

72招帮你培养出优秀孩子

爸爸是孩子生命中不可缺少的角色，

任何政府都无法填补。”

对于孩子来说，母爱就像一条温暖的河流，

所以，爸爸不仅要承担养家糊口的责任，

孩子无条件的温柔和体贴。

爸爸要积极参与

加一根高

孙伟

活动中来，让孩子的身

是一种

的发展。



孙伟◎编著

# 再忙也要做个好爸爸

招实用，包括

自我的人格、

纠正孩子

式批评

学家

最

力

都是

该

能

力

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

心

父亲是独特的存在

“父亲是一个银行，发行知识，支付爱。”



父亲的出现，是一种独特的存在，对培养孩子有一种特别的力量。

——著名心理学家 格尔迪



机械工业出版社  
CHINA MACHINE PRESS

72招帮你培养出优秀孩子

是孩子生命中不可缺少的角色

任何政府都无力填补。”

对孩子来说，母爱就像一条温暖的河流。

所以，爸爸不仅要承担养家糊口的重任，

子无限的温柔和体贴。

孩子的重任。爸爸要积极参与

视高，爸爸要积极参与

活动中来，让孩子的

一种，爸爸要积极参与

的发展。

招招实用，包括

自我的人格

如何孩子

式批评

专家

最

孙伟◎编著

# 再忙也要做个好爸爸

的身高、体重、

被称为“父爱测试”

在这个非常严重的问

过多年的研究，得出了这样一个结论

过几天，在这种情况下

父亲是独特的存在，对培养孩子

在家庭一套的信用逐渐淡

能力，失去父爱是人情感发展的一

逐渐贬值

衡。有的地区领导人福莱尔曾说

过如缺的。如

父亲是一个银行，发行知

庭中，我

支付爱。”美国总统奥巴马

到这样

上说：“父爱缺失在孩子心中

易承担着教育

钱，他们应该



父亲的出现，是一种独特的存在，对培养孩子有一种特别的力量。

——著名心理学家 格尔迪

父亲是独特的存在，对培养孩子有特别的能力，失去父爱是人类情感发展的一种缺陷和不平衡。因此，在孩子的成长过程中，爸爸起着重要而不可替代的作用，爸爸的言谈举止会对孩子产生深远的影响。

而现实情况是，很多爸爸在对孩子的教育中都存在缺位现象。本书即针对这一现象，向爸爸们全面系统地普及家教知识。本书分为九章，共72招，招招实用，包括了如何用言行取得孩子的尊重；提升自我的人格魅力；通过沟通走进孩子的心中，在无形中纠正孩子的坏习惯；让孩子爱上学习；用赞美的方式批评孩子；让孩子成为自强自立的人等内容。相信爸爸们如果能按照本书所提供的方法去与孩子相处，一定可以成为合格的好爸爸，进而培养出优秀的孩子。

## 图书在版编目（CIP）数据

再忙也要做个好爸爸——72招帮你培养出优秀孩子 / 孙伟编著. —北京：机械工业出版社，2012.2

ISBN 978-7-111-37315-5

I. ①再… II. ①孙… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第016428号

机械工业出版社（北京市百万庄大街22号 邮政编码100037）

策划编辑：刘文蕾 林 鸿 责任编辑：邝 鸥 刘建光

版式设计：艺和天下

封面设计：吕凤英

责任印制：杨 曦

北京双青印刷厂印刷

2012年3月第1版第1次印刷

169mm × 239mm · 14.25印张 · 272千字

标准书号：ISBN 978-7-111-37315-5

定价：29.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心：（010）88361066

门户网：<http://www.cmpbook.com>

销售一部：（010）68326294

教材网：<http://www.cmpedu.com>

销售二部：（010）88379649

读者购书热线：（010）88379203

封面防伪标均为盗版



## 前言 / 爸爸是孩子生命中不可缺少的角色

随着生活节奏的日益加快，人们变得越来越忙碌。作为家庭的主要支柱，爸爸群体尤其变得越来越忙，他们忙于工作，忙于奔波，忙于应酬……

然而，在爸爸们只顾忙于事业打拼的同时，可曾听到一个稚嫩的声音所发出的心声：“爸爸，您还爱我吗？”

其实，对于爸爸群体来说，事业固然很重要，但是更重要的是对孩子的教育。然而，很多爸爸却没有意识到这一点，他们总是做“甩手掌柜”，把培养孩子的重任完全推给妈妈。他们认为：自己把更多的时间用在工作上，就会给家庭带来更多的物质财富，从而让孩子过上好日子。

据我国的一项调查显示：50%的爸爸一天之中与孩子互动的时间不到1小时；30%以上的爸爸忙于工作，根本无暇顾及对孩子的教育；20%以上的爸爸认为陪伴孩子不重要。

此外，值得一提的是，不只是在我国，世界很多国家都普遍存在这一现象。在肯尼亚和日本，妈妈陪伴孩子的时间一般都是爸爸的3倍以上，在印度则是爸爸的10倍。

大量资料表明，目前家庭教育普遍存在一个非常严重的问题：父爱教育的缺失。在这种情况下，爸爸在家庭教育中的作用逐渐淡化，孩子也就会逐渐远离爸爸，更为亲近妈妈。

如今，在很多家庭中，我们经常可以见到这样一种现象：妈妈承担着教育孩子的主要责任，她们每天给孩子做饭，送孩子上学，辅导孩子学习，渐渐地，对于孩子来说，爸爸也就变成了可有可无的角色了。

另外，由于妈妈自身的性格与心理因素的局限性，她们往往过于溺爱孩子，使孩子变得胆小脆弱、自信心不强、不敢尝试，等等；而由于爸爸在对孩子教育中的角色缺失，其自身所特有的品质也不能传递给孩子，如自信心、独立能力、坚强、

勇敢、刚毅、不怕挫折等。

长此以往，孩子的智力、性格、动手能力和组织协调能力就会比较差，不仅如此，孩子的身高、体重等，都会发展比较缓慢。这种现象被称为“父爱饥渴症”。

著名心理学家格尔迪经过多年的研究，得出了这样一个结论：“父亲是独特的存在，对培养孩子有特别的能力，失去父爱是人类情感发展的一种缺陷和不平衡。”

我国台湾地区领导人马英九曾说过：“父亲是一个银行，发行知识，支付爱。”

美国总统奥巴马在一次父亲节时说：“父爱缺失在孩子心中留下的空洞，任何政府都无力填补。”

由此，我们可以得出这样的结论：在孩子的成长过程中，爸爸起着重要而不可替代的作用，爸爸的言行举止会对孩子产生深远的影响。

对于孩子来说，母爱就像一条温暖的河流，给予孩子无限的温柔和体贴；而父爱则宛如一棵参天的大树，给予孩子一种力量和依靠。从妈妈身上，孩子学到的更多是语言和日常生活中的知识；而从爸爸身上，孩子能学会更丰富的知识、动手能力、独立能力和各种坚强的品格，这些，都是妈妈无法替代的。

所以，爸爸不仅要承担养家糊口的责任，更要担负起教育孩子的重任。爸爸要积极参与到教育孩子的活动中来，让孩子的身心得到健康、全面的发展。

因此，我们潜心研究多年，精心打造了本书。本书的家教知识全面系统，分为九章，共72招，招招实用，包括了如何用言行取得孩子的尊重；提升自我的人格魅力；通过沟通走进孩子的心中；在无形中纠正孩子的坏习惯；让孩子爱上学习；用赞美的方式批评孩子；让孩子成长为自强自立的人，等等。

此外，本书融合了世界各国教育专家和心理学家的最新研究成果，从而让爸爸掌握最新的家庭教育理念；本书抛弃了生硬刻板的理论知识，突出实用性，深入浅出，并在每一个具体的方法中都配有具体、鲜明的案例，让爸爸理解起来更直观，掌握起来更轻松，旨在让爸爸在正确的教育方法下培养出优秀的孩子。

编者



---

## 目录 CONTENTS

---



前言：爸爸是孩子生命中不可缺少的角色

### 第一章 爸爸的言行决定孩子的命运 / 1

- 第 1 招 孩子的这些品质必须爸爸赋予 / 2
- 第 2 招 爸爸的爱价值无限 / 4
- 第 3 招 棍棒下不一定出孝子 / 7
- 第 4 招 多给孩子一点阳光，别把坏脾气带回家 / 10
- 第 5 招 事业很重要，孩子更重要 / 12
- 第 6 招 重视教育，才是对孩子最好的关爱 / 15
- 第 7 招 让孩子感受到你的爱 / 18
- 第 8 招 让孩子了解你对他的评价 / 21

### 第二章 爸爸的坏脾气会影响孩子的一生 / 25

- 第 9 招 不要威胁孩子，否则他将会畏首畏尾 / 26

- 第10招 不要哄骗孩子，否则诚信就会离他而去 / 28
- 第11招 不要用脏话责骂孩子，否则他就会出口成“脏” / 30
- 第12招 不要经常表现出消极情绪，否则他的天空总是有一团乌云 / 33
- 第13招 不要用名利激发孩子上进，否则他的虚荣心就会疯长 / 35
- 第14招 不要随意否定孩子的观点，否则会打击他的上进心 / 38
- 第15招 不要无视孩子的优点，否则他将会对任何事都没有信心 / 40
- 第16招 不要把孩子当出气筒，否则只会助长他的逆反心理 / 43

### 第三章 跟上孩子的成长脚步 / 47

- 第17招 信任是教导孩子的通行证 / 48
- 第18招 放低姿态，与孩子平等相处 / 51
- 第19招 在游戏中开拓孩子的思维 / 54
- 第20招 像朋友一样跟孩子交流 / 56
- 第21招 读懂孩子的肢体语言 / 59
- 第22招 换个角度看待孩子 / 63
- 第23招 用心呵护孩子的自尊心 / 66
- 第24招 给孩子解释和辩驳的权利 / 69

#### 第四章 争做孩子的成长榜样 / 73

- 第25招 良好的品行才能给孩子心灵上的震撼 / 74
- 第26招 做孩子的成长导师 / 76
- 第27招 别让孩子复制你的坏习惯 / 79
- 第28招 爸爸是孩子孝敬长辈的楷模 / 83
- 第29招 在内心筑一座善良的“宝塔” / 86
- 第30招 勇往直前，承担起家庭的责任 / 89
- 第31招 要做进取的爸爸，否则会拖孩子的后腿 / 91
- 第32招 向曾子看齐，言出必行 / 95

#### 第五章 以身作则，纠正孩子的坏习惯 / 99

- 第33招 不要忽略孩子的每一个“小毛病” / 100
- 第34招 让孩子当家庭“财务官”，从小学会节约 / 103
- 第35招 孩子不懂事，爸爸不能听之任之 / 105
- 第36招 不能盲目满足孩子的虚荣心 / 108
- 第37招 正确引导孩子的“攀比”心理 / 111
- 第38招 不直接戳穿孩子的谎言 / 113



第39招 对症下药，从根本上消除孩子的懒惰情绪 / 116

第40招 让孩子对自己的言行负责 / 119

## 第六章 让孩子的成长顺其自然，不可拔苗助长 / 123

第41招 教给孩子如何在“玩”中“学” / 124

第42招 顺应兴趣是培养孩子的捷径 / 126

第43招 让孩子在积极的环境中成长 / 129

第44招 不要总把孩子当成你的“下属” / 132

第45招 小心，别乱碰孩子的“雷区” / 135

第46招 绝不“代替”孩子解决困难 / 139

第47招 不要用你的意志“圈”住孩子的志向 / 141

第48招 孩子自己的事情，先听听他的想法 / 144

第49招 不要对孩子有过高的期望 / 147

## 第七章 告诉孩子，学习好不如好学习 / 151

第50招 让孩子意识到学习的价值和乐趣 / 152

第51招 正确引导，激发孩子学习的内驱力 / 154

第52招 教给孩子有效利用时间的方法 / 157

- 第53招 鼓励是孩子最喜欢吃的“糖果” / 160
- 第54招 给孩子充足的业余时间 / 163
- 第55招 帮孩子寻找一个合格的“竞争者” / 166
- 第56招 用好奇心“钓”出他的求知欲望 / 168
- 第57招 通过游戏引发孩子的学习激情 / 171

## 第八章 保护孩子的自尊心，先赞美后批评 / 175

- 第58招 批评，也可以很悦耳，很真诚 / 176
- 第59招 及时制怒，调整好情绪再交流 / 178
- 第60招 不要没有证据就批评孩子 / 181
- 第61招 给批评披上一件柔和的“外衣” / 184
- 第62招 给批评加点幽默的色彩 / 187
- 第63招 旁敲侧击，迂回式批评 / 189
- 第64招 有些事可以“揣着明白装糊涂” / 192

## 第九章 给孩子巨额财富不如教孩子自强自立 / 195

- 第65招 自力更生是生存的必要“装备” / 196
- 第66招 会独立思考的人，才能出类拔萃 / 199

- 第67招 自信的人离成功最近 / 202
- 第68招 让开朗乐观陪伴孩子一生 / 204
- 第69招 塑造孩子坚强的性格，让孩子不惧苦难 / 207
- 第70招 增强孩子的抗压能力，练就良好的心理素质 / 210
- 第71招 严于律己，不断提高孩子的自控力 / 212
- 第72招 唤醒孩子的想象力，让孩子的生活色彩斑斓 / 215



# 第一章

## 爸爸的言行决定孩子的命运



## 第1招 孩子的这些品质必须爸爸赋予

在南非西北部的公园出现过这样一种奇怪的现象：本来很温顺的小公象突然变得异常凶暴，经常残忍地踩死临近的白犀牛。原来，政府为了维护公园的生态平衡，开始猎杀公象，导致很多小象失去了爸爸。小公象的行为是不是与这件事有关系呢？

对此生物专家指出，成年公象对小象的成长起着很重要的作用，因为成年公象能管好小象，并为它们树立一个与其他动物和平共处的榜样。如果小公象失去了爸爸，就会使其本能的攻击性因得不到节制而释放出来，并逐渐在象群中蔓延扩散。

可见，在小象的成长过程中，成年公象起着重要的作用。同样，对于孩子来说，爸爸也起着异常重要的作用。爸爸不仅影响孩子的情感、性格，还影响着孩子的身高、体重、心理健康等。

心理学专家指出，爸爸是独特的存在，对培养孩子有着特别的能力。失去父爱是人类感情发展的一种缺陷和不平衡。缺乏父爱会严重影响孩子的生理与心理的成长，甚至造成更为严重的后果。

在《爸爸才能给的东西》一书中，作者罗斯·D·帕克把爸爸对孩子成长发育的独特影响，称为“爸爸影响力”。此外，大量研究与资料表明，在孩子的成长过程中，爸爸起着不可替代的作用。

### 【爸爸影响孩子性别角色的形成】.....

研究表明，爸爸与孩子接触的过程中，在妈妈陪伴孩子的衬托与对比下，有助于孩子对男性和女性的作用和态度的理解。通常，孩子在3岁前对性别意识是十分模糊的。到了5岁时，孩子就会从妈妈身上对女性有一个认知，从爸爸身上对男性

有一个认知。

而如果缺少爸爸的参与，就会破坏孩子性别角色的形成。4岁前，没有爸爸陪伴的男孩就会趋向女性化，同时，没有爸爸陪伴的女孩也会影响其女性角色的形成。

### 【爸爸影响孩子个性品质的形成】.....

在家庭教育中，爸爸往往占据着重要的地位。爸爸身上所具有的独特的男性特征，如独立性、进取心、合作性、自信心等，对孩子有着潜移默化的影响。孩子也会有意无意地从爸爸身上得到热情、敦厚、刚毅、不屈不挠、敢于挑战的品质。这与孩子从妈妈身上得到的关爱他人、同情心、善良、温柔等品质有机地结合起来，更有利于完善孩子的人格。

### 【爸爸影响孩子认知能力的发展】.....

据美国《父母》杂志的统计：2008年，有200万美国爸爸选择留在家里教育孩子，因为他们认为：爸爸教出来的孩子更聪明。事实上，这一说法并不是毫无根据的。

美国耶鲁大学的一项研究表明：一位尽责的爸爸对孩子的培养，要比妈妈对孩子的照顾高25%~30%的正面效应。由爸爸培养大的孩子，其智商要比妈妈培养的孩子平均高出7分。

这主要是由于爸爸与妈妈在性别、性格、心理、能力上有差异，孩子从爸爸和妈妈身上得到的认知也是截然不同的。

从妈妈身上，孩子可以更多地学习到语言、物品的名称、用途与使用方法等日常生活知识；而从爸爸身上，孩子可以学习到更全面、丰富的知识，并且通过动手，如修理玩具、使用各种工具等，提高动手操作能力，有效地激发孩子的兴趣、想象力与探索欲。

## 【爸爸影响孩子社交技能的提高】

爸爸在陪伴与教育孩子的过程中，可以满足孩子的社交需求，有效地提高孩子的社会交往能力。爸爸陪伴孩子，能扩大孩子的社交领域和丰富孩子的社交内容，令孩子对社交萌发兴趣，有利于孩子积累丰富的社交经验，进而有效地提高他的社交能力。

此外，爸爸经常跟孩子在一起，有利于提高孩子的理解能力，孩子也就会更有安全感，进而更好与他人交流、相处。

## 【爸爸影响孩子生理与心理的发展】

爸爸不仅会对孩子的智商与社会能力具有重要的影响，还会影响孩子的生理与心理的发展。

研究表明，与爸爸接触少的孩子，其身高、体重、动作等方面的发育速度都要落后一些，并普遍存在焦虑、缺乏自尊心、自控力较差等情感障碍，多表现出忧虑、多动、依赖性较强等特征，被专家称为“缺少父爱综合征”。

另据研究发现，缺少父爱的孩子年龄越小，患上“缺少父爱综合征”的危险就越大。数据显示：小时候患上“缺少父爱综合征”的中学生，其辍学率比一般孩子高2倍，犯罪率高2倍；如果是女孩，其将来成为单身妈妈的概率比一般女孩高出3倍。

由此可见，爸爸在孩子的成长过程中发挥着非常重要的作用。如果孩子没有爸爸的陪伴，爸爸的特殊品质与能力就不能传递给他，从而严重影响孩子的身心发展，不利于他的健康成长。

## 第2招 爸爸的爱价值无限

在朱自清的《背影》中有这样一句话：“我与父亲不相见已二年余了，我最不

能忘记的是他的背影。”爸爸的言谈举止会在孩子心里留下很深的烙印。

由青年导演龙赞许编导的影片《爸爸的爱》，给我们刻画了一位叫高帆的父亲，让我们深刻体会到爸爸崇高无上的爱：妻子难产去世后，他含辛茹苦地养育着身患血液病的女儿，并最终使女儿获得新生。而他自己却积劳成疾，摔成瘫痪。影片中洋溢着爸爸的那种浓厚、馥郁、强烈的爱，堪称当代爸爸的典范。

的确，在家庭教育中，妈妈的爱就像是柔软无比的草原，给予孩子更多温柔、细腻的爱；而爸爸的爱就像是一棵参天大树，给予孩子更多的是榜样、坚强与力量。

### 【爸爸爱孩子的方式与妈妈不同】

经过专家们的研究发现：由于大多数男性与女性的行为方式不同，以至于他们爱孩子的方式也有所不同。比如，每一个妈妈都有独特的抱孩子的方式，并且经常使用这种方式抱孩子，动作往往很温柔；而爸爸十次会有九次以不同的方式抱孩子，并且经常与孩子进行互动，给孩子一种高度的兴奋感。

等孩子长大一些时，妈妈给予孩子更多的是一种保护，而爸爸却更重视对孩子独立性的培养。例如，当孩子遇到小狗或是陌生人时，妈妈经常会靠近孩子身边，以便更容易保护孩子；而爸爸却通常只是站在一边，给予孩子更多的空间，让他自己去解决问题。

可见，爸爸爱孩子的方式与妈妈的爱有着明显的区别。妈妈更关注保护孩子，而爸爸却更重视让孩子去接受挑战，只有这两种爱相辅相成，才能促进孩子的健康成长。所以，在孩子的成长过程中，爸爸也应该给予孩子更多的关爱。

### 【爸爸的一句话值千金】

6岁的子期做事情总是三心二意，懒懒散散。妈妈总是说他：“说了你多少次了，不要这么懒懒散散的，用过的东西都要放回到原来的位置，你就是不听！你才



多大呀，就这么懒散了，以后该怎么办呀？你怎么这么不听话！”

结果，妈妈越说，子期越是不听。非但如此，他还变本加厉，比以前更加懒散了。

然而爸爸只对子期语重心长地说了一句话：“孩子，你该学会独立了，不然以后会吃亏的。”子期听了以后，很快改掉了这个坏习惯。

在现实生活中，我们常常发现这样一种十分有趣的现象：当孩子犯错或遇到挫折时，无论妈妈怎么苦口婆心地教导孩子，但他还是屡教不改，左耳朵进，右耳朵出；而爸爸只说了一句话，孩子就会言听计从。

其实，之所以会出现这种现象，主要是基于以下三点原因：

妈妈感性意识比较强，经常看到孩子犯错的表象，虽然总是对孩子进行长篇大论的教导，但却没有说出事情的要害，给孩子一种不痛不痒的感觉；

爸爸的理性思维比较强，对事情的分析更中肯，往往能一语中的，使孩子信服；

由于爸爸在孩子心中的形象是高大、崇高的，所以，爸爸所说的话往往比妈妈更有力度。

因此，爸爸须重视对孩子的培养与教育，在孩子取得成绩时，爸爸应及时鼓励他；而当孩子遇到挫折或失败时，爸爸也要对他表示出肯定与支持。

## 【爸爸的爱抚力量无穷】.....

以下是一名初中一年级学生所写的日记：

每当我成功时，爸爸都会给我一个会心的微笑，就是这样一个简单的微笑，激励了我奋发向前；每当我失败时，爸爸都会拍一下我的肩膀，虽然只是轻轻地拍一下，但却给我无限的力量；每当我受委屈时，爸爸就会抚摸我的额头，并告诉我要坚强，即使我有天大的委屈，此时也会烟消云散……

爸爸对孩子的爱抚是一种无声的语言，它比有声的语言更有力度，更富有力量。

研究发现，父母的爱抚会让孩子产生一种强烈的安全感和幸福感。

而由于爸爸在孩子心目中的印象是威严、高大的，所以，爸爸的爱抚往往比妈