

每个好孩子都是父母的得意之作。书中介绍的优秀父母的成功经验，是当前家庭素质教育的最好读本，值得每一位父母学习和参考。

12种教子方法，既实用又有效

有效教子

N种方法

下

★ 赏识教子法 ★ 零用钱教子法
★ 鼓励教子法 ★ 惩罚教子法
★ 榜样教子法 ★ 立人教子法
★ 平等教子法 ★ 沟通教子法
★ 实践教子法 ★ 换位教子法
★ 幽默教子法 ★ 故事教子法

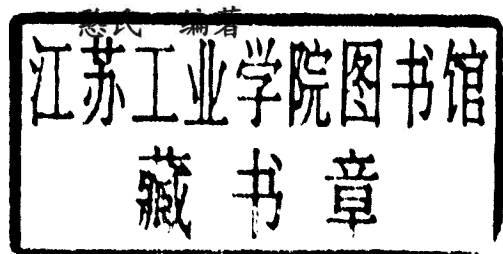
憨氏◎编著

YOUXIAOJIAOZI N ZHONGFANGFA



有效教子

N种方法 (下)



⑤ 内蒙古文化出版社



家长一定要明白，无微不至的照顾等于剥夺孩子的独立欲望。

佳佳今年5岁，由于长得很漂亮，所以妈妈很喜欢她，总是把她打扮得很漂亮，每天帮她洗澡和梳妆打扮。尽管她看起来像一个标准的洋娃娃，非常甜美可爱，但是她什么事情也不会做，不会扣扣子，穿袜子，分不清衣服的前后，甚至分不清鞋子的左右。

凡是孩子自己能做的事，绝对不要帮他做。但这个妈妈却说：“我还是要帮佳佳做，她什么都不会，我要把她照顾得无微不至，她是我的心肝宝贝。”

如果妈妈知道她的做法可能对女儿造成的不良影响，她也许就会有所警惕。事实上，她对女儿的爱是自私的爱，就是这种无微不至的照顾使佳佳从小就养成了依赖他人和没有自理能力的习惯。佳佳可能一直认为她什么事也不用学习，反正妈妈会帮她做，而且她太小了，不适合做任何事，她所要做的就是永远当妈妈的洋娃娃。

然而，佳佳总是要上学的，妈妈不可能跟在身边帮她做一切事，这时她一定会错漏百出。不断挫折的结果会使她变得更无能，因此她的生活必然是危机四伏。

◇让孩子自己动手

洪军才3岁，有一天他和妈妈一起乘坐贸易公司的



电梯。洪军的高度正好可以触及5楼的按钮，他一按完电钮，另外一个来客就打趣说：“你喜欢玩按电钮啊？”妈妈马上说：“哦，不！他按5楼没错呢！”那个人惊讶地问：“他会吗？”“会啊，他会按。”洪军很高兴地对那个人微笑。

虽然小洪军还没有长大到可以一个人到公共场所去，但是妈妈总是尽可能训练他独立，她知道他有能力选择电梯的正确按钮，所以允许他动手去按，小洪军也很得意自己做得到。

你的孩子从出生开始就不断在向你表达他喜欢自己动手做。小娃娃伸手去抓汤匙是想尝试自己吃东西。你却经常为了避免他搞得全身脏兮兮的而阻止他做各种尝试，也因此形成孩子不断受挫的原因。这实在很可惜！帮孩子清洗事小，使他失去勇气事大。如果孩子想要自己做任何事，你就必须鼓励他，尽可能让他做，你只需要从旁协助、辅导和鼓励。你没有权力帮他做任何事，也没有权力阻止他做自己渴望做的事。

当你看到孩子做事遇到困难时，难免有冲动想伸出援手。但是你必须注意克制这种冲动，在没有了解情况之前保持冷静。孩子当然能够感受到被人服务的喜悦，但是他也乐于自己有机会帮忙做事。孩子的年龄愈大，愈希望为自己和为他人做更多的事。但是父母对他的过度保护与照顾只可能抹杀他这种自立的倾向，进而



导致其自信心的丧失。他会认为自己没有能力做事，而必须完全依赖别人。如果父母警觉到孩子有这种倾向，就必须适时阻止。让他自己动手吧！

“孩子自己能做的事，绝对不要帮他做。”这个规则看起来很简单，但是真正实行起来却困难重重。例如，你可能不知道孩子已经有能力做什么事了，你可能会低估了孩子的能力，或对孩子要求过高。所以你必须非常谨慎，一方面不要对孩子要求过高，这会对他造成压迫感；另一方面还要注意信任及尊重他的能力。你想让孩子行事谨慎，而不是畏惧不前。你如何完成这个特定的“菜谱”呢？你如何做才能使孩子成为胆大心细的人呢？

鼓足勇气，克服畏惧，随时都可以教孩子怎样做。在街上等待绿灯的时候可以教，在海滩上躲闪大浪头的时候可以教，在篮球场旁边喊着让你的孩子加油再投个好球的时候也可以教。

你一点一点地以身示范，以口传授，你还可以让孩子自己试试——第一次让他骑自行车骑到街口，然后让他绕着街区骑，让他骑到商店，接下来让他骑到镇上去。这样就有助于逐渐地培养孩子勇敢且细心的品质。

杜飞是一名低年级的中学生。第一年学开车时，有一次他请父亲把汽车借给他用一天，他要带2个朋友去海滩玩。这需要在乡村公路上跑3个小时，这段路他以



前没有开车跑过。父亲感到烦恼，实际上他是被吓着了。但是他知道他的儿子有责任心，而且已经有能力开好车。

最后，父亲同意了，但给儿子规定了回家的时间，并告诉儿子在紧急情况时该怎么办。其实父亲本不愿意这么做，尽管稍微有些担心，但是他知道他必须放开。

后来，杜飞安全地驾了一路车，给家里打了几个电话，请求在海滩过一夜，说是既然他已经“在海滩”了。这个请求被拒绝了。杜飞回到家虽然已经很晚，但是他很愉快，父亲也对自己的决定感到满意。

◇更正孩子的错误目标

通常孩子偏差行为的背后几乎都逃不出4个错误目标，家长只有充分了解，才能引导孩子使用建设性的方法，达到自我肯定的目标。

大多数孩子非常渴望得到关爱与安全感。如果他能从参与中感受到爱护，他就会保持稳定的情绪。但是如果他受到挫折，安全感消失，他就希望从别人身上得到对自我的肯定，因此他可能积极地采用取悦的方式，也可能消极地以吵闹的方式达到目的。

我们归纳出这种孩子所追求的4个错误目标。如果家长希望能导引孩子使用建设性的方法，达到自我肯定的目标，便必须了解这4个“错误目标”。



“渴望受到不停的关注”是第一个错误目标！受挫的孩子认为只有受到关注，才会有安全感，也只有成为焦点，才会觉得自己受到了重视，因此他会想尽方法，或撒娇或哭闹，使家人不停地为他忙碌。他的目的只是要赢得注意，并不顾自己对事物的参与感。参与感就是一个人在必要情况下表现出的合作态度，所以要求不停的关注是一种偏差的想法。

如果孩子使用撒娇的方式无法达到目的，他便会改用恼人的方式：哭闹、在墙壁上涂鸦、将牛奶倒掉，或尝试任何引人注意的方法。反正只要父母过来看他，他就感到满足。如果家长每次为迎合这种疲劳轰炸式的要求而去注意他，他会更肯定这种错误的方法是他获得安全感的最好法宝。

孩子当然需要父母不时地关照、帮助和怜爱，但是如果我们发现孩子只是想要赢得我们不停的注意，便可以确定孩子已经犯了追求错误目标的毛病。

家长可能一时很难判断孩子所要求的关注是否合理，但只要仔细观察分析便可以做出正确的判断。所谓参与感和合作态度，必须是以家庭中的所有成员为中心，而不是以个人为中心。父母可以站在一旁观察孩子的行为，从他的反应判断其内心的意愿。熟悉孩子行为的诠释技巧后，便能更为驾轻就熟地引导他。



上床睡觉，但是她每次都说等一下，而且哀求妈妈让她看完“这个节目”。妈妈也不坚持，因为反正是好节目。但是最后一次妈妈叫她上床睡觉时，她没有理妈妈，而是换一个频道又继续看。

妈妈走进客厅，“佩佩，乖，已经超过上床的时间了，赶紧睡觉。”佩佩回答：“不要！”妈妈有点生气地说：“我叫你去睡觉，快去。”“妈咪！我还要看——”没等她说完，妈妈就说：“你想挨打是不是？”于是把电视关掉。佩佩立刻尖叫：“你刚才说可以的！”

佩佩还想再打开电视。妈妈气极了，抓过佩佩便打，并强迫她回房间。“你已经看够了！现在该上床了，把睡衣穿好。”佩佩气鼓鼓地把脸埋进枕头里。妈妈离开了房间。

20分钟后妈妈又来到她的房间，发现佩佩还没有换上睡衣，于是便强迫她上床睡觉。

其实，从一开始佩佩就知道睡觉的时间到了，但是她故意拖延，并要求迟一点才上床以逃避妈妈的权威。因此对她而言，妈妈答应让她晚一点上床便等于将权利交给她了。佩佩的行为就好像在说明：“我的重要性就在于让你答应我的要求。”当她如愿时，就等于她已经战胜妈妈了。

孩子经常追求的第二个错误目标是“追求权力”，



常常发生在他的要求被父母多次阻止时。这时，他便决定使用权力来抗拒父母，拒绝父母的命令可以使他获得莫大的满足。这种孩子认为如果他顺从父母的命令，便是慑于权威而失去了个人价值。这种恐惧心理激起他努力争取自我权力的意愿。

在前面的例子中，佩佩的妈妈坚持让她上床睡觉时，她们两人之间的权力竞争便开始了。两个人一再地想要证明谁是控制者。妈妈一生气便打了佩佩一顿，这一来她就等于承认胜利控制了佩佩，而受惩罚、侮辱和痛苦便是胜利的代价。其实，父母这种失去理智而大发脾气的行为只能说明：“我一点权威也没有了，只剩下打骂的权力了。”孩子看出父母的这一弱点就会加以利用。你难道不记得古有明训：只要内心微笑，你便能打败其他人。

因此，家长想强硬地驾驭这种沉浸于权力追求中的孩子是错误的，而且还会徒劳无功。权力竞争的结果只会使孩子更懂得利用他的权力，或更增加孩子的挫折感，更深远的影响则可能会使孩子沉溺于霸道的追求。

其实，当孩子闹情绪时，家长只要仔细观察孩子被惩罚或纠正的反应，就不难发现：他希望得到你的关心，或是要向你的权力示威。如果他只是希望唤起你的注意，至少他受到惩罚的那一刻，他会停止吵闹的行为，但如果他是要抗拒权威，处罚只会使他的吵闹行为



变本加厉。

妈妈正在打扫房间，爸爸在家庭办公室工作。5岁的儿子和3岁的儿在客厅里玩。突然，女儿很痛苦地大声尖叫。爸爸妈妈立刻冲到客厅，发现女儿缩在角落里大叫，因为儿子将一支点燃的香烟头往妹妹手臂上烫。爸爸妈妈赶到时已经来不及阻止了。

孩子所追求的第三个目标是强烈的权力竞争所造成的。如果父母和孩子陷入激烈的权力竞争，彼此都想要驾驭对方，结果便会演变成强烈的对峙情况。孩子受挫后就会产生报复的心理来维持自己的重要性。因为他认为自己已不受欢迎，也失去了权力，所以他采取攻击他人的行动来平衡自己受挫的心理。这就是孩子所追求的第三个错误目标——记恨与报复。

在前面的例子中，儿子自认为是一个不被疼爱的坏孩子，于是以伤害妹妹的行为来泄恨。这一类孩子最需要父母的鼓励，也需要父母的了解和接受，并帮助他重新找回自己并肯定自我的价值。如果爸爸或妈妈处罚儿子，就等于向他证明他确实是个坏孩子，只能令他更自暴自弃，心里的怨恨更深，也会加深彼此间的冲突。

孩子所追求的第四个错误目标是“完全无能的表现”。

8岁的金鹏是令人头痛的问题学生。在一次家长会



上，老师告诉妈妈说金鹏的学习能力很差，而且几乎所有科目都很糟，不管花多少时间帮他做课外辅导，都没有任何进步。

老师还问：“金鹏在家里会帮忙做事吗？”妈妈回答：“我根本不叫他帮忙，因为他不愿意做，如果勉强他帮忙，反而愈帮愈忙，所以我干脆自己来。”

一个经常受挫的孩子可能会完全放弃任何努力，因为他觉得不管用什么方法，做任何事情都不会成功，于是渐渐变得无能，或是通过自我想象来避免再度遭到失败的困窘。很多看似笨拙的孩子常常存有这种逃避的心理，他会搪塞说：“看吧，我什么事都做不好，不要叫我做了。”如果妈妈也绝望地认为：“算了，他只会越帮越忙。”这正符合孩子的心意。其实这种错误心态的造成是由于孩子受到一连串的挫折和阻碍。所谓天生我材必有用，家长应该针对错误目标辅导孩子。

了解孩子偏差行为背后的4个错误目标后，家长才能开始辅导。如果我们直接向孩子剖析他错误目标的心态，必定一无所获。辅导时应该多加运用一些心理学的知识，而不应该用言语攻击孩子，否则可能造成很大的伤害。孩子经常不知道自己行为背后的目的，我们可以尝试为他剖析，但是家长必须首先接受心理辅导的专业训练。总之，我们既然已经知道孩子的错误目标，便能掌握他的行为目的。



如果我们知道孩子无理地要求“不停的关注”，就可以想办法避开他的要求。如果发现自己已陷于权力的竞争中，应设法脱离战场，避免发生激烈的竞争。如果观察发现孩子有伤害别人的行为倾向，我们便知道孩子遭到了挫折，应该避免惩罚他，以免加深他的仇恨心理。此外，我们不应该对自暴自弃的孩子感到失望，应尽量制造机会让他发挥能力。

一般来说，学龄前儿童专注于发展与父母及其他大人之间的关系，因此这4个错误目标的偏差比较容易被观察出来。但是大约到11岁左右，他的人际关系的发展就以同年龄的学童为主，而且也会追求多样化的行为模式来适应新的接触环境。因此其中一种错误目标并不足以解释他的偏差行为。

作为父母还应记住一件重要的事情，我们只能尽量激励孩子改变偏差的行为，即使辅导方式很正确，也很难达到百分之百的成功。因为每个孩子都有自己的行为意志，而且受家庭之外的环境影响很深，尤其是同年龄的学童。如果辅导失败，也不必太自责。

为人父母者如果能多涉猎儿童心理方面的理论书籍，或参加辅导孩子的讨论会，对孩子了解得愈多，便愈能掌握孩子的行为，也愈能给孩子提供更丰富的帮助和辅导。



2.培养孩子的习惯

孩子的生活习惯关系到孩子的身体健康，关系到孩子的意志品质和性格培养。

孩子的生活习惯会影响他的一生，因此，家长要注意培养他健康的生活习惯。

◇严格的生活制度

你要教会孩子懂得一个重要的道理，即用行动向人们表明无论在什么情况下人们都可以信赖他，这是十分重要的。你即使感到不喜欢工作也得去上班。当你有病了要请假或者你有事要晚去上班的时候，你都会事先打电话告知你的雇主。孩子需要知道这一点，并且有必要模仿你的行为。

帮助孩子锻炼他自己每天按时醒来。你需要准备一只闹钟、一个纸袋，并为家中每个成员都准备一张纸条。

在一张纸条上写上“自己醒”，而在其他的纸条上都写上“唤醒我”。把这些纸条放入纸袋中，每人抓一条，抓到标有“自己醒”字样的人，第二天早晨就要负责唤醒其他的人。



抓到写有“唤醒我”字样的人可以自己选择被唤醒的时间。当然，这个时间必须早一些，以便使每个人都有足够的时间准备好一切，按时上班或上学。

“自己醒”的人要把闹钟调整到应该醒来时间的前5分钟。第二天你就会发现“自己醒”者是否可以依靠和信赖的。如果这位“自己醒”者起床晚了，那么会发生什么事情呢？会有人上班或上学迟到吗？

孩子能够习惯性地、有规律地自己醒来吗？如果不能，请立刻给孩子买个物美价廉的小闹钟吧。

严格的生活制度关系到孩子的身体健康，关系到孩子意志品质和性格培养。为了使孩子的身体和个性得到健康发展，家长必须给孩子制订生活制度。如孩子几点起床、几点睡觉、几点吃饭、几点玩耍、几天换一次衣服、使用便盆和厕所等，都要有一定的规则。在日常生活中，家长不要因忙于家务或收看电视节目，或因夏日乘凉、朋友来访打乱了孩子的作息时间和生活规律，家长对孩子的生活管理要制度化，并坚持不懈。

如果开始吃饭了，孩子仍在穿衣服，或者是母亲替孩子穿衣和洗脸，必然降低孩子的自信心，促使孩子向着懒散和无规律发展。严格的管理教育与“慈爱”并不矛盾。假如家长在教育孩子时，总是感情用事，认为孩子小太可怜，迁就放松甚至妥协，其结果只能强化孩子的不良习惯，以后纠正起来更加困难。如果父母断断续



续地执行规则，孩子在思想上就会产生混乱，无所适从。孩子虽小，但如果家长能坚持执行制度，孩子就会逐渐适应，养成习惯。习惯成自然，孩子会不知不觉地模仿父母的行为，形成良好的自我管理能力。

孩子是家长的影子和镜子，孩子的行为毫不掩饰地反映出家长的行为和性格。家长要求孩子怎样做，自己必须首先做到。如家长要求孩子饭前便后要洗手，而自己却忽视了，孩子就会产生怀疑。孩子有可能会质问你，你应虚心接受批评。

培养孩子良好的生活卫生习惯及讲文明懂礼貌的行为非一日之功，家长必须时时、事事严格要求，并要有耐心，不对孩子使性子。如孩子玩得太兴奋了，弄得满头满脸泥土，一手抱着衣服，一手提着鞋子，见到妈妈抱歉地说：“妈妈，对不起。”这时做妈妈的再训斥孩子，就是大错特错了，因为孩子已认识到自己对不起妈妈的辛苦劳动。

家长还应注意从婴儿起培养孩子讲文明懂礼貌的品质。客人走时让孩子说“再见”，来时要问好，给客人递烟、拿水果等。当孩子会说话时，得到别人的帮助要说“谢谢”。这有利于培养孩子的世界观，培养孩子的交往能力，更好地适应社会。

从小培养孩子的良好生活习惯和讲文明懂礼貌的行为，是家长送给小太阳的一份终生受用的“厚礼”，也



是对孩子最温馨的爱。

◇维持每天例行的作息表

例行的作息对孩子而言就好像墙壁对于房子的重要性，这样就为孩子规划出了生活的空间和范围。例行的工作让他有安全感。建立例行的工作规范也可以培养他守规则的观念。

爸爸坐下来吃早餐时没看见女儿，于是便问：

“贝妮呢？”

“老公，我让她今天睡晚一点。”

“为什么？”

“她昨天非要等你回来才肯上床睡觉，所以很晚才睡。”

“我不是告诉你，我会很晚回来吗！”

“我知道，但是她不听，我只好让她等到睡着。”

“今天不用上学吗？”

“哦！没关系，才小学嘛！我会帮她写一张请假条。”

“我觉得这样不好，你应该让她学着遵守规则。”

“她还小，不急着学这些规则，还有的是时间！”

爸爸是对的，贝妮必须遵守例行的作息时间表。妈妈允许贝妮“自由”晚睡的权利，却侵犯了她适当睡眠的权利，进而破坏了她生活秩序。这并不是自由，而是



放纵。妈妈又假造请假条，等于剥夺了贝妮学习面对必然结果的经验。贝妮和其他很多孩子一样，她正谨慎地向环境伸出触角以便学习、探索属于她的天空范围，当她正畅游于自己的世界时，妈妈的放纵很突然地把她的所属空间挖了一个缺口，反而使她不知所措。

为人父母者应该建立一套全家都能适应的例行作息表，并引导孩子养成习惯。孩子从很小便需要这种有规律的作息经验，所以父母不要总是认为孩子还太小，不需要规范。孩子一旦养成固定的作息习惯，通常能适应得很好。

譬如你要开车从北京到湖南去旅行，你不可能漫无目的地乱闯，一定要沿着公路南下。父母对孩子的教育也是如此。湖南是旅行的最终目标，而培养孩子完整的人格则是父母教育孩子的目标。我们当然可以选择到南面的任意一条公路，同样我们也可以选择制订家人共同遵循的规范。例行规范是不可或缺的教育方式，不过并不是太死板没有弹性的规则，偶而还是可以有例外的。但父母终不可以因自己的方便或满足孩子的任性而随便打破惯例。

暑假几个月期间，孩子把例行的作息习惯抛到了九霄云外，经常晚睡、不按时吃早餐、肚子饿了就随时吃点心，常常和朋友玩得不知道要回家。妈妈经常慨叹说：“真希望暑假赶快结束，这样他的一切作息都可以