

成功的教育要
从孩子的生活细节做起
岳贤伦◎著



智慧妈妈 ZHIHUI MAMABUDABUMA
Zjiaohaizi60zhao

不打不骂

——教孩子60招——

细节教育决定成败
教育孩子不是一项任务，而是一门艺术
教育孩子不是依赖打骂，而是依靠智慧

 北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS



智慧妈妈

不打不骂

——教孩子60招——

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

智慧妈妈不打不骂教孩子60招 / 岳贤伦著. —北京: 北京理工大学出版社, 2011.1

ISBN 978 - 7 - 5640 - 3956 - 1

I. ①智… II. ①岳… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第218929号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街5号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914755(办公室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)

网 址 / [http://www. bitpress. com. cn](http://www.bitpress.com.cn)

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京洲际印刷有限责任公司

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 18

字 数 / 363 千字

版 次 / 2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷

责任校对 / 陈玉梅

定 价 / 29.80 元

责任印制 / 母长新

图书出现印装质量问题,本社负责调换



前言

如今的孩子，比父辈们更加聪明、机灵，然而出现的问题也更多，为此妈妈们对孩子“爱恨交加”，而现代的家庭教育也更像是一场劳心费神的“心理战争”。因此，要想教育好孩子，就需要妈妈们充分运用自己的爱心与智慧，如此才能够在这场战争中百战百胜。

当然教育孩子的方式多种多样，打骂不是教育孩子的方式，亦不利于孩子的健康成长。日常生活中，妈妈完全可以通过一些生活的细节来循循善诱地教育孩子，引导孩子，运用自己的智慧来托起孩子健康快乐的童年。

教育孩子，完全可以用智慧来代替打骂，我们可以从下面两则小故事中，深刻地了解这个道理。

大卫有两个孩子，一个9岁的儿子，一个7岁的女儿。

一天上午，大卫教9岁的儿子怎样使用割草机。这时，妻子玛丽叫大卫接电话。没想到，大卫刚刚转过身，儿子没有控制住割草机，一下子将两尺多宽的一片花草夷为平地。大卫看到后，非常生气地对着孩子大吼大叫。因为这是他花费了许多时间和精力，好不容易才养出的令邻居们羡慕的花圃。

玛丽很快走过来，温柔地对大卫说：“亲爱的，请记住，我们是在养孩子，不是在养花！”大卫明白了妻子的意思，没有再发火。

一次吃晚饭时，7岁的女儿不小心将自己面前盛汤的碗给打翻了，大卫开始责备她。这时，玛丽也故意将桌子上的碗给打翻了，然后向大家解释说，她36岁了还会将东西打翻，所有的人都笑了。

面对同样的事情，可能很多父母会打骂孩子，然而这又能起到什么样的教育效果呢？大人因孩子犯了错在一旁生气，孩子因受了批评在一旁赌气，其结果是加剧了父母与孩子之间的紧张情绪，伤害了孩子的幼小心灵。其实，在处理此类事情上，妈妈们完全可以像玛丽那样智慧，如此教育孩子既轻松又有效。

我们再来看另一则广为流传的小故事。





约翰是个8岁的小男孩，他非常了解金钱的用处，什么都想用金钱来衡量。然而，约翰并不知道，世界上很多东西是不能用金钱来衡量的，尤其是那些最宝贵的亲情和友谊。

一天早晨，约翰在妈妈的床头上放了一张小纸条，妈妈好奇地看了看，只见上面写着：

妈妈应付给约翰：

倒垃圾3美分

擦桌子2美分

拖地板3美分

妈妈一共应付约翰8美分。

妈妈看完后，皱了皱眉头，但是她并没有责骂约翰，而是微笑着将纸条收了起来。

晚上，妈妈将一张纸条和8美分放在约翰的床头柜上。约翰看到了钱，眼神立刻亮了起来，他赶紧把钱塞进了口袋里。这时，约翰才发现，旁边还有一张纸条，他打开纸条，发现那是妈妈给他的账单：

约翰应付给妈妈：

怀胎十个月0美分

喂奶0美分

生病时照顾他0美分

每天给他做饭0美分

约翰应付给妈妈0美分

约翰把账单拿在手里，没说一句话。过了几分钟，他从口袋里拿出那8美分，将它还给了妈妈。

从那以后，约翰经常主动帮妈妈做一些力所能及的事情，再也没有抱怨过。

不可否认，上述两则小故事中的妈妈都是充满智慧的，她们在孩子出现问题的时候没有发怒，更没有打骂孩子，而是用自己的智慧轻轻地点拨了孩子，起到的效果是峰回路转，柳暗花明……

为了向妈妈系统传授诸如此类的教子智慧，让家庭教育变得更轻松、更有效，作者特地择取家庭教育中常见的60个问题，分别从好习惯、好性格、好素质、好成绩、好品德五个大方面进行系统讲述。文中案例丰富，分析透彻，方法切实可行。

最后，希望每一位妈妈都能用心呵护、教育自己的孩子，并以他们为荣！





目 录

第一章 好习惯，从孩子的生活小事做起

1. 孩子爱睡懒觉——妈妈，让我再睡会儿吧 / 3
2. 孩子爱偏食挑食——我不吃土豆丝，我要吃鱼 / 7
3. 孩子爱喝饮料不喝白开水——我不喝白开水，我要喝可乐 / 12
4. 孩子爱吃零食不爱吃饭——我不想吃饭，我想吃蛋糕 / 16
5. 孩子贪吃没饥饱——妈妈，我还想再吃点儿饼干 / 20
6. 孩子不吃水果——我不要吃苹果，太酸了 / 24
7. 孩子浪费，不懂节俭——吃不完就扔掉呗 / 29
8. 孩子不讲卫生——妈妈，已经很干净了 / 33
9. 孩子乱花钱——这些不够用，再多给我点儿吧 / 38
10. 孩子长时间看电视——我看完电视再睡觉 / 42
11. 孩子沉迷于网络游戏——不就是玩会儿游戏嘛 / 47
12. 孩子随手乱丢东西——我的袜子哪儿去了？ / 51
13. 孩子不注意保护眼睛——我就喜欢躺着看书 / 55





第二章 好性格，妈妈一定要懂得慢养

- 14. 孩子任性——你别管我，我就要这样 / 61
- 15. 孩子自私——这盘烤鸭是我的，谁都不能吃 / 65
- 16. 孩子霸道——这个小板凳是我的，谁都不能坐 / 69
- 17. 孩子性格腼腆——我下次再和阿姨打招呼 / 74
- 18. 孩子依赖性强——妈妈呢？我要妈妈 / 78
- 19. 孩子有暴力倾向——他不和我玩，我就打他 / 82
- 20. 孩子爱发脾气——哼，不让我玩茶壶，我就摔了它 / 87
- 21. 孩子倔强不认错——那不是我的错 / 91
- 22. 孩子叛逆不听话——我不要去，就不去 / 96
- 23. 孩子胆小怕这怕那——妈妈，我害怕 / 100
- 24. 孩子懦弱常受欺负——我如果还手，他们还会打我的 / 105
- 25. 孩子动不动就哭闹——呜呜呜……我就要那架小飞机 / 109
- 26. 孩子动不动就生气——你走开，我不和你玩了 / 113
- 27. 孩子自卑没信心——我不行，我怕我做不好 / 117
- 28. 孩子好动坐不住——老是坐着多累呀 / 122





第三章 好素质，细节决定孩子的品位

- 29. 孩子爱顶嘴——不用你管，我就爱这样 / 129
- 30. 孩子没有耐心——真烦人，公交车怎么还不来？ / 134
- 31. 孩子没有毅力——妈妈，我坚持不下去了 / 138
- 32. 孩子自制力弱——我想吃饺子，现在就要吃 / 143
- 33. 孩子爱慕虚荣——我也要穿阿迪达斯的运动鞋 / 147
- 34. 孩子懒惰不爱劳动——为什么总是让我干活 / 151
- 35. 孩子受不了批评——你们都在说我，我不喜欢你们了 / 156
- 36. 孩子输不起——我要赢，我就是要赢 / 160
- 37. 孩子承受不了挫折——这道题很难，我不做了 / 164
- 38. 孩子没主见——我不知道怎么办，妈妈你决定好了 / 169
- 39. 孩子自理能力差——妈妈，给我系鞋带 / 173
- 40. 孩子不懂与人分享——这是我的，不能给她 / 178
- 41. 孩子不与他人交往——我不想和他一起玩 / 182
- 42. 孩子不懂得与他人合作——各做各的，我才不帮他呢 / 187
- 43. 孩子安全意识薄弱——没事，我不就是玩玩开关嘛 / 192
- 44. 孩子体质差老爱生病——妈妈，感冒好难受呀 / 196





第四章 好成绩，妈妈只需要1%的改变

- 45. 孩子爱信手涂鸦——快来看，我画在墙上的房子多漂亮 / 203
- 46. 孩子不去幼儿园——我不想去幼儿园 / 207
- 47. 孩子贪玩不爱学习——我不要看书，我想出去玩 / 212
- 48. 孩子注意力不集中——我上课时老走神 / 216
- 49. 孩子粗心马虎——呀，我点错小数点了 / 221
- 50. 孩子成绩差——我这次考试没及格 / 225
- 51. 孩子问题特别多——这是什么？为什么？ / 229
- 52. 孩子不懂得珍惜时间——今天做不完就明天做呗 / 234
- 53. 孩子没有上进心——73分已经够多的了，还有的同学没及格呢 / 238





第五章 好品德，从孩子的一言一行开始

- 54. 孩子说脏话粗话——王八蛋，你给我滚 / 245
- 55. 孩子不懂礼貌——唉，唉，老头，给我一杯豆浆 / 249
- 56. 孩子撒谎不诚实——我也不知道，成绩还没出来呢 / 254
- 57. 孩子不懂得尊敬长辈——糟老头儿，我讨厌你 / 259
- 58. 孩子不懂得宽容——都怪他，我就不原谅他 / 263
- 59. 孩子缺乏同情心——那是她倒霉，我们凭什么给她捐钱 / 268
- 60. 孩子缺乏责任感——这不关我的事，和我没关系 / 273





第一章

好习惯， 从孩子的生活小事做起

1. 孩子爱睡懒觉 ——“妈妈，让我再睡会儿吧。”
2. 孩子爱偏食挑食 ——“我不吃土豆丝，我要吃鱼。”
3. 孩子爱喝饮料不喝白开水 ——“我不喝白开水，我要喝可乐。”
4. 孩子爱吃零食不爱吃饭 ——“我不想吃饭，我想吃蛋糕。”
5. 孩子贪吃没饥饱 ——“妈妈，我还想再吃点儿饼干。”
6. 孩子不吃水果 ——“我不要吃苹果，太酸了。”
7. 孩子浪费，不懂节俭 ——“吃不完就扔掉呗！”
8. 孩子不讲卫生 ——“妈妈，已经很干净了。”
9. 孩子乱花钱 ——“这些不够用，再多给我点儿吧。”
10. 孩子长时间看电视 ——“我看完电视再睡觉。”
11. 孩子沉迷于网络游戏 ——“不就是玩会儿游戏嘛。”
12. 孩子随手乱丢东西 ——“我的袜子哪儿去了。”
13. 孩子不注意保护眼睛 ——“我就喜欢躺着看书。”



1. 孩子爱睡懒觉

——“妈妈，让我再睡会儿吧。”



家有教子问题

亚宇5岁了，他有一个和大多数孩子相同的嗜好——睡懒觉。

一天早晨6点多钟，妈妈起床为一家人准备早餐。7点的时候，妈妈开始喊亚宇起床。然而，亚宇总是闭着眼睛答应两声，之后继续在被窝里和周公约会。一直到7点半，妈妈迫不得已走进亚宇的房间，把他的小被子掀开，说：“宝贝，该起床去幼儿园了，不然的话就要迟到了。”这时的亚宇还处在半睡半醒之间，他迷迷糊糊地请求妈妈：“妈妈，让我再睡会儿吧。”“不行，万一你睡过了头，就真的要挨老师的批评了。”可是，亚宇并不管这些，他依旧赖在床上不肯起来，一直磨蹭到非起床不可的时候才慢悠悠地穿衣服。

尤其是周末的早晨，亚宇更不愿意起床了，来看一下亚宇在星期天的表现吧。

“儿子，抓紧时间起床，吃过早饭我们要去超市买东西。”妈妈已经记不清这是第几次喊亚宇了。亚宇似乎很烦躁，他躺在床上告诉妈妈：“妈，今天是星期天，幼儿园里不上课。我要多睡会儿。”妈妈不同意：“不可以，早睡早起有利于身体健康，即使是星期天，也要出去运动运动才好。”

然而，无论妈妈怎么说，亚宇非要睡到很晚才肯起床。





孩子早晨不起床，尤其是已经开始上幼儿园或小学的孩子，赖在被窝里不肯起来，让原本就十分宝贵的清晨时光变得更加紧张。

想让孩子早起，并不是一朝一夕能够做到的事情，因此，妈妈要有足够的耐心和巧妙的办法，循序渐进地引导。其实，孩子晚上不肯睡，早晨不愿意起床的根源在妈妈身上。为什么这样说呢，因为对孩子生活习惯影响最大的就是妈妈，假如妈妈每天都睡到很晚才起床，那么孩子肯定也会向妈妈学习。所以，妈妈要以身作则，坚持早睡早起，不要让自己成为孩子睡懒觉的理由。

想让孩子早点起床不睡懒觉，妈妈先要了解孩子晚起的原因。从根本上来讲，就是孩子不良的作息习惯所致，因此，妈妈最好根据孩子的实际情况，为孩子制订一个合理的作息时间表，并严格按照时间表要求孩子，没有特殊情况不允许变动。久而久之，孩子的生物钟就会逐渐趋于正常，从而使其养成遵守作息制度的好习惯。只要生活有规律，无论什么季节，孩子都能做到按时作息，不再赖床不起了。



做个智慧妈妈

1. 让孩子早起，首先要让孩子早睡

孩子，睡一睡就长一长。美国最新的科学研究报告表明，孩子小时候睡眠不足或睡眠习惯不良，长大后有可能成为“问题少年”。早睡早起，其实是一对孪生兄弟，对于正在迅速成长的孩子来说，如果只一味要求他早起而没有确保其足够的睡眠时间，肯定会对他的成长发育及智力发展都有不良影响。所以，要让孩子早起，首先要让他做到早睡。

萱萱就是一个因为睡得晚而不能早起的孩子，这令妈妈非常头疼。每





天晚上，萱萱的精神头都特别大，她一会儿蹦蹦跳跳，一会儿看看电视，即使妈妈催了好几遍，她都不肯上床睡觉。而早晨呢，妈妈喊了好多遍，她也不肯起床。

一天晚上，都9点多了，萱萱仍然不去睡觉。为了给萱萱创造一个良好的睡眠环境，妈妈先把电视关了，以免萱萱时不时地看电视；然后将大灯也都关掉了，只留下卧室床头柜上的台灯还亮着。房间里变得昏暗了许多，也非常安静，妈妈温柔地和萱萱说话、聊天或者讲故事。妈妈很会给小孩子讲故事，她经常以萱萱小时候发生的事情为原材料，编成一个个小故事讲给萱萱听。萱萱呢，特别喜欢听这些小故事。很多时候，她都是伴着妈妈讲的故事进入梦乡的。为此，妈妈开玩笑说：“我讲的故事有催眠的效果。”

时间长了，萱萱就养成了早睡的好习惯，睡眠充足的她，到了第二天早晨也能早早地起床了。

通过案例我们可以看出，良好的睡眠环境以及安静、有趣的睡前活动能让孩子更顺利地入睡。另外，在孩子不想睡觉或不易入睡时，妈妈一定不要强制性地让孩子快点睡觉，否则会激起孩子的逆反心理，使其更加难以入睡。

2. 自然唤醒，让孩子轻松早起

医学证明，只有自然苏醒，才能使人一整天都神采奕奕。除了确保安稳、充足、高质量的睡眠以外，清晨的唤醒活动也是促使孩子早起的必要手段。其实，聪明的妈妈只要稍用心思，就可以让孩子在你的“巧妙”安排下，自然而然地醒过来。

烁烁这孩子，每天早晨都会让妈妈费好大力气才能把他从被窝里拉起来。有一次，妈妈在看杂志时，发现里面讲了一些自然唤醒孩子的小妙招，这让妈妈眼前一亮，她感觉这些小妙招挺适合像烁烁这样不能按时起床的孩子。

每天早晨，妈妈都会亲手给家人做可口的早餐。妈妈把饭菜做得特别





香，烁烁闻到香喷喷的饭菜，立刻胃口大开，不再赖在床上，而是迫不及待地去穿衣服，洗脸，刷牙，好快点吃到美味的早餐。

有时，烁烁不想吃早餐，妈妈就会给他准备一段清新、欢快的音乐，烁烁喜欢听莫扎特的《听着音乐到处跑跳的孩子》，并且百听不厌，妈妈每天都会放给他听。这样，烁烁在音乐中快乐地醒了过来，一整天都很开心，并且精神饱满。

可时间一长，音乐听多了，烁烁更加懒惰了，他学会了在被窝里欣赏美妙的音乐。这时，妈妈就把窗帘拉开，使烁烁在太阳公公的照耀下，不知不觉地睁开双眼。

最让烁烁喜欢的就是，妈妈把手伸进他的被子里，沿着他的脚轻轻地往上摸。一边摸，一边根据摸到的部位念儿歌：“烁烁的小脚丫醒了，烁烁的小腿醒了，烁烁的大腿也醒了，烁烁的小屁股也醒了……”每当这时，烁烁就会咯咯地笑起来，睡意全无。

相信聪明的你也已经学会了这些妙招，并且会根据实际情况具体实施。让这些招数轮番上阵，孩子肯定“招架”不住，会不由自主地起床。

3. 进行比赛，激励孩子早起

与其在清晨直接冲着孩子大喊：“快起床，我们要出门了。”倒不如走“曲线”唤醒的道路，妈妈可以和孩子进行游戏式的比赛，比如，看谁起得早，看谁衣服穿得快，等等。这样，既能够有效调动孩子的积极性，妈妈也达到了自己的目的。

5岁的露露是个比较喜欢睡懒觉的孩子，不过，妈妈有个很好的办法能让她按时起床。

每天早晨，妈妈和露露都会进行几场比赛。第一，看谁起得早，谁起得早就喊起得晚的，被喊的人就输了。然后，算算早起多长时间，时间可以累积。假如一个月累积的时间超过一个小时，就会有奖励。第二，看谁衣服穿得快。在和露露比赛的同时，妈妈还会给她限定时间：“宝贝，我们要用5分钟的时间把衣服穿好。”第三，比赛刷牙。在刷牙的过程中，





如果露露没有用正确的方法刷牙，妈妈还会教给她正确的刷牙方法。最后，妈妈和露露还会相互检查一遍，看谁把牙刷得又白又亮。

就这样，妈妈和露露每天早晨都会高高兴兴地比赛，她们的生活也更加有规律了，每天都有条不紊地进行。

案例中的妈妈在和孩子比赛的同时，完成了清晨的“任务”，而且使孩子对时间概念有了初步的认识，真是一举两得。需要注意的是，在比赛的过程中，妈妈要学会照顾孩子的自尊心，有时要故意放慢速度，让孩子赢几次，使孩子始终对比赛充满兴趣。

2. 孩子爱偏食挑食

——“我不吃土豆丝，我要吃鱼。”



家有教子问题

4岁的小雪是个惹人喜爱的孩子。然而，她有一个坏习惯——偏食挑食，只爱吃肉、鱼，不爱吃蔬菜。每次吃饭时，总会挑三拣四，自己喜欢的菜才肯吃。

一天吃晚饭时，妈妈做了两道菜——炒土豆丝和水煮鱼。水煮鱼是小雪的最爱，所以她不停地吃鱼，奶奶就在旁边帮她把鱼刺挑出来。妈妈见小雪不吃土豆丝，就夹了一些土豆丝放到她的碗里，并说：“宝贝，妈妈今天做的土豆丝可好吃了，你尝尝吧。”

可小雪一点都不给妈妈面子，她立马将土豆丝夹了出来，说：“土豆

