

别让孩子 输在品格上

于秀◎著

著名家庭教育专家于秀老师的创新力作

传递正能量

亲情奉献一部挖掘教育根源的好书

教育孩子

从塑造优秀品格开始



1439303



红师大图书馆

A0772253

别让孩子 输在品格上

于秀◎著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS



一、培养孩子坚强、勇敢的品格 /1

缺失勇气,会让孩子无法直面生活中的挑战,面对残酷的竞争,这样的孩子不仅会成为时代的逃避者,更会成为自己人生的失败者。因此,培养孩子坚强、勇敢的品格,必须从孩子的婴儿期做起。

(一)孩子的脆弱、胆怯、拒绝社会是怎么来的? /2

(二)对孩子坚强与勇敢的品格教育,应该从婴儿期就开始了 /5

二、培养孩子有担当、有责任感的品格 /13

有些父母长期忽视对孩子责任感的教育,使得孩子渐渐失去了责任意识,逃避责任,不敢担当,做错了事情不肯承认,自私、撒谎……事实证明,培养孩子的责任意识,加强他们的责任教育已经刻不容缓。

(一)药家鑫案给了我们什么启示? /14

(二)培育孩子有担当、有责任感的品格要从放手开始 /16

三、培养孩子坚持、执着的品格 /25

懂得坚持和执着,才能获得更有价值的人生。鼓励我们的孩子,培养孩子坚持、执着的品质,孩子才能更积极地面对生活中的各种挑战。

(一) 坚持、执着会给孩子的人生带来什么? /26

(二) 鼓励、引导孩子从小养成坚持、执着的习惯 /31

四、培养孩子乐观、大气的品格 /35

孩子乐观、大气的品格来源于父母的榜样作用。父母乐观,孩子就乐观。但是,为什么还有如此多的中国孩子悲观、抑郁? 给孩子一个快乐的家庭氛围,同时让他们懂得管理自己的情绪,养成乐观、大气的品格,已成为中国父母的当务之急。

(一) 孩子为什么不快乐? /36

(二) 快乐的家庭、快乐的父母才能造就乐观、大气的孩子 /40

五、培养孩子控制情绪的品格 /49

如果孩子不从小养成管理情绪的习惯,掌握控制情绪的方法,就会在生活中遇上很多难题,在成长中遇到很多麻烦。

(一) 学会控制自我的情绪对孩子的成长有哪些好处? /50

(二) 如何让孩子学会自我情绪控制与管理? /52

六、培养孩子尊重他人的品格 /65

孩子每次都形单影只,显得与他人格格不入。父母想过使孩子变得如此孤僻、不合群的原因吗? 也许,您的孩子还不懂得尊重他人,最终让自己落了单。培养孩子尊重他人的品格,就是教孩子认识这个社会的第一步。

(一) 为什么现在有许多孩子患上“社会不适应症”? /66

(二) 父母如何引导孩子学会尊重他人? /69

七、培养孩子尊重劳动的品格 /75

我们从小就受到这样的教育：“劳动最光荣。”但是，如何让孩子理解这句话，如何让孩子尊重别人的劳动，尊重别人的劳动成果，父母就需要下功夫了：要让孩子尊重劳动，首先要让孩子爱上劳动。

（一）劳动是什么？ /76

（二）如何让孩子喜欢上劳动？ /79

八、培养孩子仁慈、善良的品格 /89

为什么我们的孩子长大了，善念和仁慈反而更少了呢？要培养孩子仁慈、善良的品格，父母首先要起好带头作用，因为孩子仁慈品格的养成常常来源于父母的引导和行为影响。

（一）现在的孩子怎么了？ /90

（二）如何培养孩子仁慈、善良的品格？ /93

九、培养孩子懂得爱、付出爱的品格 /101

对于孩子来说，懂得爱、付出爱是一种重要的品格。要让孩子懂得爱，父母要常常在他们的身边，表达出爱意，让孩子获得最真实，也是最温暖的爱的感受。

（一）爱是什么？ /102

（二）你的爱要让别人知道 /107

十、培养孩子热爱学习、喜欢求知的品格 /115

每个孩子都是带着很多问题来到这个世界上的，求知欲几乎是与生俱来的。因此，父母培养孩子热爱学习、喜欢求知的兴趣，应该



从孩子对事物本身的兴趣、好奇心入手,激发孩子内心对知识的向往。

(一)孩子为什么不喜欢学习? /116

(二)如何让孩子爱上学习? /119

十一、培养孩子喜欢运动、养成运动习惯的品格 /129

与西方孩子相比,中国孩子的体质往往要差一些。究其原因,就是由于大部分中国的家长只注重孩子的学习成绩,而忽略了培养孩子爱运动的品格。父母要懂得,让孩子爱上运动,锻炼出健康的体魄,才能让孩子每天精神饱满地面对学习。

(一)现在的孩子为什么体质差? /130

(二)如何让孩子养成爱运动的品格与习惯? /132

十二、培养孩子热爱生命、追求梦想的品格 /145

热爱生命、追求梦想的品格,是孩子人生的基石,只有基石打得牢,人生才能够取得成功。父母要让孩子懂得爱是生命的真谛,懂得享受生活的点点滴滴,懂得正确看待失败和挫折。

(一)孩子们为什么这么脆弱? /146

(二)热爱生命、追求梦想的品格,是孩子成功人生的基石 /148

十三、培养孩子正向思维、自我肯定的品格 /165

当孩子遇到失败和挫折时,要想让他们尽快摆脱消极和沮丧的负面情绪,最有效、最彻底的方法就是培养他们的正向思维,让他们懂得在日常学习和生活中肯定自己。

(一)什么是正向思维? /166

(二)正向思维会给我们带来哪些改变? /167

十四、培养孩子勇于尝试、敢于创新的品格 /175

勇于尝试、敢于创新的品格在孩子小的时候已经初露端倪。父母们所要做的是将孩子的创造力激发出来,这就要求父母在生活中做到宽容与包容,容忍孩子做一些出格的事情,鼓励孩子的小发明、小创造。

(一) 中国孩子的创造力在哪里? /176

(二) 如何培养孩子的创造力? /183

后 记 /189





..... 培养孩子坚强、勇敢的品格

缺失勇气，会让孩子无法直面生活中的挑战，面对残酷的竞争，这样的孩子不仅会成为时代的逃避者，更会成为自己人生的失败者。因此，培养孩子坚强、勇敢的品格，必须从孩子的婴儿期做起。

（一）孩子的脆弱、胆怯、拒绝社会是怎么来的？

我从1999年开始对中国孩子的成长、成才进行研究、观察，时至今日在对几千例孩子成长教育的个案分析中，我发现现在的孩子普遍存在着脆弱、怯懦甚至软弱的品格。最突出的特征，便是有不少孩子在长大成人以后，面临激烈残酷的社会竞争，选择的不是勇敢、坚强地面对，而是逃避、放弃抑或随波逐流。在当下的社会中越来越庞大的“啃老”大军中，有很多这样的孩子。

家住北京的马波是一位26岁的大学毕业生，当他的妈妈带他找到我做心理辅导时，他已经在家“啃老”四年多了。因为大学毕业后找工作屡屡受挫，也因为吃不了上班族朝九晚五的苦，马波索性回到父母身边，泰然自若地做起了“啃老族”。他的父母只是一般的工薪阶层，并且都已退休，在父母微薄的养老金的供养下，年轻力壮，又受过高等教育的马波，过着白天睡觉、晚上通宵玩电脑游戏的安逸日子。24岁时，马波通过网络找到了一位女友，两人很快就举行了婚礼。马波的女友同样是大学毕业，在马波的影响下，结婚伊始便辞去了工作，跟马波一起在父母家“啃老”，两个年轻人的生活，让马波的父母不堪重负。

在这种情况下，马波的妈妈找到了我，希望我能跟他的儿子谈谈，看看这孩子的问题到底是出在哪儿了？

跟马波一接触我就发现，这个26岁的已为人夫而且即将为人父的大小伙子，有着一脸与他的年龄不相称的腼腆、羞涩，甚至有些胆怯。这个在妈妈嘴里从小到大一直乖顺、听话的年轻人，在谈到未来时却一脸的茫然，那些他这个年龄应有的朝气与壮志，在他

身上没有丝毫的体现。

他坦言“啃老”并不是他所情愿，实属被逼无奈。他抱怨求职时屡屡受挫，用人单位的挑剔也让他难以忍受，他指责现在公司的老板都对人苛刻，业绩压力让他不堪承受，同事之间也相互猜疑利用，这种工作环境让他想起上班这件事就有恐惧感，所以，他宁肯在家粗茶淡饭，也不愿意再踏上社会半步。

至于他新婚的妻子也辞了工作回家“啃老”这件事情，马波是这样解释的：妻子在单位也遭遇了不少挫折，同事之间相处得非常不愉快，妻子说了，他一个男人都可以不上班在家安心“啃老”，她一个女人嫁了老公，就更不需要再上班打拼了，还是在家里“啃老”比较有安全感。

两个已成年的年轻人，在走进了婚姻，组建了家庭之后，考虑的不是如何参与社会竞争，为自己未来的生活开辟一片天地，而是偷懒逃避成为了铁杆的“啃老”一族，这样的案例不能不让人唏嘘感叹。更令人不安的是，像马波夫妇这样的个案，在我们的身边并不在少数，而且还有增多的趋势。

和马波的妈妈谈起马波的成长经历，她坦言同许多的独生子女家庭一样，她和丈夫虽然是生活并不富裕的工薪阶层，但他们也在竭尽所能尽量保障儿子的生活品质。儿子上中学的时候，为了让儿子能跟其他同学一样穿上限量版的名牌运动鞋，两口子曾经一个月内只吃咸菜喝粥，省下了一千多元钱给儿子买了双运动鞋。

可就是这样辛辛苦苦养大的儿子，成年以后却成了这副样子，这让马波的父母想起来就愁肠百结，不知该去怨谁。

实际上在马波妈妈的描述下，我已经初步看到了马波的成长轨迹。从小乖顺、听话，从不惹是生非的马波，是父母老师眼里公认的好孩子，学习还算努力，还顺利地考进了大学。所有的人都认为

这孩子没问题，却不知马波的内在品格却存在着教育上的严重缺失。人们只看到了他的乖顺、听话，却忽视了他的个性与思考能力的培养；人们只看到了他学习还不错，考上大学没问题，却忽视了他是否拥有坚强而勇敢的品格。

而正是这些能力与品格的缺失，让他即使接受了不错的学校教育，却无法直面社会，参与竞争，最终成为时代的一个逃避者，也成为自己人生的失败者，至少目前看是这样的。

坦白说，像马波这样的成长经历，在现如今的中国家庭里简直是太普遍了，几乎每个孩子都是这样成长起来的，由父母包办一切，大到买房装修，小到袜子内裤，这一切孩子不需要费丝毫气力，全都由父母操办。作为回报，父母要求孩子从小就要乖顺、听话，好好学习，一切以学习成绩为考量标准。听话，考得好的孩子是每位父母心头的骄傲与欣慰，而有点调皮多动，学习成绩再稍有点儿不尽如人意的孩子，便成为父母心中的“痛”。

正是这样的教育环境，塑造出了马波这样的孩子，也让中国的父母倍感困惑：“我为孩子付出了全部，为什么孩子还是很难有成功的人生？”

面对父母们的困惑，我唯一的解释便是：“也许你在孩子的成长中，只重视了对孩子进行的生存技能的教育，却忽视了能够让孩子独立、成熟，成为一个真正的人的品格教育，也就是孩子的人格与品质的教育。这种教育是对孩子灵魂的教育，它可能无法用分数考量，却是一个孩子面对社会压力与竞争的承受力反应，更是孩子面对挫折时的选择。”

其中坚强与勇敢的品格，当是孩子成长中最不可缺少的一种品质，具备这种品格的孩子，当他独自面对社会时，你不必担心他会成为挫折的逃兵，更不必担心他被失败击倒。他会因为拥有坚强的

意志和强烈的征服欲，而对挫折愈挫愈勇；因为勇敢，他能坦然接受失败，不会气馁。这样的孩子，你还用为他的生存担心吗？你还怀疑他的未来吗？成功对他来说难道不是迟早的事儿吗？

（二）对孩子坚强与勇敢的品格教育，应该从婴儿期就开始了

很多父母问我，我们也知道孩子品格教育的重要，可是这种教育应该在什么阶段开始呢？在我看来，这种品格在孩子的成长中开始得越早越好，尤其是坚强与勇敢品格的教育，在孩子的婴儿时期就应该开始了。

我在美国学习的时候，发现婴儿从一生下来，就独自待在一个大房间里，父母会待在他们自己的房间里。当然，这个大房间里会装有摄像头和扩音器，婴儿的母亲常常会通过这些来判断正在啼哭的婴儿需要什么，在她们看来，大人们完全没有必要在婴儿一啼哭时就迅速出现在他们面前，甚至很快把他们抱在怀里，这样只会让婴儿变得胆小而任性。

妈妈们可以通过婴儿的哭声来判断他们是饿了、渴了，或是需要人来陪伴。在美国妈妈看来，并不是婴儿的每个要求都必须马上给予满足，父母也有自己的事情，不能因为照顾孩子而放弃自己的时间和空间。婴儿一生下来就必须学会自己面对一些事情，譬如在父母忙碌的时候，自己玩耍，在父母不在身边的时候勇敢地面对空旷的大房间，甚至在妈妈腾不出手来抱自己时学会忍耐，这是对孩子最早的坚强与勇敢的品格教育。

而对于中国的父母来说，婴儿的啼哭是绝对不能忍受的。孩子大多数一生下来就跟着妈妈睡，多数家庭购置的价格不菲的婴儿



床，只是作为一种摆设，孩子即使到满地跑了也没有单独睡过。

我在很多中国家庭看到，只要婴儿一哭，妈妈、姥姥、奶奶，很可能还有月嫂，四五张殷勤的笑脸一起出现在他的眼睛里，而且，不管婴儿是需要什么，他马上就会躺在大人舒适的怀抱里。时间一久这成了他的习惯，会让他无法忍受全家人不围着他转的情景，无法忍受没有大人的怀抱的时刻。由此一来，达不到满足的时候，他便啼哭不止，这是中国的婴儿普遍比外国的婴儿爱哭的原因所在，也是很多还是婴儿的孩子就已经任性、霸道得让父母不知所措的原因。过分的宠溺、过分的满足，让婴儿丧失了自我成长的空间，让他们两三岁时还离不开妈妈的怀抱，不敢到陌生的房间，看到生面孔会哭，对未知的事物缺乏好奇心，不能在不熟悉的环境里过夜，这使很多家庭为了孩子放弃了旅行的计划，甚至减少了跟朋友的往来，只因为宝宝不喜欢家里有外人来。

这些其实并不是孩子的原因，大多数是父母的教养方式所造成的。俗话说，孩子就像小草，给他什么样的环境，他就会长成什么样。那些成年以后逃避社会责任、承受力差、个性脆弱的孩子大都是在这样被过分保护与宠溺的环境中成长，缺乏自己面对与承担的机会。

所以，我建议中国的父母在孩子的成长之初便给予孩子自我成长的机会，不要过度满足孩子，让他为自己的要求被满足付出一定的努力。太容易得到，结果就会造成孩子对探求的过程失去兴趣，而这种探索的过程正是孩子最好的自我成长。

很多父母认为为孩子牺牲一些自己的生活是应该的，殊不知这样做恰恰会让孩子丢失很多机会，譬如因为孩子太小而放弃了旅行计划，这常常让孩子失去了一个适应不同的生活方式与环境的好机会；减少了与朋友的往来，也常常让孩子无法接触到家人之外的人，使孩子变得更加“窝里横”，一见到生人便呆若木鸡。

我认识的一位妈妈，在女儿五个月大的时候便开始带她到处旅行，坐飞机去了很多国家。小女孩在一岁半的时候，已经意识到出门要带自己的旅行箱和洗漱用品，2岁的时候她要求有自己的房间，3岁的时候她会在飞机起飞时系好自己的安全带，并提醒吵闹的小朋友要安静。现在这个6岁的女孩活泼开朗、大方可爱，有很多的朋友，并且酷爱摄影，经常把自己的作品放到网上与大家一起分享。经常出门旅行的经验让她对美丽的大自然有了独到的鉴赏力，也锻炼了她独立、勇敢、乐于尝试的品格。

所以，别认为处在婴儿期的孩子只要吃饱喝足就一切OK，他是一个正在成长的生命，他的触觉、视觉、嗅觉都在逐步发育，他要求父母鼓励他，去探求未知的世界。一颗勇敢而坚强的种子已经在他的生命中萌芽，他需要的是父母鼓励的眼神、欣赏的目光，这是一切优良品质诞生的源泉。

如果他曾经是一个坚强而勇敢的婴儿，那么在他的幼儿期，他可能就会表现得有些皮，甚至有些莽撞；他活泼好动，容易闯祸，是父母眼里不太听话的孩子，这实际上正是一个有意志力与个性，有求知欲与征服欲的孩子常有的表现，他的皮可能常常表现在好动，他对什么东西都怀有好奇心，都想要去尝试。他的不听话也常常是有自己的主意，经常对父母的权威性产生怀疑，甚至有否定父母意志的表现，这样的孩子有可能比较让人头疼，但请不要怀疑他的品质，很多成功的伟人都有类似这样的童年。

那些看似令人难以接受的调皮、闯祸，实际上包裹着孩子的一颗勇敢的想要尝试的心，这是一种非常美好的品质所发出的光芒，而它能不能成为巨大的能量，来照亮孩子的整个人生，则要看父母的引导。

所以，别轻易责怪孩子太皮，别对质疑你观点的孩子发出咆哮，别要孩子一定完全照你的想法去做，如果他有自己的想法，请你

给他机会让他去尝试，即使失败了，他获得的体验也将使他终生受益。

幼儿期正是父母与孩子建立良好的沟通习惯的时期，这个时期，尊重他、欣赏他不仅会使他变得更快乐，更重要的是让他变得更勇敢、更坚强。

如果你的孩子在婴儿期就是一个在过度的保护和宠溺中成长的孩子，那么到了幼儿期，便是你需要刻不容缓地培养他的坚强与勇敢的品格的时期了。

这个时期你睡前阅读的书籍里，应该多一些有关勇敢与坚强的故事。你还可以跟孩子玩戏剧游戏，让孩子扮演猎人，而你来扮演要吃掉他的大灰狼，这样做，能教给孩子如何勇敢面对凶猛的动物，如何在力量弱小的情况下取得胜利。

经常和孩子做这样对抗性的戏剧游戏，会让孩子产生面对困难的经验和胆量，启发他产生自我的思考能力，学会用智慧来进行自我解救，而且还能锻炼孩子的情商，历练孩子的心智。

现在有很多网络游戏也有类似的内容，但是，一定不要让幼儿期的孩子经常接触这种虚拟的网络游戏，一是他的年龄太小缺乏自制力，容易对游戏产生依赖，形成网瘾，二是孩子接触虚拟空间的东西越多，跟现实中的人沟通交流就越少，时间一长容易形成沟通障碍和孤僻性格。

生活中，有些父母为了让孩子安静一些或别影响自己做事情，就让小小年纪的孩子自己一个人坐在电脑前玩游戏，或扔给孩子一个iPad 就不管不问了，这是非常不理智的做法。且不说闪烁的电脑屏幕对孩子视觉的伤害，长期玩电脑游戏会降低孩子对现实世界的认知，而过早地接触色彩鲜艳、形象具体的动画片，也会影响孩子的想象力与认知能力，对孩子的成长非常不利，也不利于孩子品格的培养。

真正对孩子有益处的活动，就是父母抽出一定的时间来陪伴孩

子，给孩子设计一些适合他性格成长的游戏，并且，带着孩子一起做，让孩子在收获快乐的同时，也收获品格与智慧的成长。

现在很多大型的亲子游乐园，也特别适合父母和幼儿期的孩子参加。那里有各种塑胶材料做成的造型，有桥梁、山洞，还有各种可以攀爬的设施。在确定安全的情况下，尽量鼓励你的宝贝去征服这些东西，一方面孩子锻炼了体魄，另一方面历练了胆量。

实际上，孩子坚强与勇敢的品格，是蕴含在他生命里的宝藏，父母则是激发他，让他有机会释放宝贵品格的那个人。让孩子在游乐园里大胆地去尝试征服那些庞大的玩具，勇敢地去探索陌生的山洞和高耸的桥梁，这样的游戏不但会让孩子学会保护自己，还会让他不惧挑战，甚至乐于接受挑战。而当孩子挑战成功后，父母每一个惊喜的笑容，每一个热情的拥抱，都会让孩子体验到成功的快乐，这种记忆会刻在他的脑海里，伴随他的成长，成为他品格的一部分。也许孩子勇于面对现实，不放弃、不逃避的品格就在这一刻形成；也许孩子喜欢成功的体验，渴望赢得挑战的品质，就在那一瞬间被激发。孩子的成长有无限的可能，我们无法不用心去面对。

有的父母会说，我的孩子那么小，他懂得这些吗？我可以负责任地与你分享一个事实，那就是你的孩子一定懂得这一切，因为他生下来就具备和你一样的大脑，只是他的社会认知与思考能力还远远不够，而这些则是随着他的社会化程度的提高而提高的。

培养幼儿期孩子坚强与勇敢的品格，需要父母大胆地放手，给孩子体验挑战的机会。孩子的天性是朝气蓬勃，无知无畏，而这种天性常常在父母的包办之下，慢慢地被消磨殆尽，这是一种非常遗憾的后果。

现在，如果碰到父母抱怨他的宝宝特别皮，胆子特别大，爱尝试不了解的事物，我都会恭喜他，告诉他这个孩子有非常好的潜



质，父母应该用心地去引导培养他，这样的孩子将来也许可以成“大气候”。

前不久，有十几个中国的孩子到美国某中学去游学，在对方学校安排的欢迎 Party 上，突然遭遇意外停电，美国的中学生在老师的安排下陆续有序地回到寝室，而中国的孩子们却乱成一团，拒绝老师要他们回到寝室的安排，理由是走廊里太黑了，很恐怖，有几个孩子拿出了手机，给在大洋彼岸的父母拨通了电话，哭诉着提出要马上回家，而在睡梦中被惊醒的父母在电话里对领队的老师大发雷霆，指责他们没有安排好，有的家长甚至决定要连夜飞到美国。

在异国他乡遭遇这样的意外，孩子们有些受惊吓是可以理解的，可是要知道，这些孩子都是十几岁的少年，在美国，这个年龄的孩子基本上都要自立了，开始打工赚大学的学费，而仅仅一次意外停电，便让十几个中国孩子难以承受，这其中的差异不能不让人心存不安。

所以，当孩子进入了青少年期，坚强与勇敢的品格教育就更加不可或缺。这个时候正是孩子学业最重，面临许多选择的关键阶段，良好的品格会使孩子以更加积极而正确的态度面对生活和学习。

这个时期的孩子常常会对父母的要求很高，因为他们已经具备一定的社会认知和思考能力，对于父母的言行也会有自己的观察，所以，为人父母者在这个时期要更加注意自己的形象与言行，要求孩子做到的自己更应该身体力行。

譬如，你要求孩子做到坚强与勇敢，你就不能在生活中处处退缩，至少不可以在孩子面前表现得过于怯懦，如果你发现孩子个性脆弱，缺乏胆量，处处逃避，那你一定要首先在自己的言行上找原因，也许你并没有在意，但你的孩子已经深深地受到了你的影响。

在调整了自己的状态以后，我想你应该多抽出时间来陪伴孩