

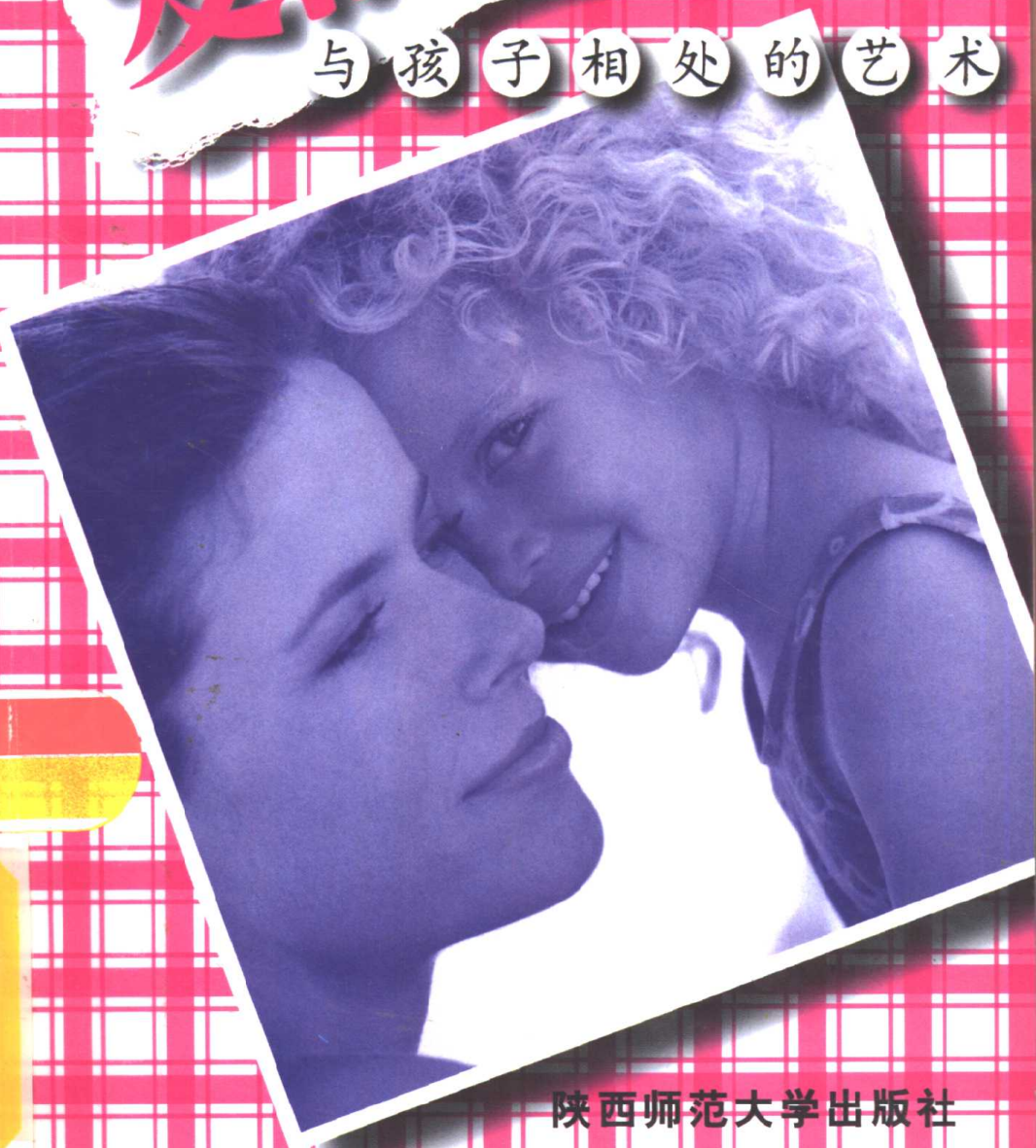
探寻亲子沟通艺术 指点家庭教育迷津



爱的方程式

蔡慧恒 / 著

与孩子相处的艺术



陕西师范大学出版社

爱的方程式

与孩子相处的艺术

蔡慧恒/著

陕西师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

爱的方程式:与孩子相处的艺术/蔡慧恒著. - 西安:陕西师范大学出版社,2001. 4

ISBN 7-5613-2193-7

I. 爱… II. 蔡… III. 儿童教育:家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 19654 号

图书代号:TY186800

爱的方程式

—与孩子相处的艺术

作 者:蔡慧恒

责任编辑:周 宏

出版发行:陕西师范大学出版社

(西安市陕西师大 120 信箱)

邮编:710062)

印 刷:北京师范大学印刷厂

开 本:850×1168mm 1/32

印 张:9

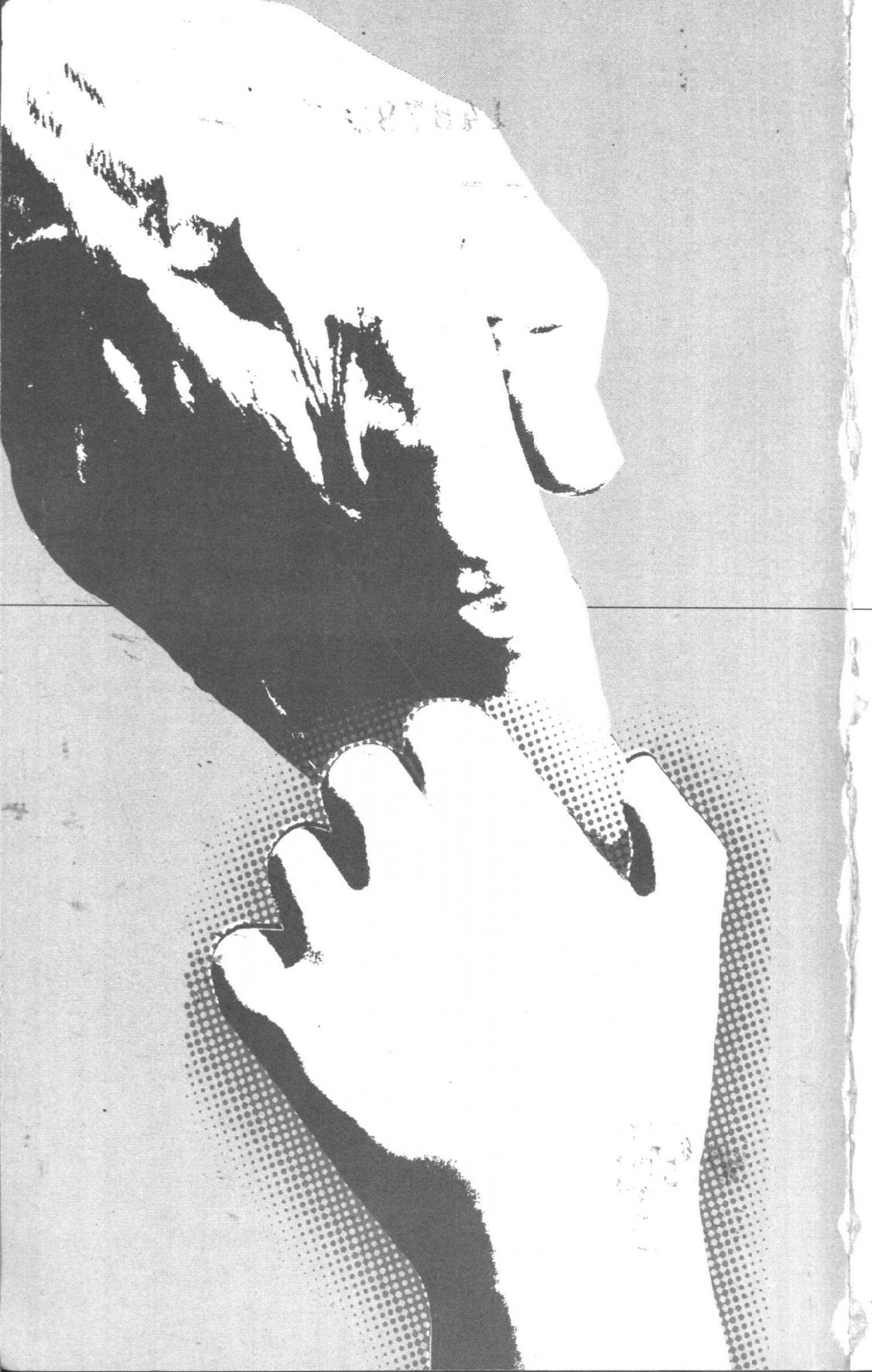
字 数:170 千字

版 次:2001 年 5 月第 1 版

印 次:2001 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 7-5613-2193-7/G·1578

定 价:18.00 元



目 录

第一篇 让孩子成为他自己

家长的童年：一个远去的记忆

3

作为孩子的父母，虽然他们也从儿童时代而来，然而那久远的记忆已在不经意中慢慢忘却了。面对新的生命，他们面临教子模式的挑战。

真正了解孩子：父母面前一道永恒的题目

5

孩子好比上帝赐给你的一粒种子，家长必须了解上帝给你的是什么？

孩子成了大人既不现实也不可爱

10

孩子真要是像大人家长才真的感到可怕。



爱·
的·
方·
程·
式·

001

第二篇 沟通是一切的开始

别以为我们的孩子什么都不懂

17

每个孩子都是主动性的个体。孩子虽小，思想犹在。

孩子不听话的背后

20

孩子有四种行动的错误动机，家长只有

进一步检查自己的心灵深处，才能识别体味真正的感觉，从而帮助辨别孩子的动机。

避免失去效果的沟通 23

抱怨有多少用？沟通才是一切的开始。

家长常犯的四种错误使沟通失去应有的效果。

一个“悬案”：我们为什么要责备孩子 28

每个家长对孩子的标准都不同，责备的目的变得复杂起来，这是一个“悬案”。



爱
的
方
程
式

002

第三篇 自信：孩子的心灵鸡汤

自信是孩子成长的催化剂 33

自信是能力的催化剂，信心能把人的一切潜能调动起来，从而终身受益。

孩子乖巧了，却失去了自信，你选择哪一个？ 36

皮肉之伤会很快痊愈，性格扭曲却不是
一朝一夕能改变的。

想毁灭一个孩子就断言他无望 39

要知道，孩子也会绝望的，他们的内心更为脆弱。

讽刺是自信的杀手 42

亲情间的讽刺所带来的后果不可想象。
人说“猪受宠时也想爬树。”

溺爱也会使孩子失去自信 46

过分地溺爱形同剥夺了孩子发展自己能力的机会,也剥夺了他的自信心。

体验成功是培养自信的一种方法 48

渴望成功是一个人的天性。孩子也不例外。

成功的伟人总是看见杯子里有半杯水,而不是杯子的一半是空的。

你有什么权利对孩子说“不许失败” 52

成功者之所思,是如何取得成功;失败者之所虑,是如何免于失败。

“不许失败”说得越多,只能使孩子不停地重复失败。

机智地利用过失作为自信的契机 58

过失是失误,如果你知道改变它的性质,就可以成为一种积极的东西。



爱
的
方
程
式

003

第四篇 赞美:带孩子走进阳光地带

一句精彩的赞辞可以作我十天的口粮 63

赞美是一种认同,赞美更是一种鼓励。对赞美的需要深深地植根于孩子们的灵魂之中。

鼓励和赞美是孩子健康成长的重要条件 66

懂得欣赏孩子的父母亲,才可以成为天

下最幸运的人。

赞扬有利于进行情感教育

70

以赞扬优点来引路，注意情感沟通和情感教育，把压力转化为动力，才会起到扶正祛邪的作用。

告诉你一个“皮克马利翁效应”

72

“皮克马利翁效应”告诉我们，当你预言孩子将会出现特殊的好行为时，他将展露出你所预言的才华。



不要做对孩子赞美的“高老头”

76

家长常常先入为主，这种消极影响对孩子的一生都起作用。

教育“八宝饭”：拎着孩子走与赞美孩子的 85%

80

孩子只有 15% 是错的，85% 是对的，这孩子还是好孩子吗？

004

肯定那 85% 吧，也要像俄国人一样：总是拎着孩子走路，不让孩子慢下来。

不恰当的赞扬也是有害的

87

暧昧的、不恰当的赞扬却是有害的。最要不得的就是“变色龙的赞美”。

第五篇 管教淘气孩子的艺术

谁家的孩子不任性

96

孩子的任性是一个世界性的问题。

顶撞是孩子精神成熟的重要标志 99

我们孩子在不经意中一天天地长大，一天天地走向脱离开父母的属于自己的人生轨道。

家长惟一要记住的：学会调整。

有时说谎顶嘴是被吓出来的 103

孩子知道自己错了，由于害怕受罚而不敢承认，在惶惶然不知所措的情况下，只好以幼稚的撒谎来自卫。

责备何以能磨平孩子的“棱角” 111

企图以生硬的责备磨平孩子“棱角”，后果有两个：一是孩子震慑于大人的“威势”，自我意识从此丧失殆尽；一是孩子根本不买你的帐，弄不好还会“铤而走险”。

孩子“明知故犯”，你要“对症下药” 114

切忌百草药一锅熬。

赢得孩子的合作是教子成功的关键 117

最大的秘密：能够站在孩子的位置，分享他的感觉，使孩子不需要把自己放在自卫的状态。



爱·
的·
方·
程·
式·

005

第六篇 生活中的教子谋略

你的监控让孩子感到自由面临威胁 125

对孩子信不过的监控使孩子失去了生活

的全部乐趣。

幼儿的破坏行为是求知欲的表现 127

画册撕碎了,玩具熊被拧下了一条腿,玩汽车四个轮子没了,积木散了一地……

一气之下妈妈打掉了孩子的求知欲。

孩子的侵犯行为能“打骂”得掉,问题就简单了 131

“以牙还牙”的教育方式只是在二十年前流行罢了。

孩子间的吵架是培养社会性的绝好机会 133

孩子们早晚会从打架中摆脱出来的。孩子们通过吵架,提高了他们的社会性。

抱怨使病孩沮丧,娇宠使病孩跋扈 136

病中的孩子常常得到家长两种态度:一种是抱怨,一种是迁就。

前者导致孩子脆弱和后怕;前者导致孩子自私和无理。

孩子使用零花钱是走向社会的重要一步 138

将一个在慈母庇护下,毫无自我生存能力的青年推入未来的社会是最为残忍的事。

零花钱上大有文章。

孩子帮助干家务学到的知识不逊于课桌 141

如果你不想让你的孩子应付生活时啼笑皆非,你就鼓励他做些家务吧。

没有针对性的责备还不如不责备 145

责备二忌:乱骂一通,全是空话;无名



火。

不要随便向孩子道歉 147

如果不让孩子懂得这个道理，那么煞费苦心进行的教育工作就毫无效果。

责备效果的好坏取决于责备之后对孩子的关怀 149

一位富有经验的企业总裁说，只要在训斥之后及时表示关怀，就不必担心责备引起的负面影响，反而会增强相互之间的信赖关系。这同样适用于亲子之间。

“不理睬”教育法的奇妙效果 152

采取“不理睬”的方法既不伤双方感情，又不会导致双方关系恶化。“不理睬”的方法不能解决孩子所有的行为问题。



爱·
的·
方·
程·
式·

有理不在声高 157

大音若希。“狼来了”的故事会给你很多启示

家长教子有分歧时不要当着孩子面相互指责 162 007

问一位 10 岁的小男孩在家时最怕什么？他说最怕爸爸妈妈当着他的面吵架。

试一试将错就错的办法……

“想当初我……”的句式对孩子没有说服力 165

孩子并没有见过父母儿童时代的样子，所以不管父母如何美化自己的过去，都无法进行正面的反驳。

不要让孩子在外人面前向父母屈服 167

孩子也有孩子的面子。不少孩子对自己

丢了面子感到“耻辱”，比大人还要不能忍受。

第七篇 “天才”优思录

家长不要患上“神童综合症” 173

一个上五年级的孩子问过母亲一句话：
“人死了以后是不是就没有烦恼了？”



家长的“神童综合症”引发的孩子“精神分裂”触目惊心。

不要粗暴对待学业差的孩子 179

家长们恨铁不成钢，心烦、气恼。要知道，
这个世界永远没有你想像中的“神童”。

孩子不爱上学的原因是深刻的 182

为什么一说到上学就如临大敌呢？背后的原因值得你深思。

一句话不慎有可能挫伤孩子的积极性 186

孩子的自责是最切骨的，如果家长们加一句不慎的话，苦果只有你自己尝。

培养学习兴趣岂“责备”二字了得 189

用强制的手段逼迫孩子去勉强学习，最后反倒使孩子出现逆反心理。

有五种培养孩子学习兴趣的绝招供你参考。

第八篇 调教出好孩子

情商:孩子一生的追求 197

家庭是孩子学习和提高情商的第一所学校,在这个亲密的熔炉中,孩子们能学到许多基本信息。

让孩子懂得做人的本领比考满分更重要 199

真正决定一个人在社会上是不是成功的因素并不是智力水平。爱因斯坦说:发现问题比解决问题更重要。

不可忽略孩子的道德倾向 203

预测一个少年的未来,有一个非常简单的方法,就是看他最崇拜的人是谁。

谨防孩子的暴力倾向 207 009

每个人都有潜在的暴力倾向,但是暴力在一个孩子身上明显成为了一种作风,事事以“暴力”开路,家长就要警惕了。

培养孩子的同情心是道德教化的钥匙 209

同情是一个人最珍贵的感情,学会同情才会懂得生活。

孩子偷拿别人的东西怎么办 212

孩子偷拿别人的东西是由于两种心理因素引起的:孩子的占有欲;孩子种异乎成人的



爱·
的·
方·
程·
式·

冒险心理。

第九篇 孩子说谎启示录

孩子为什么要说谎 219

孩子长大与说谎没有直接的必然性。

两种说谎：欺骗自己的说谎和欺骗他人的说谎。家长应该注意的是后者。

说谎——亲子关系有问题的讯号 222

说谎伤害最深的，就是说谎者自己。因为他说了自己不想说的谎。

家长值得留意的三件事 226

一则关于孩子说谎的寓言。

孩子说谎的种子很可能是父母种下的 231

家长吓唬哄骗孩子，有时难免说两句假话。这似乎正常极了。

生活中因说谎不经意种下的恶果总是使父母始料未及。

不可一味指责孩子说谎 236

发现孩子说谎，父母常会困惑或过度反感，指责极其难免。

你给孩子不说谎的勇气了吗 242

要给孩子不说谎的自信与勇气，首先双亲自己要对自己有信心、并拥有不说谎的勇气。



爱·
的·
方·
程·
式·

010

孩子偶尔说谎怎么办

246

调皮未必就是坏孩子，孩子说谎，似乎也并不表示他就是坏孩子。政治家就是最好的例子。

第十篇 惩罚不是万能药

家长树立威信靠什么

253

威信本身的意义在于它不要求任何的论证，在于它是一种不可怀疑的长者的力量和威望。

家长最大的心结：威信扫地。

“棍棒”底下未必能出好孩子

256

快乐则接受，痛苦则拒绝。惩罚远不是治百病的良药。

惩罚仅仅给孩子一种条件刺激是错误的

257

责备孩子无计于事时，家长们便要给他尝尝新的厉害——惩罚——似乎刺激一下他的神经。

你愿意做一个草率和不负责的家长吗？

261

惩罚的真实效果要看是否产生长期效应
长期受惩罚的孩子，有形成两种性格的倾向：反叛性格或充满恐惧的顺从性格。



爱·
的·
方·
程·
式·

011

体罚引发的敌对情绪将使父母抱恨终生 264

孩子盲目地挨了打还不知原因何在，敌对情绪一旦确立，前功尽弃。

不妨试试“结果法” 265

自然结果法是让孩子体会到他们的行为所带来的自然后果，逻辑结果法需要家长的引导。



第十一篇 人之初，性本善

爱
的
方
程
式

012

设法解开孩子的性神秘 271

一个5岁的孩子开始注意起母亲的胸脯来……母亲的责骂使孩子变本加厉。

对幼儿的教育主要方式不是讲解开导式的言教，而是不知不觉中大人的身教。

裸体问题是平常而又严肃的问题 273

淡化男女两性性器官在生理解剖上差异的神秘感，其最佳年龄在幼儿期。当孩子对性发生好奇时，性教育就势在必行了。

责骂不能驱散孩子心中的阴影 276

8岁的孩子第一次看到那种场面给他带来的惊讶真是不少。如果这个时候父母不乘机对孩子进行教育，除了造成两代人之间的隔阂，还会使孩子长大后对性产生厌恶



第一篇

让孩子成为他自己

作为孩子的父母，虽然他们也从儿童时代而来，然而那久远的记忆已在不经意中慢慢忘却了。面对新的生命，他们面临教子模式的挑战。

爱
●
方
程
式