

★ ★ ★ 家庭教育畅销书《正面管教》作者力作 ★ ★ ★ ★ ★

养育特殊需求孩子的“黄金准则”

POSITIVE DISCIPLINE

for Children with Special Needs

特殊需求孩子的 正面管教



帮助孩子学会有价值的社会和人生技能

[美] 简·尼尔森 史蒂文·福斯特 艾琳·拉斐尔◎著

甄颖◎译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

☆☆☆☆ POSITIVE DISCIPLINE
for Children with Special Needs

特殊需求孩子的
正面管教

帮助孩子学会有价值的社会和人生技能



[美] 简·尼尔森 史蒂文·福斯特 艾琳·拉斐尔◎著
甄颖◎译

图书在版编目 (CIP) 数据

特殊需求孩子的正面管教 / (美) 尼尔森, (美) 福斯特, (美) 拉斐尔著; 甄颖译. -- 北京: 北京联合出版公司, 2016.4

ISBN 978-7-5502-7544-7

I . ①特… II . ①尼… ②福… ③拉… ④甄… III .
①家庭教育 IV . ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 078510 号

POSITIVE DISCIPLINE FOR CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

by Jane Nelsen, Steven Foster, and Arlene Raphael

Copyright © 2011 by Jane Nelsen, Steven Foster, and Arlene Raphael

Simplified Chinese Translation copyright © 2016 by BEIJING TIANLUE BOOKS CO. LTD.

This translation published by arrangement with Three Rivers Press, an imprint of the Crown Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC

All Rights Reserved.

特殊需求孩子的正面管教

著 者: [美] 简·尼尔森 史蒂文·福斯特 艾琳·拉斐尔

译 者: 甄 颖

选题策划: 北京天略图书有限公司

责任编辑: 崔宝华

特约编辑: 高雪鹏

责任校对: 杨 娟

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京彩虹伟业印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数 184 千字 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 15.25 印张

2016 年 5 月第 1 版 2016 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-7544-7

定价: 32.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-65868687 64243832

译者的话

多年前，我在北京做记者。一位美籍华裔朋友是“特殊奥林匹克运动会”的国际公关主管。她邀请我参加“2007 特殊奥林匹克倒计时一周年”的报道。我见到了施瓦辛格夫妇（施瓦辛格的岳母是特奥会创始人，他本人曾是特奥会大使），以及好几百个有特殊需求的孩子。我看着那些口眼歪斜，甚至站立不稳的孩子们，心里不免打鼓：“这些小孩怎么可能参加体育运动？怎么可能按照规则比赛？他们可能什么都不懂吧……”那时候，我很不礼貌地、悄悄地称他们为“智障小孩”。

过了几天，国贸中心的某名牌旗舰店开业，不但邀请了一班明星，还邀请了“特殊奥林匹克运动会”的三个孩子代表参加开业典礼。在典礼后 Party 上，一直引起我关注的，不是电影明星，也不是体育名人，而是那三位“智障小孩”。很多明星小心翼翼地在“亲和友好”与“派头有范儿”之间游移拿捏。而这三个十几岁的“智障孩子”，略带歪斜的脸上带着单纯开心的笑容，踉踉跄跄的步伐散发着真诚的友好，和明星达贵们问候、寒暄，接受他们的肯定，也说出发自内心的称赞。

我在心里默默地说：他们是整个场里最得体、最温暖的人。

这幅画面给我留下的印象非常深。10 年前，我计划去美国西弗吉尼亚大学读硕士学位，毫不犹豫地选择了“特殊需求儿童教

育”这个专业，并做了很多准备。但是，最后因我没有“特殊需求儿童”的切身教育经历，没有被录取。

8年前，我在深圳，是一名全职妈妈。每个周五上午，我和当地妇女俱乐部里的几位外国妈妈一起，去深圳某孤儿院做义工，去照顾那些孤儿，喂他们吃饭、跟他们玩、抱他们……那些全是有特殊需求的孩子：脑瘫、小儿麻痹、大小便失禁、四肢不全、肿瘤……我所工作的房间，住的是5~15岁的孩子，大概15个。其中有个8岁左右的男孩，双眼失明，并且听阿姨说“脑子里有瘤”。每一两个小时，他就会坐在大通铺上，持续大喊，发出很凄厉的叫声，同时用后脑勺使劲撞击墙面。他身后的瓷砖墙面被撞出了一个破碎的坑。没有人理他，他一直叫、一直撞。这个孩子让我害怕惊恐，不知道该怎么办，听着他的叫声，我甚至想逃离那个房间。

每当这个时候，那位带着我在这个房间工作的美国妈妈，七个孩子的母亲，就会把这个男孩抱过来，放在自己的腿上，用一只胳膊环抱着他，另一只手轻轻地、一下一下地抚摸他的胸口（本书后面的章节里提到这个动作），同时，温和地跟他说：“我知道，你的脑子很疼，疼得厉害。一切都会好的。”尽管这位美国妈妈说的是英语，但这个男孩每次，真的是每次，都会很快安静下来。更让我惊异的是，不但这个孩子，大通铺上周围的其他几个孩子，也会安静下来。那位美国妈妈的温和、平静和发自内心对这个男孩的理解，深深地印在我的脑海里。

在第一次去的路上，我想象了很多怎么喂孩子们吃饭、帮他们穿衣服、甚至擦屁股的场景。然而，到了吃饭的时间，阿姨们只是正常地说：“吃饭了。”我们房间里一大半孩子，不论是什么残疾状况，都自主、独立地从床上下来，离开玩具，有的用走、有的用爬、有的用辅助推车、有的扶墙，迅速坐到桌子旁，准备好吃饭。我曾想把一个正在半爬向餐桌的小儿麻痹后遗症的孩子

抱到餐桌旁，阿姨制止了我：“他自己可以的！”这个5岁的孩子也扭过头跟我说：“我会。”

这些孩子能自己吃饭，自己喝汤，自己把碗盘餐具放进洗碗盆里，自己回到房间里。有的孩子甚至还能自己盛饭。我们需要喂食的，只有三四个脑瘫在床、无法行动的孩子，即使是这几个孩子也吃得很顺利，还能用畸形的手，做手势进行“还要”“不吃了”“要菜”“要汤”等沟通。而且，当他们吃完饭，都会用歪斜的眼睛、嘴巴，做出大大的笑意，有两个孩子还能模糊地说：“谢谢。”

果然，他们可以，他们会。

在孤儿院的义工工作因为一些原因不得不终止。这几年，我仍然以其他方式参与特殊需求孩子的慈善工作。这么多年和特殊需求孩子的相处，让我明白了一件事情：照顾这些孩子，累的只是体力，就像“特奥会”的那些孩子一样，他们的情感、心理单纯得无与伦比。和他们相处，是最简单、最轻松的心与心的相处。

当北京天略图书有限公司征寻《特殊需求孩子的正面管教》一书的译者时，作为一名“正面管教资质导师”，我第一时间报名并翻译了样章。很幸运，我被选上翻译这本书。这让我无比珍惜。因为正如这本书里说的：“……我们相信，你的特殊需求孩子有能力积极成长和改变。”

我知道，在咱们国家，跟曾经的我一样，悄悄地或者公开地把“有特殊需求的孩子”称为“智障小孩”的人不在少数。有特殊需求的孩子，应该得到正确健康的认识和接纳，他们和正常孩子一样，应该享受生存和发展权、自由权、身份权、平等权、隐私权、安全权和权益保障权！（根据联合国《儿童权利公约》内容）。和正常孩子一样，他们天生渴望并需要归属感和价值感。

了解、接纳、尊重有特殊需求的孩子，是一个人和一个社会

成熟进步的表现。我希望能够尽一己之力，为这些权利的实现，做出微薄的贡献。

甄颖 (Elly Zhen)

2016年2月5日

引言

就在此时此刻，在全美国，实际上是全世界，有一些父母和老师正在艰难地养育和教育着一些很特殊的孩子。这些孩子可能天生就有一些原因未知的疾病，例如自闭症。他们可能因为在子宫中的境遇而生病，例如酒精胎儿综合征。或者，他们可能是在出生后的头几年因外部因素而得病，例如脑部受到外伤。有时候，这些孩子的某些行为令深爱他们、想帮助他们学习的大人们感到不安和困惑。很多父母和老师——可能你也是其中之一——发现自己运用的是既没有效果又不令人满意的陈旧方法。

正面管教并不能治愈这些特殊需求孩子先天带来或后天患上的疾病。它是一种养育和教育的方式，强调帮助有特殊需求的孩子们学会有价值的人生和社会技能，以帮助他们做出负责任的决定，进而拥有更有益和满意的人生。与运用惩罚和奖励的传统方式不同，正面管教提倡一套完全不同的方法。所有这些方法——我们会在本书详细讨论——都基于相互尊重（也就是说，既尊重孩子，也尊重我们自己）、共情地理解孩子的看法，以及能鼓励孩子们学会解决问题的有效的沟通。这是一种已经被证明很成功的方式，而且，甚至改变了很多父母和老师的一生。对于特殊需求孩子的父母和老师来说，正面管教提供了与帮助正常孩子过上幸福而能干的人生同样美好的前景和做法。

在本书中，我们始终在寻求填补养育和教育特殊需求孩子的

文献空白。有三件事让我们相信，这是一个正确的时机，而且这个任务至关重要。首先，我们坚信所有的孩子都有以对社会有益的方式感受到归属感和价值感的需要。其次，我们已经看到了运用和善与坚定并行，并努力理解孩子的行为背后的信念，从而以尊严和尊重的方式对待孩子（不论是否有特殊需求）产生的奇妙效果。第三，我们经常听到和我们共事的父母和老师们的说：是的，正面管教可能会有很好的效果，但它不适合我的孩子或学生，因为他或她有某某特殊需求。我们想向这些父母和老师们的保证，正面管教对他们有特殊需求的孩子们确实会非常有帮助。

本书主要是为从出生到8岁左右孩子们的父母和老师而写的。这不是因为正面管教不适用于更大的孩子，而是为了使本书涉及的范围更易于控制。

由于有特殊需求的孩子常常会在一些方面与众不同，他们的父母还必须应付来自陌生人、老师甚至自己家庭成员的评判。他们听到的很多信息和建议都是关于如何控制他们的孩子的。在一年一度的正面管教资质从业者大会上，艾琳和史蒂文有机会介绍了他们对患有自闭症孩子们的父母传授正面管教的一些资料。一位与会者是一个患有自闭症谱系障碍的4岁男孩的母亲。活动结束后，她来到他们的前面，眼里闪着泪花说：“所有早期介入治疗者都让我控制我的儿子。你们告诉我，我可以养育他！”

本书结构

第1章，对正面管教的背景信息做了简要介绍，尤其是如何将其在家里和学校里适用于有特殊需求的孩子。在第2章，我们提供了理解孩子们的行为——包括“不良行为”和“无辜行为”——的正面管教方式的更多细节，因为这也适用于有特殊需求的孩子。

第3章，提供了一些与大脑有关的有用信息，以问题的解决为核心。在第4章，我们讨论了一个叫作“积极暂停”的概念，这是不惩罚并相互尊重的正面管教理念的基石。第5~12章，将让你了解基于阿尔弗雷德·阿德勒的个体心理学的一个框架，这是正面管教的基础。这几章将介绍正面管教的核心理念，并讨论如何将其运用于不同特殊需求的孩子。这部分中的每一章围绕一个孩子的故事展开。这几章描述的孩子都是真实的。在有些案例中，我们对他们的身份信息做了改动，以保护这些孩子及其家人的隐私。第13章是对正面管教中运用到的很多工具的一个综合总结，并附有如何对这些工具进行调整和增强，以适用于有特殊需求孩子的明确信息。

请注意：要完全描述任何一种疾病的所有细节是不可能的。那样，整本书就要用来描述那种疾病了。相反，我们的意图实际上是要表明如何将用于正常发展孩子的任何一种正面管教工具经过调整适用于有特殊需求的孩子。调整意味着改变“送达系统”，也就是说，这个工具怎么用于你自己的孩子。工具的核心及其对正面管教价值观的坚守是不变的。

我们邀请你继续往下读！

目 录

译者的话

引 言

第 1 章 “可是我的孩子不一样！”

特殊需求的孩子和我们任何一个人一样，也在有意识或无意识地做着有关如何得到归属感和自我价值感的决定……

无辜行为 / 4

镜 头 / 5

教 育 / 6

家庭和学校教育的长期目标 / 8

第 2 章 试试这些新镜头！

正面管教的思考方式把每个孩子都看作独一无二的、有价值的，既考虑到他们的优点也考虑到学习方面的挑战……这些工具能够帮助孩子们将与寻求过度关注、寻求权力、报复和自暴自弃这些错误目的有关的行为，替换为从长远看能帮助他们在家庭和社会获得并保持真正的归属感和价值感的行为……

正面管教的镜头 / 15

- 所有的孩子都追求归属感和自我价值感 / 15
- 对归属感和价值感的错误信念导致不良行为 / 17
- 有些无辜行为可能被伪装成不良行为！我们如何分辨？ / 25

第3章 理解大脑——你的和他们的

了解你的大脑会有帮助，如果当时无法改变你的反应方式，至少能让你在平静下来之后做出补救……有三个步骤能帮助我们矫正错误……

我们的大脑：过去和现在 / 32

掌中的大脑 / 34

正道和歧路 / 36

矫正错误的3个R / 38

第4章 积极的暂停

从长远来看，惩罚性暂停是无效的，因为孩子们不会“想他们做过的事情”。他们想的是如何扳平、如何避免被发现或认为他们“坏”……积极的暂停是建立在对大脑和人性的理解之上的，即当孩子（以及大人）感觉更好时，他们才会做得更好……

一个未实现的好主意 / 45

惩罚性暂停与积极的暂停 / 48

积极的暂停 / 50

心情和地点一样重要 / 53

与积极暂停有关的一些沟通调整 / 54

第5章 汉娜的故事：

认可并支持你的孩子的全部

当你把你的特殊需求孩子作为一个整体来看待并与之相处

时，你和他或她在一起时成功的机会将大大提高……

与你孩子的全部有关的正面管教工具 / 59

与你的孩子的错误目的相关的正面管教工具 / 60

- 将任务分解成小步骤 / 61
- 停止所有的批评 / 61
- 鼓励任何积极的尝试 / 61
- 相信你的孩子的能力 / 62
- 关注长处 / 62
- 不要怜悯 / 62
- 不要放弃 / 63
- 创造获得成功的机会 / 63
- 教给孩子技能 / 63
- 让孩子看到如何做，但不要为他做 / 63
- 以兴趣为基础 / 64
- 鼓励 / 64
- 利用班会和家庭会议 / 65
- 喜欢你的孩子 / 65

本章正面管教工具回顾 / 65

第6章 杰米的故事：

增强孩子的归属感与价值感

由于你的孩子理解话语的含义或者交流的能力可能会由于其疾病而受到损害，你可能需要调整你的沟通方式和行为，以便让你肯定和支持孩子的归属感和价值感的信息能够被他清晰地接收到……

增强孩子的归属感和价值感的正面管教工具 / 69

与孩子的错误目的相关的正面管教工具 / 72

- 通过请求帮助，把你的孩子转向积极的权力 / 74
- 提供有限制的选择 / 75

- 和善与坚定并行 / 75
- 决定你自己要做什么 / 76
- 让惯例说了算 / 76
- 运用赢得合作的四个步骤 / 77
- 记住，你的孩子在感觉到被倾听之后，才会听你说 / 78
- 运用家庭会议或班会 / 78

本章正面管教工具回顾 / 79

第7章 瑞奇的故事： 影响你的孩子的潜能

作为特殊需求孩子的父母或老师，你有能力对你的孩子所做出的决定施加积极影响，并最终影响你的孩子的潜能……

与影响你的孩子的潜能相关的正面管教工具 / 88

与你的孩子的错误目的有关的正面管教工具 / 89

- 认可你的孩子伤心的感觉 / 90
- 避免受到伤害的感觉 / 91
- 避免惩罚和反击 / 91
- 建立信任 / 91
- 运用反射式倾听 / 92
- 做出弥补 / 92
- 表达你的关爱 / 93
- 运用积极的暂停 / 93
- 召开家庭会议和班会 / 94

本章正面管教工具回顾 / 94

第8章 本吉的故事： 进入你的孩子的世界

在试图确定什么对你的孩子有帮助时，尽量理解这个世界在

他的眼中是什么样子的，是极其重要的……正面管教提供了许多工具，可以帮助父母和老师理解并进入孩子的世界……

帮助你进入孩子的世界的正面管教工具 / 97

- 了解你的孩子的好恶 / 98
- 欣赏你的孩子的性情 / 100
- 认识到你的孩子的长处和学习方面的挑战 / 102
- 与你的孩子共情并认可他的感受 / 104
- 不止用耳朵“倾听” / 106
- 问启发式问题 / 107
- 安排特别时光 / 108
- 在纠正之前，先建立情感联结 / 109

与孩子的错误目的相关的正面管教工具 / 110

- 理解无辜行为，避免误解 / 111
- 缓和寻求权力错误目的的工具 / 112

本章正面管教工具回顾 / 113

第9章 娜塔莉娅的故事：

给孩子提供建立情感联结和做出贡献的机会

我们的孩子需要经常有机会感觉到与他人之间相互的情感联结，并且能为他们所在的任何群体做出有意义的贡献……“努力争取优秀”，意思不是要比其他人更好，而是要成为最优秀的自己……

建立社会联结和鼓励做出贡献的正面管教工具 / 121

- 为你的孩子精心安排能培养以下信念的体验：“我有能力与别人建立温暖的人际关系，并且我在这种关系中能有所付出。” / 122
- 关注你的孩子的长处 / 123
- 对孩子有信心，并运用鼓励帮助孩子尽最大努力 / 124

与你的孩子的错误目的有关的正面管教工具 / 126

- 让惯例说了算 / 127
- 和善与坚定并行 / 128
- 提供有限制的选择 / 129
- 请求帮助 / 129
- 运用家庭会议 / 130

本章正面管教工具回顾 / 131

第 10 章 戴蒙的故事：

关注孩子，而不是关注标签

一个标签只是给出了一个“大致范围”，让父母和老师能够更好地理解他们的孩子的需求……在这个大致范围内，将我们的每个孩子作为一个个体来理解是我们的责任……

关注你的孩子，而不是关注标签的正面管教工具 / 139

- 帮助其他人转变对你的孩子们的低期望 / 139
- 照顾好你自己 / 142

与孩子的错误目的相关的正面管教工具 / 145

- 在培养新技能的时候，允许感到失望和沮丧 / 146
- 教给孩子解决问题的技能 / 147
- 提供特别时光 / 148
- 提供做出贡献的机会 / 149
- 运用鼓励 / 149

本章正面管教工具回顾 / 150

第 11 章 兰斯的故事：

通过互动激励你的孩子

我们更加关注的是，如何激励有特殊需求的孩子们将自己视为家庭和群体中有联结、有能力、有爱心和能做出贡献的一员……

通过你的互动来激励你的孩子的正面管教工具 / 155

- 为孩子做出你希望他运用的互动方式的榜样 / 155
- 要赢得孩子，而不是赢了孩子 / 157
- 运用和善与坚定并行 / 159
- 给你的孩子鼓励 / 160
- 着眼于你的孩子的长处 / 161
- 以尊重孩子的方式实施限制 / 161

和你的孩子的错误目的相关的正面管教工具 / 163

- 避免权力之争 / 164
- 既不战斗，也不让步 / 165
- 让孩子有机会建设性地运用权力 / 165
- 提供有限制的选择 / 166
- 做到坚持到底 / 167
- 和孩子共度特别时光 / 169

本章正面管教工具回顾 / 169

第 12 章 阿里的故事：

相信你的孩子——自我实现的预言

如果我们坚持对孩子向着长期目标前行能力的信念，我们期待的事情成真的可能性就会增大……通过运用正面管教工具帮助你的孩子朝着这些长期目标前进，你们就会从这一努力产生的乐观而积极的前景中获益……

帮助孩子发展你希望的宝贵品质和人生技能的正面管教工具 / 174

- 明确你对孩子的期望和梦想 / 175
- 避免娇纵 / 177
- 让孩子们处境相同 / 181
- 花时间教孩子，并专注于小步骤 / 183