

素质教育
性格培养

父母新知

理解孩子 的坏脾气

闻少聪 著

让孩子改善性格

《我家小孩不拖拉》作者闻少聪最新力作!

爱发脾气，爱哭闹，自私小气，易暴躁。

坏脾气的孩子不讨喜！

认同孩子的情绪，改变对待孩子的态度，

引导他们学会控制情绪，形成良好的性格。



著名
商标
上海市

华东师范大学出版社

全国百佳图书出版单位

素质教育
性格培养

父母新知

理解孩子 的坏脾气

闻少聪 著

让孩子改善性格

《我家小孩不拖拉》作者闻少聪最新力作!

爱发脾气，爱哭闹，自私小气，易暴躁。

坏脾气的孩子不讨喜！

认同孩子的情绪，改变对待孩子的态度，

引导他们学会控制情绪，形成良好的性格。



著名
上海市
商标

华东师范大学出版社

全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

父母新知. 理解孩子的坏脾气/闻少聪著. —上海: 华东师范大学出版社, 2013. 10

ISBN 978-7-5675-1283-2

I. ①父… II. ①闻… III. ①儿童教育—家庭教育
②情绪—自我控制 IV. ①G78②B842.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 242259 号

父母新知

理解孩子的坏脾气

著 者 闻少聪
责任编辑 刘 佳
审读编辑 林雨平
责任校对 时东明
装帧设计 付 莉

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021-60821666 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537 门市(邮购)电话 021-62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>

印 刷 者 常熟市文化印刷有限公司
开 本 787×1092 16 开
印 张 11.75
字 数 176 千字
版 次 2014 年 1 月第 1 版
印 次 2014 年 1 月第 1 次
书 号 ISBN 978-7-5675-1283-2/G·6881
定 价 26.00 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题, 请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

一、孩子又发脾气了,该怎么办?

1. 妈妈,我不喜欢! _____ 1
2. 孩子总发脾气是有原因的 _____ 3
3. 我也有尊严——过多的责备让孩子心情
变坏 _____ 6
4. 别总是命令我好吗? ——命令让孩子感到
压抑 _____ 8
5. 妈妈请别着急——在孩子事情做不好时再多一点
耐心 _____ 11
6. 学习压力大——孩子感到紧张 _____ 13
7. 缺少沟通让我孤独——明天我们一起出去玩好吗?
_____ 16

二、做一个好脾气妈妈——从自己开始

1. 让孩子不发脾气,首先就要改变自己
_____ 19
2. 话要怎样说出口 _____ 22
3. 让孩子明白道理 _____ 25
4. 讲一个故事吧,故事能让我明白
_____ 29
5. 不要与孩子“赌气” _____ 32



6. 冷静下来,想想问题的原因在哪里 _____ 35
7. 勇于承担责任 _____ 37
8. 改正错误,能让我们都快乐 _____ 38
9. 孩子,从心底里我是爱你的 _____ 40

三、不爱上学? ——让孩子喜欢上学校吧

1. 学校好枯燥 _____ 44
2. 为什么每一天都要学习? _____ 48
3. 小朋友们都不喜欢我 _____ 50
4. 老师太“吓人”,我不喜欢 _____ 53
5. 学校的环境让我感到陌生 _____ 56
6. 让孩子喜欢上学校 _____ 58

四、事情做不好? ——再给孩子一点时间

1. 凡事不要着急 _____ 61
2. 只有把小事情做好,才能够长大 _____ 65
3. 有畏难情绪怎么办? _____ 69
4. 哭? 把孩子“扔到一边”,试试不理他
_____ 73
5. 冷静下来,重新开始 _____ 77
6. 让我们一起想想该怎么做 _____ 80



五、请别总是命令我——您让我做的事我不喜欢

1. 我也有自己的想法 _____ 83
2. 我只想玩橡皮泥,不想弹钢琴! _____ 86
3. 少来几节辅导课好吗? _____ 91
4. 请多给我一点时间和自由! _____ 93
5. 学习与休息同样重要 _____ 97

六、多久我们没在一起了?——多与孩子沟通

1. 今天你都遇到了哪些事?给妈妈讲讲吧 _____ 100
2. 晚饭的时间让我们多说一会话 _____ 104
3. 知道孩子为什么心情不好 _____ 106
4. 减少批评,孩子反而能够接受 _____ 109
5. 不发脾气,商量着解决问题 _____ 114
6. 希望你也喜欢——让孩子也有“发言权” _____ 119
7. 这个问题我们一起想办法解决好吗? _____ 122
8. 我们一起做个游戏吧 _____ 125
9. 多和孩子在一起 _____ 129



七、列一个坏脾气清单吧

1. 任性固执 _____ 132
2. 搞对立,闹情绪 _____ 136
3. 暗地里淘气,就是不听爸爸妈妈的话
_____ 139
4. 不想去上学 _____ 142

5. 在幼儿园里和小朋友吵架 _____ 146

6. 上课故意捣乱 _____ 149

7. 故意不好好写作业 _____ 152

八、不能用这些方式去说孩子

1. 这些都是给你准备的 _____ 156

2. 我说的你就要去做 _____ 158

3. 你怎么还没明白? _____ 161

4. 今天妈妈不理你了 _____ 164

5. 到一边玩去,我没心情 _____ 166

6. 我已经够耐心的了 _____ 168

九、良好的家庭氛围能够促进孩子的成长

1. 家里人都是爱你的 _____ 171

2. 为了孩子,把坏脾气改掉 _____ 172

3. 保持家庭的和睦比什么都重要 _____ 174

4. 不要激起孩子的反感 _____ 176

5. 别总是用我们的期望去要求孩子 _____ 178

6. 与孩子一起成长与改变 _____ 180





孩子又发脾气了,该怎么办?

1. 妈妈,我不喜欢!

“我不,我就是不!”

有一天,在一个家庭里突然传来这样的声音。

事情是这样的:好不容易到了一个节日,爸爸妈妈都有时间了,一家人能够团聚在一起,大家都很高兴。

为了庆祝节日,爸爸买了好多好吃的东西。晚饭的时候,妈妈烧了一桌好菜,家里人忙里忙外,都很开心快乐。

已经准备吃饭了,可是孩子还在地上摆弄着这一天上街时新买的玩具汽车。

妈妈在围裙上擦了擦手,对孩子说:“淘淘,快去洗手,要吃饭了。”

“知道了——”孩子拉长了语气,答应了一声,但很明显不太愿意。

过了一会儿，爸爸已经把饭菜摆好了，可是孩子还在那里“嘟嘟，嘟嘟”个不停。

爸爸又催促：“怎么还在玩，快把玩具放起来。”

“好的，马上就好。”孩子还是很敷衍地回答。



妈妈也劝：“不能再玩了，别人都在等着你呢。”

“不嘛，再玩一小会儿！”孩子固执地摇摇头，满心的不愿意。

爸爸终于失去了耐心，把玩具汽车拿过来，放到一边。

孩子哇哇大哭起来。

看到这个样子，爸爸妈妈都不知道怎么办才好。

孩子爱发脾气，轻说没用，说多说重了，就哭、就闹，搞得家里不得安宁，这可能是很多父母都遇到过的情况。

坏脾气反应的是孩子对生活的一种态度。

他们可能不喜欢你要他们做的事，可能觉得你对他们太“凶”了，可能对

于紧张的学习生活不适应,可能对生活中出现的问题不知道怎样处理……总之,坏脾气表达的是孩子对生活的一种反应。

孩子还小,他们还不懂得在生活中应该怎样表达自己,所以,当他们对生活感到“不满意”的时候,最直接的反应就是发脾气,哭、闹。

所以,千万不能因为一些小事就任由孩子发脾气,虽然只是一时的坏脾气,却可能影响到孩子的成长,影响到孩子的将来。

孩子坏脾气的形成,原因是多方面的。我们应该从平时做起,教孩子学会通情达理,知道如何表达自己,如何控制自己,帮助他们改变,这样他们才能更好地成长。

2. 孩子总发脾气是有原因的

孩子为什么爱发脾气?这其中可能有很多原因。

有的时候,可能是因为孩子遇到问题不知道怎样解决。曾经见到过这样一位家长,在周末,领着孩子到游乐场去玩,爸爸觉得新开的旋转飞船很好玩,就对孩子说:“你去玩一下吧。”可是,孩子看到飞船飞得很高,又转来转去,感到很害怕,不想去玩,就说:“太高了,我害怕。”但爸爸却说:“男孩子怎么能够害怕呢。”就把孩子抱上去,孩子是坐上去了。等刚一开动,飞船嗡嗡地响了起来,一会儿飞得很高,一会儿飞得很低,孩子害怕了,直叫“爸爸,爸爸,我要下来”。可是爸爸并不想让孩子下来,终于,孩子大声哭了起来。

孩子遇到事情,不知道该怎么解决,就可能会哭闹,这是我们要注意的。当发现孩子还不能够独立解决问题的时候,我们不要着急,应该帮助他们慢慢想办法,直到他们感到能够应付了,这样他们的心情当然就会好起来。

从家庭的角度看,我们的情绪会影响到孩子。

有一次,在晚饭之后,我在收拾家务,萌萌一边自己写作业,一边看



漫画书。不知不觉两个小时过去了，到了上床睡觉的时候。每天我都要求孩子按时睡觉，这样才能保证充足的睡眠，有利于他的成长。

我对萌萌说：“到了睡觉的时间了，该上床睡觉喽。”可是，萌萌看一本漫画书正入迷，听到我的话也没有动。

看到他无动于衷的样子，我有些不耐烦地说：“把漫画书收起来吧，到了睡觉的时间了。”

可是，他还是在那里一动不动。

我很奇怪，每天睡觉的时候，他都是很准时的，已经形成很好的习惯了，今天是怎么了？

过了一会儿，他才扭扭捏捏地对我说：“好吧，马上就来。”然后很不情愿地把图画书放在一边，慢吞吞地去放枕头，看上去很不开心的样子。

看到他不高兴的样子，我突然想起来，是不是我刚才说话声音太大，让他不高兴了？

其实，孩子就是这样的，当我们失去耐心，责备他们的时候，他们心里也是有感受的。他们知道我们生气了、不高兴了，时间长了，他们也会变得爱发脾气。

所以，在家庭之中，要注意与孩子说话的方式，应该尽量用温和的口气，与他们讲道理，不要因为一点小事就和孩子发脾气，责备他们，避免因为我们的情绪影响到孩子，这样才有利于他们的成长。

有的时候因为我们与孩子沟通太少，所以孩子心情变坏。

一位家长对我讲过这样一件事。她的孩子今年四岁了，比较懂道理，就是有个毛病——动作慢。早晨的时间很紧张，该送孩子去幼儿园了，但是孩子还没洗脸。她给孩子打好了水，放在那里，让她洗脸，然后自己在准备别的事，过了一会儿发现孩子还没洗，她急了，对孩子喊：“快去洗，要迟到了！”听到妈妈的“吼叫”，孩子撇撇小嘴，委屈得快哭了，这位妈妈觉得自己有些粗暴，就自己过去帮孩子洗脸。这时才发现，原来是因为热水放得少了，水

太凉。孩子不听话是有原因的啊！

孩子就是这样，他们对生活也是有感知的，当他们感到生活不如自己“所愿”时，也会有自己的喜怒哀乐，如果我们不注意到这一点，就可能误解孩子。

有的时候孩子爱发脾气，是因为他们的压力太大。

有一位母亲，为了让孩子快快成才，和许多父母一样，从孩子一出生起，就给孩子精心安排了一份成长计划。两岁时要认识多少个字，三岁要背多少首儿歌，四岁的时候要会多少英语单词，五岁的时候要会算多少道算术题，还要精通音乐和美术……可是她渐渐发现，这样的成长计划很多时候根本行不通，因为孩子有自己的天性，让他做的事情，他不一定喜欢，比如让他画画的时候，他就要学音乐，让他唱歌的时候，他又想着玩球。一开始还不明白为什么孩子要这样，后来才明白，原来，孩子就是不喜欢每天把他“按”在那里，强迫他学这学那。

后来，这位妈妈尝试着从孩子的角度出发，让他自己选择做一些事情，比如他很喜欢小动物，就让他养一只小动物，观察它是怎样成长的，再了解它喜欢吃什么东西……这样，孩子既学到了知识，又得到了锻炼。

要想让孩子更好地成长，就要从他们的角度出发为他们安排生活。如果都是按照我们的想法，孩子就可能失去兴趣。他们还可能发脾气，与我们作对。这是我们应该避免的。

此外，身体不舒服，家庭环境不理想等，都可能让孩子的脾气变坏。

坏脾气并不是一件小事，往小了说，它会影响到我们现在的家庭，往远了说，它关系到孩子的成长，影响到孩子的一生。

当孩子闹情绪、发脾气的时候，我们要找到原因，引导他们，让他们与我们一起改变，让坏情绪变成好心情，积极快乐地面对每一天，这样，对于家庭和孩子来说，都会是一件非常有益的事。



3. 我也有尊严——过多的责备让孩子心情变坏

孩子也有尊严,如果我们总是责备孩子,孩子就会感到委屈、难过,他们的性格也会改变,变得爱发脾气。

有一天早上,快上学的时候,我要萌萌再检查一下书包,也许是着急的缘故,说话的声音有点高,这时萌萌突然对我说:“你的声音好大——我知道了,我会快点的!”

“哦,是吗?”我一愣,看到孩子紧张的样子,我有点后悔。

仔细回想起来,这两天忙里忙外,可能是因为事情比较多,搞得我心情不太好,所以对孩子就没那么有耐心了。昨天晚上,萌萌收拾玩具的时候有点慢了,我突然之间来了火气,对他“吼”了几句。其实发火的时候我也不知道为什么,但就是没控制住自己。

随后,看着他很委屈地睡觉去了,我也有一丝不安。不过,这丝不安很快就过去了,我并没有往心里去。

没想到,孩子却记在心上了。

“我最怕您大声说话。”——当从孩子那里得知这一点的时候,我非常惊讶。

其实,我也不是有意的,只是一时“不高兴”,说完之后我以为孩子也会忘记,没想过他会有那么强的感觉。

“哦,我不是有意的。”看着孩子,一时之间我不知道该说什么好。

“我知道。”孩子看到我的样子,或许是理解了我的感受,对我做了一个亲密的表情,然后跑到一边,去拿自己的东西准备上学。

但是留给我的,却是很长时间的思索。



“我最怕您大声说话。”

这可能是很多父母没有想到的。孩子有时候会犯错误,会让我们不满意,这时我们该怎么办?是该大声责备他们吗?语言,传递的不仅仅是我们的意图,还有我们的心情、我们的情绪,温柔的语言传递的是爱心,粗暴的语言传达的是坏心情和反感。如果我们不注意控制自己,把自己的坏心情传递给孩子,他们的心情也变得很坏,他们可能会变得叛逆,不通情理,甚至会“无理取闹”。

曾经见过这样一位父亲:他的孩子十几岁了,别人家的孩子与爸爸妈妈关系都很亲密,每天放学回来,一家人在一起吃饭,其乐融融。可是他家里不是这样,孩子一放学回来就躲在房间里,不到吃饭的时候不出来。即使到了吃饭的时间,也只是匆匆吃上几口,又回自己的房间玩电脑了,或者干脆就把饭菜端到自己房间里,根本不和爸爸妈妈在一起吃饭。

平时,如果这位父亲想关心一下孩子的学习和生活,孩子就很不耐烦地说:“不用你管,我知道该怎么办。”

可是谁不想与自己的孩子亲近呢?是什么让孩子与爸爸妈妈变得疏远了呢?

原来,曾经有一段时间,这位父亲对孩子的管理方式很粗暴,一见到孩



子就对孩子发脾气,孩子淘气了,不是批评就是责备,弄得孩子见了他就躲。本来孩子还是很愿意与他在一起的,从那以后,孩子就和他疏远了。

所以,不要总是责备孩子。孩子是敏感的,当我们责备孩子的时候,他们会感受到我们的心情,这样,他们就会感到受伤害,不愿意与我们在一起,如果我们不注意自己的言辞,就有可能让孩子离我们越来越远。

当发现孩子有问题的时候,要用合理的方式去解决。

比如用温和的口气去说话,不要上来就批评,要耐心地沟通,弄清楚问题的缘由后再想办法解决问题。

比如多让孩子表达自己的观点,不要总是强迫孩子听从我们,要让他们表达自己,让他们说出自己的心里话。

比如多关心孩子,让他们知道我们为什么会“批评”他们,其实这是为了帮助他们成长。

比如与他们一起改变,不仅要求孩子改变,我们自己也要改变。

对孩子要晓之以理,动之以情,这样孩子才会成长。

把孩子当成我们平等的伙伴,认真对待他们,这样他们才能够感到我们是真诚的,是想帮助他们的,他们才会接受,同时也会变得快乐。

☀ 4. 别总是命令我好吗? ——命令让孩子感到压抑

坏脾气从哪里来?

孩子在成长,他们自己的想法会越来越多,会变得越来越有主见。如果我们不注意这一点,不尊重他们越来越独立的想法,就有可能在他们发脾气时还不知道为什么。

一位母亲给我讲过这样一个故事。

她的孩子一直都很快活，平时爱说爱笑，很活泼，见到的人都夸孩子可爱。

有一次，家里来客人了，这位妈妈和客人在一起聊天，两人说得很开心，这时，妈妈突然想起自己的一条手帕放在另外一个房间里，由于正在陪客人，就对孩子说：“宝宝，你去帮妈妈把手帕拿来好吗？”

孩子在地上玩自己的玩具，玩得正开心，似乎没有听到她的话。

母亲见孩子没听到，又说：“宝宝，去帮妈妈把手帕拿来好吗？”

这回孩子是听到了，不过她还是没动，只是应了一声，说：“等一会儿好吗？”

妈妈有点生气，可是当着客人的面，又不好发火，只好又说了一遍：

“欣欣，快点去！”

也许是语调有点高了吧。

这回孩子才不情愿地站起来，慢吞吞地去帮她拿来了。



可是在这之后，她发现孩子一连有好几天都不愿意与她说话，见到她甚至还躲开。仔细一问才得知，原来，那一天她当着客人的面要孩子给她拿手帕，孩子有点不高兴了。

孩子在成长，越来越有自己的主见。有时我们就要注意，不能总是命令



孩子。如果总是让孩子感到我们是在“命令”他们，他们就可能觉得没有得到尊重，就会不开心，与我们赌气。

心理学家有一种说法，当孩子到了五岁的时候，他们的“自我意识”会突飞猛进地增长，他们会觉得：“我也是这个世界的一部分，我也要受到尊重，要保持独立。”这时如果我们强行要求他们，他们就可能固执、任性，甚至逆反，对我们发脾气。他们还会对我们的话产生“怀疑”，不再不假思索地接受。

所以，要注意用正确的方法与孩子沟通。要尊重他们的意愿，让他们感到自己被“重视”了，不要让他们觉得我们只是要命令他们。当孩子感到自己得到了你的认可，才会愿意与你沟通，不然，他们就可能故意与我们闹情绪。

在孩子的成长过程中，很多父母都不注意这一点，有些父母可能觉得：“明明还是一个小孩子嘛，为什么那么倔，就听我的好了。”其实不然，孩子成长，他们的内心也在越来越成熟，他们甚至可能觉得自己就是一个“小大人”，觉得他们与你是一样的，这时，如果你没有理解到这一点，就可能与孩子之间产生隔阂。

有一次，我给萌萌买了好多图画书，像《汤姆·索亚历险记》、《小飞侠彼得·潘》等等，我想这些图画书都是世界名著，孩子读完了，对他的成长一定很有好处。我把这些书高高兴兴地交给萌萌，还对他提出要求：“一定要认真读完，然后给爸爸妈妈讲讲里面都有什么样的故事。”

我是想通过这样的方式增强他对故事的思索，让他更好地理解这些书的内容，可是不久之后，我发现，萌萌把我新买的图画书都放在一个小柜子里，然后还故意锁起来，一次都没有看。我很奇怪，他以前都是很喜欢看图画书的，这次为什么不看，还把它们锁起来？

我反复追问，他才告诉我：他不喜欢我给他提的那些要求，不希望在看图画书的时候，还在想我的那些“命令”，这样，会让他感到压力很大。