

不要让孩子倒在您的舌尖下

零责怪法则帮助父母停止对孩子的指责埋怨
学会把话说到孩子心坎上

好妈妈 零责怪法则

清华高材生养成记

江波/著



责怪对孩子犹如慢性毒药，后患无穷
好妈妈零责怪法则，化解您对孩子的不满情绪，
取而代之以春风化雨的有效方法。

读完本书如果您还会对孩子发火动气，您将获赠“如何说孩子才会听 怎么听孩子才肯说”家教讲座



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press



好妈妈 零责怪法则

清华高材生养成记

江波/著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目 (CIP) 数据

好妈妈零责怪法则：清华高材生养成记 / 江波著.

-- 北京：中央编译出版社，2013.12

ISBN 978-7-5117-1852-5

I. ①好… II. ①江… III. ①家庭教育 IV. ①G78

官 CIP 数据核字 (2013) 第 259257 号

好妈妈零责怪法则：清华高材生养成记

出 版 人：刘明清

出版统筹：薛晓源

责任编辑：饶莎莎

执行编辑：廖晓莹

出 版：中央编译出版社

地 址：北京西城区车公庄大街乙 5 号鸿儒大厦 B 座 (100044)

电 话：(010) 52612345 (总编室) (010) 52612342 (编辑部)

(010) 66161011 (团购部) (010) 52612332 (网络销售)

— (010) 66130345 (发行部) (010) 66509618 (读者服务部)

phome.com

华书店

暴印刷有限责任公司

000mm 1/16

字 数：140 千字

印 张：15.5

版 次：2013 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

定 价：29.80 元

本社常年法律顾问：北京市吴栾赵阎律师事务所律师 闫军 梁勤

凡有印装质量问题，本社负责调换。电话：(010) 66509618

前言

责怪就像是喂进孩子口中的慢性毒药

在教育孩子的过程中，责怪即指责、埋怨孩子；而零责怪是指即便孩子真的犯了错，家长也不指责、埋怨孩子。

但在现实中，当孩子犯了错误后，家长往往既指责又埋怨：“你怎么不识好歹？”“跟你说了多少遍，你怎么还是这样？”“你这孩子怎么屡教不改？”……

也许很多家长觉得这没有什么不对。孩子犯了错，理应受到批评指责，这样可以帮助他们规范行为、纠正错误。可他们没有想到，孩子所犯的错误当中，有相当一部分是他们的合理需求，理应得到家长的尊重，结果却被错怪。

比如孩子想自己做主，家长偏偏要干涉孩子的“内政”；当引起孩子的不快后，家长却责怪他们不听话。

比如孩子想独立完成一件事，家长偏偏要插手，以爱的名义包办许多事情，剥夺孩子的自由；当遭到孩子的拒绝后，家长却责怪孩子不识好歹。

比如孩子在好奇心的驱使下不断地问这问那，许多家长会感

到心烦意乱，甚至责怪孩子：“烦不烦，就你话多，哪来那么多问题？”

比如许多家长都按照自己的好恶要求孩子，把自己的意志强加到孩子身上，引起孩子的反感、抵触，最后却责怪孩子不听话。

难怪许多孩子都抱怨家长不懂他们的心，只会一味地指责、埋怨他们。

再者，孩子就像是一棵小树苗，在成长过程中，由于思维行为体系还不成熟，难免会有许多不成熟的想法和行动，不可避免地会犯许多错误，给父母造成许多麻烦与损失。正如一位西方教育家所言：“孩子无论犯任何错，家长都应该谅解。”许多家长由于还没有客观地认识到这一点，自然就不能对孩子大量不成熟的思维与行为给予相对的尊重和理解；所以当孩子犯错后，家长常常会指责埋怨他们。通常，孩子给家长造成的麻烦与损失越大，家长对孩子的指责埋怨也就越多，有些家长甚至还会吼叫、打骂孩子，给孩子的身心造成许多伤害。不客气地说，多数家长都不同程度地犯有这种错误。

最后，许多家长还没有认识到，责怪是喂进孩子口中的慢性毒药，天长日久给孩子身心造成的伤害甚至要胜于吼叫打骂；它不仅于事无补，不利于纠正孩子的错误行为，还会给孩子造成三大危害。

第一，责怪是以严重挫伤孩子独立自主的思维行为能力为惨重代价的。

独立自主的思维行为能力是素质教育的根本。如果一个人缺乏这种能力，就会变成人们常说的那种没有主心骨、缺乏头脑的

人。而这一能力是孩子在独立自主做事的过程中逐步练就的。孩子在做事的时候，肯定会有许多不成熟的行为，难免会犯许多错误。孩子在犯错后，如果经常遭受家长的指责埋怨，就会逐步失去做事的兴趣和积极性。如此一来，孩子独立自主的思维行为能力也就无法培养起来，这将会危害到孩子的一生。

第二，责怪会摧垮孩子的自信心，把他们变成“泥人”。

父母是孩子心目中最亲的人和最高权威。如果总是遭受父母的指责埋怨，那么孩子做事的兴趣和积极性就会受到损伤，就会失去做事的主动性，许多事情自然也就做不好。长此以往，孩子本来就很脆弱的自信心就会被全部摧垮，认为自己真的不行，产生强烈的自卑心理。天长日久，许多孩子就变成了一堆扶不起来的烂泥。在我们的家庭教育生产线上，一批又一批的“泥人”就这样源源不断地生产出来。小则是家庭、父母、孩子的悲哀，大则是国家、民族的悲哀。更令人忧虑的是，许多父母都不曾认识到这一点。

第三，责怪不仅会给孩子的身心造成伤害，还会影响到亲子关系。

当孩子遭到家长的指责埋怨时，本能地就会作出自我保护的反应，进行自我辩解。家长由此怒不可遏：“明明是你的错，你还不认错，还想狡辩。”不过，家长这样说不但于事无补，也不利于纠正孩子的错误。家长的火气越大，责怪得就越凶；而家长责怪得越凶，孩子的自我辩解就越厉害……家长越是经常指责埋怨孩子，给孩子身心造成的伤害也就越大，亲子关系也就变得越僵。

许多父母事后很后悔，可事到临头又是老样子。他们哪里

想得到，这都是责怪孩子造成的恶果。只有从根本上解决这个问题，才能达到釜底抽薪的效果。许多家长在教子实践中都有过这样的经历和体验，只是还未普遍认识到这是责怪孩子造成的后果。

说到这里，许多家长可能会问：“孩子犯了错，难道家长就应该听之任之吗？”

零责怪，并不等于要听之任之。孩子还小，许多想法和行为还很幼稚；如果我们听之任之，不知道他们会干出多少荒唐事、犯多少错、惹多少祸。这肯定不是我们教育的目的。家长需要找到一种两全其美的办法，这便是本书着力要解决的难题。

本书以两位清华好孩子的家长为主线，通过四章内容全面介绍了一套零责怪的教子法则。这是一套巧妙纠正孩子错误行为的法则。一能让孩子少犯错误，少走弯路；二能有效地培养孩子的独立自主思维行为能力，让孩子成为一个有头脑有智慧的人；三能让孩子自觉自愿、积极主动地去做自己喜欢做的事，把事情做得更好；四能从根本上有效地减少甚至避免家长对孩子的责怪，从而最大限度地减少对孩子的身心伤害；五能有效地树立孩子的自信心。

我相信，这套零责怪教子法则将为千千万万的父母带来帮助。

江波

2013年8月2日



目录

Contents

前言 责怪就像是喂进孩子口中的慢性毒药	1
---------------------	---

第 1 章 “尊重” 二字对孩子来说高于一切	1
------------------------	---

1. 早早把主权归还给孩子	3
2. 爱孩子，就请放手	12
3. 孩子问这问那时应耐心作答	23
4. “玩” 字里面有学问	32
5. “夸” 字里面有天理	39
6. 四项需求 小心呵护	48
7. 不能嘴大说了算	61
8. 千万别以自己的好恶来要求孩子	66
9. 惯子可是害子啊	75

孩子的成长，从某种意义上说，就是不断改正错误的过程。

第2章 客观看待孩子才不会苛责孩子 85

1. 聪明孩子都是些“小破坏分子” 87
2. 让孩子的心灵自由翱翔 92
3. 调皮捣蛋是有出息孩子的特权 96
4. 大人也有不小心的时候 103
5. 这么大的孩子怎么会看眼色？ 109
6. 发现深层原因才能体谅孩子 118
7. 多想想自己这个年纪时能干什么 127
8. 孩子犯错不是说改就能改的 133

人的内心最本质的愿望就是希望得到赞赏。

第3章 引导孩子作出正确选择才高明 139

1. 冷静是处理好孩子问题的前奏曲 141
2. 蹲下身来与孩子商量 147
3. 智慧家长拜孩子为师 156
4. 像卡耐基那样引导孩子 161
5. 用米切尔的方法引导孩子 168
6. 做好孩子的领头羊 174
7. 像卡耐基继母那样对待孩子 187
8. 消除顾虑是改变孩子想法的关键 194

任何一种教育现象，孩子在其中越少感觉到教育者的意图，他的教育效果就越大。

第4章 用暗示的方法纠正孩子的错误最有效 199

1. 寓教于玩笑游戏之中 201
2. 先赞美肯定 后暗示不足 209
3. 用别人的故事暗示孩子的问题 214
4. 别忘了其他四种巧妙的暗示方法 220
5. 用卢梭的方法教育孩子 230

参考资料 235

第1章

“尊重”二字对孩子来说高于一切



要尊重儿童，不要急于对他作出或好或坏的评判。

——卢梭

苏联教育家赞可夫有一句响彻全球的名言：“教育，尊重是前提。”

“中国十大杰出母亲”杨文教授也说过：“对孩子而言，‘尊重’二字高于一切。”

的确，父母只有懂得尊重孩子，才会顺应孩子的天性，一步一步地引导他们前行；才会尊重孩子的各种合理需求、正确想法，从而充分调动孩子的积极性，让他们把事情做得更好；才知道孩子的哪些思维行为还不成熟，如何用适当的方式巧妙地纠正，从而使孩子渐渐成熟起来。否则，父母在教子当中就会茫茫然一团糟。

但在现实的教子实践中，九成以上的父母都由于不知道如何尊重孩子而错怪他们，被绊倒在了第一道坎上，人仰马翻。主要表现在：

第一，多数父母都只知满足孩子的吃穿住行等物质需求，却普遍不懂得尊重孩子的自主、自立、好奇、爱玩等心理需求。

第二，在与孩子的交流中，多数父母不懂得以理服人。当孩子提出不同意见时，父母总觉得自己的尊严受到了冒犯，喜欢运用家长权威推行自己的主张。

第三，父母经常按照自己的好恶要求孩子。

第四，对孩子的许多无理要求，父母常常表现得百般纵容……

亮亮妈与晶晶爸这两位清华好孩子的家长，在教子实践中同样也遭遇过类似的问题，那他们又是怎么解决的呢？

1. 早早把主权归还给孩子

亮亮妈是西北师范大学的一名教师，丈夫是兰州某公司的职员。儿子王亮出生后不久，有一次，亮亮妈跟丈夫谈到，尊重是教育的前提，而尊重孩子的需求又是尊重孩子的第一步，做父母的首先要明白这个道理。

亮亮爸笑道：“我还当是什么高深的理论呢。尊重孩子的需求谁不会啊，不就是让孩子吃好穿好睡好吗？这是连老母鸡都会做的事。”

亮亮妈告诉丈夫，这正是许多父母教子中的问题所在，他们只知满足孩子吃穿玩乐的物质需求，竭力给孩子提供好的物质条件，却看不到孩子的各种心理需求。孩子的自主性、自立的愿望、好奇心、爱玩的天性等心理需求往往被父母忽视，得不到应有的尊重。

随后，亮亮妈又谈到，父母之所以要尊重孩子的需求，一是因为这是孩子与生俱来的东西，必须得到尊重；二是因为它是培养孩子成才的必要条件。兴趣是最好的老师，尊重孩子的需求其

实就是顺应孩子的兴趣。只有这样，孩子做起事来才会劲头十足，尽力把事情做好，他们的能力也才能逐步地成熟起来。

那么，亮亮妈在教子实践中具体又是怎么操作的呢？

要诀一：别把自己的要求强加在孩子身上

办公室里，几位老师一起谈论教子问题。米老师说起，最近一段时间，自己的女儿得了一种“怪病”：每到周末早晨要上钢琴课时，女儿就捂着肚子说疼。开始，她以为是头一天吃得合适，便带女儿去医院检查。结果，女儿什么毛病都没有，回到家又是看电视又是吃零食。可下周、下下周又是如此，直到有一天，她看了女儿的日记才明白是怎么回事。

女儿在日记中写道：

我好累啊。每到周末都想好好睡个大懒觉，然后看看电视、玩两天。可妈妈却要让我上钢琴班、书法班。我不想去，可妈妈说这都是为了我将来好。每当看到别的小朋友无忧无虑地玩耍，我都羡慕得要死。装病骗妈妈，我知道不对，可我也没办法。

“二年级的小孩子就知道装病骗父母，真是气死人了！”米老师愤愤然。

郭老师说，米老师女儿这还算是客气的。她家邻居的女儿比米老师女儿高一年级，家里挺有钱的。孩子爸爸看朋友家的孩子钢

琴弹得好，就花大价钱给女儿买了架钢琴，要求女儿学钢琴。女儿本来就对钢琴没啥兴趣，加上功课有些吃紧，结果不仅钢琴没学好，学习成绩也下降了。有一天，女儿发狠道：“你们以后要是再逼着我学钢琴，我就把钢琴给烧了！”这一下两口子都老实了。

一旁的亮亮妈心想，亮亮身上也有这个问题，只不过还没发展到这种程度。为了让儿子像朗朗一样弹一手好钢琴，她不仅给孩子买了钢琴，还请了老师。可亮亮不喜欢，每当钢琴老师来家里上课时，他就躲起来跟老师捉迷藏，有一次还用纤维袋从头套到脚、躲在阳台上，让一家人找了好半天。

“那么，问题到底是出在孩子身上还是父母身上呢？”亮亮妈问道。

郭老师认为，问题出在父母身上。孩子还小，有什么错呢？是父母没有征求孩子的意见，就把自己的要求强加到他们身上。想来的确如此。米老师、郭老师邻居、亮亮妈都把自己的意愿强加给了孩子。她们认为学钢琴好，可以陶冶情操，可以有一技之长……但却不问孩子是不是感兴趣，结果遭到了孩子的抵触。这实际上是父母不懂得尊重孩子的自主性造成的，父母应该首先反省自己。

随后，郭老师讲了一则故事。一个英国家庭有两个仆人，一个叫乔治，负责主人的饮食；一个叫林顿，负责书房、卧室。两个人都对主人忠心耿耿，可照顾主人的方式却截然不同。乔治非常了解主人的口味和用餐习惯，每当主人召唤，他就立即出现在主人面前，但他从不擅自替主人做主。每次主人用餐时，乔治都静静地站在一旁；等主人用餐完毕，他就悄悄地离开。而林顿为了更好地照顾主人，常常自作主张把主人的用具和书籍放到自己

认为最合适的地方，还经常提示主人什么时间该做什么。有时，主人想在书房里静静地看会儿书，他却不停地询问主人还有什么需要。结果不久，主人便辞退了林顿。林顿委屈地说：“我对主人那么好，他怎么能那么没心没肺呢？”

“许多父母都在用林顿照顾主人的方式去照顾自己的孩子，擅自替孩子做主，结果弄得自己与孩子两败俱伤。”郭老师说。

是啊，好心不一定能得到好报，在教子中也是一样。家长只有懂得尊重孩子的自主性，才能更好地投孩子所好，最大限度地减少一厢情愿的做法，避免犯林顿那样的错误。

亮亮妈认识到，包括自己在内的许多父母的问题首先出在忽视孩子的自主性上。

许多父母都知道青春期逆反，那是孩子为了争取自主权与父母展开的抗争，就像是长期受奴役的殖民地要闹独立一样。其实，孩子从出生的那一天开始就有了自主需求，这是所有动物的本能。即便一条狗、一只猫也是如此，如果你喂的食物是它们不感兴趣的，它们肯定会摇头说“不”；如果你非得强迫它们吃，它们非咬你一口或抓你一把不可。小孩子也是这样。只要留神观察一下就不难发现，每个孩子都有当“头儿”的天性，当他们一起玩打仗游戏时，常常为谁当“头领”而争论不休。因为做了“头领”之后，就会有一种“我说了算”的荣誉感，就可以当家做主、指挥别人。当孩子进入青春期后，随着身心的成长，这种要自主的本能愿望会更加强烈，与父母争夺自主权的斗争也就越发激烈。所以，许多父母都感到，孩子小的时候还比较乖，越大越不听话，稍有不爽就与父母顶嘴、争吵，冲突不断。于是，父母们就这样忽视了青春期前孩子的自主需求。