

28 良药无须苦口——批评的艺术

看家教宝典 寻幸福良方



任何孩子都是伴随着错误的出现和修正成长起来的。所以，父母学会批评的艺术，是一门必修课。批评是一种具有很强目的性的教育方式，而不是情感的宣泄。总有人羡慕一些家长，觉得他们的孩子几乎没有缺点，那是因为，孩子的缺点在父母艺术地批评中，了无痕迹地转化成了优点。

与赞赏一样，批评也是不可或缺的教育方式。实践证明，简单粗暴、随心所欲、不讲方式批评孩子有百害而无一利。这样做只会增加孩

子的逆反心理，导致亲子关系进一步恶化。孩子明知批评有道理，还要和父母对着干；孩子自知理亏，也不会接受教训。

批评孩子有奥秘。良药无须苦口，忠言也可不逆耳。

我认为，批评孩子应掌握以下几条原则：

第一，提高自身修养，学会控制情绪。

我们是孩子的人生引路人，是孩子效仿的对象，我们的一举一动都会对孩子产生永久、深远的影响。所以，我们在任何情况下，都要表现出风度和教养，什么时候都不能失态。当我们情绪不佳时，一定不要批评孩子，这时讲出的话往往缺乏理智。我们要克制几分钟，并且告诫自己：我是家长，是孩子学习的榜样，这件事有那么严重吗？一定要批评孩子吗？不能和风细雨地解决吗？发泄情绪后，我们会后悔吗？想到这些，你的心就会平静下来。经过一段时间的训练，你就能掌控自己的情绪。

第二，把保护孩子的自尊心放在第一位。

要培养一个人，首先要培养他的自尊心。同样的道理，要摧毁一个人，首先摧毁他的自尊心。美国教育家斯特娜女士说：“自尊是一个

人品德的基础。若失去自尊心，一个人的品德就会瓦解。人之所以变成了醉汉、赌徒、乞丐和盗贼，都是因为失去了自尊心。”为人父母者要守住一条底线：无论发生任何事情，都要保护孩子的自尊心。

听听我们有些家长是怎样挖苦、辱骂孩子的：“养条狗也会给我摆摆尾，你什么事都办不好，要你有什么用！”“养了你16年，没给我争过一点儿气，摊上你这样的孩子算我倒霉。”

这些恶毒的批评真是锥心刺骨啊！这样的批评，等于把孩子的自尊心彻底践踏了，有的孩子被逼急了，这样对父母说：“我就这样破罐子破摔了，你就当没生我这个儿子还不行吗！”

试问，当一个孩子到了这样撕破脸与父母对着干的时候，做父母的还有什么办法呢？

第三，要避免在以下几种情况下批评孩子。

1. 当孩子同你讨论问题的时候；
2. 当孩子需要父母帮他作决定的时候；
3. 当孩子情绪高涨、为某件事兴高采烈的时候；
4. 当孩子情绪低落、为某件事垂头丧气的时候；
5. 有其他人在场的时候；
6. 感觉自己情绪异常的时候。

第四，批评孩子要客观、公正。

要就事论事，不夸大事实，不问题发挥，不上纲上线，不翻陈年旧账。要让孩子知道，父母针对的是这件事情，并非孩子本人。要给孩子充分的说话机会，要让孩子体会到父母的尊重和诚恳。总之，要让孩子口服心服。这样，孩子才会接受父母的建议，剖析自己行为，才能达到批评的预期目的。

第五，批评孩子要精确、严谨。

批评孩子就像做外科手术，需要较高的精确度。不要草率地批评孩子，要力求避免冤枉、误解孩子。

1. 描述问题本身，而非责备。

2. 长篇大论永远不如节约用词效果好。哪个孩子也不喜欢父母喋喋不休，多说不如少说。说得越少，孩子越容易记住。

3. 提示比谴责要高明得多。

4. 父母只谈自己的感受，不评价孩子的个性和品格。

批评是一种具有很强目的性的教育方式，而非情感的宣泄。在批评孩子时一定要慎重、冷静，要清醒地知道自己的批评是“什么原因、什么方式、什么效果”。一个高明的家长，面对孩子的错误，会不露声色地进行引导，就像孩子从一开始就这么优秀。

（摘自《改变孩子 先改变自己》贾容韬 著）

01 印象邓丽君（林青霞为本书写的序）

歌声传天下 精神存人间



1994年我结婚那天，多想把手上捧着的香槟色花球抛给她，因为我认为她是最适合的人选，我想把这份喜气交到她手上，可是我不知道她在哪里。

婚后不久，我和朋友在君悦酒店相聚，接到她打来的电话：“你在哪儿？我想把花球抛给你的，你……”我一连串说了许多，她只在电话那头轻轻地笑：“我在清迈，有一套红宝石首饰准备送给你。”那是我和她最后的对白。

1980年，她在洛杉矶，我在三藩市，她开车来看我，我们去逛百货公司。临出店门，她要我等一下，原来她跑去买了一瓶香水送给我。我们喝了一杯饮料，她晚饭都不吃就开车回去了。那是我们第一次相约见面，大家都不太熟悉，也不知道该说些什么，我却被她交我这个朋友所付出的诚意深深地打动了。

我和她的交往不算深。她很神秘，如果她不想被打扰，你是联络不到她的。我们互相欣赏，对她欣赏的程度是——如果男朋友移情别恋的对象是她，我绝不介意。

我跟她见面的次数并不多，1990年到巴黎旅游，当时她住在巴黎，这段时间是我跟她相处较长的一次。因为身在巴黎，没有名气的包袱，我们都很自在地显出自己的真性情。我会约她到香榭丽舍大道喝路边咖啡，看往来的路人，享受夜巴黎的浪漫。她也请我去法国餐厅吃那里的招牌鸭子餐。

记得那晚她和我都精心打扮，穿上白天买回来的新衣裳，我穿的是一件闪着亮光的黑色直身吊带短裙，颈上戴着一串串珠链；她穿的那件及膝小礼服，虽然是一身黑，但服装款式和布料层次分明。下摆是蕾丝打褶裙，腰系黑缎带，特点是上身黑雪纺点缀着许多同色绣花小圆

点，若隐若现的。最让我惊讶的是，她信心十足地里面什么都不穿，我则整晚都没敢朝她胸前正面直望。

我们走进餐厅，还没坐定，就听到背后盘子刀叉哐啷哐啷跌落的声音，我想，这人一定为自己的不小心感到懊恼万分。她却忍不住窃笑：“你看，那小男生看到我们，惊奇得连碗盘都拿不稳了。”

有几次在餐厅吃饭，听到钢琴师弹奏美妙的音乐，她会亲自送上一杯香槟，赞美几句。她对所有服务她的人都彬彬有礼，口袋里总是装满一两百法郎纸钞，随时作小费用，我看她给的次数太多，换一些五十的给她，她坚持不收。

有一次在车上，她拿出一盒卡带（那时候还没有盘片）放给我听，里面有她重新录唱的三首成名曲，原来那段时间她在英国学声乐。她很认真地跟我解释如何运用舌头和喉咙的唱法令歌声更圆润。我虽然听不懂也分辨不出和之前的歌有什么不同，但对她的追求完美和精益求精的精神深感敬佩。

有一天到她家吃午饭，车子停在大厦的地下停车场，那里空无一人，经过几个回廊，也冷冷清清。走出电梯进入她那坐落于巴黎高尚住宅区的公寓，一进门，大厅中间是一张圆木桌，地上彩色拼花大理石，天花板

上好像有盏水晶灯。我多年以来的梦想就是在巴黎有个小公寓，她在巴黎这所公寓比我梦想中的更加完美。可是我感受到的是孤寂。

那些日子，我们说了些什么已不太记得，只记得在巴黎度过了快乐时光。

结束了愉快的巴黎之旅，我们一同回港，在机上我问她孤身在外，不感到寂寞吗？她说算命的说她命中注定要背井离乡，这样对她较好。

飞机缓缓地降落在香港，我们的神经也渐渐开始绷紧，她提议我们分开下飞机，她先走。第二天，全香港的报纸都以大篇幅的头条新闻，报道她回港的消息。

2013年来临前夕，我在南非度假，因为睡不着，打开窗帘，窗外星斗满天，拱卫着蒙上一层薄雾的橙色月亮，诗意盎然，此时我想起了她，轻哼着《月亮代表我的心》。

她突然离去，我怅然若失，总觉得我们的友谊不该就这样结束。

这些年她经常在我梦里出现，梦里的她和现实的她一样——谜一样的女人。

奇妙的是，在梦里，世人都以为她去了天国，唯独我知道她还在人间。

林青霞

2013年1月7日

（摘自《绝响——永远的邓丽君》姜捷 著）