

<<怎样培养孩子独立生活的能力>>

图书基本信息

书名：<<怎样培养孩子独立生活的能力>>

13位ISBN编号：9787530957424

10位ISBN编号：7530957422

出版时间：2009-8

出版时间：天津教育出版社

作者：健康生活研究组 主编

页数：227

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<怎样培养孩子独立生活的能力>>

前言

你可能有过类似的经历，当你刚买回来一盆喜爱的植物时，你可能每天一大早就开始呵护你的小植物，为它浇水施肥，希望它快快长大。

可是没过多长时间它居然枯萎了！而你是否有过这样的经历呢？孩子不爱吃饭，为此你每天端着饭碗满堂追着小孩吃饭，或许有时你还会因为孩子不吃饭而揍他一顿呢！可是这样做了还是无济于事，这又是什么原因呢？很显然你没搞清楚三件事：（1）你不了解植物的习性，正如你不了解孩子为什么不吃饭。

（2）你因为太多的不了解，所以只好臆测，结果就是拼命地为植物浇水施肥，拼命地追孩子吃饭。

（3）植物和孩子都要长大。

长大是因为自己身体的吸收，不能吸收，生命就会枯萎。

讲到这里，我们也就知道了，植物的成长和人类是一样的，除外界环境因素的影口向外，就是靠自己一步步地吸收，一点点地生长发芽。

施肥浇花者是不能代替花儿长大的！孩子也一样，父母只能提供孩子成长的环境，但孩子的茁壮成长也只能是靠孩子自己的学习吸收，父母也是无法代替的。

而作为父母，知道自己应该在什么时候帮助孩子，在什么时候让他们自己学会处理问题，是十分关键的。

在作为一个独立的成年人步入社会之前，孩子们需要学会如何生存。

这种教育，越早越好。

希望家长能够以最有效的指导，最大的耐性和最多的鼓励帮助孩子成长为一个独立的人。

帮助他们逐步实现独立生活的“梦想”。

本书从孩子天生的特性及父母缔造的环境说起，以如何培养孩子生活的能力为主题，全方位介绍了一个呱呱坠地的小婴儿如何才能成长为一个能够独立生活的人。

<<怎样培养孩子独立生活的能力>>

内容概要

独立是一种态度，也是一种内涵，更是在竞争如此激烈的今天成功的一种必备条件。

在孩子小的时候，正确地引导孩子打下独立生活的基础是每个家长的心愿。

本书以此为出发点，告诉家长从哪些方面培养孩子的独立性。

相信看过本书一定会让你豁然开朗。

孩子是爸妈的心头肉，每个做家长的都希望自己的孩子能够出类拔萃，成为天之骄子。

因此，如何更好地培养孩子就成为每个家长都要思考的一个问题。

在社会竞争压力如此大的今天，正确地培养孩子独立生活的能力无疑是孩子将来成才的必备条件，也是孩子成才的关键。

对此，本书将给你提供专家们的权威指导。

<<怎样培养孩子独立生活的能力>>

书籍目录

第一章 孩子成长的自然因素 孩子有自己的精神生活 训练孩子的生活技能 模仿是孩子在学着生存 让孩子快乐的有趣之物 潜意识引导孩子成长第二章 成人的态度对孩子的影响 心罚重于体罚 别“盯”住孩子不放 家长示弱的好处 让孩子“苦”一点第三章 非智力因素影响孩子 生命教育不可失缺 重视孩子的情感教育 人文教育影响孩子一生 提高情商等待成功 好品行让孩子受益一生第四章 培养孩子的“五自”精神 自立：不再“饭来张口” 自尊：让孩子挺起腰板做人 自律：教孩子掌控好自己 自强：找回自己强的一面 自信：放开胸怀做事情第五章 孩子独立所需的“八大意识” 时间观念：让孩子珍惜有限的生命 忧患意识：教孩子要有责任心 集体意识：教孩子要团结互助 责任意识：让孩子肩负起重任 自主意识：把孩子交给他自己 界限意识：让孩子区别于他人 社会意识：让孩子融入大环境 创新意识：拥有知识就是强者第六章 帮助孩子克服成长过程中的问题 让孩子爱上学习 虚荣心害了谁？ 说谎要慎重对待 孩子胆大的妙招 让懒惰远离孩子 任性不可强管 嫉妒的及时矫正 占有欲的疏导 网瘾似毒瘾 早恋要谨防第七章 孩子生活实际操作 饮食：健康从餐桌开始 运动：身体发育的关键 睡眠：教孩子要养足精神 学习：独立思考肯定自我 交友：友谊中获取独立人格 理财：教孩子规划金钱生活 收拾和整理：孩子在学着长大第八章 给孩子的全套生活计划 培养孩子计划 孩子健身计划 制定学习计划 假期生活计划 考前复习计划 规划考后生活 孩子安全计划

<<怎样培养孩子独立生活的能力>>

章节摘录

第一章 孩子成长的自然因素 孩子有自己的精神生活 我们若要生活,就该为自己建造一种充满感受、思索和行动的时钟,用它来代替这个枯燥、单调、以愁闷来扼杀心灵,带有责备意味和冷冷地滴答着的时间。

——高尔基 小实例：神童消失了 20世纪70年代末,各媒体争相报道的年仅13岁的孩子——宁铂,因其智力超常、才华出众,而被中国科技大学破格录取的消息,一时街头巷尾,传为美谈。按理说,有了非凡的智力、超人的才华做基奠,再加上良好的大学教育,应当是一帆风顺,大器早成。

但事与愿违,30年过去了,宁铂并未事业有成,倒是他现在过着一种极为平凡的大学讲师的普通生活,全然失去了过去那耀人眼目的神奇光环。

究竟是什么原因使一个早慧的神童“泯然众人矣”了呢?

据宁铂后来自己总结道：高度紧张、枯燥单一的学习生活,事与愿违的专业课程,不正常的媒体炒作,使得他精神紧张、心理失衡、神经衰弱、没有自己的精神生活……最终失去了发展优势与后劲,退出了社会关注的视野。

解密孩子的精神生活 许多家长由于各方面的原因只重视孩子的衣食住行却忽略孩子的精神生活,其实孩子的精神生活是独具魅力的。

尽管孩子真正清晰地意识到的世界是很有限的,但这并不是说他不拥有精神生活。

孩子的精神生活是非常丰富的,他们自己独特的内心世界。

他可以在自己的世界里梦想、游戏。

由于他们的大部分精神是人类的而非个人的,是无意识的而非有意识的,孩子的这种关于世界的观念、艺术、梦想、游戏使得他们的世界显得那么纯真和独具力量,而孩子在日后的成长过程中,都会受这种力量的吸引而成就以后的事业。

上例中宁铂最后的泯然众人和他的精神世界的缺失有很大关系,在失去自己独有的精神世界后,他的生活变得紧张、枯燥、单一。

从而限制了他的创造性的一面。

失去了那种纯真及以后发展自己的力量。

给孩子创造独立的精神生活空间 从上面的例子我们了解到孩子拥有自己的精神生活是何等的重要。

在他们成长的过程中,时刻需要周围人群对他们精神上的关怀,还他们一个独立的精神生活的空间,那么要怎么做才能让孩子有自己独立的生活空间呢?

现提供以下几点参考： 1.让孩子独立思考 有一天,一个孩子问教育家陈鹤琴先生：“先生,竹管里面有空气吗?”

陈先生没有回答,他把竹管钻了一个洞,然后端了一盆水,把竹管放到盆里。

这个孩子一看竹管的洞里面扑扑冒泡,他拍着手说：“我知道了,我知道了,竹管里有空气。”

2.在教育孩子的过程中,不要把现成的知识直接灌输给孩子,应留下一些可供孩子独自思考的空间 只要是孩子自己动脑筋思考出来的结果就应该鼓励,从某种意义上说,这又何尝不是孩子创造性发展的表现呢? 3.培养孩子克服困难的精神 多鼓励孩子战胜困难,树立自信心,让他多动手操作,探索周围环境。

儿童精神上的自立必将带来自信心和独立性。

生活的独立以精神的独立为前提,同时,精神上的独立又促进孩子在生活上的独立,如果父母能够引导孩子有独立的精神生活,那么这将会极大地提高孩子独立生活的能力。

培养孩子独立的精神生活 独立性不是与生俱来或自然形成的,而是后天塑造的结果。

造成宁铂现象的主要原因是对其精神生活的封闭,希望父母能够吸取教训,应该让孩子们生活在一个有自己丰富精神生活的空间里。

父母应该遵循以下原则： 1.自由 使人从妨碍其身心和谐发展的障碍中解放出来。

孩子都有一种独立活动的欲望,教育应当促使孩子这种欲望的实现,以保证孩子的独立性。

<<怎样培养孩子独立生活的能力>>

教育家陈鹤琴说：“凡是儿童自己想做的，就让他去做。

”切莫包办代替。

2.引导 要求孩子自己的事情自己做，要引导孩子学着做不会的事情，孩子会做的事情督促他坚持做。

自由不是绝对的自由，而是在父母引导下的自由。

目的是着眼于孩子幸福的未来，使孩子的自主愿望逐步转化为独立做事的能力和习惯。

3.肯定 尊重孩子的情感。

以平等的态度对待孩子，尊重孩子的人格。

事实证明：受到父母充分尊重的孩子，大多与父母非常合作，待人友善，懂礼貌，举止大方，自我独立意识强。

心理学家认为这是孩子受到应有尊重的良好反应。

精神生活的“营养物质” 给孩子创造精神生活的空间很重要，但是在独立的精神生活空间里也应该注入丰富的“营养物质”，望子成龙的家长们不要忽略了给孩子以精神上的营养。

家长需提供以下五种精神营养： 1.爱的需要 到底什么是爱呢？

爱是容忍、慈祥、不嫉妒、不夸张、不自大、不动怒、凡事包容，凡事相信，凡事盼望……心理学家认为，孩子最需要的爱就是无条件的爱。

孩子最害怕的就是被遗弃与遗忘。

对孩子来说，母亲的爱是无条件的包容，这种无条件的爱会使人感受到很深的“安全感”。

人一旦有了安全感，自信、稳定、自在的感觉就会油然而生，这样，人才能勇敢地冒险，不怕艰苦。

这种爱的需要是人类最基本的需要。

2.被聆听、被了解的需要 孩子在小时候，通过父母的爱抚、拥抱、摇动等亲昵举动，很容易体会到被爱。

但在长大的过程中，孩子开始有了自己的意见与看法，有了自己的朋友与世界，有了自己的喜好与语言。

这时候嘘寒问暖，也能使他们知道父母爱他们。

但是能让他们“体会”到父母无条件的爱，就需要聆听他们，使他们感受到被了解、被接纳。

青少年尤其需要被聆听、被了解，因为他们受到许多压力，但却无处表达、申述；另一方面，由于内分泌的影响，孩子的情绪相当不稳定，若父母能了解他们，一定对他们很有帮助。

3.独立自主的需要 一个人的一生有两个性格独立发展期，一个是在两岁时，一个是在十二岁时。

这两个时期的发展如果受到阻碍，就会影响到一生。

当然这两个时期对父母、对子女都是最困难的时期，孩子要开始走出父母的安全保证，向外独立去探索，绝不是一件容易的事。

而父母开始体会到孩子渐渐远离自己，也会感到不适应。

这个时候父母要有更大的耐心与雅量，要允许他们尝试走出家庭与依赖的小世界，并能随时给予他们关怀、支持与鼓励。

这个独立自主的需要是非常重要的。

如果一个孩子在这两个阶段没有受到鼓励与支持，他的自我感就会发生混淆、困难甚至薄弱的现象。

当他长大之后，就会有做决定的困难，很难信赖自己，常常要依别人的意见、看法来行事，自己很怕有独立与别人不同的看法。

显然，如果真是这样，其内心的冲突会影响到他与外界的来往。

4.成就的需要 每个人都需要“成就”一些事情，自信心、自尊心才会由此建立起来。

小孩子尤其需要被鼓励与引导，自己独立地完成某些事情。

这个成就的需求有很大的相关性。

在有关的心理学理论上，三岁到六岁这个阶段是培养一个人成就、自信的关键时期。

做父母的如何满足孩子的这个需要呢？

其实也不难，就是要放手让孩子们去做些事情，不要因为怕他们会失败而代替他们给予太多的指导，

<<怎样培养孩子独立生活的能力>>

“放心”是很重要的方法。

5. 游乐的需要 每个人都需要游乐，听音乐、玩游戏、骑马、聊天等，这些都没有任何功利目的，只是轻松自在而已。

现在的许多孩子弹琴、下棋、游泳等都成了功利性的目的，父母“望子成龙，望女成风”的心理严重阻碍了孩子们的心情放松和得到平衡的发展。

一个再成功的人，如果没有休闲的时间放松自己，活起来就像一盘失了味的菜，不只是生活没有意义，心理也会出现如自私、没有同情心、古板等倾向，甚至成为有暴力倾向的人。

身为父母，如果过分严厉或是追求完美，往往会忽略与阻碍孩子这方面的需要，是不利于孩子成长的。

孩子的上述这几个需要的界线不是分割得非常清楚，它们贯穿在孩子日常生活之中，是孩子成长的几种重要“营养素”，缺一不可。

父母们要在“自我了解”、“自我同理”的情况下，时常进行自我反省，重新检讨自己的教育方式，也应时常观察自己的孩子，是在他们的成长过程中提供给他们这些需要呢？

是否了解、聆听他们的想法？

是否让他们有独立自主的机会？

有没有注意到给他们游戏、玩耍的时间等等。

<<怎样培养孩子独立生活的能力>>

编辑推荐

孩子独立性的培养，是孩子成长的关键，专家几十年育儿经验总结，家长培养孩子的权威手册。

<<怎样培养孩子独立生活的能力>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>