

北京市哲学社会科学 北京市教委课题
“学业不良儿童的成因及对策研究”成果

改变和塑造孩子的行为

刘全礼 编著



中国妇女出版社

新世纪成功家长丛书

家庭教育也讲开七岁系。或n

北京市哲学社会科学、北京市教委课题
“学业不良儿童的成因及对策研究”成果

新世纪成功家长丛书

改变和塑造孩子的行为

刘全礼 编著

中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

改变和塑造孩子的行为/刘全礼编著. —北京:中国

妇女出版社, 2001. 1

(新世纪成功家长丛书)

ISBN 7-80131-513-8

I. 改... II. 刘... III. 儿童教育:家庭教育
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 86543 号

改变和塑造孩子的行为

刘全礼 编著

中国妇女出版社出版发行

北京东城区史家胡同甲 24 号

邮政编码:100010

各地新华书店经销

山东新华印刷厂德州厂印刷

850×1168 1/32 7.75 印张 165 千字

2001 年元月北京第一版 2002 年 3 月第二次印刷

印数:5001—8000 册

ISBN 7-80131-513-8/G · 309

定价:15.00 元

总 序

“新世纪成功家长丛书”是我主持的“北京市哲学社会科学规划和北京市教委人文、社会科学研究计划”课题“学业不良儿童的成因及对策研究”的成果之一。

这个课题的研究始于 1998 年。那时，已经有不少媒体介绍过不止一起父（母）虐待孩子甚至打死、逼死孩子的实际事例，这些事例有的是由父母认为自己的孩子“不听话”（真正的不听话是一种行为问题，是学业不良的一种表现）或者“学习成绩不好”（普通意义上的学业不良）引起的。毫无疑问，在媒体介绍的这些极端的例子中，父母的认识和做法是错误的。实际上，孩子表面上的学业不良，可能有着深层次的家庭原因。

在我 20 年的教育实践和教育研究中，尤其是我大学刚毕业教高中数学的 6 年和近几年的教育咨询中，更深切地体验到学生的学业不良和多种因素有关。在这些因素中，最容易被人们感觉到、又最容易被家长忽略的是三个方面的因素。

一是家庭因素。家长是孩子的第一任老师，家庭是孩子最初的和永远的学校。在这个学校里，孩子不仅应该学会学习，还应该学会做人。因此，从一定的意义上说，孩子是家长塑造的。反过来说，受过相应的教育或者掌握了有关技术的家长，也就有可能改变和塑造孩子的行为。这样，也就有了本丛书的《改变和塑造孩子的行为》。

二是能力因素。能力有点像不同种类的种子，是什么种子

就结什么果。辣椒苗结辣椒，冬瓜苗结冬瓜。辣椒小，但是辣，冬瓜不辣，但是大。辣椒、冬瓜各有千秋，谁也代替不了谁。孩子也是这样，有什么才，就成什么材，不必奢望辣椒苗结出冬瓜，也不必幻想冬瓜苗长出辣椒。只要明白三百六十行，行行有人干，行行出状元就行。因此，也就有了本丛书的《发现和培养孩子的才能》。

三是方法因素。方法对孩子文化课的成绩有很大的作用，教师教得如何和孩子如何学习，对文化课的影响更为巨大。一些本来应该取得好成绩的孩子没有取得好成绩，在本质上还是教和学的问题。提高他们成绩的方法只能是从教和学入手，找到原因，对症下药。只有一把钥匙开一把锁，才能药到病除。在目前的形式下，家长不应该把孩子的文化课学习完全推给老师或学校，家长自己在辅导孩子上应该有所作为。因此，就有了本丛书的《有效提升孩子的学习能力》。

当然，书中对影响学业的因素有更为详细、具体的介绍，也有具体的处理方法。同时，这里的学业不良不仅仅是指文化课的成绩不好，还包括行为不良、品德不良以及社会适应能力差和（可控制的）心理素质较差。在本课题的后续成果中，读者将会看到我们对学生学业不良或学习成绩的进一步的、详细的解释。

应该说，三本书的内容并没有完全独立，只是为了避免交叉，三本书才对一些重叠的内容有详、有略地进行了处理。

我们希望，本丛书不仅能够给读者一些方法，而且也能够为读者形成正确的育儿观作出贡献。家长希望自己的孩子在文化

学习上能够突出，将来在社会上能出人头地并没有错误，但是，在我看来，家长仅仅这样希望还是不够的。本丛书和我的其他著作一样，都希望家长形成一种在我看来是正确的这样的育儿观：**把孩子培养成身体健康、心理健康、智力和心理潜能尽可能发展的人，使他们长大后成为能独立、幸福生活的好公民。培养出轰轰烈烈的伟人的家长是成功的家长，培养出守法、孝敬、在平凡的岗位上兢兢业业地工作的好公民的家长也是成功的家长。**

一个社会的进步，从某种意义上说起源于家长对子女真正的和正确而恰当关心。但是现在一些家长对子女的正确而恰当的关心不是多了，而是少了。因此，愿本丛书能唤起这些家长对子女关心，愿本丛书能对家长正确地教育子女作出一些贡献。

课题组将就学业不良的成因和对策，在有关实验学校更进一步地进行详细的调查、实验和研究，希望我们进一步的成果能够给读者一份更满意的答案。

刘全礼

2000. 11

前 言

从道理上讲，遗传和后天的环境共同决定着孩子的行为，但是，孩子的许多行为却是后天形成的，是父母或家庭环境、社会环境一点一点地塑造出来的。正因为如此，我们才有可能通过相应的方法来改变它们。本书就是专门介绍这些内容的，我们希望本书能够：

一、对家长形成正确的育儿观有些帮助

在我近几年有关育儿的著作中都特别强调，不管什么层次的家长，在育儿上一定要有一个基本的、正确的观点。我们所认为的正确观点是：**把孩子培养成身体健康、心理健康、智力和心理潜能尽可能发展的人，使他们长大后成为能独立、幸福生活的好公民。**教育、培养孩子的一切工作都要围绕这一中心展开。

二、对家长创造出尽可能恰当的育儿环境有些帮助

理想的育儿环境不一定很容易就创造出来，但是家长在明白有关育儿的道理后，创造出尽可能恰当的育儿环境却是可能的。例如夫妻和睦相处，创造幸福的家庭生活氛围，不溺爱孩子等等是能够做到的。本书的上篇对这些内容有专门介绍。

三、对家长掌握正确的育儿方法有些帮助

一些父母不止一次地问过我同一个问题，即“我的孩子不听话，该如何管？”这里面的原因可能很复杂，但可以肯定的是，在许多情况下出现这些现象和家长不正确的教育方法有关系。如对孩子过分严厉、过分粗暴，对孩子说话不算数等。本书上篇、中篇的大部分内容就是讲父母该如何做的。

四、对如何处理孩子的日常问题和特殊问题有些帮助

在育儿的过程中，会碰到大量的日常问题，如孩子好问、

孩子偏食、孩子逃学等；也可能碰到一些特殊问题，如孩子是强迫症患者、有恐惧行为等。本书的中篇和下篇不仅提供了处理这些日常问题的方法和思路，也为家长发现和初步处理特殊问题提供了线索（特殊问题的处理在许多情况下需要专家参与）。

当然，家庭教育是一个很复杂的工作，甜蜜、无奈和痛苦都可能体验到。正如我的同事对人的成长心理有着深刻理解的冯映林老师所说的“**孩子的阳光和幸福都写在他的脸上**”。我们希望孩子童年时的脸写满阳光，更希望他们青年、壮年、直到老年时的脸上，也写满阳光。愿我的愿望能够最大限度地实现。这个愿望的实现靠家长。

感谢我远在美国加拿大的妻子、教育学博士刘洪博女士，是她的鼓励、鞭策和无私的文字录排工作才使本书更顺利地与读者见面。人民出版社的冀良先生近两年来一直关注着本书的写作，没有他的鼓励本书难以更快地出版；我的同学廖晶晶女士作为责编一直关注着本书的写作；我的朋友中国煤炭工业出版社的袁筠女士对本书的出版也是费心尽力，在此一并对他们表示感谢。此外，还要感谢中国教育电视台“CETV 家庭与教育”栏目制片人冯晓霞女士的鼓励。

我们愿意就家庭教育中的问题和读者讨论，来信请写：北京永定门外蒲黄榆北京联合大学特殊教育学院特教系（邮编 100075）或北京新外大街 19 号北师大北京展能家庭教育研究所（邮编 100875）刘全礼收。电子信箱：liuqli@263.net 或 liuquanli@btamail.net.cn

刘全礼

2000.12

目 录

总 序	I
前 言	i

上篇 明理是教育的基础

第一单元 孩子的行为是怎样形成的	1
一、树大自然直吗	1
二、一两的遗传胜过一吨的教育吗	3
(一)遗传提供了发展的基础	4
(二)遗传在某些情况下决定发展的限度	5
(三)遗传可能决定某些特殊的生理机制	5
三、给我一打健全的儿童，我可以把他们……	6
(一)没有人的环境就没有人的行为	7
(二)积极的环境对人的影响是积极的，消极的环境对人的影响则可能是消极的	7
(三)家庭教育最主要的就是积极创造有利于孩子健康成长的环境，积极引导孩子	8
四、父母是孩子的第一任老师	8
五、什么都可以有，但不能有病	10
 第二单元 孩子良好行为的家庭温床	 12
一、和睦出孝子——家庭和睦的重要性	12

二、创造幸福的家庭生活	14
(一)长幼有序	15
(二)角色固定	15
(三)职责分明, 团结友爱	16
三、积极进取的家风	16
四、夫唱妇和, 不当孩子的后台	18
五、爱是孩子良好行为的催化剂	21
(一)父母之间要善于爱	21
(三)要真正地会爱孩子, 尽到责任	22
 第三单元 家长常犯的三个策略错误	23
一、溺爱——不良行为的催化剂	23
(一)在生活上过分地关注、帮助	23
(二)个性上过分迁就	24
(三)在物质上过多地给予	24
二、剥夺——不良行为的另一种催化剂	26
(一)心理需要的剥夺	26
(二)溺爱也会导致剥夺	26
三、催逼——儿童成长的悲剧	27
(一)生理、心理发育不协调, 某些发育因素大大提前	28
(二)缩短心理成熟期	29
(三)智力早熟, 个性发展却远未跟上	29
四、减轻催逼的有效策略	32
(一)让孩子做孩子	32

(二)不人为地催逼孩子	32
(三)主动缓解孩子的压力	33
第四单元 重塑孩子行为的基本策略	33
一、订立规则——无规矩无以成方圆	34
(一)规则的重要性	34
(二)决定规则的因素	35
(三)规则的内容	37
二、采用“合同制”——“责、权、利”分明	37
三、检查督促——奖惩分明	39
(一)将规则或合同写好，挂于明显处	39
(二)制定评估记录表	39
(三)执行奖惩	40
三、实行家庭会议制度——给孩子自由的空间	40
四、树立榜样——让孩子模仿	42
(一)树立榜样时，不要挫伤孩子的自尊心	43
(二)清除不良榜样的影响	44
(三)榜样要具体明确	44
五、说服教育——话不说不明	45
第五单元 改变行为的几个基本方法	45
一、家长首先要接受教育	45
二、渴了给盐水喝——使用正强化	47
(一)强化的行为必须明确	48

(二)行为发生后立即强化	48
(三)要选择有效的强化物	49
(四)千万避免误用正强化	49
三、置之不理——使用消退法	49
(一)消退的行为必须明确具体	51
(二)与正强化联合起来使用	51
(三)避免误用消退法	52
(四)在消退过程中,被消退的行为可能变得更坏	52
四、错误与痛苦——使用必要的惩罚	52
(一)斥责与制止	53
(二)隔离	54
(三)剥夺强化物	54
(四)直接惩罚	55
五、正确与甜美——使用恰当的强化物	57
(一)分数强化物	60
(二)代币	62
六、问题要明确,方法要恰当	62
(一)发现行为问题	63
(二)记录评量这些行为	63
(三)思考这些行为的前因后果	64
(四)确定目标行为和终点行为	65
(五)制定、实施方案,纠正、塑造行为	65
(六)检查、评估塑造的效果	66
七、由被动到主动——形成自觉行为	67

中篇 方法是教育的武器

第六单元 如何处理孩子日常生活中的不良行为	69
一、任性	69
二、偷东西	71
三、睡懒觉	74
四、离家出走	76
五、嘲弄父母	78
六、发脾气	80
七、偏食	83
八、逃避做家务	85
九、生活自理能力差	88
十、生活没有秩序与生活习惯不良	90
十一、想引人注意的不良行为	94
十二、尿床与遗尿症	96
 第七单元 家庭关系的调适	 98
一、避免连锁反应	98
二、满足孩子的心理需要	100
三、尽量少伤害孩子	102
四、父母、家庭依恋（赖）	105
五、孩子说谎	108
六、孩子不听管教	111
七、父子意见不和	114
八、虐待宠物和损坏物品	116

九、面对亲人亡故	118
十、痛苦的话题——父母离异	120
第八单元 同伴交往行为中的行为调适	124
一、儿童有独占行为	124
二、羞怯的孩子	126
三、孩子受到不公正的待遇	130
四、面对同伴暴力	133
五、处理孩子间的冲突	136
六、自己的孩子是出气筒	139
七、同伴行为不良	141
八、攻击行为	143
第九单元 和孩子谈性	146
一、永远不能避免的话题——性	146
二、我是从哪里来的	148
三、手淫	150
四、是早恋吗	154
五、面对性骚扰	157
六、少女的自我保护	160
七、正确的性指导	164
第十单元 学习问题的调适	166
一、孩子学习成绩不良	166

二、厌学	173
三、逃学与旷课	175
四、家庭作业问题	177
五、一好遮百丑——学习成绩好就是一切吗	180
六、不求上进	181

下篇 特殊情况特别处理

第十一单元 变态行为的改正	187
一、异食癖	187
二、不良迷恋	189
三、吸烟与喝酒	194
四、吸毒	197
五、自伤	199
六、自杀倾向与自杀	201
七、自卑	207
八、退缩行为	209
九、儿童恐惧与恐惧症	212
十、孤独与孤独症	216
十一、强迫行为	219
十二、神经衰弱	222
 第十二单元 特殊学习问题的矫治	 225
一、家长不能忽视的问题——特殊学习障碍	225
二、多动综合症	228
三、学习从动作开始	231

上篇 明理是教育的基础

在教育界有一句名言，叫做教育有法但无定法。家庭教育也是这样，人家的方法好，用在自己的孩子身上不一定有效，因为孩子的行为千差万别，方法必须适合孩子的实际情况。但是，明白了有关的道理，看到了人家的做法，家长们就会创造出适合自己家情况的方法。因此，本书在介绍有关道理的同时，更多地提供了做法，以便家长由此找到适合自己情况的教育方法。

第一单元 孩子的行为是怎样形成的

个体的行为是个体先天素质和后天环境的合金，也就是说，人的行为是先天素质和后天环境相互作用的产物。

——题记

一、树大自然直吗

1998年7月30日中央人民广播电台第一套节目晚七点的“新闻纵横”节目报道了一件令人震惊的杀人案：

天津市一个十几岁的少年“轻松自如”地杀死了看着自己长大的邻居大妈。这个未成年的孩子按设计好的思路，来到邻居大妈家，大妈热情地接待了他，可是就在大妈真诚地为孩子拿东西的时候，这个少年趁好心大妈不注意，举起了罪恶的凶器猛击大妈的头部，当场把她打死。不仅如此，他还伪造了杀人现场，擦去了相应的痕迹，以防警察破案。干着这一切，这个孩子几乎是不慌不忙、轻松自如的。可是，事后还是有些害怕，便不得不马上向自己的妈妈叙述了杀人经过。

报道中还讲到，这个少年只是想试验一下，自己作案后，警察是否能够破案。因为，他平日看了太多的凶杀、破案方面的电影、电视、VCD，好奇心促使他模仿影视作品中的形象才做出了这一番“惊天动地”的事情。

实际上，在几十年前，美国的心理学家已经做过一个著名的实验。这个实验把儿童分成两组，实验组儿童常看一些充满凶杀、暴力的影片，而对比组则不接触这些内容。结果表明，实验组的孩子在日常生活中更具有攻击行为，对待伙伴常使用暴力。究其原因就是他们无意地通过模仿学习习得了影片中的暴力行为。这个实验和天津儿童杀人案如出一辙。

这个例子和实验都是典型的“树大不能自然直”的例子。现代社会是一个复杂的各种信息纵横交错的社会，孩子出生以后，不仅受到家庭的影响，而且会受到来自学校、社会各方面的影响，这些影响有的对孩子的成长发育是有利的，有的对孩子的成长发育则是有害的。对这些有害因素的影响如果不及时清除就会使孩子的发展走上弯路，以至于违法、犯罪，使自己