

<<魔法教养1-2-3>>

图书基本信息

书名：<<魔法教养1-2-3>>

13位ISBN编号：9787807638261

10位ISBN编号：7807638265

出版时间：2012-8

出版时间：广西科学技术出版社

作者：[美]托马斯·费伦·简·秀娜翻 著，于海生 译

页数：239

字数：10000

译者：于海生

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>

<<魔法教养1-2-3>>

前言

养育孩子是一种幸福 123魔法教养将展示理想的育儿教育的三个步骤（我们可以称为“三步育儿法”）。

每个步骤都具有很强的实用性。

它们既可独立操作，也可互为补充，相辅相成。

实际上，能否成功执行每一个步骤，在某种程度上，完全依赖于其他步骤的实现。

忽视其中任何一个步骤，都可能使家庭教育陷入困境。

教育的第一个步骤（见本书第二部分和第三部分），旨在制止“消极行为”。

可想而知，如果孩子经常哭叫、争吵、捣乱、纠缠、发火、打架，你当然心烦意乱。

而且，孩子的种种“行径”，通常就发生在你的眼皮底下！

没关系。

有了魔法，一切都会好起来！

它会教给你各种最佳的调教技巧，告诉你怎样对孩子的“消极行为”加以控制。

你将欣喜而惊奇地发现：这些技巧不仅管用，而且简单极了。

第二个步骤（见本书第四部分），告诉你怎样激励孩子的“积极行为”。

所谓“积极行为”，包括：收拾好自己的东西、按时上床睡觉、礼貌待人、自觉地完成家庭作业……和控制其“消极行为”相比，激励“积极行为”，需要你和孩子更多的努力。

对于如何激励孩子，使之更加乖巧和懂事，你将学习到7种简单易行的方法。

在第三个步骤当中（见本书第五部分），你将学习到的是如何同孩子保持健康、友好、亲密的关系。

你可以学习到实用性强、简单易行的教育策略和原则。

在这一方面，有的父母可能经验更多。

只需稍加提示，他们就能心领神会，驾轻就熟。

而有的父母却不甚了了，麻烦不断。

不同类型的父母，面对的却是相同的问题。

如果重视和孩子的关系，有意识地培养、加深彼此的感情，将有助于你更好地执行前两个步骤；反之，如果你同子女的关系有问题，就会严重影响家庭教育的前两个步骤。

<<魔法教养1-2-3>>

内容概要

作为家长，你觉得幸福吗？

作为家长，你是否穷尽口舌，向孩子发号施令，就像是家常便饭。

孩子的表现让你不满，一天两天、一次两次也就罢了，可经年累月也不见改观！

孩子们太神奇了，鼓捣出的花样层出不穷，气得你直眉瞪眼。

你还能沉得住气吗？

当然不能，于是你拍案而起：“这还了得，反了你们不成？

”一团怒火直窜你的脑门……

于是，你变得愤怒、唠叨、抓狂，甚至暴力……

教育，是讲究方法的，作为出版27年长销不衰的家庭教育经典畅销书，最主要是通过简单、易行、有效的3个简单步骤，为父母和老师提供了针对2-12岁孩子实用的家教技巧。

你不需要学习儿童心理学，只需要了解学习和掌握这3个简单步骤就可以很快收到成效！

从而让你变成幸福的家长，更多地体验到养育之乐！

孩子们从此会更加幸福，更具朝气，更有活力！

作者简介

托马斯·费伦(Thomas W.

Phelan)是一位国际知名的儿童教养和注意力缺失症专家和演讲人，他经常在广播和电视节目中出现并从1972年开始从事个人行业。

费伦博士是注册临床心理学家以及畅销书作者，著有《青少年教养》、《关于注意力缺失症》、《孩子的自尊革命》等。

莎拉·简·秀娜(Sarah Jane

Schonour)是弗吉尼亚费尔法克斯郡公立学校的教育支持老师，作为国家委员会认证教师，她在教育领域有13年之久的经验。

莎拉·简在乔治华盛顿大学获得硕士学位，目前是乔治梅森大学的博士生。

<<魔法教养1-2-3>>

书籍目录

开篇 养育孩子是一种幸福

第1篇 教育孩子前的理性思考

第1章 风靡全球的教养魔法/

有了魔法，你就不必再像过去那样，大失风度地和孩子争吵，朝他们又喊又叫，乃至拳脚相加。

面对情绪过激的孩子，父母经常束手无策，而魔法也可以给你提供最有效的解决方案。

第2章 认识孩子成长中的消极行为和积极行为/

通常，孩子出现两种情况，会让家长气急败坏。

用计数的办法，如果处理得当，就可以迅速地制止孩子的各种坏毛病。

第3章 孩子不是微缩版成人

事实上，90%以上的父母对孩子大声斥责，乃至实施体罚，仅仅因为理屈词穷，颜面扫地。

矫正孩子消极行为的时候，除非万不得已，否则一句多余的话也不要说。

简而言之，就是“不说废话”！

第3章 沉默，比说教更有力量/

家长在教育孩子时，总是习惯为孩子阐述大量的道理。

结果怎么样呢？

你忙碌了半天，却没有任何效果。

在123魔法教养中，所谓“不说废话，不带情绪”的原则，就是用来约束孩子的消极行为，消除你跟孩子的矛盾和冲突。

第2篇 有效制止孩子的消极行为

第4章 计数魔法，让孩子立刻停止捣乱

大量实践证明，反省或禁闭有助于孩子迅速安静下来。

而家长在情绪平稳时，才可以实施这样的办法。

除非万不得已，否则不可再对孩子进行说教。

这是教养魔法的大忌。

明白了这个道理，你的家庭才能风平浪静，温馨和美。

第6章 实施魔法时常遇到的20个问题 55

严格说来，在幼小的孩子身上，经常产生程度不同的分离焦虑症。

其实这是正常现象。

和孩子分别的时候，如果他们不停地哭叫，最好的办法就是咬住嘴唇，快速离开。

<<魔法教养1-2-3>>

为什么父母接听电话的时候，孩子们总会趁机捣乱呢？
我曾经以为，这是孩子产生妒忌心的缘故。
孩子可能认为，一旦你跟别人通话，就不再理会他们了。

第7章在公共场合，你该怎么办

作为家长，你可能有过噩梦般可怕的经历。
在某个公共场合里，在众目睽睽之下，你的孩子公然闹事，让你下不来台。
你觉得相当羞辱和尴尬。

我相信家长也懂得自己的孩子不过是孩子，并不是微缩版成人；孩子也正在学习自我校正，逐步走向成熟；所有的麻烦，都是为了他们有美好的未来。

第8章 争吵、发脾气、闹情绪这三种典型问题的解决办法 79

如果你觉得自己“残忍”，对不住孩子的话，那你的思维就有问题了。
任何形式的处罚，都是对孩子实施某种限制或者约束。

第9章 实施魔法前的交流 84

你可以这样介绍教养魔法：“听着，孩子们，从今天起，情况有了变化。
你们要是再做我不喜欢的事，不管是吵架、发牢骚，还是故意捣乱，那就对不住各位了——我会对你们采取处罚。

别管那么多，该数数的时候就照常数数，照常禁闭。

第3篇 别指望孩子马上服从

第10章 孩子的六种较劲策略 88

做一个好家长可不容易。
你要有温和的态度和百分之百的爱心，为孩子营造最适宜的生长环境；同时你又必须狠下心来，违背孩子的意愿，纠正他们的错误，拒绝他们过分的要求。

假设两岁大的孩子对你撒泼，你一定非常气恼。
不过，你也可能有意外的收获。
我是说他们宣泄的样子，可能相当滑稽。
孩子越来越大，如果还经常性地发怒或者撒泼，就更要认真对待了。

第11章 典型案例中的魔法运用 100

在公共场合，很多孩子似乎就变得有恃无恐。
他们的言行让父母紧张或尴尬。

可喜的是，她没有像有的家长那样，执著地与孩子争论到底。
她也没有以1000种理由证明：为什么这个家庭不是垃圾窝，为什么它和军队不一样。

<<魔法教养1-2-3>>

第12章孩子的问题似乎严重了

孩子可能通过撒谎，逃避某些日常工作，比如家务劳动或家庭作业。
你可以直接指出问题所在。

孩子不说实话，不意味着他们已误入歧途，不可救药；不意味着孩子对你缺乏爱，丧失信任；不意味着孩子长大以后，一定会进少年管教所。

第4篇 正确激励孩子的积极行为

第13章 七种激励积极行为的策略 128

孩子惹你生气了，你就非要说他们几句不可。
可孩子做了让你满意的事，你却认为理所当然，因此会一言不发。
家长的这种态度对于孩子的教育而言，极不可取。

对于扣除零用钱，孩子要是不在乎，你就得换一种方式了。
你可以削减孩子看电视的时间（数十分钟或者几个小时），扣除孩子玩游戏、上网的时间。
你也可以更灵活地利用削减原则。
它的提醒和威慑作用无可替代。

第14章 宝贝，你该起床了 146

早起—穿衣—洗漱—吃饭—上学，这一系列过程，完全是他自己的事情。
他要为自己负起责任，而不是由别人代劳

当然，你可以为孩子制作一张图表，提醒他何时应当起床，怎样才能把上学前的准备工作做好等等。
在整个过程中，除了不经意的或必需的对话之外，你用不着对孩子多说什么。

第15章 打扫房间，收拾东西，处理杂务

155

每周为孩子安排一次清扫活动，绝对是一种上策！
你可以每周安排一次，或者酌情做出调整。

指望房间天天整洁如新，那是不现实的。
这只会带来更大的麻烦。
最好的办法是把全部家务进行摊派。
大人做好自己分内的工作，孩子也要负担起相应的责任。

第16章 愉快就餐 166

据我所知，孩子没有按时吃完剩下的食物，有的家长就会果断行动——不是把残羹冷炙转移到餐台上，而是一股脑儿地倒掉！
我并不赞同这样做。
这种做法既粗暴又极端。

或许孩子偏食，一直不喜欢某类食物。
使用定时器，就可以解决这个问题。

<<魔法教养1-2-3>>

第17章 别再溜达了，快做作业去 172

为督促孩子做家庭作业，你可是费尽了全身的气力！
整个夜晚就像是一场梦魇。

家长容易犯的大错之一，就是画蛇添足地询问孩子：“今天晚上，你有作业要做吗？”
家长的发问，多半是出于习惯。
这是一个极易招致麻烦的问题。

第18章 睡觉可不简单

不少父母抱怨说，每天晚上，为了让孩子按时上床睡觉，他们都要费九牛二虎之力，天天都被折磨得身心疲惫。

孩子即将就寝时，你不要躺在孩子的床上！

第19章 家庭会议

很显然，123魔法教养的使用并没有给孩子多少自己做主的机会。
在运用这种方法时，你要确保它对你和孩子都有好处，否则的话，就有可能造成魔法的滥用。

随着孩子年龄的慢慢增长，某些原则和策略也应该逐渐作些变化。
比如说，孩子已经17岁了，家长应该给予他应有的——但不是全部的——民主。

第20章 沉默是金

该说话时，家长一定要说；不该说话时，一个字都不要说。

“不说废话，不带情绪”的原则，不意味着对孩子的捣乱和过错置若罔闻。

第5篇 密切你和孩子的关系

第21章 保护孩子的自尊

对孩子的成长而言，拥有怎样的自尊，乃是一个极重要的关键因素。

同孩子保持良好关系，并强化这种关系，是培养孩子自尊的特殊因素。

第22章 防止过度教育

有焦虑的父母，必有生气的孩子。

过度教育意味着父母事事操心，时时牵挂。
这不仅吃力不讨好，还会影响他们自己的生活和工作。

第23章 爱和表扬

在家庭教育当中，表扬，意味着“我喜欢你这样做”或“我为你做的事情而感到骄傲”。

这些年来，我见过许多父母因自己的孩子而觉得自己不幸。
他们苦恼无比，愤怒不堪，有时近乎崩溃。

<<魔法教养1-2-3>>

第24章 一对一地相处

一起分享快乐，才是真正爱孩子，也才是幸福的本质。

要真正喜爱你的孩子，就要喜欢和他们相处，要经常和孩子一起从事某种有意义的活动，并享受活动带来的快乐。

第25章 学会聆听

聆听孩子说话时，最好像上面的妈妈那样，暂时放弃自己的观点，不作过多的评判。要尽可能体会孩子的想法和感受。当然，你不见得非得同意孩子的态度和观点。

感同身受意味着将心比心。

首先，你让孩子知道，不管他们当时的做法是对还是错，但他们当时的感受是正常的。其次，你的反应可以维护孩子的自尊。

第三，你的理解和体贴，也可以弱化孩子潜在的消极（乃至对抗）的想法和情感。

第26章 幸福生活即将开始

不管多么繁忙，都不应当放弃魔法教养，而且你可以做到，因为魔法也特别适合事务繁忙的你。

从魔法教养中，你可以得到什么呢？

你可以让争吵和烦恼大量减少，拥有更加温馨的家庭。

你可以拥有更多的时间和孩子一道分享快乐，使爱的感觉翩翩而至。

你可以使孩子拥有自尊和自信。

作为家长，你对家庭、对孩子更有控制力。

章节摘录

孩子不是微缩版成人 孩子终归是孩子。
许多父母和教师的头脑里，有一种根深蒂固的成见——孩子，就是麻烦的制造者。
不过，这样的结论，其实是一种偏见，是过于主观、缺乏公正的判断。
坚持这样的偏见，只能导致家长和孩子之间代沟更深。
坚持这样的判断，就会使两代人之间各执己见，互不相让，甚至反目为仇。
造成的最终结果便是，父母规范孩子行为的美好的意愿，只能成为虚幻，成为泡影。
之所以产生这种错误的想法，是因为成年人高估了孩子的能力。
他们一厢情愿地给出了这样的定义：孩子就是微缩版的成年人。
这一定义的核心，就是认为孩子都有金子般的心；他们能够体谅大人的苦衷；他们凡事讲道理，决不会自私自利；他们的智商和理解力出类拔萃；他们是成年人的缩微版本，和成年人没有多少不同。
这种想法是荒谬的。
大人不应将自己和孩子等量齐观。
然而，相当多的成年人都想当然地把孩子看成是微缩版成人，这究竟是什么样的心理呢？
他们对孩子的期望过高，对孩子而言就是不公平，就是一种不幸。
设想一下这样的情形：你有个8岁的儿子。
放学回家后，他就不停地捉弄妹妹——到现在为止，这已经是第15次了。
你实在看不下去了。
你打算行使大人的权利，彻底制止儿子的捣乱行为。
你会怎么做呢？
我敢说，大部分的家长都以为只需在儿子身旁坐下来，平静地注视着他，就像注视一个小号成年人一样。
你语重心长地向他解释为什么不应该捉弄妹妹，因为它是一种多么恶劣的行径。
你的话音刚落，儿子的神情不禁有几分惊讶。
孩子的表情让你得意起来，于是你趁机抛出了三个“黄金定律”：第一，恶作剧的行为，容易对妹妹造成伤害。
第二，你快被他气疯了。
这意味着你也受到了他的伤害，而且是既成的伤害。
第三，如果别人也这样对待他，他将会有何感受？
你的儿子看着你，神情愧疚：“老爸，您说得对极了！
唉，我也真是，怎么这么不懂事？
我以前竟从没想过这些，我知道该怎么做了！”
从那以后，他痛改前非，一扫过去的“恶习”。
他一生一世，都不再捉弄自己的妹妹了。
这是多么理想的结局！
遗憾的是，这不过是美妙的设想！
任何有经验的家长、教师都知道，上面的情形不会发生。
原因在于：孩子就是孩子，他们终归不是微缩版成人！
可是，许多成年人却总是一厢情愿，所以在处理孩子的问题，规范孩子的行为时，他们才干篇一律，完全依赖讲道理的方法。
他们不厌其烦地为孩子灌输各种理论。
这些陈芝麻烂谷子的理论，使孩子和大人一样，无一例外地患上了“偏头痛”的毛病。
最后，大人们可谓同病相怜。
他们全都患上了“交谈—劝说—争吵—喊叫—责打”的“家庭教育综合征”。
譬如，你的女儿不听话，说你不喜欢听的话，做你不喜欢的事。
你也许会从一本育儿书里读到：不论花多少时间，都要阐述道理，澄清利害。

<<魔法教养1-2-3>>

所以你使尽浑身解数，试图说服女儿“改邪归正”。
你苦口婆心地加以规劝，洋洋洒洒地讲述各种道理。
但折腾了半天，她根本就不理睬你，甚至没有正眼瞧你。
你受到了侮辱，却不能和她一般见识。
更让人感动的是，你没有半途而废，而是继续为她大上德育课。
你还鼓励她“将心比心”，让她从你的角度看待事情。
可她仍不理睬，对你睥睨良久。
这回你可真的急了！
你提高了嗓门，开始跟女儿争吵。
你们互不相让，力拼嗓门高低。
她要看看谁的声音洪亮，结果和你打了个平手。
这哪里是你的初衷！
因为被气坏了，所以你便诉诸武力，索性揍了她一顿！
事实上，90%以上的父母对孩子大声斥责，乃至实施体罚，仅仅因为理屈词穷，颜面扫地。
他们控制不了情绪，于是大发脾气，动用拳脚。
他们原本知道这不是上策，而且可能遭到舆论的批评和指责，可也顾不上那么多了！
他们的反应和举动，都是失败和不幸的信号。
这表明：1.父母束手无策，成为败军之将；2.孩子让父母的精神和意志备受挫折；3.父母情绪动辄失控，是缺乏涵养的标志。
当然，摆事实、讲道理，对于解决孩子的某些问题，必然有特定的意义。
但孩子毕竟不是成年人，我们决不能忽略这一点。
多年前，一位儿童作家说过：“孩童的时代，是短暂的精神错乱时期。”
她的意思是，孩子处在儿童时期，言行在某种程度上，或多或少都有疯癫的特征。
当他们“发病”的时候，就变得任性而蛮横。
他们不讲道理，自私自利。
而家长和教师的职责，正是努力改变这些缺点。
为了达到这一目的，教育者应当平和、冷静、果断且富有耐心。
奉劝你一句，如果你正在调教孩子，那你应当扮演好自己的角色，认识到孩子就是孩子，而不是比我们矮的成年人。
在魔法的指导下，你可以通过一次或几次的操练，从根本上扭转家庭教育的不利局面。
当然，随着孩子日见成熟，你可以考虑选择合适的时机，推心置腹地与孩子交流。
切记一点：矫正孩子消极行为的时候，除非万不得已，否则一句多余的话也不要说。
简而言之，就是“不说废话”！
有时候，恰恰是你的说教，使得你和孩子麻烦不断，苦恼丛生。
家庭教育的氛围，应当是怎样的呢？
这也是一个困扰很多家长的问题。
家庭教育是民主好还是专制好呢？
而教养魔法的主张是“专制下的民主”。
这是什么意思呢？
孩子年龄还小时，身为家长，在大多数情况下，你有说一不二的权力。
你所实行的专制，理应是软硬兼施、不失亲和力的专制。
这有利于你对子女实行最有效的管理。
在你的授权之下，两岁大的孩子，可以在限定的范围内活动——此谓民主。
不过，他们决不能自作主张，偷偷地跑到大门外（或大街上）玩耍——此谓专制（毕竟家长才知道道路上呼啸而过的各色车辆，可不是闹着玩的）。
当孩子长到十几岁时，自我管理的能力逐步增强。
在此期间，你应当为家庭营造出更加民主的氛围。

<<魔法教养1-2-3>>

针对与其相关的家法、家规，孩子可以发表意见。

你也可以召开家庭会议，解决家人之间的矛盾和分歧。

你的孩子有权参加会议，并且踊跃发言。

不过，即使在孩子进入青春期后，任何关系重大的决定，最终也依然由你定夺。

毕竟没有谁比你更加了解什么对孩子的成长真正有益。

我注意到一个现象，如今的不少父母，似乎“惧怕”自己的孩子。

原因究竟是什么呢？

他们是怕孩子使用暴力，对自己进行人身攻击吗？

当然不是。

父母害怕的事情，其实是担心孩子不再喜欢（或者不爱）他们。

他们的心情，是完全可以理解的。

面对孩子的忤逆，父母们想好好教训他们，同时又怕孩子心生怨恨。

在种种矛盾心情的支配下，父母们只好不厌其烦，一遍又一遍地说教，一字一句地劝导，期望孩子明白他们的苦心。

很遗憾，他们的努力大多“血本无归”。

对于你唾沫四溅、滔滔不绝的说教，假如孩子言听计从，那我也不必多费口舌——你当然是幸运的！

不过研究表明，在全世界范围内，这样的情形少之又少！

或者你的孩子一出生，就绝顶聪明，通情达理，不管你说什么，有什么样的要求，他们都听得进去、做得出来，那就是另外一码事了！

即使你宣称不再读这本书，也不会让我产生任何反感。

我的魔法，可不是为那样的旷世奇才准备的。

不过，如果不是这种情形，你就应当静下心来，继续学习和实践后面的魔法，这样有百利而无一害！

P27-32

<<魔法教养1-2-3>>

编辑推荐

美国家庭教育经典畅销书 全美家教出版物金奖 简单实用的亲子沟通书 至今销量超过125万册，译为20多种语言，风靡全球。

长踞亲子教养排行第1名，出版27年长销不衰。
海报：

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>