

父母不再



父母必读·亲子沟通

伤脑筋

「教养子女」是全天下父母必经的难题，如何兼顾幼儿性格发展和全心教养，两者之间取得平衡，是所有父母的心愿。本书以实例深入浅出地告诉您可行的方法，在精简的短文之外，并附上实用的「育儿备忘录」，以供参考。

钟思嘉博士 主编 钟思嘉 游乾桂 著

重庆出版社



丛书序

常应邀在一些学校、社教机构谈论亲子沟通、婚姻关系等问题。从实际的参与和观察中,发现一个非常普遍的现象:许多夫妻或父母希望我能针对他们目前家中发生的问题提出一个直接、快速,且一试见效的方法。然而这些问题往往因个人、家庭状况的不同,而无法提出一个标准的答案。毕竟短短一二小时的演讲或座谈,只是提供了一些观念,促进了一些思考,虽然也有具体的方法和技巧,但都只是原则性的建议,以供每个人面对困境时的参考。因此,我常推介一些有助益的书刊,希望他们能获得更完整、更系统的知识;然而有的兴趣缺乏,有的更直截了当地回答说没有时间。今天的父母常要求孩子读书,可是自己却很少读书;今天的父母常为孩子买书,可是却很少为自己买书,我想这很难教孩子心悦诚服地求知向学。也有些父母亲为了从旁帮助孩子学习,于是孩子学电脑,自己也去学电脑;孩子学音乐,自己也陪着一起学……依我看来,似乎是舍本逐末的做法,因为父母不可能跟着孩子学一辈子,而且也是永远学不完的,甚至

过一段时日学习的结果反而不如孩子好。其实,父母真正要学的是一套有系统的教育孩子的观念和方法,不管孩子学什么,父母都能有所本地帮助他们,这才是上策。

为了让父母有充分进修和充电的资源,我们组织了一些教育学、心理学、医学、营养学等方面的专家学者,诞生了《父母亲月刊》。我们怀抱着“帮助父母成长,亲子沟通桥梁”的宗旨,朝向“加强家庭教育,促进社会和谐”的理想前进。一年多来,非常感谢许许多多关怀的回馈和支持,使我们更肯定了未来的方向,更踏稳了成长脚步。桂冠图书公司深体亲子教育的重要,一本服务社会人群的理念,将《父母亲月刊》的精彩内容加以重新整理,组合了这一套“父母亲丛书”,使我不得不佩服他们的智慧和心血。相信读者从丛书的封面以至于内文,可以看到这一套探讨儿童身心发展、亲子沟通、婚姻成长等水准丰盛的图书。由于它的呈现代表了许多作者理论和经验的结晶,在此特别感谢他们不计较名利的贡献,更钦佩他们在推广“亲职”教育行列中的使命感。谨以为序,并纪念与祝福他们在各个工作岗位或国外进修身心健康。

钟思嘉谨识

目 录

丛书序 /1

第一篇 儿童教养问题解疑

伤脑筋的孩子 /3

闹钟妈妈 /6

三代之间 /10

孩子之间的争吵 /14

不爱吃饭的孩子 /18

孩子不爱干净时 /22

想引人注意的孩子 /26

孩子不爱睡觉怎么办? /30

不爱念书的小孩 /34

孩子的零用钱 /39

如何与孩子沟通? /43

如何赢得孩子的合作? /47

如何改变孩子的不良习惯? /51

第二篇 育儿备忘录

- 48 小时的奥妙 / 57
- 自闭儿的新药方 / 58
- 药物的陷阱 / 59
- 母乳银行 / 60
- “烤”出毛病 / 61
- 建立孩子的金钱观念 / 62
- 与孩子一起运动 / 63
- 离婚后遗症 / 65
- 浴缸惊魂 / 66
- 亲子关系与攻击行为 / 67
- 离婚对子女的影响 / 68
- 慎防“车门”肇祸 / 69
- 孤独与创造 / 70
- 哭声帮助诊断 / 71
- 父爱的魅力 / 72
- 幼儿的谎言 / 73
- 假使缺乏爱 / 74
- 教育方式决定孩子性格 / 75
- 厌奶的婴儿 / 76
- 小儿爱玩性器怎么办? / 77
- 孕妇少沾酒 / 78
- 怎么保护儿童视力? / 79

孩子与狗 /81

甜的震撼 /82

第一个哭声有意义 /83

未满周岁不宜理发 /84

胎教外一章 /85

父母吸烟易使孩子罹患气喘 /86

孩子是天生的模仿家 /87

拥抱有益于幼儿 /89

奶嘴和癌症 /90

你的孩子说话有困扰吗? /91

别让宝宝生成一副难看的翘嘴巴 /92

妊娠宜多注意营养 /93

哭泣决定性格 /94

X 光易影响腹中胎儿 /95

第一篇

儿童教养问题解疑

钟思嘉





伤脑筋的丸子

钟教授：

本人育有二女。小女儿今年8岁，读小学二年级，是老师心目中“品学兼优”的好学生。大女儿今年9岁，三年级，逃学、撒谎，人前人后应对样样俱佳。我因与夫家不和，大女儿从小不能见面，直至去年用高压手段（她8岁时）才回到父母身边；从小受环境影响，她对父母怀有恨意，回来后与妹妹不和，功课急速下降；又动脑筋在两家间挑拨是非，企图促使我们将其送回奶奶身边，而奶奶溺爱孩子已到是非不分之地步。我们夫妻二人上班，没有充足的时间分秒相守，情况越演越烈。小孩子失去孩童的纯真，所具有的是成年人的老练与谎言欺诈。我们对这孩子十分头痛，故恳请大力协助，我希望孩子能接受“个案辅导”，那就感激不尽。

烦恼的母亲

从你的叙述中，知道你正遭遇教育上的难题，我们很乐意帮助你的孩子。我们现在正筹备一份《父母亲月刊》，同时也提供亲子心理辅导的服务，届时会通知你。父母是孩子最直接的教育者和辅导者。虽然，我们可以给予孩子个案辅导，但只是和我们建立良好的关系，即使辅导成功，也不见得回家后就能与父母有良好沟通。因此，父母应多花点时间和工夫来帮助孩子，否则，以后所花费的心力将更多；尤其是现代的父母，应该接受一些亲子教育的训练，所发挥的功效将会更大。

其次，我们提供3本书给你参考，也许它们可以帮助你得到新的教育观念和方法：《教育的挑战——父母手册》（大洋版）、《父母难为》（大洋版）、《教导孩子不用掉眼泪》（大洋版）。

对于你女儿的行为分析：一些偏差行为后面，常有其目的或动机。由于你大女儿从小就不在父母身边，她心中可能已有不被父母关爱的想法，致使她怀有恨意；加上回家后，又有一个杰出的妹妹（一定很得父母欢心），使她觉得在家中没有一席之地，在功课方面又比不上妹妹，更没有成就感。这种想“获得注意力”的归属感，既然不能在好的方面得到，只好向与妹妹不和、功课退步等方面发展，即使被父母责打，也能满足其欲获得注意力的心理需

求。虽然这方法是不对的，但孩子此时不知道有何种较具建设性的方法。

同时，她的一些行为，似乎隐现了另一个偏差行为的目的“报复”。孩子通常会先以为自己受了伤害（尤其不被关爱的错误想法），于是她就开始伤害别人，一般而言，父母、亲人将会首当其冲。你的大女儿一些说谎欺骗、挑拨是非等行为正是有此倾向，这是值得你们警惕的。

提供你一些可行的教育原则：当孩子的行为目的是想获得注意力时，父母通常应尽量忽视其不当的行为（即不给予注意），但当有建设性或良好的行为出现时，应立即给予注意和赞许。“多鼓励，少责骂”是教育孩子的前提。如果孩子的行为是在“报复”，父母千万不要卷入战场，和她对立、互斗，也不要企图反击、压制她，保持坚定的原则，以爱心和耐心去对待她。以上提的只是一般原则，假如你需要一些特别的资源和方法，建议你参加一些系列的亲子教育训练课程。

最后，希望你不要过于担忧和自责，你孩子的问题在她的心理发展而言是必然的，我们不必过分夸大问题的严重性，但也不要轻易地忽略她目前的心理需求。身为父母的，需要给自己和孩子一段共同学习成长的时间，为时不晚，但得开始了。

闹钟妈妈

钟教授：

我的大女儿6岁多，小学一年级学生。我最烦恼的事是每天早上叫她起床，常常催了十几次才起来，穿衣、洗脸、刷牙的动作又拖拖拉拉的，所以常常来不及吃早餐；而我认为早餐对人而言，是一个很重要的营养摄取，因此，我规定非吃不可。但有时牛奶泡早了凉掉，泡晚些又太烫，她为了赶时间而喝不下，她又担心赶不上早自习迟到，会受到老师的责罚。于是，她常常哭哭啼啼的，有时甚至哭闹着不敢上学。我每天早上为这类的事烦死了，用尽各种方法：好言相劝、哄骗、威胁、利诱等都没有效果。我在报上看到“闹钟妈妈”一词，我就是这样，我该用什么方法才有效呢？

闹钟妈妈



在日常生活中最令父母头痛的几件事，是叫孩子起床、吃饭、洗澡、上床睡觉等。许多家庭中，早上犹如战场一般，一方面自己赶着做早点、上班，一方面得迅速地把孩子弄妥，让孩子上学去。在大人一天紧张忙碌地开始时，孩子却是赖床，对你的催促充耳不闻；起床后懒洋洋的，要你在屁股后面跟着吼叫、催促……我们常可以发现父母亲处在一种紧张和沮丧的状态之中。事实上，根据教育心理学的观点，父母亲做了太多不必要的服务，给予孩子过度的关怀、担忧和注意力。

也许你会奇怪为什么有些父母亲没有这类的困扰，他们的孩子独立自主，而且很会照顾自己的生活。是孩子的生理问题：睡眠不足、做功课或看电视太晚等，还是孩子的个性如此：反应慢、生性懒散等，造成孩子赖床的拖拉情形？其实，这都不是原因，也不能作为父母娇纵孩子的理由。

假如要使孩子养成准时起床的习惯，而且能照顾自己的生活，只有让孩子面对一个自然的结果：赖床的结果是

来不及吃早餐，或者上学迟到而受学校老师的责罚。这种方式意味着早上起床是孩子自己的事，由孩子——不是父母——来承担这种行为所带来的结果。给予你以下的建议。

★假如你的孩子年龄稍大能使用闹钟时（通常5岁的孩子就能学会使用闹钟了），为他买一个闹钟，教他怎么定时，怎么按下闹钟响铃。

★假如你不喜欢用闹钟，告诉你的孩子以后叫他起床，每天早晨只叫他一次。

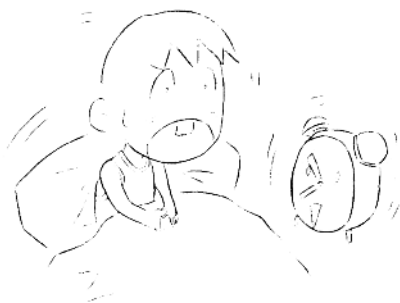
★和你的孩子讨论早上几点起床对他最合适。你的目的在帮助他制定一个生活的规范，让他自己计划和安排起床穿衣、梳洗、吃早餐、上学等所需要的时间；也可就此订出一个合理的起床时间。如果试验一两个早上时间不够用，再讨论订出一个更早的起床时间。

★假如不只一个孩子，而且分房睡，你得为他们分别准备一个闹钟（或者分别到他们房间叫他们起床，不要用一声大吼，想叫所有的孩子起床）。

★既然做了一些准备工作，也订下了一些规范，就必须照着去做。不要对起床这件事再啰嗦或唠叨，只是观察其变化，让孩子去体验睡过头的自然结果。

也许你会对孩子没吃早餐，而担心他的营养不够或体力不足。其实不用过虑，现在孩子的营养和体力已足够，

偶尔饿一两顿，不会有什么伤害；最重要的是，孩子会亲身体会到自己行为的结果，并且对自己的行为负起责任。对于父母亲而言，还有什么比教导孩子独立成长，养成良好的生活习惯更重要？如果你把孩子目前的一些不便和他未来的发展两相比较，相信你会有明智的抉择，而且从此你可以减少一项烦恼。放宽心情地去处理每一项孩子的问题，别忘了得以温暖、冷静且坚定的态度进行，而且要有信心地实施这种方式至少一两个星期，你会发现惊奇的改变。祝你成功！



三代之间

钟教授：

我的孩子4岁，是他祖父母惟一的孙子，因此备受上一代的疼爱，甚至有时候我觉得是溺爱。尽管我不断地训练孩子要守规矩，但他在祖父母面前，常有恃无恐地捣蛋，他知道我在长者面前不太爱管他。有时，我气不过会骂他或打他，但我的公公婆婆却护着他，阻止我教导我的孩子，也因此常为两代不同的教育方式而有摩擦。我很担心孩子在两代管教态度不一致下，将来会有不良的影响。我既无法改变上一代的想法，也无法教孩子不受影响，我该怎么办？

烦恼的母亲



目前家庭的一些冲突情形是孩子和祖父母的关系，这问题本来就是社会变迁所造成的。儿女和父母对于下一代的教养态度和观念常截然不同，他们代表了两个时代的价值观。许多初为人父母者会抱怨上一代干涉他们管教子女的态度，有时又气恼父母太溺爱孙子女；但是想强迫祖父母接受自己的教育方式，则可能会犯下错误，因为你不但没有权利这么做，甚至做了可能会弄巧成拙。所以父母应该从与上一代的冲突中抽身而出，告诉他们：“您可能是对的，我尊重您的观点。”同时，自己可以着手进行较适当的教育方式。祖父喜欢含饴弄孙，他们拥有疼爱孙子女的特权，却没有责任去抚养他们，因此主要的教养责任仍在父母。

如果担心祖父母宠坏了自己的子女而不安，则等于表示自己对孩子没有信心，因为父母愈觉得自己没有能力处理孩子的问题，他们可能就愈在乎别人怎么影响自己