

家庭教育智慧

领悟了家庭教育的智慧，也就为孩子的未来  
打开了通往成功的大门，为整个家庭的未来  
打开了通往幸福的大门。

# 父母应掌握的 教子智慧

■ 廖康强 编著



星球地图出版社  
STAR MAP PRESS

家庭教育智慧

001450676

# 父母应掌握的 教子智慧

廖康强 编著



星球地图出版社  
STAR MAP PRESS

贵阳学院图书馆



001450676

图书在版编目(CIP)数据

父母应掌握的教子智慧 / 廖康强编著. — 北京 : 星球地图出版社, 2012.9

(家庭教育智慧)

ISBN 978-7-5471-0736-2

I. ①父… II. ①廖… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 195485 号

## 父母应掌握的教子智慧

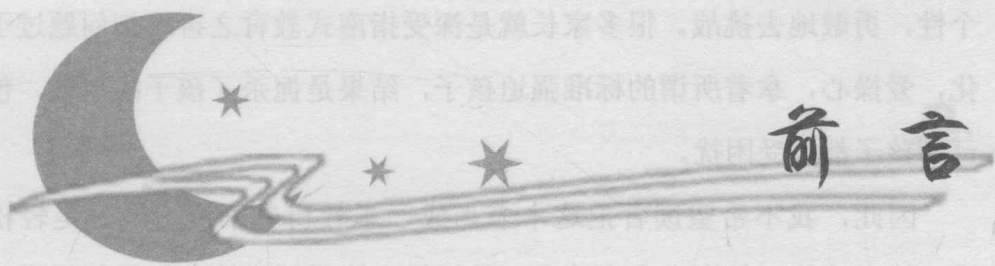
---

编 著 廖康强  
责任编辑 吴 艳  
封面设计 湘妍坊书装工作室  
出版发行 星球地图出版社  
地址邮编 北京北三环中路69号 100088  
网 址 <http://www.starmap.com.cn>  
印 刷 天津海顺印业包装有限公司  
经 销 新华书店  
开 本 710毫米×1000毫米 1/16  
印 张 14.75  
版次印次 2012年9月第1版 2012年9月第1次印刷  
定 价 28.00元

---

如有残损 随时调换 (发行部电话: 010-66722031)

版权所有 侵权必究



父母是孩子的第一任老师，在人的一生中，家庭教育是孩子成长中极为重要的阶段。可是，孩子身上发生的很多事情，诸如早恋、叛逆等，使父母非常焦虑，而且找不着倾诉的对象。这种情况在北京、上海等大都市里表现得更为明显。社会在急剧地小家庭化，左邻右舍、社区的关系越来越淡薄，父母不知道说给谁听才好。

我从事教育工作以来，不断有人来问我一些有关孩子心理或是教育方面的问题，也有人邀请我就此做一些讲演。大家的心情我很理解，可要是答应了每个人，我也就累趴下了。

我开始想着要做点什么来改变这种现状。在与向我咨询求教的家长朋友聊天的过程中，他们建议我编写一本通俗易懂的关于教育孩子的书。我想，这是完全有必要的。家长通过看书就可以自行解决一些家庭教育中的困惑，因而不必再去咨询教育专家了。

本书不是给家长提供家教指南式的答案，而是要给家长提供启发性的意见，让家长一边读书，一边自由地思考，找出最适合自己的孩子的方法。这比提供家庭教育指南式的标准答案要宝贵得多。

事实上，教育孩子原本就不存在什么指南式的答案。原因很简单，每

个孩子都有自己的个性，然而家庭教育最可贵的是要鼓励孩子发挥自己的个性，勇敢地去挑战。很多家长就是深受指南式教育之害，想问题过于僵化，爱操心，拿着所谓的标准强迫孩子，结果是扼杀了孩子的个性，使自己和孩子都深受困扰。

因此，我不希望读者把这本书当成一本教科书来读，最好是轻松地读、认真地想。教育本来应该是一件轻松、快乐的事情，如果每日为孩子的教育劳碌不堪，就完全没有必要了，这样也失去了教育的本来意义。父母让孩子自由地成长，就要放松、自由地舒展自己，身心愉快地和孩子一起成长。

把这本书放在床头，闲的时候翻一翻，它能或多或少地给你鼓舞、指导，帮助你的孩子健康快乐地成长，同时帮助你远离教育的烦恼。



|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| <b>第一章 做快乐轻松的好父母 .....</b>  | <b>1</b>  |
| 做个优雅美丽的妈妈 .....             | 2         |
| 夫妻共同育儿其乐融融 .....            | 5         |
| 孩子妈妈在一起的快乐 .....            | 8         |
| 和老师经常保持沟通 .....             | 11        |
| 不把坏情绪带回家 .....              | 14        |
| 和孩子成为好朋友 .....              | 17        |
| 和孩子一起玩游戏 .....              | 19        |
| 把孩子打扮漂亮 .....               | 22        |
| 适当寻求老人的帮助 .....             | 24        |
| 雇保姆能让自己更轻松 .....            | 27        |
| <b>第二章 尊重是家庭教育的基础 .....</b> | <b>29</b> |
| 蹲下来和孩子说话 .....              | 30        |
| 别把说教当成法宝 .....              | 33        |
| 不用命令的口气 .....               | 37        |
| 给孩子更多的鼓励和期望 .....           | 39        |

|                  |    |
|------------------|----|
| 尊重孩子的天赋 .....    | 43 |
| 尊重孩子的独立个性 .....  | 47 |
| 保护孩子的好奇心 .....   | 50 |
| 玩是孩子的天性和权利 ..... | 53 |
| 不要认为父母永远正确 ..... | 57 |
| 积极地倾听孩子 .....    | 59 |
| 妥善应对孩子的叛逆 .....  | 63 |
| 与孩子共同成长 .....    | 66 |

### 第三章 塑造孩子良好的品格..... 69

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 帮助孩子远离冷漠 .....  | 70  |
| 教孩子学会分享 .....   | 74  |
| 培养孩子宽容的美德 ..... | 77  |
| 诚实是孩子的美德 .....  | 80  |
| 培养正直的品格 .....   | 84  |
| 培养孩子的责任感 .....  | 87  |
| 培养孩子的孝心 .....   | 91  |
| 让孩子自己设计未来 ..... | 95  |
| 让孩子学会感恩 .....   | 97  |
| 让孩子乐观看世界 .....  | 100 |

### 第四章 培养孩子的生活自理能力..... 103

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 不要过分溺爱孩子 .....    | 104 |
| 不要过分迁就孩子 .....    | 107 |
| 帮助孩子改掉懦弱的性格 ..... | 110 |
| 发展孩子的自我认知能力 ..... | 113 |
| 教孩子从小懂得勤俭节约 ..... | 116 |

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 教孩子在体验中学会自立 .....  | 119 |
| 对孩子进行适度的劳动教育 ..... | 122 |
| 培养孩子良好的卫生习惯 .....  | 125 |
| 培养孩子的理财能力 .....    | 128 |
| 培养孩子的良好生活习惯 .....  | 131 |
| 教孩子学会自我管理 .....    | 133 |

## 第五章 提升孩子的社会交往能力 .....

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 教孩子学会尊重别人 .....    | 138 |
| 教孩子学会谦虚 .....      | 141 |
| 培养孩子敏锐的观察力 .....   | 144 |
| 学会自己选择朋友 .....     | 147 |
| 培养一个有教养的孩子 .....   | 151 |
| 让孩子学会与他人相处 .....   | 154 |
| 与人交往中要注意安全 .....   | 157 |
| 教育孩子正确使用网络 .....   | 160 |
| 培养孩子的守法意识 .....    | 163 |
| 鼓励孩子积极参与社会交往 ..... | 166 |

## 第六章 培养孩子的学习能力 .....

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 好父母胜过好老师 .....    | 170 |
| 重视孩子的早期教育 .....   | 173 |
| 激发孩子的内在学习动机 ..... | 176 |
| 充分挖掘孩子的潜能 .....   | 179 |
| 用兴趣引领学习 .....     | 182 |
| 帮助孩子克服学习障碍 .....  | 185 |
| 提高孩子的专注力 .....    | 187 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 让孩子体会学习的成就感 ..... | 191 |
| 成长比分数更重要 .....    | 194 |

## 第七章 鼓励孩子积极参与竞争 ..... 197

|                  |     |
|------------------|-----|
| 从小就要有主见 .....    | 198 |
| 培养孩子的自信心 .....   | 201 |
| 培养孩子的意志力 .....   | 205 |
| 做人要信守承诺 .....    | 208 |
| 锻炼孩子坦然接受挫折 ..... | 211 |
| 为孩子插上想象的翅膀 ..... | 214 |
| 尊重孩子的兴趣选择 .....  | 217 |
| 不要鼓励孩子追逐名利 ..... | 220 |
| 不要忽视孩子的攀比心 ..... | 223 |
| 培养正确的竞争意识 .....  | 226 |

# 第一章

## 的好父母 做快乐轻松



## 做个优雅美丽的妈妈

### 家教故事

惠娟是一个爱美的女人，喜欢把自己收拾得干净清爽，打扮得大方美丽。

做了妈妈之后，惠娟喜欢带着女儿一起逛街，为女儿买漂亮的衣服，而她依然不放弃对美丽的追求。惠娟说：“生了孩子后，我每周有三天早晨必须练半个小时的瑜伽，来舒展自己的身体。在饮食上，我从不节食，但是非常节制。”

“你不怕麻烦吗？”别的妈妈问她。

“不会呀，美丽已经成了我的习惯！”

在惠娟的影响下，惠娟的女儿也很爱美。有一次，丈夫对惠娟说：“你们母女俩还真是都很靓丽！”

惠娟说：“我们的目标是看上去像姐妹花一样靓丽！”

### 智慧点拨

一位优秀的母亲，一定要做到首先关爱自己，因为只有爱自己才能爱别人，只有宽容的妈妈才能教育出宽容的孩子。

当你坐飞机时，空乘人员总是告诉大家：先把自己的氧气罩戴好，再给孩子戴。听起来好像很自私，但细想起来却很对，如果你失去了知觉或挣扎着找氧气罩，就很难帮助你的孩子。

在为孩子操劳、奉献的同时，妈妈也要懂得爱自己。

女人爱自己，就要学会保养自己，让孩子因为有一个年轻美丽的妈妈而骄傲，让丈夫因为有一个魅力四射的妻子而欣喜，更让自己带着健康美丽来度过一生。

妈妈在追求美丽时，并不一定需要昂贵的保养品，也不必追求奢华的品牌，只需要把美丽当成一个好习惯去培养去维护，就一定不会有丑女人存在。

有这样两位妈妈：

A妈妈35岁，有一个10岁的孩子。生完孩子后身体就发福了，认为都当上妈妈了，就不必管什么身材不身材了，于是吃东西没有节制，遇上好吃的就胡吃海塞，累了就靠在沙发上看电视，不去做健身，也懒得与朋友见面，不久就成了身材臃肿的“黄脸婆”。

B妈妈也是35岁，同样有一个10岁的孩子。生完孩子后她每天坚持锻炼身体，一个月之后，身材就恢复得和以前差不多了。遇上休假，她就会带上孩子去逛公园、看展览、会朋友。而且也很懂得打扮自己，出门前会抹防晒霜、补水液、保湿精华素……穿戴整齐得体。她还积极参加各项社交活动，认识了越来越多的朋友，很多初次见到她的人都以为她未婚，根本想不到她都做了10年的妈妈了。

你愿意做哪种妈妈呢？相信很多人都会选择做B妈妈。

不要以为当了孩子的妈妈就一定会变得拖沓，只要在自己的身上多花点心思，生了孩子的妈妈完全能够把自己打扮得漂亮得体。妈妈应该拿出时间衣着光鲜地去听音乐、看话剧，追求时尚，关心自己的衣服是不是有些过时。

只有当妈妈心满意足时，才能将快乐幸福分享给孩子。要知道，妈妈的优雅整洁胜过给孩子上美育课，妈妈的从容自信是孩子最好的教科书，妈妈的一颦一笑、一举一动都会给孩子带去影响。

生了孩子，妈妈也应该拥有自己的生活，这样才能觉得每天都是快乐的，并且将这种快乐传递给孩子。

## 细节指导

如何才能做一位优雅美丽的妈妈呢？专家提出以下建议：

(1) 控制体重。节制饮食，尽可能保持20多岁时标准的体重，最多也不要超过标准体重的10%。

(2) 保养皮肤。经常喝水，保持皮肤不干燥。性质温和的补水护肤品也可多用，做到里应外合。

(3) 合理饮食。要做到三餐营养合理，早上吃好，中午吃饱，晚上吃少。此外，还要常吃蔬菜和水果。

(4) 睡眠充足。美人是睡出来的，充足的睡眠可让皮肤富有弹性和光泽。

(5) 坚持运动。游泳、瑜伽、散步、快走、太极、舞蹈等运动都很适合女性，既不会太累，还能达到锻炼的作用。

(6) 心情开朗。心烦时给朋友打个电话向她倾诉，不要把悲痛留给自己。开心时尽情欢笑，不要害怕笑出皱纹来，也可以像孩子似的游戏，不要害怕别人说你幼稚。

(7) 修炼气质。内在气质往往比外表更能打动人，女人要通过学识来提高自身修养，让自己变得更加从容，更有魅力。



## 夫妻共同育儿其乐融融



### 家教故事

周末，王英带着女儿在公园里玩，平常王英工作很忙，女儿都是跟着爷爷奶奶玩儿。所以，只要有时间，王英就希望能陪女儿多玩一会儿。

草地上，到处是孩子们游玩的身影。这时，一个稍大一点的男孩走了过来，没头没脑地对着王英说：“我爸爸说话不算数，每次说陪我玩，可他总是有事。今天说好要带我放风筝的，他又说有一大堆工作要做，让我不要打扰他。”说着又气呼呼地走了，男孩的妈妈追过来，跟王英歉意地笑了笑说：“孩子一直想让他爸爸陪他玩，说了几次了，可是总忙于工作，孩子就生气了。您别介意啊。”说完又去追赶男孩去了。

乍听到这话，王英心里感到很可笑，觉得孩子真是天真，可以对一个陌生的阿姨打爸爸的小报告。这时女儿蹒跚地走过来，问道：

“妈妈，为什么爸爸不跟我们一起玩呢？”王英心里一沉，她望望四周，才发现大部分都是妈妈带着孩子出来玩的，而仅有的几个父亲还时不时地接着电话，处理着事情。

王英陷入了沉思。

## 智慧点拨

女性对于成就感的追求以及很多时候仅凭男人无法支撑家庭的社会现实，双薪家庭成为社会家庭形式的主流。赚钱养家的不再只是男人的事，但是让很多妈妈不平衡的是，家务和育儿工作还只是女人的责任。很多时候，爸爸一进门就会坐在沙发上，看电视休息。而妈妈白天忙工作，晚上回家又忙家务，又照顾孩子，总觉得时间不够、精力不够，恨不得有三头六臂。

很多家庭都忽视爸爸在孩子心中的分量，其实，与孩子绝不能缺少妈妈的陪伴同理，爸爸的存在对孩子而言也是不可或缺的。妈妈的温柔呵护、爸爸的勇敢果断，对孩子的成长都是重要的。因此，妈妈要让爸爸参与进来，分担家务和育儿的工作。有些妈妈也许会因为丈夫的粗心而心生顾虑，不敢放手让他带孩子。其实不然，妈妈不要随便干涉丈夫教育孩子的权利，也许你会发现，他们教育孩子另有一套呢。

妻子应该坦率地向丈夫说明，为了要同时扮演好员工、好妻子和好妈妈的角色，自己正遇到何等艰辛的处境，希望得到他的理解和支持，并请求他的帮助。

妻子总是抱怨自己的丈夫不分担家庭的责任，对家务事毫不关心，也不关心教育子女。但是当丈夫偶尔做一些家务时，妻子却又不放心地推开丈夫。当丈夫陪孩子玩会儿时，妻子又怕丈夫会伤着孩子。因此，很多情况下，是妻子从一开始就将丈夫从家庭中的位置剥离开，而将丈夫应该负起的责任收归己有。妻子不给丈夫分配任务，却还抱怨丈夫不承担家庭的责任。

称赞是让丈夫行动起来的动力来源。在丈夫帮助自己处理家务或照顾孩子时，一定要适时地给予表扬，并向其表达谢意。偶尔在亲朋好友或邻居面前对丈夫加以称赞，是使丈夫感到面子十足的事情，从而也激励丈夫积极参与到家庭事务之中。

如果丈夫不善于做家务事，不如让丈夫来育儿。妻子要在孩子与丈夫之间扮演好协调者的角色，一方面使孩子感觉爸爸是家庭中不可或缺的一

员，另一方面要积极创造丈夫参与育儿工作的机会，让爸爸有被需要的感觉和能做好一切的自信心。例如一起吃饭时，让孩子等爸爸先动筷子后再吃；丈夫下班后，让孩子主动给爸爸拿拖鞋，并说“爸爸辛苦了”等，让孩子在生活中处处感受到爸爸的重要性，稳固丈夫在家庭中的位置。

同时，让丈夫给孩子讲一些男人擅长的知识，或者让丈夫亲自读书给孩子听，如给孩子讲故事、哄孩子睡觉等，可以让丈夫发现孩子的可爱之处，愿意努力成为“最好的爸爸”。适时地对丈夫加以激励，可以让丈夫有自豪感，能更发自内心地关注孩子的成长，以达到让丈夫行动起来的目的。

### 细节指导

妻子不要在丈夫面前絮叨事物的繁重，比如刚进家门，就吩咐他做这做那，这样会使丈夫的心情变坏。可以让他适当地休息会儿，待其解除压力与疲劳后再征求他的意见或拜托他去做事，丈夫就会心甘情愿地帮助你完成。

在丈夫陪孩子玩耍时，如果有些地方让你感到不放心，那么最好不要责备丈夫，可以婉转地说：“看，要这样才行。”这样不仅能够让丈夫与孩子同时享受到快乐，还会使丈夫体会到作为父亲的自信和自豪之感。



## 孩子妈妈在一起的快乐



### 家教故事

周慧最近很烦恼，婆婆有事回老家了。正在上小学的女儿的接送成了问题，经常是学校孩子都快走光了，周慧才急忙赶到学校。看着女儿孤零零的，周慧心里也酸酸的。

这段时间她也不太清楚应该给女儿吃些什么可以增加营养。

这天，下班早，周慧急忙去接女儿。女儿还没有放学，周慧就在校外等着，这时有几个女人招呼她，她一看，原来是同住一个小区的。经了解，才知道，她们的孩子跟女儿同龄，也在这所学校上学，而且她们都是全职妈妈。

周慧把自己的苦恼向她们倾诉，说自己挺羡慕她们可以全心全意照顾孩子，她总觉得亏欠孩子似的。全职妈妈们也很体谅周慧的苦处，自愿说如果她忙的话，她们可以替她接送孩子，反正她们自己的孩子也是要接送的，她们还教了周慧几道孩子爱吃的菜，让周慧感激不尽。

此后，吃了晚饭，周慧也不趴在电脑前忙自己的事了，有时间她就下楼和孩子一起玩儿，和其他妈妈一起交流，其他妈妈也纷纷交流着自己的育儿经，让周慧学到不少知识。作为回报，周慧教她们理财知识，还送她们一些小礼品。

等婆婆赶回来，周慧已经俨然一个育儿专家了。