

一本让每个孩子都获得幸福的秘密指南

父母这么管， 孩子最幸福

FUMU ZHEME GUAN
HAIZI ZUI XINGFU

李丹◎编著



经典
珍藏版

JINGDIAN
ZHENCANG BAN

找到属于孩子的独一无二的幸福。

少一些怒气，少一些训斥；让父母轻松，让孩子幸福。

每一个孩子都是好孩子，每一个孩子都应该获得幸福。在孩子的成长阶段，父母要做孩子的引路人，给孩子真正的幸福。

北京工业大学出版社

父母这么管， 孩子最幸福

李 丹◎编著

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

父母这么管, 孩子最幸福 / 李丹编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2013.4

ISBN 978-7-5639-3427-0

I. ①父… II. ①李… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 028420 号

父母这么管, 孩子最幸福

编 著: 李 丹

责任编辑: 孙 澍 王 充

封面设计: 冀之扬设计

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 北京建泰印刷有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 19.75

字 数: 271 千字

版 次: 2013 年 4 月第 1 版

印 次: 2013 年 4 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-3427-0

定 价: 32.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

目 录

第一章 为了孩子的幸福，爱就大声“说”出来

第一节 爱在心头口难开	003
一、继承传统的父爱，学习新时代的表达	005
二、当一位很“有爱”的严父	006
三、当“严父慈母”遇上“爸爸不爱我”，怎么办？	008
四、爱要说出口，孩子才会懂	009
第二节 向孩子表达你的爱，身体动起来	011
一、大拇指：永恒不变的鼓励	012
二、用你的双手，为孩子制作一颗“心”	013
三、我们的爱，击掌为盟	014
四、向孩子唱出你的爱	015
第三节 向孩子传递你的爱，表情是王道	016
一、上扬你的眉毛，赞扬你的孩子	018
二、善用眼神，眼睛是心灵之窗	019
三、露出你的笑容，晒晒你的牙齿	020
四、“扮鬼脸”是门艺术活，你会了吗？	022
第四节 看细微之处，让真情流露	023
一、细微的爱更动人	025
二、小小的惊喜，大大的爱	026
三、跟孩子一起制造小感动	027

第二章 父母的赏识是孩子最大的幸福

第一节 自信的父母，才能培养幸福的孩子	031
一、父母的怯懦，是孩子心中的阴影	033
二、你的强大，是孩子的幸福	034
三、相信自己，相信孩子	036
第二节 想让孩子少犯错，先要学会原谅孩子	037
一、孩子犯错了，父母先反省	039
二、父母生气，是拿孩子的错误惩罚彼此	041
三、帮助孩子找原因，促进孩子成功	042
四、对孩子宽容，让彼此舒心	044
第三节 每个人，都是一个不完整的圆	045
一、孩子再聪明，也会有缺点	047
二、在父母心中，孩子是最棒的	048
三、这真的是孩子的缺点？你想清楚了吗？	049
第四节 请相信：你的孩子是天才	051
一、天才总是特别的	053
二、天才是培养出来的	054
三、可能孩子长成了大人，才能发现他是天才	056

第三章 没有第小孩，只有蠢父母

第一节 有不会教的父母，才有不幸福的孩子	061
一、会教的父母，能让孩子的幸福成为一件简单的事	063
二、永远不要贬低孩子	065
三、警惕“幸福适应症”	066
四、孩子的幸福是：只做第一个我，不做第二个谁！	068

第二节 孩子好不好，只在父母一念之间	070
一、请你把手放在口袋里	071
二、一句气话，也许影响孩子一生	073
三、消灭错误的“一念之间”	074
第三节 习惯成自然	076
一、告诉孩子：“你是一个很优秀的孩子！”	077
二、让优秀成为孩子的习惯	079
三、培养好习惯从小事开始	080
第四节 让你的孩子赢在终点线上	082
一、赢在起跑线上？倒在了起点线上？	083
二、赢在起跑线上？停在中点线上！	084
四、赢在起跑线上？输在终点线上！	086

第四章 家教中的绝招，你学会了吗？

第一节 树立好榜样，教育好孩子	089
一、你知道孩子需要怎样的榜样吗？	090
二、你了解孩子的榜样吗？	092
三、怎样让孩子把“他”当成榜样？	093
四、对榜样，不应只停留在认识上	095
第二节 正面的力量，培养健康的孩子	096
一、带孩子寻找雨中的乐趣	098
二、“她是装的”	099
三、“不要跟陌生人说话”	101
四、告诉孩子：我们很幸福！	103
第三节 让孩子感受自身价值	104
一、让孩子参与家庭劳动	105
二、让孩子尝试力所能及的事情	107
三、肯定孩子付出的努力	108

第四节 孩子的世界，有你才完美	109
一、陪伴你的孩子，使你的孩子更健康！	111
二、陪伴你的孩子，使你的孩子更幸福！	112
三、陪伴你的孩子，为你与孩子建立更美好的家！	113

第五章 沟通一百分，幸福不打折

第一节 听对了，才能说对了	119
一、“别烦人了，快走开！”	121
二、听懂孩子在说什么	122
三、与孩子说话，这本身就是一种价值	124
四、聆听孩子的意见，尊重孩子的感受	126
第二节 “说”的步骤有很多，首先“摸一摸”	127
一、用温柔的双手让孩子知道：爸爸妈妈很爱你	129
二、十指连心：轻抚孩子的手，走进孩子的心	130
三、轻拍孩子的背，让孩子感到你的和善	131
第三节 “说”的办法有很多，看你会用不会用	133
一、“小宇踢足球踢得真好”	135
二、“若瑾今天用铅笔扎小朋友了”	137
三、“我再也不听那个老妖怪的课了！”	138
第四节 “说”的另一境界：无声胜有声	140
一、沉默，使你冷静	142
二、沉默，让孩子思考	143
三、沉默，是一种强大的教育力量	145

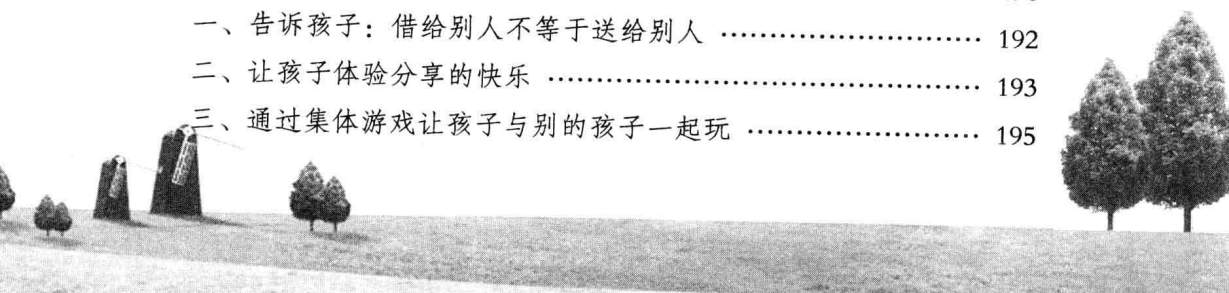
第六章 孩子的问题，就不会有“问题孩子”

第一节 理解孩子为什么“撒谎”	149
-----------------------	-----

一、“大虫子爬走了”	150
二、不要过分严厉地对待撒谎的孩子	152
三、揭穿孩子的谎言要看场合	153
第二节 培养孩子的劳动意识和动手能力	155
一、让孩子参加劳动	157
二、培养孩子劳动意识，就是培养他对家庭的责任感	159
三、不要把劳动当成一种惩罚	160
四、不要当面重做孩子的工作	162
第三节 帮助孩子改掉粗心大意的毛病	164
一、让孩子专心致志地做事	166
二、粗心，还是缺乏责任心？	167
三、欲速则不达，忙中易出错	169
第四节 孩子，用心灵来为美丽加分	171
一、孩子爱攀比，家长要反省	172
二、有礼貌比有球鞋厉害	174

第七章 孩子的交际，需要你一起经营

第一节 孩子，有事慢慢说	179
一、孩子的急躁，多半是被宠出来的	180
二、孩子的暴力，多半是被教出来的	182
第二节 拿什么帮助你，胆小内向的孩子？	184
一、再胆大的孩子，也经不住大人的吓唬	186
二、怎样鼓励胆小的孩子	187
三、让孩子在游戏中健康成长！	189
第三节 让孩子学会与人分享	190
一、告诉孩子：借给别人不等于送给别人	192
二、让孩子体验分享的快乐	193
三、通过集体游戏让孩子与别的孩子一起玩	195



第四节 让孩子建立和谐的人际关系	196
一、体验平等	198
二、不要让孩子成为“势利眼”	199

第八章 孩子成绩好，需要你指导

第一节 少用惩罚，慎用奖励	203
一、孩子学习差，不要等到考试后才惩罚	205
二、孩子取得好成绩，不一定用金钱奖励	207
三、善用“无为之治”	209
第二节 孩子不爱学习？“随”他	210
一、父母掌控大局，孩子随性学习	213
二、欲擒故纵好办法	215
第三节 允许孩子不喜欢，但不允许孩子放弃	216
一、培养孩子对教师的喜爱之情	218
二、在成就感中慢慢改变	219
第四节 失败乃成功之母，经验是成功之父	220
一、弱化失败的结果，强调成功的过程	222
二、要鼓励，也要指导！	223

第九章 帮助孩子创造更好的环境

第一节 重视耳濡目染	227
一、创建和谐家园，培养自信的孩子	229
二、创建民主家庭，培养有主见的孩子	230
三、创造真善美世界，培养幸福、乐观的孩子	231
第二节 注重言传身教	232
一、注意“言传”的技巧	234

二、看重“身教”的作用	235
第三节 逆境有时也是好环境	237
一、让孩子尝试自己突破逆境	238
二、适当地为孩子创造逆境	239
第四节 帮助孩子成为自己的“环境设计师”	240
一、帮助孩子适应环境	242
二、帮助孩子学会建设环境	243

第十章 孩子情况不同，管教策略亦不同

第一节 孩子在长大，你发现了吗？	247
一、四岁的孩子对你说：“我又不是三岁小孩！”	248
二、孩子对你说：“你别烦我了行不行？”	249
第二节 你真的了解孩子吗？	250
一、你知道孩子想表达的是什么呢？	251
二、你认为的，不一定就是对的	253
第三节 你的孩子不比别的孩子差	254
一、发现孩子的优点	255
二、忘掉“别人家的孩子”	256
第四节 孩子的兴趣是开启成功的钥匙	257
一、帮助孩子找到他的兴趣所在	258
三、“兴趣班”不等于有兴趣	260

第十一章 男孩女孩有差异

第一节 男女有别，从小培养	265
一、培养小淑女细心温柔的气质	266
二、让小小男子汉果敢、刚强	268

第二节 环境熏陶要分清	270
一、“粉红色”的男孩子	270
二、女孩当成男孩养	271
三、人文环境莫忽略	272
第三节 富养女孩穷养男	273
一、穷养，不单指物质上的“穷”	274
二、富养，不等于宠溺	275
第四节 男孩女孩一样好	276
一、摆脱传统思想的束缚，让家庭更美好	277
二、切勿按照心中所盼的性别对待孩子	278

第十二章 让孩子接受“海外教育”

第一节 国外的孩子很轻松	283
一、让游戏开发孩子的智力	284
二、让孩子在游戏中发展交际能力	285
第二节 尊重孩子	286
一、允许孩子挑战权威	287
二、尊重孩子的选择和尝试	290
第三节 你是孩子的好朋友吗?	293
一、向孩子发出友好的信号，与孩子成为朋友	294
二、深入孩子的世界，才能成为孩子真正的朋友	295
第四节 对孩子的恶作剧，应作分析	297
一、成功制造恶作剧，孩子不容易	298
二、醉翁之意不在恶作剧	299

第一章

为了孩子的幸福，爱就大声“说”出来



父母都是爱孩子的，只是，你会向孩子表达你的爱吗？你的孩子知道你爱他吗？

或许跟绝大多数父母一样，你已经习惯了为孩子默默付出，你的爱深沉而含蓄。但是，你是否知道，为什么你对孩子的爱能使周围的人都为之感动，却感动不了孩子呢？

因为，你没有大胆地对孩子说出你的爱。

从现在开始，学会大方、直接地向孩子表达你的爱吧！只要掌握了方法，那么向孩子表达爱并不是一件难事。现在，就是现在这一秒，你就可以向孩子发出爱的信号！



第一节 爱在心头口难开

一直以来，中国父母的总是很少向孩子表达自己的爱。这里的“表达”，指的是大胆、直接地让孩子知道：你爱他。

由于中西方教育培养观念的差异，为了孩子，中国父母付出的心血，要比起国外的父母多出许多。

在美国，孩子成长到 18 岁，就会被视为一名真正的成年人，他必须为自己所有的一切负责。然而，在中国却远远不是这样！一朝怀孕，十月怀胎，三年哺乳，一世操心，这可以说是对中国父母最真实的写照了。

按道理来说，面对这么巨大的付出差距，那么体会父母的爱，中国的孩子应该比国外的孩子更深刻一些才是。然而，是事实却并不是这样。

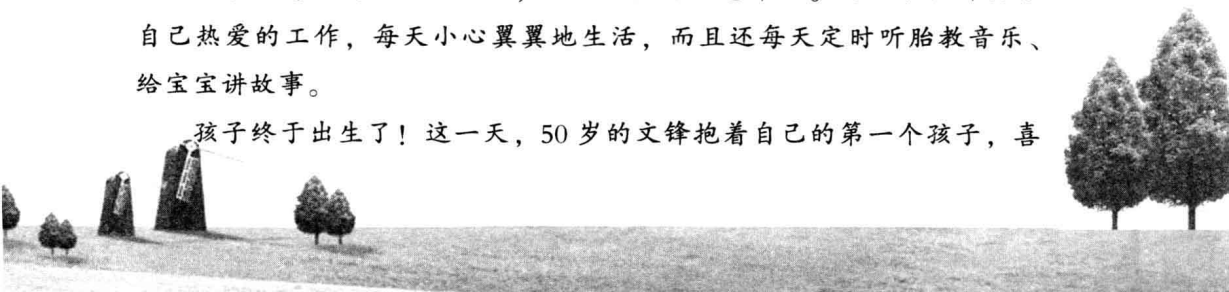
中国的孩子在成长过程中，虽然父母一直在付出，但只有一小部分的孩子，较为完整、深刻地感受到了父母的爱。大部分的孩子，很难真切地感受到父母的爱。甚至，有些孩子竟然会误以为“爸爸妈妈根本就不爱我！”

为什么会这样？有些父母该好好反省了！

从得知妻子怀孕的消息那一天开始，文锋比以前更加珍惜、爱护自己的妻子。每天起早贪黑地上班、兼职，为的就是让妻子在怀孕期间安心养胎，不再操心生计问题。

肚子里有了自己的小宝贝，刘珊当然也倍感幸福。刘珊不仅辞去了自己热爱的工作，每天小心翼翼地生活，而且还每天定时听胎教音乐、给宝宝讲故事。

孩子终于出生了！这一天，50 岁的文锋抱着自己的第一个孩子，喜



极而泣！

由于文峰夫妻俩都是上了年纪的父母了，所以在孩子面前总是觉得放不开，两人都自然而然地扮演起“严师”的角色。再加上，文峰觉得，父母就要有父母的“样子”，长幼有序，不可以破坏了规矩。因此，文峰在面对孩子时，总是一脸严肃，不苟言笑。

夫妻两人原本以为，即使没有开口，孩子也能从日常生活中感受到父母的爱。可是有一天，文峰看到，孩子的书桌上竟写着：“爸爸妈妈为什么不爱我？”

面对这张书桌，文峰夫妻俩都沉默了。

从孩子呱呱坠地那一天开始，父母就在孩子身上倾注自己所有的爱。孩子长出一颗小牙，父母能高兴好几天；孩子发烧了，父母会着急上火；孩子上学了，父母日夜不停地操心；孩子工作了……可怜天下父母心。

父母在用自己的行动，向孩子表达：孩子，我爱你。但是，作为父母，你是否能确定孩子感受到了你的爱？

文峰五十岁的时候，才有了第一个孩子，他的愉悦之情、他对孩子的疼惜之情自然是难以言喻的。但是，他却在“表达父爱”这门功课上被判了不及格。

实际上，在中国，有着千千万万个“文峰”。很多父母，或者是受到中国传统文化的影响，或者是出于羞涩，或者是想在孩子面前，为自己立下威严……总而言之，面对孩子，他们从不说“爱”。

这样导致的结果是什么呢？最直接的结果之一，就是孩子误以为“爸爸妈妈不爱我”。为孩子付出了大半辈子的心血，结果换来孩子的误解，请问父母，你们对此作何感想？是愤怒？是委屈？还是悲伤、无奈？

这样的苦果，想必父母们都不想尝试。那么，从现在开始，就请你直接、大方地告诉孩子：孩子，我爱你！



一、继承传统的父爱，学习新时代的表达

很多父母虽然很疼爱自己的孩子，但是并不懂得怎样向孩子表达他们的爱。这其中的原因，可能要追溯到父母的童年。

当孩子的爷爷奶奶谴责你，说你对待孩子太严厉了，说你不懂得向孩子表达自己的爱时，你是否也想回一句：“小时候，你不也是这样教导我的吗？”是的，事实上，的确有很多父母从自己的父辈一代，继承了育儿方式。

时代在不断变化，育儿观是否也应该与时俱进，为了孩子而改变呢？难不成，你也想让你的孩子等到初为人父人母时，才懂得当初父母对自己的爱？如果你想让孩子更好、更快地感受你的爱，那么就从现在开始学习、改变吧！

在奥林匹克数学竞赛中，季驹又得奖了！这一学期以来，季驹已经获得了不少奖状，因此校长特意把季驹的父亲请到学校，作为家长代表发言。

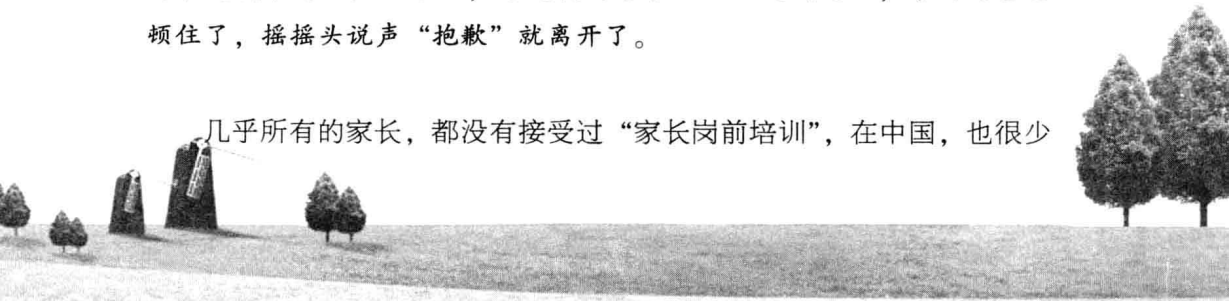
这一天，季驹由奶奶带到学校，在“学生区”坐着。按照学校安排，要先请获奖学生上台领奖和发表感言，然后再请学生家长上台发言。

季驹捧着奖杯，看着下面黑压压的人群，说：“谢谢大家，但是，我不开心。”在大家投来惊愕的眼神时，季驹又小声地补充了一句：“因为他来了，等一下他就要上来讲话了，又要教训我了……”

主持人见情况不对，马上转移话题……

季驹的爸爸终于上台了，很失落的样子。他说：“作为一位父亲，我感到深深的挫败！我不知道孩子为什么会因为我的到来而闷闷不乐，可能是我平时太严厉了吧，可是我的母亲……”说到这里，季驹的爸爸顿住了，摇摇头说声“抱歉”就离开了。

几乎所有的家长，都没有接受过“家长岗前培训”，在中国，也很少



有这样的培训机构。这是因为，孩子的情况不尽相同，一位家长可能要学习一万种教育方式，才能找到最适合自己的和孩子的方式。

那么，从父辈那里继承而来的方式呢？它到底适不适合你和你的孩子，诸位家长有没有认真思考过呢？或许身为父母，你已经能感受到当初父母沉甸甸的爱，然后，你觉得父辈的教育方式是可行的。

但是，如果让你在二十年前，就感受到父母的这份爱，你是否会更幸福？你是否已经丢失、忽视了二十年的爱？本属于你的爱，你究竟少感受了多少年？

现在，你还认为，你应该按照父辈教育你的方式，来教育你的孩子吗？

表达爱的方式有很多种，为什么你只采用了一种？多渠道地表达，才能让孩子在感受你的爱时，感受得更全面、更深刻。多样化的表达，才能让你的孩子感觉到，他时时刻刻都生活在你的爱之中！

二、当一位很“有爱”的严父

很多父亲深信：棍棒底下出孝子。很多父亲也相信，父亲只有在孩子面前保持自己的威严，才能管得住孩子，孩子才会成才。因此，当孩子犯错时，当孩子试图与你亲近时，当孩子试图越过“父与子”这条界线时，都会被狠狠地教训，轻则一句“没大没小”，重则一顿打骂。

但是，几乎每一位采用这种管教方式的父亲都感到身心俱疲。更为严重的是：孩子越管越不听话，越管越叛逆！本想让孩子懂得你那“严厉的爱”，但结果孩子却只记得你的严厉，忽视了你严厉背后的爱。

试想，如果你是孩子，在你经历了一顿严厉的打骂后，你还有勇气和兴趣去探讨严厉的背后是什么吗？

在进行“家暴调研”时，两位学生截然不同的回答，让老师觉得很奇怪，细问之下才知道，原来，打的方式“有讲究”。

小刚不小心把花瓶打碎了。爸爸不问缘由，按住小刚就是一顿暴打。

小鑫挑食，把青菜连盘带汁儿地掀倒在地。妈妈没收了小鑫的饭碗，