

GREEN APPLE



青 苹 果 丛 书
SERIES OF BOOK

教子

好父母也会犯错误

是本难念的

(美) 凯文·斯蒂德著
张英爽 邱炳武译

经



新华出版社

GREEN APPLE



青 苹 果 丛 书
SERIES OF BOOK

教子是本难念的经

好父母也会犯错误

(美) 凯文·斯蒂德著
张英爽 邱炳武译

106373



新华出版社

图书在版编目(CIP)数据

教子是本难念的经：好父母也会犯错误 / (美) 斯蒂德
著；张英爽，邱炳武译. —北京：新华出版社，2001.1
(青苹果丛书)

ISBN 7-5011-5095-8

I. 教… II. ①斯…②张…③邱… III. 家庭教育 - 通俗读物 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 75105 号

京权图字：01-1999-119

10 Most Common Mistakes Good Parents Make And How To
Avoid Them

Copyright © 1998 by Kevin Steede

中文专有权属新华出版社

教子是本难念的经

——好父母也会犯错误

(美) 凯文·斯蒂德 著

张英爽 邱炳武 译

*

新华出版社出版发行

(北京宣武门西大街 57 号 邮编：100803)

新华书店经销

新华出版社激光照排中心照排

北京师范大学印刷厂印刷

*

850 × 1168 毫米 32 开本 5.125 印张 87 千字

2001 年 1 月第一版 2001 年 1 月北京第一次印刷

ISBN 7-5011-5095-8/G·1868 定价：10.00 元



前 言

——为人父母

孩子希望父母在生命的旅途中和他们
共同积极地体验生活，而不是被动地与他
们同行。

前

言

※

1

身为父母，你可知这几个字意味着什么吗？显然，它可以意味着你生育了一个孩子。但这就可以确定你的父母身份了吗？生育孩子之后，你就成为父母了吗？我认为不是这样的。

世界上再没有比做父母更重要的工作了。作为一名心理学家，我选择了为幼儿、青少年和他们的家庭服务，因为我强烈地感到父母的行为对孩子们的生活所起的决定性作用。而且，我认为如果你选择了把一个婴儿带到这个世界上，你就有义务为他积极地工作，给他提供走向成功的钥匙。再没有比这更重要的事了。一位智者曾经说过：正确教养你的孩子，因为他选择了你的家。

大多数父母都很少为抚养孩子而花费心血。他



们根本没有意识到自己忽略了孩子的存在，也没有意识到自己给孩子带来的伤害。事实上，很多父母每天都把自己的工作日程排得满满的，但却把做父母这样的头等大事给放到了一边。遗憾的是，他们常常只是在孩子出现问题时，才投入较多的关心。

想想吧！大多数父母都能说出他们的工作目标。他们会为退休和投资的安全性列出一长串计划。他们清楚买下这部车还要付多少钱，他们计划如何装修厨房。但是，如果你问他将如何养育一个快乐而健康的孩子时，大多数父母会惊讶地看着你，仿佛你刚刚从冰箱底下爬出来。

许多父母根本就没思考过这个问题。他们认为只要他们照老样子生活下去，父母的身份和作用就会自然而然地表现出来。他们常常抱怨自己的父母对自己的养育不负责任，但他们却又不肯花时间来思考他们将如何养育自己的孩子。他们没有想过同他们的孩子交流是多么重要。他们没有探讨过如何寻找最佳途径使孩子建立起强烈的自我意识。他们没有考虑过该花多少时间和孩子共度并且使这段时间过得更加充实。许多父母只是在“空余的时间”里才履行父母的义务。

尽管我每天都目睹为人父母者忽视了他们的父母角色，而且，我也曾自信地认为我没有犯“被动父母综合症”，然而，下面的事实说明，我也并未



获得更多的免疫力。

作为一个父亲，我有很多时间与我的女儿——琳达西共度。然而，在去年的一个星期六，十岁的琳达西给我上了生动的一课，教给了我如何做一个积极主动的父亲。

作为一所老房子的新主人（事实上，我认为这所房子已经属于我了），我有许多差事要跑。在忙完了早晨的例行公事之后，我和琳达西离开家去办公室取几张支票，然后去银行。后来，我们去附近的一家洗衣店放下一些脏衣服，然后去五金商店和幼儿园。

在一家快餐店匆忙地吃过午餐后，我们又去了许多商店，包括杂货店、电器店、鞋店。回家稍做停留以便清理汽车，然后又去了一家服务机构和一家书店。

然后回到家，我准备晚饭，琳达西看电视。晚饭之后，琳达西去洗澡，这时我修理一件家用电器。当我洗漱完毕，走进琳达西的房间时，她正在看书。

我坐在她身边，问她是否准备睡觉了。她抬起头看着我说：“爸爸，你知道吗，我希望我们有更多的时间在一起。”

她的话使我很受震动，而她说的是对的。尽管整整一天，我们的躯体呆在一起，但我们的精神却



相距很远。正像我的许多咨询者所讨论的那样，我也同样陷入了“被动父母”的泥潭。

孩子希望父母在生命的旅途中和他们共同积极地体验生活，而不是被动地与他们同行。当父母真正体会到了这个简单的道理，他们在对子女的教育上就迈出了一大步。他们也会因之而将子女教育成幸福快乐、自我激励和不依赖他人的人。相反，忽视这一点的父母则会使他们的子女成为易受挫折的、沉迷的、自我中心的人。

接下来的一个星期六，我仍然面对一大堆必须要做的事。这一次为了不犯上周六的错误，我决定改变计划。这一天我们坐在庭院中吃了一顿别开生面的早餐，而不是像平时那样匆匆忙忙地吃完了事。我们仍然有许多差事要跑，这一天，琳达西带上了录音机，这样我们可以坐在车里听音乐。我们也比赛看谁能找出更多含 VW 的字。在车里，琳达西快活得像个小鸟。

回到家，我有更多的东西需要修理，这次是修理电话线。我没有让琳达西自己去玩，而是邀请她参加我的工作。她对如何使用螺丝刀表现出浓厚兴趣，而且让她感到非常自豪的是，她也可以帮助她的父亲做事了。

修理工作完成后，我们在附近骑了一会儿自行车。看着她从那么简单的活动中获得那么多快乐，



我真是非常欣慰。后来，琳达西帮我准备晚饭而且承担了饭后的清洗工作。虽然这样吃饭时间长了点，但琳达西感到很有意义。

待琳达西淋浴后，我们来到后院坐在一块毯子上，仰望天空，寻找那些与众不同的星星。有很长一段时间我们只是看着天，一句话也没说。

到了琳达西该睡觉的时候，我给她盖好被子，然后听到琳达西说：“爸爸，今天是最快乐的一天，我爱你。”我不想让她看到我的眼泪。

琳达西用她十岁的智慧让我明白了一件事（而此前我一直认为是我在教她），那就是作为一个父亲，我仅仅是更关注、更积极参与她的生活，就使得我们俩的生活大不一样了。通过改变我的关注重点，使繁忙、紧张的一天变成了一个珍贵的、有意义的一天。也许有一些事没做成，但它换来的结果却是有价值的。

请做一个小小的试验。坐下来和孩子聊聊天，问他们一个问题，问他们从你身上看到了什么最宝贵的东西。你会对答案感到惊奇的。琳达西的回答是：“待人友好，自信，不把事情看得太严重，而且奶酪做得很好吃！”噢！老天！四个中的三个听起来还不错。

身为父母，不仅仅指你是什么，更重要的是你做什么。父母身份是和行动联系在一起的，它涉及

前

言



5

106373



到你决定让你的孩子在生活中学习什么，包括人际关系、诚实、荣誉感等等；你应采取什么措施来帮助孩子建立起他自己的高尚人格。身为父母，你应该采取积极的方法将孩子培养成自立的、有责任感的人。

我的确看到了一些父母打算做积极主动的父母，他们交一笔学费以便能参与学校的教育计划，或者放弃在星期六上午打高尔夫球或工作的计划，而腾出时间来和他们的孩子在一起。他们认识到为人父母才是他们生命中最重要工作。

我并不是说做个好父母就要把所有的时间都花在孩子身上。事实上，许多父母都在过着繁忙而紧张的生活。有些父母必需从事多种职业，而另有一些父母则孤身一人，没有可以相互帮助的伴侣。

我的意思是说，我们需要思考做父母的技巧。我们需要保持自己的工作、自己的娱乐以及为人父母的职责这三者之间的平衡。我们必须做一个积极主动的父母，而不是只在有空余时间时才做点什么的父母。

这本书是为那些准备做“主动父母”的朋友们而写的。这是一本简单的读物，它旨在帮助父母避免犯一些常见错误，帮助他们发挥一种主动作用，以及教他们一些有效的做父母的技巧。

本书每一章都列举了一些我在日常工作中经常



遇到的错误。而那些有效的、通用的策略则是父母们要花费几百美金才能从心理学家那里学到的。每一章的末尾还有一份自测题，来帮助你理清记忆，真正搞懂。

任何人都可以成为成功的父母。这只需要你作为人父母当作生命中最重要的事来做。本书为你提供了一些策略和技巧。读下去……

前

言



7



目 录

前言	(1)	目 录
孩子希望父母在生命的旅途中和他们 共同积极地体验生活，而不是被动地与他 们同行。		※
错误 1：陷入思维误区	(1)	1
思维误区是父母传递给子女的不健康 的错误思想，它会对孩子的成长造成负面 的，甚至是破坏性的影响。		
错误 2：不关注孩子的存在	(25)	
表扬孩子的正性行为比责备他们的负 性行为更有效。		
错误 3：言行不一致	(37)	
言行一致可以使孩子有安全感，提高 孩子对事态发展的预见性和对环境的控制 能力。		
错误 4：关闭交流的大门	(50)	
随着孩子年龄的增长，开放式交流成		



为父母教养子女的有效手段。

错误 5：代替孩子解决问题 (74)

替孩子解决问题会纵容孩子的怨恨情绪和依赖性。

错误 6：人为地制造代沟 (87)

代沟会导致矛盾以及孩子对父母的怨恨。

错误 7：不适当地惩罚孩子 (100)

惩罚的目的不是为了证明谁对谁错，这样会增加矛盾和孩子的羞辱感。

错误 8：不能以身作则 (111)

孩子的成长会受到同伴和媒体的影响，但对孩子影响最大的还是父母的言行。

错误 9：忽视孩子的特殊需要 (121)

许多孩子都会出现奇特的行为和情绪，这些表现通常是短暂的，属于正常现象。

错误 10：忘记快乐 (143)

家长选择积极主动的教养方式，主动参与孩子的生活，让孩子记住快乐。

后记 (149)



错误 1

——陷入思维误区

• 思维误区是父母传递给子女的不健康的错误思想，它会对孩子的成长造成负面的，甚至是破坏性的影响。

• 应避免的几个思维误区是：

我必须做好任何事情。

我的成就代表我。

负性情绪都是坏的。

所有的人都必须喜欢我。

不能犯错误或请求他人帮助。

错误 1 —— 陷入思维误区



1

大多数父母都希望自己的孩子十全十美。我们对他们严格管束，积极鼓励，谆谆劝导，以使他们能够顺利度过不稳定的幼年及青少年时期。我们不希望做任何伤害他们的东西。

在热情地教给孩子有益的生活经验，帮助他们建立起稳定的价值体系时，我们有时也给他们灌输一些别人的、非积极的观念，但通常我们自己却并



未意识到这一点。这些“思维枷锁”会在孩子以后的生活中显现出来。

身为父母，我们有许多自己的偏见，这些偏见多来自于我们自己的童年经历。当然，我们关于生活的许多经验都是积极而有益的，但也有一些是消极有害的。为了避免将这些消极而无益的思维误区再传递给我们的孩子，我们要分辨这些思维误区并采取措施。本章讨论的内容是：一些常见的思维误区。

思维误区 1：“我必须做好任何事情”

大多数父母总是鼓励自己的孩子做好他们生活中遇到的每件事，他们期望自己的孩子能够轻松自如地展示自己的才能和兴趣。可是，虽然这种意图是好的，但在实际操作中，这些父母却给孩子们传达了与之相反的信息。

鼓励孩子做事时要尽其所能，这是一回事，而错误地认为孩子做任何事情时都应表现得最好，这就是另一回事了。当我们强迫孩子去做他们兴趣很小或根本没有兴趣的事时，我们就犯了这个错误。同样，当孩子在某个具体活动中没有表现出我们所期望的那种理想状态时，我们就不愿接受这个事实，也犯了这个错误。



一旦这个思维误区被整合入孩子的信念系统，他的自尊、自信就会逐渐消失。原因很简单，任何孩子都不可能在所有的事情上做得最好。那些认定自己在任何方面都是最好的孩子，很快就会发现他们在许多事情上都会令他们的父母，甚至令自己失望。当有着这种思维误区的孩子，长大成人后，他们会为施加于他们身上的要求而愤怒，或者因为知道自己无法达到别人的要求而沮丧。

为了避免犯这个错误，我们应该让孩子参加多种多样的活动，鼓励他们就自己有兴趣的方面来发展自己的能力，并应该让孩子知道每个人都有不同的兴趣和才能，每个人也都有自己的强项和弱项。

一位母亲带着她的一对儿女走进了我的办公室，她认为两个孩子出现了问题。她八岁的儿子，看起来比实际年龄还小，对于母亲期望他参加的体育运动毫无兴趣，他宁愿把时间花在计算机上，而且他在这个方面的确显露出了才能。相反，这位烦恼的母亲的女儿却痴迷于体育运动，根本不愿去做传统女性应该去做的事情。

这位母亲花了很长时间和很大的精力试图强迫儿子参加体育运动而把女儿从她喜欢的体育中拉出来。但结果却是：当这两个可怜的孩子迫于父母的压力去做父母为他们选择的活动时，他们都做不好，因而他们感到非常沮丧。我的建议是：让孩子



们自己作出选择，并且给他们足够的空间让他们去发挥自己的才能。

几年以后，这位母亲打电话给我，兴奋地告诉我她的女儿刚刚在城市田径运动会上获得冠军，她儿子最近完成的一个电子游戏软件已被一家大出版社看中，并准备出版！这个故事的意義就在于：我们应该鼓励孩子发展他们自己的兴趣和才能，而不要强迫他们做我们这些父母期望他们做的事。

尽管鼓励孩子发挥自己才能的益处是显而易见的，但许多父母却仍然由于种种原因而强迫孩子投入这项或那项他们期望的活动中。有的父母可能是因自己在某一领域表现很出色而希望孩子成为自己的翻版，另有一些父母则可能是因自己在某一领域不出色而希望孩子来弥补他们的遗憾，还有一些父母则希望孩子来丰富自己的生活。

道森一家是一个特例。道森夫妇来到我的办公室寻求帮助，因为他们 10 岁的儿子——本。道森先生和夫人都是事业成功者，且经济条件优越。他们极为关注的是，最近儿子的学习成绩下降了。

他们告诉我，本在学校的学习和生活都没有困难，他的成绩一直非常好，本在家里也一直表现很好，直到最近才出现了一些与学校有关的问题。本经常“忘记”将作业带回家，且对做作业有抵触情绪。每天晚上让他坐下来写作业变得越来越难了。



当谈话进行到这里时，我想了许多原因来解释本的成绩下降：或许他有轻度注意障碍？或许家里发生了什么事让他情绪波动？或许他情绪压抑？

为了分析成绩下降的种种可能性，我设计了一些问题。提问从本的学习经历开始。我问本在学校是个好学生吗？他们回答：“是”。我问从什么时候起你们注意到本的成绩下降了？他们认为是从上次成绩单开始。我问成绩下降了多少？现在又是多少？出乎我的意料之外，他们表情阴郁地告诉我，本的数学成绩从 98 分陡然降至 92 分。

任何人都可以看出本的父母对本寄予了太大的希望。本清楚地体验到，无论他怎样做，都无法满足父母的要求——而且他可能是对的。他们不仅要求本做得好，而且希望他们十岁的儿子是完美无瑕的。

自从本感到自己早晚有一天会使父母失望，他便开始了对父母的叛逆。他用不理想的成绩来表示他内心的不安。他宁愿冒着学业不合格的风险，宁愿承受父母对他全部的失望——且不仅仅是对他学业的失望——也不愿完成作业。

经过交谈，道森夫妇很快便认识到他们给儿子施加了过多的压力。我建议他们和本好好谈谈，让本确信无论他带回家的成绩单如何，父母都爱他。我进一步建议他们，可以告诉本，他们相信本自己