

★★★★★
· 亲子教育经典读本 ·

父母的声音应该充满关爱与温暖，
而不是让孩子感到陌生和恐惧。
一个在战战兢兢中长大的孩子，会渐渐发展出负面的行为。

闻言 汤昕 著

不吼不叫 教出好孩子



BUHOUBUJIAO
JIAOCHUHAOHAIZI
孩子的成长需要父母用心去培养，
而不是吼叫

教 好 孩 子

不
吼
不
叫

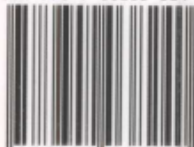


时代在变，观念也在更新，父母管教孩子的方法当然也不可能不变通。以尊重的态度让孩子自己负责，才能培养孩子独立而理性的人格。以激励、赏识和引导的方法教育孩子，才能教出成功的孩子。

本书从家庭教育常犯的错误、赏识教育、孩子性格的培养、亲子沟通、学习以及“问题”孩子的教育六个方面告诉父母，在生活中应该如何引导孩子健康成长，如何教育孩子自主学习，如何培养孩子的良好性格等。提醒所有的父母，在对待孩子的时候，要充满爱心和耐心！

上架建议：家庭教育

ISBN 978-7-80203-824-0



9 787802 038240 >

定价：29.80元

不吼不叫 教出好孩子

BUHOU BUJIAO
JIAOCHUHAOHAIZI

孩子的成长需要父母用心去培养，
而不是吼叫



闻言 汤昕 编著

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

不吼不叫教出好孩子 / 闻言, 汤昕编著. —北京: 中国
妇女出版社, 2009. 10

ISBN 978 - 7 - 80203 - 824 - 0

I. 不… II. ①闻…②汤… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 182891 号

不吼不叫教出好孩子

编 著: 闻言 汤昕

责任编辑: 赵延春

封面设计: 纸衣裳书装

责任印制: 王卫东

出 版: 中国妇女出版社出版发行

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 三河市灵山红旗印刷厂

开 本: 170 × 240 1/16

印 张: 15

字 数: 200 千字

版 次: 2009 年 12 月第 1 版

印 次: 2009 年 12 月第 1 次

书 号: ISBN 978 - 7 - 80203 - 824 - 0

定 价: 29.80 元

版权所有 侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

前言

“吼骂”是一种消极的教育方式

孩子的成长需要父母用心去培养，而不是对其吼叫。

现代家庭的生活条件好了，孩子要什么有什么，可他们为什么就是如此不听话，而且似乎越来越叛逆。

管教孩子的方法有千百种，“吼叫”的方式可以说是最直接的。但是时代在变，观念也在更新，父母管教孩子的方法当然也不可能不变通。当孩子犯错时，以尊重的态度让孩子自己负责，反而更能培养孩子独立而理性的人格。

父母的声音应该充满关爱与温暖，而不是让孩子感到陌生和恐惧。一个在战战兢兢中长大的孩子，会渐渐发展出负面的行为，例如不敢表达自己真实的感觉就说谎，有需求不敢说就偷窃等。不过，有些父母又时常感到很为难，面对孩子的不听话，他们本能地就会对孩子大叫大骂。

当被问到为什么对孩子斥责和吼叫时，许多父母的回答都是“孩子不听管教”。其实，父母在叫骂孩子的时候，总是把原因全部推到孩子身上，认为是孩子逼自己这样去做，却很少去寻求其他的方式来教导孩子。其实，不管用什么管教方式来对待孩子，其责任都要由父母来担起，而不是孩子。

正是因为父母不愿意花心思去寻找其他的教育方法，所以才会有打骂的草率做法。一般来说，父母之所以要打骂孩子，主要有以





下几点原因：

自我的成长经验示范。由于没有及时接受新知识，或是经验不足，所以有些父母就直接套用原来父母的管教模式——只要不顺父母的意，就会受到这样的斥责。因此，当父母无法使自己的孩子照他们的方式来做事或生活时，也就喜欢用最熟悉的方式管教孩子。

控制不了自己的情绪。如果父母的心智不够成熟，那么对孩子而言就是很沉重的压力与包袱。当在生活中遇到困难或挫折时，有些父母就容易把怨气发泄到孩子身上。当父母对自己生活或工作的期望无法满足时，就更希望孩子可以完全按照他们的指示来行事，一旦孩子的表现不能令父母满意，那么父母多半会对孩子吼叫。

寻求快速方便的方法。有些父母懒得思考其他的方法来管教孩子，认为对孩子吼叫最直接，见效也最快。因此，每当孩子犯错的时候，本能地对着孩子一顿吼。一些父母在恐吓孩子之时，常使用“你给我滚！”“我对你失去信心了！”等语言，别小看这不经意的气话，却可能给孩子心灵上留下较深的创伤。

吼叫、恐吓孩子不一定能收到“教训”的目的，当父母的要切记，不要对孩子大吼大叫，应该用温和的声音引导孩子、和孩子一起平心静气地分析他所犯的错误，让家庭教育中充满爱，而不是恐吓。

《不吼不叫教出好孩子》这本书从家庭教育常犯的错误、赏识教育、孩子性格的培养、亲子沟通、学习以及“问题”孩子的教育等六个方面告诉父母，在生活中应该如何引导孩子健康成长，如何教育孩子自主学习，如何培养孩子的良好性格等。提醒所有的父母，在对待孩子时，要充满爱心和耐心！

CONTENTS 目 录

不吼不叫教出好孩子

XIN JAI PING HE JIAO CHU HAO HAI ZI

第1章 教育需要智慧，“吼骂教育”常犯错误

习惯性叱责的孩子不听话	2
不懂得接纳孩子的各种情绪	5
限制孩子做他喜欢的事	8
语言暴力伤孩子的自尊	11
把成绩当成最终评判标准	14
习惯坚持自己的错误	17
见不得孩子淘气和吵闹	20
不给孩子一个和谐的家庭环境	24
民主并不损害父母的权威	27
父母要学会自我情绪管理	30
孩子最需要父母的尊重和理解	34
永远不要体罚孩子	37
让孩子感觉到父母的爱	40

第2章 不吼不叫,让赏识成为孩子的生活动力

别将孩子的缺点无限扩大	46
-------------------	----





避免对孩子的过度保护	50
巧妙赞美帮助孩子树立信心	53
不要拿孩子和他人比较	56
忠言不一定要逆耳	59
不伤自尊心的管教	62
让孩子抬起头来走路	65
懂得包容孩子的过失	68
永远不要瞧不起孩子	71
别把自己的意志强加给孩子	74
教育孩子成为“人中人”	77
友好对待孩子的朋友	80
消除对孩子的偏见	83

第3章 不吼不叫,让孩子形成“阳光性格”

让软弱的孩子变得坚强	88
孩子自私父母有责任	91
看清孩子撒谎背后的原因	94
教孩子诚信就是教孩子做人	98
让孩子在独立中成长	101
从小教孩子有一颗爱心	104
让内向的孩子变得开朗	107
培养孩子乐观的性格	110
关注孩子的虚荣心	114
帮懒散的孩子调整生活节奏	117
让孩子在困难面前有毅力	120
帮孩子改正粗心的毛病	123

第4章 学会沟通,别在吼叫声中断送亲子关系

影响亲子沟通的重要因素	128
平等的关系是沟通的前提	131

改掉不良的沟通方式	134
鼓励孩子说出内心的想法	138
不要在孩子面前数落对方的不是	140
听清孩子在抱怨什么	141
不用命令的口吻跟孩子说话	144
家庭教育中的“禁语”	147
保姆式教育让亲子难沟通	151
和孩子的交流幽默一点	154
在尊重的基础上批评孩子	157

第5章 教育需要耐心,好成绩不是吼叫出来的

让孩子认识到竞争的压力	162
消除孩子的厌学情绪	165
培养孩子的效率意识	168
兴趣是人生的“方向盘”	171
不要压制孩子的好奇心	175
化解孩子的学习压力	178
让孩子把学习当做快乐的事	181
协助孩子制定合适的学习计划	184
培养孩子良好的学习习惯	188
教会孩子掌握正确的学习方法	191
不要给孩子过多规定和要求	194

第6章 学会包容,让“问题”孩子健康成长

不要轻易给孩子贴标签	198
“问题孩子”多半源于“问题父母”	201
不要苛求孩子过分听话	204
培养“暴力孩子”的亲社会行为	207
有效制止孩子说脏话	210
孩子早恋,宜疏不宜堵	213





别让网络游戏害了孩子	216
让孩子学会“延迟满足”	219
叛逆期的孩子容易走极端	222
孩子出走是因为缺乏温暖	225
永远不要对孩子失去信心	228

第1章 教育需要智慧， “吼骂教育”常犯错误

生活中，孩子需要的是父母的指导和鼓励，而不是来自父母的责备和斥骂。在家庭教育上，应该少一些责备，多一份理解；少一些苛刻，多一份宽容；少一些批评，多一份表扬；少一些打击，多一份鼓励；少一些歧视，多一份爱心；少一些浮躁，多一份耐心。



习惯性叱责的孩子不听话

在教育孩子的时候，父母经常抱怨：“不骂，孩子就不晓得厉害。”“不吼他几句，他总长不了记性！”“这么调皮，我没打他就算好的了！”这种“叱责”的教育方法很多父母都认同。

其实，简单、粗暴的叱责不但不能使孩子心服、感受到父母对他的关怀，反而容易引起孩子的反抗。这种叛逆心理一旦形成，就会造成父母和孩子之间的隔阂和冲突。

刘宁是个活泼的孩子，在父母眼里他就是个捣蛋鬼，让父母大伤脑筋。

2

周末，刘宁打算和同学们去钓鱼，他在家调试鱼竿的时候，突然发出一声可怕的声音，原来手中的鱼竿不知怎的把客厅柜子上放的水晶相框打碎了，顿时玻璃碎片满地都是，刘宁吓得愣住了。

妈妈闻声冲了进来，见状气得脸色都变了，“谁让你在客厅里玩的，把这么贵的相框都打碎了，你找打啊！马上给我滚出去！”妈妈严厉的责骂，把刘宁的脸都吓红了。

刘宁心里很不舒服。自己不小心打碎了相框，又不是故意的，本来心里还有点愧疚，现在妈妈不问青红皂白地责骂他，他很难接受。于是，对妈妈产生了一种强烈的不满与愤恨。

孩子毕竟是孩子，他们不懂事，需要父母的教导；他们难免闯祸做错事，也需要批评。否则孩子就会在错误的道路上越走越远。但是，父母的责备如果过了火，就会使孩子感到失望，影响彼此之间的关系。

另外，父母过多的叱责、严厉的管束不但会束缚孩子的主动性，

也会扼杀其创造精神。

有一位妈妈在家中对孩子的要求非常严。她要求孩子在家不准大叫大吼，吃饭时不许说话，坐在椅子上背必须挺直。家规一套又一套。孩子不留神，稍有过失，她就不停地加以叱责。由于长年进行这种模式的训练，孩子虽然变得听话了，对人也彬彬有礼了，但却变得拘谨、怕事、被动了。

有一天，妈妈公司有要紧的工作要做，中午她没能回家。孩子中午放学回来，就坐在沙发上等妈妈。整整一个中午妈妈没有回来，没有给他做饭，他也就饿了一个中午。下午放学回来，妈妈问孩子中午吃些什么，孩子说没有吃什么。妈妈问，厨房里有速食面，为什么不取出来泡了吃。孩子却说：“你没有讲呀！”

同样的情形。那位妈妈在做菜，发现瓶子里没有醋。而家里又适逢有客，菜不能马虎，于是她只得叫孩子上街去买醋。不巧，那天杂货铺盘点，关了门，只在门前摆了一个小摊。小摊上没有瓶装醋，只有塑料袋包装的。半斤一袋、一斤一袋的均有。孩子由于母亲没有吩咐可以买袋装醋，不敢买，结果空着手回去了。

现在，有些孩子在多彩的生活面前常常显得无动于衷，比如到了游乐园，有很多好玩的游乐项目，像划船或坐电动火车等，但是有的孩子却不知所措。这些孩子之所以会这样，主要是因为他们在家中常遭受到父母的叱责。父母管得过严，而形成了怕事的被动习惯。

这些孩子只知道听从大人的吩咐，自己从没有主见，也不敢有自己的见解和要求。他们既没有自己独立的思考能力，也没有自己的判断力，当然也就更谈不上有什么创造性了。

这些都说明，父母管教的方式在不知不觉中影响孩子的发育与成长。过多的或不当的叱责不仅会束缚孩子的主动精神，也会扼杀孩子的独立性和创造性，并给孩子的心灵造成严重的创伤与依赖性。

其实，从离开母体的那一天开始，孩子已是独立的个体与生命，尤其由童年到青少年时期，孩子的自尊心、自主性十分强烈，父母





如果还把孩子当成婴儿或私有物品那样摆布或随便责备训斥，必然会引起孩子的心理抗拒，从而扭曲了其心理的正常发展，导致两代人关系紧张。父母一定要知道一味责骂的效果只能是伤害，要以理解与激励来教育自己的孩子。

孩子做错了事，父母难免会发脾气，甚至以责骂的方式训斥孩子。但是父母的责骂，很少有孩子会接受。父母应当尽量少责骂孩子，以耐心的诱导教育为主。当父母对孩子不满时，在动怒之前，必须要考虑到下面几点。

首先，克制自己的情绪，冷静后再谈问题

当知道孩子犯了错误或做错了某件事时，父母不要太激动。如果父母只顾大发雷霆，而没有切实帮助他找出犯错误的根本所在，那么孩子以后仍有可能犯同样的错误。尽管孩子会一时慑于你的威严而听话，但不能使他信服。

其次，不要总是重提旧事，揭孩子的短

如果在孩子犯了错误后一段时间内，父母为了一些小事，仍旧事重提，揭孩子的伤疤，唠唠叨叨，责骂不停，孩子不但不会认错，反而会对父母产生反感、不满情绪，甚至会产生“逆反心理”。

最后，父母要耐心地跟孩子讲道理

在责备孩子的时候，父母不要只讲“不对”，还必须把不对的理由告诉孩子，责备要适度，要以理服人。否则，孩子无法知道自己错在哪里，更谈不上改变。

不懂得接纳孩子的各种情绪

我们经常看到父母喋喋不休地给孩子讲道理，语重心长、苦口婆心，但孩子却根本没有听进去，依然我行我素。为此，父母满腹委屈，“孩子为什么不理解我们？”

其实，父母和孩子之间出现这样的矛盾，首先是父母在“讲道理”时，完全没有顾及孩子的感受和情绪，想当然地用自己的想法去左右孩子，所以会出现问题。专家呼吁，要想解决孩子的问题，首先必须接纳孩子的情绪。

所谓接纳孩子的情绪，就是无论孩子处于烦躁、生气或快乐、激动的情绪时，父母都能够对孩子的情绪给予关注、尊重和理解，而不是对此毫无顾忌。

比如，孩子画画不小心把颜料打翻了，他很懊恼，这个时候父母可以这样说：“如果一口气能把这些洒了的颜料吹没有了就好了”，或者说“你可真有创意啊，洒了的颜料都能做出这么美的图画”，以此来淡化孩子的懊恼情绪，此时，孩子听了你的话，紧张、懊丧的心情马上就会好转，这时再告诉他做事情的时候要小心，他自然很快就认同了你的观点。

从这个例子可以看出，孩子的情绪被接纳了以后，心里就会变得平和，也更能对接纳他情绪的父母产生好感和信任，并愿意与他们沟通配合，听父母的话。

王女士在外校上初中的女儿越来越叛逆了，一向听话的她时常跟父母唱反调。

女儿回家后还经常跟王女士抱怨，不喜欢这个老师，不喜欢那





个同学，总是挑别人的毛病。每当这个时候，王女士总是给她“上纲上线”，以说教的方式告诉她应该跟同学好好相处，要多从自身找问题，不要老是责怪他人。结果搞得母女二人都不开心，有时候还发生激烈的争执，弄得家里气氛很紧张。

之后，王女士认真反省了自己，从自身找问题，才发现是自己没有接纳孩子的情绪才导致最后与女儿的争执，于是她告诉自己，要学会接纳女儿的情绪。

有一天晚上女儿回家后，突然无缘无故地号啕大哭。王女士没有像往常一样连忙过去劝她，说教她，只是握着她的手，让她哭个够。女儿发泄够了后，王女士就去睡觉了。

谁知她一走，女儿就抱着被子走到她的房间，对王女士说：“妈妈，今晚我想跟你睡。”女儿躺在床上后跟王女士又倒了一两个小时的苦水，王女士只是静静地听，然后对女儿说：“你说的妈妈都能理解。”

第二天中午，女儿又恢复了往日活蹦乱跳的样子。以后她不断对王女士称赞这个老师如何好，那个同学很不错。

接纳孩子的情绪是解决孩子问题的基础。孩子在每个成长时期都有变化，父母要善于适时调整教育的方式。处于青春叛逆期的孩子，对人生和事物有了自己的观点后，作为父母也不一定能强行左右他的思维。

如果一味指责、批评，反而让孩子感到有苦说不出，充满无处发泄的憋闷，从而觉得自己得不到理解。只有当孩子的情绪被接纳，他的感觉舒畅了，他的行为才会良好，因为孩子是生活在感觉的世界里。

接纳孩子情绪有以下三种方法，父母可以参考。

第一，用简短的话表示接纳

用“是吗”、“嗯”等语气词及“我明白了”等表示接纳，可以让孩子信任你，有些时候这些简短的话，就可以换来孩子的信任和平静心情。适当的时候，可以表示出你自己的关心或看法。例如，

孩子放学回家，说了一句话“作业太多了，累死我了”，擅长接纳情绪的爸爸会说：“是吗？在沙发上歇一会吧。”而不懂得教子方法的父母，可能会说：“我还没有听说过上学会累死的，纯粹找事。”

第二，立即倾听孩子的谈话

倾听孩子的谈话有助于赢得孩子的信任，这样孩子才愿意把所有的事都告诉父母。而对父母来讲，了解孩子头脑里想的是什么，也是一件很重要的事情。因此，当孩子与父母谈话时，父母要尽可能地立即与他交谈。这样孩子就不会失望了，他可以感受到他对父母来说是多么的重要，因此就会把更多的心里话告诉父母。

第三，用和孩子相同的感受去回应

父母可以用一些和孩子相同的感受去回应孩子。比如，孩子考试成绩很好，合格的妈妈会说：“好孩子，妈妈真为你高兴，你是最棒的！这是你平时的努力和汗水换来的成果，相信下次你会考得更好的！”不懂得方法的父母可能会说：“有点成绩你就沾沾自喜，成不了大气候。”或者，当孩子遇到问题、表示悲伤时，父母可以在表情上表示自己的担心并且说：“孩子，怎么了，遇到了什么问题？给爸爸妈妈说说好吗？”

当然，接纳孩子的情绪，并不等于赞同他的情绪，父母应该关注到、意识到、觉察到孩子的情绪，从而使自己有一个更宽的视角面对问题、解决问题，避免主观、偏见的产生。也就是即使父母认为孩子的情绪不对劲儿，也要先接纳他的情绪，然后再想办法改变他的不良情绪、不正确的想法或行为。

