

最受孩子欢迎的教育方法，最成功的培养模式

Care For Children

The Child's Left Hand Open Tighten The
Child's Right Hand

拉紧孩子的左手，是父母的责任，也是为了让孩子在成长中少走弯路；
放开孩子的右手，同样是父母的重要职责，让孩子活出自己的精彩。

关爱孩子

放开孩子的左手 拉紧孩子的右手

泓露沐霖 编著

现代版
童年版

中国商业出版社

最受孩子欢迎的教育方法，最成功的培养模式

Care For Children

The Child's Left Hand Open Tighten The
Child's Right Hand

拉紧孩子的左手，是父母的责任，也是为了让孩子在成长中少走弯路；
放开孩子的右手，同样是父母的重要职责，让孩子活出自己的精彩。

关爱孩子

放开孩子的左手 拉紧孩子的右手

泓露沛霖 编著

现代版
康岸版

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

关爱孩子：放开孩子的左手，拉紧孩子的右手（现代实用版） /

泓露沛霖编著. —北京：中国商业出版社，2009.7

ISBN 978-7-5044-6378-4

I. 关… II. 泓露… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字（2009）第021829号

责任编辑：刘毕林

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

北京燕龙印刷有限公司印刷

* * * *

710×1000 毫米 16 开 16.75 印张 230 千字

2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 次印刷

定 价：34.00 元

* * * *

（如有印装质量问题可更换）

版权所有 翻印必究

前言

父母把孩子带到这个世界上的同时，也肩负着把孩子教育成人的责任。父母是孩子最好的老师。今天，父母怎样教育孩子，明天，孩子就有可能成为怎样的人。

值得大家注意的是，时代在变，家庭教育的方式不能一成不变，也必须随着社会的变迁，不断地灵活调整，才能收到预期的效果。传统的封闭式的家庭教育已经不适合于新时期孩子的成长。父母必须从单一、枯燥的说教，向与孩子相互沟通、平等交流转变；从重智育轻德育的现状，向注重提高孩子的创造精神和实践能力转变，这是大势所趋。一方面，父母要创建一个有利于孩子健康成长的良好家庭环境，培养孩子好性格好习惯，让孩子感受到爱，身心健康地成长；另一方面，父母要解放思想，给孩子自由的成长空间，让孩子的心灵和梦想自由地翱翔，只有两者兼顾，孩子才能更健康地成长。

拉紧孩子的左手，放开孩子的右手。拉紧孩子的左手，是父母的责任，也是为了让孩子在成长中少走弯路；放开孩子的右手，同样是父母的重要职责，让孩子活出自己的精彩。





“可怜天下父母心”，问题是，我们都是在没有多少经验的情况下，仓促地承负起教育孩子的重担，其困惑和焦虑的程度可想而知。同大家一样，我们都希望找到一本简单明确、可操作性很强的好书，来帮助我们避免由于我们的无知而耽误孩子成长的遗憾。因此，当父母们发现有这样一本书能帮助他们真正了解孩子、给孩子带来幸福时，一定是一件很幸福的事。这就是我们撰写《关爱孩子：拉紧孩子的左手 放开孩子的右手》这本书的初衷。

父母可以帮助孩子成为一个品质高洁的人，一个有着怜悯心，敢于承担责任和义务的人，一个有勇气、充满活力、正直的人。好的父母需要拉紧孩子的左手、放开孩子的右手，这就是这本书的主要内容。

无论是拉左手还是放右手，重要的是不要吝啬你的爱。让孩子在爱的环境中长大成人，他们肯定会快乐、坚强、充满创造力和勇气。拥有这样一个孩子，幸福会像空气一样包围着我们。

第二章

142	让孩子学会感恩	2/
143	让孩子学会分享	5/
144	让孩子学会合作	7/
145	让孩子学会尊重	10/
146	让孩子学会宽容	12/
147	让孩子学会坚强	14/
148	让孩子学会勇敢	16/
149	让孩子学会自信	19/

目 录

第三章

第一章 爸爸妈妈要和孩子一起长大

142	把欢乐带回家	2/
143	爱他就去拥抱他	5/
144	去和孩子一起做游戏	7/
145	向孩子袒露真实的自己	10/
146	让孩子懂得爱、珍惜爱、学会爱	12/
147	播下善良的种子	14/
148	用爱和理解打开孩子的心灵	16/
149	陪伴孩子的时间永远都不要嫌多	19/





第二章 如何与孩子进行巧妙的沟通

和孩子交流时要弯下腰来	/24/
营造民主对话的家庭气氛	/27/
父母愿意倾听,孩子才愿意倾诉	/29/
用心听,但不急于判断	/31/
倾听孩子对世界的理解和对未来的梦想	/33/
具有童心的父母最可爱	/36/
反叛与对抗是孩子成长的必然阶段	/40/
当心对孩子的语言伤害	/43/
与孩子一起分享你的喜怒哀乐	/46/
孩子的命运、成长方向取决于他的家庭环境	/50/

第三章 不怕犯错,就怕不改

要敢于接受孩子的“出格”	/54/
嫉妒心理会影响孩子人格的发展	/58/
脾气越大,调节能力越小	/61/
对待叛逆,堵不如疏	/64/
用自信来改变孩子的厌学	/67/
虚荣是一切污点之源	/69/
从发脾气到牛脾气	/73/
别让孩子养成输不起的心态	/75/
用合理的规则让孩子学会自控	/78/
让孩子自觉走向正途	/80/

第四章 孩子的情商不容忽视

孩子择友问题是对父母的考验与挑战	/84/
培养孩子与人合作的能力	/86/
分享不是失去而是互利	/89/
孩子的礼貌待客和文明做客	/91/
维护好孩子和老师的关系	/94/
让孩子学会正确处理冲突	/97/
从自我为中心到角色转换	/99/
鼓励孩子去人际交往	/102/

第五章 让孩子的心灵软着陆

心灵的成长比身体的成长更为重要	/106/
父母的成就在于发现和探究孩子成长的规律	/109/
关注孩子的心理健康	/112/
消除让孩子自卑的消极情感	/114/
不要把孩子封闭于狭小的环境中	/116/
教育的奥秘在于坚信孩子“行”	/118/
从对动物的态度,学会对人生的态度	/122/
陪孩子走进大自然	/124/

第六章 孩子的自信是父母给予的

善言结善果,恶言结恶果	/128/
去做你和孩子都想去做的事情	/130/





巧用激将计	/133/
在温和的探讨中点拨孩子	/135/
尊重孩子的努力	/138/
让孩子喜欢并接受自己	/140/
及时称赞孩子做对的事情	/143/
给予孩子足够的尊重和信任	/146/
尊重孩子自己的选择	/149/

第七章 有一种成长叫做挫折

让孩子体验错误行为的自然后果	/152/
遭遇挫折更能使孩子清醒	/154/
给孩子一个体验失败的机会	/156/
消弭孩子面对记忆力弱时的挫败感	/158/
让孩子知道自己也拥有很多让别人羡慕的地方	/161/
让孩子知道,任性的行为是不受欢迎的	/163/
让你的孩子正确地认识挫折	/165/
让孩子自己把握与异性交往的分寸	/168/
正确对待孩子的追星行为	/171/
早恋面前做开明的父母	/174/

第八章 想要孩子宽容,先要宽容孩子

允许孩子以更多元的方式发泄	/178/
高压只会让孩子选择逃避	/180/
耐心对待孩子的问题	/183/

允许孩子争辩.....	/184/
原谅孩子的错误和不完善	/186/
对感受要宽容,对行为要严格	/189/
允许孩子直接对父母表达自己的情绪和不满	/191/
要用一颗宽容的心去对待孩子	/194/
最好的教育不是耳提面命	/198/

第九章 培养孩子责任心的方法

要孩子知道,责任是不可推卸的	/202/
培养孩子的责任心	/204/
让孩子为自己的过失承担责任	/207/
在家庭中培养孩子最基本的责任感	/210/
让孩子在家务劳动中体会到责任	/212/
“富”孩子也要早当家.....	/214/
扮成弱者让孩子学会关爱	/216/
给孩子独立的机会	/219/
独立,让孩子活得更精彩	/222/
让孩子学会自己去生活	/224/
别给孩子太多的呵护	/227/

第十章 爱他,就给他自由

尊重孩子隐私,释放自由空间	/230/
如果没有秘密,那么孩子永远不能长大	/233/
放开手看着孩子进行每一次新的尝试	/237/





关爱孩子

拉紧孩子的左手
放开孩子的右手

guanai haizi
fangkai haizi de youshou

要有意识地给孩子留出一块自由自在的私人空间	/240/
给孩子表达的时间和空间	/242/
孩子,你自己来作决定吧	/244/
打开孩子身上的枷锁	/247/
让孩子相信自己一定行	/249/
寻找机会让孩子看到一个全新的自己	/252/
为孩子的每一个成功而喝彩	/255/
参考文献	/258/

由自由到自律, 由爱到规矩 第十章

让孩子学会自律	/260/
让孩子学会规矩	/262/
让孩子学会承担责任	/264/

A black and white photograph of a young girl with a halo and wings, looking upwards with a surprised expression. The image is framed within a circular vignette.

爸爸妈妈要和孩子一起长大



把欢乐带回家

野蛮产生野蛮，仁爱产生仁爱，这就是真理。待儿童没有同情，他就变得没有同情心；而以应有的友情对待他们，就是培养他们友情的最好手段。

——斯宾塞

家庭就是一个组织，每个成员都是构成这个组织的个体，如果每个人都带一些快乐回家，家里自然就充满笑声。相反，如果每个人都携不快回家，那么家庭中肯定会是乌云密布、雷电交加。当然，这样说并不是让人们回家时“报喜不报忧”，家庭中的成员应互相分享快乐，也应互相分担忧愁，这是家庭之所以被称为家庭的原因之一。但分担的意义是通过沟通来达到的，而不是整天板着脸，将心中的怨恨毫无理由地扔给其他人，或是总觉得别人对不起自己。

汤姆斯一家已连续 10 次获得“温馨家庭”的光荣称号，为此，美国《联合早报》的记者决定去采访他们一家，试图揭开汤姆斯一家多次获奖的秘密。当记者准备敲响汤姆斯家的大门时，突然发现门上刻着一行醒目的大字：“进门前，请丢掉烦恼；进门后，带快乐回家。”记者凝视着这一行字，细细品味一番后，便转身离开了，因为答案早已在他心中了。

作为父母应该为孩子营造一种快乐的家庭氛围，这是我们最基本的责任。营造这样的气氛不一定非要有太多的钱，也不要求父母有多

高的学历，它完全是个人可以主宰的。下面是一份关于家庭气氛对孩子是否适宜的小测验，父母可以对照着看一下。家庭氛围与下述的情况符合得越多，就与孩子生活的理想气氛越接近。

第一，一家人中不管谁说话，其他人都会认真地倾听；第二，家庭成员当天去哪里和回家的时间，一家人大致彼此知道；第三，父母不在孩子面前争吵；第四，孩子对父母有礼貌；第五，无论谁生病，全家都关心；第六，孩子大致知道父母的工作内容和家庭的收入情况；第七，父母常常为自己的孩子感到骄傲；第八，全家人经常在一起玩扑克之类的游戏，或者一起参加体育活动；第九，父母大致了解孩子的朋友，以及他在学校的学习、生活情况与与教师、同学的关系等情况；第十，家里没有“到那边去”、“吵死人了”、“去问你妈（爸）”等简单话语；第十一，家中每人都习惯用日常的问候语，如“我走了”、“我回来了”、“再见”等；第十二，孩子对父母的职业及人格表示认同，并尊重自己的父母；第十三，家人没有那种电视机开着没人看的习惯，也没有一家人没完没了地坐在电视机前的习惯；第十四，家里准备装修房子或是买大件的生活用品时，全家人在一起讨论，每个人都可以发表自己的意见；第十五，当关系亲密的朋友来家做客的时候，全家人都能聚在一起表示欢迎。

父母如果想为孩子营造一种快乐的家庭氛围，需要做到以下5点。

第一，理智。父母要学会控制自己的情绪，碰到让自己感到不愉快的事情时要克制自己的冲动，不要任其发泄。如果实在不能保持常态，可以自己单独待一会儿，待能够冷静地表达自己遇到的问题时再来解决这个问题。

第二，平等。家庭是一个整体，家中发生的事情每个人都有知情权。中国的父母大都喜欢把爱埋在心里，喜欢含蓄，但是如果我们不说出来，又怎么能让孩子理解和体会到呢？因此父母不能把爱只埋在





心里，应该把它放在嘴上。如果有工作上的快乐或烦恼时，建议父母讲给孩子听，不要认为孩子太小，理解不了，或是怕孩子伤心而不想让他知道。父母这样做是出于对孩子的爱与保护，结果却事与愿违，孩子会始终觉得自己游离于家庭之外，家里的事都不知道，会有一种孤独感。因此，父母应该保证家庭成员之间的真正平等的关系，不因年龄的大小、地位的高低而区别对待，家庭中的每个人都应该受到大家的尊重，每个人都有发表意见的权利。

第三，激励。家庭成员之间要互相激励，各自设立一些目标，当其中一个人达到了自己的目标时，其他成员要给予祝贺和鼓励，全家形成一种积极向上的生活气氛。

第四，开放。家庭成员之间可以很开放地谈自己的想法，父母尤其要鼓励孩子发表自己的意见，说错了也没有关系。只有这样，家庭成员之间才不至于积下一些不可调和的矛盾；当一个人遇到问题的时候，其他的人才能够很好地理解他，真正达到一种默契，成为心心相印的一家人。

第五，带快乐回家。父母如果在外边受到了苛责，不能把对别人的怨气和自己的委屈全都发泄在家人身上，比如，无端指责女儿乱翻东西，儿子弄坏了电视。正确的做法是心平气和地告诉家人自己在工作出错了，受到了上司的批评，请家人帮自己出主意。这样，家人就能够体谅我们的心情，千方百计地开导我们，让家中很快充满了快乐、幸福的笑声。



爱他就去拥抱他

拥抱可以让人更年轻、更有活力，并能让家人之间更亲密。常常拥抱你的孩子，能提高他们的心理素质，让他们变得更坚强。

——赫洛德·傅斯

有调查表明，有70%的孩子喜欢父母的拥抱，有三分之一的孩子认为人的一生都需要父母的拥抱。

心理学研究发现，人都有一定程度的“皮肤饥饿感”，在父母和孩子的众多接触中，抱着孩子与搂着孩子的肩膀最能使孩子产生强烈的幸福感与安全感。

父亲宽广的肩膀是孩子力量的源泉，母亲温柔的怀抱是孩子心灵停泊的港湾。

当孩子还是一个婴儿时，父母整天将孩子抱在怀中，当孩子蹒跚学步时，父母不时抱起他以赞赏他每一天的进步。

但是，不知从什么时候起，父母的臂膀就不再属于孩子了。

有些孩子为了得到父母的拥抱，会腻在父母面前反复地纠缠，他会用一切办法希望“投进妈妈的怀抱”。

拥抱孩子不需要特殊的方法，从什么时候开始都是恰当的，关键是要行动，要伸出我们的臂膀。

拥抱孩子是一种良好的亲子沟通方式。研究显示，婴儿期缺乏拥抱，孩子爱哭、易生病、情绪易烦躁；就算渐渐长大成人后，他们仍



然需要这种身体的“支持”。拥抱孩子是告诉他们，无论什么时候，不管孩子犯了多大的错误，父母对孩子的爱都不会变。

在不少家庭中，孩子的一天始于父母的唠叨指责之中：“你怎么搞的，这么慢吞吞的。”

“你怎么只吃这么一点？”“你到底是缺了哪条筋，丢三落四的。”……这些情绪化十足的负面言语，只会让孩子不舒服，从而影响他一天的情绪。

傍晚回家了。见到孩子，很多父母会边干家务边机械地问：“今天在幼儿园（学校）过得好不好？”孩子的回答也一样的干脆：“好！”他实际上是拒绝了你的询问，因为他觉得你并不重视他。

其实，即使孩子做错了事，或是任性、发脾气，也不妨先给他一个拥抱，让孩子在你的拥抱中稳定下来，然后再说一些你想说的话，“刚才你的书还在沙发上，装上了吗？”

“我们一起抓紧时间，这样就不会迟到了。”……这时哪怕你在唠叨，孩子也乐意接受。美好而快乐的一天便由此开始。

拥抱是一种力量，它是父母借着身体的接触来告诉孩子，我们永远爱你。这种爱将变成孩子生命中的一个重要的部分。

只要你行动了，你就会惊喜地发现，原来拥抱是不需要学习的世界通用语言。

什么时候孩子更渴望拥抱呢？

早晨第一次拥抱。无论你手头有多忙，请放下手里的一大沓报纸或水淋淋的青菜或正在移动的鼠标，给孩子一个热烈的拥抱，这会让孩子有“家”的感觉，他会觉得你的注意力全部放在他的身上，从而乐意与你分享他的快乐和烦恼。

“你看起来很高兴，有什么好消息告诉我？”这是拥抱孩子后常说的一句话。当然也有这样问的：“宝贝，你好像不太高兴，有什么事