



# 读懂孩子 做智慧父母

DUDONG HAIZI  
ZUO ZHIHUI FUMU

李永红 著



四川大学出版社

# 读懂孩子

## 做智慧父母

DUDONG HAIZI  
ZUO ZHIHUI FUMU

李永红◎著



四川大学出版社

责任编辑:王天舒  
责任校对:陈 蓉  
封面设计:胜翔设计  
责任印制:王 炜

#### 图书在版编目(CIP)数据

读懂孩子:做智慧父母 / 李永红著. —成都:四川  
大学出版社, 2017. 12  
ISBN 978-7-5690-1508-9

I. ①读… II. ①李… III. ①儿童教育—家庭教育  
IV. ①G782

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 317934 号

#### 书名 读懂孩子 做智慧父母

|      |                         |
|------|-------------------------|
| 著 者  | 李永红                     |
| 出 版  | 四川大学出版社                 |
| 地 址  | 成都市一环路南一段 24 号 (610065) |
| 发 行  | 四川大学出版社                 |
| 书 号  | ISBN 978-7-5690-1508-9  |
| 印 刷  | 郫县犀浦印刷厂                 |
| 成品尺寸 | 170 mm×240 mm           |
| 印 张  | 10.25                   |
| 字 数  | 196 千字                  |
| 版 次  | 2018 年 1 月第 1 版         |
| 印 次  | 2018 年 1 月第 1 次印刷       |
| 定 价  | 38.00 元                 |



版权所有◆侵权必究

- ◆读者邮购本书,请与本社发行科联系。  
电话:(028)85408408/(028)85401670/  
(028)85408023 邮政编码:610065
- ◆本社图书如有印装质量问题,请  
寄回出版社调换。
- ◆网址:<http://www.scupress.net>

## 前言

我是一名中学教师，至今已在教育战线工作了26年；我是一个妈妈，陪伴孩子一路成长。在多年的教育实践中，无论是面对别人的孩子还是自己的孩子，我一直用一颗母亲的心感受并体验着他们带给我的一切，有严峻的挑战，也有满满的幸福。相信天下所有的母亲爱孩子的心都相似，深深的、暖暖的、唯一的而不容置疑，但为什么教育效果却千差万别。经常有妈妈满腹委屈地向我诉说：“李老师，我道理讲了无数遍，好话都说尽了，孩子怎么都不听呢？”“哎，现在的孩子太难管了！”是孩子不听话，还是妈妈的成长跟不上孩子的脚步？一位朋友在孩子考上大学后才感慨地反思道：“不是孩子不懂事，而是我一直不懂孩子，用我理解的所谓的爱束缚了孩子的心。”是啊！当今社会竞争激烈，如果孩子没有好的发展，妈妈们心里会很不安，所以，为了孩子的未来，她们对孩子的要求越来越高，过度关注学习成绩导致很多孩子出现厌学、人际关系不良、情绪压抑、无目标、迷茫等问题，这已经成为一种普遍的社会现象。2013年10月31日，《人民日报》发声：教育改革要从家长教育开始！让家长们明白自己的责任，树立正确的人才观，真正懂得如何引导孩子成长成才，家长到位，正确的理念到位，中国的教育问题才会有根本性的改变。

孩子是生命的延续，家庭的未来，国家的希望。家庭教育是对家长教育能力的综合考验。如果家长们能够主动、提前了解孩子成长的规律，走在孩子发展的前面，加强学习，提升素养，以积极的状态参与孩子生命的成长，在精神层面给予孩子足够的支持，孩子们一定会在未来社会中自信地行走。

# 目 录

|                                     |        |
|-------------------------------------|--------|
| <b>第一章 母亲强则儿童强</b> .....            | ( 1 )  |
| 第一节 母教能量.....                       | ( 1 )  |
| 第二节 欲得好孩子先做好妈妈.....                 | ( 6 )  |
| 第三节 母亲对孩子的引导策略.....                 | ( 9 )  |
| <b>第二章 婴幼儿阶段，呵护纯真童年</b> .....       | ( 25 ) |
| 第一节 “肤爱”对婴幼儿成长至关重要.....             | ( 25 ) |
| 第二节 0~3 岁的孩子是教育的宝贵时期 .....          | ( 26 ) |
| 第三节 对孩子充满刺激的户外环境.....               | ( 29 ) |
| 第四节 母亲要引导孩子和小朋友们一起玩.....            | ( 32 ) |
| 第五节 3 岁——孩子家庭教育的关键时间点 .....         | ( 36 ) |
| 第六节 事情自己解决——一个美国妈妈是这样教育 3 岁孩子的..... | ( 40 ) |
| 第七节 孩子打人或是被打，母亲应该怎样处理.....          | ( 43 ) |
| 第八节 准备好和孩子第一次重要的分离.....             | ( 48 ) |
| <b>第三章 幼儿园时期，奠定美好人格</b> .....       | ( 53 ) |
| 第一节 引导孩子快乐地走进幼儿园.....               | ( 53 ) |
| 第二节 7 岁前是孩子人格形成的教育关键期 .....         | ( 57 ) |
| 第三节 如何做好孩子“童蒙养正”的教育.....            | ( 62 ) |
| 第四节 如何培养孩子的沟通技巧.....                | ( 66 ) |
| 第五节 如何培养孩子良好的生活习惯.....              | ( 68 ) |
| 第六节 如何培养孩子独立的学习习惯.....              | ( 72 ) |
| 第七节 如何培养孩子积极的心理品质.....              | ( 75 ) |
| <b>第四章 小学阶段，陶冶高尚情操</b> .....        | ( 78 ) |
| 第一节 小学阶段孩子的家庭教育重点.....              | ( 78 ) |
| 第二节 父母对孩子价值观的培养.....                | ( 85 ) |

|            |                         |              |
|------------|-------------------------|--------------|
| 第三节        | 母亲架起与孩子心灵的桥梁·····       | ( 88 )       |
| 第四节        | 如何培养孩子良好的角色意识·····      | ( 93 )       |
| 第五节        | 教会孩子将感恩内化为自觉行为·····     | ( 97 )       |
| 第六节        | 国学经典对少年儿童的影响·····       | (100)        |
| <b>第五章</b> | <b>初中阶段，鼓舞理想抱负·····</b> | <b>(103)</b> |
| 第一节        | 小升初顺利过渡 家庭教育很重要·····    | (103)        |
| 第二节        | 教育好初中阶段孩子的几个重点·····     | (105)        |
| 第三节        | 帮助孩子树立人生理想和目标·····      | (109)        |
| 第四节        | 母亲要引导孩子学会摆脱困境·····      | (114)        |
| 第五节        | 如何帮孩子顺利度过青春期·····       | (119)        |
| 第六节        | 如何指导孩子摆脱早恋·····         | (125)        |
| <b>第六章</b> | <b>高中阶段，完善家长自身·····</b> | <b>(130)</b> |
| 第一节        | 怎样对高中阶段的孩子实施家庭教育·····   | (130)        |
| 第二节        | 鼓励孩子善于和人打交道·····        | (134)        |
| 第三节        | 教育孩子正确认识社会现象·····       | (136)        |
| 第四节        | 教育孩子努力学会自我心理保健·····     | (140)        |
| 第五节        | 家长应鼓励孩子发挥兴趣、爱好和特长·····  | (143)        |
| 第六节        | 教育孩子培养与职业道德相关的品质·····   | (146)        |
| 第七节        | 家长帮助孩子缓解高考前的焦虑情绪·····   | (149)        |
| <b>第七章</b> | <b>大学阶段，一起放飞梦想·····</b> | <b>(153)</b> |
| 第一节        | 世上只有一种爱以分离为目的·····      | (153)        |
| 第二节        | 父母与孩子一起追梦·····          | (154)        |
| <b>后 记</b> | <b>·····</b>            | <b>(159)</b> |

# 第一章 母亲强则儿童强

## 第一节 母教能量

大多数人刚出生时，第一眼看到的是自己的母亲，最早接受的也是来自母亲的教育。“家教之中，母教最要，此所以世人称女人为太太者，以其能相夫教子，以正乎内。故其效，必致丈夫成德业，儿女悉贤善。如周之太姜、太任、太姒也。”<sup>①</sup>

孟子（名轲）是战国时期著名的思想家，相传其很小的时候父亲就去世了，母亲承担了教育孟轲的职责。孟母为了教育他，曾经三次搬家。起先，他家住在一座山下，山上有很多坟墓，他便经常学着上坟人的样子，烧纸跪拜。孟母怕儿子误入歧途，就把家搬到人多的集市上，可是他家的邻居是个屠户，孟轲又学着吆喝卖肉。孟母十分担心，又把家搬到一个靠近学堂的地方，他每天听到的是读书声和先生的教导，学堂里琅琅的书声吸引了孟轲，他渐渐地学着念起书来。孟母非常满意。在孟母的努力下，孟轲终于找到了一个良好的学习环境。后来，他拜孔子的孙子子思为师，最后成为伟大的思想家，被人们誉为“亚圣”。而把“亚圣”托举起来的，恰恰是孟母伟大教育思想的力量。

当人们长大后，有些人成为农民、商人、公务员、科学家、工程师等；而有些人却沦落为流浪汉、吸毒者、变态狂、杀人犯……美国一名著名的犯罪心理学家为了研究母亲对人一生的影响，做了一个有趣的实验。他在全美选出50名成功人士，这些人都是在各自的行业中的精英，获得过卓越的成就，同时又选出50个有犯罪记录的人，心理学家分别给他们写信，请他们谈谈母亲的教育对自己的影响。半个月后，心理学家收到大量回信，其中的两封信很有意思，都是来信人讲述母亲小时候给他们分苹果的故事。

---

<sup>①</sup> 《印光法师文钞三编》，弘化寺，出版信息不详。

一位来自加州鹈鹕湾监狱的囚犯，在信中这样写道：“小时候，有一次庆祝圣诞节，妈妈拿来几个苹果，大小各不相同。我第一眼就看见中间那个又红又大的苹果，而且非常想要得到它。这时，妈妈把苹果放在桌上，问我和弟弟约翰：‘你们想要哪一个？’我刚想说自己想要那个大苹果，这时约翰却抢先说出了我想说的话。妈妈听了，瞪了他一眼，责备他说：‘好孩子要学会把好东西让给别人，不能总想着自己。’于是，为了得到妈妈的表扬，我灵机一动，改口说道：‘妈妈，我想要那个最小的，把大苹果留给约翰吧！’妈妈听了，果然非常高兴，把那个又红又大的苹果奖励给了我，约翰却只拿到一个小苹果。从此以后，为了得到自己想要的东西，我会伪装自己内心真实的想法，不断说谎。上中学时，为了得到想要的东西，满足自己的私欲，我会不择手段，之后又学会打架、偷窃、吸毒、抢劫、杀人，直到现在，我被关进监狱终身监禁。”

一位来自白宫的著名人士是这样写的：“小时候，父亲过生日，妈妈拿来几个苹果。我和弟弟们都争着要大的，妈妈却把那个最大最红的苹果举在手中，对我们说：‘很好，孩子们，你们都说了真心话，这个苹果最大最红也最好吃，谁都想得到它。可这个大苹果只有一个，让我们来做个比赛吧，我把门前的草坪分成三块，你们每人一块，负责把它修剪好，谁干得最快最好，谁就有资格得到它！’”“结果，我通过自己的努力，赢得了那个最大的苹果。我非常感谢妈妈，她让我明白了一个最简单也最重要的道理：想要得到最好的，就必须努力争第一。她一直这样教育我们，在我们家，你想要什么好东西就要通过比赛来赢得，这很公平，你想得到什么，就必须为此付出努力和代价！”

同样是分苹果，一位母亲的做法影响了孩子用说谎来伪装自己，从而使其一步步滑向罪恶的深渊；另一位母亲让孩子说出真实的想法，引导他做一个诚实努力的人。母亲一个不经意的举动，改变了孩子的一生。母亲推动摇篮的手，既可能推动孩子成才，也可能在不经意间为孩子的成长埋下了堕落的种子。先抛开具体的家庭教育方法不谈，这个实验验证了母教及母德的重要性。近代四大高僧之一的印光大师一再强调家庭教育和母教母德的重要性，他说“世间最大的功德莫过于善教儿女，世间最大的罪业，莫过于不教儿女”“家庭教育，母教最要，世有贤母方有贤人”，因为“人少时常近于母，故受其习染最深”“世无良母，不但家无良子，国亦无良民”。所以，大师认为“善教儿女，乃天下太平之根本法轮……母教为齐家治国之本，又常谓治国平天下之权，女人家操得一大半也”。心理疗法的名言之一就是“重复旧的做法仍会得到旧的结果”。各位母亲不可以再故步自封，而是要把握时机、自我成长，正如心理专家所言，往往“家长成长一小步，孩子就可能前进一大步”，至少孩子们会跟母亲学会“反求诸己，正己为本”。

## 一、母亲的影响是巨大的

就像水装入容器里一样，容器什么状态，这个水就呈现出什么状态。就好像金属熔化以后，灌入到一个模子中一样，模子是什么样，金属冷却以后就是什么样子。所以模型如果好，那么制造出来的这个金属器物它也很可能会好；同样，如果模子不好，那么这个金属形成的器物也会受到影响。所以看一个母亲是什么样，往往就可能知道她的孩子是什么样，因为母亲的影响是巨大的。

孩子出生以后，和母亲保持着最亲密的联系，对母亲的感受是最为深刻的，他会“观察妈妈的行为”。母亲抱孩子、亲吻孩子、哺乳养育孩子，和孩子交流、爱抚孩子等，所以孩子天然观察的对象就是母亲。孩子听着妈妈的声音和语气，便知道母亲是喜悦的还是生气的，不要以为孩子不懂，孩子能懂。孩子慢慢地观察，逐渐地母亲的行为习惯就烙印到孩子的行为习惯之中了。慢慢地孩子的说话模式越来越像母亲，而且孩子今后有很多的习惯，都是缘于这个时候受到的影响。所以母亲怎么想、怎么行为，都将对孩子产生深刻影响，使孩子形成相应的性格。

孩子降生后，天天在母亲身边，受母亲的影响是最大的。长期受母亲的影响，孩子的性情不知不觉为之转变，慢慢就形成了习惯，形成了看法，以后便很难改变了，这叫作习以为常，成了习性。母亲的言语、行为、气场等，在不知不觉中改变了孩子。我们以为孩子小听不懂，以为孩子小不懂事，然而事实并不是这样。

## 二、孩子受母亲素质的影响

孩子受母亲影响最主要的方面是什么呢？是母亲的磁场，母亲的素质影响是第一位的，如果母亲有良好的品德、良好的行为、良好的生活习惯，这对孩子的影响是非常大的，在不知不觉中，就影响了胎儿以及婴儿。所以一个母亲良好的教育积淀和素质，对孩子的成长是最为关键的。

所以，为人母者一定要注重修养，为后代形成良好的氛围和环境，这对孩子形成良好的基础起着决定作用。这一点一定要深刻理解，很关键！因为这个阶段孩子不能讲话，很难表达，但是他可以感受，可以去观察，孩子受到影响以后，慢慢就形成了第一阶段的身心变化。之后就要受到教育，以及社会其他方面的影响了。

### 三、母教至关重要

现代教育花费的精力、财力是很大的，然而效果可能并不尽人意。为什么呢？在儿童成长的不同阶段都要注重妈妈教育，越早越好，越早产生的影响越大。如果每个孩子，在最初都受到了开明、正面、慈祥、平和、道德的影响熏陶，之后，我们在这个良好的基础，就可以很容易地孩子培养良好的人格。如果最初是一堆砂砾，坑坑坎坎，我们在这个基础上建立起的宫殿，很快就会因为根基不牢而坍塌。可见这个基础太重要了！母教是伟大的，为什么呢？因为这是本，这是根本。不仅是孩子做人的根本，也是其一切的根本。因为我们对孩子的教育，不仅仅是为了使其成家立业，更是为了其在这个社会上有所作为，为人民服务。

所以，母教至关重要，我们对其要予以充分重视！我们要把教养、教化方面的内容充分地表现出来。认真学习作为一位合格的母亲该如何进行母教，用圣贤之道，使自己做好表率，用科学的教育原理分析、判断身边的种种事物，让自己的行为、思维、语言都能保持乐观、向上、积极的状态，能够积极面对社会上存在的种种问题。用素质教育、道德教育去影响我们自己，同样影响孩子，给孩子做出榜样。有什么样的母亲，就能够培养出什么样的子女。

北宋状元宰相吕蒙正是由母亲抚养长大的。母亲一个人带着年幼的吕蒙正流落到洛阳龙门山的寺院，栖身石洞。一天，吕蒙正在伊水岸边看见一卖瓜人，馋得还是孩子的他直流口水，但无奈身无分文，碰巧，那卖瓜人不慎掉下一瓜，吕蒙正捡起几口吞下，可见母子俩的窘困境地。然而尽管此般孤寒贫困，吕母立志要培育吕蒙正向学。她卖掉了所有随身的“细软”，甚至乞讨，想方设法让儿子读书。她昼夜苦心陪读，训导儿子立志高远，务要金榜题名，脱离苦海。在母亲的教育下，吕蒙正人穷志不短，贫寒之中发愤读书，不辜负母亲的一片苦心，终于功成名就。

与吕蒙正同在宋太宗朝担任参知政事的苏易简状元也有一位贤德明达的母亲。他的母亲薛氏曾被赵匡义皇帝称赞道贤淑又知大礼、明大义。苏易简做了参知政事后，一次，赵匡义特意在宫里召见其母薛氏，赐给她凤冠霞帔，礼请上坐，并问她用何方法教育出这样有出息的儿子。薛氏谦逊地回答说，也没有什么，不过是在夷简幼时教他些礼貌尊让的礼仪，授予其做人的道理，待他长大再教些六经，辅佐点学问。薛氏的回答似乎将问题轻松地一带而过，其实却蕴含着她训导夷简做人做学问的许多心血。宋太宗听了她的回答后，对周围的大臣说，没有这样一个母亲，怎么能教出这么有才德的儿子来呢？赵匡义的褒

奖是不过分的。

宋仁宗庆历二年，安徽河肥人杨寅在连中“二元”后，又荣膺状元。这位杨状元幼年时为官的父亲病逝，家境一落千丈。幸运的是，他也有一位贤德的母亲。杨母不仅善于料理家政，而且是一名颇有才气的女性。她亲自教导两个儿子——长子杨察和次子杨寅读书识字，杨察兄弟在母亲的督导下，刻苦勤勉，年纪轻轻就才思敏捷，写得一手好文章。史载杨母的管教十分严格，两个儿子稍有越轨和懈怠之处，就予以严责。长子杨察省试时位居第二，成绩已实属优异，但杨母得知消息后，似乎蒙受奇耻大辱，很不满意杨察没有取得第一的好成绩。杨寅见此情景，更加发愤攻读，立志超过其兄。他终于在省试、会试、殿试中一路春风得意，连中“三元”。杨察兄弟俩的科场功名饱含着他们母亲辛勤的培育。

明代武宗朝有“天才状元”之称的杨慎，他不仅生长在家学渊源深厚的书香门第，而且祖上几代都有一位贤德的母亲。史载杨慎的曾祖母熊氏是一位非常贤能的家庭主母，她亲手纺纱织布，喂猪养鸡，以辛勤的劳动维持全家生计；她卖掉身上的所有玉簪耳环，全力供儿子读书，以致操劳过度，双目失明，后来儿子金榜题名后又奇迹般地复明。熊氏之子、杨慎的祖父杨春为母亲的品行操守所激励，勤奋力学，进士及第。杨慎的祖母也是一位知书达礼、勤于督子力学的女性。在父母的训育下，杨慎的父亲杨廷和4岁学声律，12岁中举，19岁中进士，被传为美谈；杨廷和官至华盖殿大学士、礼部尚书，历任明武宗、明世宗两朝的宰相。杨慎的母亲黄氏，是四川眉州名士黄明善的女儿，有很深的文化修养。在杨慎刚会牙牙学语之时，她便教杨慎背诵唐诗宋词；她还注意形象化教育，用竹笔筒在纸上印上整齐的圆圈，教杨慎一丝不苟地练习写字。杨慎也特别尊敬和听从母亲的话，学习刻苦用心，10岁便能写出好诗文，成为一代奇才，这与其母亲的精心训导是分不开的。

世称苏州“昆山三徐”的徐元文兄弟三人，他们的母亲顾氏就是清代著名思想家、大学者顾炎武的妹妹。顾氏“性明敏，有远识。夫游学在外，综理家政，条理具备，训子极严”。对徐元文兄弟三人的学习要求极高：“所读之书，必令背诵，师或他出，即亲为训读；常潜至书室听子谈论，如讲经书则喜，间或语博塞游戏事，即怒而责，至加忧楚。”这个记载真实生动地反映了顾氏训子的严格和督学的缜细。在母亲顾氏的精心指导下，徐氏三兄弟养成了读书不倦的良好习惯，常常“课诵恒至夜午不辍”，学业日进，终以“同胞三鼎甲”名震海内。

清代乾隆二十五年的状元毕沅的母亲是一位才女。毕沅幼年失父，全赖母亲张藻将其教育成人成才。据《清稗类钞》中记述，张氏才学过人，人称清代

“闺秀之能诗词而学术渊纯者，当以太仓张藻为第一”。意为毕沅是江苏太仓人氏，毕沅的母亲张藻是清代的第一才女。毕沅6岁时，张氏就对他教授《诗经》《离骚》。在母亲的教育训导下，毕沅10岁已通晓声韵，能作诗文。之后，张氏又送毕沅到苏州师从著名学者、诗人沈德潜与经学大师惠栋。毕沅状元及第并成为乾隆朝的名儒重臣，张氏训导之功不可没。所以在毕沅母亲张氏去世后，乾隆皇帝还特赐“经训克家”以褒扬她训子有方。

不仅中国的母亲善教儿女，国外也有许多母教的榜样，《母亲》一书的作者李明博是韩国第17任总统。在该书的前言中有这样一句话：“李明博，从一个乡下穷小孩成长为韩国总统，这个平民神话的缔造者，其实只是那个小学都没有毕业的母亲。”作者在书中讲述了这样两个故事：……打架那一天回到家，听完来龙去脉之后母亲对我说：“明博，你要学会忍耐。以后活在这个世界上，比这更冤的事也要忍耐，忍到最后你就赢了。”自那之后当其他人再向我挑衅时，我都按照母亲的嘱咐忍了又忍，忍耐之后纠纷就不会升级为斗殴。如果当时母亲说“男孩要勇敢地回击”，并教我斗殴中打赢的方法，也许我就成地痞了。但母亲没有教我用拳头打赢困难的方法，而是教会我打赢人生的方法。……我听说母亲因为我入狱的打击卧床不起，坐在探监室里的母亲脸色异常苍白。许久之后，母亲打破了几乎凝固的沉默：“学习了吗？祷告了吗？读《圣经》了吗？我相信你，坚持做你认为对的事吧。”她没像其他母亲那样抱着我痛哭。母亲抛给我的三个问题，是她能忍住眼泪说出的最长话语……一位伟大的母亲，不仅仅表现在她自己多么优秀，更体现在她爱孩子的智慧，能够做到：“慈爱不至于姑息，严厉不至于伤恩”。古德云：“闺闼乃圣贤所出之地，母教为天下太平之源”，可见母教之重要。

## 第二节 欲得好孩子先做好妈妈

每一位做母亲的，都想做一名好妈妈。母亲的伟大绝不仅在于她赋予了孩子生命，更在于她对生命的培育与呵护。母亲对孩子的培育与呵护既是一门科学，又是一种艺术，而且还随着时代的进步不断进步。一个民族的素质在很大程度上取决于母亲的素质。很多妈妈都认为自己是一名好妈妈，但是也有很多妈妈认为自己做得不够好。

爱孩子是所有动物母亲都具备的天性，但如何才是真正爱孩子，则是人类对母亲以及养育者的特殊要求。就像孩子在身体发育时离不开各种营养成分一样，母亲在孩子婴幼儿各阶段给予其“情感营养”的质量将直接关系着孩子

一生的幸福。如何成为一名称职的好妈妈呢？

(1) 做一名好妈妈是大多数女性毕生的事业。可以说，做一名称职的妈妈还是比较容易的，但要做一名受孩子欢迎的好妈妈就比较难了。怎么才能成为受孩子欢迎的好妈妈呢？做一名受欢迎的好妈妈，不只是做孩子的全职保姆和全天候家教就足够了，一名聪明的妈妈是善于洞察和了解孩子内心的真实需求，能够“与时俱进”的妈妈。

(2) 不要吝啬你对孩子的爱，每个孩子都是独一无二的，正确赞美孩子。最好自己也“长不大”，做一名会玩的妈妈。要学会依偎，尤其在孩子感到沮丧或者取得进步时，和他依偎在一起，这就是陪伴的力量。

(3) 与孩子玩竞赛游戏时，最好一开始的时候让他赢，然后逐渐恢复正常的节奏，这样有助于培养孩子的自信。当孩子大笑时，让他继续笑，有可能的话找出他大笑的原因，并经常逗他发笑。玩装扮游戏，让孩子充当导演，让他来设计你的角色。

(4) 花一点时间在早晨做游戏。哪怕 10 分钟，哪怕仅仅是在你看来十分无聊的游戏，也能为孩子的精力提供有效的出口，能显著减少你一天的唠叨和忙乱行为频率。

年轻时尚的妈妈们生活五彩缤纷，然而，许多流行的运动、生活方式并不适合孩子，缺少经验的妈妈们也许没有意识到自己爱孩子的举动，可能是对孩子健康的“犯罪”。比如，很多妈妈喜欢给孩子穿没有洗涤过的新衣服，其实这还比不上旧衣物。首先，旧衣服会比较柔软舒适。其次，旧衣服经常洗涤，衣服上可能携带的甲醛等有害的化学物质已经被清除，没有清洗过就给孩子穿的新衣服，有可能引起孩子皮肤过敏等症状。

一些妈妈有晚睡的习惯，很晚喂奶，或者打断孩子睡眠，这样就使孩子也养成晚睡的习惯。睡眠减少不仅对大脑的功能有影响，而且会降低孩子对感染的抵抗力。重要的是，孩子体内的生长激素一般在夜间 10 时至凌晨 2 时发挥作用，如果晚睡，会影响他们的生长发育。通过观察发现，晚睡的儿童易注意力不集中，不与人合作，难以管教，身高普遍比同龄儿童矮小。

要想做个好妈妈，你还要不断学习他人经验，努力做知识型妈妈。相信每个孩子都会为自己的母亲骄傲，每一名母亲都会为自己的孩子自豪！如果想让你的孩子优秀，请一定要先充实自己，有一名好妈妈是孩子之幸，是一个家庭之幸。她可以引领孩子向更好的方向去发展，让孩子的成长没有压力，让孩子将学习当成乐趣。孩子的快乐显然会成为家庭的快乐，一个快乐的家庭会有很强的凝聚力，在这样一个环境中成长起来的孩子怎么会不成功呢？

为了孩子，妈妈要重新成长。只想改变孩子而不想改变自己的母亲，古往

今来很少能有成功的。因此，要认识到妈妈这个“岗位”的重要性，有着谦卑的学习态度。学习为人父母的功课，首先需要在理念上牢牢坚持以下3项基本原则：

(1) 不占有原则：你可以爱孩子，教育他，但是不能占有他。

(2) 规矩和爱统一的原则：成功的教育是爱和规矩的结合，真正的爱是带有规矩的爱，真正的规矩是体现爱的规矩。

(3) 共同成长原则：教育孩子的过程也是母亲自己受教育成长的过程。要改变孩子，母亲应先改变自己。

如果你想有一个令你骄傲的孩子，请你先做一名让孩子自豪并热爱的妈妈！

母亲是一个女性一生中最重要的角色，母亲也是孩子的第一任老师，是孩子接触最早和接触最多的一个人，她对孩子的影响是终生的。所以，母亲一定要为孩子做出表率，要以自己的勤劳善良影响孩子，进而培养孩子具备优秀善良的品质。优秀的妈妈应做到：

(1) 富有爱心。对家庭、对社会、对单位、对同事、对朋友、对家人、对孩子、对社会上的弱势群体都要富有爱心。要教给孩子爱，要让孩子也要富有爱心，帮助那些需要帮助的人，对人友善，对人礼貌，关心社会和集体。具有这样品质的孩子，无论身在何处都会受到欢迎的。

(2) 说话不啰嗦，不唠叨。孩子都讨厌妈妈说的话太多，要切记有时候少说话比多说话好，身教重于言教。

(3) 给孩子搭配饮食。加强孩子的营养，注意孩子的健康。为孩子做好一日三餐，既不能让孩子营养不良，也要注意不要过分纵容孩子多食，使孩子营养过剩。要让孩子营养均衡，保证孩子生长发育期的营养物质摄入。

(4) 培养孩子的生活和学习习惯。让孩子从小学会独立，养成良好的学习习惯，自觉学习，自觉完成作业。

(5) 做孩子的榜样。事事处处给孩子做好榜样，给孩子做好表率，给孩子起到模范带头作用。你想让孩子成为一个什么样的人，你就努力去做一个什么样的人。

(6) 多陪伴孩子。陪伴孩子是父母的第一天职。要尽可能地抽出时间和孩子在一起，给孩子讲故事，陪孩子玩玩具，即使不能和孩子天天在一起，也要想办法采取其他方式陪伴孩子，如将故事录成视频让孩子听，给孩子打电话，给孩子写信等。不能让孩子缺少陪伴。

(7) 欣赏孩子。为自己创造的生命骄傲和自豪。不在外人面前指责和批评孩子，不拿自己孩子的短处和其他孩子的长处比。

(8) 无条件地爱孩子。孩子是自己创造的生命。要学会爱孩子，不能有条件地爱孩子。不能用奖励或者其他的优惠条件让孩子按你的想法去做，而应倾听孩子自己的想法。

(9) 成为孩子的朋友，经常和孩子谈心，把自己高兴的事和不高兴的事都告诉孩子，和孩子多交流、多沟通，凡事可多征求孩子的意见。

(10) 对孩子不意气用事。避免在教育孩子的过程中情绪化，忽冷忽热，或者是向孩子撒气。教会孩子宽容和包容，让孩子学会感恩，有博大的胸怀，严于律己，宽以待人。

(11) 尊重孩子，保护孩子的自尊心。培养孩子自尊、自强、自立、自爱。平等对待孩子。若孩子错了，要让孩子承认错误，使其改正，若你做错了，也要勇于承认，并努力改正。

(12) 善于观察，作孩子的心理辅导师。要做一个细心的人，多观察孩子。孩子在不同时期都有不同的心理变化，要不断学习，走进孩子的世界，发现问题及时采取适当的措施进行处理，做好孩子的心理老师和永远温馨的港湾。

(13) 让孩子永远感受到你的爱，你是这个世界上最爱他的人，不管孩子在外面受了什么委屈，经历了什么困难和挫折，都有家，都有母亲永远站在他的身后，这样孩子就会心里踏实温暖，就会在生活和学习中无后顾之忧。

(14) 做好和学校、社会的配合工作，为国家的建设和发展培养优秀人才。孩子上学时母亲要和老师、学校配合好，做个好家长，做个好母亲。孩子工作后，母亲还要继续教育孩子，让孩子多为集体、多为社会、多为国家做贡献。

母亲是一个伟大的称呼。每一位母亲都要从自身做起，严格要求自己，为孩子做好表率，担当起母亲的家庭角色和社会角色，为社会多培养人才，为社会多做贡献。

### 第三节 母亲对孩子的引导策略

当今社会正处于一个飞速发展的时代、一个人才辈出的时代、一个竞争日趋激烈的时代。在这重要的历史阶段，如果能把孩子培养成为社会需要的栋梁，不仅是妈妈的骄傲，也是为人类做出的重要贡献。可是，有不少家长付出的努力往往和效果不成正比。听到不少身边人说为了孩子的成长，老师急病了，家长急疯了，唯独孩子自己反而不着急。这是为什么呢？原因可能有很多，其中一个重要的原因就是许多家长对未来社会的需要不了解，不善于抓住培养孩子的关键内容，尤其是培养的方法不恰当。

据说某著名高校根据 2011 年至 2014 年毕业生质量评估标准，对全国百余所重点中学进行了量化考核，很多著名中学被评为“劣质中学”。这些“劣质中学”的特点是：虽然考入著名高校的人数非常多，然而大多数学生却在大学期间成绩平平。著名中学成了“劣质中学”，谁之过？这暴露出功利主义教育的短视和危害。一些学生只会做题、考试，其他什么也不会，手不能干活、肩不能担担，四体不勤、五谷不分（就连部分农村的孩子都分不清什么是莠麦、什么是麦子），这些孩子将来走向社会很可能只会夸夸其谈、纸上谈兵。他们严重脱离社会实践，脱离人民群众，缺乏担当，精神空虚，功利主义、享乐主义成风，从小学会了世故钻营。这样的孩子他们将来能为社会担当起什么？

我们注意到，也有些孩子虽然年龄不大，但是比较自立。早上，自己按时起床、洗漱的同时，还能顺便把全家的早点热了；放学回家，自己抓紧时间完成作业……于是，我们经常向这些妈妈请教，时间长了，发现这些母亲具有共同的特点，都是在孩子很小的时候，就注意培养他们的心理品质，特别是自主意识和能力。我们将这些母亲的宝贵经验，初步概括为培养孩子的优良心理品质。

## 一、给孩子空间，让他自己去走路

婴儿最初都喜欢生活在母亲的怀抱里，但是他不能永远这样生活。随着孩子慢慢长大，家长应该理智地逐渐扩大孩子的活动空间，才能有利于其健康成长。可是，在现实生活中，真正做到这一点，也不那么容易。

有一位家长，带着自己的孩子去逛公园，到了该回家的时候，家长没想到，这个 4 岁的孩子竟然提出要自己骑着小三轮车，沿着人行便道回家。看着孩子热切的目光，家长犹豫了，孩子这么小，路又那么远，万一累坏了孩子怎么办？但是又一想，自己走在孩子身边，孩子的安全没有问题，为了培养孩子，应该给他一个空间，让他锻炼一下吧！在家长的支持下，这个 4 岁的孩子用了 45 分钟，骑了 7 公里的路程，完成了自己的“小长征”。我们十分佩服孩子的顽强精神，但更佩服这位家长的魄力，他为了培养孩子的自主意识，敢于支持孩子合理的愿望，并协助他取得成功。

还有两位家长，为了给孩子提供一个有特殊教育意义的空间，想出了一个叫作“小留学”的好主意，这个办法既简单，又有效，孩子也非常欢迎。所谓“小留学”，就是两家的孩子，都到对方的家中去住一两个月，上学仍在原来的学校。别看这么一个空间的变化，对孩子的教育效果十分突出，至少有以下四方面的好处：

一是孩子得到了锻炼。孩子初次离家，虽然不是一个人生活，但毕竟周围都是陌生人，环境不熟悉，习惯不一样，面临很多新的问题，也算是开始了独立生活的锻炼。

二是培养了自理能力。初到陌生人的家，孩子一般会比较重视对自我教育能力的培养。他们能自觉地要求自己，并比以前更加严格，家务活抢着干，生活作息时间也安排得很紧，不会的事情努力学着做，事事不落后。这一段时间虽然不长，但孩子进步得非常快。

三是提高了人际交往能力。到一个新环境，面对的都是陌生人，这正是提高孩子人际交往能力的好机会。孩子们要学习如何对待新家中的长辈，如何对待新的邻居，如何对待来访的客人，在新的家中听长辈的教导，结合原有的人际交往经验，会对人际关系有更深入的理解。

四是加深了对社会的认识。孩子前后在两个不同的家庭生活，如果能注意观察，进行思考，对其也算是一种比较研究。两个家庭有不同的文化背景、不同的生活方式，每个成员有不同的性格、观点、习惯。分析两个家庭的种种不同，可以起到使孩子从一个小窗口加深对社会认识的作用。

其实，扩大孩子的活动空间，有各式各样的方法，有些非常简单。关键是家长是否留心思考。比如家中有四面墙，能不能给孩子一面，由他自己使用？他愿意展示他的作品，或者是悬挂他所崇拜人物的图像，甚至是把墙壁装点得像美丽的夜空，幻想在太空中遨游，家长都应该表示支持；如果不能给他一个桌子，也应该给他一个抽屉供他全权使用。这样他的责任感、独立性才有条件得到发展。

但也并不是所有的家长都能注意扩大孩子的空间，这样放手地去锻炼自己的孩子，有的甚至是朝着相反的方向努力……有一位母亲把已上二年级的孩子费力地抱到离学校还有十几米的地方，才不情愿地放下来（由于怕老师看见批评），亲了孩子之后，目送着孩子去上学。这位母亲肯定是极其疼爱自己的孩子的，但是，我们可能都会清楚地感到，这种爱的结果将会是多么可怕！这个孩子和前面那个“小长征”的孩子，谁将会拥有幸福的一生呢？

## 二、给孩子时间，让他自己去安排

虽然和成年人一样，孩子也拥有自己的时间，但是他自己可以安排的时间有多少呢？如果孩子的时间安排完全由家长包办，孩子只是去执行，那么就无法培养孩子的自主性了。

有一位聪明的家长，他在孩子很小的时候，就每天给孩子一段自己可以支