

Growing Up with Success

家庭素质教育必备藏书

美国家庭的素质教育



成功人格的培养

〔美〕詹妮弗·田 著

做自信 自尊

自强 幸福的

进取者

人民出版社



Growing Up with Success

美国家庭的素质教育

成功人格的培养

〔美〕詹妮弗·田 著



四川人民出版社

(川)新登字 001 号

责任编辑：黄 杨

封面设计：大 野

美国家庭的素质教育

[美] 詹妮弗·田 著

四川人民出版社出版 (成都盐道街3号)

四川省新华书店经销

四川省彭山县彩印厂印刷

开本：850×1168 1/32 印张：9 字数：150 千

2000 年 6 月第一版 2000 年 6 月第一次印刷

ISBN 7-220-04745-2/G·934 印数：1—5000

定价：16.80 元

作者的话

如果一个孩子生活在批评之中，他就学会了谴责。

如果一个孩子生活在敌意之中，他就学会了争斗。

如果一个孩子生活在恐惧之中，他就学会了忧虑。

如果一个孩子生活在怜悯之中，他就学会了自责。

如果一个孩子生活在讽刺之中，他就学会了害羞。

如果一个孩子生活在妒嫉之中，他就学会了嫉妒。

如果一个孩子生活在耻辱之中，他就学会了负罪感。

如果一个孩子生活在鼓励之中，他就学会了自信。

如果一个孩子生活在忍耐之中，他就学会了耐心。

如果一个孩子生活在表扬之中，他就学会了感

激。

如果一个孩子生活在接受之中，他就学会了爱。

如果一个孩子生活在认可之中，他就学会了自爱。

如果一个孩子生活在分享之中，他就学会了慷慨。

如果一个孩子生活在诚实和正直之中，他就学会了什么是真理和公正。

如果一个孩子生活在安全之中，他就学会了相信自己 and 周围的人。

如果一个孩子生活在友爱之中，他就学会了这世界是生活的好地方。

如果一个孩子生活在真诚之中，他就学会了心情平静地生活。

你愿意给孩子一种什么样的生活呢？

使孩子具有健康、健全的人格，比之智力的开发及其他能力的培养更为重要，是孩子人生旅途中的支柱，是孩子最终走向成功的可靠保障。

培养孩子成功的人格是一项艰巨的工作，没有捷径可走。成功的人格是怎样得来的呢？

可爱的孩子们的爸爸妈妈们，让我们翻开书，一起来探讨吧。

目 录

第一部分 父母是孩子成长的根

- ◎让孩子能感受到父爱 3
- ◎“让我亲亲，让我抱抱” 8
- ◎不做闹钟妈妈 12
- ◎亲子沟通的艺术 15
- ◎娇纵不是爱 19
- ◎轻声对孩子说 23
- ◎与孩子一起卡通 27
- ◎不用“暴政”对孩子 30
- ◎永远不说否定孩子的话 35
- ◎勿求太完美 39
- ◎站在孩子的角度 43
- ◎赏罚分明 言出必行 46

2 成功人格的培养

第二部分 什么是孩子成长最重要的

◎生命中最重要 57

◎勇敢课 63

◎成功源于“想入非非” 66

◎发问和答案一样重要 69

◎你欠孩子什么? 75

◎孩子做事孩子当 79

◎还有比分数更重要的 82

◎自我表达与“涂鸦集” 86

◎有兴趣才会有动力 90

◎犯错是成功的第一步 95

◎学“棕熊妈妈”把孩子“赶”出去 98

◎理性思考力越早发掘越好 105

◎培养孩子正确的金钱观 110

◎孩子的责任心重在诱导 117

◎教出不怕失败的孩子 120

第三部分 点点滴滴铸就成功人格

- ◎让孩子自己来决定 125
- ◎走出旧式教育的误区 129
 - ◎不要吝啬你的赞美 136
 - ◎他为什么“说谎”? 141
 - ◎“三分钟”训练法 147
 - ◎与独子过招(一) 151
 - ◎与独子过招(二) 160
 - ◎直面“性”问题 170
 - ◎“健忘症”与依赖心理 176
 - ◎预防“信息消化不良”症 178
 - ◎怎样对待反叛的孩子 181
- ◎给足孩子面子 185

4 成功人格的培养

第四部分 营造自由、宽松的成长环境

- ◎制订弹性时间表 191
 - ◎把玩还给孩子 196
 - ◎书是甜的 200
 - ◎不要小看“秘密抽屉” 204
 - ◎当孩子不“吃”时 207
 - ◎找呀找,找到一个好朋友 211
 - ◎试一试“视而不见” 215
 - ◎让孩子走出去 218
 - ◎让孩子高高兴兴上床 221
 - ◎“小脏猪”变乖宝宝 224
 - ◎培养孩子的美感与乐感 228
 - ◎小心多事的青春期 231

附录 美国孩子的学习要求

第一部分

父母是孩子成长的根

身体语言是沟通亲子关系的桥梁



溺爱会阻碍孩子的成长



健全的人格是人生旅途的支柱



否定孩子可能就毁了他一生

让孩子能感受到父爱

每个人在成长过程中都离不开父爱。母爱给人以温馨和幸福之感，是润物细无声般的柔情；而父爱可以让孩子坚毅、果敢、成熟和有安全感。如果一个父亲不能让你的孩子感受到你对他的爱，他的人格将会是不健全的。

怎样才是小孩心目中理想的父亲形象？且看美国某杂志一次调查中，小学三年级的小朋友如何描述：

·好爸爸常带我出外玩，常给买我喜欢的东西，常给我零用钱。

4 成功人格的培养

·好爸爸不常在外应酬、不抽烟、不喝酒、不赌钱，注意自己健康。

至于六年级的儿童与三年级的大致相同，不过还增加了对父亲个性方面的要求：

- 不会忘记曾答应过子女的事情。
- 有幽默感。
- 不容易发怒。
- 温柔体贴。

到了初中二三年级的孩子，他们对理想父亲的要求更加复杂：

- 不干涉儿女的行动自由，允许子女有交朋友的自由。
- 多了解子女，并把他们当成人看待。
- 遵守诺言。
- 不擅自打开子女的抽屉，翻看他们的私人物件。

据调查分析显示，子女都希望爸爸在上班时能热心投入地工作，下班后则赶快“回家吃晚饭”，享受一家团聚的天伦之乐。

理想的爸爸，是孩子学习的榜样，是生命中另一类导师，能给予孩子中肯的意见，是孩子的人生楷模和典范。

查理现在在加州攻读博士，小的时候，不苟言笑的父亲常给查理一种严肃得令人敬而远之的印象，查理常羡慕地看着别人的父亲亲昵地与孩子嬉笑玩乐，他曾以幼稚的

语言对我说起理想的父亲形象：

- 常陪我玩。
- 不要太严肃。
- 责骂时不要恶狠狠的，让我感到他非常讨厌我。

现在，查理也当了父亲，他是个称职的父亲，回家之后与儿子一同玩笑、游乐，我总嘲笑他是一个“大顽童”，查理却讲起了一个我不曾知道的故事：

十五岁那年有一天，查理在郊游时过分淘气，脚被尖利的石头割破，到医院包扎后，几个同学送他回家。

在家附近的街口，查理碰见了爸爸。于是他一边跷着扎了绷带的脚给爸爸看，一边哭丧着脸诉苦，满以为会收获一点同情与怜爱，不料平时总板着脸训查理的爸爸还是没有安慰他，只是面无表情地责骂道：“怎么搞的？那么不小心！”便自己走开了。

查理很伤心，很委屈，也很生气。他觉得爸爸“一点也不关心”他。在他大发牢骚时，有个同学笑着劝道：“别生气，大部分

6 成功人格的培养

老爹都这样。其实他很爱你，只是不善于表达罢了。不信你看，等下你爸爸走到前面拐弯的地方，他一定会回头看你。”查理半信半疑，其他同学也很感兴趣。于是他们不约而同停了脚步，站在那儿注视着爸爸远去的背影。

爸爸依然笃定地一步一步向前走去，好像没有什么东西会让他回头……可是当他走到拐角处，就在他侧身左拐的刹那，好像不经意似的悄悄回过头来，很快地瞟了查理他们一眼，然后才消失在拐角处。

虽然这一切都只发生在一瞬间，但那动作却打动了在场的所有人，查理的眼睛也潮湿了。

讲这个故事时查理的双眼似乎又朦胧起来，也许又回想起父亲拐弯时的回头一瞥，忆起了已不在人世了的父亲对儿子深深的爱。

查理接着说：“很久以来，我都想了解什么叫父爱，从那时起，我知道了那是深埋在心底的一种深深的爱。”

不过，查理又说：“我不明白的是为何父亲总要将爱藏而不露，直到我十五岁时才有机会明白父亲是那样的爱我。爱就是要表达，让人知晓。所以我不会再像父亲一样

把爱掩藏在心底，我要让我的儿子尽早知道，父爱并不只是拐弯处的回头，父亲是朋友，是伙伴，更是生命中不可缺少的依恋。”

美国多位儿科医生劝喻，父母应尽量减少或避免让儿童进食以下食物：

- ①含有糖分，如曲奇饼、西饼、雪糕等甜食；
- ②含有精炼碳水化合物，如白面包、白米或白面粉制成的食品；
- ③含有咖啡碱，如朱古力、可乐、茶、咖啡；
- ④含有人造色素，如糖果、雪条、汽水。

“让我亲亲，让我抱抱”

美国纽约大学的触摸心理实验发现，缺乏父母身体触摸的儿童，长大以后普遍缺乏温情和体贴，而且往往不自信，自我评价低，难以向人传达快乐的情绪，对周围的人也常常是冷漠的，缺乏亲和力。

贝蒂的爸爸、妈妈都在市中心上班，每天坐地铁往返要3个小时，因为工作的关系，二岁的贝蒂便被父母送进了幼儿园。

刚进园的小贝蒂显得那么的孤独无