

## <<父母的习惯>>

### 图书基本信息

书名：<<父母的习惯>>

13位ISBN编号：9787538175134

10位ISBN编号：753817513X

出版时间：2012-8

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：多湖辉

页数：191

字数：120000

译者：陈娟

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;父母的习惯&gt;&gt;

## 前言

抓住“批评之道”的要领批评孩子是有“智慧”的。

关于这一点我的想法从未改变过，至今仍然如此认为。

而要掌握批评之道也确属不易，必须具备相应的技巧。

心理学上有一个广为人知的理论叫做“Frustration Aggression theory”（挫折攻击理论，由美国心理学家提出）。

在日本，它一般被称为“欲求不满—攻击理论”，但说实话我并不喜欢这个译词。

将这里的“Frustration”翻译成“欲求不满”，让人多少感觉有些不妥。

“Frustration”的本意是指“阻碍”、“抑制”、“阻止”，常用于阻止毒品等违法物品的进入、将其阻挡在边境外之类的场合。

从这个意义上来说的话，“Frustration Aggression”就可以解释为，当欲望受到阻碍时会让人产生攻击性的情绪。

当然，“Aggression”也有“愤怒”的含义，冲着他人发怒本身就是一种攻击行为。

受到批评的时候谁都无法保持心平气和，对此，想必读者朋友们也曾深有体会。

这就好比当你产生某种想法想要干什么，换句话说，就是有某种欲求的时候，却被告知不可以这么做；欲望被阻止，那油然而生的反抗之心和愤怒情绪也就不难理解了。

所以，在批评别人的时候，如何来处理这种反抗和愤怒就变得尤为重要。

“批评”的目的在于让对方按照自己的要求来改正其态度和言行举止，这是毋庸置疑的。

但是，如果批评的最后只落得一个让对方排斥、抗拒的结果，那也就从根本上失去了批评的意义。

正因为如此，才彰显出这个过程中运用窍门和智慧的重要性。

如何批评才不会让对方产生反抗心理，让对方能够诚心地接受？

如何提高批评的效果？

怎样才是“好听的批评”？

当不得不批评时又该如何安抚对方的情绪？

本书将通过众多实例和心理专家或育儿专家们长期研究的成果来向大家介绍这其中的“智慧”。

在此，衷心祝愿各位父母能从本书中获得灵感，发现更多更好的“批评的规则”。

多湖辉

## <<父母的习惯>>

### 内容概要

当孩子犯错误的时候，父母总是希望通过批评帮助孩子及时纠正错误。但是，如果批评的方法不够得体，就会适得其反。如果招致孩子的反感或者嘴上道歉内心却并不反省，批评也就失去了它应有的价值。

批评究竟蕴涵着怎样的技巧？怎样才能让孩子心悦诚服地接受“批评”？《父母的习惯：让批评更“好听”的100个好点子》为您介绍父母在教育孩子时应该注意的100个技巧。

## <<父母的习惯>>

### 作者简介

多湖辉，1926年生于苏门答腊岛。  
毕业于东京大学文学部心理学专业。  
千叶大学名誉教授。  
东京未来大学名誉校长。  
研究范围覆盖面广，从幼儿教育到高龄问题均有学术著作发表，受到各年龄层人群的支持。  
至今仍非常活跃，负责NDS游戏《雷顿教授》系列的谜题开发，并参与电视节目《世界第一授业》。  
著有《父母的习惯让孩子变聪明的80个好点子》（日本中经文库）、《教养与智慧》（日本PHP研究所）、《头脑体操BEST》（日本光文社）、《会话技巧的秘诀》（日本GOMA书房新社）、《了解“长女”的有趣心理学》（日本新讲社）等。

## <<父母的习惯>>

### 书籍目录

- 前言 抓住“批评之道”的要领
- 第一章 培养孩子思考能力的批评规则
  - 1 发号施令只会收到反效果
  - 2 用“第一人称主语”来传达
  - 3 用不同的态度来表示父母的心情
  - 4 有效利用“截止效应”
  - 5 不仅仅只是说“对不起”
  - 6 坦率认错要从父母开始做起
  - 7 试试“开放式系统”教育法
  - 8 放低声音慢慢地说
  - 9 不要整天批评孩子
  - 10 防止孩子的“心理慢性化”
  - 11 他人的批评比父母更管用
  - 12 对别人家的孩子也一视同仁
  - 13 不要搬出“爸爸”来吓唬孩子
  - 14 张弛有度的批评方法
  - 15 让孩子不再使坏的最好方法
  - 16 不区别对待男孩和女孩
  - 17 不把“好、坏”的判断强加给孩子
  - 18 让孩子不再说谎的窍门
  - 19 注意“溢美”的负面作用
  - 20 巧妙对待不想上学的孩子
- 第二章 锻炼孩子忍耐力的批评规则
  - 21 让孩子遵守约定
  - 22 用“宣言效果”让孩子实行计划
  - 23 让孩子积累小小的成功
  - 24 不轻易满足孩子的需求
  - 25 教孩子懂得守时的重要性
  - 26 跟孩子讲一讲成功人士的故事
  - 27 绝对不能体罚孩子
  - 28 制造与父亲交流的机会
  - 29 父母双方可以持有不同意见
  - 30 偶尔的“大发雷霆”也很有必要
  - 31 表现出“愤怒”的感情也未尝不可
  - 32 有条件地接受孩子的要求
  - 33 看清“要求”背后的“欲求”
  - 34 用导泄方式来应付哭泣的孩子
  - 35 如何与孩子交涉看电视的时间
  - 36 给孩子一个可以任性的“解禁日”
  - 37 灵活运用“糖和鞭子”
  - 38 告诉孩子“我相信你”
  - 39 使用“间接的批评”
  - 40 从孩子的失败中思考自己的错误
- 第三章 培养孩子干劲的批评的规则
  - 41 当孩子输给对手时，这样告诉孩子

## &lt;&lt;父母的习惯&gt;&gt;

- 42 不要骂孩子“没用”、“笨蛋”
  - 43 与其批评孩子的“短处”，不如赞扬其“长处”
  - 44 和孩子聊聊“共同话题”
  - 45 “努力”比成绩更重要
  - 46 让孩子学会“寻找答案的方法”
  - 47 缩小与孩子之间的“心理距离”
  - 48 让孩子明白学习是为了他自己
  - 49 支持孩子自己决定的梦想
  - 50 教孩子活用“散漫力”的学习方法
  - 51 斥责过后不要忘记安抚孩子的情绪
  - 52 批评之余也要表扬孩子好的一面
  - 53 看准批评的时机很重要
  - 54 如何引导孩子克服“畏缩不前”
  - 55 曲线球比直线球更管用
  - 56 绝对不要谈及孩子过去的失败
  - 57 不勉强孩子学习他不想学的东西
  - 58 不要严厉斥责孩子的闲逛，要宽容地看待
  - 59 对孩子的努力给予夸奖，让孩子提起干劲
  - 60 斥责孩子的时候一定要看着他的眼睛
- #### 第四章 增强孩子行动力的批评规则
- 61 掌握让孩子帮忙干家务的窍门
  - 62 引导孩子干脆利落地采取行动
  - 63 改变首先要从父母做起
  - 64 列举从学习中受益的事例
  - 65 用正面的暗示让孩子建立起自信
  - 66 对孩子的行动给予肯定的评价
  - 67 对不得要领的孩子所采取的教育方式
  - 68 “别磨磨蹭蹭的”是扼杀孩子行动力的语言
  - 69 身体力行给孩子做出榜样
  - 70 不干涉孩子的决断
  - 71 揣测孩子心情进而对其错误予以纠正
  - 72 对“外向型和内向型”的孩子采取不同的批评方法
  - 73 关注孩子的能力而不是失败
  - 74 小心对孩子的“过保护”
  - 75 对使用暴力的孩子也绝不放弃
  - 76 培养孩子的同情心，让孩子学会关心他人
  - 77 要让孩子克服“不擅长与人交往”的缺点
  - 78 夸奖迷路的孩子
  - 79 将孩子的反抗心引导至好的方向
  - 80 让孩子了解事情的严重性
- #### 第五章 提高孩子自立能力的批评规则
- 81 绝对不要在兄弟间进行对比批评
  - 82 不干涉兄弟之间的吵架
  - 83 充分发挥哥哥或姐姐的作用
  - 84 对孩子间的争吵采取旁观的态度
  - 85 不在人前指责孩子
  - 86 试着对孩子说“别学习了”

## <<父母的习惯>>

- 87 不要指导孩子的学习
- 88 父母也要有属于自己的时间
- 89 父母不要介入孩子的“伤心之地”
- 90 试着故意挑衅孩子
- 91 提前堵住孩子的借口
- 92 给予孩子“冷却的时间”
- 93 暂且接受孩子的借口
- 94 对孩子的淘气行为采取相应的措施
- 95 “臭老太婆”的真正意义
- 96 有时候也需要“假装视而不见”
- 97 鼓励孩子有自己的见解
- 98 试着让孩子去纠正他人的错误
- 99 以入学、升级为契机培养孩子的自觉性
- 100 不要替孩子将一切都打点好

## &lt;&lt;父母的习惯&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：不要搬出“爸爸”来吓唬孩子不少妈妈经常利用孩子害怕爸爸责骂的心理来告诫孩子：“这样做会被爸爸批评的哦。”

如果孩子不想受到爸爸的批评，也许当时就会乖乖地听话。

但是，如果不告诉孩子问题的所在，就等于用蛮力扭住孩子的胳膊将孩子按倒一样，批评就变成了纯粹的威胁。

最近，家庭里父亲的存在感越发微弱，甚至到了“权威一落千丈”的地步。

话虽如此，不过比起整天在耳边念叨的母亲，孩子更加害怕平时少言寡语的父亲批评，这一点到现在也没有改变。

此外，还有一些类似的说法也应该避免，比如“等爸爸回来了让他教训你”。

这种说法是妈妈放弃教育主导者地位的表现，妈妈很可能因此会损害自己的权威。

孩子会觉得妈妈不再可怕，最后变得轻视妈妈。

甚至对妈妈的话充耳不闻。

更进一步来说，“让爸爸教训你”这句话，会让孩子觉得妈妈是在“向爸爸告状”，从而对妈妈产生不信任感，让母子关系变得紧张。

所谓教育就是教导孩子对待某种行为的正确判断基准。

因此，如果孩子犯下不得不批评的错误，父母们用自己的语言来予以指正才是英明的做法。

毫无疑问，孩子的教育需要父母双方的合作。

但是，与其过分地拘泥，妈妈们不如发挥自己的主导性，来纠正孩子的错误，这样也会让孩子更加容易接受，了解批评的意义。

张弛有度的批评方法我认为必须教导孩子的事情大致上可以分为两类。

也就是说，根据教育内容的不同，需要采取两种批评方法。

一类是让孩子学会打理自己的日常生活。

比方说从外面回来要洗手、饭后要刷牙、洗澡保持身体干净等卫生习惯。

有些妈妈即使不断地重复“快点洗手”“快去刷牙”，说得口干舌燥，孩子也仍旧没有积极性，觉得“做什么都好麻烦”。

这个时候，用温柔一点的批评方法会更好。

日常生活中必须养成的习惯，孩子在成长的过程中会渐渐明白并自行掌握。

比如说不刷牙的孩子被朋友笑话后，就会主动地每天刷牙。

这种通过自我判断就能明白的事情，不需要过分批评，孩子也会逐渐懂得该如何做。

另一类不能忽视的，就是教育孩子不给别人添麻烦。

这种情况下严厉的批评非常重要。



## <<父母的习惯>>

### 编辑推荐

《父母的习惯:让批评更"好听"的100个好点子》编辑推荐：日本著名教育家多湖辉著作 开拓父母的教育思路 新一代的父母比以往更懂得夸奖孩子。

夸奖给孩子带来的激励效果不言而喻，但孩子也不可避免地会犯错、懈怠，这时，恰当的批评也是必不可少的。

许多人对批评存在误解，往往将批评与责怪、怒斥画上等号。

其实，批评 指责，批评是为了让孩子改正错误、吸取教训，成长为更好的人。

话虽如此，孩子面对批评时有负面情绪也是很正常的。

毕竟，受到批评的时候谁都无法保持心平气和，所以，在批评孩子的时候，如何处理这种反抗和愤怒变得尤为重要。

如何批评才不会让孩子产生抵触情绪，让孩子能够诚心地接受；如何提高批评的效果；怎样才是“好听的批评”；当不得不批评时又该如何安抚孩子的情绪。

本书将通过众多实例和研究的成果来向大家介绍这其中的“智慧”。

谨记以下的“批评”规则：发号施令只会带来反效果；不在人前指责孩子；放低音量慢慢说；做孩子的好榜样 不要总是翻旧账 不干涉孩子间的争吵

<<父母的习惯>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>