

新手爸妈

补习班

XINSHOUBAMABUXIBAN



这些养育法则
不能不知道

马英◎著



新手爸妈 补习班



(鄂)新登字 02 号

图书在版编目(CIP)数据

新手爸妈补习班——这些养育法则不能不知道/马英著.

—武汉:湖北教育出版社,2012.7

ISBN 978 - 7 - 5351 - 7647 - 9

I. 新…

II. 马…

III. 家庭教育

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 131510 号

出版发行 湖北教育出版社

邮政编码 430015 电话 027 - 83619605

地 址 武汉市青年路 277 号

网 址 <http://www.hbedup.com>

经 销 新华书店

印 刷 武汉市新华印刷有限责任公司

地 址 武汉市江夏区纸坊古驿道 91 号

开 本 787mm × 1092mm 1/16

印 张 14.25

字 数 204 千字

版 次 2012 年 7 月第 1 版

印 次 2012 年 7 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5351 - 7647 - 9

印 数 1 - 5 000

定 价 24.80 元

如印刷、装订影响阅读,承印厂为你调换

前言

Preface

好孩子是教出来的，而教育孩子是一项系统工程。对于家长来说，教育比养育更为重要。我们在给孩子提供丰富的物质满足的同时，一定不要忘记还需给孩子系统的教育。

每个家长都希望自己的孩子优秀，能成为好孩子，可是如何才能使孩子成为好孩子呢？这是一门极大的学问。如果家长在不知道什么是好孩子的情况下，就按照自己心里的标准对孩子盲目地进行教育，一旦采用了错误的方法，就会毁了孩子，甚至使孩子变成坏孩子。

当今的父母普遍重视孩子的教育，可是对如何去教育孩子，他们的脑海却是一片空白，更鲜有人知教育孩子的诸多原则。基于此种现象，我们推出《新手爸妈补习班》系列图书，目的就是让更多的年轻爸妈掌握教育孩子、认知孩子、启发和引导孩子的新理念、新方法，使他们在教育孩子的道路上有规律可遵循，少走弯路。

《新手爸妈补习班——这些养育法则不能不知道》给我国广大的家长提供了全方位、最有效的教子原则。鱼缸法则告诉我们要给予孩子充分的自由；罗森塔尔法则强调鼓励比批评更能让孩子优秀；狼性法则教我们要让孩子坚强地面对生活；甘地夫人法则让我们明白挫折能帮助孩子成长；强化法则证明，本能的一些东西，如果没有得到强化，也会消失；狐狸法则让我们懂得了如何培养孩子的独立性；破窗法则指导我们如何运用暗示的方式来引导孩子；力量法则让我们教会孩子认识力量，从而让他更好地运用力量；延迟满足法则的



奇妙之处是可以通过延迟满足来锻炼孩子的自制力，能让孩子更容易地获得成功；希望法则是父母给孩子最好的礼物，因为希望是孩子最美的动力——永远让孩子看到希望。

上述这些法则不仅告诉你怎么做成功父母，更重要的是告诉你这么做的理由和具体的科学的操作方法。既能让孩子们在成长的过程中展现自己最好的一面，也能使父母在教育的互动中与孩子共同成长，享受家庭的欢乐。本书的适时推出，为您及时解决了施教难的问题。它是一部不可多得的亲子互动型的养教书籍，是您枕边最知心、最便捷的教子秘籍。

1. 育儿的本质是爱孩子，孩子成长的过程是一个不断学习的过程，家长应该给予孩子足够的耐心和支持。

2. 每个孩子都有自己的特点和长处，家长应该尊重孩子的个性，因材施教，帮助孩子发现自己的潜能。

3. 家长应该以身作则，成为孩子的榜样，培养孩子的良好习惯和品德。

4. 家长应该与孩子建立良好的沟通关系，倾听孩子的想法和感受，给予孩子足够的关爱和支持。

5. 家长应该培养孩子的独立性和解决问题的能力，让孩子学会面对困难和挑战。

6. 家长应该培养孩子的自信心和自尊心，让孩子相信自己有能力做好每一件事。

7. 家长应该培养孩子的责任感和团队合作精神，让孩子学会与他人合作和分享。

8. 家长应该培养孩子的创造力和想象力，让孩子学会思考和探索。

9. 家长应该培养孩子的时间观念和自律能力，让孩子学会合理安排时间和自我管理。

10. 家长应该培养孩子的健康意识和生活习惯，让孩子学会关爱自己和他人。

11. 家长应该培养孩子的感恩之心和善良品质，让孩子学会尊重他人和回报社会。

12. 家长应该培养孩子的坚韧不拔的精神，让孩子学会面对挫折和失败。

13. 家长应该培养孩子的终身学习意识，让孩子学会不断学习和成长。

14. 家长应该培养孩子的社会适应能力，让孩子学会与人交往和融入社会。

15. 家长应该培养孩子的法律意识和公民意识，让孩子学会遵守规则和承担责任。

16. 家长应该培养孩子的环保意识和社会责任感，让孩子学会关爱地球和人类未来。

17. 家长应该培养孩子的国际视野和跨文化沟通能力，让孩子学会尊重不同文化和民族。

18. 家长应该培养孩子的领导力和团队协作能力，让孩子学会组织和领导他人。

19. 家长应该培养孩子的自我意识和自我管理能力，让孩子学会认识自己和管理自己的情绪。

目录
Contents

第一章 自由能让孩子更快成长——金鱼缸法则

金鱼缸法则一般被用在经济管理中，是指一种具有极高透明度的管理模式。这种法则也可以用于家庭教育中，家长在教育孩子时若能采用透明的管理模式，给孩子讲明白做一件事的前因后果，而不用命令的口气告诉孩子要怎样做，孩子就不会出现逆反和任性的心理。

1. 给孩子自由	002
2. 不要把兴趣强加给孩子	005
3. 让孩子明白你表达的意思	008
4. 爱和自由不能无限制	011
5. 玩是给孩子的另一种自由	015
6. 给孩子自由不是耕耘，不要期待收获	018
7. 给自由，不要胁迫	021



第二章 鼓励比批评更能让孩子优秀——罗森塔尔法则

1968年，罗森塔尔等人来到一所小学，随机选了几个儿童，做了预测未来发展的测验，并制作了一份“优异发展可能”的名单给老师。8个月后，这些被定为“优异发展可能”的学生成绩普遍提高，教师也给了他们良好的品行评语。这当中便包含着罗森塔尔法则——鼓励的力量不可忽视。

- 8. 鼓励教育是最好的教育 025
- 9. 鼓励教育也需要严格要求 028
- 10. 表扬孩子有浓淡 031
- 11. 鼓励和惩罚并重 034
- 12. 不要用别人的错误惩罚自己的孩子 037
- 13. 惩罚孩子的智慧 040
- 14. 不要轻易贬低孩子 043

第三章 像狼一样坚强地生活——狼性法则

物竞天择，适者生存。狼群在恶劣的自然环境中学会了专注、坚韧、顽强、团结和严格的纪律，这些生存法则帮助它们形成了超强的生存竞争能力，使它们在危险的环境中生存繁衍了百万年。孩子将来也要面对竞争激烈的社会，学习狼群的一些生存法则，有助于孩子更好地成长。

- 15. 狼性教育一——优胜劣汰教育 047
- 16. 狼性教育二——团队合作精神 050
- 17. 狼性教育三——承担责任的品质 053
- 18. 狼性教育四——顽强的精神 056
- 19. 狼性教育五——爱的教育 059

20. 狼性教育六——学习羊的优点	062
-------------------------	-----

第四章 挫折能帮助孩子更好地成长——甘地夫人法则

当孩子因害怕手术而紧张、恐惧时，甘地夫人告诉孩子：“手术后伤口会非常疼，而且任何人都无法代替你疼，但你不能总是哭，因为那样不利于你的康复。所以，孩子，面对疼痛，你需要勇敢地承受。”这就是甘地夫人法则——面对挫折疼痛时，要勇敢地承受。

21. 一帆风顺的孩子不强壮	066
22. 挫折教育是道香美的辅菜	069
23. 挫折教育，先父母后孩子	072
24. 挫折教育不是挫败孩子的自信心	075
25. 挫折教育不能少了爱	078
26. 你的孩子适合挫折教育吗？	081
27. 培养孩子正确对待挫折的态度	083
28. 和孩子一起克服挫折	086

第五章 强化让孩子掌握的东西更牢固——强化法则

人类的行为不是对外界的刺激做出的简单反应，而是为了得到一定结果的操作性行为，因此人类在认识世界规律时，有强化的特性。几乎任何知识都是在强化中被深化的。幼小的孩子，心智发展不完善，对各种行为的奖惩反应很明显，所以他们更适合强化教育。

29. 知识在于不断强化	090
30. 用强化培养孩子的好习惯	093
31. 掌握主动以确保强化完成	096
32. 强化也要潜移默化	099



33. 奖惩分明是强化的有效手段 102
34. 置之不理的奇效 105

第六章 培养孩子的独立能力——狐狸法则


当小狐狸长大，学会了猎物的技巧后，狐狸妈妈就会毫不留情地把它们赶出家门，即使是小狐狸苦苦哀求，狐狸妈妈也丝毫不动摇。如果有哪只小狐狸不肯离开家门，狐狸妈妈就会露出最尖利的牙齿，撕咬它。在狐狸的世界里，这是最好的成长法则。同样，在人类世界里，孩子迟早也要进入社会独立生活，所以从小培养孩子的独立能力就显得非常重要。

35. 独立从分床开始 109
36. 别忽视孩子的心理“断奶” 112
37. 培养独立能力要先培养独立思想 115
38. 独立性格要早培养 118
39. 让孩子自己去创造 121
40. 让孩子自己解决冲突 124
41. 警惕分离焦虑症 127

第七章 教育孩子，暗示很重要——破窗法则

如果一个人打碎了一栋建筑上的一块玻璃，没有人及时去修补它，其他人可能会受到某些暗示，而打碎更多的玻璃。这就是体现暗示力量的破窗法则。在一个家庭中，孩子或多或少会表现出和父母期望的言行举止类似的行为，很多时候这并不是父母特别教授的，而是暗示在潜移默化地起作用。

42. 暗示是一股强大的力量 132
43. 剔除不良暗示 135

- 
- 44. “5分钟暗示法”塑造好孩子..... 139
 - 45. 良好的暗示能够消除消极情绪..... 142
 - 46. 用暗示帮助孩子改正错误..... 145
 - 47. 用暗示代替命令..... 148
 - 48. 巧用暗示法改变淘气包..... 151

第八章 懂得力量的孩子才强大——力量法则

力量是一种能力。同等条件下，力量大的人总是比力量小的人更容易成功。在孩子的眼里，父母就是拥有绝对无法反抗力量的人。然而，世上的事，有时却并不是由力量的大小决定的。让孩子认识到力量的重要性和不唯一性，认识到力量是他成长旅程中最宝贵的财富。

- 49. 永远不要与孩子斗强..... 155
- 50. 把抽象的力量形象化..... 158
- 51. 力量并不是成功的唯一要素..... 161
- 52. 让孩子的心充满力量..... 164
- 53. 管教的力量..... 167
- 54. 把你的力量赐予孩子..... 170
- 55. 爱是最大的力量..... 173

第九章 自制力能让孩子更容易成功——延迟满足法则

当孩子一再向你索要某些东西时，你是立刻满足他，还是延迟一段时间？你对孩子而言是有求必应的父母吗？目标的实现不是一蹴而就的，愿望不会永远都是立刻就被满足的。让孩子早早学会等待，学会用自己的努力得到自己想要的东西，或许对孩子更加有利。

- 56. 无度大方的家长会害了孩子..... 177

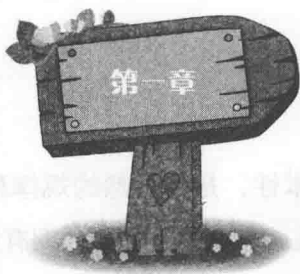


- 57. 不“立刻给”对孩子更有益 179
- 58. 让爱生气的孩子学会忍耐 182
- 59. 家长要对孩子敢于说“不” 185
- 60. 将大目标分解成小目标 188
- 61. 延迟不是让孩子看不到希望 191
- 62. 延迟不是一刀切 193
- 63. 计划也是一种延迟 196

第十章 希望是孩子最美的动力——希望法则

希望是什么？希望是潘多拉盒子里唯一美好的东西，它能激励人们在遇到磨难时不放弃。孩子的希望更重要，它是孩子勇敢前行时永不熄灭的灯塔，为孩子照亮着未来的路。

- 64. 让孩子拥有自己的希望 200
- 65. 永远让孩子看到希望 202
- 66. 生命是希望的载体 204
- 67. 别打破孩子的梦想 207
- 68. 善良是孩子人生的希望 210
- 69. 别用“×”毁了孩子的希望 213



自由能让孩子更快成长

——鱼缸法则

鱼缸法则一般被用在经济管理中，是指一种具有极高透明度的管理模式。这种法则也可以用于家庭教育中，家长在教育孩子时若能采用透明的管理模式，给孩子讲明白做一件事的前因后果，而不用命令的口气告诉孩子要怎样做，孩子就不会出现逆反和任性的心理。



给孩子自由

喜欢自由是所有生命的本性，是大自然的规律和法则。一个失去自由的人，心理和生理都将受到摧残。对于孩子来说，拥有更多的自由成长的空间比拥有生命都重要，他们可以通过支配所拥有的自由发展空间，逐步增长见识，形成独立自主的意识，掌握生活技能。所以，我们应该知道，孩子除了有吃好穿好的生理和生活需求外，还渴望得到尊重和自由。尊重孩子，就要把自由和独立还给孩子，让孩子自主选择、自由探索。当然，父母给孩子自由的发展空间，不是对孩子放手不管，而是根据孩子的意愿，顺应孩子的天性，对孩子加以合理引导，让孩子自主地发展，使孩子更加愉快、健康、自由地成长。

卓卓喜欢一个人摆弄一些小物件，如家里的破闹钟、旧玩具等，他会不厌其烦地拆来拆去。每当他兴致勃勃地沉浸在发现与探索的世界中时，妈妈总会走过来批评他把家里搞得很乱，强迫他收拾起那堆破烂，并一再强调今后不许再做这些给大人添乱的事情。

看着妈妈收拾走了东西，本来兴致正高的他，心里很不高兴，嘟起小嘴走到一边生气去了。当妈妈要他背唐诗时，他很不情愿地将头扭过去，以示自己心中的不满。等妈妈一离开，他就将被收走的东西一样不少地翻捡出来，又开始了他的探索。

几经拉锯战，母子之间的情感裂痕越来越大，大人生气，孩子变得倔强起来。针对小卓卓的这种状况，妈妈到网上去寻求答案。经过专业教育人士的指点，她才明白，原来自己的这种教育孩子的方式不对，对孩子的限制过于严

格，没有给孩子留出充分的自由空间，结果适得其反，扼杀了孩子的求知欲望和好奇心。

找到了症结所在，卓卓妈妈不再限制孩子的自由，而是与他一起沉浸在探索中。尽管她自己对这些小儿科一点也不感兴趣，但仍耐心地陪同孩子去做那些拆拆装装的事情。结果，孩子的学习欲望越来越强烈，母子间的关系也越来越融洽，母子二人还找到许多共同的兴趣。

卓卓母子间的经历在许多家庭里都出现过，明智的父母会及时纠正自己的管教方式，而一些不明智的父母则会认为，小孩子嘛，不严加管教怎么行。不同的态度，结果也全然不同。

当今的家庭，多是一个孩子，很多父母对孩子采取溺爱的方式，怕孩子受到任何伤害，事事替孩子包办，从而剥夺了孩子的自主能力，使孩子不但失去了动手动脑的能力，而且还缺乏独立自主的精神。从父母的本意来讲，当然是爱孩子，殊不知正是这种不科学的爱，夺走了孩子自由成长的权利，无意间造成了孩子的无能。

蒙台梭利认为，自由是每个人与生俱来的基本权利。蒙台梭利的自由原则是，使儿童获得自由，将儿童从妨碍其身心发展的障碍中解放出来，使儿童的天性得以自然地表现。她认为，自由与纪律、独立、意志、个别性与社会性的发展都是相统一的。只有在自由的前提下，孩子的一切才能得以发展。如果我们给予孩子充分的自由，就会引起他们的兴趣和激情，从而唤醒那些隐藏着的、潜在的能力和创造力。

所以，要给孩子自由的成长空间，让孩子自己去决定一些事情，只要能保证孩子的安全，我们就应该放手让他去做。因为孩子的能力就是在不断动脑动手的过程中逐渐形成的。而孩子的自信和自主意识，也是在父母放手的情况下，通过逐渐做事慢慢养成的。孩子对自我的良好认识与肯定，更是在其身心投入并获得劳动果实的过程中得以实现的。

父母给孩子自由成长的空间，绝非让孩子放任自流，任凭他随意发展，而



是既有放手又有关注，适时地予以指导，因为孩子还不能对这个世界做出全面正确的认知。父母在锻炼孩子自己思考、自主决定的同时，不要忘记及时帮助孩子把握正确的方向。

新手爸妈加油站

自由的成长空间，可以让孩子在民主的家庭氛围中学会宽容、谦让、理解和融洽相处，可以使其求知欲得到满足，人格得以健康发展。给孩子的自由是多方面的，如时间自由支配、兴趣自由选择、情感自由发泄等。

1. 时间由孩子自由支配。除了孩子正常的学习和休息时间，剩余的时间应该让孩子自己安排。只要不伤害到自己，不侵犯别人，不破坏环境，孩子都可以自由自在地活动。你应该让孩子享有充分的自由，不要过多地去干预他，这样有利于孩子身心的发展。

2. 兴趣由孩子自由选择。兴趣是发自心底的一种意识，只有感兴趣的事情，孩子才会主动积极去做。所以，我们不要盲目地按照大人的意愿，要求孩子去做他们不愿意做的事情。你应该给孩子一个自由发展的空间，给他们多一点选择兴趣的权利，这样才能培养出更多的天才来。

3. 情感由孩子自由发泄。每个人都有可能犯错，孩子犯错可能更大。当孩子做错了事时，他最担心父母的打骂了。如果做父母的选择了这种粗暴的教育方式，孩子的情感就有可能得不到有效表达，甚至连他解释的权利都被剥夺了。这样就很有可能让孩子产生逆反心理，收不到良好的教育效果。当孩子犯错时，应该给孩子更多的宽容，心平气和地给他指出错误，找出原因，提出希望。这样孩子才能与你交心，才能认识到自己错在哪里，并知道如何去改正。

4. 让孩子自己去判断和选择。爸妈要当好孩子的参谋，但千万不要把自己的意愿强加给孩子，更不要让孩子为实现父母的理想做出不情愿的选择和牺牲。只有让孩子从小多一些自由的空间，让他自己去思考、去选择、做决定，有意识地培养孩子开阔的思路，才能全面提高孩子各方面的能力与素质。



不要把兴趣强加给孩子

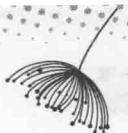
兴趣是最好的老师，是孩子自主学习的动力，能够使孩子的学习从自发走向自觉，从自觉走向自律。我们平时所说的天赋，其实是兴趣的直接表现。只有自己最喜欢做的事情，才能忘我地投入，才能孜孜不倦地去探索。每个孩子都有自己的兴趣。无论孩子喜欢做哪一类的事情，只要有益于孩子的身心发展，就应该让孩子去按照自己的意愿去做。

即使孩子的兴趣与父母所期望的相差甚远，父母也不要强迫孩子按大人的兴趣与爱好去学习和发展。要避免对孩子进行强迫教育，不能硬逼着孩子去做他们不愿意做的事情。如果不顾孩子的心理特点，采取强迫、命令，甚至威胁的手段硬逼孩子改变自己的兴趣，其结果必然是扼制孩子的学习兴趣和成效，损害他们的身心健康。

童乐乐并不快乐，10岁的孩子，每天学习的时间近10个小时，从周一到周五，除固定的教室学习时间外，每天至少还要上一个校外辅导班，什么数学、英语、作文、美术、钢琴，周六周日的学习日程也安排得满满的，搞得孩子每天都筋疲力尽，很少有自己的玩耍时间。

童乐乐很怀念学前的那些日子。那个时候爸爸妈妈对自己多好啊，大多数时间都是在玩耍中度过的，自己最喜欢的泥塑现在也没有时间去做了。记得最后一个泥塑作品是和平鸽，当时爸爸妈妈都在场，指导教师对这个作品给予的评价很高。可是，自从步入了小学的大门，他就再也没有动手做过一件作品。

夜已经很深了，许多人家的窗口陆陆续续地熄灭了灯光，可是童乐乐还有



数学作业没有写完，爸爸和妈妈轮流走进他的房间一遍又一遍地催促着，口气也由恳求逐渐变成不耐烦，甚至埋怨了。

尽管心里是那么的不情愿，尽管面对该死的数字是那么的厌烦，他还是咬牙坚持着。

最后一道题终于做完了，大脑已经开始有些意识模糊了，困意一阵阵袭来，可是他还不能立即上床睡觉，而是要等妈妈把题一道道检查过关后才算最后完成。

童乐乐一天天地瘦了下去，精神越来越差，学习成绩明显下滑。爸爸妈妈原本期望不让乐乐输在起跑线上，现在看来他是跑不赢了。

童乐乐的不快乐应该引起父母们的深思。当我们为孩子设计前程的时候，应该问问孩子是怎么想的。美国社会家庭学家康斯坦丁·尼诺指出：“家庭教育定向的一个关键，是要让自己与孩子平等关系中来认识、研究、对待和决定。家长去发现孩子的兴趣，比家长让孩子去产生兴趣重要得多。”也就是说，家长不能刻意去培养孩子的兴趣。因为，受自己的人生观、世界观、文化素养与所处的社会环境、生活经历的影响，家长在对孩子进行兴趣培养时会带有很强的主观性。如果要培养的兴趣与孩子原本的兴趣巧合，那就如鱼得水，会获得极佳的教育效果。倘若培养的这种兴趣与孩子原本的兴趣相悖，那就会南辕北辙，甚至会毁了孩子的一生。

孩子的兴趣是一种非常宝贵的资源。保护孩子的兴趣是为了更好地开发、利用它，任何形式的不尊重、限制或否定都不利于保护孩子的兴趣。而对孩子的兴趣进行过度挖掘，竭泽而渔，是极不负责任的行为。

兴趣是在较大的生活背景下对其中某些事物的偏好和主动关注。趣味是吸引孩子关注的最佳方式，而快乐是维持孩子兴趣的稳定剂。抓住这两点，就拥有了培养孩子兴趣的金钥匙。不要让孩子在许多种兴趣之间穿梭，那样会使孩子应接不暇，疲于应付。不要指望孩子的兴趣会在一夜之间就奇迹般地开花，也别认为“狂轰乱炸”有利于培养孩子的兴趣，相反，那将破坏孩子的兴趣。