



这样教孩子 才肯学

最好的教育方法不在于理论，而在于实用

◎孩子不爱学习原因何在？作为父母你认真对待了吗？
◎孩子不听话怎么办？你用对管孩子的方式方法了吗？

这样管孩子 才肯听

ZHEYANGJIAO HAIZI CAIKENXUE
ZHEYANGGUAN HAIZI CAIKENTING

谢正斌◎编著

北京工业大学出版社



ZHEYANGJIAO HAIZI CAIKENXUE
ZHEYANGGUAN HAIZI CAIKENTING

这样教孩子才肯学 这样管孩子才肯听

—— 谢江斌◎编著 ——

最好的教育方法不在于理论，而在于实用

◎孩子不爱学习原因何在？作为父母你认真对待了吗？
◎孩子不听话怎么办？你对管孩子的方式方法了吗？

北京工业大学出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

这样教孩子才肯学 这样管孩子才肯听 / 谢正斌编著. —北京:

北京工业大学出版社, 2009. 9

ISBN 978-7-5639-2160-7

I. 这… II. 谢… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 154775 号

这样教孩子才肯学 这样管孩子才肯听

编 著 者: 谢正斌

责任编辑: 程业刚

封面设计: 纸衣裳书装

出版发行: 北京工业大学出版社

地 址: 北京市朝阳区平乐园 100 号

邮政编码: 100124

电 话: 010-67391106 010-67392308 (传真)

电子信箱: bgdcbsfxb@163.net

承印单位: 北京才智印刷厂

经销单位: 全国各地新华书店

开 本: 710mm × 1010mm 1/16

印 张: 13.75

字 数: 235 千字

版 次: 2009 年 9 月第 1 版

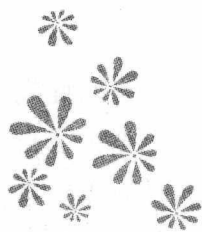
印 次: 2009 年 9 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-2160-7

定 价: 25.00 元

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误, 请寄回本社调换



前 言

每个父母都希望自己的孩子能受到最好的教育，为未来做好充分的准备。但是，在孩子的成长过程中，却隐藏着许多不可预知的变数，其中父母的教育方式和方法，就是变数中的重要因素，因为教育的方式和方法正确与否，将直接影响教育工作的效果，甚至影响孩子的一生。所以，父母在对孩子的教育问题上不能有丝毫怠慢。

孩子不愿意学习怎么办？孩子不听话怎么办？这是摆在众多父母面前亟待解决的两大课题。

孩子为什么不愿意学习？其中的一个重要原因是孩子对学习的内容不感兴趣。所以，若想让孩子喜欢上学习，就要让孩子学习他有兴趣的内容。这是解决问题的根本所在。在现实生活中，很多父母却忽略了这一点。很多父母希望自己的孩子能够多才多艺，于是把自己的希望、理想强加在孩子身上，不去过问孩子喜欢与否，在寒假或是暑假里，帮孩子报各式各样的兴趣班。殊不知，这样做的后果，不仅是浪费了钱财，而且也会让孩子压力倍增，失去了玩耍的时间与乐趣，从而产生一种厌烦和“抵触”的心理，于是对学习越发不感兴趣。父母只有在平时多与孩子接触，根据孩子的性格特点来选择最适合孩子的兴趣班，才能满足孩子的求知欲，更好地开发孩子的潜能，达到事半功倍的效果。

学习并不是一件轻轻松松的事情，要想让孩子学会学习，取得理想的学习成绩，就要让孩子养成良好的学习习惯。比如孩子在家里做作业的时候，父母要鼓励孩子自己开动脑筋思考问题。孩子经过苦思冥想终于找到答案的时候，父母可以给予恰当的赞赏

和鼓励；与此同时，孩子经过自己的努力获得成功，也就在一定程度上增强了自信心。长此以往，孩子就能养成独立学习、独立解决问题的良好习惯。

孩子不听话的原因何在？原因有很多，但大部分原因是父母没有用对管教孩子的方式方法。在孩子不听话的时候，很多父母用吓唬、武力、训斥等不恰当的管教方法来管教孩子，这不但解决不了问题，而且还会伤害孩子的心灵，甚至会导致亲子关系出现危机。父母只有掌握了一定的方法与技巧，才能更好地了解孩子的内心想法，才能更好地与孩子和谐相处。

培养一个听话的孩子，不是靠父母一味的严厉，也不是靠父母呆板地按照理论或规定去做，而是靠父母的本能、直觉以及以身作则。

世上没有天生就会教孩子的父母，也没有能自然而然地成为育儿高手的父母。优秀的父母是通过学习和实践而练就的。

父母要知道，每个孩子都是优秀的，都是有潜力的，对孩子不要过分呵护，否则溺爱会成为孩子成长的绊脚石；关怀是心灵上的沟通，并不是行为上的干预，过分的干预会令孩子反感，也妨碍孩子潜能的发展；平时说话也要注意，不要因为不合时宜的一句话，打击了孩子的自尊心和自信心；不要以为自己一个不在意的动作，而影响了自己在孩子眼中的威信；教育方法要灵活变通，不要过于呆板，不要让自己的固执，扼杀了孩子的灵性……

最好的教育方法不在于理论，而在于实用。本书内容通俗易懂，贴近生活，实用性强。书中没有深奥的大道理，也不流于空谈，而是针对教孩子、管孩子提出了具体的实用方法。书中所提倡的教孩子、管孩子的方式方法，不但有助于培养孩子独立健康的人格，也有助于建立良好的亲子关系。本书是一本能给父母提供实际运用的教孩子、管孩子的图书，是父母进行家庭教育，解决“孩子不愿意学习怎么办？”“孩子不听话怎么办？”这两大课题的好帮手。



目 录

上篇 这样教孩子才肯学

第一章 让孩子喜欢上学习

孩子不喜欢学习，是令很多父母最头疼的事。兴趣是孩子最好的老师。要想让孩子喜欢上学习，最重要的是培养孩子的学习兴趣。孩子对学习感兴趣，自然能喜欢上学习。培养孩子的学习兴趣要根据孩子的具体情况，采用灵活的方法。

- 孩子的学习兴趣是需要培养的 /4
- 在玩耍的时候开发孩子的学习兴趣 /6
- 激发孩子学习的积极性 /8
- 不要把某种兴趣强加给孩子 /9
- 启发和引导孩子的求知欲 /11
- 在家庭教育中培养孩子的兴趣 /13
- 用正确的态度对待学习成绩差的孩子 /15
- 激发和满足孩子的好奇心 /17
- 设法提高孩子的学习成绩 /19
- 培养孩子正确的兴趣爱好 /21
- 培养孩子学习兴趣的注意事项 /23



目 录

第二章 让学习成为孩子的一种习惯

良好的学习习惯，是学习活动顺利进行的保证。如果一个孩子没有养成良好的学习习惯，那么，这个孩子的学习状况是令人担忧的。良好的学习习惯一经养成，一般就不会被轻易改变，并能在学习中发挥持久的作用。而父母的重要职责之一，就是培养孩子良好的学习习惯，抑制和消除不良的学习习惯。

- 培养孩子良好的阅读习惯 /26
- 培养孩子集中精力做事情的习惯 /28
- 培养孩子认真书写的习惯 /30
- 培养孩子独立解决问题的习惯 /31
- 让孩子养成善于提问题的习惯 /33
- 培养孩子细致的观察能力 /35
- 提高孩子的写作能力 /37
- 提高孩子的记忆力 /39
- 培养孩子的想象力 /41
- 培养孩子制订计划的习惯 /43

第三章 让孩子自觉地学习

孩子养成自觉学习的习惯，不但有利于提高学习成绩，还能有较多的时间自由支配，为童年增添更多的欢乐。父母应科学地分析和掌握孩子的特点和习性，对孩子进行正确的引导和教育，让孩子自觉地去学习。

- 激发孩子的创造力 /48
- 培养孩子的创新能力 /50
- 培养孩子的自信心 /52
- 让孩子自己动手去做 /54
- 培养孩子的吃苦精神 /56
- 培养孩子善于思考的习惯 /58



目 录

这样教孩子才肯学
这样管孩子才肯听
· 目录

- 培养孩子独立自主的能力 /60
- 培养孩子养成坚持不懈的习惯 /62
- 帮孩子树立远大志向 /64
- 培养孩子坚强的意志力 /66
- 提高孩子的学习效率 /68

第四章 让孩子学习并快乐着

教育就是解放孩子的身心，让他们自由而快乐地学习。只有在学习过程中获得成长的快乐，才能唤起孩子对学习的那种源自心底的热爱，并成为他们终身学习的、不竭的动力。也只有快乐，才能催发孩子对学习的激情，催生出生命的智慧和创造力。让孩子学习并快乐着，孩子才能成才和成功。

- 让孩子学会与人合作 /72
- 挖掘孩子的潜力 /74
- 指导孩子克服嫉妒心理 /75
- 帮助孩子消除厌学情绪 /77
- 培养孩子珍惜时间的好习惯 /80
- 主动向孩子学习 /81
- 帮助孩子缓解压力 /83
- 培养孩子的运动能力 /85

第五章 帮助孩子学好各门功课

孩子的学习不能仅仅只从个人兴趣出发，要知道各门功课之间都是有联系的，哪一门功课没有学好，都或多或少地影响到其他的功课。父母不应只关心孩子对语文、数学等功课的学习，而忽略孩子对其他学科的学习。父母应该全面关心孩子的各门功课，帮助孩子学好各门功课。这里的“帮助”，不是替孩子学习，而是引导孩子自己去学习。

- 教孩子学好语文 /90



目 录

提高孩子的数学能力	/91
教孩子提高英语成绩	/94
辅导孩子学好物理	/96
教孩子学好化学	/98
指导孩子学好历史	/100
提高孩子的生物成绩	/102
教孩子学好地理	/103
让孩子学好思想品德课	/105
纠正孩子的偏科现象	/106

下篇 这样管孩子才肯听

第六章 以身作则，树立威信

父母的威信是父母与孩子之间达成的一种默契，一种积极、肯定的互动关系。对父母来说，威信是对孩子的一种威望和信誉；对孩子来说，威信是对父母的一种尊重和信从。父母的威信不是靠打骂得来的，而是靠以身作则树立的。

以身作则是最好的教育方式	/112
父母守信用，孩子才会守信用	/114
了解孩子的内心世界	/116
对孩子要“严”与“爱”并重	/118
注意休闲方式对孩子的影响	/120
努力构建和谐的家庭环境	/122
父母对孩子的教育要达成共识	/124
尊重孩子的民主权	/126
与孩子进行平等的交流	/127
学会向孩子道歉	/130
调节和控制自己的情绪	/131



第七章 少批评，多赞美

心理学家兼哲学家威廉詹姆斯说：“人类性情中最强烈的，是渴望受人认同。”一味地批评孩子会导致亲子关系恶劣，造成孩子自卑、叛逆；而恰到好处的赞美是父母与孩子沟通的兴奋剂、润滑剂，会使孩子变得积极、自信。对孩子要多赞美，少批评。切记：批评抱怨使孩子落后，赞美鼓励使孩子进步。

- 多抽时间和孩子沟通 /136
- 学会倾听孩子的谈话 /138
- 表扬孩子讲究方式方法 /140
- 善于发现孩子的优点 /142
- 用欣赏的眼光看孩子 /144
- 批评孩子要讲究技巧 /146
- 引导孩子树立正确的竞争意识 /148
- 父母要放下手中的棍棒 /150
- 巧妙地责备孩子 /152
- 不要揭孩子的短 /154
- 培养和呵护孩子的自尊心 /156

第八章 给孩子一些自由

爱孩子就要给孩子自由。父母要为孩子今后的发展和一生的幸福着想，就要给孩子一块自主发展的空间，逐步培养孩子适应未来社会和未来生活的能力。当然，允许孩子自主发展并不是说父母可以对孩子放任不管，恰恰相反，给孩子自由是有原则的，是一种“无为而治”的教育方式。

- 不要过多干涉孩子的事情 /160
- 尊重孩子的选择 /161
- 尊重孩子的秘密 /163
- 让孩子学会自我保护 /165



目 录

这样教孩子才肯学

这样管孩子才肯听 · 目录

- 保护孩子的表现欲 /167
- 消除孩子的骄傲情绪 /168
- 培养孩子的同情心 /170
- 让孩子多交朋友 /172
- 教孩子学会拒绝 /174
- 给孩子自由支配的时间 /176
- 让孩子敞开心扉 /178
- 培养孩子的心理承受能力 /180
- 提高孩子的抗挫折能力 /181
- 提高孩子的交际能力 /183

第九章 让孩子变得听话

孩子一天天地长大，慢慢地有了自己的思想，不再唯父母之命是从，甚至会因为一些事情和父母赌气、争论甚至争吵。在孩子的成长过程中，父母和孩子之间出现某种程度的冲突是不可避免的。所有的父母都希望培养出听话的孩子。但父母要知道，听话不是让孩子唯命是从，而是让孩子改正一些不良的习性，以便健康地成长。

- 利用权威解决与孩子的冲突 /188
- 合理地惩罚孩子 /189
- 培养孩子正确的是非观念 /192
- 让孩子为自己的行为负责 /193
- 纠正孩子乱发脾气的坏毛病 /195
- 不要纵容孩子的任性 /197
- 消除与孩子之间的代沟 /199
- 正确地处理孩子的“顶嘴”行为 /201
- 学会对孩子说“不” /203



上篇 这样教孩子才肯学





第一章

让孩子喜欢上学习

孩子不喜欢学习，是令很多父母最头疼的事。兴趣是孩子最好的老师。要想让孩子喜欢上学习，最重要的是培养孩子的学习兴趣。孩子对学习感兴趣，自然能喜欢上学习。培养孩子的学习兴趣要根据孩子的具体情况，采用灵活的方法。





孩子的学习兴趣是需要培养的

孩子的学习兴趣是需要培养的，这是一件毋庸置疑的事情。父母在激发、培养孩子的学习兴趣上多下工夫，是使孩子学得愉快、学有收获的重要途径。所以，父母在培养孩子兴趣的时候，一定要综合考虑，用对方法和策略。

在人的学习、工作及其他活动中，兴趣起着动力作用，是学习动机中最活跃的成分。孩子一旦有了学习兴趣，在学习过程中就能自觉地克服困难，集中注意力，强化记忆，活跃思维，促进学习活动有效地开展。

父母在培养孩子的学习兴趣时，需要注意以下事项：

❖ 父母要以身作则，热爱学习

父母是孩子的第一任老师，身教重于言教。如果父母督促孩子要努力学习，而自己却常常通宵达旦地打牌，那么孩子感兴趣的恐怕不是如何努力学习，而是如何玩好牌；学习的恐怕不是科学知识而是玩牌的窍门了。如果父母对学习有浓厚的兴趣，那么孩子也会耳濡目染，也就会经常看书、学习。

❖ 带孩子到大自然、社会中去

父母可以经常有意识地引导孩子到大自然中去观察日月星辰、山川河流。孩子通过参加各种活动开阔了眼界，丰富了感性认识，也会提高对学习的兴趣。父母最好还能指导他们参加一些实践活动，如让孩子自己收集各种种子，搞发芽的实验，栽种盆花，也可饲养一些小动物。随着孩子年龄的增长，可以启发他们把看到的、听到的画出来，并鼓励他们阅读有关图书，学会提出问题，学会到书中寻找答案。这样，孩子的兴趣广泛，知识面扩大了，对学习的兴趣

也在不知不觉中提高了。

❖ 发展孩子多方面的兴趣

一些孩子由于受家庭和周围环境的影响，很早的时候就开始对画画、唱歌、乐器、下棋等产生兴趣。父母要做有心人，为孩子提供一些条件，准备一些简单的器具，多给孩子讲述自己的见闻，多与孩子一起玩儿，那孩子的多种兴趣就会被逐渐培养起来。

❖ 多给孩子买有益的书籍

父母应多给孩子买有益的、适合孩子心理发展特点的书。一般而言，父母可以购置一些通俗的、简化本的文学名著，以及一些激发孩子想象力与创造力的书，如童话、寓言、科幻小说等。引导孩子翻阅图书，有利于孩子阅读兴趣的培养。

❖ 要创设现实的、有意义的、富有挑战性的问题情境

辅导孩子学习的内容应该与孩子的生活实际相联系，这样才容易激起孩子的学习热情，使孩子能运用生活经验和已有的知识，再经过自己的努力来解决问题，从而提高学习兴趣。从孩子参与学习的心理来看，学习兴趣与学习生活是密切相关的。生动有趣的学习内容和情境，更容易使孩子的心理和思维处于一种积极、兴奋的状态，这对于孩子主动参与学习过程，进行研究式学习能起到事半功倍的效果。

❖ 鼓励孩子获得成功

成功是使孩子感到满足，并愿意继续学习的一种动力。孩子一旦获得成功，就会感到满足，并愿意继续学下去。因此，父母应该鼓励、引导孩子，让他们体验成功的喜悦。每个孩子的智力、接受能力有所不同，父母应该全面去了解自己的孩子，根据自己孩子的具体情况为他们去制定一些容易达到的小目标，这样可以使孩子觉得能够做到，因而他就有信心，有动力去做，就会获得成功。当他体验到成功的乐趣时，他就会有兴趣、有信心去实现下一个目标。随着一个个小目标的实现，孩子就会不断地取得进步，取得大的成功。

此外，父母要给孩子一个安静的学习环境。在孩子学习的时候



候，父母不要一会儿送水果，一会儿与他说话，打断孩子的思考；父母还应该让孩子多与爱学习的小朋友接触，受其影响，孩子也会对学习产生兴趣。

在玩耍的时候开发孩子的学习兴趣

要让孩子在产生“学习就像是在玩游戏”这种念头之后再开始学习，只有这样，孩子才能保持学习的兴趣，想学到更多的东西，从而取得良好的学习效果。

爱玩是孩子的天性，一些益智游戏也能激发孩子对某一事物的兴趣。同时，因为孩子的年龄偏小，他对有兴趣的事情，一开始往往只凭好奇和热情。因此，父母要引导孩子从兴趣中探索和思考，从兴趣中获得科学知识，使其长久地保持兴趣。

一些父母认为，孩子自己会玩，他喜欢怎么玩就让他怎么玩。于是，他们就对孩子的玩耍漠不关心。甚至还有一些父母认为，孩子在玩耍时会将房间搞得乱七八糟，因此他们非常反对孩子在家里做游戏。事实上，玩耍是一种特殊的教育过程，也是学习的方式之一。这种忽视或者阻止孩子玩耍的做法，对教育孩子都是不恰当的，对孩子的全面成长非常不利。

由于游戏的种类很多，内容广泛，形式多样，这就要求孩子“会”玩。这时，就必须依靠父母的指导，父母的指导作用体现为是孩子“玩”的支持者、帮助者、保护者和游戏的伙伴。

为孩子创造良好的玩耍环境

父母要从物质和心理两方面来为孩子提供玩耍的环境。物质方面主要包括一些供孩子玩耍的设备。这些设备应具备以下特点：活动材料具有挑战性，能引起孩子探究的兴趣；有许多种组合，并让孩子有自主选择和利用的权利与条件；有助于孩子通过与其相

