

现代家教新理念，亲子成长正能量，一本书帮助千万父母管理好孩子！



Let the children
do their best

让孩子做 最好的自己

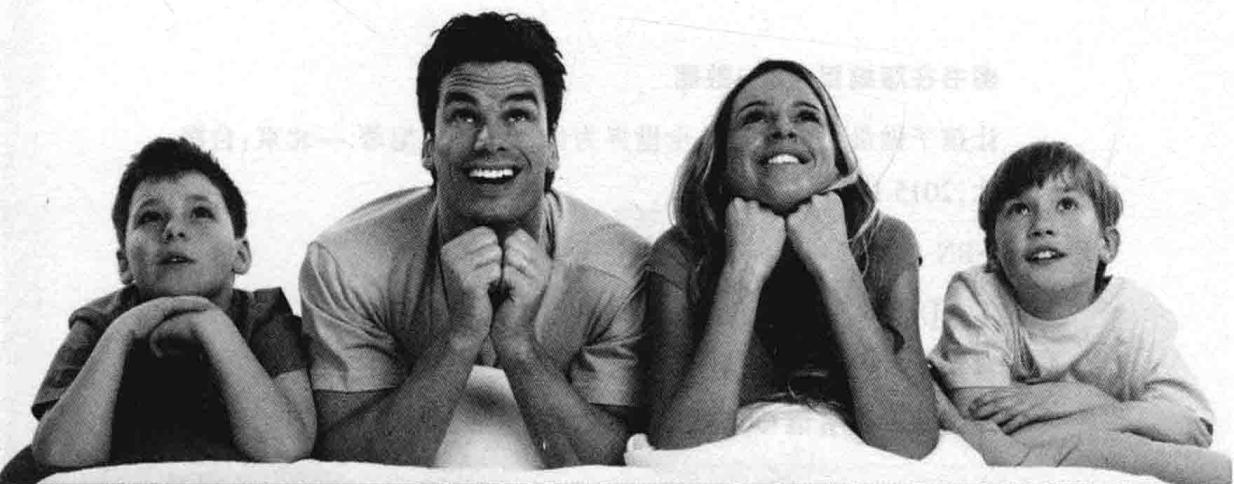
| 全世界为你让路 |

谈旭◎著

家教难题一网打尽，亲子关系更和谐，教育方向平衡，智商情商同步提升！

博采众集家长教子经验，简单易行的科学管理方法，
没有管不好的孩子，只有不懂管教方法的家长！

台海出版社



Let the children
do their best

让孩子做 最好的自己

| 全世界为你让路 |

谈旭◎著

台海出版社

图书在版编目(CIP)数据

让孩子做最好的自己：全世界为你让路 / 谈旭著. --北京：台海出版社，2015.10

ISBN 978-7-5168-0739-2

I. ①让… II. ①谈… III. ①青少年-成功心理-家庭教育 IV. ①B848.4②G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 239603号

让孩子做最好的自己：全世界为你让路

著 者：谈 旭

责任编辑：戴 晨

装帧设计：虞 佳

版式设计：通联图文

责任校对：吕彩云

责任印制：蔡 旭

出版发行：台海出版社

地 址：北京市朝阳区劲松南路1号，邮政编码：100021

电 话：010-64041652(发行, 邮购)

传 真：010-84045799(总编室)

网 址：www.taimeng.org.cn/thcbs/default.htm

E-mail：thcbs@126.com

经 销：全国各地新华书店

印 刷：北京柯蓝博泰印务有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误，请与本社联系调换

开 本：710mm×1000 mm 1/16

字 数：270千字 印 张：16.5

版 次：2016年1月第1版 印 次：2016年1月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5168-0739-2

定 价：35.00元

版权所有 翻印必究



前言

PREFACE

1

著名教育家叶圣陶曾说过：“学生跟种子一个样，有自己的生命力，老师能做到的，只是供给他们适当的条件和照料，让他们自己成长。”

由此看来，孩子是千差万别的，只有适合的教育才是最好的教育。因此，教育孩子的前提是了解孩子，了解孩子的前提是尊重孩子，取得孩子的信任。

世界上十全十美的人是没有的，何况是正在成长的孩子；而且孩子身上所谓的优点和缺点往往是辩证的，表面是缺点，实质却包含着优点的潜能。今日的缺点，也许就是明日的优点。辩证法告诉父母，一切事物都处于转化之中，在一定的条件下，一个孩子的缺点也能够转变成成为优点。

每个孩子的能力都是不同的，他们总会在一些方面有不足甚至是缺陷。这时候，如果连父母都看不起他们，甚至嘲笑他们，那孩子会更加自卑，甚至自暴自弃，从而毁了孩子的一生。

但很多家长都会在教育的过程中否定子女，造成孩子消极的自我定位。其实每个人都有机会成为牛顿或者是爱因斯坦，但我们之所以成为普通人，一个很重要的原因就是我们的父母运用了造就普通人的方法教

育了我们。

父母对子女的否定主要表现在以下六个方面：

给孩子否定、消极的暗示。

当孩子提出某些建议的时候,不予考虑。

给孩子设限,想当然地认为孩子不可能达到什么样的程度。

对孩子的兴趣爱好实施打击。

当孩子表现出要做家务劳动或者回报父母的动作时,予以制止。

对孩子的目标表示怀疑。

事实上,日常生活中父母对子女的否定不单表现在这六个方面。父母一切消极的行为和语言都是消极暗示。孩子的年龄越小越容易受到暗示的影响,暗示的时间越长就会越顽固。自我定位一旦形成,就很难改变,会一直指导自己的人生。

2

父母只有具有正确的教育观,才能创造出良好的家庭环境。一个民主、宽松、平等的家庭环境,有利于造就活泼开朗的孩子,而在这种氛围中成长的孩子也愿意、乐于和父母一起合作。

作为家长,我们要完成的首要任务是培养孩子的自尊心、自信心、责任心、主动进取精神、学习兴趣和好习惯。这是孩子成长的核心精神软件。如果这些没处理好,孩子是注定要出问题的。

比如,在成长的过程中,每个人都会遇到这样那样的难题,都会感到彷徨、无助,也同时会取得这样那样的成绩,需要与人共同分享,需要在他人的赞美声中获得自我肯定。这些时候都是应该让孩子记住的最佳时期。父母的一句鼓励,会让孩子获得无穷的力量和勇气;父母的一句赞美也会让孩子体验到成功的喜悦。作为父母,更应该记住孩子

的闪光点。

教育孩子必须坚持一个原则：孩子自己能做的事情，就让他自己去做，千万别替他去做。然而，在我们的身边，独生子女居多。对待孩子，家长们总是“含在嘴里怕化了，托在掌上怕摔了”。孩子是家里的小太阳，全家都围着他一个转。殊不知，对孩子过分宠爱、过度保护、过多照顾，生活上包办代替，给孩子穿衣、喂饭、整理玩具等等，是在剥夺孩子独立做事的机会，这将直接导致孩子缺乏独立性，生活能力低下。

教育孩子是父母的天职，对孩子提出适当的要求有利于孩子的成长。然而父母过高的要求、过多的期待，甚至过严的苛求，却会对孩子的身心健康造成伤害。因此，父母应当用平常心看待孩子的成长，不要对孩子说要求过高的话。

.....

总之，每个孩子都是优秀的，不要因为错误的一句话，毁了孩子的信心；不要让自以为是的教育方式，误了孩子的一生；不要让无度的溺爱，成为孩子一生的绊脚石。用你的热情触动孩子的心弦，用你的爱感动孩子的内心，这种心领神会的教育，才是使孩子真正优秀的方法。

3

作为父母，也许你不能给孩子富裕的物质生活，不能给孩子英俊或美丽的外貌，但是你能给孩子一个成功的人生。

比如：有的父母留给孩子得体的教养，言行得体、谦和友善、不逞强等，使孩子举手投足间显现出与众不同的风范；有的父母留给孩子良好的习惯，细心、认真、做事有规律等，使孩子变得越来越优秀，并且终身受益……如果你能够从小事做起，给孩子信心、耐心、责任感、自信心以及知觉他人感受的品质，那你就给了孩子一个成功的人生。

每个家长都可以是“专家”，每个孩子都能成才，只要让他们做最好的自己！

没有教不好的孩子，只有不会教的父母！所以，聪明的父母，会和孩子一起去找寻成长的真理，一起去创造生活的快乐和完美。给孩子架起成功的桥梁，这本书，一定能给你一些启迪！

目录

CONTENTS

第一章	自信——孩子成长的关键	1
	1.多给一些积极正面的评价	1
	2.爱与鼓励,驱散孩子的自卑	4
	3.善于发现孩子的闪光点	8
	4.肯定孩子,即使他没达到你要求的程度	12
	5.信任孩子是培养自信的基础	14
	6.尊重孩子是确立自信的前提	17
	7.自信要适度,有自负心理立刻要纠正	19
	8.坚持保护孩子的自信	23
第二章	品德——孩子立身的基础	26
	1.父母是孩子品德养成的决定性人物	26
	2.教育孩子说真话	30
	3.爱心教育让孩子受益一生	32
	4.文明礼貌是孩子的“名片”	36
	5.父母错了,就要勇于承认	39
	6.为孩子量身定做一个“品行表”	42
	7.把善良的根植于孩子心中	46

- 第三章 智商——孩子的成功利器** 50
1. 给孩子多设计启发性问题 50
 2. 和孩子一起多问几个“为什么” 52
 3. 通过家务事引导孩子思考 55
 4. 开发孩子的想象力 57
 5. 为孩子规划合理的短期目标 60
 6. 找个伙伴,激励孩子学习 62
 7. 尊重孩子的兴趣爱好 64
 8. 鼓励孩子多动脑筋多动手 67
- 第四章 情商——决定孩子命运的重要因素** 72
1. 教孩子用微笑面对生活 72
 2. 克服自私,让孩子学会分享 75
 3. 让孩子知道合作的重要性 78
 4. 鼓励孩子正确交友 81
 5. 让孩子学会管理自己的情绪 86
 6. 教孩子学会换位思考 90
 7. 营造和谐的家庭氛围 93
- 第五章 逆商——让孩子的一生更从容** 97
1. 让孩子自己的事情自己解决 97
 2. 创造机会,鼓励孩子自强自立 101
 3. 激发孩子的应变能力 104
 4. 让孩子拥有选择的权利 107
 5. 引导孩子在失败中成长 112
 6. 培养孩子的勇敢精神 114
 7. 挫折教育,孩子成才的捷径 117

第六章	财商——孩子一辈子的保障	121
	1.测试孩子的财商	121
	2.理财宜早不宜迟	124
	3.循序渐进,才能培养好财商	128
	4.教孩子管理零用钱	130
	5.淡化孩子的贫富意识	134
	6.因材施教,才能培养高财商	138
	7.给孩子留财富不如留知识	141
第七章	习惯——孩子有了好习惯才有好未来	146
	1.习惯决定行为,行为产生结果	146
	2.纠正孩子身上懒惰的恶习	150
	3.不拖延,尽早培养孩子时间观念	152
	4.自觉遵守和维护公共秩序	156
	5.养成倾听的好习惯	158
	6.让孩子放弃攀比的恶习	162
	7.帮孩子去除挑食偏食的坏习惯	164
第八章	女孩——气质是一生的魅力砝码	168
	1.多方面加强女儿气质的培养	168
	2.女孩更要培养意志力	171
	3.培养正确的审美观	175
	4.做优雅的小淑女	181
	5.处变不惊,淡定从容	184
	6.做落落大方的女孩	187
	7.提高女孩对艺术的感受力	191

第九章	男孩——意志力是一生的财富	195
	1. 责任是男孩成长的第一步	195
	2. 勤奋是男孩成才的保障	200
	3. 培养男孩解决冲突的能力	204
	4. 世上没有什么“不可能”	207
	5. 每个男孩都具有领导者的潜能	211
	6. 不要忽视男孩的情绪	214
	7. 让男孩注意语言文明	217

第十章	误区——这些错误,父母千万别犯	221
	1. 嘲笑讽刺,打击孩子自尊	221
	2. 期望太高,引起孩子逆反	225
	3. 以暴制暴,造成矛盾激化	229
	4. 过度溺爱,毁了孩子的前程	233
	5. 禁止给孩子贴上“笨”的标签	236
	6. 滥施表扬,当心“捧杀”孩子	241
	7. 唠唠叨叨,不如把话说到点子上	246

| 第一章 |

自信——孩子成长的关键

1. 多给一些积极正面的评价

作为父母,从孩子很小的时候起,就会对他(她)的脾性、行为、习惯甚至相貌等等,做出这样那样的评价,可以说孩子是在父母的评价声中长大的。其实,不管是正面的评价,或是负面的评价,都会对孩子的心理造成影响,有的甚至可能妨碍孩子的人格发展。

评价分为积极评价和消极评价,积极评价对孩子的成长起正面作用,消极评价对孩子的成长起负面作用。父母对孩子的成长多给一些积极正面的评价,可以让孩子享受到心理阳光的照耀。

心理学家曾经做过一个调查:孩子最怕什么? 研究表明:孩子不是怕苦,也不是怕物质生活条件差,而是怕丢面子、失面子。

美国有一个家庭,母亲是俄罗斯人,她不懂英语,根本看不懂儿子的作业。可是每次儿子把作业拿回来让她看,她都说:“棒极了!”然后,仔细

地挂在客厅的墙壁上。

客人来了，她总要很自豪地炫耀：“瞧，我儿子写得多棒！”其实，儿子写得并不好，可客人见主人这么说，便连连点头附和：“不错，不错，真是不错！”

儿子受到鼓励，心想：“我明天还要比今天写得更好！”于是，他的作业一天比一天写得好，学习成绩一天比一天提高，后来终于成为一名优秀学生。

我国著名的教育家、赏识教育的创始人周弘先生用自己的实践证明：赏识教育能使一位先天耳聋的孩子成为一名对社会有用的人才。

这就是爱的真谛，爱能给人勇气，给人信心。你说他行，他就行；你说他不行，他就不行。你为他喝彩，他会给你一个又一个惊喜，你说他不如别人，他会用行动证明他真的很笨。大人就是这样用语言来塑造孩子的。

有一个小女孩叫兰兰，她三四岁时，妈妈总对她说：“兰兰就是懂礼貌，来客人还会给人家倒水呢！”妈妈越这么讲，女儿越发懂事，一来人就忙乎。

一个大热天，一位老爷爷来家里串门。女儿见了，立刻找来一个大芭蕉扇给爷爷。老爷爷高兴极了，摸着孩子的头说：“这孩子可真懂事，这么小就会照顾人！”

设想一下，如果换一种做法，来了客人，孩子出来“接待”，大人不耐烦地说：“去，去，去，写作业去！”“大人说话你凑什么热闹？”“别找机会出来玩！”在这种挑剔责怪声中长大的孩子能不变得压抑、冷漠、不合群吗？

有的父母并不避讳在孩子面前说什么，认为孩子反正未必听得到或听得懂，但事实上，孩子听得懂的远远超过他（她）用语言所能表达的。所

以,不能用孩子的语言发展来衡量孩子的理解能力。有时候,即使孩子不能完全听懂你的话,也能从你的声调、表情中略窥一二。

私下里,父母都很爱自己的孩子,但是,在公众场合中,往往会在不自觉中谈及子女的缺点,不是说孩子懒惰,就是说孩子散漫。如果父母经常这么说,就会给孩子一种心理暗示,他们会只接受你的评价,而不积极地改善自己,最后变“预言”为事实。

故意轻视、贬低孩子的能力,对孩子来说,就是一种“精神惩罚”。有的父母为了防止孩子产生骄傲情绪,经常会贬低孩子的进步,即使孩子有了进步,他们也会盲目地拿别的孩子的长处和自己孩子的短处相比。

一味地责骂训斥、讽刺挖苦,不但会使孩子看不到自己的长处,而且还容易让他们在很小的时候就萌生自卑意识。所以,一定要少对孩子说消极词语。

那么,怎样才能做到这一点呢?

强强活泼聪明,刚刚5岁,就会背唐诗、数数、画画,在幼儿园里经常得到老师的表扬。可是强强却总得不到爸爸的肯定,相反,爸爸却常常批评他。

有一次,强强画的画得了三等奖。当他兴冲冲地跑回家拿给爸爸看时,爸爸却说:“别忘乎所以,你只得了三等奖。”儿子觉得没意思,便去了洗手间。

当时,姑姑正好来家里玩,姑姑说:“你怎么不表扬一下孩子?”

爸爸说:“得个三等奖,就要表扬,太不像话了吧!不就是第三名嘛,给我考个第一名看看!”

洗手间中的儿子,听到了姑姑和爸爸的对话,心里难过极了。

一个自尊心从小就受过挫折的人,会出现很多心理行为的障碍,比

如自我否定、缺乏爱心、焦虑等,长大也难以适应社会,甚至会走上犯罪道路。

在日常生活中,爸爸妈妈要避免自己对孩子的消极评价,应该注意以下几个问题:

(1)家长要注意场合,不要在大庭广众下粗暴地讽刺、挖苦和训斥孩子,要多采取一些正面引导、个别谈心的方法,以情动人,以理服人。

(2)当孩子做错了事的时候,不要训斥和责怪,要先弄清楚孩子的动机和缘由,再加以引导,帮助孩子找出其中的问题所在。

(3)在教育孩子时,要有针对性,就事论事,不要把从前的“历史问题”和“陈年旧账”抖出来,唠叨个不停,使孩子灰心丧气,以致自暴自弃。

(4)对孩子要求适度,不要过分严格。在过分严格的背景下长大的孩子,往往缺乏自尊心,过分依赖父母。在不损伤孩子自尊心的情况下,应采取循循善诱的方法,使孩子克服自己的缺点。

(5)当孩子取得成绩和进步时,对成人而言哪怕是多么微不足道,也应该给予及时的表扬和肯定。

总之,正面评价孩子,然后让孩子在无意中听到你对他(她)的正面评价,效果会更好。

2. 爱与鼓励,驱散孩子的自卑

自卑是一种心理缺陷,是父母在教育孩子的时候最常见的问题之一。虽然有个别孩子的自卑心理随着年龄增长可以逐渐减轻或消失,但是如果父母不在适当时候加以调控,自卑心理就会对孩子造成很大的危

害。因此作为家长应该注意孩子的心理发育,及早发现孩子自卑的苗头,及早调整孩子的心理,帮孩子建立自信。

幼儿园老师告诉妈妈,在图画课上因为害怕画不好,甜甜不敢落笔;舞蹈课时甜甜跳得很好,老师常让她给小朋友示范,可每当老师教完一个动作,问小朋友谁会,她从不举手……

甜甜4岁生日的时候,那天妈妈特意提前下班为她买了一件小大衣,作为送给她的生日礼物。当妈妈兴冲冲地到幼儿园接甜甜回家时,透过教室的窗户,却看见她一个人窝在一角,坐在小凳上,眼睛直直地盯着一群正在嬉闹的小姑娘,眼神怯怯的,充满羡慕。妈妈鼻子一酸,赶紧从接孩子的家长中间挤进教室,把她搂进怀里。

“甜甜,你怎么不跟她们一起玩?”

甜甜把怯怯的眼光转向妈妈:“妈妈,我是班上最笨的小朋友吗?”

“当然不是,你和其他小朋友一样聪明可爱。”妈妈一本正经地回答她。

甜甜疑惑地看着妈妈,一连抛出了几个问题:“那我为什么画不好画?”“为什么其他小朋友不跟我玩?”

经过观察和分析,妈妈终于发现原来是甜甜画画不好,这才导致她的自卑情绪。幼儿园常把小朋友分成好多个小组,每个小组的小朋友合作完成一组画后交给老师,完成得好的小组就能获得小礼物。甜甜画画不好,经常连累她的小组得不到礼物,因此,别的小朋友不愿跟她在一起玩。

第二天开始,妈妈开始有意识地培养甜甜的画画能力,每天挑选一幅好玩又易画的画儿,开始和甜甜比赛。每次画完,妈妈都有意识地表扬甜甜,还经常奖励甜甜一些小礼物。一段时间后,甜甜开始热爱画画了。后来,妈妈又给甜甜请来老师专门教甜甜画画。经过练习,甜甜画的画已经成为幼儿园里最漂亮的画了。从此,甜甜摆脱了自卑心理,变得开朗快乐。

产生自卑心理的孩子一般有如下表现：

(1)轻易否定自己。

自卑的孩子做事常常没有主见，会很轻易地否定自己。自卑的孩子总是喜欢说“我不懂”“我不会”“我不行”，面对选择的时候更是不知如何是好，看到孩子出现这种情况，家长就要小心了。

(2)回避竞争，不敢表现自己。

自卑的孩子常常会感到害羞，会在别人面前感到自己很无能，觉得自己比不上他人。因此，他们往往会回避竞争，害怕在别人面前表现自己，因为他们对自己很没有信心，怕自己所认为的短处被别人发现，而被别人嘲笑。

(3)不敢与人交流。

产生自卑心理的孩子，常常不敢与他人交流，对交朋结友或兴趣索然，或视为“洪水猛兽”。这些孩子的交际能力十分缺乏，在学校、家庭、社会中交往的面十分狭小，对别人的内心世界、人际关系也知之甚少。此外，他们还不太愿意主动参加集体活动。

(4)经常疑神疑鬼。

自卑的孩子对家长、教师、小伙伴对自己的评论往往十分敏感，特别是别人对自己的批评，更是感到难以接受，甚至无中生有地怀疑他人是否讨厌自己。

(5)自暴自弃。

在所有自卑的孩子当中，占相当比例的孩子往往会表现为自暴自弃，更有甚者，还可能表现出自虐行为，如故意在大街上乱窜、深夜独自外出、生病拒绝求医服药等，似乎刻意让自己处在险境或困境之中。

当孩子出现上面这些状况的时候，家长就要注意是不是自己的孩子产生自卑心理了。如果孩子确实有这方面的心理问题，父母就一定要采取措施加以改进。