



培养最优秀的孩子

王晶晶◎编著

优秀是孩子的第一竞争力。只要父母用心，方法得当，就能培养出最优秀的孩子。



内蒙古人民出版社



培养最优秀的孩子

王晶晶◎编著

优秀是孩子的第一竞争力。只要父母用心，方法得当，就能培养出最优秀的孩子。



内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

培养最优秀的孩子/王晶晶编著. —呼和浩特: 内蒙古人民出版社, 2009.7

(教子书坊)

ISBN 978-7-204-10240-2

I. 培 ... II. 王 ... III. 家庭教育
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 129805 号

教子书坊

主 编 文 棋

责任编辑 那 顺

封面设计 北京美文美画书装设计师

出版发行 内蒙古人民出版社

地 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦

网 址 <http://www.nmgrmcbs.com>

印 刷 北京中联印务有限公司

开 本 787×1092 1/16

印 张 180

字 数 1900 千

版 次 2009 年 7 月第 1 版

印 次 2010 年 1 月第 1 次印刷

印 数 1-10000 套

书 号 ISBN 978-7-204-10240-2/G·3052

定 价 447.00 元(全15 册)

如出现印装质量问题, 请与我社联系。联系电话: (0471)4971562 4971659



前 言

一位哲人曾说，国家、民族之间的竞争，也是国家和民族的母亲们之间的竞争。家庭教育正逐渐成为人们关注的焦点。随着时代的发展，社会的进步，现代家庭对孩子的培养任务越来越艰巨。父母都希望培养出最优秀的孩子，但结果却往往事与愿违。这是为什么呢？

没有哪个孩子一生下来就是优秀的，优秀是后天培养出来的。许多有成就的大人物之所以能取得成功，就是因为有了父母成功的家庭教育。乔丹是我们熟悉的世界上最优秀的篮球运动员之一，他不仅球技好，而且他的品行也不错。这除了乔丹能严格要求自己外，还因为他有一位善于教子的母亲。乔丹的母亲曾说：“当孩子们小的时候，我就要求他们自己打扫屋子、收拾床铺、做菜、洗衣服，完成家务劳动中自己应该承担的部分。”母亲从小就有意培养乔丹爱劳动的习惯，同时也培养了他的责任心。

让很多父母最头疼的，往往是孩子的学习问题。对于这个问题，父母要保持平和的心态。要知道，学习成绩并不能代表孩子的综合素质。未来的竞争不是靠学习成绩，而是靠做人做事的技巧，靠综合实力。

孩子大多都自信心不足，这就需要父母努力培养孩子的自信心。就算孩子的学习成绩很差，而且贪玩、任性，也不要对他说“你真笨”、“你没有希望了”之类的话，因为这样会严重地打击他的自信心。如果经常以信任的口气说孩子“行”，孩子就认为自己“行”，孩子就能逐渐树立起信心。平时要多赞美孩子，多肯定孩子，对于孩子来说，这是最喜欢的也是最有益的教导方式。

优秀的品质是人生取得成功的第一保证，优秀的品质是在良好的教育环境中逐渐养成的。家庭是孩子的第一所学校，父母是孩子的第一位老师。孩子所表现出来的品质细节往往是受父母最潜移默化的影响。只有懂得在生活中不断地提升自我、善于抓住契机教育孩子的父母，才是最有智慧的父母。从小培养孩子优秀的品质，才能让孩子在以后的成长中拥有多种美德并取得成功。

有句话说得好：“每个有问题的孩子的背后，都有对有问题的父母。”的确是这样，父母的一言一行、一举一动无不影响着孩子，甚至是孩子一生的命运。所以，要培养最优秀的孩子，父母也要优秀起来。只有优秀的父母，才能培养出优秀的孩子。

一个优秀的孩子，必须是全面发展的孩子。本书共分八章，分别从父母以身作则、培养孩子的兴趣、提高孩子的学习成绩、让孩子充满自信、提高孩子的自立能力、培养孩子的交际能力、培养孩子的爱心、培养孩子健康的心理八个方面，为父母设置了一套立体式的教育方案，帮助父母培养出最优秀的孩子。

优秀是培养出来的。只要父母用心，方法得当，就能培养出最优秀的孩子。

目 录

CONTENTS

1 第一章 做最优秀的父母

父母是孩子的第一任老师，父母的一言一行都在潜移默化地影响着孩子。天下没有教不好的孩子，只有不会教的父母。要想培养出优秀的孩子，首先父母要优秀——只有最优秀的父母才能培养出最优秀的孩子。

父母是孩子最好的榜样.....	2
给孩子真正的爱.....	5
规范孩子的言行从父母自身开始	9
尊重孩子的想法.....	12
要改变孩子先改变自己.....	15
和孩子说话态度要温和.....	17
给孩子一个梦想.....	20
让孩子自己作选择.....	22
营造快乐的家庭氛围.....	25

CONTENTS

目录





2 第二章 培养与尊重孩子的兴趣

孩子的兴趣不是天生的，而是后天培养和教育的结果。兴趣是孩子最好的老师，而父母又是开发孩子兴趣的导师。兴趣的培养不是一个简单自发的过程，父母和孩子都需要努力。父母要循循善诱，耐心地创造条件激发孩子的兴趣，对于孩子的兴趣更要给予充分的尊重。

善于观察孩子的兴趣.....	30
努力唤起孩子的兴趣.....	32
孩子的兴趣是需要诱导的	35
从孩子的行为中发现其兴趣	37
在游戏中激发孩子的兴趣	39
发现孩子的闪光点.....	41
充分开发孩子的潜能.....	45
父母要善待孩子的兴趣.....	46
尊重孩子的兴趣.....	49
别因为兴趣而限制了孩子的自由	52
正确对待孩子的特长培养	55

3 第三章 帮助孩子提高学习成绩

父母重视孩子的考试分数是可以理解的，因为分数毕竟是孩子学习状况的一种重要反映。孩子分数高，固然是好事，但父母切不可

可一味地去追求孩子的高分而绊住了孩子其他方面的发展。父母应该引导、激发孩子的学习兴趣，教给孩子正确的学习方法，帮助孩子提高学习成绩。

· 激发孩子学习的积极性.....	58
· 让孩子在兴趣中学习.....	61
· 提高孩子的学习效率.....	64
· 引导孩子科学用脑.....	67
· 提高孩子的记忆力.....	70
· 让孩子把注意力集中起来	75
· 让孩子学会劳逸结合.....	79
· 对孩子的期望值不要过高	83

4

第四章 让孩子变得自信起来

自信心可使孩子不怕困难，积极尝试，奋力进取，取得更多的知识和经验，争取更好的成绩。来自父母的鼓励和赞扬对增强孩子的自信心是很有益的。不管孩子将来是参天大树还是一棵小草，父母都应给他成长的空间，一句鼓励的话语，一个信任的微笑，都可能成为孩子一生的转折点。

· 让自信伴随孩子成长.....	88
· 激发孩子的自信心.....	91
· 帮助孩子摆脱自卑.....	93
· 让自信成为孩子前进的勇气	95
· 让自信帮助孩子获取成功	97
· 让自信使孩子更美丽更快乐	99



给孩子鼓励和肯定.....	102
学会赞扬自己的孩子.....	104
不要拿自己的孩子与别的孩子作比较	107

5 第五章 培养和提高孩子的自立能力

如果孩子缺乏自立能力，没有自主意识，无疑是家庭教育的失败。真正的教育并不是给予孩子援助，而是培养孩子成为一个自立的人。让孩子学会自立，是父母给孩子最好的奖赏，是父母给孩子最好的爱。

从小培养孩子的独立性.....	112
孩子自己的事情让他自己去做	114
让孩子做些力所能及的事	117
让孩子克服依赖的心理.....	119
让孩子有自己的想法和主张	122
培养孩子的竞争意识.....	124
增强孩子对挫折的抵抗力	126
别让孩子很娇气.....	129
培养孩子的自制力.....	131
提高孩子的动手能力.....	133
培养孩子劳动的习惯.....	136
让孩子做些家务活.....	140



6 第六章 提高孩子的交际能力

交际能力是人与人之间最实用的能力，这直接关系着一个人的幸福与成功。提高孩子的交际能力，让孩子学会与人交往，将有利于孩子更好地适应新的环境，更好地走向群体；将有利于孩子拥有良好的人际关系，更好地走向成功。

让孩子学会与人交往.....	146
发展孩子的交际能力.....	148
让孩子真诚地对待别人.....	151
让孩子懂得谦让.....	154
培养孩子懂文明、讲礼貌的习惯	157
培养孩子诚信的好品质.....	160
教孩子学会赞美别人.....	163

7 第七章 培养孩子的爱心

爱心是人类最宝贵的情感，是人类所有感情中最高贵、最淳朴、最真挚的情感。当孩子怀有一颗爱心时，无论是现在还是将来，他的整个心态会是平和的、从容的、积极的，他的人品是高尚的，他的人生是充实而富有的。

在家庭中用爱意影响孩子	168
培养和激发孩子的爱.....	170





教孩子懂得爱，付出爱	174
让孩子拥有一颗善良的心	176
让孩子学会与人分享	179



第一章 做最优秀的父母

父母是孩子的第一任老师，父母的一言一行都在潜移默化地影响着孩子。天下没有教不好的孩子，只有不会教的父母。要想培养出优秀的孩子，首先父母要优秀——只有最优秀的父母才能培养出最优秀的孩子。





父母是孩子最好的榜样

父母箴言

根

据心理学家的调查显示，有一半的孩子有自己模仿认同的对象，而其中78%的孩子以自己父母为认同的偶像。父母在孩子的眼里就是模范和表率，父母的一举一动、一言一行都在潜移默化地影响着孩子。父母是孩子心目中的英雄人物，所以要在各方面给孩子做好榜样。

家庭教育是一门艺术、一门学问，既极其深奥又十分简单。其核心关键是要要求做父母的用言传身教去审慎地进行教育。在家庭环境中，父母的一言一行，孩子都耳濡目染，并极力仿效。要想使家教收到良好的效果，既要讲“言传”，更要讲“身教”。也就是说，父母在教育孩子过程中要身体力行，要求孩子做到的，自己必须首先做到。父母是孩子的第一任教师，孩子是父母的影子。父母教育孩子，对于孩子来说，重要的不是看父母讲了多少道理，而要看父母怎样做，只要父母率先垂范做出榜样，其感召力和威力所产生的家教效果是不言而喻的。

年幼的孩子缺少辨别是非善恶的能力，他们总是无意识地模仿父母的行为。父母是孩子的榜样，父母的言行举止无论好坏都会被孩子不自觉地效仿。好的行为被效仿，当然很好，但坏的被效仿了，改变起来是很难的。如果此时父母加以管教的话，孩子会说，既然父母这样做，那他为什么不能这样做？

汉森习惯在每天工作之前，先去镇上的酒馆喝上一盅。虽然知道这是个不好的习惯，妻子一直劝他戒掉，但是他想，反正只是

自己的一个坏习惯而已，又不影响别人。

一天，天降大雪，汉森穿好棉袄，戴上手套，吻别妻子后，和往常一样吹着口哨向酒馆走去。没走多远，他觉得有人跟在后面。回头一看，竟是自己年幼的儿子。

儿子踩着父亲留在雪地上的脚印，边跑边兴奋地喊：“爸爸，你看，我正在踩你的脚印！”

儿子的话令汉森心中一顿，他想：“如果我去酒馆，儿子踏着我的脚印，将来他也会去酒馆的。”

从那以后，这位父亲再也不光顾酒馆了。

家庭是孩子的第一课堂，父母是孩子的第一任老师。父母是孩子进入社会最初的模仿对象，孩子从父母那里学会的某种习惯和处世态度，对其一生的发展产生极大的影响。

父母的品质、人格对孩子有潜移默化的影响，他会影响孩子今后的成长。如果父母的榜样出现了偏差，孩子的思想行为就会出现偏差。在今后的生活中他就会放松自律，做出有损社会公德的事情，从而也使他失去社会性人格的发展机会。

父母日常生活的一言一行都无不对孩子产生影响。

许多人还记得他们的父母是怎样向家庭之外的人伸出援助之手的。一位母亲说：“萦绕在我脑海中的是那种对家庭之外的其他人的真诚关心的氛围。我的父亲直到60岁时仍然是一位志愿消防员和救援工作者。我的母亲则一直做各种志愿工作并时常帮助社区中的其他人。即使自己并不富有的时候，父母对别人仍很慷慨。因为父母的友善，许多人在我和姐姐面前常常称赞他们。”

有一位男人这样谈及他的父亲：“我记得我的爸爸在工会保护制度还没有建立起来以前，每周有五天要为他的工作干很长时间，星期六还有另外的工作，也要干很长时间。我还能记得每天天还没亮的时候我醒了，就能听见父亲起床并悄悄地出去上班，而此时家里其他人都还在睡觉。我不记得他生过病，请过一天假。他唯一不工作的一天是星期天，他总是和我们一起做些事情来消磨这一天，比如，探望亲戚，和我们一起骑车等。他的家庭就是他的生活。





他的工作信念和他对家庭的全力投入给我留下了很深的印象，而且至今影响着我。”

当我们友好而和善地对待他人时，我们的孩子就会学到我们的善；当我们心胸狭窄、自私自利时，我们的孩子也同样学到了这些东西。如果我们为了推掉一个不愿参加的约会而说谎，或者我们因为不想听电话而让孩子告诉人家我们不在家时，我们便在孩子的心灵中播下了撒谎的种子，受过骗的孩子会去骗人。孩子若看到父母从工厂里偷工具或在旅馆里偷毛巾便会以为偷窃不是错事。在家里看不见父母笑脸、得不到爱抚的孩子将来很难开朗和友爱。

在家庭教育中，父母经常会对孩子说应该这样做，不应该那样做来规范孩子的言行。可是这种空洞的说教所起的作用往往微乎其微。在某些方面的教育中，说教几乎起不到什么作用。比如，早晨起来，父母要有意识地向家里的长辈问早，向邻居问早，下班回家，主动问好，带孩子出门做客时要轻声叩门，在做客时谈吐高雅，举止文明，主人招待时要说“谢谢”！临走时要说“谢谢”！家里来了客人，要带孩子到门口迎接并引导孩子把自己最好吃的东西拿出来招待客人，客人给孩子带礼物时，让孩子表示感谢！客人回家时要带孩子送到门口说“欢迎下次再来”、“再见”。你的一言一行，一举一动，孩子都会看在眼里，并以你为榜样模仿效法。在日常生活中，谨言慎行，以身施教，凡是要求孩子做到的，自己首先必须做到。

父母一旦答应了孩子的事一定要兑现，兑现有困难的事不要轻易许诺。如果父母随便承诺孩子一件事，但由于种种原因给忘记了，对孩子的情绪不仅会是一个较大的打击，在某种程度上也会对孩子内心带来伤害。如果父母经常言出不行，说话不算话，就会降低在孩子心目中的可信度，孩子对父母的崇信、敬仰与爱戴，就会由于你的失信次数而递减。次数过多，可能父母的话就会被孩子完全不当一回事，还谈什么教育孩子呢。再者，如果作为父母经常说话不算话，孩子也会下意识地效仿，对自己说出的话不负责任，便会成为他的一种不良习惯。如果你经常有言出不

行这样的“过错”，请你在孩子面前郑重其事地道歉，并给他一个合理的解释，博得孩子的谅解。当然，这种道歉的次数越少越好。

父母是孩子一生的老师。如果你是明智的父母，就应该以身垂范，给孩子在各方面做出好榜样。

给孩子真正的爱

父母箴言

天下的父母都是疼爱自己的孩子的，但有时候父母会把“爱”的定义理解错误。其实，孩子需要的并不是一味的疼爱，那样只会让孩子变得更加狭隘。我们应该懂得，爱是一种最纯正、最美好的感情，但也要讲爱的艺术、爱的科学。父母无私、真诚、崇高的爱，应该成为孩子成长成才的沃土，而不是一种羁绊和负担。

在当前的家庭中，一个孩子的家庭越来越多。父母们把这个孩子当成了是“掌上明珠”，疼爱得不得了。然而，就算把孩子当成是一颗明珠来对待也不见得就是爱孩子，因为，就算明珠再怎么珍贵，就算它会被大人欣赏、喜爱，但终究只是一个东西而不是人，没有自己的思想，也没有自己的性格。有位教育专家说：“有的父母把孩子比喻为一颗明珠，但在潜意识中并没有把孩子当成是一个拥有独立人格的生命，只是把孩子当成是一个自己手中的东西。虽然这样说有点过分，但是，仔细想一下，难道不是这样吗？”

有些父母抚养孩子，可能是希望以后孩子能够回报自己。有些父母总是怕孩子不知道自己是爱他的，经常会向孩子表白并强调自己的爱，甚至有的父母在强调自己爱孩子的同时，要求孩子保证以后也要爱父母。父母这样的爱无疑是自私的，是带有目的性的。这样就会让孩子在付出某种东西的时候也想得到一些东西，





只会让孩子变得更加自私。

有些父母总想控制住孩子的一切，其实，每个人都有控制他人的倾向，而父母则以爱的名义对孩子做出控制。很多父母以为他们这样做是在爱孩子，可能连他们自己都不知道，他们只不过是想控制孩子。上面已经说过，现在的家庭中几乎都是一个孩子，因此，父母的精力和注意力都高度集中到一个孩子身上，独生子女的被控制程度就会极大化。有的孩子不想接受父母的爱，甚至害怕父母的爱，并不是他不需要爱，而是他不能忍受父母以爱的名义对他进行无所不在的控制。

父母爱孩子是一种天性，是为人父母的一种本能，这种本能会让父母把所有的爱都毫无保留地奉献给孩子。然而，这种爱有时候对孩子来说却极有可能是一味毒药，它不会让孩子感到温暖与感动，却会给孩子带来伤害。当然，这也不是说父母不爱孩子，只是有些父母爱孩子的方式不正确。

那么，怎样才是真正地爱孩子呢？



爱他，就要尊重他

很多孩子的父母对孩子都非常疼爱，不仅吃的、喝的是最好，连玩的、用的，以及孩子所有的要求，父母都会满足。然而，孩子的表现却不是父母所期望的。其实，孩子想要的并不是吃、喝、玩、乐，他需要的是来自父母的尊重。父母对孩子的尊重也是对孩子的一种爱，这种爱更能让孩子接受。如果孩子从小就能够得到父母的尊重，那么，当他长大后，自然而然地就会尊重自己的父母，还会尊重他人，更重要的是，他更会自重。父母往往认为孩子需要的是父母的疼爱，而且，他们认为孩子还小，不会太明白什么是尊重。其实，这样的想法是错误的，如果孩子选择，他宁愿要尊重都不会要疼爱。即使孩子年龄小，但是孩子都是非常敏感的，他会从父母对他的态度中读懂父母的内心。如果父母给孩子的只是一种没有尊重的爱，那么它不仅不会让孩子产生丝毫的感动，反而会给孩子带来伤害。因此，如果父母爱孩子，那么就学会尊重孩子。不管是孩