

★★★
家教
新理念
★★★



好孩子

不是惩罚出来的

——优 育方法

时代变了，教育方法也要变

郭志刚◎编著

你还能用惩罚来教育孩子吗？

不用打骂，你的孩子也能成才！平心静气地教育，你的孩子更听话！
不动气、不发怒，轻松培养出好孩子！

北京工业大学出版社

好孩子 不是惩罚出来的

——优秀家长的教育方法

郭志刚◎编著

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

好孩子不是惩罚出来的：优秀家长的教育方法/郭志刚
编著. —北京：北京工业大学出版社，2013.11

ISBN 978-7-5639-3674-8

I. ①好… II. ①郭… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第231867号

好孩子不是惩罚出来的——优秀家长的教育方法

编 著：郭志刚

责任编辑：杜曼丽

封面设计：尚世视觉

出版发行：北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园100号 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人：郝 勇

经销单位：全国各地新华书店

承印单位：北京集惠印刷有限责任公司

开 本：787 mm×1092 mm 1/16

印 张：18.5

字 数：237 千字

版 次：2013年11月第1版

印 次：2013年11月第1次印刷

标准书号：ISBN 978-7-5639-3674-8

定 价：29.80元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题，请寄本社发行部调换 010-67391106)

前 言

在很长一段时间里，我们中国人的教育方式是十分重视惩罚的，“棍棒底下出孝子”、“孩子不打不成器”等说法都是从古人的教育方法中衍生出来的。在特殊的社会环境下，惩罚性教育的确起到了很大的作用，但随着时代的变迁，这种教育方式也逐渐显示出了它的弊端。

家长们都深有体会，孩子在很小的时候，惩罚性的教育是很有效果的，但是随着年龄的增长，孩子越大越打骂不得，他们已经有了较强的自尊心和反抗意识，再也不像小时候那样听任家长的安排了。面对叛逆的孩子，家长们经常束手无策，或者强加管教，或者放任自由，但这些教育方式的收效都不是很好。

很多家长有这样一个误区：教育是为了让孩子听话，所以经常惩罚孩子，孩子害怕了自然就听话了。这种认识是错误的，家长教育孩子，为的是帮助孩子健



好孩子不是惩罚出来的

——优秀家长的教育方法

康、快乐地成长，培养孩子成长。所以，惩罚性的教育并不利于这个教育宗旨。

想要让孩子快乐地成长，家长就要放下手中的棍棒，耐心引导孩子慢慢前行。家长可以从了解教育、了解孩子、了解社会入手，为自己的孩子量身打造出一套科学的非惩罚性的教育方式，比如，如何让孩子改掉坏毛病、怎样培养孩子的正能量、怎么让孩子亲近家长，等等。

虽然我们现在强调非惩罚性教育的作用，但并不代表教育中就没有批评。教育专家认为，没有批评的教育是不完整的，同样，没有惩罚的教育也是有缺陷的。很多时候，家长需要适当地批评一下孩子，这样能够加深孩子对错误的认识，也有利于帮助孩子积极改正。

为了帮助广大的家长们走出教育的误区，指引家长们更科学地教养孩子，我们推出了这本书。本书有大量的典型事例，是家长们常见的家教难题，围绕这些事例，向家长们介绍了多种教育妙招，让家长们不惩罚也能教育出好孩子来。如果家长们在为如何平心静气地管教孩子发愁，那就翻开这本书吧，相信你一定会有很大的收获。

目 录

第一章 为什么家长们都会惩罚孩子

孩子是否真的“不打不成器”	3
“大吼大叫”使亲子关系更僵化	7
好孩子真不是“吓”出来的	12
好父母不把孩子当作“出气筒”	16
“唠叨教育”并不利于孩子的成长	20
家长的权威不能滥用	25

第二章 放下棍棒，真正赏识你的孩子

孩子的闪光点需要家长用心去发现	33
不抛弃、不放弃，让孩子快乐地成长	37
孩子有“破坏力”，父母应该感到高兴	41
男孩适当流泪，更利于成长	45
男孩的成长也需要经常夸奖	49
做一个善于激发孩子潜能的好家长	53
教育孩子慎用“比较法”	57



好孩子不是惩罚出来的

——优秀家长的教育方法

第三章 每个孩子都是独一无二的，因材施教效果最好

孩子内向，父母不用担心焦虑	63
告诉男孩，要像男子汉一样生活	66
叛逆的孩子要这样管教	71
孩子撒泼，家长需要刚柔并济	75
家有乖孩子，父母的教养要更上心	79
多管齐下让“慢性子”的孩子快起来	83
外向的孩子好教养	87

第四章 亲子沟通越融洽，孩子越好管教

好父母常听孩子的心里话	93
贴心父母善于读懂孩子的情绪变化	98
不再打骂，亲子沟通从了解开始	102
家庭和谐，孩子和父母更亲近	106
父母怎样说话，孩子才更听话	111
亲子沟通，多种方式齐上阵	115

第五章 塑造孩子的好习惯，省却很多惩罚性教育

孩子懒惰，家长是该责骂还是反思	123
聪明的父母引导孩子拒做“三只手”	127
不动怒也能制止孩子说脏话	131
不责备、不惩罚，让孩子轻松改掉“说谎癖”	134

用智慧劝导孩子做个节约“小专家”	139
不用惩罚，孩子也能有计划地学习	143
孩子学习，养成好习惯胜过打骂教育	147

第六章 激发孩子的正能量，胜过惩罚和说教

不吵不骂，更易于培养出乐观的孩子	153
孩子有梦想，家长才更欣慰	157
告诉孩子“你能行”，让孩子不再自卑	161
孩子的正能量需要父母用“爱”激发	165
孩子不虚荣、不攀比，家长会省心	169
孩子的自信不是打骂出来的	173

第七章 多次责骂不如让孩子体验一次“撞南墙”

别让孩子跨不过“困难”这道坎	181
鼓励胜于批评，让孩子跌倒后自己站起来	186
聪明的父母会和孩子一起体验社会	192
遇到挫折，鼓励孩子自己想办法解决	196
锻炼孩子承受力，从爱好入手更见效	200

第八章 规则教育，让孩子明白不能随心所欲

让孩子遵守家规，不能仅靠打骂约束	207
家规第一条是做个有责任心的人	211
用心教育，让孩子更有责任感	216



好孩子不是惩罚出来的 ——优秀家长的教育方法

让孩子明白遵守规则是一个人的本分	220
不惩罚，让犯错误的孩子勇敢承担责任	224
告诉孩子“成大事者必须拘小节”	227

第九章 说一万遍，不如给孩子做个好榜样

孩子的好性格是向父母学来的	233
纠正孩子的坏脾气，父母要从改变自身做起	237
换位思考，优秀父母的家教“好帮手”	240
知错就改的父母更能赢得孩子的尊重	244
父母勤快，孩子才不懒惰	248
父亲不近烟酒，孩子远离恶习	253

第十章 非惩罚性教育中需要注意的几个关键问题

不惩罚更不能溺爱孩子	261
激励孩子不能单靠奖赏	265
不打骂孩子不等于过度保护	269
表扬很重要，但批评也不能缺少	273
教子不能心急，慢养更利于孩子成长	277
隔代抚养对孩子成长的不利之处	281

第一章

为什么家长们都会惩罚孩子



当孩子犯错时，你是心平气和地对他进行教育，还是直接扬起手掌教训他一顿呢？对于工作了一天、精疲力竭的家长们来说，有相当一部分人会选择后者。在孩子不听话时，你总是对他大吼大叫；当你在工作上遇到不顺心的事时，孩子可能会成为你的“出气筒”；孩子已经懂事了，可你还是要在他的耳边喋喋不休……殊不知，家长们这些不经意的行为会让孩子很烦。作为家长，你应采取一些更为有效的非惩罚性教养方式，让你的孩子更快乐地成长。

孩子是否真的“不打不成器”

虽然媒体、教育专家都在呼吁家长们放下手里的棍棒，不要惩罚孩子，但打骂孩子的现象还是很普遍。究其原因，主要是孩子经常犯错误，而且还是犯类似的错误。不过，有的家长体罚孩子主要是因为自身的性格问题，比如有的家长脾气暴躁，动不动就打骂孩子，不懂得克制自己的情绪；其中也有代沟的原因，孩子的想法和家长不一样，经常和家长对着干，这样当然会引起家长的不满，打骂孩子也就很正常了。不过，打骂孩子终究是不可取的教育方法。

张浩今年升入六年级了，这是他小学生涯的最后一年。他的学习成绩一直不错，老师们都很喜欢他。老师们喜欢他还有另外一个原因，那就是他的话不多、性格有些内向。在老师的眼里，这样的乖男孩是很难得的。而且在大部分人眼中，这么温顺可爱的孩子肯定是父母的心头肉，被千般宠、万般爱着，但事实并非如此。一天之中，张浩最高兴的时候就是从家门口走出来的那一刻，走在上学的路上，他觉得自己无比的轻松和愉悦。因为在家里，他经常有窒息的感觉。

张浩虽然性格温和，但反应却有些迟钝，在父母眼中，这样的他在同龄人中实在是没有任何特色，甚至还显得有些笨拙。张浩的父母都是社会精英，面对不争气的儿子，他们认为应该对儿子进行严格的教育，这样才能把儿子培养成为他们心目中的优秀孩子。

不过，他们口中所谓的教育，其实只是简单的施压和打骂，张



浩对此十分反感，但面对“权威”的父母他又无可奈何，因此便越来越不想待在家里。每次放学回家，张浩都觉得非常痛苦。昨天的语文测试成绩出来了，张浩得了满分，本以为今天爸爸妈妈不会再找茬儿了，但当他把成绩单拿给妈妈看时，妈妈皱起了眉头，生气地说：“这里写错了一个字，看来你们老师一点也不严格。”

张浩伸头一看，确实是有一个字写错了，虽然只是少写了一横，但在妈妈眼中却是一个不可饶恕的错误。

张浩二话没说，乖乖地把自己的手伸了出去，低头闭上了眼，像往常一样任凭妈妈“处置”。

“扣一分打一下，如果是不应该犯的错误，一处打十下，站好，自己数着。”妈妈说完，一尺子已经打在了张浩的手心上，他疼得颤了下身子，却不敢动。

“1，2，3……10。”数完十下，妈妈便把尺子放到了桌上，然后指着试卷上的错字说道：“把这个字写一百遍，吃饭前给我检查。”

“嗯。”张浩点了点头，正要去拿试卷，姑姑推门进来了，“嫂子，你们怎么连门都不锁啊？”

“浩浩，看你犯的错！”妈妈盯着张浩看，张浩心一颤，原来他进来的时候在想事情，忘记关门了。这可怎么办？在妈妈眼里，忘记关门，也是犯错吧？不知道该怎么回答的他，只好又伸出了手，就挨几下打吧。

“哎？”姑姑走过来，看到张浩有些发红的手后，就担心地握了起来，“怎么回事？嫂子，你们家浩浩又犯错了？别总是打孩子啊，多疼啊！”

妈妈不以为然地说道：“不打不骂不成器。我们小时候不是也常挨打吗？这样，他以后就不会犯同样的错误了。”

姑姑知道说不过妈妈，只好叹着气把浩浩领回了屋，边走边小声对他说：“以后，你妈妈要是再打你，你就跑，或者和她讲道理，别总傻傻地等着挨打，这样会让她以为你就该打，听到没？”

张浩听了，抬头看着姑姑，暖暖地笑了。

西方的法律中允许父母对子女做一些温和的惩戒，如果惩罚过重，家长就会面临着最多5年监禁的刑罚。《中华人民共和国未成年人保护法》也明确规定，不得对未成年人进行体罚。不过，很多家长都无视法律的存在，经常对犯错的孩子进行体罚。有的家长甚至制定了家法，严格规定孩子受惩罚的程度，错误小惩罚就轻，反之则重。由此可知，有的家长把惩罚孩子当成一种很自然的事情了。

“能不能打孩子”是个很有争议的问题，一部分家长觉得“棍棒底下出孝子”、“不打不成器”，所以动不动就对孩子进行训斥或是体罚；还有一部分家长认为打骂孩子不是一个好方法，可是又不知道怎样对待不听话的孩子，每次被孩子惹生气后都忍不住打孩子几下之后又为自己的行为作检讨。

家长体罚孩子大多是为了让孩子不再犯类似的错误，但事实证明这种方法是行不通的。如果一个孩子小时候经常遭受体罚，那么他就会变得粗暴、懦弱、爱撒谎等。心理学家调查发现，十个少年犯中，至少有七个孩子有过家庭暴力的经历，所以体罚是一种极不可取的教育方法。

家长之所以冲动地惩罚孩子，主要是不了解自己的孩子在生活中，很多家长由于忙于生计没时间关心孩子，时间长了，孩子就开始疏远父母，父母也会觉得孩子越来越无法沟通。所以，家长一定要多抽时间陪伴孩子，并与孩子或者老师及时沟通，多了解一下孩子。如果家长知道孩子的习惯和缺点，那么当孩子犯错时就可以用沟通的办法来解决了。比



如，孩子做作业时总是粗心大意、不认真，这时家长可以提醒孩子多检查几次；如果孩子经常说脏话，家长就能及时发现并尽快帮孩子改掉这个不良习惯。了解孩子就能减少对孩子的误解，当孩子不听话的时候，家长也可以理智地解决问题。

其实孩子经常犯类似的错误是因为内疚感还不强，所以父母在生活中要时常为孩子传达一些正确的观念，告诉孩子什么是对的，什么是错的，怎么做才能得到他人的赞赏，等等。这样，当孩子再次犯错时，他内心的良知就会让他产生内疚感，以后就会尽量克制自己犯类似的错误。

有的家长打骂孩子是因为对孩子的期望过高，故事中张浩明明只写错了一个字就受到了妈妈的体罚，很明显这位妈妈对孩子的要求过于苛刻了。生活中这样的家长有很多，他们对孩子抱有过高的期望，当孩子的成绩或者做法不能让自己满意时，就习惯性地用体罚的方式惩罚孩子。其实，对孩子的期望过高、要求过严，不仅会伤害孩子的身心健康，还可能引起孩子的抵触心理。当孩子发现无论怎么做都会挨打时，他索性就不学了。所以，如果家长想让自己的孩子少犯错误，首先要端正自己的态度，不要对孩子期望过高，否则会起到反作用。

很多时候家长对孩子的体罚其实是多此一举的，甚至起到反作用，因为他们没有搞清楚孩子犯错的原由。当孩子不听管教时，家长们通常都会气得动手打孩子，这时有些孩子出于害怕不得不承认自己的错误，而有些孩子不但不承认错误，反而会跟父母大吵大闹。所以，家长体罚孩子的做法并不能真正地解决问题。当孩子犯错时，家长应该保持冷静，耐心地询问孩子犯错的原因，然后帮孩子分析他错在了哪里，并引导孩子想出解决问题的方法。其实，如果家长们心平气和地去了解事情的原委后，也许会发现孩子其实没有犯什么“不可饶恕”的错误，而且还有可能发现孩子身上的闪光点。

管教妙招

◎家长应该多和孩子沟通，增加对孩子的了解，以帮助孩子早日发现问题、改正错误。

◎帮助孩子形成正确的是非感，这样孩子就不容易再犯类似的错误。

◎家长不要对孩子期望过高、要求过严，这样会给孩子带来很大的压力，不利于孩子的健康成长。

◎在动手打孩子之前先问一问孩子犯错的原因，然后再根据具体情况帮助孩子认识错误、改正错误。

“大吼大叫”使亲子关系更僵化

有的家长经常对犯了错的孩子大吼大叫，脾气倔的孩子当时就会和家长顶嘴，以示自己对这种教育方式的不满，而性格内向的孩子当时不敢说什么，但心里却想，“妈妈（爸爸）真讨厌！”所以大吼大叫根本起不到好的教育作用。

晚上，大家都睡了，但厨房里却传来“啪”的一声响。闻声而来的爸爸妈妈冲进厨房，看到女儿云朵呆呆地愣在原地，紧张地看着地上的碎碗片。

爸爸没有在意这件事，但妈妈却觉得好像发生了一件天大的事，她手扶额头喊道：“你怎么这么笨手笨脚的，昨天就打碎了一个



好孩子不是惩罚出来的

——优秀家长的教育方法

碗，今天还不长记性。不是说不让你随便碰这些易碎的东西吗？一点都不听话！要是再这样下去，家里的碗啊、杯子啊都会被你摔完的。咱们家本来就不富裕，照你这么摔下去，迟早有一天要搬到贫民窟去住的。”

“这么小题大做的干吗，我又不是故意的。这碗上有油，我一拿就滑下去了。”云朵为自己辩解道。不过话刚说完她就后悔了，因为晚上是妈妈刷的碗，这么一说，不是怪她没有把碗刷干净吗？

她的担心一点都不多余，话音刚落，妈妈又大嚷起来，而且声音比刚才高了很多：“你还有理了，难道还要怪我不成？你不好好睡觉，大半夜跑到厨房来做什么？”

“您有必要这么生气吗？我刚才想早点把作业写完，所以晚饭没有吃饱，现在有点饿了，到厨房里找点吃的。”云朵很不喜欢妈妈大声叫嚷的习惯，回答时也故意和妈妈大声嚷嚷。

妈妈更是气不打一处来，“吃饭的时候叫你多吃点，你偏不听，现在又跑到厨房里来捣乱，我看你是成心让我不痛快！也不知道你的脑子里整天都在想些什么，学习也不好，做事也不让人放心，你到底还能干什么啊？”

云朵听了眉毛险些竖了起来，妈妈刺耳的吼叫让她难以忍受，她刚想反驳，爸爸便出来解围了。

“老婆！”爸爸有点严肃地说：“只不过是摔坏了一个碗，你是不是有点小题大做了！”

听了爸爸的话，妈妈也觉得自己有点过了，不免有些心虚，轻咳一声，摆着手说道：“行了，行了，你们快出去，我来收拾这个烂摊子。”

于是，爸爸拉着云朵走出了厨房。