

陶志琼◎著

CHENGJIU ZHIHUI FUMU
DE 11 GE JUEZHAO



成就 智慧父母 的11个绝招

【本书是全国教育科学规划课题教育部重点课题“和谐社会视野下母亲素养教育模式的实证研究”（DEA100342）的成果之一】

成就智慧父母的 11 个绝招

陶志琼◎著

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

成就智慧父母的11个绝招/陶志琼著. —北京:
中国轻工业出版社, 2012.11
ISBN 978-7-5019-8923-2

I. ①成… II. ①陶… III. ①家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第172665号

总策划: 石 铁

策划编辑: 吴 红

责任编辑: 吴 红

责任终审: 杜文勇

责任监印: 吴维斌

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 三河市鑫金马印装有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2012年11月第1版第1次印刷

开 本: 710×1000 1/16 印张: 14.50

字 数: 208千字

印 数: 1—5000

书 号: ISBN 978-7-5019-8923-2 定价: 28.00元

读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 010-65288410

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: wanqianedu@yahoo.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换

120751Y1X101ZBW

目 录

导 论 做智慧父母，育幸福孩子	1
-----------------------	---

天下工作千千万，父母工作最困难。许多工作的对象是物和事，父母的工作对象是人，是还不成熟的孩子。正如世上没有两片完全相同的树叶一样，世上也没有两个完全相同的孩子。面对不同的孩子，父母需采取不同的对待方式。但孩子的成长也有共性，需要做父母的去了解，并遵循孩子的成长规律，引导孩子茁壮成长。

一、为孩子的人生播种希望的种子	1
二、为孩子寻求玩伴创造玩耍机会	2
三、坚信孩子是有学习能力的人	3
四、智慧父母要有阳光心态	4

第一章 让孩子的理想始于足下	5
----------------------	---

理想犹如太阳，是美好光明的，具有一种非凡的魅力；把理想运用到人生的奋斗上，便有了成长与成功的方向；把理想运用到生活上，便收获生活的美好。理想是孩子成长力量的源泉，是孩子智慧产生的摇篮，是孩子冲锋人生的战旗，是孩子斩除人生路途荆棘的利剑。

一、从我的理想说起	5
二、把理想变得具体明确，具有可操作性	7
三、把人生信念作为理想的支柱	9
四、对理想要有强烈的渴望	11
五、把理想分解成阶段性小目标	13
六、把理想写在纸上	15

附录：给儿子于淼的一封信	17
--------------------	----

第二章 让孩子学会追求成功..... 19

成功不等于学业成功，也不等于事业成功，对人生有自己的追求就是成功。父母让孩子学会坚持不懈地努力就是在让孩子追求成功，学会把快乐掌握在自己手里就是在让孩子追求成功，帮助孩子养成一生有用的好习惯就是在让孩子追求成功。追求成功是一种上进的心态，是一种执着的精神。

一、学会坚持不懈地努力	19
二、理解教训和经验同等重要	22
三、相信自己不比别人差	23
四、懂得把快乐掌握在自己手里：我快乐，我成功	25
五、养成孩子一生受用的好习惯	29
六、人生成功就是如此，往往没有第二次选择	34

第三章 懂得呵护孩子的自尊心..... 37

对于孩子而言，过弱或过强的自尊心对其健康发展都会起消极作用。只有适宜的自尊才会起积极作用。父母有必要激发和呵护孩子适当的自尊心，父母需要讲究和孩子的语言交流艺术，引导孩子的正常人际交往，培养孩子的自豪感、满足感、平等意识和抗挫折力，让其变成孩子积极努力、健康发展的成长动力。

一、讲究语言交流艺术，避免“心罚”	38
二、引导孩子的正常交往，给孩子留一份自尊	41
三、在循循善诱中培养孩子的自尊心	44
四、在自豪中培养孩子的自尊心	46
五、在满足中培养孩子的自尊心	47
六、在承受挫折中培养孩子的自尊心	48
七、在平等中培养孩子的自尊心	49

第四章 帮助孩子树立自信心 53

自信是孩子成长的精神资本之一。孩子的自信是在一次次小小的成功、一次次肯定与认同中慢慢增长起来的。唤醒与增强孩子的自信心是父母教育孩子的重要使命之一，培养孩子自信心的过程，就是避免扼杀孩子的自信苗头，培养孩子自信信人的过程，就是通过合作、助人与追求进步提高孩子自信力的过程，就是消除无力感的过程。

- 一、伤害孩子自信心的后果可能伴随孩子一辈子 54
- 二、让孩子“相信并努力”，相信自己一定行 56
- 三、让孩子明白每个人都有自己的“第一” 61
- 四、在合作与助人中培养孩子的自信心 63
- 五、在追求进步中培养孩子的自信心 65
- 六、在尊重孩子自信的苗头中培养孩子的自信心 67

第五章 解放孩子的眼睛，让孩子学会观察 73

解放孩子的眼睛，让孩子拥有一双发现美妙的慧眼，善于使用眼力，通过观察和体验大自然来感受大自然的美妙及生趣，通过观察和体验人间万象来感受人情美。让孩子善于观察并理解和享受观察的乐趣，把这个世界的美好与丰富尽收眼底，把收入眼底的美好用文字表达出来，让自己和别人一起享用这个世界的丰富多彩，这真是一件赏心悦目的事情。

- 一、从海伦·凯勒的《假如给我三天光明》谈起 73
- 二、通过观察培养孩子发现美的慧眼 77
- 三、让孩子学会把观察结果用文字表达出来 82
- 四、帮助孩子掌握常用的观察方法 84

第六章 解放孩子的嘴巴，让孩子学会表达 91

学会表达是孩子一生的大事之一，要想有清楚的思维，就需要有准确的词语；要想有准确的词语，就得学会准确地表达。准确而恰当的表达为人生增添助力。父母要学会用多种形式为孩子提供锻炼表达能力的机会，如以看促说、以驳促说、以打电话促说，

并把口头表达和书面表达的训练结合起来进行。

- 一、学会表达是人生的一件大事..... 91
- 二、提升孩子口头表达能力的三大方式..... 92
- 三、给孩子创造自由表达的机会..... 100
- 四、提高孩子的表达能力要注意的两个问题..... 104

第七章 解放孩子的双手，让孩子学会创造..... 107

爱玩是孩子的天性，动手玩出花样、玩出创意是孩子的本事。动手可以创造奇迹，让孩子用双手展现创造的智慧，在建构和“破坏”中学会创造；动手也可以捕捉快乐，让孩子享受用手捕捉快乐的过程。动手可以履行责任，孩子自己能做的事情引导孩子自己做，把勤劳的双手还给孩子；动手也可以享受权利，自由玩耍是孩子的工作，让孩子在玩耍中学会创造。

- 一、儿童的智慧在他的手指尖上..... 107
- 二、坚持动手做是在培养一种好习惯..... 109
- 三、解放孩子的双手，让孩子在“破坏”中学会创造..... 114
- 四、让孩子的手指学会跳舞..... 115
- 五、伸出你洁净的手，赢得一片真诚的蓝天..... 118

第八章 解放孩子的双脚，让孩子走好自己的人生路..... 121

解放孩子的双脚，让孩子找好自己的立足之地，然后脚踏实地，一步一个脚印，认认真真、开开心心走好自己的人生路。这可以是踏着思想的脚步游走于古圣先贤的思路轨迹，也可以是踏着自然实实在在之路领略自然风光、人文景色，感悟人生道理。解放孩子的双脚，让孩子懂得，人生要平稳就不可能跳跃式前进，人生要平顺，就得走光明之路。

- 一、从与“足”有关的成语谈父母对孩子的希望..... 121
- 二、孩子走出自己的路是可能的..... 122
- 三、每个人都可找到一条去太阳上的路..... 124
- 四、一生一定要去旅行：走四方才会见多识广..... 126

五、懂得带着好的思路上路	132
--------------------	-----

第九章 解放孩子的头脑，让孩子学会思考与想象 135

孩子不断发问不仅是在学习如何表达，还是在学习如何思维。孩子通过大人的帮助和自己的努力找寻问题答案的过程，实际上就是学会思考、学习推理的过程，也是不断发挥自己想象力的过程。解放孩子的头脑，让其学会思考，让其变得聪明而智慧，就等于于是把孩子变成世界上最大的财富。

一、呵护孩子发问的权利就是在让孩子学会思维	135
二、家长要懂得循序渐进地训练孩子的思维能力	138
三、家长要懂得培养孩子独立思考的能力	141
四、家长要懂得利用提问来激发孩子的想象力	147
五、家长要懂得利用同情心激发孩子的想象力	150
六、利用模仿游戏、角色扮演引导孩子进行主动想象	151
七、拓展孩子的知识经验，通过写作激发孩子的想象力	152

第十章 讲究爱孩子的艺术 157

如何爱孩子不是技术问题而是艺术问题，父母爱孩子起码就要做到不害孩子、不放弃孩子。对孩子的爱要表达于细微之处，犹如春雨般润心无声；对孩子的爱的表达要出乎意料之外，犹如一声春雷唤醒心灵；把对孩子的爱表达于批评、困难和关键之时，并尽量表达得智慧和丰富些，让孩子从中获得成长的助力。

一、把对孩子的爱表达于细微之处	158
二、把对孩子的爱表达于意料之外	161
三、把对孩子的爱表达于批评孩子之时	164
四、把对孩子的爱表达于困难之际	166
五、把对孩子的爱表达于关键时刻	172
六、把对孩子的爱表达得智慧些	178
七、把对孩子的爱表达得丰富些	184

第十一章 为孩子营造学习型家庭氛围 195

学习型家庭既存在着有助于学习的氛围，又有丰富的学习活动相伴随，父母懂得让孩子的房间充满书香气息和精神气氛：爸爸在学习，妈妈在学习，孩子在学习，父母和孩子共同学习，父母通过营造学习型家庭氛围，让学习成为孩子的习惯，让学习的体验成就孩子的积极情感，让学习的结果成就孩子的文化心灵，让学习充实孩子的生活。

- 一、亲子共同学习，一起成长 195
- 二、父母要让孩子与好书为伴 199
- 三、父母要懂得以身示范，成为孩子学习的好榜样 203
- 四、父母要学会用“良言”与孩子进行沟通 206
- 五、父母要学会“带快乐回家”，培养孩子的快乐品质 209
- 六、父母要充分发挥学习型家庭氛围的优教作用 212

参考文献 213

后记 219

导论 做智慧父母，育幸福孩子

天下工作千千万，父母工作最困难。许多工作的对象是物和事，父母的工作对象是人，是还不成熟的孩子。正如世上没有两片完全相同的树叶一样，世上也没有两个完全相同的孩子。面对不同的孩子，父母需采取不同的对待方式。但孩子的成长也有共性，需要做父母的去了解，并遵循孩子的成长规律，引导孩子茁壮成长。

一、为孩子的人生播种希望的种子

孩子是有待成熟、正在成长的人。父母面对有待成熟的孩子，就需要等待、引导，要有眼光和眼界，这样才能让孩子走上正道、走向坦途。有眼光的父母是智慧的，懂得让孩子求真、向善、变健、趋美。

“智者不惑”，父母要想头脑清醒、不迷惑，就要有相当的常识和专业知识，从而抓好孩子的智育，让孩子每天进步一点点，学好科学文化知识，把孩子培育成“优质品”。

“这些吃的都是我的，你们谁也不准拿！”“你把我的酸奶喝了，你是个坏妈妈！我恨你！！”“勇者不惧”，在教育孩子的问题上，父母要斗智斗勇，有勇有谋，从而抓好孩子的德育，让孩子懂得感恩、关心，有气魄、有责任，把孩子培育成家庭和社会的“安全品”。

“你能不能不要老是绕着桌子转圈跑？你这么跑，把我们的头都转晕了。”生命在于运动，父母要陪伴孩子并适时放手，抓好孩子的体育，把孩子的活泼好动发挥到最佳程度，把孩子培育成“健康合格品”。

“嘴里包着一口饭说话不雅观。”“这花开得多美啊，摘了别人就看不到它的美了。”“瞧，你写的字真漂亮！”“你真是个有礼貌的好孩子。”爱美



之心，人皆有之，父母要抓好孩子的美育，把孩子培育成“高档品”。

我曾读过一个有趣的故事，讲的是一位有三个孩子的妈妈梦见自己到了一家新开张的商店。让她不可思议的是，柜台后面站着的竟然是一位天使，而且柜台里空空荡荡的，什么货物也没有看到。“你都卖些什么呢？”这位妈妈兴奋而好奇地问天使。“你心中所想要的一切，我都卖。”这位妈妈真有点不敢相信自己的耳朵，但她还是非常高兴，决定买一些她心中最想要的：“我要买平安、快乐、爱、智慧、坚持，”想了一下她又补充道，“不只是为我自己，还为我的三个孩子和我的丈夫都买一些，现在可以拿货了吗？”天使含笑说道：“我想您弄错了，我们这里不卖果子，只卖种子。”是啊，人生的希望只是种子，希望的种子要生根开花结果，需要有爱、快乐、智慧和坚持的滋养才能达成。妈妈是为孩子的人生播种希望的人。在孩子成长的道路中，不管你是把自己的孩子当做一颗普通的“种子”还是特殊的“种子”，只要你有一份对希望之花的捍卫与坚持；有一份以心为圃、以血为泉的培植与浇灌；没有浮躁，有的是耐心；没有急功近利，有的是希望。如此这般，你的孩子就不会错过生命中一次次最美丽的花期。把孩子希望之花的种子种在他们的心里，播种微笑面对生活的勇气的种子，播种对生活充满希望的种子。即使一粒普通的种子，也能创造出生命的奇迹。

二、为孩子寻求玩伴创造玩耍机会

对于孩子而言，有两大不可缺少的需要：玩耍和玩伴。缺乏这两样东西，孩子的童年将不成其为童年，孩子的成长记忆将是灰蒙蒙的。一次，我去参加一位朋友的小型婚礼，看到朋友的同事们带了孩子来。酒足饭饱后，成人们天南海北地聊天，孩子们则绕着餐桌玩起了追逐和捉迷藏的游戏，后来又去电梯口玩起了上上下下电梯的游戏。尽管大人们时不时地干涉阻止他们，可没有起到任何作用。孩子就是孩子，孩子的天性就是玩耍、嬉戏，不要把孩子当成小大人对待。玩耍也是孩子成长的途径。我妹妹的儿子已上小学四年级，多次与小伙伴们在户外玩到天快黑了还不知道回家，甚至会和小伙伴跑到离家较远的地方去探险。小外甥因为此事被妈妈揍过，



可他不以为然地对妈妈说：“你曾经也是个小孩，你一定也贪玩过。只要是小孩就喜欢玩耍的。”德国儿童教育家福禄倍尔说：“玩耍是孩子的工作。”工作是严肃、认真的。孩子对玩耍也是严肃、认真的。在玩耍中学会观察与思考，在玩耍中学会妥协与合作，在玩耍中学会表达与坚持，在玩耍中学会克服困难，在玩耍中积累生活经验、提高生活能力，在玩耍中学会体验成功……

三、坚信孩子是有学习能力的人

记得我们家第一次买影碟机的时候，我折腾了半天还是不知道怎么放。可是才上幼儿园的4岁的儿子趁我去厨房做饭的空当，东弄弄西扭扭，不一会儿工夫就把碟片放出来了。孩子不是无知无识的，从某种意义上讲，孩子是充满了解决问题的机智的人。前苏联教育家苏霍姆林斯基说：“人的内心里有一种根深蒂固的需要——总想感到自己是发现者、研究者、探寻者。在儿童的精神世界中，这种需求特别强烈。”孩子将在对人和世界的发现、研究和探寻的过程中获得成长，在学习问题上，孩子越小越充满了大无畏精神，在学习过程中需要得到父母的支持。难怪美国教育家格林·多曼在其《所有幼儿都能成为天才》一书中说，教4岁幼儿比教5岁幼儿容易成功，教3岁幼儿比教4岁幼儿更容易成功。照此类推，教刚出生的婴儿最容易成功。就像我儿子学会放影碟机一样，孩子没有大人的成见，大人想法太多，如害怕操作不当把机子弄坏了。孩子则目标明确，一心一意只想着如何把问题解决，把事情做成。

在孩子成长的道路上，只有给孩子留有余地，孩子才有自己学习、健康成长的空间。所以智慧父母一定要像诗人马迪·金的一首诗《如果您能记住》当中所提到的那样，让孩子有试一试的空间，让孩子有独自迈步的机会，让孩子有选择自己人生之路的机会，这样孩子将长大、学习和改变：

如果您能记住，您走一步，我要走三步才能赶上，

如果您能理解，我观察世界的眼睛比您的眼睛矮三英尺，

如果您在我乐意的时候让我自己试试，而不是把我推到前面或挡在后面，

如果您能满怀爱心地感受我的人生，不剥夺我自己抉择的需要，
那么我将长大、学习和改变；

如果您能记住，我需要时间获得您已有的生活经验，
如果您能理解，我只讲述那些相对我的成熟程度来说有意义的事情，
如果您能在我可以时，让我独自迈出一小步，而不是把我猛推出去或拉回来，

如果您能用您的希望感受我的生活，而不破坏我对现实的感觉，
那么我将长大、学习和改变；

如果您能记住，我像您一样，失败后再试需要勇气，
如果您能理解，我必须自己弄清我是谁，
如果您在我想要时让我自己寻找自己的路，而不是为我选择您认为我该走的路，

如果您用您的爱感受我的人生，而不破坏我自由呼吸的空间，
那么我将长大、学习和改变。

四、智慧父母要有阳光心态

在我看来，要做充满智慧的家长，就需要有阳光心态，因为有阳光心态的人像太阳，走到哪里哪里亮！阳光型的智慧家长对孩子充满了理解，充满了关爱，充满了宽容，充满了支持！

阳光是人与人之间的理解，我们每个人都需要理解；阳光是人与人之间的关爱，我们每个人都需要关爱；阳光是人与人之间的宽容，我们每个人都需要宽容；阳光是人与人之间的支持，我们每个人都需要支持……细腻的阳光，柔软的阳光，眼前明媚的诚恳的阳光，它们覆盖在我们的身上，慈爱妈妈一样的安详，孝顺女儿一样的芳香，心里的春天，越来越明朗。

第一章 让孩子的理想始于足下

理想犹如太阳，是美好光明的，具有一种非凡的魅力；把理想运用到人生的奋斗上，便有了成长与成功的方向；把理想运用到生活上，便收获美好的生活。理想是孩子成长力量的泉源，是孩子智慧产生的摇篮，是孩子冲锋人生的战旗，是孩子斩除人生路途荆棘的利剑。

一、从我的理想说起

谈到“理想”这两个字，有的人摇头叹息，因为自己的理想已一去不复返了；有的人则眉飞色舞，因为自己有太多的愿望要实现，有太多的追求要落实；也有的人什么感觉都没有，觉得理想与自己并没有什么关系，觉得理想应该是别人奢谈的事情。

我自己是个理想主义者，虽然现实与理想有些距离，可我还是不懈地追求着。记得在我成长的岁月里，每个人都会被人问到“你长大了想干什么”或“你的理想是什么”的问题。每个人都会高高兴兴地设想“我长大了要当人民解放军”、“我长大了要当老师”、“我长大了要当医生”……那个时候，人们喜欢设定一个大而抽象的理想。我依稀记得我的许多理想：当裁缝，当护士，当老师，当别人家的女儿……后来我体验着不同的社会角色的理想。为人女儿，我的理想就是，希望给父母带来自豪与幸福，希望好好孝顺他们来报答养育之恩，“子欲养而亲不待”啊，实现孝敬父母的理想不能等待；为人妻子，我的理想就是，希望给丈夫温馨、温柔与体谅；为人母亲，我的理想就是，在儿子真正需要帮助的时候，我能助儿子一臂之力，让儿子觉得生在这个家是幸福快乐的；为人老师，我的理想就是，既做人师又做经师；为人朋友，我的理想就是，分享喜怒哀乐，助友为乐……



有追求和向往就有希望和幸福相随，我从来就没有“乌云自己遮住了太阳，它却嫌天空不明朗”的心态。我的理想就是太阳，虽然有些时候被乌云暂时遮挡住了，但我的理想是个发光体，它的光芒总会有四射的时候。我相信，只要我去行动、去追求，理想之光就会出现。我坚信，理想是心灵的翅膀！

我是一个永远都忘不了追求人生理想的人，虽然很多理想都还未变成如愿以偿的现实，但正如印度诗人泰戈尔所说的那样：“天空中不曾有鸟的痕迹，但我已飞过。”

作为一个十年如一日坚持不懈地努力的普通人，我希望用自己的坚持不懈精神去打动每一个我遇到的人；作为一个坚信做老师幸福且快乐的人，我希望有更多机会用自己感受到的幸福去说服学生幸福地做学生、老师幸福地做老师；作为一个有热情和激情感染他人、激发他人的励志演讲者，我希望有更多机会用自己富有热情与激情的演讲去激励别人。这就是我的自画像！在此，我向每一个心灵敞开的人，赠送我的热情与进取，希望各位笑纳！你变得坚强、热情与进取，是对我的最大回报，也是我的理想之一得到了实现。

在今天这样一个非常务实的社会，谁谈起“理想”二字，似乎都有不合时宜的感觉。就是谈起理想，也是挣大钱的理想。但是，并不是每个人都喜欢干挣大钱的工作，这只是一个媚俗的想法而已。不管怎样，我还是觉得我们家长应该给孩子一些理想教育。因为德国诗人海涅说过，“春天不播种，夏天就不生长，秋天就不能收割，冬天就不能品尝”。人的理想就如同春天的播种，只有在春天播种了理想的种子，理想之树才会在夏日阳光充足的日子里生长，理想之果实才能在秋天收获的季节里获得丰收，岁末才可以品尝到理想的香甜果实。

德国教育家斯普朗格说：“希望是热情之母，它孕育着荣誉，孕育着力量，孕育着生命。一句话，理想是世间万物的主宰。”一个人有没有理想，对其人生有着不可估量的影响。理想是人生的指航灯，但是理想并不是在随便什么条件下都能对人生产生作用的，理想产生作用需要一些条件。

我们做父母的，千万不要让孩子把理想建立在空想状态中。一旦孩子



设定了理想，就要让他脚踏实地一步一个脚印地去实现理想。具体来说，可以采取如下方法帮助孩子把理想变为现实。

二、把理想变得具体明确，具有可操作性

为什么有的人一生平平庸庸、碌碌无为、一事无成？为什么有的人成绩卓著、事业有成？美国成功学家卡内基揭示了其中的缘由。他曾对世界上万个不同民族、不同年龄与不同性别的人进行了一次关于人生目标的调查。调查结果显示：只有3%的人有清晰明确的目标，并把目标落到了实处；另外97%的人，要么没有明确的人生目标，不知道如何去实现目标，要么就像无根的浮萍一样飘浮不定，根本就没有人生目标。若干年后，卡内基对上述对象又进行了一次调查，他发现：目标不明确的人成了平庸之辈，目标明确的人却取得了相当大的成就。

由此看来，一些人一辈子未能实现其理想的人生目标，是因为他们的目标抽象而模糊不清。比如说，有人说“我想成为一名科学家”，有人说“我想成为实业家”，有人说“我想成为作家”，有人说“我想成为教育家”……这样的理想都很抽象、不具体，因此对人生成功并无多大帮助。所以，要想把人生理想变成现实，就需要把理想变得具体明确，让其具有可操作性。

有一个名叫蒙迪·罗伯特的孩子，他的父亲是个牧马师。一天，他跟爸爸说自己希望将来拥有一个牧马场。父亲对他的理想表示赞赏，并且叫他详细地说明自己到底想要一个什么样的牧马场。蒙迪·罗伯特花了整整一个晚上的时间写了七大张纸，详尽地描述了自己想要拥有一个什么样的牧马场的梦想。他描述得非常详尽，画下了一幅占地200英亩的牧马场的示意图，有马厩、跑道和种植园，还有房屋建筑和室内平面设计图。正是这个具有可操作性的理想目标鼓励着蒙迪，让他一步一个脚印地不断超越创业的征程，多年后，他终于如愿以偿地实现了自己的梦想。

有可操作性的理想才会有期望，有期望才会有拼搏的激情与不懈的行动，勇敢地走下去，你就会到达成功的彼岸。亲爱的家长，如果你爱你的

孩子，就要让你的孩子有自己的理想，就要想方设法让其理想变得具体，可以一步一步地落实。比如说，你的孩子想要成为一名科学家，你就要关注：孩子想成为什么样的科学家？要成为物理学家、数学家、化学家还是生物学家？是要成为理论物理学家还是应用物理学家？要成为像谁一样伟大的物理学家？要走什么样的奋斗之路？会取得多大的成就？要获得什么层次的奖项？如何去实现这些目标？就这样一步步追问下去。具体明确的理想目标，是具有可操作性的人生蓝图。

奥伦索·辛浦森小的时候因为营养不良患了软骨病，双腿呈弓形，小腿严重萎缩。他的理想是成为全能型的橄榄球选手。他非常崇拜吉姆·布朗，只要旧金山有吉姆·布朗参加的比赛，他都会去观看。他对布朗在球场上的一举一动了如指掌。一次，13岁的辛浦森走到布朗的面前说：“我记得你创下的每一次纪录，总有一天我要打破你创下的纪录。”后来，辛浦森真的刷新了布朗创下的纪录。

奥伦索·辛浦森把远大的理想细节化、数量化，还找到了实现理想的具体方式，学习布朗在球场上的一举一动，然后超越这些动作，创造自己独特的动作。这样的理想就是具体明确的理想。

有个男孩对自己的爸爸非常钦佩，但爸爸包办代替太多，让自己得不到更多的锻炼和成长机会，于是他写了篇周记《假如我是爸爸》来表达做一个理想的爸爸是什么样的：

在我很小很小的时候，每当有人问我长大了想当什么时，我就会扬起头很骄傲地回答：“当爸爸！”因为在我心里，那时候的爸爸可是很了不起的哦！

爸爸的个子很高。小时候外出，我走累了，爸爸就让我骑在他的肩上。骑在他身上，我觉得自己像个巨人，可以看得很远很远，可以看清楚许许多多的东西。我就想，假如我是爸爸，我一定也要让我的孩子尝尝做“巨人”的美好滋味！

爸爸的手很巧。家里什么东西坏了，他只要拿着工具鼓捣几下，那东