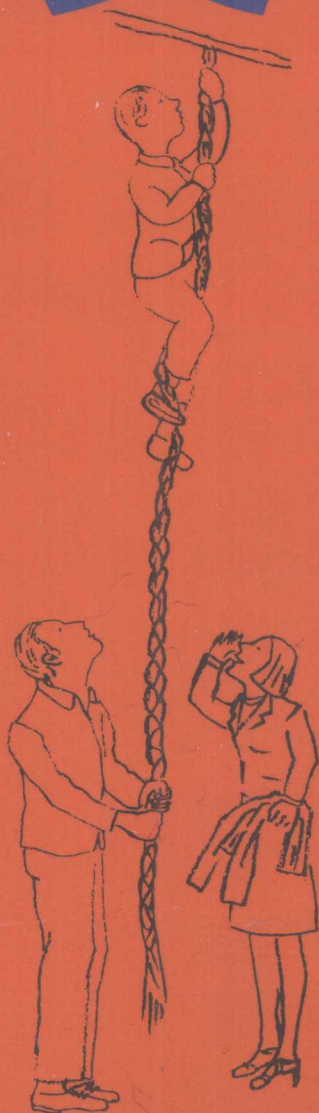




GOOD PARENTS

成功家教现用现查

好父母



林 格 主 编

好父母

成功家教

现用现查

江苏工业学院图书馆
藏书章

主编：林 格

作者：杨 冰 梁 隽 王冬梅 饶云峰

华艺出版社

责任编辑:郑治清

封面设计:叁陌工作室

内文版式:树人天地文化机构

图书在版编目(CIP)数据

好父母/林格编著—北京:华艺出版社,2001.12

ISBN7—80142—259—7

I. 好… II. 林… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 087151 号

好父母

林格 主编

华艺出版社出版发行

(北京市北四环中路 229 号海泰大厦十层)

邮编:100083 电话:82885151

中国电影出版社印刷厂印刷

787 × 1092 毫米 1/16 40 印张 70 万字

2002 年 1 月第一版 2002 年 1 月第一次印刷

ISBN7—80142—259—7/Z · 108 定价:48.00 元

导 读

经过多年的教育研究与教育实践，特别是在举办全国家庭教育名家巡回报告会的过程中，分析广大父母亲的反馈信息之后，我们有了一种愈来愈清晰的认识，作为一种独特的素质，教育的素质与受教育程度以及知识层次并没有必然联系。而决定教育素质的因素只有两个：一是观念，二是技术。

一、做好父母往往就在一念之间

我们教育孩子的根本任务不是让孩子一定要考上一个好大学，或者一定要成为什么百万富翁、什么大人物，而应当是在父母亲的帮助下，获得安全的人生、开心的人生、健康的人生，并且具备相当的生存和发展能力，将来在社会上能生活得更好一些。

当我们每天面对孩子的时候，如果能经常想想这个根本任务，许多问题可能就会变得简单得多，这就是观念根本之一。

另外，为了让我们的文章更具有针对性、权威性，我们专门访谈了多位中国一流的教育专家，比如孙云晓先生、卢勤女士等，作为我们树人天地文化机构的主讲教授或学术顾问，他们一直无私地鼓励和支持着我们的事业。在他们的思想构建里，有一个共同的东西，即“教育的质量取决于教育的观念”，他们为了让好的教育观念得到广泛传播，付出了无数的智慧与汗水，他们也正因为传播科学的教育理念而赢得了天下父母的尊敬与爱戴。

关于教育的观念，所谓“旁观者清”，任何一位父母亲，在教育自己孩子的问题上，经常所谓“身在此山中”，云里雾里，雾里云里，很简单的道理在实践中都变得很难实现，或者就差那么一点点，这时，就需要别人特别是专家的点拨了，专家的一个强调、一个建议，就可能改变您孩子的整个

命运。

二、教育孩子是一门技术活

许多父母认为父母是天生的，管教孩子应当是天经地义的事情，用不着专门学习。其实，教育孩子也是一门技术活，就像开飞机，没有经过专门训练，十架飞机九架都会掉下来。特别是面对人类史上罕见的独生子女时，问题变得越来越复杂，要做合格父母，必须经过专门训练，才能从容面对众多的困难与麻烦。

而提高父母的教育素质，一个重要的问题就是提高父母的教育技术，而不是艺术，这个命题在我们之前的专著《黄金家教》和《新家教》中已经有了比较全面的阐述，而且在我们组织的名家巡回报告中，也已经或者将要从操作技巧等方面进行深入地讲解。

这样，为了实现这个目标，父母亲就应当有一个属于自己的基本技术要求，以保证在教育孩子的过程中有一个较为科学的标准，因为只有从技术参照系上解决了问题，家庭教育才会变得容易、轻松。

本书从更加实用的角度出发，提出一个整体解决方案的参照技术要求，既超越观念本身，又超越理论层面，从实践中来，又走向实践，应该说，是具有非常实用价值的。

三、做一位好父母，其实只要管好三个方面的内容

做一位好父母，只要做好三件事情就够了，一是从小处着手，培养孩子良好的习惯，因为习惯涵盖命运；二是确定孩子的最佳才能区并将其发挥到最大值使孩子各得其所；三是维护孩子终生的身心健康，解释纷繁复杂的困扰。而至于其他的教育任务，均非父母亲所必须承担的。

经过反复研究和实践论证，从家庭教育的核心任务出发，我们提出三项基本操作内容，这三项基本内容就是：

一是习惯养成。习惯的养成是家庭教育的核心任务之一，因为它与教育根本目标紧密相连，比如健康人格的培养等。如果父母亲能尽自己所能帮助孩子养成良好的习惯，则家庭教育的任务就完成了90%了。

二是智能开发。除了百分之零点的孩子存在智力障碍，以及百分之零点的天才以外，每一个孩子都平等地具备了合格的智力条件，且都有

一个或多个“最佳才能区”。而孩子与孩子的区别,就在于是否发现与开掘了孩子的“最佳才能区”。智能开发技术的提出,将提示您从日常生活中帮助孩子确定他的那个“才能区”,并将“才能区”发挥到最大值。这样,您的孩子成为一个真正的人才是不成问题的。

三是安康维护。在孩子的社会化过程中,作为相对“弱者”,必然首当其冲会受到社会不安全因素的干扰与挑战,这是需要防范和帮助的外因;而在自身的成长过程中,也会出现这样那样的“烦恼”和“困惑”,这是需要正视的成长规律性方面的内因,这两个方面都需要父母亲掌握一套属于自己的安全健康教育操作方法。

更为重要的是,父母亲还要从关键点着手,结合自己的家庭实际与孩子年龄段,加以创造以形成自己个性化的、针对性强的操作方法,举一反三,才能成为一个合格甚至优秀的好父母。

作为好父母读书俱乐部的核心教程,本书是一本现用现查的必备工具书,为了便于父母亲阅读和使用,我们选用了独特的表达方式,既有丰富的阅读材料,又有简明的操作步骤,还在有关的内容上做了分年龄段的细化分解,使用起来应当是十分方便的。另外,在阅读和使用时,应当做一些标记,本书起码应当在 200 多处做上标记,这样,就可以将本书读薄、读透了。

林 格

目 录

第一部分 习惯篇

习惯改变孩子一生.....	3
一、习惯的定义.....	3
二、习惯的特征.....	4
三、习惯与性格.....	6
四、习惯与学习.....	15
五、习惯与素质.....	23
习惯导致成功.....	35
一、6岁前的孩子应该养成哪些良好习惯.....	35
二、6至16岁的孩子应注意培养哪些良好习惯.....	37
怎样培养孩子良好的习惯.....	43
一、怎样培养孩子理财的习惯.....	45
二、怎样培养孩子节俭的习惯.....	52
三、怎样培养孩子关照他人的习惯.....	54
四、怎样培养孩子勤劳的习惯.....	62
五、怎样培养孩子与人合作的习惯.....	68
六、怎样培养孩子文明礼让的习惯.....	74
七、怎样培养孩子自我安排时间的习惯.....	79
八、怎样培养孩子独立思考的习惯.....	88
九、怎样培养孩子自助的习惯.....	99

十、怎样培养孩子专心致志的习惯·····	108
十一、怎样培养孩子承认错误的习惯·····	114
十二、怎样培养孩子运动的习惯·····	123
十三、怎样培养孩子欣赏音乐的习惯·····	130
十四、怎样培养孩子乐观放松的习惯·····	137
十五、怎样培养孩子有效读书的习惯·····	144
十六、怎样培养孩子正确书写的习惯·····	153
十七、怎样培养孩子坚持不懈的习惯·····	157
十八、怎样培养孩子精益求精的习惯·····	161
十九、怎样培养孩子敏捷利索的习惯·····	166
怎样纠正孩子的不良习惯·····	173
一、怎样纠正孩子不良的生活习惯·····	175
二、怎样纠正孩子不良的学习习惯·····	189
三、怎样纠正孩子不讲文明的习惯·····	196
四、怎样纠正婴儿及幼儿的不良习惯·····	200
五、怎样纠正孩子不注意健康卫生的习惯·····	209

第二部分 才能篇

未来社会对孩子才能的要求·····	217
一、未来社会的基本特征描述·····	217
二、未来社会对孩子能力的要求·····	227
三、未来基本职业机会预测·····	238
孩子的特长与成材方向·····	255
一、找到才能的最佳爆破点	
——鲁迅才能区分析·····	256
二、在常规教育之外天马行空	
——爱迪生才能区分析·····	258

三、被父亲“唤”出来的网坛女皇	
——格拉芙才能区分析·····	260
四、多种才能如何取舍	
——海明威才能区分析·····	262
五、确定最佳发展方向	
——杨振宁才能区分析·····	263
六、家族使命与个人才能	
——英迪拉·甘地才能区分析·····	265
七、一次点化造就一个天才	
——陈景润才能区分析·····	267
八、苦难也是一所大学	
——李嘉诚才能区分析·····	269
假定与确定孩子的最佳才能区 ·····	273
一、人脑生而不平等·····	273
二、锁定孩子最佳才能坐标·····	274
三、了解孩子能力的几种方法·····	277
四、当孩子对什么都没有特殊的兴趣·····	280
五、假定“最佳才能区”·····	281
六、把力用在刀刃上·····	284
提高孩子的多种能力 ·····	287
一、怎样发现和提高孩子的想象力·····	287
二、怎样发现和提高孩子的创造力·····	298
三、怎样发现和提高孩子的观察力·····	312
四、怎样发现和提高孩子的记忆能力·····	323
五、怎样发现和提高孩子的表达力·····	335
激活孩子的最佳才能区 ·····	347
一、怎样培养孩子的音乐才能·····	347
二、怎样培养孩子的绘画才能·····	359

三、怎样培养孩子的运动才能·····	374
四、怎样培养孩子的写作才能·····	385
五、怎样培养孩子的舞蹈才能·····	399
六、怎样培养孩子的电脑才能·····	412
七、怎样培养孩子的外语才能·····	426
八、怎样培养孩子的数学才能·····	435
九、怎样培养孩子的领导才能·····	446
十、怎样培养孩子的表演才能·····	456

第三部分 安康篇

怎样让孩子真正成熟起来 ·····	469
一、告诉孩子务实的生活观·····	469
二、培养强健的心理以面对生活中的麻烦与困难·····	473
三、关注事物的利害成败与现实可行性·····	477
四、敬畏生命——对生命的珍视·····	478
教育孩子做一个具有生存能力的人 ·····	483
一、怎样选择朋友·····	483
二、怎样培养正义感·····	487
三、怎样才能不被人欺负·····	489
四、怎样与人合作·····	492
五、怎样识别假恶丑·····	494
六、怎样树立自护意识·····	497
七、怎样形成自制力·····	501
八、怎样帮助孩子正确理解“性”·····	504
怎样管理孩子的媒介使用 ·····	509
一、怎样与孩子一起选择媒介形式·····	509
二、怎样与孩子一起讨论媒介的内容·····	514
三、怎样使用媒体满足孩子的娱乐愿望·····	518

四、怎样与孩子把媒介当作学习的工具·····	522
五、怎样避免孩子简单模仿暴力行为·····	524
六、怎样避免孩子受媒介爱情内容的负面影响·····	526
七、怎样使用媒介满足孩子交往的需要·····	530
八、怎样使用媒介缓解孩子的焦虑·····	532
九、引导孩子进入网络时代·····	535
帮助孩子远离重要的成长困扰·····	537
一、校园暴力以及其他儿童暴力·····	537
二、自杀·····	543
三、离家出走·····	546
四、吸毒·····	552
五、早恋与性罪错·····	556
六、赌博·····	561
七、艾滋病·····	565
八、学习障碍·····	567
九、孤独症·····	573
十、极度嫉妒·····	577
十一、电子游戏与网络过度迷恋·····	580
意外伤害的防范与处理·····	585
一、家庭及室内安全·····	585
1. 烧烫伤·····	585
2. 意外摔跌·····	586
3. 气管异物·····	587
4. 酸碱进眼·····	588
5. 食物中毒·····	589
6. 钢针刺肉·····	590
7. 电梯受困·····	591
8. 用电失误·····	592
9. 煤气中毒·····	593

10. 坏人进屋	594
11. 猫狗咬伤	595
12. 楼内着火	596
13. 电话骚扰	598
14. 玩具安全	599
二、校园内外安全	601
1. 乘车安全	601
2. 乘船安全	602
3. 骑车安全	603
4. 步行意外	604
5. 警惕“小霸王”	606
6. 游戏危险	606
7. 性侵犯	607
8. 劫持绑架	609
9. 骨折急救	610
10. 脚崴脱臼	611
11. 游泳抽筋	612
12. 鼻子出血	613
三、野外出行安全	614
1. 割伤处理	614
2. 暴晒中暑	615
3. 林中迷路	616
4. 野外过河	617
5. 蜈蚣咬伤	618
6. 蚊虫叮咬	619
7. 毒蛇咬伤	620
8. 野蜂蜇伤	621
9. 溺水	622
10. 植物中毒	624
11. 虫子进耳	624
12. 沙子进眼	625
13. 跌倒断齿	626

第一部分 习惯篇

习惯改变孩子一生

哲学家卢梭说过：“对一个人的教育，在他一生下来就开始了，他虽然还不会说，不会听，但已经在学习了，经验先于教学。父母指引的航向，往往会在相当程度上决定孩子生命的航船驶向何方。”家庭最初及持续灌输的是非观念、善恶标准、为人原则、习惯养成将影响他的一生。

我们做父母的，也许不能给孩子万贯家产，也不能给孩子金山银山，但如果给孩子一个美好的童年，尤其重要的是使孩子从小养成一个良好的习惯，他们成功机会就会比一般的孩子多得多，他们会用这些好习惯支配他们积极的人生。

事实表明，习惯左右了成败，习惯改变人的一生。成也习惯，败也习惯。

一、习惯的定义

所谓习惯，就是不假思索就经常反复的自觉行为程序。也就是说，很自然的、不假思考就去做了，这就是习惯。

“人的行为总是一再重复。因此卓越不是单一的举动，而是习惯。”经过长时间做某一件事而形成的一种自觉的或者自发的行动，就形成了习惯。比如，我们每天要洗手、刷牙、洗脸。

习惯应该是知识、技巧和欲望三者的混合体。知识，是理论性的观念，指点我们“做什么”及“为何做”；技巧，是指“如何做”；欲望，则是指“想做”，表示我们有付诸行动的愿望。培养一种良好的习惯，以上三个要素缺一不可。

比如，培养孩子讲文明有礼貌的习惯，父母要先告诉孩子为何要讲文明有礼貌，怎样才能养成讲文明有礼貌的习惯，这其中，“教导”、“提醒”和“指正”这三种方法最常被父母所采用，也是相当有必要保留的传统方法。仅此还不够，还要培养孩子有养成文明礼貌习惯的愿望。

习惯支配人生。习惯在不知不觉中，经年累月影响着他们的品德，牵

引着他们的本性,左右着他们的成败。

著名教育家曼恩曾说:“习惯就仿佛是一条缆绳,我们每日为它缠上一股新索,不要多久就会变得牢不可破。”其实,习惯既可以养成,也可以打破。只是绝非一蹴而就,而是需要长期的养成。

多一个好习惯,就多一份自信;多一个好习惯,就多一份成功的机会;多一个好习惯,就多一份享受生活的能力。

二、习惯的特征

1. 简单

习惯并不深奥,有时其实很简单。父母培养孩子的习惯,应从最基本、最简单的开始。

一位著名的大学教授多才多艺,当有人问他为什么能把曲子拉得如此流畅时,他说:“我是这样来练习的:每当练习曲目前,必定先了解曲目是由几小节构成的。比如:准备练习30小节,一天练习一小节,一个月即可练习完毕,不过,我并非从头到尾依次练习,而是从最简单的一小节开始。第二天,再从所剩的29节中挑选最简单的练习,而用这种方法练完整首,不但轻松自如,而且还在练完之后找到了各个小节之间的呼应关系,从整体上理解了这首曲子的境界。”

从心理学看,他的练习法是相当合理的,因为人有惰性,往往会找借口逃避工作,加上碰上困难的工作,更不愿意面对现实,而这位教授的方法正可满足了人的成就感,给人增添了信心,每完成一小节,就增加一份信心,这可以说是巧妙的解决办法。

“天下大事必成于细,天下难事必成于易。”从最简单的做起,会给我们成就感、自信心,同时也会使我们在工作和学习中,投入更多的热情。

从最简单的做起,是培养天才品质的最有效的途径。

2. 自然

习惯成自然。不假思索、不用思想去控制的行为,就是自然。这是习惯的一个重要表现形式。

比如,孩子吃饭时要养成不说话的 habit,养成早晚刷牙漱口的习惯,用过的东西放回原处的习惯,等等,如果习惯养成了,长大以后就会很自然,会形成一种条件反射。

3. 重复

习惯是生活中相对稳定的部分,其重要特征之一就是重复。比如,我们每天几点起床,几点上学或上班,几点休息,还有,要跑步,要听音乐,要打球,这些都是在某个相对固定的时间来做的。其他的时间所做的事可能每天都有所不同。

习惯是从环境中成长出来的——以相同的方式,一而再,再而三地从事相同的事情——不断重复——不断思考同样的事情——而且,当习惯一旦养成之后,它就像在模型中硬化了的水泥块——很难打破了。

4. 惯性

孩子的行为一再重复之后,就变成生活模式。假如这些行为缺乏建设性,而且具有“自我击败”的性质,一再加以重复,坏习惯就形成了。

爱因斯坦每当觉得有必要明讲某种事时,就会直言不讳。他曾说:“人和其它动物一样,都有惰性。假如不加以驱策,就懒得思考,凡事因循旧习,像部自动机器。”

孩子需要习惯,成功依赖习惯。我们的生活中,不可能不存在习惯。假如每件事都要从头思考,再做出决定,人生也许会变得十分复杂。

比如,你不必每次离开房间都要思考要不要关灯;不必每餐饭前都思考该如何使用餐具;不必每早出门前都思索应先穿哪只鞋,这些已成为习惯。我们日常所做的事有许多都已成为自觉的习惯。一件事只要做得足够好,而且重复的次数够多,自然就成为习惯。一旦出现某种状况,便可不假思索,直接根据习惯而行动。

举个浅显的例子,说明习惯在日常生活中如何产生作用。一个不需父母带着的孩子在横过马路时,一定是先看左边,再看右边。但孩子不必先停下来想:“根据交通规则,除非是逆向单行道,否则一定先遇到来自左方的车,眼前这条路看起来是双向道,所以我应该先看左,再看右。”不必如此深思熟虑,你只须按照习惯,先看左,再看右,一点都不要花脑筋。

5. 可变

习惯的影响力,可能因为它与各种不同态度和情感相互调和,而有所变化。例如,有时我们明知,若继续实行某些老方法,会抵触当前的实际价值与目标,却仍因循旧的做法,甚至我们明明对这种情形很在意,却还是依然故我。究其原因,也许是旧的行为模式使我们觉得十分自在,以致难以改变;也许因为我们太懒,或者害怕尝试新事物而遭遇失败。然而,假如我们对于自己所要的东西,能勾画出一幅鲜明的想象图景,拥有一般成功