



张瑜 / 主编

激励：家教的精髓

美国哈佛教育专家对中国家长的 **忠告**

Jili: Jiajiaode Jingsui



中国华侨出版社

激励：家教的精髓

——美国哈佛教育专家对
中国家长的忠告

主 编 张 瑜

副主编 天 舒 寻国兵

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

激励: 家教精髓: 哈佛教育专家与中国家长谈“激励” / 张瑜编. —北京: 中国华侨出版社, 2000
ISBN 7-80120-411-5

I. 激… II. 张… III. 激励-家庭教育-方法
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 07033 号

● 激励: 家教精髓

——哈佛教育专家与中国家长谈“激励”

主 编/张 瑜

责任编辑/王冰冰

责任校对/雷一平

经 销/新华书店

印 刷/北京市宏飞印刷厂印刷

开 本/850×1168 毫米 1/32 印张/12.25 字数/250 千字

版 次/2000 年 6 月第 1 版 2000 年 6 月第 1 次印刷

印 数/10000 册

中国华侨出版社 北京市朝阳区安定路 12 号 100029

ISBN 7-80120-411-5/G·180 定价: 22.00 元

目 录

导言：美国哈佛教育专家
对中国家长的忠告 \ 1

第一章 激励：扬起孩子的风帆 ——激励是孩子成长的营养剂 \ 9

一、让激励促进孩子进步 \ 11

1. 孩子需要激励，犹如种子需要阳光 \ 11
 - ☐ 激励是孩子成长的营养剂 \ 11
 - ☐ 幼儿已有自尊，也需父母激励 \ 12
 - ☐ 母亲说有出息，孩子兴许真就有出息 \ 13
2. 激励对孩子会产生意想不到的效果 \ 13
 - ☐ 激励能使孩子成为“一个了不起的人” \ 13
 - ☐ 激励能令人产生奇迹 \ 15

二、如何激励孩子健康地成长 \ 18

1. 激励，是为了培育孩子的情感和活力 \ 18
 - ☐ 与其给孩子鱼不如给他钓竿 \ 18

☐ 给孩子工具箱,或者就给他一枚硬币 \ 20

☐ 让孩子听到母亲的掌声和赞美 \ 22

2. 激励孩子的若干技巧 \ 22

☐ 激将法:激励孩子积极向上 \ 22

☐ 让孩子有心理准备:保持孩子乐观向上 \ 23

☐ 多方赞美:激发孩子的自信心 \ 24

☐ 以赞美代替处罚,但绝不溺爱 \ 25

☐ 带孩子去做户外活动,以纾解压力 \ 25

☐ 当孩子遇到挫折时,千万别浇冷水 \ 26

☐ 当孩子遇到难题时,应去帮一把 \ 26

☐ 让孩子扬长避短,可以克服孩子自卑感 \ 27

第二章 如何通过激励来激发 孩子的潜能和智能 \ 29

一、及早发现孩子的天赋并给予激励 \ 31

1. 孩子的潜能有待开发 \ 31

☐ 儿童有 6 种才智 \ 31

☐ 仔细观察婴、幼儿的天赋 \ 31

2. 父母要为激励孩子的潜能创造良好环境 \ 33

☐ 孩子的潜在能力需自幼开发 \ 33

☐ 提倡开设在家里的儿童早期教育课堂 \ 35

☐ 东西方父母在家庭教育上的差异 \ 35

3. 如何看待孩子的智商 \ 36

- ☐ 智商测试并非完全可取 \ 36
- ☐ 影响孩子智力的先天因素 \ 38
- 4. 孩子成才缘自父母的早早激励 \ 39
 - ☐ “夫人,您对孩子的教育已经晚了两年半了” \ 39
 - ☐ 孩子的潜能可以激发,也可以训练 \ 41
 - ☐ 九岁的孩子会治病 \ 42
 - ☐ 能讲7国语言的6岁小孩 \ 43
 - ☐ 10岁半的研究生迈克尔 \ 44

二、通过激励开发孩子的智力 \ 45

- 1. 孩子的最佳智力结构 \ 45
 - ☐ 父母应了解孩子的智力特点 \ 45
 - ☐ 每个孩子都有自己的聪明“点” \ 46
 - ☐ 孩子是否聪明与客观环境关系密切 \ 47
 - ☐ 要想让孩子聪明母亲必须多用点心 \ 48
 - ☐ 放任自流,孩子的智能不会高 \ 49
- 2. 孩子的脑力可以无限发展 \ 49
 - ☐ 孩子的大脑越用越聪明 \ 49
 - ☐ 游戏是增进孩子脑力的有力工具 \ 50
 - ☐ 孩子脑力的好坏与心情有关 \ 51
 - ☐ 培育孩子善良的品格,多关心人,对大脑有益 \ 52
 - ☐ 奇妙的手指训练方法 \ 52

三、激励可以提高孩子的想像力 \ 53

- 1. 想像力是孩子智力的重要组成部分 \ 53

2. 孩子想像力的培养和训练 \ 55

- ☐ 鼓励孩子大胆想像 \ 56
- ☐ 在观察大自然的过程中,引导孩子想像 \ 56
- ☐ 将孩子引进快乐的游戏王国 \ 56
- ☐ 让孩子在讲故事的活动里激发想像 \ 57
- ☐ 让孩子在美术生活中激发想像 \ 58
- ☐ 让孩子在音乐活动中激发想像 \ 59
- ☐ 让孩子进行“情景描述” \ 59
- ☐ 通过生活事件培养想像力 \ 59

3. 超常孩子想像力非同一般 \ 60

四、激励可以提高孩子的创造力 \ 61

1. 父母对孩子创造力全在于激励开发 \ 61

- ☐ 孩子的创造力无法以智商评断 \ 61
- ☐ 孩子的创造性有赖于激励和开发 \ 63

2. 及早发掘和激励孩子创造力的方法 \ 65

- ☐ 发现、保护、引导孩子的好奇心 \ 65
- ☐ 以正确的态度对待孩子的提问 \ 68
- ☐ 正确对待孩子的一些“破坏行为” \ 69
- ☐ 注意培养孩子“乐学善问” \ 69
- ☐ 寓教于游戏,培养孩子动手的能力 \ 72

五、激励可以增强孩子的记忆力 \ 74

1. 父母要当好开发和增强孩子记忆力的老师 \ 74

- ☐ 孩子的记忆力是可以开发和增强的 \ 74
- ☐ 从激励孩子的自信入手培养和训练孩子的

记忆力 \ 75

2. 多方培养孩子观察、认识、记忆事物的
兴趣 \ 76

- ☐ 引导孩子多观察,多接触大自然 \ 76
- ☐ 注意发展孩子的有意识记忆 \ 77
- ☐ 刻意训练孩子的记忆力 \ 77
- ☐ 防止因强迫学习而破坏记忆能力 \ 78
- ☐ 教会孩子增强记忆的方法 \ 79

第三章 如何通过激励来提升 孩子的情商 \ 81

一、情商:做人的本领 \ 83

1. 培养孩子做人的本领比考试 100 分
更重要 \ 83

- ☐ 情商(EQ)是人的一种生存能力 \ 83
- ☐ 做人的本领需要从小培养 \ 83
- ☐ 让孩子知道做人的本领比考试 100 分
更重要 \ 85

2. 运用激励手段培养心理健全的孩子 \ 86

- ☐ 不能让孩子光读书 \ 86
- ☐ 让孩子多玩、多运动,养成快乐的性格 \ 87

3. 让孩子走进人群,学会自我生存 \ 90

- ☐ 对孩子进行生存教育 \ 90

☐ 鼓励孩子走进人群，学会与人交往 \ 91

☐ 不评“三好学生”的学校旨在提升孩子的情商 \ 94

3. 西方国家重视情感和素质教育 \ 97

☐ 美国情感教育一瞥 \ 97

☐ 芝加哥希利小学的素质教育 \ 98

二、激励：使孩子从小树立起自信心、上进心和具备完美的品格 \ 105

1. 从小鼓励孩子树立自我意识，培养起自信心 \ 105

☐ 自信心对孩子成长至关重要 \ 105

☐ 自信心是人的能力的催化剂 \ 105

☐ 童年时建立起来的自信将影响孩子的一生 \ 107

☐ 用激励的手段培植孩子的自信心 \ 109

☐ 激励孩子自信心的期望值不必过高 \ 111

☐ 不要总拿自己的孩子和他人去比较 \ 114

2. 从小激励孩子自强、好胜、具有上进心 \ 115

☐ 培养孩子自强的“吃苦教育” \ 116

☐ 鼓励孩子上进的学工教育 \ 117

☐ 培养自立能力的少年野营所 \ 118

☐ 锻炼孩子意志力的“鲸鱼学校” \ 118

三、激励孩子锻炼坚强意志，不怕失败和挫折 \ 120

1. 坚强意志是事业成功的基石 \ 120

- ☐ 鼓励孩子意志的自觉性 \ 120
- ☐ 保护孩子的自尊心 \ 121
- ☐ 培养孩子的不服输精神 \ 123
- ☐ 摒弃怜悯,对孩子不要过度保护 \ 124
- ☐ 鼓励孩子正确面对伤病 \ 126

2. 激励孩子不怕失败的坚韧精神,给孩子磨练和探索的机会 \ 128

- ☐ 让孩子懂得失败是成功之母 \ 128
- ☐ 不要对孩子说“不可以失败” \ 129
- ☐ 必要时,让孩子尝试一下失败 \ 130
- ☐ 生活中刻意激励孩子不怕挫折和失败 \ 131
- ☐ 支持孩子参加竞争性活动 \ 133
- ☐ 让孩子知道成功必经磨难 \ 134
- ☐ 激励孩子快乐地活着,笑对人生 \ 136

四、让孩子具备完善的人格,良好的性格 \ 137

1. 培育高情商的孩子,家长们任重道远 \ 137

- ☐ 让孩子树立健康的金钱观 \ 138
- ☐ 培养孩子美的情操 \ 140
- ☐ 让孩子提高生活自理能力 \ 141
- ☐ 培养孩子的劳动意识和吃苦意识 \ 143
- ☐ 培养孩子好品格,好习惯 \ 145

2. 防微杜渐,关注孩子的思想倾向 \ 147

- ☐ 观察孩子崇拜什么样的人 \ 147
- ☐ 关注孩子的道德倾向 \ 149

第四章 如何通过激励手段改正孩子的坏毛病 \ 151

一、正视孩子身上的坏毛病 \ 153

1. 孩子都有坏毛病,有些坏毛病不可小视 \ 153
2. 孩子的毛病表现了他们在不同成长阶段的发展特性 \ 154
 - ☐ 不明事理 \ 154
 - ☐ 坏毛病有时是受好奇心的支配 \ 155
 - ☐ 孩子的坏毛病有时受冒险精神的指使 \ 158
 - ☐ 不安分的青少年时期 \ 159
3. 孩子有坏毛病父母有不可推卸的责任 \ 160
 - ☐ 父母的不良行为和错误观念对孩子影响至深 \ 160
 - ☐ 父母教养失当,也会导致孩子的坏毛病 \ 162
 - ☐ 父母的溺爱会惯出孩子的坏毛病 \ 163
 - ☐ 父母管教孩子态度不一致,让孩子有机可乘 \ 164
 - ☐ 家庭关系不和或破裂 \ 165

二、如何采用激励手段改正孩子的坏毛病 \ 166

1. 找出孩子产生坏毛病的行为动机 \ 166
 - ☐ 孩子产生错误行为的四种动机 \ 166
 - ☐ 客观看待孩子错误行为的动机 \ 171

- ☐ 摸清错误行为动机是纠正孩子毛病的前提 \ 172
- 2. 帮助孩子改掉不良的行为习惯 \ 174
 - ☐ 帮助孩子改掉不按时睡觉的习惯 \ 174
- 3. 用激励的方式帮助孩子改正坏毛病 \ 176
 - ☐ 给孩子充分的爱、信任和理解 \ 176
 - ☐ 让孩子知道父母在关心他, 对他有信心 \ 177
 - ☐ 倾听孩子的心声, 表现出对孩子的关爱 \ 178
 - ☐ 学会用鼓励、赞美的态度激励孩子学好 \ 179
 - ☐ 帮助孩子改掉不爱清洁的习惯 \ 180
 - ☐ 帮助孩子改掉不好好吃饭的习惯 \ 181
 - ☐ 改掉比较“大”的毛病 \ 196

第五章 如何有效地赞美孩子 \ 203

一、赞美能激励孩子不断进步 \ 205

- 1. 孩子比成人更需要赞美 \ 205
 - ☐ 喜欢得到赞美是人的天性 \ 205
 - ☐ 孩子非常看重家长的赞美 \ 206
- 2. 赞美是孩子健康成长必不可少的
重要条件 \ 208
 - ☐ 赞美能使消极的孩子踏上成功之路 \ 208
 - ☐ 父母的赞美有时能成就孩子的一生 \ 209
 - ☐ 赞美能使孩子克服坏的习惯, 养成良好的作风 \ 210

☐ 赞美能激起孩子对美好事物的情趣 \ 212

☐ 家长该反思对孩子赞美的吝啬 \ 213

二、赞美孩子的种种方法 \ 214

1. 对孩子身上的闪光点加以赞美 \ 214

☐ 赞美孩子的活泼、健康 \ 214

☐ 赞美孩子的“85%” \ 215

☐ 找出孩子的点滴优点加以赞美 \ 215

☐ 发现孩子的一点进步，就立即加以赞美 \ 216

2. 用不同的方式赞美孩子 \ 218

☐ 选择适当的赞美词句 \ 218

☐ 利用身体语言赞美孩子 \ 218

☐ 孩子需要父亲赏识性的赞美 \ 219

☐ 通过第三者对孩子予以赞美 \ 220

☐ 意外的赞美会使孩子信心倍增 \ 221

三、赞美孩子的若干技巧 \ 221

1. 赞美孩子的时间要“适时” \ 221

☐ 孩子一有好行为，就要及时给予赞美 \ 222

☐ 掌握住孩子最需要赞美的时机 \ 222

2. 赞美孩子的方式要适当 \ 224

☐ 赞美孩子时家长态度要真诚 \ 224

☐ 赞扬孩子的行为和成绩，而不是肯定孩子的全貌 \ 225

3. 赞美孩子也需要注意适度 \ 226

第六章 如何有效地奖励孩子 \ 229

一、奖励是激励孩子进步的有效方法 \ 231

1. 让奖励化作孩子进步的动力 \ 231

- ☐ 奖励是孩子的心理需求 \ 231
- ☐ 奖励能成为孩子进步的动力 \ 233
- ☐ 奖励有利于提高孩子的学习效果 \ 234

2. 奖励孩子的基本原则 \ 235

- ☐ 做个好样子给孩子看 \ 235
- ☐ 奖励孩子应促使孩子全面发展 \ 235
- ☐ 根据具体情况采用不同的奖励方法 \ 236
- ☐ 奖励孩子不可滥用 \ 237

二、奖励的方法和技巧 \ 239

1. 奖励的种种方法 \ 239

- ☐ 对幼小孩子的奖励:以精神为主 \ 239
- ☐ 对低年级孩子的奖励:持续不断地奖励 \ 240
- ☐ 对中年级孩子的奖励:制造奖励的机会 \ 240
- ☐ 对高年级孩子的奖励:真实诚恳最重要 \ 241
- ☐ 立标杆、树榜样:一种常见的奖励方法 \ 242

2. 奖励的若干技巧 \ 243

- ☐ 奖励应与具体要求相结合 \ 243
- ☐ 应使孩子了解得到奖励的原因 \ 243

- ☐ 奖励孩子的聪明，不如奖励孩子的努力 \ 244
- ☐ 奖励要有轻重感 \ 244
- ☐ 当着其他孩子的面褒奖他的良好品行 \ 245
- ☐ 让孩子参加家务劳动作为奖励 \ 245
- ☐ 像上级对下级那样给孩子分配任务 \ 246
- ☐ 预先进行奖励 \ 246

第七章 如何通过沟通来有效地激励孩子 \ 247

一、心灵上的沟通是激励孩子上进的原动力 \ 249

1. 善于沟通的父母，能使孩子健康成长 \ 249

- ☐ 亲子间相互信赖，有利于孩子形成健全的人格 \ 249
- ☐ 与孩子交谈，能使孩子心理上有安全感 \ 250
- ☐ 与孩子坦诚交心，可以引导孩子健康成长 \

251

2. 思想上的沟通是孩子进步的力量源泉 \ 252

- ☐ 孩子需要父母的理解与体谅 \ 252
- ☐ 孩子有许多希望父母知道的“渴望” \ 254
- ☐ 妈妈，请让我把想法说出来 \ 255
- ☐ 不要做“黑白父母” \ 257
- ☐ 孩子要珍重与父亲的沟通 \ 257

二、消除父母与孩子沟通的障碍 \ 260

1. 父母应主动地同孩子“亲近” \ 260

- ☐ 父母应主动地与孩子消除“代沟” \ 260
- ☐ 父母应多多了解孩子 \ 261
- ☐ 努力保证与孩子沟通的时间 \ 263

2. 孩子要积极地与父母交流 \ 264

- ☐ 孩子要学会向父母表达自己的心思 \ 264
- ☐ 孩子宜少看电视, 多与父母交流思想 \ 265

三、如何有效地与孩子沟通 \ 267

1. 从爱心出发, 以平等的态度与孩子沟通 \ 267

- ☐ 站在孩子角度想问题有益于与孩子沟通 \ 267
- ☐ 与孩子交流时, 多听少说 \ 270
- ☐ 与孩子交流时, 也要讲究礼貌 \ 271
- ☐ 善于向孩子道谢 \ 272
- ☐ 必要时也要向孩子道歉 \ 272
- ☐ 和孩子平等对话 \ 273

2. 做孩子的知心朋友 \ 274

- ☐ 用孩子的眼光看世界 \ 274
- ☐ 和孩子坦诚交心 \ 275
- ☐ 让孩子知道父母工作的艰辛 \ 277

3. 变通、灵活地赢得孩子合作 \ 278

- ☐ 与孩子发生冲突时, 父母应适可而止 \ 278
- ☐ 作好沟通, 赢得孩子合作 \ 280
- ☐ 对孩子不要“命令”, 而要“请求” \ 282

- ☐ 建立起积极正向的情感反应 \ 284
- ☐ 领悟孩子说话的弦外之音 \ 286
- 4. 和婴、幼儿非语言沟通的方法 \ 287
 - ☐ 通过喂奶、抚摸与婴幼儿沟通 \ 288
 - ☐ 用拥抱、吻脸颊的方法向婴幼儿表达爱 \ 288
 - ☐ 轻抚婴幼儿的头发，轻拍婴幼儿的肩头 \ 289
 - ☐ 用握手、点头和微笑来表示“爱” \ 290
 - ☐ 用柔和的眼神与婴幼儿沟通 \ 292
 - ☐ 与婴幼儿沟通的其他方法 \ 293
 - ☐ 蹲下和孩子说话 \ 296

第八章 如何有效地责备孩子 \ 297

一、责备与赞美一样都是为了激励 孩子上进 \ 299

1. 科学认识责备孩子的作用 \ 299
 - ☐ 责备与赞美一样，都是父母的责任 \ 299
 - ☐ 责备孩子是一种复杂困难的教育方法 \ 300
 - ☐ 不适当的责备会产生不良后果 \ 301
2. 责备孩子的基本原则 \ 303
 - ☐ 必须尊重孩子的人格 \ 303
 - ☐ 必须让孩子了解为什么会遭到责备 \ 304
 - ☐ 责备孩子时，要注意保护他的自尊心 \ 305