

学 生 心 理 素 质
强 化 训 练 丛 书

亲子交往训练

王丽荣 刘晓明 高逢龙 编著



吉林人民出版社

G78 G78
127 87

0006910141

学生心理素质强化训练丛书

亲子交往训练

王丽荣 刘晓明 高逢龙 编著



吉林人民出版社

贵阳学院图书馆



GYX910141

内容提要

管教孩子如同一场战争，你退他就进，你软他就强。何时需要做出让步，以退为进，何时需要发起反攻，坚守阵地，分寸难觅！面对孩子的哭闹，依赖……，父母一愁莫展，真是没有办法吗？本书告诉你，如何管教出一个自信、独立、充满理性的孩子！

第一章 管教孩子如同战争	(10)
1. 管教孩子如同战争	(11)
2. 管教孩子如同战争	(12)
3. 管教孩子如同战争	(13)
4. 管教孩子如同战争	(14)
5. 管教孩子如同战争	(15)
6. 管教孩子如同战争	(16)
7. 管教孩子如同战争	(17)
8. 管教孩子如同战争	(18)
9. 管教孩子如同战争	(19)
10. 管教孩子如同战争	(20)



目 录

策略一 管教孩子的原则	(1)
1. 不要过分保护孩子	(2)
2. 处罚不是管教孩子的唯一方式	(3)
3. 父母的管教行动要协调一致、相互配合	(3)
4. 要注意给予孩子适度的“爱”	(4)
5. 不能单纯用“不”字代替对孩子的管教	(5)
6. 父亲在管教孩子中的特殊作用	(6)
7. 把管教孩子看作是一场心理作战	(7)
8. 十种不良的管教方式	(9)
策略二 检查自己的管教现状	(10)
1. 您能称得上是好父母吗	(11)
2. 您教育孩子的方法是否正确	(12)
3. 您持有什么样的管教态度	(18)
4. 您是否溺爱孩子	(20)
5. 您批评孩子是否讲究艺术	(23)
6. 您与孩子间的信赖程度如何	(27)
7. 您与孩子间的关系是否正常	(28)
8. 您的家庭有什么样的教育环境	(29)
9. 您是一位什么样的父亲	(30)
10. 您了解自己的孩子吗	(33)



策略三 管教的难点:消除孩子的依赖 (36)

1. 孩子也是一个独立的个体 (38)
2. 父母也要重视自身的独立 (39)
3. 积极地找出离开孩子的时间 (40)
4. 尽快让孩子进入成人的语言世界 (42)
5. 避免说孩子是“妈妈的宝贝” (43)
6. 凡事都向孩子低头认错只会害了孩子 (44)
7. 孩子打架时,父母应充当旁观者 (45)
8. 乘车时,父母应做榜样让孩子站着 (47)
9. 当孩子说“走不动”时,最好让他当场休息 (48)
10. 问孩子“疼吗?”不如问“不疼吧?” (49)
11. 不宜在孩子面前批评老师 (50)
12. 不必一切都为做功课让路 (51)
13. 要尊重孩子之间的约定 (52)

策略四 抓住各种时机,为孩子拓展人生 (54)

1. 让孩子体验在别人家生活的滋味 (55)
2. 有意识地让孩子与成人交往 (56)
3. 游戏时要认真与孩子论输赢 (58)
4. 让孩子明白应该凭借自己的力量去克服困难 (59)
5. 不要放弃开学典礼对孩子的教育价值 (60)
6. 强迫孩子关掉电视之前,应先考虑如何利用它 (61)
7. 利用做家务培养孩子的责任感 (62)
8. 从小就应该训练孩子的责任感 (63)
9. 孩子之间的争执,父母不要盲目介入 (65)
10. 让孩子早一点认识死亡的意义 (66)
11. 逢年过节是孩子认识社会的机会 (67)



策略五 责备孩子的艺术:恩威并施,分开使用	(69)
1. 管教的结果如何:每隔三天验收一次	(70)
2. 利用孩子的朋友达到管教的目的	(72)
3. 小错误当场指责,大错误缓期执行	(74)
4. 赞扬的话要间接传递	(75)
5. 不要用相同的话责备孩子	(77)
6. 责备时要使用比平时低的声调	(78)
7. 保持沉默也是一种方法	(80)
8. 有时可以不必说明责备的理由	(81)
9. 在同样的高度下责备孩子	(82)
10. 吓唬孩子的话也要适当履行	(83)
11. 对孩子说明什么时应避免重复	(85)
12. 用“说的也是”对付孩子的“可是”	(86)
13. 不能让孩子转嫁责任	(87)
14. 不让做比让他做更有效	(89)
15. 父亲保持沉默才是明智之举	(90)
策略六 利用孩子的“独立”意识,提高管教的效果	(92)
1. 让孩子亲身参与未知的工作	(92)
2. 顺从听话的孩子不一定是好孩子	(94)
3. 让孩子尝试做他自己要求做的事	(95)
4. 让孩子参与家里的决定	(96)
5. 平时也要给孩子自己行动的自由	(98)
6. 让孩子看家可以培养忍受孤独的能力	(99)
策略七 特殊情况下对付孩子的心理战术	(101)
1. 认真地倾听孩子渲泻自己的愿望和不满	(102)
2. 如何对付孩子的哭泣战术	(103)



3. 以孩子判断行为的标准来对付他的任性 (104)
4. 用“角色扮演法”间接制服孩子的任性 (105)
5. 当孩子说“他们都那样做”时,要给以还击 (106)
6. 不能总是即刻满足孩子的要求 (108)
7. 在公共场所拒绝孩子时,可以附加一定的条件 ... (109)
8. 要对成人和孩子的生活时间做严格区分 (110)
9. 由父亲出面坚决拒绝孩子的要求 (111)

策略八 从管教到自律:培养孩子的自控能力 (113)

1. 失败后让他重来有助于反省自己 (115)
2. 帮助孩子以“我”称呼自己 (116)
3. 让孩子去做不必规定得太详细 (117)
4. 父母不要成为代替孩子说话的翻译 (118)
5. 通过培养特长拓宽孩子的生活范围 (119)
6. 为孩子制造适合于他自己的空间 (120)
7. 回答孩子的问题时,应留一些让他自己思考 (122)
8. 让孩子有明确的目标和适合自己的计划 (123)
9. 通过“目标渐近法”培养孩子的耐性 (124)
10. 每天固定做几件事可以培养专注力 (125)
11. 形成遵守时间的观念有助于孩子自我管理 (126)
12. 让孩子与自己的过去对比有助于恢复信心 (128)
13. 父母应该有属于自己的时间 (129)
14. 要让孩子守约,就要增加他失约时的心理负担 (130)
15. 区分孩子的东西,有助于建立自我 (132)
16. 父亲要多以长远眼光判断、决定问题 (133)
17. 培养孩子用完整的语言表达意见 (134)



策略一 管教孩子的原则

要诀：

△如果爱护超过了一定限度，就将成为不良的管教方式。所以，爱孩子但不要过分保护孩子。

△压服不等于心服，处罚不是管教孩子的唯一方式。“惩罚人，尤其当它缺乏公道时，那么孩子的心情就会变得粗野、凶狠和残忍。”

△管教孩子时，父母要注意相互配合，一个唱主角，一个敲边鼓，以一致的态度对待孩子。

△父母若采用鼓励、称赞的方式，孩子会因此而放手去做事，能养成大胆、勇敢、积极主动的品质。相反，凡事以“不”字应对，只会使孩子变得越来越胆小、畏缩、消极。

△当母亲责备孩子时，父亲切忌伸出援助之手，而应站在如法官一样的中间立场，暂时离开母子之争，以第三者的眼光看这件事。

△管教孩子有如处于一场胶着的战争状态，其中一方进攻，另一方进行反击；一方撤退，另一方则又转而进攻。如果父母一味退守，孩子就会逐渐提出更多的要求，如果毫不相让，势必导致亲子关系的紧张，究竟该怎样打好这场心理战？



△过分保护孩子，包揽一切；父母管教态度不一致，一打一护；管教走向极端，非打就宠；滥用惩罚；忽视孩子的独立；前后管教不一致；不能培养自制力；父母言而无信，不能以身作则；凡事一味顺从孩子等都将使家庭教育走向误区。

1. 不要过分保护孩子

父母都是爱护孩子的。孩子是自己身上掉下来的骨肉，寄托着自己的希望，因此，在一定程度上爱护自己的孩子，是无可指责的。但近些年来一些父母的做法似乎过了头。

近几年来，一般的家庭只有一两个孩子，使得父母们开始把全部精力倾注在孩子身上，处处为孩子着想，唯恐孩子受委屈，唯恐自己照顾不周，真可谓可怜天下父母心。

这样做好不好？我们以为如果爱护超过了一定限度，就将成为一种不良的管教方式。

疼爱自己的孩子，为他创造一个良好的成长环境是必要的。但这些“善良”的父母们忘记了一点：孩子是一个独立的个体，无论采取什么样的方式，他总会有离开父母独立生活的那一天。到了那时，孩子从小就在父母的怀抱里长大，从未受到任何独立的锻炼，一定很难适应，也必定不会有太大的发展。

人们常讲，温室里的花经不住风霜的吹打，只有生活在大自然中才能经受住考验，并坚强地活下去。人也是一样，只生活在舒适的环境中则难以受到锻炼，也经不住考验，要想经受住未来的考验，必须从小就学会适应。

父母们要想真正地爱孩子，就要为孩子做长远打算，让他们离开自己的保护伞，消灭依赖。过度的保护只会害了孩子，要真正地保护孩子，就让他独立！



2. 处罚不是管教孩子的唯一方式

父母们常有这样的行为：孩子犯了错或没有按照父母的指示去做，往往就会受到处罚，小到挨骂、受指责，大到挨打、罚站等。

孩子做错了事，应该受到处罚，让他记住教训。但处罚并不是唯一的方式。由于父母的处罚，常会使孩子为自己的错误寻求辩解理由，而回避自己对错误的反省。时间一长，就形成了讲歪理、顶撞父母的现象，这同样是父母所不希望发生的事。

之所以这样，主要在于父母观念上的错误。对于孩子的过失，动不动就加以处罚，试图以压制的方法迫孩子改正错误，其结果往往是压而不服，久而久之，会使孩子形成执拗、孤僻的性格，甚至还会招致更大的恶果。

尤其是一些父母不问青红皂白地一顿指责，更会造成孩子的反感和逆反心理，很容易引起亲子关系的破裂，使孩子的性格变得古怪。正如一位著名的教育家所说的那样：“惩罚人，尤其当它缺乏公道时，那么孩子的心情就会变得粗野、凶狠和残忍。”

的确是这样，孩子受到处罚以后，会口头上表示不再做类似的事，但心里的结并没有解开，反而更反感。心里的消极情绪没有释放出来，自然不会去反省，只会越积越多，最终酿成大祸。

因此，父母要慎用处罚，压服不等于心服。

3. 父母的管教行动要协调一致、相互配合

在家庭里，父亲常扮演着斥责、教训孩子的角色，母亲则



常扮演着保护孩子的角色，这种一打一护，相互配合，严父慈母型的管教方式，实为管教孩子中的失误。

当孩子犯了错误时，一方常会用理智的态度教育孩子，让孩子改正，而另一方常会指责打骂孩子；当孩子缠着要东西时，一方正确地分析后加以拒绝，这时孩子会跑到另一方那里去寻找保护，让其出面替自己交涉，不配合的另一方这时会说对方不好、不对，不要听他（她）的话，以此来安慰孩子。后一种做法当时是安慰了孩子，使他（她）的愿望得到满足，但从根本上讲并没有使孩子受益，相反，还会降低家长的威信。

孩子在幼小时，没有能力判断谁对谁错，只会按照自己的主观愿望去寻找对自己有益的一方，以后会以能否满足自己的要求为判断的依据，长此以往，会使孩子分不清正误，产生任性行为，也为孩子学会撒谎创造了条件。

所以父母要注意在管教孩子时，相互配合，一个唱主角，一个敲边鼓，以一致的态度对待孩子，赢得这场心理战的胜利。

4. 要注意给予孩子适度的“爱”

有位大文学家曾说过：“爱孩子，是母鸡也会的事，可是善于教育他们，这就是国家的一桩大事了，这需要才能和渊博的生活知识。”从这句话中我们可以看出，父母爱孩子是天性，可能否在管教中给予孩子适当的爱，则另当别论。

的确，父母的爱是非常重要的，它可以驱散孩子头上的一切阴霾。对孩子来讲，只要父母在身边，他就会感到安全、愉快；只要得到了父母的爱，他就会感到自豪、骄傲，不至于产生自卑。相反，由于缺少父母的爱，缺乏家庭的温暖，他会变得自卑、冷酷无情，成年以后也会因此而性情古怪、行为失常。从这点上来讲，父母应给予孩子一定的爱，让他体验到温暖与



亲情。

可惜的是，现在的父母爱孩子爱得过了头，没有合理、适当地去爱孩子，也没有正确的“爱孩子”的观念。在他们看来，爱孩子就是凡事依着孩子，孩子要什么就给什么，要月亮绝不会给星星，绝不让孩子受苦、受累、受委屈。孩子该自己做的事也由父母代劳，孩子做错的事也要由父母代罚。总之，孩子是掌上明珠，无论如何也不可让孩子受到委屈。

这种做法并不是爱孩子，而是宠孩子。爱孩子是必需的，但一定要爱得有度，切忌过度。爱的不够是冷酷，爱的过分是宠爱。由于父母的宠爱，会使孩子产生优越感，事事以自己为中心，变得骄横、任性、固执、散漫，事事不能自理，成为不讨人喜欢、长大后不能独立的孩子。

由于父母爱的不适当，会使孩子产生如此可怕的后果，父母们应充分认识到这一点，注意反省自己。不爱孩子是失误，爱的过度也是不应该的。

所以，身为人之父母者要在管教孩子的过程中，爱的适度，切忌过度或无爱。

5. 不能单纯用“不”字代替对孩子的管教

孩子到了两岁左右，就开始萌发自我意识，出现了自己穿衣、自己穿鞋袜、自己吃饭的现象，也产生了“自己的事要自己做”的想法。

对于这种现象，一般父母的反应不是加以干涉，插手帮忙，就是乱加指责，横加阻挡。用“你不行呀”、“不可以，这样做太危险”、“这样做不行”等话，对孩子的积极性、主动性予以打击，让他们重新回到一切由父母包办的过去。

这样做的过程中，表面上看让孩子避免了危险和劳累，却



不知，父母的这番好心对孩子来讲未必是好事。因为如此的管教只会压抑孩子的自我意识，扼杀孩子主动精神和独立意识的萌芽，打击孩子的积极性和美好的愿望，使孩子产生严重的依赖心理，凡事依靠父母，不能很好的自理，长大以后也将难以自立，缺乏积极主动的个性。

所以，在这个时候，父母尽可能不用“不”字管教孩子，要尽可能多鼓励孩子去尝试，去主动做事，不要乱加干涉。既使孩子遇到了困难或做事不顺利时，也要给他鼓励，让他能敢于面对困难，勇于战胜困难，绝不插手。

由于父母采用了鼓励、称赞的方式，孩子会因此而放手去做，能养成大胆、勇敢、积极主动的优秀品质。相反，凡事以“不”字应对，只会使孩子变得越来越胆小、畏缩、消极，这是父母不希望发生的事。

6. 父亲在管教孩子中的特殊作用

现在，家庭中父亲权威逐渐降低的问题，已为很多人所瞩目，同以前的父亲相比，现在很难找到那种极有权威的父亲了。但对孩子而言，无论怎样，父亲仍带有一定的威严。

母亲每天与孩子长时间相处，使孩子比较容易观察母亲的心理，而父亲则不同。因此，按一般的做法，父亲要扮演“黑脸”的角色。如果这样的话，一旦母亲管不了孩子时，就可以说：“你再不听话，我就告诉你爸爸。”而且，孩子听了这话后也会顺从。

然而，威胁的方法太过火，同样会给孩子带来不良影响。因此应建立起正面的权威，也就是说，父亲不仅能处理家庭内的问题，也要把目光放远。

这点以商场为例进行说明就会更容易让人理解。为促进企



业不断发展、壮大，就必须了解整个世界经济的动态、社会形势及各界的动向等。如果经营者无法看透这些东西，除了公司经营会产生危机外，恐怕也会波及全体职工的生活；在家庭中，父亲就应该扮演公司首脑的角色。

当然，这里并不是有意贬低母亲，而是说家庭教育中，不妨看到父亲的特殊作用，这样更能加深孩子的印象。当母亲责备孩子时，父亲切忌伸出援助之手。他应在这个时候站在如法官一样的中间立场，暂时离开母子之争的范围，以第三者的眼光看这件事。

不一定是母子之争，如果凡事父亲都能远离一步来看，教育便以一贯，也将收到良好的效果。当孩子要求购买玩具或外出游玩时，父亲多以长远的眼光判断决定，而母亲大都会答应孩子的要求，或找一借口推脱掉。父亲若是站在第三者的立场上，就可以判断出该不该买，考虑如何有系统的为孩子购买玩具。这样做对教育孩子自会有莫大的帮助。

7. 把管教孩子看作是一场心理作战

目前，人们对孩子是否有教养的讨论，已不再仅仅局限于是否有礼貌、是否听话等几个方面，而是扩展到许多方面。因为随着现代社会的发展，对人的要求也不断提高，可孩子们却正在失去许多未来发展中应具备的重要东西。这些东西总起来讲就是一句话：孩子们缺乏未来社会中应必备的独立生活的能力。

究其原因，做为孩子们成长的重要场所——家庭，没有起到应有的作用，未扮演好自己的角色。作为孩子生活启蒙老师的父母更有不可推卸的责任。

实际上，每位父母对自己子女的管教都十分热心。为了管



教出优秀的下一代，他们不辞劳苦、饱受磨难。天下的父母大概都有同感。

可是，人们在耳闻目睹中发现，事情并非如此简单，无论是报刊杂志上，还是广播电视中，时有因为亲子关系问题而出现的悲剧，也时有一些孩子在长大以后一直不能摆脱对父母的依赖，精神上无法断奶。

对于这些事实，我们认为：这是因为近年来父母的管教方法走入误区，缺乏对孩子实施恰当合理的管教所致。

东方人对孩子可以说是关怀倍至，令西方同龄人羡慕不已。正因为如此，才使得我们的孩子一直生活在“温室”之中，经受不了风吹雨打。衣来伸手、饭来张口的生活必然使他们不可能独立，必然经受不起挫折的打击。

当然，孩子的独立能力还很差，需要大人的照顾，理应对大人提出一些要求。但这些要求正确与否、应该不应该满足则是另一回事。

要求正确的，应该满足；要求不正确的，应予制止。这是谁都明白的道理。可是，孩子们手中也有一件秘密武器——他们善于敏锐地观察父母的心理，以撒娇、威胁的方式逼迫父母就范，达到自己的目的。

遇到这些情形，父母们常会处于矛盾之中，有如处于一场胶着的战争状态：其中一方攻打，另一方进行反击；一方撤退，另一方则又进攻。如果父母作战时略为松懈，孩子就会占了上风，会逐渐提出更多的要求，成为家中说一不二的“暴君”；若父母作战时毫不相让，势必导致亲子关系的紧张，引起家庭的不和睦。

对此，父母要有一种心理作战的观念，把孩子当成有独立个性的人，由此来猜测孩子的心理，打好这场心理战。



8. 十种不良的管教方式

父母管教孩子要注意方式。有的方式表面上看会使孩子暂时听话，变得很乖，很可爱，可从长远来看，并不能使孩子健康成长，适应未来的社会。究其原因，主要在于父母管教方法的不当，给孩子从小就留下阴影，使孩子失去了健康成长的好机会，待父母们发现时则为时已晚。

由于自己的失误影响了孩子的一生，作为父母难免要懊悔不已。为了避免上述情况发生，父母应该随时检点一下自己的管教方式。

在管教孩子时，过分保护孩子，包揽一切，管教态度上不一致，一打一护，管教走向极端，非打就宠，滥用惩罚，忽视孩子的独立，管教态度前后不一致；不能培养孩子的自制力，不能消除孩子的依赖；家长言而无信，不能以身作则，凡事顺从孩子等管教方式，都将使家庭教育走向误区，影响孩子的健康成长。

所以，作为父母，要用长远的眼光来看问题，多为孩子的将来着想。要做到这些就应从小正确地引导孩子、管教孩子，选择合理恰当的管教方式。



策略二 检查自己的管教现状

要诀：

△好父母是有一定标准的，您能称得上是好父母吗？不妨自己对照一下。

△对孩子的教育是否得法，是每个父母都颇为关心的问题。了解自己教育孩子的方法是否正确，能够为今后教育孩子提供一些启示。

△每个家庭对孩子都有各自不同的要求或期望，可称之为“管教态度”。良好的管教态度常能使教育达到事半功倍的效果，而不适宜的管教态度则极可能延误孩子的正常发展。

△疼爱孩子是每个父母的职责和天性，但不经理智判断而盲目爱护，就会过犹不及、适得其反，爱的过剩就变成了“溺爱”。

△对孩子既要少批评又要达到批评的目的，就必须讲究批评的艺术和质量。恰当的批评方式能使孩子心悦诚服地接受，并能收到良好的效果。

△信赖是管教的基础，您与孩子间的信赖程度如何，不妨自我检测一下。

△亲子间的关系正常，孩子在身心的其它方面也易于健康成长，孩子也会去追求人类的基本求知需要——学习。