



优秀是这样 训练出来的



To Train Up A Child

(美) 迈克尔·珀尔 黛比·珀尔 著

Michael and Debi Pearl

张沁 译

世界出版社



我听见我的儿女们按真理而行，
我的喜乐就没有比这个大的。



青橄榄教育·希奇满我家系列丛书之二



优秀是这样 训练出来的

To Train Up A Child

希奇满我家



To Train up a Child
Copyright © 1994 by Michael Pearl
English Publisher NO GREATER JOY MINISTRIES.
All rights reserved.

图书在版编目 (CIP) 数据

优秀是这样训练出来的 / (美) 珀尔 (Pearl, M.), (美) 珀尔 (Pearl, D.) 著 ;
张沁译. — 北京 : 世界知识出版社, 2011.9

(青橄榄教育·希奇满我家系列丛书)

书名原文: To Train Up A Child

ISBN 978-7-5012-4134-7

I. ①优… II. ①珀… ②珀… ③张… III. ①家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第184762号

图字: 01-2011-5435号

选题策划
责任编辑
特约编辑
责任出版

青橄榄文化
张永椿
张庆棠
刘 喆

书 名

优秀是这样训练出来的

Youxiu Shi Zheyang Xunlian Chulaide

作 者

(美) 迈克尔·珀尔 黛比·珀尔

译 者

张 沁

出版发行

世界知识出版社

地址邮编

北京市东城区干面胡同51号 (100010)

电 话

010-65265919 (直销) 010-65265923 (发行)

网 址

www.wap1934.com

印 刷

环球印刷(北京)有限公司

经 销

新华书店

开本印张

880 × 1230毫米 1/32 6.5印张

字 数

100千字

版次印次

2011年10月第一版 2011年10月第一次印刷

标准书号

ISBN 978-7-5012-4134-7

ISBN 978-1-892112-00-2

定 价

23.00元

版权所有 侵权必究

· 前 言 ·

这本书中教养孩子大量的事例都是我们身边的朋友分享的，如果不是朋友们大胆地将这些家庭的秘密告诉我们，就不会有这本书的出版。出版本书的目的，就是要让所有的父母知道训练孩子的秘诀，让所有的孩子知道父母教养他们所付出的辛劳与意义，从而学会感恩。

在这里，我要对所有名叫强尼的孩子说声抱歉，用这个名字是为了隐去其他孩子的真实姓名。

尽管本书的大部分章节是由迈克尔写的，只有少部分是由黛比执笔，但是黛比在写作的过程中始终扮演着一位批评家和编辑的角色，包括有些创意也是来自于她。没有她的帮助，我既不能成为一位好父亲，也不能完成此书的写作。

目录
Contents

前言 1

1

教养孩子 / 1

关于“打”孩子 / 2

顺服的训练 / 3

训练不是管束 / 6

营造训练环境 / 9

极端的管教方式 / 13

对父母的忠告 / 15

消极的训练 / 16

2

孩子的天性 / 19

自我中心意识 / 21

一个属灵的胎儿 / 24

父母的使命 / 25

3

父母的怒气 / 31

没有更多的改变 / 33

不让怒气控制你 / 34

4

情感的“纽带” / 39

纸制的“心” / 40

斩断的“纽带” / 42

3岁的卡车司机 / 43

修复断裂的“纽带” / 45

做个好父亲吧！ / 46

我现在该做什么 / 48

“行在父的光中” / 49

你能够建立“纽带” / 50

5

关于管教 / 53

什么是真正爱孩子 / 54

神责打他的儿子 / 58

孩子的真正需要 / 60

罪疚感和厌恶自己 / 62

“赦罪”的权柄 / 66

安慰的杖 / 67

今晚有一个奇迹 / 68

神奇的魔杖 / 68

是杖，不是在角落罚站 / 69

6

管教的原则与时机 / 71

关于“杖”的教导 / 72

敬畏之心 / 73

明白恩典 / 74

尽父母的本分 / 74

爱的方法 / 75

骂孩子不是管教 / 76

“这是我最后一次警告你” / 77

7

顺服管教 / 79

我不得不听你的话 / 80

允许孩子有时悖逆 / 82

得祝福的妈妈满有怜悯 / 83

8

管教训练范例 / 85

激烈交锋——小强尼学会顺服 / 86

小狐狸摘葡萄——三岁看老 / 89

我没有时间——莫忘做父母的首要责任 / 91

睡前的管教——安安静静躺下 / 92

管教孩子的榜样——3岁小“妈妈” / 94

“乞丐”理论——吵闹的小鸟没食吃 / 95

艰难的路——两小时训练一个“全新”儿子 / 96

滑轮转动了——权柄的力量 / 97

9

安全训练 / 101

把枪放在最安全的地方 / 102

热炉子 / 103

下沉的感觉 / 103

快跳车 / 105

听从指令 / 106

10

卫生习惯训练 / 109

不用纸尿裤 / 110

去园子中洗屁股 / 112

又可以吃甜食了 / 113

注意事项 / 114

11

做家务训练 / 115

家务事——做孩子的引导者 / 116

承担责任——母亲们，你说这个词了吗 / 118

12

态度训练 / 121

保守孩子幼小的心灵 / 122

阴沉着脸的女儿 / 123

坚持下去的理由 / 124

及时管教 / 125

镜像原理——孩子是父母的原型 / 127

他们在虐待我的宝贝 / 128

为什么其他孩子总是针对我 / 129

不顺服的态度——杂草中长不出好苗子 / 131

13

情绪控制训练 / 133

情绪上的说谎者——尖叫是一种攻击性的保护 / 134

太可怜了，让妈妈看看——溺爱是怯懦者的温床 / 135

你骑快点儿，就会骑得更好——坚强是训练出来的 / 136

站着，别动——勇敢的表现也是顺服 / 137

摔倒的孩子——前面的路会更平坦 / 138

孩子，不要哭泣——给他们真正需要的 / 138

14

自我管理 / 141

“吃”也是诱惑——“节制”是圣灵结的果子 / 142

酗酒的遗传——放纵情欲必收获败坏 / 143

吹气球——家庭自我管理训练 / 145

15

“宗教层面”的思考 / 149

播下怀恨的种子——不要拿上帝吓唬孩子 / 150

美好的记忆很重要——千万别定孩子的罪 / 151

模仿的悲剧——别站在十字路口上祷告 / 152

16

家庭学校 / 155

体系 / 156

17

喜乐的滋味 / 159

不喜乐的缘由 / 160

榜样的力量 / 162

用喜乐教养孩子 / 164

喜乐的根源 / 165

18

万金家书 / 169

写给儿子们的信 / 170

妈妈给女儿的信 / 180

黛比·珀尔最后的思考 / 182

19

结论 / 185

译后记：管教与训练的奖赏 / 191

1

每个孩子都需要训练，忽视训练，就会给孩子带来麻烦和困惑。

父母不能等到孩子出问题后才想到要训练孩子，这只能叫管束，而训练不是管束。管束是“事后纠偏”，仅是训练的一部分，训练可以在孩子的坏行为出现之前就规范孩子的想法。

教养孩子

一天，一些孩子来我们家玩，他们弄坏了我的食物粉碎机，他们的父母却什么也不说，只想逃避。又一天，我正在电话黄页上查个电话号码，这些孩子和他们的妈妈又来了。我想试着和他们坐下来安静地说说话，但是孩子们总是跑进跑出。有的来向妈妈告状，说哥哥如何欺负他，拉着妈妈立刻去解决纠纷；有的来向妈妈要吃的；有的看到别的同伴有新玩具，也吵着要买。这时，妈妈实在坐不住了，跳起来冲着孩子，连声喊着“不行、不行”，两个小时能说千百次“不行”。然后在每个孩子的屁股上打了两三下，当然只是碰碰孩子的纸尿片而已。孩子们暂时安静下来了。过了一会儿，糟糕的情况还会照样发生。

关于“打”孩子

一谈到管教孩子，就绕不开“打”孩子的话题。当我提醒一些父母，必要时可以打孩子，他们的反应是：“有朝一日我发现他们做了特别出格的事，我会的。”可以看出，妈妈们对“打”孩子或多或少于心不忍。

打孩子这种管教方式只能“熄灭一小部分火苗”，使孩子短时间安静下来，却不能一劳永逸。这样做改变不了孩子的内心，只能暂时分散一下他们的注意力，使父母得到片刻安宁。

有位妈妈带孩子们来我们家做客，进屋后她坐下来对孩子说：“出去玩吧，妈妈要说会儿话，想要什么东西的时候再来找妈妈。”以后的两个小时，我们相谈甚欢，甚至忘了孩子们就在院子里玩。孩子们也玩得很愉快，他们自行解决了一些冲突。有个小姑娘不小心头碰到了石头上，起了个包，也没有跑来告诉大人。孩子们没有跑进跑出，虽然事先我们没有告诉他们不准这样那样。

在我们家的这段时间，这位妈妈没有打孩子，也没有高声责备孩子。谈完话，妈妈起身去招呼孩子们回家，有一个孩子问：“妈妈，我们能跟苏珊娜再玩一会儿吗？”妈妈回答说：“今天不行，我们回家还有事儿。”孩子抬起胳膊，搂着妈妈说：“好吧，妈妈，我爱你！”

这位年轻的妈妈对我说：“我的孩子们非常爱我，他们非常愿意照我说的做。我们在一起非常愉快。”这个妈妈希望还能生更多的孩子，因为孩子们给她的生活带来了无限快乐。

感谢上帝的恩典，这一刻我明白了《圣经》上说的：“管教你的儿子，他就使你得安息，也必使你心里喜乐。”

顺服的训练

大多数父母对于训练小孩子并不认同。大家都知道动物

需要训练，比如训练老鼠的应激反应、训练让犬听话。看到一只训练有素的导盲犬帮助盲人安全过马路，我们可曾联想到训练我们的孩子，使他们更有秩序？看到一只被训练过的小狗可以不去碰摆在眼前美味的食物，我们可曾联想到也能让孩子不去乱摸乱碰？受过训练的狗能做到停下、坐下、安静、按要求叼取食物。我们也许不知如何训练狗，总是认为自家的狗很笨。但是在养犬中心，即使十几岁的笨狗也能训练得很好。

如果狗不听话，你就用脚踢它，狗只会对主人尖叫，这是因为平时缺乏训练。孩子的教育也是一样，平时的口头教导再多，也不如着手训练他。

每个孩子都需要训练，忽视训练，就会给孩子带来麻烦和困惑。很多父母只是用口头的教导来代替对孩子的训练，希望这样就能规范孩子的行为。这是不对的！

“立正！”

新兵入伍，第一个要学的就是站姿，教官们会花很多时间训练新兵听从命令。“立正！”这是所有军人听到的第一句行动上的指令。当军官发出命令时，士兵们必须注意力集中，忘记自己，一切行动听指挥。“立正”的命令不解除，士兵们只能继续保持站姿。“向左转、向右转、立正”，这些动作在战场上毫无用处，只是用来训练士兵们“服从”。

其实，军队中的这些训练方式在家中都能找到。如果父母能在很短的时间里让孩子安静并集中注意力，那么一个家庭中

75%的孩子教育问题就解决了。“向后转、齐步走”翻译成家中的语言就是“离开客厅、上床睡觉”。在家中受过训练的孩子，通常都会很快地听从这些命令。

“喔！喔！”

我们偶尔会在路上看到马车。试想一下，若是我们就是那辆马车的车夫，正走在狭窄、弯曲的马路上，有一辆大型卡车行驶在我们身后，这时必须让马车停下，给大卡车让道，但绝不能挥动鞭子让马停下。

驯马的第一件事就是抓住缰绳，让马稳稳地站住。想像一下，有13个孩子站在马车轱辘边等待上马车，这时一定要让马站稳不动。同样，当马车停在路边，等待其他车辆通行时，马绝不能随心所欲地想跑就跑。

驯马是在平日里就要进行的，为的是防止以后遇到紧急情况发生危险。要马停住时，车夫要拉紧缰绳，同时嘴里要说：

“喔！喔！”马听到这些指令后，会在很短的时间停下来。

驯马时，车夫不但要注意声调的高低，语速的快慢也很重要。如果在平日里，车夫经常对马没好气地说“喔！喔！”那以后上路时，除非车夫还用训练时的声调语速说话，若用平和的语调说，马是不会停下来的。有个车夫总是用粗暴的、尖声的语调训练马匹，邻居有次借了他的马出门，这位邻居用平和的语调对马说：“喔！喔！”马怎么也不肯停下来。因为这个邻居的嗓门不像马主人一样高。

我以前在山中伐木的时候，会赶着一头重1500磅的驴。驴

有时不听话，带着木头就跑开了。这时我会特别慌张，因为我从来没学过对一头狂奔的驴平和地喊“喔！喔！”可以肯定的是，动物对不同的声调和语调，反应是不同的。

若父母每次在给孩子指令时，总是抬高嗓门，孩子也会从这样的声调和语速中领会父母的意图。习惯了这样的环境，等你心平气和说话时，不要怪孩子总是不听，他正在等着你的大嗓门。

训练不是管束

“教养孩童，使他走当行的道，就是到老他也不偏离。”^①

“教养”就是训练。它不是管束，不是学习知识，也不是夸奖。

“教养”即训练，在我们养育孩子的过程中常常被忽略了。孩子需要更多“听话的训练”，这是最起码的训练，不可或缺。

父母不能等到孩子出问题后才想到要训练孩子，这只能叫管束，而训练不是管束。管束是“事后纠偏”，仅是训练的一部分，仅凭管束来规范孩子的行为是远远不够的。但训练可以在孩子的坏行为出现之前就规范孩子的想法。它是使孩子无论现在或将来都能顺服父母的一种预备。

训练孩子失败，也就是教养孩子失败。生活里没有“坏”孩子，只有父母对孩子没有训练或是训练很糟糕。那些主意多、好动、讨人厌的孩子都是因为缺乏训练，要改变他们，对他们进行训练是最有效的方法。

^① 《箴言》22:6。

但是要注意，并不是仅凭训练就能培养出敬虔的孩子。训练可以培养出快乐和顺服的孩子，通过训练，可以帮助孩子学会听话。即使孩子长大后，经过训练培养出的品格也会对他们日后的生活有益。

训练孩子别乱碰

训练会达到意想不到的效果，但是说起来容易，做起来难。当我的孩子们开始爬的时候，我就开始训练他们了。

你可以试试看，在小孩子手能接触到的地方，放一个他能看到并能吸引他注意力的东西，父母站在离他大概两米远的距离说“不行”。孩子或许会停下来观察那个东西，或许会直接扑上去拿。然后你再平静地说：“不行，不要碰它。”因为孩子事先对“不行”很熟悉了，听到后，会暂时停下来，不知所措地看看父母，然后会接着去拿。这时立即打一下孩子的小手，同时说“不行”。记住，这时你不是在管束他，你正在训练他。轻轻打一下小手就足够了，孩子会缩回小手，想想那个东西、他的愿望、父母的指令及自己小手的疼痛之间的关系。这样重复几次，孩子就能学会听话，即使大人不在场也能约束自己。

种在园子当中的树

上帝在训练他最初的孩子亚当和夏娃时，让他们不要吃分别善恶树上的果子。上帝并没有把那棵树种在亚当和夏娃看不到的地方，相反，那棵“分别善恶的树”被安置在了“园子当