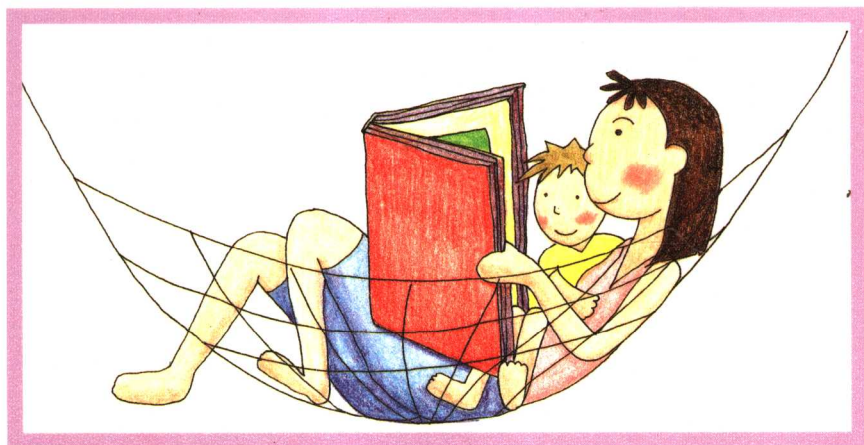


成功的父母不一定会有成功的孩子，但孩子的成长却一定离不开成功的教育。父母是孩子的第一任老师，父母的言传身教影响孩子的一生。

◎我们都曾是孩子，让我们与孩子一起长大◎



# 和孩子 一起成长

HEHAIZIYIQI  
CHENGZHANG

做合格的父母，做亦师亦友的父母，做和孩子共同成长的父母

岳帆/著

我们的爱与责任  
能给孩子温暖和健康

◎我们都曾是孩子，让我们与孩子一起长大◎

# 和孩子 一起成长



岳帆/著

我们的爱与责任  
能给孩子温暖和健康

**图书在版编目(CIP)数据**

和孩子一起成长/岳帆著. —北京:中国市场出版社,  
2007.6

ISBN 978-7-5092-0203-6

I. 和... II. 岳... III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 057406 号

---

**书 名:**和孩子一起成长

**作 者:**岳 帆

**责任编辑:**王 群

**出版发行:**中国市场出版社

**地 址:**北京市西城区月坛北小街 2 号院 3 号楼 (100837)

**电 话:**编辑部(010)68034118 读者服务部(010)68022950

发行部(010)68021338 68020340 68053489

68024335 68033577 68033539

**经 销:**新华书店

**印 刷:**北京领先印刷有限公司

**规 格:**880 毫米×1020 毫米 1/16 14.75 印张 210 千字

**版 本:**2007 年 6 月第 1 版

**印 次:**2007 年 6 月第 1 次印刷

**书 号:**ISBN 978-7-5092-0203-6

**定 价:**26.00 元

---

**版权所有 翻印必究**

(图书出现印装问题,本社负责调换)

# 序言



意大利著名教育家蒙台梭利说过：“每个人的成长都有一个程序，他在某个年龄特征段该领悟什么样的问题，其实是固定的，你没办法强求，过分人为地加以干涉只会毁了他。”

作为孩子的父母，重要的是在孩子成长的路上给予指引和照明，当孩子需要时给予及时的帮助，使他们感到父母是最可信任的人，是最能理解他们的人。父母和他们只有年龄上的差异，地位上是平等的，心灵上是相通的。对孩子来说，父母不仅仅是保护者与抚养者，也是活生生的人，是榜样，是他们看得见、摸得着的英雄。

正因为如此，很多事业上成功的年轻父母十分注重自己的形象和以身作则。他们认为，一定要趁孩子需要时，多多享受他们的童真；一定要享受做父母的责任和快乐；要拿出一定的时间陪孩子游玩、沟通和交流——这是家庭生活中最重要的部分。有一天孩子长大离开你，这样的经历再也不会回来了。

孩子的年龄虽小，但他们内心世界的丰富性并不亚于成年人。每个孩子的精神世界都是一本独特的、非常耐读而且

和

孩

子

一

起

成

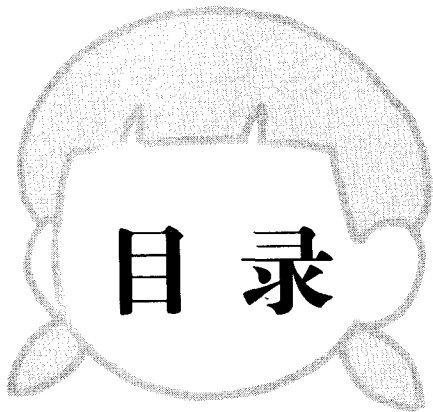
长

不易读懂的书，需要父母用智慧和理性去理解。只有深入到这个独特的精神世界中去探索，才可能找到帮助和教育他们的方法。如果父母能够真正用心去读孩子这本书，就会对他们有更多的理解和宽容，包括他们所表现出来的与一般行为规范不太符合的行为。

生命，就是成长的过程。在这个漫长的成长过程中，孩子有自己的身心发展规律，像动植物一样，每个阶段都有其不同的特点。出生时与出生后一个月不一样，三岁时和四岁时不一样，学龄前和小学阶段也不一样。

耐心等待孩子成长，也许等来的就是成功。





# 目 录

## 第一章 认识我们的孩子

孩子来到这个世界,一切都是陌生的,一切又都是新奇的。他们有着自己独特的思维方式,有着一双永远充满好奇的眼睛。他们在纸上涂抹着美丽的梦想,在野外放飞着快乐的风筝……

作为父母,应该变回童年的自己,和孩子一起天真地游戏着,快乐地跳跃着;和孩子一起去聆听大自然花开的声音、秋虫的啾鸣;和孩子一起唱儿歌,读故事;还要学会蹲下来,和孩子的眼睛保持水平,倾听他们童真的稚语,触摸他们真实的感受,用恒心和智慧架起一座和孩子交流的平台,走进他们多彩的心灵世界。



|         |    |
|---------|----|
| 走进孩子的内心 | 2  |
| 发现孩子的优点 | 5  |
| 让孩子亲身体验 | 8  |
| 好父母,好孩子 | 12 |
| 母亲教育的影响 | 15 |
| 无可替代的父爱 | 19 |
| 陶冶孩子的情操 | 22 |
| 快乐幸福每一天 | 25 |
| 天赋能力测试  | 29 |





## 第二章 架起交往的平台

中国古代思想家荀子说：“人之初也，不能无群。”意思是说，人是合群的动物，不能离开社会而独立地生活。这句话自然也是对孩子而言的。

人际交往在孩子的成长中起着重要的作用，尤其是在关键期——孩子的少年时代，亲子关系、师生关系、同学关系的紧张与疏离都会直接影响到孩子性格的发展和品质的形成。

美国心理学家卡耐基认为，一个人的成功 30% 靠才能，70% 靠人际关系。在竞争日益激烈的今天，如何让孩子走出孤独、学会交往，是天下父母需要共同解读的一大课题。

- 孩子需要交往 32
- 为孩子交往导航 36
- 交往能力的培养 39
- 鼓励孩子交往 43
- 青春期与异性交往 46
- 让孩子走出家门 49
- 体验交往的愉悦 52
- 性格类型测试 56





### 第三章 好孩子,好习惯

著名教育家叶圣陶先生说过:“教育是什么,往简单方面说,只有一句话,就是养成良好的习惯……”

养成良好的习惯就像储存道德资本,这样的资本在不断地增值,一生中都可享用它的利息。

习惯对于我们的生活有着极大的影响,因为它是一贯的,在不知不觉中,经年累月地影响着我们的品德,暴露出我们的本性,左右着我们的成败。

哲人说,播下一种习惯,收获一种性格;播下一种性格,收获一种命运。由此可见习惯对于一个人命运的重要性。

|          |    |
|----------|----|
| 习惯是一种行为  | 60 |
| 良好习惯的养成  | 63 |
| 爱心:最大的美德 | 65 |
| 体味劳动的快乐  | 68 |
| 启迪美的心灵   | 71 |
| 调教孩子的艺术  | 75 |
| 好习惯一生受益  | 77 |
| 好习惯自测法   | 80 |

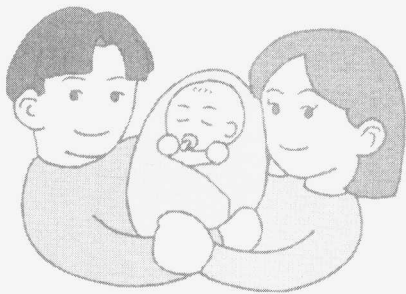


## 第四章 欣赏我们的孩子

欣赏我们的孩子,是帮助孩子获得自我价值感,发展自尊、自信的基础,因为欣赏本身意味着接纳、信任和尊重。只有这样,才能使孩子感受到自己对父母及家庭的重要性,体验到自身存在的价值,才能帮助孩子建立充分的自信心。

欣赏是一种理解,更是一种激励。也许,别人家的孩子两岁时就已经能背诵许多歌谣了,而自家的孩子还不能完整地表达自己的内心感受,但聪明的父母却在孩子说出一句完整的话时,能够无比惊喜地欣赏他、鼓励他。

毕竟,一个孩子通过自己的努力,使今天与昨天发生了变化,这就是成长。



|          |     |
|----------|-----|
| 尊重孩子的个性  | 82  |
| 欣赏是一种理解  | 85  |
| 做孩子心灵的知音 | 88  |
| 走出自卑的阴影  | 92  |
| 净化孩子的心灵  | 96  |
| 赞赏是心灵鸡汤  | 99  |
| 快乐就在你手中  | 102 |
| 音乐天赋测试   | 105 |





## 第五章 唤醒孩子的自信

自信心是一个人对自身力量的认识和充分估计,是一种良好的心理品质,也是一个人克服困难、自强不息、取得成功的内在动力。孩子自信心的形成,与父母的教育方式有着很大的关系。

提升孩子自我价值是为人父母的责任,也是孩子享用一生的财富。自我价值的基础是自信,只有自信的人才能拥有真正幸福的人生。

“人生自信二百年,会当击水三千里。”只要点燃孩子自信的火花,相信一定会升起智慧的火苗。孩子拥有了自信,也就拥有了明天,同时也拥有了无限美好的未来。

|           |     |
|-----------|-----|
| 激发自信的潜能   | 110 |
| 良言一句三冬暖   | 114 |
| 自信是一种勇气   | 117 |
| 胜固欣然,败亦可喜 | 122 |
| 君子以自强不息   | 126 |
| 点燃自信的火苗   | 132 |
| 皮格马利翁效应   | 136 |
| 自信意味着成功   | 140 |
| 智力潜能测试    | 144 |



## 第六章 磨砺孩子的意志

如果把成功比作大厦,那么顽强的意志、坚忍不拔的毅力就是人才成功的柱石。

意志对于孩子来讲,比天资聪颖更为重要。因为一切创造、发明和事业的成功都不会是一帆风顺的,要经历千辛万苦,克服重重困难,才能获得最后的成功。

美国心理学家曾对千余名天才儿童进行跟踪研究,30年后发现:智力与成就之间不完全相关,智商高的不一定就有成就。经过比较发现,这些天才儿童的主要差异在个性意志方面。意志是认识的原动力,能使孩子注意力集中,思维敏捷,精力充沛,使孩子处在良好的学习状态之中,并能提高学习效率。

坚持就是胜利 148

挫折是一笔财富 151

学会战胜自己 154

挫折:成功的阶梯 156

让孩子闯一闯 159

困境:希望的光环 163

让孩子经风雨 166

挫折承受力测试 169

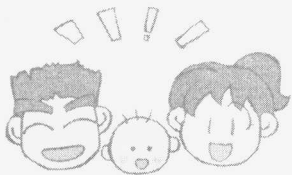




## 第七章 健全孩子的人格

一位哲人曾经说过,成才必先成人。“人”字的一撇是智能,一捺是人格。只有把丰富的知识和高尚的品质、优良的性格、健康的人格完美结合在一起,才能成为一个真正意义上的人才。

人生百年,立于幼学。这说明儿时的教育对于一个人的成长是多么重要。父母的人格力量对孩子的影响,是学校和社会无法替代的。完美的人格能使孩子的生命发出耀眼的光芒,使他们未来的人生更加辉煌灿烂。



- 成才必先成人 172
- 尊重孩子的天性 176
- 赞美孩子的境界 178
- 培养孩子的责任心 180
- 独立人格的形成 182
- 爱孩子需要理智 186
- 培养孩子的责任心意识 189
- 情绪稳定测试 191

## 第八章 快乐天才的诞生

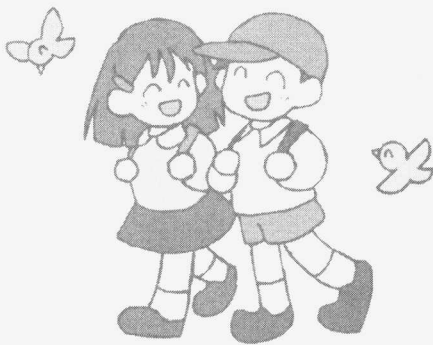
19世纪初,有一个神童的名字轰动了整个欧洲。他6岁学外语,9岁考入莱比锡大学,未满14岁即被授予哲学博士学位,两年后,又获得了法学博士学位,并被任命为柏林大学的法学教授。

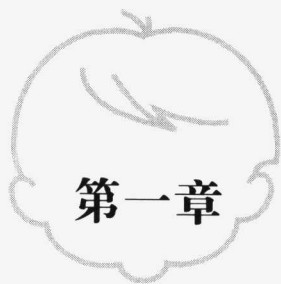
这个神童的名字就是小卡尔·威特。

对孩子来说,最重要的是教育而不是天赋。孩子成为天才还是庸人,不决定于天赋的多少,而是决定于从生下来到五六岁时的教育。就是那些只具备一般禀赋的孩子,只要教育得法,也能成为非凡的人。

这就是小卡尔·威特的父亲、著名教育家老卡尔·威特给出的答案!

|         |     |
|---------|-----|
| 神童卡尔·威特 | 194 |
| 快乐天才的诞生 | 198 |
| 开启智慧之门  | 203 |
| 插上想象的翅膀 | 206 |
| 脑子越用越灵  | 209 |
| 零距离接近大师 | 213 |
| 成长需要等待  | 218 |
| 儿童智力测试  | 222 |





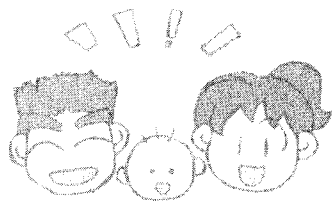
## 第一章

# 认识我们的孩子



孩子来到这个世界,一切都是陌生的,一切又都是新奇的。他们有着自己独特的思维方式,有着一双永远充满好奇的眼睛。他们在纸上涂抹着美丽的梦想,在野外放飞着快乐的风筝……

作为父母,应该变回童年的自己,和孩子一起天真地游戏着,快乐地跳跃着;和孩子一起去聆听大自然花开的声音、秋虫的啾鸣;和孩子一起唱儿歌,读故事;还要学会蹲下来,和孩子的眼睛保持水平,倾听他们童真的稚语,触摸他们真实的感受,用恒心和智慧架起一座和孩子交流的平台,走进他们多彩的心灵世界。



## 走进孩子的内心

父母对孩子的影响是一生的,家庭教育的力量是无形的。其中,很重要的一点就是创造一个良好的家庭氛围,让孩子们在父母的呵护下快乐成长。

如果家庭教育仅限于如何培养孩子,而忽略父母素质的提高,那么,这样的家庭教育很难取得预期的效果。父母素质不高,怎能拥有一个良好的家庭教育氛围,又怎能培养出身心健康的下一代呢?

一些父母往往会发出诸如“孩子越大,就越不了解”之类的感叹。但父母们是否想到,在孩子小的时候,你处处以一个长者的身份指挥着孩子的一言一行,并不曾真正体会孩子的感受?当孩子一天天长大,自然就会和孩子越走越远,代沟也随之产生,从而难以把正确的思想和经验传递给孩子。如果父母从一开始就能做到和孩子一起成长,用孩子的眼光看孩子,时刻保持一颗童心,那么,随着孩子的成长,就会发现,在孩子慢慢读懂这个世界的同时,你也慢慢地读懂了孩子这本书,走进了孩子的心灵世界。这时,距离成功的父母也就越来越近了。

教育专家指出,在孩子小时候如果不把他当成人,则孩子长大之后也不可能成为真正的人。家庭教育是一门科学,做父母是一项非常复杂的工程,没有成功的家庭教育就没有成功的学校教育。当孩子进入学校的时候,他的身上已经留下了父母的烙印,父母的言传身教会影响孩子的一生。父母培养孩子,要多和孩子在一起,因为亲情的抚慰与关怀有助





于孩子的成长；孩子的潜能是否得到发展，需要的是鼓励，鼓励中的孩子对未来充满信心；不要替孩子作太多的决定，父母是孩子学习的辅导者而不是替代者，要让孩子学会快乐生活。

父母的职责是帮助孩子们明白必须对自己负起责任，而要做到这些，父母的素质起决定作用。从这个意义上讲，家庭教育的第一步，应是父母教育；家庭教育的重心，应是父母教育，并且需要真正提高父母的素质。

一位家长深有感触地说，我教育孩子一贯的思路是言教不如身教，小孩是有思维的，你的一言一行他都看在眼里、记在心里。我认为孩子必须德、智、体全面发展，德育摆在首位，我就要有意识地做出榜样来，并且尽自己最大的能力维护好家庭和谐的氛围，让孩子在既有母爱、又有父爱的家庭中健康快乐地成长。比如坐公共汽车，主动给老人和小孩让座；碰到有困难的人，主动给予力所能及的帮助，从小让他具有同情心，具有一颗乐于助人的心；经常给他列举各种事例，教育他从小要有良好的心态、乐观向上的精神和健康的心灵，这样他在遇到困难时就不会沮丧，也不会放弃，而会迎难而上。

在谈到如何帮助孩子养成良好的习惯时，这位家长朋友说，从小我就帮助孩子养成良好的读书习惯，让他每天都抽出一点时间来看书。而且，只要有机会，就会从书店买回各种图书给他阅读，“六一”儿童节、春节的礼物都是各类有趣的或者有益的书籍。时间长了，孩子喜欢上了读书，也养成了良好的读书习惯，这对学习起到了很大的促进作用。

在学习上，从孩子上学起，我就注意他学习习惯的养成，每天回家后要先完成老师留下的作业；学新课之前，先预习一下后面的内容；及时和老师沟通，帮助孩子养成良好的学习习惯。在家庭生活中，时时处处注意习惯的养成，玩过的玩具要收拾好，晚上睡前要洗脸、刷牙等等。有时候，孩子想偷懒，就给他讲讲道理，并且告诉他，那样是不可以的，慢慢地他就认可了这种行为，习惯也就自然而然地养成了。

为了开阔视野，培养孩子多方面的兴趣，我跟孩子商量，经他同意，给他报名参加了课余绘画班。到现在他已学了两年，并很有兴趣。在这方面，我不强迫孩子，也不给他太多的压力。每次他画画回来，看到他的作



品,我都会由衷地赞赏。孩子因此一直兴趣浓厚,越学也越有劲儿。

孩子喜欢手工制作,我就给他提供材料,给他尽可能多的帮助。有时候,孩子煞有介事地拿着他完成的“作品”,沾沾自喜地给我看,神情中充满了自豪。看到孩子敢于动手去做,并从手工制作的过程中得到了快乐,我从心底里感到欣慰。

此外,我还喜欢让孩子参加一些体育锻炼。孩子本来就爱跑爱跳,让他多锻炼,既强身健体,又愉悦心情,何乐而不为呢?

孩子也非常喜欢花花草草,喜欢小鱼小鸟,我就给他机会,让他照顾花草,让他喂养小鱼……

总之,我希望孩子不光是埋头学习的孩子,更希望他好好学习的同时还能有自己的乐趣,是一个热爱生活的人。

这位在教育孩子方面颇为成功的家长认为,仅仅开阔孩子的视野、培养孩子多方面的兴趣是不够的,还要在孩子的成长过程中多加赞扬和鼓励。

“加油!”“别灰心,再试一次。”“你做的这件事真棒!我为你感到高兴!”要经常给孩子这样的鼓励,孩子将会在鼓励声中快步前进。我经常鼓励孩子参加学校的集体活动,回来后听他讲一讲参加活动时发生的事情,还进一步问他一些问题,比如今天搞的什么活动?跟谁在一起?有没有兴趣继续参加这样的活动?参加这项活动有什么收获和体会?以引起孩子的兴趣,发现问题并及时排除解决。我的每一次鼓励都是他进步的催化剂。在学习和生活的很多方面,我都给了孩子很多的鼓励和赞赏,所以孩子是自信的。有时候他自己会说“像我这么聪明的孩子怎样怎样”,我认为他有这样的积极思想是很可贵的。

虽然赞扬和鼓励是主要的,但有些时候批评也是不可缺少的。在孩子的学习上,有时候他考试的分数少了,会不开心,但是我不因此去严厉批评他,而会帮他找找原因,提醒他应该怎样去做。所以,他从来不会因为考试分数少而不敢告诉家长。但在有些事情上,我却很严格。记得他上幼儿园的时候,有一次看到别的小朋友往家里拿卡片,也跟着拿回来几张。我发现以后很严厉地批评了他,因为我极少这样严肃地对待

