

ZUOXINGXIEXIEJIEDENHUI
聪明的家长总是跟在孩子的后面 愚昧的家长总是堵在孩子的前面

做一个合格的

he ge
父 母
de

罗家法 编著



青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE



好家长是孩子的榜样
父母要“自控”
30种尊重孩子的方法
表扬孩子“三要”、“三不要”
孩子会说“不”父母该高兴
孩子“小气”别着急
爱护孩子的收集兴趣
要正确给孩子立规矩
别让孩子当众出丑
家长吹毛求疵无形伤害童心

聪明的家长总是跟在孩子的后面 愚昧的家长总是堵在孩子的前面

做一个合格的

he ge
父 母
de

罗家法 编著

图书在版编目(CIP)数据

做一个合格的父母/罗家法编著. —青岛:青岛出版社, 2009. 5

ISBN 978-7-5436-5383-2

I. 做… II. 罗… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 066319 号

书 名 做一个合格的父母

编 著 罗家法

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市徐州路 77 号(266071)

本社网址 <http://www.qdpub.com>

邮购电话 13335059110 (0532)85814750(传真) (0532)80998664

责任编辑 杨成舜 马克刚 E-mail: ycsjy@163.com

封面设计 青岛出版设计中心·张杰

照 排 青岛海讯科技有限公司

印 刷 青岛海尔丰彩印刷有限公司

出版日期 2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

开 本 16 开(720mm×1020mm)

印 张 10

字 数 190 千

书 号 ISBN 978-7-5436-5383-2

定 价 15.00 元

编校质量、盗版监督免费服务电话 8009186216

青岛版图书售出后如发现印装质量问题, 请寄回青岛出版社印刷物资处调换。

电话 (0532)80998826

本书建议陈列类别: 家庭教育

目 录

合格家长

行为指南

好家长是孩子的榜样	(2)
检查一下你的育子观	(3)
做个称职的父亲	(4)
谨防家长病态心理影响孩子	(5)
隔代教育全方位	(5)

特别提醒

频繁“探班”不利于幼儿学习	(8)
“呆傻笨坏”千万不能说	(8)
批评孩子的艺术	(9)
不要轻易说“下次再买”	(9)
孩子性格孤僻谁之过	(10)
父母要“自控”	(11)
教识字别把孩子教傻了	(11)

尊重孩子

30 种尊重孩子的方法	(13)
“无为”教子皆欢喜	(14)
别忘了介绍孩子	(14)
打断孩子说话坏处多	(15)
接纳孩子的愤怒情绪	(15)

父母导航

正确引导

教孩子准确回答问题	(18)
表扬孩子“三要”、“三不要”	(19)
孩子会说“不”父母该高兴	(19)
对待孩子正反教育同步走	(20)



如何应对孩子说“瞎话”	(21)
四种方式制止孩子说粗话	(21)
学习外语的利弊	(22)

育儿禁忌

家长六种态度最遭孩子反感	(23)
育儿十忌	(23)
影响孩子学习习惯的因素	(24)
孩子说大人话不是好事	(25)
孩子“小气”别着急	(25)
爱护孩子的收集兴趣	(26)

经验之谈

失败的经验对孩子同等重要	(27)
巧用“交换”立规矩	(27)
小红花也可以自己奖自己	(28)
荣誉应该自己去争取	(29)
“走后门”让孩子体验成就也未尝不可	(29)
善待“幼稚”	(29)

以身作则

用非语言行为教育孩子	(31)
树立父母威信“十字经”	(31)
宝宝说谎不可一味训斥	(32)

教子有方

知情善待

分类型教育孩子	(34)
教孩子适应幼儿园生活	(34)
善待孩子“人来疯”	(35)
处罚孩子注意什么	(36)
倔强的孩子如何教	(36)
说话算数	(37)

名人教子

芭芭拉·布什的教子之道	(38)
咎圣达:不要纵容孩子任性	(39)
杨澜的教子观	(40)
斯特娜的教子故事	(40)



智能开发

更好地开发孩子的智能	(42)
你想使孩子聪明吗	(42)
培养孩子的“伶牙俐齿”	(43)
让幼儿什么都试一试	(43)
孩子需要“数前教育”	(44)
宝宝怎样学数学	(45)
为孩子的逆向思维鼓掌喝彩	(46)
如何营造家庭童话氛围	(47)
鼓励孩子争论	(47)
培养孩子的听觉能力	(48)

心理关爱

每天夸一句	(49)
要正确给孩子立规矩	(49)
让孩子有体谅之心	(50)
别让孩子当众出丑	(50)
家长吹毛求疵无形伤害童心	(50)
变成孩子再表达你的爱	(51)

引导有术

孩子不进幼儿园的对策	(53)
坚强意志哪里来	(53)
尽量给孩子贴好标签	(54)
聪明的母亲	(55)
低声教子效果好	(55)
矫正孩子的语言偏激	(56)
培养孩子主动学习十法	(56)
如何对待学习马虎的孩子	(57)
三种妙法对付幼童提问	(57)
情感培养要及时	(58)
容易玩腻的玩具	(59)
孩子不和陌生人说话怎么办	(59)
孩子哭闹咋办	(60)
孩子玩弄“小鸡鸡”不可斥责	(61)
这样表扬孩子效果好	(61)

素质培养

带孩子做客有学问	(64)
培养聪明孩子家庭环境要达标	(64)
家教从吃饭开始	(65)
拨亮孩子成功的火种	(66)
让孩子走进大自然	(66)
也让孩子寻旧爱	(66)
培养孩子自主性的十个方法	(68)
早期教育重在培养好习惯	(68)
培养孩子承认错误的好习惯	(69)
家长如何培养孩子间的友谊	(70)
父亲带大的孩子更聪明	(71)
培养孩子的坚强性格	(71)
日本家教三特点	(72)
让孩子做家务	(72)
情商高的孩子易成功	(73)
提高口语能力有四法	(73)
操练孩子快乐的性格	(74)
每天为孩子朗读二十分钟	(75)

知识乐园

给宝宝讲故事

怎样给宝宝讲故事	(78)
脏的故事	(78)
小猫捡蛋	(79)
猫和猪	(80)
想拉小提琴的兔子	(80)
小老虎, 三根毛	(80)
找不到朋友的小兔	(81)
蝴蝶花	(82)
雪孩子	(82)
冰娃娃	(83)

做游戏, 长见识

神奇口袋	(84)
温馨蹦蹦跳	(84)

创想游戏	(85)
“1”和“许多”的游戏	(85)
找朋友	(86)
动手脑,学技巧	
缝个小太阳	(87)
用实验激发孩子的好奇心	(87)
4岁小孩子能做什么	(88)

幼儿保健

饮食保健

儿童食品消费十大误区	(90)
认清牛奶新概念	(91)
别在孩子肚里开化工厂	(91)
儿童宜食麦芽糖	(91)
少给孩子吃“损脑食品”	(92)
维生素 A 缺乏影响儿童发育	(92)
儿童饮食五注意	(93)
燕麦是儿童理想食品	(94)
入秋要给小儿除燥	(94)
孩子健康离不开粗粮	(95)
儿童不宜多吃山楂	(96)
幼儿吃鸡蛋须注意	(96)
高脂食品损害智力发展	(97)

心理保健

莫小视儿童孤独症	(98)
儿童心理疾患多由父母引发	(98)
寄宿的孩子易伤心	(99)
从口而入的心理病	(100)
有害孩子的家长非正常心理	(101)
隔代抚养易致儿童心理疾病	(101)
孩子任性是一种心理需求	(103)
注意!孩子在校在家双面人	(103)
孩子“说谎有理”	(104)
让孩子远离忧郁	(104)

用品保健

小心凉席也惹祸	(106)
---------------	-------



少给孩子用爽身粉	(106)
儿童:根据年龄选牙刷	(107)
预防颈椎病,从孩子抓起	(107)
环境保健	
锰铅污染易诱发儿童恶性肿瘤	(109)
儿童防铅八注意	(109)
当心:杀虫剂余毒伤孩子	(110)
儿童哮喘:不少是家电害的	(110)
“春捂秋冻”并不适合体弱的孩子	(111)
卫生保健	
幼儿应养成良好的口腔卫生习惯	(112)
幼女应早穿“封裆裤”	(112)
孩子咬指甲,不是小事情	(113)
儿童玩具定期消毒	(113)
给孩子戴口罩不利于防病	(114)
别随意给孩子掏耳朵、挖鼻孔	(114)
药物保健	
冰硼散治疗儿科疾病	(115)
别常给小儿吃“小药”	(115)
小儿如何服中药	(116)
孩子补钙补出“鬼脸”	(117)
儿童手足口病的防治	(117)
这些儿童常见病不宜热敷	(118)
预防有方	
当孩子发生意外伤害时	(119)
肥胖儿的体育锻炼	(120)
锻炼不当碍健康	(120)
幼儿睡姿透露疾病信息	(121)
游戏纠正幼儿偏食	(121)
儿童为何易患骨髓炎	(122)

启蒙经典

三字经	(124)
弟子规	(137)

合格家长

行为指南

好家长是孩子的榜样

家长是孩子的第一任老师。在好的家庭里,家长的角色对孩子起着启蒙的作用。孩子的心灵是纯洁的,一颗天真无邪的眼睛,能像摄像机一样摄下父母的举动,像录音机一样录下父母的言行。父母说话和气举止文明,孩子慢慢也会变得懂礼貌;父母经常吵架,举手打人,张口骂人,孩子性情也会变得乖戾。孩子就像一棵小树,要想让它长大成材,父母从小就要进行精心呵护。但呵护不是溺爱,不是放纵,不是无原则的惩罚。一位诺贝尔奖获得者谈到子女教育时提出三个原则:一是不刻意要求孩子做什么;二是父母在旁边观察孩子的活动;三是尽可能让孩子接触各种东西,提供各种机会,促进孩子的特长显示出来。让孩子在自己成功的活动中认识自己,增强信心。

一位著名的心理学家说:“聪明的家长总是跟在孩子的后面,愚昧的家长总是堵在孩子的前面。”这里反映了一个对孩子教育方法的问题,对孩子多引导、多沟通比批评指责要强一万倍。当孩子不慎做错了事,或在外受了委屈,善于“疏”的家长 and 只会“堵”的家长效果绝对不一样。同样是孩子不小心把碗打破了,有的家长不管青红皂白:“没长眼睛吗!毛手毛脚的。”而有的家长遇到了这种情况,知道孩子心里已经很害怕,不但不责备,还会拿着自己说事:“不怕,破了就破了,瓷碗不是铁的,本身就不结实。爸爸小时候也像你一样打破过碗,只要以后多加注意就行了。”想一想,孩子听到了这样的话,心里会是一种什么样的感觉?经过大人推己及人的理解,孩子以后肯定会引以为戒。相反,那位遭到训斥的孩子,心里就会受到打击,在大人面前变得小心翼翼。曾经见到一位做父亲的不知道孩子是因为饭碗太烫手而把一只花瓷碗打破了,抬起手给孩子一巴掌,孩子的耳朵被打聋了。后来,他又打破了一只碗,当时父亲不在跟前,他悄悄地把碗碴找了个地方藏起来。

孩子犯错误,该惩罚就应该惩罚,但惩罚一定要掌握策略,把握好一个度。中国青少年研究中心副主任孙云晓认为,没有惩罚的教育是不完整的教育,没有惩罚的教育是一种虚弱的教育、脆弱的教育、不负责任的教育。惩罚绝不等于体罚,更不是个双刃剑,是一种危险的、高难度的教育技巧。这一点必须意识到,弄不好会伤害人,必须因人而异、适度。

当孩子犯了错,要惩罚时,首先要肯定他是一个好孩子,然后再指出他的错误。比如,对他说你确实很优秀,但是今天这件事,你伤害了别人,你应该认真反思一下,如果别人也这样对待你,你会怎么想?惩罚的最终目的是让孩子为自己的过失负责。同样,要对一个孩子的错误做出惩罚,必须有一个全面的考虑,给自己给孩子都留一条后路。切忌当着众人的面训斥孩子、挖苦孩子。孩子们都有自尊心,孩子的自尊心一旦受到伤害,将会在心中留下一个难以消除的阴影。加拿大学者就体罚对孩子将来身心健康产生的影响做了全球最大规模的调查。被体罚的儿童成年后吸毒和酗酒的可能性是正常儿童的两倍,而且患上焦虑症、反社会行为倾向和抑郁的几率大大增加。在偶尔被打的受伤者中,有21%患焦虑病、70%患上抑郁症、13%酗酒、17%嗜毒。

现在,有的家长和教师没有正确地认识到孩子生长发育阶段,具有一定的“叛逆”倾向,容易形成一种逆反心理,错误地认为,既然体罚会造成孩子的伤害,那么干脆来个“冷处理”,冷漠孩子,不理不睬。甚至眼看着孩子犯了错,也不闻不问听之任之。岂不知这种冷漠态度对孩子的心灵摧残一点也不亚于体罚。

每一个孩子骨子里都有被承认、被赞美的需求,恰当地赞美是孩子进步的动力,一句赞美的话,往往会让孩子受用一辈子,改变孩子一生。对一个学习成绩较差的孩子,如果你这样鼓励他:“你现在确实比人家落后,但是千万别泄气,因为后来者可能居上!”“你能行,别人能做到的事,你一定也能做到。”“第一只有一个,只要努力,争不到第一也无所谓。你比以前好多了!”“其实你的聪明才智还没有完全发挥出来,希望再接再厉,更上一层楼。”……当孩子考得不理想时,如果把责备埋怨变成理解和支持:“这次考得不好,只能说明是这一次,不等于下一次。没关系,别伤心,不是说失败是成功之母嘛。”孩子听了这些催人奋进的话,心里一定会攒足一股拼搏的劲。对那些成绩好,又容易骄傲的孩子,适当地给他们泼一点冷水,更有利于孩子的清醒:“你的成绩确实不错,但也别沾沾自喜。要知道在你的后面有一大批人在追你呢,如果放松了自己,就有可能被人超过。”

孩子和孩子之间没有天生的差别,关键是家长对他们采用一种什么样的教育方式。好家长是孩子的榜样,榜样的力量是无穷的。

检查一下你的育子观

爱而不娇。父母的爱是孩子的阳光,无论何时,都让孩子感受到您的爱,但不要娇惯。

孩子有自己的权利。只要是一个人,他就有自己的愿望、要求和权力,孩子也是



人，您尊重他的愿望和要求了吗？

让孩子做自己能做的事。“我一天到晚围着孩子转，这颗心全给了孩子。”这样的父母做过头了。

打，未必成器。牢记陶行知先生的话：“你的棍棒之下有瓦特，你的冷眼里有牛顿，你的讥笑中有爱迪生。”

放手，让孩子自己往前走。孩子早晚会离开您的呵护去独自面对社会，如果您现在过度保护，处处代劳，那孩子的生存能力从何而来？

孩子不是橡皮泥。孩子有自己的兴趣、爱好、判断力，您应在他现有的资质基础上，引导他朝某个方向前进，而不是按自己的想法去强制孩子。

做个称职的父亲

教育子女是夫妻共同的责任，丈夫应在家庭教育中投入适当的精力，做一个称职的爸爸。以下一些准则有助于实现这个目标：

1. 将尽可能多的时间留给孩子。在不改变生活规律和不占用正常工作时间的情况下，尽可能多和孩子在一起，安排好孩子的生活和学习。

2. 不要让孩子去圆家长自己的梦。许多父亲希望并强迫子女去实现自己梦寐以求的理想，这让孩子们很反感，而且苦不堪言。父亲应该支持并鼓励孩子走适合自己的道路。

3. 帮助妻子就是对孩子的爱。自觉地帮助妻子，不但会赢得孩子的尊敬，而且会使夫妻有更多的时间和精力抚养教育孩子。

4. 与妻子共同研究培养孩子。教育和培养是夫妻共同的责任，父亲不可一个人说了算，夫妻经常协商才能防止偏差，并取得最佳效果。

5. 陪孩子度过童年。父亲要经常带孩子去动物园、游乐场，或和孩子一起玩玩具、做游戏，这些活动对成人来讲可能没有兴趣，但对孩子的成长是必不可少的。

6. 表达出父爱。父亲应该用各种方式表达和传递父爱，使孩子经常感到父亲的爱和关心。

在人类丰富而复杂的感情世界里，父爱同母爱一样，是一个很重要的因素。母爱可以使人变得温柔，而父爱则使人变得刚强、坚毅。好父亲的角色是任何人无法替代的。

谨防家长病态心理影响孩子

家长的心理素质、教养方式等因素在很大程度上决定了孩子的心理发展方向。有些家长总是说孩子这不好那不好，殊不知许多问题都是由于家长的病态心理造成的。

第一，家长的过分要强、虚荣心过高会给孩子提出过高要求，让孩子的身心承受超负荷的压力，最终导致这样那样的心理障碍甚至疾病。

第二，家长的过分挑剔、完美主义造成孩子许多心理障碍。例如，家长对孩子写作业要求甚多，孩子写一笔要反复描，擦了写，写了擦，结果动作拖拉，有时考试都完不成。

第三，家长的紧张焦虑情绪会传给孩子。有的孩子从小体弱多病，家长非常担忧，对孩子过分关注，结果孩子变得敏感多疑、自卑、神经质。

孩子的成长过程中总要出现这样那样的问题，家长要容忍孩子有缺点，耐心等待孩子成长。当发现孩子有问题时，应先反省自己的问题，放松一点，自己的问题解决了，孩子的问题往往也会迎刃而解。

隔代教育全方位

类似事例中的隔代教育问题正越来越多地困扰着现代家庭。许多老师发现，班上性格有明显缺陷的个别学生，身上都有隔代教育的影子。这种现象已引起教育界人士和许多家长的关注。

据有关部门的调查显示，目前0—6岁的孩子，10个中大概有五六个主要由隔代老人教育。随着社会老龄化趋势的形成，祖辈承担对孙辈的家庭教育正成为许多家庭的教育特色。虽说祖辈带孩子绝对不会让孩子饿着、冷着、捧着，但怎样才能从一味的疼宠进而将孩子培养成才呢？据中国家长教育工程的李文兵副秘书长说，隔代教育对孩子的个性发展有着极大的影响，要先了解隔代教育的优势与劣势，然后在发扬优势的同时把不利因素转化为有利条件，有针对性地对孩子进行全方位教育。

1. 隔代教育的优势。首先，不少祖辈有充足的时间和精力，愿意花时间和孩子在一起，而且非常有耐心地倾听孩子的叙述；其次，祖辈家长具有教育孩子的经历，对孩子成长过程中出现的问题及处理方法要比父辈有经验的；再次，祖辈家长在长期的社会实践中积累了丰富的社会阅历和人生感悟，在孩子的人品教育和生活技能方面

有优势。

2. 隔代教育的劣势。老人往往溺爱孩子,处处迁就他们,而较少理会这种满足是否对孩子有益。一般祖辈大都把教育自己子女的方法移植到孙辈身上,但实际上社会环境改变了,许多方法并不适合教育孙辈。而且祖辈因为形成了固定的生活模式,所以有一定的框式效应,易用原来的社会价值观来判断当前的标准,接受新生事物较慢,影响孩子创新个性的形成。此外,过分保护遏制了孩子的独立能力和自信心的发展,增强了孩子的依赖性,容易使孩子变得娇气。

知道了隔代教育的优劣势,祖辈们就要了解社会需要什么样的人才,孩子应当具备什么样的能力,变劣势为优势,积极配合父辈对孙辈进行家庭教育。祖辈首先应明白教育的核心是做人。知识教育固然重要,但良好品格的培养比学习成绩更重要。品格培养主要包括以下几方面:

锻炼孩子的动手能力。现在祖辈包办孙辈的事情太多,吃饭、喝水、上厕所甚至是做功课。其实应当让孙辈从点滴小事做起,通过劳动来培养其品德。比如洗碗、扫地、浇花等,既可锻炼孩子的动手能力,养成爱劳动的好习惯,又能积累参与家庭公共事务的亲身体验。

告知孩子做人的道理。祖辈有丰富的生活阅历,可以告诉孩子一些做人的道理。比如,要勇于承担责任,诚实是美德等等。

培养孩子的公德心。现在的孩子易于以自我为中心,有时不免任性妄为。例如,有些小孩会在公园座椅上乱写乱画、乱扔垃圾等,祖辈应当对其进行机会教育,告诉孩子要爱护公物和我们生存的环境。

让孩子懂得尊敬老人。尊老敬幼是中华民族的美德,要让孩子懂得尊敬和孝敬老人,而且不只是自己的祖辈,还要懂得照顾其他的老人。

此外,遵守时间、对人有礼貌等日常生活行为也应当是小孩需要了解的。

同时,李文兵表示,祖辈在进行谆谆教导时也要注意方式方法:

言行一致,以身示范。儿童的模仿能力很强,祖辈的一言一行都看在孙辈的眼中。所以祖辈不能说一套做一套,而是要把每一件事都落到实处,并要检查自己的日常言行,以免对孩子造成不良影响。比如,祖辈在做错事情以后,要知错能改,不能用借口或威严敷衍了事。也不能在孩子面前说违心之话,否则孩子也会效仿而经常说谎话。另外,不要贪小便宜,这种行为会给孩子留下不好的印象,并且有可能根深蒂固。李文兵表示,老人应用自己积极进取的精神来影响孩子,只靠教育感化是不能完全改变孩子的。如果自己活到老学到老,作个榜样,也会让孩子以更积极的心态去学习。

端正教育心态,接受新思想。祖辈要根据自家孩子的具体情况进行教育,不能用照搬或填鸭式的灌输方法,而且要和孩子进行探讨性地学习,不只是上对下的关

系。此外,祖辈不能按原来的思维模式,要接受新思想,学习新知识,尽量用现代科学知识抚养教育孩子。现代教育观念中一个重要思想,就是尊重孩子的选择,以发展、选择、和谐为成功的标准,以孩子的真正幸福为目标。

不要让孩子钻了父辈与祖辈的空子。祖辈或父辈要坚持原则、坚定立场。不能父辈让这样做,而祖辈却要那样做,使得孩子有“靠山”,进而选择有利自己却不一定正确的言行。

李文兵最后强调,疼孩子不是坏事,但不要用爱心剥夺孩子的生存权利和能力。大人能包办一时不能管制一世,所以平时在安全、可控制的范围内可以适当地让孩子进行一些尝试,即便有些挫折或打击也未尝不是好事。



特别提醒

频繁“探班”不利于幼儿学习

宝宝初入幼儿园后,许多放不下心的家长不惜请假来幼儿园探班。学前教育专家提醒家长,频频探班不但不能缩短孩子入园适应的过渡期,反而会给孩子今后学习生活带来更多压力。

有这样一位家长,把孩子送进寄宿制幼儿园,可孩子入园后第一个晚上,自己就失眠了。三年来第一次离开孩子,晚上总担心他是否盖好被子、是否吃饱午饭。于是,第二天一大早就去学校看他,一连几天,天天都来。除了寄宿制幼儿园外,不少走读制幼儿园的家长也总担心孩子中午在学校是否睡午觉,有的还特地赶来哄他们入睡。

据了解,如此探班家长为数不少。除了频频电话询问外,有的家长还随时进园看孩子,极个别的家长还希望能和宝宝一起上课。其实,不少幼儿园早已采取了预防措施。有的幼儿园在开学第一周,要求班主任每天给家长打电话反馈新生在校生活,有的幼儿园在开学前一周就让孩子提早入园,模拟校园生活。

学前教育专家认为,孩子的暂时不适应和家长的焦虑担心都属于正常现象。不过,家长毕竟是成人,自控能力应该更强。探班行为不仅容易造成孩子情绪不稳定,还使他们产生依赖性,不能尽快适应集体生活,更不利今后教学工作的顺利展开。

“呆傻笨坏”千万不能说

什么是大人最不该对孩子说的话?什么样的指责对孩子伤害大?最近,幼教心理学专家通过调查发现,孩子最感恐惧的就是教师或家长们说他们“傻瓜、无用的东西”、“你真是个废物”、“你简直是坏透了”之类的否定语。幼教专家指出,这些让孩子恐惧的词语对孩子身心的健康发展不利。

上海师范大学心理学教授、上海家庭教育研究会副会长曹子芳介绍说,因为孩子的心理和意志都还很脆弱,他们最希望得到理解和支持,因此,每一句激励的话语都将会成为孩子精神上的阳光;而相反,每一句粗暴的呵斥,都足以将他们脆弱的尊严击得粉碎、无地自容。