

>> 培养杰出的男孩 ★ 培养杰出的女孩 <



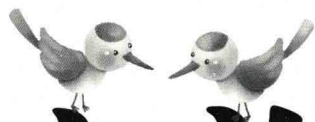
培养杰出孩子

李坤·编著



陕西师范大学出版社

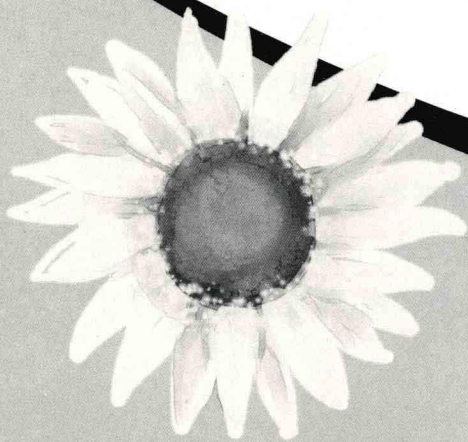
培养杰出的男孩★培养杰出的女孩



培养 杰出孩子

陕西师范大学出版社

李坤·编著



图书在版编目(CIP)数据

培养杰出孩子/李坤编著. —西安: 陕西师范大学出版社, 2008.9

ISBN 978-7-5613-4244-2

I. 培… II. 李… III. 家庭教育: 儿童教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 093966 号

图书代号: SK8N0653

培养杰出孩子

责任编辑: 周 宏

装帧设计: 开言神韵

出版发行: 陕西师范大学出版社

(西安市陕西师大 120 信箱 邮编 710062)

印 刷: 北京顺义康华福利印刷厂

开 本: 710mm×1000mm 16 开

字 数: 250 千字

印 张: 16

版 次: 2008 年 9 月第 1 版

印 次: 2008 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5613-4244-2

定 价: 28.80 元

目 录

第一章 杰出孩子的培养需要良好的家庭环境

1. 坏环境毁掉孩子 好环境成就孩子 / 2
2. 父母应寻找适合自己孩子的科学教育方法 / 5
3. 父母健康的心理和良好的生活方式对孩子的影响 / 6
4. 父母应懂得必要的教育艺术 / 8
5. 父母要加强与孩子的沟通 / 13
6. 学会维护孩子的尊严 / 15
7. 学会倾听孩子的心声 / 18
8. 给孩子自由支配的时间 / 20
9. 要尊重孩子的隐私 / 22
10. 对孩子要爱而不溺, 严而不厉 / 24
11. 重视父亲在家教中的作用 / 26
12. 杰出孩子的培养需要良好的家庭氛围 / 29

第二章 如何进行杰出孩子的智能培养

13. 杰出孩子取决于后天的教育 / 38
14. 了解儿童智能发育的敏感期 / 40
15. 父母应了解孩子心智成长的规律 / 42
16. 对孩子的智力潜能要有信心 / 46
17. 唤醒孩子的潜能 / 48
18. 孩子语言表达和写作能力的培养 / 51

- 19. 早期智力教育的一部分：音乐和绘画能力的培养 / 54
- 20. 给孩子一个自由宽松的阅读环境 / 60
- 21. 正确培养和引导孩子的爱好与特长 / 61
- 22. 重视培养孩子的创造力 / 65
- 23. 重视培养孩子的思维能力 / 70
- 24. 重视培养孩子独立思考的能力 / 73
- 25. 重视培养孩子的观察能力 / 74
- 26. 重视培养孩子的想象力 / 77
- 27. 从小培养孩子的动手能力 / 79
- 28. 重视培养孩子的非智力品质 / 81

第三章 如何进行杰出孩子的品德培养

- 29. 培养孩子必要的责任心 / 84
- 30. 培养孩子的自立品质 / 88
- 31. 培养孩子的合作精神 / 90
- 32. 培养孩子的自律能力 / 92
- 33. 培养孩子诚信的品质 / 95
- 34. 让孩子成为一个有教养的人 / 100

第四章 如何进行杰出孩子的性格培养

- 35. 孩子应具备哪些良好的性格 / 104
- 36. 杰出孩子首先要自信 / 106
- 37. 让孩子远离胆怯 / 109
- 38. 让孩子远离“小气” / 111
- 39. 培养孩子坚毅乐观的性格 / 113
- 40. 提高孩子的受挫能力 / 115
- 41. 培养个性而不任性的孩子 / 118

第五章 如何进行杰出孩子的情感教育

- 42. 教育孩子懂得珍爱自己 / 122
- 43. 教育孩子关爱他人 / 125
- 44. 教育孩子爱自然 / 127
- 45. 教育孩子懂得珍爱生活 / 129
- 46. 教育孩子拥有一颗感恩的心 / 132
- 47. 教育孩子具有同情心 / 134
- 48. 不要向孩子灌输仇恨 / 137

第六章 如何进行杰出孩子的习惯培养

- 49. 习惯培养教育的关键时期 / 142
- 50. 习惯的培养要注重第一次 / 144
- 51. 对孩子习惯的培养要尊重他的主人地位 / 145
- 52. 习惯的培养要找到突破口 / 147
- 53. 培养孩子良好的习惯需要整个家庭保持一致性 / 149
- 54. 习惯培养的核心目标是培养健康人格 / 150
- 55. 家长应及时与学校沟通和配合 / 153
- 56. 习惯培养的方法和步骤 / 155
- 57. 培养孩子良好生活习惯的具体方法 / 160
- 58. 培养孩子良好行为习惯的具体方法 / 164
- 59. 让孩子养成自觉学习的习惯 / 166
- 60. 从小培养孩子爱读书的习惯 / 168

第七章 如何进行杰出孩子的身体培养

- 61. 避免娇生惯养 / 172
- 62. 注意强身健脑 / 173
- 63. 不可忽视户外活动 / 177

64. 要有适当的体育锻炼 / 179

65. 让孩子学会自我保护 / 183

第八章 培养杰出孩子不可回避的领域：性教育

66. 对孩子进行正确的性别教育 / 188

67. 重视性教育，保证性健康 / 190

68. 认识性隐私，尊重隐私权 / 194

69. 培养性美感，为幸福铺垫 / 196

第九章 杰出男孩培养要点

70. 重视培养男孩的男子汉气质 / 202

71. 男子汉要敢想敢做 / 205

72. 重视培养男孩正确的竞争意识 / 206

73. 重视培养男孩勇敢的冒险精神 / 209

74. 重视培养男孩的绅士风度 / 211

第十章 杰出女孩培养要点

75. 强项要发扬：好女孩应内坚外柔 / 218

76. 弱项要加强之一：重视女孩空间想象能力的培养 / 220

77. 弱项要加强之二：重视开发女孩的逻辑数理潜能 / 223

78. 美德应重视：教孩子懂得礼貌和礼仪，培养淑女气质 / 227

79. 护身应谨记：女孩要特别学会保护自己 / 231

第十一章 杰出孩子优秀素质体系整体培养的基本方法

80. 顺应天性 / 236

81. 积极引导 / 239

82. 个性化培养 / 242

83. 自主发展 / 247

84. 关注孩子的全面发展 / 251

环境是成长的土壤，家庭环境是孩子成长的第一土壤。你施肥、松土、浇水，孩子就会开得花儿灿烂；你弃置不管，土质低劣，孩子就会病病歪歪，发育不良。



杰出孩子的培养 需要良好的家庭环境

JIE CHU HAI ZI DE PEI YANG
XU YAO LIANG HAO DE JIA TING HUAN JING



1

1. 坏环境毁掉孩子



好环境成就孩子

200年前美国康乃狄克州有一位集神学家、哲学家和道德学家于一身的学者，他的名字叫嘉纳塞·爱德华。目前，他的子孙已传了8代。其中，有13人当了大学校长，100多人任大学教授，14人创建了大学或专科学校，80多人成了文学家，一人就任副总统，一人做了大使，20多人任上下两院的议员，18人成了报社、杂志社的负责人或者主编。

但是，同是200年前，美国纽约有一个叫做马克斯·朱克的酒鬼、赌徒，他的子孙也有8代，其中，有300多人成了乞丐和流浪者，7人因杀人被判处死刑，63人因偷盗、诈骗等被判刑，因喝酒夭亡或成为残废者也甚多。

这两个例子发人深思，它说明家庭环境对子女人生的影响有多么重大。坏环境毁掉人，好环境成就人！

学者后代多数成才，酒鬼赌徒的后代大多被毁，智商的遗传基因可能会占一部分，但绝不是重要的因素，重要的是两者的家庭教育环境有天壤之别！书香世家父母的生活态度，乃至思维方式和习惯，会酝酿出一种学习气氛浓厚的家庭环境，子女耳濡目染，会有很大程度潜移默化的影响；而酒鬼赌徒心思花在了自己的嗜好上面，样样都会恶性循环，生活散漫，作风不正，又穷又懒，家里可想而知会弥漫着吵嚷、暴力或者冷漠、绝望的气息，有的甚至家破人亡也不足为怪。孩子长期生活在这样有思想毒素的空气里，怎么能够上进！

而那些没有良好家庭教育条件的孩子，如果能在另外的环境中成长，情形就会大不一样，包括同样是酒鬼赌徒的后代，他们也可能成才。



50年前,美国纽约成立了一个儿童救护会。该救护会专门收容和抚养弃儿、孤儿和贫儿。它的做法同普通的孤儿院不同,其方针是必须让这些孩子到可靠的家庭里接受良好的教育。因此,他们把这三类儿童送到可靠的农家寄养。在该地50多年的历史中,共收容、照顾了28000名这种孩子。最近的报告指出,有87%的孩子成了出色人物。其中,有的当了州长、总督、高级审判官、市长及州会计检查官,还有24人被选为美国议会议员,有9人被选为州议会议员。此外,在教育、农业、商业等方面卓有成绩者也不胜枚举。更为有趣的是该救护会曾把前面提到的马克斯·朱克的第九代子孙收容到儿童救护会,照例把他送到良好的家庭寄养,而他成了地方上的模范青年,前途大有希望。

可见,好环境造就好孩子,并成就各种各样的优秀人才。不要怕自己家庭条件不够好,不能完全满足孩子消费需求,钱并不是特别重要的教育资源,最重要的教育资源是高素质的父母营造出适合孩子成长的家庭环境。高素质的父母也不是说要有多高的文化程度,尽管文化程度会是一个影响因素。你看很多优秀人才都是出自乡村的,他们的父母有的甚至目不识丁,但有一点很肯定,这些成功人士的农村父母一定是重视子女教育的,除了节衣缩食供孩子读书,他们善良坚韧的品性一定深深影响过自己的子女。这样的家庭尽管清贫,地处僻远,但和睦的气氛、纯朴的家人,反而使孩子养成了良好的道德伦理观念。只要你有心培养,山窝里也会飞出金凤凰!当然像嘉纳塞·爱德华那样的书香世家,一代代人的教育奠基和知识接力,对孩子的正面影响就更不用说了。

家庭教育的主要特点是潜移默化,言传身教。由于孩子的可塑性大,模仿性强,父母的一言一行、一举一动都在以身示范,无时无刻不在悄悄对孩子施加影响。对于0-3岁的婴幼儿而言,这种影响尤为重要。因为人的个性和主要优缺点大多是在这一时期奠定基础的。这一时期的孩子接触最多的就是父母。因此,孩子在家庭中所学到的一切,包括说话的语调、动作、走路姿态、性格和品德等都会打上父母的烙印。所



以有人说,孩子是父母的镜子。如果父母下班回家后只顾吃喝玩乐,生活自由散漫,甚至行为不轨,无疑会给孩子造成负面影响。你的家庭如果充满各种自私、虚伪、狡诈;各种矛盾、冲突、斗争;各种指责、嘲讽、打骂;对于孩子来说,无疑是成长的毒素。

有一位心理学家精辟地概括了孩子与环境的14种关系,其中有7种不良环境,有7种健康环境,显示出父母对孩子的态度,影响到家庭气氛,进而影响孩子成为什么样的人。

- (1) 指责中长大的孩子,将来容易怨天尤人;
- (2) 敌意中长大的孩子,将来容易好斗逞能;
- (3) 恐惧中长大的孩子,将来容易畏首畏尾;
- (4) 怜悯中长大的孩子,将来容易自怨自艾;
- (5) 嘲讽中长大的孩子,将来容易消极退缩;
- (6) 嫉妒中长大的孩子,将来容易勾心斗角;
- (7) 羞辱中长大的孩子,将来容易心存内疚;
- (8) 容忍中长大的孩子,将来容易极富耐心;
- (9) 鼓励中长大的孩子,将来容易充满自信;
- (10) 嘉许中长大的孩子,将来容易爱人爱己;
- (11) 认同中长大的孩子,将会掌握目标;
- (12) 分享中长大的孩子,将会慷慨大方;
- (13) 友善中长大的孩子,将会对世界多一分关怀;
- (14) 安定中长大的孩子,将来会有和平的心境。

环境是成长的土壤,家庭环境是孩子成长的第一土壤。你施肥、松土、浇水,孩子就会开得花儿灿烂;你弃置不管,土质低劣,孩子就会病病歪歪,发育不良。

家有孩子初长成,哪个父母不希望看到孩子出落得水灵灵的、聪明可爱,长大后成为幸福、聪明、成功的人。要培养杰出的孩子,就要努力做高素质的父母,尽力营造适于孩子成长的环境气氛!

2. 父母应寻找适合自己



孩子的科学教育方法

每个父母都希望自己的孩子成才，都愿意尽其所能教育自己的孩子，然而为什么有的孩子能出类拔萃，而有的孩子却非常平庸？其实，造成差别的原因很简单——有没有采用好的教育方法！

俗话说“一把钥匙开一把锁”，只有适合您孩子的，才是有效的。教育孩子的前提是了解孩子，您了解您的孩子吗？只要您针对他的特点教育，就能收到良好的效果。

家庭要根据孩子的具体条件，制定好培养孩子的计划。特别需要注意的是，做父母的需要吸取别人家庭成功的经验和失败的教训，但不能照抄照搬别人的经验。不能别人家的孩子学弹琴，我的孩子也弹琴；别人家的孩子学画画，我的孩子也画画；别人家的孩子上学跳级，我的孩子也非要跳级。依着葫芦画瓢，这种教育孩子的方法是绝对不行的，也是不会成功的。

每一个孩子都不同于任何其他孩子，天生的条件是由遗传因素决定的。每一个孩子未来智力与才能发展的物质基础是不相同的，父母必须在研究与了解孩子这些特点的情况下，根据具体情况，制定一个适合自己孩子特点的教育计划。虽然家庭教育的原则和规律是相同的，但由于教育的对象不同，必须采用不同的方法和途径。

具体来说，家庭制定教育计划的方法和步骤主要是：

(1) 了解孩子的性格特征，确定培养孩子良好的习惯、塑造健全人格和健康心理的时机和方法；

(2) 了解孩子的智力特征，发现孩子的兴趣爱好，以一门兴趣爱好为



主,确定引导和开发的时机和方法;

(3)了解孩子身体特征,确定锻炼身体、增强体质的时机和方法。

比如,少年大学生冯珑珑的父母,从孩子喜欢画画中,制定了培养孩子的计划;少年大学生田晓菲的父母,从孩子喜欢诗歌入手进行培养;少年大学生曹宇的父母,从孩子喜欢下棋开始培养超常智力;哈佛女孩刘亦婷的父母,从小有计划地对其进行综合素质培养。所有优秀的家长对孩子的教育,都是有计划、按步实施,做到因“材”施教。

家长在教育和培养孩子时,很重要的是应该让孩子自由地成长,自主地发展。对孩子一定要启发和引导,千万不要强制,不要抑制孩子的天性,要让孩子快乐地学习,幸福地成长。

3. 父母健康的心理和良好的生活方式对孩子的影响

父母的心理健康对子女的身心健康影响很大。然而,在我国,人们的心理问题还远未受到全社会的重视。父母心理的不健康因素正直接影响着家庭教育的质量,甚至给家庭教育带来负面影响。因此,父母提高心理素质,在家庭教育中保持健康的心理,至关重要。

我们常常可以见到这样的父母:

◎当着孩子的面说他人的坏话 诸如:某某同学的妈妈像妖精;某某孩子如同小流氓;某某老师压根儿就没多大本事等等。

◎有的甚至对孩子泄露别人的隐私 例如某人的孩子是收养的;某人犯过法,坐过牢;某人有“外遇”,当过“二奶”;某夫妻常打架,正在闹离婚……诸如此类,让孩子对此充满神秘感,对此颇感兴趣,进而四处



打听。

◎常对孩子讲其无法理解的事 如宣传毁灭性战争、自杀性爆炸等；妄议国家大事、社会现实，时时处处流露出牢骚不满的情绪。

◎宣泄自己夫妻感情的不和 想要离异，一再向孩子诉苦，攻击对方，问一些：“爸爸好还是妈妈好……？”让孩子无从回答的问题。


◎大谈孩子无能为力的事 比如哀叹家庭困难，强调处境险恶，渲染个人失意……给孩子造成一种心理压力，无心学习，坐卧不安。

上述一切都是父母心理不健康的表现。心理健康的重要标准是认识自己、接纳自己、控制自己；不妄议别人是是非非，不有事无事牢骚满腹，更不随随便便强加自己的意志给别人。这就要求父母要有自知之明，由自知而自信而自强，不因成功而得意忘形，也不因失败而惊惶失措，始终保持乐观向上的稳定情绪，这将使孩子终生受益。像上述种种，对孩子实际上是一种精神污染，在这样的“家教”面前，纵然社会有“阳光”，学校有“雨露”，其最后的“收成”也会大打折扣的。

父母自信自强，心情舒畅，情绪愉快，可以给家庭创造一个祥和欢乐的心理氛围。在这种情况下，孩子会感到亲切愉快，乐于完成父母所交给的任务，学习也会更加专注。因此，作为父母，你一定要善于用理智来驾驭自己的情感，努力培养自己的健康情感、高尚人格，保持情绪的稳定，避免大起大落，喜怒无常。尤其不要将工作上及成人世界里的烦躁情绪和不良信息带回家里，让孩子在父母莫名其妙、反复无常的情绪氛围里战战兢兢。

健康的心理常常伴随着良好的生活方式，这对孩子的影响至关重要，它会直接促使孩子形成健康心理和高尚人格。而父母不良的生活方式，例如抽烟、酗酒、赌博、不讲规则、大吃大喝、大吹大擂、脏话连篇等都会对孩子的心理发展造成严重的负面影响。

切记，用您健康的心理和良好的生活方式去影响和塑造孩子！看看下面的家长自我提高卡：




请你回答以下问题：

- (1)你是孩子的好榜样吗？
- (2)你可曾在孩子的前面骂人或对他人表示出不友善的情绪？
- (3)你在家经常读书还是看电视、玩游戏？
- (4)当你找不到垃圾桶时，你是否会在马路上随处乱扔垃圾？
- (5)你是不是自己的房间乱七八糟却责备孩子不爱收拾？

.....

平常这样多问问自己！你在孩子面前表现出的每一个动作，每一个眼神，每一句语言，都会成为孩子模仿和学习的对象。不要等到孩子长大以后，再抱怨孩子没有礼貌习惯、缺乏交往技巧、不爱读书学习……反思一下，你是否给了孩子一个积极的榜样？



4. 父母应懂得

必要的教育艺术

苏联教育家 A·马尔库沙说得好：“教育只在某种程度上是一门科学，而在更大的程度上讲是一门艺术”。什么是家庭教育艺术？在家庭教育实践中，那些遵循教育规律和教育原则，把握教育情境，富有创造性的、有效的教育活动，被誉为家庭教育的艺术。虽然，每一位父母都在按照自己的意图教育子女，但是，绝不是所有的父母都能掌握家庭教育的艺术。掌握家庭教育的艺术，需要付出巨大的劳动。只有在长期的教育实践中注意学习、体察、总结、积累，有选择地读一些有权威性的家教读物，用自己 and 别人的经验不断补充、丰富、提炼，才能做到熟练掌握，运用自如。教育是一门伟大的艺术，只有教育者具备了一定的素养，才能掌握这门艺术。



教育原则、教育方法与教育艺术是紧密相连的。教育艺术实际上是各种科学的教育方法因地制宜、因人而异的灵活的、创造性的运用。科学的教育方法必然符合教育原则，违背教育原则的教育方法决不会收到良好的教育效果。因此，家长为了掌握教育子女的艺术，是不能不学习和掌握教育原则，熟悉教育方法的。

家庭教育艺术的真谛在于：在科学的教育原则指导下，家长善于根据子女的个性特点和特定的环境条件，机智灵活地、创造性地运用科学的教育方法，对子女实施有效教育。

请看张闻天教子艺术一例：

1948年，张闻天在沈阳工作。8岁的儿子看到爸爸出门经常坐汽车，自己也想坐，有一次张闻天同志要外出开会，上车以后，发现儿子已经坐在车里，叫他下来，好说歹说就是不听，张闻天当时十分恼火；但是他没有打骂孩子，只是自己下了车，走着去开会。儿子望着爸爸的背影，自知无趣，乖乖地爬出汽车，从此再不敢闹着坐汽车了。

这个例子很值得现在的父母深思，首先，它体现了教育内容上德育为主的原则。现在有很多父母，根本不觉得孩子坐公家车有什么不对，甚至把坐公家的小轿车当作荣耀。家长会时，甚至平常上下学，学校停车场满是各大部门接送孩子的小车。在这样父母身边长大的孩子，人格上的独立健全恐怕要大打折扣。其次，它创造性地体现了教育方法的选择上示范教育原则和养成教育原则。爸爸认为孩子坐公家的车不对，在言教不能奏效的情况下，尽管心里十分恼火，但没有打骂孩子，更没有就此妥协放弃；而是坚持自己的原则，并且采取了以身示范这个最奏效的方法，让孩子自己在愧疚中得到深刻的教育，从而养成良好的行为习惯。

教育艺术说到底就是两门艺术——鼓励的艺术和惩罚的艺术。这两者都建立在爱的基础上，没有爱就没有教育。鼓励推动孩子前进，惩罚则是在孩子偏离正道时必要的提醒。没有鼓励的教育是不符合人性



规律的教育,没有惩罚的教育则是伪教育。

有这样一个家长,每天给孩子默写英语,这孩子英语还是老上不去。他就批评这孩子,你说,每天我下着工夫给你默写这单词,你这英语老上不去,你怎么这么笨。第一次,孩子没言语;在他一次次说这话之后,这孩子说话了,她说爸爸,您也甭骂我了,我是你和我妈生的,你们俩怎么生我这笨孩子呀,说明你们也够笨的,一下子把话就说到底了。老爹当然气得不得了,就找来家庭教育专家,说您是搞研究教育的,您说,这可怎么办。教育专家说,你凭什么说人家笨,这孩子一点不比您笨,比你还强呢。那家长说,我不是急了吗?急了也不能这么骂人啊。

然后专家给他出了两个主意:第一,跟孩子认真做一次检讨,不该骂她笨,还要用例子来说明,她不笨,甚至有的时候比他还强。第二条呢?就是从下礼拜开始,父女俩约法三章,不要天天默写,一个礼拜默写一回就行了。而且默写的方法也变了,让孩子默写家长,约法三章,默写的时候,有错,谁也不许翻书,看谁对。

过了一段时间,这主意管用了,为什么?她有积极性。又过一段,孩子成绩上去了,上去五、六分了。又过一段,又上去了。坚持吧,还能上去。这孩子心态完全不一样了,礼拜三,不到吃饭的时候,她就说了,老爸,今天有任务,笔和纸都给你准备好了……其实道理很简单,这个办法的诀窍在哪里呢?它让孩子变了一种学习心态,她那个劲头不一样了。实践促使她在学习过程中更专注了。上课听课的时候,她就想,礼拜三,给我爸爸默写,好好听。到礼拜三之前,给老爸默写之前,又看三遍。这样一来,孩子学习就有了主动性。

这就是方法、过程的问题,这就是教育艺术的问题。你不管多么着急,你越说孩子笨,孩子就越没有信心学习。你得寻找解决问题的好方法,要激励,而且还得讲究激励的方法,这就是教育艺术。你只要有心,这样的方法就会找到并行之有效的。

惩罚呢,就更是一门教育艺术了。