



图解父母必知的108件事

# 培养 孩子的 独立性

武鹏程 / 编著 飞思少儿科普出版中心 / 监制



电子工业出版社  
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY  
[http://www.ppei.com.cn](http://www.phei.com.cn)



A black and white illustration of a woman in a patterned dress leaning over to look at a large house-shaped graphic. A small child stands next to her, also looking at the graphic. The house shape has a dashed border and contains the main title text.

图解父母必知的108件事

# 培养 孩子的 独立性

武鹏程 / 编著 飞思少儿科普出版中心 / 监制

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

## 内容简介

独生子女的家庭格局，日益成为主流。孩子们被宠爱的“含在嘴里怕化了，捧在手心怕捧着”。父母对孩子的不放心，使孩子被父母诸多的“不许”限制，以“爱”的名义将孩子的冒险精神、独立意识层层剥削，以至最后完全消失。独立意识是什么？是孩子快乐的源泉；是孩子自主学习的动力；是孩子探讨发现、拓宽知识与眼界必备的能力。本书将以培养孩子的独立性为主线，一一为您讲述，如何培养一个独立、健康、快乐的儿童。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。  
版权所有，侵权必究。

### 图书在版编目（CIP）数据

培养孩子的独立性 / 武鹏程编著. --北京: 电子工业出版社, 2011.7  
(图解父母必知的108件事)  
ISBN 978-7-121-13740-2

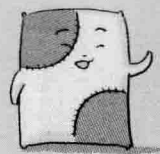
I. ①培… II. ①武… III. ①独生子女—能力培养—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第103180号

责任编辑：郭 晶  
特约编辑：李银慧 李新承  
印 刷：北京天宇星印刷厂  
装 订：三河市鹏成印业有限公司  
出版发行：电子工业出版社  
北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036  
开 本：720×1000 1/16 印张：15 字数：240千字  
印 次：2011年7月第1次印刷  
定 价：29.00元

参与本书编写的人员如下：武鹏程、黄军装、郑亭亭、郑玉洁、孙振根、郭东坡、陈国丽、  
赵义文、房海林、艾立成、吴国梁、李四平、刘燕、张超、张静、  
杨再发、万国权。

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。  
质量投诉请发邮件至zltis@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。  
服务热线：（010）88258888。



独生子女的家庭格局日益成为主流，父母、长辈的注意力全部集中在唯一的孩子身上。用“含在嘴里怕化了，捧在手心怕摔着”形容亦不为过，然而即使这样父母对孩子也是一百个不放心。而孩子被父母诸多“不许”限制，使得人类所固有的冒险精神、独立意识，被这样的“爱”层层剥夺，以至于最后完全消失。

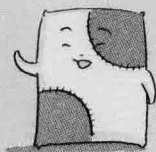
独立意识是什么？

是孩子快乐的源泉；

是孩子自主学习的动力；

是孩子探讨发现、拓宽知识与眼界必备的能力。

本书，将以培养孩子的独立性为主线，一一为您讲述，如何培养一个独立、健康、快乐的儿童。



## 孩子要独立，父母准备好了吗？ / 1

### ● 父母，您知道独立成长的含义吗？ / 2

一则经典故事引发的思考 / 2

什么是独立成长？ / 4

独立成长是通向孩子未来的康庄大道 / 6

关爱在孩子独立成长中不可或缺 / 8

### ● 孩子不会独立，是依赖性太强！ / 10

孩子为何会依赖大人？ / 10

必须成立“反依赖”联盟 / 12

让孩子意识到，有时候只能靠自己！ / 14

### ● 万事开头难，迈出第一步！ / 16

父母要引导孩子迈出人生的第一步 / 16

面对孩子的事，家长要学会放轻松！ / 18

放手，独立开始现雏形！ / 20

### ● 给孩子插上独立翱翔的“翅膀” / 22

独立意识的形成，需要培养者的尊重！ / 22

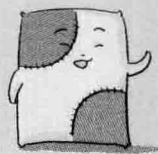
人前炫耀孩子，会伤害孩子的独立人格！ / 24

多为孩子提供独立所需的条件和机会 / 26

授之以“渔”，教孩子更多的生活技能！ / 28

孩子，勇敢可不是蛮干！ / 30

把孩子的人生归还给孩子 / 32



## 独立过程中，父母要懂的事！ / 35

### ● 别把孩子变成“提线木偶” / 36

孩子，请开口说“不”！ / 36

教会孩子容忍别人说“不” / 38

不会的事，让孩子慢慢来！ / 40

克服懒惰，从自主活动开始！ / 42

诱导孩子开始自主思考 / 44

会犯错是人之常情 / 46

外面的世界很精彩，也很无奈！ / 48

“恐吓”会增加孩子心理负担 / 50

### ● 责任感的培养要从小开始 / 52

帮孩子认识“我”的概念 / 52

别怕孩子了解到父母的“难处” / 54

有始有终是负责任的表现 / 56

鼓励孩子勇于承担责任 / 58

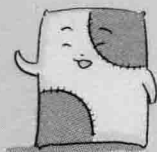
### ● 教会孩子自主思考 / 60

教会孩子如何躲避危险？ / 60

父母向孩子发问的技巧 / 62

制造情境，让孩子多提问！ / 64

鼓励孩子自己寻找答案 / 66



● **培养孩子的判断能力 / 68**

提升孩子“由表及里”的判断力 / 68

增强孩子判断推理能力 / 70

游戏中的探索，让孩子玩出“创意”！ / 72

用判断性、结论性的词组练判断力 / 74

**孩子独立处理问题的“三宝” / 77**

● **第一件法宝：“问题”发生在什么样的环境？ / 78**

让孩子“按兵不动”，先观察环境！ / 78

多反省，善于寻找问题的根源！ / 80

● **第二件法宝：弹性思维在解决问题过程中的应用 / 82**

灵机一动，自己要如何解决？ / 82

会制定解决方案，会自我管理！ / 84

制定备用方案，提高成功率！ / 86

● **第三件法宝：“得”在哪里，“失”在何处？ / 88**

独立途中，总结能力不可少！ / 88

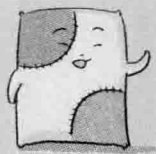
理智地应对“得”与“失” / 90

● **反思：如何使孩子获得更佳的动力？ / 92**

奖惩措施要合理 / 92

避免经常性的物质奖励 / 94

不妨试试“非物质奖励法” / 96



别让孩子为“奖励而做” / 98

教会孩子自我激励法 / 100

## 父母要做“指南针”，不做“拐杖”！ / 103

### ● 引导孩子从小学会选择 / 104

父母巧于提问，孩子才会选择！ / 104

父母应多说“这由你选择” / 106

允许孩子“犯傻”，做出第三种选择！ / 108

### ● 跟孩子分享父母的经验 / 110

用自己解决问题的方式做榜样 / 110

一起来讨论，孩子也是主角！ / 112

“叛逆”的小雷怎么了？ / 114

### ● 要循序渐进，欲速则不达！ / 116

警告变成耳边风，孩子应自己发现错误！ / 116

教会孩子倾听别人的想法 / 118

学会制定多种方案，分析各种结果！ / 120

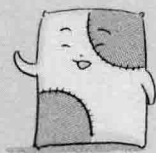
## 孩子独立，父母易陷入的泥潭！ / 123

### ● 别拿“孩子太小”当挡箭牌 / 124

自主想法与年龄大小无关 / 124

学学西方母亲，蹲下去和孩子说话！ / 126





有选择地赋予孩子权力 / 128

● **拔苗助长，弊大于利！ / 130**

挫折，能给孩子意外的丰收！ / 130

勇气是利剑，挫折是磨刀石！ / 132

面对变化，孩子该怎么办？ / 134

期望值过高，会害了孩子！ / 136

创设挫折情境时别造成新问题 / 138

实施挫折教育应遵守的原则 / 140

● **孩子的独立不是孤立 / 142**

独立能力需要正确合理地引导 / 142

小心孩子被孤立 / 144

避免孩子“自我孤立”和“被孤立” / 146

培养孩子的社交能力 / 148

● **请筛选孩子的选择 / 150**

父母应该一言九鼎 / 150

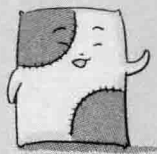
父母失信后，该道歉时别退缩！ / 152

孩子决定错了莫批评 / 154

**独立过程中，父母的智慧魔法棒！ / 157**

● **凡事三思而行，养成谨慎行事的习惯！ / 158**

三思而行是哪“三思”？ / 158

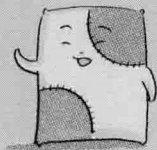


“橡皮筋刺激法” / 160

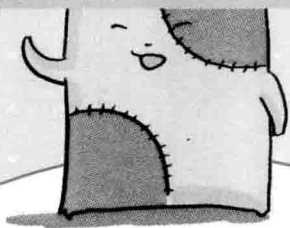
- **教会孩子如何发现和利用优势？ / 162**
  - 重新理解“优点”和“缺点”的概念 / 162
  - 什么是“完整的我”？ / 164
  - 了解1+1>2的合作精神 / 166
  - 学会和别人分享 / 168
  
- **父母要有“只夸不做”的“懒”习惯 / 170**
  - “懒”于思考，逼孩子多想！ / 170
  - “懒”于动手，让孩子多动手！ / 172
  - 孩子受挫时别“懒”于表扬 / 174
  - “懒”于攀比，给孩子自信！ / 176
  - 要坚信自己的孩子最棒 / 178

**搬走孩子独立路上的“绊脚石” / 181**

- **孩子为什么不会处理问题？ / 182**
  - 耐心，才是解决问题的关键！ / 182
  - 暴躁脾气，家长如何接招？ / 184
  - 体谅别人的孩子更懂事 / 186
  - “冷处理”孩子的牛脾气 / 188
  - 告诉孩子，冲动是魔鬼！ / 190
  - “忍耐力”能扼制冲动的“咽喉” / 192



- **告别“拖拉”，立即执行！ / 194**
  - 父母要带头改变拖拉 / 194
  - 时间观念强，能“移”走拖沓！ / 196
  - 哪些方法可以根治拖沓？ / 198
  - 现在就做，坚持到底！ / 200
  - 拜“放大镜”为师 / 202
  - 机会青睐做事讲效率的人 / 204
  - 试试“厨房教育”，鼓励实践！ / 206
  - 教孩子懂得珍惜机会 / 208
  - 合理分配时间，走向成功！ / 210
  
- **帮助孩子树立正确的人生观、金钱观、价值观！ / 212**
  - 避免骄傲，教孩子正确看待荣誉！ / 212
  - 诚实是个宝，值得拥有！ / 214
  - 正确看待金钱，避免“无限索取”！ / 216
  - 孩子私自拿钱，怎么办？ / 218
  
- **独立的路上，父母与孩子一起成长！ / 220**
  - 工作和生活要分开，多陪陪孩子！ / 220
  - 重视沟通，用心倾听孩子的心声！ / 222
  - 父母只做该做的事，别高压孩子！ / 224
  - 父母教育孩子最不该说的话！ / 226
  - 做好万全准备，做到“真正放手”！ / 228



## 孩子要独立， 父母准备好了吗？

根据相关留学服务机构提供的资料来看，国内多数家长在孩子出国留学之前除了要狂补英语口语，还有一项技能也同样需要及时恶补，那就是孩子的独立生活能力和社交能力，为什么家长要这样做？因为他们知道，国内的家庭环境根本就不利于孩子养成独立成长的能力。其实，父母们也不想这样临时抱佛脚，但受传统教育模式的限制，他们并不懂得如何给予孩子独立成长的环境。

- 父母，您知道独立成长的含义吗？ ·
- 孩子不会独立，是依赖性太强！ ·
- 万事开头难，迈出第一步！ ·
- 给孩子插上独立翱翔的“翅膀” ·

- 父母，您知道独立成长的含义吗？

## 一则经典故事引发的思考

### 带着跟班儿学雷锋

这个故事的名字看起来似乎有点儿怪，但却是发生在我们身边的事，某省城学校组织了几十名小学生参加课外活动——一起学雷锋，任务是清理植物园里的垃圾，正在孩子们小脸通红的干得热火朝天之时，队伍里的一位小学生回头喊了一声“爸爸，我渴了！”后面的一位男子便立刻走上前去，顺手送上一瓶饮料。

原来，学生队伍的后方，还跟着一个后勤补给队，十几个家长们手里拎着一袋子的食物和矿泉水尾随其后，孩子只要一有需要，家长立刻出现。

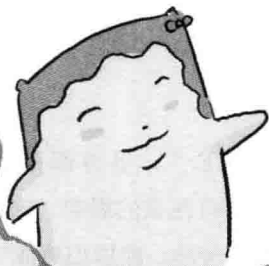
对于这样无微不至的照顾，多数家长感觉并没有什么不妥。不少家长反映，今天是礼拜天，自己送孩子来植物园学雷锋，恰巧自己也休假，能够顺便照顾一下孩子。

“即使有老师跟着，可我觉得还是不放心！现在孩子啥都不会，不跟着照顾一下哪行啊？”一位家长表示，照顾的同时也能帮孩子拍几张照片留作纪念。

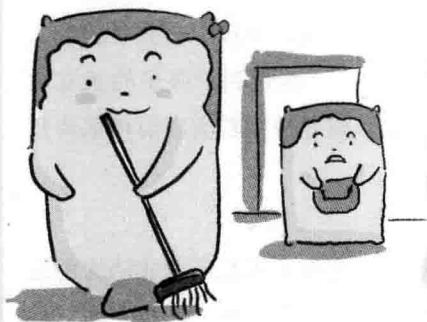
这到底是哪门子的学雷锋课外活动啊？可它却偏偏真实的发生了。

## 子女值日 父母代劳

生活条件好了，孩子便渐渐地远离了“劳动”，他们甚至会视劳动为耻辱；有一个故事说：一位母亲找到老师，要求老师将孩子的值日安排在一起，那几天由她代做，理由是“孩子要去参加课外辅导”。



这种现象的产生，会导致更多学生对劳动产生抵触情绪，进而开始有意躲避劳动。我们要帮助孩子树立劳动光荣的意识，让孩子体会劳动带来的喜悦和成就感。



例如下班之后和孩子一起，把家务劳动变成竞赛性质的游戏，引导孩子建立对劳动的期待感，这会让孩子在今后面对劳动时更加积极主动。



## ● 父母，您知道独立成长的含义吗？

# 什么是独立成长？

何谓“独立成长”，各方都有不同意见，综合多家之言后我们可以得出如下解释：一个人拥有独立的思想、人格和独自生活的能力，并且能学会感恩和团结，能辨别真假、善恶，能以坦然成熟的心态面对“得”与“失”。

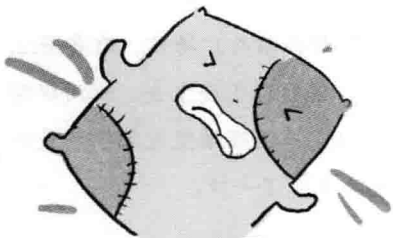
很多父母肯定会认为以上有些内容是针对成人的，对于孩子来说要求太高了，这也是我们传统教育中的一个问题，当家长在教育孩子的过程中碰到难题时，就会自我安慰的寄希望于那句老生常谈的话“没事儿，等孩子长大了就什么都明白了！”殊不知，有些问题越早发现，越早纠正，就越利于孩子的独立成长，还是那句话，要赢，就赢在起跑线上。因为很多问题等到长大以后再搞清楚就会发现为时已晚。

作为家长，父母在给予孩子生命之后，又可能成为孩子未来事业成功的再造者。这个看法目前颇有争议。很多“西化”了的家长，甚至一些“教育专家”都误以为，西方教育的“主流”思想是，提倡让孩子完全自由地发展。

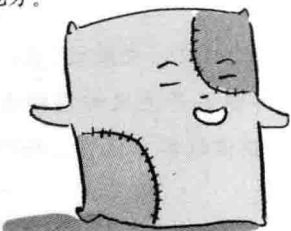
近年来，甚为流行的“素质教育”，由于没有明确的内涵，让没有主心骨的家长们，把弹琴、唱歌、武术、书法等，统统当做“素质教育”的主要内容。有责任也有义务对以上内容进行深刻、全面的认识和理解，并且应该及早确立执行的决心，在培养孩子独立成长的过程中，以上内容中的任何一个因素都不能偏废，否则就会使孩子的成长偏离正轨。

从很小的年龄开始，孩子就希望能够独立。

1. 在脐带被剪断时，宝宝这个个体就已经想要独立于母体之外了。



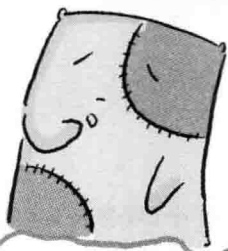
3. 而一岁半到两岁半的蹒跚学步，就意味着孩子能够不依赖任何成人，自己可以到任何地方。



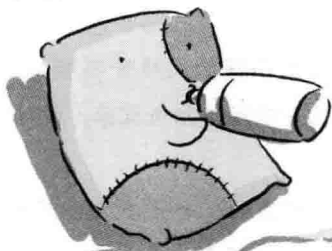
5. 孩子带着哭腔说出“不要……不要”的时候，他已经变成了一个拥有独立自主意识的人。这不是不听话和淘气，而是独立成长的必经之路。



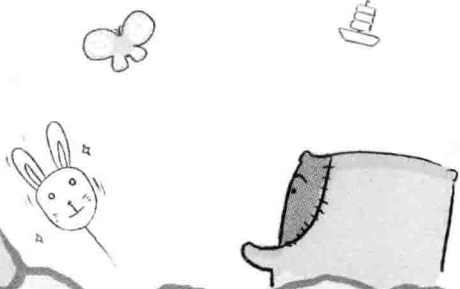
## 孩子渴望独立成长



2. 六个月左右之后孩子就会进入断奶期，不再依赖于母体的供给，并且能以自然界的食物生存。



4. 咿呀学语的时候，孩子已经在试图通过说话来表达自己的真正的想法。



有个基本规则应该父母来遵守：  
不要代替孩子做任何一件他自己想做的事。



## ● 父母，您知道独立成长的含义吗？

# 独立成长是通向孩子未来的康庄大道

曾经有个1周岁左右的男孩，被妈妈牵着小手来到公园的广场前，准备登上十几个阶梯的台阶时，小男孩却挣脱开妈妈的手，想要自己爬上去。他用胖胖的小手艰难地往上爬着，妈妈也没有抱他上去的意思，只是眼睛里充满了慈爱和鼓励！最后他终于爬上去了，年轻的妈妈这才在他脸上亲了一口。

这个小孩长大后并不顺利，接受教育的时间不到一年，但他从小就热爱知识、追求学问，他失过业，做过工人，当过律师。

从29岁起，开始竞选议员和总统，前后尝试过11次，失败过9次，在51岁那年，他终于问鼎白宫，做为资本主义的总统，却被共产主义的领袖马克思称为“全世界的一位英雄”。他就是美国第16位总统亚伯拉罕·林肯，而那位伟大的母亲南希·汉克斯早在林肯9岁那年就离开了人世。

这个真实的故事足以让我们认识到对于一个孩子来说是多么的必要，因为那些看似不起眼的锻炼，却教会了孩子如何独立成长，从而在孩子长大以后会带给他不可估量的力量，让他无论在多么艰苦复杂的环境中，都能独立自强、生生不息。

这就是为什么有的孩子长大后是个扶不起来的阿斗，有的却是叱咤风云的成功人士，很大原因取决于家长对于独立成长的认识程度。