



让孩子弘扬自强不息的传统美德，  
培养矢志不渝、刻苦勤奋、拼搏向上、  
开拓进取的精神品质。

# 男孩

# 自强不息的

# 培养

奚钧◎编著

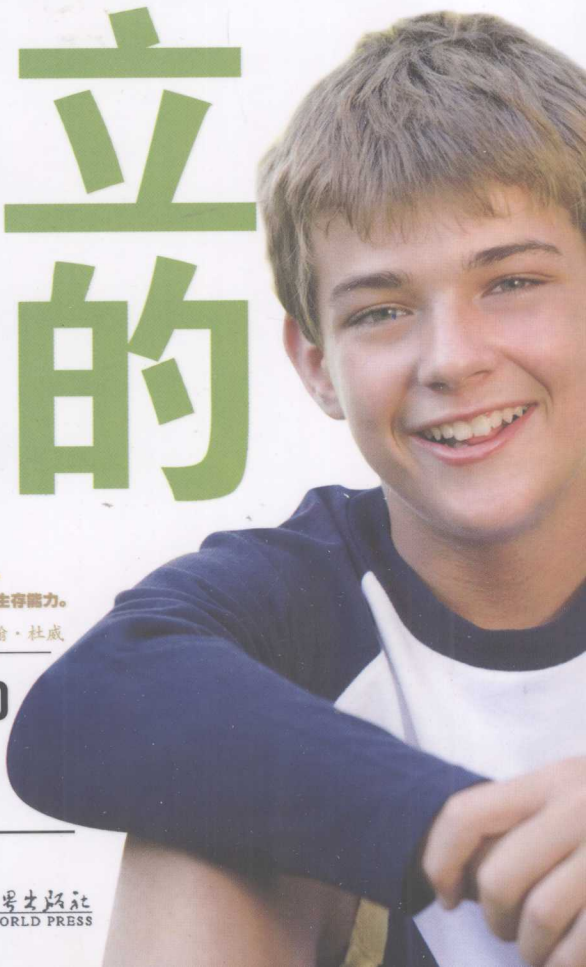
培养一个优秀的人的关键是注意从小培养他的独立性，其中最重要的是培养孩子的生存能力。

——美国著名哲学家和教育家约翰·杜威

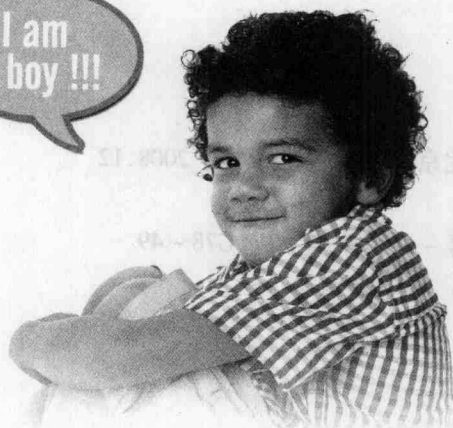
**Fostering Your Son's Ability To  
Stand On His Own Two Feet**



新世界出版社  
NEW WORLD PRESS



I am  
a boy !!!



# 培养 自强不息的 男孩



奚 钧◎编著

 新世界出版社  
NEW WORLD PRESS

## 图书在版编目 (CIP) 数据

培养自强不息的男孩/奚钧编著. —北京: 新世界出版社, 2008.12  
ISBN 978 - 7 - 5104 - 0012 - 4

I. 培... II. 奚... III. 家庭教育 - 通俗读物 IV. G78 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 194286 号

## 培养自强不息的男孩

---

策划: 梁小玲

作者: 奚 钧

责任编辑: 梁小玲

封面设计: 创品牌

出版发行: 新世界出版社

社址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室: + 86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发行部: + 86 10 6899 5968 6899 8733 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

电子信箱: [nwpcn@public.bta.net.cn](mailto:nwpcn@public.bta.net.cn)

版权部电话: + 86 10 6899 6306 [frank@nwp.com.cn](mailto:frank@nwp.com.cn)

印刷: 九州财鑫印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 787 × 1092 1/16

字数: 330 千字 印张: 20

版次: 2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 5104 - 0012 - 4

定价: 39.00 元

---

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换



美国心理学家推孟曾对 1500 名超常儿童进行长期的追踪观察，30 年后发现，20% 的人没有取得什么成就。把他们与其中成就最大的 20% 的人对比，发现最显著的差异并不在智力方面，而在于个性品质不同——成就卓著者都是有坚强毅力、独立性和勇往直前等个性品质的人。事实证明，一个人要想取得成功，仅有聪明的头脑是不够的，还必须具有独立性、自制力、坚韧性等良好的个性品质。

那么，作为父母，该怎样培养一个充满自强自立的男孩，怎样才能让他摆脱对家长的依赖，勇敢地去追求卓越，开拓属于自己的美好人生呢？

最好的答案之一就是，利用“鱼缸法则”。养在鱼缸中的热带金鱼，三寸来长，不管养多长时间，始终不见金鱼生长。然而，将这种金鱼放到水池中，两个月的时间，原本三寸来长的金鱼可以长到一尺。

“鱼缸法则”告诉我们：孩子的成长需要自由的空间。而父母的保护就像鱼缸一样，孩子在父母的鱼缸中永远难以长成大鱼。要想孩子健康强壮地成长，一定要给孩子自由活动的空间，而不让他们拘泥于一个小小的父母提供的“鱼缸”。父母要果断地放开自己的双手，让孩子依靠自己的才识去自由翱翔，依靠自己的力量去努力拼搏。

美国著名哲学家和教育家约翰·杜威有一个独特的教育理念。他认为：“培养一个优秀的人的关键是注意从小培养他的独立性，其中最重要的是培养孩子的生存能力。”

然而，在现实生活中，我们的家长做得如何呢？

有关专家以随机抽样的方式对北京、上海、广州、重庆四大城市的一项调查结果显示，四大城市中，6 岁的孩子自己穿衣服的比例仅为 45%，而不愿自己穿衣服的比例占 11%。而实际上，幼儿在两岁就开始有自己穿衣服的



## 培养 自强自立的 男孩

Fostering Your Son's Ability To Stand On His Own Two Feet

愿望和能力，到3岁就可以独立穿衣服了。而到了6岁，仍有相当比例的孩子不自己穿衣服，无论是什么因素，都不利孩子的成长。

专家们普遍认为，现代家庭中父母对孩子的事包办太多，培养孩子独立性的意识严重不足，孩子缺乏自强自立的精神，对孩子的未来发展极为不利。家长必须转变教育思想，改变教育方式，注重培养孩子的自强自立精神，让孩子掌握基本的生存技巧，培养孩子的独立性，培养孩子的冒险精神，培养孩子的竞争意识，培养孩子的合作能力，让孩子树立远大的理想，把优秀当做自己的习惯，不断追求卓越，赢得辉煌灿烂的人生！



## 第一章

### 男儿当自强，勇敢地承担责任

“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”这是《周易》中的名句，也是中华民族的民族精神和传统美德。自强是努力向上，是奋发进取，是对美好未来的无限憧憬和不懈追求，是摆脱依赖心理、敢于承担责任的自信精神。在孩子的成长过程中，父母不要总是扶着走，牵着走，而是应该看着走，让他学会自立。

- 自强自立是现代人必备的素质 / 3
- 培养孩子的自信心和自强精神是非常必要的 / 6
- 要努力培养孩子“男子汉”的阳刚性格 / 10
- 尽量给孩子提供解决问题的机会 / 14
- 要注重培养孩子健康的心理素质、健全的人格 / 16
- 教孩子克服依赖心理，形成独立的人格 / 19
- 从小强化孩子的责任意识，让他对自己的过失负责 / 21
- 让孩子成为一个勇于承担责任的人 / 24



## 第二章

### 自理才能自立，手巧才能心灵

50年前，我国著名儿童教育家陈鹤琴先生曾针对父母对孩子照料过度的现象说了这样一句话：“做母亲的最好只有一只手。”孩子的生活自理能力并不是什么鸡毛蒜皮的小事情，它不仅关系到孩子生活是否舒适，也关系到孩子对生活有没有自信心，是否掌握了基本的生存能力，能不能自立于社会。培养孩子的动手能力，提高其生活自理能力是家庭教育的第一步！

- 一定要让孩子学会自立，做自己生活的主人 / 31
- 从独立完成作业做起培养孩子的自立精神 / 34
- 注意培养孩子在家庭事务中的参与意识 / 36
- 培养孩子良好的适应社会的能力 / 39
- 让孩子学会决定和管理自己的事物 / 42
- 迎合孩子的本性，让他享受足够的自由 / 45
- 从小就努力培养孩子的自理能力和自立精神 / 49
- 让孩子养成爱劳动的习惯 / 54
- 要高度重视孩子的社会实践活动和动手能力 / 58
- 采取切实可行的方法提高孩子的动手操作能力 / 60
- 把对孩子进行各种小制作的指导列为一项重要的家教内容 / 64

## 第三章

### 重视培养孩子的自主选择能力

选择是人的天性，人的本质需求，没有选择就没有自主，失去自我，缺乏信心，丧失勇气，对于孩子来说更是如此。为了培养孩



子自主选择的能力，就要把孩子应该自己完成的、能够做到的事情，以及他应该承担的对自己、对父母、对家庭、对社会的责任都要还给孩子，给孩子独立成长的空间，给孩子独立面对社会的机会，让孩子学会支配生活和控制自我，成为真正意义上的独立的人。

- 人生的道路要靠自己不断去选择和开拓 / 71
- 孩子的自主选择能力需要从小开始培养 / 74
- 给予孩子有利于他个性特长发挥的自由选择的空间 / 77
- 把你的孩子培养为一个理性的决策者 / 80
- 帮助孩子逐渐摆脱优柔寡断的性格 / 83
- 给孩子自由支配的时间，让他掌握高效学习的方法 / 87
- 让孩子学会抗拒诱惑，加强自我控制能力 / 91
- 让孩子坚决抵制和远离庸俗有害的嗜好 / 95
- 提醒孩子注意自身的局限性，懂得量力而行 / 99

## ❀ ❀ 第四章 ❀ ❀

### 崇高的理想是孩子追求自强的力量之源

屠格涅夫说：“生活中没有理想的人，是可怜的人！”理想是人们对未来的向往和追求，是自强的力量之源，是一个人的精神支柱。人的活动如果没有理想的引导和鼓舞，就会变得空虚、软弱、混乱而渺小。帮助孩子树立正确的人生目标，引导孩子珍惜和创造有价值的生命，帮助孩子把理想转化为现实，是每一位家长的职责。

- 人的尊严在很大程度上是通过理想来实现的 / 105
- 要引导孩子成为自己生活的主宰 / 107



- 一个人在小时候就应当确立自己的奋斗目标 / 110
- 指导和帮助孩子树立合理的人生目标 / 113
- 引导孩子珍惜和创造有价值的生命 / 119
- 指导孩子培养良好的兴趣爱好 / 122
- 积极配合儿子开创他自己所想要的人生 / 127
- 帮助孩子努力把梦想变为现实 / 131
- 教孩子把握好自己的特点，有效利用自身的优势 / 134
- 督促孩子用行动实现人生的理想 / 137

## 第五章

### 自强离不开坚定的意志和坚强的决心

生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达理想的彼岸。歌德曾经说过：“谁不能主宰自己，永远是一个奴隶。”家长要让孩子从小学会自己主宰自己，就是为了使孩子今后不成为自身软弱的奴隶，不成为客观逆境的奴隶，不成为他人意志的奴隶，从而为孩子奠定终生立足之本。在人生道路上，培养这种心理品质的过程开始得越早越好。要让孩子从小懂得：“人生无坦途”，要树立百折不挠、坚韧不拔的精神和信念。

- 一定要把培养孩子的意志品质作为一项极重要的任务 / 143
- 帮助孩子培养良好的意志品质 / 147
- 如何培养孩子的专注性和坚持性 / 151
- 培养不怕坎坷的坚强的孩子 / 154
- 教孩子学会从容坦然地面对挫折 / 157
- 增强孩子的自控能力，让他学会自我约束 / 162
- 允许孩子失败，给他做错事情的权利 / 165
- 提高孩子勇敢地面对问题、努力解决问题的勇气 / 167



## 第六章

### 激励孩子努力向上，奋发进取

自强是努力向上、奋发进取，对美好未来的无限憧憬和不懈追求的精神；自强是一个永无止境的追求。生命不息，自强不止。一旦停止了自强的努力，生命就失去了支点，生命之火就变得暗淡无光。因此，要培养孩子勤奋刻苦、不懈努力、不断进取、追求卓越的精神。

家长一定要有一种肯让孩子吃苦受累的思想 / 173

努力培养孩子刻苦的精神和勤奋的习惯 / 175

让孩子学会珍惜时间，提高效率 / 179

教孩子战胜懒惰，培养甘于吃苦的精神 / 182

帮助孩子克服惰性，战胜心理疲劳 / 184

引导孩子对电视节目有所选择，有所节制 / 187

让良好的习惯逐渐把孩子引领到成功的彼岸 / 190

培养孩子追求卓越、主动进取的精神 / 194

## 第七章

### 开拓创新的思维能力是自强自立的基础

自强的道德精神中蕴涵着与时俱进、开拓创新的内容。正如古人所说：“苟日新，日日新，又日新。”因为只有不断地革故鼎新，应时以变，才能步入更高更强的境界。

思维能力在孩子的成长和成才过程中起着至关重要的作用。学



会激发自己的灵感，养成良好的思维习惯，提高创造性，会使孩子终生受益无穷。

- 从小就要培养孩子灵活的思维能力 / 201
- 让孩子学会激发自己的灵感 / 205
- 努力提高和发展孩子的创造构想能力 / 208
- 孩子掌握一些现代思维方式 / 211
- 教孩子破除或摆脱思维定式的不良影响 / 215
- 让孩子保持头脑灵活，养成良好的思维习惯 / 219
- 有意识地培养孩子的创造、创新能力 / 222

## 第八章

### 培养孩子的胆量、魄力和竞争意识

歌德说：“你若失去了财产——你只失去了一点儿；你若失去了荣誉——你就失去了很多；你若失去了勇敢——你就把一切都失去了。”勇敢是人格中最神圣最宝贵的东西。敢不敢冒险、是否善于竞争，正是区别强者和弱者的标志之一。在生活中，一定要注意培养孩子的胆量和魄力。

- 在生活中一定要重视培养男孩的勇敢精神 / 229
- 积极借鉴国外家长的先进教子经验 / 232
- 教孩子掌握磨炼胆量、远离恐惧的方法 / 234
- 教孩子战胜懦弱，敢于肯定自我 / 237
- 教孩子树立正确的竞争意识 / 240
- 引导孩子养成良好的竞争习惯 / 243
- 培养孩子敢于冒险的精神和善于冒险的能力 / 246



## 第九章

### 自强者并不排斥他人的援手，而是积极寻求合作

自强者并不排斥他人的援手。事实上，善于取得他人的帮助，汲取他人的经验，以强化和完善自我，正是一个自强者应当具备的素质。人际交往是孩子适应环境、适应生活、适应社会，形成完美个性的必要途径。善于团结协作是许多成功人士的共同特性。让孩子学会与人共处，养成善于合作的习惯，他未来的事业会更加成功，生活更加愉快。

把培养孩子的交际能力当做一项重要的工作 / 253

鼓励孩子走出家门积极投入到社会交往中 / 257

要让孩子掌握结交朋友的基本原则和技巧 / 260

指导孩子扮演好自己在集体中的角色 / 264

教会孩子与他人和谐相处 / 266

教孩子高度重视和别人合作 / 270

培养孩子的合作精神和团结协作的能力 / 272

## 第十章

### 进行理财教育，帮助孩子早当家

俗话说：“不当家不知道柴米贵。”没有经过理财教育的孩子，很多只知道花钱，缺乏正确的消费观念和创造财富的能力。在西方发达国家，理财教育大都从娃娃抓起。我们中国家长对孩子的理财教育也不应该再是一个空白。尤其是为了提高孩子的综合素质，提高孩子的独立能力，致力于培养适应时代要求的复合型人才，对孩



子的理财教育就更不能掉以轻心了。

- 必须让孩子从小掌握一定的理财知识和技巧 / 277
- 让孩子树立正确的金钱意识和观念 / 279
- 针对孩子的不同年龄有针对性地进行金钱观教育 / 282
- 让孩子学习管理钱财，训练理财能力 / 285
- 在花钱方面给孩子一定的自主权 / 288
- 教会孩子合理地进行理财和消费 / 291
- 教孩子学会把生活消费控制在预算之内 / 294
- 让孩子尝试投资，学会承担财务责任 / 297
- 让孩子从小养成储蓄的好习惯 / 300
- 对孩子花钱不能不加限制，不加指导 / 302
- 让孩子继承勤俭节约的传统美德 / 304



## 第一章

# 男儿当自强， 勇敢地承担责任

“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”这是《周易》中的名句，也是中华民族的民族精神和传统美德。自强是努力向上，是奋发进取，是对美好未来的无限憧憬和不懈追求，是摆脱依赖心理、敢于承担责任的自信精神。在孩子的成长过程中，父母不要总是扶着走，牵着走，而是应该看着走，让他学会自强自立。



Love you





## 自强自立是现代人所必备的素质

自强不息的精神是中华民族优良的传统美德。我们的祖先历来强调，凡是有志气、有道德、有本领的人，必定是自强不息的人。几千年来，中华民族以自强不息的精神历经磨难、艰苦奋斗，创造了伟大的东方文明，屹立于世界民族之林。在无数优秀炎黄子孙的人生轨迹中，都鲜明地印刻着矢志不渝、刻苦勤奋、拼搏向上、自立自强的精神品质。我们的祖先历来告诫年轻人“少壮不努力，老大徒伤悲”；即使对老年人，也倡导“老骥伏枥，志在千里”和“不须扬鞭自奋蹄”的自强精神。

奋发自强是我们内心蓄贮着的庞大力量，这种力量可以扶携我们度过很多难关，可以带领我们向前迈步，义无反顾地只想做得更好。

当你觉得际遇不如人，孤立无援的时候，奋发自强的心便是你的最好支柱，因为这颗心能令你无论在什么环境也誓不低头，发挥最大潜力；有了这颗心，你便坚如磐石，受得起人生中的大风大浪！

孔子说：“君子求诸己，小人求诸人。”《易经》上写道：“天行健，君子以自强不息。”所谓的“自强不息”，所谓的“求诸己”，主要强调以下内容：

### (1) 自强首先要求自主自立

作为男子汉，要确立靠自己不靠别人的观念，与一味依附别人的奴化心理彻底决裂，与依赖别人恩赐的侥幸心理划开界限，把争取个人利益和幸福，放在自己努力的基础上。自己的利益自己争取，不求别人代办，不求别人恩赐。这是因为，由别人争取来的利益不是真正意义上的个人利益，由包打天下情结形成的依赖关系，最终将转化为依附关系。所以，自强规范不但要求自己，也要求别人不越俎代庖。

自强要求的自主，是自己对自己负责，自己承担对自己的责任，把命运掌握在自己手里。当然，我们说的自主绝不是自我封闭，而是强调矛盾的主

要方面在自身，主要责任在自身。在争取自身利益上，友谊和援助是次要的，是辅助性的。同时，也只有做到自立自强，才能赢得友谊和援助。

### (2) 自强要以自信为基础

作为男子汉，自己对自己有信心，充分认识自己，相信自己的力量。自信的人才能自主，才不对别人抱有幻想。依附于别人的人，往往是缺乏自信的人。信心就是力量，力量来源于信心。人因为失去信心而自我萎缩，人也因怀有信心而自立自强。自信不是自高自大，孤芳自赏，自信是建立在对对自己全面认识的基础上的。自信不是认为自己无所不能，而是对自己克服困难的勇气、信心和毅力的信任，是对自己会做得尽可能好的信任。自信的本质是一种自我宣誓式的决心。自信不是对别人不信任；相反，充分信任同伴，充分信任周围的人，才会有真正的自信。对周围条件和环境的充分认识和了解，对友谊和支援的尊重，是建立自信的条件。怀有自信心的人，才会坚持自主意识，坚持对自身潜力的开发。自强规范依赖自信心的支持，自信心是自强规范的必备要素。

### (3) 为了做到自强要求自己勉

自勉就是自己勉励自己，自己鼓舞自己，自己激励自己；也就是自己激发自己的积极性，自己作为自己的动力源，自己开动自己，自我发动。无论是自主还是自信，必然要落脚到行动上，落脚到积极奋发向上的人生态度上，落脚到充满希望、精神激昂的人生开拓中。有为的人生哲学，乐观的人生态度，积极的开拓行动，昂扬奋发向上的精神，才是“自强不息”的真正含义。不悲观，不颓废，不自弃，调动自己整个生命中蕴涵的活动能量，去进行人生的创造。

### (4) 自强的人要善于自责

自责就是自我责备，勇于承担责任。在社会生活中，有成与败，有得与失，有荣与辱，有幸与不幸。追求自强的人，要把成败、得失、荣辱、幸不幸归因于己，不徒然怨天尤人，从自身方面找原因。外因是变化的条件，内因是变化的根据，外因通过内因而起作用。这样的道理虽然人人懂得，已成