



习惯养成篇 个性发展篇 沟通交流篇  
轻松学习篇 青春萌动篇 未来职业篇

Gr  w up

成长构思

华夏家庭教育研究中心 策划编辑

Conceive  Outline

中国大地出版社

华夏家长家庭教育系列教材

# 成 长 拘 思

主 编：王顺田 谭郭鹏

中国大地出版社

· 北 京 ·

## 图书在版编目(CIP)数据

成长构思:王顺田主编

—北京:中国大地出版社,2006,9

(华夏家长家庭教育系列教材)

ISBN 7-80097-843-5/G.152

I.成... II.王... III.青少年教育:家庭教育

IV.H31

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第047334号

---

责任编辑:张琨

出版发行:中国大地出版社

社址邮编:北京市海淀区学院路31号 100083

电 话:010-82329127(发行部) 010-82329008(编辑部)

传 真:010-82329024

印 刷:北京林业印刷厂

开 本:890mm×1230mm 1/32

印 张:9

字 数:160 000字

版 次:2006年9月第1版

印 次:2006年9月第1次印刷

印 数:1—3000册

书 号:ISBN 7-80097-843-5/G.152

定 价:16.00元

---

(凡购买中国大地出版社的图书,如发现印装质量问题,本社发行部负责调换)

# 目 录

## 习惯养成篇

- 妈妈,我能帮你干活了——培养孩子的劳动习惯 ..... 4
- 草为什么是绿色的呢——让孩子多问几个为什么 ..... 8
- 爸爸你也不洗脚——父母的言行是孩子的表率 ..... 12
- 做个节约的好孩子——培养孩子勤俭的习惯 ..... 15
- 微笑教育——每天给孩子一张笑脸 ..... 19
- 饭前要洗手——好习惯是孩子一生的财富 ..... 22
- 有礼貌的孩子人人爱——培养有礼貌的孩子 ..... 25
- 大自然是最好的老师——让孩子热爱大自然 ..... 28
- 我就爱玩游戏——正确引导孩子的兴趣习惯 ..... 33
- 珍惜时间,做好时间管理 ..... 38
- 受用一生——让孩子爱上读书 ..... 42
- 每天动一动——培养孩子运动的习惯 ..... 46
- 注意细节是一种优秀的品格——培养孩子注重细节的习惯 ..... 49

## 个性发展篇

- 要照顾孩子的“面子”——自尊心 ..... 53
- 爸爸,要他们都传给我——别过分保护孩子 ..... 57
- 不是我干的!——孩子说谎怎么办 ..... 61
- 孩子,你能行!——培养孩子的自信 ..... 65
- 我就要白色的——让孩子独立自主 ..... 69
- 你怎么这么不听话——太听话的孩子没有创造力 ..... 73



快乐最重要——培养快乐的孩子 .....	77
让孩子在争执中成长——当孩子受欺负时 .....	81
我不要打针,我怕——抓住挫折带来的机会 .....	85
你是小男子汉——培养孩子的勇气 .....	89
我要跳到月球上去——培养孩子的想象力 .....	93
你自己的事自己负责——培养孩子的责任心 .....	97
这个玩具是我的,不给你玩——矫正孩子自私的心理 .....	101
我最需要的是你——孩子最渴望的是家长的爱 .....	105

## 沟通交流篇

沟通是一门艺术 .....	111
家庭内部的沟通密码 .....	114
亲情是时间“耗”出来的 .....	117
尊重孩子的意愿 .....	120
父母也应该向孩子认错 .....	123
用宽容来理解帮助孩子 .....	126
批评孩子请三思 .....	129
别拿孩子不当大人 .....	132
倾听是最好的交流方式 .....	135
如何面对唠叨 .....	139
孩子也有自尊心 .....	142
骂不是爱,打更不是亲 .....	145
代沟是可以消除的 .....	148
家长与老师的“联合” .....	151

## 轻松学习篇

让学习成为一件有趣的事 .....	155
怎样使孩子安心做功课 .....	158
如何合理安排学习时间 .....	161
“没用”的书真的“没用”吗 .....	164



如何对待偏科的孩子 .....	167
让孩子说：“我要学” .....	171
“兴趣班”真的有“兴趣”吗？ .....	174
求求你表扬我 .....	177
减少家教中的成人化要求 .....	180
家长该不该“陪读” .....	183
孩子学习成绩好也令人担心？ .....	186
考试忧虑症往往是家长逼出来的 .....	190
孩子考砸了，家长怎么对待 .....	193
爱好并不一定越多越好 .....	196

## 青春萌动篇

---

青春期的孩子需要与异性交往 .....	200
用正确的方法对待早恋的孩子 .....	203
早恋没那么可怕 .....	207
女儿收到男同学的“情书” .....	210
大大方方进行性教育 .....	213
性，能谈但不要去做 .....	216
别让性别意识变“模糊” .....	220
孩子为什么这么“敏感” .....	223
儿子长大了 .....	226
女儿长大了 .....	229
儿子抽烟了 .....	232
这并不是罪恶 .....	236
孩子为什么总要和家长对着干 .....	240

## 未来职业篇

---

让孩子当一当自己的“主人” .....	245
社交，孩子不得不学的一课 .....	248
培养孩子的竞争意识 .....	251



在挫折中成长 .....	255
培养孩子的合作意识 .....	258
孩子当了班干部 .....	262
职业意识从小抓起 .....	265
培养孩子的创新意识 .....	268
教会孩子理财 .....	272
要不要“逼”孩子学什么 .....	276
怎样帮孩子选择未来的专业 .....	279
不要盲目让孩子出国留学 .....	283
成长重要,成人更重要 .....	287



孩子在成长过程中，必须接受三种教育：小环境的家庭教育、学校教育和大环境的社会教育。人们常说，家庭是人生的第一所学校，父母是子女的第一任老师。西方有一句名言：“与其说国家的命运掌握在政治家手里，不如说国家的命运掌握在父母手里，推动摇篮的手也在推动人类的未来。”父母对孩子的家庭教育，将会影响孩子的一生。

望子成龙、望女成凤是天下所有父母的共同愿望。但是在中国，绝大多数的父母都将这一愿望的实现寄托在学校教育之上，忽视了父母对孩子教育的重要性。孩子的成长应该是立体的、多方位、多能力的成长，因此每一位家长都应该明白，对孩子的教育应该是综合的教育。仅仅依赖学校的教育而忽视家庭教育，对孩子的成长来说是远远不够的。

中国、美国、日本三国的教育界权威专家曾联合做过一项调查：父母在孩子心中的地位。调查结果显示，在美日两国中学生所佩服的人物中，前三位中至少有一位是父亲或母亲，而中国的上千名学生在回答这个问题时，大多把父母排在前六名之外。

这说明了什么？是中国的家庭教育并不成功！这个结论恐怕会令很多为人父母者难以接受。可怜天下父母心，中国的父母是全世界最辛苦的父母，一片良苦用心却得不到孩子们的认可。中国有重视教育，尤其是家庭教育的优良传统，“孟母三迁”的佳话传承至今。但是，在越来越重视教育的今天，我们的教育却出了问题。问题出在哪里？不是我们不重视教育，而是我们教育的观念和方法不对。

的确，在教育子女这个问题上，中国的父母是最用心的，但也恰





恰是因为这种“用心”，让他们有了许多错误的教育观念，从而不知不觉陷入了教育误区。比如，父母太注重对孩子填鸭式的知识灌输，他们总爱说：“你还小，这些事情你还不懂，照我说的去做就可以了！”像这样低估孩子的自我观察与学习的能力，强迫孩子接受大人观点的行为，虽然在本意上是为了使孩子少犯错误，但却在无意中打击了他们主动探索世界奥秘的积极性和自信心。

面对家庭教育中的困惑，有些家长经过长期的实践和探索，找到了一条适合自己孩子的教育方法，比如哈佛女孩刘亦婷的父母和22岁就成为英国剑桥大学博士生的张驰的父母。但是，家长们都有自己的事业，不能为了教育孩子就把自己的事业完全放弃。为此，很多家长盼望能有一本将权威教育专家的教育理念和优秀教育方法收集起来的书，以便每个家长找到最合适、最有效的教子之道。

《成长构思》就是这样的一本书，它以现实教育中真实的“平民”案例为主，从孩子的角度论述了他们在成长历程中经历的各种问题，突出不同的背景、不同的家庭教育对孩子的影响，探索家庭教育的一般规律和正确理念，解答了家长的一些疑问。这本书最大的特色就是，针对误区，从孩子和家长双方的角度，提出一些实际而有效的教育方法，让孩子意识到与家长的相处也可以轻松和愉快，长大的方式还可以有很多种，同时，作为家长，也能体会到自己在教育孩子方面的失误与成功之处。书中提供了大量的家庭教育中的一些可供操作的技巧，对于改善中国的家庭教育和学校教育很有帮助。



## 第一篇

## 习惯养成篇

著名的教育家叶圣陶曾说过：“什么是教育？简单一句话，就是养成良好的习惯。”父母的职责是教育孩子，而教育孩子关键就是培养孩子的好习惯。日本教育家福泽谕吉说：“家庭是习惯的学校，父母是习惯的老师。”习惯是在生活过程和教育过程中形成与培养起来的，父母怎样教育，孩子就养成什么样的习惯。

好习惯将伴随孩子们的一生，无论学习还是生活，做人或者处世。它以一种无比顽强的姿态点缀着你生活中的细枝末节，从而主宰人生。对于孩子来说，要成就学业、事业，要拥有美好人生，必须养成好的习惯。

## 妈妈，我能帮你干活了 ——培养孩子的劳动习惯



劳动是人一生中的主要活动。只有劳动，才能创造财富；只有劳动者，才能享有索取的权利。因此，让孩子从小养成良好的劳动习惯是家庭教育的重要内容之一。劳动教育的目的在于培养孩子做人的基本品质和基本能力，孩子一旦养成了懒惰的不良习气，想让他变勤劳就非常难了。因此，家长必须重视对孩子的劳动锻炼，从小培养孩子热爱劳动的优良品质。



阳阳是家里的独生子，爷爷奶奶一向很疼爱这个聪明的孙子，让他饭来张口、衣来伸手。妈妈总觉得这样对孩子的成长不利，于是决定改变这种情况，让阳阳养成劳动的习惯。

一个星期六，阳阳爸爸的皮鞋脱胶了，妈妈借口说没有时间，对儿子说：“阳阳，你把爸爸的皮鞋拿到街上去修理一下好吗？”

阳阳有点吃惊地说：“妈妈，我能行吗？”

“妈妈相信你，一定能行。”阳阳听了妈妈的话后，很乐意地答应了。妈妈就给了他三元钱。

晚上下班的时候，妈妈看见阳阳把爸爸的皮鞋整齐地放在一边，还很自豪地说：“妈妈，我能帮你干活了。我把爸爸的皮鞋拿去修好了，他只收了我二元钱。”



“唉呀！我们的小阳阳长大了，能帮妈妈做事了。儿子，你真了不起，妈妈真为你骄傲！”妈妈惊喜地夸奖他。

这一天晚上阳阳特别快乐，劳动的美好体验让他牢记在心。相信以后的日子里，阳阳会更爱劳动的。

### 孩子心声

爸爸妈妈每天都要上班，晚上还要为家务活操劳。看到他们那么辛苦，我很想帮帮妈妈做点家务事。但往往当我拿着拖布拖地或者兴趣十足的去洗碗时，妈妈却总是惶恐不安地对我说：“你怎么这么添乱！别弄脏了衣服！”或者“碗洗不干净就算了，别把碗打碎了！”，要么就是厉声说道：“快回房间学习去，干活是妈妈的事”，我的劳动热情一下子降到了冰点。有时候我看妈妈实在累，偷偷地再去尝试，结果还是被妈妈强行阻止了。爸爸妈妈，我力所能及的事情，请你们别再代劳了，让我为你们分担点家务活，好吗？

### 家长话语

劳动的重要性，我当然也知道。现在的孩子学习任务太繁重了，他们一回家就忙于作业，做父母的，心疼还来不及，哪还会让他们做家务啊。就是有时候忙不过来了，叫他们帮忙，结果不是添乱，就是不愿意做家务。长此以往，想想还是我们做父母的累点算了，让孩子安心学习吧。最重要的，是希望孩子能体谅我们的苦心，有点出息。家务，我们包了也没什么怨言。孩子，不要让我们失望啊！

### 专家点评

小孩进幼儿园后，他就慢慢懂得了怎样讲卫生、爱清洁、怎样自己的事情自己做，怎样帮助小朋友和从事一些扫扫地、擦桌椅等公益

劳动。这些自小养成的劳动习惯，对孩子来说，会受用终身的。劳动不仅养成好习惯、好品德，还对发展智力大有好处。事实证明，不做家务劳动的孩子，在长大成人后可能会有各种性格上的缺陷。

一些家长会说，“现在孩子学习负担重、作业多，没有时间做家务”。说实在的，眼下的小学生学习任务确实繁重，他们一回家就忙于作业，这也是事实，但他们并没忙得一整天都抽不出一些做家务的时间。一些明白的家长把子女从事家务劳动，看作是对孩子勤劳节俭品德的培养，每天固定一些家务让孩子作为任务来完成。孩子有了明确的任务，在忙完作业后，就会认真去完成家长每天规定的家务事。例如扫地、洗碗、擦鞋子等等，逐步培养孩子热爱劳动的观念。国外一些有识之士也十分重视孩子的家务劳动，美国富翁洛克菲勒就鼓励孩子从小学会家务劳动，还以部分零用钱作为对孩子从事家务劳动的奖励，例如擦双皮鞋五分钱等等，使孩子一空下来就抢着做家务，从小养成勤劳节俭的好习惯。可见，从小培养孩子的劳动习惯，对培养孩子的优良人格是不无好处的。

我国有句老话“三岁看八岁，八岁定终身”。这话虽然说得绝对了点；但从一个侧面告诉人们，孩子优良品格的培养，必须从小就严格要求，切忌放任，既要让孩子读好书，掌握文化知识，更要让孩子养成良好的道德风尚和生活习惯，促使孩子健康成长。

那么，如何培养和激发孩子的劳动兴趣呢？

专家提出了以下几条建议：

### 一、做好指导。

很多时候，孩子并不是因为懒惰而不劳动，而是因为家长没有提供相应的指导。所以，建议家长多与孩子一起劳动。父母边参与劳动，边教孩子劳动的技巧和方法，让孩子在劳动的过程中，慢慢掌握劳动的技巧和要领。

### 二、多加鼓励，激发孩子的劳动兴趣。

当孩子自觉地劳动或者认真地做完一件家务事时，家长要及时地

给以肯定和表扬，不要管孩子的劳动质量如何。这样可以激发孩子劳动的兴趣。另外需要注意的是，多采用精神鼓励，尽量不要用金钱或物质刺激的办法。

### 三、耐心指导。

孩子劳动习惯的培养，是一个循序渐进的过程。对于懒惰的孩子，父母也不要操之过急，首先应该冷静下来，分析孩子懒惰的成因，对症下药，对孩子进行耐心细致的教育。

### 四、言传身教，做好榜样。

要想培养孩子的劳动兴趣，让孩子勤快起来，父母就要以身作则，做好身教功夫。要知道，榜样的力量是无穷的。

相信通过父母和孩子的共同努力，你的孩子一定会成为一个热爱劳动的勤劳的好孩子。

## 草为什么是绿色的呢？

### ——让孩子多问几个为什么



几岁的孩子，经常会问“为什么”，也会突然冒出一些怪念头，让很多家长头疼不已。其实，每一个天才，都是真正的“问题猎手”。呵护孩子的求知欲和好奇心，就等于在培养一个天才。



一天，岳岳问正在修剪草坪的爸爸，“爸爸，为什么小草的叶子是绿色的？”

听到儿子的询问，受过高等教育的爸爸非常高兴，他认为这是儿子聪明的一个标志，也是一个让孩子喜欢科学的好机会，于是开始滔滔不绝地给他讲述关于叶绿素以及光合作用的道理。

整整10分钟过去了，爸爸耐心和完整地讲解了“叶子为什么是绿色的”。听完爸爸的解释后，岳岳还是一脸茫然：“爸爸，你说的我不明白啊。”

爸爸正要详细地解说一遍，这时候手机却响了。接完电话，爸爸抱歉地说：“岳岳啊，爸爸有点事，没时间跟你解释了，你自己去查十万个为什么，好不好？”

爸爸走后，岳岳蹒跚地在草坪上走着，纳闷地低头自语，“我只是想知道叶子为什么是绿色的，而不是什么叶绿素和阳光之类的专业术语，更不想去查什么资料。”

岳岳的爸爸可能还不知道，岳岳本来认为这是一个“简单的问题”，听完爸爸的回答并查完资料后，他反而更加困惑了。



经常看到很多新事物，我很好奇，有好多问题要问，所以只好问爸爸妈妈了。但是爸爸妈妈不是讲得太深奥我听不懂，就是懒得理我，觉得我问东问西太吵太烦。爸爸妈妈，耐心通俗地解答我的疑问好吗？



儿童总是不断要求父母解释各种问题，他们是那么好奇，我常会感到难以招架。你想啊，我们每天上班就够忙了，下班回家还得解答各种荒诞幼稚的问题。我要么不知道怎么解释才能让他听明白，要么不知道如何回答他那些天真的问题。时间长了，我就不耐烦了。



牛顿发现苹果从树上掉下来的故事是那么简单——他问自己，“苹果为什么会往下掉呢？”这就是物体重力学的开始，也是万有引力理论的开始。

伽利略站在比萨教堂里看见挂钟的钟摆在左右摇动，他暗自思忖，“钟摆摇动的时间是否都是相同的？”从此，天文学开始计算宇宙的时间。

瓦特只是因为看见水烧开了之后，壶盖被顶起，就开始思索，“为什么壶盖会被顶起？”蒸汽机由此诞生。……



众所周知，真理的发现来自好奇，来自对于知识的追问。事实上，所谓“天才”，常常只比普通人多一些强烈的好奇心和求知欲。孩子的很多问题乍一听来也许不合逻辑，但仔细想一想，大人的知识似乎也不外乎是些可笑的东西，所以不论孩子提出什么问题，决不应嘲笑，而是应该亲切地予以回答。如果父母嘲笑他，他就会因害羞而不再提出问题。

儿童总是不断要求父母解释各种问题，他们是那么好奇，父母常会感到难以招架。但是，如果父母不把这看成一种苦恼，而看成是一颗渴望求知的心，那么父母就会发现，这些问题确实很有启发性。

孩子爱提问题是求知欲的一种表现，但很多时候，孩子的问题在大人看来根本不是什么问题，因此他们会说：“傻孩子，这算什么问题?!”但为人父母者要认识到这一点：孩子的“问”表明了他在思考，如果能给予他巧妙的“答”，就会进一步激发他的求知欲望，点燃他智慧的火花。任何一项创新活动都是伴随着积极的思维活动，而思维总是从问题开始的。因此，父母不仅要鼓励孩子提问题，而且对孩子所提出的问题，要热情地、耐心地倾听；对孩子提出的问题，不要急着给出答案，而要给双方留出思考的时间和空间，让孩子自己也认真地想一想；然后，给出简明、易于理解的答案，如果家长能在回答孩子问题后顺着孩子的问题再提出一些新的相关的问题，就会更有利于孩子思维能力的发展。

孩子积极思考。主动提出问题对孩子思维的发展极其重要。或许有些父母会问，怎样才能让孩子想问、会问？要让孩子想问题并提出问题，我们可以仿效犹太人的做法——安排一个情境，以激发孩子想问的兴趣。

**所谓安排“情境”，有些技巧可依循：**

**首先，让孩子感到好奇。**

如玩猜谜游戏，给一些暗示；故事说一半，让孩子好奇地想问结果等等；然后引导孩子问得清楚，而且有礼貌地问。

