

写给天下不知所措的父母

成长阶梯教室

—— 子女教养法则

北京师范大学发展心理研究所

卢鹏 编著



内蒙古少年儿童出版社

写给天下不知所措的父母

成长阶梯教室

——子女教养法则

北京师范大学发展心理研究所 卢鹏 编著

内蒙古少年儿童出版社

成长阶梯教室

北京师范大学发展心理研究所 卢鹏 编著

内蒙古少年儿童出版社出版发行

(通辽市霍林河大街 24 号)

北京市通县兆成印刷厂印刷

850×1168 毫米 大 32 开 10 印张 210 千字

1998 年 5 月第一版 1998 年 5 月第一次印刷

印数 1-10,000 册

ISBN 7-5312-0948-9/G·378 定价:18.00 元

作者序言

每当一个小生命呱呱落地之际，他带给父母的不仅是喜和盼望，更带来一项新的挑战，意味着更大的牺牲和更多的付出。然而，每当做父亲的放下网球拍，坐下来陪他三岁的儿子玩拼图；或是做母亲的停下手边的家务，抱起她那摔了跤或者遭朋友拒绝而泪眼汪汪的女儿时，孩童的小心灵便得到了爱和滋润，可以再度迈步踏上人生的旅途了。

爱永远是心灵成长的最佳养料。有些父母爱子女，处处呵护，仿佛培育温室的花卉，总是盼望儿女可以免去人生风暴的侵袭；然而明智的父母却深知生命的能力，愿意帮助他的子女面对人生的风暴，逐日茁壮成长，仿佛老鹰等到雏鹰翅膀坚硬，羽毛丰满之时，便特地搅动鹰巢，叫雏鹰离巢习飞，直到雏鹰能够翱翔天际为止。

然而许多父母深受社会名利观念的熏陶，常常只知教导子女得到外表的成就，却不知教导子女赢得心中的自在。在人生的路上，能够不失败不跌跤固然是好的；然而能够在失败跌跤之际，有信心爬起来再往前行乃是一件美事；能够持守所得的固然是好的，然而能够在必要之时放弃所得的却需要十分的勇气。

生儿易，育儿难，教养已成为现代父母所关切的话题。许多人感觉到“父母难为”，即使是医师、律师、教师……，虽然他们在自己的岗位上得心应手，但在面对教养自己子女

的时候，往往也会捉襟见肘，力不从心，甚至束手无策。这种种的现象，似乎也蕴含着“父母也需要专业训练”，但到目前为止，为人父母者尚未看到所谓的“父母执照”或“父母职前训练”的规定。

面对未来多变的社会，孩子每天都在成长、都在改变，为人父母已不能以“不变应万变”，而必须要以多变来应万变，才能适应孩子急剧的改变与发展；更重要的是要跟着孩子一起学习一起成长。我们在此时此刻推出此类图书，其目的就在提供一系列实用的教养资料，协助父母学习与成长，我们，深感教养的对象是正在成长的孩子，因此必须了解其身心的发展及个别差异，运用教育与心理的方法去教育他们，引导他们发挥潜能，追求卓越。

知识就是力量，方法就是智慧。让父母、教师成为专家，能够面对问题、解决问题，这是本书的最终目的。因此，读者在阅读时，如果能经常模拟问题，经常思考，产生解决问题的新点子、好点子，我们深信必能从“知”而“识”，达到“悟”的境界，结合实践身体力行，人人都可以成为有智慧的专家，而做个成功、称职、卓越的父母，必定为时不远。

卢 鹏

1997年12月于北京

目 录

作者序言

第一章 塑造品性 (1)

爱抗命的小孩 (3)

- 一些有关管教小孩的文章里，通常只提到“孩童不负责任的行为”，却很少提到“故意的抗命”，其实这是两种截然不同的行为。

亲子战争（出生到二十四个月） (13)

- 小孩子们深知两代之间的意志力的争战，正因为如此，父母亲的反应才显得重要。

亲子战争（两岁到十二岁） (25)

- 虽然小孩一满十八个月后，他的身体和情绪的发展会有显著的不同，然而他们还是很喜欢向父母的权威挑战。

脆弱的小生物 (40)

- 志气，是小孩心目中的自我价值和尊严，它是人性中最脆弱的特质，极易受到拒绝、嘲笑和失败的残害，那么，父母应当如何塑造小孩的意志力却仍保全他的志气？

第二章 赋予尊严 (49)

精力过剩的小青蛙 ----- (51)

- 一个好动的小家伙很知道如何捉弄人——对他那惊慌失措的父母更是如此。
- 一个H症的小孩是绝对静坐不住的，也无法减慢他的动作，因为他受到了一股无法解释或无法修正的内在力量的驱使和左右。

不安的青少年 ----- (61)

- 一般说来，生命中最难挨的二十四个月要算十三岁以后、未满十五岁的两年了。

这个时候自我怀疑和自卑达到前所未有的高峰，经受着巨大的社会压力，他的自我价值完全建立在别人对自己的接受程度上，摇摆不定，难以捉摸是众所周知的。

还没成熟的大人 ----- (70)

- 小孩在青少年时期的叛逆也是有益的，因为经过了这样的冲突之后，他们可能从依赖父母的小孩变成一个成熟的大人。

第三章 父母常犯的错误 ----- (77)

史百克博士的研究 ----- (79)

- 父母亲消极的容忍并没有消除彼此的不愉快，相反的，反而导致无可避免的不愉快。
- 不当地使用愤怒为武器来控制小孩——这是我们在教养小孩方面最常犯的错误，这个错误一旦犯上了，代价是颇为沉重的。
- 父母在怒气发作以前，通常会有一些讯号通知小家伙“红

灯亮了”，然而只有当老爸和老妈动了气，表明下一步就是棍子的时候，他才肯乖乖听话——尽管有些心不甘情不愿的。

第四章 如何增进孩子的学业…………… (91)

做个称职的父亲 …………… (93)

- 父亲与孩子相处时间的长短对孩子的学业成绩有很深的影响。
- 和孩子相处的最好方式，就是像朋友一样互相尊敬、互相信赖，从和谐的关系中，增进父子间的感情。

父母的管教措辞及学问 …………… (95)

- 在日常生活中，父母若经常使用适当的措辞、得体的表达方式，孩子在耳濡目染之余，自然学会运用正确的文法及适当字眼的能力。
- 经常做家务的孩子，数学的应用能力较强。
- 斥责与褒奖对孩子的身心都有极深远的影响，如何将两者适当地并用，使之发挥最理想的功效，是为人父母者最感头痛的问题。
- 零用钱少的孩子成绩比较好。

培养孩子自动自发的精神…………… (113)

- 培养自动自发的精神，应从日常生活中建立，而且最好从儿童期做起，因为此阶段的孩子可塑性大、适应力强。

小手、小钱、大学问…………… (118)

- 时常利用金钱或物质诱使孩子用力，是一项危险的行动。

第五章 让孩子更爱读书的秘诀 (131)

学好数学的秘诀 (133)

- 从日常生活中随时引发孩子学数学的兴趣，同时把数学和实际事物联系在一起，可以使孩子更容易学好数学。

有趣的语文学习法 (135)

- 先让孩子叙述他自己印象深刻的人、事、地、物，再指导他将所说的话写下来，这样就可以减轻他写作的难度。

第六章 让孩子成绩猛进的血型活用术.....

..... (143)

指导 A 型孩子的要诀 (145)

- A 型孩子的性格特征：注意力容易集中，介意他人评价，需要父母真诚的奖励，个性内向怕孤独。

指导 B 型孩子的要诀 (148)

- B 型孩子的性格特征：领悟力强，脑筋动得快，并且有很强的组织能力与吸收能力，因此不论是读书或学习其它事物，都能很快地抓住要领，一学即会。但缺乏耐性，读书没有恒心。

指导 O 型孩子的要诀 (152)

- O 型孩子的性格特征：外向、理智、自我约束力强、记忆力好、注意力不集中，有愈挫愈勇的精神。

指导 AB 型孩子的要诀 (155)

- AB 型孩子的性格特征：有敏锐的洞悉力与专注力，却常

因羞怯及不善表达自己而显得笨拙。

第七章 谈成绩考试与读书 (159)

成绩单的联想..... (161)

- 愉快的家庭气氛是增强孩子学习能力的最佳方法。

一位资深教师的告白..... (169)

- 成绩单或许能反映孩子适应学校生活的能力，却无法预测孩子未来的成就。
- 当孩子在学习上遭遇了困难且成绩低落时，设法找出孩子其他方面的才能或长处，如运动、音乐、绘画、舞蹈、修理东西等，并加以赞美和鼓励。

考试对孩子的负面影响..... (176)

- 当我们费尽心思帮助不同类型的孩子学会如何准备考试之后，更须让他们知道，不论成绩好坏，父母都会接纳他、爱他，并以他为荣。

引导孩子阅读兴趣的方法..... (183)

- 父母本身的阅读兴趣对子女阅读能力及兴趣的影响
- 家中的文化摆设能养成孩子随时读书的习惯。

如何帮助你的孩子在多年后考上大学..... (189)

- 是否考上大学并不是人生的唯一目标，帮助子女找到他们所体验的生活意义和目标，这在教养子女上才是最重要的。

谈读书与升学压力..... (193)

- 其实读书是为了充实自己且得到前人留下的经验，可是现

代社会教学制度却把读书人搞得很苦。

第八章 奖惩的观念与态度 (203)

你的管教正确吗..... (205)

- 正确的管教方法能造就一个身心健康成长的孩子。

善用奖励..... (206)

- 善用奖励能鼓舞孩子自动自发，独立向上的精神，而不当的赏罚却能破坏孩子的好奇心，给孩子造成终生心理障碍。

儿童的挫折感..... (209)

- 儿童遭受挫折会使他们体会到两种人生经验，一种是享受不到成功的乐趣，一种是从受挫中磨练应变能力。
- 奖惩有助于孩子的学习效果。

不一样的奖励，不一样的功效..... (213)

- 对不同年龄层的孩子，就要采取不一样的奖励方式。

第九章 父母的奖惩艺术 (217)

借着周围的人鼓励孩子..... (219)

- 孩子周围的人所给予的赞美，具有更好的影响效果，往往也是促使孩子进步的最好动力。

因时因地鼓励孩子..... (220)

- 为人父母的应尽量挖掘孩子美好的一面而适时地赞美鼓励他。

永不嫌多的赞美----- (225)

- 成绩单不是赞美的唯一条件
- 赞美对孩子的成长、发展具有积极的作用，因为赞美可以提高自信、荣誉，使之不会轻易地放弃，同时赞美可以鼓舞勇气、突破困境，使之觉得所有努力都得到回报。

赞美就是爱----- (230)

- 徐慎忍女士谈赞美孩子

骂孩子的新妙方----- (237)

- 如何直接、有效地纠正孩子的错误，而又不伤害孩子的自尊心？实在是值得为人父母者深思的问题。

针对孩子类型的惩罚方式----- (244)

- “戏法人人会变，各有巧妙不同。”同样的问题、同样的方法，对不同的孩子便有不同的效果。

做一个善用惩罚的父母----- (260)

- 很多父母或许不懂得如何奖励孩子，但是大多数的父母却都会用惩罚的方式来教育孩子。只是，他们大多数不懂得善用惩罚。

期盼和善意 ----- (265)

- 刘焜辉教授谈奖赏孩子的原则。
- 奖赏及惩罚是用来表示一种期盼，更可说是一种手段。

另一种心的投入----- (271)

- 林玉体教授谈惩罚孩子的原则。
- 惩罚可以说是一种约束力。当孩子有不良行为时，父母施

以惩罚，其目的就是防止不良行为的继续出现。另一方面，惩罚还能培养孩子对于挫折的容忍力。因为惩罚本身就是一种挫折的经验，可以让孩子了解，人生并非全是顺境，不如意的事还是很多，并进而让孩子学习如何克服挫折。

第十章 适当的斥责态度和方法 (277)

骂得好，骂得妙 (273)

- 不适当的斥责方法非但对孩子的行为没有任何帮助，反而容易造成孩子在心理上与人格发展上不良的影响。
- 四种斥责类型的特征及其影响。

骂小孩的技巧 (287)

- 孩子该做的事没有做，父母会骂，做了不该做的事，父母更会骂。到底什么情况骂？该怎么骂？其实，骂孩子是没有技巧的，父母在责骂孩子之前，应该先充分地了解他的行为。因为骂是一种心灵的接触，也是亲子间相互的磨练。

不爱骂孩子，只爱说故事 (299)

- 一位妈妈的经验谈。
- 我可以体会孩子当时心中恐惧却又不承认的复杂心态。而我心里当然也不高兴，但是如果孩子不明白他为什么犯错，就是打他、骂他，甚至处罚他，他顶多痛苦一场，以后还是会忘记的。

第一章

塑

造

品

性

爱抗命的小孩

一些有关管教小孩的文章里，通常只提到“孩童不负责任的行为”，却很少提到“故意的抗命”，其实这是两种截然不同的行为。

我们一家包括父亲、母亲、一个小男孩、我的爱人、一只寂寞的金鱼和一只无药可救、神经兮兮的小猫咪。大体说来，一“家”相安无事。然而，我们“家”中还有另外一位跟大家有些格格不入的成员——它重达十二公斤，是一只性情倔强的猎獾狗，我们替它取名为西奇。这家伙打心底认为整座房子都是它的地盘，有人告诉我猎獾狗一向独立，然而，西奇却是个顽强的革命分子；它并非大恶不赦之辈，只是它一心只求凡事顺己意而行，在过去的十二年中，我和它一直处于势不两立的争战中。

意志力的较量

西奇不但生性倔强，在家中它也不肯稍尽自己的本分——在寒冷的冬晨，它是不肯替你叨报纸进门的；它也拒绝与孩子们玩游戏；连菜园里的地鼠也不怕它；而且大部分受过训练的狗儿们会耍的把戏，它是一窍不通。

更气人的是，西奇也不算是一条好的看门狗。这个怀疑并非无来由的——一天夜里，大约是凌晨三点之际，有个

夜贼潜入我家后院，当时我恰好醒来，跳下床，摸黑走到门边，我知道凉台上有人，西奇显然也知道了，因为这家伙弓着身跟在我后面！我听到自己的心卜卜地跳着，等了几分钟，我伸手拉开后门门栓，这时，院子的门悄悄地开了又关了，有人正对着我站着，相隔不过三尺，黑暗中我同西奇交换了意见，决定有“人”出头去看看到底是怎么回事，我打开后门，对西奇叫：“上呀！”然而，西奇一动也不动，站在那里浑身打颤，牙齿格格有声，幸好在一阵混乱嘈杂声中，夜贼转身就溜，于是人狗皆欢！

在这里我必须声明一点——西奇是我们家中的一分子，我们十分珍爱它，而且我们到底已能跨越它游侠式的天性，而教会它服从一些简单的命令了。然而，在它十分不情愿地承认我的权威之前，我们之间曾发生过几场有名的战争。其中最大的一场发生在几年前，当时我出差有三天之久不在家，等我重返家园之际，我发现西奇已经跃登一家之主的宝座了，然而一直到晚上，我才知道西奇对自己成了一家之主的事是顶认真的。

那天晚上约十一点左右，我告诉西奇回到它的床上去，它的床是在起居间里的一个围笼里。有六年之久，我临睡之前都如此吩咐西奇，它向来无异议；然而，那晚，它动也不动，舒舒服服地坐在毛茸茸的马桶盖上——这是它最喜欢的地方，因为旁边就是暖气，它可以靠着取暖。西奇曾花了些代价学会一件事——要跳到马桶上坐之前，最好先把盖子盖起来。我永远忘不了西奇学到这个功课的那个晚上，它吼着往马桶直冲上去，一眨眼之间，差点没淹死在马桶里。

当我告诉西奇回到它自己的床上去的时候，它拉长了耳