

在日本，已有超过300所使用
七田式幼儿教育的幼儿园。

在美国、韩国以及中国台湾，越来越多的幼儿园及孩
子的家长正在受益于七田式教育。



你会教孩子吗？

——101个年轻父母必知的教子招法

【日】七田真/著
王润芳/译

子どもの
知力を伸ばす



九州出版社
JIUZHOU PRESS



你会教孩子吗？

101 个年轻父母必知的教子招法

[日]七田真 著 王润芳 译

九州出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

你会教孩子吗?: 101 个年轻父母必知的教子招法 / (日) 七田真著;
王润芳译. —北京: 九州出版社, 2005.3

ISBN 7 - 80195 - 269 - 3

I. 你… II. ①七…②王… III. 儿童教育: 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 003681 号

著作权合同登记号图字: 01 - 2005 - 0831

KODOMO NO CHIRYOKU WO NOBASU 300 NO CHIE

by Makoto Shichida

Copyright © 2000 by Makoto Shichida

All rights reserved

Original Japanese edition published by PHP Institute, Inc.

Simplified Chinese translation rights arranged with PHP Institute, Inc.

through Japan Foreign - Rights Centre / Bardou - Chinese Media Agency

你会教孩子吗? ——101 个年轻父母必知的教子招法

作 者 [日]七田真 著 王润芳 译
责任编辑 林 欢 责任校对: 崑崙
出版发行 九州出版社
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)
发行电话 (010)68992190/2/3/5/6
法律顾问 北京洪范律师事务所 徐波律师
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 大厂回族自治县彩虹印刷有限公司
开 本 880 × 1230 毫米 1/32 开
印 张 6.5
字 数 160 千字
版 次 2005 年 5 月第 1 版
印 次 2005 年 5 月第 1 版第 1 次印刷
书 号 ISBN 7 - 80195 - 269 - 3/G·334
定 价 19.80 元

作者简介

七田真，1929年生于日本岛根县，著名教育学博士，现任美国纽伯特大学日本分校教育学部教授，国际学士院会员，并兼任日本科学会顾问、日本数学检定协会顾问、七田儿童学会校长、七田教育研究所会长。曾获国际学术大奖及社会文化贡献奖。著有《拓展婴幼儿智力及才能读本》、《认可、赞美及爱的教育》、《所有孩子都可以有成长、发展的空间》、《尽可能发展孩子的能力》、《发现孩子天才的方法》等。

责任编辑/林欢

封面设计/形式书籍设计

你会教孩子吗？

— 101个年轻父母必知的教子招法

[日] 七田真/著
王润芳/译

もしも離乳できないときは、次の方法を試してみてください。

南方の乳房に十字字にパンツウコウを貼って、赤ちゃんに「オッパイ、いたい、いたいよー」と言ってみてください。お母さんのおっぱいをいたわって、一度と飲もうとしなくなります。

100 離乳食は少しずつ慣らす

離乳食は、九カ月頃より少しずつ始めてください。初めはみそ汁のうわ汁を小さじ一杯からです。池田書店の「離乳食からの健康育児」(東城白合子著)などが参考になります。

いやがるからといって、ミルクだけにすると、味覚がおかしくなり、野菜が食べられない子に育つて、大を苦労します。

今は苦労しても、いろいろな味に慣れさせておく切です。

それには間食をさせてはいけません。間食をさせると食事が進まず、遊びながら食べるという悪い習慣が つきます。

102 九カ月頃から自分で食べさせ始める

九カ月頃からは、まだ下手でもスプーンを持たせて自分で食べさせる訓練をします。手を使うのが器用な子が育ちます。

初めのうちは下手なので、たくさん下にこぼします。それはしばらくのことなので、大目に見てあげてください。

遊びだした片付けは、お母さんがやるのではなく、早く食べないと片付けられることがわかり、早く食べるようになります。遊びだしたら食べさせ

ださい。初めはスプーン、一、二杯でよいのです。次第に慣らして増やしていくてください。

小食でも心配ありません。赤ちゃんは自分で必要なだけ食べますから、無理に食べさせない方がよいのです。

101 身体に合わないものは避ける

食事については、食べさせてみて身体に合わないものは避けてくださるのがよいのです。

ただ、新しいものをいっぺんにたくさん与えると身体は受け付けず、アレルギーを示すものなので、初めは何でもごく少量ずつから慣らしていくことが大切なことを知っておいてください。

バナナや卵も少量ずつ与え、週に一、二回、多くても三回なら大丈夫なものです。

食事のしつけは、時間を守ってさせることが大いという固いきまりが大切ですよ。

テーブルのしつけは、最初は「テーブルの片りを歩きながら食べたい時」と受けて始めて、そのように応じてくだされば問題ないのです。

それをいけないこと、しつけない、いけないことと厳しく覚えてしまったために、しつけが難しくなります。

すぐにおとなしく座って食べることが出来る時期がくるもので、大目に育ててあげてください。

103 食欲にきがつく

食事の時間になると、もう場合、おやつやジュースを飲めることが何より一番大切です。甘いもの、ミルク、ジュースなどをつけていると、どうしても食事は進まなくなります。

また、皮肉なことに、飲んでいるとよくい



九州出版社
JIUZHOU PRESS

引言

写给年轻的父母

引

言

写给年轻的父母

这本书是写给年轻父母的，教给他们以简单、轻松、快乐的方法与孩子相处，告诉他们必须懂得的教育理念及与孩子沟通的方法、培养孩子的重点等道理。这些招法细致、实用、简单、科学，是最符合现代社会状况的教子理念。这些方法将使孩子成长过程中的烦恼变成快乐的体验。这些方法往往对孩子的一生起到了决定性的作用，也通常是父母们存在误区的方面。



从小为孩子设定明确远大的目标及方法

培养孩子健康全面的思考能力非常的重要，其中蕴含了高深的智慧。不光只是叫孩子念书，而要教会他学习的方法，教他学习如何独立、如何在将来进入社会的时候，具备在这个社会生存的能力以及良好的自信心，这才是教育最终的本质与意义。



你会教孩子吗？

101 个年轻父母必知的教子招法

101个年轻父母必知的教子招法

父母在孩子出生后，就应把眼光放得长远，许多成功名人的父母，在孩子还是幼儿的初期时，就能够预想孩子的未来并且为他立下远大的目标。

引

言

写给年轻的父母

美国高尔夫球名将老虎伍兹（Tiger Woods）的父亲就是如此，日本棒球名手铃木一郎的父亲也是一个例子。我建议父母要为孩子设立崇高、远大的目标，因为一般父母在育儿时所努力的小目标是很容易达成的。

为避免教育停留于现阶段，必须尽早给予孩子明确的目标，训练孩子朝向既定目标努力。小孩有了目标，就会引发学习的动力。对学习提不起兴趣的小孩，一旦父母为他确立了目标，也会提起精神开始努力学习。



尽早发现孩子的兴趣取向，启发孩子的特殊才能

一个家庭最好能够尽早确立孩子的兴趣发展，例如决定培养孩子音乐方面的才能、语言方面的才能，或是让他朝着体育运动方面发展等。

一般父母总是容易过分重视学校的成绩，而忽视了孩子在其他方面的发展。培养孩子的特殊才能，例如舞蹈、游泳、绘画、器乐都是很好的。只要方向确定就可以循序渐进。无论如何，让孩子朝着自己的兴

你会教孩子吗？

101 个年轻父母必知的教子招法

Let the Young Parents Know the 101 Ways to Educate Their Children

趣爱好发展，才是育儿应有的目标。



人格培育决定一生

现在大多数的家庭，只注意孩子在学校的成绩，只重视智力方面的教育，忽略了孩子良好品德的养成。对孩子采用放任的态度，容易造成孩子过于“自我”。如何消除孩子性格中以自我为中心的成份，是育儿重要的一部分。以自我为中心的小孩，缺乏所谓的“德”。所以做父母的应该从小让孩子了解体会到帮助他人的快乐。希望大家把教育的目标放在培养小孩长大后懂得应该和如何贡献于人类和社会。

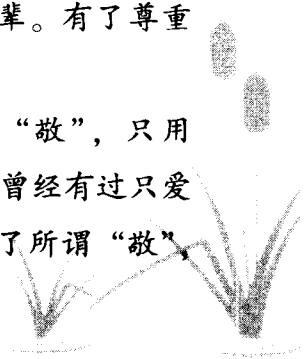


让孩子学会尊重

幸福快乐的家庭里，一定会有“敬”，所谓的“敬”是指对长辈的敬重。要培养孩子树立长幼有序的观念，缺乏这个观念的话，社会必定混乱。培养孩子高尚的志趣，最基本的就是教他尊重长辈。有了尊重的观念，才会知道帮助他人、贡献社会。

教育的两大基本要素是“爱”与“敬”，只用“爱”来教育孩子是不够的，《论语》中曾经有过只爱不敬和动物有什么差别的论述，也提到了所谓“敬”。

引
言
写
给
年
轻
的
父
母



你会教孩子吗？

101 个年轻父母必知的教子招法

101 个年轻父母必知的教子招法

就是敬重的意思。

孩子对母亲是一种爱，对父亲是一种敬。每一个人都希望被尊重，这是人之常情，所以教导孩子尊重他人是非常重要的。任性的小孩不懂得尊敬他人，所以做父母的如何抑制孩子任性的性格、听从父母的教训是非常重要的。因为不以自我为中心、能为他人着想的小孩，将来也一定能受到他人的尊重。

培养小孩心存敬重之前，父母应先做到良好的身教。在孩子面前，良好的夫妻关系，一定可以带给小孩潜移默化的影响。



对孩子进行“心”的教育

人的精神活动包括知、行、意。我们的心除了知以外，具备主宰情和义的能力。因此我们的教育可以分成“心的教育”和“知的教育”。

所谓“心”指一个人的感情和意志力。心的教育成不成功就在于是否能够消除孩子性格中任性的部分。人格的形成包括两大目标：一个是成为能为他人着想的人；另一个是一旦下定决心便努力不懈的意志力。

“心的教育”是培养小孩善解人意的心，懂得如何控制自己情感的任性成分，遵守社会的规范。所以前

你会教孩子吗？

101 个年轻父母必知的教子招法

101 Ways Young Parents Must Know to Educate Their Children

面所提到的“知的教育”和“心的教育”也可以看成是“IQ教育”和“EQ教育”。所谓“IQ教育”是指提高智力方面的教育。而“EQ教育”是为了提高孩子的情商，是教导孩子如何控制自己的情感，学习为他人着想的习惯。

在“心的教育”方面成功的小孩，一定心胸舒坦，不会憎恨他人、欺骗他人，或是有不好的想法，知道为别人着想，而且总是开朗地和人打招呼，应对、进退相宜。总之，“心的教育”就是培养孩子光明正大、开朗和诚实三种重要品德的教育。



心态决定孩子的人生轨迹

让孩子能保持一个健康正确的人生心态是非常重要的。

例如：一、让他知道每一个人有他应尽的义务和职责，让他知道有一些事也能做得到，让他体验到每一个人都有他生存的重要价值和意义。

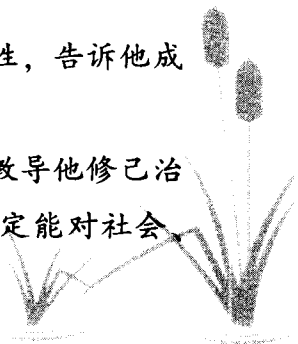
二、让他了解确立人生目标的重要性，告诉他成功的人为什么成功。

三、培养学习积极向上的进取心，教导他修己治人的道理。培养自己成为有用的人，必定能对社会

引

言

写给年轻的父母



你会教孩子吗？

101 个年轻父母必知的教子招法

101 个年轻父母必知的教子招法

人群有所贡献。

四、教导他成功的法则。为了培养孩子高尚的志愿，可以常常读一些成功的故事，让他有具体的事例可以遵循效仿。

让他阅读一些成功者的传记，或者是转述给他听，让他思考加深印象，在心中有一个具体的形象。让他从成功的故事中领悟出成功的必要条件，让他知道成功就是达到自己的目标。没有目标就没有成功，目标太小，也无法成就大事。



帮助他寻找乐趣，快乐地学习

“太早让孩子学习容易扭曲孩子的性格，容易使孩子变得以自我为中心”的说法不正确，如果小孩有自我中心的倾向时，有可能是因为母亲教导方式的偏差，也有可能父母是只偏重了知识的灌输，而忽略了其品性方面地培养。

零岁教育是指健全的人格教育，不是只侧重知识的灌输，而是强调健全人格的发展。过分以学校课业为重，常常与他人比较会使人变得烦躁和容易迁怒，这是最要不得的。即使是小孩的一点点成长，做母亲的也该感到喜悦，如果小孩不能快乐主动地学习，而

你会教孩子吗？

101个年轻父母必知的教子招法

101 Ge Young Parents Bi Zhi De Jiao Zi Zhao Fa

是强迫地灌输他许多知识，那就变成了填鸭式的教育。

请多用一点心思，真正去了解孩子的心理、了解孩子的需要，让孩子快乐地学习。



拿什么心态来面对他们，我们的孩子

虚心接受且完全认同孩子的一切。教育小孩时应有的心理基础建设包括：

- 一、虚心完全认同孩子的一切。
- 二、看重他的优点。
- 三、在小孩努力的过程中不断给予鼓励。
- 四、只要他有一点点的进步，立刻给予赞扬。
- 五、尊重他的个性。
- 六、无条件的接受，并且爱他的一切。

只要虚心接受孩子的一切，包括他的个性，不用一般人所谓好学生的标准套在他的身上，自然而然地母亲的不安和烦恼会消失。

以宽大的心包容孩子个性的一切，相信他，并且耐心地等待，孩子好的地方一定会渐渐的显露出来。



严教之中应显现爱

教育孩子首先让你的孩子充分感觉到母爱，然后



你会教孩子吗？

101 个年轻父母必知的教子招法

101 个年轻父母必知的教子招法

才施予严格的管教。以爱为基础的严教，孩子才不会变坏。没有爱，一开始就给予他严厉的教训，只会造成孩子心理上的偏差。

引 言 写 给 年 轻 的 父 母

如何让孩子感觉到你的爱呢？当他做得很好或很乖时，抱住他、称赞他：“你真是妈妈的乖孩子，妈妈最喜欢你。”这样的言语，不但可以消除小孩心中对生气时的妈妈所存有的害怕情绪，也会让小孩持续保持好的表现。



耐心教育的效率更高

对小孩不可以用怒骂或打他的方式教育。打骂小孩就像是刚长出的嫩芽折断一样，会影响他的成长。别忘了孩子做错并没有恶意，只要耐心地好好地跟他说就行了。

一到二岁的幼儿更不可以体罚，打骂的教育容易养成孩子反抗、凶悍、难以被驯服的性格。与其打骂，不如静下心来与他好好沟通。



做一个安详、宽厚的母亲

如果你是一个追求完美的母亲，那么，一旦孩子有不够完美的地方，必定造成你的不安和焦虑，或者

你会教孩子吗？

101 个年轻父母必知的教子招法

101 Ge Nian Qing Fu Mu Bi Zhi De Jiao Zi Zhao Fa

性情不定，甚至愤怒而容易发脾气。母亲若经常焦躁不定容易影响孩子的成长，你可能会发现你的孩子笑容愈来愈少，哭泣的时候愈来愈多，甚至半夜尿床，或者出现半夜突然惊醒的情形。

为了避免这种母亲焦躁不安的情况带给孩子的不良影响，母亲必须先做好心理建设。只要在自己能力范围以内给予孩子最好的成长环境，就已经是尽到做母亲的责任了。

做母亲的心理变得坦然，焦躁不安也会逐渐消失，这样的心理建设，反而对育儿是很有帮助的。

在这样的母亲的呵护之下，小孩才能健康成长，逐渐进入状况，孩子对母亲的回应也会愈来愈强烈，在学习方面也会进步神速。总而言之，求好心切的心理反而影响孩子的学习。能够让孩子放轻松，且母子的关系融洽，是孩子成长的基本要件。



不比较、不慌张、不间断

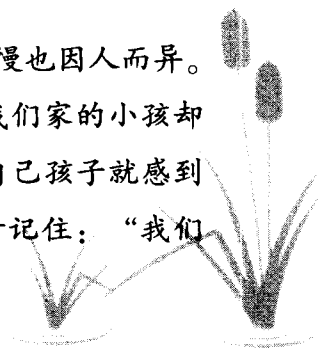
每一个小孩的资质不同，成长的快慢也因人而异。

“别人家的小孩一岁就能做的事，我们家的小孩却不会！”有些父母一看到年龄孩子超越自己孩子就感到焦虑与不安，这样的心态并不健康，请记住：“我们

引

言

写给年轻的父母



家小孩有我们家小孩成长的速度。”努力发挥孩子的长处，才是正确的因材施教。

父母一旦和别的孩子比较就容易产生焦虑，甚至气馁。与其在乎别人的想法，不如把那些心思花在孩子的教育上。零岁教育的主旨应该是：“不比较、不慌张、不间断”。请对你的小孩，不缓、不急、不间断的教导，只要有一点小小的进步，就对他加以赞许，表现出你的喜悦。

只要持续的努力，他的成长一定会有变化，如果母亲求好心切，呈现紧张的情绪，小孩子很可能会放弃学习。相对的，如果父母亲能够放轻松，有耐心和小孩接触，学习一定会有进步。总而言之，不过分要求或慌张是非常重要的基础心理建设。



过多的才能培养会压垮孩子

很多母亲要小孩学这个学那个的，把学习的时间排得满满的，弄得母亲和小孩都情绪紧张，神经绷得紧紧的。要妥善地安排学习的时间，以母子都能够放轻松，不感到压力为前提。

排除小孩什么都要比别人好的观念，只要做到孩子能力允许的范围即可。母亲的心态轻松一些，小孩

也会更快乐地学习。

过多的才能教育反而会扭曲育儿的本质，与其要他样样比人强，不如发掘一项别的小孩没有的优点加以琢磨。



与孩子保持一定的距离

为了避免母亲在育儿的过程中，感到单调乏味，最好每天都预订一个目标，例如：每天带着孩子到不同的地方。

生活中有了目标，整个人也会随之振作起来，与其日子过的平淡无奇，不如寻找一个目标确定生活的重心。不要把整天的时间都花在小孩子的身上，相对的要让小孩子有自己独处的时间也很重要。

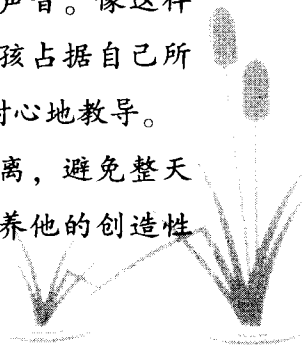
夜晚睡觉前讲故事给孩子听，让他闭上眼睛安静地听，听着听着孩子自己会想睡觉，而且可以一觉到天亮。你也可以用录音的方式，在他睡觉之后放录音带给他听。这样可以让小孩熟悉母亲的声音。像这样灵活的运用时间，母亲也可以避免让小孩占据自己所有的时间，对小孩自然而然也能够更有耐心地教导。

从现在开始可以和小孩保持一点距离，避免整天黏在一起，这样可以让小孩自己玩，培养他的创造性

引

言

写给年轻的父母



和独立性。如果所有的时间（包括游戏时）都为他完全设计好，他反而减少动脑筋的时间，影响他发挥自己的创意，过于依赖别人。所以给他一点空间，让他自己玩和思考，小孩子本身也会比较起劲。

做晚餐时也是一样，如果全部都由母亲自己做再喂小孩的话，一点乐趣也没有。让小孩子也动动手，教他如何选菜、洗菜或舀米，小孩吃起自己亲手做的晚餐会比较有趣。像这样一点点的用心，比起单方面付出的育儿方式，要有创意多了。



避免成为容易迁怒于孩子的母亲

母亲的情绪管理对孩子的教养有直接的影响。如果发现自己经常因为情绪不佳而迁怒孩子时，要下定决心改变自己，不断提醒自己：要改变对孩子的态度，对所有人要更有包容心，更有耐心，也会变成孩子心目中温柔婉约的母亲。不断的自我反省和鼓励，就会距离自己心目中理想的母亲愈来愈近。

