

教子请别太任性

杨冰 编著

父母送给孩子

10份

最珍贵的礼物

资深家庭教育研究专家
畅销书作家杨冰老师
又一力作

附赠10个实用育儿小测试，
边学边测，让你教子更有趣。

石油工业出版社

教子请别太任性

杨冰 编著

父母送给孩子

10 份

最珍贵的礼物

资深家庭教育研究专家
畅销书作家杨冰老师
又一力作

石油工业出版社

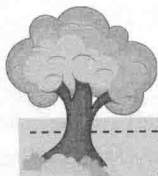
图书在版编目(CIP)数据

教子请别太任性: 父母送给孩子10份最珍贵的礼物 /
杨冰编著. —北京: 石油工业出版社, 2017. 9

ISBN 978-7-5183-1991-6

I. ①教… II. ①杨… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第161910号



教子请别太任性

父母送给孩子10份最珍贵的礼物



出版发行: 石油工业出版社

(北京安定门外安华里2区1号楼 100011)

网址: www.petropub.com

编辑部: (010) 64523610 营销中心: (010) 64523633

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京晨旭印刷厂

2017年9月第1版 2017年9月第1次印刷

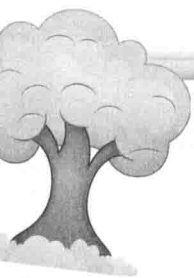
710×1000毫米 开本: 1/16 印张: 14.25

字数: 230千字

定价: 35.00元

(如发现印装质量问题, 我社图书营销中心负责调换)

版权所有, 翻印必究



写在前面

曾经有一位做了母亲的女人，她看见有三位老人坐在她家的前院里，就对他们说：“我想我不认识你们，但你们一定是饿了吧？那就请进屋吃点东西吧！”

“我们不会一起进屋的。”这三位老人异口同声地回答。

“为什么？”这个女人感到奇怪。

其中一个解释道：“他叫‘财富’，这个是‘成功’，而我则是‘爱’。现在你回屋去，和你的家人商量一下，选择我们三位中的其中一位进去。”

这个女人进屋跟丈夫商议，丈夫说：“就让‘财富’进门。”女人说：“还是让‘成功’进门。”而女儿却说：“不，要让‘爱’先进门，因为那样屋里就会充满爱。”在女儿言辞恳切的说服下，最后全家人一致选择让“爱”进门。

女儿走出来，礼貌地请其中的“爱”进屋做客，这时候另外两个人也站起来跟着往里走。女儿说：“我只邀请了‘爱’，你们怎么也来了呢？”

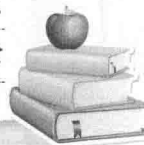
三位老人再次同声地回答：“如果你邀请‘财富’或‘成功’，我们中的另外两个就会待在外面，但是既然你邀请了‘爱’，无论他走到哪里，我们都会跟着他。因为哪里有‘爱’，哪里就会有‘财富’和‘成功’！”

这不是一个自欺欺人的故事，而是一个深刻的生命寓言。小姑娘身上高贵的人格光芒让父母惭愧，也让我们为之动容。

我们的生活需要爱。

爱是人类的天性，每一个人都希望得到别人的爱，同时也向别人付出自己的爱。

父母要给孩子爱。但这种爱，不是任性的爱，而是理智的爱。我们每一个做父母的，没有一个不爱孩子的。关键的问题是，该怎样去爱？高尔基说：只知道爱孩子，连老母鸡都会。由此可见，仅有爱是绝对不够的，还需要我们掌



握爱的技巧，把爱作为送给孩子成长最珍贵的礼物。因此，才有了这本您即将打开的书。

也许有的父母会问我，是啊，除了爱，还要给孩子什么礼物啊？

如果列举，父母要给孩子确实很多，但我认为，我们必须首先给孩子一个和谐的家庭环境，让孩子感受家庭的温暖。其次，还要给孩子的礼物有：优秀的习惯，自主的性格，心灵的沟通，赏识的心态，学习的能力，高贵的人格，有效的规则，轻松的幽默，健康的身心，等等。这10份珍贵的礼物，我将在本书中一一阐述，并给父母朋友们一些有效的提示与策略。但任何事物都可能会以偏概全，我想，我们必须抓住事物的主要矛盾，把最应该给孩子的，郑重地给孩子，引导好孩子，教育好孩子，培养孩子健康成长。

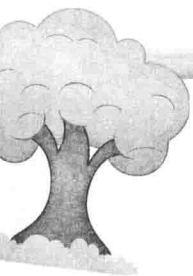
家庭是孩子成长最重要的学校，父母是孩子最重要的老师。家庭教育不仅是一门科学，更是一门技术，是孩子教育中的重中之重，可以改变孩子的一生。父母在教育孩子时，绝对不能太“任性”。希望这10份珍贵的礼物能帮助父母建立全新的家教理念，在教育和培养孩子的过程中找到好的方法，让孩子健康快乐成长，同时让父母享受教子的乐趣，共同成长。

最后，感谢我的学术助理金惠、江颖及以下各位朋友对本书编写的大力支持：肖贵宁、陈治、张沪生、吴志丹、张春阳、刘鹏远、国宇、薛彬、刘香丽、胡亚妹、杨宏伟、张风云、王永利、刘尚、王鹏、王雪、董红、高鹏、朱丽娟、王永杰、王宝杰、乔木、牟洋、王庆杰。

编著者：杨冰

二〇一七年二月七日





教育孩子常见问题

1. 家庭环境对孩子的成长有什么影响? P3—4
2. 如何给孩子创造良好的家庭氛围? P6
3. 为什么说父母是孩子最重要的老师? P7—8
4. 做好父母的要点是什么? P11
5. 父母的素质对孩子教育有什么影响? P16—17
6. 优秀的父母要具备哪些素质? P18—19
7. 良好的家庭气氛包括哪些因素? P22—23
8. 如何帮助孩子养成良好的习惯? P28—30
9. 如何应对孩子的说谎行为? P33
10. 孩子不懂得珍惜时间, 做事拖拉怎么办? P39
11. 如何帮助孩子成为有责任感的人? P43—44
12. 如何引导孩子学会宽容? P45—46
13. 孩子在不同年龄阶段应了解哪些消费常识? P47—48
14. 如何教孩子使用金钱? P49—50
15. 如何培养孩子独立自主的能力? P55—56
16. 如何帮助孩子建立自信? P62—63
17. 在生活中如何培养孩子的自立能力? P68—69
18. 如何保护孩子的自尊心? P71—72
19. 如何对待孩子的“隐私”? P73
20. 如何培养孩子与人相处的能力? P82
21. 如何让孩子学会分享? P84
22. 如何学会有效倾听孩子? P87—89
23. 鼓励孩子可以采取哪些方式? P98



24. 如何表扬孩子才能收获好的效果? P104—107
25. 如何巧妙运用表扬来鼓励孩子? P109—110
26. 如何帮助孩子激发学习兴趣? P117—118
27. 在日常生活中如何培养孩子的想象力? P121—122
28. 如何在一点一滴中培养孩子的观察力? P127—128
29. 观察的主要方法有哪些? P129
30. 如何培养孩子良好的思维习惯? P135
31. 如何培养孩子动脑筋思考? P136—137
32. 如何引导孩子正视自己的先天不足? P141—142
33. 如何培养孩子坚强的意志? P154—155
34. 孩子犯错时, 如何正确地批评孩子? P158
35. 如何合理有效地给孩子制定规则? P163
36. 如何在生活中培养孩子的规矩意识? P167—168
37. 如何运用幽默的方法教育孩子? P180—181
38. 如何培养孩子拥有乐观的心态? P194—195
39. 如何教育孩子学会自我保护? P197—199
40. 引导孩子保持心理健康的方法有哪些? P201—202
41. 应该为孩子选择什么样的零食? P207
42. 如何给孩子补充营养素? P208
43. 孩子玩电子游戏上瘾怎么办? P211—212
44. 如何控制孩子玩手机? P215—216





目 录

contents

第1份礼物：一个和谐的家庭

——家庭教育中最高的境界 / 1

一、家庭，决定人生的第一环境 / 3

二、父亲母亲，是孩子最重要的老师 / 6

三、父母素质，是家庭教育成功的关键 / 16

四、和谐的家庭氛围，让孩子心里充满阳光 / 19

第2份礼物：一种优秀的习惯

——家庭教育中最重要的内容 / 25

一、培养好习惯从第一次开始 / 27

二、养成诚实守信的习惯 / 32

三、让孩子学会管理时间 / 35

四、让孩子学会承担责任 / 41

五、让孩子学会宽容 / 43

六、让孩子学会理智消费 / 46

第3份礼物：一个自主的性格

——家庭教育中最聪明的策略 / 53

- 一、培养孩子的独立性 / 55
- 二、自信是成功的第一秘诀 / 60
- 三、自强是战胜一切的方法 / 64
- 四、自立是孩子进步的阶梯 / 67
- 五、自尊是生命的支点 / 69

第4份礼物：一种心灵的沟通

——家庭教育中最有效的途径 / 75

- 一、学会合作，是孩子独立的标志 / 77
- 二、学会与人相处 / 80
- 三、让孩子学会分享 / 83
- 四、学会倾听 / 85

第5份礼物：一个赏识的心态

——家庭教育中最重要精髓 / 93

- 一、对孩子的每一次进步都要鼓励 / 95
- 二、表扬要突出细节 / 99
- 三、及时给予孩子赞扬 / 102
- 四、表扬要适度 / 104
- 五、带着爱去表扬 / 107

第6份礼物：一种学习的能力

——家庭教育中最关键的素质 / 111

- 一、激发孩子的学习兴趣 / 113
- 二、激发孩子的想象力 / 119
- 三、给孩子一双观察的眼睛 / 122
- 四、让孩子学会思考 / 131

第7份礼物：一种高贵的人格

——家庭教育中最根本的核心 / 139

- 一、自我肯定 / 141
- 二、给孩子信任 / 146
- 三、培养孩子坚强的意志品质 / 151
- 四、尊重孩子的选择 / 155

第8份礼物：一套有效的规则

——家庭教育中最关键的准则 / 159

- 一、用规则给孩子成长设定界限 / 161
- 二、给孩子定规矩是父母的天职 / 166
- 三、让孩子从小学会遵守公共准则 / 169
- 四、遵纪守法 / 171

第9份礼物：一份轻松的幽默

——家庭教育中最智慧的艺术 / 175

- 一、家庭中需要幽默 / 177
- 二、培养孩子的幽默感 / 184
- 三、用微笑对待孩子 / 187

第10份礼物：一个健康的身心

——家庭教育中最首要的内容 / 191

- 一、让孩子拥有乐观的心态 / 193
- 二、让孩子学会自我保护 / 195
- 三、心理健康是第一财富 / 199
- 四、生命在于运动 / 204
- 五、给孩子合理的营养 / 206
- 六、控制孩子无节制地玩电子游戏 / 208
- 七、拒绝“手机控” / 212



第 1 份礼物：一个和谐的家庭

——家庭教育中最高的境界

和谐，是家庭教育的最高境界，在家庭教育中处于最重要的位置。和谐的家庭教育，是孩子走向成功之路的关键。

其实，孩子生来是一张白纸，前途是否亮丽，就看我们做父母的如何去涂抹它！怎样让孩子快乐地学习、健康地成长，给孩子一个和谐的家庭成长环境，让孩子在充满阳光和爱的环境中成长，是一切教育的前提，也是家庭教育中最高的境界。从一定意义上来说，父母不仅是行为指导的明灯，更是和谐情境的营造者。







一、家庭，决定人生的第一环境

我们每一个人来到世上，命运早就注定了你归属于一个特定的家庭，父母无法选择孩子，孩子也无法选择父母。

当孩子逐渐长大，他们走向幼儿园、学校和更广阔的社会以后，家庭仍然是最贴近、最密切，甚至是影响最深、最重要的环境。家庭应当是培育孩子美好情感与理想的温室，孩子在家中与父母相处的时光，应该是他们一生中最美好的回忆。

孩子的心灵是洁白无瑕的。生活在什么环境中，就会被造就成什么样的人。

大约在700年前，莫卧儿帝国的统治者阿克巴尔想要知道，什么是人的先天语言。因此，他让一些婴儿同他们的父母分开，并且这样抚育他们：只给孩子们食物和照料，但是不允许同孩子说话或者给孩子爱。结果是令人震惊的，当孩子被放出来时，他们不支配任何语言，他们什么语言也不能掌握，完全成为不可教育的，甚至让他们在军队中服役的想法也失败了。

从这个故事中我们可以看到，人的行为，不管是好的，还是坏的，都是通过学习得来的。不管父母有没有意识到，日常生活中父母的言语、举止、爱好、习惯无不在潜移默化中影响着孩子。孩子的年龄越小，受这种影响就越大，程度也就越深。

家庭是孩子成长的第一环境。父母应该为孩子营造一个和谐的家庭氛围，让孩子健康成长。假如孩子在适当的赞扬中生活，他就能学会自尊；生活中充满关怀，孩子心中自然会有爱。假如在平等中生活，他也就学会公道；不断得到鼓励，必然会建立自信。假如生活中缺乏爱，他也会冷漠；经常受到羞辱，他自然也就卑微；若总是得到过度的夸奖，必将陷入忘乎所以的自负；耳旁听到的总是埋怨，他也就学会了责怪；常遭到训斥殴打的孩子，也会对人粗暴；常受辱骂的孩子，难有文明的语言……

作家罗兰的一段话，精辟地说明了家庭环境对一个人的影响，她说：生命不是个可以孤立成长的个体。它一面成长，一面收集沿途繁花茂叶。它又似架灵敏的摄像机，沿途摄入所闻所见。每一分每一寸的日常小事，都是织造人



格的纤维。环境中每一个人的言行品格，都是融入成长过程中的建材，使这个人的思想感情与行为受到感染，左右着这个人的生活态度。环境给一个人的影响，除有形的模仿以外，更重要的是无形的塑造。她还说：形成一个孩子的人格与观念的，绝不仅是书本上的知识或教师的言论，更是环境中的每一房舍，每一草木，每一方寸的风沙，每一个同伴，每一点一滴的生活琐事和每一项课内或课外的活动。这些不但是他们日后回忆的资料，更是织就他们生命的色彩与素材。自然平易的环境形成开朗的人格，偏狭竞争的环境形成斤斤计较的性格。其重要性绝不是几册书、几行笔记、一个名次或榜上虚荣可比拟的。

家庭环境和氛围会对家中每一个成员产生一种无形的影响，使之产生某种心理评价，形成某种心理状态。生活在和谐氛围家庭中的孩子，会产生轻松愉快的心情，从而使其生理和心理得以健康发展，促进智力开发。相反，如果一个家庭长期处于不良的氛围之中，父母不是相敬如宾，而是“相见如冰”，对孩子也是动辄打骂，那么，孩子就会产生压抑紧张的情绪，不利于孩子的身心健康成长。

为了孩子，也为了全家人的幸福，家庭成员应当共同努力，创造一个和谐与温馨的家庭氛围。氛围是看不见、摸不着的，却是可以实实在在感知与感受的环境，它对孩子品德、性格、情感的形成，某种意义上说具有决定性的作用。积极、热情、善良、宽容等品格，不是单靠说教所能达到的，也不是逼迫孩子读几本书就能奏效的。

美国著名作家海明威从小生活在艺术和科学氛围十分浓厚的家庭。父亲是个医生，有丰富的业余爱好和足够的闲暇时间，他尽量把海明威的心吸引到自己的事业和追求上来。他教海明威钓鱼、狩猎、游泳、爬山，培养他面对困难坚韧不拔的精神。母亲平时教他音乐，对他温和宽松。在这样的教育氛围中成长起来的海明威终于成为一代文学巨匠，他写的《老人与海》，还使他获得了诺贝尔文学奖。

家庭教育，左右孩子一生的命运。

人们常说，一个人的行为长此以往成为习惯，习惯决定性格，性格决定命运。而人的习惯大都是从小养成。愈是幼小时养成的习惯，愈难于改变。最初形成的人格品德，是非观与价值观，往往会伴随人的一生，而这些正是人生命运的基础。可见家庭影响对一个人的命运占据着多么重要的位置，父母对孩子的前途担负着多么重要的责任。因此，家庭教育，是左右孩子一生命运的教育。



家庭教育来不得半点浮躁，也不能求速成，家庭教育有着自身独特的方式，它通过家庭环境、氛围及父母的言论、行为对孩子产生潜移默化的影响，在无形中塑造着孩子的人格品德与基本素质。父母传达亲情的方式，待人处事的态度，对待是非的准则，人生的价值观，都是家庭教育最生动的内容，是孩子天天阅读的“教科书”。因而，父母的素质决定着家庭教育的水平。家庭教育的成败，主要是父母的为人，即道德与价值观决定，当然也有方法问题。有些望子成龙而事与愿违者，只承认自己的文化低，或埋怨自己收入低，所以不能给孩子提供更好的条件，忽略了家长素质对孩子的影响。其实，高低都是相对而言的，为了孩子的将来，做父母的应当努力提高自己的素质。

你给孩子什么样的环境？请看下面的格言：

指责中长大的孩子，将来容易怨天尤人。

敌意中长大的孩子，将来容易好斗逞强。

恐惧中长大的孩子，将来容易畏首畏尾。

怜悯中长大的孩子，将来容易自怨自艾。

嘲讽中长大的孩子，将来容易消极退缩。

嫉妒中长大的孩子，将来容易钩心斗角。

羞辱中长大的孩子，将来容易心怀内疚。

容忍中长大的孩子，将来必能极富耐性。

鼓励中长大的孩子，将来必能充满自信。

赞美中长大的孩子，将来必能心存感恩。

嘉许中长大的孩子，将来必能爱人爱己。

接纳中长大的孩子，将来必能心怀广大。

认同中长大的孩子，将来必能掌握目标。

分享中长大的孩子，将来必能慷慨大方。

诚实中长大的孩子，将来必能维护正义真理。

安定中长大的孩子，将来必能信任自己，信任他人。

友善中长大的孩子，将来必能对世界多一份关怀。

祥和长大的孩子，将来必能有平和的心境。

父母可以对照一下，你的孩子是在何种环境下长大的呢？

创造良好的家庭氛围，父母要在心中装着孩子，时刻不忘教育。教育孩子不能凭一时的兴趣。有些父母心情好的时候，对孩子可以做到尽心、耐心；心情不好的时候，则像换了一个人，一扫往日的慈爱形象，令孩子无所适从。



现在有许多父母都有玩麻将的爱好，他们一玩起麻将就把孩子扔在了另一边，他们玩得兴高采烈，家庭环境却一片乌烟瘴气，这不能不说是家庭教育的一个败笔。

温暖安全的家，是孩子学习成长的最佳场所，父母应积极培养孩子基本生活技能，教以待人接物、饮食起居等优良习惯，并经常安排全家人共同休闲活动，如一起打扫、运动、郊游等，让孩子做一个懂得自尊的现代公民。

创造良好的家庭氛围，要与孩子一起愉快学习。游戏是孩子生活的重心，聪明的父母别说孩子只会玩，应该肯定游戏的价值，并且高高兴兴地陪孩子玩出智慧、玩出创意，随时给孩子成功的感受，使孩子更有勇气尝试新事物。

父母要做孩子的亲密伙伴，了解孩子所能。现在家长经常说的一句话是“别让孩子输在起跑点上”，事实上，起跑抢了先机，并不代表他有能耐跑完全程。明智的父母，应该把“起跑点”放到“终点上”，确实体会“急于求现在，必将失去将来”的道理。用爱心体谅孩子的“能”与“不能”，不要强迫孩子提早承担超量的学习，让孩子无忧无虑地储备好应有的基本能力，以便轻松地迎接一切成长的挑战。

另外，父母要提高自身素质，与孩子共同成长。现在科学技术日新月异，做父母的也不能驻足不前，要不断学习，掌握新知识，了解新观念，与孩子一同成长。研究发现，家庭是否温暖，对孩子的学习有着很大的影响，对父母没有什么不满的学生的学习成绩，比对父母有着极大不满、心里隐藏着很大痛苦的学生好得多。作为父母，绝对不能说一套，做一套，而要以身作则，言行一致。要随时想到，孩子就在身边，自己的言行会影响孩子。孩子初期的学习往往出于模仿，父母怎么做，他就怎么学，所以父母的影响比任何影响都大。

二、父亲母亲，是孩子最重要的老师

父母是孩子最重要的老师，这是一句老生常谈。可是千千万万个做父母的，真正了解其深刻意义的又有多少呢？

孩子是父母生命的延续，也是希望之所在。每一个父母都希望自己的孩子生活得幸福，希望孩子在各方面超过自己，望子成龙几乎是每一个父母的愿望。