



上海译文出版社

“怎么办？”丛书

孩子没规矩 怎么办？

〔德〕黑尔加·居特勒 著
曹娟 译 陈晓春 校



Kinder brauchen feste Regeln

“怎么办”丛书

孩子没规矩 怎么办？

Kinder brauchen feste Regeln

〔德〕黑尔加·居特勒 著
曹娟 译 陈晓春 校



上海译文出版社

图书在版编目(CIP)数据

孩子没规矩怎么办? / (德)居特勒(Gürtler, H.)
著; 曹娟译. —上海: 上海译文出版社, 2002. 7
(怎么办丛书)
书名原文: Kinder Brauchen Feste Regeln
ISBN 7-5327-2886-2

I. 孩... II. ①居...②曹... III. ①儿童心理学
②儿童教育 IV. B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 018670 号

Helga Gürtler

KINDER BRAUCHEN FESTE REGELN

Copyright © Econ Ullstein List Verlag GmbH & Co. KG, München,

Published in 1993 by Südwest Verlag.

Obtained by HERCULES Business & Culture Development GmbH, Germany

All Rights Reserved

根据慕尼黑西南出版股份有限公司 1993 年版译出

图字: 09-2001-097 号

孩子没规矩怎么办?

[德]黑尔加·居特勒 著

曹娟 译

陈晓春 校

上海世纪出版集团

译文出版社出版、发行

上海福建中路 193 号

易文网: www.ewen.cc

全国新华书店经销

商务印书馆上海印刷股份有限公司印刷

开本 787×1092 1/24 印张 $4\frac{4}{12}$ 插页 2 字数 50,000

2002 年 7 月第 1 版 2002 年 7 月第 1 次印刷

印数: 0,001—5,100 册

ISBN 7-5327-2886-2/B·149

定价: 10.80 元

前言



完全自由的教育不一定让孩子感到快乐。事实恰恰相反,孩子们需要严格规定的“行为准则”。假如家长和孩子双方没有一起确定好标准,那孩子们通常会变得迷惑起来,并由此产生恐惧感,甚至变得具有挑衅性,并产生暴虐情绪。

孩子们需要确定的规矩,在逐渐学习的过程中,他们的生活和行为都以此来对照。但是,应当是什么样的规矩呢?我们为孩子制定的规矩常常是不适合孩子们的。于是,我们不再理睬那些不愿服从的孩子们了。原因在哪里,在我们身上还是规矩出了问题?

哪些规矩是合理的?

孩子对合理或不合理的指示或禁令有着特殊的感

许多事情既不危害孩子又不危害我们,我们为什么要禁止这些事情?



觉,合理的禁令是指那些威胁到儿童的安全和超出家长承受限度的规定,而不合理的禁令往往是出于专制或某种习惯而制定的。比如,孩子为什么每天早上按惯例只能喝牛奶不能喝果汁,不允许自己连续三次吃自己特别喜爱的食品,或者一个正玩在兴头上的孩子为什么不能推迟吃饭时间?我们疼爱孩子的方式是否与他们的天性和需要相一致,对此我们考虑过吗?此书的目的在于帮助您重新考虑和简化给孩子所制定的规矩,力求制定出合理的方案,人们也可以了解孩子的观点。

向孩子们提出要求时,我们应当扪心自问:孩子能做到我们所期望的那些事吗?他能承受这些规矩吗?遵守规矩是出于他的需要还是出于我的需要?

关键是表率作用

规矩的制定者都不遵守规矩的话,那么,所谓的规矩便是一纸空文。我们自己在撒谎,又如何能要求孩子诚实呢?家长经常打断孩子的讲话,又如何要求孩子耐心听讲?我们自己懒散地沉迷在电视节目中,又如何批评孩子整天看电视呢?作表率并不那么简单。如果我们也给自己制定出标准并严格检查自己的行为举止,我们很快就会发现,哪些规矩不必要,而哪些规矩又是重要的。

家长为孩子制定规矩,自己也应该遵守。



2 孩子没规矩怎么办

目 录



前言	1
----------	---

1

家长应了解的基本原则

不要找借口和撒谎	1
孩子希望受到大人认真的对待	4
教育中不可使用暴力	7
承认错误, 接受批评	10
理解孩子的情绪	13
不要忽视了自己的需求	16
孩子也有一个私人空间	19



2 整齐和干净

为了整齐这个目的而进行的绝望的斗争	23
乱糟糟的儿童房间	26
格奥尔格负责打扫房间	28
孩子必须有多干净	30

3 关于“举止得体”这一话题

表达谢意的方法不只是说声“谢谢”	35
到底什么才是礼貌	38
同孩子一起做客	41
毫无畏惧地上餐厅	44

4 谎言, 真实, 幻想

用幻想构筑自己的世界	48
必须有梦想	52

当孩子撒谎时 52

5

儿童与消费

小孩子——大愿望 58

置身于购物乐园里的孩子们 62

学会用钱 64

孩子房间里的武器 68

电视的魅力 70

6

游戏规则使人恼

谁喜欢输 75

7

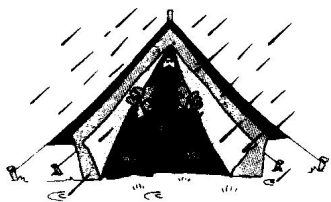
严格遵守交通规则

遵守交通规则,别找借口 79

练习而不是回避 81



hai zi mei gui ju zen me ban



8

捉摸不定的规矩加大教育的难度

孩子需要遵循始终如一的规矩	84
游戏规则与生活规则	87
明确的规矩使家庭生活变得轻松	91
用我们的行动作榜样	95

1 家长应了解的基本原则



❖ 不要找借口和撒谎

三岁的安娜已有过一些和医生打交道的痛苦经历了。因此,一旦要去看医生,她就大吵大闹。妈妈试图安慰她:“不会疼的,医生只是看一下而已。”妈妈当然知道自己在撒谎,但安娜也不应该这么紧张。妈妈认为自己在为安娜着想,为安娜缓解紧张和害怕情绪,在关键时刻安娜是得相信某些话,但这并非长久之计。对孩子而言,最糟糕的莫过于发现自己所一直信赖的人在对他们玩把戏,而这些人也因此变得不再值得信赖了。

孩子了解真相,远胜于让他们听一些精心编造的谎言。



家长向孩子做了些什么承诺，他就应千方百计地遵守这些承诺。

孩子对身体信号具有特殊的
感觉。当我们用言语来欺骗
孩子时，我们的声音、表情和
手势都会表露出来。

将不愉快的事说出来

孩子生病住进了医院。晚上为了让孩子安睡而隐瞒我们外出这件事，我们将生病住院说得天花乱坠，总有许多类似的情形可以让我们暂时避免与孩子发生激烈的冲突。但孩子心里却一直隐隐地藏着某种不安的情绪。此外，我们的这种做法让孩子失去了积极面对人生中不如意的事的机会，以及体会自己也可以变得勇敢坚强的机会。

家长应该是值得信赖的

- ◎ 不要向孩子保证自己也不太确定的事情。
- ◎ 不要对孩子说，只要针打得慢一点就不会疼了；应该说，疼痛只是暂时的，马上就会好转的。
- ◎ 如果在打扫房间的时候您扔掉了对孩子而言是很重要的东西，您不要撒谎。您应该承认错误，不要回避问题。
- ◎ 您不能仅为了打发正纠缠着您的孩子走开，而轻易地说：“看看吧，或许明天。”其实您清楚地知道，明天也是根本不可能的。如果您信誓旦旦地答应孩子下礼拜天去看魔术表演，就一定要恪守诺言。
- ◎ 在圣诞夜快来临之前，您想让孩子吃掉碟子里的东西，于是您就说，圣诞老人看见了就不会带礼物来

了。这也是一个谎言。

- ◎ 孩子想要卡通米老鼠画册,您不可撒谎说没有带钱来搪塞过去。

上面讲的这些其实都不是什么新鲜事。所有的家长对此也都是心知肚明。您所需要做的是再次严格进行检讨,看一看我们所想的与我们所做的是否一致。

无声的谎言

同孩子打交道时我们不仅使用语言和动作,我们的声调、眼神、相伴随的表情和动作也传递给孩子很多信息,而我们对此往往不加注意。如果我们无意识传递出的信息与我们有意传递出的信息并不一致,孩子就会因为我们的行为而变得不确信起来。

- ◎ 众所周知,婴儿在吃奶时,如果感到母亲喂奶的动作匆匆忙忙,他也会变得不安起来。
- ◎ 父母间常发生口角并嚷着要离婚,却企图在孩子面前继续装出平和的样子,孩子由此感受到的压力比他在这个年龄所应感受到的压力要大得多。一个孩子意识到矛盾,却没有告诉他,这时他会得出错误的结论,认为自己也是导致这个糟糕局面的原因。其结果会给孩子精神方面造成严重干扰。





- ◎ 碰上孩子让我们心烦的情形,只要还能承受,我们便一语不发,这也会给孩子以不良影响,因为,到忍无可忍时,我们经常会爆发出来,这瞬间的爆发会吓着孩子,并且,我们在整个时间里强装出来的笑脸会让孩子迷惑不解。
- ◎ 讥讽话语中的多重含义对孩子而言是难于理解的。如果我们原本想指责他,那我们为什么又总是说:“你可干得真不错啊!”

❖ 孩子希望受到大人认真的对待

一次痛苦的经历

我母亲第一次让我单独去我们那个地区的惟一的商店买东西时,我大约三岁。我应当怎么做,她说得很详细:“你走进商店,然后说:‘你好,我想买面包。’”我走进商店时发现人很多,并不像母亲说的那样。但我没有理会这些,完全按母亲说的做了。我手还在抓着门把手时,就已喊着走进商店:“你好,我想买只面包。”所有的人都笑开了,笑得最开心的是那位女售货员。以后是怎么回事,还有我是怎么走出商店的,我都不记得了。但是,在好多年里,如果我必须去那里买东西时,只要碰

大人常无法意识到他们取笑孩子时会引发什么后果。有些伤害是很严重的,甚至是多年也无法治愈的。

到那位售货员,我便摆着一副冷冰冰的面孔走过去,问老板娘在不在。每当老板娘从后面走出来,我才开口买东西。现在再回想这件事,我已完全了解当时的滑稽情形。那位女售货员并非存心讪笑我,但她对我所造成的伤害已经很深,以至于我无法原谅她。

被嘲笑的感觉是痛苦的!

我认为,大人对孩子所承受的痛苦的评价常常是不正确的。孩子受到取笑和讽刺时产生的痛苦远远大于皮肉之苦和失去玩具时的痛苦。大人愚弄孩子时毫无顾忌,对孩子的强烈反应觉得可笑。

- ◎ 有一个父亲大笑着给蹲在灌木丛后小便的小女儿拍照。
- ◎ 一个男孩由于害羞和张皇失措而用手掩着脸时,他的父亲总会把他的手从脸上拉开。

与众不同需要极大的自信

对所有的孩子而言,被玩伴耻笑是最糟糕的事。因此,他们心怀恐惧,尽量避免做令他们脱离群体并成为别人讪笑的对象的事。如果同伴穿着带风帽的上衣,他们就不愿意穿大衣;他们不愿戴毛线帽因为同伴们觉得那样很傻。我们大人对此常感到恼火,认为这



孩子们重视那些得到别人认同的价值。因此,为了培养自信,他们需要大人和小孩的重视与认可。



样才是傻气或随大流。然而,我们必须考虑到,孩子越小,他们的自信心就越依赖于外部环境。被人取笑,不被人认真对待,这些情况给孩子造成的打击比我们成人造成的打击要厉害得多,因为这些情况会打击孩子刚刚萌芽的自我评价心理。

多同情,别轻视

我们父母常花大力气来帮助孩子克服一些让他们不堪负荷的事情。例如,看牙医或搬家。然而我们孩子的问题并非总是那么明显地表示出来,因此我们得加倍注意,使他们免受可避免的伤害,在处理理应避免的事情上给他们以帮助。

孩子忧伤时该怎么做?

如果您发现孩子不开心时,您应当予以关注,并倾听他们的问题。

您不要试图将您的观点强加给孩子。如果孩子认为这件事很严重的话,一句轻飘飘的“事情没有那么严重”于事无补。事情有多严重得从孩子的角度来考虑,而不是从我们的立场出发。

只有当身处烦恼的孩子有一种被重视的感觉,他才能感受到他所需要的尊重,这使他能在困难的情况

孩子的忧伤和欢乐都应受到认真的对待。

下保持健康的自信心。

❖ 教育中不可使用暴力

如果家长被别人怀疑在教育中使用暴力手段时,大多数人会表现得很气愤。他们既没有殴打孩子,也没有把他们关禁闭,他们没有遗弃或虐待孩子。尽管如此,有时他们为了按自己的意思来解决矛盾而利用了他们的优势。我认为下列的情况也属于暴力行为:

- ◎ 一个孩子想在游乐场多玩一下,而母亲却置孩子的抗议于不顾,将他抱起来放到车里的座位上,系好安全带将他带走。的确,没有人会认为这里面有使用暴力的情形。但如果您也被人这么对待,您就会体会到这种感觉有多么的无助、愤怒与绝望!
- ◎ 家长强迫孩子去做什么放弃什么,而不管他们是否明白其中的含义,比如说道歉。
- ◎ 孩子受到附加条件的限制,如:“按我说的做,这样我们才可以再讨论一下溜冰鞋的事情。”
- ◎ 家长在谈话时将自己的想法与价值观作为谈话的大前提,不给孩子自己的思想以及他们可能与父母不同的价值观的形成留以自由的空间。
- ◎ 家长不让孩子讲话却分析孩子的感觉与想法。“我



暴力不仅仅等同于打骂。当家长利用权利和优势来让孩子听话时,这也属于暴力。



如果孩子不按照父母的要求去做时，父母就威胁不再爱孩子以及抚养他。这一情形是极其残忍的。

很明白你想说些什么。”或者，“你这样说只想惹我生气。”在这种环境中自我意识与自信只能扭曲地发展。

威胁也属于暴力

暴力也有其他的形式，甚至可以用温柔的，充满爱意的语气表达出来。我所知道的温柔的暴力的最一般形式是威胁：“如果你再那么做，我就不喜欢你了。”孩子越小对父母的关爱越依赖。一种会被父母抛弃的想法触发了孩子心中潜在的恐惧感。哪怕我们是善意的，这种方法也是不可取的。对大一些的孩子而言，这种威胁还可以用别的方式表现出来。当我们身体欠佳时就明显或不明显地威胁说这是孩子的错，并话中有话地指着自己的心口说：“你看看吧，如果没有我看你怎么办。”我明白，当家长面对孩子的捣蛋和顽皮时，他们是多么的束手无策，并希望用这句话将他们重新引入正途。但假如您有一次真的遇到了这种事，您就忍心让孩子忍受良心的责备吗？孩子常常习惯承认是自己做错了事，即使他们没有做错也是如此。

爱是无法禁止的

如果父母的关系已经破裂，而一方指责孩子仍旧