

阳光家庭亲子书系

最伤孩子心的 10句话

于凡◎主编

倾听对方的心声
用真诚的心相互沟通
理解彼此的感受
让两代人的渴望都得到尊重

● 倾诉阳光心语
● 倡导阳光教育
● 打造阳光少年

“笨蛋，没用的东西。”

“一看你就没多大出息，
将来就捡破烂吧！”

“都是一样的孩子，
你怎么就不如别人！”

“住嘴！
你怎么就是不听话。”

“我说不行就不行。”

“就知道玩，
一提学习就没了精神。”

“我再也不管你了，
随你的便好了。”

“你又做错了，真笨！”

“你可真行，竟做出这种事！”

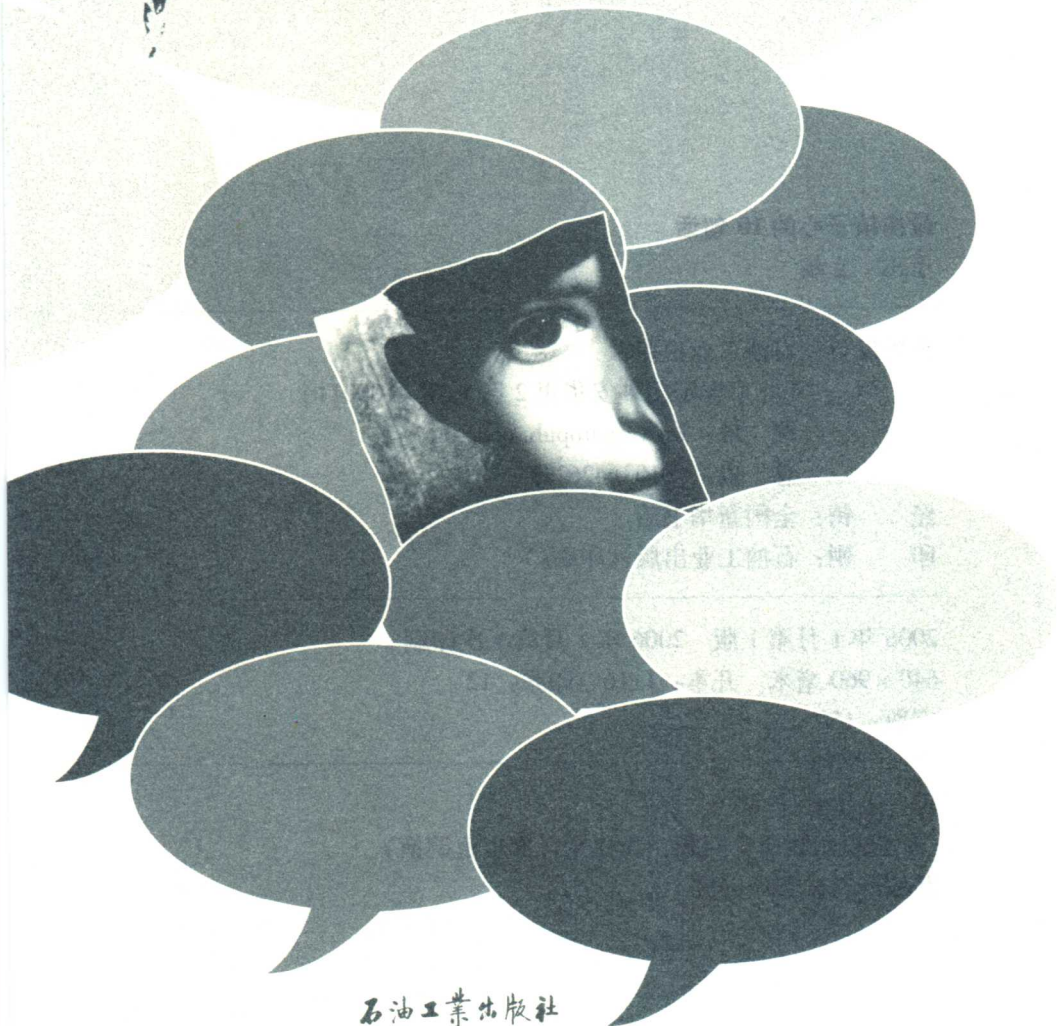
“你若考 100 分，
我就给你买……”

石油工业出版社

☀ 阳光家庭亲子书系 ☀

最伤孩子心的 10句话

于凡◎主编



石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

最伤孩子心的 10 句话/于凡主编.

北京:石油工业出版社,2006.1

ISBN 7-5021-5292-X

I. 最…

II. 于…

III. 家庭教育-方法

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 130929 号

最伤孩子心的 10 句话

于凡 主编

出版发行:石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号 100011)

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

总 机: (010)64262233

经 销:全国新华书店

印 刷:石油工业出版社印刷厂

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

640 × 960 毫米 开本: 1/16 印张: 12

字数: 150 千字

定 价: 19.80 元

(如出现印装质量问题,我社发行部负责调换)

版权所有,翻印必究

- 
- 倾诉阳光心语
 - 倡导阳光教育
 - 打造阳光少年



Suolun2008@vip.sina.com

总 策 划：张卫国
策 划 编 辑：郎东晓 贾 榕
责 任 编 辑：贾 榕 张智敏 秦 云
责 任 校 对：王 颜
封 面 设 计：大象工作室 / 熊仁丹



前言

QIAN YAN

谁都免不了会犯错误，孩子更是如此，孩子正是在纠正错误的过程中成长起来的。重要的问题不是孩子是否犯错误，而是父母采取何种态度。父母的态度恰如一把犁刀的两面：它可以割破孩子的心，留下永久的伤疤；也可以从中“掘出生命的新水源”。

戴尔·卡耐基是全球知名人士，他影响了全世界成千上万人的生活，但是幼年的戴尔并不是一个讨人喜欢的孩子，由于童年生活贫困，幼小的戴尔常常郁郁寡欢。母亲伊丽莎白对戴尔寄予厚望，鼓励他读书，希望他将来做一名传教士，或做一名教员。

小戴尔在离家不远的一所小学读书。有一个冬天，戴尔把一只死兔子带进校园，趁别人不注意的时候，他把这只兔子放进一个圆形铝桶，然后又不声不响地把这只桶放置在教室后面的火炉上。

在修辞学老师史密斯太太上课时，一股肉香很快地弥漫了整个教室。

史密斯太太紧张地四处张望，却不知气味来自何处。

忽然戴尔站了起来，说道：“老师，我知道这股香味从哪里来。”

“是吗？戴尔，快告诉我，这气味浓得让人难受。”史密斯太太紧捂着鼻孔问到。

“在我们这本书的第51页上，那上面写着：卖火柴的小女孩梦到了烤鹅。”

“什么？什么？你住嘴！你这个捣蛋鬼！你，你……”史密斯太太气得脸色惨白、浑身发抖。

戴尔的恶作剧后来被他母亲知道了，本来母亲一直认为戴尔是一个像他父亲一样忧郁而不自信的孩子，但通过这件事她看到戴尔其实有一种别人不易觉察的灵性和气质，这种灵性和气质可以使他变得坚强和自信。

母亲对戴尔说：“孩子，你在课堂上搞恶作剧是不对的，你必须向老师道歉。但是，妈妈发现你是一个很有灵性的孩子，你要记住，一个人重要的是在任何困境中都要相信自己是出色的。”

戴尔睁着大大的眼睛，然后一本正经地点点头。

第二天他向老师道了歉，老师原谅了他。戴尔在后来的回忆录中写到，当时他发现自己从来都没有这样自信过。

戴尔·卡耐基母亲的伟大之处就在于，她能够在孩子淘气时、被老师批评时发现孩子优秀的潜质，她能够从孩子的恶作剧中发现孩子有一种别人不易觉察的灵性和气质，她相信这样的灵性和气质可以使自己的孩子变得坚强和自信，于是她不失时机地对孩子进行教育，为孩子的人生带来了转机。

爸爸妈妈的一句话，可以照亮孩子的人生，让孩子的人生充满阳光和快乐；同样也是爸爸妈妈的一句话，却可





以让孩子坠入黑暗的深渊，一生都在痛苦中挣扎。

有人认为“棍棒和石头可以打断人的骨头，但言语却动不了人的一根毫毛”，其实这句话说得不对。侮辱性的称谓、贬损的评价以及轻蔑的责骂都会带给孩子极端负面的自我评价信息，这种信息不仅会挫伤孩子的自尊心、自信心，还会对他们的未来产生极大的影响。

我们编著此书的目的就是要终止家庭中的语言伤害，提醒父母们嘴下留情，不要再用语言伤孩子的心，断送孩子的前程。同时我们也告诉父母们：应该对孩子说什么，什么样的话能让孩子信心十足，以及父母应该怎样从正面的、积极的、健康的、亮丽的角度去审视孩子，肯定孩子，表扬孩子，激励孩子，让孩子自信、自强，拥有积极、健康的心理，幸福快乐的人生。





目录 Contents

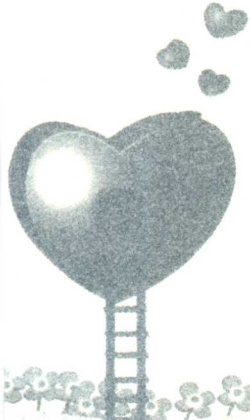
一 “笨蛋，没用的东西。”

- 告诉孩子：你不笨 / 2
- 是谁给孩子贴上了“笨蛋”的标签 / 4
- 如果你不想让孩子成为“笨蛋” / 6
- 在平常之中赏识你的孩子 / 9
- 翘起你的大拇指 / 12
- 一句简单的话，能改变孩子的一生 / 15

二 “住嘴！你怎么就是不听话。”

- “听话”的孩子到底好不好 / 19
- 不要一味要求孩子服从自己 / 22
- 给孩子争辩的权力 / 25
- 培养有主见的孩子 / 27
- 学会与孩子说话 / 30
- 当孩子与父母顶嘴时 / 32
- 沉默会更具震撼力 / 35

三 “我说不行就不行。”

- 别耍“因为我是你爸爸”的威风 / 39
 - “一言堂”的后果 / 41
 - 惧怕不等于信服 / 43
 - 尊重孩子的选择 / 45
 - 学会与孩子商量 / 48
 - 听听孩子的建议 / 51
 - 父母如何树立威信 / 53
- 

目 录 Contents

四

“我再也不管你了，随你的便好了。”

- 没有力度的话不要说 / 58
- 别把父母的意愿强加给孩子 / 60
- 停止空洞的说教 / 62
- 尊重是最好的办法 / 65
- 批评孩子时，注意不要伤着孩子 / 68
- 宽容孩子的“不务正业” / 70
- 不要强迫孩子做他暂时不喜欢的事 / 73

五

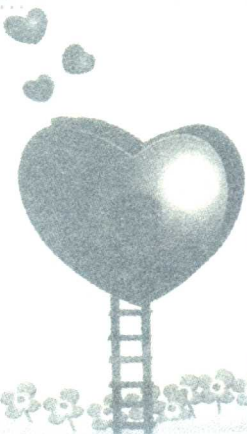
“你若考 100 分，我就给你买……”

- 物质奖励刺激孩子学习好不好 / 77
- 为孩子制定的目标应该是跳一跳能摸得到 / 79
- 怎样帮助孩子最有效 / 82
- 要让孩子知道，他们因什么而可爱 / 85
- 让孩子知道学习是他自己的事 / 88
- 别把孩子的分数看得太重要 / 92

六

“你可真行，竟做出这种事！”

- 只当“参谋”，不当“司令” / 96
- “早恋”不是洪水猛兽 / 98
- “贼”的帽子扣不得 / 101
- 接纳孩子的缺点 / 104
- 想一想孩子为什么这样做 / 107
- 不要怕孩子吵架 / 109





目录 Contents

“你又做错了，真笨！”

七

- 允许孩子犯“错” / 113
- 失败后孩子更需要肯定 / 115
- 你在给孩子传递什么样的信息 / 117
- 拯救一个人的灵魂比制裁肉体更有效 / 119
- 教育孩子是疏而不是堵 / 122
- 告诉孩子每天做好一件事 / 125

八

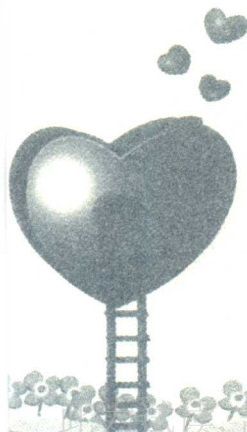
“一看你就没多大的出息，将来就捡破烂吧！”

- 摆正期望的天平 / 129
- 永远不要对孩子说：你做不到 / 131
- 做一位自信的父母 / 134
- 孩子需要赏识，渴望被肯定 / 137
- 给孩子一个机会，让他去锻炼 / 139
- 驱除孩子心中自卑的阴影 / 142

“都是一样的孩子，你怎么就不如别人！”

九

- 教育孩子不应统一模式，要因材施教 / 147
- 孩子不是一张白纸，不可随意涂抹 / 149
- 别让孩子患上“习得性无助” / 151
- 告诉孩子：成功不在于角色的大小 / 153
- 让孩子成为优秀的关键在哪 / 155
- 让孩子学会跟自己比赛 / 158
- 让孩子以他自己的速度成长 / 161



目 录 Contents

十

“就知道玩，一提学习就没了精神。”

孩子最喜欢什么样的教育方式 / 165

让孩子把玩的心用在学习上 / 167

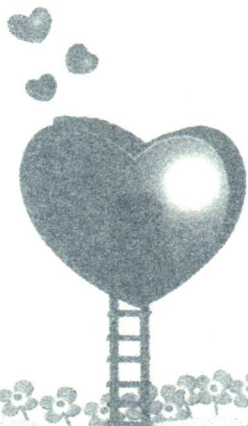
让孩子在宽松的环境中学习 / 169

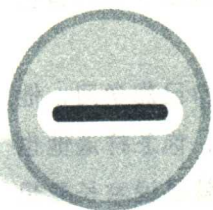
让孩子适当地玩一玩电子游戏 / 171

不可剥夺孩子玩耍的权力 / 173

玩出孩子的自信心 / 175

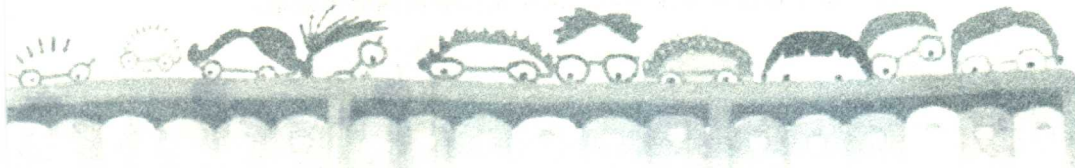
后记 / 179





“笨蛋， 没用的东西。”

孩子的心灵是脆弱的，他们希望得到支持和理解，每一句鼓励的话语都会使孩子信心百倍。但是一句粗暴的呵斥，足可以使他们的尊严受到极大的伤害。轻易地否定自己的孩子，对他们的能力表示怀疑，是非常可怕的。请不要再对孩子指责、训斥了！



告诉孩子：你不笨

一个人的成功与失败，在很大程度上决定于他对自己的认识。

许多家长都明白这样一点：孩子只有自己想学习，他的学习才能见到效果；若他自己不想学习，你怎样逼他也没用，他的成绩也不会有太大的提高，也就是说家长要想办法把孩子学习的内动力调动起来，让孩子坚信自己不笨，自己不比别人差，他学习起来才会有劲头。

有个叫王洋的孩子，学习成绩一直不错，考入了重点高中，可是上了高中后，妈妈发现王洋的情绪很低落，学习成绩也不好。妈妈就问他：是不是遇到了什么困难？心里是不是有什么疙瘩解不开？

王洋犹豫了一会儿说：“妈妈，你说我是不是很笨？”

妈妈说：“谁说你笨了，你可不笨，你小时候我们都认为你是个小神童。”

“妈妈你别再这样骗我了，我是我班里最笨的学生。”王洋说着，眼泪都快流出来了。

妈妈也感到很奇怪，就问：“这怎么会呢？是你们老师说的吗？”

“不是，我们刚入学时，每人答了一份‘智商测试题’，结果我得的分数最少，只有 90 多分，而我们班最高分是 130 多分，大部分同学都是 110 多分。”

妈妈急忙说：“这个算不了什么，智商高低又能怎样，考大学不是按成绩录取吗？又不是按智商高低来录取。”





“可是坐在班级里，我总觉得我是我们班里最笨的学生，老师提问我都不敢举手，怕同学笑话。”

“你先别急，明天我去医院，找心理专家问一下，这种‘智商测试’的准确性到底是多少。”

第二天，王洋放学回来后，妈妈把一些打印资料交给他，说：“你自己看看吧，这种‘智商测试’主要是用来检测弱智儿童的，而且它的准确性也是相对弱智儿童来讲的，不能用来测试正常儿童的智商。所以说，不能依据这个结果来判断谁聪明谁笨。”

王洋的脸上露出了笑容，他拿着妈妈递给他的资料认真地读了起来。

读完后，他对妈妈说：“这回我就放心了，我还要告诉我班的同学，这种测试不准确。”

从那天以后，王洋又重新恢复到往日朝气蓬勃的状态，对学习充满了激情和自信，他的成绩也在不断上升，期末考试有三门功课单科成绩全班第一。

一个人的自我肯定很重要，王洋认为自己笨时，他对学习没有了一点自信，成绩自然会不好；当他认为自己不笨时，他的自信心会空前高涨，学习成绩自然提高了。

还有一个孩子，也碰到类似的问题。他不明白为什么他的同桌想考第一，一下子就考了第一；而他想考第一，才考了全班第 21 名？

回家后他问：“妈妈，我是不是比别人笨。我觉得我和他一样听老师的话，一样认真地做作业，可是，为什么我总比他落后？”妈妈不知怎样回答。

又一次考试。这一次，孩子考了第 17 名，而他的同桌还是第一名。儿子又问了同样的问题。妈妈真想说，人



的智力确实有三六九等，考第一的人，脑子就是比一般人的灵。但她知道，如果这样说，孩子也许就此认为自己是
个愚笨的人，而放弃努力。

儿子小学毕业了，虽然仍没赶上他的同桌，但他的成绩一直在提高。母亲还为此带他去看了一次大海，就是在这次旅行中，这位母亲回答了儿子的问题。

母亲坐在沙滩上，她指着前面，对儿子说：你看那些在海边争食的鸟儿，当海浪打来的时候，小灰雀总能迅速地起飞，它们拍两三下翅膀就升入了天空，而海鸥总显得非常笨拙，它们从沙滩上飞入天空总要很长时间，然而，真正能飞越大海、横过大洋的还是它们。

后来，这个孩子以全校第一名的成绩考入了清华大学。

作为家长，不但不能说孩子是“笨蛋”，还要想办法让孩子坚信自己行，通过自己的努力一定会做得更好，孩子才会有学习的内动力。

家长应该这样说：

(在孩子遇到困难时)

- ① 孩子，你能行，让我们再试一试！
- ② 孩子，不要急，让我来帮助你。
- ③ 孩子，再想一想，一定会有办法的。

是谁给孩子贴上了“笨蛋”的标签

我们的孩子正处于含苞待放的年龄，人生刚刚开始，
是谁给他们贴上了“笨蛋”的标签？





要想找到贴标签的人，只要稍加留心，你随处可以找到。

情景一：李大爷 60 岁大寿，家里来了许多人，儿子、女儿、孙子、外孙子，还有亲戚朋友。在生日宴席上，老人端着酒杯十分高兴地接受着祝福。几杯酒入肚后，老人说：“我这个孙子将来错不了，有出息，从小就会来事，脑瓜灵，将来能当大官。外孙子不行，榆木疙瘩一个，死性，不活，将来是掏大粪的货。”在场的人都笑了起来，被老人贬的外孙子，表情木然，早已习惯了这种评价。

情景二：力男读小学三年级，做家庭作业时，一道应用题把他难住了，他只好去问爸爸：“爸爸，你帮我做一下这道应用题，我做不出来。”

爸爸一看，这么简单的题目都不会做，顿时气不打一处来，“这题也不难啊，你怎么不会，你上课都学啥了？”

儿子站那儿不吭声，爸爸紧皱着眉头说：“好吧，我给你做一遍，你看着。”

爸爸做完之后，说：“儿子，你看懂了吧。”

孩子的手心出了汗，怔了一会儿说：“爸爸，我不懂。”

随即狂怒的父亲把草稿纸撕成碎片，揉成一团砸向孩子，意犹未尽地对孩子说：“我可是真没办法了，你说这题难吗？”

“不难。”

父亲用无比失望的目光凝视着儿子，儿子在锐利的目光中羞愧地低下了头，想了半天，终于明白了。

“爸爸，我太笨了！”

情景一中的李大爷是直接给他的外孙子贴上了“笨蛋”的标签；情景二中的父亲做法很含蓄，他是启发孩子，让

