

科学育儿知识丛书

婴幼儿教育 (十九)

韩文 主编

延边大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

科学育儿知识丛书/韩文主编.

—延吉: 延边大学出版社, 2004.11

ISBN 7-5634-1732-X

I. 科…

II. 韩…

III. 婴幼儿—保健—基本知识

IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 111169 号

延边大学出版社出版发行

(吉林延吉市公园街 105 号 邮政编码 133002)

中铁十六局印刷厂印刷

787×1092 32 开 495.75 印张

2004 年 11 月第 1 版 2004 年 11 月第 1 次印刷

印数: 1~1 000 册

定价: 1504.00 元(本卷 16.00 元)

目 录

◎宝宝做错让我轻声地告诉你	1
◎如何对付坏脾气宝宝.....	2
◎你是否打造了说谎的孩子.....	5
◎教育孩子懂礼貌不能粗鲁.....	8
◎对不诚实：预防胜过调查.....	12
◎被激发的谎言	14
◎权威需要简短少说更有效.....	17
◎恐吓：不端行为的邀请函.....	19
◎抢救吃饭时间的亲子对立.....	21
◎父母如何以童心理解孩子.....	26
◎孩子打架让他自己想办法.....	33
◎孩子只听真理不“听话”	35
◎宝宝打人三种方法帮你解困	41
◎孩子不肯呆在禁闭室怎么办	44
◎孩子毁坏房间的东西怎么办	47
◎家里有客人该怎么管孩子.....	50
◎轻松处理小毛病.....	53
◎宝宝躺在地上撒娇该怎么办	57
◎宝宝要买这买那怎么办	59

◎家长如何让孩子集中注意力	62
◎孩子犯错家长沉默	63
◎谁在鼓励孩子“讨价还价”	67
◎别让孩子变成“小暴君”	70
◎先表示理解再设法说服	76
◎要注意培养孩子有分享意识	77
◎对“物质小孩”说“不”	79
◎妈妈，请做好诚实的好榜样	84
◎宝宝吃饭难题全攻略.....	90
◎如何避免和宝宝的餐桌大战	96
◎妈妈宝宝之当孩子不听话时	101
◎延迟满足课程	104
◎轻轻松松处理孩子的小毛病	111
◎怎样纠正孩子吸烟的坏习惯	115
◎当孩子私自拿了别人的东西	119
◎教你如何让你的孩子不说谎	123
◎让宝宝自己吃饭的 7 个诀窍	129
◎莫让“餐桌教育”坏了胃口	138
◎怎样纠正孩子任性的坏习惯	140
◎孩子学不好的习惯怎么办.....	144
◎2 岁的孩子在幼儿园咬人	146
◎孩子注意力总是不集中	146

◎专家解析孩子为什么编瞎话	147
◎女儿不咬指甲了.....	150
◎女儿为什么爱扔东西.....	152
◎教育孩子讲方法批评讲艺术	156
◎电视机的危害“印刻效应”	158
◎解决孩子偏食父母要有耐心	160
◎让宝宝快乐吃饭致胜招招灵	162
◎当孩子的行为慢吞吞的时候	166
◎孩子患病时不能无理性娇惯	168
◎父母应正确对待孩子的口吃	170
◎让纪律成为孩子快乐的规则	176
◎如何让孩子从自由走向纪律	182
◎如何避免和对待孩子的撒谎	189
◎耐心纠正孩子注意力不集中	191
◎会引起孩子撒谎的几种原因	193

◎ 宝宝做错让我轻声地告诉你

日常生活中，一些父母发现孩子有过错时，常常不问缘由地大声呵斥、责骂，甚至大发雷霆。他们以为，这样才是对孩子的严格要求。事实上呢，效果往往适得其反。

按照儿童的心理特点，用“低声细语”的悄悄对话方式教育孩子效果更好。孩子处在生长发育阶段，自控能力较差，情绪极易受外界环境的影响而变化，高声训斥会使孩子因受到突然袭击而惊慌失措，精神处于高度紧张状态以致引起反感，根本听不进家长的话，也就谈不上教育效果了。有时，高声训斥虽然能暂时制止住孩子的不良言行，但孩子口服心不服，久而久之会产生对立情绪，引发孩子的沉默、固执等对抗方式，甚至养成当面一套背后一套的坏习惯。另外，一味指责，甚至体罚，会使孩子的情绪受到影响，失去对家长的依赖感、信任感，有可能导致父母与子女间感情疏远。

著名教育家苏霍姆林斯基认为，尊重与要求之间存在一种“数学依存性”——即 10 与 1 之比。也就是说，要在 10 倍尊重孩子人格的基础上对其进行要求。严格的要求始于高度尊重孩子的人格和个性，否则，严格要求犹如逆水行舟。因此，父母在

教育的表述形式上，应摒弃高声训斥的做法，代之以低声调的悄悄对话。

作为一种良好人际关系的反映，悄悄对话体现着父母与孩子之间的亲密关系以及相互间的尊重和依赖。当父母用低声调教育孩子时，孩子会察觉到大人的沉着和威严，从而稳定住自己的情绪。这时，父母也就有时间来冷静地观察孩子，有的放矢地进行教育。低声细语与孩子进行悄悄对话，孩子感到自己与父母处于平等的地位，能使孩子真正领会大人的话是正确而重要的，从而在不知不觉之中接受大人所讲的道理。常用这种温和亲切的低声调来与孩子对话，还可以增强孩子对父母的信任感，增强孩子与父母进行交流的自信心，增进子女和父母间的关系。

◎如何对付坏脾气宝宝

许多妈妈都有这样的烦恼：宝宝一到商城就会发脾气、使性子，大庭广众之下经常让妈妈很难堪，想好好管教也没有办法。影响了购物的愉快心情倒也罢了，任凭孩子随便在公共场合撒野发脾气可不是小事情。

以下是很多对此颇有心得的妈妈们的贡献出来的“秘诀”，仔细看好，说不定这个周末就可以派得

上用场呢！

甜甜妈妈：自我欣赏

我的孩子 1 岁半，每次去商城购物她总喜欢上蹦下跳搞得我筋疲力尽没有时间挑选商品。后来，我发现了一个小窍门，购物时，用这个方法能让小家伙安静下来。无论什么时候孩子开始没有了耐心，我就从钱包里拿出一本小相册。女儿喜欢看相册里面自己的照片，相册会吸引住孩子的注意力好一会儿，而我也就可以安安静静到收银台付款了。

粒粒妈妈：马上离开

只要我家粒粒在公共场合发脾气，我们就会马上离开那里——即使我正在选衣服或为他挑选玩具，我会立刻丢下挑好的东西；如果我们正在餐馆吃饭，我会要求打包把饭菜带走，立即离开宝宝发脾气的地方。开始这样做的时候，我并没有立即看到什么效果，但我还是坚持。现在，6 岁的粒粒已经很听话了。

小熊妈妈：宝宝也爱购物

每次带儿子逛超市，我都让他和我一起挑选东西。我还会让他挑选一样价钱合适的他想要的东西，例如他最喜欢的零食、小玩具或者牙刷。如果

在这个超市购物的时间里，有任何不讲道理的行为，那他就得把自己选的东西放回到货架上去。整个购物的过程，我一直让他拿着自己选的东西，而且，我让他自己把这样东西放在收银台上。

THEO 妈妈：堵住宝宝的嘴

每次带宝宝去商城购物，我都会在商城超市的蛋糕房给宝宝买个他最喜欢的点心。我发现孩子吃到了他一直盼望的东西后，会很乖，很听话，起码维持到我把2楼的女装部逛一圈。

小杰妈妈：当他不存在

有一次，我儿子在购物中心大发脾气，因为当时他正在儿童中心玩得高兴不愿离开，而我们又非走不可，他甚至开始大声尖叫，我简直担心别人以为我在绑架他！但是我知道我不能屈服于他的尖叫。于是我咬着嘴唇，拉着小家伙马上离开。如果我让步了，可能当时的情况会变好，起码我没有那么尴尬。但是从长远看，我一定要坚持，对他的扭打和尖叫熟视无睹。我想小家伙一定是意识到尖叫没有用，因为自打那次以后他再也没有那样做过。

专家提醒

无论什么年龄的孩子都会有情绪不好的时候，

都会有不良的情绪以及逆反心理。儿童只是刚刚开始发展他们的认知能力和控制他们的感情。此时是父母教育的最佳时机，否则小孩子就容易变得脾气暴躁、不服管教。

◎你是否打造了说谎的孩子

有专家说：“说谎作为一种性格因素，对孩子的成长过程有着不可估量的影响。也许，很多家长都认为说谎不是件好事，但从心理学角度讲，撒谎的孩子在心智上比不会撒谎的孩子更高。孩子说谎，作为家长要正确理解并加以引导。”——

事实证明，无论你怎么教孩子，他们迟早会对你说谎。孩子愈大，谎话越多也越高明。那么，孩子为何要说谎呢——

害怕惩罚

孩子对周围的一切都感到好奇，所以也就特别容易做错事，这时孩子内心紧张而恐惧，害怕家长的训斥和打骂，内心会受到一种压迫，担心受罚而诱发其说谎。

家长的错误所导致

家长的行为对孩子的成长有直接而深刻的影响。如孩子不愿去幼儿园，有些家长总喜欢说，今

天去一次，明天不去了。时间长了，孩子就会认为说谎很正常，无形中从家长那里学会了说谎。

家长对孩子及他人说谎的态度影响孩子

孩子说谎，家长没有及时指出并给予批评教育，对其他人类似的情况也不表示反对，没有表明正确的态度，令孩子习惯于接受家长的态度，认为说谎没有什么不对。

自卑

有些孩子因学习成绩方面的原因得不到老师的表扬，在同学中也不引人注目，孩子会有不如别人的自卑心理。所以，孩子有意识地说谎带有恐惧和企求获得表扬的心理。

如此看来，说谎对于孩子来说不是一个问题，而是一个解决问题的办法。根据这种理论，可把说谎者分为三类：

偶尔说谎者

这类孩子在一般情况下可以很诚实，但碰到个别情况可能会不讲真话，有时甚至并无明确动机，只是不想让家长知道真相，就随口编出谎言。这类孩子不经常说谎，说谎时或说谎后往往都显得表情

不自然，嗓音不正常，甚至出现眨眼、摇头、颤抖、口吃等反常动作。他们的心理活动很易被人看穿，也往往易引起家长的怀疑。

病态说谎者

比起第一类来，这一类孩子所占比例要小得多。他们往往是从第一类中进化而来的。他们出于某种原因，对自己不甚满意，想在别人面前展现另一种较为满意的形象，最后可逐步升级至弄虚作假的地步。不过，这类孩子撒谎大多并没有什么目的，只是为了掩饰、标榜、美化自己而信口开河。

社会病态说谎者

这类说谎者往往有明确目的，而且说谎已成为生活的一部分，一天不撒谎便会感觉难受。实际上他已把谎话当作进入一种虚假天地的办法、当作获取自我解脱的一种手段。研究发现，社会病态说谎者往往在孩子时期便养成了撒谎的习惯，如逃学后为了逃避惩罚而对家长撒谎，一次得逞后又二次、三次，渐渐便习惯成自然，最后终成恶习。

温情提示：如何对待说谎的孩子？

要教孩子成为一个真诚正直的人，家长应善待他的谎言，根据不同情况客观分析，对他进行正确

的教育引导，即使孩子有了错误，只要说了真话，就应肯定他的做人之道，并引导他不断地完善自己；不用打骂、惩罚、斥责等消极方式对待孩子，或避免他以谎言应付家长。要与孩子成为朋友，建立相互信任关系；如果是因为家长的原因造成孩子说谎，家长应检讨自己，进行自我批评，并对他做出合理的解释。

教孩子认识、适应社会。在当今多元化的环境中，要学会适应多样化的人际关系。对不同的人说不同的话，是人际交往所必需的技巧，但决非谎言。所以，虽然谎言的标准也会随时代而变化，但待人处事要有自己的原则和做人标准。

家长不要做出极端的反应。家长要向孩子说明，生活中每个人都会有错误。一旦发现孩子说谎，不要训斥，而是若无其事，可以在他面前有意识地表扬朋友的孩子做错了事，诚实地讲了出来就是好孩子，就能得到原谅，以此来诱导。一般情况下，孩子知道做错了事，在没有压力的情况下，往往都会主动地讲出来。

◎教育孩子懂礼貌不能粗鲁

个人榜样和公众习惯。礼貌既是品质特征，也是社交技巧，孩子可以通过对有礼貌的父母同化、

模仿来学会礼貌举止。不管在什么情况下，在教育孩子要有礼貌时，父母必须要有礼貌。但是，父母经常很粗鲁地教育孩子要懂礼貌。当孩子忘了说“谢谢”时，父母会当着其他人的面指出来，这种做法至少可以说是很不礼貌的。父母急急忙忙地提醒孩子说再见，甚至他们自己都还没道别。

六岁的罗伯特刚收到一件包装好的礼物，他满心好奇，用力地挤压盒子，想弄清楚里面包的是什
么，妈妈在一旁看着，开始变得焦躁、紧张起来。

妈妈：罗伯特，住手！你弄坏礼物了！当你收到礼物时该说什么？

罗伯特(生气地)：谢谢！

妈妈：这才是乖孩子。

罗伯特的妈妈大可以不必这么粗鲁地教孩子学习礼貌，而效果也会更好。她可以说：“谢谢您送他这么可爱的礼物，帕特丽夏姑妈。”相信罗伯特会跟着表达他自己的感谢。如果他没有那么做，他的妈妈可以在事后就他们两个人时，处理社交礼仪这件事。她可以这么说：“帕特丽夏姑妈很体贴，很周到，想到你，并且还送你礼物，我们给她写一封感谢信吧，她知道我们惦记着她，她一定会很高兴的。”这种方法比直接的训斥要复杂，同时也更

有效。生活中美好的细节不可能靠大锤来灌输。

当孩子打断大人们的谈话时，大人通常会生气地说：“不要无礼，打断别人的谈话是很不礼貌的。”但是打断插话的人同样也是不礼貌的。父母在要求孩子懂礼貌时，不能用粗鲁的方式。可能这么说会好一点：“我希望能把话讲完。”

说孩子不礼貌不会有好的效果，和父母的愿望相反，这不会让他们变得懂礼貌起来。而且这样做的危险是孩子会接受我们的评价，然后把它视为对自己的看法的一部分。一旦他们认为自己是无礼的，那么他们就会一直以这种形象生活下去。对于无礼的孩子来说，行为粗鲁是很自然的事情。

尖刻的指责和悲观的预言对孩子没有任何帮助。要想有更好一点的效果，大人必须使用简单的、有礼貌的语句。去朋友或亲戚家拜访提供了向孩子示范礼貌的机会。拜访对父母和孩子来说都应该是愉快的，而要想玩得开心，最好的方法就是把对孩子行为负责的重担交给孩子自己以及主人。

孩子认识到我们不愿意在别人的家里严厉训斥他们，他们相信这种地域差异，于是就选择这些地方来做出一些不当行为。对付孩子这种策略的最好办法，就是让主人制定他们家的规矩，并且由主人

来执行。当孩子在玛丽阿姨家里的沙发上跳来跳去时，让玛丽阿姨来决定这沙发是不是可以跳，让她来作出限制。当限制是由外人制定时，孩子们比较容易遵守。而妈妈在教孩子守规矩的责任下解脱出来之后，这时，她可以帮助孩子，说出他的愿望和感受，表达出对他的理解：“你多希望玛丽阿姨能让你在沙发上跳啊，你真的很喜欢这样玩，但是这里是玛丽阿姨的家，我们不得不遵从她的意见。”如果孩子反驳说：“但是你让我在我们家的沙发上跳。”我们可以这样回答：“这些是玛丽阿姨的规矩，跟我们家里的规矩不一样。”

这个方法只有当主人和客人就他们各自的责任范围有默契时才能实施。当到了玛丽阿姨家时，露西的父母可能想说：“这是你的家，只有你知道在这里什么行为是可以接受，什么行为是不可以接受的。如果我的孩子做了你不喜欢的事情，尽管说他们。”对主人来说，要求遵守他们家的规矩是他们的权利，也是他们的责任。而对于拜访的父母来说，他们的责任是暂时放弃纪律维持者的角色。通过这种适当的不干涉，父母可以帮助孩子理解处境的实际情况。

◎对不诚实：预防胜过调查

对不诚实的处理：一盎司的预防胜过一吨的调查

我们处理谎言的政策很清楚：一方面，我们不应该扮演检察官的角色，不应该要求孩子坦白，不应该夸大事实把事态弄大。另一方面，说话不要拐弯，要说真话。当我们发现孩子从图书馆借的书已经过期时，我们不应该问：“你把书还到图书馆了吗？你确定？那么它怎么还在你的桌子上？”我们应该直接说：“我看到你的图书馆借书已经过期了。”

当学校通知我们孩子的数学考试不及格时，我们不应该问：“你的数学考试通过了吗？……你确定？……那，谎话这次帮不了你！我们已经和你的老师谈过了，我们知道你考得糟透了。”

我们应该直接告诉我们的孩子：“数学老师告诉我们你没有通过考试。我们很担心，不知道该怎么帮助你。”

简而言之，我们不能激发孩子防御性的撒谎，我们不能有意制造让孩子撒谎的机会。当孩子说谎时，我们的反应不应该表现得歇斯底里，不应该充满说教，而是要切合实际，就事论事。我们希望孩