

成墨初◎著



正向教养

不抱怨不生气, 轻松教出优秀孩子的秘密

正向教育法, 是成就优秀孩子的秘密。
可以让孩子身上的积极因素不断地
被发现、被挖掘、被激发、被放大、被强化……
直至孩子成功。

调动父母和孩子
双方的积极性

给孩子以正面的影响和激励,
让孩子在潜移默化、不知不觉中受到教育。



化学工业出版社



正向教养

不抱怨不生气,轻松教出优秀孩子的秘密



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

正向教养 不抱怨不生气, 轻松教出优秀孩子的秘密 / 成墨初
著. —北京: 化学工业出版社, 2011. 10
ISBN 978-7-122-12225-4

I. 正… II. 成… III. 正面教育: 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第179657号

责任编辑: 邹朝阳
责任校对: 洪雅姝

装帧设计: 尹琳琳

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 刷: 北京云浩印刷有限责任公司
装 订: 三河市宇新装订厂
710mm×1000mm 1/16 印张13¹/₄ 字数208千字 2012年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 28.00元

版权所有 违者必究



“正”教养 **PK** “负”教养

一个周末，我和妻子准备带女儿去爬山，我问孩子：“桐桐，你想去爬香山吗？”桐桐思考了一下说：“我想去。”

接着，我们一家三口就出发了。香山虽然不太高，但爬起来还是挺累，我和妻子走着腿都打颤，更不要说五岁的孩子了。

但令我们欣喜的是，桐桐在整个爬山的过程中，却一声都没喊累，有时候走得比我们俩都快，玩得十分开心。回家之后，桐桐说脚有些疼，我帮她脱下鞋看时，才发现女儿脚下磨出了水泡。

我想：多么坚强的孩子啊，在整个爬山的过程之中，脚都磨出了泡，可一次都没有主动叫停。

相反，去年十一放假期间，因为我与妻子要出去办事，不方便带上桐桐。妻子没和孩子商量，就擅自决定把她送到我弟弟家，让她奶奶看着。

桐桐知道后，不愿意去。但最终拗不过妈妈，只好随她一起前往。可是，桐桐满心的不高兴，一路上看东望西，磨磨蹭蹭，一会儿说累，还让妈妈背，有意和她作对。结果，妻子既没把孩子送去，我们也没能办成事情。

第一个例子，是“正”教养的良好结果，因为我尊重孩子，所以她十分配合，即便脚上磨出了泡，孩子还是忍着疼痛，大步向前。这样既显得孩子懂事，也衬托出父母教育有方。

第二个例子，是“负”教养的不好后果。孩子因为没有受到尊重，有意与妈妈作对，故意拖大人的后腿。这样孩子不可爱，妈妈面上也无光。之所以出现这样的结局，与其说孩子有问题，不如说大人的教养方式有问题。

孩子身上的许多问题，是父母“负”教养方式的副产品。你如果不采取负面教育的方式，孩子的问题也就随之消除了。

所谓正向教养，就是通过成人的语言、动作、表情、行为榜样等手段和方法，给孩子以正向的影响和激励，让孩子在潜移默化、不知不觉中受到教育。如果孩子身上存在的缺点、毛病以及不良习惯等，在成人的影响下，既能有效地得到纠正，还能避免一些潜在的问题产生。

同时，采取“正”教养方式教育孩子，还会减少你和孩子之间的冲突，使亲子关系融洽，从而提高教育孩子的效果……

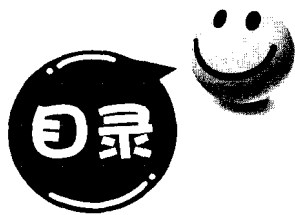
由此而发，我写出这本书。本书作为国内第一本有关正向教养理念的原创家教书，是我许多年教育经验的总结，也是我教女心得的提炼。通过自己身边的无数教子实例以及自己的切身感悟，我总结了与孩子说话的各种有效技巧，以帮助父母们实现成功的家庭教育。

本书教你掌握“正”教养必须遵循的一些原则，告诉你一些“正”教养的方法、手段，引导你绕开一些“负”教养的陷阱，从而更有效地帮助你解决孩子身上存在的典型问题，培养孩子良好的品质。

在本书的编写过程中，我得到了一些朋友的帮助和支持，他们是张玉霞、朱德德、李秀丽、姜玉亮、李甜凤、李彦芳、张建乐、烟爱民、赵光玲、程永虎、顾新民、刘江、张欣、王亚军、张振刚、黄秋月、游红云、张江江、李剑伟、郑道勃、周开宇、张振雷、赵学锋、赵光金、李风云、周伟等，在此一并表示感谢！

由于时间、经验及能力所限，书中难免有不当之处，恳请广大读者朋友批评指正。诚挚地希望此书能够帮助你轻松地培养出一个优秀的孩子，这是我写此书的初衷，最终目的。

成墨初



第一部分 正面教养的9大原则

001

原则01：“你真没用”——正向教育是培养成功者的教育 /002

原则02：“我不爱学习是你逼的”——孩子的“问题”源自父母的“负”教育 /005

原则03：“书烂了没事，吸取教训就好”——犯错误就是孩子成长的过程 /008

原则04：“我相信女儿会主动上床”——对孩子永远抱着“正”心态 /010

原则05：“看你每次都这样做，我就学会了”——在潜移默化中实施正面影响 /013

原则06：“我也要做个好人”——在孩子心中播下真善美的种子 /016

原则07：“还是爸爸了解我”——深入了解孩子 /019

原则08：“妈妈，你不爱我了吗”——全面接纳孩子 /022

原则09：“她不配做我的妈妈”——建立和谐亲子关系 /025



第二部分 教子必须掌握的20种“正”手段

029

手段01：“妈妈说我是个大笨蛋”——给孩子贴上“正”标签 /030

手段02：“成绩那么糟糕，再孝顺也是白搭”——关注孩子的闪光点 /033

手段03：“好！今天比昨天快”——表扬孩子的每一个小进步 /036

- 手段04：“你抽烟，为什么不让我抽”——以身示教，以身作则 /039
- 手段05：“我都忘记你是爸爸啦”——做孩子的朋友 /042
- 手段06：“我真不喜欢学习英语啊”——因材施教，顺应天性教孩子 /045
- 手段07：“把水洒在地上，屋里潮，身上容易起疙瘩”——用说服改变孩子 /048
- 手段08：“我家桐桐最懂事了”——在他人面前赞扬孩子 /050
- 手段09：“我真佩服你如此努力”——赏识孩子的努力 /053
- 手段10：“我的理想是当服装设计师”——激励孩子积极进取 /056
- 手段11：“都快干了，没事啦”——包容孩子的过失与缺点 /058
- 手段12：“我教你拿杯子，就不会摔坏啦”——给孩子犯错误的机会 /061
- 手段13：“不，我要穿那件白裙子”——给孩子自由 /064
- 手段14：“你坚持做自己感兴趣的事对了”——尊重孩子的兴趣爱好 /067
- 手段15：“养个畜生也比你强”——尊重孩子的人格 /070
- 手段16：“你是个乐于助人的好孩子”——用暗示法塑造孩子的好行为 /073
- 手段17：“我想看看声音是从哪里出来的”——设身处地为孩子着想 /076
- 手段18：“当然喜欢懂事的哥哥啦”——引导孩子改变不良习惯 /079
- 手段19：“来，爸背你过去”——用深沉的爱感动孩子 /082
- 手段20：“我食言是向你学习的结果”——一诺千金，父母说话要算数 /085



第三部分 把握育人“正”本，塑造孩子的13种好品质

089

- 品质01：“妈妈相信你一定能行”——培养孩子的自信 /090
- 品质02：“真是个窝囊废”——帮孩子建立自尊的品质 /092
- 品质03：“我的这些钱都捐出去”——教孩子习得博爱的行为 /095
- 品质04：“你应该有点儿架子才对啊”——塑造孩子谦恭的美德 /098
- 品质05：“她要喝自己倒”——教孩子从小学会孝顺 /101
- 品质06：“你不笨，只是没有勤奋学习”——培养孩子勤奋的习惯 /104

品质07：“妈妈辛苦了，我再倒杯热水给你喝”——教孩子懂得感恩 /107

品质08：“妈妈，我忍得住”——培养孩子坚强的品格 /109

品质09：“把垃圾扔在地上，自己捡起来”——让孩子承担起责任 /112

品质10：“撒谎怎么了”——引导孩子学会诚实 /115

品质11：“是小妹妹先打那个男孩的”——培养孩子正直的品质 /118

品质12：“你的芭比娃娃落下了”——教孩子为人善良 /120

品质13：“后悔也于事无补”——引导孩子拥有乐观的心态 /121



第四部分 解决影响孩子成长的18个典型“负”问题

125

问题01：“她可学不了，不是这块料”——去除孩子自负的毛病 /126

问题02：“我是不是很难看”——消除孩子的自卑心理 /128

问题03：“我们都讨厌她”——教孩子远离自私 /130

问题04：“我就想和她对着干”——让孩子的叛逆无处存身 /133

问题05：“小雪拍马屁，才有人选她”——不让嫉妒吞噬孩子的心灵 /135

问题06：“我家新买了一辆赛车呢”——避免虚荣使孩子陷入困境 /137

问题07：“你是在哪里学的，我也要学”——不让浮躁影响孩子成功 /140

问题08：“我现在就要喝”——教孩子不再任性 /142

问题09：“我先写语文，还是先写数学”——去除孩子依赖的行为 /144

问题10：“我胆小，害怕表演不了”——使胆小的孩子变得胆大 /147

问题11：“是因为前街那个王八蛋”——让骂人的孩子学会文明 /149

问题12：“你看，那上面有我的名字”——引导贪玩的孩子热爱学习 /152

问题13：“你是不想去叔叔家吗”——让磨蹭的孩子提高速度 /155

问题14：“我哭真的很难看吗”——纠正孩子爱哭的毛病 /157

问题15：“他们也只吃自己喜欢的食物”——让孩子不再挑食 /159

问题16：“难吃就扔了吗”——杜绝孩子浪费的恶习 /162

问题 17：“有报酬累也值得啊”——去除孩子拜金的思想 /164

问题 18：“一下网就没了精神”——教孩子不再恋网 /167



第五部分 绕开“负”教养的12个陷阱

171

陷阱1：“是不是又欠抽了”——打骂孩子 /172

陷阱2：“以后再撒谎，就不要你了”——威胁、恐吓孩子 /174

陷阱3：“你跳舞会让人笑掉大牙的”——嘲讽孩子 /176

陷阱4：“说你一百遍了，还是不听”——唠叨、抱怨不休 /179

陷阱5：“昨天刚批评了你，今天又犯了”——翻孩子的旧账 /182

陷阱6：“为什么妈妈喜欢小梅，不喜欢我”——拿孩子随便比较 /185

陷阱7：“这孩子，被我们宠坏了”——对孩子溺爱、娇宠 /187

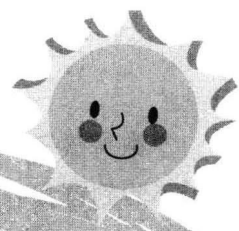
陷阱8：“不要动我的东西”——侵犯孩子隐私 /190

陷阱9：“你觉得好你学”——把愿望强加到孩子身上 /193

陷阱10：“你就是我们全部的希望”——对孩子期望值过高 /196

陷阱11：“你还没给我劳动报酬呢”——物质奖励失当 /199

陷阱12：“输了往我身上撒气”——拿孩子当出气筒 /201



第一部分

正面教养的9大原则



原则 01 :

“你真没用”——正向教育是培养成功者的教育

教育孩子，应该以解决问题为目的，引导孩子看重过程中的收获，让孩子体验到自我的价值等，只有运用这些正向教养的方式，才能培养出成功的孩子。

桐桐每次出去玩，回来都会弄得满身灰尘，即使是刚穿的衣服，出去一趟也会面目全非，给妈妈增添了不少麻烦。为此，妻子没少责骂孩子，但桐桐依然我行我素，每次出去玩，回来还是脏兮兮的。

看着妻子教育女儿不见效果，我决定插手此事。

一天，我把桐桐从幼儿园接回家，她要出去玩，我告诉她不能把衣服弄脏，否则自己洗。她答应着，一溜烟地跑开了。

虽然有言在先，但桐桐依然浑身脏兮兮地回了家。我没有责骂桐桐，而是让她脱下衣服，自己把它洗干净。

桐桐觉得好玩，很快把自己的脏衣服放进盆里，学着妈妈的样子，放点儿洗衣粉，用手搓了几下，最后没有用清水冲洗，就把衣服拿出来晾晒。

我看着，明知道她是越洗越脏，也不上前帮忙。

桐桐以为自己会洗衣服了，还很得意。

第二天，衣服干后，我拿过来让女儿穿，她用眼角扫了一下，发现衣服上面像印了花一样，急忙用双手捂着眼睛，拒绝穿自己洗的衣服。

“怎么，你洗的衣服不能穿吗？”

“爸爸，我以后出去玩，不弄脏衣服了，行吧？”

“好，一言为定，若是再把衣服弄脏，就自己洗，而且必须要穿自己洗的衣服。”我说完，伸出手指与桐桐拉钩。

她虽然有些犹豫，最后还是坚定地伸出了手指。

以后，桐桐还真的收敛了自己的行为，大多时间，她不会把衣服弄脏，即使偶尔有些灰尘，但相比以前，也好了很多。

看到这样的效果，妻子朝我竖起了大拇指。



正向教养

不抱怨不生气，轻松教出优秀孩子的秘密

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

家教秘密

孩子把衣服弄脏，或者身上有什么缺点、毛病，你因此而生气，甚至责罚、打骂孩子，却有可能忽略了解决问题，这种“负”教养的方式，会丢掉教育孩子的目的。

只有运用正向教养的方式，盯住要解决的问题，使用合适的方式，才能减少孩子身上存在的问题，帮助孩子自己提高。

六一儿童节，几个幼儿园搞联欢，桐桐也参与表演了，但却没有被评上优秀节目。

女儿很伤心，我开导她说：“桐桐，结果并没有那么重要，你参与了，能体验到表演过程中的快乐，这个过程很重要。虽然这次没被评上优秀节目，但一样收获多多。”

经过我的劝说，桐桐很快从消极的情绪里走了出来。以后再参与什么竞赛，或者做什么事情，不管结果如何，情绪波动都不是很大。

有一次，我因为与出版社发生点纠葛，结果书没有出版。面对这样的结果，我很沮丧。

桐桐见我闷闷不乐，就问我有什么心事。我知道跟她说也解决不了任何问题，但经常和女儿交流，已成了我的一个习惯，于是我就把事情的前后经过对桐桐讲了一遍。

女儿听后，安慰我说：“爸爸，结果不重要，经过这次事件，有了经验，以后不要再找这样的出版社了。”

听着女儿幼稚的声音，而且讲得有理有据，我的心情豁然开朗。

以前经常教育孩子不要过分看重结果，是有意开导孩子，没想到她习惯了这样的好行为，我却还深陷其中。

我想，如果这种思维在孩子心中扎下了根，那么定会使她日后的生活过得更加从容。

家教秘密

人们往往只盯着结果，结果好喜笑颜开，结果不好就情绪低落。结果虽然重要，其实过程更加重要。如果不注重从过程中吸取经验，是很难取得进步的。

父母教育孩子的时候，一定要让他认识到过程的重要性，使他用心体验过程的快乐，教他学会从过程中吸取经验教训，孩子以后才能做得更好。

有一天，我到老同学秦军家玩，两人坐在沙发上聊天，他的儿子壮壮拿着新买的拼图，紧挨着爸爸坐在沙发上摆弄。

我和秦军聊了会儿天，看壮壮一直低着头，就问他：“壮壮，玩什么呢，这么专心。”

“爸爸新给我买的拼图，我怎么拼都拼不好。”

听壮壮这样说，秦军从儿子手中夺过拼图说：“这么简单都拼不好，你真没用！看我给你拼。”

说完，三下五除二，秦军就把图拼好了，递给了壮壮。他本以为孩子会很高兴，没想到壮壮满脸愤怒，瞪了爸爸一眼，并没有接拼图，而是转身回到了自己的房间。

“这孩子，又没有人惹他，生的哪门子的气啊！”秦军看着我，有些困惑地说。

“你没有让孩子自己完成，孩子体验不到自我的价值，而且你还说他没用，增强了他的消极感受，你说他能会开心吗？”我说。

秦军听后，恍然大悟地拍了拍头说：“唉！我怎么就没有想这么多呢，以后可真要注意了。”

家教秘密

孩子做什么，你看他做着费劲，夺过来帮他完成，还动不动批评孩子，把他说得一无是处，孩子失去自我价值感，就有可能自暴自弃，变得越来越差劲。



正向教养

不抱怨不生气，轻松教出优秀孩子的秘密

只有让孩子时刻体验到自我的价值，让他知道自我的重要性，孩子才会做得越来越好。

教育孩子，应该以解决问题为目的，引导孩子看重过程中的收获，让孩子体验到自我的价值等，只有运用这些正向教养的方式，才能培养出成功的孩子。



原则 02：

“我不爱学习是你逼的”——孩子的“问题”源自父母的“负”教育

你教育孩子的时候，若是看见他有问题，首先要反省自己的行为，如果发现存在“负”教育方式，要及时纠正，孩子的问题才有可能更快地解决、消除。

一天，一位妈妈带着八岁的女儿，来到我的咨询室。

妈妈刚坐下，就迫不及待地说：“成老师，我这个孩子，主要问题是不爱学习，天天都是我逼着她才去写作业，其他各方面也不让我省心。你看怎么做，才能使她主动学习。”

“我不爱学习是你逼的，天天不给我留一点玩的时间，强迫我做那么多作业，不要说我，哪个孩子在你这样的教育方式下，都会讨厌学习的。”

我听后，笑了一下，看着尴尬的妈妈问：“孩子讲的是实情吗？”

“基本上是，我希望孩子用功学习，将来能考上好大学，有个好工作，以后我就不用操心了。”她回答。

“这样做达到你的目的了吗？”我明知故问。

“你看到了，没有。”

我给她解释说：“要想让孩子努力学习，关键是要培养孩子对学习的兴趣。你逼孩子学习，虽然出发点是好的，但却是一个‘负’教育的方式，不仅不会促进孩子学习，还会降低她对学习的积极性。”

“我应该怎么做？”年轻妈妈迫不及待地问。

“安排合理的学习时间，给孩子讲一些有趣的知识，让孩子知道学习的重要性……”为了能够使她更加系统地掌握这些方法，我还送给她一本家教书。

一年后，那位妈妈带着孩子来找我，说孩子成绩提高了，也知道主动学习了。

家教秘密

孩子不爱学习，看似孩子的原因，但有可能是你强逼着孩子学习导致的结果。

发现孩子有了问题，你不要去责怪孩子，而要先反省自己的行为，看是否采取了“负”教育方式。如果是的话，及时纠正错误，采取正向教育。

那么，孩子的问题，就有可能随着你的转变而减轻甚至消失。

有天下班后，妻子没有时间接桐桐，当时我又约了一个朋友在他家见面，所以从幼儿园里把桐桐接出来之后，我就带着她急忙往朋友家赶。

路上，桐桐左顾右盼，有时候还停下脚步观看路边孩子玩耍，一点都不好好走路。我是一个时间观念比较强的人，离约定时间所剩不多，即使快走也只能按时到达。

所以看到桐桐在路上磨蹭，我就心头火起，走到女儿面前，训斥她说：“桐桐，我与朋友约好了要到他家去，时间很紧，你平常走路不慢，今天是不是有意跟我作对，故意磨蹭？”

“爸爸，我想回家，不愿去叔叔那。”桐桐抬头看着我，有些委屈地说。

平常做什么事情，我都会征询孩子的意见，今天因为事情比较紧急，忽略了问孩子。听完她的话，我才明白她走路磨蹭的原因。

于是，我蹲下身子，看着女儿认真地说：“对不起，爸爸因为着急，忘记了征询你的意见，既然你不想去，爸爸这就带你回去。”

“算了，爸爸，我还是跟你一起去吧，我走快些，不会让你迟到的。”女儿见我诚挚地认错道歉，态度有了一个大转变，而且一边说，一边快步往前走。

我紧跟在懂事的女儿身后，准时地到了朋友家。



正向教养

不抱怨不生气，轻松教出优秀孩子的秘密

家教秘密

许多时候，孩子的不良行为，是你不经意间“负”教育造成的。

你让孩子做什么，他如果磨蹭，你先不要生气，看看自己哪里做得有不妥当的地方。如果有的话，及时纠正，这样就有可能赢得孩子的配合，从而顺利地达到你想要的目标。

一天，好朋友赵亮带着儿子小刚到我家玩。桐桐见来了玩伴，虽然她以前从没见过小刚，但还是像熟人一样拉着他去自己屋里玩。

我和赵亮就在客厅里喝茶聊天。

“呜呜，呜呜。”不大一会儿，我就听到屋里传来桐桐的哭声，急忙走了进去，问她发生了什么事。

“爸爸，我不让小刚玩飞机，他就打我，呜呜。”女儿眼泪如珠，哭得十分委屈。

“你这臭小子，怎么因为一点事，就随便动手打小妹妹！”说着话，赵亮要去揍小刚，我急忙拉住了他，小刚不服气地用眼瞪着爸爸。

看着朋友的举止，想到他经常打孩子，我知道了小刚为什么有了暴力行为。

于是，我把赵亮拉到一边小声说：“别有点事就打孩子，现在他喜欢打人，也是跟你学的。”

听了我的话，赵亮惊讶地问：“真的啊？”

“可不是吗？你对孩子总使用武力，他没有暴力倾向才怪呢，不知道孩子会受环境的影响、会学习父母的行为吗？”

赵亮惭愧地低下了头，代儿子向桐桐道了歉，并表示以后尽量不再打孩子。

家教秘密

许多父母埋怨自己的孩子缺点多，比如不爱学习、做事磨蹭、经常说脏

话、爱打人等，并因此生气，进而惩罚孩子，却从来不去想孩子身上存在的这些问题，可能是自己言行举止不当造成的。

你教育孩子的时候，若是看见他有问题，首先要反省自己的行为，发现存在“负”教育方式，及时纠正，孩子的问题才有可能更快地解决、消除。



原则03：

“书烂了没事，吸取教训就好”——犯错误就是孩子成长的过程

孩子犯了错，首先，你要清楚犯错误是孩子成长的过程，是孩子进步的阶梯；其次，要控制住情绪，温和地教他正确的方式，这样孩子才能取得较大的进步。

一个周日，我正在整理书籍，桐桐看见了，也来帮忙。

我就把书架上类似的书籍找出来，让女儿把它分别放到桌子上，准备整理好之后，再搁到书架上。

桐桐很高兴，在书桌与书架之间来回跑动，运输书籍。女儿这样做，我省了一些力，也很开心。

正当这时，“刺啦、啪”两声传到耳边，我急忙回头看，发现桐桐手中拿着一页纸，书却躺在了地上。原来，桐桐拿书时只提了中间的一页，结果因为书本太重，纸张破裂，掉在了地上。

桐桐做坏了事情，胆怯地看着我。虽然那是一本我珍爱的书籍，看着很心疼，但知道孩子犯错在所难免，为此批评她，怕孩子伤心。

于是，我对桐桐说：“书烂了没事，吸取教训就好，闺女，把抽屉里的透明胶布给我拿来，我们把它粘在一起，一会儿爸爸教你拿书本的正确方式，你就不会拿坏了。”

听我这样说，桐桐欢快地找来透明胶布，我把掉下的那张书页与裂口对好，让女儿摁着，很快就粘好了。

接着，我教桐桐用两手托着整个书本，或者用手拿着左右两边，女儿很



正向教养

不抱怨不生气，轻松教出优秀孩子的秘密