



新向导丛书 —— 成功教养系列

[美] Jane Nelsen, Cheryl Erwin 著

常贺敏 译



中国轻工业出版社

新向导丛书——成功教养系列

Parents Who Love Too Much



帮你走出溺爱孩子 的误区

【美】 Jane Nelsen, Cheryl Erwin 著

常贺敏 译

 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

帮你走出溺爱孩子的误区 / (美) 内尔逊 (Nelsen, J.),
(美) 欧文 (Erwin, C.) 著; 常贺敏译. —北京: 中国轻
工业出版社, 2002.1

(新向导丛书·成功教养系列)

ISBN 7-5019-3519-X

I. 帮… II. ①内… ②欧… ③常… III. 家庭教育;
儿童教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 081310 号

版权声明

Authorized translation from English Language Edition published by
Prima Communications, Inc.

Original Copyright © 2000 by Jane Nelsen and Cheryl Erwin, *Parents
Who Love Too Much*

Translation by China Light Industry Press, 2002

策 划: 石 铁

责任编辑: 朱 玲 张乃东 责任终审: 杜文勇

版式设计: 刘智颖 责任监印: 吴维斌

*

出 版 人: 赵济清 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

电子信箱: wqtw@263.net

电 话: (010) 65262933

印 刷: 北京天竺颖华印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 9.00

字 数: 170 千字

书 号: ISBN 7-5019-3519-X/G · 262

定 价: 16.00 元

著作权合同登记 图字: 01-2001-2500

· 如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换 ·

版权所有 · 翻印必究



序 言

如果你要问那些你认识的成年人：生活中最重要的是什么？你最可能听到的回答是“孩子”和“家庭教育”。非常有趣的是，如果你再问他们：生活中最令人沮丧的是什么？你可能听到同样的回答。当人们梦寐以求想拥有一个孩子的时候，总感觉这是一件非常简单的事，不过，实际情况极其复杂，简直令人难以置信。

到任何一个美国家庭去作客，只要你在一个安静的角落坐下来，简单地环顾一下你的周围，用不了多长时间，你就会发现这个家庭有没有孩子——迹象随处可见。你会看到玩具：它们或者整齐地堆放在玩具篮中；或者被精力充沛的孩子们散落在地板上。至少墙上和桌子上的玻璃板下装饰着孩子们满是笑脸的照片。冰箱上也可能贴满了孩子们的“艺术作品”、各种小卡片等，这些都是孩提时代珍贵的纪念。

如果你进一步留意，就会看到孩子们长得什么样子，他们的身高、年龄、才能、气质各不相同，不过有一件事是肯定的：尽管生活中时有令人矛盾和沮丧的事情发生，但是，父母非常爱自己的孩子。实际上，在大多数家庭，孩子的降生是一件具有里程碑意义的大事，甚至成为父母们生命中的永恒记忆。当孩子们不断长大，成熟，学习新事物，开始了他们的人生之旅，父母们就会把孩子们从小到大的一举一动、一言一行存储在记忆的宝库中，闲来互相讲述宝库里珍藏的动人故事，还会把这些故事传给自己的子女，子女的孩子，一代一代，直到永远。



CALVIN AND HOBBS © Watterson. Reprinted with permission of
UNIVERSAL PRESS SYNDICATE. All rights reserved.

这真是一幅理想的图画呀！不过也有很多父母感到迷惑，因为孩子们对父母为他们所做的一切并不领情；而且，让父母更为沮丧的是：他们为孩子做得越多，孩子们的要求也越多，越来越不满足。尤其是父母们认为，孩子们已经很成熟了，完全可以自由放飞了，孩子们往往变得气愤和不满，有些父母不理解，为什么孩子们就不能变得更有责任心，目标更明确？父母们会说：“毕竟我教过他们呀！”更令父母们深感困惑的是：“为什么我的孩子不懂得体贴地对待别人呢？我们可是那么周到地照顾他们



呀！”也许，这就是问题的症结所在。

美国人的家庭生活是围绕孩子运转的。尽管当今社会的家庭形态趋于多样化（笔者认为，每一种类型的家庭和每一个家庭都有潜力创造奇迹），但大多数父母都有一个共识：培养孩子的和宽容地对待孩子是他们所做的最具挑战性和最能实现自身价值的工作。我们知道，每个人都爱自己的孩子，如果你不关心孩子就不会读这本书。但是，溺爱孩子并不能保证我们每一个人都确切懂得，为了把孩子培养成为有益于社会的人，应该做什么以及怎样做。尽管目前有关家庭教育方面的知识和信息异常丰富，但大多数溺爱孩子的父母仍不时地对怎样教育孩子感到迷惑，更会被如何处理孩子们带来的不可避免的日复一日的混乱和麻烦弄得不知所措。

爱孩子、培养孩子需要父母付出大量的心血。为人父母，意味着你愿意为这一神圣的事业不惜牺牲时间、金钱和精力；意味着你要投入深深的爱心；也意味着你要有耐心——这是很不容易做到的；更意味着要学会明智地做决定，制定计划，引导孩子朝着快乐健康的生活前进，这是许多有良好意愿却溺爱孩子的父母最为关心的地方。

在本书前面的几章里，我们会发现，在培养孩子的过程中，爱实在不算什么问题，只要问问那些亲眼看着婴儿出生，和蹒跚学步的孩子一起玩捉迷藏游戏，注视着青年人第一次踏入大千世界的父母们，他（她）都会告诉你爱的潮水是怎样的不可阻挡。父母们如此喜爱他们的孩子，以致于可以为孩子做任何事，甚至可以牺牲自己的利益，只要孩子们需要，他们可以忍受任何苦难。他们密切关注着孩子的一举一动和一餐一饮，为孩子提供有趣的娱乐，竭尽全力把孩子引向成功之路，他们对孩子有着很高的期



望。所有这些都是以爱的名义。

但是，有爱就足够了吗？毕竟，父母们在爱的名义下为孩子们做了那么多事啊！他们有时把孩子牢牢地控制在手心里，有时却又纵容孩子，任由孩子为所欲为；他们有时候满足孩子的任何愿望，有时候又随意剥夺孩子的需要；生气的时候他们可能会严厉地惩罚孩子，一旦内疚他们又心疼地把孩子紧紧地拥在怀里——所有这一切都是以爱的名义。（实际上，也许在短短的一天内，父母们实践了上述所有的行动！）最近，有一部电视剧《超级胖孩》，在社会上引起了极大的反响。故事说的是某些很特别的妈妈，她们都有“超级肥胖的宝贝”孩子，其中有的孩子三岁时已重达100多斤。许多人质问这些妈妈：明明知道纵容孩子对孩子的精神和身体都是有害的，为什么还一直任由他们想吃什么就吃什么？这些妈妈作出了相同的回答：“因为我们爱孩子。”她们中的许多人在自己小的时候过着衣不蔽体、食不果腹的生活，然而一旦她们做了妈妈，不管孩子要求什么，也不管他们的要求正当与否，她们都尽力满足，以为如果不这样，就不是真正爱孩子。

很明显，这是一个极端的例子。但是，在某些地方，今天的父母们远比上一代人受教育的程度高，生活更富裕，可是，为什么我们发现在年轻人中，暴力行为却令人震惊地与日俱增呢？为什么孩子们总是很没礼貌、很自私呢？传统的懂得感激的美德和努力工作的态度受到了怎样的挑战？我们的孩子在思想上正经历着什么样的变化？他们将来会成为哪种类型的成年人？

像这样爱孩子并不会自动产生有效的、健康的培养方式。实际上正相反，爱经常会把有良好意愿的父母引入极端。父母们要么控制欲太强，想把孩子牢牢掌握在手里（他们声称“为了孩子



好”),要么太仁慈、太纵容(他们说怕孩子“自尊心受伤害”)。当我们向一个母亲建议,她的8岁的孩子能够自己做午饭,并且在这个锻炼过程中可以形成一种信念:她是家庭中有能力有贡献的一员——也就是她有能力自己做午饭而不会把饭弄成废物扔到垃圾堆里时,这个母亲惊呆了。她说:“不过我认为,一个爱孩子的母亲应该亲自下厨为孩子做午饭。”

溺爱孩子的父母总是为孩子做得太多太多。有时,在孩子们生活的某些方面,他们控制得极为严格,而在其他方面又太纵容孩子。这样,家庭生活很容易堕入到一系列斗争和矛盾冲突之中。顺便说一句,我们都理解这种情况,因为我们也曾为人父母,而且,也曾犯过这样的错误。

每一位到我们直播室做过节目的父(母),以及我们在采访过程中遇到的家长,都渴望把培养孩子的工作做好。他们深信:养育孩子是至关重要的。不过,有时他们也很困惑。今天的父母们被铺天盖地的教程和方法所笼罩,经常为他们的感情和需要之间的矛盾而感到内疚(究竟是选择出去工作还是留守家庭),五花八门的评论文章无处不在;书店在书架上充斥着各种宣称提供最好的培养孩子的方法的手册;电台和电视中的家庭教育“专家”多如牛毛,杂志也把刊发大量有关培养孩子的文章作为己任,这些文章的说法各不相同;甚至互联网上也有关于家庭教育和家庭关系的网站流行,每一个网站都提供自己的培养孩子的最佳途径。如此种种,父母们怎么能知道应该做什么呢?哪个说得有道理呢?如果极端的控制和过分的纵容都不是正确答案(而且,你已经看到,我们坚信这两种方法都不正确),那么正确答案究竟是什么呢?

本书无意给你这个答案,它只是有意识地帮助你发现这个有



益于你自己和你的孩子，有利于实现你的梦想的答案。这本书的目的是拓宽你的思路，鼓励你探索究竟能为你的孩子做些什么——也许这与你的邻居想为他们的孩子做的事并不相同。我们想指导你沿着更开阔的思路思考家庭教育这一重大问题（尤其是在今后的岁月里更要有长远的眼光）并且增强你的自信心，提高你的技能，以便为你的孩子作出正确的选择（你的自信心和技能会随着你的孩子一同成长），这有助于你的孩子成为有能力的，有竞争力的，既能欣赏这个世界又能为他们周围的世界做出应有贡献的成年人。我们希望你能发展你的知识面和自信心，这样你才能用你的爱和智慧更好地培养孩子——也就是说，你要懂得你所感觉到的最好的事，并不一定就是能帮助你的孩子发展成为健康的、快乐的、有贡献的社会成员所需要的品质和技能的最好的事。

毫无疑问，你已经发现，为人父母实非易事，我们所处的世界变化如此之快，我们培养孩子的技能和观念并不总是能够跟上时代前进的步伐。在本书前面的几章里，我们将探讨为人父母和家庭教育的独特领域，和你共同分享家庭教育的经验以及所经历过的共同的故事。我们将会为你提供机会检验一下你所做的一切（以及它是否起作用），在什么地方你获得了培养孩子的灵感，我们也会提供一些方法帮助你更好地了解你的孩子，发现孩子们想像中的生活是什么模样，对于他们自己，孩子们做出了什么决定以及怎样在他们的世界里发挥作用。

最重要的是，我们将帮助你发现成功的家庭教育的秘诀，我们称之为“慈爱而坚决的家庭教育”方式，我们将告诉你，如何运用你所感觉到的对孩子深深的、持久的爱，指导他们朝着你满意的——尤其是他们自己感觉满意的生活迈进。你将学会运用一种你自己的，基于你的广泛实践所得出的知识去培养你的孩子。



有时，你肯定感到怀疑：“为人父母，我的作法是否正确？”我们可以猜测到，的确有时候你确信自己做得不对。错误是学习过程的一部分，每个人都会犯错误。作为本书的作者，也作为孩子的父母，我们借此契机，向那些为孩子们奉献时间与精力的人们致以最崇高的敬意。请坐下来，喝杯咖啡或清茶，敞开心扉——你那些关于养育孩子的无可置疑的信念将接受挑战。但是，我们相信，结果是值得的，我们将拥有健康的、有能力的、快乐的孩子和自信、乐观的父母。那就让我们开始吧！



目 录

第1章 溺爱真的可能吗 1

溺爱是正常的	2
改变是可能的吗	11
情感	12
物质主义	15
占有欲	16
分享而不是拆散	18

第2章 溺爱的危害是什么 21

有时父母们只是不去思考	21
物质主义和过度纵容孩子的害处	23
时刻牢记思考长远结果的重要性	24
与溺爱正相反的健康的爱	25
“不过，向孩子让步似乎更容易……”	28
为什么父母们不用心思考	29
榜样是最好的老师	30
孩子们总是在做决定	32
孩子的理解力和决定是独特的	34



走进孩子的世界	34
理性的家庭教育	35
什么是自尊	39
你的爱伤害了孩子还是帮助孩子	40

第3章 溺爱的两种极端形式——纵容和过分控制 43

两难困境	44
纪律约束和惩罚不是一回事	44
大秘密	45
纵容：为什么娇生惯养是对孩子的不尊重	46
过分地控制：另一个极端	47
过分控制的良好意愿	49
谁有问题——父母还是孩子	50
“这是为你好”	52
帮助孩子探究结果：不要把结果强加给孩子	53
怎样处理毒品和性的问题	55
使变化真正起作用	60

第4章 纵容——是良好的意愿还是不负责任 65

“但是我从来不会那么做……”	66
纵容，懒惰，忙碌，坏习惯	69
快餐综合征	69



纵容与电视 72

合理的限制和约束 74

第5章 为什么偏偏是现在——溺爱的原因 79

老一套的“智慧”：培养孩子的神话 79

第二次世界大战之后的美国 82

离婚：美国风格 86

文化冲突 87

专家不赞成，父母更困惑 89

相信你的心灵和智慧 90

溺爱孩子与邻居的关系 91

社会压力 92

谁最重要？孩子！ 94

内疚 95

第6章 内疚——溺爱的根源 97

内疚成为避免变化的借口 97

服从你的心灵的决定 116

第7章 为什么父母们总是做那些徒劳无功的事 119

淹没在学术期刊中的研究 120

父母们缺乏接受有关儿童发展的教育



和教育方法的教育, 缺乏基本常识和技巧	122
父母们关注的是孩子的行为, 没有注意到	
在孩子的行为背后起支持作用的思想观念	124
许多家庭教育“专家”鼓吹惩罚和奖励的好处	126
某些“专家”夸大了纵容的好处	127
“我受到了惩罚, 今后要学好”	130
父母们深受“危机心理”的支配	134
父母们按照从他们的父母那里学到的方法	
培养自己的孩子 (或者用正好相反的方法)	134
父母们感情用事, 因而失去了应有的常识	135
好爸爸、好妈妈仍然会犯错误	139

第8章 “断奶”——必要而不舒服的人生过程 141

人类与其他动物的不同和相似之处	141
不“断奶”对孩子的伤害	143
孩子不需要照顾吗	145
“喂奶者”和“吃奶者”: 想说“断奶”不容易	147
个案研究	153

第9章 家庭中的性格教育 157

怎样才能培养孩子良好的性格特征	158
孩子的性格特征并非与生俱来	159



四种基本需要——家庭中性格教育的基础	160
家庭会议	170
社会兴趣	176

第 10 章 健康的爱——孩子的真正需要 179

健康之爱的基础	180
给予孩子真正需要的东西	193

第 11 章 变化从哪里开始

——父母亲要真正理解自己 195

经验的力量：父母曾经是孩子	197
你是怎样长大成人的	198
你的生活不是孩子的生活	205

第 12 章 个性——你的优先选择是什么 209

发现你的优先选择	212
你的优先选择和你的家庭教育方式	215
照顾好你自己	218
平衡的重要性	220

第 13 章 走进孩子的世界——通向健康之爱的桥梁 221

没有人能够确切地知道孩子们所有的事	222
年龄和阶段	223



时间	225
听和说并用	227
好奇心的威力	229
秘密的倾听	233
通过“什么”和“怎么样”表达好奇心	233
和孩子一起分享你的成长史	235
度过特别的时间	236
谨防生气“陷阱”	237
信任你的孩子，该放手时就放手	239

第14章 没有极端

——慈爱而坚决的教育方式在实践中 243

现实世界中的家庭教育	244
钱啊，钱	245
家务大战	253
关于家庭作业的激烈冲突	258
我们的归宿在哪里	265

结束语	267
-----------	-----

第 1 章



溺爱真的可能吗

没有人不爱自己的孩子，也许人们给“爱”这个词下的定义各不相同，表达爱的方式也千差万别，但联结父母与孩子之间的纽带是神圣的。书籍，艺术，音乐甚至广告都曾经记录下孩子们童年时代珍贵不朽的瞬间。绝大多数父母都会告诉你，他们曾经那么久久地凝视着睡在小床里的婴儿的脸庞，度过多么美妙的时光，感受孩子成长的新生活所带来的欢乐以及随之而来的责任。父母们知道，他们负有保护孩子、培养孩子、珍惜孩子的庄严使命，他们要和孩子一起欢笑，分享幸福，珍藏孩子们每一个“第一”的经历：长出第一颗牙齿，会说第一句话，迈出第一步，第一天上学——一直到赴第一次约会，最后（我们都希望，但不要太快），拥有第一个外孙（孙女）……正因为如此，人类才得以享受天伦之乐，代代不已。

父母们以一种严肃的态度对待培养孩子这一神圣使命，他们为培养孩子投入了全部的身心足以证明这一点。他们买大量的书，阅读杂志，参加各种课程班，在教堂的走廊里、咖啡店里甚至互联网的聊天室里分享养育孩子的经验和教训。为了把孩子培养成有用的人材，父母们投入了大量的时间、精力和财力，往往以牺牲自己的利益为代价。这一切都是为什么呢？因为他们爱自己的孩子。

爱是一个奇迹，我们非常了解这一

爱并不算什么
问题，问题是父母们
在爱的名义下所做的
选择。