

陪伴是送给孩子最珍贵的礼物

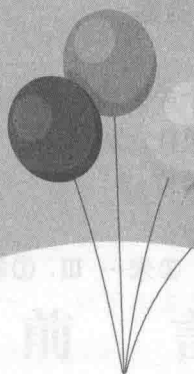
陪孩子 走过人生的 三个关键期

柴一冰 朱妙祺◎编著

陪出好心情，陪出好性格

用心陪伴，用爱关注，培养孩子的好习惯、好行为，
轻松应对孩子的成长难题，让孩子无忧度过每一个人生关键期。

北京工业大学出版社



陪孩子 走过人生的 三个关键期

柴一冰 朱妙祺◎编著

PEI HAIZI
ZOU GUO REN SHENG DE
SANGUE GUANJIANQI

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

陪孩子走过人生的三个关键期 / 柴一兵, 朱妙祺编著.
—北京: 北京工业大学出版社, 2018.3

ISBN 978-7-5639-5937-2

I. ①陪… II. ①柴… ②朱… III. ①家庭教育
IV. ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 325499 号

陪孩子走过人生的三个关键期

编 著: 柴一兵 朱妙祺

责任编辑: 付春怡

封面设计: 周 飞

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编: 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 香河利华文化发展有限公司

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 16

字 数: 191 千字

版 次: 2018 年 3 月第 1 版

印 次: 2018 年 3 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-5937-2

定 价: 35.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)



前言

每一位父母都竭尽所能地爱自己的孩子，但是养育孩子除了付出爱之外，还要了解孩子的成长规律，陪伴他们度过人生的关键期。

家长们了解孩子成长的关键期吗？

所谓成长的关键期，即“对特定技能或行为模式的发展最敏感的时期或者做准备的时期”。“关键期”概念的创始人、20世纪奥地利动物学家劳伦兹经过观察发现，倘若小鹅在出生七天之内不与母亲在一起，此后就不会再认母，因为它错过了“认母期”。

劳伦兹的这一发现引起了教育家们的注意，他们开始关注孩子的成长过程，并发现孩子的语言、行为、思维等能力的发育都有一定规律，由此将孩子的成长过程分为多个关键期。倘若父母能在孩子成长的各个关键期给予其正确的指引和培养，孩子的学习能力、思维能力等都能得到迅速提升，对孩子的成长大有裨益。反之，倘若父母错过了这些关键期，即便花费数倍的努力也难以弥补。

印度“狼孩”卡马拉姐妹俩自小与狼生活在一起，渐渐丧失了人类的特质。回到人类社会后，姐妹俩依然像狼一样生活，尽管科学家们尝试各



陪孩子走过 人生的三个关键期

种方法对他们进行训练，但姐妹俩的进步十分缓慢。一岁半的妹妹经过两个多月的训练终于能够发出“不”的音，但一年后就不幸去世了；8岁的姐姐经过3年的培训后学会用脚走路，但直到17岁去世时也只会说不到50个单词，智商水平保持在3岁左右。这则故事说明，人类一旦错过成长的关键期，即便付出再大的努力也很难弥补。

本书主要对孩子成长的三个关键期进行阐述，分别是0~5岁、6~8岁和13~16岁。因为0~5岁是孩子心理发展和学习能力发展的关键时期，孩子安全感的建立、行为习惯的养成等都在这一阶段逐渐形成。倘若家长疏忽了对孩子学习能力的开发和心理成长的引导，将对孩子的成长带来不利影响。

6~8岁是孩子组织能力、创造能力、思维能力、自控能力等的关键发展时期，他们对外界的事物充满好奇，能够通过学习获取知识和智慧，也懂得欣赏艺术和美。家长需要在这一时期培养孩子的兴趣爱好，引导孩子不断思考、主动学习，让孩子养成良好的学习、思维和生活习惯。

13~16岁是孩子的青春期，此时的孩子自尊心、独立意识较强，情感丰富，而且思维敏感，容易受到环境的影响。所以家长要与孩子增进沟通，给孩子更多关爱和尊重，在保住孩子面子的同时，对其心理、情感进行正确引导，让孩子走出青春期的各种误区，树立正确的“世界观、价值观、人生观”。

本书抓住亲子互动的日常细节，以“故事+理论”的行文方式向家长们讲述如何陪伴孩子度过人生的三个关键期，帮助家长在正确的时间科学地挖掘孩子的潜能，提升孩子各方面的能力，为孩子的美好未来打下良好的基础。



目 录

上篇 0~5岁是孩子启蒙的关键期

第一章 不可忽视的启蒙早教课 3

良好的早期教育对孩子有决定性的作用 3

3岁前，孩子有8个智力飞跃的台阶 7

了解蒙台梭利的“敏感期”教育 9

父母应做孩子的榜样 12

3岁前是语言开发的最佳时期 15

第二章 好习惯越早培养越好 19

讲卫生是让孩子健康的重要习惯 19

“肃静活动”让孩子更有自制力 22



安全意识帮助孩子远离危险	24
良好的睡眠习惯让孩子睡得香	27
从一点一滴中养成节俭习惯	30
第三章 从小培养孩子的独立性	33
趁早培养孩子的独立能力	33
父母要重视培养孩子的独立人格	35
父母呵护孩子不要用力过猛	38
父母溺爱是孩子独立性的大敌	41
父母的陪伴使孩子更独立	44
第四章 在生活中锻炼孩子的纪律性	48
孩子在成长的路上要自由也要有纪律	48
在玩乐中培养孩子的纪律性	50
纪律离不开秩序感的建立	53
对不守纪律的孩子要给予一定的惩罚	55
孩子纪律性的培养要因人而异	58
第五章 户外教育, 让孩子学会亲近大自然	61
培养孩子的好奇心, 陪孩子走进大自然	61
在大自然中对孩子进行生命教育	63
爱护环境, 更要爱护大自然	66

给孩子一些认识植物和农作物的机会 69

用自然教育助孩子扔掉电子设备 71

中篇 6~8岁是孩子好习惯养成的关键期

第一章 良好的性格需要父母的引导和教育 77

父母性格好，孩子也会形成好性格 77

好性格从培养好习惯开始 80

父母要耐心培养孩子的性格 83

性格教育不是套模板，要因人而异 86

孩子好性格不是一朝一夕养成的 89

第二章 好父母善于引导孩子改变不良行为 93

以身作则，让孩子不再懒惰 93

耐心引导孩子摆脱磨蹭坏习惯 96

孩子偷东西，父母要冷静处理 99

及时引导孩子学习文明用语 102

父母诚实守信，孩子远离谎言 105

第三章 解放思想，帮孩子养成良好的学习习惯 107

提高学习能力，才能养成良好的学习习惯 107



父母陪同，孩子在学习中才有快乐	111
提高学习认知，端正孩子的学习态度	115
好习惯需要在好氛围中培养	118
“学习型父母”更易激发孩子的学习兴趣	121

第四章 父母爱研究，孩子创新能力强

124

创新能力从培养孩子的好奇心开始	124
多听、多看，陪孩子一起观察世界	127
发现新事物，“打开”孩子的想象力	129
鼓励孩子做实验，激发创造热情	132
创新需要孩子具有合作精神	135

第五章 树立正确的是非观，

让孩子拥有良好的道德和品行

138

帮助弱小，激发孩子潜意识中的“英雄梦”	138
父母言而有信，孩子诚实可靠	141
陪孩子一起做“正义天使”	144
鼓励孩子主动与人交往，做个热情的好伙伴	146
带孩子走进团队，增加孩子的集体荣誉感	148

下篇 13~16岁是孩子形成自我的关键期

第一章 良好的沟通让孩子顺利度过青春期 153

抽出一点儿时间，听孩子说说心里话 153

打骂孩子不如坐下来了解孩子 156

为孩子营造一个快乐和谐的成长环境 160

用幽默拉近与孩子的距离 163

父母会沟通，孩子才会交心 167

第二章 父母要给予青春期孩子更多的爱与尊重 170

良好的亲子关系从尊重孩子的隐私开始 170

孩子合理的请求父母应给予支持和满足 173

孩子的看法，父母不要急着否定 175

相信孩子可以变得更加优秀 178

信任不仅要靠说，还要靠行动表现出来 181

第三章 父母的鼓励，是孩子最好的助推器 184

激发孩子的潜能和优势 184

每个孩子都是最棒的个体 186

父母应鼓励孩子跌倒了再爬起来 189

言传身教，帮助孩子树立积极健康的心态 191



给孩子适当的奖励，让鼓励实质化	194
-----------------------	-----

第四章 父母应宽容对待每一个犯错的孩子 198

父母越生气，孩子越不听话	198
父母要耐心对待“问题孩子”	202
叛逆的青春期也是挥洒热情的时期	206
和孩子站在同一个角度看待问题	211
纠错是教育孩子的目的	215

第五章 青春期，父母这样和孩子谈谈感情的事 220

不要让爱情成为话题的禁区	220
用平等的态度和孩子谈感情话题	225
关注孩子成长，帮助孩子走出失恋阴影	230
告诉孩子“友谊的小船”如何才不翻	235
关爱孩子，加强对孩子的亲情教育	239

上 篇 0~5岁是孩子启蒙的关键期



良好的早期教育 上 篇 决定性的作用

0 ~ 5 岁是孩子启蒙的关键期

什么是早期教育？是指孩子从出生到入学之前所接受的教育。早期教育

第一章 不可忽视的启蒙早教课

良好的早期教育对孩子有决定性的作用

早教即早期教育，是指孩子从出生到入学之前所接受的教育。早教旨在对孩子的体能、智力、心理进行启蒙和训练，为孩子全面发展打好基础。

婴幼儿期是孩子成长发育的重要阶段，这个时期的孩子神经系统发育快，各种潜能亟待开发。研究表明，婴幼儿时期的孩子对外界的刺激最为敏感，接受新事物的能力也最强。可以说，早教阶段是孩子智慧发展的黄金时期。生物学家研究发现，婴儿的大脑在出生后还将经历一个发育至成熟的过程。尤其是四岁之前，如果不为他们提供一个良好的发育环境，孩子大脑的发育将会被制约。

比如人们都听说过的“狼孩”，她们是从小跟着狼一起生活、长大的孩子，行为方式、思维习惯与狼并无二致，智力低下，发育迟缓。

1920年，印度加尔各答北部的米德纳波尔城中，出现一种“神秘生物”。他们经常在夜晚出行，长相和人类相似，但用四肢行走。一天夜



晚，两个“神秘生物”和三只狼出现在米德纳波尔城内，三只狼被人们打死。大家出于好奇，跟随两个“神秘生物”来到狼窝，仔细一看，原来她们是两个小女孩。后来这两个小女孩被人们送到米德纳波尔的孤儿院抚养，大的取名为卡马拉，小的取名为阿玛拉。初到孤儿院时，她们依然沿袭狼的生活习性，而且不会说话。经过7年的教育，卡马拉仅掌握了45个词，16岁时，她的智商仅相当于三四岁的儿童。

可见，如果长期与其他人隔绝，得不到良好的教育，孩子的智力发展会受阻。此外，一些所谓智力超群的神童，其实也是由于在小时候就得到了好的教育。婴幼儿时期对孩子进行良好的教育和引导，为孩子创造一个“富有营养”的环境，不仅能促进孩子大脑的发育，也能为孩子的成长和发展奠定基础。

很多家长认为，孩子的智力是先天形成的，其实，孩子的智力在不断发展和成长，而幼儿期是孩子智力发展的关键期。早教能够促进孩子智力的发育，增强学习效果。专家发现，2~3岁是孩子练习口头语言的最佳时期，而4~5岁则是孩子学习外语口语的最佳时期。这个年龄阶段的孩子语法、发音等习惯还未拘泥于母语，不会在学习外语时与母语混淆。5岁左右是掌握数学概念的最佳时期，6岁左右则应培养孩子的方位感。这些在蒙台梭利的教育思想中也有所提及。一些心理学家认为，5岁之前的孩子智力发展得最快。

一些学者认为，孩子的各种潜力在他们的一生中是逐渐递减的。如果施行适当的早期教育，就能激发他们的各项潜力。早教开始得越早，潜力激发得就越多。他们认为如果刚出生的孩子具有100分的潜力，出生不久就能得到良好的教育的孩子将能成为具有100分能力的人，而5岁之后才获得教育的孩

子则最多拥有80分的能力。进行教育的时间越晚，孩子的潜力损失得越多。

针对一些家长对于早教会导致孩子的大脑劳累、损害智力的担心，学者也进行过实验研究。事实证明，这种担心完全没有必要。早期教育会给孩子的大脑丰富的刺激，不过并不会对大脑造成伤害，反而会促进大脑的发育。因此，适当的早教能够使孩子的智力得到充分的发展，这是孩子一生中教育的起点，能为其接受进一步的教育打好基础。

早教对孩子的重要性不仅反映在促进大脑发育上，还体现在知识储备上。知识是无穷无尽的，如果能较早开始对孩子的教育，帮助他们探索学习的方法，激发他们对学习的兴趣，就能使孩子主动学习，方便他们掌握更多知识。这也有利于孩子入学后接受教育。

一些孩子可能具有特殊的才能，即天赋。比如很多孩子在绘画、钢琴上的禀赋，高于常人。孩子的这些才能同样需要得到家长的引导。比如弹钢琴，有人认为孩子5岁之后再学钢琴已经来不及。这是由于弹钢琴对孩子的手指的灵活性有较高的要求，手指的力量、灵活性、敏感性都是重要的指标。这些能力5岁之后很难得到提升。绘画能力也是如此，孩子对色彩的感觉、对事物的认识往往在5岁之前已经定型，之后很难得到扩展或改变。因此，在一些特殊才能上，家长需要对孩子进行良好的早教来引导，使他们发现自己的才能并进一步得到训练。

早教对孩子与父母的亲子关系有重要意义。在对孩子进行早期教育的过程中，父母与孩子进行良好的沟通，与孩子的交流比较多，不仅能让家长了解到孩子的个性和喜好，也能拉近双方关系，使孩子感受到父母的爱，心理安全感得以建立，这对孩子的成长是有好处的。而且，在此过程中，孩子的表达能力也能得到提升，这有利于他们的人际交往。



生活中，人们经常发现，一些孩子存在着这样那样的不足，比如不爱读书思考、喜欢撒谎等。这些习惯纠正起来往往比较困难。很多教育专家认为，这些习惯大多是婴幼儿期形成的。如果能够及时发现并通过适当的早教方式引导，完全可以弥补。婴幼儿时期孩子出现的问题，大多可以通过早教进行预防和化解。

很多人都知道这样一个故事，一位母亲对儿子百般娇惯，导致孩子养成了好吃懒做的习惯。有一次，母亲要出门远行，便做了一张足够儿子果腹的大饼挂在儿子的脖子上，让他饿了便吃。母亲回家后却发现儿子已饿死多日，而那张饼并没有吃完，脖子后面的饼孩子并没有吃到。原来由于太懒，孩子吃完前面的饼之后，便没有动过。

这便是没有对孩子进行良好的早期教育的恶果。如果母亲能够从孩子小时便对他进行引导，帮助他养成好习惯，纠正他身上的毛病，相信此类事件不会发生。从近年来频发的少年犯罪事件中，人们也可以发现，这些孩子或多或少在个性上都有一定的缺陷，而且这种缺陷似乎是一直存在的，这是父母没有进行充分、健康的早期教育导致的。

因此，早期教育对孩子的大脑发育、智力成长、个性养成和习惯养成都具有重要意义，家长一定不能轻视。不仅如此，良好的早期教育能让孩子更快地适应入学后的学习和生活，这有助于为他们以后的学习和生活打下良好的基础，让他们更加健康地成长。