

美国权威儿童教育专家的忠告

100位全美权威教育专家著文
1001条体贴入微的教育技巧

■ 李旭大 邵夏珍 / 编译

我们 教育孩子 的观念

The
Book
of
Raising
Your
Child

中国商业出版社



100位全美权威教育专家著文
1001条体贴入微的教育技巧

我们 教育孩子 的观念

李旭大 邵夏珍 / 编译



中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

我们教育孩子的观念:美国权威儿童教育家的忠告/
李旭大,邵夏珍编著. - 北京:中国商业出版社,2001.4
ISBN 7-5044-2726-8

I.我… II.①李… ②邵… III.儿童教育:家庭教育 IV.G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 18424 号

责任编辑 刘树林

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺1号)
各地新华书店经销
北京铁建印刷厂印刷

*

开本 880×1230mm 1/32 印张:17 字数:472千字
2001年5月第1版 2001年5月第1次印刷
定价:26.00元

*

(如有印装质量问题可更换)

目 录

第一篇 把孩子培养成一个合格的社会人

1. 培养孩子富于进取的精神 (3)

- ◎ 让孩子自己做出选择
- ◎ 给孩子更多鼓励而不是财富
- ◎ 发现孩子的特长与爱好
- ◎ 拓宽孩子的视野
- ◎ 让孩子们学会自己做事
- ◎ 限制消极被动,鼓励积极主动
- ◎ 做孩子的好榜样

2. 让孩子获得成功 (7)

- ◎ 发现孩子的长处并及时给予赞赏
- ◎ 教孩子该怎么做,而不要一味责备
- ◎ 估量孩子的力量
- ◎ 鼓励孩子自我赞许
- ◎ 教孩子学会放松
- ◎ 集中精力,心无二用
- ◎ 头脑中进行演练
- ◎ 鼓励孩子不断取得新的成功

- ◎ 列出达到目标的几个步骤

3. 如何培养一个有教养的孩子 (16)

- ◎ 给孩子做个榜样
- ◎ 激励并表扬孩子
- ◎ 和孩子一块用餐
- ◎ 让孩子从点滴小事中培养良好的品性

4. 在复杂的社会中教好孩子 (23)

- ◎ 把你的价值观告诉孩子
- ◎ 讲明订立规章制度的原因
- ◎ 教孩子遇事多考虑一下他人的感受
- ◎ 认识到愧疚的力量
- ◎ 敦促学校开展道德教育
- ◎ 给孩子讲述英雄们的故事
- ◎ 给自己的孩子做个好榜样

5. 如何养育幸福的孩子 (31)

- ◎ 孩子在家中应该排在第一位?
- ◎ 家庭中应该完全发扬民主?
- ◎ 做家务活只是家长们份内的事?
- ◎ 挫折不利于孩子的成长?
- ◎ 孩子拥有的玩具多多益善?
- ◎ “我的孩子看电视的时间不是太多?”

6. 如何使孩子成为领导者 (38)

- ◎ 做一位积极推动孩子前进的家长
- ◎ 让孩子们积极探索
- ◎ 让孩子用心考虑如何取得成功
- ◎ 认真对待孩子们的梦想
- ◎ 让孩子作如果前提变化又将怎样的推测
- ◎ 给他们一个机会

- ◎ 做孩子竞选活动的支持者
- ◎ 教孩子学会尊重他人、灵活应变,并具有责任感

7. 让孩子从小学会理财 (46)

- ◎ 教孩子学会储蓄
- ◎ 给孩子发点零花钱
- ◎ 让孩子参与家务劳动
- ◎ 不要用金钱来贿赂或惩罚孩子
- ◎ 家中的经济状况不要对孩子保密
- ◎ 把有关你的工作情况告诉孩子

8. 培养孩子的幽默感 (52)

9. 培养孩子的社交能力 (56)

10. 让孩子养成良好的行为习惯 (59)

- ◎ 改变孩子生活的环境
- ◎ 在家中与孩子演练一下存在的问题
- ◎ 教他们松一口气
- ◎ 教他们学会管理自己
- ◎ 正确利用暂停时间
- ◎ 轻轻地拉住孩子
- ◎ 给他们一个信号
- ◎ 采取胡萝卜政策,而不是大棒政策
- ◎ 让我们达成协议

11. 对孩子有足够的要求 (65)

- ◎ 我们在自己欺骗自己
- ◎ 引人注目的转变
- ◎ 牢记各自的角色
- ◎ 给孩子搭建借以登攀的脚手架
- ◎ 对孩子的家庭作业不要越俎代庖

- ◎ 鼓励孩子参加有意义的课外活动
- ◎ 不要亲自解决他们造成的问题
- ◎ 给孩子指出让其将来成为名人大家的道路

第二篇 让孩子成为出类拔萃的学生

12. 与孩子一起读书 (75)

- ◎ 现在就开始
- ◎ 养成给孩子大声读书的好习惯
- ◎ 全家参与
- ◎ 给孩子手边备些书
- ◎ 选择健康有益的好书
- ◎ 绘声绘色地给孩子读书
- ◎ 在孩子学会阅读之后, 仍然坚持给孩子读书

13. 让孩子热爱读书 (82)

14. 如何帮助对阅读没有兴趣的孩子 (85)

- ◎ 了解他们的兴趣
- ◎ 给孩子一个自由选择的空间
- ◎ 消遣
- ◎ 在家中创造出良好的读书氛围

15. 全优学生的成功秘诀 (89)

- ◎ 专心致志
- ◎ 走到哪儿学到哪儿
- ◎ 准备充分, 安排有序
- ◎ 学会如何阅读
- ◎ 合理安排学习时间
- ◎ 做好笔记, 用好笔记
- ◎ 保持卷面整洁

- ◎ 勤于思考,不懂即问
- ◎ 让孩子们一块儿学习
- ◎ 自我测验
- ◎ 超额完成学习任务

16. 帮助孩子成为出类拔萃的学生 (97)

- ◎ 培养孩子对学习的兴趣
- ◎ 把你的言语化作行动
- ◎ 保持沟通渠道的畅通
- ◎ 帮助孩子把生活与学习安排得井然有序
- ◎ 尽量全家人一起就餐
- ◎ 重视学习的过程与结果
- ◎ 对孩子抱较高期望

17. 孩子学业成功的背后是什么 (105)

18. 你可以帮助孩子提高智商..... (112)

- ◎ 迅猛成长
- ◎ 众多的机会
- ◎ “随时”要强调的重点
- ◎ 凝视孩子
- ◎ 交谈,交谈,再交谈
- ◎ 给音乐留出点空间
- ◎ 鼓励孩子们勇于探索
- ◎ 把事物分门别类
- ◎ 对孩子的每一点进步表示赞赏
- ◎ 坚持不懈地促进孩子的智力发育

19. 结束家庭作业引发的激烈争论 (119)

- ◎ 与老师保持联系
- ◎ 给孩子留出做家庭作业的固定时间
- ◎ 为孩子备好充足的学习用具

- ◎ 奖赏与激励
- ◎ 加强与孩子同班同学的家长之间的沟通交流
- ◎ 抽查孩子的家庭作业

20. 如何帮助缺乏学习能力的孩子 (123)

- ◎ 从最基本的发音开始做起
- ◎ 就孩子的有关问题向医生咨询
- ◎ 到孩子的老师那儿了解情况, 倾听一下老师的看法
- ◎ 了解一下学校老师的教学方法
- ◎ 在家中教孩子学习
- ◎ 利用行之有效的技术条件
- ◎ 寻求外界帮助
- ◎ 不要放弃

第三篇 消除孩子的不良行为

21. 倘若孩子撒谎 (131)

- ◎ 行动比言语更响亮、更具说服力
- ◎ 尊重孩子的隐私
- ◎ 了解孩子的朋友
- ◎ 制定一个应对孩子说谎的策略
- ◎ 相信你的孩子

22. 假如孩子厌恶上学 (136)

- ◎ 焦 虑
- ◎ 孤 独
- ◎ 校园恶霸
- ◎ 及早认识到孩子在学习能力方面存在的缺陷
- ◎ 师生感情比较淡漠

23. 当孩子饮食不当时 (142)

- ◎ 厌食蔬菜者
- ◎ 挑食的孩子
- ◎ 不吃某一餐的孩子
- ◎ 嗜食快餐的孩子
- ◎ 见了牛奶直摇头的孩子
- ◎ 特爱吃甜食的孩子

24. 教孩子学会控制情绪 (147)

- ◎ 天性
- ◎ 成长阶段
- ◎ 性别
- ◎ 家庭生活
- ◎ 耍脾气的学步儿童
- ◎ 泄气的学龄前儿童
- ◎ 争强好胜的学龄孩子
- ◎ 怒气十足的青少年

25. 当孩子与你顶嘴时 (153)

- ◎ 正确引导孩子的行为表现
- ◎ 对孩子说什么话才算作顶嘴重新释义
- ◎ 有选择地让孩子收看电视节目、收听广播节目
- ◎ 赶快行动
- ◎ 把握孩子情感的脉搏
- ◎ 取消孩子的特权
- ◎ 以退为进,冷静处理

26. 当孩子让你生气时 (158)

- ◎ 确定出需要优先办理的事务
- ◎ 退避或等待
- ◎ 用言语表达自己,而不用言语批评孩子
- ◎ 言贵简洁
- ◎ 立足现在

- ◎ 采用书面沟通的方式
- ◎ 重新找回良好的感觉

27. 假如你不喜欢孩子的朋友…………… (165)

- ◎ 密切关注孩子的动向
- ◎ 及时插手,随后让孩子自己定夺
- ◎ 了解孩子朋友的家长
- ◎ 指明道路,正确引导
- ◎ 家长及时干预,明确指出危害

28. 当你为孩子的体重担心时…………… (170)

- ◎ 及早着手
- ◎ 永远不要对孩子的饮食做出严格的限制
- ◎ 鼓励而不是逼迫孩子积极锻炼身体
- ◎ 让孩子就读的学校参与其中
- ◎ 留心孩子的情感生活

29. 何时向孩子说“不”…………… (176)

- ◎ 教孩子不要依赖电视、电脑及玩具
- ◎ 不要每逢逛商店都给你的孩子买东西
- ◎ 向孩子说明花钱是一件需要慎重考虑的事情
- ◎ 拒绝孩子的购买请求时应当向孩子简单解释
- ◎ 一旦你对孩子说了“不”,就不能再随便改口

第四篇 帮助孩子的有效方法

30. 帮助孩子摆脱同龄人的压力…………… (183)

- ◎ 倾听孩子的心声
- ◎ 消除孩子的恐惧心理
- ◎ 进行针对性的演练
- ◎ 帮助孩子树立自尊心

- ◎ 让其他同龄孩子积极引导
- ◎ 对孩子晓之以理,动之以情

31. 让孩子免遭校园恶霸的欺凌 (190)

- ◎ 不要助长恃强凌弱者的嚣张气焰
- ◎ 保持镇静,临危不惧
- ◎ 做些出人意料的事情
- ◎ 让孩子和他的朋友们相互保护
- ◎ 得到校方的帮助

32. 教孩子知道如何说“不” (197)

33. 帮孩子插上想像的翅膀 (203)

- ◎ 倾听他们提出的问题
- ◎ 生动形象地给孩子讲解,而不是索然无味地照本宣科
- ◎ 给孩子们留些思考的时间
- ◎ 注意语言的使用
- ◎ 要留心孩子的语气使用
- ◎ 给孩子展示自然现象,而不是亲口告诉他或她奥秘何在
- ◎ 陪孩子出去放风筝

34. 如何对待迟迟不能说话的孩子 (210)

35. 教孩子学会重整旗鼓 (215)

- ◎ 提醒孩子,厄运不会长久,风雨过后便是阳光灿烂
- ◎ 提高孩子解决问题的能力
- ◎ 知道何时介入
- ◎ 做出合理的限制
- ◎ 突出孩子的成绩,鼓励孩子勇于进取

36. 给孩子一个特别的暑假 (221)

- ◎ 让孩子勤动脑子

- ◎ 不要给孩子做过多的安排
- ◎ 把家庭乐趣放在首要位置
- ◎ 培养孩子的责任心

37. 让孩子听得进去 (228)

- ◎ 你的孩子造成了小小事故
- ◎ 孩子凌乱不堪的房间让你感到气恼
- ◎ 孩子早晨赖在床上迟迟不起
- ◎ 孩子让你帮助他或她做家庭作业
- ◎ 孩子不做家务劳动

38. 帮助孩子交友 (233)

- ◎ 参与进来
- ◎ 鼓励孩子取得成功,以逐步培养孩子的自信心
- ◎ 给孩子留有足够的余地
- ◎ 尊重孩子,求同存异
- ◎ 做孩子的好榜样

39. 帮助孩子重振旗鼓 (239)

- ◎ 尽可能快地把事实告诉孩子
- ◎ 鼓励孩子在有所准备之时诉说自己的内心感受
- ◎ 让孩子参与决策,以便他们能够感到自己在做出一份贡献

40. 不要让悲剧发生在你的孩子身上 (244)

- ◎ 床上的危险
- ◎ 水 桶
- ◎ 比较旧的童床
- ◎ 塑料袋
- ◎ 车库的门
- ◎ 投币式自动售货机
- ◎ 气 球
- ◎ 吹风机

- ◎ 轻型货车

41. 你的孩子最惧怕什么 (251)

- ◎ 学步的儿童——第一次产生恐惧感
- ◎ 学龄前儿童——富于幻想
- ◎ 上学的孩子——来自现实生活的恐惧
- ◎ 进入青春期的孩子们——来自社会交往的恐惧

42. 让电视成为你孩子的帮手 (257)

- ◎ 及早开始监督
- ◎ 制定基本的规章制度
- ◎ 不要让孩子们“看电视”
- ◎ 把电视内容和其他活动联系起来
- ◎ 一起看电视
- ◎ 自己定节目
- ◎ 乘上电视的魔毯

43. 让孩子拥有一片属于自己的成长空间 (262)

第五篇 如何帮助进入青春期的孩子

44. 养育进入青春期的孩子 (267)

- ◎ 敢于打破陈规, 不要因循守旧
- ◎ 保持一家之长的地位
- ◎ 原则问题毫不让步, 非原则问题灵活处理
- ◎ 及时提醒孩子, 及早告诫孩子
- ◎ 对待孩子宽宏大量, 不要过多计较孩子的牢骚、怨气
- ◎ 检验一下你自己的反应
- ◎ 父母应当在孩子面前展示出一个团结的统一战线
- ◎ 不要忘记让家庭充满欢声笑语

45. 怎样谈话才能让孩子听得进去 (274)

- ◎ 营造一个倾听的氛围
- ◎ 学会与孩子促膝交谈的艺术
- ◎ 做孩子的顾问,而非管理者
- ◎ 在孩子面前组成一个团结的阵线
- ◎ 尊重孩子的隐私,给孩子留一片属于自己的天地
- ◎ 把自己不便给孩子讲的话写给孩子看
- ◎ 关心孩子的实际行动,往往比追问孩子问题所在更为重要

46. 为何一些孩子能听进父母的话 (282)

- ◎ 切忌发表让孩子简直无法插嘴的长篇大论
- ◎ 避免说些过火的话
- ◎ 认真听听孩子的心里话
- ◎ 选准与孩子进行沟通交流的时机
- ◎ 充满关爱地与孩子交谈
- ◎ 认真对待孩子的意见

47. 走近成长中的青少年 (289)

48. 透彻理解十几岁孩子的话语 (291)

49. 教给孩子适当的性知识 (295)

50. 未婚同居的孩子 (300)

- ◎ 许多未婚同居者最终并未双双步入婚姻殿堂
- ◎ 即使同居男女的确结婚了,他们离婚的可能性也很大
- ◎ 未婚男女分手与离婚对夫妻双方的伤害一样
- ◎ 同居的女性可能会怀孕
- ◎ 即使他们的确结了婚,但他们时常过得不那么幸福
- ◎ 未婚同居会导致包括暴力在内的诸多不稳定现象的出现
- ◎ 未婚同居者结婚后将碰到很多棘手问题
- ◎ 同居可能会让浪漫的爱情生活黯然失色

51. 如何与孩子谈论有关性的话题 (306)

- ◎ 言传身教
- ◎ 让孩子树立正确的性观念
- ◎ 及早开始对孩子进行性教育
- ◎ 放松
- ◎ 郑重对待孩子的情感
- ◎ 在性教育方面,做一位坚持传统观念的家长

52. 青少年怀孕现象 (312)

- ◎ 我们将一同步入婚姻的殿堂
- ◎ 我和我的孩子并不需要一个男人
- ◎ 我仍然能够获得学位,并找到一份好工作

53. 当代青少年成长写真 (321)

第六篇 孩子的健康与安全

54. 揭开利他林的神秘面纱 (327)

- ◎ 脑健康问题是遗传基因带来的吗?
- ◎ 诊断结果可靠吗?
- ◎ 利他林非常容易开吗?
- ◎ 长期效果是什么?

55. 这么年轻,这么成瘾 (334)

56. 可挽救孩子生命的 60 秒钟 (337)

- ◎ 把热水器的温度调到华氏 120 度以下
- ◎ 给你的孩子系好扣带,让他或她稳坐在汽车座位上
- ◎ 教孩子骑车前戴好安全头盔

- ◎ 检测一下房间所刷的油漆内是否含铅
- ◎ 检查一下孩子玩耍的场地
- ◎ 花上 1 分钟时间,给孩子在正式的游泳与安全培训班报名
- ◎ 测试你的车库自动门是否能够正常使用
- ◎ 把家中所有药品都锁好
- ◎ 把你的步枪、手枪等武器保管好

57. 抗菌素可能危害你的孩子…………… (342)

- ◎ 不要迫使你的儿科医生给孩子开抗菌素
- ◎ 让孩子使用抗菌素之前,应当确定是否是细菌感染

58. 确保孩子不会染上抽烟的恶习…………… (348)

59. 保证孩子安全的新法则…………… (352)

- ◎ 古老法则之一:“永远不要与陌生人交谈。”
- ◎ 古老法则之二:“如果你迷路了,就去问警察叔叔。”
- ◎ 古老法则之三:“没有哪个地方是安全的。”
- ◎ 古老法则之四:“在公共场合不要走散。”

60. 与命运抗争的孩子…………… (358)

61. 关爱那些无法说“不”的孩子…………… (362)

- ◎ 为托尼而流泪
- ◎ 惨遭不幸的孩子们
- ◎ 一位否认自己沾染吸毒恶习的母亲

第七篇 做孩子真正需要的家长

62. 养育孩子的七大戒律…………… (371)

- ◎ 作孩子的一位家长,而不是孩子的一位伙伴