



微笑



难过



害羞



愤怒



欢喜



哭泣



.....

赵文明 张桂银◎编著

7岁前 性格 培养决定孩子一生



好 性 格 决 定 好 命 运

 7岁之前的性格培养是儿童期所受的所有家庭教育中最重要、最关键的内容，把握好7岁之前的性格培养等于把握了家庭教育的精髓，等于抓住了家庭教育的纲！

 华中师范大学出版社

7岁前 性格



培养决定孩子一生

赵文明 张桂银◎ 编著

图书在版编目(CIP)数据

7岁前性格培养决定孩子一生 / 赵文明, 张桂银编著. —武汉: 华中师范大学出版社, 2010.11

ISBN 978-7-5622-4639-8

I. ①7… II. ①赵… ②张… III. ①儿童-性格-培养②家庭教育

IV. ①B844.1②G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 208086 号

7岁前性格培养决定孩子一生

赵文明 张桂银 编著

总策划: 段仁国

责任编辑: 陈亚明 胡维

编辑室: 教育社科编辑室

出版发行:  华中师范大学出版社

选题策划: 北京快乐共享文化发展有限公司

社址: 湖北省武汉市珞喻路 152 号

电话: 027-67863040 (发行)

网址: <http://www.ccnpupress.com>

经销: 全国新华书店

印刷: 北京画中画印刷有限公司

字数: 190 千字

开本: 710mm × 1000mm 1/16

版次: 2010 年 11 月第 1 版

定价: 28.00 元

责任校对: 刘姣

电话: 027-67867317

电话: 010-63703893

邮编: 430079

传真: 027-67863291

电子信箱: hscbs@public.wh.hb.cn

印张: 15.25

印次: 2010 年 11 月第 1 次印刷

欢迎上网查询、购书

敬告读者: 欢迎举报盗版, 请打举报电话 027-67861321

前言



QIAN YAN

俗话说，性格决定命运。也就是说，性格会影响我们生活的方方面面，它是我们一切幸福或不幸生活的源头，也是我们人生的原动力和方向标。对于孩子而言，性格同样是影响其生活、学习、交往的最本质、最关键因素。孩子的不良性格会导致他表现出各种不良的心理和行为，甚至会使其在生活中采取错误或极端的言行。例如，任性的孩子常对父母提出很多不合理的要求，如果要求没有得到满足就会无理取闹、或者打人伤人、毁坏物品；依赖性格的孩子事事都依赖父母，有些已经上了幼儿园甚至是小学，在吃饭、穿衣这些小事上还不能独立；自私性格的孩子会为了满足自己的需求常常不顾父母的感受和难处；冲动性格的孩子总是不能很好地控制自己的情绪和行为，稍有不顺就大发脾气；胆小性格的孩子对陌生人、陌生事物常表现得恐惧，不敢探索和尝试……这些不良的性格会给孩子的身心带来许多不良的影响，甚至会把孩子的人生道路引到一个错误的方向上。

相反，优良的性格对孩子的一生有着非常重要的意义，因为优良的性格会让孩子始终采取各种积极的言行，还能够极大地调动孩子的积极性和潜能，能够最大限度地发挥孩子的创造性，从而使得其各种言行取得更积极完善的结果。例如，乐观性格的孩子，总会积极地面对一切事物，即使遇到困难也不会退缩，反而会迎难而上；独立性格的孩子，总是很有主见，任何事情总可以依靠自己的能力去解决；自律性格的孩子，总是会很好地管理自己，无论是情绪还是行为，都会比其他孩子更有条理，等等。总之，优良的性格会让孩子更健康、快乐地成长，在未来也会给他们带来更多人生和事业的成功以及生活幸福的机会。

那么，孩子的这些性格特性究竟是怎样形成的呢？不可否认，孩子的性格形成多少会有一些遗传因素在起作用，一般来说，不同的气质类型会对孩子性格的养成产生一定的影响。但性格形成的最主要因素则来自于后天环境的影响，这其中包括父母的教育等。

刚出生的孩子无知、无识又无能，对周围的一切事物、周围人的言行还没有准确的价值判断，当然也不能对人、事、物保持一种稳定态度和言行。换句话说，一个人的性格特性在幼儿期还没有真正形成。但是，在成长的过程中，孩子会不断从外界接收各种各样的信息和刺激，在父母和周围环境的不断影响教育下，会逐渐明白哪些事情是可以做的，哪些事情是不可以做的；哪些事情应该这样做，哪些事情应该那样做；也会明白采取什么样的态度对待周围的人、事、物，明白周围环境和人们对其言行的要求及行事的规则。然后，孩子便逐渐学会了采用稳定的态度和方式去做事，也就慢慢形成了习惯，这种习惯最后会逐渐转化成稳定的性格。无论是优良性格还是不良性格，其形成无不与此相关。

另外，在孩子生命的前7年，是大脑发育的最快速、最关键时期。有人说，这一年龄阶段的孩子大脑是一块巨大的海绵，它对周围的一切刺激和信息都具有极强的吸收能力。因而，婴幼儿时期是培养良好行为和习惯的最重要时期，所以也是塑造性格的最关键时期。可以说，0~7岁时的性

格培养在很大程度上会决定孩子的一生。这早已被科学研究和教育实践所证实，已成为广大教育专家们的共识。因此，许多教育专家一致主张，婴幼儿时期的性格培养应该成为家庭教育的核心以及所有家庭教育内容的重中之重。可以毫不夸张地说，家庭就是孩子最重要的性格塑造工厂，而父母则是孩子性格最重要的塑造师。

例如，若父母鼓励孩子自己去做力所能及的事情，让孩子自己选择和决定，让孩子独立面对遇到的问题，这样就会使孩子逐渐养成独立的性格；反之，父母若帮助孩子做好每一件事情，替孩子们解决每一个难题，就会养成他们依赖的性格；若父母满足孩子合理的要求，对不合理的要求坚决果断地拒绝，那么孩子们的性格就会很乖巧；但是，父母若对孩子的任何要求都轻易给予满足——无论合理不合理，这样就会逐渐养成孩子们任性的性格；若父母总是欣赏和认可孩子的优点和长处，则孩子也会认为自己很优秀，自信性格就会慢慢养成；若父母总是批评指责孩子的缺陷和不足，孩子就会认为自己真的有很多缺陷和不足，自卑性格的形成也就在所难免了。

所以说，7岁以前的性格培养是儿童期所受的所有家庭教育中最重要、最关键的内容，把握好7岁之前的性格培养就等于把握住了家庭教育的精髓、抓住了家庭教育的纲。

本书就是针对孩子7岁以前性格培养这一家庭教育中最核心的内容进行论述，涉及诸如乐观开朗、顽强执著、从容果断、诚实正直、乐群善交等各种影响孩子一生的优良性格，详细介绍了这些优良性格的具体培养方法，以及如何改善胆小懦弱、依赖性强、性格急躁、优柔寡断等各种不良性格的方法。例如，针对培养孩子的独立性格，本书通过做智慧的父母，培养孩子有主见，让孩子具有“跌倒了自己爬起来”的勇气，学会独立选择，对孩子进行“放养”等几个方面论述对孩子独立性格的培养；对于培养孩子自信的性格，通过自信对孩子一生长成的重要作用，实施赏识教育，少一些批评和指责，运用恰当的比较，给孩子以成就感，给孩子以积极的

心理暗示等方面进行论述；对于培养孩子积极上进的性格，通过让孩子具有责任感，保护孩子的好奇心，培养孩子的求知欲，激发孩子的主动性，养成好学精神，培养创新素质，让孩子懂得谦虚等方面进行论述。

本书内容详实而丰富，科学而实用，既有科学的理论阐述，又具有很强的操作性，对影响孩子一生的各种重要的优良性格的培养、不良性格的改善，父母都可以在本书中找到有效且合理的解决之道。

编者



第一章 3岁看小，7岁看老： 7岁以前是孩子性格培养的关键期

“3岁看小，7岁看老”并不是一句毫无根据的话，它有充分的科学依据。0~7岁是人一生中大脑发育最快、最关键的时期，是人的各方面可塑性最强的时期，是人最容易接受教育的时期。性格决定命运，“3岁看小，7岁看老”这句话更深刻的内涵，是说0~7岁时养成的性格会在很大程度上决定孩子一生的性格特征，并影响到他的命运。这就好比修建大厦，0~7岁时的性格培养是在给孩子的整个人生打地基，地基越牢固，以后建起的大厦就会越稳固、越高大，如果地基不牢固，就会影响大厦的质量和高度，大厦越高就越危险。为了能让孩子的人生大厦更高大、更稳固，作为父母就一定要帮助孩子打好这大厦的地基。

为什么3岁能看小，7岁能看老	002
早期教育直接影响孩子的性格形成	004
教育的关键就是培养孩子的优良性格	008
父母的爱不能缺失或错位	011
7岁前应该养成哪些好性格	015



第二章 优良性格让孩子拥有好人缘： 不良性格让孩子处世困难重重

人若能在社会上幸福地生活、不断取得成功，广泛而牢固的社会支持是必不可少的。而一个人的性格是其能否获得广泛、牢固的社会支持的重要影响因素。好性格可以帮助孩子获得好人缘，给孩子今后的事业和生活增添很多助力，而不良的性格则会让孩子为人处世困难重重。从小培养孩子与人交往的好性格，这会为孩子的成长和成功提供更多有价值的资源。

善良、诚实正直、宽容豁达、懂得分享和合作，这些优良的性格品质都可以帮助孩子获得好人缘、为孩子的人生提供更多的社会支持。而自私、缺乏诚信、狭隘、嫉妒、不懂分享合作等则是孩子成长的严重阻碍。帮助孩子培养交际中的好性格、克服交际中的不良性格，等于为孩子的人生幸福打好了坚实的基础，这是父母的重要教育任务。

拥有善良性格的孩子人见人爱	20
懂得分享让孩子拥有好人缘	23
积极合作让孩子更受欢迎	26
诚实正直使孩子赢得更多友谊	28
宽容豁达让孩子拥有更广阔的天地	31
嫉妒是孩子成功路上的“绊脚石”	35

第三章 解密孩子的性格密码： 孩子的性格是可以改善或重塑的

优良的性格会带给人成功而幸福的一生，不良的性格则会毁掉人的一生。性格的形成虽然受一定的遗传因素影响，但更重要的还是靠后天的培养和教育。也就是说，性格是可以改善或重塑的。优良性格或不良性格更主要的是取决于父母在家庭教育中采用了什么样的教育教养方式，科学的教育教养方式会使孩子养成优良的性格，不科学的教育教养方式则会使孩子养成不良的性格。

尊重孩子的天性去改善或重塑他的性格，利用遗传和环境中的积极因素、克服其消极因素，通过科学的教育教养方式逐步培养孩子的优良性格、改善他们的不良性格，这是父母们要做的最重要的事情，也是帮助孩子创造成功而幸福人生的起点。



重塑孩子性格首先要遵循孩子的天性	040
遗传对孩子性格的影响	043
家庭为孩子的性格打上最初的烙印	046
教育可以重塑孩子的性格	049
根据孩子的气质类型培养其优良性格	051

第四章 没有父母能代替孩子长大： 把握好 3~7 岁孩子性格的第一个独立期

雄鹰只有展翅高飞才能鹏程万里，猛虎只有回归山林才可成为百兽之王。孩子是一个自由的个体，父母没有权利代替他们长大，尤其在 3~7 岁这个性格成长的第一个独立期，父母更不应该用爱的名义去剥夺孩子成长的权利。否则，孩子就很难养成独立自主的优良性格，当有一天他们必须要独自面对生活的时候，这种爱就会成为他们成功的绊脚石。父母应该做的是成为孩子坚强的后盾及精神的指引者，永远站在孩子身后给予他们更多的支持与信任，早一点放手，早一点支持他们的独立，这样他们的独立性格才会养成。

智慧父母打造独立小孩	056
让孩子拥有主见	059
跌倒了，让孩子自己爬起来	062
让孩子在选择中学会独立	065
放养，让孩子养成独立的性格	068

第五章 别让悲观的阴霾挡住孩子的阳光： 乐观开朗的性格要从小培养

生活中，拥有乐观开朗性格的人不管走到哪里都会受人欢迎，而一旦染上悲观、内向的性格，他们就很可能被生活“遗弃”，因为很少有人愿意与一个意志消沉、寡言少语的人为伴。而乐观开朗的性格从何而来？当然与父母从小教育密切相关。如果父母能够在



孩子小的时候就致力于培养他们乐观开朗的性格，让孩子告别内向、远离悲观、学会幽默，那么乐观开朗的性格自然会深植于孩子内心，从而指引他们更加健康快乐地成长。

让孩子的生活充满阳光	074
太内向，孩子抑郁的警报	077
过于外向的性格不可取	080
让孩子在幽默中养成乐观的性格	083
建立快乐和谐的家庭氛围	085
让孩子远离悲观的“阴霾”	089

第六章 积极调整孩子的放纵和任性：

不懂得管理自己很容易让孩子偏离正常“轨道”

学会自我约束和自我管理，是每一个人从小就应该做到的事情，而孩子一般都缺少这种主动性，这就需要家长给予积极的教育和引导了。如果家长的教育和引导不及时，那么孩子就很容易养成放纵和任性的不良性格，这些不良性格会让他们不懂得自律、没有时间观念，这样一来，很可能让他们慢慢偏离正常的人生“轨道”，给他们的成长制造出许多不必要的困难和阻碍。因此，家长一定要从小就对孩子进行自我管理的教育，让他们慢慢养成自律的优良性格。

3岁以后的孩子就应该学会管理自己	94
帮助孩子踏上自律之路	97
强化时间观念，实行时间管理	101
帮孩子改掉任性而为的不良性格	104

第七章 培养孩子认真仔细的性格：

粗心大意的孩子只能被社会“抛弃”

毛主席曾经讲过，世界上怕就怕“认真”二字。很多时候，人做事是否认真仔细常



常就会成为事情做好还是做坏的分水岭。幼儿期是培养各种良好性格的重要时期,认真仔细的性格品质也需在幼时就开始培养。我们常说,细节决定命运,幼儿期是否养成了认真仔细的性格品质,常常会给孩子以后的人生带来极大的影响。认真仔细就是把事情的每一个细节都努力做好,把每一件小事都努力做好。教育孩子无小事,孩子做的事也无小事。如果父母在教育孩子的每一个细节中、孩子生活的每一个细微处,都注重培养他们认真仔细的性格品质,那么就更容易帮助他们创造幸福美好的人生。

细心的性格应该在幼年养成	110
心细有时比胆大更重要	113
于细微处培养孩子的性格	115
纠正孩子丢三落四的毛病	117

第八章 让孩子成为掌控情绪的高手: 性格急躁的孩子将永远被情绪“控制”

孩子的内心情绪常常会成为一种看不见的,但却可以左右他们言行的巨大力量。好情绪能够促进孩子积极而有效的言行,而坏情绪则会对此造成阻碍。若孩子常被自己的情绪左右,他们就很可能会成为情绪的奴隶,甚至导致将来一事无成。反之,如果孩子能够很好地掌控自己的情绪,那他们的人生就会在很大程度上朝着父母和自己期望的方向发展。父母从小教育孩子成为掌控自己情绪的高手,就等于给了孩子一根把握自己命运的魔法棒。孩子的坏情绪就像无形的浊水,需要一个有形的管道流出去,父母需要帮助他们修建出合理的流通渠道,流到它该流的地方。如果父母没有教给孩子如何处理好自己的情绪,那他们的情绪就会像在平地上四处流动的浊水,容易泛滥成灾,伤害他们的心灵和机体,进而影响他们的生活。

情绪是孩子积极行动的原动力	122
引导孩子正确认知自己的情绪	124
教孩子正确表达自己的情绪	127
给孩子以情感支持	129
为孩子的坏情绪找一个出口	131



父母要学会控制自己的情绪	134
改变孩子性格急躁的弱点	137

第九章 顽强和执著是搏击风雨的盾牌： 懦弱和放弃只能让孩子畏缩于阴暗的角落

没有谁的生活会一帆风顺，生活难免会有挑战和挫折，孩子终究要独立去面对人生的风雨和艰难。顽强和执著的性格品质是孩子能够搏击风雨的盾牌，这是父母送给孩子最好的礼物。若父母因为爱孩子，而只是把年幼的孩子保护在没有风雨、没有挫折的保险箱里，他们本可以高高飞翔的翅膀就会逐渐萎缩，长大后总也不能勇敢地去面对风雨和艰难。

要真正爱孩子，父母就不要千方百计地为他们铺设没有坎坷、没有挫折的生活之路，要让他们经历一点挫折、吃一点苦，给他们设置一些困难和挫折，让他们在面对困难和挫折的实践中学习如何勇敢地战胜困难，学习如何在困难和挫折中坚持。这样，才会使他们真正成长为能够搏击人生风雨的坚强战士。

顽强的性格让孩子在逆境中崛起	142
坚持是孩子必备的一种性格	144
让毅力植根于孩子的内心	146
勇敢的性格让孩子无所畏惧	149
告诉孩子冒险是一种勇气	152
克服孩子懦弱胆小的性格弱点	154

第十章 从容果断能谋大事： 优柔寡断只能让孩子错失良机

生活总是充满变化的，而机遇也常常会稍纵即逝。人要能够在不断变化而又充满机遇的现代社会中立于不败之地，就必须具备从容果断的性格。沉着冷静、处变不惊又能当机立断、有勇气去冒险，这些都是真正的勇者和成功者应该具备的性格品质。而优柔



寡断、轻率武断则是成功的大敌。从容果断的性格是早期家庭教育中又一项重要的教育内容，是需要从小培养的重要性格品质。

教孩子学会当机立断	160
沉着冷静让孩子从容面对危机	162
让孩子明白果断不等于武断	166
帮孩子克服做事拖拉的毛病	168
引导孩子克服懒惰心理和行为	171
改善孩子优柔寡断的性格弱点	175

第十一章 自信的性格是孩子成功人生道路上的通行证： 自卑让孩子的人生暗淡无光

自信就是相信自己具有做好某件事情的能力。缺乏自信的人会在很多事情面前缺乏决断能力，难以采取积极的行动。对于孩子来说，自信同样是他们能够做好每一件事情的推动力，只有相信自己，他们才能够充分调动起自身的积极性和潜能，从而更有效地把事情做好。

在还缺乏自我评价和自我认识能力的婴幼儿时期，父母的任务就是让孩子养成自信的性格。要做到这一点，父母首先要相信孩子，并努力把这种信任渗透到自己的一言一行中，这样才能够帮助他们逐渐相信自己，逐渐对自己产生信心。同时还要多表扬鼓励少批评指责，多纵向比较少横向比较，多用积极的暗示少用消极的暗示，这些都是父母帮助孩子逐步建立自信的有效措施。

自信是孩子健康成长最重要的养分	180
用赏识培养孩子自信的性格	183
过多的批评加重孩子的自卑	187
别让不恰当的比较影响孩子的自信	189
成就感让孩子更自信	193
积极的心理暗示让孩子充满自信	196



第十二章 积极上进的性格让孩子充满竞争力： 不思进取只能让孩子滑入堕落的深渊

要在激烈的社会竞争中不被淘汰，人必须要具备一定的竞争力。人的竞争力从何而来呢？它要靠自己不断地学习和实践、不断地提高和进步才能获得。而人只有积极进取才能不断获得提高和进步、不断获得足够的竞争力。因此，从小培养孩子积极进取的性格品质是让孩子逐步获得生存竞争力的重要条件。

孩子对事情有了责任感，才会更积极主动地去做好它；好奇心和求知欲是孩子进取心的强大动力；主动性更有助于孩子积极地去做事、学习和探索；谦虚好学、不断创新，这样才会使孩子不断提高、不断进步，以上种种都是培养孩子进取心必不可少的教育内容，都是需要从小就加强培养的。

积极进取，才能充满竞争力	202
责任感是积极性格的助推剂	205
保护孩子的好奇心	208
利用求知欲调动孩子的积极性	211
培养孩子的主动性	215
好学，让孩子充满智慧	218
有创新才会有进步	221
谦虚的人更懂得积极进取	225

第 一 章

3岁看小,7岁看老: 7岁以前是孩子性格培养的关键期



“3岁看小,7岁看老”并不是一句毫无根据的话,它有充分的科学依据。0~7岁是人一生中大脑发育最快、最关键的时期,是人的各方面可塑性最强的时期,是人最容易接受教育的时期。性格决定命运,“3岁看小,7岁看老”这句话更深刻的内涵,是说0~7岁时养成的性格会在很大程度上影响孩子一生的性格特征,并决定他的命运。这就好比修建大厦,0~7岁时的性格培养是在给孩子的整个人生打地基,地基越牢固,以后建起的大厦会越稳固、越高大,如果地基不牢固,就会影响大厦的质量和高度,大厦越高就越危险。为了能让孩子的人生大厦更高大、更稳固,作为父母就一定要帮助孩子打好这大厦的地基。



为什么 3 岁能看小，7 岁能看老



美国著名心理学家布鲁姆曾对近千名儿童做过一项从出生至成年的追踪研究，结果表明：5岁前是孩子智力发展最为迅速的时期。如果把17岁时的智力水平看作100%的话，那么孩子在4岁前就已经达到了50%，其余的30%是在4~7岁间达到的，剩余的20%则在7~17岁间达到。这充分说明，7岁之前对孩子一生的发展来说，是一个至关重要的时期。

这一研究结果与“3岁看小，7岁看老”这句中国民谚有着异曲同工之妙。“3岁看小，7岁看老”这句话，简明扼要地概括了儿童心理发展的一般规律，即根据3岁孩子的心理特点、个性倾向能够预测其青少年时期的心理与性格特点；而根据7岁孩子的心理特点和个性倾向能够预测他中老年的心理和个性。

伦敦精神病学研究所卡斯比教授曾经对1000名孩子做过一项研究，研究报告称，通过观察分析3岁幼儿的言行、个性就可预示他们成年后的性格，这一研究成果为“性格形成的关键期是在婴幼儿时期（7岁之前）”的说法提供了强有力的依据。

1980年，卡斯比教授同伦敦国王学院的精神病学家对这1000名3岁幼儿进行了面试，根据面试结果，这些幼儿被划分为充满自信、良好适应、沉默寡言、自我约束和坐立不安五大类。

2003年，当这些孩子26岁时，卡斯比等精神病学家再次与他们进行了面谈，并且通过这些人的朋友和亲戚进行了详细的调查，结果如下。

当年被认为“充满自信”的幼儿占28%。小时候他们十分活泼和热心，性格外向。成年后，他们开朗、坚强、果断而且领导欲较强。

40%的幼儿被归为“良好适应”类。当年他们就表现得自信、自制，