

引领成才 塑造未来

Lead to be talented mould your future



五星组爸爸爱看的好书

培养不找借口的孩子



当“不找借口”成为一种信念，随着时间悄然沉淀在孩子心底的时候，他们就会真正成长起来。
Is it is it is it become one faith to "no excuse" to appear to teach, precipitate with time when being in
child's bottom of heart quietly, they will really grow up.

来自成功的家庭教育

缔造家庭教育的成功



人民日报出版社



五星级爸妈爱看的书

引领成才 塑造未来



Lead to be talented mould your future

培养不找借口的孩子



姚磊 著

人民日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

引领成才 塑造未来 / 姚磊编著. —北京: 人民日报出版社, 2005. 5

ISBN 7-80208-232-3

I. 引... II. 姚... III. 独生子女—家庭教育
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 045333 号

书 名: 培养不找借口的孩子

作 者: 姚 磊

责任编辑: 安 申

封面设计: 虚谷堂

出版发行: 人民日报出版社

社 址: 北京金台西路 2 号

邮政编码: 100733

发行热线: (010) 65369529 65369527

经 销: 新华书店

印 刷: 北京昌平百善印刷厂

开 本: 787×1092

字 数: 750 千

印 张: 51.25

印 数: 15000

印 次: 2005 年 6 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80208-232-3

总 定 价: 72.00 元

序

在现实生活的磕磕碰碰之中，大人们也许早已习惯了在生活、学习、工作等各方面的成败得失中找寻各种各样的借口为自己开脱，习惯了退缩，把希望寄托在下一代身上。殊不知，在不知不觉中，大人们已经把这些借口、理由以及寻找各种借口为自己开脱的习惯都复制给了孩子。

孩子为自己找借口作为生活中的普遍现象已不鲜见，说明这种现象已成为一个严重的教育问题。要改变孩子的这一陋习，必须对其产生的原因作出探析。导致孩子为自己找借口的原因十分复杂，既有来自社会的因素，又有来自学校的因素，更多地则是来自家庭和孩子自身的因素。如：由于社会价值多元化的趋势，使孩子受到的影响越来越深；在学校里，老师教育不当，态度粗暴，对学生不能一视同仁等；在家庭里，家长要求过高或过严，或缺乏温馨和睦的环境氛围，以及孩子自身交友不当，学习动机不强，缺乏信念等等，这些都是致使孩子为自己找借口的重要因素。

拥有一个杰出的孩子，对家长而言是家庭生活中的一件大事，也是一件最重要的事。现代家庭都是独生子女，对他们如何教育成为众多家长共同关心的问题。可是在孩子的成长过程中，却掩藏着许多不可预知的变数，这些变数使家长们在如何教育孩子上陷入迷茫，费尽心机依然束手无措。这种困惑，引起了社会学、教育

学、心理学等方面的专家和学者的高度重视，并为此进行了深入的研究和探讨。

做父母难，做现代孩子的父母更难。可以说，每个父母都在为自己的孩子的健康成长而殚精竭虑，然而要做好家庭教育，做一名称职的家长并不是一件简单的事情。尽管家庭教育的重要性已为许多家长所认识，但是与当今社会培养和教育人才的要求相比，目前的家庭教育依然是一个薄弱的环节。不少家长由于缺乏科学的家教方法，在教育孩子消除和改变为自己寻找借口行为的过程中，出现事与愿违的情况屡见不鲜。

鉴于此，《教出不找借口的孩子》这本书站在国内外家庭教育的前沿，寻找了大量可资中国家长借鉴的鲜活事例，吸纳了诸多专家、学者在此方面的最新研究成果和理论，运用先进的、科学的教育理念，对如何消除和改变孩子为自己找借口的行为，进行了较为详细而具体的阐述。更为重要的是，书中针对孩子为自己寻找的各式各样的借口，都提供了灵活、实用、简便、易操作的改造方法和应对策略，旨在为家长在教育孩子消除和改变为自己找借口的行为时，能够提供更为便利、快捷、科学、实用的家教方法。

真诚地希望家长们在阅读此书之后，能够获得一些有益的启示，能够成为一个具有现代教育意识和实践能力的成功父母。也真诚的希望天下的孩子，在家长的培养和教育下，成为一个有教养、有主见、不为自己找借口、深受社会欢迎的人才！

目 录

CONTENTS



孩子为什么找借口

在父母都希望孩子健康成长的今天,孩子为自己的各种行为寻找合理的或者不合理的借口,成为一种普遍的社会现象。家长应该根据自己孩子的实际,研究和分析造成孩子寻找借口的根源,以便对症下药,有的放矢,这是帮助孩子克服为自己找借口行为的关键所在。

1. 孩子的借口是大人复制的 / 3
2. 自信受挫、借口多多 / 6
3. 奖励也会出借口 / 8
4. 自尊受伤衍生出借口 / 10
5. 忽视制造出的借口 / 12
6. 亲子对立借口产生 / 15
7. 盲目投资出来的借口 / 17
8. 有些借口是逼出来的 / 19
9. 借口源于心理压力 / 21



跳出导致孩子找借口的家教泥潭

父母的一言一行对孩子有着潜移默化的影响,孩子为自己的行为寻找借口与家长的言行有着极大的关系。因此,家长在履行自己的神圣职责时,要适时的调整 and 改变自己,从而达到杜绝孩子为自己的行为寻找借口的现象。

1. 孩子都是自己的好 / 25
2. 对孩子的期望过高 / 27
3. 忽视孩子的尊严 / 29
4. 溺爱是温柔的陷阱 / 31
5. 孩子不是用来打的 / 34
6. 大道理难以奏效 / 36
7. 任其自然危害大 / 39



杜绝孩子学习方面的借口

在巨大的学习压力之下,孩子不堪重负,为逃避学习而寻找借口已经成为一个非常普遍的社会现象。杜绝孩子在学习方面的借口,让孩子成为一个真正的自主学习的人,让孩子的成绩一路领先。

1. 真的不愿去上学 / 45
2. 实在对学习没兴趣 / 48
3. 一心能否二、三用 / 53
4. 偏科的借口 / 56
5. 粗心不是我的错 / 60
6. “做不做都一样”的家庭作业 / 62
7. 阅读真的很乏味 / 65
8. 因为难为情所以不提问题 / 68

- 9. 热血只沸腾三分钟 / 71
- 10. 比我差的有的是 / 74
- 11. 为家长的微笑而作弊 / 77



消除孩子品行方面的借口

“万事德为先”，从小培养孩子良好的道德品质，让孩子成为一个品行端正的人，这是孩子成为成功者的前提与基础。从孩子的道德品质入手，消除孩子道德方面的不良习惯以及孩子为那些不良习惯所寻找的借口，孩子才有希望高质量的生存。

- 1. 诚实不该有借口 / 83
- 2. 莫因借口失信于人 / 85
- 3. 别逃避责任 / 89
- 4. 没完没了的再多玩会儿 / 93
- 5. 不劳动的理由 / 96
- 6. “就是比别人优秀” / 100
- 7. 骗你不商量 / 102
- 8. 试试烟酒没关系？ / 108
- 9. 沉溺物欲的由头 / 111
- 10. 偷窃是因为寻求刺激 / 113
- 11. 大家都说脏话 / 116



摒弃孩子生活方面的借口

生活不可能一帆风顺，然而只要拥有良好的行为习惯，又可以将以波折化解于无形。家长应该做的就是还孩子生活一个本来面目，摒弃孩子不合理的借口，让他们在幸福的生活里自由、快乐地成长。

1. 依赖是因为庇护 / 123
2. 这么简单,不值得我动手 / 126
3. 看电视是拓展视野的需要 / 130
4. 我的钱我有权支配 / 134
5. 玩一会儿有什么错 / 137
6. 不想现在就睡觉 / 140
7. 凭什么要我做家务 / 143
8. 反正妈妈会帮忙 / 146



清除孩子综合能力方面的借口

孩子们在孜孜不倦学习的时候,寻找更多的借口来逃避对自己综合能力的培养,更有甚者,就是不爱学习的孩子,同样也是寻找借口依偎在父母的庇护之下。长此以往,家长所得到的孩子只能是一部心理脆弱,面对生活的各种境遇束手无策的机器。

1. 只扫天下,不扫一屋 / 153
2. 生活中哪有那么多的快乐 / 157
3. 学不会就不学了 / 160
4. 勇气不是天生的 / 164
5. 山顶上的风景没什么可看 / 167
6. 不是真有病,其实是不自信 / 170
7. 何苦费力去想答案 / 173
8. 总是情不自禁 / 175
9. 我什么也干不好 / 177



清空忽视健康的借口

然而随着物质生活的充裕,家长和孩子往常忽视身体因素,进而出现诸多“富贵病”。也正是因为家长“良好”的后勤保障,使得孩子们对吃穿住行越来越挑剔,借口也是花样百出,其目的不过是自己想像的目的行事。杜绝孩子忽视健康的借口,给孩子一个强健的体魄,是为孩子的未来蓝图抹上一笔重彩。

1. 忽视生活卫生的借口 / 183
2. 时间来不及,早餐免了吧 / 187
3. 洗澡辣眼睛 / 189
4. 好吃,我还要 / 190
5. 食肉动物 / 193
6. 嗜糖如命 / 195
7. 不清洁也没什么不好 / 196
8. 忽视锻炼的代价 / 198
9. 关注“心灵的窗户” / 200
10. 让孩子了解些性知识 / 205
11. 增强自我保护意识 / 210



屏蔽孩子交往方面的借口

家庭是孩子人际交往的起点,父母、同学、老师是孩子交往的主要对象。由于受诸多因素的影响,孩子总会找些借口来掩饰自己不爱交往和交往过程中的不当行为。教孩子学会与人交往,从小事中体会与人相处的艺术,领会成功办事的窍门。

1. 我的朋友我选择 / 219
2. 就要和异性交往 / 222

- 3. 别忽视孩子的师生交往 / 225
- 4. 不想合作 / 230
- 5. 本来就不想和你说 / 232
- 6. 孩子不合群家长有责任 / 235
- 7. 家长制造的“自闭症”孩子 / 237
- 8. 舍不得家是“怕生”的借口 / 240
- 9. 吵架都是他惹起 / 243



有借口的孩子不可怕

在孩子的成长过程中,难免会出现一些自觉或不自觉地为自己找借口的行为。不可否认,孩子找借口的行为在某种意义上制约着孩子的健康成长,但是,如果父母能掌握孩子的心理与生理习惯,适时采取一些切实可行的办法,化腐朽为神奇,将孩子的借口泯灭,就一定会培养出一个身心健康的孩子。

- 1. 营造温馨的家 / 249
- 2. 不容忽视的表率作用 / 251
- 3. 打造孩子的人格 / 253
- 4. 了解你的孩子 / 256
- 5. 给孩子“不听话”的机会 / 259



孩子为什么找借口

在父母都希望孩子健康成长的今天，孩子为自己的各种行为寻找合理的或者不合理的借口，成为一种普遍的社会现象。家长应该根据自己孩子的实际，研究和分析造成孩子寻找借口的根源，以便对症下药，有的放矢，这是帮助孩子克服为自己找借口行为的关键所在。

童言无忌

爸爸

周末早上,父亲还睡在床上,他的朋友却已来访。母亲连忙对三岁的女儿说:“快,快去叫爸爸。”

女儿望着母亲,迟疑了一会儿,走到客人面前,怯生生地喊了一声:“爸爸。”

领奖金

儿子:“妈妈,给我5元钱。”

母亲:“做什么用?”

儿子:“爸爸说我要考到100分,就奖励我10元钱。”

母亲:“那你考了多少分?”

儿子:“50分。”

不怕鬼

云云:“你怕鬼吗?”

冬冬:“怕,你呢?”

云云:“我不怕鬼。”

冬冬:“为什么?”

云云:“我奶奶喊爷爷酒鬼,妈妈叫爸爸烟鬼。天天和鬼住在一起,我当然不怕鬼了!”



1. 孩子的借口是大人复制的

现实生活中，我们有许多人习惯于给自己的不成功找一些生动的理由。没有什么文化的，就怪罪那个时代知识分子被打成“臭老九”，交白卷可以得满分；没能力的，就认为没赶上好年代，是集体所有制限制了个人能力的发展……为失败找借口，其实正是一种消极心态的体现。

而且，大人们养成的这些坏习惯和毛病，也会不自觉地对待孩子时表现出来，并“遗传”给孩子。许多父母先是对孩子抱有过高的期望，当受到一些挫折时，他们自身习惯退缩的老毛病就又犯了，拉着孩子一块：撤！

也有一些父母，因为自恃孩子聪明，当孩子在学习上不用心时，他们总认为“就因为这孩子懒，所以才没有学好，其实他还是很聪明的，以后会学好的。”没想到如此一来，很可能贻误孩子终生。

另外，当家长自己不高兴、生气时，总会对孩子发脾气，以为孩子是自己可以随意控制的东西。孩子犯错时，也可以随意训斥甚至打骂，可是容不得别人的“干涉”。如果孩子因为行为不对而受到老师或别人的训责，父母总会出来护短：“孩子还小，不懂事嘛，有什么问题跟我说吧。”这种本应该感谢别人的事，反而因担心孩子受委屈而找借口。这种袒护会使周围的人们再看孩子的不良行径时，再也不愿招惹不必要的麻烦而去纠正。同时，孩子因为犯了过错有父母袒护而不必承担责任，就会恣意妄行，全然不将别人放在眼里。

对于孩子的行为，如果家长一味地给他们找借口、找理由，就更容易养成他们推卸责任的习惯，将今后在生活和学习中遇到的一切“不顺”都推给外界和别人，在他们不能正视困难时，不能承担所犯下的过错时，就会选择一种逃避行为，把责任归咎给别人。同时，却不从自身



引领成才 塑造未来

Lead to be talented mould your future

找原因，这实在是一种懦弱、胆怯和无能的表现。

现在的孩子，在社会的需求和父母的要求下，都在为日后的生存而学习各种必备的技能，他们无不面临着学业与成长所带来的压力与挫折。作为父母，应该让孩子明白，人生历程实质就是克服困难的过程，任何人都不可能一帆风顺。在遇到困难的时候，应该表现出坚强的信念和决心，遇到失败的时候，应勇敢地面对，找出失败的原因，而不是找借口，推卸自己的责任。因为一旦找到借口，便会为自己开脱、便会主动打退堂鼓，从而半途而废，并因此而丧失信心，变得胆小、脆弱。

同时，做父母的如果怨天尤人、愤世嫉俗、牢骚满腹，也必然会影响到孩子的情绪，会认为一切都是别人和社会的错，很可能因此而悲观厌世，产生不利于成长的消极情绪。由此可见，再合理的借口对于孩子的发展都是不合理的，甚至是有害的。

来看一个故事。留美博士黄全愈就儿子矿矿在美国中小学学习的经历写了一本书：《素质教育在美国》。书中有这样一个事例：

矿矿和他初中的好友麦德为了参加足球队，决定参加“淘汰竞争”的测试。麦德的哥哥是该校橄榄球队的队员，放出风来：“淘汰竞争”非常残酷……看儿子那跃跃欲试的样子，我和妻子决定去看一看。

“淘汰竞争”于7月16日下午3点开始。烈日当头，但参加各种运动队的试训者熙熙攘攘。我虽戴遮阳帽，还顶不住酷热，钻到树荫底下。

学校要组建A、B、C三支足球队，一般来说是按年龄和球技分队，但为了鼓励竞争，低年级身体壮、技术好的球员，也可以“提拔”到高年級的队来。每队需要约25名正式球员，但参加试训者约有200人。

开始是环校跑，可能有1500米，一圈下来，矿矿跑在中间；接着是三组400米跑，矿矿是中上水平；又接着四组100米折返跑，矿矿还不错，大约在第四、第五名之间。



4

培养不找借口的孩子



Pei Yang Bu Zhao Jie Kou De Hai Zi

我以为大概就差不多了吧，看孩子们累得那个样，歪歪斜斜的，该淘汰谁淘汰谁吧。谁知道，试训并没有结束，又进行两圈环校跑，三组400米，四组100米折返跑。这一轮下来，直看得我胆颤心惊，以为总该结束了吧。万万料不到的是，又进行第三轮，我看不到自己脸，反正妻子是失色了。

场上有孩子晕倒，有孩子抽筋，有孩子呕吐……

我真想把孩子叫回来，不要试了，那个球队也没什么大不了的！但要在众目睽睽之下，把孩子叫回来——做第一个，也可能是惟一个主动退下来的人，又实在难以决断。最后，孩子们到底跑了多少，我们没有数，孩子也记不得。

麦德一边跑，一边吐，一边说：“这就是基督教学校，这就是基督教学校……”

更奇怪的是，我和妻子是惟一到场观看的家长。到底是美国家长知道如此残酷，不愿来看呀，还是根本就认为是孩子的事而不来看？我迷惑了。

看着面色煞白、一拐一拐的儿子，好心痛！真想出言劝他，但看儿子并没有退出的意思，又说不出口。于是，我拐着弯儿说：“那些跑在后面的，都看着没有希望，为什么还不干脆退了？！”

儿子看也没看我，说：“爸爸，自己退出来和选不上是不同的，你可以退出足球队，也可以退出网球队，退来退去，你还能往哪里退呢？没有到最后一分钟，谁都还有机会。跑在前面的，可能下一轮就挺不住了呢！”这是他在一个既充满机会，又充满竞争的美国社会里“悟”到的！

社会上的成功之士，无不勇敢地面对困难与挫折，永不言败、永不放弃努力。因此，家长在对待孩子的教育上，不能因为学习与生活的艰辛就为他们找借口，这样更容易让他们形成消极的态度，从而失去进取的精神。



5

孩子为什么找借口



2. 自信受挫、借口多多

应该说每个孩子生来就是自信的，然而在其成长过程中，由于家长的过度呵护，或者由于孩子在成长历程中的行为受挫，他们的自信心逐渐被削弱，于是便对各种事物产生畏惧心里和畏难情绪，进而开始寻找各种各样的借口，来掩饰自己的这种畏惧心理，掩盖自己不自信的行为。

在现实生活中，家长一心想让孩子成为最出色青年，却不允许孩子们用不同的方法去发现自己的能力，而是怀疑他们的能力，限制他们的发展。当4岁的孩子要帮妈妈包饺子时，父母们经常夺过孩子手中的面饼，“小宝贝，你会把面粉弄得满身都是的。”为了不使面粉弄脏孩子的衣服，结果使孩子的自信心破碎。孩子们努力去发现自己的长处和能力，他们总想试着干这干那，好奇心驱使他们一次次地接挑战，他们会跟在大人身后，你做什么，他就去做什么。当4岁的孩子自己穿衣服的时候，家长说，“穿错了，穿反了。”当他们自己吃饭时，家长说“看你把衣服弄得多脏。”家长把勺子拿过来，喂他吃。当孩子要洗碗时，家长说：“别把汤勺打碎了。”当他们要帮助拖地时，家长说“算了，你还小，你会把自己弄得水淋淋的。”家长把拖把夺过来，让他们茫然地瞅着，家长自己拖。就这样，家长让他们看清楚了自己是多么的不行，家长是多么的能干。如果他们不高兴，不肯张口吃饭，坚持要自己吃，家长还要大发脾气，说他可能把衣服弄脏。家长开始认为孩子们弱小，然后又怀疑他们的能力。家长并不知道所做的这些事正在打击着孩子们的兴趣和积极性。

家长相信孩子长大后是能够干成事的，但现在还小，所以不需着急。父母忘记了从他们出生后，就急切地盼望着他们能跟父母笑一笑，挥一挥手，不厌其烦地教他们喊妈妈爸爸。父母就是在鼓励他们学习、

