

我的梦·中国梦
人生导航大课堂
小学版

快乐童年

陈民 主编



CTS 湖南教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人生导航大课堂. 快乐童年 / 陈民主编. —长沙: 湖南教育出版社, 2015.12

ISBN 978-7-5539-2516-5

I. ①人… II. ①陈… III. ①职业选择—少儿读物
IV. ①C913.2-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第149152号

	REN SHENG DAO HANG DAKETANG KUAILE TONGNIAN
书 名	人生导航大课堂 快乐童年
责任编辑	李 军
责任校对	鲍艳玲
出版发行	湖南教育出版社出版 (长沙市韶山北路443号)
网 址	http: //www.hneph.com
电子邮箱	228411705@qq.com
微 信 号	hnjycbs@sina.com
客 服	电话 0731-85486979
发 行	湖南省新华书店
印 刷	
开 本	787 × 1092 16开
印 张	7
字 数	140 000
版 次	2015年12月第1版第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5539-2516-5
定 价	18.00元

著作权所有, 请勿擅用本书制作各类出版物, 违者必究。
如有质量问题, 影响阅读, 请与湖南教育出版社联系调换。
联系电话: 0731-85486797 0731-85486723



前

言

孩子就是我们生命的全部！我们的一切！

培养孩子不能靠自己慢慢摸索——孩子等不起！

上帝把孩子交给我们，同时也赋予我们家长一份使命：不是把孩子牢牢地拴在我们身边，而是要把他们塑造成自立自强者并交给社会。既然有这份使命，那么孩子十岁就可以学会的生活本领，为什么非要等到二十岁才教给他？

家长对孩子生活上包办，学业上控制，恰恰剥夺了孩子心灵成长的权利。因此，要促进孩子的心灵成长，就要尊重他们，解放他们，还给小学生们生活的自主权。

请鼓励孩子——没有一个孩子喜欢被批评，一定要给孩子信心，请多多去鼓励他们，用热情的方式去让孩子不断努力，不断成长。

请给孩子舒适环境——小孩子从小的环境很容易影响到以后的性格，家长应该尽力提供给孩子一个良好的教育环境，让孩子能够明事理，晓知识，做一个快乐的人。

这本《人生导航大课堂·快乐童年》从“教孩子乐观向上”“学会感恩，懂得宽容”等六个方面，详尽地阐述了小学生的发展方向，为他们构建完整人格、有效适应社会、达到自我实现提供了重要的指导作用。

本书可以作为小学教材，也适合家长作为一般读物，它能够帮助您了解人性的根本特点，掌握与孩子沟通乃至人际沟通的根本法则，以新的视角看待生命教育，看待生命成长，看待人生，看待生活，掌握“无分别的爱”的教育理念。

在本书的编写过程中，我们广泛参阅了国内外的有关成果和资料，对所引用的个别资料未能注明出处的，谨致歉意和谢意！由于我们水平所限，本书可能会有这样或那样的缺点和不足，敬请大家批评指正，以便我们今后做进一步的修改和完善。

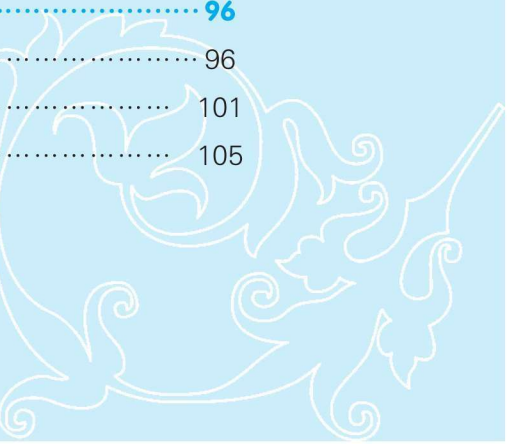




目

录

第一章 教孩子乐观向上	1
第一节 坦然面对生活	1
第二节 保持一颗平常心	6
第三节 让自己幽默起来	12
第二章 学会感恩，懂得宽容	17
第一节 让内心充满爱	17
第二节 懂得感恩，才能成长	23
第三节 正确看待别人的不足	29
第三章 培养孩子直面挫败的勇气	35
第一节 如何面对失败	35
第二节 自信可以赢得别人的关注	41
第三节 适度夸奖可以让孩子拥有幸福感	47
第四章 让孩子学会自我保护	53
第一节 要掌握一些安全知识	53
第二节 上好安全教育这一课	59
第三节 如何应对诱惑	64
第五章 给孩子插上梦想的翅膀	69
第一节 有梦想才会创造	69
第二节 善待孩子的兴趣	73
第三节 追逐足球梦	77
第六章 培养孩子的沟通技巧	82
第一节 学会尊重他人	83
第二节 善于倾听	87
第三节 合作能力需要逐步健全起来	91
第七章 用规划描绘人生的画卷	96
第一节 精彩人生需规划	96
第二节 根据兴趣选择职业理想	101
第三节 性格与职业倾向	105



第一章

教孩子乐观向上

1942年12月的某个晚上，爱迪生在新泽西州奥兰奇市的工厂失火，损失惨重。爱迪生丧失了近100万美元的设备和大部分研究工作的记录。第二天早晨，这位67岁的发明家在他的希望和理想化为灰烬之后，回到火场，四下徘徊。他说：“灾难也有好处，把我们所有的错误都烧掉了，现在可以重新开始。”

温馨提示

乐观的人并非从不悲伤和沮丧，而是他们能很好地调节，不让消极情绪长期地干扰自己，能够较快地以饱满的热情投入新的生活。乐观的人在遭受挫折打击、身处逆境时，仍坚信情况将会好转，从不心灰意懒，从不悲观消沉。

有这样一则笑话：爷爷问正在读小学的孙子长大后想干什么，孙子说想退休。小学生为什么就想退休了？他们上学不快乐吗？小学生涯应该是人的一生中最无忧无虑的时光，他们为什么会心事重重，不再天真烂漫？这些疑问不得不引起我们的深思。沉重的课业负担，固定的评价模式，家长过高的期望使小学生们承受着巨大的心理压力，尤其是小学高年级学生，文化课学习占据了他们的大部分时间。因此，如果不注重培养小学生积极向上的生活态度，做快乐学习、生活的人，后果难以想象。



第一节 坦然面对生活

世界是千变万化的，生活是丰富多彩的，人生是苦辣酸甜的。

生活就像一条缓缓流淌的小河，让我们徜徉其中，静静地感受生命的真谛。人生道路上难免会遇到各种各样的困难和挫折，它们是我们五颜六色生活的点缀，生活正是由于它们才变得绚丽多姿。





正确对待输赢

人不可能一辈子是赢家，偶尔输了是小事，孩子的未来会面对更多更大的挫折与挑战，学会“输得起”，甚至比学会“如何去赢”更重要。输得起，就是有能力调适自己的心情及想法，坦然面对不太愉快的逆境，而且能够有重新来过的勇气。因此，作为老师或家长应该教孩子正确认识输赢！

一、接纳孩子的情绪，体会孩子的感受

孩子比赛输了已经够难受了，虽然有时表达的方式不恰当，但老师或家长应尽力去安抚孩子，让孩子感受到其实老师和家长已经知道他不是无理取闹，只是控制不了情绪。如果孩子有足够的表达能力，老师和家长可以引导孩子说出自己的感觉，然后予以适当的疏导。

二、让孩子明白“享受过程”比“赢得胜利”更重要

孩子会在意输赢，有部分原因是由于老师和父母的态度。或许老师和父母自认为并没有要求孩子非赢不可，但如果对孩子输或赢时的态度有差异，就会让孩子产生错误的联系和归因。

例如，孩子赢时大力称赞、奖励，输时却未给予正面的鼓励，甚至表达出惋惜的样子，就可能给孩子一种无形的压力。老师和父母应该强调的是，孩子在过程中能够积极努力、能够有进步、能够享受其中的乐趣，并对此加以赞扬。



三、让孩子了解自己的进步，并面对下一次的挑战

比赛本来就是有输有赢，有时你赢，有时我赢，这样的比赛才有意思。老师和父母可以告诉孩子，他人胜利，并不表示自己很差劲，而是自己还有上升的空间，同时也别忘了提醒孩子看看自己是不是比上一回有进步。



四、教导孩子解决问题的方法，并示范自己的做法

当孩子遭遇挫败时，引导孩子对此次失败做正向的归因与思考，让孩子能够对结果释怀，并且还能保持自信心。老师和父母更要鼓励孩子不要逃避曾经的失败，以后还要更努力地尝试。



老师和父母自己遇到问题时，也是教导孩子的好机会，要让孩子看到老师和父母遭遇挫败时如何面对及解决问题。



学会接受批评

和许多成年人一样，孩子往往也喜欢听表扬而反感批评。家长和老师普遍认为，那些在孩提时代难以接受批评的孩子，长大后，也大多会对批评持“敬而远之”，或干脆“拒之门外”等消极态度。由此可以看出，从小就学会接受批评无论对一个人的完整人格的塑造，还是对促成其事业的成功，都具有积极的意义。那么，如何教育孩子正确面对批评？

一、要求孩子冷静处理

不要对批评者反唇相讥，不要“自卫还击”，不要夸张引申，等等。相反，应在认真倾听的基础上冷静地分析出尽可能多的合理成分。

二、教育孩子正确对待他人的批评

家长教育孩子，当然应该坚持表扬为主。但在幼儿期就能适应批评的孩子，长大后往往也较能适应社会，包括拥有正确对待来自他人的批评乃至非议的“平和”的心态，以及较强的承受挫折的能力。



三、要求孩子认真倾听

不论批评有多尖锐、多不中听，都应该要求孩子认真倾听。因为只有认真倾听，才能发现其中也许确实有几分道理，才能虚心予以接受。同时应该让孩子渐渐明白：对他人的批评认真倾听，不仅是一种文明的表现，而且也是完善自我之必需。

四、允许孩子做出解释

如果批评不符合事实，那么应允许孩子做出解释，因为让孩子委屈地表示接受批评实际上不仅于事无补，而且可能引发种种心理弊端。不过与此同时也要让孩子明白解释的目的并不是推卸本来应负的责任，解释时一定要保持心平气和、实事求是的态度。

五、要求孩子对批评者一视同仁

不少孩子可以做到认真倾听并虚心接受来自师长的批评，但对同龄人的批评却拒之门外。这时应教育孩子：只要批评得有道理，即便这批评来自同龄人，也应虚心接受。

六、建议孩子做出感谢

对那些提出善意批评的人，不论是谁，都可建议孩子做出真诚的感谢——这不仅表达自己的虚心和诚意，而且还能加快弥合双方的分歧。

七、让孩子学会做出批评

通过接受批评，孩子可知晓“如何做出批评才能使对方虚心接受”的要点。不妨帮他总结：批评前做好调查分析，批评他人时语气要婉转，用词要文明恰当，态度不要偏激，要允许对方分辩……



坦然面对困难

创造挫折情境是挫折教育的一种方法，但是屡遭挫折又会让孩子失去自信，所以，最重要的是，要正确引导孩子如何去面对挫折，培养孩子受挫后的恢复能力和自信心。挫折教育的目的就是：当面对挫折时，能泰然处之，永远乐观。

一、适当吃点苦

吃苦教育不可过分，应该是小学生通过努力就可以承受的程度。对于老师或家长来说，一方面不能表现出心疼和不高兴，另一方面也不能后悔让孩子吃苦。

二、正视失败

孩子因失败而沮丧时，老师或父母不要说“我认为你是最好的”，否则孩子会认为自己遇到不公正的待遇，把失败归因在裁判或他人身上。这时应积极引导孩子正视失败，告诉他“找到失败的原因并继续努力，也许下一次就会成功的”。

三、学会等待

一次考场失利并没什么大不了的，或许下次通过努力就能取得优异的成绩。学会等待是对付逆境的一大武器。

四、欣赏胜利者

不要为了安慰孩子而贬低取得胜利的孩子，应该和孩子一起分析对方取胜的原因，教孩子从内心欣赏对方。这样，当孩子长大后才能在竞争中从容面对并欣赏对手，这也是人格完善、个人魅力的体现。

五、提高自己

遇到挫折，应该根据孩子的状况分析其优势和弱点，让孩子知道今后该如何提高自己。在培养孩子的竞争意识的同时，应加强孩子的心理承受能力的锻炼。



六、乐观向上最重要

面对挫折应该是一种痛并快乐的状态，让孩子以乐观情绪坚强地挑战挫折，积极地看问题。当孩子不能积极面对挫折时，老师或父母应以乐观的情绪感染孩子。

七、争取下次胜利

鼓励和信任是孩子在经历挫折之后最需它能从老师或父母那里得到的东西，孩子在竞争中即便失败，也希望得到大人对他所付出努力的赞赏，它能让孩子从心底里愿意再接受下一次的挑战，争取下一次的胜利。

“天下兴亡，匹夫有责。”这句家喻户晓的名言，是由明末清初的爱国主义思想家、著名学者顾炎武最先提出的。顾炎武自幼勤学。他6岁启蒙，10岁开始读史书、文



学名著。11岁那年，他的祖父蠡源公要求他读完《资治通鉴》，并告诫说：“现在有的人图省事，只浏览一下《纲目》之类的书便以为万事皆了了，我认为这是不足取的。”这番话使顾炎武领悟到，读书做学问是件老老实实的事，必须认真忠实地对待它。



顾炎武勤奋治学，他采取了“自督读书”的措施：首先，他给自己规定每天必须读完的卷数。其次，他限定自己每天读完后把所读的书抄写一遍。他读完《资治通鉴》后，一部书就变成了两部书。再次，他要求自己每读一本书都要做笔记，写下心得体会。他的一部分读书笔记，后来汇成了著名的《日知录》一书。最后，他在每年春秋两季，都要温习前半年读过的书籍，边默诵，边请人朗读，发现差异，立刻查对。他规定每天这样温书200页，温习不完，决不休息。

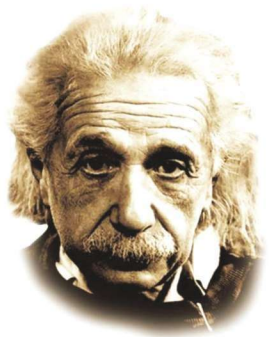


资料链接

爱因斯坦的故事

爱因斯坦小时候并不活泼，3岁多还不会讲话，父母很担心他是哑巴，曾带他去医院检查。还好小爱因斯坦不是哑巴，可是直到9岁时讲话还不很通畅，所讲的每一句话都必须经过吃力但认真的思考。

在四五岁时，爱因斯坦有一次卧病在床，父亲送给他一个罗盘。当他发现指南针总是指着固定的方向时，感到非常惊奇，觉得一定有什么东西深深地隐藏在这现象后面。他一连几天很高兴地玩这罗盘，还纠缠着父亲和雅各布叔叔问了一连串问题。尽管他连“磁”这个词都说不好，但他却顽固地想要知道指南针为什么能指南。这种深刻和持久的印象，爱因斯坦直到67岁时还能鲜明地回忆出来。



爱因斯坦在念小学和中学时，功课平常。由于他举止缓慢，不爱同人交往，老师和同学都不喜欢他。教他希腊文和拉丁文的老师对他更是厌恶，曾经公开骂他：“爱因斯坦，你长大后肯定不会成器。”而且因为怕他在课堂上影响其他学生，竟想把他赶出校门。

回忆小学生活的酸甜苦辣

1. 我永远都会记得：我在运动场上获奖时的笑容；我在同学们的帮助下，顺利在语数联赛中获奖；我靠自己精心的努力，总算学会了做饭……许许多多的好事都在我的脑





海里深深地印下，挥之不去。记得，为了能在运动会上拿个名次，我每天写完作业以后，就到小花园里去跑个四五圈，总算拿了个名次，没有辜负同学和老师对我的期望。记得，为了比赛，我和同学们查找资料，复习我们所学的内容，忙得不可开交。尽管很忙，但同学们的脸上都洋溢着灿烂的笑容。妈妈也跟我一起奋力作战，给足了我信心。这些，都是我的美好回忆。我将会把它存放在我心灵的最

深处，永远都会记得。

2. 我的小学生活中，没有酸的滋味是不行的。在我初当班长的一段日子，我也受过别人的冷嘲热讽。当我的数学题不会做，而同学们都会做时，一些调皮捣蛋的人，就讥讽我：“哟，连我们的班长也不会做呀，还配当班长吗？”他们的这些话，深深地刺伤了我的心。我回去以后，哭得惊天动地。妈妈过来安慰我，安抚我的情绪。老师也告诉我说，要坚强，不要去理会他们，用自己的实际行动来证明：尽管我当班长，会有一些人不服气，但是我终究会通过努力学习，以我的成绩，证明我的实力。



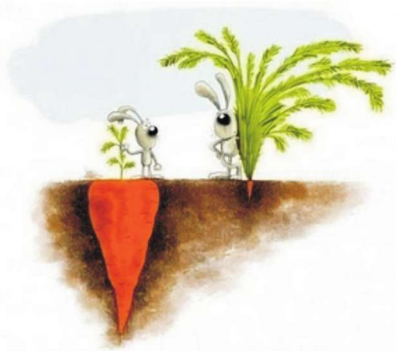
第二节 保持一颗平常心

生活总会让人品尝到其中的五味，就把它当成生活的馈赠，坦坦然然、从从容容、不卑不亢，勇敢地笑对人生。

没有平常而淡定的心，就不会体会到生活的真谛，就不会品味到人生的美妙与幸福；不珍惜平常的人，也就不会创造出惊天动地的伟业与荣耀。

心态对于一个人的人生会有很大影响，而且研究发现，一个人的心态在很大程度上是与童年时的家庭教育有关的，所以作为家长应该从小就培养孩子树立乐观向上的心态，那么如何能够树立乐观向上的心态呢？

很多孩子从小就有一种优越感，觉得自己在各方面都比别人强，但是随着年龄的增长，接触到的同龄人越来越多，却逐渐发现在身边有很多同学在某些方面比自己强，这样就会在孩子心里形成一定的心理负担。大多数孩子在十几岁的时候，内心就会变得特别敏感，所以老师和家长应该教育孩子要用一颗平常心，去看待别人、看待自己。





你有攀比心理吗？

时下，不少小学生存在攀比心理，如刚进入校门的学生，自叹其所在学校不如其他名校；有的学生埋怨家境贫寒；有些学生在购买衣服、生活用品上盲目攀比……凡此种攀比现象导致一些自尊心强的学生，产生自卑心理，影响了其心态和自信心。

小忠家境一般，父母都是工人，靠一点工资养家糊口。可是，小忠上学读书后，却十分羡慕那些有小车接送的同学。他认为父母踩单车接送自己，十分丢脸。那些同学家里有豪宅、高档小车，父母有大把大把的钱让他们挥金如土，购买名牌衣服和学习用品，吃肯德基和麦当劳。由于有钱阔气，就连一些老师都另眼看待。攀比之下，小忠非常伤心。他怨恨自己生活这样的穷人家庭，见到这些富学生总有点抬不起头来，学习也提不起精神来。

攀比也是很正常的心态，无论大人、小孩，每个人或多或少都有攀比心。有时候这种心态的存在可以促使人去努力，比如努力得个好成绩、努力考一个好学校、努力获得奖项等等。人前进的动力，不就是为了得到好的生活和他人的尊重吗？攀比其实是很正常的一种心态，关键是如何把握。在自己能力所及的范围内，争取该争取的，没有什么可非议的。我们要做的，就是帮助孩子正确认识自身，以平常心看待身边不正常的攀比现象，免受攀比心理的影响。

一、攀比心理的形成及危害

攀比心理，是一个人不能正确看待自己所处的客观环境和条件，不切实际地追求超出个人可能实现的目标，从而产生的一种盲目比对的心态。攀比心理具有明显的趋高性，攀比者往往只比收获不比贡献，只比舒适安逸不比艰苦奋斗。

作为小学生，如果过于讲究穿着、打扮，一味地追求高档、名牌效应，不是一件好事情，至少会带来以下几个方面的不利影响：①分散精力，影响自己的学习；②加重家庭的经济负担；③养成奢侈浪费的生活习惯并助长虚荣心；④自己的消费观念和消费行为走进误区，发展下去将容易导致违法犯罪行为。

因此，家长对孩子过于讲究穿着的现象不能掉以轻心、任其自然发展，更不能盲目迁就，而应该加强对孩子进行健康的审美教育，正确引导，帮助他们克服不良消费观念，形成正确的消费观念。

二、用平常心消除攀比心理

盲目的攀比心理，在各个小学都会有不同程度的发生。这是一种不健康的心理类型，但要消除这种不健康心理，应该从多方面配合进行。在学校方面，教师要针对小学





生“亲富疏穷”的现象，教育小学生不要攀比。在家庭方面，家庭比较富有者，不要让子女自幼就有一种“以富为傲”的不良心理，因为这不利于子女的学习和成长；而穷学生的父母，也不必对富裕者有自叹弗如的悲观心理。

作为在校小学生，应该用正确的态度面对自己刚刚起步的人生。应该树立“一切从零开始”“路是人走出来的”思想，在艰苦环境中树立为自己、为家庭、为国家而读好书的理想，要效法历史上艰苦奋斗创造自己的事业和人生的成功人士。

一些小学生之所以横攀竖比，一个重要原因就是过分看重自我，这实际上是扭曲的思想在作怪。克服攀比心理，要调整心理需求，区分哪些是合理需求，哪些是非分之想，正确进行取舍。要在得失问题上做“常乐者”，遇到心理上产生落差时，多思所得，以实现心理的自我平衡，时刻保持一颗平常心。



家长要正确看待考试成绩

有的小学低年级学生并不清楚考试是怎么回事，也许孩子一回家就高兴地说“我数学考了98分！”可是家长却马上问谁谁考了多少，听到别人考了100分，脸上就会露出不满，“人家能考100分，你怎么就考不了？”孩子原本兴奋的神情一下子消失得无影无踪，一脸委屈与沮丧。



小学六年级家长对期末考试都比较看重，因为有的初中会提前摸底，期末考试成绩就是衡量标准之一，有家长认为期末成绩与小升初有着直接的关系，表现得异常紧张。如果家长从现在就表现得患

得患失，今后紧张的中学学习中，孩子也会诚惶诚恐，学习可能愈加痛苦。

专家指出，一年级的孩子还是需要爸爸妈妈的引导，孩子与孩子之间的竞争，很大程度上取决于家长的努力。作为刚入学三四个月的孩子，考试成绩不佳，原因很多，关键看卷子上的错误在哪里，为什么会错，对于不识几个字的孩子，出错也是很正常的，不用太心急。找出问题的根源，有针对性地辅导一下即可。

可以说大部分的家长对刚入学不久的孩子成绩看得都很重，还不时地会打听别人家的孩子的成绩，唯恐自己的孩子成绩落在后面。但如果孩子的成绩考得不好或不如别人家的孩子，家长应该如何面对孩子的成绩呢？

一、用一颗平常心看待孩子的学习成绩

对待孩子，我们做家长的也应该有一颗平常心。

首先正确、客观地评价自己的孩子。诚然，孩子





在父母眼里都是最好的，都觉得自己的孩子又聪明又好看，将来一定能成才，但我们又不得不承认，社会上真正在事业上很成功的人是少数的，名人只有那么几个，一个班里第一名只有一个，大多数孩子会是普通人。

其次，对于成功的界定，对于幸福、快乐的界定没有标准，尤其是幸福、快乐，是一种感觉，对同样一件事，每个人的感受是不一样的。我们做家长的能不能接受自己的孩子是一个普通人？是希望将来孩子做一个快乐的自己，还是成为家长希望中的成功人士？

二、从自身找原因

孩子的学习情况，家长要做到心中有数，一分耕耘一分收获，这句话不仅是对孩子说的，同时也是对家长说的。家长扪心自问自己为孩子付出了多少呢？所以，家长要了解孩子的学习过程，比如每天翻阅孩子的课本、作业本等等，有异常的情况就要及时予以帮助。

三、鼓励比打骂有效

家长一旦看到孩子的考试成绩不好，就非常恼火，动口就骂或伸手就打，说一些伤孩子自尊心的话，这样的行为只能适得其反。家长

一定要冷静对待这件事，虽然生

气，但也不要朝孩子发火，还是要互相找出原因，适时地鼓励孩子，帮助孩子，争取下次的进步。

四、帮助孩子分析原因

家长要帮助孩子分析题目错在哪里，成绩只是阶段性的测试，不能代表孩子的综合素质。要分析原因，知道孩子为什么会做错。如果是不懂或不会，那么家长就要有针对性地帮助孩子弄懂；

如果只是粗心写

错了，那就要培养孩子细心的功夫。

五、善于发现孩子的闪光点

每个孩子都有自己的闪光点，家长不能忽视，要利用这些闪光点去激发孩子的学习热情。比如他某个知识点掌握得很好，就要及时地鼓励和表扬，同时也要帮孩子找到不

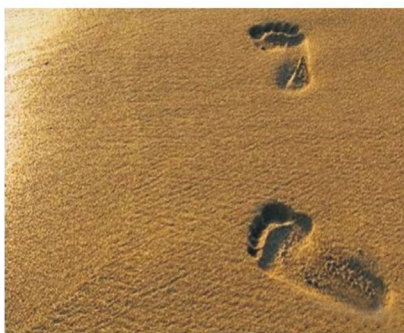




足，帮助孩子赶上去。

六、一步一个脚印地走

从孩子上学第一天起，家长就要抱有平和心态，对孩子的成长和教育都要一步一个脚印地走，孩子的未来需要点点滴滴去努力和积累，不要总幻想哪天自己孩子会考上清华北大等名牌大学。明智的家长会在孩子考试成功时提醒他不要骄傲，不要浮躁，要脚踏实地；成绩不好时，要帮助孩子，一步一个脚印去迎接更艰巨的挑战。只要孩子每天进步一点，作为家长都要为他们高兴。



以平常心对待班干部竞选

眼下，不少小学正在举行新一轮的班干部选举。与往年学生的跃跃欲试相比，今年一些孩子竟主动退出了竞选，原因是班干部选举“水太深”，他们已“无心恋战”。教工子女、“几大天王”在竞选中永不倒，同学之间为拉票请客送礼，家长私下“结盟”互选互提名……班干部选举的种种“怪相”令孩子萌生退意。

孩子放弃班干部头衔

“妈妈，我以后再也不参加班干部选举了，没劲！”三年级学生媛媛一回家，便一脸失落地坐在沙发上生闷气。原来，在这次班级中队长的选举中，媛媛又一次“败

北”，票数输给了某个教工子女。“论成绩，我期末考试在班级排名第二，远远超过她；论品德，我曾主动帮助生病的同学补习功课；论能力，我获得过三好学生。为什么还是比不过她呢？”媛媛的一席话把妈妈问得哑口无言。

虽然媛媛落选中队长，但选上了小队长，不过要强的她放弃了，“我觉得，根据综合表现我完全可以担任中队

长。既然选不上，就把机会让给别人吧！”



学生为拉票请客送礼

四年级男生小杰一直担任班级中队长，日前班干部改选，老师让有意向的学生主动报名参加竞选。令妈妈感到意外的是，小杰竟没有递交竞选材料，主动退出了。“妈妈，班干部竞选‘水太深’。”一句意味深长的话令妈妈大跌眼镜。

“一想到拉票，我就头疼。”小杰告诉妈妈。为了这次竞选，身边有些同学已行动起来，撰写演讲稿，制作个人海报、才艺展板。“这些还算是公开的，我最不喜欢暗地



里请客送礼，给点小恩小惠的那一套。”小杰说，有同学为了拉票，买来零食“贿赂”大家；还有用心仪玩具交换选票……

更让小杰看不懂的是，班上有个男生本来平时脾气挺坏的，可是竞选班干部之前那几天，像变了个人似的，态度来了个180度大转弯。下课了，还把自己从家里带来的好玩的东西借给同学。他的目的很明确，就是在选班干部的时候，要大家投他一票。

“这么点大的孩子为当个班干部怎么学起了贿选拉票？”小杰妈妈想不通了，请客送礼，小恩小惠之风已经开始侵蚀小学校园了吗？她的内心很矛盾，不知该劝孩子积极向上，参与竞争，还是让他保留个性，过得自由洒脱一些。

亮亮的真实心声

“糖衣炮弹”能打动同学们的心吗？卢湾区某小学五年级小学生马奕亮（化名）刚刚当选为班级里的中队长。

“老师明确要求，在竞选不允许有不正当的拉票行为！”亮亮义正辞严地说，他们班共有26名同学，这次竞选产生了6名中队长，大家各司其职，亮亮以17票当选文体中队长。

“得票数最高的一个同学是21票，他当选了中队主席，也就是班长。”亮亮告诉记者，那个同学当选中队主席实至名归，尽管他的成绩并非出类拔萃，但责任心最强，大家都很信赖他。

竞选班干部时，同学手中神圣的一票会向拉票的同学倾斜吗？亮亮犹豫了一会回答说，主要还是看重能力，不会因为“糖衣炮弹”而改变自己的选择。



平常心看待班干部竞选

“孩子的某些做法，很大程度上，是社会想法和做法的折射。”对于外界认为班干部选举中“水太深”的问题，黄浦区某小学的一名大队辅导员朱老师很气愤，“这些都是家长个人的主观想法，他们用社会上的丑陋现象来解释孩子为何落选，其实，孩子的想法还是很单纯的，绝大多数老师在班干部选举中也尽量做到公平、公正。”“一道杠太少了，再给孩子加上一道杠吧！”每学期，总是有家长向朱老师“游说”，要求务必给孩子戴个“官帽”，并有愈演愈烈的趋势。“现在，在很多家长和孩子眼中，一道杠代表的已不是一份责任，而是一个等级，失去了它最初的意义！”朱老师担忧地表示。

不少大队辅导员在接受采访时都表示，相对于中学生来说，小学生的家长对孩子能否当上班干部比较在意，一方面一些家长想通过当班干部促使孩子在各方面严格要求自己；另一方面，有些家长会觉得孩子当上班干部后，更有机会被评为区级、市级三好学生，成为今后升学的敲门砖。“上午刚选举，中午就有家长打电话、发短信，问孩子是否选上了。”卢湾区某小学颜老师告诉记者，面对孩子落选，有些家长甚至会买一个中



队长标志回家，给孩子戴上。“建议家长还是要加强正确的引导，以一颗平常心看待竞选，多一条杠杠就是多一份责任，而不要让孩子认为当干部就是各种特权的延伸。”

平常心并不是天生的，而是在生活、在与人打交道的过程中，不断练就出来的；是在自我成长中，慢慢体验出来的；也是透过领悟一点一滴积存的。练就平常心，有时甚至要经过摔打、磨炼，从痛苦中去寻找，在失败中去体会。认识自我，了解自我，这是练就平常心的起点。人只有不断地调整自我，使自我意识到达某种境地，才能时常保持一颗平常心。无论是老师、家长和学生都应该学会拥有一颗平常心。



第三节 让自己幽默起来

人们不仅把幽默看作一种可爱的性格，而且还将其视为一种可贵的品质。由此在许多家长看来，用心地培养孩子的幽默感也是素质教育的一个有机组成部分。

值得一提的是，根据一项专家从事的专题研究表明，幽默感是情商的重要组成部分。具幽默感的孩子大多开朗活泼，因而往往更讨老师的喜欢，人际关系也要比不具幽默感的孩子好得多。幽默还能帮助孩子更好地应对生活和学习中的压力和痛苦，由此幽默的孩子往往过得比较快活。幽默还能促进孩子的智商健康成长，能比较轻松完成学业。



与幽默感发展有关的因素

1. 父母及老师的关怀和爱至关重要

在家庭和学校得到父母、老师疼爱与照顾的小学生，经常会表现出比较好的幽默感。因此，要使孩子成为一个“具有幽默感的人”，父母或家长应多给予孩子爱与关怀。

2. 小学生言语、认知能力的发展状况

小学生的认知与言语能力发展到相当的程度后，“幽默感”才有了发展和培养的基础。当他听到或看到某件有趣的事情时，经过判断后，就会发出哈哈的笑声。但要注意，小学生的幽默感与成人的幽默感不尽相同。

3. 拥有愉快的成长环境

在小学生成长过程中，若总是处于一个轻松、愉快的氛围，会使孩子体验到快乐，并促使他以快乐的心情来看待周围的人或事物，有利于幽默感的形成。



资料链接

到底谁笑谁

爱因斯坦的《相对论》问世后，德国种族主义分子极力贬斥和嘲笑它。

一天，一些人在柏林会议厅集会攻击爱因斯坦的“谬论”，有些自以为是的狂徒极力讽刺挖苦相对论，引来一些无知者的阵阵笑声。

爱因斯坦镇定地走进会议厅，找了一个位子坐下。每当他听到演讲者荒谬的斥责声时，便随着听众一起哈哈大笑，有时还跟着鼓掌、喝倒彩。

朋友看到爱因斯坦这个样子，忍不住说：“这到底是谁在笑谁呢？”

自嘲

富兰克林想做一个实验：用电流电死一只火鸡。不料接通电源后，电流竟通过了他自己的身躯，将他击昏过去。醒来后，富兰克林说：“好家伙，我本想弄死一只火鸡，结果却差点电死一个傻瓜。”

快乐的叫喊

美国第三十六届总统林顿·约翰逊，很喜欢逗小动物玩。一次，他对着摄影记者的镜头，揪着自己养的小猎狗的耳朵，把它拎起来，直到小狗尖叫不止。他还说：“我喜欢听它们叫。”此事被全国动物爱好者协会知道后，他们群起游行抗议，指责约翰逊虐待动物，弄得约翰逊不得不当众“澄清”这一事实。他别出心裁地解释说：“我敢打赌，这狗叫出的声音不是在喊痛，而是一种快乐的叫喊。”



测测你具备幽默感吗

幽默类型调查问卷

完全不同意的：1分

比较不同意的：2分

稍微不同意的：3分

中立的：4分

稍微同意的：5分

比较同意的：6分

完全同意的：7分

-
1. 如果有人犯错误，我会经常取笑他们。
 2. 我不介意别人取笑我。
 3. 我不需要花太大力气就能使其他人哈哈大笑，我是天生的幽默大师。
 4. 即使只有我一个人，我也会开怀面对人生的挫折。

