

好孩子如何养成



打造孩子 的核心竞争力



周云炜 编著



郑州大学出版社

好孩子如何养成



打造孩子 的核心竞争力

周云炜 编著



郑州大学出版社

郑州

图书在版编目(CIP)数据

打造孩子的核心竞争力/周云炜编著. —郑州:郑州
大学出版社,2015.2
(好孩子如何养成)
ISBN 978-7-5645-2142-4

I. ①打… II. ①周… III. ①儿童-能力培养 IV. ①G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 006117 号

郑州大学出版社出版发行

郑州市大学路 40 号

邮政编码:450052

出版人:王 锋

发行部电话:0371-66658405

全国新华书店经销

郑州市金汇彩印有限公司印制

开本:710 mm×1 010 mm 1/16

印张:12.25

字数:183 千字

版次:2015 年 2 月第 1 版

印次:2015 年 2 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-5645-2142-4

定价:28.00 元

本书如有印装质量问题,请向本社调换

序 言



培养孩子核心竞争力的重要性

每个人都希望自己的孩子长大之后能有所作为,可以在某些事情上取得成功,能够成为受人尊敬的人,但是,成为这样的人的前提就是具备核心竞争力。核心竞争力是一个人应当拥有的综合素质,它决定着这个人能否走向成功。

现在,父母们常常会听到类似“现在的大学生就业压力越来越大”的说法。的确,现代的大学生人数众多,可其中的很多人空有一肚子知识却无处用——这与他们从小接受的教育有关。

一个人拥有的核心竞争力并非与生俱来的,而是通过后天培养所得的,成功人士展现出的一系列素质——能力、特性、勇气、智慧、判断力、想象力、自制力等,都足以让人相信,他就是与生俱来的胜者。

其实,“天生”这个词并没有那么可靠,即便孩子先天资质不足,我们也可以通过后天的一系列训练,帮助孩子拥有在社会上立足的根本——核心竞争力。

有了核心竞争力之后,孩子在应对各种竞争的时候就会表现得从容、淡定,更容易在竞争的过程中取胜。

那么,如何才能最大化地提升孩子的竞争力呢?怎样才能最优化配置孩子特有的天赋优势、资源,让他们拥有属于自己的核心竞争力,让他们在日后的竞争中得心应手呢?

本书通过深入研究探讨如何培养孩子的核心竞争力,让父母们更清楚地认识到培养孩子核心竞争力的重要性,以及核心竞争力对孩子后天发展的影响。

作者

2014 年 10 月

前言



成功人士能够拥有非凡成就并非偶然,而是与他们的核心竞争力有着密切关系。所谓核心竞争力,即自己擅长的、其他人不具备的或比对手更优秀的竞争力。核心竞争力是对一个人在社会上生存能力、抢占资源能力的衡量指标,核心竞争力强的人方可稳占社会中的高位,进而让自己的生活更加优质、稳定、从容。

孩子有了核心竞争力之后,日后的发展就有了保障,因为核心竞争力是能够帮助他获得信心的源头、成长的根本。

中国自古就有“穷人的孩子早当家”的说法,其实际意义并不是说生活穷苦的孩子当家就早,而是说,穷人家的孩子对父母的依赖更少,更有机会独自面对、处理事情,自立的能力也就更强,在竞争的过程中能够占据一定的优势。等到他们长大后,应对上级分配的任务时,哪怕是初次接触,也不会胆怯、惧怕;相反,多数时候,他们都能够做得非常出色,在竞争对手云集的环境中脱颖而出。

锻炼孩子的核心竞争力,能够让他在人群之中脱颖而出,在竞争的时候运用巧妙的方法先人一步;在众多应聘者中一眼被领导看中……对于社会的进步、个人的进步来说都是有益的。

很多父母不清楚何为“孩子的核心竞争力”,以为所谓的“核心竞争力”无非是让孩子表现得很强势。其实不然,核心竞争力表现在各个方面,包括自制力、责任心、分享意识等。

当然了,这些能力并不需要太过刻意地去培养,潜移默化的影响会带来

意想不到的效果。比如,父母的模范作用——每个孩子都喜欢模仿自己父母的言行,而这种做法对于孩子品质的培养来说尤为重要,父母的言行举止中体现出各种能力、素质、品德,孩子的言行举止自然也会体现出这些优点。

培养孩子的核心竞争力主要取决于父母肯不肯“放手”。现在的孩子接受的溺爱太多,使得他们迈不开独自前行的脚步。为了避免孩子受伤害,父母甚至剥夺了孩子体验生活的权利,这样做是不对的,要知道,胆怯、懦弱、不能独立处事的人是成不了大事的,在面对竞争对手时甚至会“腿软”。父母一定要懂得“放手”。

还有一点贯穿全书的内容,那就是鼓励。对于孩子来说,金钱、利益是次要的,而鼓励占据着主要地位。对于孩子的每一点进步,父母都应当给予相应的肯定和鼓励,这对于孩子品质的培养和进步有至关重要的作用。

本书对于与培养孩子核心竞争力有关的基本知识做了详细介绍——从小对孩子进行培养,把握好现在,才能让孩子拥有更加辉煌的未来。

核心竞争力测试一



孩子自我控制能力测试

日常生活中,父母应当注意培养孩子的自控能力,因为自控能力也是领导者必备的品质之一,自我控制能力强的人能够抵御多种诱惑,直奔目标。

【测试题】

1. 孩子在游戏活动中是否灵活?
2. 看到别人有新玩具,孩子是否会控制好自己的情绪,并不要求父母给自己也买一个?
3. 孩子是否可以较长时间地思考一个问题?
4. 孩子对于自己熟悉的事是否能很快完成?
5. 孩子碰到烫的东西是否能敏捷地缩手?
6. 孩子是否宁愿放弃一部分玩的时间多学些其他知识?
7. 孩子是否可以在很饿的情况下等爸爸妈妈都坐好之后一同吃饭?
8. 孩子是否不挑食?
9. 孩子玩耍时是否有时间观念?
10. 孩子是否常常能忍住不发火?
11. 孩子四肢是否能伸展自如、不僵硬?
12. 孩子跳舞时,动作是否协调?
13. 孩子兴奋之后是否能很快平静下来?
14. 对于较难的问题,孩子是否能花更多时间去思考,之后再动手做?

15. 做作业时,孩子是否能想清楚后再动笔?

16. 孩子花时间学知识是否为了自己的进步而不是为了得到他人的表扬?

17. 孩子是否每天都觉得过得很高兴?

18. 有两样都喜欢的东西而只能选一样时,孩子是否会很快做出选择?

19. 如果父母不答应孩子的要求,向孩子解释清楚缘由后,他是否会平静地接受?

20. 孩子是否相信自己在面对一个难题时能很快做出解答?

以上各题,回答“是”可以得1分,回答“否”不得分。将各题的得分相加,算出总分。

0~5分:表示孩子的自我控制力弱,可能是由孩子大脑发育水平较低、日常行为习惯不良等导致的。

处在这一分数段的孩子控制力差的方面包括行为、情绪、认知活动能力。也就是说,孩子可能缺乏高级运动能力,很难完成某些精细运动;或是缺乏情绪控制力,很难控制自己的情绪,常常大声哭闹,产生偏激情绪;或缺乏思维控制力,难以估计出自己完成某项思维活动所需的时间、步骤。

6~10分:表示孩子自我控制力较弱,可能是由孩子大脑发育水平或日常行为习惯不良导致的。

处在这一分数段的孩子缺乏控制自己的行为、情绪、认知活动的的能力。孩子可能较为缺乏高级运动能力,很难很好地完成某些精细运动;或是较为缺乏情绪控制力,不能较好地控制自己的情绪,有时会大声哭闹,产生偏激情绪;或者较为缺乏思维控制力,难以比较准确地估计出自己完成某项思维活动所需的时间、步骤。

11~15分:表示孩子的自我控制力较强,大脑发育水平较高,日常行为习惯较好。

处在这一分数段的孩子可以较好地控制自己的行为、情绪、认知活动。孩子拥有很好的运动能力,能够完成某些精细运动;具有很不错的情绪控制能力,可以很好地控制自己的情绪,不会出现过分偏激的情绪;拥有很好的思维控制力,可以准确估计出自己完成一项思维活动所需的时间、步骤,具

有较成熟的自我控制能力。

16~20分:表示孩子的自我控制能力非常强,孩子的大脑发育水平、日常行为习惯非常好。

处在这个分数段的孩子可以很好地控制自己的行为、情绪和认知活动。孩子的运动能力非常强,可以自行完成多数精细运动;情绪控制能力非常强,完全可以控制自己的情绪,不会出现太过偏激的情绪;思维控制能力非常好,能准确估计出自己完成某项任务所需的时间和步骤,自我控制能力非常成熟。

核心竞争力测试二



孩子自信能力测试题

每个孩子都有优秀的一面,父母要善于从不同的角度对孩子进行观察,学会以欣赏的眼光看孩子,只有这样才能培养孩子的自信。那么,你的孩子是否拥有足够的自信呢?我们有这样一组测试题,可以客观地反映孩子的自信能力。

【测试题】

1. 孩子是否能清楚地说出自己的优缺点? ()
A. 经常 B. 偶尔 C. 根本不能
2. 孩子是否常常与人攀比衣着、玩具等? ()
A. 经常 B. 偶尔 C. 从不
3. 孩子在陌生环境中是否会变得拘谨? ()
A. 经常 B. 偶尔 C. 从不
4. 老师是否会反映孩子在课堂中很少积极举手发言? ()
A. 经常 B. 偶尔 C. 从不
5. 孩子在面对考试时是否觉得紧张? ()
A. 经常 B. 偶尔 C. 从不
6. 孩子对自己的外表是否满意? ()
A. 满意 B. 一般 C. 不满意

7. 被批评后,孩子是否会感到很难过? ()

A. 会 B. 一般 C. 不会

8. 发表的言论被质疑后,孩子是否会变得沉默? ()

A. 会 B. 一般 C. 不会

9. 在遇到挫折时,孩子是否立即垂头丧气? ()

A. 是 B. 一般 C. 否

10. 孩子被同学欺负时,是否不敢作声? ()

A. 是 B. 有时 C. 否

11. 孩子是否觉得自己非常能干? ()

A. 是 B. 一般 C. 否

12. 孩子在众人面前发言、表演时,是否会觉得不自在? ()

A. 是 B. 一般 C. 否

13. 孩子是否惧怕挑战艰巨的任务? ()

A. 是 B. 有时 C. 否

14. 孩子和同学发生冲突时,是否会生气甚至攻击对方? ()

A. 会 B. 有时 C. 否

15. 孩子是否会在下定决心做某件事之后坚持到底? ()

A. 会 B. 一般 C. 否

16. 孩子是否常常将责任推卸到他人身上,而不敢承担错误? ()

A. 是 B. 有时 C. 否

17. 孩子是否能够果断做出决定? ()

A. 是 B. 一般 C. 否

18. 孩子是否可以耐心听取他人的意见? ()

A. 是 B. 一般 C. 否

第1、6、11、15、17、18题选A者得2分,选B者得1分,选C者得0分;第2、3、4、5、7、8、9、10、12、13、14、16题,选A者得0分,选B者得1分,选C者得2分,将上述所得分数加在一起,即可得出孩子的自信指数。

得分总和 ≥ 28 ,表明孩子非常自信,说明父母平时为孩子创造了非常好的成长环境。很多心理研究显示,自信是非常重要的品质,它与孩子将来的

成功、幸福有密切关系。但是提醒父母们注意,如果孩子在未知领域中过分自信,或者由于过于坚持己见而不愿承认错误等,都不是真正的自信。有效的自信训练,能够帮助孩子形成正确、合理的自信,获得属于自己的成功、幸福。

得分总和为 21 ~ 27 分,表示您的孩子可能在以下几方面展现出了自己的自信力:能够坚持己见、乐观看待挫折、正视自己的优点和不足等。但是想更加自信,还要继续努力、进步,变得更自信能够让孩子拥有健康、成功、友谊。孩子在父母的带领下参与自信训练,能够帮助孩子建立良好的自信,还能够使其很好地适应以后的学习、工作。

得分总和 ≤ 13 ,表示您的孩子在自信力方面还有很大的提升空间,在坚持己见、乐观面对挫折、正确对待自己优缺点等方面需要继续加油。如果不抓紧对孩子进行自信训练,孩子很有可能出现消极的想法、表现,会对其健康成长产生阻碍。希望父母能和孩子一同加油,继续创造更多的自信。

目 录



第一章 培养孩子的独立能力

培养孩子独立思考、判断的能力	2
培养孩子独立处理问题的能力	4
培养孩子自我管理的能力	6
培养孩子的自理能力	8
培养孩子的主动性	11
让孩子克服依赖性	12
让孩子适时体验生活	14

第二章 培养孩子的决断力、自制力

让孩子自己做决定	19
倾听孩子发表的意见	21
培养孩子判断是非的能力	23
培养孩子的自制力	26
培养孩子控制情绪的能力	28
教孩子控制暴力行为	31

第三章 培养孩子的自信心

自信关乎孩子的创造能力	35
培养孩子的自信心	37
懂得正确地安慰、赞美孩子	39
用正确的方法让孩子远离自卑	42
用正确的方法让孩子远离孤僻	44
用正确的方法让孩子远离恐惧	47
用正确的方法让孩子不再软弱	49

第四章 培养孩子的创新能力

懂得发现、培养孩子的创新能力	53
帮助孩子提升记忆力	55
鼓励孩子去想象	57
鼓励孩子动手创造	61
鼓励孩子去模仿	63
肯定孩子的好奇心	65

第五章 培养孩子的学习能力

为孩子创造良好的学习环境	69
鼓励孩子多提问题	71
培养孩子良好的学习习惯	74
激发孩子对学习的兴趣	77
鼓励孩子探索知识	80
让孩子学会集中注意力	82
让孩子学习到谦虚的品质	85

第六章 培养孩子的责任感

培养孩子的责任心	89
教育孩子要做诚信的人	91
教育孩子宽容待人	94
帮助孩子克服嫉妒	97
让孩子改掉说谎的毛病	101

第七章 培养孩子的品德、习惯

让孩子明白好品德有多重要	107
教育孩子要有爱心	109
让孩子拥有感恩的心	112
多讲道理、少责罚	114
培养孩子倾听的好习惯	116
处理好父母与孩子的关系	118
培养孩子的自我保护能力	121

第八章 培养孩子的理财能力

帮助孩子规划自己的每一分钱	126
培养孩子的理财品质	128
鼓励孩子将钱存入银行	130
教育孩子生活要简朴	132

第九章 培养孩子的交际能力

培养孩子协作的能力	136
让孩子意识到团结友爱的重要性	138

让孩子懂得尊重他人	140
让孩子体会到分享的快乐	142

第十章 培养孩子的坚强意志

培养孩子克服困难的勇气	146
让孩子学会应对挫折	148
培养孩子的抗挫能力	149
培养孩子承受失败的能力	152
帮助孩子调节不良情绪	153
帮助孩子培养自尊心	157
培养孩子的坚强意志	160

第十一章 培养孩子的竞争力

培养孩子挑战自我的精神	166
孩子应当拥有自己的梦想	167
对孩子的进步予以鼓励	169
培养孩子的规则意识	171
培养孩子的总结、反思能力	174