

创典家庭教育大学堂丛书

培养独立自主的孩子

丛书主编：杨兆山 盖笑松 孙 蕾 杨智钧
本册编著：盖笑松 孙 蕾 耿 或



天下所有的父母都深爱着自己的孩子。

然而，并不是每个家长都意识到这种爱的终极目标是要让孩子

成为一个能够**脱离家庭、独立自主**的人。

而不是永远躲在父母翅膀下的依附者。

CIS
湖南少年儿童出版社



湖南少年儿童出版社
HUNAN JUVENILE & CHILDREN'S PUBLISHING HOUSE

培养独立自主的孩子

丛书主编：杨兆山 盖笑松 孙 蕾 杨智钧

本册编著：盖笑松 孙 蕾 耿 斌

图书在版编目(CIP)数据

培养独立自主的孩子 / 盖笑松编著. — 长沙: 湖南少年儿童出版社, 2012.9
(创典家庭教育大学堂丛书)
ISBN 978-7-5358-8503-6

I. ①培… II. ①盖… III. ①能力培养—儿童教育—家庭教育 IV. ①B848.2②G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第196210号

策划编辑: 徐烈军
责任编辑: 徐烈军 刘慧姣
装帧设计: 任意 易莎 尹巍巍
质量总监: 郑瑾

出版人: 胡坚
出版发行: 湖南少年儿童出版社
社址: 湖南省长沙市晚报大道89号 邮编: 410016
电话: 0731-82196313 (总编室)
传真: 0731-82196330 (综合管理部)
经销: 湖南省新华书店
常年法律顾问: 北京市长安律师事务所长沙分所 张晓军律师
印制: 长沙超峰印刷有限公司
开本: 889×1194 1/24
印张: 3.75
版次: 2013年1月第1版
印次: 2013年1月第1版第1次印刷
定价: 13.50元
版权所有 侵权必究
质量服务承诺: 若发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。
服务电话: 0731-82196362

孩子关键期的启蒙钥匙

每一天，全世界大约有75万成年人开始成为新的父母。他们在感受为人父母所带来的喜悦、希望与欢乐的同时，也因孩子而体验着困惑、焦虑、挫折、懊悔与伤痛。

教育孩子不仅仅需要爱，还需要科学和专门的技巧、方法和艺术。因此，父母不仅是一种家庭中的角色，还应该是一种专门性的职业。正如马克思所说，父母的职责就是教育孩子。

著名教育家陈鹤琴说：“养花、养草、养鸟、养鱼，都要先懂得专门的方法，才可以养得好；难道养孩子，不懂得方法，可以养得好吗？”

医生、教师、工程师等职业都需要经过专门的职业培训，同样，父母也需要接受专门的亲子教育。

在我国，家庭教育已成为所有家长以及全社会较为关注的大

问题之一。因为现在大多数是独生子女，社会竞争又空前激烈。孩子的教育和发展状况，关系到几代人的命运，牵系着所有父母和长辈的心。每个家长都有“输不起”的忧虑，但大多数家长太爱孩子，又太不会爱孩子。他们对孩子寄予极大的希望，但由于认识有误，方法不当，孩子的发展往往走向家长愿望的反面，甚至酿成许多悲剧。

赫胥黎有一句名言：“欲造伟大之国民，必自家庭教育始。”以色列人也讲，一个好母亲胜过一百所学校。

父母，特别是年轻的父母，要想把孩子教育好，就必须学习如何教育子女。我们特别期望有一些真正实用的、能切实提高父母养育水平的教育读本。

《创典家庭教育大学堂丛书》就是用来帮助家长实现养育专业化的系列丛书。在当今众多的家教图书中，本套丛书具有以下几个显著的优点：

——专门针对3~6岁孩子的年龄特点。每个年龄阶段的儿童都有着不同的发展特点。中国古话说，三岁看大，七岁看老。3~6岁作为人生的奠基阶段，极为关键，甚至有可能决定人的一生。这套丛书就专门针对3~6岁孩子的发展特点和成长需求，为父母提

供家庭教育指导，具有很强的针对性。

——全方位覆盖3~6岁孩子发展的各个方面。这套丛书从教育观念、能力培养、情商培养、身体健康四大领域中选取了18个家庭教育主题，满足了3~6岁孩子的家长在家庭教育中的各种需求，有助于家长构建出相对完整的家庭教育知识体系，系统地掌握幼儿家庭教育的方法。

——以科学知识排除个人偏见和不实传闻。这套丛书是由一批教育学、心理学、养育科学、营养学等学科专家精心撰写的，所选取的知识和方法都具有科学和事实依据，体现了科学性、严谨性。

——用丰富的实用方法提高操作性。这套丛书内容以操作性为主。作者们把科学理论和专业经验浓缩成父母们能够理解、掌握和运用的简单明了的行动指南，把抽象的家庭教育基本原则和观点化为具体的指导策略，并以生活实例加以说明。书中“家长实践作业”的操作指南，也能够促使家长把科学的教育理念践行到行动之中。

——聊天式的写作语气增强了可读性。这套丛书的行文风格不是高高在上的专家讲座，而像是专家与父母之间轻声细语的聊天，

语言轻松活泼、语气诚挚恳切，令人感到轻松愉快、兴趣盎然。

这套丛书不仅为读者提供育儿的知识和经验，还帮助父母们用爱和智慧搭建起一座通往孩子心灵的桥梁。

我相信，年轻的父母们一定能够在这套丛书中读有所获，和孩子一起成长。

郭振有

二〇一二年二月十五日

【前言】

为什么要培养独立自主的孩子？

★ 爱，是为了分开

天下所有的父母都深爱着自己的孩子，然而并不是每个家长都能意识到这种爱的终极目标是要让孩子成为一个能够脱离家庭、独立自主的人，而不是永远躲在父母翅膀下做一个依附者。

爱孩子，是为了有一天能够放心地放手。英国心理学家希利亚·克莱尔曾说过：“世上所有的爱都是以聚合为最终目的，只有一种爱是以分离为目的，那就是父母对子女的爱。所以父母真正成功的爱，就是让孩子作为一个独立的个体从你们的生命中分离出去，越早，你们的教育就越成功。”家长无法代替孩子去成长，也无法省略孩子自立的过程，免除孩子自立的痛苦。儿童成长是从依赖和共生走向独立和自主的过程。家长所有爱的付出

都是为了把孩子培养成独立的社会成员，而不是使他永远做个处处依赖孩子的孩子。

★ 同伴群体中的领导者

独立自主的孩子将成为同伴中的领袖。大约从小学二年级开始，班级里将出现很多自由结合的同伴群体。一个孩子在所属群体中的地位，对他未来的社会交往习惯、技能、人际互动中的自信心有着重要影响。那么，谁将成为同伴群体里有影响力的人呢？生活中我们会发现，那些独立性差的孩子往往缺少主张，在同伴群体中更多地扮演依附者的角色；而那些独立自主的孩子，他们能在同伴群体中产生一些主意、提出一些目标，也善于克服困难、解决问题，他们往往成为同伴中的领袖。

独立自主的品质需要从小养成。虽然孩子的同伴群体在小学二年级才形成，但儿童这种独立自主的品质需要从小培养。在幼儿期培养独立自主的孩子，才能使您的孩子今后成为同伴群体中的小领袖。

★ 被老师委以重任的人

独立性强的孩子能得到老师更多的信任和重视。当代孩子独立性差已经成为老师们普遍头疼的问题。从老师对孩子的评价来看，家长的观念里普遍存在着一个误解，即认为那些听话的“乖孩子”就会成为老师喜欢的学生。而事实并非如此，当老师需要班级中的学生帮助他完成一些事情的时候，如取东西、收作业、把作业送到办公室、传话给别的老师以及在班级中负责一些事情等任务，老师都会找那些独立性强的孩子来完成。

独立性需要在生活中一点一滴地积累。班级选班干部时，许多家长都希望自己的孩子能够获得锻炼的机会，并寄希望于孩子在班干部竞选中的表现。殊不知，孩子的这种能力及其在班级中的地位，在平时就已经积累起来了。一个人如果不能管理自己，就不可能去帮助别人。正是在班级中一点一滴的锻炼，孩子的自信心以及在同伴群体中的地位得到了不断的提高。因此，要想使您的孩子在班级中成为被老师委以重任的人，家长需要重视孩子早期独立自主品质的培养。

目录

第一章 培养孩子的生活自理能力 01

幼儿发展测评 03

“幼儿生活自理能力”测评 04

家庭教育攻略 05

攻略1：妈妈今天不在 05

攻略2：如何面对孩子的求助 05

攻略3：把家务变成游戏 06

攻略4：铺设适当的难度阶梯 07

攻略5：设立家庭值日表 07

攻略6：利用好人好事板报 08

攻略7：婉拒老人的帮助 08

攻略8：假传老师的圣旨 09

攻略9：渲染同伴的榜样 09

攻略10：预告独立事件表 10

攻略11：让孩子拥有自己的工具箱 11

攻略12：让孩子体谅家长的辛苦 11

攻略13：使用夸张的鼓励 12

攻略14：给“宝宝”找一个“宝宝” 13

攻略15: 孩子独自在家	13
攻略16: 孩子背上的小书包	14
专业家长进阶	15
和颜之推学家教	15
蒙台梭利的教育观	17
家长实践作业	19
【作业一】对于下面的情境, 请您想一想	19
【作业二】把不能独立完成的事圈起来	20
【作业三】为孩子计划独立时间表	22

第二章 独立思考的习惯 23

幼儿发展测评	25
“幼儿独立思考习惯测评”标准	26
家庭教育攻略	27
攻略1: 当孩子提出问题时	27
攻略2: 家长也要会提问	28
攻略3: 成为孩子探索之路的支架	29
攻略4: 把玩具说明书变成教材	30
攻略5: 允许孩子的小破坏	30
攻略6: 当家里有了新玩具	30
攻略7: 如何辅导孩子的作业	31
攻略8: 适当碰壁也重要	31
攻略9: 生活中问题的解决	32

攻略10: 家长也会犯错误	32
攻略11: 如何招架孩子提出的“怪问题”	33
专业家长进阶	35
支架式教育	35
家长实践作业	37
【作业一】图片排序——吃饼干	37
【作业二】照镜子	38
【作业三】故事表演	39
【作业四】拼装玩具	40

第三章 人际交往独立性的培养 41

幼儿发展测评	43
“幼儿人际交往独立性测评”标准	44
家庭教育攻略	45
攻略1: 改变孩子黏人的习惯	45
攻略2: 让孩子给小朋友打电话	45
攻略3: 聚会中的小餐桌	46
攻略4: 外出用餐时	47
攻略5: 独立购物的经验	47
攻略6: 当孩子需要帮助时	48
攻略7: 孩子冲突的旁观者	49
攻略8: 送给小朋友的礼物	49
攻略9: 委以重任	50

攻略10: 独立制订接待客人的计划	50
专业家长进阶	52
如何帮孩子克服羞怯	52
孩子的“安全基地”	53
家长实践作业	54
【作业一】练习打电话	54
【作业二】周末客人接待计划	55

第四章 自主性的培养 57

幼儿发展测评	59
“幼儿自主性发展水平测评” 标准	60
家庭教育攻略	61
攻略1: 家庭会议的小成员	61
攻略2: 选购自己的用品	62
攻略3: 家长要学的一句口头禅: “你决定”	63
攻略4: 和孩子一起制作计划清单	63
攻略5: 让孩子承担自己行为的后果	64
攻略6: 压岁钱的支配	64
专业家长进阶	66
李开复的教子之道	66
家长实践作业	69
【作业】通过“家庭会议”, 讨论周末活动安排	69

第一章

培养孩子的生活自理能力

本章将告诉您：

- ★ 孩子应该掌握哪些生活自理能力？
- ★ 如何让孩子爱上劳动？
- ★ 如何激发孩子自理的愿望？
- ★ 如何为孩子设计循序渐进的自理之路？
- ★ 如何把家务劳动变成游戏？



幼儿发展测评

——幼儿生活自理能力测评

- | | | |
|--------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 1. 自己洗手。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 2. 自己洗脸。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 3. 自己洗脚。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 4. 自己系（解）扣子。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 5. 自己拉拉链。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 6. 自己刷牙。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 7. 自己使用橡皮。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 8. 自己上厕所。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 9. 自己吃饭。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 10. 睡觉前能够把自己脱下的衣服叠好放在一旁。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 11. 自己叠被子。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 12. 玩完玩具后，自己整理玩具。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 13. 用餐后，收拾自己的餐具。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 14. 晚上能够独立入睡。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 15. 自己整理小书包。 | ☐ 是 | ☐ 否 |
| 16. 用卷笔刀削铅笔。 | ☐ 是 | ☐ 否 |