

炼优秀子女 做最优父母!

60种观点、60个好故事、60种好素质、60种好方法，
教会您如何培养优秀子女。



征 维◎主编

优秀子女 是怎样 炼成的

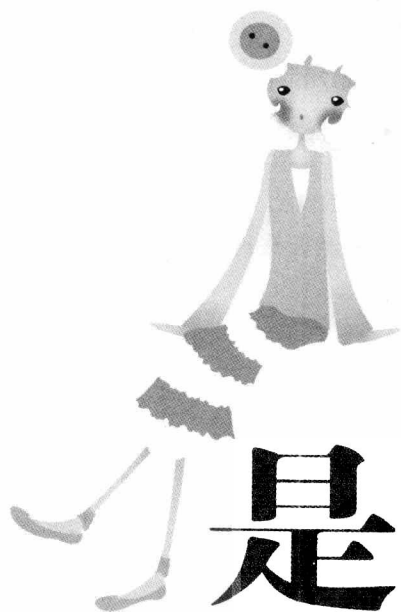
How to Train

全球家长及教育专家疯狂推荐!



- ☆ **家庭教育**从学制上来说
是从摇篮到坟墓的终身教育
- ☆ **父母的言行**是一本不成文的教科书
引领子女或走向成功或步入平庸

 **金城出版社**
JINCHENG PUBLISHING HOUSE



征 维◎主编

优秀子女 是怎样 炼成

How to Train
Excellent Children

全球家长及教育专家疯狂推荐！



- ☆ 家庭教育从学制上来说
是从摇篮到坟墓的终身教育
- ☆ 父母的言行是一本不成文的教科书
引领子女或走向成功或步入平庸



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

优秀子女是怎样炼成的/征维主编. —北京:金城出版社,2010.5

ISBN 978-7-80251-391-4

I. ①优… II. ①征… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 056064 号

Copyright©2010 GOLD WALL PRESS, CHINA

本作品一切中文权利归**金城出版社**所有,未经合法许可,严禁任何方式使用。

优秀子女是怎样炼成的

主 编 征 维

责任编辑 雷燕青

文字编辑 陈珊珊

开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张 15.5

字 数 204 千字

版 次 2010 年 7 月第 1 版 2010 年 7 月第 1 次印刷

印 刷 北京温林源印刷有限公司

书 号 ISBN 978-7-80251-391-4

定 价 36.00 元

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 邮编 100013

发 行 部 (010)84254364

编 辑 部 (010)84250838

总 编 室 (010)64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchengchuban@163.com

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010)64970501

前言

100 个家庭，就有 100 种教育子女的方法。家长是在传统文化教育氛围中独立成长起来的，但面对新的现实，我们发现很多个体家庭对子女的教育方法和经验现在已不能普遍适用。必须找到家庭教育带有规律性的东西，才能为大众所接受。那么，我们能否找到一种既有典型性又有规律性的教育方法呢？

中华民族有着五千多年的灿烂文明，中华民族的传统美德如热爱祖国、孝顺父母、尊重师长、团结友爱、勤奋好学、谦虚礼貌、艰苦朴素、自立自强、坚忍不拔等，都是我们的后代应该发扬光大的。

本书阐述的 60 种观点是我们总结出来的教育孩子的经典规律，它代表整个家庭教育需要完成的主要任务，也是将孩子培养成德、智、体、美、劳全面发展复合型人才的重要模式之一。60 种观点，讲述了 60 种好素质、60 个好故事、60 种好方法，每一种好素质都与孩子的成长、成才息息相关，这些方法和经验已经为新世纪众多独生子女家长们所推荐使用。一个个教育实例，一句句教子警言，一种种培养妙法，会带您走出家庭教育的迷途，与孩子携手走向成功。

本书针对广大家长教育孩子的种种困惑，深刻分析了孩子行为反常、心理失常现象的种种原因，精辟论述了教育孩子的科学理念，对孩子行为反常、心理失常现象的多种表现进行了全方位地透视，为父母正确地应对孩子反常行径，提出了各种实用而有效的对策与技巧，并以哲理实例作参考，触类旁通，举一反三，为您解除心病。相信我们提供的对策、方法和建议，不仅能帮助您解决孩子的行为、心理问题，更能培养他们自爱、自信、自尊、自强、自律的性格品质和责任



感，让孩子的身心都能健康、茁壮地成长。

本书内容分能力篇、智慧篇、美德篇和心态篇共四大篇。举事实讲道理，诠释经典概念，教授培养妙招。内容精致，结构严谨，条理清晰，通俗易懂，是广大师长忠实的益友，也是培养社会栋梁的上佳之作。殷切期望我们微不足道的努力，能为广大望子成龙的家长带去教育子女的好方法、好技能，让您的孩子成为德、智、体、美、劳全面发展的优秀人才。

人生就如同行驶在茫茫大海中的航船，所要经历的是一次没有回程的旅行。愿在家长们的引领下，每一个孩子都能乘风破浪，驶向成功的彼岸。

编 者



能力篇

人生是伟大的宝藏，要懂得从这个宝藏里选取最珍贵的珠宝。我们都拥有自己不了解的能力和机会，都有可能做到未曾梦想的事情。力量并非是体力的代名词，真正的力量是坚忍不拔的钢铁意志产生的。

学习力——取决于良好的方法与策略/3

做事力——要么不做，要么就做最好/7

观察力——失之毫厘，谬以千里/11

思考力——通向新知的彩虹之桥/15

想象力——闪闪发光的智慧之源/18

记忆力——丰富头脑的有力武器/22

行动力——梦想变成理想的原动力/27

创造力——提高智力的不二法宝/30

注意力——不可不练的不眨眼功夫/35

竞争力——加入社会的必备品质/38



优秀

子女是怎样炼成的

自觉力——取得成功的催化剂/41

沟通力——人际和谐的调节剂/44

应变力——机智灵活临阵不慌/47

自制力——天下治人先治己/50

保护力——防人之心不可无/53

智慧篇

使人发光的不是衣服上的珠宝，而是心灵深处的智慧。没有人给我们智慧，我们必须自己找到它。艰辛的历程是对智慧的真正考验，谁最能经得起这种考验，谁就有大智大慧。

理想——非志无以成学/59

创新——活用知识寻找新点子/63

放弃——也是一种智慧/66

幽默——人际交往的润滑剂/69

崇拜——人中有吕布，马中有赤兔/72

赞美——给予别人的无本投资/77

慎言——言多必失/81

自知——知己知彼，百战百胜/85

敏锐——敏锐可让难事解于萌芽/89

互补——尺有所短，寸有所长/92

灵活——相时而动，随机而变/95

美德篇

亲善产生幸福，文明带来和谐。尊重他人、有责任感的孩子，产生于爱和管教适当相结合的家庭中。

- 诚实——欺人只能蒙混一时/101
- 善良——人之初，性本善/106
- 守信——言必有信，一诺千金/111
- 责任——天下兴亡，匹夫有责/115
- 勇敢——胸膛不挺背会驼/118
- 坚强——立志不坚，终不济事/121
- 感恩——知恩图报，善莫大焉/125
- 宽容——以恕己之心恕人/129
- 博爱——达，则兼济天下/132
- 孝敬——百善孝为先/135
- 礼貌——尊敬别人就是尊敬自己/139
- 劳动——最光荣的行动/145
- 卫生——干净健康好习惯/149
- 节俭——一粥一饭，当思来之不易/153
- 惜时——盛年不再来，一日难再晨/157
- 热忱——永葆青春的秘诀/162



优秀

子女是怎样炼成的

谦虚——谦受益，满招损/166

忍让——忍一时风平浪静/171

气度——气度影响命运/175

荣辱——不知荣辱不能成人/178

心态篇

拥有积极进取的心态，胜过拥有一座金矿。烦恼与喜欢，成功和失败，仅系于一念之间，这一念即心态。事物永远是阴阳同存，积极的心态看到的永远是事物好的一面。

自信——天生我材必有用/185

自尊——小草也能点缀春天/189

自爱——自我承认自我存在/193

积极——积极之人受益多/197

乐观——心胸豁达招人爱/203

同情——感人之所感/207

知足——懂得知足的人最幸福/212

微笑——乌云后面依然是灿烂晴天/215

耐心——成功的必备素质/217

细致——处处留心皆学问/221

目 录

- 自卑——心灵的软弱无力/225
- 嫉妒——潜伏在心底的毒蛇/229
- 批评——忠言逆耳利于行/232
- 挫折——磨练意志的好方法/235



能力篇

人生是伟大的宝藏，要懂得从这个宝藏里选取最珍贵的珠宝。我们都拥有自己不了解的能力和机会，都有可能做到未曾梦想的事情。力量并非是体力的代名词，真正的力量是坚忍不拔的钢铁意志产生的。

学习力——取决于良好的方法与策略

【概念阐释】

学习能力是指孩子读、写、算的基本能力。包括大脑的生理能力、人的行为能力（注意力集中、学习专心、学习兴趣）、学习的接受能力（视觉信道、听觉信道、运动信道）的总和。提高孩子的学习能力，一定要认识和理解影响人类学习的基本因素，并从中汲取相关信息知识，加以改造利用，那么我们就可以培养出一个能适应现代教育高度发展的新世纪科技型人才。

影响孩子学习的因素有这样三个方面：

一、生理方面

现代医学科学、教育科学认为孩子的学习好坏与智商无关。可以说人类个体之间几乎没有智商的差别，只有智力的优势区域和智力发展优势方向不同；况且，人从3岁至60岁的智商变化不大。因此可以肯定的是孩子的学习好坏与智商无关。

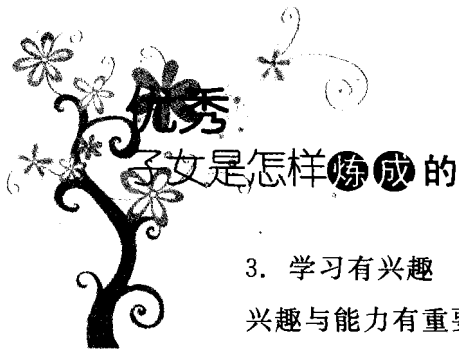
二、行为能力

1. 集中注意力

有些孩子看儿童动画片时注意力非常集中，上课时注意力却不集中。这就如同孩子拿到饮料时会喝掉，拿到药时不喝一样，不能因为孩子不喝药，就认为孩子不会喝药。这实际上不是会不会喝的问题，而是由于喝的对象——饮料与药不同所致。就是说这种孩子在看动画片时注意力能集中，在上课时也完全有能力集中注意力。

2. 专心学习

这种孩子在玩电子游戏时非常专心，同样说明孩子具有专心学习的能力。



3. 学习有兴趣

兴趣与能力有重要的关系，单独谈兴趣是没有意义的，就像一个儿童有兴趣看能看懂的动画片，对看不懂动画片是没兴趣的，如对医学生理、煤矿教育安全等方面的动画片就不感兴趣，因为他看不懂；同样，孩子虽然喜欢玩电子游戏，但是对于他玩弄不懂的游戏是没兴趣的。兴趣一定是建立在孩子有能力接受的情况下的。有能力不一定有兴趣，有兴趣必须有能力。

三、教育方式

人的学习是通过三条途径来完成的，设想一下一旦失去这三条学习途径，人获取知识的能力实际上就等于零。学习三信道的思想在古希腊亚里士多德时期已被确认，这三条信道是视觉学习信道、听觉学习信道、运动学习信道。由于人的大脑和行为能力一旦建立就不再变化，而我们发现人的学习能力在儿童时代是一年一个样，年年不一样，3岁与5岁不一样，5岁与8岁不一样，8岁与14岁不一样，而决定这种变化的就是学习的三大信道，即分别通过耳、眼及运动把感知的世界传入大脑的通道。当孩子的三大学习信道没有与年龄同步成长时就会出现学习困难，当把孩子的学习三信道提升到与孩子年龄相同步时，孩子的学习成绩自然就会变优。

总之，了解了以上因素，再因势利导，使孩子在学习理论知识的基础上，加以实践论证，相信孩子一定能够充分利用其掌握的知识和技能，塑造一个能力超强的时代新人。

【哲理小品】

相信自己是一只雄鹰

一个人在高山之巅的鹰巢里，抓到了一只幼鹰，他把幼鹰带回家，养在鸡笼里。这只幼鹰和鸡一起啄食、嬉闹和休息。它以为自己是一只鸡。后来，这只鹰渐渐长大，羽翼丰满了，主人想把它训练成猎鹰，

可是由于终日与鸡混在一起，它已经变得和鸡完全一样，根本没有飞的愿望了。主人试了各种办法，都毫无效果，最后把它带到山顶上，一把将它扔了出去。这只鹰像块石头似的，直掉下去，慌乱之中它拼命地扑打翅膀，就这样，它终于飞了起来！

秘诀：成功的本领需要磨炼，才可以凭空翱翔。

【能力培养】

培养孩子的学习能力

孩子是祖国的未来，是父母的希望。学生时代是孩子学习知识、掌握技能的重要时期，读书对于孩子一生的健康成长与未来发展有着不容忽视的重要意义。虽然职业只是社会分工的不同，但哪个父母不希望自己的子女有一份人人羡慕的理想职业呢？又有哪个人不希望自己过高级白领一般的生活，但这些需要学生时代的付出，只有在学生时代自觉培养自己的综合素质，才能为后天的成功奠定基础。所以对于踏入校园的孩子来说，如何培养优秀的学习能力，是每位家长都关心的、想了解和掌握的。要抓好学习态度、学习习惯和学习的主动性，这是非常必要的。

培养孩子主动学习十法：

一、孩子每天上学前，告诉他放学回家后要把一天学到的东西跟全家人分享一下；

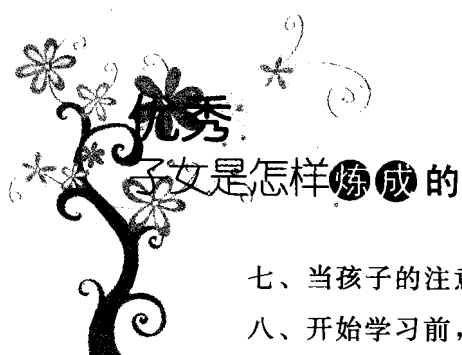
二、每天让孩子在书桌前坐 10 分钟；

三、将孩子学习每科的时间控制在 20 分钟左右；

四、把孩子喜欢看的电视节目开始前的半小时或 1 小时定为孩子的学习时间；

五、给孩子制定的学习目标放在“量”而不是“时间”上；

六、让孩子彻底放松地玩；



- 七、当孩子的注意力不在学习上时，最好不要强迫孩子学习；
- 八、开始学习前，让孩子整理一下书桌；
- 九、饭前和饭后 1 小时不要让孩子学习；
- 十、孩子学习过程中休息时，时间不要超过 10 分钟，而且最好让孩子离开书桌。

培养孩子学习兴趣七法：

一、父母的榜样作用。言传不如身教。父母热爱学习是对孩子的最大鼓励。在学习气氛浓厚的环境中长大的孩子，往往对学习有浓厚的兴趣。

二、家长和孩子一同学习。初入学的孩子自我约束力差，家长可陪读一段，多关心孩子的学习，了解孩子的作业情况，并及时帮助他们改正错误。

三、带孩子去科技馆或博物馆。可以激发孩子的好奇心和求知欲，增强孩子的学习兴趣。

四、可从孩子的某一特长出发激发孩子的学习兴趣。每个孩子都有优点，家长可以通过孩子的优点、特长，趁机培养学习兴趣和毅力，取得较好的效果。

五、鼓励表扬。家长对孩子要多表扬鼓励，少指责打骂，孩子都有自尊心。当孩子的点滴成绩被大家认可时，他们倍感自豪。这种温和的表扬方式很容易被孩子接受，孩子也不会因一次成绩不好而失去学习兴趣。

六、设法提高孩子成绩。提高孩子成绩是培养孩子学习兴趣的最主要最有效的方法。家长应该设法提高孩子学习成绩，哪怕是某一科的成绩。

七、目标倾斜法。心理学家告诉我们，人们在努力工作或学习时，“痛苦”作业的前方应同时安排有快乐的报酬。也就是说，不管多么痛苦的作业，只要前方有自己最期待的东西，就不会感觉特别痛苦。这

就是“目标倾斜法”。家长可以为孩子设计两种“目标倾斜法”，使孩子提高学习效率。

1. “先苦后乐”的“目标倾斜法”。先了解孩子想要看的电视节目，收看前的一段时间定为孩子的学习时间。这样，孩子不仅乐意接受，而且比平时学得多，效果也好。

2. “先乐后苦”的“目标倾斜法”。孩子正在看喜欢的画书或电视节目，如果打断他，孩子会不高兴甚至反感和反抗，即使学习也心不在焉或者赌气翻书、胡乱作业，学习效果不会好。与其如此，家长不如把时间调整一下，等孩子把画书或电视看完，再嘱咐他们去学习。家长必须明白，时间是为提高效率而定，必要时可做调整。

做事力——要么不做，要么就做最好

【概念阐释】

做事能力，就是指一个人分析问题和解决问题的能力。

联合国教科文组织在《教育——财富蕴藏其中》一文中，提出了四个学会：学会认知，学会做事，学会与他人共同生活，学会生存。现在的中小学生，正是人生观教育、价值观和思想品德教育的关键阶段，让学生在学会认知的过程中学会做事，是一个值得重视的主题。学会做事，就是培养学生实践现在所学的知识以及应对未来工作情况的能力，就是要求在活动中培养学生的实践能力和创新精神。

我们常说：某某同学很聪明，就是不用功，学习不踏实，成绩不好。学习不好，最主要的原因就是个人的浮躁。一个人浮躁了，就不会踏踏实实地做事情，学习时对知识一知半解，考试时不能发挥出应有的水平，出现错误时也不能很好地改正。

要解决这个问题，就要培养孩子做事认真的能力，认真的能力就