

GEIFUMU

I O I T I A O Z H O N G G A O



给父母101



来自教育专家的肺腑之言
遵循书中的原则和方法
您将成为一名称职的
受孩子尊敬和爱戴的家长
它可以让您成为孩子的朋友
让您的每一个与孩子相处的日子
都变得快乐而又难忘

条「忠告」



西北大学出版社

GEIFUMU

101 TIAOZHONGGAO



教育专家给年轻父母的最真诚、最有价值的忠告
为人父母，可贵者在于发展孩子天赋的内在力量，使其不怕挫折、
勇于挑战，在社会上人尽其才，达到他应有的地位。这就是教育的最终目的。
——德国教育家卡尔·威特

ISBN 7-5604-2048-6



9 787560 420486 >

ISBN 7-5604-2048-6/G·290

定价：28.80 元

图书在版编目 (CIP) 数据

给父母 101 条忠告/理弘, 房保常编著. —西安: 西北大学出版社, 2005.8

ISBN 7-5604-2048-6

I. 给... II. ①理...②房... III. 家庭教育
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 076089 号

给父母 101 条忠告

编 著: 理 弘 房保常

责任编辑: 桂方海

出版发行: 西北大学出版社

社 址: 西北大学校内

邮政编码: 710069

电 话: (029) 88302590

印 刷: 北京普瑞德印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 787×960 1/16

字 数: 280 千字

印 张: 21

版 次: 2005 年 10 月第 1 版 2005 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-5604-2048-6/G·290

定 价: 28.80 元

GEIFUMU

101 TIAO ZHONGGAO

给父母101

条「忠告」



西北大学出版社

- ◎ 创造良好的家庭环境
- ◎ 走出培养孩子的误区
- ◎ 走进孩子的内心深处
- ◎ 培养孩子的良好品德
- ◎ 孩子素质技能的培养
- ◎ 聪明学习，快乐成长
- ◎ 重视孩子的身心健康
- ◎ 如何纠正孩子的不良行为
- ◎ 教会孩子与他人相处

101

GEIFUMU

ZHONGGAO
101TIAO

前言

孩子是父母生命的延续，也是父母的希望。每一位父母都希望自己的孩子生活的幸福，希望孩子在各个方面出类拔萃，望子成龙几乎是所有父母的愿望。

一个幼小柔弱的生命健康成长，需要富有营养的食品、暖和的衣服，还需要有理智和炽热的爱、饱满而健康的感情；需要知识的养分，需要优秀的品德与教养等。所有孩子需要的这一切，都需要父母的给予和培养。与孩子共同成长，不仅是父母艰巨而伟大的使命，更是每一位父母不可推卸的责任。

为人父母，必须明白一个简单的道理：我们给孩子的财富再多，他们也有花完的时候，给他们的知识再多，也有不够用的时候，给他们的爱护再多，也有终结的时候。所有这些，都不能成为孩子自己改变自己命运的东西。家庭教育最根本的是应该培养孩子的品德素质，教育他们学会做人，学会面对社会，面对自己。在家庭中子女养成了良好的个性，就能够在社会生活中走自己的道路，创造成功的人生。正如德国教育家卡尔·威特所说：“为人父母，可贵者在于发展孩子天赋的内在力量，使其不怕挫折、勇于挑战，在社会上人尽其才，达到他应有的地位。这就是教育的最终目的。”

教育孩子是一门科学，也是一门艺术，特别是在独生子女已经成为主流的时代，更需要父母接受新观念，舍得下大工夫，学会使用巧妙的方法。在众多的教育方法中总有适当的方

忠告

法和技巧适合您的孩子，但如何更好地把它们运用到实际生活中去，是很多家长梦寐以求的。

本书站在东西方家庭教育的前沿，汇集了大量可资年轻父母借鉴的有益启示，吸纳了众多学者的优秀研究成果，是教育专家给年轻父母的最真诚、最有价值的忠告。遵循书中的原则和方法，您将成为一名称职的、受孩子尊敬和爱戴的家长，它可以让您成为孩子的朋友，让您的每一个与孩子相处的日子都变得快乐而又难忘！

目 录

第一章 创造良好的家庭环境	1
01. 家庭是爱的调色盘	3
02. 良好的家风需要长期培养	6
03. 父母是孩子最初的偶像	8
04. 创造良好的家庭环境	11
05. 每天为你的家庭做一件好事	14
06. 创造家庭生活惯例	17
07. 家庭教育应该与社会教育接轨	19
08. 父母亲的性格让子女喜欢	22
09. 理想的家庭环境	25
10. 父母既是权威，又是榜样	27
11. 用爱心凝聚全家人	30
12. 用非语言因素鼓励孩子	33
第二章 走出培养孩子的误区	35
13. 孩子“听话”未必是好事	37
14. 小孩子也该多劳动	40
15. 疼爱孩子不能过分	43

16. 让孩子告别溺爱	46
17. 不要让孩子成为“笼中鸟”	49
18. 让孩子学会生活	51
19. 不要心痛孩子吃苦	54
20. 父母态度要一致	57
21. 调整好对子女的期望值	60
22. 还孩子过平凡生活的权利	64
23. 父母也有自己的权利	67

第三章 走进孩子的内心深处 71

24. 你是否真正了解自己的孩子	73
25. 做孩子的知心朋友	75
26. 与孩子平等交流	78
27. 心灵沟通最重要	82
28. 与孩子讨论比训话更重要	85
29. 学会聆听，让孩子多说话	88
30. 改变你的语调，敞开你的心扉	91
31. 不能在孩子面前乱发脾气	95
32. 怎样减少孩子的逆反心理	98
33. 还给孩子应有的权利	101
34. 把对孩子的伤害减到最低	104

第四章 培养孩子的良好品德 107

35. 教会孩子怎样做人	109
36. 把爱心教育放在第一位	112
37. 培养孩子参与家务劳动	116
38. 责任心是孩子健全人格的基础	120

39. 孩子无理要求多, 父母要会说“不”	123
40. 鼓励孩子再接再厉	126
41. 要让孩子成为一个有教养的人	129
42. 孝子是培养出来的	133
43. 培养孩子的幽默气质	135
44. 培养孩子乐观向上的性格	138
45. 怎样教孩子说真话	141
46. 时刻注意熏陶孩子的品德	143
第五章 孩子素质技能的培养	147
47. 让孩子做自己生活的主人	149
48. 求知识不如求智慧	153
49. 创造力是人生最大的财富	155
50. 遵守孩子的标准	158
51. 鼓励孩子自己研究问题	160
52. 保护好孩子爱问的天性	163
53. 鼓励孩子玩出新花样	165
54. 鼓励孩子参与争论	168
55. 性格决定命运	170
56. 如何培养孩子的领导魅力	173
57. 胆大心细的孩子会成功	177
58. 不可偏信智力测试	180
第六章 聪明学习, 快乐成长	183
59. 天才是后天制造出来的	185
60. 教育从孩子出生那天开始	187
61. 孩子在快乐时学习最有效	190

62. 让孩子学会观察	192
63. 不要代替孩子定爱好	195
64. 激发孩子学习的积极性	198
65. 家长怎样辅导孩子作文	201
66. 教给孩子一些记忆方法	204
67. 注意提高学习效率	208
68. 不可粗暴对待成绩差的孩子	211
69. 孩子如何在考试中保持良好心态	214

第七章 重视孩子的身心健康

70. 帮孩子走出自我挫败的阴影	219
71. 帮助孩子克服自卑	222
72. 引导孩子笑对人生	225
73. 教孩子学会走出孤独	228
74. 给予孩子面对社会的勇气	231
75. 让孩子在运动中健康成长	235
76. 才能潜藏在丰富多彩的童年中	239
77. 认识孩子的消极情绪	242
78. 教孩子学会调节情绪	245
79. 不要对孩子进行“心理虐待”	249
80. 父亲的品位使孩子坚强	252

第八章 如何纠正孩子的不良行为

81. 家长应该最懂孩子的心	257
82. 说谎不是孩子的天性	261
83. 孩子需要自我激励	265
84. 让孩子学会控制自我	268

85. 不要再向孩子说那些忌语	272
86. 怎样帮助孩子延迟满足	274
87. 怎样对待“任性”的孩子	277
88. 孩子为什么不喜欢学习	281
89. 不良行为要及时纠正	283
90. 避免对孩子的“心理污染”	286

第九章 教会孩子与他人相处 289

91. 社会化程度高的孩子聪明活泼	291
92. 家庭教育应该突出社会知识	293
93. 正确传授沟通的技巧	296
94. 为孩子的交往提供必要的帮助	299
95. 倾听是非常好的教育方式	302
96. 让孩子学会赞美别人	305
97. 教导孩子与老师正常交流	307
98. 如何让孩子适应学校生活	311
99. 集体生活益于孩子成长	314
100. 教会孩子与异性交往	318
101. 不可向孩子灌输“绝不吃亏”的思想	321

第一章

创造良好的家庭环境

现代的家庭生活五彩缤纷，但是在人际交流中却丧失了五颜六色的光环，因为他们之间缺少了爱。缺少了爱的元素，生活就在平乏中失去意义，人会变得世俗、苍老，甚至可恶。当我们懂得了现代家庭必备哪些爱的元素，才能奏出一曲和睦、温馨、幸福的旋律，才能滋生出人生最强音。

——家庭是爱的调色盘

01

家庭是爱的调色盘

每个家庭都是一个调色盘，家庭中每个成员都有自己的个性，有红色，有绿色，也有黄色和紫色……每一种颜色都光彩夺目，奕奕生辉。但是在现实生活中，我们把每一种颜色重新组合，却发现它们居然黯然失色，失去了昔日的光彩，而经过精心的重组、整合，却又能调出更好的颜色，放射出更加绚烂多姿的光彩，其中的秘密神力就是爱。爱的力量能让你把生活调得更加丰富多彩，但是在现实生活中，我们却发现现代家庭中，这种爱的力量是稀缺的……“我想我不够爱你，所以会一败涂地，我失去了我不够爱的你”，没有爱的家也是不温馨的，仿佛失去了颜色一样。那么现代家庭缺什么呢？爱的无亲是什么呢？下面试举父母与子女的关系来解读现代家庭缺了什么爱的元素，其实爱人之间相处也是由这些元素构成的。

1. 缺文化氛围

人生最大的快乐是拥有一个充满爱的家庭，每个孩子的健康成长、父母事业的成功都离不开一个温馨的家庭。家庭并不是物质的堆积地，而是人类灵魂的栖息所。因为每个人对物质的需求是有限的，但人文的关怀、精神的追求对家庭中每个人来说却是无限的。每个家庭在提升物质生活水平的时候，愈来

愈需要得到人文精神的关怀。一个人文化的积淀离不开学习，而学习又离不开家庭的文化氛围。前苏联教育家苏霍姆林斯基说过：“家庭里别的可以少一点，但不能没有书。”“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”而现代家庭却走进了一个怪圈，不买能增进科学文化知识的课外书，只买教科书、参考书、习题集。据对上海市 1313 户中、小学生家庭的现状调查显示：家庭藏书 251 本以上占 11.1%；51 ~ 250 本占 37.8%；11 ~ 50 本占 32.3%；10 本以下占 9.7%；没有一本书的占 9.1%。家长在家看书读报时间：3 小时以上为 1.8%；2.5 ~ 3 小时为 1.1%；2 ~ 2.5 小时占 2.2%；1.5 ~ 2 小时占 8.9%；1 ~ 1.5 小时为 19%；0.5 ~ 1 小时为 45.1%；0.5 小时以下为 14.5%；没有时间的为 7.4%。由此可见，现代家庭缺少文化的氛围。一个孩子在成长过程中，同时需要三个世界的丰富和成熟：生活世界、知识世界和心灵世界。要丰富这三个世界离不开广泛而有意义的阅读和学习，而不仅仅是为了考高分，为了应试教育。家庭教育实际上是亲子相互沟通、交流、共同学习，互动共进，传递爱的过程，是营造各种文化氛围的过程，而这种氛围在现代家庭中是稀缺的。

2. 缺共同时间

社会进步了，时代发展了，竞争越演越烈，现代生活的节奏急剧加快。我们每个人都在与时间赛跑，时间就是我们的生命。忙着拼命挣钱，忙着官场追逐，忙着酒肉应酬，为了使自己的步伐与时代前进的脚步一致，我们奔跑，分秒必争，跑得大汗淋漓。我们舍不得将时间花在孩子身上，借口工作忙，试图以金钱来弥补自己在孩子身上的时间饥荒，甚至在一个星期里竟然没有时间与孩子一起学习，一起活动，没有共同时间，便无法倾听孩子的心声，无法了解孩子的心理需求，更无法欣赏孩子成长的脚步，当然也无法随时矫正孩子前进的方向。其实，父母对子女爱的元素是什么？是共同时间。有了共同时间，亲子之间才有可能相互沟通、相互倾听、相互理解、共同学习、共同活动；亲子之情才有可能通过肢体语言彼此交流，

亲子之情才有可能成为相互欣赏、相互激励、相互期待和感谢的话语。有了共同的时间，才有可能寻找亲子之间学习兴趣和内容的集合点。然而在现代家庭中，我们难得看到父母子女一起享受生活，一起学习。

3. 缺情感支持

当前，家庭面临最大的威胁是家庭的稳定性愈来愈受到挑战，离婚率逐年上升，单亲家庭的比例日益上升。夫妻情感、父母子女情感等相互支持力量的缺乏是现代家庭危机的一个重要的方面。当今的孩子，越来越孤独了，因为他们缺少爱的力量，缺少父母能拍拍他的肩，抚摸一下他的头，以赞赏的目光对他说：“好样的，真是一个男子汉！”家庭中情感支持是家庭稳固的基础，是家庭生活幸福美满的源泉，是孩子健康成长的阳光。这种情感支持是双向的、互动的，父母应该成为孩子的情感支持者，孩子同样也是父母的情感支持者。只要有了家庭中人与人之间的情感支持，家就会产生凝聚力，就会产生坚不可摧的力量，使家庭每个成员把握竞争的优势，与社会发展和谐同步，与时俱进。

4. 缺家庭民主

父母是权威的象征，使人不敢冒犯，父母垄断孩子的学习权和生活权。为什么家庭悲剧时有发生？其根源也许在于家庭中缺少平等。家庭中父母的角色不是裁判，不是警察，而是共同成长的学友。父母对孩子的成长不能有太多的个人干预，而要给孩子充分的自由时间和可能的策划和决断权。在自由的空气里成长的人心智会比较健全，身心才能够得到健康的发展。

现代的家庭生活五彩缤纷，但是在人际交流中却丧失了五颜六色的光环，因为他们之间缺少了爱。缺少了爱的元素，生活就在平乏中失去意义，人会变得世俗、苍老，甚至可恶。当我们懂得了现代家庭必备哪些爱的元素，才能奏出一曲和睦、温馨、幸福的旋律，才能滋生出人生最强音。