

YUZIYOU DAO

育子有道

跟上孩子成长的脚步

大量事实表明，只在乎孩子学习成绩、智商发展的教育是有失偏颇的。在孩子成长的道路上，品德健全、心理健康与身体健康、智力发展同样重要。

王洪淑◎著



中国商业出版社

育子有道

跟上孩子成长的脚步

大量事实表明，只在乎孩子学习成绩、智商发展的教育是有失偏颇的。在孩子成长的道路上，品德健全、心理健康与身体健康、智力发展同样重要。

王洪淑◎著



图书在版编目(CIP)数据

育子有道：跟上孩子成长的脚步 / 王洪淑著. —北京：中国商业出版社，2009.12

ISBN 978-7-5044-7053-9

I. ①育… II. ①王… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 173401 号

责任编辑：武文胜

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.c-cbook.com

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京佳顺印务有限公司印刷

★ ★ ★ ★ ★

710×1000 毫米 16 开 13 印张 181 千字

2010 年 10 月第 1 版 2010 年 10 月第 1 次印刷

定价：29.80 元

★ ★ ★ ★ ★

(如有印装质量问题可更换)



前言

在孩子成长的过程中,妈妈扮演着一个重要的角色,对孩子成长而言有着一种十分特殊的作用和意义。郭沫若说:“我母亲事实上是我真正的蒙师,她在我未发蒙以前,就教我背诵了好些唐宋人的诗词了。”茅盾也说过:“我的第一个启蒙老师是我母亲。”老舍曾说过:“我的真正的教师,把性格传给我的,是我的母亲。”

妈妈,一个伟大而神圣的名词。妈妈们不但肩负了繁衍人类生命的使命,而且把握着提高人类素质的使命。一个民族,素质的高低与母亲们素质的高低有着直接关系,提高母亲的素质理应成为全人类共同的话题。

然而,令人遗憾的是,近些年来,很多妈妈偏重于孩子的知识教育和智商发展,认为只要学习成绩好就行了,其他方面可有可无,并不重要。其结果是,社会上出现了许多发展不全面或不平衡的孩子:有的考上重点大学,但生活自理能力几乎为零;有的学习成绩很好,但却不知道如何与周围同学交流沟通;还有的以自我为中心的意识过于强烈,对父母的辛勤付出视而不见,漠视亲情和友情。

大量事实表明,这种只在乎孩子学习成绩、智商发展的教育是有失偏颇的。在孩子成长的道路上,品德健全、心理健康与身体健康、智力发展同样重要。只有德、智、体全面发展,孩子才能成长为一个具有健全人格、优秀素养的人,成为一个对家庭、对社会、对国家有益的人。

一位美国学者曾评价说:“中国父母在表示对孩子的爱意时,往往不关心他们想些什么,却更关心他们的吃。”也许中国父母没有意识到,在他



们把孩子养成“小胖子”的同时,孩子的心灵却是一片荒芜。一方面他们可以从牙缝里抠出钱来为孩子买钢琴;另一方面当孩子考试不理想时,又拳脚相加。许多孩子在父母这种畸形教育下,不但“龙”没当上,甚至“虫”也难成。他们一方面厌倦父母的精神枷锁;另一方面,当一旦脱离父母的羽翼时,他们又感到无所适从。每个做父母的都应当自省一下,我们以“爱”的名义灌输给孩子的到底是些什么东西?

教育子女是一门学问,许多为人父母者却忽视了这门学问。他们往往在放任与严格、疼爱与培养之间比重失调,根源在于无原则的迁就与溺爱。迁就与溺爱是毁灭孩子的第一杀手。在生活中不少父母对孩子百依百顺,待发现孩子的娇性、野性、蛮性、惰性、贪性统统养成之后,已朽木不可雕也。

不少社会学家、教育家曾发出这样的忠告:世界的命运不是掌握在当权者手中,而是掌握在母亲手中,文明的教育请先从改造母亲开始。这一语道破了家庭教育的重要性。因此,愿我们每位家长,尤其是母亲都应该多学一点与家庭教育有关的知识,提高自身的素质,这样的母亲才会培育出高质量的孩子!



目 录

第一章 了解孩子,走进孩子的内心世界

- 搞懂孩子的心里世界 / 3
- 知悉孩子的性格类型 / 5
- 明了孩子的心理需要 / 10
- 洞悉孩子的内心变化 / 13
- 耐心倾听孩子的声音 / 16
- 掌握孩子的心理规律 / 19
- 信任孩子,做孩子的好朋友 / 24
- 向孩子敞开自己的心扉 / 27
- 站在孩子的角度看问题 / 30
- 和孩子一起分享喜怒哀乐 / 32

第二章 学会沟通,做孩子的好朋友

- 和孩子沟通是一门艺术 / 39
- 放低姿态和孩子交流 / 43
- 听懂孩子的“潜台词” / 45
- 心平气和才好沟通 / 49
- 注意和孩子说话的语气 / 52
- 不用命令的口气同孩子讲话 / 55
- 多用良言,禁用恶语 / 58
- 不在孩子面前唠叨个不停 / 60



育子有道

跟上孩子成长的脚步

Gou Shang Hai Zi Cheng Chang De Jiao Bu

不用权威的口吻指责孩子 / 64

与孩子交流时多听少说 / 67

写信给孩子是交流的好办法 / 70

第三章 正确引导,让孩子爱上学习

让孩子把学习当作快乐的事 / 77

不要做一个“高压”妈妈 / 81

努力激发孩子的学习兴趣 / 84

引导孩子制定合适的学习目标 / 87

为孩子营造良好的学习环境 / 90

让孩子在游戏中学习知识 / 94

用好奇心激发孩子的求知欲 / 96

鼓励孩子阅读有益的课外书 / 99

培养孩子的学习动机最重要 / 103

第四章 巧妙训练,做孩子良好习惯的训练师

好习惯是孩子最大的财富 / 109

给孩子机会,让孩子独立思考 / 111

给孩子心中种下责任的种子 / 115

培养孩子孝敬父母的习惯 / 118

遵守时间,讲究办事效率 / 120

让孩子做事有计划、有条理 / 124

待人接物,讲文明懂礼貌 / 128

做事认真细心,不粗心马虎 / 131

教育孩子从小懂得勤俭节约 / 134

帮助孩子养成爱运动的好习惯 / 137



第五章 开发潜能,找到孩子的最强项

- 巧妙激发孩子的创造力 / 143
- 开发孩子的语言潜能 / 146
- 挖掘孩子的智力潜能 / 149
- 巧妙唤醒孩子的音乐潜能 / 153
- 提高孩子的人际交往能力 / 157
- 培养孩子逻辑思维能力 / 161

第六章 理性教育,培养孩子优良的品质

- 感恩,也是一种修养 / 167
- 宽容,教孩子学会“心理换位” / 170
- 乐观,开启孩子光明未来之门 / 173
- 自信,构建孩子动力的金三角 / 177
- 诚信,孩子人生的通行证 / 181
- 勤劳,培养孩子吃苦耐劳的精神 / 184
- 坚强,让稚嫩的肩膀不畏惧困难 / 188
- 主见,让成长的空间更自由 / 193
- 爱心,帮助别人就是帮助自己 / 196

第一章

了解孩子,走进孩子的 内心世界





搞懂孩子的心里世界

孩子的内心世界是丰富而复杂的，他们同大人一样有自己的生活轨迹，有自己的行为方式，有自己的思维模式。作为母亲，在呵护孩子身体的同时，更应该了解孩子的内心。

常言道：“知子莫若母”，一般来讲，在这个世界上，最了解孩子的人无疑是孩子的母亲，孩子的优点、缺点、需求、习惯，妈妈通常会了如指掌，因此，大多数妈妈认为，孩子的一举一动都在她眼里，有的妈妈甚至说：“我家孩子眼珠一转我就知道他在想什么。”可事实并非如此，虽然妈妈对孩子的优缺点以及物质需求了如指掌，但并不了解孩子的内心世界。

浙江省心理卫生工作办公室曾对 500 余名中小学生的妈妈进行了抽样调查，调查的内容是：你的孩子需要什么，你知道吗？你的孩子在想什么，你了解吗？

调查的题目很简单，比如孩子的愿望、兴趣、心理压力等，然后要求母亲与孩子分别回答。其中，答案完全不一致的高达 50%，另外还有三分之一的母亲不知道孩子心里的压力，有 40% 的母亲不知道孩子的愿望。比如有的孩子有时候会顶嘴，母亲会认为他目无尊长，其实孩子只是心情不好，发泄一下；有时孩子不吃饭，母亲以为他不合作，不领情，其实他只是并不感到饿等等。

从调查结果中，我们不难发现，妈妈并不是真正地了解孩子，并没有真正地走入孩子的内心世界。教育孩子的前提是要了解孩子，如果连



孩子的心里在想什么都不知道，教育又从何谈起呢？

孩子的内心世界是丰富而复杂的，他们同大人一样有自己的生活轨迹，有自己的行为方式，有自己的思维模式。他们不谙世事，但他们的内心世界又往往比成年人丰富、脆弱，即使微小如尘的事物，都可能引发他们心理上的波动。作为母亲，在呵护孩子身体的同时，更应该了解孩子的内心。

2008年9月，开学不到一周，沪上已接连发生多起学生跳楼的自杀事件。孩子们究竟是怎么了？什么原因让他们如此小的年纪就悲观厌世？

在这样残酷的悲剧和无法回答的疑问前，很多妈妈心中确定的“了解”可以说彻底崩溃了。假如妈妈真正地了解自己的孩子，那么，这些悲剧就不会发生。因此，作为一名合格的妈妈，不仅仅只是了解孩子的优缺点及其他表面的东西，而更应该走入孩子的内心世界，知道孩子在想些什么。

那么，怎样才能走进孩子的内心世界呢？

首先，妈妈应当把孩子看作一个独立的、平等的个体与他们进行交流。妈妈们应该知道，从2、3岁开始，孩子的独立意识就开始萌芽了，这时候孩子经常会说“我自己做”；到了10岁左右，孩子生理和心理的成熟水平又达到一个新的高度，他们的自我意识开始萌芽，开始关注自己、评价自己，又由于身体的发育和能力的增强，他们开始形成“成人感”和“独立感”。这个时候，如果妈妈还把他们当作小孩子来保护，势必引起他们的反抗。

其次，从言行中了解孩子。每个人的言行常常都会表现出自己的心里想法。孩子小，其心里的想法就更加容易流露在他们的言语之中。妈妈只要经常认真观察孩子的言行举动，留意其中的细微变化，就可以揣摩出他们的心理变化，分析出孩子的一些为妈妈所不理解的行为根源。尤其孩子的言行反常时，妈妈就更更要对孩子密切注意，细心观察，一旦发现孩子存在不良行为就要及时耐心开导教育，校正孩子成长的轨迹。

第一章 了解孩子,走进孩子的内心世界



第三,从孩子的作文和日记中了解孩子。不少时候,孩子的一些话和一些想法,并不愿意直接和妈妈交流。甚至也不愿意和相处好的同学交流。而这些想法他们又必须找到一个载体来流露,于是作文和日记便成了他们心灵的一个栖息地。从孩子的作文中,有时是从孩子的日记中,你能看到孩子的真情表露,了解他们一些让人不理解的行为产生的根源,从而让妈妈能够有意识地鼓励孩子的优点,防治孩子的缺点。当然,看孩子的作文和日记一定要征得孩子的同意,因为日记毕竟是孩子并不多的一点隐私,暴露出来是需要勇气的。孩子如果不是和妈妈特别交心,他们也是不会愿意轻易让妈妈看到自己的隐私的,这一点妈妈应该理解孩子。

第四,扩大信息来源。经常到学校走走,向班主任老师了解孩子在学校的表现怎样,与同学相处怎样,能不能接受老师的教育等等,这些信息通常可以比较全面地反映孩子的思想状况。

此外,为了尽快地纠正孩子的缺点与错误,必要时还可以和孩子朋友们的妈妈建立了联系,这样不但可以了解孩子的思想与行为,还可以比较好地让孩子拥有隐私权,让他的人格更健康的发展。

总而言之,随着年龄的增长,孩子的内心世界无时无刻不在发生着变化,并且每一个孩子都有着自己的独特个性。作为孩子成长见证者的母亲,迫切要知道怎样对待孩子才适度,那么唯一的办法就是放下成人的架子,走进孩子神秘而丰富的内心世界!

知悉孩子的性格类型

性格对一个孩子的成长来说是很重要的,妈妈了解孩子的



性格和内心世界，对于更好的教育和引导孩子健康的成长是至关重要的。

教育孩子是妈妈的责任和义务，然而，总有妈妈抱怨：“教育孩子怎么就这样难呢”、“教育孩子可真是件苦差事……”、“我的孩子为什么总是教育不好呢？”教育孩子真的就那么难吗？事实上，妈妈之所以会抱怨，是因为她们不懂得如何根据孩子的性格因材施教。

所谓“因材施教”，就是在教育的过程中，根据教育对象的年龄特征和性格差异，从其实际出发，有的放矢地进行教学和教育。每个孩子都有自己的性格，性格不同，妈妈应采取不同的教育方式。

例如，在《妈妈儿女》的电视剧中，夏雪在学校是个优秀的学生，在家是个懂事的女儿，但夏雪总是对自己要求过于严格，一次考试没有取得满分就会责备自己太粗心，太不应该；一次比赛得了第二名，就会埋怨自己为什么差了一点儿而没有得第一；不仅是在学习方面，在其他方面夏雪也总是要求自己一定要做到最好。

针对夏雪的这个毛病，她的妈妈总是开导她要想开点儿，这次没得满分，下次争取；而她的爸爸则告诉她追求完美是好的，但对人对事要多一份平常心，对别人要宽容，对自己也不必强求，要看淡成败。也许是爸爸妈妈的教育方式结合得好，夏雪总是能很快把郁闷化解，并在生活和学习上做得更好。

这就是对追求完美、喜欢自责的孩子的教育方法 给予更多的鼓励和安慰，而不是施加更大的压力。

作为一名合格的母亲，应该了解自己孩子的性格。所谓“性格”是一种表现在人的态度和行为方面较稳定的心理特征，如优柔寡断、刚强、懦弱等，是个性的重要组成部分。

孩子放学回家后，是静静地回到房间里去做作业，还是跟在你的屁股后面没完没了地说个不停？家里来了客人，孩子是热情地招待，还是缩回自己的房间里不出来？与别的孩子接触时，孩子是主动大方，还是

第一章 了解孩子,走进孩子的内心世界



扭扭捏捏地放不开自己？其实，这些都是孩子性格的不同表现。

性格对一个孩子的成长来说是很重要的，妈妈了解孩子的性格和内心世界，对于更好的教育和引导孩子健康的成长是至关重要的。

(1) 对活泼型的孩子，不要过分溺爱

活泼型的孩子喜动厌静，思维活跃、反应灵敏，自我表现欲和交往能力也很强，即使面对很多陌生人，他们也敢大胆地说话和做自己的事情。但是这种类型的孩子自控能力极差，常常会出现闯祸的现象。

小强生来天真活泼，聪明伶俐，老师和邻居们都很喜欢他。但是，小强也有一个缺点，就是太活跃了，总是坐不住，妈妈经常怀疑他是不是得了“多动症”。

一天，小强妈妈的同事搬了新家，妈妈带小强一起前往祝贺。让妈妈没想到的是，到了朋友家，小强仍然像在自己家似的四处乱窜，一点也不知道收敛，不一会儿，便把同事家新买的花瓶打碎了。同事碍于情面，并没有责备小强，但是小强妈妈总是觉得心里过意不去。

小强属于典型的活泼型性格，对待这种性格的孩子，妈妈应该时不时地给他一点点小小的教训，使他从中学到一些有益的东西。而不能过分地溺爱他，完全顺着他的性子来，这样会使他目空一切、无所顾忌、为所欲为。因此，如果这种类型的孩子闯了祸，妈妈应该及时教育，并采取相应措施，让孩子及时纠正。如故事中的小强，妈妈就应该让他用自己的零花钱买一只花瓶，亲自送到同事家，并真诚地向人家道歉，这样小强才能知道闯祸的后果，进而收敛自己的行为。另外，这样做还能使他从小就具有责任感。

(2) 对腼腆型的孩子，不要过于心急

性格腼腆的孩子比较稳当，做事不易出差错，专注力强，听话，但他们不爱交往，自我表现欲不强，不愿把自己的想法告诉别人。

小雨上一年级了，但是让妈妈一直很着急的是，他总是很腼腆，不会主动和老师 and 同学们讲话、家里来了客人就会躲进自己的房间。有时，他心里有事情，宁可找不到解决的办法不去解决，也不和妈妈讲。



小雨就是一个性格腼腆的孩子，对于这类性格的孩子，妈妈不要为他们的不活跃而过分心急。因为他们需要一定的时间或适宜的氛围，才能适应新的环境、新的事物。这种类型的孩子性情温顺，“节奏”慢，若妈妈迫使他提前活跃起来，他们就会感到心里不踏实，有时还会因信心不足而徘徊不前。

对于腼腆型性格的孩子，妈妈最好用表扬和鼓励法让他们去做事情。以故事中的小雨为例，妈妈可以经常找机会表扬他，“今天楼下的王叔叔夸你了，说你主动跟他打招呼，是个懂事的好孩子”、“小雨长大了，知道给客人拿水果了”……

另外，妈妈一定要试着与这种类型的孩子沟通，因为把一切事情都装在心里，将很不利于孩子的成长。妈妈可以这样引导孩子说出自己的想法：“小雨，今天班上有什么事情发生吗？”“你有什么看法呢？”……当沟通成为一种习惯，孩子就会迫不及待地把自己的想法告诉别人。

(3) 对乖巧型的孩子，不要过高提要求

乖巧型的孩子不活泼，也不腼腆，但他们的心情几乎总是好的，好像每天都生活在愉悦之中。这种类型的孩子很少大声表示自己的不满和抗议，所以有时妈妈们往往对他们要求过高，强迫他们接受自己的意志。

菲儿是个乖巧听话的孩子，从小到大，她的生活、学习从来没有让妈妈多费心。用菲儿妈的话说，就是“一切都在静悄悄中进行，菲儿也在静悄悄中长大了。”

但是，有一天，妈妈觉得孩子的学习成绩总是在前十名徘徊也不行，为了让孩子更具竞争力，妈妈给菲儿定了一个目标：向第一名挑战，并给她做出了相应的学习计划。

让妈妈没有想到的是，在一次月考中，菲儿的成绩竟然一下子降到班里的第20位。妈妈很迷茫：为什么越订目标，孩子的成绩越下降呢？

对于乖巧型的孩子，妈妈如果过高提要求，往往会适得其反，因为

第一章 了解孩子,走进孩子的内心世界



孩子觉得压力过大,往往会影响他们能力的发挥。而且这样的孩子成人以后,往往会对自己缺乏信心。

在这个故事中,菲儿的妈妈其实没有必要给孩子定太高的目标,孩子的成绩可以说已经不错了,妈妈只需要让孩子明白:你的成绩是不错,但还不是最好的,凭你的能力还可以做得更好。然后可以这样鼓励孩子:“成绩排在你前面的那位同学很棒,不过凭你的能力,妈妈相信你下次考试时一定能超过他的。”这样,孩子抱着轻松而又有压力的态度去学习,效果会好得多。

(4) 对问题型孩子,不要过多责难

问题型的孩子,常常让妈妈操透了心。对待问题型的孩子,妈妈需要极大的耐心,不要对他给予过多的责难,更不能听之任之,要学会用爱心去感化他们,他们感觉受到大人重视的时候,就会自然而然地平静下来。

皮皮是个有名的“问题孩子”,老师经常向皮皮的妈妈告状:“他经常欺负比他小的同学、故意在女同学的衣服上画画、还经常把我的教鞭弄断后收藏起来……”妈妈每次回到家后,都会把他狠狠地打一顿,但是这顿“体罚”的有效期只有两天,两天之后,皮皮又恢复了原貌。

在这个故事中,皮皮就是一个典型的问题型孩子,对待这种类型的孩子,最好的教育方法就是多与孩子交流,从正面入手,用悄悄话教育孩子如何克服“问题”,帮助孩子从小就能分辨什么可以做,什么则不可为之。

(5) 对自责型孩子,要多夸少责

自责型的孩子一般都是完美主义者,或者妈妈对他们的要求很高。当孩子做错事情或者未能达到妈妈的要求时,他们自己会先把自己责备得体无完肤。这种孩子的自尊心极强,如果妈妈的教育方式不当,很容易造成孩子严重的自卑心理。

对待这种类型的孩子,妈妈要格外小心,也许不经意间孩子的自尊心就会受到伤害。当这类孩子犯错或遇到失败时,如考试没考好,妈妈