

李银慧◎编著

高知妈妈

是如何

培养孩子的

GAOZHI MAMA SHI RUHE
PEIYANG HAIZI DE

• 高知妈妈就是育儿冠军 •

石油工业出版社

高知妈妈是 如何培养孩子的

用自身的素质培养孩子
用自身的品德影响孩子

用自身的知识教育孩子
用自身的修养熏陶孩子

石油工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

高知妈妈是如何培养孩子的/李银慧 编著.

北京:石油工业出版社,2011.2

ISBN 978-7-5021-8125-3

I.高…

II.李…

III.家庭教育

IV.G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 225227 号

高知妈妈是如何培养孩子的

李银慧 编著

出版发行:石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号 100011)

网 址:www.petropub.cn

编辑部:(010)64523607 营销部:(010)64523603

经 销:全国新华书店

印 刷:北京晨旭印刷厂

2011 年 2 月第 1 版 2011 年 2 月第 1 次印刷

710×1000 毫米 开本:1/16 印张:13

字数:298 千字

定价:26.00 元

(如出现印装质量问题,我社发行部负责调换)

版权所有,翻版必究

孩子,做最好的自己



前言

在人群中有这么一群女人,她们是“高知女性”,受到了大家的尊敬;她们拿高薪,受到了大家的羡慕,更奇怪的是,她们还是育儿冠军。

真的吗?为什么上帝会如此眷顾她们,给她们这么多光环?这很不公平啊!

我们可以羡慕,可以忌妒,也可以挑她们的刺儿,但事实就是事实,无法改变——高知妈妈就是育儿冠军。

这不是在喊口号,也不是在说空话,一份份高考生的家庭调查显示:高分考生中,六成孩子出自高知家庭。

不仅北京,全国各大中型城市的调查也如此:高知分子和公务员家庭,更容易出高分考生。

如果你还不愿相信,可以去问问孩子:你们班上,考试最厉害的人,他的爸爸、妈妈是不是高知?你们班上,能力最强、才艺最多的孩子,爸爸、妈妈是不是高知?如果你问了,会发现:高知家庭真是育儿冠军。

高知家庭中,育儿的重担,多由妈妈来挑。她们担起了这份重任,给了孩子最好的教育和熏陶,让孩子们形成了优良的学习习惯、思维习惯,变成了冠军孩子。

一切成就的背后,都有着背后的秘密。

高知妈妈们是如何教孩子的?如果你不是高知家庭,其实很难了解各种“内幕”。一般人眼中,高知人群是一群热衷于孩子教育投资的人。书总是一大摞一大摞的往家里搬,培训班、辅导班总是不停地报,这些印象都是浮浅的表象,有些甚至是扭曲的表象。

高知妈妈们,的确有一套育儿高招,但不是大家见到的这些表象。

高知女性,因为自身的知识素养,对孩子的兴趣、人生规划,有一个更清

醒、明智的判断,于是给了孩子最适合的引导,让孩子在追求自我个性的路上进步神速。

本书旨在揭开高知育儿的神秘面纱,邀请大家走入高知育儿的神秘世界。当你看到,高知也是人,而不是神;高知也和我们有一样的育儿烦恼;高知也会犯错时,大家将会明白——原来养育孩子是普天下父母共同的必修课。

我们一直奉行着一个观点:说再多的道理和方法,不如让你明白一种生活理念,了解一种育儿态度。其实,好的教育,都是从一个正确的理念开始的,它启发了一个好的教养态度,进而引发了连锁效应,带动了一系列的教育言行,变成了一系列正确的教育举措。

学了再多的措施,却没有一个好的出发点,即使有一个好的教育态度,仍是枉然。好的理念,才是教育中的根本。再好的道理,若通过命令的口吻,虚假的说教来讲述,效果将为零。

我们要跟高知妈妈学什么?学的正是这样一颗心:

一颗平常心,善待孩子的每一个失误及挫折;一颗爱子之心,尊重孩子的天性、兴趣和爱好,不苛求、强迫孩子去追求卓越;一颗做朋友的心,用心倾听孩子的心语,为孩子营造一个平等、民主、亲密的亲子交往模式。

这样的父母,不是在纵容孩子,而是给了孩子一份更深沉、真挚的爱。他们用最宽容的爱,纵容着所爱的孩子。

有人说过,孩子因父母而来,却并不属于父母。孩子都是独立的,本应是自由的,不该被束缚,孩子需要这份宽容、放手的真爱。放手中,孩子追求了最真实的自己,做了最好的自己。

什么的孩子,人生最有动力?——那些能坚持做自己的孩子。

什么的孩子,将来可能最成功?——那些能做最好的自己的孩子。

任何人,都能做最好的自己,都离成功不远。

一切进步的源泉,一切的动力,都是为了满足内心最真实的自我。谁尊重了这个自我,谁捍卫了这个自我,谁就能做最好的自己,做最成功的自己。

这正是高知妈妈们最锋利的育儿武器。

目 录



MULU

课题一：高知妈妈的变脸术

——做个不断学习的妈妈

1. 改变孩子,先改变自己 / 1
2. 正确的教育理念是源头 / 3
3. 要做独立、健康的妈妈 / 4
4. 做个心理素质高的妈妈 / 6
5. 寻找适合的教育方法 / 7
6. 建立良好的生活方式 / 9
7. 给孩子充足的爱 / 10
8. 和孩子一起成长 / 11
9. 有时间就多陪陪孩子 / 13
10. 适当“放养”孩子 / 14
11. 陪孩子多接触大自然 / 16
12. 保持童心,接近孩子 / 17
13. 学会不抱怨地生活 / 19
14. 妈妈要有颗善良的心 / 20

课题二：高知妈妈的攻心术

——做孩子的心理治疗师

1. 个性是什么 / 23
2. 使孩子丧失个性的误区 / 24
3. 了解孩子的个性特质 / 26
4. 家庭生活奠定个性基础 / 27



高知妈妈是如何培养孩子的

- 5. 做最好的自己 / 28
- 6. 引导孩子独立的生活形态 / 30
- 7. 孩子表达情绪的方式 / 31
- 8. 孩子爱生气 / 33
- 9. 孩子爱撒谎 / 34
- 10. 上学不是累差事 / 36
- 11. 读懂孩子的暴躁 / 37
- 12. 别当孩子的撒气筒 / 38
- 13. 倾听能打开心灵之门 / 40
- 14. 语气差才是祸首 / 42
- 15. 听懂孩子的“话中话” / 43
- 16. 交流需要合适的场所 / 45

课题三：高知妈妈的纵擒术

——放手不放任，尊重信任孩子



- 1. 捍卫孩子的自尊和自信 / 47
- 2. 为自己的选择负责 / 48
- 3. 兴趣变特长，特长成理想 / 50
- 4. 尊重孩子的想法 / 51
- 5. 为自己的事情做主 / 53
- 6. 他是我朋友，不准说他坏话 / 54
- 7. 多交几个朋友，孩子更合群 / 56
- 8. 尊重孩子的隐私 / 57
- 9. 帮孩子守住秘密 / 58
- 10. 宽容能纠正失误 / 60
- 11. 寻找“出格事件”中的宝藏 / 61
- 12. 别因愧疚纵容坏习惯 / 63
- 13. 不随便暴露孩子的缺点 / 64
- 14. 巧变孩子的缺点为优点 / 66
- 15. 别误测孩子的内心世界 / 67
- 16. 顶嘴有理，支持孩子的话语权 / 69

课题四：高知妈妈的催醒术

——善于赏识、赞扬、激励孩子

- 1.真诚的夸奖,才能产生激励 / 71
- 2.忌横向比较,自己的孩子最好 / 72
- 3.赏识孩子的努力 / 74
- 4.关注也是一种赏识 / 75
- 5.巧借他人之口,夸夸孩子 / 76
- 6.不全盘否定“错误事件” / 78
- 7.摔倒了,笑着爬起来 / 79
- 8.重视孩子的每一个问题 / 81
- 9.不嘲笑孩子的“傻问题” / 82
- 10.赏识孩子的新奇发现 / 84
- 11.透视孩子的破坏欲 / 85
- 12.“淘气”里藏着的秘密 / 86
- 13.听话不一定就是好孩子 / 88
- 14.激励比指责有用 / 90
- 15.父母的付出不是为了索取 / 91
- 16.鼓励表扬忌简单化 / 93

课题五：高知妈妈的生存术

——给孩子十种必备的生活能力

- 1.领导人不是天生的 / 95
- 2.帮孩子提高社交能力 / 97
- 3.孩子社交能力培养中的误区 / 98
- 4.考验孩子适应新环境的能力 / 100
- 5.让孩子学会独处自立 / 101
- 6.创新能力彰显出人生价值 / 103
- 7.儿童的智慧在手指尖上 / 104
- 8.长大了再学来不及 / 106
- 9.合作与分享,生活变美好 / 107



高知妈妈是如何培养孩子的

- 10.自我中心意识毁了合作 / 108
- 11.追着时间跑的孩子 / 110
- 12.让孩子学会保护自己 / 112
- 13.自由独立的孩子,会保护自己 / 113
- 14.小绅士更讨人喜欢 / 114

课题六:高知妈妈的炼金术

——塑造孩子的美好心灵

- 1.帮孩子展开梦想的翅膀 / 117
- 2.目标是走向梦想的阶梯 / 118
- 3.自信心是进取的支柱 / 120
- 4.自信的孩子能认识自我 / 121
- 5.自尊心是孩子品德的基础 / 123
- 6.呵护孩子的尊严感 / 124
- 7.给孩子营造乐观的生活氛围 / 126
- 8.乐观创造了生活的奇迹 / 127
- 9.同情心是孩子的善之根 / 129
- 10.同情心给孩子好人缘 / 130
- 11.做一个善良的孩子 / 131
- 12.宽容能征服人心 / 133
- 13.宽容使孩子心胸豁达 / 134
- 14.骄傲自大就像井底之蛙 / 136
- 15.谦虚是进步的阶梯 / 137
- 16.我不是自私的小孩 / 138
- 17.错误的攀比滋生嫉妒 / 140
- 18.将嫉妒转化为竞争意识 / 141
- 19.享受童年的快乐 / 142

课题七:高知妈妈的智多星

——让孩子做学习的主人

- 1.自主学习,快乐学习 / 145

- 2. 要做学习的小主人 / 146
- 3. 好奇心是学习的动力 / 148
- 4. 学习趣味化, 学习乐趣多 / 149
- 5. 借助趣味化的工具学习 / 150
- 6. 学习目标要靠计划来实现 / 152
- 7. 用计划规范孩子的学习 / 153
- 8. 学习方法很重要 / 154
- 9. 学习方法好, 学习更轻松 / 156
- 10. 阅读改变人生 / 157
- 11. 把好孩子的阅读关 / 158
- 12. 鼓励孩子独立写作业 / 160
- 13. 考试要有平常心 / 161
- 14. 掌握一些考试技巧 / 162
- 15. 偏科拖了总分的后腿 / 164
- 16. 均衡各科的学习 / 165
- 17. 课堂笔记是个宝 / 166
- 18. 不要这样记笔记 / 168
- 19. 学习是一场较量 / 169

课题八: 高知妈妈应避免的育子误区

——挥去那些曾经的痛

- 1. 引导孩子的饮食观 / 171
- 2. 高知父母别将焦虑转嫁给孩子 / 172
- 3. 低物欲感、高孤独感的一代 / 174
- 4. 高知家庭易出教育型家长 / 175
- 5. 高知妈妈要会“四装” / 176
- 6. 学得多, 并不是精英教育 / 178
- 7. 别让“放养教育”过了头 / 179
- 8. 别过早刺激孩子的智力 / 180
- 9. 高知家庭易忽视孩子的理财教育 / 182



高知妈妈是如何培养孩子的

课题九：名人育子堂



1. 杨澜谈育子——不做神童,做个快乐的人 / 185
2. 于丹的育儿经——和孩子一同成长 / 187
3. 刘墉——让孩子自己去成功 / 190
4. 李嘉诚——培养孩子的独立人格 / 192

课题一

高知妈妈的变脸术

——做个不断学习的妈妈

1. 改变孩子，先改变自己

世界上最伟大的事情，是什么？

是教育！

摇动摇篮的手，摇动了世界。母亲，因时刻从事着最伟大的事业，也常被人称为最伟大的人。每一位母亲，都应该感到幸福、欣慰。同时，也应该感到责任重大。

我是三十五岁有了我的孩子——阳阳。

受孕那一刻，除了喜悦，更多的是沉甸甸的责任感。

随后十多年的岁月里，我陪伴着阳阳，把他从一个婴儿，培养成了一个清华大学的学生。他一直在追逐着自己的梦想，一直在努力做最好的自己。

阳阳是否成功，我还不知道，将来走出校门，走向社会，他的人生还会有崭新的开始。但是，我知道他是自信的，他是独立的，他也是阳光的，我不担心他。

阳阳在世界的任何一个角落我都很放心：他会照顾好自己，他能走好自己的人生路。

十多年里，我深刻地感悟到，要培养一个优秀的孩子，就要坚持两点：

首先，让孩子去做最好的自己。

其次，要改变孩子，先改变父母自身。

一路上，我像开掘宝藏一样一点一点开凿，琢出了一个最独特，做了最好的自己的孩子。一路上，我陪着阳阳一起成长，一起一点点改变，变成了阳阳生活中最喜欢的人。

有一份调查显示，中国孩子最崇拜的人中，父母排在了第五六位。而在



高知妈妈是如何培养孩子的

美国和日本,父母中总有一位,会排在前三位。我们不是孩子心目中的崇拜者,这正是家庭教育的失败。

日常生活中,我们展示了太多的缺点,太多的人性弱点、阴暗面、消极面。而这些东西,抹杀了父母崇高的形象,它们变成了另一种形式的教育,在一点一点荼毒着孩子。

当有一天,孩子成了少年犯,或者孩子碌碌无为,或者孩子感觉不幸福时。我们在慨叹孩子的人生时,是否会发现,正是我们自身的一些东西,雕琢了孩子这样的人生。

父母,永远是孩子生命中影响最深远的两个人。

要想有一个优秀的孩子,最应该改变的~~不是~~孩子的坏习惯、臭毛病,而是父母身上的教养陋习。有人说,父母 1% 的改变,能带来孩子 99% 的改变,此话一点也不假。

改变孩子,就得先改变自己。

孩子的任何问题,追根溯源都能追到父母的身上。错误的教养方式,导致了孩子人格、品德、习惯上的缺陷。天下没有教不好的孩子,只有不会教的父母。



教子建议:

1. 孩子身上的坏毛病,要从自己身上找源头。任何时候,孩子身上出现了坏毛病,例如撒谎、挑食、自私、拜金等,都可以从父母身上找原因。孩子身上的毛病,多源于父母错误的教育理念、教养方式。父母改变了,孩子才能改变。

2. 要树立终身学习的理念,遇到教子问题勤找方法。任何时候,学习都不会太晚,尤其是在孩子的教育问题上。教子途中的问题,需要父母们积极学习新知识,帮孩子矫治。各种育儿书籍、教育讲座、网上专家论坛,都是学习的途径。

3. 勤摸索、总结,找出最适合自家孩子的教养方法。每个孩子都是独特的,别人的方法并不一定适合自家孩子。教育理念可以借鉴,但一定要根据孩子的个性,找出最适合自家孩子的教养方法,这才是孩子最需要的。

2. 正确的教育理念是源头

任何教育行为，都源于教育理念。

希望孩子快乐，则采用“爱和自由”的观念。希望孩子成功，则应尊重“个性”，注重引导，发挥他的特长。各种教育理念都要尊重一个事实：孩子需要自然的成长。

从受孕到出生，到成长，到年老。一个人真正的成长是心理的成长，而非身体或智力的成长。心理的成长，不能通过外界输入，得靠孩子主动吸入，自己转化，然后成长，这就是自然的成长。

教育，要尊重孩子精神的自然成长规律。

阳阳出生后，我发现，他在自然的成长，我只能算个旁观者。

周围的世界，是那么的奇妙，声音、形状、色彩……都在时刻刺激着阳阳。但是，阳阳会有选择地接受，他喜欢的，他才会特别关注。

阳阳一岁左右，我拿着一本科普读物，给他讲九大行星，还指图给他看。但是他丝毫不喜欢这个。他倒是家里的彩色皮球、溜溜球、旋转的风车更感兴趣。很快，他常常接触的，能给他带来快乐的物品，他都一一熟悉了，而九大行星，阳阳一个也没记住。

我发现这一点后，不再给他灌输知识。

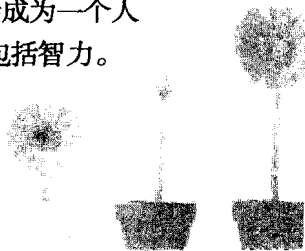
我喜欢观察阳阳，我会看他对什么感兴趣。什么东西他神情专注地盯着，我则用一种色彩感强、形象化的语言来为他介绍。阳阳津津有味地听，然后默默地记住了它们。

从小到大，孩子都在自然成长。孩子会选择最适合他本性、最吸引他的东西吸入，然后成长。父母可以帮助孩子发掘兴趣，提供实现目标的条件，但不能帮孩子成长。

如果强行逆转，最终还是会被孩子抛弃。

我曾看过一个报道，有一个孩子，从小被父母规划着，被动吸收了大量知识。十岁上哈佛，十六岁读完博士，一度被称为“神童”。神童毕业后，选择了做柜台销售员，他拒绝做任何“知识性的活动”，他说，“知识”让他痛苦。

一个孩子，能让他精神胚胎的内在规律自然地发展，他一定会成为一个人。反之，打破了自然成长规律，他的整个人生发展都会不正常，包括智力。





高知妈妈是如何培养孩子的



教子建议：

1. **尊重孩子的天性，尊重他的自我。**每一个孩子都是唯一的，都是独一无二的自我。因此，每个人的人生，都是形态各异的。正确的教育，是尊重孩子的自我，遵从他的天性。从这个源头出发，孩子追求的人生，才是他自己想要的人生。

2. **教育不是灌输知识，而是学会生活。**学习是一种途径，而不是教育目标。教育，不是看学了多少知识，而是看是否学会了生活。教育的初衷是教会孩子生活，途中可根据初衷，有选择地吸取知识。舍本逐末只会压抑孩子的天性，扭曲他的人格。

3. **磨砺孩子的心智，使他们心理成熟。**教育的最终目的，是使孩子心理成熟。智力的成长、身体的成长、知识的增加，都算不上真正的成熟，心智的成熟，才是真正的成长。孩子心智成熟后，会主动增进智能，学习知识长本领，独立、自立的生活。

3. 要做独立、健康的妈妈

每一位妈妈有了孩子之后，都甘心为了孩子牺牲自己的一切——有人称之为“母爱”。大肆褒奖，说它是无私的、无要件的爱，是最伟大的东西。

太多的孩子，正牺牲在了这种“甘于牺牲一切”的母爱之上。

“甘于牺牲一切”，的妈妈，过度依附、重视孩子，寄居于孩子的人生，支配着孩子的言行、梦想和价值观。最终，孩子将会愤怒地呐喊：“求求你，别再为我牺牲了。”

因为，这样的付出，已经成了孩子沉重的精神包袱。

正确的教育，不是付出一切。妈妈一定要有自己人生，要为自己而活。

有了阳阳之后，我一直努力保持自己生活的丰富性。我有自己要做的事，从不围着阳阳转，不把他当成我生命中的“太阳”。我想追求一种理性、开放的教育氛围。

阳阳一两岁左右时，我就开始了适度放手。我鼓励他“自己来”，让他开始学习自理，我鼓励他自己做事。当他说“我自己来”时，我从不说“我来”。

课题一：高知妈妈的变脸术

——做个不断学习的妈妈

平时，我除了关心他的饮食、身体健康外，也密切关注着他的精神世界。比如，当我发觉阳阳孤单时，就主动结识一些有小孩子的邻居，帮阳阳拓展生活圈子。

后来，阳阳长大了，每个寒暑假，我们都会有一次家庭旅游，帮他开阔眼界。

一直以来，大家都嚷着学习很重要，但我觉得，成长的过程中，有许多比学习更重要的东西。它们是人格、价值观、感受生活及幸福的能力等，这才是孩子健康成长的精神内核。有了它们，哪怕走遍天涯海角，孩子也会照顾好自己，施展出最优秀的自己。

只追求学习成绩是一种短视行为，它只会早早地让孩子背上沉重的精神负担。太关注学习，其实是让孩子背负父母的梦想，而学习是孩子的事，不是妈妈的事。

有时候，阳阳有兴致，我会和他聊一聊我现在的的生活状态，我的人生目标，我准备如何实现它们。阳阳听后，常常被吸引，他还给我出主意，为我加油。我能有精彩的人生，阳阳也会觉得骄傲。我的梦想我来实现，我不想阳阳背负妈妈的梦想，比如做个全优生。

除非，他自己真心想做全优生，这是我管不了的。

我知道，一个独立、健康、勇于追求自我价值的妈妈，在追求自我时，流露出的生活态度，展现出的言行举止，就是给孩子最好的引导和熏陶。

父母的文化素质，决定了家庭教育的质量。文化素质，它不只是学历的高低，还是健康的生活、文明的行为、良好的习惯的综合展示，它需要父母有独立、健康的个人生活。

教子建议：



1. 别让孩子背负父母的梦想。父母一定要清楚，孩子是独立的，是自由的精神个体。孩子不是父母梦想的实现机器，父母一旦强加梦想，就想处处操控孩子。最终，孩子丢失了自己的人生，父母寄居于孩子的人生。这样的亲子关系是一种痛苦。

2. 积极的生活，做孩子的榜样。父母的梦想，要由自己来实现。生活中，一定要积极地过日子，养成健康的习惯，丰富自己的业余生活。这些举动，能给孩子积极的熏陶，比向孩子教导一万遍更有效。希望有怎样的孩子，就



高知妈妈是如何培养孩子的

给孩子怎样的熏陶。

3. 别一味牺牲,让孩子有负罪心理。一味的牺牲是一种自私行为,因为牺牲的背后,都是有所求的。例如,好好学习,给父母争光,出人头地,光宗耀祖等。这些东西对年幼的孩子太沉重,是一种精神负担。这是用爱捆绑住孩子,让孩子失去自我。

4. 做个心理素质高的妈妈

父母的喜怒哀乐,对孩子极富感染力。

其实,每一个孩子,都是观察父母情绪的高手。

一个孩子,性格倔强或温顺,急躁或敏感,与父母的情绪或心理素质密切相关。父母乐观、大度、宽容、慈和、稳定、热情、冷静,孩子也能形成一种健康的情绪观。

我意识到这些时,发现阳阳的个性、心理素质,我已经参与了塑造。

阳阳的爸爸苏宁是个脾气急的人,常常一饿就想吃,一等人就坐立不安。时常,他在家抱怨我太慢,对我发点脾气。我起初不介意,当有一天我发现阳阳也变得和苏宁一样,我才开始担忧。

当时,阳阳才两岁,脾气已经非常倔了。他认定的事就得立马做,不然就吵闹不休。一旦满足了,他就安静了。两岁的孩子,正处于第一个逆反期,我常常被他搞得焦头烂额,火气“蹭蹭蹭”上升,也成了“火爆”妈妈。

我和苏宁的举止,直接影响了阳阳。直到后来,阳阳长大了,他的个性中依然有脾气急、耐性差的坏毛病。我反省后,知道是我和苏宁影响了他,便决心改过。

还好,我和苏宁个性中乐观、自信、积极的一面,也传给了阳阳。我在任何状态和困难下,从不轻言放弃,一心要做个坚强的人。我的倔强表现在工作中,也流露在了生活里。阳阳也学会了,把它用在了攻克学习任务上。

后来,阳阳跟我学英语,随着课程难度的加深,他常常会没耐性了,想放弃。我则鼓励他,要坚韧一点,一旦决定的事,就把它做完。阳阳向我发脾气、抱怨的时候,我也保持冷静,细心地跟他讲利弊得失。直到他认识到,学习英语是他自己选择的,是他最喜欢的事为止。