

父母正思维 带给 孩子正能量

在“爱的教育”底下，
用正面思维引领孩子成长，
才是孩子一生最珍贵的财富

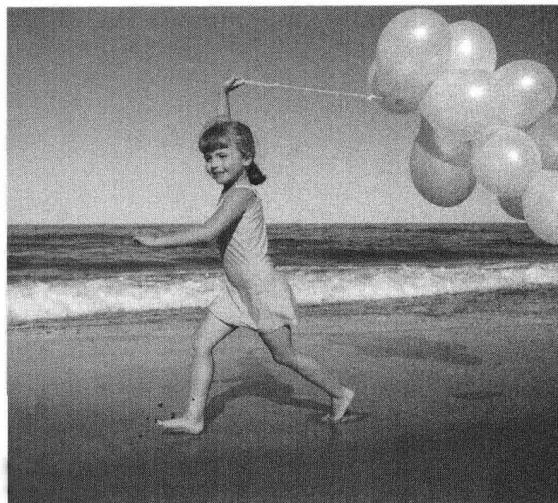
赵莉娟 / 著

“孩子学坏，
都是父母的错。”

这句话，身为父母情何以堪

爱他，就不要做个对孩子照单全收的父母
聪明父母必须懂得为孩子把关

父母正思维 带给 孩子正能量



在“爱的教育”底下，
用正面思维引领孩子成长，
才是孩子一生最珍贵的财富

赵莉娟 / 著

图书在版编目 (CIP) 数据

父母正思维带给孩子正能量 / 赵莉娟著. —北京:
企业管理出版社, 2013.9

ISBN 978-7-5164-0489-8

I. ①父… II. ①赵… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第207849号

书 名: 父母正思维带给孩子正能量

作 者: 赵莉娟

责任编辑: 张 羿

书 号: ISBN 978-7-5164-0489-8

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路17号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 编辑部 (010) 68453201 发行部 (010) 68701638

电子信箱: 80147@sina.cn zhs@emph.cn

印 刷: 北京中新伟业印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 160毫米×230毫米 16开本 14印张 200千字

版 次: 2013年9月第1版 2013年9月第1次印刷

定 价: 28.00元

版权所有 翻印必究·印装错误 负责调换



父母是孩子最大的正能量源

为人父母者，最在意的永远是自己的孩子。我们希望孩子健康，希望孩子优秀，希望孩子有快乐的童年，更希望孩子有无限美好的未来。正是因为我们在孩子身上寄予了这么多的愿望，才使得我们有时候不知道怎么样对待孩子。

我们要他们按照我们说的去做，因为我们经历过，明白！可是他们偏偏不按照我们的来。我们渴望他们进步，不断向前，可是他们却说我们不爱他们，只看重他们的成绩。他们犯了错，我们焦急万分、痛心疾首，可是他们却一次次考验我们的耐心。我们无奈，为什么孩子不了解我们的苦心。孩子苦恼，为什么爸妈这么不尊重我！其实，哪一个父母不是全意为孩子着想呢？可是如果我们的所作所为没有给孩子带来自信快乐和安全感，那么我们全心全意所做的一切还有意义吗？

究竟我们给孩子什么才是最好的呢？这正是本书要和家长朋友们探讨的内容。有人说是财富，可是很多富二代堕落的事实又告诉我们财富有时候是一种祸害；让孩子考取名校，出国留学，可是我们也看到有些名校的学生因为无法适应现实社会而变得浑浑噩噩，有的因为一件小事而致他人或自己的性命于不顾。

所以，这些都不是最根本的，而让孩子快乐、自信、充满爱心，对

序

父母是孩子最大的正能量源



生活和他人充满感激和宽容，勇敢地面对挫折和磨难……这些才是最根本的。

作为父母，我们就是要在生活的点点滴滴中，向孩子传递这种正面的感受。用一个很流行的词就是“正能量”。在面对孩子成长中的各种问题，生活中的各种挑战时，从正面引导孩子，让孩子感到父母爱自己，自己很有价值。早晨，当你想要唤醒沉睡的孩子时，你与其说“快点起床啦，要迟到啦”，就不如说“宝贝，今天阳光特别明媚，你听外面的小鸟都开始晨练了”，这种方式，不会让孩子感到丝毫的厌烦，他会带着笑容睁开眼睛，问你小鸟在哪里。当你带着孩子到公园散步，可是不巧，突然下起了小雨，你与其说“倒霉的天气，一出门就下雨”，不如说：瞧，下雨了，我们一起雨中漫步吧！前者表达的是一种抱怨，后者却是一种随遇而安的达观心态。

同一件事情，观念不同结果就不一样。当孩子出现某种问题时，父母的处理方式不同，其结果会完全不同。就比如，在某个商场的视频监控区，提示语非常与众不同，别的地方是“视频监控开启，请您注意形象”，这里写的却是：视频监控开启，请您微笑！这就是在向公众传递一种正能量。

当然，给孩子传递正能量，需要父母本身具备积极乐观的心态。这不仅体现了父母对孩子的爱和尊重，还体现了父母本身的修养，在给孩子传递正能量的同时，父母也会逐渐变得乐观、幽默、通达。

现在，就请测试一下，您是否是一位合格的家长：

1. 你是否会当众批评孩子。（ ）
2. 是不是很少表扬孩子。（ ）
3. 是否经常拿自己的孩子和其他优秀的孩子比较，然后批评自己的孩子。（ ）
4. 是否经常用自己年轻时的经历教育孩子。（ ）
5. 是否总是对孩子说自己的付出全是为了他（她）。（ ）
6. 是否将教育孩子的希望寄托在学校和家教上。（ ）



7. 是否经常根据自己的标准给孩子定目标。()
8. 是否经常允诺孩子一些物质奖励。()
9. 是否总是觉得孩子的困惑无所谓。()
10. 不愿鼓励孩子或不会鼓励孩子。()
11. 对孩子的事什么都想知道。()
12. 是否经常指责孩子的缺点。()
13. 在教育孩子方面夫妻间常有矛盾。()
14. 常和爱人在孩子面前吵架。()
15. 是否自己的情绪总是随着孩子的分数高低起伏。()
16. 是否认为满足了孩子物质上的需求,孩子就应该努力学习回报父母。()
17. 认为孩子能听懂你讲的道理,就是故意反抗,不去执行。()
18. 不认为自己的行为对孩子的成长有决定性的影响。()
19. 认为孩子的学习成绩与自己的文化水平有必然联系。()
20. 认为关心孩子就是为孩子做所有的事情。()
21. 相信各种速成班。()
22. 教孩子要诚实,自己却在他人面前撒谎。()
23. 认为一味的表扬孩子会让孩子骄傲自大。()
24. 认为孩子学习必须有人看着是正常的。()
25. 限制孩子玩耍时间,自己却经常出去玩。()
26. 如果孩子不听话,就打骂孩子。()
27. 常在孩子面前评说别人长短。()
28. 认为孩子的缺点必须用批评才能改正。()
29. 总在孩子不能完成某件事情时说:“你怎么这么笨!”()
30. 常在生气时斥责孩子:“你看看你的样子!”()
31. 总认为学习是一件痛苦的事情。()
32. 认为孩子学习好或不好是由聪明程度决定的。()
33. 总对孩子说:“只要你好好学习,什么条件都答应你。”()



34. 认为孩子的命运是他自己制造的。()
35. 认为人的性格是不可改变的。()
36. 当孩子说一件得意之事时你却警告他别骄傲。()
37. 认为自己该做的事情都做了好坏全在孩子。()
38. 认为孩子在学习上一点不着急自己却急得团团转()

以上问答，如果符合你的实际情况就在括号里答是，不符合就答否。如果您有5项以上的回答是肯定的，那您就应该加强学习了。如果有10项以上的回答是肯定的，那您必须警惕了。如果有一半项以上的回答是肯定的，您就必须从现在开始改变自己的观念和方法。





第一篇

没有不听话的孩子，只有不会沟通的父母

当孩子从那个小乖乖蜕变成有自己想法的小孩后，父母的抱怨就来了。孩子不听话，父母没办法。其实孩子不听话很可能是你的沟通有问题。寻找更多更佳的沟通方法，更好地了解、帮助孩子，与孩子保持心与心的交流，孩子才会乐意接受你的意见，也会更愿意和你交流。

【特别专题】孩子为什么不愿把心事告诉父母？ / 2

这样做最有效1 由“改变孩子”转为“与孩子快乐相处” / 5

这样做最有效2 别做独裁父母，多让孩子参与决议 / 9

这样做最有效3 与孩子的交流，从非语言的交流开始 / 12

这样做最有效4 用孩子喜欢的方式进行交流 / 16

这样做最有效5 沟通前先把耳朵伸出来 / 19

这样做最有效6 等孩子把话说完 / 23

这样做最有效7 帮助孩子说出心里话 / 26

这样做最有效8 一个拥抱，有时候要胜过“有声”的沟通 / 31

小测试：你的家庭氛围属于哪一种？ / 35

目

录



第二篇

没有不上进的孩子，只有不懂赞扬的父母

孩子的成长离不开父母的肯定，一个缺少赞扬的孩子绝对不会充满自信，向往成功。然而并非随意赞扬，孩子就能进步，如果赞扬不当，也会给孩子造成不良的影响。看来，做父母还真是一件需要好好研究的工作。

【特别专题】赞扬的力量 / 38

- 这样做最有效1 由“找缺点”转为“找优点” / 41
 - 这样做最有效2 只要求孩子力所能及范围内的能力 / 45
 - 这样做最有效3 对每一次进步都要给予赞扬 / 48
 - 这样做最有效4 夸奖孩子要注意细节 / 51
 - 这样做最有效5 夸奖孩子的努力 / 54
 - 这样做最有效6 孩子缺乏自信时，赞扬比批评更重要 / 58
 - 这样做最有效7 赞扬孩子时要表现出你的真情实意 / 63
 - 这样做最有效8 采取适当的奖励方式 / 67
- 小测试：测一测你的赞扬到位吗？ / 70

第三篇

孩子犯了错，父母要懂得如何去“批评”

孩子正是在不断的犯错中学会了很多的道理，最终才成长为一个成熟的人。从这个角度来讲，孩子犯错也是父母最好的教育良机，正确对待孩子的错误，孩子才能从中学习，并更加勇



敢地面对将会遇到的难题。

【特别专题】恰当的批评才能将大错化小小错化了 / 74

这样做最有效1 不要对孩子的错误反应过于敏感 / 78

这样做最有效2 父母宽容的话，孩子就会变诚实 / 81

这样做最有效3 发脾气前让自己冷静下来 / 85

这样做最有效4 批评要考虑行为的动机 / 89

这样做最有效5 批评时不要夸大事实 / 92

这样做最有效6 不要当众发火，给孩子留尊严 / 95

这样做最有效7 放手让孩子“自食其果” / 98

这样做最有效8 允许孩子做出申辩 / 102

小测试：测一测你是否找对了批评孩子的方法 / 106

第四篇

孩子出现小叛逆，父母要把握好“是”和“不”的平衡

每个孩子都将成为独立的个体。即便是还不太懂事的孩子，也有自己的想法，尽管这些想法可能是错误的，但他们也要坚持到底，这就是一种独立性的体现。我们常常称这种行为叫“叛逆”。可是从孩子的角度来讲，叛逆其实是成长的标志。面对叛逆的孩子，我们要做的是运用自己的智慧，保护孩子的独立意识，而不是强迫孩子认同我们的观点，把他们驯化成听话的“乖小孩”。

【特别专题】就事论事，不要给孩子贴标签 / 108

这样做最有效1 当孩子愤怒吵闹时，父母不应与孩子一起发火 / 112

- 这样做最有效2 让孩子感觉到共鸣，就会停止任性 / 115
- 这样做最有效3 合理疏导孩子的“偷钱”欲望 / 117
- 这样做最有效4 因时制宜，让孩子远离脏话 / 122
- 这样做最有效5 对孩子的暴力行为进行“热处理” / 125
- 这样做最有效6 用“体验后果”让爱搞恶作剧的孩子长记性 / 129
- 这样做最有效7 先搞清楚“决心离家出走”的孩子到底有什么问题 / 132
- 这样做最有效8 让孩子感觉到自己被重视 / 136
- 小测试：测测孩子是否有暴力倾向 / 141

第五篇

孩子不爱学习，父母“动脑”强过动怒和动手

学习，贯穿于我们的一生；如何学习，是孩子和家长都要面对的问题。孩子为什么不喜欢学习，甚至逃避学习？家长怎样奖励孩子才科学？出现学习问题后，又该如何疏导孩子的情绪？相信只要父母认真探索原因，用恰当的方法去教育孩子，一定会“柳暗花明又一村”的。

【特别专题】激发孩子的学习动机 / 146

- 这样做最有效1 孩子成绩不理想是因为没有找到方法 / 151
- 这样做最有效2 给孩子一个轻松学习的氛围，孩子就会积极起来 / 153
- 这样做最有效3 培养良好的学习习惯 / 156
- 这样做最有效4 养成专注做事的好习惯 / 159
- 这样做最有效5 别让过度保护毁了孩子的学习能力 / 164
- 这样做最有效6 孩子厌学，最需要的是理解和鼓励 / 168
- 这样做最有效7 让孩子爱上提问 / 173



- 这样做最有效8 看到孩子的努力和进步，培养孩子的自信 / 176
小测试：测一测孩子的学习兴趣度 / 179

第六篇

相信孩子认可孩子，孩子就可以走出懒散的泥潭

拖沓、懒散、做事不专心、没有条理性，这些问题将给孩子的生活带来很大的不便，并且这种习惯一旦形成，孩子会很难应付今后快节奏的生活，甚至还会因此而和成功失之交臂，生活在悔恨和自责中。所以父母一定要让孩子从小养成良好的生活和学习习惯，尽早发现孩子的不良行为，耐心地给予引导和指正。

【特别专题】对做事慢的孩子多一些耐心 / 182

这样做最有效1 与其唠叨，不如做好引导和示范 / 187

这样做最有效2 让孩子帮忙做一些可以胜任的工作 / 190

这样做最有效3 孩子做事拖沓，需要规则和鼓励 / 194

这样做最有效4 让孩子学会自我管理 / 197

这样做最有效5 教孩子做事的条理性 / 201

这样做最有效6 让孩子意识到“蹉跎”时间的不良后果 / 205

小测试：测一测你的孩子做事是否拖拖拉拉 / 208





第一篇

没有不听话的孩子，只有不会沟通的父母

当孩子从那个小乖乖蜕变成有自己想法的小孩后，父母的抱怨就来了。孩子不听话，父母没办法。其实孩子不听话很可能是你的沟通有问题。寻找更多更佳的沟通方法，更好地了解、帮助孩子，与孩子保持心与心的交流，孩子才会乐意接受你的意见，也会更愿意和你交流。



【特别专题】 孩子为什么不愿把心事告诉父母？

在谈这个问题之前，让我们先来回答一个问题：你了解你的孩子吗？很多父母都会毫不犹豫地说：当然了，我身上掉下来的肉我还能不了解。可是实际情况真的如此吗？

在一档名为“知心姐姐”的栏目中，主持人试图和中小学生们交流心声。这档节目出乎寻常的受欢迎。每逢周末，热线电话就响个不停。来电的孩子们谈论的话题涉及到很多方面，如学习负担过重，考试成绩不理想，喜欢上了某个人，与父母的关系出现问题等等。而耐人寻味的是，这些孩子在陈述完自己的烦恼后，往往还要缀上一句，“这些是我的心里话，只想让您一个人知道，对老师和爸爸妈妈也不曾提起，您要替我保守秘密啊！”

在我们的周围也不难发现这样的事例。学校门口，赵阳小朋友拽着妈妈的手不放，怎么都不愿意进教室，可是妈妈问他为什么他又不说。于是妈妈便开始数落赵阳不懂事，还说，你看人家别的小朋友，谁像你这样。可是越说赵阳情绪越不好。妈妈的情绪也开始不受控制了，赵阳没法下台，只好执拗地站在门口。直到老师开始上课了，妈妈才一把把赵阳推了进去。

后来赵阳也没有说出为什么不愿进教室的原因。妈妈想起来总是说：也不知道阳阳那段时间怎么了。

上面的事例不得不发人深思，其实孩子有话不对父母说已经成了一种





普遍现象。某中学的一名心理辅导老师对528名在校生进行了一次问卷调查，其中的一道题是，“当你有烦恼时，是否会找父母倾诉？”结果显示，有69%的学生选择了“否”这一选项，这说明了一个问题，这些孩子在心理上与父母产生了距离甚至是不信任感。为什么孩子们宁愿对着电话另一端的陌生人一吐心声，而不愿意将自己的心事告诉养育、疼爱他们的爸爸妈妈或值得人尊敬的老师呢？其实原因很简单，“热线电话”之所以能获得孩子们的信任，是因为它并不是单纯地为孩子提供了所谓的“标准答案”，更重要的是，孩子们与电话另一端的“知心姐姐”在思想上的交流和沟通比起爸爸妈妈来更能放得开。

每个孩子都会长大，当这些长大了的孩子走在对他们来说还很陌生的道路上时，他们的心需要无时无刻地捕捉来自父母一方给予的正面情感，包括信任、认可、鼓励以及宽容等，而只有在他们从父母这里得到这些正能量的支持以后，才会始终对父母敞开心扉。现实中却相反，有的父母虽然看着自己的孩子在每天变大，但自身对孩子的教养方式却并没有随着成长，一旦孩子开始出现一两次“反常”、“抵牾”或“较劲”时，他们就会认为自己作为父母的尊严受到了挑战，常常采取一些压迫式的话语或行为来让孩子屈服。孩子这时候即使想跟父母进行交流，也会被这种阵势吓倒，所以干脆选择不说。久而久之，孩子就会觉得和爸爸妈妈没有共同语言，爸爸妈妈经常不能理解他们的想法，而且担心爸爸妈妈在某些事上小题大做，孩子的心便越来越变得不习惯向父母开放，而他们的嘴也时时紧闭着，偶然张开，也常常言不由衷。因为孩子心里原本的那种对父母的情感期待已渐渐失落，于是他们更喜欢关起门来，让自己一个人去咀嚼酸甜苦辣。

据一项针对中小学生的调查结果表明，如果父母懂得主动和孩子沟通、交流，孩子就会成绩优异，心理发育良好；而经常违拗父母的意见、离家出走、早恋、严重者甚至采取危险行为的现象或事件，往往发生在那些不愿与父母沟通、交流的孩子身上。由此可见，亲子之间的良好沟通，在孩子的成长道路上起着非常重要的作用，也是加深父母与孩子感情的有

利工具。那么，作为家庭中占据主导一方的父母们，是不是需要转变一下“居高临下”的态度，不仅把孩子当作亲人，而且当作朋友和伙伴呢？只有这样，才能让孩子亲近自己，信任自己，当他（她）们有什么事情时，也就非常乐意把父母当作第一个倾诉对象了。





这样做最有效1

由“改变孩子”转为“与孩子快乐相处”

场景A:

儿子在学校里是个好学生，可是一回到家就变成了一个不听话的孩子，叫他做什么，他总是假装没听见。有一天，我让他帮我拿点东西，他却充耳不闻，直接就进到房间关起了门……

场景B:

我每次问起女儿学校里的事情时，她都不愿意多说。上个星期，女儿的班主任老师给我打来电话，说了一些女儿在学校里的表现如何如何，当女儿回家我问起来的时候，没说几句，女儿就显出一副不耐烦的神情，说：妈妈，有些事跟您说了您也不明白……

场景C:

我每次跟儿子讲话，他要么嗯啊几声，要么就点几下头了事，等我追问他刚才我说了什么的时候，他却茫然不知所云……

诸如此类的“不和谐”场景，可不是我随意想象出来的，这都是我在与一些父母交流时，他们亲口告诉我的。而且我相信，这些场景还并不是个例，日常生活中应该有很多父母也一定亲身经历过吧。可想而知，一旦这种场景在家庭中上演，不仅仅是父母一方会觉得“堵心”，忍不住发泄出来，而成为发泄对象的孩子最后也会是一肚子的“郁闷”。大多数家长可能会这样想：“孩子是我生的，我想让他怎么样就怎么样。”或者：

