

一个合格的父母，就是要帮助孩子培养正确的人生成长方向。本书将给每位家长提供非常贴近生活、简明实用的家教理论和方法，让家长们通过与孩子良好的沟通，发挥孩子的独特潜质，培养他们积极健康的心态，养成刚毅乐观的性格，为孩子的成功人生铺好辉煌之路。



Child

这样教孩子最有效

皓月◎编著

父母的教育方式 决定孩子的一生

运用全新的理念，
帮助家长培养孩子成功的气质
提供实用的方法，
让每个孩子都轻松地接受教育

西苑出版社

这样教孩子最有效

——父母的教育方式决定孩子的一生

皓 月 编著

西苑出版社

图书在版编目(CIP) 数据

这样教孩子最有效 / 皓月编著. —北京: 西苑出版社,
2009.5

ISBN 978-7-80210-503-4

I. 这… II. 皓… III. 家庭教育—方法 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 035763 号

这样教孩子最有效

编 者 皓 月

出版发行 西苑出版社

通讯地址 北京市海淀区阜石路 15 号

邮政编码: 100143

电 话: 010-88624971

传 真: 010-88637120

网 址 www.xycbs.com

E-mail: xycbs8@126.com

印 刷 北京金秋豪印刷有限责任公司

经 销 全国新华书店

开 本 787mm×1092mm 1/16

字 数 258 千字

印 张 18

版 次 2009 年 5 月第 1 版

印 次 2009 年 5 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80210-503-4

定 价 35.00 元

(凡西苑版图书如有缺漏页、残破等质量问题, 本社邮购部负责调换)

版权所有

翻印必究

序言：应该这样教孩子

当你看到别人满脸洋溢着幸福笑容赞美他（她）的孩子时，当你看到孩子学校里那些出类拔萃的小同学时，除了羡慕是否还要感叹一番：要是我家孩子也那么优秀就好了。其实，你的孩子也是优秀的，你发现他（她）的优秀之处了吗？

随着时代的发展，社会的进步，现代家庭对孩子的培养越来越重视，父母都希望孩子好、优秀甚至希望孩子成龙成凤，结果往往事与愿违。有句话说得很好，“每个有问题的孩子的背后都有有问题的父母”。的确是这样的，父母的一言一行，一举一动无不影响着孩子，甚至影响孩子的一生，所以现代提倡“学习型父母”、“做孩子一生的好榜样”等等，如何培养一个健全的孩子、优秀的孩子呢？我认为：父母在培养孩子的过程中，就像戏中的主角与配角相互转换，在什么情况下，父母是主角，孩子是配角，而又在什么情况下，孩子是主角，父母是配角，但总体来说，父母一直是引导孩子、培养孩子的主角。那么做父母的该如何去发现孩子的优点呢？

接受自己的孩子——不要用挑剔的眼光审视自己的孩子。有时候，常听见家长埋怨：几个孩子一起上课，为什么别人就学得那么好？谁谁的孩子性格那么开朗，为什么自己的孩子就那么内向？谁谁的孩子那么强势，为什么自己的孩子就那么懦弱？于是就觉得自己孩子有问题，是不是太笨了？是不是不用心？是不是先天有缺陷？其实，什么问题都不是，你的孩子，他不可能同时拥有张三的智慧、李四的性格、王五的能力……他就是他，独一无二的他，没有人可以取代他，他也不可能取代别人，不管他是一个怎么样的孩子，愚钝的也好，内向的也好，懦弱的也好，作为父母，应该全盘接受自己的孩子！朋友问我：无论你的孩子怎么样，你都能接受吗？我说是的。我绝对不能让我的孩子有这样的感觉：别人不喜欢他的



缺点，连父母也嫌弃他的缺点。当你完全接受了他，你就不会觉得他的某些缺陷有多么重要，因为接受，所以变得宽容；因为宽容，所以更容易发现他的亮点。当然，包容不等于放纵，接受不等于认同，接受孩子，是对孩子的一种理解，是在理解的基础上引导孩子成长，而不是着急埋怨。

让孩子自然地成长——不要设想孩子的未来。有些家长，在孩子还没来到这个世界的时候，也许就已经在心里对孩子有了一个目标，他应该是一个怎么样的孩子，当孩子来到这个世界后，为孩子的成长定下一套套的成长方案，课程一个接着一个，每一个阶段都有一个目标，几岁开始识字，几岁开始算数，几岁开始培养能力等等，孩子没有达到预期目标，父母未免就会着急：为孩子付出了那么多，该学的该教的都做了，孩子怎么没有按照自己的设想成长呢？其实，天才不是训练出来的，所谓天才，是特殊人群，不是每个人付出了努力就可以做到的，不要为了造就一个天才而让孩子失去童真的岁月，多数孩子都是普通的孩子，那么，我们就按普通的轨道运行吧，再普通的星星，也会闪烁发亮，你留意到了吗？

对孩子进行赏识性的教育——多赏识鼓励，少批评打击。作为父母，即使是孩子的一个灿烂笑容，也是值得骄傲的，这是父母应该做到的。用欣赏的眼光去看孩子，善于发现他的优点，不要吝啬自己的赞美，不要对孩子的犯错表现出过度的急躁愤怒，谁没有经过童年呢？谁的童年不犯错呢？所以，尽力去做一个赏识孩子优点包容孩子缺点的父母，一个自信的孩子是通过鼓励和赞美慢慢成长起来的，而不是通过批评指责和命令培养出来的。

不要拿别人来和自己孩子作比较——很多家长会这样对孩子说：你看某某多棒啊，考试100分呢，你才考多少分啊？你要像他一样。不要拿别人来和自己的孩子作比较，不要把某某定为孩子到达或者超越的目标，过多地在孩子面前赞美他人，不但增加孩子的压力，并且会令孩子对赞美的对象产生不满情绪，甚至是抵触情绪，更严重者，也许会令孩子孤立被赞美的孩子，这并不利于孩子们的友谊发展。如果希望孩子向某一个对象学习时，可以告诉他需要学习的



是什么，别人需要向他学习的又是什么，每个人都有自己的优缺点，所谓取长补短，而不应该说自己的孩子什么方面不如别人，别人是如何的好。

让孩子学会超越自己——超越自己就是进步。孩子自身的每一次进步都是可喜可贺，能够超越自己，就是进步。也许有些家长认为，孩子有一个目标才会有动力，才能取得更大的进步。我不能否认，压力也可以转化成动力，但是，我更希望减轻孩子的压力，让孩子在宽松的环境中成长和进步。孩子的表现比自己上一次进步了，要表扬：你这次比上次进步哦，真棒！说不定下次会更好呢！孩子的表现和上次的一样，没有进步也没有退步，也要表扬：和上次的成绩一样好呢，很不错啊，我想你下次会更好的，加油哦！孩子退步了，要鼓励：上次你都能做得那么好呢，这次失败了也没有关系啊，一次失败而已，每个人都会失败的啊，既然你上次能做到，下次一定能做到的！孩子的对手就是他自己，他有过成功喜悦，也有过失败沮丧，他不会为追赶不上别人而倍感压力，因为他只需要超越自己。

身教胜于言传——为孩子树立一个好的榜样。你希望自己的孩子成为一个怎么样的孩子，那么就应该从你做起，父母是影响孩子一生的人，为孩子树立一个好榜样，从我做起！



目录

CONTENTS

第一章 拥有一颗自信的心是孩子成长的人生关键

一个人在人生的道路上能走多远,在人生的阶梯上能爬多高,在人生的战场上能够取得多大成就,最关键的因素就是他的自信心。自信心是一个人能力的支柱。一个没有自信心的人,不能指望他能够做出实质性的成就。自信心也是打开一个人生命潜能大门的钥匙。没有自信心,就无法开发人的潜能,因而也不能使人成才。因此,自信心是一个人成功最重要的意志品质。而自信心是从小培养起来的,因此,家长对孩子的教育培养,最重要的内容之一就是要培养其自信心,使他成为一个朝气蓬勃、富于创造力、具有适应能力和自我发展完善能力的人。一个具备了自信心的孩子,他就会有前进的目标和动力,自然而然就会不断进步。孩子的成长离不开家庭教育,如何让我们的孩子能更健康地发展,是我们每个为人父母者要经常思考的问题。作为家长我们必须以宽松、和谐的家庭环境,以一颗平常心来培养身心健康、性格开朗的孩子。

走出一条真正属于自己的道路	3
认清自己,为自己制定明确的目标	5
适当的时候给自己一个鼓励	8

做今天的事,不要为昨天而哭泣	11
依靠自身的力量克服自己的缺点	14

第二章 学习——成就一生的人生事业

在知识的面前,每个青少年朋友都不能停步不前,否则就有可能被时代所淘汰。当今的时代是知识爆炸的时代,知识更新换代之快达到了让人目不暇接的地步。昨天掌握的先进知识,今天可能已经落伍,只有不断学习新知识,了解更多的信息,才能让自己更专业、更主动,在实践运用的时候就更能显示出个人的能力,使你终生受益。

引导读书学习	19
学习的原则和技巧	23
每个人的身上都会有智慧和经验	27
知识是要学以致用用的	30
培养独立学习的能力和习惯	33
在知识面前,每个人都不能停下脚步	36
从知识中发现学习的快乐	38

第三章 父母的教育对孩子的成长起着至关重要的作用

美国心理学家研究发现,儿童在5岁以前恋母,对父亲没有过多的需要;但是,在5岁以后,就由恋母转移到恋父,尤其是男孩,必须模仿和学习父亲的样子,才能增强自身的男性意识,否则就会使他以后的心理、人格等方面产生欠缺。今天的男孩之所以陷入困境,首先是因为他们的家长,尤其是父亲注意力分散、工作过度、筋疲力尽、烦恼不断、不关心孩子,或者是采取的教子方法不适当造成的。因此,为了把自己的儿子培养成一个了不起的男孩,父母首先必须学习新

的教育思想、新的教育观念,从而掌握科学的教育方法和手段,创造民主、平等、和谐、宽松的教育氛围,并扮演好自己在家庭中的角色,方能担负起教育孩子的重任。

父母要充分发挥自己在教子中的独特作用	43
对孩子的教养要有科学的原则	48
良好的家庭环境对于孩子的成长是关键的	53
对孩子进行全面的教育	55
从孩子们的需要去教育他们	58
加强与孩子的沟通	61
宽严相济是教育孩子的最佳方式	63
不要给孩子过重的压力	65
正视对孩子的批评和表扬	69
惩罚是教育孩子的一种辅助手段	74



第四章 健康的体魄是孩子成长的人生关键

人们都有思维,有思想,而且总是想成才,所以脑力劳动总是能在有意无意地进行着。然而遗憾的是,有些家长在培养孩子的过程中,往往忽视体力劳动,认为要成才,只要好好学习,好好地,进行脑力劳动,这就够了。这是非常错误的。实际上,在培养孩子的过程中,体力劳动起着不可低估的作用。它能强健孩子的体魄,磨炼孩子的意志,提高孩子的自立能力,开发孩子的智能。

培养孩子的家庭义务感和责任感	81
动手能力对孩子成长有着重要的作用	83
从做家务开始培养孩子的创造性实践能力	87
让孩子养成爱动手的习惯	91
注重对孩子独立性和劳动习惯的培养	94

国外专家对教育孩子的建议	96
对孩子要给予鼓励和赏识	98
积极地发现并培养孩子的特长	102
培养孩子对绘画的兴趣和技能	104

第五章 文明礼貌是中华民族的传统美德

文明礼貌是中华民族的传统美德。历史上,众多仁人志士都是崇尚文明礼节的人,他们视“礼”为做人的标准之一。在当代社会,文明礼貌更显得特别重要。文明的语言、礼貌的举止,能够体现一个人的内涵和修养,也有助于一个人健康地成长和事业的成功。

如果你的孩子惯于说脏话、拙于待人接物,那么,从现在开始就要坚决地帮他改正,让文明语言从他口中适时脱口而出,让礼貌举止尽展尽现。

把孩子培养成一个有教养的人	113
举止文明和行为礼貌能够增加孩子的内在修养	116
与人交往的时候要时刻注意礼貌和礼节	119

第六章 拥有一颗宽容的心

当今社会,除了讲究个人能力外,还非常重视人脉关系。“朋友多了路好走”已经成为一条众所周知的真理。学会处理人际关系,建立友好的人际圈已成为众多青少年必须学习的课程。严于律己,宽以待人,要学会换位思考,用宽容和真诚拉近人与人之间的距离。

宽容自古便是中华民族的优良传统	125
尊重他人其实是尊重自己	128

换位思考是基本的道德理论	131
学会在他人的立场考虑问题	134
真诚的态度使自己的人生更顺利	137
及时地帮助他人能带来心灵的慰藉	140

第七章 自立是人生存与发展的基本能力

自立是人生存与发展的基本能力。如果孩子们什么事情都懒得做,自己的事情总是让父母包办,这样孩子们将来肯定什么都不会做,恐怕连独立生活都成问题。

自立才能自强,自立才能产生巨大的力量。应让孩子们放开自己的手脚,学会自己管理自己,自己去闯荡。真心地去体会自己在独立的过程中开拓的意义以及生存的价值。

不要再犹豫,不要再等待,从现在开始,让孩子们完全自立自强,从而去开创属于他们自己的天地。



让孩子从小就具有生活自理的能力	145
给孩子尽量多的自主空间	149
在成长过程中学会自立自强	153

第八章 坚定的意志、顽强的毅力

对于困境、苦难,意志薄弱的人掉头就跑,而意志坚强的人却勇往直前,成功自然属于后者。人生在世,谁都难免碰到崎岖、坎坷,或者是坐以待毙,或者是勇敢拼搏。拿出一种精神,勇往直前,这就是成功者的所为。

坚定的意志、顽强的毅力,还需要一种等待,一种忍耐。没有十年磨一剑的精神,没有坚持再坚持的耐性,谁又敢担保自己能成才?无论如何,只要从小学会坚定意志,永不言弃,风雨过后必定能见到彩虹。

用自己坚定的信念去追求目标	159
经受苦难的磨炼,激发自己的潜能	163
练就钢铁般的意志	167

第九章 培养孩子的责任心

有责任感是孩子走向成熟的标志之一,责任感应从小培养,不能因为责任较小而忽略了它,也不能费尽心思寻找借口逃避任何责任。

责任是一双眼睛,它可以洞察孩子们是否在逐渐走向成熟。其实,尽职尽责一直都被当作一种美德来赞颂的。孩子们要培养自己对任何事情都富有责任心,这不单是对别人负责,同时也是对自己负责。而一旦孩子们有了责任意识,也就多了一份安身立命的资本。

良好的责任心是社会合作精神的一种表现	175
给自己多多锻炼的机会和勇气	178
养成对自己的行为负责的习惯	182

第十章 尊重他人是做人的根本

尊重别人,别人才会尊重我们。任何人都有活着的理由、存在的价值,即使是最卑微的人也希望受到别人的尊重。因此,要想赢得别人的尊重,就必须学会首先去尊重别人。

学会尊重别人,尊重别人的人格与尊严,不要强求别人的行为符合自己的心意。每个人若在人际交往中都能运用好“尊重”这一最起码的礼貌,就会给自己架起一座座通往每个人心灵的桥,那么,你的人生也会因此而变得更加精彩。

从小就树立自我尊重的心态	189
--------------------	-----

尊重是强化黄金规则的美德	193
培养平等意识、培养尊重意识	197

第十一章 培养成就一生的好习惯

叶圣陶先生说过：“教育的重点在‘育’，所谓‘育’，就是培养良好的习惯。”一位西方学者指出：播下一种心态，收获一种思想；播下一种思想，收获一种行为；播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。为了孩子的健康发展，一定要让他选择好习惯，放弃不良的行为和嗜好。

一定要注重让孩子从小养成良好的习惯	201
掌握培养孩子好习惯的原则和方法	204
让孩子养成良好、健康的生活习惯	208
让孩子养成做事有计划的习惯	211
让孩子养成珍惜时间的习惯	215
重视对孩子良好兴趣的培养	220
帮助孩子养成良好的行为习惯	223
让孩子养成良好的运动健身习惯	226



第十二章 培养勤劳节俭的人生美德

无论家中生活条件是否优裕，都应该让孩子养成勤劳节俭的美德。一个懒惰成性、奢侈成风的人不可能取得事业上的成功。事实上，大凡事业上有成就之人，他们都是勤劳节俭的人，他们都通过自己的努力适时储备了人生的第一桶金。

懂得节俭的人，知道生活的艰辛、财富积累的艰难，知道坐吃必然山空的道理。想让自己成为生活的强者，就让勤劳

节俭为孩子们梦想插上腾飞的翅膀吧!

勤劳节俭是中华民族的传统美德	233
节俭,不是空洞的理念,而是要真实的行动	237
节俭也是保证持续不断消费的一门艺术	241

第十三章 从小就培养孩子的言谈技巧

谈话是人们交流感情、增进了解的主要手段。在人际交往中,中国人讲究“听其言,观其行”,而把谈话作为考察人品的一个重要标准。在日常生活中,要想与别人愉快相处,必须培养自己的谈话能力,只有这样才能打开人与人之间沟通的大门,彼此的心灵才能碰撞产生共鸣。因此,要让孩子掌握一定的技巧,表现出得体的态度,学会轻松自如地与别人进行日常对话和交流。

让孩子掌握日常说话和交流的基本技巧	247
灵活运用自己的说话方式和技巧	251
表达感谢之情也有讲究之处	255
在交谈中要用规范化的语言	258
让自己的说话带有美感	261
接打电话时也有很多的礼仪	266
让孩子学会得体地拒绝别人	270
巧妙拒绝别人的实用技巧	272





第一章

拥有一颗自信的心是孩子成长的人生关键



一个人在人生的道路上能走多远,在人生的阶梯上能爬多高,在人生的战场上能够取得多大成就,最关键的因素就是他的自信心。自信心是一个人能力的支柱。一个没有自信心的人,不能指望他能够做出实质性的成就。自信心也是打开一个人生命潜能大门的钥匙。没有自信心,就无法开发人的潜能,因而也不能使人成才。因此,自信心是一个人成功最重要的意志品质。而自信心是从小培养起来的,因此,家长对孩子的教育培养,最重要的内容之一就是培养其自信心,使他成为一个朝气蓬勃、富于创造力、具有适应能力和自我发展完善能力的人。一个具备了自信心的孩子,他就会有前进的目标和动力,自然而然就会不断进步。孩子的成长离不开家庭教育,如何让我们的孩子能更健康地发展,是我们每个为人父母者要经常思考的问题。作为家长我们必须以宽松、和谐的家庭环境,以一颗平常心来培养身心健康、性格开朗的孩子。





走出一条真正属于自己的道路

每个人都有自己不同的选择，不同的人适合走的路也是不一样，没有必要去追随多数人的脚步。人应该学会走自己的路、形成自己的个性，不要盲目追随他人。这是一个崇尚个性的时代，没有自己的风格，不会坚持走自己的路的人不会走得太远。学会走自己的路，就是要让自己走得开心，走得安心。如果一条路并不属于你，在这条路上你永远都找不到归属感，即使能够成功到达目的地，也不能真正体会到其中的乐趣。只有自己走自己的路，才能真正体会到苦尽甘来的喜悦。



广州某高校附近，有一家叫“清水情缘”的小水吧。老板郭刚是从大学毕业的年轻人。这间水吧不是很大，不过布置得却很温馨，而且总是散发着各种不同感觉的淡淡的清香味，尤其是在墙壁上用很专业的艺术字写着“一杯清水，清纯情缘”。

几个月前，郭刚大学毕业，和大部分同学一样，四处找工作，到处参加各种考试，当时只想着尽快让自己能够独立养活自己。但是，他运气不好，找工作四处碰壁，考试总是差那么一点点。最后，在朋友介绍下，他进入一家银行，做起了推广办信用卡的工作，可是任务很重，工资又特别低，而且在工作中四处碰壁。熬了一个月，第一次拿到的工资是七百块钱，把房租一交，几乎就没有剩余的钱了。郭刚想，如果继续这样下去，自己所有的梦想就要破灭了，就连吃饭都将是个问题。所以他开始想着去创业，去经营自己的理想。他向父母提出这个想法的时候，遭到了他们的强烈反对。父母希望他再坚持走下去，有机会就去考公务员，毕竟公务员比做生意要稳定得多，而且父母觉得他太年轻，没有做生意的经验，会吃很多的亏。郭刚也知道这些困难，但是他还是不愿放弃自己从小的梦想，他觉得自己就应该走这条路，所以他下定决心，即使遇到困难也想