

中国家庭成功教子必备书

超值白金版

29.80

在孩子的成长过程中，父母的言传身教，对孩子的智力发展，性格形成，习惯养成，心态、能力、品德的培育等方面有着重大影响，甚至可以决定孩子的一生。好孩子是教出来的，优质的家庭教育，造就优秀的孩子。好父母成就好孩子，好父母成就孩子的一生。

好孩子 是教出来的

大全集

冬云 编著

囊括国内外先进的育儿理念 传授成功父母的育儿秘诀

立足中国的文化背景、育儿方式 提供优秀孩子培养全方案



中国华侨出版社

好孩子 是教出来的

大全集

冬云编著



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

好孩子是教出来的大全集 / 冬云编著. —北京: 中国华侨出版社, 2011.6

ISBN 978-7-5113-1170-2

I. ①好… II. ①冬… III. ①女性—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 084602 号

好孩子是教出来的大全集

编 著: 冬 云

责任编辑: 九 萧

封面设计: 凌 云

文字编辑: 肖玲玲

美术编辑: 张军莲

经 销: 新华书店

开 本: 1020mm × 1200mm 1/10 印张: 44 字数: 755 千字

印 刷: 北京中创彩色印刷有限公司

版 次: 2011 年 7 月第 1 版 2012 年 6 月第 2 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-1170-2

定 价: 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编 辑 部: (010) 64443056 64443979

发 行 部: (010) 58815875 传真: (010) 58815857

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com



刘亦婷，从国内直接考上世界最高学术殿堂哈佛大学，获得哈佛大学的全额奖学金。

黄思路，第四届全国十佳少先队员，钢琴十级，华东地区中学生作文大赛一等奖，出版过图书，被称为“全才”。后赴美留学。

安金鹏，高三时获得第三十八届国际奥林匹克数学竞赛金牌，北大博士毕业后入哈佛大学攻读博士后。

卢山，安徽省高考状元，考入中科大少年班，28岁任美国一流大学顶级计算机专业教授（博导）。

卜镛，8岁时获全国儿童画比赛一等奖，12岁起，就开始在内地、港澳及海外成功举办一系列个人画展……

这些都是中国父母所熟知的好孩子的典型，在一段时期内，曾深深地影响了千千万万个家庭，他们被当做榜样用以激励正在成长的孩子，他们的成绩被当做家长培养孩子的目标。同样，他们父母的教育方法也引起了无数家长、社会学者、教育学者、心理学者对于家庭教育的思考和探索。

他们为何会取得令人瞩目的成绩？从这些好孩子身上，我们可以发现他们的成材与父母教育和引导不无关系。如果没有父母的科学教育和正确引导，资质再好的孩子也终将是碌碌无为的一辈子。正如古人所说：“玉不琢，不成器。”孩子如同璞玉，只有在精心雕琢下才能绽放最美的光彩。

好孩子是教出来的！当代著名教育家、学者王东华曾提出了这样的教育观点，如今它已被许多有识之士及家长们普遍认同。一个孩子在成长之初，如同一张白纸，父母给予什么样的教育，他就会成为什么样的人。优秀孩子多是优质教育的结果，对于孩子而言，家庭是孩子人生中的第一所大学，父母是第一任教师，是启蒙之师，父母的言传身教，对孩子的智力发展，性格形成，习惯养成，心态、能力、品德的培育等方面有着重大影响，甚至可以决定孩子的一生。可以说，父母的作用无人可替，好父母成就好孩子。反之，问题孩子多是问题家庭的产物，意味着父母教育的失败。因为天下没有教不好的孩子，只有不会教的父母。大多数孩子的资质都差不多，天才和低智商者毕竟是极少数。而父母自身素质的差异，和所施教育的差别，通常导致了资质不相上下的孩子最终所取得的成绩相差悬殊。

好孩子是教出来的。其前提是父母要去教，也要会教。古人云：“子不教，父之过。”父母教育子女，更重要的是懂得教法，教育孩子是一门很深的学问，它有其独特的运作的方式方法和技巧。教不得法，不但不能达到培养目标，还可能导致父母和子女之间无法沟通，造成孩子逆反心理，父母的努力成了毫无意义的努力。因而，要教出好孩子，必须要学会做父母，首先要提高自身的素质，孩子是站在父母的肩膀上的，父母能走多远，孩子就能走多远，父母能有多高，孩子就能有多高。其次是掌握科学的教育方法和有效的技巧，每个孩子都是优秀的，千万不要因为错误的一句话，毁了孩子的信心；也不要让自以为是的教育方式，误了孩子的一生；更不要使溺爱成为孩子一生的绊脚石。

编撰本书旨在帮助父母了解最基本的教育学、心理学知识，掌握各种科学的教育方法、技巧，根据孩子的兴趣爱好，制定出合理的培养计划，培养一个优秀的孩子，让千万父母“望子成龙”、“望女成凤”的梦想成为现实。本书立足于当代中国的教育文化背景，收集了大量可资中国父母借鉴的东西方家庭教育案例并作出深入分析，介绍了国内外先进的家庭教育思

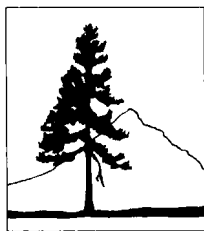
想和最具成效的育儿方案，针对中国家庭教育中普遍存在的问题和误区，提出了科学的解决办法。

第一篇“培养高情商、高智商的孩子”，将告诉父母 20% 的智商 +80% 的情商 =100% 的成功，父母对于孩子情商和智商的培养，是孩子成才的关键。此外，还提供了具体而实用的培养方法，比如在智商方面，父母应该如何有针对性地培养孩子的记忆力、观察力、注意力、创造力、想象力等；在情商方面，父母可以从孩子的优秀品质、心理健康、人际关系等多个方面进行培养，从而促使孩子情商和智商的共同发展。

第二篇“教孩子养成好习惯、好性格”，成功学大师拿破仑·希尔说：“习惯能成就一个人，也能摧毁一个人。”可见养成好的习惯对于孩子一生的重要性。习惯决定性格，性格决定命运。培养孩子养成好习惯、好性格，能使孩子终生受益。本篇中详细介绍了培养孩子好习惯和好性格的种种科学方法，帮助父母轻松应对各种常见问题。

第三篇“培养孩子的兴趣”，每个孩子都有其不同的性情、特长和天赋，家长若不考虑孩子的兴趣，只一相情愿地设计孩子的未来，无疑是赶鸭子上架，浪费时间和金钱，于孩子的发展毫无益处，甚至收到相反的结果。兴趣是最好的老师。本篇教父母学会做孩子兴趣的导师，有针对性地培养孩子各方面的兴趣，让兴趣引导孩子的健康成长，最终取得成功。

第四篇“优秀是教出来的”，优秀孩子是优质教育的结果，身为家长，能否培养出一个优秀的孩子，掌握科学的教育方法，就成为首要条件。其实，教养本身并不难，本篇通过一些成功父母的教子经验和专家分析，教你从了解孩子到顺势引导，给予孩子正确观念等等，教你做个高智商的父母，轻松教出一个优秀的孩子。





第一篇 培养高情商、高智商的孩子

❖ 第一章 培养一个高情商的孩子	3
情商就是智商以外的一切内容	3
情商 VS 智商	4
对孩子加强情商培养	6
提高孩子的情商应先由父母做起	7
让孩子远离“成长问题”	9
❖ 第二章 培养孩子的优秀品质	11
杜绝孩子的说谎习惯	11
培养出一个有责任心的孩子	13
让孩子拥有一颗善良的心	14
教孩子学会宽容	16
培养孩子诚实守信的好习惯	18
培养孩子勤奋的美德	20
让孩子知道谦虚使人进步	21
❖ 第三章 让孩子保持心理健康	23
让孩子的笑脸更灿烂	23
让孩子生活在自信当中	24
教孩子正确面对挫折	26
让孩子学会坚强地面对困难	28
让孩子学会用正确的态度来面对失败	30
让孩子把一件事情坚持做下去	31
让孩子学会对自己的事情负责	33
培养孩子的幽默感	35
❖ 第四章 培养孩子良好的人际关系	37
从小培养孩子善于交际的能力	37
教孩子专心倾听别人的说话	39
培养孩子与人合作的能力	40
让孩子学会赞美别人	42
教孩子学会与人分享	43
让孩子学会说“不”	45
让孩子学会尊重别人	47



第五章 从多个方面来培养孩子的情商	49
培养孩子助人为乐的品格	49
培养孩子爱劳动的好习惯	51
培养孩子的语言表达能力	52
让孩子敢于承认错误	54
怎样纠正孩子的不良行为	56
让孩子丢掉爱磨蹭的坏毛病	57
培养孩子珍惜时间的观念	59
第六章 培养一个高智商的孩子	61
高智商的孩子需要超常教育	61
孩子的智力是需要开发的	62
什么样的孩子智商高	64
决定孩子智力的因素	65
怎样提高孩子的智商	67
孩子的智力和营养有密切的关系	69
第七章 培养孩子的想象力和思维能力	71
让孩子学会思考	71
培养孩子的抽象思维能力	73
打破孩子的定势思维	75
让孩子在想象中成长	77
不要剪掉孩子想象的翅膀	78
怎样提高孩子的想象力	80
第八章 培养孩子的注意力和观察力	82
培养孩子专注的能力	82
关注孩子的注意力障碍	84
怎样才能克服孩子注意力涣散的毛病	85
为什么要让孩子拥有善于观察的能力	88
提高孩子的观察能力	91
第九章 培养孩子的创造能力	94
培养孩子的创造能力	94
培养孩子的创新能力	96
让孩子学会自己动手去做	98
让你的孩子拥有一颗好奇心	100
正确应对孩子的好奇心和求知欲	102
第十章 培养孩子的记忆力	105
孩子的记忆力和其特点	105
怎样提高孩子的记忆力	106
让孩子走出记忆障碍	108
父母必知的14种提高孩子记忆力的方法	110

第二篇 教孩子养成好习惯、好性格

❖ 第一章 培养孩子从好习惯开始	115
好习惯将使孩子受益一生	115
教育孩子要勤俭节约	117
让孩子学会理财	119
让孩子学会与人分享	121
怎样对孩子进行诚信教育	123
父母是孩子爱心的直接播种者	125
培养孩子的孝心	127
❖ 第二章 不断强化孩子的好习惯	130
让孩子成为真正的动手操作者	130
不要扼杀孩子的创造性	131
给孩子一双善于观察的眼睛	134
不要给孩子的求知欲泼冷水	136
不要轻易给孩子扣上“不自觉”的帽子	137
不断强化孩子积极参与的意识	139
培养孩子持之以恒的习惯	141
❖ 第三章 培育孩子良好的学习习惯	144
给孩子一个独立思考的空间	144
鼓励孩子每天写一点东西	146
劳逸结合才不会让孩子成为“病龙”	148
提高孩子的学习效率	150
培养孩子珍惜时间的好习惯	152
孩子按计划做事就不会手忙脚乱了	154
让孩子在玩耍中长见识	156
❖ 第四章 让好习惯陪伴孩子健康成长	159
教孩子从倾听中获取财富	159
别怕劳动会累着孩子	161
正确的表扬能使孩子信心百倍	163
批评孩子要让他清楚自己错在哪里	165
让孩子养成良好的卫生习惯	167
❖ 第五章 帮孩子播下好性格的种子	170
让孩子拥有健康的性格	170
教养方式直接影响孩子性格的发展	172
让孩子变得更坚强	174
怎样培养一个自信的孩子	176
不要伤害孩子的自尊心	179
让腼腆的孩子变得落落大方	180



第六章 给孩子一片快乐的天空	183
让快乐伴随孩子左右	183
培养孩子乐观的性格	185
提升孩子的受欢迎度	187
培养孩子开朗的性格	190
天真活泼的孩子人见人爱	192
第七章 对孩子进行美德教育	195
别怕宽容的孩子会吃亏	195
谦虚的孩子才会努力上进	197
让善良融入孩子生活的细节中	199
孩子不善解人意怎么办	202
点燃孩子乐于助人的热情	204
帮孩子拔除嫉妒的毒瘤	206
第八章 好性格成就好人生	208
有意识地培养孩子的自立能力	208
孩子不听话怎么办	210
孩子老是粗心大意怎么办	212
果断的性格使孩子更接近成功	214
提高孩子的交际能力	216
让孩子明白 $1 + 1 > 2$ 的道理	218

第三篇 培养孩子的兴趣

第一章 做孩子兴趣的导师	223
兴趣是孩子最好的老师	223
积极引发、培养孩子各方面的兴趣	224
兴趣是培养天才的起点	225
鼓励孩子对事物产生好奇心	227
从孩子的行为中寻找孩子的兴趣	228
孩子的兴趣是需要诱导的	229
对于孩子的兴趣要尊重	230
孩子的兴趣需要父母的关注	232
不要把某些兴趣强加给孩子	233
不要因为兴趣而限制孩子的自由	234
在玩的时候培养孩子的兴趣	236
第二章 点燃兴趣，发挥孩子的特长	238
孩子的潜能是需要开发的	238
让特长为孩子增添自信	239
抓住孩子的天赋进行培养	240

培养孩子的兴趣须“量体裁衣”	242
要善于发现孩子的闪光点	243
谨慎对待孩子的特长教育	245
第三章 培养孩子的学习兴趣	247
孩子的学习兴趣是需要培养的	247
让兴趣点燃孩子学习的热情	248
告诉孩子：“好好玩吧！”	249
怎样使孩子把注意力集中起来	251
和孩子一起学习，一起游戏	253
孩子学习的积极性是需要激发的	254
让孩子的兴趣在家庭教育中得到培养	255
用正确的态度对待成绩差的孩子	256
不要扼杀孩子的学习兴趣	258
培养孩子学习兴趣时的注意事项	259
第四章 培养孩子对各科目的兴趣	261
怎样纠正孩子的偏科现象	261
培养孩子学习数学的兴趣	262
培养孩子学习英语的兴趣	264
培养孩子学习物理的兴趣	266
培养孩子学习化学的兴趣	268
培养孩子对其他学科的兴趣	269
培养孩子对文学的兴趣	270
培养孩子对作文的兴趣	272
第五章 培养孩子对音乐的兴趣	274
对孩子进行音乐启蒙教育	274
用音乐教育发展孩子的能力	275
用音乐给孩子减压	277
通过各种方法培养孩子的音乐能力	278
怎样训练孩子的听力和节奏感	279
为孩子挑选一种适合的乐器	281
培养孩子的音乐欣赏能力	283
第六章 培养孩子对体育运动的兴趣	285
让孩子对体育运动产生兴趣	285
运动是孩子最好的活动	286
孩子的健康在于运动	288
培养孩子的运动能力	290
选择适合孩子的体育锻炼方式	291
让孩子喜欢上球类运动	292
有些运动不宜让孩子太早做	294



第七章 培养孩子的绘画兴趣	296
通过画画提高孩子的多种能力	296
绘画可以开发孩子的智力	297
让孩子选择自己喜欢的美术活动	299
如何培养孩子的绘画兴趣	300
培养孩子的绘画欣赏能力	302
适当地为孩子提供一些辅导	303
让孩子走出学画误区	304
第八章 培养孩子其他方面的兴趣	307
让孩子爱上劳动	307
让孩子和电脑成为朋友	308
让孩子成为一个小收藏家	310
培养孩子的书法兴趣	312
让孩子自己动手搞“发明”	313

第四篇 优秀是教出来的

第一章 学会做个聪明的父母	317
努力营造民主和谐的家庭氛围	317
你的语言传递着你的价值观念	319
你是否真正了解自己的孩子	320
改变你的语调敞开你的心扉	321
与孩子讨论比训话更重要	323
不要将孩子推向抵制的边缘	324
不要过多干涉孩子的事情	325
父母的决定要言出必行，始终如一	326
不要把孩子逼上“梁山”	328
不要再向孩子说那些忌语	328
不要强迫孩子做事	329
不要“慷慨”许诺	330
学会创造性地“对付”孩子	331
学会给孩子留点面子	332
不要把谈话引向对立	333
给孩子以成长需要的爱	334
第二章 让自信陪伴孩子成长	336
为什么要培养孩子的自信心	336
不要打击幼儿的自信心	336
不要挖掘温柔的“陷阱”	337
接受鼓励是孩子成长的重要内容	338
怎样锻炼孩子的勇气	340

锻炼孩子的勇气对于父母自身的勇气也是个考验	342
鼓励孩子积极参加有挑战性的运动	343
为什么要对孩子进行磨练	344
要增强孩子对失败的承受力	345
告诉孩子怎样面对挫折	347
不要心痛孩子吃苦	349
怎样帮助孩子延迟满足	350
◆ 第三章 如何对待孩子的挑衅行为	352
怎样理解孩子的攻击行为	352
孩子为什么会无理取闹	353
为什么孩子把父母的话当耳边风	355
父母要学会从与孩子的冲突中撤离	357
用自然结果法解决与孩子的冲突	359
利用自己的权威解决与孩子的冲突	360
孩子当众发难的处理方法	361
用坚决的行动制止孩子的胡闹	361
有时忽视也是一种力量	362
要学会不用责骂来引导孩子	362
寻找疼爱与规训之间的平衡	364
◆ 第四章 让孩子成为学习高手	366
只具有智慧是不够的，还需要自律	366
怎样让孩子学会自觉地学习	368
怎样让孩子集中精力	369
怎样排除孩子的厌烦感	372
怎样指导孩子读书	375
要让孩子养成善于提问题的习惯	377
孩子学习成绩不稳定的原因	378
家长怎样帮助孩子学习	379
让孩子学会考试	380
培养孩子成功的习惯	383
◆ 第五章 让孩子学会生存、敬人	386
培养孩子对父母的尊重	386
不要让孩子沉溺于物欲之中	386
让孩子学会建立良好的人际关系	388
要培养孩子的责任心	393
要让孩子成为一个有教养的人	396
矫治孩子懦弱的方法	397
让孩子自己处理与他人的关系	399
教孩子学会解除心理压力	401
让孩子学会自我保护	402



第六章 做父母的基本功	406
要学会与孩子沟通	406
要赢得孩子的合作	410
要教孩子懂得一些规矩	414
要学会要求孩子	415
要学会拒绝孩子的要求	416
要处理好教养中的各种关系	417
要学会处理孩子间发生的争执	419
要控制自己不乱发脾气	421
要尊重孩子的隐私	423
要妥善解决父母教育孩子观点的不一致	424

第一篇

培养高情商、高智商的孩子



第一章 培养一个高情商的孩子

情商就是智商以外的一切内容



父母箴言

一个人的成功，智商的优劣占20%，情商的优劣占80%，从而可以得出这样一个公式： $20\% \text{的IQ} + 80\% \text{的EQ} = 100\% \text{的成功}$ 。如果要造就一个优秀的孩子，让他将来事业有成，那么从小就要重视培养他的情商。

情商（EQ），是美国哈佛大学心理系教授丹尼尔·戈尔曼在1995年出版的《情感智力》一书中提出的。所谓情商，其实指的就是情感智力，“EQ”是“情感智力”的英文缩写，指有良好的道德情操，有乐观幽默的品性，有面对并克服困难的勇气，同时它也是一种自我激励，持之以恒的韧性，是同情和关心他人的善良，是善于与人相处，把握自己和他人情感的一种能力。简而言之，它就是指人的一种情感和一种社会技能，是智力因素以外的一切内容。

随着世界步入网络时代，人际交往的增多，情商越来越被人们所重视。它被人们普遍认为是通往成功的必备素质。丹尼尔教授认为一个人的成功，智商（IQ）的优劣占20%，情商的优劣占80%。为此，推出的成就方程式为： $20\% \text{的IQ} + 80\% \text{的EQ} = 100\% \text{的成功}$ 。由此可知，如果要造就一个优秀的孩子，让他将来事业有成，从小就要重视情商的培养。

一般来说，情商可以分为五大类内容：

1. 了解自己的情绪

认识情绪的本质可以说是EQ的基石，这种随时能感觉得到的能力，对于了解自己来说非常重要。不了解自身真实感受的人必然会沦为感觉的奴隶，相反，只有掌握了自己感觉的人才能成为自己生活中真正的主宰，在面对婚姻或是工作等一些人生中的大事时，也会做出正确的抉择。

2. 控制、管理好自己的情绪

情绪的控制和管理是建立在自我认知的基础上的，即：如何自我安慰，摆脱焦虑、灰暗或不安的心情。这方面能力比较匮乏的人会常常和那些低落的情绪进行交战，而对这些掌控自如的人则能很快走出生命的低潮，重新出发。

3. 用自己的情绪激励自己

无论是要集中注意力、自我激励还是发挥创造力，将情绪专注于一项目标是绝对必要的。无论成就什么事情都要靠情感的自制力——克制冲动与延迟满足。保持高度热忱是一切成就的动力，一般来说，能够自我激励的人不管做什么事情都会有很高的效率。

4. 了解别人的情绪

同情心也是一种基本的人际技巧，同样建立在自我认知的基础上。具有同情心的人比较能从细微的信息中察觉到他人的需求，这种人特别适合于从事医护、教学、销售与管理的



工作。

5. 和周围的人友好相处

人际关系也是管理他人情绪的一种艺术。一个人的人缘、领导能力、人际和谐程度都和这项能力有关，充分掌握这项能力的人往往会是社会上的佼佼者。

当然，不同的人在这些方面的能力也是不同的，有些人可能会很善于处理自己的焦虑，却对别人的哀伤不知从何安慰起；而有些人在处理别人的事情时能够非常理性，但是在面对自己的事情时就会乱了方寸。这些基本能力可能是与生俱来的，没有什么优劣之分，但是人的可塑性是很高的，不管是哪一方面的能力不足都可加以弥补或是改善。

如今，大人们面对的是快节奏的生活，高负荷的工作和复杂的人际关系，没有较高的EQ是难以获得成功的，孩子们也是生活在一个马不停蹄的环境里，繁重的学业使他们喘不过气来，同时还要和同学们搞好关系，只有拥有较高的EQ，才会使他们在这样的社会状态下生活得游刃有余。EQ高的人，人们都喜欢同他交往，总是能得到众多人的拥护和支持。权变理论代表人物之一弗雷德·卢森斯对成功的管理者（晋升速度快）与有效的管理者（管理绩效高）做过调查，发现两者之间显著的不同之处在于维护人际网络关系，支持成功的管理者最多，占48%，而支持有效的管理者只占11%。可见，在职场中，要获得较快的成长，良好的人际关系是排在第一位的。

情商在估价一个人的整体素质方面也有着重要的作用。心理学家认为，情商与智商不太一样，它是靠后天培养的。因此，情商也是父母培养孩子能力和素质的一个不可忽视的内容。而且，从现在社会的发展和对人材的需求来看，仅靠知识是难以在社会上立足的。未来社会需要的人才不仅要有较高的才智、健康的身体，还要有高尚的人格、优良的品质、坚强的意志和不怕挫折、经得起失败考验的健康心理。就学习而言也是如此，即使一个孩子有了再好的智力，却没有好的学习动机，没有意志力，其学习是很难搞好的。另外，道德在很大程度上讲，是给智力把关的。学习成绩优秀的学生进入社会后犯罪的事例并非罕见。所以，培养孩子高尚的情商是父母所必须做的事情。

独立生活的能力是孩子成材和立足于社会的基本能力。独立生活能力弱的孩子往往伴有胆怯、懒惰、消极等习性，而未来社会需要的是积极进取、勇于竞争、不畏艰难的人。父母们要站在时代的高度，在开发孩子智力的同时，重视对孩子非智力素质的培养，这样才能让自己的孩子在未来的社会上有立足之地。

情商 VS 智商



父母箴言

长期以来，人们习惯于将智商作为衡量人才的标准，而现代研究表明，让孩子成才成功的决定因素不仅仅是智商，从很多方面看，情商显得更为重要。

一个人的智商可以使他具有非常丰富的知识，使他能顺利地得到一份工作。如果他能有稳定的情绪，适应环境的能力，对外界和上司、同事没有什么过分的要求，对自己有正确的评价，不会让外界影响到自己的情绪，在受到挫折时有重新再来一次的激情，并可以对自身的心理素质进行不断地提高，不会怨天尤人或悲观失望。这样他的智商和潜能就会得到充分发挥，在工作中游刃有余，走向成功。与之相反，如果一个人的智商很高，却常以此自负，情商低下，天天为自己周围并不理想的环境所困扰，那他的结局或是愤世嫉俗、孤芳自赏，与