

现代亲
子教育
(下)

王小朱 主编

目 录

培养宝宝的竞争意识	1
会哭的孩子有奶吃	1
教给孩子正确的竞争意识	2
游戏大串连	6
培养宝宝诚实的品德	7
孩子开始撒谎	7
如何让孩子明白诚实的重要性	10
教会孩子建立信任感	10
尊重孩子的隐私	12
需要牢记的情商要点	12
宝宝撒谎怎么办?	13
父母怎么办?	13
列宁的故事	14
少年詹天佑的故事	15
培养孩子的理想之翼	17
培养宝宝的责任心	20
陈章良的故事	23
培养宝宝的公德意识	23
何谓社会公德	23
对孩子进行公德教育	25
排除的游戏	29
培养宝宝的乐观精神	29
关于乐观的习性与思维	29
乐观与悲观的区别	31
悲观的危害	32
让孩子知道乐观的优势	33
培养乐观的孩子	34

需要牢记的情商要点	37
宝宝性情孤僻怎么办？	38
什么是“儿童焦虑症”	40
宝宝“自闭症”怎么办？	42
什么是“儿童选择性沉默症”	43
宝宝感到寂寞怎么办？	44
父母该如何对待孩子的令莫	45
原始吼叫的游戏	45
培养宝宝的幽默感	46
儿童幽默感的发育阶段	47
培养孩子幽默感内容的把握	48
培养孩子幽默发育的几个阶段	49
寻找孩子幽默发笑的潜伏期	51
如何帮助孩子将幽默用于社交	52
利用幽默感来减少痛苦	52
幽默的魔力	53
培养宝宝的礼仪习惯	55
教育就是培养习惯	55
良好的礼仪习惯来自于好的品德	55
教孩子注意行为规范的礼仪	59
教孩子养成讲卫生守秩序的好品行	61
注意公共场合中的礼仪	63
教孩子说话与倾听的礼仪	64
培养孩子群体与个体之间的礼仪习惯	66
宝宝不爱整洁怎么办？	67
宝宝抢别人的东西是怎么回事？	68
EQ 游戏群体	70
培养宝宝的交友能力	72

孩子的性格发育与人际关系	72
“这是我的”	74
宝宝又打人了	79
让孩子如何与人交友	83
帮助孩子交友，保持友谊	85
需要牢记的情商要点	88
利用宝宝的羞愧和内疚心理进行教育	88
大卫·罗宾逊的故事	88
让孩子知道羞愧的价值	91
如何利用孩子的羞愧感	92
如何利用内疚感	93
使用“负面”情感教育孩子	94
需要牢记的情商要点	96
宝宝嫉妒别人怎么办？	96
压消孙臆和越王的故事	98
宝宝不合群怎么办？	99
宝宝不和同龄伙伴一起玩怎么办？	100
宝宝交了坏伙伴怎么办？	101
宝宝怕生怎么办？	103
EQ 小游戏	105
培养宝宝的团队精神	106
记孩子单干还是与他人合作？	106
让孩子融入群体	108
成为孩子的榜样	113
让孩子充当各种各样的角色	114
如何培养宝宝的参与意识？	117
如何培养宝宝的合作意识？	118
宝宝霸道怎么办？	120

EQ 小游戏	121
--------------	-----

培养玉宝的竞争意识

会哭的孩子有奶吃

合作与竞争，是当今世界舞台的主旋律之一，两者既矛盾又相互依存。因为，21 世纪的竞争已不仅仅靠个人才智去取胜，而是一种集团式的竞争，集团内部需要合作精神迎接挑战，集团与集团之间、国家与国家之间也需要通过合作，互惠互利，促进全球繁荣。但毕竟，有竞争才会有进步、有发展，对个人、集团、国家都是如此，因此，要使孩子成为生活的强者，必须培养竞争意识，当然，同时不能忽略合作意识的培养。

在美国，也是会哭的孩子有奶吃，叫得越多吃得越多。不开口，人家以为你不需要。电视主持人杨澜在美国学习时就遇到这样的事，课堂上大家都争着当导演，她想我何必跟别人争呢，干点别的吧。后来她发现，人家并不是觉得她是在谦让，而是认为她没有这个能力。当然，下次她也是当仁不让了。这个例子告诉我们，有许多成功、许多机会是靠自己实力去争取而获得的，这就是竞争。市场经济离不开竞争，随着我国社会主义市场经济的建立，竞争将更加激烈，为了使我们今天的孩子能在明天更好地适应这种竞争，并力求竞争的胜利，我们有必要从小就培养孩子的竞争意识、竞争美德和竞争能力。

教给孩子正确的竞争意识

引导孩子自己与自己比较，有战胜自我、超越自我的决心。一味追求击败别人，打倒对手的人，易造成不良的人际冲突，不利合作精神形成，是一种狭隘的意识，同时，一山更有一山高，总追求胜过别人，当有失败的体验，即不能承受，久而久之，影响心理健康。因此，应多引导孩子与自己比较，从实际出发，根据各人的基础，不断取得进步，与自己的惰性作斗争，与困难作斗争，不断超越自我，日本的幸子、中国的张海迪等生活中的强者，都是这方面的典范。

鼓励孩子参与集体竞赛，为集体的取胜尽最大的努力。以班、组为单位的智力竞赛、体育比赛等，是一种集体竞争行动，要求每个人既要发挥最大的潜能，又要互相合作协调，使整体作战成功。目标是既要战胜对方，但又不能损害对方，孩子从中可学到许多竞争的方式方法：公正、平等，促进孩子良好的竞争意识形成。

正确对待竞争中的胜利与失败。有竞争的存在，必然有胜利，也肯定有失败。胜利时，要想到一山更有一山高的道理，终点永远在前面，失败时，也别以为世界末日到了。关键是找出失败的原因、努力的方向。胜利时洋洋得意，失败时垂头丧气都是缺乏良好竞争意识的体现。中国竞走选手净红的事例可给予我们启发：1983年，净红第一次参加世界比赛，率先冲到终点，眼看冠军到手，突然裁判宣布她犯规，结果队友夺得冠军，但她说：“冠军不是我，是徐永久，只要是中国人，都是一样。”以后，净红更发奋练习，终于为祖国争得了荣誉。

教给孩子一些竞争知识。向孩子讲一些动物竞争的故事；给孩子买一些竞争与发展之类的浅显书籍；让孩子看一些有关竞争活动的影视。运用多种有趣的形象的方式方法，教给孩子有关竞争的起源竞争与生存、竞争与发展等方面的初步知识。因人而异，调控竞争意识。对待竞争反应较弱的孩子，要设法强化他们的竞争反应。对待竞争反应过于强烈的孩子，则要在保护的同时，引导他们适当地控制自己，或者及时转移他们的注意力，以暂时缓冲强烈的情绪。创设竞争的情境。让孩子置身于童年的真实氛围或模拟环境之中，感受竞争浪潮的汹涌澎湃，体验竞争活动的激动人心，品尝竞争的酸甜苦辣。当然，创设情境要注意“健康性原则”，既要能撩拨起孩子竞争的欲望，又不能让不健康、不文明的东西影响孩子；还要调控好“强度”，不要过于强烈，过于刺激，过于持久，因为孩子的脑神经正处于发展之中。培养孩子对竞争的积极情感。其内容主要是参与竞争的向往之情感，投入竞争的热烈之情感，锲而不舍的执着之情感。

培养孩子的竞争美德，首先要明确竞争美德的内容。主要有4点十分突出：公平（公平竞争、凭实力取胜）、公正（行为正当，切忌奸诈）、公开（光明正大，不搞阴谋）、公心（出于公心，共同发展）。根据儿童的心理特点和接受能力，我们将这些竞争美德具体化，提出下列要求：初步懂得竞争的最终目的是大家都取得进步，促使社会的发展；初步懂得竞争的对象首先是自己，竞争就是要不断超越自己；初步懂得要公平竞争，凭能力，凭智慧，争取胜利；初步懂得要公正竞争，正直，诚实，守法；初步懂得要公开竞争，不能搞阴谋诡计；初步懂得竞争要扬己之长，但不能坑害他人。小学低年级儿童应能从

具体的竞争事例中，判别出哪些竞争品德是好的，哪些是不好的。小学中年级儿童不但能进行具体事例的判别，而且能分析简单的事理。小学高年级儿童能初步理解“四公”道德的内涵，而且能知道竞争中哪些是提倡的，哪些是允许的，哪些是不应该的。除此，初中学生还应知道哪些是违法的。

据一项调查显示，现在的孩子在竞争道德认识方面常存在以下问题。一是认识上的盲目性。不懂得竞争还要讲道德。二是认识上的片面性。讲到取胜，就认为要抑制他人，致使他人失败；讲到友谊，就认为不要竞争。三是认识上的绝对性。要么好，就好到极点，不知在总体好中也可以有些不好的东西；要么不好，就坏得一无是处，不知在总体坏中也可能有些积极的因素。四是认识上的肤浅性。只看到表面现象，难以理解竞争对手之间的微笑握手，难以理解耍手腕与讲究技巧之间的区别。五是认识上的单一性，往往只注意竞争中的某一个或某一部分信息，并以此进行判断。一个人在竞争中取胜，总是认为胜者能力强，胜者了不起。常常会以二时的成败论英雄。针对孩子认识中出现的问题，许多老师和家长的做法是：正确示范。利用各种办法，提供具有良好竞争美德的竞争者或竞争活动的若干榜样，给孩子以潜移默化的影响。随机引导。利用与孩子接触的一切机会，引导孩子思考竞争中的有关道德问题，并暗示其中正确的方向。系统传知。由浅入深地、系统地、一点一滴地向孩子讲解竞争美德的内容。开展讨论。经常就一些竞争道德问题，与孩子平心静气讨论。讨论时家长一般不要武断下结论，而应多听孩子的意见，适时地发表自己的一些看法。践行后思。和孩子一起或让孩子自己去按

照竞争美德的要求，进行一些竞争实践。在其正确的行动之后，给以及时的强化，并引导他们思考，为什么要这样做？这样做，有哪些积极的意义？

培养孩子的竞争能力，要让孩子明白只有与嫉妒告别的人，才有可能获得最后竞争的胜利，取得优秀业绩。嫉妒心理是人与人相处、人与人竞争中存在的一种阴暗心理。对孩子来说，危害性很大。对什么是竞争？什么是嫉妒？知心姐姐卢勤是这样说的，“比如说两个人跑步，一个在前边，一个在后边。后边的人想，前边这个人现在最好让石头绊一跤，然后我好超过他。这就是嫉妒，嫉妒是把自己的成功建立在别人失败的基础上。可是反过来，如果后边的人想，我要使劲儿跑，超过他，我一定要超过他。这就是竞争，竞争是把成绩建立在自己努力的基础上。”知心姐姐在工作实践中发现许多有了些成绩的孩子，都不太懂得正确对待自己的成绩和别人的成绩；还有的孩子存在着“你好，我就打击你”的狭隘心理……这些不良的‘心理状态，都是不能适应未来的发展的。家长和老师应该及时发现并予以解决。知心姐姐在《写给年轻妈妈》一书中指出：只有具有良好的心理状态，既懂得竞争又懂得超脱的人，才会成功。孩子们应该从小就得到这种训练。克服嫉妒，参与正当的竞争，是我们对孩子的期望，也是未来对孩子们的要求。善于处理人际关系，在竞争中求得共同的发展和进步是我们最迫切的愿望。因为，还有更为激烈，更为高层次的生存空间、生命资源等等的竞争在等着我们的孩子们，与人的竞争都处理不好，何以参与更为深刻、广泛的竞争呢？

游戏大串连

小猎人

训练幼儿动作的敏捷性，培养孩子的成就感和竞争意识。

准备沙包两个，各种小动物头饰若干，小动物卡片若干，让幼儿当小猎人，手拿两个沙包站在前面，爸爸妈妈戴上小动物头饰饰小动物，站在小猎人后面。当小猎人往前走时，小动物也尾随在小猎人的身后轻轻往前走。当小猎人突然转身将两个沙包往后方抛去时，小动物则迅速跑开，如果被沙包打中，则被小猎人捕获，孩子可获取相应的动物卡片一张，被打中的人更换头饰，扮演新的小动物，游戏重新开始。

父母可与孩子更换角色，比赛谁捕获的小动物多。

小刺猬背果子

发展幼儿上下肢力量及身体的协调性，培养幼儿对爬行的兴趣，增强竞争意识。

选择平整、安全的：活动场地一块，画好起跑线；小刺猬头饰若干，背面贴着双面贴的红果子卡片若干，并在距起跑线 10-20 米处将红果子随意撒下。

让幼儿戴上头饰，充当小刺猬。小刺猬在听到命令后，同时爬向对面放红果子的地方。当达到目的地后就地滚动，使红果子粘到背后，就迅速爬回起跑线，爬得快且粘得红果子多者为优胜。

本游戏可在幼儿园进行，也可由家长组织几个幼儿进行。

要求幼儿在背果子时，必须前滚翻或侧滚翻粘起果

子。

可多人同时进行，也可几人一组，以接力的形式进行。

培养宝宝诚实的品德

孩子开始撒谎

作父母的都知道，孩子几乎是刚会说话就开始撒谎，有时可能更早些。比如母亲到另一个房间接电话时，两岁半的拉拉弄翻了粥碗。母亲回来后十分生气，“拉拉，是你干的吗？”尽管当时没有别人在场，拉拉还是一个劲地摇头否认。

一般说来，孩子撒谎时，父母们总是忍不住要笑。一天早晨7点钟，马克的父亲发现用巧克力做的复活节玩偶的脑袋不见了，便问3岁的马克。马克尽管满脸都沾上了巧克力，却还是说不知道是谁吃的。

拉拉和马克知道自己的行为不对，害怕父母生气，却不知道撒谎也是不对的。孩子在2—3岁时，认知和语言能力的发育都不成熟，还不能看出自己的言行之间的直接关系。对他们来说，行为远比语言重要得多，而语言都是模糊的，有多重含义的。

但是，4岁起孩子们开始明白，故意说谎而误导别人是不对的。事实上，这时候或稍大一点的孩子对事实几乎达到狂热的程度，如果发现父母、兄弟姐妹或朋友说谎骗自己，会非常愤怒。一句特别的话，其真实与否

远比说话者的意图要重要得多。下面是 5 岁的迈克和父亲杰夫的例子：

杰夫：啊，好象下雨了，我们没法去看球赛了。

迈克：你说过今天要去的！

杰夫：是的，我说过。但天下雨了，球赛会取消的。

迈克：(眼中已经含满泪水)但是，你说过，我们要去的。你说过的！如果我们不去，你就说谎了。

杰夫：不，这不是说谎。如果比赛取消了，我有什么办法。我也想去，但没有比赛，我们去干什么？

迈克：(开始哭了)这就是撒谎。你说过我们会去的，我们不去，你就是说谎！

随着年龄的增长，大多数孩子的情商也相应提高，而诚实却不然。研究人员搞过一次实验，专门测试孩子对说谎看法的改变过程。5 岁时 92% 的孩子认为说谎永远不对，75% 的人说自己从未说过谎。到 11 岁时，只有 28% 的人认为说谎永远不对，没有人宣称自己从未说过谎。随着年龄的增长，孩子们逐渐开始区分谎言的类型和轻重程度。为了逃避惩罚而说谎是最坏的，比如“我丢了手表，所以上午没法不迟到”等等。为了不伤害某人的感情而说谎就不那么坏，比如“我喜欢你的新眼镜，它使你看上去更聪明”等。而为了帮助别人而说的利他的谎言，已经被看作是可以原谅的、高尚的，比如“托米把身上弄脏了，是我的责任。是我让他走那条很泥泞的小道的，我以为那是条捷径。”

据《孩子为何说谎》的作者波尔·艾克曼讲，孩子不诚实有多种原因，有的可以理解，有的不可以。小一点的孩子说谎一般是为了免受惩罚、得到自己想要的东西或让同伴羡慕。少年说谎更多是为了保护隐私(“我刚才

出去了，没看见任何人”）、考验权威（“这学期历史课没有期末考试，不信你可以打电话问纳撒逊先生”）、避免受窘（“他们取消了万圣节舞会，所以不需要舞伴”）。

虽然说谎在人成长过程中是可以理解的，但是如果孩子习惯性地说谎或对关系重大的事情也不说实话，那么就成问题了。正如艾克曼所描写：“对重要问题撒谎，使父母处理起来更困难，撒谎作为一个问题就更严重。撒谎腐蚀了人与人之间的亲密关系，滋长了不信任，损坏了互相信任的关系。说谎意味着不尊重被骗对象。使得与经常撒谎的人在一起生活几乎变得不可能。”

对长期说谎的孩子所做的研究发现，他们也经常有些其它的反社会行为，如偷盗、诈骗和横行霸道等等。部分原因在于，不讲真话的孩子一般与不诚实的孩子为伍，形成一个小圈子，进而认为在圈外说谎是可以接受的。艾克曼还指出，这些孩子往往成为“棱角效应”（相对于家庭中的“光环效应”）的牺牲品。当我们发现孩子说谎时，便不自觉地认为这就是他的性格，因而总觉得他会干出其他反社会的行为。许多时候，大人的这些不自觉的想法，成了孩子自我实现的预告，孩子便按照大人的这些坏“期望”长大。

有一点是值得注意的。父母离婚的孩子对诚实和正直的问题比一般孩子敏感。父母离异后，孩子在朋友面前往往否认这件事，他们拒绝接受事实，避免尴尬，或只是为了满足自己关于父母总有一天会重归于好的幻想。当与父母一方对抗，尤其是一方有了约会时，为了保护另一方，他们就会说谎。面对较为严格的一方家长时，他们为了保持自己认为的特权，就会撒谎说，另一方怎么对他好等。

离婚过程越是痛苦，父母双方关系越是紧张，孩子们越是可能养成自我保护的撒谎习惯。这部分说明了父母离异的孩子成人后，与人难以相处的原因。如果你最近刚刚离婚，那么就需要特别注意，你的行为和选择有可能对孩子的道德发育所产生的影响。

如何让孩子明白诚实的重要性

经常说谎的孩子往往出自父母经常说谎的家庭。另外，管教不多甚至厌弃子女的家庭出来的孩子也容易变得不诚实。

尽管人人都承认自己说过谎，但你应该意识到直接或间接的说谎会对孩子产生什么影响。当然，对孩子撒谎永远不会有正当理由。这并不是说你应该把所有事情都告诉孩子们，有许多事情是他们不必知道的，比如你的隐私或远远超出孩子的理解能力的事情。即便如此，如果孩子偏要问你也应该照直对他们说，完全没必要编瞎话。

应该在家里不断地谈论诚实的重要性。为了保证使诚实成为孩子道德教育的一部分，可以读一些强调其重要性的书籍，如威廉·伯纳特的(美德)，或由美国图书馆协会所编的<适合儿童的最佳读物>中推荐的读本。有的电视节目、广播节目等，也是很有益的。

教会孩子建立信任感

尽管孩子 10 岁前对“信任”的话题不会有什么兴趣，但是和他们谈论这个问题的时间却是越早越好。70 年代

的人性心理学运动中，信任行动非常盛行，现在仍是组成团队、治疗过程、自助团体的热身内容的一部分。

有些建立信任的游戏和活动也是很有趣的，比如：

搀扶盲人(7岁以上)：这是一种比较古老的建立信任的方式，至今仍在许多咨询公司、体育团队和经营管理训练中用来培养成员之间相互信赖的关系。把孩子的眼睛蒙上，然后领着他在屋子里走。在绕过家具、躲开孩子们认为的障碍时，孩子便越来越依赖你身体上的指导。刚开始，孩子们也许会排斥那种无助和依赖他人的感觉，但慢慢地会接受，并且觉得很有趣。而真正的乐趣是在你们交换角色之后。你被孩子牵着手满屋走，根本不知道要去哪里。该游戏和技能训练游戏一样，有一点是重要的，那就是：游戏进行前后，都要对互相之间的信任和依赖进行充分讨论。

后翻(5岁以上)：站在孩子身后，扶住他腋下，指导他后翻，然后互换角色。孩子一般太小，没法在你后翻时扶住你。但是，如果夫妻之间身材差别不大，那么完全可以当着孩子的面玩这个游戏。孩子们非常喜欢看到父母之间互相信任，且能从中受益。

“秘密”游戏(7岁以上)：该游戏非常有趣，能鼓励坦率，在感情上也富于挑战性。首先要求家庭每个成员在纸条上写下自己的一个秘密，叠起来并在外边写上自己的名字，放入碗内。然后每人挑写有别人名字的纸条，在房间里绕一圈，说一件过去信任某人而向其透露秘密的事，再绕一圈，说一件透露秘密后被出卖的事。只要说出来，每次加一分，但也可以要求弃权。最后，每人间手中纸条的主人，是否宣读里面的内容，如果回答是“不”，便把纸条还给对方，如果回答“可以”，就宣读

条上的内容，纸条的主人便得一分。

尊重孩子的隐私

玛丽·安·马森·艾克曼认为，父母必须教育孩子尊重自己的隐私，同时父母也必须尊重孩子的隐私。她曾经这么写道：“父母和孩子之间最大的矛盾在于，孩子越来越渴望独立，办事越来越遮遮掩掩。而父母却越来越想保护、控制和指导他们。”因此，她建议父母们列一张表，哪些真正是他们“需要知道的”，哪些是“不必知道的”。表中内容自然随孩子年龄增长而有所变动。你也可以在孩子8—9岁时，双方关系紧张之前，向他们推荐这张表(见附表)，同时借机提出话题，讨论孩子隐私与父母保护引导他们的责任的关系问题。每年年初或孩子生日前后，对表中内容进行修改。这样，父母和孩子之间就会越来越互相信任，坦率真诚，孩子也就越来越没必要骗你。

需要牢记的情商要点

要想培养有责任心、关心爱护他人、以正直诚实的品质面对生活挑战的孩子，下面两点需要记住：

- 从小就要教育他们诚实，并且做到始终如一地要求他们。孩子随着年龄增长，对诚实的理解会有所改变，但你的标准不应该有任何改变。

- 孩子很小时，你就可以和他共同欣赏某些图书和电视节目，玩建立信任的游戏，了解孩子隐私内容的变化，并不失时机地与他们讨论诚实和伦理道德问题。