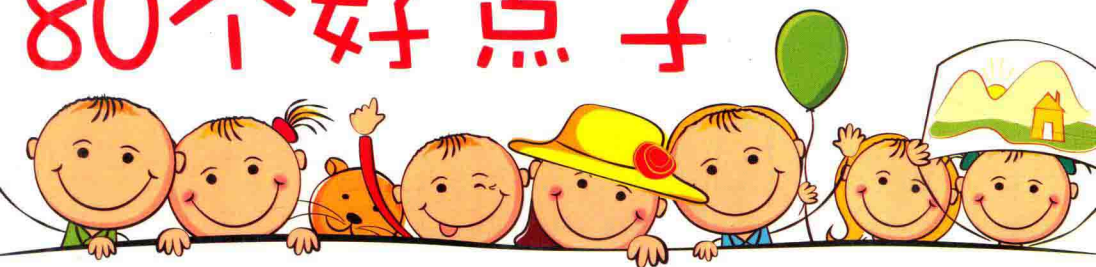




父母的习惯

(日)多湖辉 著 陈娟 译



让孩子变聪明的基本原则：

· 游戏般的愉快心情很重要 · 孩子的成长道路不是单行道
· 拒绝孩子的小算计时，要表明自己的态度
· 为孩子描绘一幅“蓝图”
· 不是比别人更优秀，而是跟别人不一样
· 不害怕犯错

 辽宁科学技术出版社
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

父母的习惯

让孩子变聪明的 80个好点子

(日)多湖辉 著 陈娟 译

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

習慣]

OYA NO SYUKAN

Copyright © 2010, Tago Akira

Original Japanese language edition published by Chuokei Publishing Co., Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with Chuokei Publishing Co., Ltd., Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

©2012, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由日本株式会社中经出版授权辽宁科学技术出版社在中国范围独家出版简体中文版本。
著作权合同登记号：06-2010第421号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

让孩子变聪明的80个好点子 / (日) 多湖辉著; 陈娟译. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2012.8
(父母的习惯)

ISBN 978-7-5381-7514-1

I. 让… II. ①多…②陈… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第115904号



策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司(www.booklink.com.cn)

总策划: 陈庆

策划: 邵嘉瑜

装帧设计: 季传亮

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 天津市蓟县宏图印务有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 148mm × 210mm

印张: 5

字数: 120千字

出版时间: 2012年8月第1版

印刷时间: 2012年8月第1次印刷

责任编辑: 卢山秀 谨 严

责任校对: 合力

书号: ISBN 978-7-5381-7514-1

定价: 20.00元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

E-mail: lnkjc@126.com

<http://www.lnkj.com.cn>

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/7514

目录

序 让孩子变聪明的教育方式	2
---------------------	---

第一章 开发孩子的潜能

——让孩子充满“勃勃生机”的方式	15
Q1 不过分管教	16
02 不担心自己的孩子和别人不一样	18
03 不斥责孩子的涂鸦	20
04 不禁止孩子看漫画	22
05 宽容地看待孩子的粗鲁语言	24
06 和孩子一起分解玩具	25
07 不禁止孩子闲逛	26
08 让孩子了解“超出常规”的乐趣	28
09 轻松看待孩子的错误	30
10 以愉快的心情看待孩子的谎言	31

第二章 让孩子能力得到充分发挥

- 创造“宽松环境”的方式..... 33
- 11 做有自信的父母 34
- 12 不要总是以孩子为中心 36
- 13 让孩子与哥哥姐姐们一起玩 38
- 14 父母意见不统一也是好事 39
- 15 尽情欢笑吧 41
- 16 让孩子看到你读书的样子 43
- 17 不要禁止孩子去高处 44
- 18 不打扰孩子独处的时间 45
- 19 让孩子照顾宠物 47
- 20 让孩子接触外语 49

第三章 让心理和身体发生奇迹

- 用“有魔力”的方式讲话..... 51
- 21 相信孩子 52
- 22 褒奖的话语要让孩子听到 54
- 23 称赞、提醒、鼓励..... 56
- 24 在人前不要对自己的孩子过分谦虚 58
- 25 不批评孩子的相貌 59
- 26 不命令孩子 60
- 27 不要使用“杀伤性语言” 62
- 28 进行暗示 64



29 夸奖孩子的长处	66
30 用正确的话语来回应	68

第四章 让孩子轻松快乐地学习

——“对学习充满期待”的方式	71
31 让孩子做自己想做的	72
32 不以“学习”为借口	74
33 让孩子考虑得失	76
34 关注孩子做得正确的部分	78
35 在孩子大脑接受信息饱和时暂停	79
36 让孩子决定自己的目标	81
37 从容易产生印象的开始教	83
38 从身边的事物开始教起	85
39 在孩子面前做实验	87
40 向孩子询问他画的是什么	88

第五章 自己动脑思考寻找答案

——培养“思考能力”的方式	91
41 重复“这个”、“哪个”、“什么”	92
42 让孩子思考“还有什么其他的用途”	94
43 亲口告诉孩子要买的东西	96
44 同时吩咐孩子两件以上的事情	98
45 问一些用一两句话无法说清楚的问题	100

46 让孩子自己花钱	102
47 不要打断孩子的自言自语	104
48 用问题来回答问题	106
49 故意给孩子出难题	108
50 用语言来描述自己的动作	110

第六章 不害怕困难, 靠自己的力量克服难关

——让孩子“充满干劲”的方式	113
51 让孩子看到父母的失败	114
52 不使用禁止的语言	115
53 与孩子保持相同的视线	116
54 让孩子自己做出选择	117
55 像对待大人一样对待孩子	119
56 让孩子把话说完	121
57 不打扰孩子	122
58 对孩子的喜悦和惊讶进行鼓励	123
59 让孩子经历失败	125
60 轻松地看待孩子的错误	127

第七章 提高集中力, 让头脑变灵活

——引导孩子“玩游戏”的方式	129
61 让孩子尽情地玩耍	130
62 无视说明书	131

63 教孩子玩一些传统游戏	132
64 通过捉迷藏培养推理能力	134
65 玩“扮演游戏”来开阔孩子的世界	135
66 对待胜负要严肃	136
67 任由孩子乱扔东西	137
68 让孩子收集小玩意儿	138
69 让孩子接触“输赢”	139
70 让孩子尽早地接触围棋和扑克牌	141

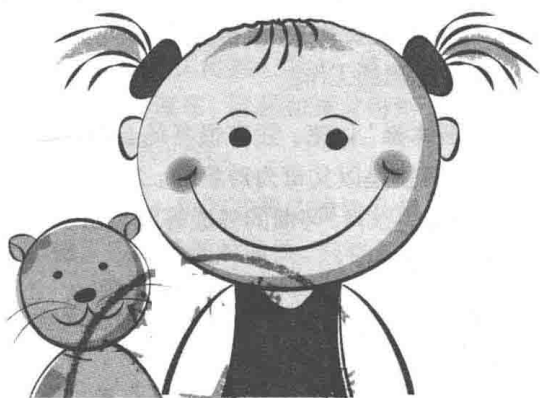
第八章 让心灵、身体和大脑茁壮成长

——培养“健康习惯”的方式	143
71 将早睡早起贯彻到底	144
72 给孩子锻炼手指的机会	145
73 让孩子正确地使用刀具	147
74 让孩子学会使用两只手	149
75 让孩子体验光着身体	150
76 让孩子多走路	151
77 让孩子走和平常不一样的路线	153
78 不要阻止孩子吵架	155
79 家里人一起快乐地吃饭	156
80 不要忘记“充满人性的孩子才是聪明孩子”	158

父母的习惯

让孩子变聪明的 80个好点子

(日)多湖辉 著 陈娟 译



辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

序

让孩子变聪明的教育方式

在谈到以提高孩子的能力，特别是以促进孩子大脑发育为主要目的的教育时，首要的一点，就像我在其他书中也提到过的一样，如果孩子意识到这是“教育”，其效果就会大打折扣。

和上一本书《培养孩子的忍耐力的教育智慧》中的基本方针相同，我提倡的“让孩子变聪明的教育”是指孩子“察觉不到的教育”，要让孩子能够主动地接受来自父母的说教或者教导，并且成为一种习惯，从中感受到乐趣。这当中需要父母花费功夫、值得父母思考的地方也有很多，因此对父母来说也是一个有意思的工作。

自提倡“大脑体操”以来，我在很多场合都提到过有关头脑开发方面的方法，这其中有些是以父母为对象的。为了能够有效地促进孩子智力的发育，本书从日常的教育、习惯的养成等观点出发，介绍了很多父母可以“手到擒来”的教育方法。

这些方法涵盖了从学习到游戏等各个方面的内容，但是作为其中贯穿始终的“基本原则”，必须首先注意以下几点。

1. 教育的理想是“绷线”

在日语中，“教育”写成汉字是“躰”。顾名思义，就是“身体力行于美”，即让言行举止变得美好起来的意思，是日本在汉字的造字原则“形声、象形、转注、指事、假借、会意”的“六书”之外，另辟蹊径，独创的汉字。它

的原意其实是自古已有的裁缝使用的“绷线”。所谓绷线，是指缝制衣服时，预先将布料调整好形状后，再将布料沿着这个形状假缝时使用的线。

从某种意义上来说，对孩子的教育其实也是如此。教育，并不是要孩子对父母百依百顺，像个傀儡一样完全遵从父母的意愿。说到底，教育只是为孩子将来选择自己的人生道路，能够在社会上独当一面奠定基础。

在缝制衣服的过程中，等到布料成形之后，就会将绷线拆下，教育也形同于此。等到基石稳固之后，就需要一点一点地松掉手中的线，学会放手，给孩子更广阔的成长空间。

2. 像游戏般的愉快心情很重要

最近，由于受到少子化（指生育率下降，造成幼年人口逐渐减少的现象）的影响，热衷于在孩子的教育上大费周章的父母也不在少数。

孩子还处在懵懂无知的幼儿阶段时，父母就开始准备，张罗五花八门的教材，让孩子学习英语、音乐，以及各种技艺等等。

孩子天性敏感，尤其在感受父母的心意上，这一点体现得淋漓尽致。对自己的孩子寄予厚望本无可厚非，但是如果父母对于“精英教育”过分地执着，就只会让孩子产生抗拒心理。

如果父母呈现给孩子的是一种游戏般的愉快心情，孩子也会随之受到影响，身心得到放松，感受到游戏般的愉快。只有和孩子一起玩耍，让孩子看到父母的轻松姿态，才更有利于培养孩子的好奇心，让孩子的能力得到最好的发展。

以玩耍而不失严肃认真的态度，培养孩子各方面的能力，才是“让孩子变聪明的教育方式”的真谛。

3. 对孩子的教育要掌握度

由始至终，不管在任何场合，我的一贯主张都是教育要注意“适度”。

“适度”经常与“不负责任”、“敷衍”等词一起被看做是贬义。但是仔细想想你会发现，“适度”其实是指“适当的程度”，也就是掌握好“度”的意思。

打个比方，汽车的刹车一脚踩下去后不会马上就起作用。

从踩下去到开始起作用，这之间有一段“间隙”。其中的道理会开车的人都一定熟稔于心。

刹车的目的是减慢车速，或使车轮停止运转。也许有人会想这样不是很危险吗，但实际上，它却是对安全的一种保障。

如果刹车踩下去后立刻就能发挥作用的话，很可能会由于运动的惯性而导致翻车。

“教育”也是如此，没有必要对什么事情都摆出一本正经的严肃面孔。适度的放松，才能在该绷紧的时候毫不犹豫地绷紧，这就是“适度”的重要性。

4. 孩子的成长道路不是单行道

这一点很重要，希望父母在教育孩子的过程中始终铭记于心。

市面上关于孩子教育方面的书多如繁星，数不胜数，当然本书也是其中之一。但是，没有哪一个知识分子或者高明的教育实践家能够写出一本符合所有孩子的书，因为每个孩子都有属于自己的独特的个性。

打个比方来说，孩子的成长道路其实就像弯弯曲曲纵横交错的山道一样，途中会遇到山峰也会遇到低谷。如果你认为孩子能够完全按照书中所写的那样来成长的话，那就大错特错了，这种想法还是赶紧丢掉为好。

5. 了解什么话会毁掉孩子，什么话能激励孩子

在正文的“讲话方式”一章中会详细地讲到这一点，但由于它的重要性，所以在“基本原则”中也不得不提及。

平时走在街上时，经常能听到妈妈们用近乎斥责的口吻对孩子讲话。

无论心里多么明白孩子不可能完全遵从自己的意愿，但碰到着急上火、疲惫不堪的时候，妈妈们就会不自觉地变得烦躁起来，甚至迁怒于自己的孩子，这种心情倒也不是不能理解。

可是，拿孩子出气的做法，只能说是她们对身为母亲的自觉性还略显不足。

语言因其使用方式的不同，有可能会变成一把毁掉孩子的利刃，也可能对促进孩子的成长发挥出魔力。在本书中列举出了一些会伤害孩子的“杀伤性词汇”，以供参考。

6. 是接受还是躲开—— 解决孩子“哭闹”、“撒娇”、“威胁”的方法

不可思议的是，孩子很纯洁，但同时也惊人地会算计，会通过“哭闹”、“撒娇”或者“威胁”父母等手段，来达到自己的目的。如果父母对此全盘接受，一一满足孩子的条件，那只会让孩子变成一个以自我为中心的人。在拒绝孩子的小算计时，父母要表明自己的态度，“不行就是不行”这种话要清楚明白地说出来。要做到既不会妨碍孩子的好奇心，又能够巧妙地回应或者避开孩子的要求。

让孩子健康茁壮地成长是全天下父母的共同心愿，可如果只是放任孩子随心所欲，教育就会缺失其本意，即使孩子会“成长”，也终将与草木同朽。

自由成长的同时，在哪些地方需要施以重手又有哪些地方需要一笑了之，应该有个清楚的界限。这才是让孩子自由茁壮成长的教育意义之所在。

7. 孩子成长的三个重要因素—— 幼儿期、不断的重复、父母的夸奖

在世界上的各种语言当中，日语也算得上是较为复杂的一种语言，那为什么我们还能够自然而然地轻松学会日语呢？

这是因为：

其一，自我们出生以来就处在被日语包围的环境中；

其二，在这样的环境中，我们在耳中反复听到的都是同样的词汇；

还有一点是，从我们懂事并会张口说话的时候起，咿咿呀呀，不管说的是什么，即便词不达意，也总能博得大家的欢心获得拍手称赞。

这三点是音乐教育的权威铃木教学法的根本原理。即，还在幼儿期时，不断重复所见所闻，一有进步就会受到夸奖，这个过程正是孩子茁壮成长的秘诀。

8. 为孩子描绘一幅“蓝图”

所谓蓝图，是指父母对孩子未来的展望，孩子将来会成长为什么样的人，是对孩子美好未来的规划。

在阿德勒心理学(阿尔弗雷德·阿德勒, Alfred Adler, 奥地利心理学家, 个体心理学创始人, 人本主义心理学的先驱, 现代自我心理学之父)中, 父母对孩子的期待被称为“家庭价值”, 这种家庭价值会成为孩子今后成长道路上的指南针。没有了家庭价值的存在, 孩子就会失去自己成长道路上用以衡量的基准, 进而陷入混乱之中。

不过, 有一点值得注意的是, 父母不能将这种家庭价值强行推给孩子, 而应该始终以客观的态度来审视自己对孩子的期待。

父母需要明白, 自己虽然对孩子抱有这样那样的良好愿望, 但说到底那些只是自己的意愿, 不能强加在孩子身上。取得两者之间的平衡至关重要。

9. 反省自己的教育方式

过于热衷于对孩子的教育, 会使父母的视野逐渐变得狭窄。要时常让头脑保持冷静, 从客观的角度来审视自己对孩子的教育。

特别是在当下，父母为孩子的教育花费掉过多的金钱和精力已经成为一种风潮，对这一点的强调就显得尤其关键。

冷静下来再次思考，你会发现许许多多曾经被忽略和忽视掉的东西。这些以前不被注意和重视的细节，在以后的教育中会发挥出令你意想不到的作用。

10. “不是比别人更优秀，而是跟别人不一样”

在犹太人的教育传统中，对孩子的教育，重视的不是和别的孩子相比“我的孩子有多么优秀”，而是“我的孩子和别的孩子有多么不一样”。

承认和尊重每个独立的个体各自不同的性格，在这种教育模式之下，孩子的成长就不会被局限在一个固定的框架之内。好奇心旺盛是孩子的天性，只要不人为地给孩子套上各种条条框框，孩子的世界自然会一天一天地逐渐变得开阔起来。

因此，非常有必要向犹太人学习，借鉴他们的教育方式。

11. 要让孩子学会表现自己的优点

如果孩子不懂得如何来表现自己的优点，那么之前所有的呕心沥血、绞尽脑汁的教育也都失去了意义。虽然常言道“真人不露相”，但是过度的隐藏，完全不将自己的优点展现出来，那就跟没有优点毫无二致。

所以，培养孩子勇于展现自我的表现力，理所当然也是提高孩子能力的一部分。

12. 不害怕犯错

在将这些原则逐一列举出来的时候，可能有的人会因为紧张而变得过分专注于原则本身，即使是一个小小的失败，也会对自己过分地苛责，怀疑自己的能力。

其实大可不必如此担心。我们人类不论多少都具备一些自我恢复的能力,这种能力在孩子身上也一样,一次、两次的失败,不会给孩子造成无可挽回的打击。

相反,最重要的是从失败中汲取教训。在对孩子的教育过程中,失败是不可避免的,不必过分忧虑,要从失败中学习经验,提高教育的质量,促进孩子的成长。

以上就是贯穿在“让孩子变聪明的教育”中的12个基本原则。希望大家在阅读本书正文时,可以时常温故一下。

目录

序 让孩子变聪明的教育方式	2
---------------------	---

第一章 开发孩子的潜能

——让孩子充满“勃勃生机”的方式	15
------------------------	----

Q1 不过分管教	16
----------------	----

02 不担心自己的孩子和别人不一样	18
-------------------------	----

03 不斥责孩子的涂鸦	20
-------------------	----

04 不禁止孩子看漫画	22
-------------------	----

05 宽容地看待孩子的粗鲁语言	24
-----------------------	----

06 和孩子一起分解玩具	25
--------------------	----

07 不禁止孩子闲逛	26
------------------	----

08 让孩子了解“超出常规”的乐趣	28
-------------------------	----

09 轻松看待孩子的错误	30
--------------------	----

10 以愉快的心情看待孩子的谎言	31
------------------------	----