

The Twelve Rules for

Raising Happy
Self-Reliant
Children

It's Not That

Complicated

聪明父母的 12道“简”法

忙碌老爸和老妈的锦囊妙计

最简单的方法最实用

最有效的策略最简单

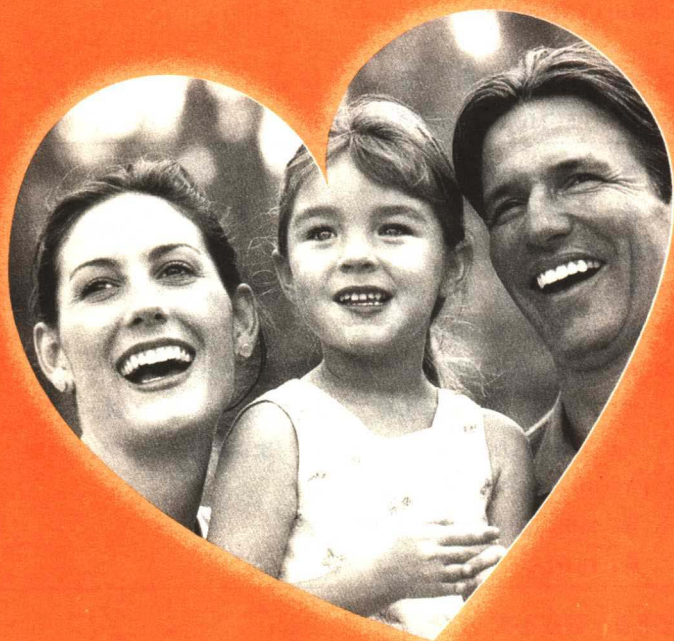
12招培养孩子天性快乐有出息

【美】道格·皮尔 著



中信出版社
CITIC PUBLISHING HOUSE

聪明父母的
12道“简”法
*It's Not That
Complicated*



[美] 道格·皮尔 著
张新华 译

中信出版社
CITIC PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

聪明父母的12道“简”法/[美]皮尔著;张新华译. —北京:中信出版社, 2005.10

书名原文: It's Not That Complicated

ISBN 7-5086-0486-5

I. 聪… II. ①皮… ②张… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2005) 第115413号

It's Not that Complicated by Doug Peine

Copyright © 2002 Doug Peine

Chinese simplified language translation copyright © 2005 by CITIC Publishing House.

Published by arrangement with HEALTH COMMUNICATIONS, Deerfield Beach, FL, U.S.A.

ALL RIGHTS RESERVED

聪明父母的12道“简”法

CONGMING FUMU DE 12DAO JIANFA

著 者: [美] 道格·皮尔

译 者: 张新华

责任编辑: 陈竹瑶

出 版 者: 中信出版社 (北京市朝阳区东外大街亮马河南路14号塔园外交办公大楼 邮编100600)

经 销 者: 中信联合发行有限责任公司

承 印 者: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 880mm × 1230mm 1/32 **印 张:** 5 **字 数:** 58千字

版 次: 2005年11月第1版 **印 次:** 2005年11月第1次印刷

京权图字: 01-2004-1737

书 号: ISBN 7-5086-0486-5/B.128

定 价: 18.00元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。服务热线: 010-85322521

<http://www.publish.citic.com>

010-85322522

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com

献给克里斯廷，
感谢她所付出的爱和耐心

前言

我白白地浪费了好几个小时的时间，去帮助一对“冷战”中的夫妇解决他们之间的争执，以免他们在离婚路上付出金钱和情感上的高昂代价。可是他们很固执，不愿释放自己的愤怒——不管这种愤怒对夫妻双方、对孩子、对家庭经济会造成怎样的影响。

此后不久，当我在凯马特（Kmart）^①超市排长队为我购买的牙膏和5号电池付款时，我看到前面的手推车里，一个初学走路的小孩子公然反抗她那可怜的母亲，拒绝把擅自从付款台附近拿的巧克力棒放回去。从那个孩子的肢体语言、说话口气和倔强无理中，我似乎看到前些天那个下午，在我会议室里上演的那非常相似的一幕。

近来我们被迫去理解“我们孩子的行为”，这简直就像让一个外行去冒充内行。

这或许是非常好的事情，可事实在提醒我们，社会上大多数成功的父母并不是儿童心理学家，他们只是一些或

^① 凯马特（Kmart）为美国一家大型折扣连锁超市，创立于1962年，为美国现代超市型零售业鼻祖，其公司曾经是美国第三大折扣零售商家。——译者注

富裕或贫穷、或老于世故或天真烂漫的人。除了付出爱和运用抚育孩子的基本常识，他们无法许诺任何事。

本书讲解的例子都实实在在发生过，在那些时刻，我们做父母的似乎无可奈何地被孩子当做了人质（就像在凯马特超市的付款队伍中所发生的情况）。在此，我希望能以一位普通家长的身份，与大家分享抚育孩子的一点儿小常识。

致 谢

感谢尼克这个非同寻常的老师。

感谢出色的编辑克里斯廷·贝勒丝和供职于健康通信有限公司（HCI, Health Communications, Inc.）的阿利森·詹森。

感谢托马斯·萨顿、德梅特·尼科洛夫和豪沃德·赫尔塞斯。

对本书人物性别的注解

今天，任何作者都面临着语言习惯应具有现代感的问题，怎样以某种无性别的特殊方式来使用代名词？正是我们要特别考虑的问题。

设想了各种不同的解决方案，它们都难以操作，尤其是在用人称的复数置换单数时令我颇为烦恼。例如，在“他们”变成“他”或“她”时。

我有点儿不情愿地选择保留有关性别的特殊代词，但尽量在整本书中以均衡的比例使用它们。因此，当我谈到“她”时，你要理解为我也是在说“他”；当我使用“他的”时，我的意思也指“她的”。如此等等。

目 录

前 言 VII

致 谢 IX

对本书人物性别的注解 XI

导 言：你为什么一定要读这本书？ 1

法则 1：说到做到 21

法则 2：不要打孩子 31

法则 3：别强迫孩子做成人的决定 41

法则 4：学会宽容 51

法则 5：能够执行的惩罚才有威慑力 61

法则 6：知错认错 69

法则 7：为孩子构筑生活，他才能学着负责任 79

法则 8：永远不要轻视孩子 89

法则 9：赞扬孩子，一遍又一遍 97

法则10：别在孩子面前争吵 107

法则11：每晚为孩子读点什么 119

法则12：告诉孩子，你无条件地爱他 129

导言



Why Would You want to Read This Book?

你为什么要读这本书?



在辩护工作中，我劝告我的当事人，有些对你不利的事你最好是一开始就承认。这样，或许陪审团在休庭时就已经忘得一干二净了。

这种意识让我不得不承认，我从来就没有上过儿童心理学课程。说实话，在我就读于高中、大学、研究生院和法学院期间，我成功地逃脱了各类心理学课程。

那么，为什么你应该（或者即使只是考虑）花费你辛辛苦苦挣来的钱来购买这本薄薄的小书，尤其是当那些确实实在这个领域实践着的育儿专家们所写下的显然更为详尽的巨著，已经沉重地压弯了你面前的书架？

首先，我观察到，儿童心理学家和精神病学家在培养孩子方面，已经被证明不比我们其他人更成功。事实上，有大量非常有说服力的证据表明，他们中的许多人只是进行了修修补补、毫无建树的工作，比起我们过去所做的事情可逊色多了。

这并不是说他们不值得在这个研究领域辛勤耕耘。儿童心理学在指导我们如何洞察孩子（尤其是那些有心理障碍的孩子）精神和情感的发展等方面，做了非同寻常的工作。我无意在任何时刻贬低他们。

可我认为这些方法显然对培养出更好的孩子帮助不大，包括他们的和我们的孩子。

今天的孩子比以前缺乏文明教养的孩子更快乐吗？

不错，他们的成长条件更好；他们被种类繁多的娱乐项目搞得眼花缭乱；不用说，他们享受着身体更健康的快

乐。可他们是不是更幸福、更宽容、更心情开朗呢？

对孩子们错综复杂的大脑的了解，并不是一份成功抚养他们的蓝图，而是一门精深的学问。

在进一步证明这个事实时，我观察到没有受过教育的和并不老于世故的父母如果认真对待自己的职责，也能培养出毫不逊色的孩子。按照这个推论，受过教育的和生活优越的家庭在抚育孩子时，并不一定更为成功。

太多信息等于没有信息

这句话对我来说，意味着这并没有那么复杂。养育孩子不是钻研量子力学，不要求你为了追求实效而进行大量详细的综合分析，可它绝对需要你全身心地投入。

我认为众多年轻的父母想从养育孩子的书籍中寻求帮助，可事实上他们没有得到帮助和安慰，而是被过分详细（且多数自相矛盾）的内容所困扰。

假如你像我一样，只能吸收数量有限的信息，而且能记住的更少，那么通过学习某种没完没了的自助指南而获得的实效，便是挫折甚于启发，我们会变得僵化，而不是容易被感动。

即便有几本书是个例外，值得我们仔细研读。如果足

你为什么要读这本书？

够幸运的话，一个月后，我们能够回忆的要点也最多不过12条。

当我在寻找教养孩子的忠告时，我逐渐确信，许多育儿书都只是在填充其预想的篇幅，而不管其长度对传达作者的思想是否必要。或许有一些至理名言包含其间，但它们被淹没在那些枝节问题和连篇累牍的赘述之中，你几乎就不可能发现它们。

而一个简单的事实却是，作为年轻的父母，你从来就不会把生命中有限的时间用于寻找这些金玉良言上，你现在只想要那些干脆的、确定的资讯——废话少说，拜托！

依据这些事实，本书采取了迥然不同的策略。它建立在两个基本的信念之上：

1. 这本书能使那些拥有良好的基本常识的父母开卷有益。
2. 这些基本常识要点简明，任何人都乐意接受。

凯马特课堂

尽管我从未修过心理学课程，可我拥有的其他条件你应该知道：

- 我是父母的一个孩子。
- 我也是一个人的父亲。

这就是说，我或许未能在学院里研究关于孩子和父母之间战争的理论，可我在孩子和父母的“军队”里都“当过兵”，并一直密切地关注有关这场“战争”的一切。

我在凯马特超市购物的时候，特别注意观察周围发生的事情。

在排队付款时，我没有像你那样，把时间浪费在偷偷地浏览小报上那些荒诞不经的故事上。而是发现，在此时此刻观看“两代冲突”这种既真实而又千奇百怪的活报剧，是更加趣味横生的事情。在这个世界上，这种事情就只能发生在这样的地方。它是一些令人不悦的、短小的家庭戏剧性事件，而我们都被迫成为观众。从这些故事中，我们将汲取大量的经验教训。

循环往复

我在凯马特超市（也在别的地方）观察到，有关教育孩子的同样明显的错误一次又一次地发生，而这些错误所带来的后果就像早晨东升的太阳一样可以预见。

你为什么要读这本书？

另一方面，我好奇地观察到我那些已人到中老年的朋友，他们在处理生活中的各种问题时，总是携轻松和愉快前行、有成功和快乐相伴。我询问他们的父母以及他们受教育的情况，想搞清楚是什么令他们在生活中海阔天空、游刃有余。可我所找到的，却是被反复重申的、寥寥无几的相同特点。

终于，我也走过了20年执业律师的职业生涯。别的我不敢说，但这个职业的一个独到优点，就是可以近距离地观察许多人与人之间的冲突。这些冲突总让我感到好玩儿：在我的成年当事人和与他们打官司的对手身上，我看到了同样的行为，而它则反映了同样的构架，就像那些在凯马特超市所上演的父母与孩子之间的抗争。

因此我不得不得出如下结论：在教育孩子的问题上，这并没有那么复杂。

我兄弟参加了25周年的高中校庆聚会。记得当我问起他“老同学怎么样”时，他回答道：“简直就跟当年在学校时一样，而且‘有过之，无不及’。”

至少在某种意义上，我们正是父母的作品，我们将继续保持这个模样直到我们走进坟墓。而在某种意义上，我们的孩子也会成为我们手中的作品。这并不需要弗洛伊德来帮助我们进行广泛的概述，或者给予我们应该怎样走过人生的忠告，我们的常识会引导我们的行为。对大多数人来说，这是我们所能够期望的最佳方式。

12法则和只有12法则

12个法则简洁朴实、容易理解，每一个都随附简要说明和解释。下面，我们继续探讨12个法则为什么很重要。

为何是12个？

因为太多了记不住。我们在这儿倡导这些法则的目的并不是获得知识，而是要恰如其分地用它来指导我们的行动，而不是在无所适从中被太多的法则所淹没。

我想起年轻的棒球投手杰克·莫里斯（Jack Morris）在他漫长而卓越的棒球职业生涯中给予我们的忠告。“让那些复杂的策略见鬼去吧！”他认为，我们只需集中精力锁定两个简要法则：

1. 投出第一个好球。
2. 大胆地发起凌厉攻势。

杰克·莫里斯是完全正确的。每个成功的投手都遵循着这两个法则，当然也有一些其他导向成功的因素：速度、发力技巧、投球选择等等。可是莫里斯看到，很多球员让自己深陷细枝末节而无法自拔。

同样的事情也发生在抚育孩子的过程中。近年来，有太多的父母因忧虑细节而失去了对基本真理的把握。这本书就是要重新发掘那些最最朴素的真理。