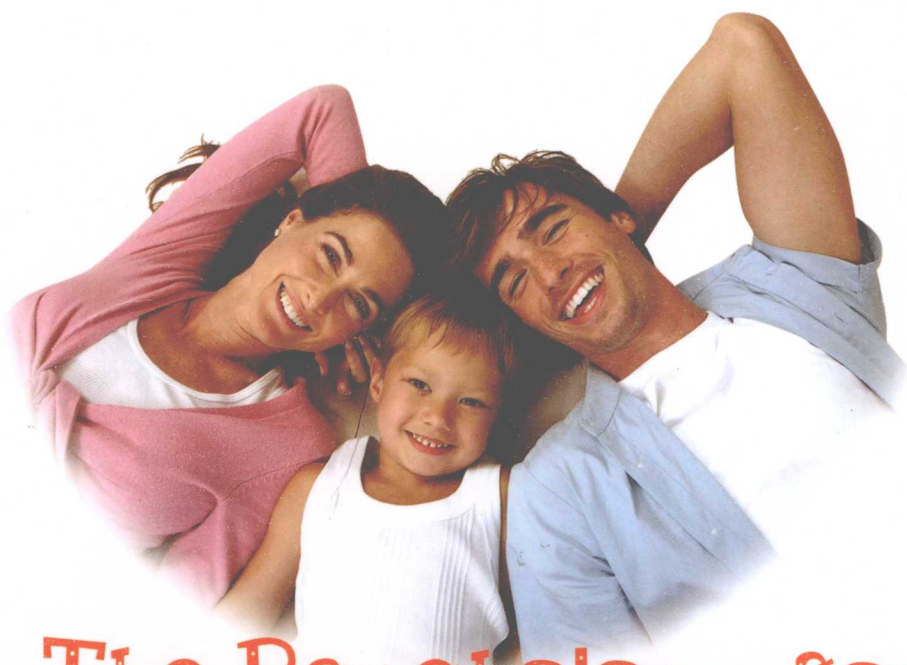


一位中学校长11年的教育心得

好父母一定要懂的 那些心理学

贾黛翎◎著



The Psychology for Good Parents

如何听，孩子才肯说；如何说，孩子才肯听；怎么劝，孩子才肯改；怎么教，孩子才肯学。
教育孩子，一定要讲究方法；做父母，请和孩子这样沟通。

 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

好父母一定要懂的 那些心理学

贾黛翎◎著



The Psychology for
Good Parents

图书在版编目(CIP)数据

好父母一定要懂的那些心理学/贾黛翎著.—北京:新世界出版社,2009.12

ISBN 978-7-5104-0708-6

I.好… II.贾… III.家庭教育—教育心理学 IV.G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 211476 号

好父母一定要懂的那些心理学

作 者:贾黛翎

责任编辑:余守斌 邓东文

责任印制:李一鸣 黄厚清

出版发行:新世界出版社

社 址:北京西城区百万庄大街 24 号(100037)

发行部电话:(010)6899 5968 (010)6899 8733(传真)

总编室电话:(010)6899 5424 (010)6832 6679(传真)

本社中文网址:<http://www.nwp.cn>

本社英文网址:<http://www.newworld-press.com>

版权部电话:+8610 6899 6306

版权部电子邮箱:frank@nwp.com.cn

印 刷:北京华戈印务有限公司

经 销:新华书店

开 本:720×1020 1/16

字 数:300 千字 印 张:17.25

版 次:2009 年 12 月第 1 版 2009 年 12 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-5104-0708-6

定 价:29.80 元

版权所有,侵权必究

凡购本社图书,如有缺页、倒页、脱页等印装错误,可随时退换。

客服电话:(010)6899 8638



序

言



好父母要懂点心理学

8岁的约翰上学时常常忘记带午饭,每当这时,他就打电话要求妈妈到学校给自己送饭。约翰的妈妈是一位会计师,工作很繁忙,约翰的坏习惯使得她深受其害,经常被打断工作不说,也极为耽误时间。

为此,妈妈多次找约翰谈话,但无论是苦口婆心说道理,还是气极了打骂,收效都微乎其微。约翰照旧记不住带饭。

很偶然的一次机会,约翰妈妈去听教育指导专家的讲课,了解了“自然惩罚法则”这一新的教育理念,其具体含义为:当孩子在行为上犯了错误时,父母应该让孩子自己承担错误直接造成的后果,给孩子以心理惩罚,使他们能够正确认识自己的错误,进而自觉改正错误。

约翰妈妈决定试试这个方法,让孩子自己尝尝错误的结果。于是,妈妈找来约翰,很认真地告诉他:“约翰,妈妈觉得你已经长大了,有能力为自己的事情负责。妈妈工作很忙,不能总是给你送饭到学校。如果你下次还是忘记带饭,你应该自己对此负责。”

约翰答应得很痛快。但是第二天,约翰还是忘记了带饭,他习惯性地又给

妈妈打电话：“妈妈，我忘记带饭了。您给我送来好吗？要不我就得饿肚子了。”

妈妈说：“我们已经说过了，约翰。你应该为自己的行为负责。妈妈很忙，没空给你送饭。”

约翰继续跟妈妈磨，但是这次妈妈很坚定。她很和蔼但坚决地拒绝了约翰的要求。

约翰没办法，只好饿着肚子。整整一下午，约翰都在忍受饥饿的折磨。

晚上回到家的约翰很是生气，妈妈决定不安慰他，让他自己好好想想，回味下因自己不带午饭而饥肠辘辘的滋味。约翰虽然不是很开心，但自此以后，妈妈发现，约翰真的很少再忘记带午饭了。

如果您也拥有一个像约翰那样的捣蛋鬼，您会怎么处理类似的情况呢？或者说您的宝贝更调皮，他总是喜欢摔坏玩具，还不爱阅读，您又该怎么办呢？

解决方法很简单：您只要一句话——运用“自然惩罚法则”，郑重其事地向他宣布一个月之内不再给他买新玩具，一个动作——套用“狼性法则”，把他需要阅读的图书藏起来，吊足他的好奇心就OK了。

其实，孩子的每一种“问题”行为背后都隐藏着某种心理需求，优秀的父母会根据孩子的心理特点，因势利导地引导孩子对事物产生兴趣或改正缺点，就像中国近现代教育家陈鹤琴所说的：“家庭教育必须根据儿童的心理始能行之得当……总的来说，他们是好游嬉的；好奇的；好群的；好模仿的；喜欢野外生活的；喜欢成功的；喜欢别人赞许的。”而打骂和强迫孩子，无疑是最愚笨的教育方式。

作为父母，我们爱孩子，但我们更应该懂孩子！在教育孩子的时候，我们必须首先了解孩子的心理和特点，绝不能把自己的意愿强加在孩子身上。否则，就会事与愿违，导致孩子自卑、自闭、不自信，甚至因此毁掉孩子的一生。

正所谓“爱不需要理由，但是爱需要技巧。”家长教育理念上的“一念之差”，真的可以让孩子的命运“千差万别”。只要父母懂点心理学，再去谈教育，自然水到渠成、事半功倍。

目 录CONTENTS

□鱼缸法则：“放纵”比强制更有力量

- 鱼缸法则 / 2
- 少年克里斯的烦恼 / 3
- 遇到一个“缠小子” / 5
- “体验教育”的神奇魅力 / 8
- 学会“放养”孩子 / 10

□罗森塔尔效应：用积极的暗示武装孩子

- 罗森塔尔效应 / 14
- 比黄金珍贵的四个字 / 16
- 信念值多少钱？ / 18
- 最坚固的玻璃门 / 19
- “好外婆”与“坏奶奶” / 21
- 像海鸥一样 / 23
- 知音式鼓励 / 24

□强化/消失定律：好习惯在于不断强化

- 强化/消失定律 / 28
- 你在奖励孩子的哭闹吗？ / 29
- 认可要及时，表扬要具体 / 31
- 点滴进步也值得表扬 / 33
- 没有惩罚就没有教育 / 35
- 让孩子停止哭闹真的很简单！ / 36
- 做好了，不给钱 / 37

□狼性法则：培养孩子的好奇心

- 狼性法则 / 42

- 激发孩子创造力的最大技巧 / 44
- 别急着告诉答案 / 46
- 越玩越聪明 / 48
- 当孩子说谎时 / 50
- 惩罚你,跟爸爸一起把玩具恢复原状 / 52
- 阅读需要诱惑 / 53
- 将学习融入游戏中 / 55

□ 梦想法则:不要粉碎孩子的梦想

- 梦想法则 / 60
- 想得到,做得到 / 61
- 一位老师的忏悔 / 62
- 孩子的想象力哪去了? / 64
- 我要跳到月球上去 / 65

□ 南风效应:宽容比惩罚更有力量

- 南风效应 / 68
- 漂亮的牛奶海洋 / 68
- 布兰妮妈妈的迂回战术 / 70
- 与孩子做个约定 / 72
- 会幽默,让你事半功倍 / 73

□ 自然惩罚法则:让孩子对自己的行为负责

- 自然惩罚法则 / 76
- 忘带午饭了,那就饿着吧! / 77
- 穿脏衣服的蒂娜 / 78
- 大人也要承担自己的过错 / 80
- 一次体验胜过万句叮嘱 / 82

□ 尊重法则:把孩子当成独立的个体

- 尊重法则 / 86
- 蒙台梭利的擤鼻涕课 / 87

- 暴力教育就是“教育事故” / 88
- “小人物”也有大自尊 / 89
- 说出孩子的感受,接受孩子的感受 / 91
- 让孩子自己穿衣服,好吗? / 92
- 孩子也有点菜权 / 94

□延迟满足:从小培养孩子的耐心

- 延迟满足 / 98
- 耐心的小维尼 / 99
- 家长要学会说“等一等” / 100
- 学会容忍,学会克制 / 102
- 珍惜孩子的“三分钟热度” / 104

□感觉剥夺:让孩子亲自品尝生活的滋味

- 感觉剥夺 / 110
- 不吃鱼油的狗 / 111
- 如何解决孩子的赖床毛病? / 112
- 做孩子忠实的观众 / 114
- 请孩子帮帮忙 / 115

□路径依赖:从小培养孩子良好的习惯

- 路径依赖 / 120
- 为什么牵大象要用细绳,而牵小象却用粗绳? / 121
- 别把“点金石”扔进水里 / 122
- 让孩子自己动手吧! / 124
- 家庭教育也讲文化氛围 / 126

□倒U形假说:给孩子适当的压力

- 倒U形假说 / 130
- 敬器的故事 / 131
- 小和尚打油的启示 / 132
- 贺爸爸的“教女经” / 133

- 是谁让“三脑袋”选择了不归路? / 135
- 如何给孩子减压? / 137

□破窗效应:给孩子一个好的环境

- 破窗效应 / 140
- 狼童的故事 / 141
- 秀才与铁匠 / 142
- 天才是怎样炼成的? / 143
- 贫穷的安徒生为什么是幸福的? / 145
- 爸爸,我正在踩你的脚印! / 147
- 父母不仅要以“声”作则,更要以身作则 / 149

□天赋递减法则:教育孩子越早越好

- 天赋递减法则 / 152
- 认人为母的小鸭子 / 153
- 你已经晚了两年半 / 155
- 铃木老师的建议 / 156
- 2~5岁是教育孩子的关键时期 / 158

□超限效应:不要过多地批评孩子

- 超限效应 / 162
- 大错误与小错误里的智慧 / 163
- 批评的艺术——“三明治策略” / 165
- 有用的只是忠告的内容 / 167
- “打是亲,骂是爱”已经落伍啦! / 170

□木桶定律:让孩子全面发展

- 木桶定律 / 174
- 13岁的数学神童 / 175
- 激发孩子对“非优势学科”的兴趣 / 176
- 素质教育的五块“木板” / 178

□**手表定律:给孩子确定明确的目标**

- 手表定律 / 182
- 特长早发现,天才早培养 / 183
- 切忌把自己的期望当成孩子的目标 / 185
- 可怜的渔夫 / 186
- 百万富翁还抱怨什么? / 187

□**禁果效应:别把孩子的友情当爱情**

- 禁果效应 / 192
- 妈妈,我要和凯莉结婚! / 193
- 玛莎的异性朋友 / 194
- 如果你变成孩子 / 196
- 克鲁斯老师的妙招 / 198
- 一位父亲给儿子的忠告 / 200

□**甘地夫人法则:培养孩子的意志力**

- 甘地夫人法则 / 204
- 当孩子遭遇挫折时,不要急不可待地冲上去 / 205
- 一位日本母亲的“挫折教育” / 207
- 犹太人的“逾越节” / 208
- 给孩子制造麻烦 / 209
- 儿子遇难,船王责无旁贷 / 211

□**真爱法则:教育的真谛是爱**

- 真爱法则 / 216
- 有爱就有奇迹 / 217
- 父母忽略的最重要一点 / 218
- 20美元的价值 / 220
- 小小“打工仔” / 222

□**马太效应:让孩子的自信心成长壮大**

- 马太效应 / 226

- 自信需要尝试 / 227
- 自信需要呵护 / 229
- 自信需要张扬 / 230
- 自信需要暗示 / 232

□狐狸法则：塑造孩子的独立性

- 狐狸法则 / 236
- 再试一次 / 237
- 洛克菲勒是这样教育孩子的 / 239
- 爬台阶，学独立 / 240
- 再富也要“穷”孩子 / 242

□鲑鱼效应：培养孩子的竞争意识

- 鲑鱼效应 / 246
- 假如没有竞争，老虎也会失去霸气 / 247
- 课堂上的“鲑鱼效应” / 248
- 分苹果的故事 / 249

□天鹅效应：溺爱是一种伤害

- 天鹅效应 / 252
- 溺爱带来无能 / 253
- 溺爱带来软弱 / 254
- 溺爱带来任性 / 255

□刻板效应：摒弃对孩子的偏见、成见

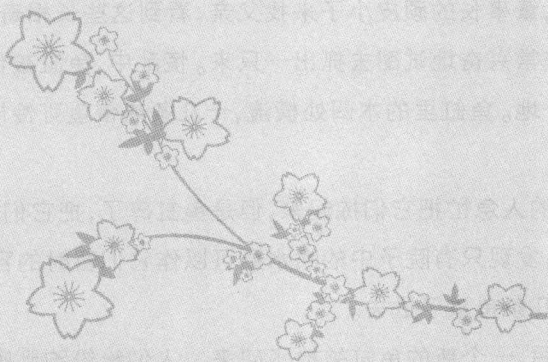
- 刻板效应 / 258
- 苏东坡和佛印 / 259
- 尴尬的日本商人 / 260
- 按成绩排座位是个歪招 / 262



限封球金

【鱼缸法则】

“放纵”比强制更有力量



孩子的成长需要自由的空间。要想使孩子茁壮成长,就一定要给他们活动的自由,而不让他们拘泥于一个小小的“鱼缸”。随着孩子的成长,父母应克制自己的想法和冲动,给孩子充分的发展空间。

鱼缸法则

走进美国超大公司纽约总部,首先映入眼帘的是办公室门口摆着的一个漂亮鱼缸。鱼缸里十几条产自热带的杂交鱼开心地嬉戏着,它们长约三寸,脊背一片红色,头尤其大,长得很是漂亮。进进出出的人几乎都会因为这些美丽的鱼而驻足停留。

头大背红的小鱼们一直在鱼缸中鲜活地生长着,它们过的相当自得其乐,时而游玩,时而小憩,吸引着众人欣赏的目光。两年过去了,小鱼们的“个头”似乎没有什么变化,依旧三寸来长,在小小的鱼缸里游刃有余地游来游去。

这一天,董事长的顽皮小子来找父亲,看到这些长相奇特的小鱼,很是好奇,于是非常兴奋地试图去抓出一只来。慌乱中,鱼缸被他从桌子上推了下来,碎了一地。鱼缸里的水四处横流,十几条热带鱼可怜巴巴地趴在地上苟延残喘。

办公室的人急忙把它们拣起来,但是鱼缸碎了,把它们安置在哪呢?人们四处张望,发现只有院子中的喷水泉可以作它们暂时的容身之所。于是,人们把那十几条鱼放了进去。

两个月后,一个新的鱼缸被抬了回来。人们纷纷跑到喷水泉边捞那些漂亮的小鱼。十几条鱼都被捞起来了,但令他们非常惊讶的是,仅仅两个月的时间,那些鱼竟然都由三寸来长疯长到了一尺长!

对于鱼的突然长大,人们七嘴八舌,众说纷纭。有的说可能是因为喷水泉的水是活水,活水有利于鱼的生长;有的说喷水泉里的泉水可能含有某种矿物质,促进了鱼的生长;也有的说那些鱼可能是吃了什么特殊的食物。但无论如何,都有共同的前提,那就是喷水泉要比鱼缸大得多!

对于孩子的教育,事实也是这样,孩子的成长需要自由的空间。要想使



孩子长得更快、更大,就一定要给他们活动的自由,而不要让他们拘泥于一个小小的“鱼缸”。后来人们把这种由于给孩子更大的空间而带来孩子更快发展的现象称为“鱼缸法则”。

随着孩子的成长,父母应给孩子越来越多的自由来控制自己的生活。父母必须有意识地要求自己,甚至是克制自己,不要有那种什么事都为孩子做的想法和冲动,给孩子充分的发展空间。

作为父母,应该除掉多余的担心,尽可能让孩子接触到各类东西,让孩子自己去体验各种各样的经历。每个孩子都有自己的选择方式,都有自己的想法,都有自己的定位,每个孩子的世界都是一个相对独立的世界。对生活的环境,孩子们已经逐渐形成自身的一套处事方式,家长不要过于强求孩子做他们不愿做的事情。强制性的教育方式带来的只有孩子的逆反心理。

父母应该让自己成为孩子的引导者,而不是强制者。给孩子一定的自由,表明我们信任和尊重孩子。得到信任和尊重的孩子会因此更加尊重我们,爱我们。

少年克里斯的烦恼

对于孩子的自由,为人父母者首先应该给孩子选择的自由,尊重孩子的选择,哪怕那是多么的错误与愚蠢,因为每个人都希望自己有选择的权利。

圣诞节到了,爸爸是个狂热的集邮爱好者,因此,他送克里斯的礼物是一整套珍贵的邮票。爸爸希望这套珍贵的邮票能唤起克里斯集邮的兴趣。

事实上,8岁的克里斯根本对集邮没兴趣,他希望得到的是一套篮球明星卡,而不是爸爸眼里的珍贵邮票。

一天,克里斯在朋友那里发现了自己梦寐以求的那套篮球明星卡,他很眼馋,于是就用爸爸送的邮票换回了朋友的明星卡。

发现这个交换后,爸爸非常恼火。令他生气的不只是克里斯不尊重自

己,把自己送给他的礼物轻易地跟别人换掉。另外,爸爸认为,和克里斯交换的小孩年龄比克里斯大,应该懂得那套邮票的价值要远远超过那套明星卡的价值。爸爸认为得他知道这些却没有告诉克里斯,明显是在占克里斯的便宜。

爸爸用权威的姿态要求克里斯从朋友那里要回那套邮票,并退回篮球明星卡。他鄙夷地向克里斯指出这两件东西是不等价的。最后,克里斯被迫执行了爸爸的命令,这使得克里斯非常窘迫,感到自己十分笨拙,和朋友之间的关系也就此破裂。

事实上,克里斯爸爸的做法严重伤害了克里斯的自尊,使克里斯对自己的判断能力产生了怀疑。克里斯虽然年幼,人生观还不是很健全,但是他同样也有自己的观点。对于孩子自己的事情,父母要想办法给予引导,将自己的要求隐藏在得体的语言引导上,让孩子看清楚事情的真实面貌,进而做出正确的选择。粗暴的命令式态度最有可能招致的是孩子的反抗。

美国数学家哈里·科勒的老师是个博学多才的人,他不仅精通数学,通晓物理、天文,还是一位出色的教育家。

有一次,哈里·科勒的老师与他的夫人讨论如何才能教好学生的问題。他说:“教育学生就如同牧童放牛,我们不能像那些无知的牧童,只凭性子硬牵着牛的鼻子走路,我们要学习那些有经验的农民,他们牵牛时,只到拐弯的地方才抖动一下缰绳。”

老师就是用这种方法教育哈里·科勒的——借书给科勒看,先让他自学,不懂可以再问老师,解答时老师也只是稍微提示一下。“我从来不像有的人喂孩子一样,一灌一个饱,也不将食物嚼烂了喂给孩子吃,我只是引起他吃东西的兴趣,让他自己摸索着走,就像牵牛一样,到拐弯处才给他指引一下。”

父母在教育孩子的过程中,担当的应该是指导者的角色,让孩子自己去决定。这样,孩子才不会过分依赖父母,他们的积极性才能得到更好的发挥,潜能才能得到挖掘。



有些父母会让孩子象征性地做出选择，但由于附加了苛刻的条件，孩子也相当于没有选择了。

1631年，英国剑桥商人霍布森贩马时，把所有马匹放出来供顾客挑选，但附加了一个条件——只许挑选最靠近门边的那匹马。显然，加上这个条件实际上就等于不让挑选。这种没有选择余地的所谓“选择”，让人根本没得选择。

在父母教育孩子方面，如果父母使用命令的方式，强制性地要求孩子什么可以做，什么不可以做，会让孩子陷入无奈的境地，导致他们更多的反抗。相反，如果父母在自己的要求中带有尊重，维护孩子的自主性，给孩子自由选择的权利，孩子对父母的反抗就会少一些。

如果不想让孩子留有遗憾，就给孩子自由选择的权利吧，你能代替他做很多事，但是不能代替孩子生活，让他自由地选择如何处理自己生活中遇到的各种状况，我们要做的是，在必要时以我们的经验给他一些建议。

遇到一个“缠小子”

选择取决于思考，一个人要想进行自由的选择，前提条件是可以进行自由的思考。每一个父母都应该培养孩子自由思考的习惯，只有这样，孩子才不会成为父母的傀儡。

课余，老师和孩子们在做脑筋急转弯的比赛游戏。游戏的规则是由孩子自己出题，答对的孩子才有资格做下一个出题者。孩子们都很踊跃，他们积极参与着，思考能力在无形中得到了锻炼。

新一轮比赛开始了，这次出的题是：“树上有10只鸟，开枪打死一只，还剩几只？”

这是一个流传很广的脑筋急转弯题。孩子们大概都听到过其答案，因此，“9只”、“一只不剩”，几乎所有的孩子都抢着说答案。老师发现，只有托尼没有

吭声，他安静地坐着，显然是在努力思考。

老师问：“托尼，你觉得是几只呢？”

托尼没有直接回答老师的问题，反而问老师：“在这个城市里打鸟不是犯法的吗？”

老师说：“我们假设不犯法。”

“那开枪人使用的是什么手枪呢？是无声手枪吗？”

“不是。”

“枪声有多大？会不会震得耳朵疼？”

“肯定会疼的，80分贝至100分贝。”

老师被问的有点摸不着头脑：“这些问题跟还剩几只鸟有关吗？”

“有关的，老师。”托尼继续问道，“您确定那只鸟真的被打死啦？”

“确定。拜托，你告诉我还剩几只就行了，OK？”

“OK，树上有没有关在笼子里的鸟？”

“没有。”

“边上还有没有其他的树，边上的树上有鸟吗？”

“没有。只有这一棵树。”

“有没有残疾的或饿得飞不动的鸟？”

“没有。”

“鸟里边有没有聋子，听不到枪声的？”

“没有。”

“有没有傻得不怕死的？”

“都怕死。”

老师很不耐烦地问：“托尼，你到底知道还剩几只吗？”

“还有最后一个问题，老师。算不算怀孕肚子里的小鸟？”

“不算。”

“哦，如果您的回答没有骗人，打鸟人的眼也没有花，”托尼满怀信心地说，“打死的鸟要是挂在树上没摔下来，那么就剩一只，如果掉下来，就一只

