



CHAPTER 01

明天的太阳



1.1 生命的延续

日出日落，潮起潮退，花开花谢，春去秋来……，我们的生命不也正是如此周而复始？人类社会正是因如此的生生不息而绵延流长。那么，什么是我们的未来？孩子！今日是一株小小的幼苗，明日则是一棵挺拔的参天大树。因此可以说，每一个成年人，都肩负着承先启后的重任，都有义务、都有责任将人类的文明与当代的智慧和创造融合，让我们的孩子在汲取这份充裕的知识养料中健康、茁壮地成长。而如何承担这一重责大任，对于那些为人父、为人母、为人师者而言，任务是艰难而迫切的，试想一个孩子的生、养、教，父母需要投入多少心力？如何科学地教养孩子？如何把自己的爱恰如其分地传达给孩子？如何为孩子创造一个最理想的成长环境？这一连串问题摆在我们面前，需要我们认真解答。

培养孩子，最关键的是成年人的思想观念。孩子不是父母的私有财产，他们是独立的个体，有他们自己的喜好和选择。为人父母者在要求孩子尊敬父母之余，也要尊重他们的人格，俯身下去和孩子站在同样的高度，那样会更真切地看到孩子的内心世界。

一般而言，很多父母从小就致力于孩子的智力开发，而早期教育的其中一项重要内容就是开启孩子的智慧。不过，切勿把智育看作早期教育的全部。



早期教育的任务应该是：实行保育与教育相结合的原则，对幼儿实施德、智、体、美、群等多方面的教育，促进其身心和谐发展，任何只注重单一面向的做法都只会适得其反。当老师、家长为孩子能认得汉字或学得才艺而兴高采烈时，是否也注意到孩子在幼儿园里玩得开心吗？生活能自理吗？能否与同伴合作交往、友好相处？是否能做到诚实、自信、好问、友爱、勇敢、爱护公物、克服困难、讲究礼貌、遵守纪律？千万不要忽视这些基本素质的培养。事实上，教给孩子学会生活、学习、做人的能力，才真正是传给了他们一辈子受用不尽的财富。所以，为了孩子的健康成长，为人父母和老师都要关心孩子的全面发展。

在树立起基本的育儿观念之后，还必须用心揣摩教育孩子有效方法。打骂教育的方式是不宜的，那么面对孩子们的无端哭闹，难道就束手无策了吗？奖励和要求还是需要的，但要讲究教育的艺术，对学龄前儿童教育应以奖励为主。另外，在对孩子进行智慧的开启、品性的培养、情感的陶冶时，要注意灵活运用各类科学的教育方法。儿童心理学等方面的著作，可以帮助我们针对孩子的不同年龄阶段所具有的心理特点循循善诱。只要我们努力为孩子营造出充满爱的教育氛围，并使用科学的育儿方法，孩子一定会健康、活泼地成长，不辜负家长、老师们的厚望。

然而，教育孩子是一项重大而艰巨的工程。这个过程并非只是单向流动，而是个互动的过程，很大一部分的时间里，父母和老师都扮演着教育者的角色。不过，不可否认的是，在某些方面、某些时刻，孩子也教育了我们，向成人展示他们纯真的本性。所以在教育孩子时，父母和老师必须首先充分发挥父母、老师对孩子的直接影响，人只能由人来造就，受教育者是教育者的一面镜子。孩子的品格学习取决于老师、家长的德行，所以为人师、为人母、为人父者，自己先要做到言行一致、表里如一，才能为孩子树立良好的榜样。老师、

父母的人格魅力是影响孩子的直接因素。

孩子是祖国的未来，是我们的希望。为了让理想变为现实，为了使希望能够成真，为了让未来更加美好动人，让我们一起用爱、用智慧、用正义迎向未来，让未来的世界更加灿烂辉煌！



1.2 迈好人生的第一步

一股清泉和一位文坛巨匠的诞生有多大关系？作家沈从文在他的自传中说，他学会思索、认识美、理解人生都和水有极大的关系。因为他“幼小时较美丽的生活，大都不能和水分离”。而这段幼时的生活，简直和他的教育、作品倾向，乃至生命都密不可分。幼年时期的生活真的会对人的一生产生如此重要的影响吗？是不是言过其实了？没有。众多心理学家一致认同幼年期的重要性，并指出个体成年后的许多心理特征很大程度上都来自于生命早期。不要以为幼儿除稚态可掬外便是一片空白，幼儿期可是人生的第一步啊！

这一时期，生命的历程翻开了扉页。从呱呱坠地到牙牙学语，从蹒跚学步到奔跑跳跃，从信笔涂鸦到认得汉字，孩子的身体就如同那雨后春笋般地每日每夜都发生新的变化，个子不断长高，体重也不断增加，在整个人生中处于第一个高速发展阶段。因此在幼儿期，健康的身体是造就孩子健康心理的基础与前提。所以父母安排孩子的食谱，可参考有关幼儿营养方面的书籍，以便做出合理而适量的选择。同时，要注意引导孩子多进行体育活动，锻炼他们的身体，养成良好的运动和休闲习惯。

这一时期，智力发展如泉水开始悄然汇集涌动：随着感觉、知觉的日益细致、精确，孩子的感受性提高，观察力开始初步发展，有意识的注意渐渐增多，集中程度加强；有意识的记忆初露端倪，并有相当好的持久性；思维也随

随着生活范围的扩大，知识、经验的累积和语言的形成，而开始直接、间接地发展。父母要充分了解孩子这一时期的喜好，然后有意识地在活动中培养其注意力、观察力，扩大他的知识面，让他养成独立观察和积极思考的习惯。

这一时期，孩子的品格初现。父母会惊讶地发现，在家里任性、淘气、以自我为中心的宝宝从幼儿园回来后仿佛变了一个人，会自己整理床铺了，懂得和父母一起分享有趣的事物了。这无疑是幼儿园老师辛勤培养的结果。同样的，在家庭生活中，也存在着无数个机会，父母应把握每一个可以教育的机会，用恰当的语言教育孩子，串起一个美德的花环，让礼貌之花、诚实之花、友谊之花、勤俭之花……开满孩子的心田。

这个时期，孩子的情感单纯而热烈。高兴时，满屋子荡漾着他的欢声笑语；生气时，把玩具扔得满地都是；刚才还伤心得挂满晶莹泪珠，转眼又全心全意地投入到与邻家小朋友的游戏中。这就是幼儿情绪的特点，不稳定、自控力弱却开始趋于丰富多彩。所以教育者要善于破解孩子的情绪密码，走进他们的情感世界，并播撒下友善和博爱的种子。

这一时期，幼儿对世界充满好奇。他乐意瞪大眼睛来看这个五彩缤纷的天地。公园里不起眼的野花也会引起他内心的悸动，许多在成人眼中习以为常的事物在孩子看来却是那样神奇而不可思议。面对孩子永无止境的“为什么”，父母们切勿嫌烦，当你拒绝孩子的问题时，一颗探究世界的心也同时遭到了拒绝。作为父母，要积极保护孩子提问的热情，引领孩子在千姿百态的生活中孜孜不倦地学习。

我们要真正读懂孩子的感受，要耐心等待孩子的成长，要仔细观察每个孩子的差异。没有人天生就会当父母或老师，我们都需要学习、需要更新想法和做法，使孩子受到更好的教育，毕竟孩子的成长无法重来。



1.3 营造爱与规矩并存的氛围

爱是人类特有的情感，在人类各种需要中处于首要地位；爱是儿童的基本心理需要，是造就孩子健全人格的关键因素。对孩子来说，爱是安全的保障、快乐的源泉，是开启心灵的钥匙，也是生命成长和发展的原动力。对孩子来说，如果没有爱，一切美好的事物都将消失。

然而，对孩子的尊重不等于放纵，关爱更不等于溺爱。要把握好二者之间的度，并不是一件容易的事。美国教育专家戴安娜·鲍姆林把父母的教养态度和相应的管教结果归纳为4种。

1. 专制型——这类父母对孩子有很高的标准和期望，却很少给孩子关怀与爱。强制孩子听从父母的想法，不容许孩子挑战他们的权威，也不解释硬性的规定。当孩子与他们意见不同时，也不去聆听或了解孩子行为的动机。常夸大孩子的缺点，并加以指责。父母靠权力和强制性的训练迫使他们服从，其主要特征是过分严厉和控制。

专制型父母对孩子人格及不良行为的影响：在冰冷而严厉的家庭气氛中，孩子活在恐惧中，毫无个性可言，无法做决定，终生习惯依赖，将怒气藏在内心深处；容易有负面的情绪，焦虑、退缩、不稳定；缺乏自尊心，表面顺从而内心不满，从而产生攻击行为；自信心丧失，胆小退缩，期待别人的指示。

2.放任型——这类父母往往认为：“树大自然直”，对孩子不必有什么要求与管束，对孩子漠不关心，对孩子的所作所为不加干涉，一旦被激怒，就会随意漫骂，他们给予孩子的支持和管教常有不足。他们与子女关系疏离，不能倾听子女的声音。其主要特征是不负责任，对孩子放任自流。

放任型父母的子女会有反应：觉得自己没有价值，有自卑感，情绪不稳定；感受不到他人的喜爱和尊重，无法建立健康的自尊；缺乏安全感，缺乏保护，容易受伤；情感得不到满足，情感上的失落使其极度渴望被爱，转而同伴寻求认同感。

3.溺爱型——这类父母完全不给孩子任何压力，对孩子的爱缺乏理智与分寸，满足孩子的一切需求，包括无理要求，在家里没有设定规矩或行为标准，对孩子的行为没有一定的要求与控制，只有赞许和肯定。其特征是对孩子无度的宠爱。

溺爱型父母对子女造成的影响：因为在家中没有标准和规则，孩子以为可以恣意妄为，变得顽劣任性，容易成为小霸王，藐视和不尊重身边最亲近的人；没有安全感，因为没有行为准则，渴望引导和明确的意见；自我中心，自私自利，缺乏自制力，因为家中没有纪律可学习自制，也无法遵守团体规范。

4.威信型——父母有明确的生活规范、界限和标准。他们会花时间训练孩子，向孩子解释管教规则，也会在孩子逾越界限时给予清楚的警告，孩子违规时，也愿意听孩子陈述理由。他们尊重孩子，可以与孩子相互交流各自的看法，如果孩子有不成熟的行为，父母也会进行限制，坚持自己正确的观点，其主要特征是平等尊重与适当控制相结合。

威信型父母的孩子常有的典型特征：具有独立、自信与能动性，直爽、亲切、爱社交，能与人合作，讲友谊，爱探索等特点，能较好地控制自己的行为。



家长不同类型的教养态度对子女的成长有着直接的影响。消极的教养方式将导致子女认同困难，偏差行为增加；而积极的教养方式有助于子女自我成长与良好适应。威信型父母用爱与规矩来教养孩子，是一种健康又平衡的结合。

家长通常都很注重孩子规矩的养成，但是当爱与规矩并存时，就不知所措了。在教养中，一定要让孩子尊重父母，孩子只有尊重父母，才会接受父母的价值观。对父母要有礼貌，对父母的问话要有回应，说话要有敬意，否则父母就无法带领他。当孩子无理取闹时，只要父母不理他，孩子很快就会明白他这种无理取闹的方法是无效的。孩子不尊重父母的行为，若不及早遏止，到青春期时便会形成叛逆。孩子很精明，很会钻规则的漏洞，因此父母只能有一套规则，不能有两套甚至几套规则。

规矩是为了让孩子养成好习惯，帮助他成为有纪律的人。父母要为孩子立规矩，让他们守规矩，使他们养成负责任的好品格。

立规矩，能够有效地培养孩子的自我意识、自我约束力、责任感与社会公德，让孩子成为受社会欢迎的人。要以爱为出发点，但出于本能的爱是不够的，充满情感与理性的爱才能培养孩子对规矩的敬畏之心。下面举几个立规矩的例子。

1. 饮食、睡眠、玩乐的规矩，养成准时守时的习惯：要先和孩子约定好，如果充耳不闻，就必须自己承担后果。如“再玩10分钟，就要收玩具了！”“剩下3分钟了。”“时间到了，收拾玩具了。”“如果你不收，我会把玩具没收，3天不准玩。”开始孩子可能会抗议，几次之后就会逐渐养成守时的习惯。

2. 提出合理要求的规矩，养成讲道理的习惯：如果孩子的要求总是立刻得到满足，就很容易变得没耐心等候，所以家长有必要训练他们不求当下立即满足，即“延缓满足”。能等待、忍耐越久的孩子，长大后抗挫折的能力

越强，日后成功的概率越高。要先让孩子做该做的事，然后才能享受他们该得的好处。如“要先把饭吃完了，才能出去玩球。”“先存够钱，才能买玩具。”“在做完这件事之前，不可以吃糖。”

3. 在公共场合讲规则、秩序的规矩，养成谦让有礼的习惯：“同理心”就是让孩子在生活中实际体会别人的感觉，学会站在对方的角度看事情，从而在意别人的存在、在意别人的感受、在意社会交往准则。让孩子感同身受，可以用假设句，如“手上的玩具，玩到一半被人抢去时，你有什么感受？”“被人打是什么感受？”

4. 参与家务劳动的规矩，养成分担家务的习惯：“做中学”是最好的学习方式，小孩子喜欢觉得自己长大了、可以帮父母分担的感觉。只要大人把做家务变成光荣的事、变成游戏并且能多鼓励，孩子就不会排斥了。

5. 待人接物的规矩，养成礼让、敬老爱幼的习惯：模仿是孩子最初的学习机制，要让孩子知道待人接物之道，父母首先要做好榜样。如：父母看见邻居打招呼，孩子便会主动向人问好；客人来了，准备拖鞋并且放好等。

综合上述，为人父母在教养孩子时，应有以下4个基本的认知原则。

第一，孩子是独立的生命体，而不是父母的私有物，对他们要尊重、理解和关爱。

第二，爱与规矩要和谐统一，要取得平衡，在爱中有规矩，在规矩中有爱。

第三，情感体验、意志磨砺比智慧开发更重要。只有安全感得到满足，才能更好地管教；只有自我控制能力强的孩子，才有更好的执行力。

第四，父母需要与孩子共同成长。父母要陪伴孩子，参与他们的成长，不断地学习和引导孩子。

孩子的成长离不开家庭，一切善良、美好的品质和优良的素质都是首先在



家庭中萌生的。因此我们可以毫不夸张地说，为了孩子的健康发展，为了家庭的幸福美满，父母们应努力探求合理、积极的教养方式，为你的孩子营造爱与规矩的氛围！

在看到许多家庭对孩子的教育之后，常常令人不由自主地联想到鸟儿和鸟笼，觉得现在不少孩子就像被保护在鸟笼中的小鸟一样。不少家长对孩子保护过度，日常生活中的一切琐事都由家长代办，从穿衣吃饭到整理玩具，从来不让孩子动手，唯恐出意外。同时还规定孩子不许到别人家，不许一个人到户外玩，不许碰脏东西，不许跑得满头大汗……诸多“不许”将孩子的活动范围缩小到自己的视线内。还有些家长则包办了孩子的兴趣和选择。当孩子问“为什么”时不予理睬，对孩子的兴趣也视若无睹，却一心一意地设想：“我们的宝宝以后要做××家。”他们对孩子的要求也是全方位地朝着自己的目标，强制性地为孩子选择人生之路。结果既伤了孩子的自尊心，又增添了孩子对父母代替选择的反感。

012



地“围堵”，缺乏自尊心的幼儿往往只能默默忍受，心不甘情不愿地做着家长要求的一切；而自尊心强的孩子则会有强烈的反应，如气愤、据理力争甚至提出抗议。这反映了他们对自身权益的意识，以及要求别人尊重的倾向。

自尊心强的孩子有强烈的上进心、好胜心，会积极主动地参与活动和学习，不断取得新的进步；而缺乏自尊心则会使人自甘落后、不求上进。孩子的自尊心，与成人的教育态度和教育方法有着密切的关系。严格要求、关心爱护、理解尊重是幼儿自尊心发展的必要条件。经常得到别人尊重的儿童，更易发展自尊自爱的情感。因此，老师和家长应坚持正面教育的原则，多以关心和肯定的态度强化幼儿的良好行为。同时，对于他们的缺点和错误，要进行善意的批评和帮助，要尽量避免当众严厉批评幼儿，应采用个别谈话、提醒、暗示等形式，既要指出他们的缺点，又要避免伤害他们的自尊心。而那种对孩子保护过度、管束过严的方法无疑是有害于孩子身心发展的，就如同把鸟儿关在笼中一样，尽管有吃有喝、条件优越，但仍然是一种监禁。对孩子来说，这种温柔的监禁所造成的伤害是巨大的。一个处处受到过度看护的孩子，往往生活能力低下，处事反应迟钝，甚至根本没有应变能力和自我保护能力。可见，依赖性是从小养成的。

被照顾过度的孩子，常缺乏独立思考的能力。因为对于生活和周围的环境，他习惯于接受而非探索，他不需要动脑筋选择，更不需要伤神担心。过度的满足令他懒惰，他甚至不需要了解父母安排以外的其他知识。

照顾过度还会压抑孩子的天性，令他丧失快乐自由的空间。一个行动受到限制的孩子，也失去了尽情发挥童心的机会。没有户外的玩乐、没有与同伴的争争吵吵、没有善意的恶作剧和无伤大雅的闯祸，这样的童年有何快乐可言？

对孩子的过度保护，最终只会导致孩子缺乏自信。长期躲在父母羽翼下的孩子不会独立自主，当遇到需要他自己决断的时候就会变得不知所措。对自己的能力怀疑、没有自信，在人多的场合会退缩；而一旦得不到认可或表扬就会

大发脾气、不开心甚或加剧自暴自弃的心理。这样的孩子长大后，也会缺乏创造性和挑战性。没有充分的自信，又何来面对逆境与挫折的勇气？

自信心是人对自己力量的认识与充分估计，以及在此基础上对自己产生的信心。它是一种强大的内在动力，能激励人坚持不懈地运用自己的智慧完成任务，追求既定目标，实现自己的理想。自信心对幼儿心理健康和认识能力具有十分重要的意义，它能促使幼儿产生积极主动的活动愿望，大胆探索、思考问题，乐于与他人交往，经常保持愉快的心情。他们在获得更多知识和技能的同时，也能逐渐发展出乐观、勇敢、独立性强等性格特征。缺乏自信心的幼儿，稍遇困难就会退缩，不敢自由地表达自己的爱好和愿望，怯于与周围人交往，参加活动的积极性、主动性差，不能充分发挥自己的能力去认识和探索事物，而且容易形成胆小、懦弱、依赖性强、优柔寡断等性格特点。

作为父母，要尊重孩子的天性及选择，不能因为爱而将孩子的一切包揽，应教育孩子学会独立生存的本领，要引导孩子学会自我照顾、自我保护、自我选择和思考，不可凡事都向爸爸、妈妈讨主意。同时，父母也要与孩子平等相处，要充分地信任孩子。幼儿往往是在他人的反映中看到自己，得出自我评价。如果父母总是嫌孩子这个不好、那个不对，孩子本来想参与的热情就没有了，也根本无法产生自信。多鼓励、多表扬孩子，与孩子相处时不妨做他的玩伴，也听取他的意见，这样的孩子容易树立自信，同时也有独立精神。父母不让孩子自由活动更多的是出于安全考虑，可不让孩子“冒险”并不是好事。家长要敢于让孩子闯入陌生区域，让他拥有好奇心并进行探索。当然出于安全考虑，事先要做好防护措施，并向孩子介绍有关安全方面的细节。

儿童自发的心智发展是连续不断的，并且与儿童本身的心理潜力息息相关。如强迫一个孩子去画画、去弹琴，不断教孩子如何画、如何弹，结果往往导致孩子一辈子都不可能真正地去画画、弹琴。这不仅把有趣的事物给搞得索然无味，甚至完全泯灭了孩子的兴趣，而且孩子这方面的心智也完全被教的模



式桎梏了。孩子心智发展的唯一途径是感觉训练，通过孩子的自我体验，变成自己生命的一部分，并且自如地运用到现实生活中，这就是智力。

爱，必须走向独立。一个孩子不独立，很容易被外在的力量奴役，小小年纪便整天察言观色、小心谨慎，在长期的压抑下，孩子逐渐丧失了自我，成为茫然不知所措的迷途羔羊。

1.5 家门与园门

在一个人成长最初的15年间，家庭教育的影响最大、最深远，而集体生活是每个孩子必经的途径。要促进幼儿教育的全面发展，单靠幼儿园和老师的影响还是不够的。幼儿教育，一定要积极利用社区中有利的教育因素来丰富幼教课程内容，使幼儿园、家庭、社区三方结合，将幼儿园的课程真正与家庭、社区资源整合起来，实现幼儿园、家庭、社区教育资源合作共享。

让孩子上幼儿园，习惯集体生活，这对幼儿身心发展大有益处。当孩子跨进幼儿园大门时，就迈出了走进社会的第一步，因为幼儿园为儿童提供了丰富多彩的集体生活环境，孩子在这样的环境中可以积累初步的社交经验，逐步形成与人分享、合作、尊重他人等特质，有利于培养集体意识，形成合群、开朗的性格，并且可以弥补家庭生活中缺乏儿童伙伴的缺陷，协助幼儿成为一个真正能适应社会生活的人。

然而，由于幼儿年龄小、生活经验少，初入幼儿园往往会面临诸多困难。

(1) 对家长的依赖，导致情感上的不适应。孩子初到一个陌生的环境，情绪上难免会焦虑紧张，这种痛苦的情感体验过程，将造成一种不安全感。

(2) 对集体生活的不适应。从出生开始，孩子在家中一直处于中心地位，因此对幼儿园的生活作息制度及幼儿园的纪律要求等，会感到不习惯。



(3) 生活习惯、能力方面的不适应。进幼儿园前，由于孩子的年龄较小，一般家长在日常生活中一切包办代替，以致孩子的生活自理能力差，自己不会穿脱衣裤、不会自己吃饭等，造成一些幼儿缺乏基本的生活自理能力。

初次踏入幼儿园的大门，是幼儿生活中的一个重大转折，家长和老师要帮助幼儿尽快地熟悉和适应幼儿园生活，使其能顺利地度过入园适应期。为此，家长和老师应做好两方面的工作。

一、入园前的准备工作

心理准备——家长应有意识地带幼儿参观幼儿园，向他介绍丰富的玩具、众多的伙伴等，以引起幼儿对入园的向往，消除他的恐惧感。

能力准备——有目的地引导幼儿与居住在附近的同龄儿童一起游戏、交往，使幼儿初步积累与人交往的技能与经验等；在家庭中注意培养幼儿简单的生活自理能力，如让幼儿学习自己穿脱衣裤、鞋袜等。

物质准备——为幼儿准备有利于活动的宽松且便于穿脱的服装以及其他一些必需物品，如小被子、手帕等。

二、入园后的家、园配合工作

孩子初上幼儿园，难免会有哭闹等情绪波动，此时老师要主动关心，照顾好幼儿，帮助幼儿稳定情绪，尽快适应幼儿园的生活。为此，要做好以下四方面的工作。

1. 情感关怀。老师要充满爱意地时时对幼儿微笑，亲近孩子，并悉心照料他们，让幼儿感到安全和温暖，对老师产生信任感。

2. 情绪诱导。老师要仔细观察或向家长了解幼儿的喜好、习惯等，在幼儿情绪不稳定的时候，用他们平时喜爱的事或玩具吸引其注意，或让他们和自己喜欢的伙伴一起玩，以稳定其情绪。