

近10年家庭问题诊断治疗经验，一对一治愈率达100%，独创“家长角色”模型
积极心理治疗中心（中国）主任 曲韵 告诉您：

父母这样做， 就是在毁掉孩子

曲韵 著

父母是在成就孩子，
还是在满足自己？！

榜样

向导

家长
角色

伙伴

行为毁掉孩子

- 用实际行动给孩子树立了坏榜样 ❌
- 与孩子做“隐性交易” ❌
- 借着教育孩子发泄情绪 ❌
- 把孩子当宠物养 ❌
- 教育理念简单化、绝对化 ❌
- 只看到孩子的成绩和外在表现 ❌
- 把“负面刺激”当激励 ❌
- 先天养育环境就存在问题 ❌

父母这样做， 就是在 毁掉孩子

曲韵 著

◆ 漓江出版社

图书在版编目(CIP)数据

父母这样做，就是在毁掉孩子 / 曲韵著. —桂林：漓江出版社，2014.7

ISBN 978-7-5407-7129-4

I. ①父… II. ①曲… III. ①家庭教育-教育心理学 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第148497号

父母这样做，就是在毁掉孩子

作 者：曲 韵

策划统筹：符红霞

特约策划：钟殿舟 韩丽娜

责任编辑：董 卉 王欣宇

装帧设计：黄 菲

责任监印：唐慧群

出 版 人：郑纳新

出版发行：漓江出版社

社 址：广西桂林市南环路22号

邮 编：541002

发行电话：0773-2583322 010-85891026

传 真：0773-2582200 010-85892186

邮购热线：0773-2583322

电子信箱：ljchs@163.com

网 址：<http://www.Lijiangbook.com>

印 制：北京盛源印刷有限公司

开 本：965 × 1270 1/16

印 张：19

字 数：200千字

版 次：2014年8月第1版

印 次：2014年8月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5407-7129-4

定 价：35.00元

漓江版图书：版权所有·侵权必究

漓江版图书：如有印装质量问题，可随时与工厂调换

目录

索引	父母们一定要警惕的言和行	011
前言	父母们，小心您的习惯行为对孩子造成长久伤害	017
第一章	用实际行为给孩子树立了坏榜样	021
	不恰当的日常行为	024
	不幸福、不和谐的婚姻关系	031
	不良的社会交往方式	047
	狭隘、不健康的生活方式	059
	不正确的处理冲突的方式	067
第二章	与孩子做“隐形交易”	075
	为鼓励孩子完成任务而奖励其他东西	078
	因孩子不听话而惩罚其他不相关的东西	081
	把爱和养育当作一种投资	082
	工作忙不能陪孩子，用物质来补偿	084
第三章	借着教育孩子发泄情绪	087
	冷暴力比打孩子更伤人	090
	把孩子当“出气筒”	094
	把讲道理变成了说教和唠叨	098
	把传授变成了命令	101
	把恐慌和焦虑转嫁给孩子	109
	不停地抱怨孩子	112
	用贬低、蔑视和嘲讽击碎孩子的自尊心	115

第四章 把孩子当宠物养 119

- 给孩子“特殊待遇” 123
- 让孩子时刻成为大家的焦点 125
- 不忍心“苦”了、“亏”了孩子 127
- 轻易原谅和袒护孩子 130
- 总是可怜孩子 134
- 把孩子当宠物，逗弄孩子 137

第五章 教育理念简单化、绝对化 141

- 孩子是不禁夸的 145
- 好孩子是夸出来的 148
- 孩子就是要散养 151
- 孩子越早“自立”越独立 157
- 家长永远“伟光正” 162

第六章 只看到孩子的成绩和外在表现 167

- 要求孩子走自己认定的道路 170
- 总拿孩子跟别人比较 172
- 唯成绩和外在学习至上，忽视孩子本人 180
- 忽略孩子的感受和想法 184
- 不由分说地拒绝孩子 188
- 用道歉压制孩子的真实需求 193

第七章 把“负面刺激”当激励 197

- 用威胁的话逼孩子就范 200
- 动不动就指责和训斥 204
- 用贬低或挖苦来反激孩子 212

目录

假装抛弃孩子 215

羞辱孩子 221

用质问的语气逼迫孩子 223

第八章 先天养育环境的内在问题 227

从小不在父母身边长大 230

排行老大 234

排行最小 237

排行中间 241

家中只有两个孩子 244

身为“独生子女” 248

身为“富二代” 254

身为“官二代” 268

知识分子家庭的孩子 274

寄宿的孩子 278

单亲家庭的孩子 281

第九章 挽救我们自己和被我们毁掉的孩子 285

情绪化的、以个人感受为核心的一类人 287

神经大条、机器人似的一类人 291

摇摆不定、内心纠结不清的一类人 295

后 记 297

父母这样做， 就是在 毁掉孩子

曲韵 著

 漓江出版社

毁掉孩子 or 成就孩子，由父母决定

我国古代教育经典《学记》开篇有这样一句话：“建国君民，教学为先。”这句话强调了教育对国家、对国王君主维系政权的极端重要性。所以，古今中外，世界各国，凡是明智的政权、政治家，都把教育作为国家强盛的基础工程。无数事实证明，得教育者，得天下。看看当今的德国，经济文化科技实力强劲，成为众多国家中的明星。为什么？因为早在18世纪，德国就实行了义务教育制度。而我国的义务教育制度，是在1985年才真正建立，比德国晚了200年！

学校教育是非常重要的，但我们也不要迷信学校和教师，不要把孩子成才、成功的希望，完全寄托在学校及教师身上。无数的事实说明，学校教育对学生的成功与幸福，只是发挥必要作用，而不具备充分作用。学校教育只能提供共同的教育目标、内容、方法和环境，培养儿童青少年共同的品质，却无法改变孩子们的差异，甚至无法缩小这些差异。相反，众多学校是在扩大学生由于遗传、家庭环境而产生的差异。差异本身没有好坏对错，但在应试教育的负面影响下，差异往往成为评价学生所谓优劣的标准。这种有偏见的评价，导致了大量心理问题的产生，原本积极上进的孩子却消极起来。其结果是，社会日益在混乱中迷失，教

育失败者最终成为社会混乱的助推者。

我作为一名教育研究工作者，一直深受教育问题的困扰，对有些问题往往很无奈，内心很纠结。也许，这就是研究者的真实心理情境。但我对那些在教育领域里的有胆、有识、有志之士，往往心存仰慕，学习借鉴。

曲韵女士是我的好朋友，也是值得我学习的才华横溢、思想深刻、敢想敢为的积极心理教育与诊治的专业工作者，更是一个为自己女儿健康发展倾注心力、智慧和无限爱意的出色母亲。接触曲韵老师已经八年有余，她在诸多方面的进步、成长与成功，不断给我以惊喜，给我以感动。

曲韵是一个聪慧又刻苦上进的人，有自己的独特追求，人生品位高远。2005年，她曾经远赴德国，师从国际积极心理治疗创建人佩塞施基安教授，学习积极心理治疗的理论与方法，并被佩塞施基安教授任命为积极心理治疗在中国的官方执行代表。2007年12月，她任世界积极心理治疗协会北京代表处首席代表，开展积极心理治疗在中国的推广与联络工作。2011年4月出任积极心理治疗中心（中国北京）主任、首席专家。几年来，她克服困难，大胆探索，把德国积极心理治疗理论与我国实际相结合，成功诊治了很多心理上存有疾患的成人和孩子，效果显著，口碑良好，开拓了一条积极心理治疗与康复的心路。她的宝贵探索，对于北京市乃至我国中小学教育的健康发展，也是有积极借鉴价值的。

更令我感动和欣慰的是她对家庭和家长教育的关注。她倾注多年心力和智慧，完成《父母这样做，就是在毁掉孩子》这样有独特思考、有实践检验的教育著作，深入浅出地阐述了父母及家庭教育的独特价值。书中披露，父母如何对待孩子，很大程度上影响了孩子对待自己以及对待他人的方式，进而影响到孩子的人生观、世界观，更不用说影响了孩子的行为模式。现实生活中，很多父母都在以爱孩子的名义做着无意中伤害孩子的事情。同时，她的另一本著作、跟本书配

套的姊妹篇《父母这样做，就能够成就孩子》也将出版，进一步告诉广大父母，孩子的成长真正在“长”什么，侧重介绍中国父母如何平衡好自己的四个角色来成就孩子。前后两本书有破有立，相映生辉，对中国父母如何教育好孩子，给出独到的分析、指导、建议和警示。我相信，这两本力作的出版，将为我国广大家长奉上厚礼。

在孩子成长的路上，我们要眼睛向内看，要回归家庭，要发挥家庭和家長不可替代的教育价值。作为家长，这种教育觉悟越早，孩子的人生就越光明。那些放弃自己家长教育职责，而把孩子的成功希望完全寄托在名校、名师身上的做法，是非常可怕而可悲的。学校很重要，但家庭远比学校更重要！

笔者很荣幸给曲韵老师的书写上几句学习体会，是为一种推荐吧。

北京教科院德育研究中心主任，教育学博士 谢春风

推荐序

给中国父母的礼物

我是德国积极心理治疗协会（DGPP）的主席 Christian Henrichs。我于 2005 年作为中德政府合作培训项目的德方教师来到北京授课，并认识了曲韵女士。当时她正在读发展心理学的硕士课程。从那以后，每次我来中国培训或者她去德国培训，我们都保持了紧密的合作关系。

2007 年曲韵女士获得了位于德国威斯巴登的国际积极心理治疗研究（IAPP）的授权，建立了中国第一家积极心理治疗中心，以及 IAPP 的北京代表处。她成功地在北京、大连、南京、乌鲁木齐等地组织了心理学、心理治疗以及管理心理学相关的培训，并邀请来自德国、俄罗斯等不同国家的专家学者授课。

现在，她拥有自己的咨询机构，并兼职于北京新世纪儿童医院（该医院是美国儿童医院协会唯一的一个亚洲会员）。她不仅是心理治疗和咨询的专家，还撰写了家庭教育方面的书籍《父母这样做，就是在毁掉孩子》和《父母这样做，就能够成就孩子》。

我非常高兴地向您郑重推荐曲韵女士和她的书。她是一个勤于工作、知识渊

博、值得信赖的专家。她有丰富的跨文化经验，头脑开放，富有创意。我非常高兴能够继续与曲韵女士合作，并祝愿她的专业治疗工作和写给父母的图书都取得圆满成功！

A handwritten signature in black ink, reading "Christian Hennrich". The signature is fluid and cursive, with a large, sweeping flourish at the end.

德国积极心理治疗协会主席

目录

索引	父母们一定要警惕的言和行	011
前言	父母们，小心您的习惯行为对孩子造成长久伤害	017
第一章	用实际行为给孩子树立了坏榜样	021
	不恰当的日常行为	024
	不幸福、不和谐的婚姻关系	031
	不良的社会交往方式	047
	狭隘、不健康的生活方式	059
	不正确的处理冲突的方式	067
第二章	与孩子做“隐形交易”	075
	为鼓励孩子完成任务而奖励其他东西	078
	因孩子不听话而惩罚其他不相关的东西	081
	把爱和养育当作一种投资	082
	工作忙不能陪孩子，用物质来补偿	084
第三章	借着教育孩子发泄情绪	087
	冷暴力比打孩子更伤人	090
	把孩子当“出气筒”	094
	把讲道理变成了说教和唠叨	098
	把传授变成了命令	101
	把恐慌和焦虑转嫁给孩子	109
	不停地抱怨孩子	112
	用贬低、蔑视和嘲讽击碎孩子的自尊心	115

第四章 把孩子当宠物养 119

给孩子“特殊待遇” 123

让孩子时刻成为大家的焦点 125

不忍心“苦”了、“亏”了孩子 127

轻易原谅和袒护孩子 130

总是可怜孩子 134

把孩子当宠物，逗弄孩子 137

第五章 教育理念简单化、绝对化 141

孩子是不禁夸的 145

好孩子是夸出来的 148

孩子就是要散养 151

孩子越早“自立”越独立 157

家长永远“伟光正” 162

第六章 只看到孩子的成绩和外在学习表现 167

要求孩子走自己认定的道路 170

总拿孩子跟别人比较 172

唯成绩和外在学习表现至上，忽视孩子本人 180

忽略孩子的感受和想法 184

不由分说地拒绝孩子 188

用道歉压制孩子的真实需求 193

第七章 把“负面刺激”当激励 197

用威胁的话逼孩子就范 200

动不动就指责和训斥 204

用贬低或挖苦来反激孩子 212

目录

假装抛弃孩子 215

羞辱孩子 221

用质问的语气逼迫孩子 223

第八章 先天养育环境的内在问题 227

从小不在父母身边长大 230

排行老大 234

排行最小 237

排行中间 241

家中只有两个孩子 244

身为“独生子女” 248

身为“富二代” 254

身为“官二代” 268

知识分子家庭的孩子 274

寄宿的孩子 278

单亲家庭的孩子 281

第九章 挽救我们自己和被我们毁掉的孩子 285

情绪化的、以个人感受为核心的一类人 287

神经大条、机器人似的一类人 291

摇摆不定、内心纠结不清的一类人 295

后 记 297

父母们一定要警惕的言和行

这里列出了大多数父母在日常教育孩子时容易出现的一些问题，包括父母不经意间对孩子说的话、对待孩子的习惯性行为和态度、不经意间对孩子的情感宣泄以及父母自身的不良行为和习惯等等，您可以根据自身的实际情况更直观地找出自己在教育孩子中的潜在问题，并在相应页码找到分析和解决办法。

1. 不经意间对孩子说的话

1) 以命令的口吻跟孩子说话 / 101

“别哭了，有啥好哭的！”“不准哭！”

“住嘴！”“你不听也得听！”“连我的话都敢不听？”“听我的没错！”

“不准失败！”“不准生气！”“不准闹脾气！”

“大人说话，小孩不许插嘴！”

“老实交代！”“我今天不信收拾不了你！”

“听老师的话！”“你别写了，给我站着！”

“你给我滚回来！”