

新闻导丛书 —— 成功教养系列

[美] Ray Burke, Ron Herron 博士 著

付艳霞 译

培养孩子的

责任心

Common
Sense
Parenting



中国轻工业出版社



家长的良师 孩子的益友

为使孩子适应21世纪的社会要求，培养孩子的责任心是摆在每一位家长面前的严峻课题。本书的目的在于教会家长帮助孩子树立责任感，并有效地纠正孩子的错误行为。围绕这一主题，书中告诉家长应怎样清晰地向孩子传递教养信息，怎样使孩子明了自己应负的各种责任，怎样教孩子控制自我情绪，怎样对孩子进行表扬，以及怎样在自己的期望与孩子的表现之间获得平衡。

本书所涉及的教育技巧，对3~16岁孩子的家庭教育大有裨益，其中大量的例子有助于使家长明白，应当怎样根据孩子的年龄阶段和智力发育水平来调整教育策略。

本书由美国的一批教育专家合作撰写，他们丰富的实践经验与极高的理论素养使得本书在美国深受好评。使用此书作为教材的家长学校已使数万名家长获益非浅。

封面设计：麦景童

ISBN 7-5019-3482-7



9 787501 934829 >

ISBN 7-5019-3482-7/G · 260

定价：14.00元

新向导丛书——成功教养系列

Common Sense Parenting

培养孩子的责任心

【美】 Ray Burke, Ron Herron 著

付艳霞 译

164760/07



中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

培养孩子的责任心 / (美) 邦克 (Burke, R.),
(美) 赫伦 (Herron, R.) 著; 付艳霞译. —北京:
中国轻工业出版社, 2002.1
(新向导丛书·成功教养系列)
ISBN 7-5019-3482-7

I. 培… II. ①邦… ②赫… ③付… III. 少年儿
童—责任感—培养 IV. G417

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 081318 号

版权声明

Common Sense Parenting published by The Boys Town Press
Father Flanagan's Boys' Home, Boys Town, NE 68010
Copyright © 1996 by Father Flanagan's Boys' Home
Simplified Chinese language edition arranged through Amer-Asia Books, Inc.
All Rights Reserved

策 划: 石 铁
责任编辑: 朱 玲 张乃东 责任终审: 杜文勇
版式设计: 刘智颖 责任监印: 吴维斌

*

出 版 人: 赵济清 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)
网 址: <http://www.chlip.com.cn>
电子信箱: wqtw@263.net
电 话: (010) 65262933
印 刷: 北京天竺颖华印刷厂
经 销: 各地新华书店
版 次: 2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷
开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 8.00
字 数: 140 千字
书 号: ISBN 7-5019-3482-7/G · 260
定 价: 14.00 元
著作权合同登记 图字: 01-2001-4469

· 如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换 ·
版权所有·翻印必究

译者序

曾经有这样一种说法：中国的家长总是问孩子考了多少分，而美国的家长则问孩子有什么发明创造。如今，我们国家的教育也开始与国际接轨了，提出了由应试教育向素质教育转变的大方向，而且所有的家长也都意识到了对孩子进行素质教育不仅仅是学校的责任，家庭教育也同样重任在肩。但是如何完成这个转变，用什么样的标准来衡量素质还是个仁者见仁、智者见智的问题。

我曾经接触过许多中国家长，对他们的家庭教育心理和教育方法做过广泛深入的调查和研究，发现大多数家长对素质教育心存疑惑：一方面意识到孩子素质全面发展的确很重要，但另一方面又迫于考试的压力不由自主地和孩子一起仍旧在应试的窠臼里挣扎；一方面意识到了家庭教育对学校教育的重要补充作用，但另一方面由于自身能力和教育方法的缺乏而显得无能为力。或许这些不是三言两语就能解释清楚的问题，而且其中的历史、文化渊源也自不待言，所以解决这些问题需要不断地探索和努力。

现在的问题是，家长已经有了素质教育的意识，怎样才能拥有实施素质教育的行动呢？当然我们不可能给每个家长提供准确的行动指南，但我们可以总体上给家长一个教育理念，这也是我们翻译、引进这本书的目的。如果说中国教育和美国教育除了一些显而易见的文化和历史的差别之外还有什么不同，或者说这本美国人写的教育美国孩子的书对我们中国教育界、中国家长教育中国孩子有什么借鉴作用的话，那么这个需要借鉴和学习的东西就是民主、科学的教育理念。这种理念当然不是抽象的东西，而是渗透在书中的每一个章节、每一个教育方法当中的。

书中还涉及到了另一个常常被中国家长忽视的问题，那就是家长的榜样模范作用。所谓“己身不正，焉能正人”，这里也给家长提出了一定的挑战，同时也扩大了素质教育的含义：家长既是素质教育的实施者也是素质教育的受教育者。倘若家长时时处处能够率先垂范，何愁孩子的素质不相应提高呢？正所谓“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从”。

目前市场上已经出版、发行了许多有关素质教育的书籍，其中大多是某个家长成功经验的介绍，或者就是某位专家的心理理论指导，我们很难评判这类书籍的作用有多大，但是无论什么时候，您需要记住的

都是“具体问题具体分析”，具体孩子具体对待。本书与其他相关书籍最大的不同就是这是两个美国儿童教育专家在深厚的理论修养的基础上，专门在一个教育实践基地给数以千计的孩子做家长、给数以千计的家长办讲座之后的经验总结。其中的许多理念、许多想法都曾打动过无数家长的心。只要你是一个真心爱孩子的家长、只要你是一个肯用脑子教育孩子的老师，你就可以从这本书中得到意想不到的收获，让你豁然开朗或者拍案叫绝。

日本著名的儿童小提琴教育家铃木镇一曾经这样总结自己教育孩子的经历，他说：“（教育孩子的）真理平凡得就像阳光、空气和水。我们找不到它的时候，它总是那么神秘，那么高不可攀；我们找到它的时候，它又变得那么亲切、那么自然，仿佛就在我们身边。”如今这本代表真理或者至少代表真理的某个方面的小书就摆在你的面前，它将引导你去寻找属于自己的、属于自己的孩子的“阳光、空气和水”。

在本书翻译出版的过程中，有几位同样热衷于家庭教育的研究者和译者一起切磋探讨，提出了宝贵的意见和建议，他们是梁大鸣、梁文东、郭建玲、刘亚力，在此谨向他们表示感谢。

2001年9月



前 言

如果你已为人父或为人母,你就已经无可推卸地拥有了一项很重要的工作,这工作甚至是你一生中最重要的。许多人说做这工作“待遇”真是不怎么样,获得的“福利”也不总是最高的,工作时间漫长无比,需要做的事情无穷无尽。

但是你有没有想过,这同样是一份非常有意思的工作,一个人做父亲或母亲的时光可能保存着他一生中最丰富多彩、最令人满意的记忆。但是每当我们这么告诉一些家长的时候,他们都用十分怀疑的眼光看着我们,因为他们好像远远没有体会到其中的乐趣。他们只知道自己必须不停地为孩子擦鼻涕,每天早晨唠叨着赖床的孩子起床准备上学,带着他们到处挤公共汽车,随时留意什么是最有营养又最无公害的蔬菜,整天面对孩子的顽皮任性和吵闹抱怨,而且这些仅仅是一些最表面的工作,真正的生活中还有许多更让人头疼的麻烦,谁能在这些时候还体会到乐趣无穷真是怪事。其实在家长们需要做的众多工作中起关键作用的是父母会给自己的下一代创造什么样的家庭环境,用什么样的家庭关系和价值观念影响他们。

实际上,像许多其他的工作一样,做父母也需要不断地接受“在职培训”,遗憾的是目前并没有切实可行的培训计划和合适的



指导老师，家长们往往在面对好多问题的时候手足无措。他们可能当时凭直觉或冲动解决了问题，但过后他们又不断地怀疑自己是否做对了，方式是否得当，他们也可能对自己做父母的能力缺乏自信，因为有时候他们能处理得很好，但有时也会很糟。

在和孩子相处中出现摩擦和矛盾的时候，所有的父母都会需要一些帮助，需要别人为他们提一些解决问题的建议，而且几乎所有的父母都会偶尔对自己工作的有效性产生怀疑，这也是我们写这本书的原因。我们深深地懂得做父母并不容易，因为在写这本书之前，我们在试验基地“孩子村”给一万七千多个孩子做过父母，那可是很大的一群孩子，出现过各种各样的问题，我们将在处理这些问题的过程中学到的很多东西总结为一些切实可行的方法，并曾在“培养孩子的责任心”的课堂中向成千上万的父母们讲授过，实践证明这个方法对所有的父母都有帮助。

那么是什么原因使得我们的工作进行得如此顺利呢？这里我们要强调两点：头脑和心灵。“头脑”的意思是父母要用合乎逻辑的切实可行的方法教育孩子，换句话说就是要用一些技巧逐渐改变孩子的行为习惯。“心灵”则意味着父母要无条件地为孩子付出爱心。这两方面缺一不可，你只有把二者联系起来才能真正有收获。

这本书设计的家庭教育常识的绝好方案早已在许多与读者朋友类似的家庭中实施过，并且取得了很好的效果，现在我们把这个方案介绍给你。如果你已经为人父母，并且想“温习”自己做父母的技巧，如果你正在兴奋地等待自己第一个孩子出生，如果



你已经被不听话的或难相处的孩子折磨得焦头烂额，无论哪一种情况，这本书都能为你提供帮助。

我们都知道，世界上根本就不存在完美无缺的父母或完美无缺的孩子，我们生活在一个并不完美的世界里，时不时地会遇上麻烦，无论我们每个人多么努力，都会犯这样或那样的错误。而且根本就不存在哪一本书、哪一个课堂或哪一个培训计划能够解决所有家庭遇到的教育孩子的问题。做“包治百病”的承诺是十分愚蠢的，因为我们的生活太复杂了，几乎任何事情都没有绝对正确的答案。但是这本书中所提到的合适的技巧和处理问题的基本法则可以为你今后为人父母的生活提供一个比较好的计划，这样你可以减少犯错误的可能，不断做得更好。针对我们讲授的这些技巧所作的研究也显示了非常乐观的结果，一些父母也反映他们对自己的角色越来越满意，与孩子的关系也越来越融洽，孩子们的行为方式也大大改变，出现的问题也越来越少。

做家长的一定要清楚，自己是孩子的第一个也是最重要的一个老师。没有人比父母对孩子生活的影响更大。这就意味着你必须将自己的爱心、耐心和精力都投入到为人父母的“任务”中去。通过这种方式，你将会发现其实做家长是你一生中面对的最富有激动人心的挑战性的工作。所以只有全力以赴地努力。

最后要强调的一点是，这本书讲到的所有技巧都建立在一个基本因素的基础之上，这个基础就是经常和孩子在一起，你只能在和孩子在一起的时间里教他。其实就这么简单，只有你和家人在一起，你才能充分享受家庭生活的丰富多彩。这绝对是一个很



明显的必需因素，因为这是将家人联系在一起的纽带。

翻开这本书的读者，我们向你表示祝贺，因为你正在踏上一条通向更好更轻松的为人父母的坦途，这是十分激动人心的。你的爱和你从这本书中学到的方法将对你的家庭产生积极的变化。请记住即使你的孩子最不值得你爱的时候也要去爱他，然后教给他正确的行为方式，这本书就给你提供了教育孩子的工具，以便你更好地帮助孩子。还是那句话，优秀的为人家长的技巧依赖于这些方法和你的爱心的结合，请你抓住每一个可能的机会和孩子在一起。

好好教育孩子，我们为你们祝福！

如何使用这本书

我们知道有些家长特别忙，他们通常都被多如牛毛的工作日程包围着，每天都有无穷无尽的工作需要完成，他们甚至没有空余的时间读这本书。基于这方面的考虑，我们在写这本书的时候尽量采取了小章节的形式，以便一些特别忙的家长朋友可以匆匆浏览，用最少的时间获取最大的信息量。

书中的每一章都涵盖了一个教育技巧和我们曾经运用这个技巧解决问题的例子，这些例子都可以提示你在各种各样的情况下如何运用这些技巧。我们希望家长朋友最好是记住每一个技巧的基本步骤，随时将其付诸实践。拥有了这本书你就随时可以轻松应付教育孩子过程中的疑难问题，甚至当你遇到特别难以解决的



问题时都可以及时得到提醒和有效的建议。

我们早已充分地认识到,根本就不存在一个十分完美的答案能够解决所有家长面对的各种不同的问题,每一个家长、每一个孩子都是各不相同的主体,当然每一次问题发生的情况也都是不同的。正是因为这样,我们提供给家长们的可行性建议和指导都是十分灵活的,你可以轻松地将我们的建议改变得适合你与自己的孩子交流的方式。同时在书中我们还提供了好多教育方法供家长们学习和使用,我们建议家长们要不断学习这些东西直到这些教育方法变成你自身的行为习惯。既然你选择了使用这些教育技巧,你就应当期望你的孩子在行为方式上能有积极的变化。

需要强调的一点是,这本书中涉及的教育技巧也是独一无二的。目前出版的许多有关家庭教育的书大多是针对某一个年龄段的孩子的,而我们的教育方法可以应用于任何一个年龄的孩子,因为我们捕捉的是家长们的普遍心理和普遍逻辑行为方式,这样无论你的孩子处在什么年龄段,无论他的发育水平如何都能使用这里的教育方法。这样我们书中提供的教育技巧都可以成为你实施教育的得力的工具,家长们既可以用它们使你的孩子更上一层楼,也可以让孩子从零起步。

对于孩子逐渐改变的过程我们要提醒家长们一点:变化是一个过程,需要时间。你的孩子现在的行为习惯是他从出生到现在一直学习的结果,因而学习新的行为习惯不可能一蹴而就。而且事情往往是在开始变好之前先开始变得更坏,就好比重新装修房子,在你按照自己的意愿布置房间里所有的东西之前,你总得先



容忍房子里又脏又乱。当然有时候你可能会摊开手说：“有什么用呢？”，但每到这时候我们都鼓励你不要泄气。还是像装修房子一样，你必须耐心努力地坚持下去才行，教育孩子也是这样，千万不能半途而废。

在开始之前一定要有心理准备，你随时可能遇到棘手的问题，克服困难需要时间和努力。只要选定了正确的方向，那么就要学会看到每一个进步，每解决一个有关孩子的难题，你就可以鼓励自己一下，这样到最后你曾经经历的教育孩子的挫败感就会最终转化为自己的自信，而且你会对自己选择的教育孩子的方式感觉越来越有信心。

没有解决所有问题的神奇的答案，但书中的教育技巧的确帮助过成千上万的家长，他们用这些技巧解决过好多不同的问题，也避免了好多可能危害家庭的不利因素。我们当然希望广大的中国家长朋友也像他们一样，会从中受益。



目 录

第1章 惩罚和引导	1
不适当的惩罚	2
不适当惩罚的负面影响	4
适当的教育方法	5
总结	7
第2章 明确传达信息	9
行为是什么	10
传达清楚的信息	12
总结	15
第3章 关注行为结果	17
结果改变行为	17
当结果不起作用时	21
先做计划	22
如何告诉孩子行为结果	23
警告不起作用	24
总结	25



第4章 正面结果 27

“贿赂”不可行	28
起作用的正面结果	29
行为结果与行为对应举例	32
总结	33

第5章 负面结果 35

取消特权	36
时间空白	36
增加家务活儿	39
你给孩子的刺激是负面的吗	42
雪球效应	44
怎样提供负面刺激	45
总结	46

第6章 高效的表扬 49

表扬的积极作用	49
什么时候使用表扬	50
怎样使用高效的表扬	51
高效表扬的步骤	52
高效表扬的例子	55
表扬总能起作用吗	57
总结	59

**第7章 预防教育 61**

一点预防	61
什么时候实施预防教育	62
预防教育的步骤	64
预防提示	68
预防教育的实例	69
总结	72

第8章 明确期望 75

确定期望	75
总结	83

第9章 保持冷静 87

第一步：冷静前的暴风雨	89
第二步：危险信号	90
第三步：做一个计划	91
保持冷静的秘诀	94
总结	97

第10章 修正教育 99

什么时候使用修正教育法	100
怎样使用修正教育法	101
修正教育的步骤	101



修正教育的例子	105
有益的提示	107
总结	110

第 11 章 自我控制教育 113

什么时候使用自我控制教育	114
自我控制教育的步骤	115
自我控制教育的实例	122
有益的提示	124
总结	129

第 12 章 巧做决定 131

SODAS 教育法	132
最后提示	136
总结	138

第 13 章 表格和合同的作用 141

什么时候使用表格和合同	141
合同	142
表格	144
成功使用表格和合同的提示	146
总结	148