# 让《正面管教》更正能量

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2025-02-28

*让《正面管教》更正能量城南镇中心小学\*\*《正面管教》是一本不可多得的好书，作者简·尼尔森太太是七个孩子的母亲和18个孩子的奶奶或外祖母，心理学博士、正面管教方法发起人，十年小学、中学、大学的心理辅导老师。这本书出版25年来受到数百万人的喜爱...*

让《正面管教》更正能量

城南镇中心小学

\*\*

《正面管教》是一本不可多得的好书，作者简·尼尔森太太是七个孩子的母亲和18个孩子的奶奶或外祖母，心理学博士、正面管教方法发起人，十年小学、中学、大学的心理辅导老师。这本书出版25年来受到数百万人的喜爱，《正面管教》已经成为管教孩子的黄金准则。

尼尔森太太认为，没有一个父母不为孩子竭尽全力的，但美好的愿望不一定能带来美好的结果。一些父母不知从哪里得到了一些错误的观念，若想让孩子做得更好，就要让他们感觉更糟。所以，面对孩子的问题，他们更多的采用惩罚而不是关注如何解决问题。在与孩子的“较量”中，他们往往是赢了孩子而不是赢得孩子。他们不明白，赢了孩子，就使孩子成了失败者，而失败通常会导致孩子反叛或者盲目顺从；而赢得孩子则意味着获得孩子心甘情愿的合作。

父母或者老师对孩子的惩罚，会带来后果的改变吗？现在不少父母发现惩罚没有用，或者只是暂时有用。惩罚并不能让孩子养成父母想要的好习惯，父母很难认识到是自己的不良行为导致了孩子的不良行为。老师和父母都忽略了最惹人讨厌的孩子往往是最需要爱的孩子。对孩子不良行为的惩罚虽然能暂时让孩子丢掉坏行为，但鼓励却是让他们养成好习惯更好的办法。习惯了用惩罚方式的父母或者老师大概已经忘记了小时候被惩罚的感受，惩罚让孩子处于恐惧或者害怕的情景中而不是有对与错的概念。受惩罚的孩子不会把关注点放在自己的行为改变上而是放在对大人的报复上。惩罚只能让孩子感觉愤恨（这不公平，我不能相信大人）、报复（这回他们赢了，我会扳回来的）、反叛（我偏要这么做，我不能按照他们说的做）、退缩（偷偷摸摸、我不会再被他们逮到）、自卑（我是个坏孩子）。因此，父母不能只看到惩罚带来的短期后果，更应该考虑惩罚带来的长期后果。

最值得一学的是与孩子的“特别时光”。尼尔森太太认为：2岁以下的孩子需要爸妈长时间陪伴；2-6岁的孩子需要爸妈的每天半小时的“特别时光”；6-12岁的孩子需要每天十分钟时间的“特别时光”，与孩子一起做些孩子感兴趣的或者有意义的事情。

老师也要有每天十分钟与学生的“特别时光”。在这十分钟里，不谈论学习，只谈论孩子感兴趣的事情，或者与孩子分享你最感兴趣的事情。“你最喜欢的做的好玩的事是什么？”

“你想知道我做的感兴趣的事情吗？”一段时间，你就会发现简短交流的神奇作用。“特别时光”要从最没信心的孩子开始，做好计划，确保不漏掉任何一个学生。

让孩子参与制作日常惯例表也是一个改变孩子行为习惯，培养责任心的一个非常值得推崇的方法。比如：列一个晚上就寝以及要做事情的清单，刷牙、洗澡，睡前故事、收拾玩具、选好第二天要穿的衣服等等。你不需要唠叨，只负责给他们拍照，贴在惯例表上，对他们进行鼓励，或者说：按照惯例表该做什么了？好习惯的养成需要父母耐心的陪伴和训练。

最后值得一提的是，尼尔森太太介绍的每周一次的家庭会议。家庭解决了他们很多家庭问题。实施家庭娱乐活动，让家庭其乐融融！通过几次家庭会议讨论旅游遇到的问题以及解决方案让他们的出行更顺利。其实，景点本身的魅力远没有一家人在一起更让人身心愉悦。

总之，对于孩子出现的问题，我们要想方设法关注问题的解决办法而不是关注让孩子吃尽苦头，遭遇打击、羞辱的惩罚！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！