

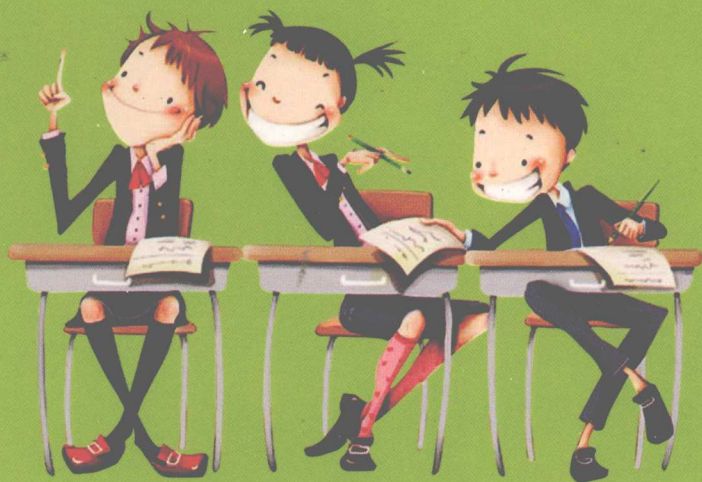


你的孩子终归会离开家的庇护，进入校园，进入职场，走入社会。父母必须要做的是：让他们学会面对外界的变化，学会生存。

13岁前，要教孩子的 30堂成长课

13SUIQIAN YAO JIAO HAIZI DE
30 TANG CHENGZHANGKE

◆ 李少聪◎编著 ◆



13岁前的教育决定孩子30岁后的人生走向

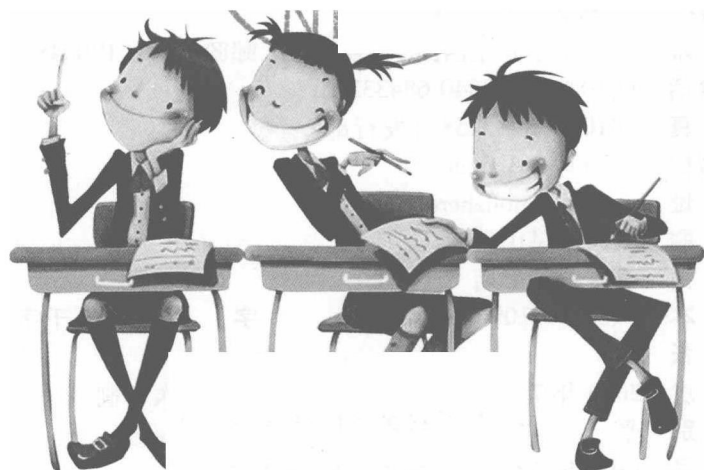
父母要在孩子的个性尚未成型前，教给孩子面对未来、足以生存的各项能力。

朝華出版社

13岁前,要教孩子的 30堂成长课

13SUIQIAN YAO JIAO HAIZI DE
30 TANG CHENGZHANGKE

◆ 李少聪◎编著 ◆



● 朝華出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

13 岁前, 要教孩子的 30 堂成长课/李少聪编著. - 北京:
朝华出版社, 2009. 6

ISBN 978-7-5054-2138-7

I. 1. 1… II. 李… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 085731 号

13 岁前, 要教孩子的 30 堂成长课

作 者 李少聪

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 李 磊

责任印制 张文东

封面设计 朝圣设计

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市车公庄西路 35 号 邮政编码 100048

订购电话 (010) 68413840 68433213

传 真 (010) 88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.mgpublishers.com

印 刷 三河市灵山红旗印刷厂

经 销 全国新华书店

开 本 787mm × 1092mm 1/16 字 数 152 千字

印 张 16

版 次 2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2138-7

定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

前言



孔子说：“少成若天性，习惯如自然。”法国教育家卢梭说：“人生当中最危险的一段时间是从出生到12岁。在这段时间中还不采取摧毁种种错误和恶习的手段的话，它们就会发芽滋长，及至后来采取手段去改的时候，它们已经是扎下了深根，以致永远也把它们拔不掉了。”

儿童心理学研究发现，0~13岁是一个人一生中大脑发育最迅速的年龄段，是记忆力最佳的时期，是一生中最富有可塑性的阶段，也是奠定人的智能和性格的重要阶段。这个时期的孩子，模仿能力、吸收能力像海绵一样强大。因此，孩子从出生到13岁前这一段时期，对家长来说是必须要密切关注和把握的教育黄金期。

每位家长都希望自己的孩子健康、快乐地成长，将来有所作为，可是怎样才能做到呢？那就是重视教育。教育是有规律的，从两三岁开始，孩子的独立意识就开始萌芽；到了10岁左右，孩子生理和心理的成熟水平又达到一个新的高度，他们逐渐有了“成人感”和“独立感”；到13岁，孩子就已经成为小大人了。所以应针对不同的阶段，给孩子不同的教育。

孩子有什么样的未来，取决于家长的教育和引导。13岁之前是孩子成长的关键期，这期间，父母一定要为孩子提供正确的教育，比如，培养孩子的生活自理能力、自学能力，锻炼孩子独立生活的能力，提高孩子对抗挫折的能力，培养孩子的自信心，增强孩子的责任





13岁前，要教孩子的30堂成长课



心，培养孩子的社交能力。而这些方法，在本书中都给出了答案。

本书根据13岁孩子的生理及心理特点，从培养孩子的生活习惯、品德教育、独立思考、创意培养、逆境智商、心理心态、人际关系、沟通能力等多个方面入手，为家长对孩子的早期教育提供了行之有效的方法，以便家长能够依据科学的教育方法，将孩子培养成优秀的人才。

目录 CONTENTS



第一章 培养优良品质,夯实未来成功基础 ——孩子必修的7堂做人课

第一堂课 诚信是做人的底线····· (2)

诚信无欺,讲求信用,是为人处世的根本道德标准。诚信是孩子取信于人的良策,是受人敬重的品德,是处己立身、成就事业的基石。总之,诚信是孩子做人、做事的底线。

第二堂课 让孩子拥有一颗善良的心····· (10)

人世间最宝贵的是什么?法国作家雨果说得好:善良。“善良是历史中稀有的珍珠,善良的人几乎优于伟大的人。”中国传统文化历来追求一个“善”字:待人处世,强调心存善良、向善之美等。但是,培养孩子的善良之心要来自于社会环境和家庭环境的双重影响;反过来说,没有良好的社会、家庭环境,是无法产生善的。

第三堂课 培养孩子的感恩之心····· (17)

感恩是一种处世哲学,也是生活中的大智慧。培养孩子的感恩之心,让他为自己已有的而感恩,感谢生活给自己的赠予。这样他才会有一个积极的人生观和健康的心态。





第四堂课 教给孩子“自己就是最棒的”的观念 (25)

自信是一个人成功的必要条件，是成功的源泉。自信是人对自身力量的一种确信，深信自立一定能做成某件事，实现所追求的目标。相信自己行，才能大胆尝试，接受挑战。为此，我们要多培养孩子的自信心。鼓励孩子要多做尝试，力争把事情做成，从中受到更多的鼓舞。

第五堂课 给孩子一颗勇敢的心 (34)

胆小是孩子成长和成功道路上的绊脚石，勇敢是孩子成才与成功的助推器。13岁前就给孩子一颗勇敢的心，孩子才会充满自信地追求自己的目标和理想，从而获得成功和幸福。

第六堂课 坚强是最有力量的拐杖 (41)

坚强的人在遇到艰难险阻时，会勇敢面对，勇于战胜。不沮丧，不放弃，永远不灰心。坚强是一泓出现在沙漠里的泉水，它使濒临绝境的人又重新看到了生活的希望；坚强是一首飘荡在夜空中的歌谣，它使在困难之中的人获得了心灵的慰藉。

第七堂课 谦虚而不自卑自尊大 (48)

谦虚是一种美德，是进取和成功的必要前提。懂得谦虚的孩子就不会自满，肯接受批评，并虚心向人请教。有真才实学的人往往虚怀若谷、谦虚谨慎；而不学无术、一知半解的人，却常常骄傲自大、自以为是、好为人师。

第二章 把握做事方法，成就大业

——孩子必修的6堂做事课

第八堂课 培养孩子做事有计划的好习惯 (56)

计划是预见性、可行性、针对性和约束性的结合。孩子做事有计划，就意味着他不会漫无思路，盲目行事，也意味着他

做事更有效率,更容易实现目标。

第九堂课 勤奋的孩子才会有出息 (65)

勤奋光荣,懒惰可耻。最宝贵的勤奋,不仅仅是身体上的勤奋,还有精神上的勤奋。勤奋习惯的养成靠的是持之以恒的磨炼。勤奋的孩子,才会有出息。

第十堂课 让孩子具有强烈的责任感 (73)

培养孩子的责任感,是每一个父母必须加以重视的。因为,人只有有了责任感,才能具有驱动自己一生都勇往直前的不竭动力,才能感到许许多多有意义的事需要自己去做,才能感受到自我存在的价值和意义,才能真正得到人们的信赖和尊重。

第十一堂课 讲究效率才能事半功倍 (80)

时间是金钱,效率是生命。在崇尚苦干的同时,我们更崇尚巧干,让孩子学会做事讲究效率,他才能做到事半功倍,才能在一定的条件下做出最大的成绩。

第十二堂课 培养孩子正确的判断力 (89)

判断力是一种眼光,是一种分析决策能力。让孩子拥有正确的判断力,孩子才会明辨是非、善恶、美丑、利害,孩子才会在人生的岔路口处变不惊,作出明智的选择。

第十三堂课 做事细心才能成事 (98)

细心是一种习惯,亦是一种态度,更是一种能力,细心是成就大事的重要素质。做事细心的孩子不但会想得周密,而且还会做得仔细,这是把事情做到接近完美程度的最好办法。





第三章 学会感恩生活，独立面对美好人生 ——孩子必修的7堂生活课

第十四堂课 让孩子学会独立自主 (108)

无论是游戏，还是学习或生活，孩子都不能没有独立自主的意识。独立自主是孩子成长过程中最有力的精神支撑，让孩子学会独立生活、自主思考，孩子才会稳稳地走向未来。

第十五堂课 让孩子懂得自我管理 (116)

作为一个独立的个体，孩子应该学会驾驭自己的思想和行为，学会管理自己的学习和生活以及各种情绪。因为只有懂得自我管理的人，才会成为自己真正的主人。

第十六堂课 帮助孩子树立积极的价值观 (123)

一个人的价值观有一个形成过程，是随着知识的增长和生活经验的积累而逐步确立起来的。积极而正确的价值观念是后天形成的，是通过社会化培养起来的。家庭、学校等群体对孩子价值观念的形成起着关键的作用。

第七十堂课 教给孩子正确的金钱观 (130)

让孩子对金钱有一个全面而深刻的认识，懂得如何分配与使用金钱，可以防止孩子迷恋金钱、贪图享乐，这样孩子才能理智驾驭自己的人生之舟，顺利通行在物欲的世界。

第十八堂课 多给孩子一些挫折教育 (137)

成功的人并不是最聪明的人，而是历经生活的重重磨难的人。多给孩子一些挫折教育，孩子才会愈挫愈勇，才能深刻理解生活，成为一个真正的强者。

第十九堂课 崇高的理想能激励孩子…………… (145)

理想是人生的奋斗目标,理想是力量的源泉、智慧的摇篮、冲锋的战旗、斩棘的利剑。只有让孩子心中有理想,他才会有力量,才会看到前进的方向和胜利的曙光。

第四章 掌握人际诀窍,营建畅达的好人缘
——孩子必修的 5 堂交际课**第二十堂课 乐观能让孩子的未来充满阳光…………… (154)**

乐观,是一种最为积极的性格因素之一。乐观的心态能让孩子无论在什么情况下,都能保持相信坏事情总会过去,阳光总会再来的良好心境。

第二十一堂课 懂礼貌的孩子最受欢迎…………… (162)

培养孩子懂礼貌就是培养孩子的博爱精神,不讲礼貌的人谈不上有博爱思想。礼貌不用花钱,却能赢得一切。礼貌使有礼貌的人喜悦,也使那些受人以礼貌相待的人们喜悦。因此,礼貌和教养对于装饰人类或其他一切优良品质和天资,都是必不可少的。

第二十二堂课 学会宽容才能得到别人的宽容…………… (168)

宽容别人,其实就是宽容我们自己。多一点儿对别人的宽容,我们的生命中就多了一点儿空间。有朋友的人生路上,才会有关爱和扶持,才不会有寂寞和孤独;有朋友的生活,才会少一点儿风雨,多一点儿温暖和阳光。

第二十三堂课 鼓励孩子多交上进的朋友…………… (178)

近朱者赤,近墨者黑,朋友对一个人有特别的影响力和意义。财富不是真正的朋友,而朋友却是真正的财富。特别是一些有上进心的朋友,更是孩子一辈子不可多得的财富。





第二十四堂课 培养孩子与人沟通的能力…………… (184)

良好的沟通能力是处理好人际关系的关键。具有良好沟通能力的孩子可以很好地表达自己的思想和情感，获得别人的理解和支持，从而和别人保持良好的关系，并从中获得支持和帮助。

第二十五堂课 让孩子明白帮人就是帮己的道理…………… (192)

乐于助人是一种美德，帮助别人就是帮助自己。特别是在这个注重合作与共赢的时代，让孩子懂得帮人就是帮己的道理，对孩子将来赢得合作与成功有着特别重要的意义。

第二十六堂课 兴趣是孩子学习的最大动力…………… (200)

兴趣是最好的老师，是孩子促使孩子进步的无形的动力。有了兴趣，孩子才会产生学习的欲望，才会专注和投入，才会拥有热情和积极性。这是孩子成功的最大动力之一。

第五章 释放智力潜能，保障孩子优秀成绩 ——孩子必修的5堂学习课

第二十七堂课 求知欲是促进孩子进步的酵母…………… (209)

求知欲强的人自觉地、积极地追求知识，热情地探索知识，以满足其精神上的需要。13岁前的孩子，随着年龄的增长，在生活、学习中，特别是在系统地学习知识的进程中，求知欲得到了进一步的发展。但学生的求知欲也并非随年龄的增长而自然提高，它需要有适宜的环境和正确的引导与培养。

第二十八堂课 思考力是成就孩子未来的基石…………… (217)

古今中外，凡取得重大成就的人，必定是在其摸爬滚打的一生中留下大量思考足迹的人。思考力是思想和智慧的体现，思路决定出路，思考有多远，孩子就能走多远。

第二十九堂课 想象力为孩子插上思维的翅膀…………… (225)

思维缺乏了浪漫,也就缺乏了想象,想象是一种浪漫的思维。让想象力为孩子插上思维的翅膀,孩子才会享受快乐,享受惊奇,享受自由,享受现实生活中少有的感受。

第三十堂课 专注力能攻克所有的难题…………… (234)

专注是一种品质,专注力是一种素质。有了专注力的孩子才会“忠于职守”,不克服难题誓不罢休,从而最大限度地发挥积极性、主动性和创造性,努力实现自己的目标。



第一章 培养优良品质， 夯实未来成功基础

——孩子必修的7堂做人课





第一堂课

诚信是做人的底线

诚信无欺，讲求信用，是为人处世的根本道德标准。诚信是孩子取信于人的良策，是受人敬重的品德，是处己立身、成就事业的基石。总之，诚信是孩子做人、做事的底线。

在一个调查中，有两个题目：一是你最愿意与什么样的人结交；二是你最讨厌与什么样的人打交道。调查结果显示，多数人最愿意与诚信正直的人结交，最讨厌与不守信的人打交道。这就告诉了我们，诚信正直是一个人的安身立命之本，是做人处世的道德底线。

2

对待孩子，同样不可忽视诚信教育。古人云：“取诚信，去诈伪。”告诫人们做人要讲信用，而不能玩弄虚伪，欺骗别人。“诚之所感，触处皆通。”只有诚信的人会受到别人的尊敬和欢迎。因此，父母要从小就培养孩子诚信的品质。

其实，所谓诚信，对于孩子而言，主要表现就是敢于承认错误，绝不欺骗别人，不拿别人的东西，捡到东西要交公，说到就要努力做到等。如果孩子小时候做不到这些，等他们长大了，就会形成不守信用的习惯。这会让他们很难立足于人际交往中，甚至会一步步踏上坑、蒙、拐、骗、偷的犯罪之途。一言以蔽之，不诚信的人总会吃大亏，甚至自毁前程。

美国一所大学录取了北京某名牌大学的一位学生为博士研究生。入学不久后的一天，导师给该学生派了任务，让他下午2点至3点在实验室做实验。恰巧实验室里有一部电话，可以打美国境内的长途，

结果他并没有乖乖地做试验，而是打了40分钟的长途电话，与在美国的同学聊天。

几天之后，导师无意间从记录电话的电脑上发现了这个事实，非常恼火，于是把他叫来询问：“请问你那天下午2点至3点你在实验室里做什么？”“我在按您的要求做实验。”“除了做实验，你没有做其他事情吗？”“没有，我一直认真地做试验。”

几天之后，校方把这个来自中国的“优秀学生”开除了。

诚实是拥有健康人生的基础，从小没有养成诚信的习惯，长大后，一句谎言就能使孩子的人格破产、前途暗淡。林肯曾说：“你能欺骗少数的人，你不能欺骗大多数的人；你能欺骗人于一时，你不能欺骗人于永恒。”欺骗别人终究会受到惩罚，而且是无法逃避的惩罚。

如果家长从小注重对孩子进行诚信教育，特别是在孩子13岁前要求孩子诚信做人，相信这位“优秀学生”不会落得如此下场。我们都知道《狼来了》的故事，也是因为不诚信、欺骗他人最终自食苦果。因此，家长要多多留意孩子日常生活中的一言一行，如果发现孩子有不诚信的言行，一定要及时给孩子正确的教导；如果发现孩子有诚信的表现，父母应该给孩子肯定和赞扬。

宋庆龄小的时候，一天早晨，全家人正准备去伯伯家做客。突然，宋庆龄对爸爸妈妈说：“我和小珍约好了，我答应今天上午教她叠纸花，我不能去伯伯家了。”

爸爸不放心宋庆龄一人在家里，就对她说：“以后再教吧！明天你可以向她解释一下，再说了，伯伯家还有你喜欢的鸽子，要是不去，你会后悔的！”

“不会的，”宋庆龄想了想，说：“你们去吧，我要在家里等她，我不能说话不算数。”

妈妈想了想，对宋庆龄的爸爸说：“就按她的意思吧！有句话说：‘言必信，行必果。’做一个有道德的人就要讲信用，不能言而无信。”

就这样，宋庆龄默默在家等小珍。11点了，小珍还没来，宋庆龄感觉很失望。





中午，爸爸妈妈回来了，听宋庆龄说小珍没来，爸爸说：“唉！如果知道她不来，你就不用等她了。”

宋庆龄却说：“不。她没有来，我也要等她，这样我心里好受些。”

妈妈却对宋庆龄的行为大加赞赏。就这样，从幼年起，宋庆龄养成了守信的习惯，决不自食其言。

一个孩子将来的成就与他的人品有密切关系，从小就坚持诚信做人的原则，长大后定能赢得别人的信任和尊重，这是一个人成功的一大因素。父母要重视诚信，才能教出诚信的孩子，因为13岁前的孩子，很容易受到父母的影响。如果父母诚信待人，诚信处世，孩子也会被父母感染，进而养成诚信的习惯。

如今，有的家长不注重自己的诚信，也不在意对孩子进行诚信教育。因为他们认为社会越来越复杂，培养孩子诚信正直的品质就意味着让孩子有什么说什么，对人对事开诚布公，有意见当面提，严于律己，宽以待人，这会使孩子得罪人、吃亏。

当然，这种想法有一定的道理，但是，家长要知道：孩子在13岁之前，特别是幼年阶段，真善美才是他们健康成长的主要养料。因此，家长应该做到：既让让孩子的心灵尽量不受外界的干扰，更要让孩子接受真善美的雨露滋润。这既是每一位父母应尽的责任，也是父母慈爱之心的真实写照。所以，培养孩子诚实正直的品质，是父母们不能忽视的重要一课。



诚信是孩子未来进入成功之门最有效的通行证

一、诚信是一种美德，有利于孩子树立正确的人生价值观

诚实是做人之本，守信是处世之根。诚实守信是一种道德品质和道德信念，是每个孩子长大成人的道德责任，也是一种崇高的人格力量。对孩子诚信的品质的培养，有利于孩子认清是非善恶，这是孩子树立正确的人生价值观的重要基础。

诚信正直的孩子会有强烈的正义感，会有扶贫助人的善举；诚实

守信的孩子会敢于承认错误、勇于承担责任，这也是孩子有责任心的表现。而这些与诚信密切相关的品格，如正义感、责任感、善良的心、知错能改等，都是孩子树立正确的人生价值观不可缺少的品质。

诚信是一种传统美德，也是现代孩子不可丢失的素养。培养孩子诚信的品质，对树立孩子正确的、积极的人生观、价值观有重要的意义。

二、诚信的孩子不但不会吃亏，反而会享福

人们常说：“吃亏是福。”这是很有道理的一句话。生活中许多人害怕吃亏，最终却往往吃大亏。就拿诚信来说，虽然有时候坚持诚信会让自己吃亏，甚至被不诚信的人欺骗，但是最终讲究诚信的孩子会得到应有的福分，即机遇、信任、尊重等等。

没有诚信的孩子，就意味着有不诚信的表现。当他们长大了，不诚信就会变成一种习惯。他们不经意间的一句谎言、一次爽约，都将使他们错失机遇、受到惩罚，最后往往使自己吃大亏。

社会上，虽然有不少人不讲信用，但是诚信毕竟是多数人认可的行为准则。坚守诚信的孩子一定比不守信用的孩子拥有更多的朋友、拥有更好的人际关系，拥有更多的信赖，也拥有更多的成功机遇。因而，诚信的孩子绝对不会吃亏，即使吃点儿表面上的小亏，他们最终还会享福。

★【给父母的建议】

一、家长要做到说话算数

前苏联教育家马卡连柯曾说过：“不要以为只有你们（父母）和儿童谈话的时候，或教导儿童、吩咐儿童的时候，才是执行教育工作。在你们生活的每一瞬间，都教育着儿童……”父母的一言一行，都是孩子的榜样；父母欺骗孩子，孩子也学会了欺骗。因此，父母要以自身的优秀品质来影响孩子。要想使孩子成为一个诚信的人，家长一定要做到“说话算数”，否则孩子很难养成诚信的习惯。

一个7岁的男孩说：“我爸爸说，只要我考了100分，星期天就

