

孩 子 的 命 运 是 父 母 创 造 的



孩子一生 必须具备的8种 软实力

软实力是一个人获得成功的保证

父母
亲子教育
经典读物

帮助家长更好地培养孩子，
让孩子的人生大放异彩！

本书详细介绍了家庭教育对培养孩子软实力的重要意义。让家长们了解“软实力”的同时，更好地完善自身的教育，从而帮助孩子健康成长，并为孩子以后的成功打下坚实的基础。

陈雪梅◎编著

中国纺织出版社



孩 子 的 命 运 是 父 母 创 造 的

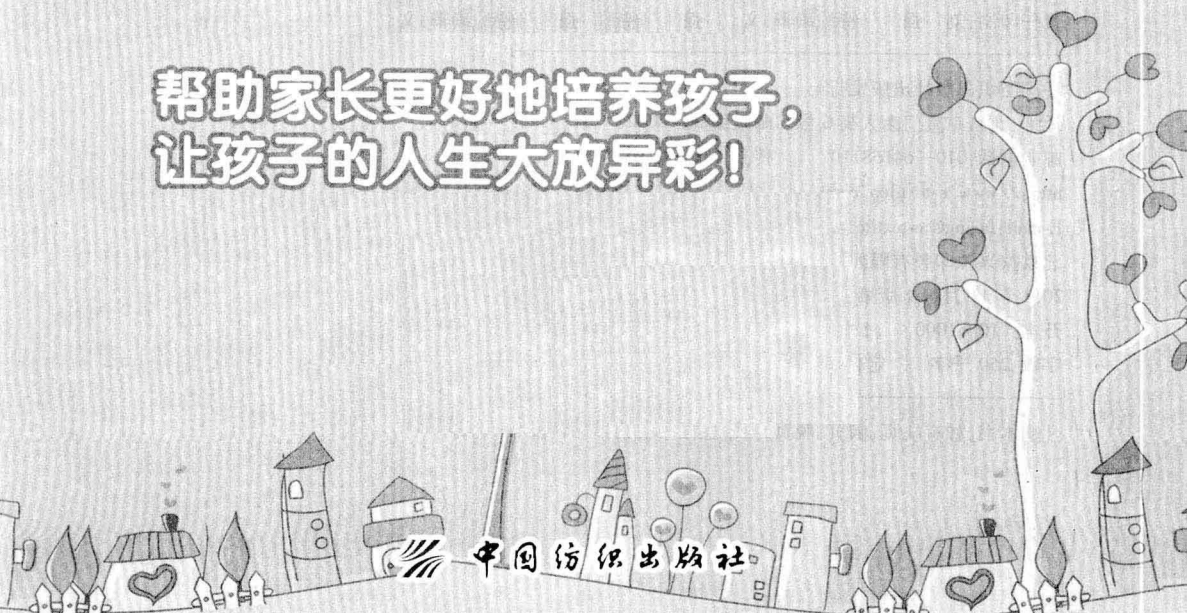


孩子一生 必须具备的8种 软实力

陈雪梅◎编著



帮助家长更好地培养孩子，
让孩子的人生大放异彩！



图书在版编目(CIP)数据

孩子一生必须具备的8种软实力/陈雪梅编著.

—北京:中国纺织出版社,2011.11

ISBN 978-7-5064-7762-8

I. ①孩… II. ①陈… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第157192号

策划编辑:苏广贵 责任编辑:魏 萌

责任印制:刘 强 特约编辑:文 浩

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010-64168110 传真:010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

北京振兴源印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2011年11月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:19

字数:250千字 定价:29.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

前言

“软实力”是相对于“硬实力”而言的,软和硬是一种比喻意义,是对实力的一种比喻性描述。“硬实力”的“硬”,是指客观的、可以有影响的力量。例如,一个人的健康水平、智力水平、长相优劣、家庭背景、专业技能、知识水平等,即这个人的“硬实力”。新东方第二号人物徐小平老师曾经这样说过:“中国大部分的学生一生都在学习,他并不知道,在自己走向社会时,他需要另外一种能力——软实力。软实力是学习成绩之外、传统教育要求之外的东西,是综合素质。包括表达能力、沟通能力、理解能力、人际关系能力等。”一个人要想获得成功,除了必须具备一定的“硬实力”之外,“软实力”也是不可忽视的,因为软实力是一个人获得成功的保证。

以下这个故事就是一个很好的证明:

韩晓菲是长沙理工大学一名品学兼优的毕业生,在大学期间,她不但专业知识学得好,专业技能突出,而且还考了一大堆的证书,一个人应该具备的硬实力她似乎一应俱全。在大家看来,这样的人应该是公司和企事业单位竞相争抢的对象。

可事实却出人意料,韩晓菲在找工作的过程中屡屡碰壁,那些她青睐的大公司竟不约而同地拒绝了她,他们给出的理由是,韩晓菲没有实战经验,应变能力差,缺乏与人沟通的能力和技巧,不懂得与人协作……这让韩晓菲很受打击,她没有想到自己大学期间考的热门证书竟如同废纸。

软实力真的这么重要吗?韩晓菲痛下决心要改变自己。她把自己的目标降低,先进了一家小公司,从基层做起。为了训练自己的沟通能力,韩晓菲一改自己过去“两耳不闻窗外事,一心只读圣贤书”的姿态,在工作的过程中,她更重视如何与人沟通,如何协作他人把工作做好。工作中遇到问题时,她总是先想想,改变一种方式是否能有所长进……

一年的时间没有白白浪费。当韩晓菲出去应聘时,重新递交简历,曾经拒绝她的公司都纷纷向她伸出了“橄榄枝”。由此可见,有弹性,能经得起挫折,能在了解自身不足的情况下调节自己、完善自己……这样的人才能有更大的发展潜力。

我们可以预测到韩晓菲的美好未来:如此扎实的专业成绩,加上如此优秀的软实力,人生还有什么能难住她呢?用韩晓菲的话说,以前她只注重硬实力,而忽略软实力,用一条腿走路,所以,她是残废的。现在,她既有硬实力又有软实力,两条腿健全,所以,她具备了跑第一的能力。

对于孩子来说,智力水平、知识技能的培养固然重要,但软实力的培养更加重要。一个人即便拥有再高的智力和专业技能,如果他缺乏责任感、意志力薄弱、抗挫折能力差、不善于与人协作,不懂得创新,那么,他是不可能在激烈的社会竞争中崭露头角的。只有那种有责任感、积极主动、人际关系好、善于团队协作、勇于创新的孩子才能经得起社会的考验和生活的挑战,并能在未来的竞争中脱颖而出。

正因为如此,我们说,我们不但要重视培养孩子的“硬实力”,更要重视培养孩子的“软实力”。只要“软实力”和“硬实力”同样健全,这个世界就没有他们有他们过不去的坎儿。

本书共八章,介绍了孩子一生必须具备的8种软实力,即“爱”的能力、自我管理能力(包括判断能力)、主动执行力、交际能力、语言表达力、学习力、创新力、意志力8个方面。这8种“软实力”缺一不可,相辅相成。孩子一旦学会自如地运用自身的“软实力”,就不愁无法在未来的社会中占有一席之地。

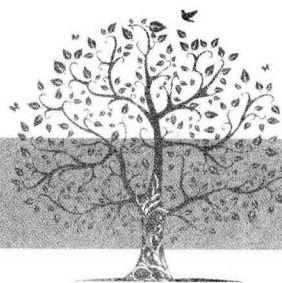
书中详细地介绍了家庭教育对培养孩子软实力的重要意义。让家长们在了解“软实力”的同时,更好地完善自身的教育,从而帮助孩子健康成长,并为孩子以后的成功打下坚实的基础。

本书内容系统而全面,案例翔实,故事生动有趣,针对性、实用性强,是一本培养孩子“软实力”的方法指南。希望本书能帮助家长更好地培育孩子,使孩子未来的人生大放异彩。

编者

2011年8月

contents 目录



第一章 “爱”是一种能力

有人说,有爱的孩子心里才有阳光。事实确实如此,有爱的心房不阴暗,有爱的人生没有彷徨,有爱相伴的日子,孩子的一生远离悲哀,充满了希望。

- 1 / “爱”和幸福、快乐同在
- 5 / 家长应给孩子正确的“爱”
- 8 / 学会向孩子“索爱”
- 11 / 培养孩子的博爱之心
- 15 / 让孩子从小学会同情
- 19 / 培养孩子善良的品质
- 23 / 把“孝”植根在孩子的心底
- 26 / 教育孩子要懂得“感恩”
- 30 / 让孩子体验助人的快乐
- 33 / 让孩子心存慈悲,远离偏见

第二章 有自知力的孩子不迷失

一个认识自己,了解自己,相信自己,并懂得悦纳自己的孩子才能知道什么东西适合自己,如何挖掘自身的禀赋和潜能,如何做才能实现自身的价值。一个不了解自己的孩子,很容易在别人的评价中迷失自己,最终不是变得盲目自大就是变得妄自菲薄。

37 / 正确认识自己有益于孩子成长

40 / 教孩子正确地认知自我

43 / 帮孩子建立健康的自尊意识

47 / 培养孩子的自信心

52 / 消除孩子妄自菲薄的心理

56 / 让孩子“发出自己的声音”

60 / “自我激励”很重要

64 / 鼓励孩子学会自我反省

66 / 教孩子挖掘自己的潜能

70 / 克服以“自我为中心”的毛病

第三章 自我管理能力——成功者的品质

“自我管理”指的是个体对自己本身,对自己的目标、思想、心理和行为等表现进行的管理。即自己把自己组织起来,自己管理自己,约束自己,激励自己,规划自己的人生。培养孩子的自我管理能力,有利于孩子完善自己。

- 73 / 管理自己的情绪
- 77 / 要“自理”先要“自立”
- 80 / 让你的孩子自主选择
- 83 / 培养孩子的使命感和责任心
- 87 / 教孩子管理自己的目标
- 91 / 让孩子学会安排和做计划
- 95 / “拖拉”的毛病要不得
- 98 / 做事应养成“专注”的习惯
- 101 / 告诉孩子“想到就要做到”
- 106 / 教孩子管理好自己的时间
- 110 / 让孩子遵守规则

第四章 学习力——未来人才的第一竞争力

学习力强的孩子能像海绵一样吸收更多对自己有益的养分,让自己变得更充实,更强劲,更有竞争力。而一个学习力低下的孩子,终将会被淘汰出局。

- 115 / 要明确学习的目的性
- 119 / 正确的学习的目标和学习方法
- 121 / 学习要有专注力和定力
- 125 / 按照自己喜欢的方式学习
- 127 / 养成独立学习和思考的习惯
- 130 / 培养孩子的自学能力
- 134 / “学习”不仅仅是学“课本”
- 138 / 善于利用时间
- 140 / 好记忆也是学习力
- 144 / 勤奋和努力也是一种学习力

第五章 创新力——孩子超越自我的能力

创新力是人最重要和最有价值的一种能力,一个孩子将来有多大的成就,关键在于他的创新能力如何。培养孩子的创新力,对于孩子的发展具有重大意义。

- 147 / 保护孩子的好奇心
- 150 / 会想象才会创新
- 154 / 让孩子展开联想
- 158 / 训练孩子的观察力
- 162 / 培养孩子质疑的精神
- 166 / 训练孩子的发散思维
- 169 / 教孩子突破思维定式
- 172 / 养成动手实践的习惯

第六章 语言表达力——展示自我的能力

语言表达能力是现代人必备的重要能力,它是人与人之间进行信息交流的能力。对人们来讲,语言表达能力越强,就越能进行有效的合作,就越有利于交流与合作。

- 177 / 语言具有重要的力量
- 180 / 良好的语言环境是家长营造出来的
- 184 / 打开孩子语言的开关
- 188 / 不要压抑孩子说话的欲望
- 190 / 引导孩子学会聊天
- 195 / 鼓励孩子多找机会说话
- 197 / 为孩子创造展示口才的机会
- 202 / 不要阻止孩子“申辩”
- 205 / 通过“讲故事”训练孩子的表达力
- 208 / 要让孩子肚子里有“货”
- 210 / 训练孩子说话的条理性



第七章 交际能力——让孩子游刃有余

良好的人脉关系是一座挖不尽的金矿,是一笔无形的巨大财富。从小培养孩子的交际能力,能让孩子与周围人建立并保持一种和谐友好的关系,这样的孩子往往更具有凝聚力,更受欢迎。

- 213 / 家庭是孩子人际交往的第一课堂
- 217 / “尊重”是与人交往的基础
- 221 / 从小做到彬彬有礼
- 223 / 要学会如何与人沟通
- 227 / 要有团队合作精神
- 229 / 幽默的孩子人缘好
- 233 / 培养孩子与人协商的能力
- 236 / 教孩子学会与人分享
- 240 / 让孩子养成良好的倾听习惯
- 244 / 教育孩子学会换位思考
- 249 / 教育孩子犯了错误要道歉
- 252 / 教孩子拒绝不合理的要求

第八章 意志力——成功者的基本品质

每个孩子在成长的过程中,都不可避免地要经历许多挫折与坎坷。意志薄弱的孩子一旦遭遇挫折就会一蹶不振,只有意志坚定、生命力顽强的孩子才能经得起挫折的洗礼。

- 257 / 让孩子克服畏难心理
- 261 / 培养孩子的适应能力
- 264 / 教育孩子要经得起批评
- 268 / 鼓励孩子要有接受失败的勇气
- 273 / 培养孩子持之以恒的韧劲
- 276 / 训练孩子的意志力
- 280 / 让孩子远离“蛋壳心理”
- 283 / 体能训练让孩子更有毅力
- 286 / 培养孩子建立自己的“免疫系统”
- 288 / 让孩子走出家门接受挑战



第一章

“爱”是一种能力



爱是一种本能,是生命最初发向世界的邀请函;是丝毫不计较得失的无私与慷慨;是情感的源泉,是生命的能量。有爱的孩子心中才有阳光,有爱的心房不阴暗,有爱的人生没有彷徨,有爱相伴的日子,孩子的一生远离悲哀,充满了希望。让孩子学会爱,学会珍惜,学会感恩是每一个家长一生最重要的任务之一。

如何才能让孩子拥有丰富的情感和广博的爱呢?家长应如何让孩子感受爱,体验爱,懂得爱呢?本章将为您阐述一个关于“爱”的精彩命题。



“爱”和幸福、快乐同在

一切良好的习惯和品德行为,都是以良好的情感为动力的。教孩子有感情、懂得爱,比教其他知识更重要。因为“爱”是孩子亲和社会的前提和基础,是培植孩子强大心灵的滋养品。有爱的孩子,才有责任感,使命感,有健康和谐的身心;有爱的孩子,才懂得感恩、怜悯、珍惜,也才懂得包容、体谅和同情;只要心中有爱,孩子就会远离孤单、寂寞,拥有快乐、幸福的人生。因此,家长应教孩子从小学会爱。因为:

1. 有“爱”才有快乐

从前,有个国王,在他年老的时候,王后才为他生下一个儿子,所以,国王非常宠爱他的儿子。这个王子过着衣来伸手,饭来张口的日子,想要什么东西,国王都会满足他!按理说,王子应该感到非常幸福。可是,王子却从来没有开心地笑过,他常常愁眉紧锁,一副心事重重的样子。于是,国王在皇宫外贴出告示,悬赏能让王子快乐的人。

有一天,一个魔术师走进王宫,对国王说,他能让王子快乐起来,国王兴奋地说:“如果你能办成这件事,宫里的金银财宝你随便拿。”

魔术师带着王子进了一间密室,他用一种白色的东西在一张纸上写了一些东西,然后交给王子,并嘱咐王子点亮蜡烛,看纸上会出现什么。说完,魔术师就走了。

王子遵照魔术师的吩咐燃起了蜡烛。在烛光的映照下,年轻的王子看见那些白色的字迹化作美丽的绿色字:“每天为别人做一件善事。”

王子看着这些字,似乎明白了什么。从此,他每天都做一件好事。当他看到别人在他的帮助下变得开心起来后,他也开始变得乐观开朗起来!

一个心中无爱的人,即便尊贵如王子,也感受不到快乐的意义,生命的价值。反之,如果一个人心中有爱,有他人,惦记着别人的需要,愿意为身边的每一个人做自己力所能及的事情……那么,他自然而然就能发现自己的快乐所在:原来奉献是快乐的,被需要是快乐的,让自己的价值得到体现也是快乐的。这样的人是不会寂寞,没有时间彷徨的。因此,如果你希望你的孩子拥有快乐的人生,那么,请培植孩子丰富的爱心呢!

2. 有爱的人永远是生活的“强者”

五岁的汉克和爸爸、妈妈、哥哥一起到森林干活。突然下起雨来,可是他们只带了一块雨布。



爸爸将雨布给了妈妈,妈妈给了哥哥,哥哥又给了汉克。

汉克问道:“为什么爸爸给了妈妈,妈妈给了哥哥,哥哥又给了我呢?”

爸爸回答道:“因为爸爸比妈妈强大,妈妈比哥哥强大,哥哥又比你强大呀。我们都会保护比较弱小的人。”

汉克左右看了看,将雨布撑开挡在了一朵风雨中飘摇的娇弱的小花上面。

责任可以让一个人把事情做完整,爱可以让一个人把事情做得更好。一个有爱的人,他的心中充满了责任感和使命感,因为这种与生俱在的责任感与使命感,使他们的人生因此变得完满。真正的强者不一定多有力,或者多有钱,而是他们心中怀有多少爱,对别人施以多少帮助。因此,如果你希望自己的孩子远离脆弱,珍爱生命,那么,请把“爱”别人的权力还给孩子,让孩子因为懂得如何去爱而使生命变得更加有意义。

3. 有“爱”才能坚强,才会珍惜

电影《战国》中,孙臆因为被情同手足的师兄庞涓加害,对人性充满了厌倦与怀疑,一心求死。当他跳入浴池准备自溺时,一场地震竟让他幸免于难。求死不成的孙臆在齐将田忌之女——田夕的帮助下,亲眼目睹了那些受灾的苦难大众,对苦难者的同情与怜悯,重新唤起了他求生的欲望。

他知道与自己卑微的“心苦”相比,百姓们的生活远比自己的生活苦上百倍千倍,可即便再苦,也还是要“忍受”,要坚强地“活”。而这些恰恰鼓舞了孙臆的斗志,让他有足够的勇气与师兄庞涓斗智斗勇。

心中无爱的人,想到的永远只是自己,自己的一点点苦难都会被无限放大,因此郁郁寡欢,因此自暴自弃。这样的生命是黯淡而贫瘠的。唯有心中有“爱”,才能为“爱”奋起,为“爱”努力,才会更加珍惜生命。

4. 爱他人,才能让他人爱自己

有一位孤独的老人,无儿无女,又体弱多病。他决定搬到养老院安度晚

年。老人宣布出售他漂亮的住宅。购买者闻讯蜂拥而至。住宅底价8万英镑,但人们很快就将它炒到了10万英镑。价钱还在不断攀升。老人深陷在沙发里,满目忧郁,是的,要不是身体的原因,他是不会卖掉这栋陪他度过大半生的住宅的。

一个衣着朴素的青年来到老人眼前,弯下腰,低声说:“先生,我也很想买这栋住宅,可我只有一万英镑。可是,如果您把住宅卖给我,我保证会让您继续生活在这里,和我一起喝茶,读报,散步,每天都快快乐乐的——相信我,我会用整颗心来照顾您!”

老人颌首微笑,最终以1万英镑的价钱把住宅卖给了青年。

正所谓“仁爱成大事”,付出“爱”的人一定能得到“爱”的回报;心中有爱的人也才有可能得到机遇的垂青。反之,一个狭隘、冷漠、没有爱心的人在社会交往中常常会四处碰壁。

5. “爱”还能带来成功与财富

在一个寒冷的冬夜,一个贫穷的农妇走出家门,她看到有三位白发苍苍的老人坐在她家门前,她根本就不认识他们。农妇想:多么可怜的老人呀,这么冷的夜晚还在门外待着,一定非常冷吧!

她走上前对他们说:“你们一定很冷吧,到屋里跟我们一起烤烤火吧,这样就能暖和一些!”“我们不能一起进屋的。”老人们说。

“那是为什么?”农妇感到疑惑。

老人们并没有回答她的问题。一位老人指着同伴说:“他叫财富,他叫成功,我是爱。你现在进去和你的家人商量商量,看看需要我们哪一个?”妇人进屋和家人商量后决定把“爱”请进屋里。“爱”老人起身朝房子走去,另外两位老人也跟在后面,农妇惊讶地说:“你们不是说不能一起进屋吗?现在为什么一起进来了呢?”老人们回答:“因为哪里有爱,哪里就有财富和成功。”

关爱别人,怜悯弱者是为人之本,是善良者的灵魂。一个时刻关注他人