

教你妙计一千招



掌握千招教子秘诀
塑造未来成功人士

红宝书 家庭教育



范静泊·主编



金城出版社
GOLD WALL PRESS





家庭教育

红宝书

掌握千招教子秘诀

塑造未来成功人士

主编：范静泊

编者：范静泊 李娟 陈恭

HONG BAO SHU



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭教育红宝书/范静泊主编. —北京: 金城出版社,
2007. 6

ISBN 978-7-80084-916-9

I. 家... II. 范... III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 163421 号

金城出版社出版发行

(北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 100013)

电话: (发行部) 84254364 (总编室) 64228516

(编辑部) 64210080

网址: www.jccb.com.cn

中国电影出版社印刷厂印刷

787 × 1092 毫米 1/16 19.5 印张 260 千字

2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80084-916-9

定价: 29.80 元

前 言

新世纪是人才辈出、人才竞争的时代。面对新世纪对人才的客观要求，以及广大父母“望子成龙”、“望女成凤”的主观愿望，谁不想让自己的孩子出类拔萃，谁不想让自己的孩子全面发展，而这一切都需要提供给孩子一个良好的教育。

家庭是人生的第一课堂，父母是孩子的第一任老师。你的子女能否成才，家庭教育至关重要。然而，在现实生活中，我们的很多家庭不会教育子女，教育的方式、方法存在着很多问题。比如：有的家庭对孩子的期望值过高，达不到要求就严厉惩罚，损伤了孩子的自尊心；有的过于溺爱孩子，代劳了孩子应该干的事，抹杀了孩子的自主性；有的过分干涉孩子的言行，限制了孩子的思维能力……

作为父母，节衣缩食、早出晚归，一心为了子女成才，其“望子成龙”、“望女成凤”的心情是可以理解的。但是，切莫逼子“成龙”、逼女“成凤”，逼的结果往往是适得其反。正确的方法是把“逼”字换成“教”字，变成教子成龙、教女成凤。俗话说，没有不好的孩子，只有不好的父母。

那么，怎样才能教育好你的子女呢？目前关于教育孩子的书已经很多，但是各有优劣，很多书重理论而轻实用，重事例而轻道理，家长们往往寻家教之法而不得。

面对孩子的淘气任性，你是否一筹莫展？面对孩子的厌学情绪，你是否束手无策？面对孩子的自私小气，你是否已经尝试种种办法却仍然毫无效果？本书针对孩子的德、智、体、美、人际交往、具体能力等各方面给家长



们提出了家教方法，对现实生活中一些常见的家教误区也作了相应的分析和方法指导。希望本书能在启发您思考之余，在帮助您解决实际问题的同时，也能使您体会到教育本身的真谛：爱心、宽容和方法。在与孩子一起共同成长的过程中，品尝欢乐、痛苦和生活中的点点滴滴，也不失为一种乐趣。

本书在编纂的过程中，咨询、请教了多位相关的教师、学者，又广泛地从许多为人父母者的经验中取经，仁者见仁，智者见智，经过系统地整理成为本书。其中可能有些方法会对您有些许的借鉴作用，但未必全都适合您的孩子。可怜天下父母心，生之恩怀，养之责任，教之苦心，岂是只言片语说得清楚呢？

谨以此书献给天下所有的父母，愿其家乐融融，其心矩如蜜，其愿终能成，和谐的亲子关系与幸福的家庭伴您此生！

作者

2007年6月

CONTENTS

目 录

第1章 美德篇

一、宽容 / 1

宽容从父母自己做起之一:冷静对待孩子的错误 / 1

宽容从父母自己做起之二:在客人面前维护孩子的自尊心 / 1

宽容从父母自己做起之三:营造宽容民主的家庭环境 / 2

宽容从父母自己做起之四:父母宽容地对待身边的人 / 2

二、诚实守信 / 2

4个年龄段的孩子是如何说谎的 / 2

孩子说谎七因 / 3

诚实教育的四原则 / 4

宽恕教育法 VS 为逃避惩罚的说谎 / 4

现实反馈教育法 VS 为得夸奖的说谎 / 4

应对刚上小学的孩子撒谎之三要一不要 / 5

应对刚上小学的孩子撒谎之坦白从宽法 / 5

如何应对孩子说谎 / 6

——不发火 / 6

——分开处理 / 6

——挖掘动因 / 6

——同情地理解孩子 / 6

——不要无意中诱导孩子撒谎 / 6

——自己要讲真话 + 解释善意的谎言 / 7

3种撒谎父母应重视 / 7

——自夸性谎言 / 7

——掩盖过失性谎言 / 7

——推托责任性谎言 / 7

3种心理作怪导致孩子作弊 / 7

应对孩子作弊勿暴躁 / 8

应对孩子作弊勿娇纵 / 8

应对孩子作弊靠引导 / 9



应对孩子作弊重教育 / 9

应对孩子作弊要耐心 / 9

应对孩子作弊多鼓励 / 9

钱包里的教育经 / 9

教会孩子守信小方案 / 10

诚信教育之尊重孩子 / 10

诚信教育之责任感培养 / 11

诚信教育之以身作则 / 11

诚信教育之奖惩得当 / 11

三、责任感 / 12

培养幼儿责任意识有妙招 / 12

——细节培养 / 12

——顺水推舟 / 12

——情感体验 / 12

——运用游戏 / 12

——因势利导 / 12

培养孩子自我责任感的4个技巧 / 13

——让孩子明白自己的责任 / 13

——让孩子感到承担责任自豪 / 13

——让孩子对自己行为的后果负责 / 13

——让孩子对自己的事情负责 / 13

培养孩子对他人责任感的6种方法 / 13

——从对身边的人负责做起 / 13

——家里的事集体的事帮着做 / 14

——与学校配合教育 / 14

——与孩子兴趣结合 / 14

——让孩子自觉自己是大人 / 14

——父母做孩子的表率 / 14

培养孩子社会责任感的3个“鼓励” / 15

——鼓励孩子从事一些力所能及的社会工作 / 15

——鼓励孩子参与社交活动 / 15

——鼓励孩子关注社会现实问题 / 15

求知责任感培养法 / 16

艰苦奋斗责任感培养法 / 16

文明礼貌责任感培养法 / 16

劳动责任感培养法 / 16

克服困难责任感培养法 / 17

四、勤劳节俭 / 17

国外经验抢先看 / 17

——美国 / 17

——日本 / 17

——韩国 / 18

——德国 / 18

——泰国、马来西亚 / 18

——他山之石，可以攻玉 / 18

勤俭节约之以身作则法 / 18

勤俭节约之小账本法 / 19

勤俭节约之压岁钱指导法 / 19

培养孩子勤劳节俭有妙计 / 19

如何正确对待孩子的欲望 / 20

快乐出行 VS 孩子“懒惰病” / 20

关注孩子 VS 孩子“懒惰病” / 20

“零约束” VS 孩子“懒惰病” / 21

游戏 VS 孩子“懒惰病” / 21

以身作则 VS 孩子“懒惰病” / 21

一起运动 VS 孩子“懒惰病” / 21

和小伙伴一起玩耍 VS 孩子“懒惰病” / 22

新鲜感 VS 孩子“懒惰病” / 22

五、勇敢 / 22

赶走孩子害羞的八大招 / 22

——身体强健,害羞不见 / 22

——做宽容型父母 / 23

——抚摸 + 拥抱 / 23

——鼓励孩子多说话 / 23

——向孩子表达爱 / 23

——让孩子看到信任 / 23

——每天关注孩子 / 23

——教会孩子宽容 / 23

如何克服孩子的怯懦 / 23

——了解原因 / 23

——创造温馨祥和的家庭气氛 / 24

——端正教育态度 / 24

——放手孩子 / 24

——教给孩子技能 / 24

——鼓励孩子与人接触交往 / 24

家里有个“胆小鬼” / 24

赶走“胆小鬼” / 25

——清楚认识 / 25

——针对教育 / 25

赶走 1~3 岁孩子害怕的四大绝招 / 25

针对孩子害羞胆小的小建议 / 26

——及时表扬 + 真情关心 / 26

——鼓励孩子表现自己 / 26

——在游戏中培养积极性 / 26

——与老师配合指导 / 26

——把生活当作训练场 / 26

培养孩子勇敢的四要一不要 / 27

——要注重榜样的作用 / 27

——要注意方式的技巧性 / 27

——要注意观察,了解孩子真正害怕的事 / 27

——要注意克服孩子的依赖性,树立他们的自信心 / 27

——不要强迫孩子假装“勇敢” / 27

六、坚韧 / 28

怎样培养孩子坚韧的性格 / 28

——自己的事自己做 / 28

——提出要求 / 28

——鼓励孩子尝试 / 28

——正确面对挫折 / 28

——让孩子自己面对困难 / 28

5 种方法练就意志坚定的孩子 / 29

培养孩子毅力的五大法 / 29

——激将法 / 29

——诱导鼓励法 / 29

——树立榜样法 / 29

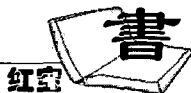
——故事熏陶法 / 29

——展开竞争法 / 29

5 种方法让多愁善感的孩子变坚强 / 30

——尊重孩子,挖掘潜能 / 30

——发现长处 + 给予鼓励 / 30



——多示范,少指责 / 30

——维护自尊心 / 30

——耐心 + 恒心 / 30

4招应对软弱的孩子 / 31

孩子坚定意志培养法 / 31

——目标导向法 / 31

——评价激励法 / 32

——困境磨炼法 / 32

七、独立 / 32

1~2岁的孩子学会独立的步骤 / 32

1~3岁的孩子学会独立的步骤 / 33

培养孩子独立生活能力的六大原则 / 33

——放手原则 / 33

——讲理原则 / 33

——耐心原则 / 33

——渐进原则 / 33

——游戏原则 / 33

——一致原则 / 34

训练孩子独立标志一:衣 / 34

训练孩子独立标志二:食 / 34

训练孩子独立标志三:行 / 34

训练孩子独立标志四:洗、刷 / 35

训练孩子独立标志五:理 / 35

训练孩子独立标志六:言 / 35

训练孩子独立行走的3种方法 / 35

让孩子学会“独处”的9种方法 / 36

——“捉迷藏”法 / 36

——亲近法 / 36

——兴趣转移法 / 36

——保持联系法 / 36

——微笑离开法 / 36

——容许“跟屁”法 / 36

——轻松放手法 / 37

——培养自信法 / 37

——抑制欲望法 / 37

学会自己的问题自己解决第一步:了解和澄清问题 / 37

学会自己的问题自己解决第二步:追问孩子愿意的解决方法 / 37

学会自己的问题自己解决第三步:评估所提出的方法 / 38

学会自己的问题自己解决第四步:选择一个解决办法 / 38

学会自己的问题自己解决第五步:作出行动的承诺 / 38

学会自己的问题自己解决第六步:设定评估的时间 / 38

培养孩子自强精神的三不要 / 39

培养孩子自强精神的五要 / 39

——要帮助孩子树立目标 / 39

——要帮助孩子成功 / 39

——要变责备为激励 / 39

——要给孩子自主机会 / 40

——要教孩子正确对待挫折 / 40

5招防止孩子的退缩性行为 / 40

**八、孝顺/41**

培养孝顺孩子的七要诀 / 41

——明长幼有别 / 41

——明孝顺之理 / 41

——了解父母辛苦 / 41

——从小事做起 / 41

——以身作则 / 41

——及时纠正,防微杜渐 / 42

——多与老人交往 / 42

九、乐观/42

如何打造快乐孩子 / 42

——拥抱 + 微笑 / 42

——饮食 + 运动 / 42

——自由时间 + 空间 / 42

——尊重 + 倾听 / 43

——学会爱 / 43

——不要苛求孩子 / 43

——具体地赞美 / 43

——让孩子懂点艺术 / 43

——给孩子表演的舞台 / 43

8招培养孩子开朗乐观的性格 / 44

——让孩子拥有选择权 / 44

——不要否定你的孩子 / 44

——鼓励孩子多交朋友,融洽相处 / 44

——富裕 ≠ 快乐 / 44

——让孩子爱好广泛 / 44

——引导孩子摆脱困境 / 44

——培养孩子自信 / 45

——快乐家庭的氛围 / 45

十、自尊自信/45

在锻炼能力中培养自尊 / 45

如何帮助孩子建立自信 / 45

如何帮助孩子建立自尊 / 47

培养孩子自尊心的7大攻略 / 48

提高孩子自尊心的4个策略 / 49

7招应对自卑的孩子 / 50

——改变形象法 / 50

——降低要求法 / 50

——淡化评价法 / 50

——强化自我肯定法 / 50

——忘掉阴影法 / 50

——合理自我肯定法 / 50

——故事引导法 / 50

克服过度自责增强自信 / 50

如何让孩子勇于表达自我 / 51

十一、慷慨大方/52

如何造就孩子慷慨的品格 / 52

4大原则培养懂得感恩和分享的孩子 / 53

十二、爱心/53

培养孩子爱心的6个途径 / 53

8个处方让孩子懂得爱 / 54

——风俗教育 / 54

——故事教育 / 54

——日常感激教育 / 54

——了解别人对自己的爱护 / 54

——体会被感谢的快乐 / 55

——限制物欲教育 / 55

——实践教育 / 55

——以身作则教育 / 55

3个“善待”学会爱 / 55

——善待自然 / 55

——善待他人 / 55

——善待自我 / 55

十三、耐性 / 56

判断孩子耐性的 15 个指数 / 56

培养孩子耐性的 11 招 / 56

十四、乐于助人 / 57

如何培养孩子乐于助人的品质 / 57

第2章 学习篇

4个简易法让你的孩子更聪明 / 59

促进婴儿智力发育法 / 59

智能培养的 7 条途径 / 60

孩子的天赋——语言天赋 / 61

孩子的天赋——逻辑—数理天赋 / 61

孩子的天赋——音乐天赋 / 61

孩子的天赋——空间想象能力 / 61

孩子的天赋——身体—运动能力 / 61

孩子的天赋——交际能力 / 61

孩子的天赋——自我认识能力 / 61

孩子的天赋——自然观察能力 / 62

提升孩子空间智能的方法 / 62

注意力不易集中型孩子学习法 / 62

长期专注型孩子学习法 / 63

快速领悟型孩子学习法 / 63

小聪明型孩子学习法 / 65

孩子学习兴趣激发法 / 65

——调动感官激发法 / 65

——游戏激发法 / 65

——动手激发法 / 66

两招让你的孩子学习成就感十足 / 66

提高孩子学习兴趣的 8 种办法 / 66

——劳逸结合法 / 66

——自主学习法 / 66

——不要急于求成法 / 67

——不要攀比法 / 67

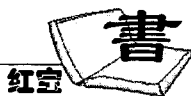
——好奇心牵引法 / 67

——良好环境法 / 67

——利用天赋引导法 / 67

——以身作则法 / 67

- 克服孩子“上学恐惧症”的绝招一：教孩子正确认识学校 / 68
- 克服孩子“上学恐惧症”的绝招二：细心询问原因 / 68
- 克服孩子“上学恐惧症”的绝招三：端正学习态度 / 68
- 克服孩子“上学恐惧症”的绝招四：树立自信心 / 69
- 克服孩子“上学恐惧症”的绝招五：参加集体活动 / 69
- 克服孩子“上学恐惧症”的绝招六：独立自主 / 69
- 克服孩子“上学恐惧症”的绝招七：说理教育 / 69
- 应对孩子不愿做作业之一：冷静处理 / 69
- 应对孩子不愿做作业之二：寓教于乐 / 70
- 应对孩子不愿做作业之三：奖励机制 / 70
- 应对孩子不愿做作业之四：培养信心 / 71
- 应对孩子不愿做作业之五：家长多与老师沟通 / 71
- 应对孩子不愿做作业之六：因材施教 / 71
- 应对孩子不愿做作业之七：创造良好的学习环境 / 71
- 应对孩子不愿做作业之八：从学习入手 / 72
- 4招引导孩子走上学习的正途 / 72
- 让贪玩孩子爱上学习诀窍一：寓学于玩中 / 73
- 让贪玩孩子爱上学习诀窍二：耐心对待孩子的提问 / 73
- 让贪玩孩子爱上学习诀窍三：不打击学习兴趣 / 74
- 让贪玩孩子爱上学习诀窍四：防止恶性循环 / 74
- 让贪玩孩子爱上学习诀窍五：给予指导 / 74
- 让贪玩孩子爱上学习诀窍六：故事激励法 / 75
- 培养孩子观察力之一：观察的对象 / 75
- 培养孩子观察力之二：观察的课堂 / 75
- 培养孩子观察力之三：观察的感官 / 75
- 培养孩子观察力之四：观察的“导师” / 76
- 培养孩子观察力之五：观察的方法 / 76
- 教孩子识字的4个妙招 / 77
- 培养良好记忆之一：建立记忆自信心 / 77
- 培养良好记忆之二：根据记忆特点反复记忆 / 78
- 培养良好记忆之三：巧用记忆方法 / 78
- 提升幼儿记忆力——了解幼儿记忆力的特点 / 79
- 提升幼儿记忆力的4个原则 / 79
- 孩子对自己的记忆力不自信怎么办 / 80
- 丰富孩子想像力的五大绝招 / 80
- 改善孩子记忆力的简易方法 / 81
- 培养孩子注意力的途径一：了解注意力发展特点 / 82
- 培养孩子注意力的途径二：吸引注意力 / 82



- 培养孩子注意力的途径三：利用兴趣点 / 82
- 培养孩子注意力的途径四：培养自制力 / 82
- 培养孩子注意力的途径五：培养有意注意力 / 83
- 培养孩子注意力的途径六：观察中提高注意力 / 83
- 培养孩子注意力的途径七：游戏中训练注意力 / 83
- 克服孩子精神不集中的科学用脑法 / 84
- 克服孩子精神不集中的自我调控法 / 84
- 克服孩子精神不集中的放松训练法 / 84
- 克服孩子精神不集中的游戏锻炼法 / 84
- 克服孩子精神不集中的关心体谅法 / 84
- 克服孩子精神不集中的强化注意法 / 85
- 克服孩子精神不集中的表扬鼓励法 / 85
- 克服孩子精神不集中的教育生活结合法 / 85
- 克服孩子精神不集中的暗示法 / 85
- 克服孩子精神不集中的一起学习法 / 85
- 克服孩子精神不集中的故事激励法 / 85
- 克服孩子精神不集中的注意饮食、睡眠法 / 86
- 克服孩子精神不集中的体操疗法 / 86
- 克服孩子精神不集中的嘈杂环境阅读法 / 86
- 克服孩子精神不集中的静坐法 / 86
- 教育做作业三心二意的孩子步骤一：找原因 / 86
- 教育做作业三心二意的孩子步骤二：讲道理 / 87
- 教育做作业三心二意的孩子步骤三：教方法 / 87
- 教育做作业三心二意的孩子步骤四：适当陪陪孩子 / 87
- 教育做作业三心二意的孩子步骤五：激励孩子向名人、伟人学习 / 87
- 教育做作业三心二意的孩子步骤六：掌握作业时间的灵活性 / 88
- 孩子太贪玩，怎么办？ / 88
- 教你正确对待爱问“为什么”的孩子 / 89
- 理解孩子 / 89
- 不要拒绝 / 89
- 先了解再作答 / 89
- 作答艺术 / 89
- 因势利导 / 90
- 翻查资料 / 90
- 5招让你的孩子敢于发问 / 90
- 学习方法与外向的孩子性格大过招 / 91
- 好学深思 VS 领会得快 / 91
- 加强计划性 VS 从兴趣出发 / 91



- 有错必究 VS 态度不认真 / 92
- 内外互补 VS 无法集中 / 92
- 学习心理与内向的孩子性格大过招 / 92
- 各有所长 VS 自卑心理 / 92
- 别放弃 VS 不愿表现自己 / 92
- 积极乐观 VS 心胸狭隘 / 92
- 帮助孩子安排学习计划之考虑一：目标高低 / 93
- 帮助孩子安排学习计划之考虑二：生活平衡 / 93
- 帮助孩子安排学习计划之考虑三：计划灵活 / 93
- 帮助孩子安排学习计划之考虑四：具体目标 / 94
- 帮助孩子安排学习计划之考虑五：实际情况 / 94
- 为孩子制定学习时间表的七大注意 / 94
- 良好的学习习惯养成法一：从乐趣入手 / 95
- 良好的学习习惯养成法二：以计划开始 / 95
- 良好的学习习惯养成法三：以规范巩固 / 95
- 良好的学习习惯养成法四：用沟通促进 / 96
- 良好的学习习惯养成法五：以条件为保障 / 96
- 良好的学习习惯养成法六：以自身为榜样 / 96
- 良好的学习习惯养成法七：用耐心指导 / 96
- 良好的学习习惯养成法八：用评估修正 / 96
- 教孩子轻松应考一：吃好 / 97
- 教孩子轻松应考二：“玩”好 / 97
- 教孩子轻松应考三：复习好 / 97
- 教孩子轻松应考四：别把考试看太重 / 97
- 教孩子轻松应考五：注重过程 / 98
- 教孩子轻松应考六：掌握方法 / 98
- 如何与孩子一起制定考分目标 / 98
- 教孩子正确面对分数之一：考分不是唯一标准 / 99
- 教孩子正确面对分数之二：适当奖励 / 99
- 教孩子正确面对分数之三：处理好考分意外情况 / 99
- 教孩子正确面对分数之四：别把目标看得太死 / 99
- 孩子成绩下降了怎么办 / 100
- 棍棒教育不是办法 / 100
- 激励教育才是真 / 100
- 成绩下降必有因 / 100
- 与老师交流 / 100
- 制定具体学习目标 / 100
- 注重培养孩子的心理调节能力 / 101

- 面对孩子得了低分的正确态度一:冷静的态度 / 101
- 面对孩子得了低分的正确态度二:反思的态度 / 101
- 面对孩子得了低分的正确态度三:客观的态度 / 101
- 面对孩子得了低分的正确态度四:对比的态度 / 101
- 面对孩子得了低分的正确态度五:具体对待的态度 / 102
- 怎样发展孩子的特长 / 102
- 提高孩子的写作能力:重在积累 / 103
- 提高孩子的写作能力:重在观察 / 104
- 提高孩子的写作能力:重在训练 / 104
- 提高孩子的数学能力之一:提升视觉和知觉功能 / 105
- 提高孩子的数学能力之二:提升理解能力 / 105
- 提高孩子的数学能力之三:提升概括能力 / 105
- 提高孩子的数学能力之四:提升运算能力 / 106
- 孩子的数学思维训练法 / 106
- 给孩子选择图书的五大诀窍 / 107
- 如何让孩子学会阅读 / 107
- 孩子读书的年龄和内容 / 108
- 3招培养孩子书面语言能力 / 109
- 生活中教孩子学英语的3条建议 / 109

第3章 习惯篇

- 培养良好习惯的4个总原则 / 111
- 培养孩子文明礼貌的3种方法 / 111
- 礼貌理念教育 / 111
- 礼貌的氛围 / 111
- 生活处处有礼貌 / 112
- 4种方法让粗鲁语言远离你的孩子 / 112
- 早睡早起好习惯的养成法 / 113
- 父母以身作则法 / 113
- 白天适度睡眠法 / 113
- 饮食协助调整法 / 113
- 充分运动促进法 / 113
- 营造睡眠环境法 / 113
- 如何杜绝孩子看了电视要买东西的坏习惯 / 113

- 婴幼儿生活习惯的培养——睡眠习惯 / 114
 如何纠正孩子忘记洗手的坏习惯 / 121
 如何纠正孩子咬指甲的坏习惯 / 121
- 婴幼儿生活习惯的培养——饮食习惯 / 114
 如何纠正孩子喝洗澡水的坏习惯 / 121
 如何纠正孩子捡起地上的东西就吃的坏习惯 / 121
- 婴幼儿生活习惯的培养——排便习惯 / 115
 教孩子蹲马桶的 7 点建议 / 121
- 做客的好习惯从小养成 / 115
 从小培养孩子自我负责好习惯有 3 招 / 122
- 如何让孩子养成爱叫人的好习惯 / 115
 如何杜绝孩子在公共场所吵闹的坏习惯 / 116
 ——从穿衣开始 / 122
 ——自己整理玩具物品 / 122
- 如何让孩子养成赞美人的好习惯 / 116
 ——自己安排和自己负责 / 122
- 从吃饭开始培养孩子的习惯 / 116
 6 招之内快快乐乐穿好衣 / 123
- 6 个绝招让孩子培养乖乖洗脸 / 117
 ——用问题诱导孩子穿衣 / 123
- 情景教育之一：说再见 / 118
 ——事先放好要穿的衣服 / 123
- 情景教育之二：主动与认识的人打招呼 / 118
 ——在比赛中快穿衣 / 123
 ——在和时间赛跑中穿衣 / 123
- 情景教育之三：与人为善地相处 / 118
 ——准备奖品促穿衣 / 123
- 如何制止孩子打断别人谈话的坏习惯 / 118
 ——定规则鞭策穿衣 / 124
- 孩子快乐进食的 6 招 / 124
- 如何制止孩子攻击别人的坏习惯 / 119
 让孩子快乐进食的 6 个提示 / 124
- 如何纠正孩子听而不答的坏习惯 / 119
 孩子爱捡脏东西吃怎么办 / 125
- 如何让孩子养成守纪律的好习惯 / 119
 ——不要在无形中误导孩子 / 125
- 如何制止孩子使小性子的坏习惯 / 120
 ——爸爸妈妈要注意 / 125
- 如何纠正孩子挖鼻孔的坏习惯 / 120
 教你应对孩子扔东西的坏习惯 / 125
- 如何纠正孩子不良擦拭的坏习惯 / 120
 如何制止孩子扔东西的坏习惯 / 126
- 如何纠正孩子不遮掩地咳嗽、打喷嚏的坏习惯 / 120
 6 个策略对待孩子的破坏性行为 / 126
- 慎重对待孩子的攻击性行为 / 127
- 如何纠正孩子抠疮痂的坏习惯 / 120
 5 招赶走孩子的拖拉习惯 / 127



读书习惯养成五法 / 128

——激发求知欲望 / 128

——满足兴趣取向 / 128

——提高读书热情 / 129

——家长以身作则 / 129

——优化读书环境 / 129

如何培养孩子良好的思维习惯 / 129

培养正确书写习惯的 3 个计策 / 130

孩子上厕所训练之一日速成法 / 130

孩子上厕所训练之一日两次法 / 130

孩子上厕所训练之一星期渐进法 / 131

孩子不肯洗澡怎么办 / 131

3 招教会孩子自己洗澡 / 132

2 招培养孩子自觉洗澡的习惯 / 132

4 招攻克孩子偏食的习惯 / 132

让你的孩子按时睡觉之一：规定时间 / 133

让你的孩子按时睡觉之二：营造睡眠环境 / 133

让你的孩子按时睡觉之三：减轻睡前焦虑 / 133

让你的孩子按时睡觉之四：解决不回卧室问题 / 133

让你的孩子按时睡觉之五：奖励 / 134

如何让孩子养成按时睡觉的习惯 / 134

帮助孩子克服尿床的习惯 / 135

——遗尿症知多少 / 135

——遗尿症的治疗方案 / 135

养成安全好习惯——孩子须知的 7 条

安全用电常识 / 136

让孩子养成听话好习惯之策略一：保持冷静 / 136

让孩子养成听话好习惯之策略二：重复要求 / 136

让孩子养成听话好习惯之策略三：顺势教育 / 137

让孩子养成听话好习惯之策略四：倾听孩子的讲话 / 137

让孩子养成听话好习惯之策略五：合理要求 / 137

让孩子养成听话好习惯之策略六：用清单提醒 / 137

让孩子养成听话好习惯之策略七：夸奖孩子 / 138

让孩子养成听话好习惯之策略八：调整说话方式 / 138

让孩子的动作快起来之快招一：多与同龄人接触 / 138

让孩子的动作快起来之快招二：培养专心的习惯 / 138

让孩子的动作快起来之快招三：培养自信心 / 139

让孩子的动作快起来之快招四：培养快能制胜的意识 / 139

让孩子的动作快起来之快招五：养成良好的生活习惯 / 139