

融合爱与沟通技巧的神奇之书
不惩罚不娇纵管出好孩子

谈旭◎著

孩子， 这10件事 你越早明白越好



无论在什么样的文化环境中，家长们在这里都可以学会用有效、愉快的沟通方式与孩子建立亲子关系！

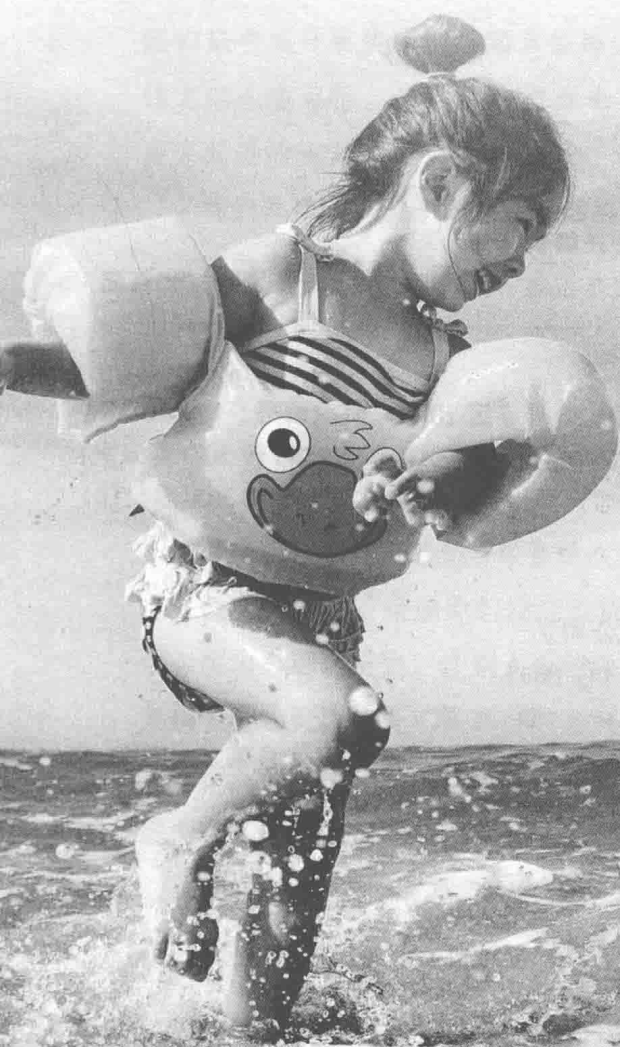


不听话 叛逆 厌学 坏朋友
心理脆弱 坏习惯
拖延 不合群
.....

这些问题，都有答案！

孩子， 这10件事 你越早明白越好

谈旭◎著



中国财富出版社

图书在版编目(CIP)数据

孩子,这10件事你越早明白越好 / 谈旭著.—北京:中国财富出版社,
2017.10

ISBN 978-7-5047-6599-4

I. ①孩… II. ①谈… III. ①家庭教育-素质教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第255186号

策划编辑	刘瑞彩	责任编辑	刘瑞彩
责任印制	方朋远 梁 凡	责任校对	孙丽丽
		责任发行	张红燕

出版发行 中国财富出版社

社 址 北京市丰台区南四环西路188号5区20楼 邮政编码 100070

电 话 010-52227588 转 2048/2028(发行部) 010-52227588 转 307(总编室)
010-68589540(读者服务部) 010-52227588 转 305(质检部)

网 址 <http://www.cfpress.com.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京柯蓝博泰印务有限公司

书 号 ISBN 978-7-5047-6599-4/G·0695

开 本 710mm×1000mm 1/16 版 次 2018年3月第1版

印 张 15.25 印 次 2018年3月第1次印刷

字 数 219千字 定 价 38.00元

版权所有·侵权必究·印装差错·负责调换

1

每个父母都爱孩子、把孩子当宝，可孩子们一些令人震惊的行为让他们感到自己非常失败：包括责骂和抱怨，自私和贪婪，经受不住挫折……

因为我们的孩子非常辛苦，每天忙于各种课内外的学习。他们心中想的是考高分要奖励，沉湎于各种各样的欲望之中，却没有一个长远而伟大的人生目标。当遇到一点点小小的挫折时，他们往往会陷于迷茫，丧失前进的动力。

我们都知道，孩子的三观，最早是来自父母的教育，当书本里的铅字无法立即变成活生生的社会经验时，当曾经的理想猛烈撞击着未来的那扇门时，父母们不禁扪心自问：我要把孩子培养成一个什么样的人呢？我的教育方式正确吗？

2

美国前任总统奥巴马曾经在给女儿的公开信中，给出了很多建议。

他告诉孩子：希望你们俩能担负起责任；学会不断纠正自己的错误；学会付出自己的努力，让别人也能得到和自己一样的发展机会。这不仅仅是因为你们天生就有责任和义务去报效这个国家，还因为你们必须对自己负责任。道理很简单，就是当你们胸怀大志并努力去实现时，你们才能发现自己的潜力所在……

这，虽然是一个美国父亲对自己女儿的期望，但对于中国孩子们来

说，同样意义重大。

我们的父母，并不需要一直对孩子粉饰太平，不能只关心孩子的生活，而不关心他们的心灵成长。

我们的父母，必须让孩子明白责任、担当、独立、乐观以及树立理想、控制情绪、道德修养……

3

当今社会，不少家长“望子成龙”“望女成凤”心切，花很多精力来培养孩子的智力，而不注重孩子品德、礼仪、习惯、生活能力等非智力因素的培养。事实证明，在人才的形成过程中，非智力因素起着重要作用。

意大利诗人但丁说过：“道德常常能填补智慧的缺陷，而智慧永远也填补不了道德的缺陷。”孩子就是一张白纸，在孩子还小的时候，父母能及时在这块单纯幼稚的心田上，播种良好的习惯和品德，才会收获丰硕果实，让孩子终生受益。

本书联系孩子教育的实际情况，从10个角度出发，聚焦家庭素质教育、优秀品质的一脉相承，从礼仪、品德、人际、心态、爱心等诸多素质培养入手，深入浅出地为孩子们解读生活哲理。书中文字亲切生动，可以引导孩子从小发现自己，寻求自己的人生答案，也是父母的心灵读本——家庭教育的重点。我们应将思想品德和良好的个性培养放在首位，先做好孩子的榜样，再教育孩子如何做人。

父母们不要觉得“孩子还小”，要知道，本书里提到的这些事情，孩子越早明白越好！

第一章 停止怀疑自己，不拿别人的地图找自己的路

如果你自己都不相信自己，那没人会相信你。成功源于你的头脑，如果你所做的是不断地看扁自己，预言着未来的失败，这就真的会成为现实。与其怀疑自己，不如积极思考问题。不仅会让自己更加开心和成功，还能够感染到周围的人。

- 1.别因出身卑微而看轻自己 / 2
- 2.为自己点赞，学会欣赏自己的精彩 / 6
- 3.自我肯定，自信会让你更有力量 / 10
- 4.别让自己成为你成功的头号杀手 / 15
- 5.相信自己的选择，最终你会取得成功 / 19

第二章 停止消极，没有到达不了的明天

现在你不要再怀疑自己了，也别再怀疑身边的人。你不希望被人挑剔，那么也不要再去挑剔身边的人。想想你给别人带来的是什么样的感受吧——即使出发点是好的，别人也不想听到那么多消极的事情呀。

- 1.重要的不是土壤，而是你播种了什么 / 24
- 2.最深的绝望里依然能开出希望之花 / 28
- 3.失败只是人生中的插曲 / 33
- 4.任何时候都不要放弃自己 / 37
- 5.你才是自己的上帝 / 42

第三章 停止拖延，你荒废的不是光阴而是生命

我现在不想做，还是留到明天吧。一旦开始拖延，其实你已经停滞不前了。你拖延的事情不会自行解决。解决问题，继续前行吧。从长远角度来说你会更加快乐。

- 1.不拖延，你就能领先别人一步 / 48
- 2.一个今天胜过无数个明天 / 51
- 3.光想没有用，你必须行动 / 56
- 4.年华易逝，人生经不起漫长的等待 / 61
- 5.敢于尝试，用行动证明自己的想法 / 66

第四章 不要听讨厌的人说话，人生不为谁止步

无论你想干什么，总会有人告诉你不要这么做，没有用的。我可以想出Twitter（社交网络）成百上千条不实用的理由，但它依旧是互联网上最流行的社交网站之一。我的想法不会阻止Twitter的发展，就像你无法劝科比退出NBA（美国男子职业篮球联赛）或乔什·哈奈特不要继续当演员一样，都毫无意义。那为什么还要让别人的想法阻止你呢？

- 1.别人的看法真的那么重要吗 / 72
- 2.勿做他人“跟班”，成功不可复制 / 76
- 3.面对质疑，要敢于坚持自我 / 81
- 4.别让他人的舌头左右你的未来 / 84
- 5.人生有主见，青春不迷茫 / 89

第五章 不再偷懒，人生没有唾手可得的晚餐

懒人真的很招人烦——得像赶驴磨磨一样逼着他们做事情。如果我想跟你去看一场电影，却不得不花一个小时来说服你起床，那我宁愿一个人去看。给自己动力都不是件容易的事情，就别让朋友和家人浪费宝贵的精力再来给你动力了吧。

- | | |
|--------------------|-------|
| 1.成功没有捷径，唯有努力才是王道 | / 94 |
| 2.永远多走一步 | / 99 |
| 3.没有不用心就能做成的事 | / 103 |
| 4.所有努力都会开花 | / 108 |
| 5.理想很酷，但罗马也不是一天建成的 | / 113 |

第六章 别再承诺，谁都讨厌一个只说不做的人

总是做承诺，总是做不到。每次做承诺都不禁给自己增添了责任，无论你的出发点有多好，你都不可能完成你承诺的所有的事。很多时候，你的承诺都太过绝对（比如“我发誓我永远爱你”），都只能在绝对环境中才能实现。与其用语言许下承诺，不如在别人需要你的时候出现，然后用行动达到他们的期望。

- | | |
|-------------------|-------|
| 1.一言之美，贵于千金 | / 118 |
| 2.没有诚实何来尊严 | / 122 |
| 3.一言许人，千金不易 | / 125 |
| 4.遵守自己的诺言，养成良好的习惯 | / 129 |
| 5.信誉是最宝贵的财富 | / 131 |
| 6.真诚是一种心灵的开放 | / 136 |

第七章 别那么自私，没有谁的人生不需要分享

如果你只考虑你自己，那么很快你会发现身边只剩下你自己。用一分钟停下来想想你的行为会给别人带来什么影响——你是不是从休息室拿了最后一杯咖啡再倒满了呀！不要喝光所有的咖啡，这是一个完全由大家分享的世界，你所做的每件事都会影响到别人。

1. “予”人方便就是“予”己方便 / 142
2. 助人的同时，也成全了自己 / 146
3. 乐于分享，与世界同乐 / 150
4. 想要收获硕果，先别吝啬种子 / 154
5. 丢掉自私，不要和朋友计较太多 / 157
6. 让身边的朋友感到被重视 / 161

第八章 别那么刻薄，一缕微笑可温暖整个世界

无意踩到别人脚的情况常常会发生，但没必要处心积虑地做一些不好的事情，所以要有意识地让自己不要那么刻薄。如果有人对你无礼相待，随他们去好了。没必要去报复，除非你也想成为那一人。

1. 宽恕一个敌人，就能多一个朋友 / 166
2. 宽恕他人就是善待自己 / 170
3. 原谅那些曾经冒犯过你的人 / 174
4. 让你更强大的正是你的对手 / 178
5. 感谢你的支持者，他们让你与众不同 / 181
6. 再好的竞争，也不如合作双赢 / 184

第九章 别把每件事太往心里放，笑对世事纷扰

人们会因为一些奇怪的事情感到被侵犯。就拿Kendrick Lamar这个夏天备受争议的歌曲*Control*为例：他在歌词中挑衅了一些他认为比他弱的说唱歌手（的确是这样），一石激起千层浪，整个说唱界的歌手都蜂拥录歌作为回击。重点在于，所有的人都认为自己是最好的说唱者，每个人都更看重自己，这就是他的目的所在。这件事教给我们：不是所有的事都要围着你转，如果你是玻璃心，有人就会利用这一点。

- 1.压力像弹簧，你弱它就强 / 190
- 2.你可以被打败，但不能被打倒 / 195
- 3.把辱没当成一种力量 / 198
- 4.既然错过了星星，就别再错过月亮 / 202
- 5.做一个向日葵一样的人 / 205
- 6.没有批评的声音，你该如何成长 / 209

第十章 别说多了，让舌头适时保持沉默

有时候沉默是金——特别是在情侣关系里。我都记不清到底多少次因为说错话引发了本可以避免的争端。即使你想说的非常重要，那也闭嘴，自行消化。你可以用行动证明一切，毕竟你自己说话的时候是听不见的。

- 1.认真倾听，是对别人最好的尊重 / 214
- 2.让自己的舌头保持沉默 / 217
- 3.争论开始的时候，你已经输了 / 219
- 4.曲径通幽，舌头不妨绕点弯 / 223
- 5.幽默是一种智慧，更是一种能力 / 227

『停止怀疑自己， 不拿别人的地图找自己的路』

如果你自己都不相信自己，那没人会相信你。成功源于你的头脑，如果你所做的是不断地看扁自己，预言着未来的失败，这就真的会成为现实。与其怀疑自己，不如积极思考问题。不仅会让自己更加开心和成功，还能够感染到周围的人。

1.别因出身卑微而看轻自己

一个人未来成就的大小，与出身没有多少关系，而是与信心密切相关。充满自信的人才能够掌握命运的主动权，从而让自己登上成功的顶峰。只要我们能够自信地面对一切困难与挫折，就一定会跨过困难，走向成功。同时，我们也要深信：任何人的命运都是可以改变的，而那个能改变命运的人就是我们自己。

奥巴马出生于一个多种族家庭。虽然美国处于世界的领先地位，可是种族歧视还是存在的，特别是在学校里，黑人相对白人来说，很难得到同等的教育，他们中的大多数人仍然过着非常低微的生活。正是在这样的情况下，奥巴马在小时候面临着来自同伴的歧视和异样的目光，所以，他从小就生活在外公家里。外公一家竭尽全力保护奥巴马不受种族歧视的伤害。虽然他不知道自己的父亲是谁，但是家人们努力把他的父亲塑造成高大光辉的形象，让他相信自己是名门之后，出身不凡。每个故事的细节都仔细设计，小心翼翼地回避小孩子满是问题的脑袋。尽管父亲没能陪伴他左右，但是照片和数不胜数的故事却总是让奥巴马觉得父亲就在自己身边。奥巴马从来不缺少父亲般的关爱，在保护他不受种族歧视伤害的同时，外公扮演起了代理父亲的角色。可是孩子终究是要长大的，奥巴马的问题一天比一天多，而对于奥巴马一家人来说，最棘手的问题莫过于：“既然爸爸这么伟大，为什么我从来没有见过他呢？”

在奥巴马小时候，最喜欢模仿的人就是父亲，也只有父亲才能让小奥巴马感受到精神偶像的力量，可是他却是在对父亲的幻想中长大的。这让

奥巴马受到了同伴们的嘲笑,即使是在相同肤色的同伴中,也是如此。如果奥巴马一直纠结于此,并在别人的取笑中丧失对理想的斗志,他又怎么可能会有今天的成就?因为他面临的不仅仅是不公平的出身,还有来自社会的巨大压力。那种种族不被认同的压力,对很多小孩子来说是一种毁灭性的打击。但是小奥巴马非常坚强,他从小就拥有非凡的梦想,并因此有了与众不同的力量。

在奥巴马四岁那年,母亲安与一位来自印度尼西亚的男子罗罗再婚。他和安大学时便相识,交往两年之后决定结婚。婚后不久罗罗回国,奥巴马和母亲随后迁往印度尼西亚。对于母子二人来说,这个国家是崭新的,安借此机会“摆脱”了谨小慎微的父母,打算调整好心态做点能体现自己价值的事情。奥巴马则对印尼数不清的岛屿产生了浓厚的兴趣。除此之外,巨大的石佛、稀奇古怪的神灵以及儿时玩伴小猴塔塔等异域文化深深地印在了奥巴马的记忆中。

奥巴马和母亲、继父以及同母异父的妹妹玛雅住在一起,由于家境不是很好,奥巴马没法就读国际学校,只能被安排到本地的一所普通学校。在那里人们都叫他巴里,但这没能影响奥巴马的远大志向,他在一年级的時候写过一篇文章,题目叫《我想当总统》。这样一个梦想在其他小朋友眼里看来就是个天大的笑话,可是奥巴马却不这么认为,他甚至相信自己可以实现这个梦想,并把它当作自己的奋斗目标。因此在三年级时写的作文《我的梦:长大了想做什么》中,奥巴马再次写到自己的理想是当美国总统。这充分说明在奥巴马幼小的心灵里,当美国总统的梦想已深深地扎根在他心里了,小奥巴马要做的就是让它生根发芽,并长成一棵理想的大树。或许其他小朋友也有着跟奥巴马一样的理想,最后唯独他成功了,难道这是上天的眷顾吗?上天让他有了一个不错的继父,让他有了实现梦想所需要的良好教育。事实上,确实如此,他的继父对他就像对待自己的亲生儿子一样,并为他制订了全新的教育计划。这是因为奥巴马有着强烈的

求知欲，已经展示出了超乎常人的能力。也正是在这种能力的驱使下，他的继父让他受到了良好教育，特意为他报了一个美国的函授课程，让他像自己那样，通过间接的方式来获取知识。

诚然，奥巴马因为出身不同，受到了同伴们的歧视，可是他并没有放弃自己的目标，反而把这种歧视化为了奋斗的动力。因为他要改变美国人现有的症结，让每一个美国人都能得到同等的待遇，不管你是白人，还是黑人。也许正是因为早年上天对他的不公平，才造就了他非同一般的梦想，成就了他独特的魅力。

很多时候，并非我们的出身为我们贴上了永远不可能成功的标签，而是因出身卑微产生的自卑让我们永远不可能取得成功。奥巴马说：不要因为出身卑微而看轻自己，只要努力，任何人都能取得成功。

有一位父亲带儿子去了丹麦，领着儿子参观了安徒生的故居。儿子站在安徒生生前住的阁楼里，问父亲：“爸爸，安徒生不是生活在皇宫里的吗？怎么他生前会住在这栋阁楼里？”

父亲抚摸着儿子的头，告诉他：“安徒生是位鞋匠的儿子，他生活并不富裕，所以就一直住在这栋阁楼里。”

这位父亲是一名水手，他每年来往于大西洋的各个港口。他并没有多少钱，但总能给自己的儿子带来信心和希望，告诉他世界上许多新鲜的事和各种各样的传奇人物。他给儿子讲过许多名人故事，告诉他那些名人曾经是怎样的卑微，他们又是怎样从卑微中走出来，成为影响世界的著名人物。同时，他告诉儿子：这些人不管遭遇怎样的挫折，过着怎样卑微的生活，他们的内心永远都充满着自信，正是这股自信最终引导他们走向了最后的成功。

他的儿子叫伊东布拉格，是世界上第一位获“普利策奖”的黑人记者。

二十多年后，伊东布拉格回忆自己童年时，曾经深情地说：“我小时

候，除了家里贫穷以外，还因为是黑人，被许多人看不起。父亲是靠卖苦力为生的，他一辈子没有享过什么福。因此，在很长一段时间里，我一直认为像我们这样地位卑微的黑人是不可能有什么出息的。是父亲让我认识了梵·高和安徒生，也是父亲让我认识到了黑人并不卑微。这两个人的经历让我知道上帝没有看轻黑人。只要相信自己，通过自己的努力，任何人都有可能获得自己理想中的成功，自信正是走向成功的第一步！”

是的，即使是穷人，即使是生活得很卑微的人，只要相信自己，并不断地努力，都具备成功的可能。我们不要怀疑自己的命运，要相信自己的能力。要知道，不断地否定自己，只会使自己做事犹豫不决，导致自己不知道怎样去解决问题，使自己慢慢失去自信。如果长期怀疑自己，之后就会习惯性地否定自己，无形中给自己增加了很多压力。在这样的压力下，做事就不会有良好的心态，效率也会降低，使自己的压力变得更大，信心更弱，陷入一个恶性循环的怪圈当中，最终一事无成。

正如奥巴马给女儿的信中所说的那样：出身卑微从来都不是成功的障碍，在世界各地也有无数不甘于卑微出身而奋斗成功的人。

黑人福勒的母亲不肯接受仅够糊口的生活。她时常对自己的儿子说：“福勒，我们不应该贫穷。我不愿意听到你说，我们的贫穷是上帝的意愿。我们的贫穷不是由于上帝的缘故，而是因为你的父亲从来就没有产生过出人头地的想法。”

母亲的话在福勒的心灵深处刻下了深深的烙印，以致改变了他的一生。他决定把经商作为生财的一条捷径，最后选定经营肥皂。于是，他挨家挨户推销肥皂达12年之久。当有人与他一起探讨获得财富的成功之道时，他就用类似他母亲多年以前说的那句话回答：“我们贫穷并不是因为上帝，而是因为我们从来没有想过改革。”

奥巴马认为：出身卑微并不可怕。对于很多自信的草根来说，卑微的出身会带给他们更多的思考，在思考中沉淀更多的才能和智慧。有上进心的人总能够让不幸的命运有所改变，最后赢得赞美，成为人们眼中的英雄。

2.为自己点赞，学会欣赏自己的精彩

很多时候，自信在人生中释放的力量，能带领我们在追逐梦想的道路中冲破重重障碍。然而，很多人却认为自信是他人给予的掌声，得不到他人的喝彩，自己就找不到自信的动力。

诚然，人生中没有掌声和喝彩声无疑是孤寂的，曲高和寡的孤独往往会葬送一个人的斗志和继续前行的勇气。然而，我们生活和奋斗的目的不是为了别人。倘若我们真的把自信的动力归于他人，只能暴露出我们并不了解什么是自信。当无人为我们喝彩的时候，我们依然可以鼓起勇气为自己鼓掌，就能在奋斗的路上越走越远。

对于这一点，奥巴马是这样说的：我一直在想，倘若不为从前的自己鼓掌，我的未来很可能会暗淡无光，充满灰色。正如奥巴马所说，只有懂得为自己鼓掌，才是真正的自信。也正是因为这种心态让奥巴马一路披荆斩棘，取得了今天的成功。

奥巴马酷爱篮球，但打得并不是很好。有一次，记者问奥巴马他年轻时打球的经历，他认为自己打得还好，对那时的自己也很满意。这就是一种积极面对自己过去的态度。

奥巴马经常给女儿们说：每一个人都有属于自己的不平凡之处，有与他人不同的能力。即使这种能力在其他人看来微不足道，但这可能就是促

使你获得成功的必要因素。我们要学会欣赏自己,这种欣赏不是自以为是,而是以一种开诚布公的态度去面对自己。能更清楚地认识自己,也是一种坦然与豁达。

他是这样说的,也是这样做的。

2000年,奥巴马参加联邦众议员竞选失败,但乐观的他并没有灰心,而是抱着积极的心态于2004年继续竞选国会参议员的职位。这时,一位众议员向他表达了担心:“坦诚地说,你连众议员席位的竞选都失败了,怎么可能在国会参议员席位的竞选中获胜呢?”然而,这位曾经经历失败的黑人却给出了这样的回答:“别担心,我行!”在得到妻子的支持后,奥巴马又充满了自信,踏出了政治生涯中最重要的一步。

2007年2月10日,奥巴马进行了一次演讲,充分体现了他的自信。他在演讲一开始,对大家严寒的天气里仍然坚持赶来听他的演讲表示了感谢:“我深深地明白,你们赶到这里,并不仅仅是因为我,更是因为你们对这个国家的未来有信心。”接着,他向听众们讲述了自己为什么来到这里竞选总统,以及自己在芝加哥做社区组织工作的经历。

然后,他又和听众们分享了自己一路走来的心路历程。他说:“我知道我的这一宣告有些唐突,我也知道自己在了解华盛顿的行事方式上花的精力不多,不过这些时间对于我认识到华盛顿方面的行事方式必须要做出改变已经足够了。”

所有听众都对奥巴马的这一番话给予了最热烈的掌声。在这样一个敢于挑战传统,敢于为自己喝彩的非洲裔总统的感染下,人们开始不再逃避现实。民主党和奥巴马的助手们都说,他们做好了随时应对各种问题的准备。奥巴马从政的经历并不长,经验也不丰富,他取胜的秘籍就在于他成长的背景和独有的领袖气质。

在针对美国总统候选人的若干研究中,评论家齐格勒·希尔是这样说