



——感恩教育纪实，孝敬培养课堂，道德规范最有价值的课外读物
——家庭必备，家长必读，孩子必看，学校必教的家教经典

**Jiao hai zi xue hui gan en
de 36 zhong fang fa**



教孩子 学会感恩 的36种方法



正如《卡尔·威特的教育》一书中所说的，“孩子的心灵是一块奇异的土地，播下思想的种子，就会获得行为的收获；播下行为的种子，就会获得习惯的收获；播下习惯的种子，就会获得品德的收获；播下品德的种子，就会获得命运的收获。”



碧 玲◎编著

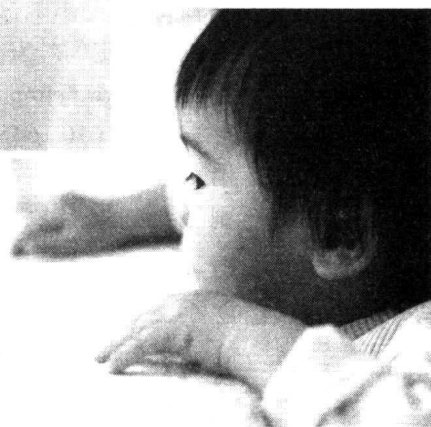
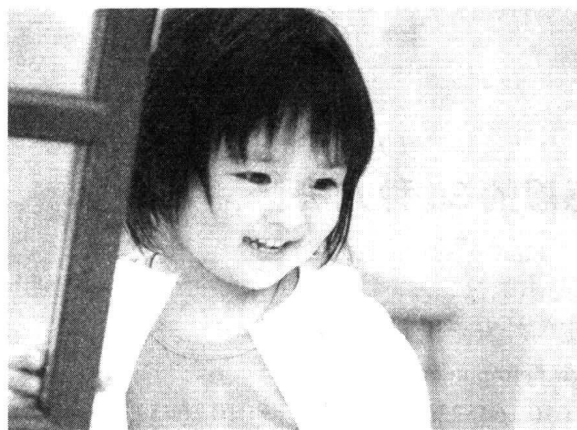


石油工业出版社

教孩子学会感恩的36种方法

jiao haizi xuehui gan en de 36 zhong fangfa

碧冷◇编著



石油工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

教孩子学会感恩的 36 种方法/碧冷 编著.
北京:石油工业出版社, 2007.12

ISBN 978-7-5021-6323-5

I.教…

II.碧…

III.家庭教育:品德教育

IV.G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 169891 号

教孩子学会感恩的 36 种方法

碧冷 编著

出版发行:石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号 100011)

网 址:www.petropub.cn

编辑部:(010)64523643 营销部:(010)64523603

经 销:全国新华书店

印 刷:北京京安印刷厂

2007年 12 月第 1 版 2007 年 12 月第 1 次印刷

787×1092 毫米 开本:1/16 印张:14

字数:220 千字

定价:28.00 元

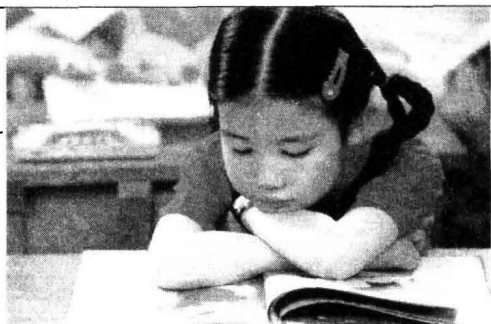
(如果出现印装质量问题,我社发行部负责调换)

版权所有,翻版必究



QIAN YAN

前言



当前,许多父母都认为现在的孩子太缺少感恩之心,无论父母为他们做什么,他们都觉得是理所当然,完全以自我为中心;孩子与父母之间的沟通也很困难。其实,孩子是一面镜子,照着我们家长的一言一行,孩子的表现便是我们家长教育的回应。许多时候孩子需要我们呵护疼爱,更多的时候他们需要我们引导感悟。苏联教育家苏霍姆林斯基说:“在每个孩子心中最隐秘的一角,都有一根独特的琴弦,拨动它就会发出特有的音响。”孩子的感恩之心不是与生俱来的,它需要你在点滴生活之中对孩子施以细心的培养。

正如《卡尔·威特的教育》一书中所说的“孩子的心灵是一块奇异的土地,播下思想的种子,就会获得行为的收获;播下行为的种子,就会获得习惯的收获;播下习惯的种子,就会获得品德的收获;播下品德的种子,就会获得命运的收获。”亲情是教育的源泉和支持,一个孩子只有爱父母,才会爱祖国,才会爱我们生活的这个世界;一个孩子只有怀有感恩的心,才能赢得他

人的爱。

作为父母，一定要担当起自己的教育责任，在孩子心底播种善的种子，让孩子逐步形成正确的世界观、人生观和价值观；让孩子用感恩之心去感受世间的亲情、友情和恩情，在接受他人关爱、支持和援助时，懂得给予回报，不要只图索取和享受；教育孩子将他人恩惠铭记在心，增强责任感，懂得怜悯，懂得尊重，懂得负责，要与人为善，善待自然界中的一草一木……

总之，本书《教孩子学会感恩的 36 种方法》编写的目的就是要帮助那些无助的父母或者那些初为人父母的人，在自己孩子的心灵上播种感恩的种子。

编 者



MU LU 录 MU LU



- ◎第 1 种方法:感恩首先要知恩 / 1
- ◎第 2 种方法:父母要做好表率 / 7
- ◎第 3 种方法:从小培养孩子的感恩习惯 / 13
- ◎第 4 种方法:让孩子在对比中感受恩情 / 17
- ◎第 5 种方法:让孩子体味生活的艰辛 / 24
- ◎第 6 种方法:让孩子懂得回报他人的恩情 / 32
- ◎第 7 种方法:生活中处处实践“分享” / 42
- ◎第 8 种方法:随时随地启发孩子的感恩意识 / 48
- ◎第 9 种方法:在日常娱乐中让孩子懂得感恩 / 55
- ◎第 10 种方法:感恩要注重平时的小事小节 / 62
- ◎第 11 种方法:利用各种节日做载体 / 66
- ◎第 12 种方法:对孩子的爱要适度 / 71
- ◎第 13 种方法:教孩子体味他人的爱 / 76
- ◎第 14 种方法:坦然接受孩子的爱 / 81
- ◎第 15 种方法:教孩子与人和谐相处 / 88
- ◎第 16 种方法:感恩从说“谢谢”开始 / 93

- ◎第 17 种方法:从感恩身边的人做起 / 98
- ◎第 18 种方法:在困境中亦要学会感恩 / 103
- ◎第 19 种方法:不抱怨等于感恩 / 111
- ◎第 20 种方法:让孩子懂得付出 / 116
- ◎第 21 种方法:带孩子到大自然中去 / 121
- ◎第 22 种方法:让孩子学会爱惜动物 / 128
- ◎第 23 种方法:培养孩子的责任感 / 135
- ◎第 24 种方法:尊重他人是感恩的基础 / 145
- ◎第 25 种方法:培养孩子的关爱之心 / 150
- ◎第 26 种方法:培养孩子的善良之心 / 156
- ◎第 27 种方法:培养孩子的同情心 / 161
- ◎第 28 种方法:培养孩子的宽容心 / 166
- ◎第 29 种方法:谦逊亦是一种感恩 / 172
- ◎第 30 种方法:培养孩子与人合作的精神 / 177
- ◎第 31 种方法:节俭是感恩的美德 / 182
- ◎第 32 种方法:在礼仪中践行感恩 / 188
- ◎第 33 种方法:感恩,就要懂得珍惜生命 / 194
- ◎第 34 种方法:在竞争中培养孩子的感恩意识 / 199
- ◎第 35 种方法:帮孩子树立正确的人生观 / 205
- ◎第 36 种方法:父母对感恩要有正确的认识 / 212

◎第1种方法:感恩首先要知恩

忘恩比之说谎、虚荣、饶舌、酗酒或其它存在于脆弱的人心中的恶德还要厉害。

——英国谚语

雪地狼群

⊕ xuedilangqun ⊕

某考察队的汽车陷入了荒山野外的雪地里，正在大家为如何让汽车开出雪地而犯难时，来了一群饿狼。当时，大家都很惊慌，准备拿枪跟狼群展开战斗。土著向导制止大家说：“这是一群饿狼，我们即使向它们开枪，它们也不会后退的。一旦狼扑上了汽车，大家就危险了。现在，还不如把车上的肉类食物丢给狼吃，待它们吃饱了，自然就会散去的。”

于是，他们把车上带的腊肉、火腿等，一块块往下丢。见到食物，这群饿狼的眼睛都红了，扔下去的食物一眨眼就被吃了个精光。但是，狼群还是不走。大家只好接着把所有的肉食都扔了下去。狼吃完以后，还是整齐地坐着，不愿离开。没办法，大家只好又丢了十几包饼干。狼嗅了嗅饼干，并没有吃。

突然，一只狼围着汽车转了两圈，又朝车前方跑去。不一会儿，那只狼又跑了回来，带着其它狼钻进了松林。当大家都认为已脱险时，狼却钻出了松林，跳到了雪地上。这一下，众人的心又悬了起来。但没想到的是，每只狼的嘴里都叼着一根大树枝，分别放到汽车的两个后轮下面。接着，狼群一齐





钻到了车底下,使劲扒开车底下的积雪。工夫不大,狼又从车底钻了出来,跑向车的前方,头朝前,尾朝车头一字排开,嘴一齐拱到雪里,朝前推去。然后又一边四只头对头地一齐用强有力的后腿向后扒雪。这样路面渐渐露了出来。

车向前,狼就向两侧闪开,又一齐朝后跑去把树枝衔了回来……先打眼,后扒雪,狼每重复一次,汽车就能前进一段。大约在狼重复了十几次后,汽车前进了一里多地,到达了山顶,再向前就是下坡路了。

在场的人都对狼的行为感到震惊,也被狼感恩的举动深深地打动。

专家点评:



在这个故事中,人与狼不期而遇,人们为了自身安全,把肉制品给狼吃,本没有奢望狼回报,只求它们吃饱了快点离开。但当狼发现人们也处在困境时,就毫不犹豫地帮助人们走出困境,以报答人们对它们的“施舍”之恩。这就是狼的知恩报恩。一群以肉食为天性的动物竟然放弃到手的美味,如果没有知恩的心理它们是很难做到这一点的。

扪心自问,在我们眼中被视为低等的动物,甚至在我们眼中被视为凶残的具有一颗真正“狼心”的狼都知道他人对自己的恩情,那么,作为高级动物的人类,是否更应该明白他人的恩典呢?然而,事实并非如此。

某区青少年保护办公室一位工作人员感叹,做了十几年学生帮困工作,约为3000多名孤儿和贫困家庭孩子牵线搭桥,使他们在学期间得到来自社会各界的关心和支持。大部分受助学生现在已经大学毕业,但不知什么原因,很少有人想到对那些曾经帮助他们的好心人说一声“谢谢”,更不用说有任何行动上的感恩了。虽然当初帮助过孩子的好心人并不求有所回报,不过现在的情形让他们有些心寒。昔日的孤儿如今长大了,他们或事业有成、或结婚生子,可他们似乎忘记了让他们顺利完成学业的恩人。那位工作人员说,他曾在马路上遇到过一个当年结对的孤儿,但对方故意绕道躲开了。“或许他们是怕难为情,怕被人知道曾接受帮助‘不光彩’的过去。但从那孩子的眼神里,我根本看不到一丝愧疚,相反,他是满不在乎冷漠地离开了。于是我

开始反思,当初我们在给予那些孤儿物质保障的同时,或许忘了教他们什么叫‘感恩’。”

一个人不知道感恩是很可怕的。一个不知感恩父母、不知孝敬父母的人,是不可能对社会和他人心存感激的。一个不知感恩为何物的人,必然会漠视父母、他人和社会对自己的关爱,这样的人往往会被别人视为没有教养,难以被社会认同和接受,因而要想在事业上有所作为,是很困难的。

作为父母,一定要让孩子明白,没有人生来就应该为你付出什么。他人对你付出的爱,是因为他们有责任心,他们善良,他们拥有一颗仁爱之心,他们希望这世界因自己变得美好起来。如果你享受了别人的优待和关照,就要心存感激。若是你对此贬低忽略,那你永远也不会懂得“爱心”的真谛,也不配得到这一切。

专家建议:



建议一:让孩子知道什么是“感恩”

感恩,是一个人与生俱来的本性,是一个人不可磨灭的良知,也是现代社会成功人士健康性格的表现,一个人连感恩都不知晓的人必定是有一颗冷酷绝情的心。这种人即使长大后也很难被社会认可,成功与他更是无缘。因为成功不是一个人的事,父母的养育之恩、师长的谆谆教诲,亲戚朋友的关心,同事的热情帮助,领导的信任……这些都是一个人事业有成的重要因素。如果一个人没有知恩感恩之心,必定会得不到他人的帮助。

所以,作为父母,一定要让孩子明白,在人生的道路上,随时都会产生令人动容的感恩之事。且不说家庭中的,就是日常生活中、工作中、学习中所遇之事所遇之人给予的点点滴滴的关心与帮助,都值得我们用心去铭记。记恩,并不仅仅是为了报恩,因为有些恩泽是我们无法回报的,有些恩情更不是等量回报就能一笔还清的,惟有用纯真的心灵去感动去铭刻去永记,把施恩的爱心传递下去,才能真正对得起给你恩惠的人。

建议二：别让孩子把他人的付出当作理所当然

感恩首先要知恩，就是要意识到今天自己获得的一切不是凭空而来，除了自己的努力，也还有许多人的创造和奉献。这意味着要永远记住那些人和事，承担一份歉疚，并准备为感恩回报而付出努力。但是在当今社会，却有许多人忘记了那些帮助过、照亮过、爱过自己的人，甚至还要去伤害他们。我们身边的“啃老族”就是一个例子。这些好高骛远、拈轻怕重而不愿就业的年轻人，吃靠父母，住靠父母，结婚靠父母，房贷靠父母，养孩子靠父母，工作几年了没有一分钱存款最后还是靠父母，感恩之心严重缺失。试想一下，一个连父母恩情都不知晓的人，你又如何让他感恩他人，感恩社会。

一位母亲是这样教育孩子的：在我儿子五岁的时候，我曾带儿子去看望朋友。朋友准备了丰盛的饭菜，在我们吃饭的时候，朋友把自己盘中的大海虾给我儿子吃，却被我挡了回去。我说：“你不要这样惯着他，长此以往，他会以为大人把好吃的好喝的留给他是应该的。”朋友笑着说：“这不是我应该做的吗？我们这些受传统教育长大的人，不一直都这样做吗？”我说：“你要让孩子知道，他喜欢吃的喝的，大人也是喜欢的，之所以省下来留给他，是因为爱他，让他懂得感恩；如果孩子从小就认为父母为他付出的一切都是应该的，这样的孩子不懂感恩。”

建议三：告诉孩子父母的爱是无私的，但并非是无偿的

在“知恩”之后，孩子就会认识到从亲人、从他人、从社会那里得到多少恩惠，当以更大的诚意和实际行动给予回报。当前的独生子女普遍存在以下不良倾向：只知受惠，不知感恩；只知索取，不知奉献；只知攀比，不知回报；只知被爱，不知责任。在独生子女家庭中，子女是家中的小太阳，父母宠，外公外婆爱，爷爷奶奶亲，“所有人只为他一人而动”，家长把养育孩子当成自我情感的满足，处处给孩子创造优厚的生活条件，他们认为自己所做的一切都是应该的，从来没有想过也不想得到孩子的回报。这种做法是非常不利于孩子成长的，久而久之，很多孩子都认为得到的东西似乎是理所当然，爸爸妈妈为他所做的事情当然也是他们应该做的。这使得孩子只要求别人关心、爱护、让着自己，不会想着去关心别人、感激他人。其实，孩子是一张白纸，他的这种行为肯定与家庭教育不当有关。





一位母亲说：“我家儿子可以说被爷爷奶奶惯坏了，什么都由着自己的性子来，每天晚上都必须把爷爷当马骑，直到爷爷累得喘不上气、爬不动为止。孩子上幼儿园了，我把他接到自己身边，在他高兴之时，试着一点一点地向他提出我的需要。没想到，他真学会关心人了。有一次，我用小榔头给孩子敲核桃，一不小心却把自己的大拇指给敲着了，疼得我直嚷嚷。没想到，孩子闻声走了过来，一手握住我的左手，另一手轻轻地抚摸我的大拇指，还用嘴给我轻轻地吹气，‘妈妈，还疼吗？’当时，我真得很感动，我表扬他，‘不疼了。谢谢你，宝贝。你真像个小小男子汉，懂得关爱、体贴妈妈了。’”

总之，你一定要让孩子明白：父母对你的爱虽说是无私的，但是也希冀你的关心与安慰，哪怕是一点点，哪怕是微乎其微，父母也是很知足的。

建议四：让孩子知道父母为家庭付出的辛苦

其实，现在有很多孩子不知道父母的工作是什么，也不知道父母的收入是多少，只知道向父母要钱买这买那。在孩子的心里，他们认为这是应该的，父母就有这种让孩子吃好、穿好、用好的义务。而我们许多做父母的也认为只要孩子学习好，身体健康就行，所以往往是任劳任怨。但是，请我们的家长一定要注意，孩子的健康成长不光是指身体健康，心理健康从某种程度上比身体健康更重要。

14岁的小飞是某市一所中学的初二学生，父母都是普通的工人，3年前，她的父亲下岗了，全家人只有依靠母亲几百元的工资生活。为了生计，小飞的父亲开了一家小吃店，每天起早贪黑经营着。虽然一个月下来，能净赚1000多元，但是除了应付日常开支，也就所剩无几。

前一段时间，小飞在商场看上了一套价值2000多元的游戏机，就缠着父亲要买。母亲知道后，劝道：“你爸爸辛辛苦苦一个月才挣1000块钱，那一套游戏机就是你爸爸两个多月的血汗钱啊。等咱家富裕了再买吧！”从小任性的小飞并没有听母亲的劝告，反而是又哭又闹，执意要买，无奈的父亲一咬牙，走进了商场……

从上面的事例可以看出，孩子根本就不知道父母的辛苦，又怎么会知父母之恩，感父母之恩呢？

建议五：别总把孩子当中心

“父慈子孝”一向是中华民族的传统美德，也是家庭和谐的基础。但是，这一传统美德随着物质生活的空前改善和独生子女时代的来临而遭遇了前所未有的传承危机。在这“四二一”的家庭教育中，无论是父母，还是爷爷奶奶、外公外婆，都喜欢处处迁就孩子，处处替孩子着想，哪怕当牛做马也无怨无悔，于是便出现了“父太过于慈，子全然不孝”的现象。孩子成了他们的“掌中宝”，成为任何意愿都必须满足、不可违拗的小皇帝，处处以自己为中心，呼风唤雨，有求必应，一家人必须围着他的指挥棒转。与此同时，父母成了奴仆，必须为家庭无偿劳动，无私奉献。于是传统的“孝子”便引发出新的时代含义——孝敬子女。在这样的环境中成长起来的孩子，要让他懂得知恩图报，孝敬父母，实在是太难了。

所以，作为父母，要把孩子当作一个独立的个体，培养孩子独立的思想 and 行为，而不是一家人围着他团团转。这样才有利于孩子理性地通过自己的眼睛看待世界，体味到他人对自己的关怀。作为父母一定要铭记，良好的家庭环境、亲子环境对孩子的身心健康十分有利。

总之，要想使自己的孩子成为和谐社会有用的一员，就要培养他们的感恩之情，要让他深入了解“恩”，体会“恩”，记住所受之“恩”，并施“恩”于需要之人，唤醒对他人的爱心，学会重视、尊重和感激别人对自己的付出，从而营造温馨的富有人文关怀氛围的社会环境。



◎第2种方法:父母要做好表率

孩子是父母的影子,为了培养孩子的品德,父母的行为要自慎,应处处做孩子的表率。孩子好的行为或坏的行为都是父母教育和影响的结果。

——[美]南斯特娜夫人

恶作剧的袋鼠

⊕ ezuojudedashu ⊕

有一只小袋鼠在学校里经常闹恶作剧。他在教师的椅子上放图钉,在厕所里放鞭炮,在门把手上抹糨糊,还常常在教室里乱扔纸团。

“你太不像话了!”学校的校长指责他说,“我要找你父母,把你干的好事统统跟他们讲!”

校长来到小袋鼠家,见他的父母。在客厅里,校长坐到一把椅子上。

“哎哟!”校长大声喊了起来,“椅子上有图钉。”

“噢,我知道,”袋鼠先生说,“我很喜欢在椅子上放图钉。”一个纸团飞过来,击中校长的鼻子。“请原谅,”袋鼠夫人说道,“不过扔这种东西我可从来不反对。”

“砰!”洗澡间里传出一声震耳的爆炸声。

“请不要惊慌,”袋鼠先生对校长说,“那是我们放在药箱里的鞭炮响了。我们喜欢听这种声音。”

校长赶快离开这个地方朝门奔去,他一下子触到了门把手。

“用劲拽,”袋鼠夫人说,“在所有的门把手上我们都糊上了一层糨糊。”



校长好不容易脱身飞快冲出房间,慌忙跑上了大街。

“这个倒不错,”袋鼠先生说,“可是不明白校长为什么走得那么匆忙。”

“肯定他另有约会,”袋鼠夫人说,“没关系,我们吃晚饭吧。”

袋鼠夫妇和儿子津津有味地吃起了晚饭。饭后,一家人围桌而坐,互相扔起纸团玩了起来。

专家点评:



孩子认识肤浅,判断能力差,缺乏独立性,心理活动带有暗示性和模仿性。在他们眼里,父母的行为就是一把尺子,认为父母做的,他就能做;父母怎样做,他就应该怎样做。所以说,孩子的行为是父母行为的反映。你看这只顽皮的小袋鼠的恶作剧,有哪一出不是从父母那里获得的真传?为人父母,如果你发现了你的孩子身上有坏习气,先不要对孩子大发脾气,应该认真检查一下自己,也许会找到原因。如果你能先行改正的话,无疑对孩子的帮助将会更大。

家长是孩子的第一任教师,是孩子思想情感的塑造者,父母的一言一行,潜移默化地影响着孩子。为使孩子对“感恩”美德“学”有成效,家长首先得为孩子做出“感恩”的榜样,以我们真诚的“感恩”行为和良好的道德表现,为孩子做出向美、向善的表率。如果孩子在现实生活中缺乏“学”的对象,那又怎么能使他们学会“感恩”呢?即便他们初具“感恩”意识,最终也将被成人社会“知恩不报”的歪风所泯灭。

所以,身为父母,一定不要小看表率的魅力。

专家建议:



建议一:父母自身的高尚情操是最好的感恩教育

为人父母者,应当从大处着眼,小处着手,言传身教,率先垂范。对于这个问题,一位教师深有感触。下面我们来听听他的诉说。

我曾亲眼见过一位西装革履的父亲在无人职守的十字路口用摩托车驮着孩子闯红灯;也曾亲眼目睹一位素面朝天的母亲领着蹒跚学步的孩子走





出老远,再让孩子踮起小脚丫,亲自把棒冰纸投进垃圾筒。大家都知道,孩子的心灵就像一张白纸,而孩子偏偏又有着极强的模仿能力,在日常生活中,大人们的一个看似不经意的动作,也许就会对孩子产生一定的影响。这个不经意的行为或许是你脱口而出的一句脏话,或许是你漫不经心的一口痰,或许是你随手扔掉的一张废车票……

父母是离孩子最“近”的人,因此,要让孩子形成一个正确的道德标准,为人父母者就应该不断加强自身修养,从而使自己良好的思想道德意识在孩子身上产生影响。若是人人如此,那么我们的未成年人便有了一个好的成长环境,他们必定会在学校、家庭共同营造的充满爱心的生态环境中潜移默化,使爱的经验积累为动力,从“受爱”走向“施爱”,最终形成稳定的道德品质。

一位朋友说,我的父母都是文盲,是那种典型的勤劳、朴实、善良的农民。虽然他们没有教我任何文化知识,但是我从他们身上所学到的做人的品质,特别是那种常怀感恩之心,常修施恩之德的传统美德让我一辈子受用无穷。

在我小时候,父亲一场大病,五年卧床不起,在那物资匮乏的年代,靠亲戚朋友的资助,乡亲们的接济,我们一家勉强度日。就是这样的家庭却培养出了两个大学生,当时轰动了整个村子。现在我们兄弟俩事业小有成就,两老生活无忧,但是每年春节不管多忙,父母亲都要求我们挤点时间回老家去给亲戚和乡亲们拜个年,还要给我们翻看他们珍藏的那份发黄的人情帐单,上边歪歪扭扭记录着我们家曾经接受过的资助的情况:×年×月×日,××人,送米2升,玉米1斗;×年×月×日,××人送钱×元,给报名费……父母亲就是用这种方式对我进行着潜移默化的感恩教育。

如今我已是一名人民教师,深知身教重于言教,每年回老家过春节都带着女儿去看望年老的父母亲,去给乡亲们拜年,去拜访我母校的老师。

建议二:身为家长,首先要孝敬父母

榜样的力量是无穷的,尤其是孩子的第一任老师——父母。中国有句俗



话：“有其父必有其子，有其母必有其女。”孩子的情感、是非、好坏、善恶和美丑观念都是在家庭教育的耳濡目染中逐渐形成的，父母最初及持续灌输的是非观念、善恶标准、为人原则和习惯养成等无疑会影响孩子的一生。平日里家长总会把尊老爱幼挂在嘴边，而在实际行动中，能真正做到的又有几个。某些父母对孩子的祖辈不尊重、不孝敬，乃至逃避赡养义务、虐待或遗弃老人，这些做法无疑会在孩子的心里播下不孝的种子。遇到这样的父母，孩子会认为父母对自己好是自找的“犯贱”，不孝敬父母是理所当然的。一个生活在不以孝敬为美德的家庭的孩子，是无法形成感恩意识，无法让自己具有孝心的。

中央电视台的一个公益广告做得很好：一位年轻的妈妈给自己年迈的母亲洗脚，自己三四岁的孩子看到后，也端来一盆水给她洗脚，嘴里说着“妈妈，洗脚！”相信看过这个广告的人都会留下深刻记忆，这位妈妈并没有任何刻意的说教，她用自己的实际行动悄无声息的告诉了孩子应该怎样对待父母。

对于家长来说，日常生活中无形的影响比空洞的说教更有说服力，更能催生一颗感恩的心灵。作为孩子的父母，在对孩子的感恩之心教育中，自己首先要知道感恩，要做到感恩，只有将感恩融化到自己的日常生活中，润物细无声，孩子才能够有一个感恩之心。当然，在我们自己行动的时候，一定要真情流露，而不是流于形式。

建议三：父母要注意自己的言行

父母对孩子的影响最早、最持久。孩子的模仿能力很强，父母是孩子的榜样，父母的言谈举止，潜移默化地影响着孩子。因此，感恩更容易在家庭中传递，传递的其实也就是父母的所作所为。

比如在孩子面前，千万不要诋毁别人的善意，也千万别说类似的话：“看你表妹送的圣诞礼物，都是她自己做的，连一毛钱也舍不得花！”这种反应对我们而言可能是件小事，但是孩子们却听进去了。因此，我们可以这么说：“表妹准备这份圣诞礼物，一定花费了不少时间！她真好！我们得写信谢谢她。”这样，我们的子女在无意中也就学会养成赞赏感激的习惯了。

建议四：为孩子建立一个和谐的家

家庭是孩子心灵的港湾，家庭因素的潜移默化对孩子的心灵产生着至关重要的影响。如果孩子从小缺乏必要的关心和爱护，或祖父母、外祖父母