

- ❖ 关注孩子的点滴成长，透视孩子的内心世界
- ❖ 解读孩子成长的烦恼，讲述与孩子沟通的技巧
- ❖ 为家长提供实用技巧，给孩子一个美好的未来



# 陪孩子长大

## 跟上孩子成长的脚步

爱孩子就要鼓励他、信任他、教育他、陪他一起长大

盛琳/编著



 企业管理出版社  
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS  
50 EAST LAKE STREET, CHICAGO, ILLINOIS 60607  
TEL: 773-709-3200 FAX: 773-709-9399  
WWW.CHICAGO.PRESS.COM



# 陪孩子长大

网上孩子成长俱乐部

THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS

CHICAGO, ILLINOIS





# 陪孩子长大

跟上孩子成长的脚步

盛琳 / 编著



企业管理出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

陪孩子长大：跟上孩子成长的脚步/盛琳编著. - 北京：  
企业管理出版社，2008.9

ISBN 978 - 7 - 80255 - 025 - 4

I. 陪… II. 盛… III. 家庭教育 - 通俗读物 IV. G78 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 123493 号

---

书 名：陪孩子长大：跟上孩子成长的脚步

作 者：盛 琳

责任编辑：萍 艳

书 号：ISBN 978 - 7 - 80255 - 025 - 4

出版发行：企业管理出版社

地 址：北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编：100044

网 址：<http://www.emph.cn>

电 话：出版部 68414643 发行部 68414644 编辑部 68428387

电子信箱：80147@sina.com zbs@emph.cn

印 刷：北京毅峰迅捷印刷有限公司

经 销：新华书店

规 格：170 毫米×230 毫米 16 开本 16 印张 150 千字

版 次：2008 年 10 月第 1 版 2008 年 10 月第 1 次印刷

定 价：28.00 元

---



## 前言



孩子从降临人世以后，首先接触到的就是父母和家庭环境。所以，家庭是孩子出生后接受教育的第一个场所，是人生的第一课堂。父母是孩子的第一任老师，是开启孩子人生之路的第一把钥匙。

家庭教育在孩子成长过程中的作用是至关重要的。因为孩子在成长的初始是幼稚、单纯的，纯洁得如同一张白纸。他们对外界的事物毫无辨别能力，他们所掌握的知识也首先源自于家庭和父母的教育。可以说，父母是孩子人生的罗盘，他们用自己的人生阅历指引孩子前进的方向。

身为父母，最大的乐趣恐怕莫过于把孩子带到这个世界，看着孩子快乐地成长，陪孩子一步步长大，在孩子成长的过程中与孩子分享点点滴滴的快乐。天下父母谁不想教子有方？谁不想把孩子培养成出类拔萃的人才？然而，在陪孩子长大的过程中，又有多少父母真正做到跟上孩子成长的脚步，把孩子培养成一个心理健康、乐观向上的英才？现实中，大多数父母只能做到跟上孩子生理上的成长，而没有跟上孩子心理成长的脚步。

其实，在孩子来到人世以前，作为父母就应该接受基本的教育理念，掌握基本的教育方法。而现在的父母大多数都没有接受过系统的家庭教育培训，缺乏家庭教育知识及理念。他们中的多数人都沿用老一辈传下来的教育方法，只注重孩子的学习及物质环境而忽略了孩子心灵上的培育，很少自觉地关注孩子心灵层面上的所想和所求。长此以往，孩





## 陪孩子一起成长

子和家长由于缺乏有效的沟通，就造成了父母说什么，孩子也不听，孩子有什么想法也不和家长说，父母和孩子成了最熟悉的陌生人的局面。

父母如果不知道孩子所想的、所要的，又怎么能够谈得上陪孩子一同成长呢？父母如果不能及时发现孩子内心真实的想法，又怎么能及时给孩子以帮助，让孩子信任父母，把知心话告诉父母呢？

所以，想做一个称职的父母，家长就需要掌握一些必要的家庭教育理论知识。同时，要在生活中加强与孩子的对话，留心孩子的点滴之举。只有在专家的建议下，家长用自身行为引导孩子，用心琢磨孩子，才能真正地把孩子培养成一个杰出的英才，做到与孩子同步成长。



在您面前的这本书正是根据孩子不同成长阶段的特点，通过“快乐童年篇”、“少年烦恼篇”、“青春物语篇”、“长大成人篇”四个篇章，针对孩子各个阶段的心理和行为特点，通过案例来探讨在每个时期的孩子最容易出现的问题和解决的方法。

真心地希望广大家长能够通过对本书的阅读，了解孩子身心成长的过程，获得为人父母的知识，用科学的教育理念、健康的教育心理、良好的生活方式、温馨舒适的家庭环境、平等和谐的亲子关系，为孩子健康成长奠定坚实的基础。

编者

快乐童年篇：打开宝宝心中奇妙的盒子

目录

- 
- 三岁的孩子看到老  
——一个人的性格在幼年时期已经成型 / 3
- 我不喜欢吃青椒  
——面对孩子挑食怎么办 / 7
- 不要关灯,妈妈我怕黑  
——孩子怕黑的恐惧心理 / 11
- 我是妈妈捡来的吗  
——如何解答孩子提出的小问题 / 15
- 喜欢吃手指的孩子  
——小心孩子背后的焦虑 / 19
- 死了再买一只吧  
——不可忽视孩子虐待动物的行为 / 23
- 我要和妈妈在一起  
——不要让孩子有缠人的坏习惯 / 26
- 再让我看一会电视吧  
——别让孩子患上“电视孤独症” / 30
- 我的玩具谁也不能碰  
——纠正孩子的占有欲 / 33
- 要打我,我就告诉爷爷去  
——老人溺爱孩子怎么办 / 36
- 我就是爱哭  
——特爱哭的小孩儿 / 41
- 



## 陪孩子一起成长

不爱洗脸的邋遢鬼

——让邋遢的孩子爱干净 / 45

我是妈妈，在哄“宝宝”睡觉

——不能忽略孩子爱模仿的天性 / 48

孩子坐不住板凳

——孩子没耐性怎么办 / 52

### 少年烦恼篇：探寻少年叛逆背后的真相

妈妈，我不想去上学

——孩子准备好上学了吗 / 59

说谎是件好玩的事

——孩子学会说谎话了 / 64

大家都不跟我玩

——教孩子学会交朋友 / 67

妈妈，他们叫我“猴子”

——爱给同学起绰号 / 71

学别人说脏话

——及时纠正孩子说脏话 / 75

妈妈，再让我睡一会儿

——孩子赖床怎么办 / 78

你管不着我

——调教爱顶嘴的孩子 / 83

我不想上钢琴课

——孩子也有自己的想法 / 87

我想看看里面是什么东西

——孩子爱拆东西 / 91







作业这么多，写不完了

——帮孩子改掉写作业拖拉的习惯 / 93

我不敢回答老师提出的问题

——让孩子克服害羞心理 / 97

小时偷针，大时偷金

——孩子学会了偷窃 / 101

我和朋友打架了

——如何处理孩子和小伙伴打架 / 105

上课不听讲，没精神

——避免孩子上课溜号 / 108

我不喜欢跑步

——小心孩子变成懒小孩 / 112

### 青春物语篇：解读青春中的那些秘密

你们根本都不了解我

——你和孩子沟通了吗 / 119

我喜欢他怎么办

——青春期对异性的解读 / 124

我长胡子了

——不可忽视孩子青春期的变化 / 128

你们别总管我行不行

——还给孩子自由 / 131

是不是我什么都不行

——青春期的认同感 / 134

学不学习都一样

——别让孩子失去上进心 / 137



## 陪孩子一起成长

我怎么总想这件事

——当心孩子得了强迫症 / 141

我就是喜欢上网玩游戏

——孩子患上“网络综合症” / 144

不要乱动我的东西

——别动带锁的日记 / 148

喜欢周杰伦，有什么不好

——年轻的小粉丝 / 151

这样穿才有个性

——孩子也喜欢“我型我秀” / 155

凭什么听你们的

——解读青春期逆反心理 / 159

我就是喜欢 Cosplay 和看漫画

——请尊重孩子的兴趣 / 164

为朋友两肋插刀

——青春期中的讲义气 / 168

爱美之心人皆有之

——孩子过分注重打扮 / 171

## 长大成人篇：迎接风雨洗礼后的成长

凭什么他比我考得好

——把嫉妒变成积极向上的动力 / 177

你能不能别啰嗦

——别做个唠叨的家长 / 182

活着真没意思

——警惕青少年自杀现象 / 186

你已经落伍啦

——难以逾越的代沟 / 189

看这个有什么大惊小怪的

——孩子眼中的“色情” / 193

我讨厌英语老师

——孩子不喜欢老师怎么办 / 198

我只爱学语文

——孩子偏科怎么办 / 202

我个子矮，是个三等残废

——帮孩子摆脱自卑情结 / 208

你们快把我逼疯了

——父母对孩子的高要求 / 213

每次考试前我就头晕

——孩子得了“考前焦虑症”怎么办 / 216

我才不帮她，让她超过我

——孩子的狭隘思想 / 221

我怎么就不如他了

——不要拿孩子和别人作比较 / 226

他们算什么，哪能和我比

——孩子自负不可取 / 229

我失败了

——孩子无法面对挫折怎么办 / 234

进了考场我就害怕

——考试怯场怎么办 / 238

我一点也不快乐

——当孩子得了抑郁症 / 242

**快乐童年篇：  
打开宝宝心中奇妙的盒子**







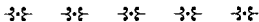
## 三岁的孩子看到老

### ——一个人的性格在幼年时期已经成型

3岁的楠楠性格外向，平时活泼好动，可是一到演出、比赛这样的关键时刻就“掉链子”，不是畏缩不前，就是放声大哭，气得爸爸整天骂她“没出息”。

#### 孩子为什么会这样？

俗话说：“三岁的孩子看到老。”它指的是孩子的性格在幼年期已经成型了。意大利儿童教育专家蒙特梭利在她的著作中也说道：“儿童的品格和品质，都不是我们的力量所形成的，而仅仅是儿童自己在3岁到6岁之间所进行的一系列长期而缓慢的活动的结果。”换句话说，孩子的性格在6岁之前已经雕刻成型了，这也是作为家长的我们应该关注幼儿性格健康发展的首要理由。



21世纪的科技与经济竞争的实质是人才的竞争，而人才的竞争归根到底是教育的竞争。教育之强盛又是以幼儿教育为根基的。幼儿教育的使命就是培养出具有面对新世纪挑战的意志、信心、素质和能力全面发展的人才。他们既要有智能，又要有健康的心理素质、良好的性格品质，这样才能承受比以往任何时候都要大的心理压力，以抵御迅速变化的社会所带来的各种矛盾冲突。这就需要家长在孩子早期教育时就开始重视对孩子良好性格的培养。





## 陪孩子一起成长

性格是一个人对现实的稳定态度以及与之相适应的习惯性的行为方式,是一个人区别于其他人的集中体现。从幼儿心理和教育的理论角度来看,0~6岁是一个人一生中大脑发育最迅速的年龄段,是一生中最富有可塑性的阶段,也是人的智能和性格奠基最坚实的阶段。性格能够鲜明地显示人对现实的态度和与之相适应的行为方式,如对社会的责任心、诚实、正直等。

性格一旦形成便有着相对的稳定性。性格的初步形成是始于婴幼儿期,3岁的幼儿在性格上已有了明显的差异。儿童性格形成的起源是婴幼儿期的生活习惯。每个家长都以自己特有的方式育儿,使婴儿产生固定性反应,即形成了习惯,每个个别习惯统一起来作为一种素质存在,便构成了个体的性格特征。婴儿正是在家庭中,由生活习惯和固定的行为方式养成了最初的习性,以此构成了其性格组合中的最基本成分。正如伟大的教育家孔子曾说的:“少成若天性,习惯成自然。”从这一性格形成的起源可以看出早期教育对幼儿性格的形成起着制约和导向的重要作用。

### 父母该怎么办?

孩子的性格塑造的最佳期是在早期。由于孩子并不能意识到自己对事物的态度,他的行为方式也没有发展起来,更没有定型,只有在后天的环境下,在成人、家庭、学校和社会的影响下,通过孩子自己的实践活动和积极主动性,在他的先天素质的基础上才逐渐形成他们独有的性格。遗传因素为心理的发展提供自然基础和发展的可能性,但社会环境对性格有着决定作用。

**孩子良好的生活环境。**良好的生活环境,包括情感环境、智育环境、德育环境、规律生活环境和美育环境。应该让孩子一出生就接受良好环境的熏陶,因为环境和时间的结合会像魔术师一样塑造人的性格。从这个意义上说,“人是环境的动物”这句话说得一点也不错。家庭的教育氛围和情绪,应经常保持在愉悦、平静——这一“最佳情绪线”上,这样,孩子的智力才能最活跃,身心最舒适,学习最用功,容易商



量玩和学的事情。可以说，最佳情绪线是孩子进步的生命线。

**科学地爱孩子。**对孩子性格影响最早、最深、最强、最经常的因素是父母的爱。爱是非常强大的力量，足以调动孩子全部心理活动，决定他们的状况和倾向。

**培养良好的生活习惯。**良好的生活习惯，是良好性格养成的起点。0~3岁是性格形成的关键时期，婴幼儿对最初的行为印象最深，反复几次以后便形成心理定势，这种心理定势稳固以后便成了性格。“少小若天性，习惯成自然。”“播下行为的种子，就收获习惯；播下习惯的种子，便收获性格；播下性格的种子，便收获命运。”

早期良好习惯的养成，应从吃、喝、拉、穿、睡、洗、说、问、礼貌、劳动、独立行为等小事抓起，一点一滴对孩子进行积极鼓励和严格要求。经过这样培养，一个孩子好的成长就成功了一半。要求孩子时，不允许的事一开始就不允许，孩子便没有痛苦和反复，如果等养成了坏习惯再去纠正，那么一百个坏行为养成的坏习惯就需要两百个好行为去纠正，必然事倍功半，并伴随痛苦和冲突。在孩子1岁左右，特别要注意养成良好的饮食习惯。

**父母和教育者的表率 and 榜样作用。**孩子所亲近的人的理想、信念、追求、兴趣、举止、言谈、脾气、文化修养和为人，无时无刻不在影响着孩子的性格，所以孩子很像是父母的“影子”。因此，家长千万要提高自身的修养，就像你家有一部“窃听器”、有一架“摄像机”，时刻在窥视着你，你的性格也将化为孩子的命运。家教，实际上是人生的传代。

### 相关链接

#### 六种优良性格品质

##### ※快乐活泼

活泼不只是好动，更不等于吵闹。活泼的孩子表现为：表情丰富，





## 陪孩子一起成长

感知敏锐，口齿伶俐，双手能干，躯体活泼爱运动，思想活泼爱提问。

### ※安静专注

安静的时候，孩子会静悄悄地一心做自己的事，如：静悄悄地下棋，悄悄地画画，静悄悄地读书、做手工，玩也要玩得专心。这种品格是小学、中学学习成功的保证。因为一个人如果一生中像屁股底下坐个陀螺一样静不下来的话，必将一事无成。

### ◆勇敢自信

不怕摔跤，不怕看病，不怕吃药，不怕打针，不怕小虫，不怕黑暗，不怕早起，不怕寒冷，不怕孤独，不怕陌生人。小孩的自信心主要表现为：自我意象好，他总觉得自己是个好孩子，聪明能干，妈妈喜欢我，爸爸表扬我，老师也说我不错。

### ◆爱劳动，关心人

勤劳表现为：爱劳动，爱做自己的事和家务劳动、制作活动，并且高高兴兴地做。孩子的善良主要表现为：关心家人和周围的人，有好东西有意大家分享。要培养孩子从小能设身处地为他人考虑的美德，如看到爸爸满头大汗，会主动拿毛巾给爸爸擦汗等。

### ◆有独立性精神

这主要表现为：从小能自己一个人睡、坐、玩，能到邻居家串门，自己的事喜欢自己做等。

### ※好奇心和有创造性

这主要表现为：对新奇的事爱看、爱听、爱摸、爱做、爱问、爱记、爱模仿又爱试验，爱走新路子，做事情喜欢独出心裁、与众不同，并且精益求精，不满意就重来，直到满意为止。另外，喜爱自己动手，想办法玩耍，想办法做玩具，做实验，搞小发明。