

Positive  
Rearing

# 正面教养， 让不听话的孩子乖起来

小小的故事中蕴含着让人回味的教育大智慧

她既是一位好妈妈，也是一位优秀的老师。她用教师和妈妈的双重眼光来审视家庭教育，给家长最诚恳的教子建议。



蒙谨/著

她用细腻的文字，记录下15年来教育孩子的点滴感悟，也告诉家长们，学校教育之外更需要科学的家庭教育理念。



新时代出版社

New Times Press



小小的故事中蕴含着让人回味的教育大智慧



 正面教养，  
让不听话的孩子乖起来

蒙谨/著



新时代出版社  
New Times Press

图书在版编目 (CIP) 数据

正面教养, 让不听话的孩子乖起来/蒙谨著. —北京: 新时代出版社, 2011.1

ISBN 978-7-5042-1355-6

I. ①正… II. ①蒙… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第249183号

※

**新时代出版社** 出版发行

(北京市海淀区紫竹院南路23号 邮政编码100048)

北京嘉恒彩色印刷有限公司印刷

新华书店经售

\*

开本 710×960 1/16 印张 13¼ 字数 200千字  
2011年1月第1版第1次印刷 印数 1—8000册 定价 25.00元

---

(本书如有印装错误, 我社负责调换)

国防书店: (010) 68428422 发行邮购: (010) 68414474  
发行传真: (010) 68411535 发行业务: (010) 68472764

## 有效的教育，从正面教养开始

孩子，最初只是一个什么都不懂得的小生命。孩子成长的本质，就是不断从周围环境中汲取各种信息，进而形成自己的知识体系和思维方式，家庭教育就是给孩子提供这些精神养料的主要途径。

孩子就像一块海绵，从环境中吸收什么，就会成长为什么。家长给孩子提供的成长环境很大程度上决定了孩子的成长方向。

也就是说，父母的教育态度决定孩子的教育是否成功。“不听话”的孩子需要更多的肯定、鼓励、理解和引导。

举一个小例子。孩子很顽皮，玩耍时不小心打碎了妈妈最喜欢的香水，妈妈可能有这样的反应：心疼地嚷嚷起来，埋怨孩子笨手笨脚；知道孩子内心很忐忑，赶紧宽慰他，以后小心点。

而不同的反应又会给孩子不同的感觉：以后再犯错误可能想着去掩饰，以免挨骂，结果越弄越糟；无心之错妈妈不会责骂，内心感觉很温暖，虽然表现的满不在乎，但会暗暗下决心，以后努力做好。

总的来说，基本的教育态度有两种：正面的态度和负面的态度。

正面的态度，是不断给孩子输入正面的信息，以正面的态度对待孩子的每一个问题，调动孩子身上积极的、主动的、正面的因素，使孩子不断向好的方向发展，使教育进入良性循环的状态。

而负面的态度则激发孩子的消极面，使消极因素不断被激活、不断被放纵、不断被放大、不断被强化……可能陷入失败教育的恶性循环。

正面教养的关键在于：父母要以正面的态度和正面的方法对孩子实施教育。

比如，对待孩子犯错，父母应该树立这样一个念头：无论孩子，犯了什么错误、违反什么纪律，父母都应视作正常现象，不要以为孩子犯错、违纪就是对抗、不听话。犯错误就是孩子成长的过程，父母没有权利在错误中扼杀孩子，而有责任帮助孩子在错误中成长。

在孩子犯错误、有过失或者违纪时，要采用正面的引导，而拒绝不理不睬、听之任之的负面态度，或者批评、讥嘲，甚至体罚等负面手段。要坚持对孩子进行正面教育，在孩子幼小的心灵中撒下真、善、美的种子，让株株幼苗茁壮成长。

请记住：

如果孩子生活在批评中，他们将学会指责；

如果孩子生活在嘲笑中，他们将学会畏缩；

如果孩子生活在羞辱中，他们将学会自责；

如果孩子生活在宽容中，他们将学会耐心；

如果孩子生活在鼓励中，他们将学会自信；

如果孩子生活在认可中，他们将拥有目标；

教育的结果完全决定于你对孩子的态度和做法。对孩子来说，你是穷爸妈，还是富爸妈都不重要，重要的是你是“正”爸妈，还是“负”爸妈。

本书是我对家庭教育多年来实践和研究心得的凝结，也是我对一双儿女15年来教育经验的总结。书中讲述了我教育儿女的点滴琐事和身边发生的教育案例，并结合当前孩子的典型、普遍问题，向父母朋友阐述了“正面教养”的理念、关键和注意事项，并提供了操作性建议。

本书在创作过程中得到家教畅销书作家成墨初老师的大力指导，我非常喜欢成老师“有感动，有感悟”的写作理念，把读者能在快乐中学到实用的教子方法当成了最终要达到的效果。在此，对成老师表示感谢。

这是我的第一本作品，书中肯定有很多不当之处。欢迎教育界同仁和父母朋友们不吝赐教。另外，我长期在“妈咪会亲子网（[www.mamihui.net](http://www.mamihui.net)）”在线答复父母们疑惑，欢迎跟我直接交流。

蒙 谨

于北京世纪城

**第一章****正面教养VS负面教养**

- 教养方式决定孩子成败..... 2
- 尊重是教育的起点..... 6
- 要保持一致的教养态度..... 10
- 犯错也是一种学习..... 13
- 请把你的爱传达出来..... 18
- 教育要让孩子成功，更要让孩子快乐..... 21

**第二章****不惩罚孩子，不娇纵孩子**

- 了解孩子的需要..... 27
- 放弃要快速改变孩子的想法..... 29
- 对孩子亮出你的赞美..... 33
- 赏识让孩子更自信..... 37
- 引导比说教更有效..... 42

用激励照亮孩子的成长之路·····	47
正面强化，让孩子更完善·····	51
说服教育孩子，要讲究方法·····	54
言传不如身教·····	59
别和逆反的孩子较劲·····	64
孩子的好坏，取决于你的心态·····	68
原谅孩子的无心之过·····	70
引导孩子爱学习，让孩子受益一生·····	74



### 第三章

## 正向教育，创造愉悦的亲子关系

和孩子沟通，重在效果·····	81
从孩子的角度看孩子·····	86
转变对话方式，让孩子说出来·····	90
优化你们的家庭语言·····	95
试试和你的孩子做朋友·····	99
别让孩子的爱“戛然而止”·····	103
做个倾听者，把话语权给孩子·····	107
教孩子学会正确表达·····	109
庆祝孩子的成功，别犹豫·····	114
允许孩子失败也是种信任·····	118
孩子的成长离不开秘密·····	121
你做错了，也要向孩子道歉·····	126



## 第四章

### 积极教育，健全的人格比知识更重要

- 重视孩子的归属感和自我价值感····· 131
- 给孩子“我是成功者”的感觉····· 136
- 保护孩子的自尊心····· 139
- 肯定孩子的梦想····· 143
- 友谊是孩子成才的必要支撑····· 148
- 放开双手，让孩子早日独立····· 152
- 培养孩子的责任感····· 156
- 慎重对待孩子的兴趣····· 159
- 善解人意的孩子更受欢迎····· 162
- 运用挫折教育培养孩子的抗挫耐力····· 167

## 第五章

### 走出正面教养的常见误区

- 溺爱孩子是一种软暴力····· 173
- 不要严教子宽待己····· 177
- 让孩子学会自己面对后果····· 181
- 不宜粗暴地对待孩子····· 185
- 不要施压超过孩子的承受度····· 191
- 对孩子的教育，不能急于求成····· 194
- 别用错误的比较伤害孩子····· 198
- 别把孩子累倒在起跑线上····· 203

第一章

---



**Part 1**

**正面教养VS负面教养**

zheng mian jiao yang VS fu mian jiao yang

# 教养方式决定孩子成败

正  
面  
教  
养  
让  
不  
听  
话  
的  
孩  
子  
乖  
起  
来

每个孩子都有自己的想法，也很希望被别人发现和认同，如果他在你的正面激励中体会到自己的价值和力量，那他就会将自己的潜质发挥得淋漓尽致。

## 让自省成为孩子的习惯

我和老公都觉得小语是个聪明的孩子，她学习很认真。每次考试之前，也都认为她会取得优异成绩。可是，最近几次考试，小语却让我们很失望，每次都进不了班里前十名。

这天，小语又拿来成绩单让我们签字。脾气暴躁的老公看见孩子的成绩，脸马上变了颜色，开始数落起小语：“你怎么回事？多少次了，一点进步都没有……”

老公又像往常一样，在对孩子实施“暴风骤雨”的批评之后，又对孩子提出要求，要她下次考试要考多少分，考到班里前几名……

可是，每次都是同样的批评和教育，也没见小语有什么改变。

我劝住发火的老公，说：“孩子考不好，肯定是有原因的，可能是因为试卷难，也可能是孩子考试的时候状态不好，也可能是我们给她太大压力了。我们应该先找到原因。”

接着，我对小语说：“小语，你的成绩不好，并不是因为你不够聪明，也不代表你对知识掌握得不牢固。我能感觉到，你对考试没有足够的重视，你应该把考试作为一项重要的任务，并且尽力去做好它。”

听我这样说，小语如释重负般地微笑了一下。

下次考试，小语的语文成绩居然在整个年级第一，在班里的名次也上升了好几个。老公高兴地要给小语买新衣服，我却微笑而平静地对小语说：“妈妈看见了你的进步。不过，这只是说明你把你的任务很好地完成了，还要继续努力保持哦。”

“妈妈，我知道。”小语开心地说道。

在这件事情中，我发现理解和鼓励孩子的重要性，当孩子在生活或学习中遇到不顺利的事情时，你要帮助孩子思考和反省，以正面引导而不是一味批评的方式解决孩子的问题。



### 不管怎样，别挖苦孩子

在我上学的时候，一次，班上出现了这样一个笑话：班上有个学生，学习很好，上课的时候不小心在班上睡着了，老师对他不理不问。也是在同样的时间，还有一名学习不好的学生也在睡觉。

老师揪着那个学习不好的学生的耳朵说：“你看看人家，睡觉的时候也枕着书，哪像你，就知道睡觉。”

老师的话引起全班同学的哄堂大笑。我却不禁感慨，两个学生都在课堂上睡觉，可是在老师看来，成绩好的学生只要学习好，所有的错误都可以原谅，而差生却成了被老师挖苦讽刺的对象。

结果，那个学习不好的同学对学习更没了兴趣，每日浑浑噩噩，本来还有希望考上高中，可是中学毕业的时候，连中专都没有考上。

挖苦孩子，或不恰当的玩笑，都会伤害孩子的自尊，打击他的积极性，如果老师在教育他的时候采用正面引导和鼓励的方式，给予他温暖的关怀和支持，他的未来可能就会被改写了。

## 给孩子面子，孩子会懂得感恩

在我成为老师、成为孩子的妈妈之后，我便经常提醒自己，不要犯之前老师犯的错误，尽量用“正面教养”的方式来对待我的学生和我的孩子。

我现在所带的班上有个学习不认真、成绩不理想的男孩，一节自习课上，我发现他总是偷偷往书桌里看。第一意识，他在做坏事，当时就有点生气，觉得他不遵守自习纪律。

我按捺住气愤，在他身后走过去，看见他正在入神地看着一本课外书，见我站在他的身边，他主动站起来，低着头，似乎也意识到自己的错误了。

“老师会怎么惩罚我啊？罚站？是不是会通知我的家长？”我能感受到他的思想活动。

我没有批评他，而是翻看了一下书的封皮，当即对他说：“不错，你以后应该多读这种书，对写作有很大帮助。但是最好还是在课下安静的环境中读，那样效果更好。”

可能是感念于我没有在同学面前让他出丑，听别的任课老师反应，他开始认真听讲。此外，他课下还写了不少文章，让我帮他看看。

他的写作技巧很不成熟，可是，当他在询问我的意见时，我还是说：“写得不错，你以后会有所成就的。”

“是吗？老师。我喜欢写作，可是以前的语文老师说我写得很糟，只有你这样对我说。不瞒您说，我以后想当作家。”这个孩子说到这里，羞涩地低下了头。

“你可以做到的。”我一本正经地对他说，还拍了拍他的肩膀。

不久之后，他的文章真的被印成了铅字，出现在刊物上。不仅如此，他的学习成绩也开始有了逐步提升。

关键的一句话，有时候就会影响孩子的一生。用正面教养去引导孩子，才能引导孩子树立正确的人生观和世界观，孩子的积极性和主动性也会被调动起来。



### 别轻易否定孩子的创意

小语喜欢唱歌，为了使她的发展更加全面，我还想让她学习跳舞，于是打算把她送到舞蹈培训班进行专门学习。

“不行，妈妈，同学们都说我没有跳舞的天分，跳起来和猪一样笨。”我把我的想法告诉小语之后，她这样对我说。

“怎么会呢，你是个聪明的孩子，妈妈相信你。”在我的鼓励下，小语走进了舞蹈培训班，开始进行系统的学习。

我发现，小语的舞蹈动作总是和老师教的有所差异。她在模仿老师的时候，还加进去了自己的理解，和那些完全模仿老师的孩子的动作有点不同。虽然有些动作很蹩脚，可是看得出，小语沉浸在自己的创意中。

“李老师，小语的动作和其他孩子不一样，影响了我们队伍的整齐，你跟小语说说吧，让她按照我所教的来跳，实在不行，就别让她来学习了。”舞蹈老师这样对我说。

小语听见老师这样说，难过地躲在了我的身后。

“我不这样认为，我觉得其他的孩子亦步亦趋地跟你跳，没有自己的想法，小语却尝试有所突破，这是她的特别之处。”我沉思了一下，一本正经地对老师说道。

如果我附和老师的话，小语就会倍受打击，身上那种可贵的创新性思维也会被压抑。

老师也被我的话点醒了，很认同我的想法。而真正从中受益的还是小

语，她对我说：“妈妈，我像是发现了另一个自己，原来，我不仅有跳舞的天分，还有创新的天赋呢。”这是最让我欣慰的。

每个孩子都有自己的想法，也很希望被别人发现和认同，如果在你的正面激励中体会到自己的价值和力量，那他就会将自己的潜质发挥得淋漓尽致。



### 亲子感悟

家长要紧紧关注孩子的每一点变化，以积极、正面的方法调动孩子的积极性，激励孩子有所进步。能否激发孩子的主观能动性，是家庭教育是否成功的标志。

## 尊重是教育的起点

孩子不听话，多半是因为家长的沟通方式不对。你站在自己的立场上要求孩子，不听话是孩子最好的反抗，也是最让你感到头疼的地方。尊重是教育的起点，家长只有多站在孩子的角度想问题，才能说到孩子心里去。



### 别用父母权威来稳固你的尊严

在我有孩子之前，我觉得自己会是一个温和的妈妈，孩子肯定会喜欢

我。可是，当我真正有了孩子之后，我才发现，之前的想法只是停留在理论上的，因为，孩子不是按照你的想法成长的。最近，经常出现在我嘴里的一句话就是：孩子怎么越来越不听话了？

那天，外面天很冷，我让小语穿件外套再出门。没想到，一场母子之战就此发生了。

“小语，回来穿件外套。”我看见小语穿着一件薄衬衫就要出门，对她喊道。

“我不想穿。”小语头也没回地回答我。

“不行，必须穿。我可不想你感冒，每次感冒，都是我在受罪。”我没有好气地说。

“妈，我就是不想穿，我不冷。”

“不冷也不行，我是你妈，你就要听我的。”我的语气很强硬，不给小语妥协的机会。

没想到，小语竟然说：“我不出门了，你满意了吧？”说完，就赌气回屋了。

这是我完全没有料想到的情节。我关心她，她却不领情。她将我对她的关心看作我对她的束缚，扭曲了我的本意，我却不知道该如何向她解释。

遇见自己的想法和对孩子的实际教育情况出现差异的时候，家长首先要做的事情是反思自己对孩子的态度。

我以“妈妈”的身份自居，想让孩子屈服于我的权威。年龄小的孩子的确会惧于家长的权威，可是，随着孩子年龄的增大，他们有了独立的意识，便不会简单地屈从于你的权威了。所以，“权威”就没有意义了，只会扩大你和孩子的距离。家长应该始终以平等的心态，心平气和地和孩子沟通。





## 莫唠叨，多倾听

正  
面  
教  
养  
让  
不  
听  
话  
的  
孩  
子  
乖  
起  
来

经常听同学的父母向我抱怨孩子越来越不听话。针对这种问题，我做了一份试卷调查，想看看问题究竟出在哪里。

“我不听话，是因为不想听妈妈的啰唆。有时候一件小事，他要说很多次。这让我很反感。”

“我的爸爸简直就是苍蝇，只要我在家，他就开始围着我说教。我真想逃。现在，我直接就不理他。他让我怎么做，我偏偏不按他说的做。”

诸如此类的回答在所有的答卷中占到一半以上。不少父母认为孩子不听话，孩子却觉得父母太啰唆。其实，在这样的家庭角力的拔河中，最终受到不良影响的还是孩子。

同事老王对自己的孩子王凡期望很高，希望儿子可以在学习上傲视群雄。他不断在儿子面前唠叨：“你要考到班里第一名啊，不然就上不了重点高中，上不了重点高中，就上不了重点大学。”

最初，王凡努力学习，想达到爸爸的要求。可是，唠叨竟然成了老王每日的必修课，并且还将王凡最爱的篮球给没收了，这让王凡觉得压力很大。

一天，王凡想对爸爸说出自己的烦闷，可老王根本就没有意识到王凡情绪的不对，没等王凡说一句话，就开始了一如既往地唠叨。

“你是不是就会唠叨？”说着，王凡走进自己的房间，把自己的书本在爸爸面前撕碎了，边撕边说：“你再唠叨，你再唠叨……”这和平时那个什么都听自己的王凡完全不同。

王凡歇斯底里的样子让老王很害怕，此刻，他也意识到了自己无意识的唠叨给孩子带来的伤害和心理压力。

你的唠叨会给孩子增加无形的压力，这种压力一旦在孩子的内心积