



WTS Wm Wm
Wm Wm 3D W 04 Wm Wm

章舒译

■ [美] 唐·丁克迈耶 著
加里·D·麦凯

父母教子的 学问与艺术

■ 中国经济出版社



2 035 5196 8

-205

父母教子的学问与艺术

〔美〕 唐·丁克迈耶 著
加里·D·麦凯
章 舒 译

59478/1



中国经济出版社

(京) 新登字079号

内 容 提 要

这是在美国年轻父母中很有权威性的一本教育儿童的书籍，现已出版100多万册。该书对4—12岁的少年儿童经常出现的问题行为从衣、食、住、行、学习、品德各方面以心理学的角度加以分析。比如：逃学、不准时吃饭，不按时睡觉，处理零花钱，做家务等，并提出具体的教育方法，同时教会父母怎样与孩子相处、交谈。该书语言通俗，可操作性强，每章均附有思考题和习题，是各位家长、小、幼教师与儿童心理学家的一本好书。

责任编辑：韦 水

封面设计：王 滨

父母教子的学问与艺术

〔美〕 唐·丁克迈耶 著
加里·D·麦凯

章 舒 译

*

中国经济出版社出版发行

(北京市百万庄北街3号)

各地新华书店经销

北京朝阳北苑印刷厂印刷

*

787×960毫米 1/32 6.5印张 112千字

1992年2月第1版 1992年2月第1次印刷

印数：1—8000

ISBN 7-5017-1451-7/G·214

定价：3.70元

译 者 的 话

象大多数父母亲一样，我对孩子两岁左右的“倔脾气”，7、8岁时的调皮、不听话；13、4岁时的自作主张、自以为是感到恼火、无奈。好象这一切在定数之中。除了训斥和惩罚，真是别无它法了。

然而，当我读了这本书的原著后，我的观念改变了。原来，孩子那些在“定数之中的缺点”并不一定在定数之中。给孩子一个自由宽松的生活环境，他们会变得合作起来。让孩子在生活中学会自己管理自己，象朋友那样对待他们，听他们讲话，理解他们的感情，接受他们现在的样子而不是去塑造他们，这些新思维使我开阔了眼界。

试试这些新方法。剥去训斥、惩罚的画皮，坦露出对孩子赤诚的爱心，使他们感受到自己的价值，这就是我决定译出这本书的原意。在充裕的物质生活中，为了让孩子身心健康地成长，我把这本书献给许许多多的父亲和母亲们，也献上我对孩子们的一片爱心。

目 录

引 言	(1)
第一章 理解孩子的正确 行为和错误行为	(3)
第二章 更多地了解你的孩子和 身为家长的你自己	(32)
第三章 鼓励：建立孩子的自信心 和价值观	(54)
第四章 交往：怎样倾听孩子的讲话	(79)
第五章 交往：探讨多种选择和向 孩子表达你的看法和感受	(102)
第六章 自然结果以及合乎逻辑的结果—— 一种培养责任心的训练方法	(124)
第七章 其它有关使用自然结果以及 合乎逻辑的结果的事例	(156)
第八章 家庭会议	(171)
第九章 树立信心，挖掘你的潜力	(190)

引 言

我们认为，做称职的家长是生活中最值得奖励的事，也是最富于挑战性的任务。富于挑战性的部分理由还包括从书本、报纸和电视中挑出那些教育孩子的相互矛盾的理论。这些矛盾着的理论是很容易搞混的！

STEP (*Systematic Training For Effective Parenting*) ——学做称职家长的系统训练，为亲子关系提供了非常实际的训练方法。本书引导你用一个民主的哲学观点来教育孩子。我们自己以及100多万家长认为这本书是有用的。如果你把书中的方法和原则付诸实践的话，STEP将为你和你的家庭服务。成功与否有赖于你对它的信任和是否参与训练。

我建议，你以每个星期读一章的速度来学习，共需九个星期。在每一个星期开始的那天，读一章，在这个星期之中，研究关于问题的情境、问题和该章的一些图表。但是一定要保证拿出时间来执行本

星期的活动。

许多家长为了加强他们对STEP的体验，参加了STEP的一个辅导小组。为了使家长们有机会讨论彼此的看法和分享经验，我们成立了成千上万个这样的小组……

通过勤奋地学习和实践（无论是你自己的还是在—一个小组的），你都将作为更为称职的家长“毕业”。假如你愿意坚持的话，我们坚信STEP将会帮助你获得称职家长奖。

第一章 理解孩子的正确行为和错误行为

请思考以下情景：

A夫人：琼，你能来，太好了，我们好长时间没机会聊聊了。

B夫人：是呀，秀，好象事情多得成堆。

女儿：妈，我可以到芭芭拉家玩去吗？

A夫人：不行，凯，你知道你在生病，医生还要你躺下来休息呢！

女儿：嗯，妈，我好多了，我快要闷死了，我不能去一小会儿吗？

A夫人：不行，现在躺到床上去！

女儿：（哭），我不想上床，我好啦，我要去找芭芭拉！

A夫人：（生气地）凯！听话，马上上床去！

女儿：（跺脚，哭）你从来不让我自己做事！

A夫人：（窘迫地）对不起，琼。

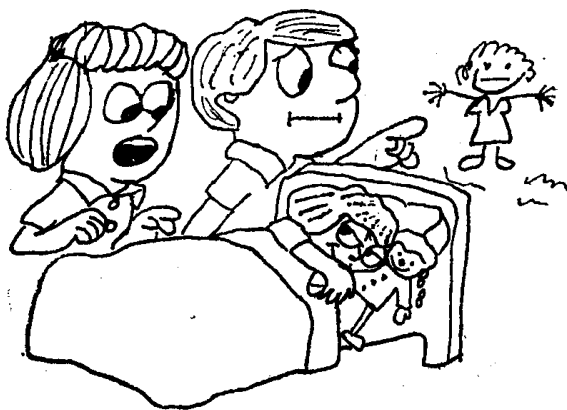
B夫人：（笑）没什么，我家也有这种事。

A夫人：今天的孩子与过去的孩子是多么不同啊，
我小的时候，从来没有跟母亲这么吵过。

B夫人：我也是，我不知道为什么，不过现在孩子们好象不尊重权威了。

这两位母亲与今天许多其他家长一样，觉得孩子们的态度与他们自己在孩提时代的态度相比，似乎很不相同。家长们对此常困惑不解。

《学做称职家长的系统训练》（以下简称STEP）是为了帮助家长更好地与孩子相处，它为那些想成为卓有成效的家长提供了训练的材料。



为什么家长需要训练呢？

长期以来，我们的社会一直要求对那些从事儿童工作的各种人员（如教师、咨询人员、心理学家、

社会工作者、儿童精神病医生)进行专门训练。但是,儿童生活中最重要的人——父母亲,担负着抚养孩子的任务,却没有专门训练过。

今天,由于一些与社会变化有关的原因,越来越多的人已经认识到培训家长的必要性了。一般地讲,我们的社会已从专制的状况转变到民主的状况,并对社会平等问题提出了挑战,可是,大多数人,特别是家长,对此还没有什么准备。

今天的家长多数是在较为严厉而且专制的社会里抚养成人的。人们之间的关系是以社会等级来理解和区分尊贵和卑下的。在家里,父亲被认为是至高无上的权威,母亲从属于父亲,而孩子则从属于父母二人。社会秩序森严,人们“各司其职”。如果我们的社会仍然保持其刻板的结构,那么现在的许多社会问题就不会发生了。但是,社会不是静止的,而且,在为社会制度奠定了相宜基础的有关主要问题上,其巨大变革已告结束。

一些先前被认为是卑下的人们,对他们的地位反感起来。工会成立,可以保护工人们的权利;少数民族要求与处于优惠地位的人们平等相处;妇女们向大男子主义发起了挑战。

对这些基本设想的挑战造就了一个根本不同于过去那种专制社会的社会。我们正在进入一个所有的人都坚持要求彼此平等相处的社会体系。

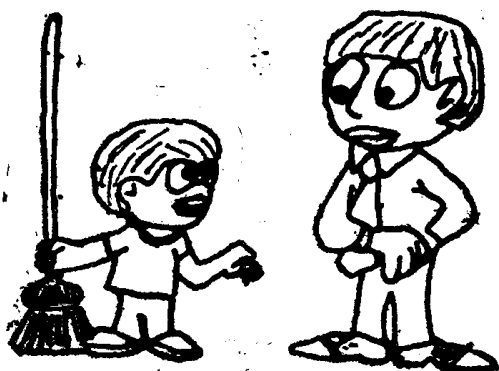
当然,儿童也受到这种社会关系变革的影响。

对成人与儿童关系影响最大的也许是男人与女人之间的关系的变革。近些年来，广为宣传的妇女解放运动已经蓬勃发展起来。第一次世界大战前，妇女迫切地要求承认她们的选举权。在第二次世界大战期间，大量妇女涌入劳动大军。战后，许多妇女为了个人的需要和给家庭舒适的生活提供额外的收入而仍旧留在工作岗位上。越来越多的妇女进入大学和从事专门职业。

随着妇女对她们权利和能力意识的日益增强，而更加坚决地要求改善她们的法律地位和经济状况。许多男人对妇女解放运动采取了防卫态度。

于是，在社会变革的框架中，男人和女人个人之间的竞争就开展起来了。一个出生在争夺至高无上权力和个人权利的家庭里的孩子也会很容易地断定他们自己也必然拥有某些权利。可是，孩子们不会轻易地懂得建立个人权利的民主方式就是对他人权利的尊重。今天的儿童想到的是他们应该有权利而家长应该有责任，我们想用过分保护孩子的方法来使他们成为有责任感的人时，却培养了这种对权利和责任的片面理解。

然而，问题不光仅此而已。今天的孩子在寻求他们的权利时决不愿意服从成年人的专横管制。所以，用传统的方式，如奖励或惩罚，让孩子顺从已不再象过去那么奏效了。只有当孩子们认识到成人是至高无上的时候，他们才相信成人有权来惩罚他们。



今天的孩子认为奖赏就是他们的权利。凡依赖奖赏手段的家长往往会发现，只有当孩子受到奖赏时，他（她）才去做事，而且只有当报酬似乎是值得为之去努力时，他（她）才对奖赏有所反应。一支棒糖对于一位5岁的孩子就足够了，可对一位青年说来，却需要一辆汽车。

惩罚也没有以前那样有效了。儿童会这样去论理：“如果你有权利惩罚我，我就有权利惩罚你”。假如非要让惩罚奏效的话，那就只有不断地重复惩罚。

于是，我们的难题是：我们应该做什么呢？我们应该如何面对抚养当今孩童所造成的挑战呢？如果能够回到过去较为独断专行的社会，我们与孩子的矛盾就会少些。然而，这样就会恢复到那种违反民主原则的，优越——卑下模式的人际关系中去。

此外，那些已经获得权利的人是不会放弃权利的。另一种选择就是放任自流，就是对儿童的行为不加什么限制。但是，放任自流就会产生比我们现在所遇见的混乱更为甚之的混乱。如果没有对社会成员的行为设置某些限制的话，这个社会就不能存在。

家长与孩子的社会性平等

在民主社会中，每一个人必须对自己的所作所为负责。如果我们要求成年人有责任感，就必须从家庭开始培养有责任感的儿童。因为奖赏和惩罚已不如过去那样有效了，所以，我们需要创造家长与孩子之间的新关系。由于社会平等是“民主革命”所追求的理想，所以这些新的抚养孩子的过程必须建立在民主原则的基础之上。

民主培养孩子的过程是建立在平等和相互尊重的原则基础上的。我们必须当心，不要把平等定义为“一样”。显然，成人和孩子是不一样的。除了生理上的不同之外，一般来说，成人较比有知识、经验并且有某些法定的权利和经济利益、特权和孩子所没有的一些责任。就“平等”而言，我们指的是孩子与成人在人类价值和尊严上的平等。在一个民主的社会里，每个人都必须得到尊重，并且具有在社会规范的限度内的自决权。

民主社会允许选择。有民主思想的家长在一定限度内给孩子们提供做出决定的机会，并且要他们

对这些决定负责。通过STEP,你会熟悉一种训练方法,这种方法代替了奖罚。它允许选择,而且让孩子对自己的决定负责。它可以产生自我约束。这种取代奖罚的方法叫做“自然和合乎逻辑的后果法”。

有民主思想的家长也使用鼓励的方法。这意味着把孩子当作一个需要爱和尊敬的独特个体来尊重。在以后的章节中,你将学到特定的鼓励孩子的方法。

在与相去不远的控制和专横年代相比而较为感化和说服的年代里,家长学会理解孩子的好行为和错误举止及其情绪是十分必要的。本章的后半部分和第二章的部分章节将专门讨论理解孩子的问题。

理解儿童的行为

有几种较为流行的解释儿童行为的理论。有些人认为:行为主要由遗传来决定;另一些人则相信:行为主要是依赖于环境——孩子周围的人和事件——造成的;也有一种比较常见的看法,即儿童是要走过一些可以预见的年龄段的。让我们简单地审视一下每个观点吧!

尽管人们普遍认为儿童都具有某些先天禀赋的特定品质,但从来也没有人证实有那种直接从先辈继承个性特征的实例。如果行为主要是由遗传决定的,那么为什么同一家庭的孩子有着极为不同的个

性呢？

那种认为环境决定了行为的理论又提出了另外一个有趣的问题：如果行为是由环境造成的，那么为什么对同样的环境，每个人的反应却是那样的不同呢？那些认为行为或是由内在力量或是由外部力量造成的人不承认个体有做决定的创造力，即选择如何对身体上的或环境条件方面的反应方式。

家长还听到很多关于年龄与发展阶段的说法。“两岁的孩子真可怕！”“所有5岁的孩子都那样。”“别着急，他正在那个年龄段呢！”“所有她这个年龄的女孩子……”“他就要走出那个年龄段了”等等。尽管孩子们的确有反抗成人的“时期”，但这也不应该成为接受错误行为的理由。

经验表明，有许多事实是这些所谓规律的例外，而那些不合作的孩子并不会从表现出那种不合作的态度的年龄阶段“走出来”。相反，他们很可能处于建立某种行为模式的过程之中。



比如：“男孩子就是男孩”和“女孩子天生好管理”的性角色的旧观念一直影响着我们期待并强化某种行为。典型地，我们一直期望女孩子要合作，男孩子则要有反抗精神或者可以懒一点，这种期望是很有力的。女孩子做了妈妈的好帮手就会受到奖赏，可是妈妈并不指望男孩子来帮什么忙。因此，性角色的旧观念竟被视为“天经地义”的了。

另外，我们对孩子那种令人气恼的、不合作的以及反叛的行为已经可以接受，并且认为是“正常”的了。我们期待和接受那些反面行为是因为我们觉得对它无能为力。

问题出在我们缺乏对人类行为的理解上。而且在我们的信念中，本身就认为自己无力影响孩子使他们表现得更合作些。我们必须认识到：儿童的错误行为并非是某个年龄或某个阶段的必然表现。它可能是有典型意义的，但我们不必去期待它，承认它或者认为它是正常的。能够理解孩子的正常和非正常行为的家长能较好地影响他们的孩子。

STEP的教学途径始于把所有行为表现都看成是有社会目的的。人类是一种能作决定的社会生物，其生活的主要目标是寻求归属。我们每个人都不断奋力寻找并保持某个重要的位置。在我们的追求中，我们选择各种不同的信仰、感情和自认会使我们变得重要起来的行为。只有通过观察行为的结果，我们才能够最好地理解行为本身。

在第二章中，将讨论我们感情的发展。可是现在，让我们继续致力于了解我们的孩子为什么会出现错误的行为。我们的研究表明，在错误行为的背后确实存在着目的。懂得了这些，我们就会成为比较好的家长了。

错误行为的四个目的

有不良行为的孩子是不会受到鼓励的。他们不相信自已属于有用之人。所以，他们只有通过犯错误来寻求归属。

鲁道夫·德莱克斯 (Rudolf Dreikurs)，一位著名的精神病学者把孩子的错误行为分为四种广义的类型。德莱克斯把这些类别称为“目的”，这是因为它们可以为孩子得到某些东西。这些目的在大孩子和成年人的行为中仍存在。但是，当我们成熟以后，其它的目的对错误行为产生了影响。

尽管在最初，这四个目的看上去很复杂，但我们发现任何父母都可以用两种简单的方法找到孩子犯错误的目的。记住，因为错误行为是为某种目的服务的，所以，最好通过观察它的结果来了解它。因此：

1. 观察你自己对孩子错误行为的反应。你的情感指出了孩子的目的；
2. 观察孩子对你试图纠正他（她）时的反应。孩子对你行为的反应也会使你知道孩子以后会怎么