

夜读

一个孩子的健康成长,既需要赞美的阳光,也需要批评的雨露。要培养出一个有教养的孩子,父母应该——

“你真棒”

- 1.表扬要具体:**准确描述孩子做得好的地方,让他知道自己为什么得到表扬,怎么做能够得到肯定。
- 2.表扬重过程:**让孩子知道,整件事情中自己哪里做得好,应该表扬,哪里没做好,需要改善。
- 3.表扬应衷心:**不要随便说一句“你真棒”,要选择合适的时间和场合,让孩子感受到你发自内心的认可。
- 4.表扬重努力:**当孩子取得进步时,表扬他很努力,而不是很聪明,他就知道通过努力能够取得好成绩。
- 5.表扬要互动:**表扬孩子时要用温暖惊喜的目光注视着他,或者说一说孩子之前的表现,让他感受到自己的进步。
- 6.表扬要及时:**在孩子最需要被肯定的时候,一个及时的表扬让他充满自信,动力满满。
- 7.表扬其态度:**认可孩子自觉学习、认真读书、积极做好一件事的态度,比只看到结果更重要。
- 8.表扬其付出:**肯定孩子的付出,孩子就不会因为没有好结果而失落,反而更加努力。
- 9.表扬其坚持:**鼓励孩子坚持下去,不要给他太大压力,父母的认可会激发孩子的毅力。
- 10.表扬重品质:**肯定孩子用心努力得到的成果,而不要表扬孩子贪多求快乱做的结果。

要这样

- 1.允许孩子解释:**偏听则暗,兼听则明,不能听信某一方的指责,要允许孩子自己解释。
家长保持中立,客观评价孩子是否做错,为什么做错。
- 2.学会换位思考:**家长要换位思考,理解孩子这么做的目的,找准批评的切入点。
- 3.首先自我批评:**批评孩子前,家长先进行自我批评,放低身段,迅速拉近跟孩子的关系。
家长的自我批评,也能让孩子学会自我反思。
- 4.只对事不对人:**孩子做错了或者没做好,家长第一反应不是责骂,而是指导。
就事论事,让孩子明白为什么不能这么做,这么做会有什么后果。
- 5.教会孩子改错:**不能盲目地批评,要通过科学的方法让孩子意识到错误,并且找到改错的方法。
- 6.选择恰当的时机:**不能在孩子起床时、睡觉前、吃饭时、生病时批评他,这会直接影响他的身心健康。
- 7.采用和善的态度:**批评孩子不等于骂孩子,父母更不能向孩子宣泄情绪,应该简明扼要地指出错误,然后再教育。
- 8.尊重孩子的自尊:**别当着外人面批评孩子,更不要在孩子的同学、老师面前对他又打又骂。
- 9.家人口径一致:**父母说法不一,或祖辈宠溺孩子,都会导致对孩子的批评和惩罚大打折扣。
只有当家庭教育保持一致,父母的管教才会发挥作用。
- 10.自然承担后果法:**如果孩子已经体验到做错事情的后果,那就让他自己承担,不要心疼孩子。
当孩子能够从这件事情中吸取经验教训,自然就学好了。

智慧树

叫醒自己

小小



人这一生,最怕在浑浑噩噩中度过,最怕总是计划着某事,却从不付出行动,最后陷入无限的悔恨中。
俗话说:“恨铁不成钢。”
我们习惯对他人的生活指指点点,却忘了一个人最重要的,是叫醒自己。

1|叫醒自己,不念过往

伏尔泰曾说过:“使人疲惫的不是远方的高山,而是鞋子里的一粒沙。”
限制自己前进脚步的,往往是放不下已经过去的人和事。
叫醒自己,是不念过去,也是不畏将来;是原谅别人,也是与自己和解;是承担和接受,也是重新开始再次起步。
过去的已经过去,不如放下,越懂得放下的人,才能越快乐。
丰子恺曾写到:“不乱于心,不困于情,不畏将来,不念过往,如此安好。”
人生需要这种生活智慧。
生活就像一杯水,只有倒掉原本的

水,才能装进新的水。
每个人的生活中,都有许多不如意的事。大到找不到合适的工作、买不到合适的房、谈不到对象;小到因为一个失误被领导批评、马上就要迟到却挤不上地铁。
而最终击垮你的,也许并不是你无法承担坏结果,而是你始终放不下自己的糟糕情绪。
人生除了生与死,再无其他大事。生活没有过不去的坎,只有叫醒自己,才能不再沉溺过往。

2|叫醒自己,找准定位

《晏子春秋·杂下之十》中有这样一句话:“橘生淮南则为橘,橘生淮北则为枳。”
万事万物都有自己的特点和属性,只有用对地方,才能发挥价值。在错误的方向努力,必然得到错误的结果。
战国时期,有一个鲁国人很擅长编草鞋,而他的妻子则十分擅长织白绢。可是,由于鲁国是一个小国,且做这一行的人比较多,他们的生意并不怎么好。
这个鲁国人心想:以夫妻俩的手艺,如果到其他国家去,一定大有所为。
于是,两人收拾行装,准备去越国。
这时,一位友人前来拜访,见他们整装待发,便好奇地问他们准备去哪。

3|叫醒自己,活得通透

诗人鲁藜说:“还是把自己当做泥土吧,老是把自己做珍珠,就会有被埋没的痛苦。”
活得通透的人,总能以清醒的心智和从容的步履轻松地走过岁月。
赢得世界冠军的中国羽毛球选手熊国宝曾接受记者的访问。
记者问他:“你能赢得世界冠军,最感谢哪个教练的栽培?”
他想了一下说:“如果真要感谢的话,我最该感谢自己的栽培。就是因为没有人看好我,我才有今天。”
当年他入选国家代表队时,只是陪着其他选手练球,因此每天练球的时间

都比别人长很多。
有一年他参加了世界羽毛球大赛,第一场就遇到最强劲的对手。
事实上,没有人在意他会不会打赢。但是他没有因此气馁,过五关斩六将,最后登上了世界冠军的领奖台。
没有伯乐,他一样证明自己是一匹千里马。这样的人,无论在哪里都会取得成就。因为他们明白自己的潜力,拥有不被他人态度影响的通透。
一个人能走多远,取决于他的心能走多远、他的目光能看多远。
不要因为一点点挫败而放弃,只要坚持走下去,定有不同的风景。

妙语

闪光的经典语句

儒风君

天下熙熙,皆为利来;天下攘攘,皆为利往!
——《史记》

意为:天下人为了利益蜂拥而至,为了利益各奔东西。
天下人以利而聚,以利而散。
这再正常不过。
不必责难,不必愤慨。
学会用利益去博弈,是一个成熟的标志。
但是不要忘记,总有些东西,比利益要珍贵。

智者弃短取长,以致其功。

——《后汉书·王符传》

意为:聪明人舍弃短处,发挥长处,以此来取得成功。
一个人要学会扬长避短,学会发挥自己的优势。
一招鲜,吃遍天。
某个方面做到极致,才能成就自己。

过而不改,是谓过矣。

——《汉书·成帝纪》

意为:有了过错,而不悔改,这才叫过错。
人非尧舜,谁能尽善。
知错能改,善莫大焉!

明者,见危于无形;智者,见祸于未萌。

——《三国志·魏书二十八·钟会传》

意为:明智的人,在危险还没形成时就能预见到;智慧的人,在灾祸还未发生时就会有所觉察。
真正的智慧,是洞察未来的能力。
一个人能见微知著,在一点小的细节里,把握到未来的大势。
这样的人,才能顺遂无忧,规避祸患。

君子立身,虽云百行,唯诚与孝,最为其首。

——《隋书·文帝纪》

意为:要想在社会上立足,需要完善的修养和品行,但诚与孝是最重要的。
诚信是一个人在社会立足的基石。
如果失去诚信,一个人再有能力,也不会被别人信任。
久而久之,也就失去立身之处。
乌鸦反哺,羊羔跪乳。
人生来被父母哺育,这是父母之恩。

如果他对父母都不懂得回馈,不懂得感恩。
何况别人呢?
谁又愿意和一个喂不熟的白眼狼共事呢?

智足以拒谏,言足以饰非。

——《史记·殷本纪》

意为:太聪明的人很容易拒绝别人的建议,太会说话的人总是可以花言巧语遮盖自己的过失。
太聪明不一定是好事。
笨一点的人,虽然走得慢,但是虚心直率,反而不容易走向歧路。

千人所指,无病而死。

——《汉书·王嘉传》

意为:受到众人的指责诅咒,即使无病也会死去。
舌上有龙泉,杀人不见血。
网络世界,舆论被放大千倍万倍。“键盘侠”每次说出伤人的话,都是不负责任的。