



KID
COOPERATION

让孩子来敲门

最实用的亲子手册

KID COOPERATION

不用大声嚷嚷、唠叨，不用哀求，
你也可以教养好孩子！

[美]伊丽莎白·潘特莉◎著

ELIZABETH PANTLEY

王山尔◎译

吉林文史出版社



让孩子来敲门

最实用的亲子手册

KID COOPERATION

[美]伊丽莎白·潘特莉◎著

ELIZABETH PANTLEY

王山尔◎译

吉林文史出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

让孩子来敲门: 最实用的亲子手册 / (美) 潘特莉著; 王山尔译. —长春: 吉林文史出版社, 2009.1

书名原文: KID COOPERATION

ISBN 978—7—80702—752—2

I. 让… II. ①潘… ②王… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第154674号

KID COOPERATION: HOW TO STOP YELLING, NAGGING AND
PLEADING AND GET KIDS TO COOPERATE by ELIZABETH
PANTLEY (FOREWORD BY WILLIAM SEARS, M.D., PREFACE
BY LOUISE BATES AMES, PH. D.)

Copyright © 1996 BY ELIZABETH PANTLEY

This edition arranged with NEW HARBINGER PUBLICATIONS

through Big Apple Tuttle—Mori Agency, Inc., Labuan, Malaysia.

Simplified Chinese edition copyright © 2009 JILIN LITERATURE &
HISTORY PUBLISHING HOUSE

All rights reserved.

中文简体字版权专有权属吉林文史出版社所有

吉林省版权局著作权登记

图字: 07—2008—1959号

让孩子来敲门: 最实用的亲子手册

KID COOPERATION

作 者: 伊丽莎白·潘特莉

译 者: 王山尔

责任编辑: 樊庆辉

责任校对: 樊庆辉

封面设计: LZW1127

出 版: 吉林文史出版社 (长春市人民大街4646号 邮编: 130021)

网 址: www.jlws.com.cn

印 刷: 北京佳信达欣艺术印刷有限公司

开 本: 640×960毫米 16开

字 数: 200千字

印 张: 15

版 次: 2009年1月第1版

印 次: 2009年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978—7—80702—752—2

定 价: 25.00元



不用大声嚷嚷,你也可以教养好孩子

初为人母时,我是那么无助,在一个孩子面前,我29年所积累的知识和智慧竟毫无用武之地。从医院抱回孩子的那一刻起,我便陷入了深深的焦虑,我完全不懂如何去照顾一个新生儿。更糟糕的是,第一晚,孩子竟然长达七秒钟没有了呼吸,这让我万分恐惧。另一个让人沮丧的事实是,回家六天了,我仍不敢给她洗澡。后面两个孩子出生时,我就得心应手了。教养孩子是一项极具挑战性的工作,新情况、新问题总是层出不穷,等待你处理。

在教养孩子的过程中,我开始组织了一个父母互助团体,主要讨论0~6岁幼儿的教养问题。当时,我并没想到



这个团体会将关注点放在所有孩子身上，更没想到，它竟然会成为我为之奋斗的事业。

不管你的孩子是幼儿，还是青少年，所有父母都被同一个问题困扰着，这就是：“有什么法子，每天不用唠叨，不用大声嚷嚷或是哀求，就能有效地教养孩子？”

通过书本和自己的经验，我一点一点地找到了答案。我整理出的这些方法均来自鲜活的生活。在课堂上和学员讨论的时候，我不再是老师，而是学生。我仔细聆听这些父母所讲的故事，仔细思考这些家庭的异同。我发现，学会新方法之后，一些家庭的关系比从前更融洽，许多父母比从前更自信，和孩子相处时也更加自如。这的确令人兴奋。

近来，我在一个亲子类谈话节目中看到了一些“失控”的父母，他们深爱着自己的孩子，却不知道如何应对孩子的失当行为。我还听到一对年轻的夫妻向节目求助，他们每天都会责打自己的两个小女儿，可这两个小家伙仍然不听话。看到这么多家庭充满困惑，我真想大声对这些父母说：“别这样！教养孩子有比这更好的方法！”

对教养子女研究得越深，我就越不能忍受一些父母的无谓“挣扎”。我真不明白，有那么多的好书、好文章讨论如

何教养子女，有那么多的好方法和好点子可供我们选择，为什么许多父母在教养孩子时仍然束手无策呢？后来，我渐渐明白了。生活实在是太忙碌了，教养孩子随时随地都会遇到难题，一般的父母哪有时间在堆积如山的资料中一一寻找答案呢？想到这一点，我便燃起写书的热情，把自己累积下来的好点子集合起来，呈现给大家。我真心希望你能从这本书中找到有用的方法，帮助你教养出快乐、自信和杰出的孩子。



为人父母是全世界最艰难的工作

多年前，我见到了老朋友苏西，她刚刚休完六个月的产假。跟我打完招呼她就瘫坐在椅子上，满脸的沮丧，完全不是我认识的那个聪明能干的苏西！她跟我说道：“这辈子我做过很多事，我曾到许多亚洲国家自助旅行，骑过别人驯服不了的马。我半工半读完成学业，白手起家成功创业，还嫁了一个宣称决不结婚的老公。不过，今天我要告诉你，当妈妈是我碰到过的最困难的事情。”“她一定是在开玩笑！”我心里想，“她的小孩才六个月，真有那么难养吗？”



现在，我自己有了三个小孩，我终于明白了苏西当年的处境。是的，苏西，你说的一点儿也没错，为人父母是全世界最艰难的工作。

为人父母、养育活生生的下一代，一定会是你所有工作中最重要的一项。因为我们缺乏训练，其结果却又如此重要。如果你是个商人，少做一笔买卖顶多少赚一点钱；如果你是会计师，账目不平衡，你只需多花一点时间就可以弥补；如果你是糕点师，蛋糕做失败了，你再烤一个就是了。为人父母却不同，如果你失败了，你的孩子——这个世界上你最爱的人，他未来的人生就可能会出现問題，亲子关系受损，你和另一半之间的婚姻也会受到打击。你可能会因为孩子没有教养而被朋友孤立，这会使你的自尊心低落至冰点。因此，你教养子女的风格几乎影响着你生活的每个层面。



为什么妈妈的妈妈从来不去上亲子课？

为什么我们的父母和父母的父母从来不去上亲子课？为什么他们从来不读如何为人父母的书？为什么他们很少坐下

来讨论教养子女的事？因为在他们那个年代根本就没有所谓的“亲子教育”，人们生了孩子就养，而且都是大家庭，亲朋好友住得近，与孩子相处其乐融融。最近，我在一个晚宴上遇到一位70岁的爷爷级男士，他有七个孙子，他问我：“您是做什么工作的？”我说：“亲子教育，就是关于如何教养子女的事儿。”他面包正吃了一半，听了差点噎住，回过气来继续说：“喔！小孩子养大不就行了吗？”不过，谈到现在和50年前养孩子的不同之处后，他承认现在的孩子非常难养，拿他自己的七个孙子来说吧，就算付他再多的钱，他也不想养。因为，情况不一样了。

我们的生活方式变了，社会也变了。过去，社会状况有利于家庭的维系，谁具有权威一目了然，孩子们尊重父母和教师，也听他们的话。那时的人们重视亲情，离婚率也很低。大部分的妈妈在家照顾子女，爸爸则在外赚钱养家。电视上播的都是健康的连续剧，主角不是家庭楷模，就是道德模范，生活节目里的主持人也都穿着整洁，围着雪白的围裙，仪态端庄。在上个世纪五六十年代，学校里出现的违规现象只是迟交作业、嚼口香糖、上课说话、加塞儿之类的小问题。不可能看到有人吸毒，敢喝啤酒就算胆大了。一般孩



子的娱乐活动也只是在户外捉迷藏、扮牛仔、踢毽子或爬树。

而现在呢？一切都变了。现在，有一半的孩子生活在单亲家庭中。大部分家庭的父母都在外面工作，根本无法专心教养自己的孩子。孩子们也挑战父母和老师的权威，其严重的程度令人瞠目结舌。

电视媒体给家庭提供的也都是《辛普森家庭》之类的嘲讽剧，孩子们打开电视，看到的尽是脏话满口、充斥着暴力和色情的节目。现在的孩子所面临的问题往往涉及吸毒，甚至是性命攸关的暴力。未成年怀孕和自杀，已经不像过去那样只是偶尔发生，在一些学校甚至像流行病一样普遍。据美国官方统计，现在25岁的年轻人，有48%的人尝试过毒品，68%的人喝过酒；在12岁~17岁的青少年中，有超过10%的人吸过毒，大约40%的人喝过酒。全美公立学校的学生成绩普遍下降；孩子们的大部分时间都花在了游戏和电视上，不再像过去那样爱好户外活动。

如今这个年头，当父母比过去要难得多，难道你不这样认为吗？



好消息

有一个好消息：即使在当今，你依然可以在家中确立父母的权威，养育出行为得体、态度良好，又具有自尊心的好孩子。

你还可以每天享受教养的欢愉，只要你下决心去做，拿出耐心，愿意等待。通过我的亲子课程，许多父母不仅获得了教养子女的知识 and 技巧，他们自己的性情也变得平和。

这本书中有许多重要的教养观念，以及一些符合家庭实际情况的想法；有每天和孩子互动的技巧，告诉你如何让孩子跟你合作、增进孩子的自尊；还有一些教养孩子必须具备的知识。

为人父母，是你所有工作中最艰难的一项。但是只要有养儿育女的知识 and 技巧，你的孩子就会成长为一个快乐、有安全感的人，一个杰出的人。这难道不是每个父母的梦想吗？



如何运用这本书



许多亲子类书籍只涉及一般的理论和原则，并没有告诉大家具体的做法。在终日忙碌的生活中，许多父母根本没有时间研究分析。在本书中，我将向你提供简单易学的实际技巧。

你可以把书中的技巧做成备忘录。在你朝这个方向努力的同时，把备忘录贴在你容易看到的地方。一次最好只贴一张，几周后再换另一张——让备忘录上的技巧慢慢深入人心，然后给自己和家人足够的时间去调适。一旦熟练掌握了这些技巧，你就可以受益终生了（甚至还可以用在孙子孙女身上）。

目 录

第 1 章 你属于哪种教养风格的父母? 1

第 2 章 你离“高竿父母”还有多远? 17

第 3 章 让孩子来敲门 43

第 4 章 为什么惩罚不起作用? 77

第 5 章 尊重孩子, 让孩子学会自尊 119

第 6 章 孩子们起了争执, 怎么办? 137

第 7 章 你对孩子发过脾气吗? 该怎样控制? 147

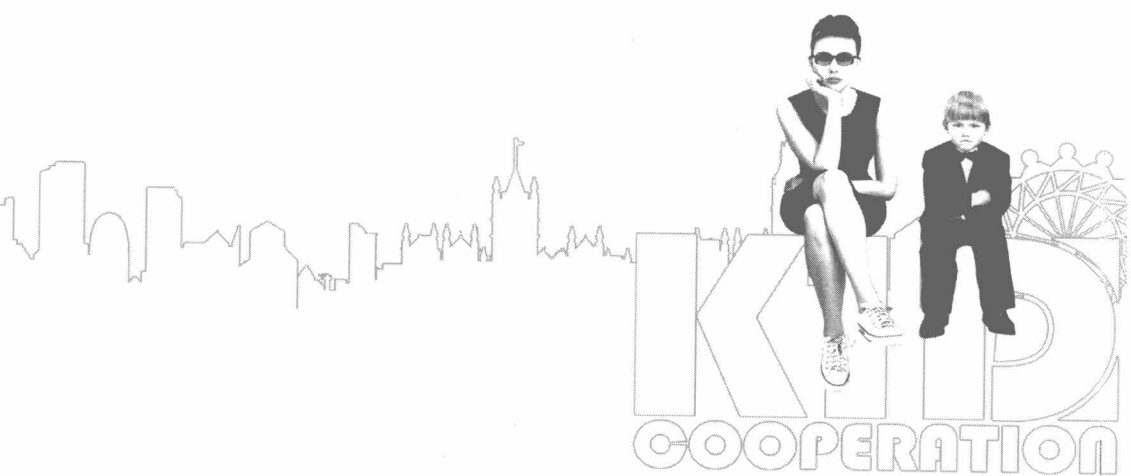
第 8 章 留一点时间给自己, 你会成为更好的父母 173

第 9 章 教养孩子, 没有标准答案 189



第 1 章 CHAPTER 1

你属于哪种教养风格的父母？



要想做一个更好的父母，必须了解你现在是个什么样的父母。然而，从自己的角度想要客观地看清事实着实不易，下面的小测验正好可以帮助你。

仔细思考每个问题，在相同的处境下，你会采取哪种处理方式？也许，测试中提到的孩子，年龄比你的孩子大或小，但是没关系，你可以依据你心中的想法，选出你认为最可能采取的选项。

要尽量选出最符合你真实反应的答案，不要刻意选择自以为“正确”的答案。你想，在终日忙碌的生活中，面对孩子的种种问题时，你有时间做进一步的研究分析吗？

拿一张纸记下你的答案，测验结束后，我会告诉你如何计分，让你朝更正确的方向迈进。如果你的另一半也想加入，建议你们分头测试，做完之后再交换答案。当然，你们也可以一人拿一份问卷，背靠背完成，但不可以交头接耳。



测测你的教养风格

1. 你带孩子去超市，亲切的促销小姐拿着免费试吃的小饼干站在你们面前，孩子眼巴巴地看着，满脸馋相。可马



上就要吃晚饭了，你就不准她拿。孩子开始大哭大闹，这时你的反应是：

A. 让她吃。

B. 带她马上离开超市，跟她解释：“乖宝宝，我知道你想吃饼干，可是我们就要吃晚饭了，你吃了饼干就吃不下晚饭了。等我们吃完饭，妈妈再给你饼干吃。乖，不要再哭了。”

C. 抱她到一个安静的角落坐下，等她平静下来再继续你们的购物行程。

D. 脸一沉，对她说：“小馋鬼，我不吃你这一套！”然后朝她屁股打一巴掌说：“我命令你现在就安静下来，不准哭！”

2. 你在厨房煮晚饭，孩子们在客厅里玩玩具。忽然你听到尖叫声，赶紧冲去客厅，两个孩子已经扭打在一起，你命令他们站在你的两边，一个孩子怒气冲冲地大声说，“他捏我的玩具”，另一个也不甘示弱，“是他先动我的”。这时你的反应是：

A. 自言自语地抱怨：“你们能不能消停一会儿？你们

可不可以不要一天到晚地吵架!”

B. 仔细弄清事情的来龙去脉,再去批评犯错的孩子。

C. 劝说他们和平解决。

D. 把他们关进各自的房间,让他们反省。

3. 快吃晚饭了,孩子非要出去玩,你坚决不允许。孩子几番央求,你依旧拒绝。孩子开始撒娇:“我就去院子里玩10分钟,不会到处乱跑,求你了!”这时你的反应是:

A. “去吧!10分钟内一定要回来。”

B. 向孩子解释,就要吃饭了,你希望一家人能一起吃饭。他们可以出去玩,但一定要在饭前回来。

C. 告诉他们:“吃完晚饭再出去玩。”

D. 用命令的口吻说:“别胡搅蛮缠了!我说不行就是不行,你们统统回房间去,罚你们今天晚上也不准看电视。”

4. 你的孩子早上起床拖拖拉拉,错过了班车时间,这时你的反应是:

A. 开车送他去学校。