

12岁前 要教小朋友的 30堂成长课

0~3岁陪孩子认识这个世界

4~6岁父母是孩子最好的学习对象

7~9岁引导孩子学习承担责任

10~12岁让孩子做想做的事

今天不教，明天就会后悔

(日) 田中直子 著
蒋敬祖 译

只有掌握孩子成长关键期，才能预约孩子璀璨大未来！

*本书附赠“儿童会计本”



江西科学技术出版社

Which
维趣文化

12岁前 要教小朋友的 30堂成长课

(日)田中直子 著

蒋敬祖 译

江西科学技术出版社



出版策划：
北京维趣文化



广西工学院鹿山学院图书馆



d169017

图书在版编目(CIP)数据

12岁前要教小朋友的30堂成长课 / (日)田中直子
著 ; 蒋敬祖译. — 南昌 : 江西科学技术出版社,
2011.9

ISBN 978-7-5390-4462-0

I. ①1… II. ①田… ②蒋… III. ①儿童教育 IV.
①G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 182506 号
版权合同登记号 14-2011-277

国际互联网(Internet)地址: <http://www.jxkjcs.com>

选题序号: ZK2011190

图书代码: B11045-101

简体中文版由我识出版社有限公司(Taiwan)授权出版发行
12岁前要教小朋友的30堂成长课, 田中直子著, 2008年, 初版,
ISBN: 978-986-8160-27-9

12岁前要教小朋友的30堂成长课 (日)田中直子 著

出版	江西科学技术出版社
社址	南昌市蓼洲街2号附1号
	邮编: 330009 电话: (0791)6623491 6639342(传真)
发行	北京维趣文化有限公司
	电话: (010)87510003
印刷	北京联兴盛业印刷股份有限公司
经销	各地新华书店
开本	787mm×1092mm 1/16
字数	98 千字
印张	12.5
版次	2011年9月第1版 2011年9月第1次印刷
书号	ISBN 978-7-5390-4462-0
定价	28.80 元

赣版权登字-03-2011-251

版权所有, 侵权必究

(赣科版图书凡属印装错误, 可向承印厂调换)

请在12岁前奠定孩子的能力

记得自己怀孕时，从怀胎时的喜悦，随着肚子日益隆起，到临产期的不断接近，心中也愈来愈紧张，面对新生命即将到来的强烈感受，是那么真实而令人期待。但是，当孩子在众人期待与祝福下来到世界时，我和先生却又开始担心——“该给孩子怎样的教养方式呢？”

一开始，亲友和家人给了我和先生很多育儿建议，在我们真正带孩子之后，发现每一个孩子都有他们独特的性格与能力发展，亲友和家人的方法的确有其可行之处，但是父母仍需要重视自己孩子的人格特性来采取教养方式，如此孩子才能在正确的教养方式中健康成长。

什么是正确的教养方式呢？一定有很多父母有这样的疑问，尤其坊间又有各种亲子教养书提出许多专家的教育理念、教育观点或是教养方式等等，到底该怎么教导孩子才是正确的呢？

坊间的亲子教养书当然有其作用与影响，主要视每一个孩子的需求而定。但真正重要的是——你必须能够关心和陪伴孩子，仔细观察他们成长过程中的每一个改变，顺着他们发出的需求给予响应，这才是对孩子最好的教养方式。

其实，从孩子出生时开始，父母就可以陪孩子一起建立各项能力。例如从小为孩子建立安全感，让他们不会恐惧陌生环境；鼓励孩子交朋友，建立社交能力；给予他们独立自主的机会，让他们不至于长大懂事后，还事事依赖父母……这许许多多能力的建立，都是父母可以在孩子成长过程中慢慢培养的。

可惜，很多父母都忽略了，直到孩子愈来愈大，经常抱怨孩子个

性胆小、太依赖大人等缺点，却不知，这大多因素都是因为父母忽视了从小培养孩子能力的重要性。

有鉴于此，出版社提出想写一本关于孩子能力培养的亲子教养书时，经过我们多次讨论后，就有了《12岁前要教小朋友的30堂成长课》这本书的诞生。

许多医学资料以及教育专家都纷纷指出：0~12岁是培养孩子各项能力的发展关键期，因此0~12岁这段时期父母的教养方式往往决定孩子未来的能力发展。这也是我将本书设定在12岁前的原因。

我们将0~12岁划分为四个阶段——0~3岁、4~6岁、7~9岁、10~12岁，因为每一个阶段正好都是孩子成长中的一个转变期，这样的区分方式，让各位父母更能够依据孩子每一阶段的转变来调整教养方式。

但是，如果你的孩子正是处于第三阶段（7~9岁）时，你也不必担心错失了第二阶段（4~6岁）的成长课程，因为这30堂成长课都是相辅相成、息息相关的。因此，就算孩子正处于第三阶段，父母仍可以参考第二阶段的课程，从中找出建立孩子各项能力的方式。同样的，若孩子年纪还很小，处于第一阶段（0~3岁）时，父母也可以未雨绸缪，提早为孩子建立未来需要的各项能力。

非常高兴，书终于完成了，感谢出版社编辑在写作过程中的鼎力相助，还有先生、孩子以及身边所有朋友的鼓励，因为你们的支持，《12岁前要教小朋友的30堂成长课》这本书终于成功问世了。诚挚希望这本书能将正确教养孩子的观念分享给更多父母，让大家感受到，陪着孩子成长是一件多么快乐而有成就感的事情。

田中直子

Chapter 1 陪孩子认识这世界（0~3岁）



- Lesson 01 建立孩子的认知感 / 3
- Lesson 02 建立孩子的安全感 / 7
- Lesson 03 陪孩子玩出专注力 / 11
- Lesson 04 鼓励孩子交朋友 / 15
- Lesson 05 建立孩子的语言力 / 19
- Lesson 06 培养孩子阅读力
——让孩子爱听·爱读·爱说 / 23
- Lesson 07 给孩子独立自主的机会 / 27
- Lesson 08 让孩子勇于尝试，不胆怯 / 33



Chapter 2

父母是孩子最好的学习对象（4~6岁）

- Lesson 09 你这么做，孩子这么学 / 47
- Lesson 10 孩子听话背后的危机——缺乏判断力 / 51
- Lesson 11 培养孩子的思考力 / 57
- Lesson 12 激发孩子好奇心，诱发求知欲 / 63
- Lesson 13 少一分暴戾之气——教孩子谦恭有礼 / 71
- Lesson 14 让孩子与人分享，互助合作 / 75
- Lesson 15 上天堂了——教导孩子认识死亡 / 79
- Lesson 16 让孩子养成良好作息，建立健康身体 / 85



Chapter 3 引导孩子学习承担责任（7~9岁）

- Lesson 17 做个会听话的父母——聆听孩子的心声 / 97
- Lesson 18 依孩子的兴趣发展，让孩子爱上学习 / 103
- Lesson 19 让孩子学会自我管理 / 109
- Lesson 20 建立孩子的挫折忍受力 / 119
- Lesson 21 陪孩子设立目标，建立执行力 / 125
- Lesson 22 做孩子的顾问——鼓励孩子自己做决定 / 129
- Lesson 23 让孩子放手去做
——建立解决事情的能力 / 133
- Lesson 24 建立孩子的理财观 / 137



Chapter 4

让孩子做想做的事（10~12岁）

- Lesson 25 鼓励孩子不要害羞，勇于表达自我 / 151**
- Lesson 26 教孩子懂得自我情绪管理 / 157**
- Lesson 27 不要求完美，只要求进步——建立孩子自信心 / 161**
- Lesson 28 学习向孩子认错，教导孩子知错能改 / 165**
- Lesson 29 陪孩子接近大自然，建立爱护环境的态度 / 169**
- Lesson 30 经常带孩子旅行，拓展孩子视野 / 175**

Chapter

1

陪孩子认识这世界(0~3岁)

Lesson 01 建立孩子的认知感

Lesson 02 建立孩子的安全感

Lesson 03 陪孩子玩出专注力

Lesson 04 鼓励孩子交朋友

Lesson 05 建立孩子的语言力

Lesson 06 培养孩子阅读力——让孩子爱听·爱读·爱说

Lesson 07 给孩子独立自主的机会

Lesson 08 让孩子勇于尝试，不胆怯



Chapter

第一章 (0~3岁) 陪孩子认识这世界

1.1 0~1岁：建立安全感与探索欲

1.2 1~2岁：语言启蒙与动作发展

1.3 2~3岁：社交启蒙与想象力培养

1.4 本章小结：0~3岁育儿要点

1.5 附录：0~3岁儿童发展里程碑

本章主要介绍了0~3岁儿童在认知、语言、动作、社交等方面的发展特点及相应的育儿建议。

通过本章的学习，家长可以更好地了解孩子的需求，为孩子提供适宜的成长环境。

本章内容仅供参考，具体育儿方法请结合孩子的实际情况进行调整。

LESSON 01

建立孩子的认知感



新生儿出生的第一年，是脑部发育最快的一年，尤其在6~12月间，更是认知发展的关键期。

因此，此时给予孩子适当的感知刺激，可以加速他们脑细胞形成联结，脑细胞发展的程度，会影响到孩子日后的学习以及其他多项潜力的发挥。

最美好的礼物

1岁多的妞妞活泼好动，是家里的开心果，平常由奶奶和爷爷照顾，爸爸妈妈下班后也都会尽快赶回来陪她。

每次看到爸爸妈妈，妞妞就会用她那双可爱的大眼睛对着他们笑，有时她也会用手摸摸爸爸妈妈的脸，用不是很清楚的话说“Baba、Mama……”，纵使再辛苦，但只要听到她童言童语地说着这些话，爸爸妈妈心里就感到无比开心，仿佛一天的疲劳都没了……

相信每一位父母，看着孩子一天一天的长大，或是当听到孩子对自己说出他们的第一句话时，那些欣喜感都是五味杂陈，难以形容的。当然，这不是一蹴而就的，是需要父母极度的耐心，孩子才能有所学习。

对每一个孩子来说，当他们来到这个世界后，生活中所有的事物对他们来说都是新奇有趣的，他们急着体验，急着想去探索这一切，而父母就是引导他们最重要的角色。

新生儿出生的第一年，是脑部发育最快的一年，尤其在6~12月间，更是认知发展的关键期。

因此，此时给予孩子适当的感知刺激，可以加速他们脑细胞形成联结，脑细胞发展的程度，会影响到孩子日后的学习以及其他多项潜力的发挥。

对新生儿来说，颜色鲜艳的东西，比较能吸引他们的注意力，因此家长可以在床的四周挂上颜色鲜艳的玩具，刺激孩子的视觉神经，

吸引他们注意，若是能发出声音的玩具，则更容易吸引他们。

出生后3个月的孩子，除了注意到他们的饮食起居外，父母的呵护更是不可少，拥抱、亲吻、和他们说话等等，都可以给他们不同的刺激。至于玩具则可以给他们一些能够抓在手上玩，会发出声音的为主，这些都很适合他们。

等到孩子大一点，快满周岁时，除了玩具，他们更喜欢爬来爬去、喜欢探索周围环境、喜欢搞破坏、喜欢有人陪他玩……这时父母不用太担心孩子的安全，只要为他们营造一个安全的游乐环境，和孩子互动，陪他们尽情地玩耍。唯有这样，孩子才能藉由自己去体验环境，并达到和外界的互动。

面对0~3岁的孩子，父母一定要付出更多的耐心与关心，因为这时的孩子好奇心很强烈，所以看到任何事物时，他们都会想要去摸一摸、看一看，加上这时的身体抵抗力还不是很完善，生活中必然有许多潜藏的危险。

但是，父母也不要因为这样就把孩子保护得太好，仍是要让他们去接触外界事物，这才是他们最需要的。

对于建立孩子的认知感，父母不用太着急或担忧，只要多花时间陪伴孩子，仔细观察他们的变化，并给予他们需要的东西。

例如前面提到3个月的孩子，需要具有刺激性的物品，如鲜艳的、有触感的、会发出声音的书籍等，这就是他们的需求。

当父母满足孩子的各种需求时，孩子会感到很开心，觉得外界是与他互动的，他会更积极去探索一切，勇于尝试新事物，不会胆怯。

这对于他们将来的各项发展都会有极大的影响。

愈早建立孩子对外界的认知感，也就使孩子愈能与外界达成互动，这能让他们对世界充满期待与希望，因而培养出正面和积极的人生态度。

所以，父母请在日常生活中，多陪伴孩子，并藉由各种不同的刺激，增强孩子的认知感，达到一种良好的启发与互动。

如此持之以恒，孩子必然能在父母的努力下，成为最漂亮的美玉。只要多付出一些时间、多一些耐心，孩子的纯真乐观的天性也会让你的人生态度更加积极。

♥ 学校老师没有教的一堂课

孩子成长的过程中，每一阶段都有不同的喜好与发展，父母不用太担心，因为孩子对世界充满好奇，所以才藉由各种不同的方式来了解，父母亲只要给予孩子充足的爱与关怀，营造一个安全的生活环境，他们自然能有所获得。

LESSON 02

建立孩子的安全感



研究显示，许多孩子表现不佳都不是因为能力不足或不够聪明，而是因为“缺乏安全感”所导致的自信心不足，因而严重影响了学习表现及未来发展。

妈妈抱抱

小张刚下班回家就听到维维的哭声，他赶紧跑过去抱起维维，但是在爸爸怀中的维维仍然哭闹不休，于是小张只好把维维交给老婆抱。

维维出生8个多月了，全家人都很疼他，但不知为什么，他就是特别黏妈妈，就像今天，纵使爸爸抱着他，他也不会停止哭泣。但是，一旦交给妈妈抱，通常没过多久维维就会自己安静下来……

通常6个月到1岁前的孩子，他们会特别喜爱照顾他们的人，而这个人大多会是母亲。因此他们容易因为与母亲分离后，产生不安感，由于还不会说话，便会以哭闹的方式表达内心的不安。

生活中像维维这样，妈妈一旦不在身边就哭闹的情况，其实很多1岁前的小孩都会有，尤其当孩子大肌肉发展愈益完整，移动力增强时，一旦发现妈妈不在身边，便会紧张的四处寻找，而当找不到时，就可能会大哭。

研究显示，许多孩子表现不佳都不是因为能力不足或不够聪明，而是因为“缺乏安全感”所导致的自信心不足，因而严重影响了学习表现及未来发展。

因此，从孩子小时候开始，父母就必须为他们建立安全感，尤其照顾孩子的人，更要重视建立孩子安全感，也就是尽量陪伴在孩子身边，即使必须离开孩子一段时间，也要尽可能让孩子看见你，不要消失在他们面前太久。