

15种策略应对任性的孩子

解读孩子任性的原因，破解困扰父母的难题

15 ZHONG CELÜE
YINGDUI
RENXING DE HAIZI

武庆新◎编著

最新
亲子教育
秘籍

培养孩子的自我管理能力
引导“任性”变“韧性”

应对、处理孩子的任性问题，帮助孩子快速成长

北京工业大学出版社



15种策略应对 任性的孩子

武庆新◎编著



北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

15 种策略应对任性的孩子 / 武庆新编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2014.6

ISBN 978-7-5639-3899-5

I. ①1… II. ①武… III. ①儿童教育—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 084767 号

15 种策略应对任性的孩子

编 著: 武庆新

责任编辑: 符彩娟

封面设计: 翼之扬设计

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编: 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 北京建泰印刷有限公司

开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张: 15.75

字 数: 204 千字

版 次: 2014 年 6 月第 1 版

印 次: 2014 年 6 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-3899-5

定 价: 28.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

前 言

任性是孩子普遍存在的问题，特别是在孩子小的时候，这个问题尤其严重。他们常常表现得很固执，不服从父母的管教，不按父母的要求去做，或是表面答应而内心不服，一旦离开父母的视线就会由着自己的性子来。这些问题是几乎所有父母都可能会遇到的，也往往令父母苦恼不已。

一般来说，孩子的任性行为从三岁左右就开始了。三岁之前，他们大都比较顺从，父母说什么，孩子就听什么，比如，父母说一些东西不许碰，他们也大都不会碰。这个时候，孩子常常会得到父母和亲友的喜爱和赞扬。可是到了孩子三岁左右的时候，父母就会感到孩子开始变了，变得不那么听话了。他们经常会用哭闹、哀求或是死缠烂打的方式来“主张”自己的意见和想法，而且这些想法和要求大都是无理的。

同时，任性的孩子常常是你说东他偏说西，稍有不如意就和父母对着干，脾气大多突发而且常常有一种不可抑制的狂躁，要什么就得有什么。这一切都让父母的管教无所适从，难以下手。

尤其是现在大多数孩子都是独生子女，他们养尊处优，衣来伸手，饭来张口，性情脾性上常常比较任性、骄纵。而且他们还



往往把这种骄纵和任性标榜成个性。殊不知，任性和个性完全是两个不同的概念。所谓任性是指孩子对自己的想法和行为表现为坚持、不容置疑，但孩子坚持的却大多不是合理的观点和行为，甚至是无理取闹的。而个性是指孩子有主见，在碰到问题时，能够坚持自己正确的观点与合理的行为，不违心屈从，不随风摇摆。可见，孩子的任性绝不是所谓的个性。再加上，孩子的自制力比较差，容易冲动，而且思维方式也往往比较片面、刻板。因此，孩子在成长的过程中，如果得不到父母正确而恰当的教育和指引，就很容易滋生任性的情绪，从而给孩子的成长和发展带来危害。

《15 种策略应对任性的孩子》立足孩子的任性表现，从孩子学习以及生活的各个方面切入，以十五个方面作为突破口，详尽而细致地阐述了如何应对任性的孩子，力图给还在受“任性”折磨的孩子、父母提供一些行之有效的办法，让孩子拥有健全健康的个性，让父母掌握良好的教育方法。

现在就翻开本书，为您解读孩子的任性，让您解决一直烦恼着的难题吧！

目 录

策略1 让孩子放松对父母的警惕

孩子的任性源于安全感的缺失 / 002

慎用“批评”和“惩罚”的艺术 / 007

懂得向孩子“求助” / 012

认真倾听孩子的想法 / 016

要懂得对孩子说“对不起” / 022

策略2 来点小幽默，缓解气氛

幽默是最具有亲和力的语言 / 028

幽默让任性的孩子多一分快乐 / 032

幽默教育绝非无视和纵容孩子的缺点 / 037



15 种策略应对任性的孩子

用幽默的方式化解孩子的任性 / 041

策略3 把“任务”变成有趣的游戏

游戏是孩子最爱的活动 / 048

用游戏推动孩子目标的完成 / 052

让劳动变成孩子快乐的游戏 / 058

策略4 让孩子自觉地接受“任务”

正确认识和看待孩子的任性 / 064

在家庭中建立父母的威信 / 068

立足孩子的兴趣点 / 073

懂得顺应该孩子的内在要求 / 076

策略5 善于利用孩子的逆反心理

逆反心理导致孩子任性 / 082

如何引导孩子的逆反心理 / 086

给予孩子一定的挫折教育 / 091

懂得转化孩子的任性行为 / 095

策略6 让孩子明白父母的意图

注意与孩子交谈的技巧 / 102



给予孩子及时恰当的解释 / 107

以平等尊重的姿态对待孩子 / 111

策略7 要懂得和孩子轮流来

让孩子知难而退 / 116

为孩子的言行做好表率 / 118

策略8 适当地冷落一下孩子

纠正对孩子的溺爱和放纵 / 124

不要太“在意”孩子的任性行为 / 128

懂得适时地给孩子“泼冷水” / 132

不要在情感上冷落孩子 / 136

策略9 孩子一般都喜欢自己来

“自己来”是孩子成长的标示牌 / 142

用“简单”代替对孩子的说教 / 146

给孩子的行为设定限制 / 150

策略10 鼓励孩子做个好榜样

孩子的成长需要鼓励和肯定 / 156



15 种策略应对任性的孩子

鼓励孩子主动劳动 / 161

用鼓励纠正孩子的任性 / 164

用好胜心克服孩子的任性 / 168

策略 11 让孩子学会自己作选择

把孩子当成一个独立的个体 / 174

让孩子权衡利弊得失 / 178

对孩子要有足够的耐心 / 182

策略 12 强制孩子休息片刻

注重解读孩子行为背后的含义 / 190

“强制休息”是应对任性的良方 / 193

策略 13 转移孩子的注意力

清楚孩子注意力发展的特点 / 198

给孩子多一种选择 / 201

策略 14 给孩子一个轻柔的暗示

暗示有一股神奇的魔力 / 208

对孩子的劝说不要太直接 / 213

懂得保护孩子的人格尊严 / 216

用恰当的方法暗示孩子 / 220

策略 15 培养孩子自我管理的意识

让孩子学会克制和忍耐 / 228

提高孩子分辨是非的能力 / 233

培养孩子的自控能力 / 238

策略1 让孩子放松对父母的警惕

孩子的任性不是无缘无故滋生的，应对孩子的任性最根本的就是要正确认识和看待孩子的任性，找准孩子任性的“病根”。其中，亲子关系的不协调，孩子对父母的警惕之心就是十分重要的方面。因此，应对孩子的任性，首先就要让孩子放松警惕，卸下防备。只有这样，才能让孩子走进父母的内心，让父母切实地了解孩子，才能有效地缓解和应对孩子的任性。



孩子的任性源于安全感的缺失

孩子的成长是一个敏感而精细的工程，在孩子成长的过程中，往往会出现各种各样的问题。其中，比较突出的问题就是孩子安全感的缺失以及由此而引发的各种问题。这些问题的出现对孩子的成长是极为不利的，它往往会给孩子带来意想不到的深远的影响。比如，任性往往是孩子缺乏安全感造成的。

安全感是孩子成长过程中的一种对外界感知的非常重要的能力，它是孩子在成长的过程中建立起来的对他人、对世界的信任感。有良好的安全感的孩子往往会表现出性格坚强平和的一面，有独立自主的能力和良好的人际交往能力。同时，安全感还是孩子生存成长的基本需求。在良好的安全感的支撑下，孩子一般能够保持稳定的情绪，养成和善的性格，遇到事情不会惊慌失措，面对父母以及老师的要求也不会任性妄为，他们常常能够很好地融入与同学以及其他人的人际交往之中。而且，在孩子成长的过程中，良好的安全感能够让孩子理智而现实地面对和处理生活中遇到的各种难题。

相反，缺乏安全感的孩子则表现出令人担忧的一面。他们在成长的过程中，没有建立起对他人尤其是对父母的信任感，从而在生活和成长中往往缺少依托，自我存在感也比较弱。因此，缺乏安全感的孩子常常出现情绪波动，比较任性，胆小怕事，回避社会，在性格上常表现为孤僻自闭，当面对和处理生活中的问题时也常常不知所措，无力应对。总体看来，这些在孩子身上表现出来最集中的一点就是任性。



孩子的任性很大程度上就是源于孩子安全感的缺失。生活中，我们经常会看见，不少的孩子在面对父母的教育和要求时，你说东，他偏说西，脾气说来就来，稍有不如意就和父母对着干，想要什么就得有什么。其实，这是孩子想要通过自己的任性行为来弥补自身安全感缺失的一种行为，他们想要用这种方式来突出自己的存在感，突显自己的意志，从而引起父母及家庭成员的关注。只不过，孩子安全感的缺失使得他们在表达自我意志时表现出极端、不恰当的一面。所以，缺乏安全感的孩子在成长发育的过程中，常常表现出各种各样的任性行为，让父母手足无措。

孩子缠人也是缺乏安全感，从而滋生任性行为的一种表现。孩子在年龄较小的时候喜欢缠着父母，这是十分正常的，但是随着孩子年龄的增加和自我意识的觉醒，孩子表现出来的过于缠人的行为就是一种缺乏安全感的任性行为了。有儿童专家表示，0~3岁的孩子适当缠人并不是坏事，可是过于缠人，出现过多的分离焦虑以及任性行为，就是缺乏安全感的表现了。他们之所以太缠人，对父母的要求和教育怀有抵触和怀疑情绪，很大程度上就是因为安全感的缺失。父母在教育孩子的时候，如果不能为孩子创设和营造一个令孩子感到安全放松的环境，那么孩子就会缺乏安全感，在遇到问题时就会显得敏感、惊慌，而这种紧张的情绪和状态就很难让孩子保持平和理智的态度，从而使得孩子做出任性的行为。所以，缺乏安全感的孩子常常会过于依赖父母，任性胡闹，甚至脾气暴躁。

同时，孩子的任性行为还源于孩子“害怕”或“害羞”的情绪。也就是说，孩子对父母或他人怀有一颗警惕之心。生活中，有的孩子和其他小朋友交往相处的时候，非常开朗活泼，是适应性很强的孩子。不过，和父母在一起的时候，他就判若两人了，常常表现得比较任性、紧张、害怕。父母和他说话的时候，他就像做错事似的，会马上将头低了下来，但是对于父母的要求和约束却是敷衍了事、任性抵触。其实，这就是孩子缺乏来自父母的安全感的表现。也正因为这样，孩子在父母教育的过程中，常常以任性的方式来



15 种策略应对任性的孩子

掩饰自己、保护自己。因此，孩子的警惕之心是造成任性行为的一个重要方面。

另外，孩子的任性还表现为外表强悍、内心脆弱。有的孩子在成长的过程中，家庭氛围不和谐或者家长的态度粗暴，教育方法不得当使得孩子对外界事物产生了戒备、抵触的心理。比如，父母对孩子的打骂教育往往会使孩子缺乏安全感，对父母抵触、反感、不相信。这种安全感的缺失表现在行动上，就体现为孩子外表强悍、内心脆弱，从而造成孩子任性胡闹、“愤世嫉俗”的外部表现。所以，孩子安全感的缺失是造成孩子任性行为的重要原因。父母一定要注重给予孩子恰当的教育方式。

那么，作为孩子的父母，在教育孩子的过程中，你应该如何塑造和建立孩子的安全感，尽量避免孩子的任性行为呢？具体来说，大致有以下几个方面。

1. 给予孩子恰当的交流和足够的信任

与孩子进行及时恰当的交流、给予孩子足够的信任对塑造孩子的安全感，避免孩子的任性行为是大有帮助的。缺乏及时恰当的沟通交流，会让孩子觉得父母不友善，不仅会严重影响亲子关系，还会使孩子缺乏安全感。而且，缺乏直接的亲子沟通，还会导致孩子的情感得不到满足，从而引发孩子的不安全感，导致孩子难以形成正确、正常的性格及情绪情感。因此，除了功课和成绩以外，父母更需要找一些恰当的话题与孩子沟通交流，从而拉近彼此之间的关系。同时，给予孩子足够的信任也是非常重要的。给予孩子足够的信任，孩子有了被信任感也就慢慢有了安全感。相反，如果父母总是担心孩子，对孩子缺乏信任，不相信孩子，那么孩子的安全感就很难建立起来。安全感缺失，孩子的任性行为自然也就难以避免了。

2. 保持一颗平和的心

帮助孩子建立安全感，父母就要懂得保持一颗平和的心。父母的情绪对孩子的影响是不容小觑的。如果在孩子成长发育的过程中，父母不能保持一



颗平和的心，情绪波动不稳，或焦虑暴躁，或恐惧紧张，都会直接导致孩子安全感的缺乏，从而使孩子滋生任性心理及行为。因为孩子在面对父母的不良情绪时，会产生强烈的无助感和恐惧心理。而这种心理感受对孩子的成长来说是一种巨大的伤害。特别是当孩子出现不良行为的时候，父母更要保持一颗平和的心，并保持足够的耐心，不要简单粗暴地对待孩子。这些不良的行为都会给孩子带来不安全感，让孩子在成长的过程中滋生任性行为。所以，父母在教育孩子的时候，一定要保持一颗平和的心，保持情绪稳定。一般来说，情绪稳定、自控能力强的父母，通常都能够培养出具有安全感的下一代。

3. 不要给孩子过大的压力

父母在教育孩子的过程中，一定要坚持适度的原则，不能给孩子过大的压力。否则，给予孩子过大的压力，为孩子定下的目标或提出的要求不恰当，就会给孩子带来无谓的压力，让孩子难以接受，从而使得孩子缺乏安全感。可是，在现实生活中，有很多父母做不到这一点。他们总是担心孩子在生活中“输”掉，担心孩子不能克服种种考验和挑战，会误入歧途，因此完全忽视孩子的成长特点和承受能力，给予孩子过大的压力，给孩子提出过高的要求。其实，这无异于是把父母自己的压力转嫁到孩子的身上，这样只能使孩子掉进一个恶性循环之中，使孩子丧失安全感。而且，父母对孩子定的目标太高，过分投入于孩子的各种问题，就会忽略对孩子进行恰当有效的辅导，就会让自己变成是一个令孩子感到厌恶的爱唠叨、爱操控的家长。这种情况发展下去，孩子就会慢慢地变得叛逆，越来越任性。所以，父母在教育孩子的时候，千万不要给孩子过大的压力，一定要从孩子的成长特点和规律入手。只有这样，父母才能正确恰当地表达自己对孩子的关注之情，才能尽量避免或是减少孩子任性行为的出现。

4. 注重孩子的心理发展情况

孩子的情绪是不稳定的，有时良好，有时恶劣，然而，孩子并未意识到自己处在什么样的情绪中，因此，对于家长来说，忽视孩子的心理因果关



15 种策略应对任性的孩子

系，会导致孩子安全感的缺失以及任性行为的出现。所以，父母在教育孩子的时候，要注重孩子的心理发展状况，平时多多陪伴孩子，及时了解孩子的心理发展动向和趋势。可是，随着社会的发展，现在许多父母都成了“假日父母”，许多孩子成了“高楼儿童”，父母对孩子的陪伴非常有限，因而孩子很难养成良好的有规律的生活习惯，安全感自然也比较缺乏了。这也是现在的孩子越来越任性的一个重要方面。所以，充分的亲情陪伴也是塑造孩子安全感必不可少的因素。

5. 注重营造良好的家庭氛围

家庭氛围对孩子的成长及安全感的建立是非常重要的。孩子缺乏安全感，胆怯、畏生、敏感等一系列问题的出现都和家庭氛围有着紧密的联系。孩子只有在一个和谐、民主、讲道理的家庭中成长，在民主型家长的教育下生活，才能拥有安全感。同时，父母言语不和或是肢体冲突的不安环境，也会让孩子心生恐惧，难以建立安全感。所以，父母在教育孩子的时候，一定要注重为孩子营造良好的家庭氛围，严格要求自己，从而逐渐建立孩子来自父母的安全感，尽量避免任性行为的出现，让孩子养成平和、友善的性格。

6. 孩子早期的成长培养是很重要的

孩子安全感的建立大都是在早期奠基并建立起来的，因此，对孩子的早期培养是不可忽视的。如果孩子早期受到了良好的教育和指引，那么孩子的安全感就能顺利地建立起来，不会那么任性。相反，如果父母不注重对孩子的早期培养，不能有规律地悉心照顾孩子，那么孩子就会产生恐惧、不安全感，就会出现任性行为。

此外，还需要注意的是，父母还要容许孩子哭泣，不要制止孩子情绪的宣泄。适当的哭泣可以及时宣泄孩子心中的不满情绪，协助孩子建立安全感，避免任性行为的出现。所以，在孩子感到委屈或是面对失败时，不要一味地制止孩子的哭泣行为，认为那是一种软弱无能的表现。否则，积郁在心中的闷气和怨气就会让孩子变得任性起来。



慎用“批评”和“惩罚”的艺术

孩子的成长是一个系统的工程，在培养和教育孩子的时候需要运用到很多的教育手段，其中“惩罚”和“批评”就是十分重要的教育手段。可是对孩子的成长来说，惩罚和批评的教育手段是把双刃剑，父母在教育孩子的时候，一定要慎用。否则，就会让孩子变得越来越任性。

“批评”与“惩罚”不是禁区，表扬和奖励不是教育方法的全部，它们都是父母教育孩子的重要手段。甚至可以说，批评和惩罚教育是一种必不可少的教育手段。人们常说，没有惩罚的教育是不全面的教育。可见，惩罚和批评教育是不可或缺的。特别是对孩子来说，他们思想幼稚，理性薄弱，很多时候常常明知不对而为之，明知有错还会反复地犯，所以如果缺少惩罚和批评教育，仅靠父母的“晓之以理，动之以情”是很难取得良好的教育效果的。因此，作为一种教育手段，惩罚和批评是必不可少的。

美国是非常讲究教育民主，讲究张扬孩子个性的国家，但是他们在教育孩子的时候也会使用惩罚和批评的教育手段。比如，“独处”和“限时”就是两种比较常见的惩罚手段。可见，无论是哪种教育理念，惩罚和批评都是重要的组成部分。

当代女作家毕淑敏的散文《孩子，我为什么打你》，语重心长地说出了她第一次使用惩罚手段教育孩子的原因。她是这样说的：“那时你已渐渐懂事，初步具备童年人的智慧；它混沌天真又我行我素，它狡黠异常又漏洞百