他们是关心自己孩子的短衬衫吊在膝盖以上,还是挂念他们孩子的鼻子或嘴唇被人戳破,值得提倡的教养秘笈都可以归结为爱、有效的父母与子女的关系和沟通,正是这些因素让孩子学会了尊敬和自律,无论他们生长在哪个年代。

我们出版第二版的目标没有变,但是增加了一些新内容,专门介绍父母怎样应对孩子们如今面临的新挑战,同时也记录了一些父母与青少年孩子有效沟通的真实事例。

有些父母还向我们讲述了如何运用本书的原则怎样帮助他们培养孩子做出正确决定的能力,还有些父母在教养孩子时充满爱心、充满强烈的责任感,且语言诙谐幽默。在此,我们一并向他们表示感谢。另外,还要感谢为我们提供许多素材和建议的读者,其中一些观点和建议已经在本版中采纳。

言前再

福斯特·克林 吉姆·费

2006年3月



有些父母还向我们讲述了如何运用本书的原则怎样帮助他们培养孩子做出正确决定的能力,还有些父母在教养孩子时充满爱心、充满强烈的责任感,且语言诙谐幽默。在此,我们一并向他们表示感谢。另外,还要感谢为我们提供许多素材和建议的读者,其中一些观点和建议已经在本版中采纳。

前言



多少年来，初为父母的新手们都是根据前人的示范学会养育自己的孩子，他们将上辈父母当初养育自己的经验搬来套用，以此抚养自己的孩子。而今天，这种做法似乎不太灵验了。

当养育孩子遇到困难或遭至失败时，我们很多人困惑地摊开双手，不解而言：“我真搞不明白，这套办法我爸爸用时怎么就管用呢？”是的，事实的确如此。因为一切都发生了变化——人的权利不断演进、人际交往增加、因特网、手机出现、家庭核心的变化，等等。所有这些都大大地改变了我们的孩子对待生活的看法，并使得他们比过去的孩子长得更快、变得更成熟，因此他们也迫切需要更快地学习，以面对发生如此巨大变化的现实世界，并应对其带来的压力。由于父母离异、单亲父母、重组家庭的增多，以及家庭中其他情况的巨大变化，父母必须学会使用不同的技巧来养育出生于这一复杂多变社会里的孩子。

这便是《爱与理智》一书诞生的前提。为什么要使用“爱”与“理智”这两个词呢？成功养育孩子是以爱为核心的，爱，并不是容忍一切；爱并不是允许孩子缺乏尊重；爱是容忍孩子犯错并让他们伴随这些错误的后果一起成长的强大力量。

大多错误确实有一种前后的逻辑关系，当孩子出现失望、困惑和痛苦时，如果父母投之以同情和理解，他们所犯错误的结果会对孩子产生很强的震撼与教育意义。

本书内容包括两个部分：在第一部分，我们将阐述孩子养育中的一般性概念，重点阐述如何培养孩子自尊、家庭离异问题、解决生气与争论、如何使用具有思考性和说服力的话语、给孩子提供选择的机会、在孩子面临出错导致的结果之前，紧锁我们那颗同情之心，等等。这些都是有效养育孩子的一些重要区间。在第一部分中，我们还加了

一块很重要的内容——“爱与理智小贴士”，这些建议将使“爱与理智”原则更加丰富而实用。

在第二部分，我们提供了父母养育 0~12 岁孩子过程中可能会出现 48 种问题，这些问题都是在培训课上学员们提出来的，而他们昨天的问题也可能成为您今天或明天要面对的问题。但使用这本书的时候，最好是先理解第一部分的内容之后，再来应用这些建立在爱与理智原则上的教育“珍珠”。

爱与理智原则并不是一种时下流行的傻瓜式手段，不能完全生搬硬套，也不可能每一种方法、什么时候都对您的孩子管用。可以说，世界上不可能有这样一种万能体系。但是我们保证，它在大多数情况下一定能解决您在教育孩子过程中的问题。爱与理智尽管不是十分完善，但它是一个完整的体系，我们没有把它写成一种家教的百科全书，但只要您理解了我们阐述的基本原则，一定可以用它来帮助解决孩子养育过程中的一些问题。严格来说，爱与理智是一种养育孩子的态度，保持这种态度，您定将可以获得更多成功。

养育孩子的关键是培养其责任心，我们教给了孩子这一点，那就完成了为人父母的大部分职责。《圣经》中对养育孩子有这样一句训导：“按正确的方式教导孩子，当他们长大了就不会迷失”。

父母赐予孩子的最佳馈礼就是给他们提供机会，为将来充满欣喜、富有成效和责任的成年人生活而准备。相信“爱与理智”的原则能帮助您实现这一结果。

作者

目 录

上 篇

“爱与理智”法则

第一章 为人父母:是乐趣,还是噩梦	3
我们是否享受着为人父母的乐趣	5
找回失去的乐趣	6
第二章 不是不可能:教出一个有责任心的孩子	8
缺乏成效的教育方式	11
用爱与理智原则指导下的有效教养方式	14
成功与失败的悖论	15
在可以承受的代价下学习	19
一味保护并不是爱	20
责任心是教不会的	22
第三章 责任心让孩子更加自信	23
我就是那个我觉得你想要我做的我	25
自我概念的“三条腿桌子”	28
赞扬与鼓励的区别	33
积极的自尊源于成就感	36
我们快乐,他们就快乐	37
第四章 孩子们犯错也是一种成长的机会	41
妈妈,拜托您,我想自己来	42

你有烦恼,我也有烦恼	45
关于爱与理智的两条原则	47
问题啊,问题,到底是谁的问题	51
 第五章 通过思考性话语约束孩子	55
建造一座难以摧垮之墙	57
怎样与孩子交谈	59
威吓的循环	61
我们希望他们思考,而不是反抗	65
言出必行	67
 第六章 通过给孩子提供选择约束他们	69
父母好奇心的增加	71
如何把握控制权的量	72
通过选择向孩子发动可以获胜的战争	73
快餐店里的坏男孩:一个赢得控制权的案例	78
慎重给出你的选择	84
 第七章 针对结果投入情感	86
彻底受伤	87
自然产生的结果	89
强加的结果	91
不需要立刻让孩子看到其行为的结果	93
投入情感很重要	95
 第八章 改变父母才能改变孩子	98
练习,练习,再练习	99
爱与理智不是什么	100
任何时候开始都不晚	104

下 篇

“爱与理智”实例应用

1 零花钱与理财	108
2 什么时候生气合适	111
3 睡觉时间	112
4 专 横	114
5 欺凌弱小	116
6 汽车后座上的战争	118
7 家务事	121
8 当孩子不想去教堂的时候	124
9 创造力	126
10 危机时刻	129
11 纪律 101	131
12 公共场所的纪律	135
13 离婚和意外的灾祸	137
14 饮食问题	144
15 应得的权利	147
16 恐惧和怪物	150
17 打 架	152
18 让孩子交什么样的朋友	154
19 准备去上学	156
20 给孩子们送什么样的礼物	159
21 如何对待孩子的分数	162
22 与爷爷奶奶相处	166
23 家庭作业	169
24 总是说“我好无聊啊”	171

25 互联网	173
26 当孩子撒谎时	177
27 当孩子表现出消极的动作时	179
28 是否该为孩子准备橡皮奶嘴	181
29 应对同龄人之间的压力	183
30 谁来喂养宠物	185
31 让孩子学会收拾玩具	187
32 寻求专业帮助	189
33 保持房间整洁	190
34 让孩子待在房间	192
35 顶嘴和不尊重人	194
36 是否该打骂孩子	196
37 让孩子参加体育运动	198
38 孩子偷东西咋办	201
39 说脏话	203
40 老师和学校的问题	205
41 刷牙	207
42 通电话时打岔	209
43 看电视	211
44 发脾气	213
45 如厕训练	215
46 树立价值观	217
47 电子游戏	219
48 牢骚和抱怨	224
附录一 三种类型的家长	226
附录二 点石成金;在家里发号施令	227

PARENTING WITH
LOVE & LOGIC

爱与理智

上 篇

“爱与理智”法则

第一章

为人父母：是乐趣，还是噩梦

为人父母，养育子女，应该是一桩乐事，是上天
 赐予我们的礼物。我们成为父母的那一刻，每一个
 胞里都洋溢着欢乐，每一个毛孔都散发着自信。



下雨天，一家餐馆外，3岁的克萝伊死活不肯坐进车里乖乖地跟着爸爸妈妈回家。尽管此时两个大人正淋着雨，他们左说右劝，但她就是不听。两个大人开始恳求她，拜托她，好话说尽了，就指望着小克萝伊能自己走上车去，这样又持续了15分钟。后来，这位父亲甚至不顾一切，跪在积水里，想要把他那小祖宗好好地劝上车去。最终，克萝伊点头了，但他们答应必须在回家路上给她买一瓶果汁汽水，她才罢休。小孩子才3岁，做父母的就非得给她买果汁汽水不可，等她16岁了，等待这对做父母的又会是什么？

吉姆坐在机场里等飞机，正好看到一位妈妈在管教她3岁的儿子。在一个多小时里，这位母亲对她的儿子下达了不少于80条命令，却都是在那瞎嚷嚷，没有哪一条是说到做到的：

• “过来，罗根！”

- “不许到那边去，罗根！”
- “你最好听我的话，罗根，要不然有你受的！”
- “我可是跟你来真的啊，罗根！”
- “不准跑，罗根”
- “到我这里来，要不然你可能会受伤的，罗根！”

罗根最后跑到吉姆的座位旁。这个刚学会走路不久的小孩子对他妈妈的话充耳不闻，反倒开始冲着吉姆笑。妈妈似乎真的发火了，她高声吼道：“罗根，离那个人远点儿！现在你就给我过来！马上！”

吉姆低下头冲着罗根笑了笑，问他：“嗨，罗根，你要是不过去，你妈妈可能会怎么教训你啊？”

罗根也仰头看着吉姆，嘴角向上微微一扬，露出他小小的牙齿，“她才不会教训我呢！”说罢，罗根眨了眨眼睛，他的嘴角上扬的幅度更大了。

事实证明罗根是正确的。妈妈最后走了过来，跟吉姆道歉：“实在不好意思啊，打扰啦。不过，你也是知道的，3岁的小孩子都是这样的，他们就是什么都不听你的，跟他们讲什么也没用。”

一个星期六，两个小男孩，一个5岁，另一个7岁，在一家超市里玩起“打仗”游戏来了。就像那些突袭队里的游击队员们一样，他们在一排排的货架中穿梭，在一堆堆展示品后找寻着藏身之处，他们的球鞋还时不时地把瓷砖地板蹭得吱吱作响。随后，他们玩起了“购物车对对碰”的游戏。不可避免的，两辆购物车“哐当”一声，猛地撞在一起，摩擦声尖锐而刺耳，刺破了超市内原本舒缓而轻柔的背景音乐。

两个孩子的妈妈，一开始没怎么留意小鬼们在忙乎着什么。这时才反应过来是她儿子们干的好事。她急忙扔下已经装了一半的购物车，追了出去，一边跑一边扯开嗓子吼了起来，“别迷路了！”“别碰那个！”“你，给我过来！”一路跑去，引得超市其他人都回头望看。就在她马上要碰到两个小淘气鬼湿漉漉的脖子的时候，两个小家伙改变了战略战术，开始实行战术B：分开行动，又叫做21世纪版的“分离-征服”战略。只见两人分头朝两个不同的方向跑开了，现在这个妈妈要两头开工，边追边吼了。追赶了一阵，妈妈有点筋疲力尽了，一个劲地喘着粗气，最后好不容易在谷类食品区截住了准备再做一次“突袭”的小儿子。当然谷类食品区被弄得一片狼藉，

一堆商品全被推倒在地上。妈妈把小儿子带回到她的购物车那边，发现她的大儿子又没影儿了。最后，她在农产品区找到他，这个小鬼正在把无核葡萄当作弹珠一样在地上玩打弹子游戏。

妈妈又把大儿子拧了回来，当然，你可以猜到看到了什么：小儿子不见了。她不得不又一次冲了出去。最后，在妈妈怒吼着再不听话就宰了他们，还威胁要没收他们的任天堂游戏软件之后，两个男孩终于乖乖地走到了一块儿。

可是一切还没有结束呢。战术 C 又紧锣密鼓地展开了：乘着老妈一不留神，两个小家伙又开始往购物推车里猛扔他们爱吃的零食，不一会儿，购物车里的 MM 豆、奥利奥饼干、香草口味薄脆饼还有大士力架巧克力条已经差不多堆成了一座小山。妈妈又只得跑前跑后，把那些 MM 豆一一放回原来的位置。两个男孩显然对他们战术的实行效果很是得意，笑得可欢了。当然，不可避免的，他们迎来了妈妈新一轮的“轰炸”：“再敢往里面放！”“手痒了啊，找打啊！”最后，实在是受够了，妈妈终于爆发了：“以后休想有机会再出来，一辈子呆家里！”

一番“混战”下来，这位妈妈心力交瘁，几近绝望崩溃，可她最终还是投降了，给她的心肝小宝贝们买了糖果作为停战的保证，换来片刻宁静，尽快买完她所需要的东西。

我们是否享受着为人父母的乐趣

是的，为人父母，养育子女，应该是一桩乐事，是上天赐予我们的礼物。我们成为父母的那一刻，每一个细胞里都洋溢着欢乐，每一个毛孔都散发着自信。半夜三更起来喂奶，不厌其烦地换洗脏尿布，一切的一切，无怨无悔，因为心中知道，我们正在为一段将要陪伴我们一生的真挚感情做最基础的铺垫准备工作。我们今天所付出的一切，会在我们头发花白、脱落、垂垂老矣的时候重又赐给我们幸福。我们向往着与子女分享每一刻的温情时光，共享欢乐、同担忧伤；我们向往着欢乐时的尽情拥抱，悲伤时的鼓舞激励。我们向往来自儿女哪怕是只言片语的柔情抚慰，我们迫不及待地想要和他们一起展开深入灵魂的神游之旅。

但是，上面三个故事里的父母，恐怕为人父母毫无乐趣可言。他们的生活里没