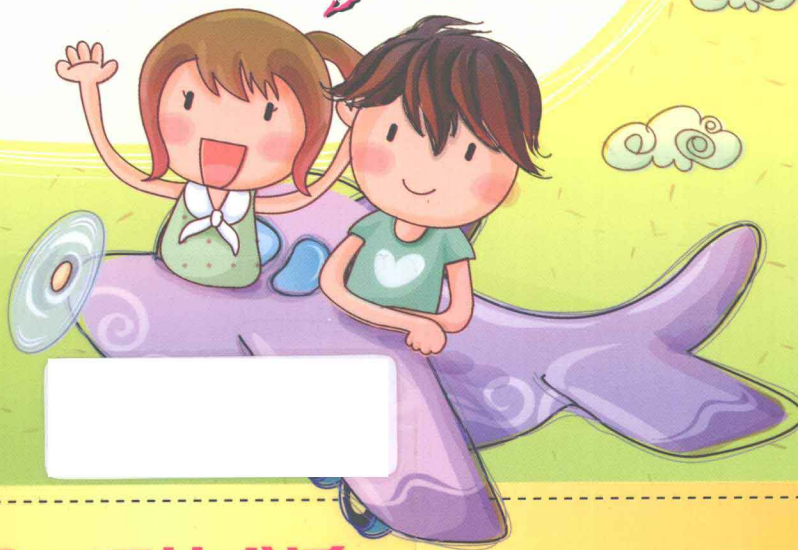


★ ★ ★
亲子教育
工具书

养育孩子_的 90个好方法

张艳凯◎编著



养育孩子是一项技术活
方法对了，就不会把心操碎了！

父母是孩子的第一任老师，家庭是孩子的第一所学校。
父母的素质和所采取的教育方法，决定着孩子未来的人生。

清华大学出版社

养育孩子的 90 个好方法

张艳凯 编 著

清华大学出版社
北 京

内 容 简 介

子女教育问题一直是一个困扰广大家长的大难题,如何教育子女、如何与孩子沟通、如何处理子女成长中的各种问题等都是我们必须解决的。如果不处理好这些小问题,就有可能成为孩子成年后的大问题。

本书采用大量真实的家教案例,通过生动的语言、完整的知识体系,针对不同性别、不同特征的孩子在成长过程中经常出现的重点或难点问题进行了全面详细的解答。全书分为“男孩篇”和“女孩篇”两大部分,通过 90 个不同的方法,针对不同性别的孩子提出了具有针对性的指导意见。

本书可以作为家长培养孩子、解决养育孩子过程中的问题的参考用书,也可以作为孩子早教或子女教育的指导用书。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

养育孩子的 90 个好方法/张艳凯编著. --北京:清华大学出版社, 2013

ISBN 978-7-302-30440-1

I. ①养… II. ①张… III. ①家庭教育—教育方法 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 244759 号

责任编辑:李玉萍

封面设计:杨玉兰

责任校对:梁媛媛

责任印制:王静怡

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编:100084

社总机:010-62770175

邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

课 件 下 载: <http://www.tup.com.cn>, 010-62791865

印 装 者:三河市金元印装有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:169mm×230mm 印 张:14.25 字 数:248 千字

版 次:2013 年 1 月第 1 版

印 次:2013 年 1 月第 1 次印刷

印 数:1~4000

定 价:28.00 元

产品编号:046609-01

前·言

P R E F A C E

父母是孩子的第一任老师，家庭是孩子的第一所学校。父母的素质和所采取的教育方法，决定着孩子未来的人生。

教育方法得当，再普通的孩子，也会成为不平凡的人；教育方法不当，再聪明的孩子，最后也是“泯然众人矣”。在这个过程中，家长合格与否，才是教子成功与否的关键。

家庭教育能够为孩子的整个人生奠定基础。孩子人生中所听到的第一声呼唤，所看到的第一个眼神，所感受到的第一份温暖，都是来源于父母。正像一首歌中所唱的那样“是您抚养我长大，陪我说第一句话；是您给我一个家，让我与您共同拥有它。”

可见，家庭教育是孩子健康成长中的基础，没有这个基础，孩子就很难健康成长。如果把教育比作一棵树，学校教育和社会教育只是树的枝叶，家庭教育才是树根。根越深，树才会越茂盛。因此，良好的家庭教育对孩子的一生有着深远的影响。下面，我们来看一个故事。

费利斯的父亲巴克尔是一位农民，虽然家中生活并不富裕，但巴克尔却从来没有忽视对儿子费利斯的教育。他要求费利斯每天都要把学到的新知识展示出来。

这一天，吃晚饭的时候，巴克尔问：“费利斯，告诉我你今天在学校学到了什么？”

“我今天学习的是尼泊尔的人口……”

“尼泊尔的人口？”巴克尔笑着问妻子，“亲爱的，你知道答案吗？”

妻子笑着说：“我不但不知道尼泊尔的人口，我甚至连这个国家在哪儿都不清楚。”

巴克尔对儿子说：“费利斯，快拿来地图，指给妈妈尼泊尔在哪个位置。”于是，费利斯高兴地指给妈妈尼泊尔在地图上的位置。

在巴克尔夫妻的共同教育下，费利斯的学习成绩一直都在班上名列前茅。

故事中的巴克尔是一位优秀的父亲，他不断地激励孩子在快乐中学习。这种教育方式能对孩子产生积极的影响，会让他更乐观、更好学、更热爱知识。

可以说，家庭教育的核心就是家长。家长的素质对家庭教育的成败起着决定性的作用。无数事实证明：优秀的孩子出自优秀的家长之手，问题孩子背后必然站着不合格的家长。

然而，令人感到忧虑的是，大多数家长从未思考过自己是不是合格的家长，甚至还有家长认为教育孩子是不需要学习的，结果酿成了孩子身上的无数问题。

为了帮助广大家长更加科学地养育和教育孩子，成为合格的家长，我们编写了本书。

由于男孩和女孩的性格不同，在教育方法和教育方式上也不尽相同，所以本书特意设置了“男孩篇”和“女孩篇”，全书贯穿了大量家案例，将家庭教育中可能出现的各种问题一一道来，并提出了有针对性的方法和技巧。本书以轻松的语言，对家庭教育中的问题提出解决方法，能够帮助家长轻松解决孩子成长中的各种问题。

天下没有教不好的孩子，只有不会教的家长。衷心希望家长朋友能够通过对本书的阅读，掌握正确的教育观念和方法，把自己的孩子教育成材。

本书由张艳凯编著，在编写过程中，得到张海东、王新颖、齐建川、马爱萍、周文心、江秋萍、沈文滢、周文心、邵梅艳、项敬锋、项敬可、张艳文、刘宝江和褚四红等老师的大力支持，在此一并表示感谢。由于作者水平有限，书中难免有不足之处，希望广大读者朋友批评指正。

编 者

目·录

C O N T E N T S

男孩篇



第一章 想管好男孩，请先走进男孩世界

每个男孩的内心世界都是一个“秘密花园”，只有走进了这座“花园”，才会看到男孩心中真实的“风景”。如果你想管好自己家的男孩，就得先想办法走进男孩的内心世界，倾听他们的声音，然后根据他们自身的特点进行管教，这样才能把他们培养成真正的小“男子汉”。

1. 其实，男孩不需要我们“教” 4
2. 英雄情结：每个男孩都想成为“奥特曼” 6
3. 学会站在男孩的角度考虑问题 8
4. 男孩天生就是“小冒险王” 10
5. 不要严厉批评男孩的“破坏”行为 12
6. 尊重男孩的情绪表达方式 15
7. 父母要从小培养男孩的竞争意识 17
8. 从小帮助男孩树立人生目标 19
9. 通过游戏开发男孩右脑的创造力 21

第二章 父母学会“放下”，男孩才能茁壮成长

很多父母总是担心自己家的男孩这也不会，那也不会，恨不得一天24小时，所有的事情都替男孩做。在父母看来，这是对孩子爱的一种表达。其实，这样的爱是“溺爱”。父母如果不懂得放手，男孩永远也长不大。只有父母学会“放下”，让男孩独立去处理一些事情，他们才会生活中慢慢地成长起来。

10. 不要老拿男孩的缺点说事儿	26
11. 不要去和别人的孩子进行对比	28
12. 教育男孩的方法：胡萝卜+大棒	30
13. 对磨蹭的男孩，别说“你给我快点……”	32
14. 别用父母的权威“镇压”男孩	34
15. 错怪了男孩后，要及时对他说声“对不起”	36
16. 不要用成绩的好坏来判断男孩的未来	39
17. 别把胆小的男孩定义为“没出息”	41
18. 父母别把自己的愿望强加在男孩身上	43

第三章 父母“运筹帷幄”，引导男孩走正确的“路”

在古代，那些著名的军事家总是能够“运筹于帷幄之中，决胜于千里之外”。在养育孩子的问题上，父母也要做到“运筹帷幄”，懂得在日常生活中对男孩的行为习惯进行正确的引导，这样才能让男孩少走弯路。要知道，男孩的模仿能力很强，因此父母要为他们做出表率，成为他们为人处世的标准。

19. 男孩遇到困难时，父母不要总是帮助他	48
20. 鼓励男孩在挫折面前也要拥有一颗坚定的心	50
21. 把“勇敢”落实到男孩生活的每一个细节中	52
22. 学会对男孩说：“这件事，你自己来决定……”	54
23. 如果你的男孩太“软弱”，就引导他学会说“不”	56
24. 不要以“男孩还小”为借口纵容他们犯错误	58
25. 告诉男孩，不要对小事斤斤计较	60
26. “穷养”是“灵丹”，“溺爱”是“毒药”	62
27. 让男孩学会用劳动去改变和创造生活	64

第四章 为男孩“减负”，引导他们快乐地学习和成长

在这个时代，男孩的压力比父母那一代人要大得多。二十年前的孩子，可以自由自在地在田间地头、城市公园中穿梭嬉戏。现在的孩子，都在报考各种各样

的培训班。很多父母为了不让孩子输在所谓的起跑线上，一直在拼命“武装”他们，这孩子背负了太大压力。只有真正为孩子减负，他们才会快乐地学习和成长。

28. 鼓励男孩建立有效的学习目标	68
29. 真心为男孩“减负”，引导他们快乐地学习	70
30. 让你的男孩成为图书馆的“常客”	72
31. 鼓励成绩好的男孩，尊重成绩差的男孩	74
32. 除了成绩，还要关注男孩的兴趣	77
33. 用积极的暗示诱发男孩学习的信心	79
34. 培养男孩在学习上保持一个虚心的习惯	81
35. 玩点花样，让男孩记住更多的知识	84
36. 多教男孩一些学习方法，少给他一些指责	85

第五章 面对叛逆的男孩，“堵”不如“疏”

很多男孩都会在性格上表现出叛逆，他们会在某一个年龄段变得任性、暴躁、不听话。对于这样的“问题男孩”，父母最常用的办法就是责骂，有的父母甚至还体罚孩子。其实，父母这样的做法不但起不到任何效果，还会让男孩变得更加叛逆。因此，对于叛逆的男孩，与其“堵”，不如“疏”，多给男孩一点尊重和自由，他们自然会变得懂事起来。

37. 父母做出榜样，孩子有样学样	90
38. 教育孩子时父母的立场要保持一致	92
39. 管教男孩须“三心”：爱心、耐心和决心	94
40. 父母要放下手中的“鞭子”	96
41. 父母要经常对男孩说：“我们相信你！”	98
42. 用建议代替批评，批评时一定要先说明理由	100
43. 与其禁止男孩上网，不如给他一个洁净的网络空间	102
44. 面对“问题男孩”，父母应该多引导，少责骂	104
45. 优秀男孩是“尊重”出来的，不是“管”出来的	105



第六章 别因为她是“女孩”就一定要溺爱她

中国有句老话，叫“穷养儿，富养女”。很多有女孩的家长，会对女孩过于溺爱，这其实并不利于女孩的成长。父母的溺爱会让女孩变得懦弱、敏感，长大后不懂得包容别人。正因为如此，在养育女孩的过程中，父母要学会让她们独立，而不是处处满足她们的要求。只有这样，你培养出来的女孩日后才会更好地在社会上立足。

1. 父母别在女孩的泪水面前“心软” 112
2. 面对黏人的女孩，父母要“狠心”点 114
3. 父母要学会用心去感知女孩的内心 116
4. “物质女孩”都是父母娇惯出来的 118
5. 告诉女孩：想得到什么，先得付出 121
6. 让你的“小公主”摘掉懦弱的“帽子” 123
7. 对敏感的女孩，多给她一些拥抱 125
8. 养育女孩，别带任何功利思想 127
9. 富养女儿，但富养并不等同于惯养 129

第七章 父母要做好女孩的“人生规划师”

在女孩的培养和教育上，父母需要花费更多的心思。父母要根据自己家女孩的特点，帮助她们做好人生规划。在日常生活的点点滴滴中，让女孩明白怎样与人相处，面对钱应持什么态度，如何提升自我的能力等。这样，你家的女孩会比同龄孩子更成熟、更自信。父母只有成为女孩人生的“领路人”，女孩才会更加快乐地学习和生活。

10. 经常对女孩说“你是最漂亮的小公主” 134
11. 让女孩从小多读书，读好书 136

12. 从小把女孩培养成“小淑女”	138
13. 不要让女孩养成攀比的性格	140
14. 培养女孩的各种兴趣，多才多艺会让她更自信	142
15. 父母是面镜子，要做好女孩的榜样	144
16. 父母要成为女孩成长道路上的“引路人”	146
17. 适当的时候，让女孩“贫穷”一回	148
18. 必须让女孩知道：你花的钱是从哪里来的	150

第八章 父母要从小对女孩做好性格培养

俗话说：“性格决定命运。”这绝不是一句空谈，更不是在危言耸听，随着女孩年龄的增长，性格会与她们的未来产生极大的关联。正因为如此，父母要从小对女孩做好性格上的培养。对于女孩性格上的缺陷与不足，父母应该从小帮助她们纠正。一个乐观、幽默、懂得包容的女孩，会在生活和学习中得到更多的朋友。

19. 多忙也不要忽略女儿的存在，多陪她谈谈心	154
20. 培养女孩的幽默感，让她变得更受欢迎	156
21. 适当地让女孩受点挫折，别让她成为温室里的花朵	158
22. 培养女孩的乐观精神，乐观的女孩不会被困难吓倒	161
23. 让女孩学会包容，别让嫉妒占据她的心	163
24. 女孩天生害羞，让女孩承认错误要用技巧	166
25. 教女孩要合群，别让她陷入孤僻的陷阱	168
26. 让女孩学会主见，不做人云亦云的“小八哥”	170
27. 培养女孩的爱心，让她成为自己和小天使	172

第九章 情商培养——成为阳光女孩的秘诀

绝大多数家长都明白，孩子的情商比智商更重要。想要让自己家的女孩成为一个高情商的人，需要父母从小对女孩进行情商培养。例如，父母可以培养女孩积极进取的心态、热情活泼的性格、明辨是非的能力等。要知道，一个情商高的女孩，会变得更加阳光、更加快乐。这样的女孩，势必能在学习和生活中感受到更多的快乐。

28. 管好女孩首先要宽容她们的“过失”	176
29. 让女孩控制好自己的情绪	178
30. 从小培养女孩分辨是非的能力	180
31. 让女孩学会将压力变成动力	182
32. 培养女孩积极进取的心态	184
33. 这样告诉女孩：你不比男孩差	186
34. 让女孩远离冷漠，热情的女孩更受欢迎	189
35. “快乐复制一半”，懂分享的女孩最可爱	191
36. 父母学会“蹲”下去，女孩才会站起来	193

第十章 家长如何应对女孩成长过程中的问题

在女孩的成长过程中，父母可能会遇到一系列的问题。例如，女孩体弱多病，从小爱挑食，做事拖拖拉拉，喜欢撒谎，依赖性太强等。面对这些问题，父母要仔细分析，找到女孩的“病根”，然后“对症下药”，这样才能把这些看似棘手的问题一一化解。其实，对家长而言，养育孩子的过程就是一个帮助孩子解决问题的过程。

37. 女孩生来体弱多病，家长怎么办	198
38. 女孩从小爱挑食，家长怎么办	199
39. 女孩做事拖拖拉拉，家长怎么办	202
40. 女孩爱慕虚荣，家长怎么办	204
41. 女孩爱撒谎，家长怎么办	205
42. 女孩依赖性太强，家长怎么办	207
43. 面对女孩的隐私，试着走进她的内心世界	210
44. 面对好动的女孩，家长要“对症下药”	212
45. 跨越“代沟”，建立和谐的亲子关系	214

男孩篇

每个家长都有望子成龙的愿望，都希望自己的孩子能够学有所成，将来成就一番事业。这种愿望能否成为现实，很大程度上取决于家长如何教育孩子。

对家有男孩的家长来说，养育男孩的过程其实就是一个教育和引导的过程。在这个过程中，家长要想让自家的男孩独立自强、勇敢乐观，就要让自己成为男孩的良师益友，真正走进男孩的内心世界，了解他们的真实想法，然后根据他们自身的问题采取有针对性的办法。或许，在若干年后，你眼前的男孩会成为一个顶天立地的男子汉。

如果你想要自己家的男孩将来能够更好地在社会上立足，就必须从小为他们提供良好的家教。通常，家教良好的男孩更容易得到大家的认可和欢迎。多年后，作为家长，我们会为此感到骄傲！

第一章

想管好男孩，请先走进男孩世界

每个男孩的内心世界都是一个“秘密花园”，只有走进了这座“花园”，才会看到男孩心中真实的“风景”。如果你想管好自己家的男孩，就得先想办法走进男孩的内心世界，倾听他们的声音，然后根据他们自身的特点进行管教，这样才能把他们培养成真正的小“男子汉”。



1. 其实，男孩不需要我们“教”

不少家长容易犯“好为人师”的错误，不懂乐器的敢教孩子弹琴；不懂美术的敢教孩子画画；五音不全的敢教孩子唱歌；英语发音不准的敢教孩子说英语……不管做什么，家长总是认为自己比孩子“聪明”。

小虎3岁的时候，妈妈带他到公园写生。旁边有几个年龄相仿的小朋友围了过来。小虎给他们纸和笔，大家一起画起画来。这几个小朋友的妈妈在旁边对自己的孩子“指指点点”，告诉他们应该怎么握笔，怎么画。其中一位小朋友的妈妈指着小虎对自己的儿子说：“小轩，你看旁边的这位弟弟画得多好，握笔的姿势多好看，你也应该像他那样握笔。”

说完，这位妈妈又一脸羡慕地对小虎的妈妈说：“你儿子是不是在上美术班啊？”小虎妈妈笑着说：“没有啊。”

“那他怎么画得这么好？是你教他的吗？”

“没有，是他自己学的。”小虎妈妈一脸轻松地回答。

这位妈妈显然没有相信，撇了下嘴，继续到自己孩子面前指指点点去了。结果，这位小朋友被妈妈说得烦躁不安，最后丢下笔，再也不肯画了。

其实，每个孩子都有自己的思维方式，家长如果干涉过多，就会让孩子丧失自己的思考能力。时间一长，孩子就会依赖于大人的指导。

一位在海外工作的妈妈说，她带着自己两岁多的儿子去海边的沙滩玩儿，如果她不在旁边指导，孩子自己玩儿得非常起劲儿，她一旦指指点点，孩子就会连半点玩儿的兴趣都没有了。她反思说：“看来，在很多事上，男孩真的不需要家长来教。他们知道自己应该做什么，怎么做。”

孩子不需要家长来教，是不是家长就可以不管不问呢？当然不是。如果家长对男孩的任何行为都不管不问，那就像是农民对地里的庄稼不施肥、不浇水一样，那样庄稼肯定是长不出来的。同样的道理，男孩不用家长教，仅仅指的是在很多事情上，家长不需要在孩子面前管得太严，要给男孩一个独立的空间，如果事事放手的话，那男孩自然也就同田地里的庄稼一样，无法成长。

在管教男孩的过程中，不要处处干涉他们，但也要注意在某些关键点上给他们以适当的帮助和指导。

首先，家长要为男孩创建一个自由、宽松的环境。根据男孩年龄段的特点，家长要善于发现他们的兴趣所在，然后以男孩的兴趣为标准，让男孩选择他们自

己喜欢的事情。例如，男孩喜欢画画，家长就给他们提供一些纸和笔，鼓励孩子自己画；男孩喜欢音乐，家长就给他们提供一些小巧的乐器，让孩子自己练习……

家长为男孩创建一个宽松的环境后，男孩就会把心思花在自己感兴趣的事情上。随着时间的推移，男孩的兴趣或许能够成为他们的特长。面对自己感兴趣的事情，男孩会自己努力，不需要家长再操心“管”他们了。

其次，当男孩对某一事物产生兴趣时，家长要及时地将这件事物相对应的概念告诉男孩。例如，当男孩痴痴地看着头顶的电灯时，家长要立即告诉他：“这是电灯。”让孩子把“灯”这个概念与头顶的灯泡对应起来。再如，冬天到了，孩子在外边被冻得瑟瑟发抖，这时父母要告诉孩子这是“冷”，让孩子把冻得发抖这个动作和“冷”这个概念对应起来。

在这里需要指出的是，家长在教给孩子概念的时候，一定不能教给他们错误的东西。如果家长告诉孩子的概念不正确，那对孩子产生的负面影响可能是非常大的。例如，家长本身英语发音就不标准，却非要自己教孩子英语，最后使孩子的错误发音很难被纠正过来。

最后，家长要学会和男孩一起享受探索的过程。例如，当和男孩一起在水池边欣赏金鱼的时候，男孩可能会好奇地问你，“小鱼喜欢吃什么？”这时，你要和男孩一起喂小鱼食物。男孩大多从小就喜欢亲自动手，他会在动手喂鱼食物的时候，知道金鱼喜欢吃什么，不喜欢吃什么，这样的印象是他们一生都很难忘掉的。

家长与男孩一起探索和体验的过程中，会让男孩自身的知识在积累中不断提高。而且，在这一过程中，男孩的记忆会异常深刻。

很多家长说男孩从小就是一张白纸，在等着自己去书写；还有的家长把男孩当成一个容器，试图亲自把这个容器装满。持这两种观点的家长都会走进一个误区，即自己成为孩子的主导。其实，孩子自己才是自己的主导，每位家长都不要试图去教孩子，而是要根据每个孩子自身的情况去引导他们。

贴心叮咛

不少家长容易犯“好为人师”的赞美，不懂乐器的敢教孩子弹琴；不懂美术的敢教孩子画画；五音不全的敢教孩子唱歌；英语发音不准的敢教孩子说英语……不管做什么，家长总是认为自己比孩子“聪明”。

其实，孩子自己才是自己的主导，每位家长都不要试图去教孩子，而是要根据每个孩子自身的情况去引导他们。这样，才能将孩子自身的潜力挖掘出来，然后根据孩子的兴趣去做有针对性的培养。

2. 英雄情结：每个男孩都想成为“奥特曼”

许多有男孩的家长或许都会有这样的感受：自己的儿子太喜欢管闲事了，尤其喜欢到处打抱不平。例如，当他看到同龄的小朋友受到欺负时，总会站出来“主持公道”。男孩的这种行为可能让很多家长感到担忧，觉得自己的孩子这样做太鲁莽了。这样的性格长大后该怎么在社会上立足呢？

其实，家长的这些担忧完全是多余的。喜欢打抱不平是大多数男孩的本能反应。几乎每一个男孩的内心中都有一个英雄情结。他们总是同情那些比自己弱小的人，相信正义永远能够战胜邪恶。正是因为这些，才使男孩小小的心中常幻想自己是全能勇士的化身，带着一身本领去与恶势力做斗争，让自己成为大家心目中的英雄。所以，当男孩看到弱者受到欺负时，往往会不由自主地紧握双拳，挺身而出。

能够成为别人心目中的英雄是每个男孩的梦想。在现实生活中，男孩自己心中也会有一个自己的“英雄”，这个英雄或许来自于生活，或许来自于漫画、动画片……在这些英雄中，最具代表性的就要属最负盛名的超人“奥特曼”了。每个男孩都希望自己能成为“奥特曼”那样的英雄。

星期六，赵女士带儿子毛毛到一家大型儿童超市买衣服。她拉着儿子的手问：“宝贝儿，你喜欢哪一件？”

毛毛扫了一眼，没有一点兴趣。干脆对赵女士说：“妈妈，没意思，我都不喜欢。”

赵女士指着旁边一件黄白相间的衬衫说：“你看这件，挺漂亮的，后面还有一个可爱的米老鼠。”

“不好看，米老鼠有什么意思？我不喜欢。”

“那你好好看看，其他的有没有喜欢的？”

毛毛只好在衣架旁搜索起来。突然，他眼前一亮，指着一件衬衫大声说：“妈妈，我要这件，这件衬衫上有奥特曼。”

赵女士拿起衬衫看了看，发现这是一件做工很一般的衣服。不过，上面确实印着一个奥特曼的图像。

赵女士对儿子说：“这件衣服不好看，要换件别的？”可不管她怎么说，毛毛都执意要这件印有奥特曼图像的衬衫。实在拗不过儿子，赵女士只好给他买