

金牌父母的

CSS 湖南科学技术出版社

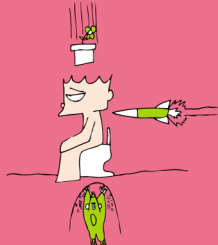
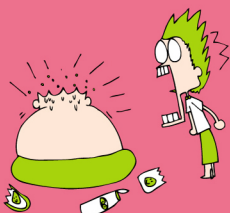
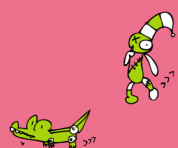
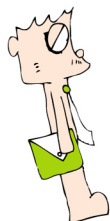
孩子自然成长丛书

廖康强
张宏宇 编著
罗煜昆 绘画

JINPAI FUMU DE
QITANGKE

堂课

我们应遵循“简单的才是实用的”原则，
顺应孩子的天性，练就最给力的父母。





金牌父母的



堂课

孩子自然成长丛书

JINPAI FUMU DE

QITANGKE

廖康强 张宏宇 编著

罗煜昆 绘画

CIS 湖南科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

金牌父母的7堂课 / 廖康强, 张宏宇编著; 罗煜昆绘. —长沙: 湖南科学技术出版社, 2011.11

ISBN 978-7-5357-6939-8

I. ①金… II. ①廖… ②张… ③罗… III. ①儿童教育: 家庭教育 - 通俗读物

IV. ①G78-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第223827号

孩子自然成长丛书

金牌父母的7堂课

编 著: 廖康强 张宏宇

绘 画: 罗煜昆

责任编辑: 吴新霞

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路276号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系: 本社直销科 0731-84375808

印 刷: 国防科大印刷厂

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 长沙市德雅路109号

邮 编: 410073

出版日期: 2012年3月第1版第1次

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 9

字 数: 195000

书 号: ISBN 978-7-5357-6939-8

定 价: 25.00元

(版权所有·翻印必究)





感谢

所有支持本书出版的人





父母是需要接受培训的

作为父母，仅仅为孩子创造了丰富的物质基础是远远不够的，父母有责任提高自己的能力、有责任学习正确的教育方法。

有位教育家曾问总统这样一个问题：“你觉得做驾驶员难呢？还是做父母难？”

总统很奇怪：“这还用问？当然是做父母难！”

教育家也很奇怪：“可是，为什么做驾驶员就必须先通过培训，还要考个驾驶执照才行，而做父母的却可以不培训，更不用通过考试呢？”

为了孩子，无数的父母绞尽脑汁、费尽心机。他们舍得为孩子花钱、花时间，惟独没有思考过这么一个问题：做家长是否也需要学习？也许有的家长会说，现在的竞争太激烈了，工作的压力太大了，哪有那么多时间？教育孩子是学校的责任，家长只要努力给孩子创造最好的成长条件就行了。再说了，我爸我妈也没学什么不是照样把我们培养得很好吗？

这类想法与父母们对孩子的高期望是相悖的。要知道，新时期的孩子在心理和行为方面，与家长们所处的年代差很多，家长也需要不断研究孩子的特点，学习与孩子沟通。于是我们在生活中经常看到这样的现象：有的人有很高的文化程度，有很新的思想观念，但由于不了解自身的责任，不了解孩子，不了解家庭教育的特点规律、方式方

法，时常在抚育孩子时不得要领，出现各种偏差。

父母为了家庭、为了孩子愿意贡献自己的一切。按照常理推断，孩子最尊敬的人应该是自己的父母。可是，据上海市的一项调查表明，在孩子的心目中，母亲排到了第十位、父亲更是排到了第十一位，这说明父母在孩子的心目中，并不“光彩照人”。

事实上，犹如当法官要精通法律，当医生要有医术一样，做父母的也要具备“专业素质”，包括树立正确的教育观念、掌握家庭教育的方法和规律，不断提高教育能力。这是父母作为家庭中子女的教育者应具备的素质，是影响家庭教育效果，进而影响子女发展的最直接因素。

要想成为一个称职的家长，就要从准备做父亲（或母亲）的那一天起树立起一种意识：要让自己成为一个有责任感的家长，要把父亲（或母亲）当作一项职业认真来做。当好父母需要科学的育儿知识和教育方法，而不能仅凭朴素的情感和传统的经验。

玛丽亚·蒙台梭利为意大利女教育家，她通过对儿童的充分研究与了解，深知在儿童教育问题上，必须遵守儿童的敏感期，激发儿童潜能，在宽松、愉快的环境中发展孩子独立、自信、专注、创造等能力，为孩子将来的成长打下良好的素质基础。其崭新的、具有巨大教育魅力的教学方法，曾轰动整个欧洲。

为了提高父母的思想认识水平和技巧，我们遵循蒙氏教育理念，特编著了《金牌父母的7堂课》一书。

本书是一本专门为父母们写就的“亲子教育”书籍，可以让父母们通过阅读本书接受正规的育儿培训。7堂培训课涉及家庭教育的7个方面，提出了正确进行亲子教育的数十种方法，帮助父母们转变传统、落后的育儿理念，真正掌握科学的、正确的亲子教育方法，避免让父母的爱成为一种对孩子的伤害。

只要愿意以开放的心态去学习，所有的父母都能成为“金牌父母”！
祝福天下所有的父母！



目录

第1课 如何做个称职的父母 001

1. 学习做一个好父母 / 002
2. 学会全身心进入孩子的世界 / 005
3. 爱是孩子生命的阳光 / 010
4. 父母要规范自己的言行 / 016
5. 学会做人是家庭教育的根本 / 020
6. 有时不妨“懒”一点 / 025
7. 父母是孩子的第一任老师 / 029

第2课 先做朋友，再做家长 033

1. 宽松的亲子关系 / 034
2. 做孩子的知心朋友 / 038
3. 要懂得倾听 / 041
4. “说教”的艺术 / 046
5. 给孩子更多的赞美和鼓励 / 050
6. 给予孩子足够的信任 / 054

7. 给孩子宣泄情绪的机会 / 059
8. 把选择的权力还给孩子 / 063
9. 让孩子了解父母的辛苦 / 068
10. 分享孩子的快乐 / 072

第3课 别让爱成了一种伤害 077

1. 耐心等待孩子成长 / 078
2. 培养孩子的独立能力 / 082
3. 鼓励孩子做家务 / 086
4. 让孩子自己爬起来 / 091
5. 有时候要坚决拒绝 / 094
6. 孩子也有拒绝的权力 / 098
7. 会输的孩子才会赢 / 102
8. 孩子有点压力不要紧 / 105
9. 让孩子带着秘密成长 / 110
10. 唤醒孩子的爱心 / 113

第4课 好父母要学会推孩子出门 119

1. 随时随地对孩子进行教育 / 120
2. 把外面世界的门打开 / 124
3. 保护孩子的好奇心 / 128
4. 聪明的孩子是“玩”大的 / 132
5. 休息和学习一样重要 / 137
6. 经常对孩子说“试试看” / 140
7. 培养孩子的创造力 / 145

- 8. 引导孩子选择朋友 / 149
- 9. 培养说话得体的孩子 / 153

第5课 习惯决定孩子的一生 157

- 1. 好习惯能主宰人的一生 / 158
- 2. 习惯是后天培养的 / 161
- 3. 培养孩子科学饮食的习惯 / 164
- 4. 爱读书才能获得最有价值的知识 / 171
- 5. 做个有教养的孩子得从讲卫生开始 / 174
- 6. 节俭能养德 / 178
- 7. 爱好运动才能全面发展 / 182
- 8. 惜时如金才能进取 / 186
- 9. 专注力的培养与点滴的训练分不开 / 191

第6课 好父母胜过好老师 199

- 1. 真正的教育是快乐的 / 200
- 2. 从孩子出生就开始教育 / 204
- 3. 捕捉孩子成长的关键期 / 208
- 4. 了解孩子是教育的前提 / 211
- 5. 兴趣是孩子最好的老师 / 216
- 6. 不言而教是最好的教育 / 220
- 7. 向孩子学习 / 224
- 8. 教育的最终目的是不教 / 227
- 9. 家庭教育中沉默的力量 / 232
- 10. 暗示让教育“润物细无声” / 238

第7课 为孩子营造最佳的成长环境 243

1. 环境对人的影响力 / 244
2. 仅仅当一名好家长还不够 / 248
3. 不要将育儿责任完全交给他人 / 252
4. 父母的快乐影响孩子未来 / 258
5. 不与别的孩子比较 / 262
6. 安全的环境则能成就孩子的成长 / 266
7. 和爷爷奶奶实现优势互补 / 269
8. 所有长辈默契配合，协同教育 / 272





第1课

如何做个称职的父母

没有天生的成功父母，也没有不需要学习的父母。要想做一个称职的父母，就必须学习相关的知识，关于怎样做父母的意识和知识准备得越早越好，越充分越好。

1. 学习做一个好父母

譬如诸位有一块美玉，要琢成佩件，必须请教玉工；又如有几两黄金，要炼成首饰，必须请教金工，断不是人人自作的。现在要把自家的子女造就成适当的人物，难道比琢玉炼金容易，人人可以自任的吗？

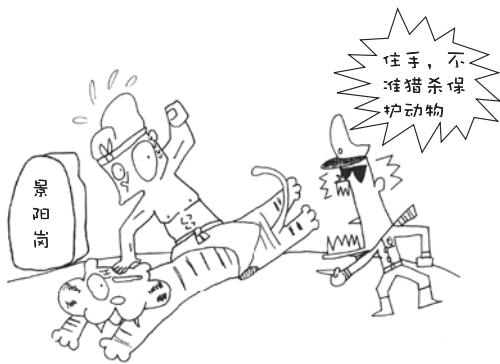
——蔡元培

在生活中，我们经常看到，很多父母把心血和爱全部给了孩子，也给予了孩子无数的“教育”，但这样的“爱”和“教育”是不是孩子真正需要的？是不是科学而有效的？恐怕不少父母们并没有认真思考过这个问题。各类专业在职业上都有考核标准，但家庭教育只有等到孩子长大了才能看到结果。工作可以重来，可孩子成长的岁月不可逆转。

我们每一个人怀着本能的爱，做自然的父亲（或母亲）。但一种成熟的父爱（或母爱），必须经过培育才能发展起来，而且需要随着孩子的成长而成长。

美国著名学者斯特娜夫人有一个女儿叫维尼夫雷特，从3岁起就会写诗歌和散文，4岁起能用世界语写剧本。她的诗歌和散文从5岁起就被刊载在各种报刊上。日本儿童早期教育的鼻祖木村久一在其《早期教育与天才》一书中，用大量的篇幅介绍了斯特娜夫人的教育方法。

斯特娜夫人认为，仅仅养育一个孩子不算是尽到了一个母亲的责任，教育孩子同样是其应尽之责。她说：“说真的，在我那可爱的女儿还没出世时，我就开始考虑将来应该怎样教育她了。每当感觉她在我腹中的躁动，每当她在肚子里踢我的时候，我就想象她出生后的样子。从



那时起，我就决心一定要做一个好母亲，并且深深地感到了——一个即将做母亲的女人的喜悦。”

同时，斯特娜夫人实事求是地说：我认为，做母亲的应当懂得，对于如何教育孩子，永远也不会有足够的知识和技巧，因为时常会遇到新的问题，需要新的解决方案。优秀的母亲应该在不断探索和自我校正中改善自己的教育方法，而这一过程至少要延续到孩子成人、走出家门为止。

尽管如此，斯特娜夫人还清醒地提示即将为人父母者：“但事实上想要成为理想的父母是非常困难的，包括我自己也在不断地猜想其他母亲大概比我做得更好。因为即使做了母亲，也仍然处在人生的成长阶段，仍然面临着生活的各种考验，仍然有自己的缺点。但我仍然尽力做得更好一些，尽量向一个完美的母亲靠近。”事实上，只有正确的母爱才有效。错误的爱的方式只能把孩子引入歧途。

为人父母应该是世上最伟大、最崇高的“职业”，肩负着抚养、教育子女长大成人的重担。父母是否具备成为“好父母”的能力，对孩子的身心正常发育、个体健康成长有着不可替代的作用。教育的核心不仅仅是传授知识，更重要的是要培养健康的人格。而现实中，大多数父母存在重智轻德、急功近利等问题。有调查统计，在中国，近80%的家庭存在不同程度的教育问题，父母不懂得或不完全懂得如何正确教育孩子，

孩子因为父母的教育方法不正确产生逆反心理的情况极其普遍，甚至有的父母用打骂等惩罚、体罚手段作为主要教育手段，造成不良影响。

家庭教育的成功需要一套综合的方法，将理念、方法、生活方式和亲子关系融为一体。作为一名合格的家长对孩子不仅要教育，更要做到有能力教育，有方法教育，否则孩子就会不接受，你的教育也就最终成为无效的教育。

为人父母，应主动阅读一些儿童心理学和儿童教育学的书，这对了解孩子的真实世界和真实所需有利，而不是按照大人的想当然，给孩子所谓的“教育”。那样有可能拔苗助长，也有可能荒废孩子成长的时光，有可能错失教育孩子的良机。

为人父母，应该懂得孩子那充满好奇的眼睛在期待什么，应该知道孩子的哭声和咿呀学语在暗示什么，应该明白孩子蹒跚的脚步在找寻一个什么样的世界，应该熟悉婴儿的感知和运动，知道婴幼儿的言语模式，了解早期儿童的信息加工能力，懂得青少年的情绪意志特点。

教育家陶行知曾经说过：“我希望我的儿子做一个什么样的儿子，我自己得先做成那样一个儿子。”家长如果不学习科学的家庭教育方法，也就失去了教育孩子能力。所以说：家庭教育不仅是培养孩子的问题，更是教育两代人的事情。因此，为了使孩子受到全面正确的教育，家长首先要主动地去接受全面正确的教育。

愚蠢的父母眼睛只盯着孩子，一心为孩子付出；智慧的父母注重不断学习，进而获得长久的教育效益。

专家指导：如何学习做父母

① 学习相关的法律法规。

了解父母作为孩子监护人的基本职责和教育行为规范，了解自身的义务、权利和履行这个角色的法定要求。

② 向孩子学习。



了解孩子的特点和需求，学会站在孩子的立场上思考问题，也可以从孩子那里学习自己未知的东西，与孩子一起成长。

③ 学习家庭教育的基本知识。

了解家庭教育的特点、规律、内容、方法，学习和孩子沟通的技巧，掌握教育孩子的最佳方法。

④ 在实践中学习。

每个孩子都有自己的特质，且不同年龄段会有不同的心理特点，父母自身的情况也各有不同，父母要在教育孩子的实践中，不断分析、尝试，才能找到最适合孩子的教育方法。

2. 学会全身心进入孩子的世界

教育儿童是我们生活中的一个最重要的方面。儿童是我们国家的未来的公民，也是世界的公民，他们将创造历史。儿童是未来的父亲和母亲，他们也将要成为自己儿童的教育者。儿童应当成长为优秀的公民，成长为贤良的父亲和母亲。但是，这没有概括一切，儿童又是我们晚年的希望。因此，正确的教育是我们幸福的晚年；不好的教育是我们将来的苦痛、辛酸，是我们对其他的人们和整个国家的罪过。

——[前苏联]马卡连柯

虽然有医生反复忠告，坚持母乳喂养是对孩子最大的爱护，喝母亲的乳汁长大的孩子身体健康，少生病。事实中还是有不少新妈妈以各种理由放弃母乳喂养。甚至有些年轻父母将孩子完全托付给老人或保姆照顾，“我工作太忙，哪有时间照顾孩子，再说，孩子有爷爷奶奶带，不也就行了吗？”

结婚、生育及对家庭生活的照顾，必定会影响到年轻人在事业上的发展，但是绝不能以此为借口来逃避带孩子的责任。虽说老人一定是疼爱孩子的，但也容易溺爱。而且父母和孩子之间的互动是其他亲属无法代替的。在育儿的过程中，孩子可以从父母的言行中学到很多做人的道理，养成坚韧的品质和健全的人格；父母也可通过与孩子的交流更加了解孩子，培养孩子。而父母若放弃育儿的责任，将带来父母和子女间亲情的疏远，使父母的爱变得有心而无力。

育婴专家柏格森与许多做母亲的见面谈话时，常会这么说：“讲什么事情太忙，无法照顾婴儿，这是什么话！世界上还有比育婴更重要的工作吗？如果你没有时间养育孩子，那你为什么要生他？”

事实上，如果我们将孩子与事业进行比较，就会发现，孩子比事业更加重要。因为孩子的成长是不可逆的。生命的成长就是一个不可重来、不可复制、不可停滞的过程，换句话说，就是孩子的教育和培养只能来一遍，没有后悔的机会。相对而言，事业的进程可早可晚，纵观中国历代名人义士，古往今来，既有少年得志，年纪轻轻就建功立业的，也有大器晚成，垂暮之年才名扬内外的。因此，对于事业的追求可以从人生任何一个时刻开始，而培养孩子则是从其呱呱坠地开始。

曾在电视上看到过一个故事：有一位特级教师，自己的孩子在家发高热，而她仍然坚持去给孩子上课，结果自己的孩子被高热夺去了生命，可她却说：“40个学生的一堂课，就是40个小时。为了这些孩子，我不后悔！”