# 从小培养孩子过硬的心理素质范文

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-08-17

*第一篇：从小培养孩子过硬的心理素质范文从小培养孩子过硬的心理素质情商是指非智力因素，就是人们常说的心理素质。如果一个人性格孤僻、怪异、不易合作；自卑、脆弱，不能面对挫折；急燥、自负，情绪不稳定等等，这都是情商不足的表现，即使他的智商再高也...*

**第一篇：从小培养孩子过硬的心理素质范文**

从小培养孩子过硬的心理素质

情商是指非智力因素，就是人们常说的心理素质。如果一个人性格孤僻、怪异、不易合作；自卑、脆弱，不能面对挫折；急燥、自负，情绪不稳定等等，这都是情商不足的表现，即使他的智商再高也很难有所成就，所以情商是一个人获得成功的关键。情商虽有一定的先天遗传因素，但更重要是后天发展的。那么如何从小培养孩子的情商呢？

一、教育孩子学会生存能力

有一个故事，说的是一群在山里野餐的小孩子迷路，在潮湿饥饿中度过了恐怖的一夜，他们无望地失声痛哭，“人们永远也找不到我们了”一个孩子绝望地哭泣着说，“我们会死在这儿。”然而，11岁的伊芙雷站了出来，“我不想死！”她坚定地说，“我爸爸说过，只要沿着小溪走，小溪会把我们带到一条较大的小河，最终你一定会遇到一个小市镇。我就打算沿着小溪走，你们可以跟着我走。”结果，他们在伊芙雷的带领下，胜利地穿出森林。也许人们会认为，像伊芙雷这样的女孩生来就有才能，其实才能不是天生的，得益于其父的后天的教育。目前西方国家，包括东亚的日本，十分重视孩子的生存教育，从孩子懂事起，就教育他们如何学会生存和自立，跌到了自己爬起来，自己学会吃饭，整理自己的东西，并知道什么情况下怎样保护自己等。

◆怎么学会生存？

教育就是要养成十个良好习惯爱因斯坦曾引用这样一句俏皮话：“如果人们已经忘记了他们在学校里所学的一切，那么所留下的就是教育。”换句话，可以说“忘不掉的才是素质。“而习惯正是忘不掉的最重要的素质之一。为了改变空泛无效的德育状况，建议全社会携手培养小学生的１０个良好习惯：

１、说了就要做（诚实守信）诚实守信是人的立身之本，是全部道德的基础。一个言而无信的人，是不堪为伍的；一个言而无信的民族，是自甘堕落的。

２、耐心听别人讲话（尊重别人）尊重他人是最重要的文明习惯之一，也是吸纳一切智慧的必要。因此，从小学会用心倾听各种声音，而不去粗鲁地打断别人或随意插嘴，是现代儿童应有的良好素质。

３、按规则行动（规范行为）按规则办事是地球公民学会共处的基本准则，如果每个人只从自身利益出发，不遵守公共规则，不考虑他人的意愿，这世界必定永无宁日，也必定危及每个人的利益。中国加入ＷＴＯ的现实，尤为紧迫地提出了这一强烈需求。对于儿童来说，养成做事之前先了解规则的习惯，并自学遵守有关规则，是儿童社会化的范式。譬如，从济应习惯于公共场所的排除队，而拒绝投机取巧。

４、时刻记住自己的责任（不忘责任）是否具有责任心，是衡量一个人是不是现代人的主要之一，也是衡量儿童社会化水平的关键指标之一。在现代社会里，人们相互依赖程度越来越高，分工日益增细，分工越细越需要责任心，因为任何一个环节的失职，都可能导致整个事业的崩溃。一代代人的责任心状况，将对人类的生存产生越来越大的影响。

５、节约每一分钱（学会生存）每个人的节俭不仅仅显示了个人的道德观与生活能力，也与整个人类生存发展密切相关。节约每一分钱的实质是节约资源，并从中体验人类的高尚情感与博大智慧。６、天天锻炼身体（健康第一）健康第一是儿童教育永恒的方针，也是儿童幸福的基本保障。一个重要的发现值得人类铭记；一个人如果在童年养不成运动习惯，长大了养成运动习惯，而一个没有习惯的人，生命的质量必定下降。因此，小学生每天应保证睡眠１０小时，学习不超过６小时，而运动１小时以上。

７、用过的东西放回原处（物归原处）善始善终对于儿童是困难的，却又是十分必要的，用过的东西放回原处，这不仅有助于培养儿童思维的有序性，也有益于其责任心的形成，对于父母与教师来说，用百次机会可养成儿童某种文明习惯，若错过最佳教育时期，千次万次了是徒费心机。

８、及时感谢别人的帮助（勇于表达）对于一切来自他人的帮助都应心存感激，对于一切妨碍他人的行为都应心存愧疚。这是一个人的正常反应。如能养成及时表达内心感受的习惯，既可以与他人心灵沟通，又可以避免遗憾的产生，从而使自己处于健康并积极、主动的生活状态。

９、做事有计划（成功心备）成功的事业离不开周密的设计与不懈的奋斗，我们都鼓励孩子走向成功，却又矿太宽容孩子的心血来潮和胡思乱想，尽管这的确是儿童期的自然反应。假如当孩子提出某项请求时，我们总是轻轻地地问一句：你的计划呢？当儿童逐步习惯了行动之前做计划，一个伟大的变化就开始了。如果，我们耐心地与孩子讲座他的计划，并使计划趋于可行，那么，孩子也就悄悄地成熟起来了做大事要从小事做起，譬如每天临睡之前，将第二天穿戴的衣服或使用的东西摆放整齐，就是儿童做事有计划的必要训练之一。

１０、干干净净迎接每一天（喜欢清洁）儿童容易受到暗示的影响，其形象与状态容易影响心态，因此，如何迎接新的一天，是儿童平凡生活中的大事，而从清洁做起，是培养孩子神圣感的良好措施。不必穿名牌，更不必奇装异服，只要求干干净净，譬如，剪去长指甲、经常换洗衣服、经常洗澡、不使自己发出异味、书本不乱涂乱画，等等，儿童能做到这一些，就足以表明他充满希望。

◆生存之道

记住：

再烦，也别忘微笑；再急，也要注意语气；

再苦，也别忘坚持；再累，也要爱自己。

低调做人，你会一次比一次稳健；高调做事，你会一次比一次优秀。成功的时候不要忘记过去；失败的时候不要忘记还有未来。

有望得到的要努力，无望得到的不介意，则无论输赢姿态都会好看。生活不是单行线，一条路走不通，你可以转弯。

泪水和汗水的化学成分相似，但前者只能为你换来同情，后者却可以为你赢的成功。变老是人生的必修课，变成熟是选修课。

以锻炼为本，学会健康；以修进为本，学会求知；

以进德为本，学会做人；以适应为本，学会生存。

人生四项基本原则：懂得选择，学会放弃，耐得住寂寞，经得起诱惑。当所有人都低调的时候，你可以高调，但不能跑调。学会忘记是生活的技术，学会微笑是生活的艺术。

什么是好工作：一不影响生活作息，二不影响家庭团聚，三能养家糊口。懒惰像生锈一样，比操劳更消耗身体。

让梦想成真的最好办法就是醒来。

哲人无忧，智者常乐。并不是因为所爱的一切他都拥有了，而是所拥有的一切他都爱。人生有几件绝对不能失去的东西:自制的力量，冷静的头脑，希望和信心。

二、培养忍耐力和自制力

心理学家曾做过这样一个实验，幼儿园老师给每个孩子一块糖，并告诉他们：“现在吃，就只给一块，如果能忍一小时后再吃，可以再奖励一块。”以后的跟踪调查的结果显示，凡是那些能忍耐的孩子成功率大大高于不能忍耐的孩子。这在心理学叫延时效应，或延时满足。许多孩子办事虎头蛇尾，缺乏意志和耐性，长大以后事业上也少有成功。那么怎样培养孩子忍耐力呢？比如，幼小的孩子急于喝奶时，不要马上满足他，让他哭一会儿，一边慢慢和他说话，一边拍他的后背，然后再给他吃，忍耐时间逐渐加长，从几秒到几分钟；对每次都把零花钱很快花光的孩子，家长可以说：“如果你能忍住一星期不花零花钱，下周可以加倍给你，你可以攒起来买你需要的大东西了。”孩子遇到困难，家长不要马上给他帮助，而是鼓励他坚持一下，忍受挫折带来的不愉快，很快就会成功的。

所谓生存之道:一个人只顾眼前的利益,得到的终将是短暂的欢愉;一个人目标高远,但也要面对现实的生活.只有把理想和现实有机结合起来,才有可能成为一个成功之人.有时候,一个简单的道理,却足以给人意味深长的生命启示.◆怎么培养自制力？

自制力是指一个人在意志行动中善于控制自己的情绪，约束自己的言行。

自制力主要表现在两个方面：一方面使自己在实际工作、学习中努力克服不利于自己的恐惧、犹豫、懒惰等；一方面应善于在实际行动中抑制冲动行为。

自制力对人走向成功起着十分重要的作用。自古代百科全书式科学家亚里士多德，到近代的哲学家们都注意到：“美好的人生建立在自我控制的基础上。”

如何增强自制力呢？

我认为在增强法制和伦理道德观念的同时做一些“磨练法则”。

“磨练法则”对于培养克己自制的品质至关重要。举个列子，第一位成功征服珠穆朗玛峰的新西兰人埃德蒙·希拉里在被问起是如何征服这世界最高峰时，希拉里回答道：“我真正征服的不是一座山，而是我自己。”这种优秀的品质就叫做意志力、自制力或克己自律，实际上，你也完全可以从每天去做一些并不喜欢的或原本认为做不到的事情开始，在“磨练法则”的作用下，开发出自己更强的意志力、自制力等等。

你也知道只有通过实践锻炼，才能够真正获得自制力。也只有依靠惯性和反复的自我控制训练，我们的神经才有可能得到完全的控制。从反复努力和反复训练意志的角度上而言，自制力的培养在很大程度上就是一种习惯的形成。”

给你最有效方便实际的建议是每天早上做5公里慢跑。不论严寒酷暑，刮风下雨，都要坚持。早上在床上的每一分钟都是如此让人珍惜，特别是冬天赖在被窝里为起床做着激烈的思想斗争，而且长跑又艰苦又乏味，还会让人腰酸背痛，可真是名副其实的苦差事，所以在这过程中你就可以得到磨练，从一开始的新鲜到讨厌到痛苦到渺茫，你可以想想马克·吐温（Mark Twain）的一句话，来解释如何做到克己自制：“关键在于每天去做一点自己心里并不愿意做的事情，这样，你便不会为那些真正需要你完成的义务而感到痛苦，这就是养成自觉习惯的黄金定律。”只要你坚持，随着身体状况的慢慢变好，跑步逐渐变得轻松起来，跑步这份苦差事似乎不再那么恐怖了，尽管早起仍然有点儿困难，有点儿费劲，但似乎可以克服。一切都变得越来越容易，越来越自然，到最后清晨成了一个习惯，成了日常行为的一个部分，不用强迫自己，每天的晨跑成为了自然而然的习惯。这样通过每天跑步的“磨练”，使你的自律能力、决心、意志、承诺、效率、自信、自尊都得到锻炼和提高。

你可以选择每天清晨长跑来帮助自己培养高度的自制力。也可以选择各种各样的体育活动。不论你选择怎样的事情，它首先是一件你必须强迫自己完成的苦差事。其次，这件苦差事也必须是你每天都可以完成的。最后，这件苦差事当然还应该是一件有益处的事情（例如，体育锻炼有助于身体健康，提高身体机能，增强自信，改善认知能力等等。）你可以选择各种各样的苦差事，例如跑步，健美，游泳，骑车，散步，有氧运动，瑜珈，武术等等。体育锻炼的项目数不胜数，但是，并不是说可以选择的苦差事仅限于体育锻炼。练习一种乐器，坚持阅读或是写作，和朋友通信或写邮件等等同样适用。选择怎样的苦差事本身并不重要，坚持才是问题的关键。每天坚持做点儿自己原本不太喜欢的事情，最终会让你获得自律、毅力、以及信守承诺，增强自制力的。

◆怎样培养孩子的忍耐力? 面前的食物还没吃完，小朋友便迫不及待地嚷着要吃另外的食物；在游乐场看到好玩的滑梯，无视前面正在排队的小朋友，自己硬要抢先上去玩；上兴趣班时，发现自己怎样也无法做好时，便轻易放弃；遇到要求没有被及时满足的时候，他立即发脾气，甚至情绪失控……如此种种，都是小朋友们缺乏耐性的常见表现。难怪人们说：如今的小朋友一个个都是“急性子”！

据儿童教育专家提示，小朋友的忍耐力，其实与其年龄成反比，然而“耐性”这种特质，必须从小开始培养。专家建议家长应在幼儿至小学阶段，开始逐步培养孩子的忍耐力、耐性及坚毅能力。如果小朋友得到不正确的引导教育，长大后就可能要承受“恶果”。最明显的就是变得霸道，不能遵守社会的规范，例如排队轮候。此外，就是容易被自己的情绪所左右，稍不如意就觉得无法忍受，不能够冷静地思考解决问题的方法，不能承受挫折，以至于影响自己的工作和生活。专家强调，父母应该首先了解自己孩子的年纪、能力及脾气秉性。其次，父母要以身作则，如果家长本身也是急性子，就很难去训练小朋友的耐性。

那么，应该如何培养孩子的耐力呢？下面介绍四种方法，与大家分享我的教育心得。

（一）小游戏中练专注力

专注力是忍耐力的基础，如果小朋友的专注力好，自然容易有耐性。妈妈可多与小朋友进行一些有助提高专注力的游戏，例如“找不同”、“找错误”、拼图游戏、听故事……让小朋友集中注意力，长时间专注做某一件事。

（二）实现目标得到奖赏

小朋友拥有自己的目标，做事自然有毅力。当孩子渴望得到某样东西时，妈妈可以要求他们先达到某一个目标，达到后作为奖赏给他。孩子越大，要求也要相应的高一些，最重要的是所订下的目标，必须清楚、明确、合理。此外，不妨采用“奖励卡”或“奖励贴纸”这些小道具，让小朋友容易掌握自己的努力成果。

（三）多项历练接受考验

小朋友的兴趣愈广泛，就愈容易磨练出个人耐力。其实，要培养个人耐性，关键就在于建立延迟满足欲望的能力。而在这一过程中，如果时间和精力容易消磨，情绪也不容易波动，耐性自然而然地就建立起来了。因此，妈妈不妨安排孩子多参与不同类型的兴趣活动。

（四）增加难度挑战自我

妈妈可选择一些小朋友当下做不到，但本身有能力做到的事情，引导他们完成，不要随便让小朋友轻言放弃。妈妈应该与孩子一同订立一个具体的目标，帮助他们不断尝试挑战自我，树立进取心，例如每星期从事游泳等体育活动。此外，还可以安排孩子多参加一些“自我挑战”的活动，如“徒步行军”、“历奇训练”、野外定向等(注意安全，组织得当)，可以磨练个人意志及耐性。(杜梅)

三、多接触社会，经风雨见世面

有的家长很少让孩子出门，担心这担心那。孩子看到生人就哭、就躲，长大后易敏感、退缩。有的小孩子自私自利，缺乏团结精神，因而也很少有朋友，长大以后也会因人际关系紧张，而影响才能的发挥。所以，孩子懂事时就要让他适应新环境，对胆小的孩子鼓励他多接触人，或主动站起来回答老师提出的问题，这一过程又叫脱敏。不给孩子机会，他的适应能力是不会自然萌发的。

◆孩子早点接触社会的好处

假如处置得当，早点接触社会对一个孩子来说是百利而无一害的。要看那些年纪轻轻就能担当感情和事业，甚至取得连大人都无法企及的高度的年轻人，基本都是从社会上泡出来的。因为一个人的成型是基本上由生长的环境决定的，是否早接触社会决定他对现实事情处理的方向成熟与否。假如你是个比较保守的家长，我更建议你能多放他出去接触世界，假如一个有潜能的人被封闭在保守的家庭里那绝对是一件遗憾的事情。（中国的保守家庭环境难以出人杰这在现代已经是潜规则了）

但是呢。早接触社会唯一不好的一点就是容易学坏。至于学坏的标准我认为是“凡是有孛社会生存和感情正常处理”的都可以算是学坏，比如说乱挥霍，乱交友，甚至搞小团体对抗等等（违法犯罪就更不用说了）。至于稍微吸吸烟泡泡妞，我觉得还是可以尽量去理解的（现在的早熟孩子基本上都多少沾染上这些）。

另外接受正规教育并不是培养孩子的唯一方法，甚至现在很多有为青年都是在“逆教育”的环境下成长的！

希望他能健康成长吧。

◆孩子早点接触社会的有哪些好处？

小孩早早接触社会可以学到书本上没有的东西，这是最重要的；早早的形成自己的人生观，价值观，世界观；在社会中经历的多了，孩子自己就知道父母的辛苦，知道自己应该尊重父母，理解他们；同时，孩子自己也会变得成熟，该做什么，不该做什么。当然，什么事都有两面性。那就得取决于身边的环境了。

哈哈 我也是个孩子 这些都是我自己的想法。

四、培养好奇心和探索精神

可是孩子对外界刺激是被动地接受，逐渐对周围的一切感到好奇，都想尝试去摸摸、看看、甚至会把玩具拆得七零八碎，这是一种求知欲的表现，也是获得知识和技能的重要途径。如果家长什么都不让孩子动，不但使他失去了学习的机会，也会扼杀了他的积极性，将来你想让他有兴趣干点什么事，他也懒得动了。正确的方法应该是，家长对孩子感兴趣的事，耐心地给以讲解，或一起跑他玩。

◆探索的精神很重要吗? 是的,人做每件事都要有.因为有探索精神就可以让你在你工作上有很大突破的.每件事都会改变的.我们要不断探索,这样才可以求得新事物!

◆怎样培养孩子的好奇心？

家长应当如何与孩子沟通：父母是孩子的第一任老师，对孩子一生的发展十分重要。因此家长与孩子的沟通至关重要。

我就如何与孩子沟通说以下几点：

一、身教重于言教。家长首先要注重自身的修养，树立自己的威信。一个不爱学习只顾自己吃喝玩乐的家长，一问三不知的家长，品行恶劣、行为庸俗、自私自利、不孝敬老人的家长是不会培养出好孩子的。

二、要注意亲子教育。孩子非常在乎父母是否全身心投入关注他们成长，有的父母虽然与孩子常年在一起，但不一定经常沟通。大多数父母都是以忙为理由，忽视亲子教育。父母的亲子教育应走在孩子的生理心理发展的前面，所以父母应全身心地投入孩子的教育，不断学习，提升教子能力，方可赢得孩子的尊重和爱戴。

三、营造一种良好的知识环境。孩子学习要有一个好的小环境，不求高档，但求氛围，学生学习的时候要避免不必要的家庭闲谈，朋友聚会等等尽量地包容缺点，用放大镜看孩子，要知道世界上没有完美的孩子，再完美的孩子都有自己的缺点的。父母无条件信任自己的孩子是与孩子沟通交流的重要基础。

五、多赞美、少批评。恰到好处的赞美是父母与孩子沟通的兴奋剂、润滑剂。家长对孩子每时每刻的了解、欣赏、赞美、鼓励会增强孩子的自尊、自信。切记：赞美鼓励使孩子进步，批评抱怨使孩子落后。

六、纠正孩子的关键性缺点时一定要注意考虑成熟，选择最佳地点和时机。最后请家长们记住以下几句话：

教育孩子的前提是了解孩子。赏识才能成功，抱怨导致失败。

如何与孩子沟通：如何培养好自己的孩子，如何能与自己的孩子畅通无阻的沟通交流，是每个家庭、每位家长所热心关注的问题，而这也是现今社会环境下一个很棘手的问题。

家长在与孩子沟通时，首先需要调整自己的心理，应该暗示自己：我有这样一个可爱的孩子，我们要一起成长，我们要一起面对很多问题，我们会比别人生活的更幸福，更有乐趣。这样才能为和孩子有效的沟通建立良好的基础。

坦然面对沟通难的困境：现在的孩子是伴着“声光电”诞生并成长的，与他们家长年幼时候的接收系统完全不一样。如果家长还只用嗓子单声道地告诉自己的孩子应该怎么做，他们就会感觉特别枯燥没意思。好多孩子在今天可以一边看电视，一边听音乐，而又一边写作业，因为他自小就在一个拥有各种各样的家电的家庭环境里长大，因而产生了这种多点接收的习惯和技能。这样的系统刺激远比单纯的语言符号刺激要强烈的多，有效的多，所以家长如果固步自封，仍然用原来自己受教育的模式来教育自己的孩子，必然不可能引起孩子的兴趣，相反，甚至在孩子的眼里，家长往往都成了厌烦的符号；另一方面，层出不穷的高科技产品，深刻地影响着孩子的生活环境和思维习惯；今天的孩子还有了接受国际超前意识的能力，比如说对于性知识的认识，家长可能在教育孩子的时候难以启齿，而孩子却实际已经懂了很多。沟通的困境是每个家长必须正视的现实前提。

学会设计启发式问题：很多家长对于沟通问题的认识往往处于一个误区，就是认为只要家长说的话孩子听了，这就是沟通。家长由于他们成长年代的各种因素的限制，使得他们教育自己孩子的语言和思维是很贫乏的。比如有个孩子抱怨说自己的母亲一天就和自己说六句话：早晨说“快点快点，要不就上学迟到了”；第二句是“早餐怎么也得吃点，要不上午的课顶不住”，第三句是“过马路要小心，看着点车”，第四句是“到了学校你千万努力”，第五句是“中午学校的饭不太好吃，但你正在长身体，一定要多吃点”；第六句“放学回家先写作业，别着急看电视”。这样日复一日的说，作为孩子自然而然的会感到厌烦，结果反倒事与愿违。所以作为家长应该注意和孩子沟通的方式方法，学会设计问题，用问话的方式来和孩子沟通，尽量不要用陈述句，而要尽可能的让孩子说。“问”在今天是一种高级的交流形式，父母的提问也应该是具有很强的技巧性的，家长在这方面应该加强。

沟通的问题要具化：家长有一种习惯就是容易语重心长，但是说出的话却又特别空洞。比如“你可得努力学习”。这种语言表达在今天对孩子的教育是无效的，也是无益的。因为这些话缺乏明显的可操作性，作为孩子基本把握不住，反倒容易造成孩子心理上的紧张焦虑。积极的方式是要以一种具体的问话，通过鼓励的方式渐进式的与孩子沟通。就比较容易调动孩子的积极性，而且能够把握住孩子思考、行动的方向。将孩子的行动目标分成许多的小台阶，每一步都具体而又相对容易的能够达到目标，让他们每一步都体会到成功的乐趣。

五、让孩子多动脑

一个男孩子因为腿短而无法爬上滑梯的第一级台阶，他央求妈妈把他抱上去，母亲告诉他：“动动脑筋你就会有办法的。”小男孩想了想：“把我的小推车拖到那儿，然后站上去。”“很好，去吧，孩子。”母亲说。小男孩这样做了，一切变得十分容易了。生活中有些事情，只要我们稍微留意一下，总会想出许多解决问题的办法，因此要培养孩子勤于思考的习惯。

◆多动脑会对大脑有伤害吗? 不会。人的大脑怕什么？随着生活节奏的加快，现代人普遍感到头脑疲劳。为了保持年轻而充满创造力的头脑，必需避免诸多生活上的坏习惯，如抽烟、暴饮暴食、蒙头睡觉、带病用脑等。因为这些坏习惯会导致大脑变迟钝。

◆多动脑对自以有什么好处啊？

勤于用脑不仅能保持和发展人的智力，还能够防止脑细胞萎缩老化，使生命充满活力。

六、培养自信心和面对挫折的承受能力

一个在体操方面很有前途的12岁小孩来见总教练，总教练没有当即让她表演体操，而给了她4只飞镖，要她投射到办公室对面的靶子上。那个小女孩胆怯地说：“要是投不中呢？”教练告诉她：“你应该想到怎样成功，而不是失败。”小女孩反复练习，终于获得成功。因此，在生活中，你应该告诉孩子，做任何一件事心里首先要想到成功，而不是失败，相信自己成功的人才能取得成功。

◆什么是挫折教育？

挫折教育是指让受教育者在受教育的过程中遭受挫折，从而激发受教育者的潜能，以达到使受教育者切实掌握知识的目的。

在教育过程中，对受教育者进行挫折教育是非常有必要的。许多到达光辉顶点的人往往不是最聪明的人，而是那些在生活中遭受挫折的人，这是因为，那些自认为自己聪明的人往往会选择走一些所谓的“捷径”，这些所谓的“捷径”往往会丧失一些非常有意义的锻炼机会；而那些生活在逆境中饱经风霜的人，才更能深刻理解什么叫成功。因此，在教学中，对学生进行挫折教育是锻炼提高学生潜能的一种很好的方法。

◆如何培养孩子的自信心

一个人在人生的道路上能走多远，在人生的阶梯上能爬多高，在人生的战场上能够取得多大成就，除了其他因素外，最关键的因素就是他的自信心。

自信心是一个人能力的支柱。一个没有自信心的人，不能指望他能够做出实质性的成就。自信心也是打开一个人生命潜能大门的钥匙。没有自信心，就无法开发人的潜能，因而也不能使人成长成为人才。因此，自信心是一个人成功的最重要的意志品质。而自信心是从小培养起来的。

家长对孩子教育培养，最重要的内容就是培养孩子的自信心。很多家长教育孩子，往往把注意力集中在教孩子一些知识上或训练孩子一些技能上，而忽略孩子自尊心和自信心的培养，这是本末倒置、舍本逐末的错误做法。每个家长必须明白，你的孩子不论将来从事什么职业，做何种伟大事业，他要想取得成功，他必须得首先做人成功，他必须首先成长成一个正常的具有善良品性、具有适应能力和自我发展完善能力的人，也就是说他必须是一个有尊严和自信的人。

要培养孩子的自信心家长首先应做到以下几点：

1.家长应把赞扬和鼓励作为教育孩子的主导方法

在我们的生命之初，在孩童时代，我们是通过我们身边的人特别是父母对我们的评价来认识自己的。因此，每个家长应注意，你的孩子是否自信，与你对他的评价有直接关系。

几乎每个家长都有这样的观念，教育孩子，就是不断地指出孩子的缺点和不足，对孩子的不正确行为提出批评。以为这样孩子就会逐渐变好。事实上，这种做法是极端错误的。人是不会因为批评而变好。在每个人生命之初，孩子不知道自己是什么样的人，他能干什么，他需要身边最重要的人，特别是父母对他的肯定。就是他需要家长不断地鼓励和赞扬，这样他会逐渐建立起自信心。当孩子看到自己在父母眼中是那样的好，他会鼓起勇气做得更好。当孩子不断被父母批评时，他会感到自己是如此无能，他无法将事情做好，于是会看不起自己，失去勇气与自信。

因此，每个家长，应该改变过去的做法，立即从现在起，每天试着去发现孩子的优点，并以欣赏的目光、高兴愉快的心情来表扬孩子的优点，当孩子有一点点进步时，应及时表扬与鼓励！

2.避免拿别人孩子跟自己孩子比较

很多家长，为教育孩子，总是拿班上学习好的同学来和自己孩子比较，或拿自己单位同志的孩子和自己的孩子比较，试图让自己孩子能够学习别人孩子的优点或激发孩子的上进心。这种做法对孩子的成长是极为有害的。

因为这种比较，对孩子来讲，首先，产生的他不如人的感觉，而这种感觉会让他看不起自己，感到泄气。其次，产生的情感是嫉妒，当一个人把精力用在嫉妒别人时，他就没有足够的精力把自己的事情做好。再次，即使激发起孩子向别的孩子学习的欲望，那么盲目学习别的孩子，会使你的孩子失掉自己的特点与个性，成为别的孩子的复制品，那么他永远难以赶上或超过别的孩子，从而产生劣等感，最终丧失自信心。

每个家长应该认识到，每个孩子都有他自己的独特长处和与众不同的个性，每个孩子只有从他自己实际的基础上发展，才能成才。

家长的首要任务是帮助孩子找出他的长处，发展他的个性。3.正确对待孩子的失败与挫折 当孩子考试失败或遇到其他挫折，他们最需要的绝对不是父母劈头盖脸一顿训斥，或者阴阳怪气的嘲讽。他们也不需要父母无原则的安慰与同情。他们最需要的是他们生活中最重要的人的理解、支持与鼓励。

很多家长，在遇到孩子考试失败或其他挫折时，首先，感到孩子给自己丢面子，因而非常生气。其次，由于望子成龙心切，这时会表现非常急躁。在这两者作用下，会非常情绪化地将孩子狠批一顿。而这恰恰极大地损伤孩子的自信心，对于承受失败打击的孩子幼小心灵来说，无疑是雪上加霜。这时家长最需要做的是：

(1)冷静地对待孩子的挫折与失败，心平气和地和孩子谈心，找出孩子失败的原因。

(2)理解孩子的心情与苦恼，让孩子知道，失败与挫折是人生必不可少的内容，是一个人成功之前必不可少的过程，并且作为父母，不会因为此事就减少对孩子的爱。

(3)鼓励孩子继续努力。父母必须首先对孩子有信心，孩子才能对自己产生信心。当父母满怀信心和热情地鼓励孩子时，会极大激发孩子克服困难的勇气，恢复孩子的自信心。

现在不少父母存在一个共同的苦恼，就是孩子缺乏自信心。有的教师也反映，“不少孩子常常是事情还没开始做，便先提出一大堆担心，或是尚未进行实践活动，就自以为不行而放弃尝试。有的学生代表本校外出参加学科竞赛，准备了很长时间，却在临赛前打了退堂鼓；有的学生参加学校的运动会，未来明明可以取得更好的成绩，却因事先在心理上认定对手比自己强，因而从主观上放弃拼搏。

目前，不少家长非常重视培养和提高孩子的智力因素，把孩子的学习成绩看得比什么都重要而忽视对孩子非智力因素的培养，忽视挫折教育，忽视培养孩子正视问题、处理问题和解决问题的实际能力，所以造成了不少孩子“高分低能”或是“低分低能”，这事与愿违的结果令不少家长困惑不解、苦恼不堪。

良好的个性品质是应该从小培养的。作为父母，在重视孩子智力因素的同时不能忽视孩子的非智力因素和心理素质。实际上，大多数孩子智力差别并不是很大，所受教育进度也基本相 当，那么，为什么有些孩子各方面很优秀，而有些孩子却令人很失望呢？其中很重要的一点就是取决于他们是否有积极的进取心和顽强的意志力，是否有敢于正视困难的勇气和信心，是否有现代人应具备的社会责任感和义务感，一而这所有的一切，均与非智力因素的培养有密切关系。因此，您若是希望自己的孩子将来能够有所作为有所成就，就应当注意 从小培养孩子的自信心和意志力，提高其心理素质与抗挫力，如果只是一味地重视孩子的文化学习和考试分数，对孩子的全面发展是远远不够的。

自信心是孩子成才与成功的前提条件，很难想象一个缺乏自信的人能够真正做成什么事情。一个缺乏自信、充满自卑的孩子，即使脑子很聪明，反应灵敏，但在学习中稍遇困难和挫折就会发生问题。

孩子智力因素的优势往往会被其非智力因素的劣势所削弱，最终的结果也常常是不尽人意。因此，父母在关心孩子文化学习的同时，还要教会孩子正确地认识外界事物；在关心孩子学习成绩的同时，还应该注意培养孩子的自信心，锻炼孩子的意志力，让孩子的潜能得到最大限度的发挥。这对孩子的整体提高和全面发展是至关重要的。

纵观古今中外的成功者，他们之所以能够攀登事业的高峰，与其拥有高度的责任感、强烈的进取心、百折不挠的毅力、锲而不舍的精神以及难以动摇的自信心是分不开的。上述这些优秀品质不是生来俱有的，而是从小一点一滴培育出来的。栽培者除了学校、老师之外，父母也是其中之一。父母希望自己的孩子能够成才，那么，千万别忽视培养孩子的自信心，因为自信将有助于孩子成才！

七、保护孩子的自尊心

孩子做错事或坏东西在所难免的，不要老是数落孩子：“你怎么这样不听话！”“这个不能动，那个不能动”。这会伤害孩子的自信心和自尊心，不要怕孩子淘气给你添麻烦，而要多考虑什么有益于孩子的心理成长，因为幼儿的心理健康主要是指其合理的需要和愿望得到满足之后。情绪和社会化等方面所所表现出来的一种良好的心理状态。家长也要克制自己简单和粗暴的教育方式。如果真是不让孩子玩某样东西，应该用转移注意力的方式把孩子的兴趣转移开。

◆怎么培养孩子良好的性格

研究表明，在民主、和睦、文明的家庭环境里，孩子会情绪稳定、性格开朗、感情丰富、自信心强。首先，所以，父母要给孩子营造一个温馨、有安全感的家庭氛围。其次，要满足孩子的归属感，使孩子感到被爱、被尊重，不要盲目按照自己的意愿去安排孩子的活动，要保留孩子对合理要求的选择权。孩子在这样的环境中才会心情轻松愉快，言语无拘无束，有什么想法都敢于、乐于同父母交流，也就容易形成活泼开朗的性格。

此外，家长要保护孩子的自尊心，关心他们的行为。要多和孩子聊天，随时了解孩子的所思所想，鼓励孩子畅所欲言，切勿采取粗暴简单的教育方式，轻易剥夺孩子的“发言权”。

多和同龄人交往

如果说，父母是孩子性格的第一位影响者，同龄小伙伴则是孩子形成良好性格、学会为人处事的最好的老师。因为，在与自己的同龄人交往时，孩子会全身心放松、无拘无束，容易形成和保持良好的心境。当孩子在社交中表现得合群时，家长要及时鼓励、强化，这样会对孩子形成开朗的性格有所帮助。

对于性格偏内向的孩子，家长应鼓励他们“走出去”，多到同龄小朋友的家里作客。也可以为孩子“请进来”，邀请孩子的小伙伴到家里来玩。孩子尝到当小主人的滋味，一般都会兴奋、喜悦，会主动带小伙伴参观家里，忙里忙外地招呼自己的小客人，这样不知不觉中他们就增强了自信心，塑造了开朗的性格。

此外，父母还要有意培养孩子应对困境的能力，教育孩子学会忍耐和随遇而安，保持积极乐观的情绪，把一时的沮丧丢在脑后。

心理学家的研究证明，那些成绩卓著的智力优秀者，并非只在智商一项上出类拔萃，而且与其性格特征有密切关系。其中最重要的是具有“坚强的性格”。

坚强性格是成就事业不可缺少的条件，有坚强性格的人也往往是生活中的强者。比如：跑步 长跑

此外 励志的书要多看 看陈安之的光碟 打打气

计划点小事 自己按计划做，成功了 会很鼓舞自己

许多具体事例都证明，当一个复杂的问题摆在人们面前时，需要人们明确而及时地作出决定。如果是个性格坚强的人，往往能够冷静地分析问题，设法排除各种不利因素，做到当机立断。性格软弱的人就不同了，他们往往犹豫不决，以致坐失良机。

◆孩子自尊心强，怎么教育才好？

既然知道孩子属于自尊心强的那一种。那就少说教。多鼓励！妈妈的肯定和鼓励会给孩子会增加信心的，又能保护孩子的自尊心。尽量做到多商量、少命令，帮助孩子培养自信心。

八、给予鼓励和支持

孩子的成长并不是一帆风顺的，有成功也可能有失败，甚至也可能有不切实际的幻想。在遇到困难和挫折时更需要鼓励和支持，千万不要泼冷水。尽管他们的梦想对你来说是那么稀奇古怪，你应高兴的是他们拥有较强的幻想力，幻想力正是创造的导师。

◆请问怎样对孩子鼓励和奖励？

当孩子有进步时要鼓励增加他的自信心，可以口头的，也可以给他买点他喜欢的课外书，兴趣读物，还可以带孩子到大自然里感受一下自然。但不要直接用金钱鼓励。

一二年级的孩子适合用什么样的方式鼓励：主要是培养孩子自信心的鼓励，还可以带孩子去

◆精神鼓励对孩子有什么好处 请列举出来

能使孩子体验到成功的快乐,使孩子的精神处于兴奋的状态,思维活跃,智力也得到很好的开发.物质奖励只能适当或偶尔给他最想要的.如果成为习惯他就会失去兴趣了,另外会使孩子养成向钱看,只注重钱的不良习惯。

九、培养孩子尊重他人，团结友爱和合作意识 社会是一个群体，任何一项事情光靠一个人单枪匹马的奋斗是不可能实现的，必须依靠群体的力量，这就要学会同不同人打交道，并能取长补短。父母必须培养孩子与人合作的意识，训练孩子的合作行为，增加孩子的合作能力。这首先要学会尊重他人，并善于团结和自己意见不同的人。

一个良好的心理素质表现为：幼儿对自己感到满意，情绪活泼愉快，能适应周围环境，人际关系友好和谐，个人聪明才智得到充分的施展和发挥。亲爱的家长，你的孩子是否都具备这些品质呢？

◆幼兒合作行爲有哪些?

1、语言协商:语气委婉地向对方表达自己的想法或提出要求。如，“我用以下你的红笔可以吗？”“我来当兔妈妈，你来当兔宝宝，行不行？”“我把这个给你，你把汽车给我玩一会吧。”

2、示范指导：自己主动或当别人提出请求时给对方以指导帮助。如，在一旁做师范动作，告诉同伴小乌龟是怎样走路的。

3、分工合作：能够和别人一道完成一项任务或者游戏，如，共同搭建一座小桥。

◆怎样培养一个孩子的良好心理素质？

我认为给孩子创造一个和谐、温馨的家庭氛围，但是这是建立在夫妻双方相互尊敬、相互理解以及恩爱的夫妻关系的基础上的，归根结底，用心去爱对方，用心去爱孩子。

在一个充满爱的家庭，这就是孩子最好的学习的课堂，父母就是这个课堂最好的老师，每一天的生活就是一部最好的教材。

家庭教育中最好的教材是什么？如果是您，您会怎样回答。我想大多数人一定会滔滔不绝地向你推荐各自喜欢的幼教及育儿方面各种图书.为了孩子的成长，各位家长可谓煞费苦心，从怀孕初期就开始进行胎教，可以说现在的孩子不是从出生后开始学习，而是未出生学习生活就已经开始了。更不用说小学、初中„„的学习，以及什么音乐班、美术班、武术班、英语班„„。

孩子累，家长比孩子还累。只要听说有什么好书，家长不惜重金去购买，不管孩子是否需要，是否适用。不管哪有课后班，只要大家说好，不管多远，不管多忙，都要送孩子去。这样做的结果往往适得其反，孩子各方能力未得到提高，反而出现了厌学、叛逆的逆反心理，与家长的初衷背道而弛。

那究竟什么样的教材是孩子最喜欢的，对他的成长最有利的呢？前段时间我从一本杂志读到过这样一段话“家庭教育最好的教材是恩爱的夫妻关系和父母的自身的修养，这些比刻意钻研的教育观念及精心挑选的玩具书籍都重要。”

作为父母给孩子准备的最好的教材是什么？读后现在您一定会另有一番感受和答案。我认为给孩子创造一个和谐、温馨的家庭氛围，但是这是建立在夫妻双方相互尊敬、相互理解以及恩爱的夫妻关系的基础上的，归根结底，用心去爱对方，用心去爱孩子，在一个充满爱的家庭，这就是孩子最好的学习的课堂，父母就是这个课堂最好的老师，每一天的生活就是一部最好的教材。

心理素质，是靠长期比赛一点一点地提高的。它应该是和比赛的经验成正比的，所不同的就是因人而异，也许有些人天生就具有一定的心理素质，也许有些人心理关总是过不了。但是，心理素质始终还是可以靠后天的锻炼的。有句话说得好，“艺高人胆大。”如果说自己的技术水平到达了一定的高度，那么心里面自然就会比较踏实稳定。反之如果要用自己不足的实力去向强手挑战，就需要在一定的比赛经验上加以自身的全力投入，才有可能打出自己的水平。想要好的心理素质，首先还是应该把自己的水平提高，才有提高心理素质的资本。在实力并没有到达一定程度的时候谈心理素质没有太大的意义。如果说双方实力相近，那么往往看谁可以发挥得好一些，这个时候就靠自己的状态的调整了。

**第二篇：从小培养孩子独立性。**

系鞋带是三四岁孩子的基本技能之一

在美国餐馆，常能看到这样的情景：一家人吃饭时，父母吃自己的，孩子也是吃自己的——即便他们只能坐在专用的婴儿座位上，吃得满脸花、满身油。而家长的责任只是给孩子擦擦脸，再任由他们去“糟蹋”。这在中国的家长中，恐怕是不多见的。

由于文化不同，中美两国家长在培养、教育孩子问题上有很大不同，而这种不同甚至从婴儿期就开始了。总体来看，不管是美国的家长，还是美国的中小学、幼儿园都很重视独立性、自立精神的培养。

夜间专用灯帮孩子入眠

美国家长习惯让孩子很小就晚上独自睡觉，父母只是不时关注一下安全。当孩子懂得害怕了，家长就会给他们买一种瓦数很小的夜间专用灯。大灯关了，小灯就亮了，权当帮孩子驱走一些对黑夜的恐惧。偶尔孩子撒个娇，要求和大人一起睡时，作为父母，他们也只是安慰一下，却绝对不会动摇决心。

走段夜路，学点吃苦

在有关美国家长教育孩子的各种文章中，有一个这样的故事：一位工程师带着3岁的儿子到城外10公里的郊区看望父母。吃过晚饭天色已黑，进城的末班车也错过了。这时如果住下，第二天再回城也合情合理，但工程师却执意带着儿子步行回城。儿子走一段，他背儿子一段，就这样摸黑回了家。

有人问起：“为什么要这么做？”工程师回答说：“为了让儿子从小熟悉一下黑暗，吃一点苦。”

早早学会自己动手

其实，这种对独立性的培养还更多地体现在自我服务技能的培养上。孩子从小到大要学习很多知识和技能，有些事情不亲手做一次，就永远不会。

美国幼儿园的老师认为，孩子从1岁半起，就应该开始培养自我服务的能力了，这对孩子和家长双方都有好处。

美国幼教工作者提出，一岁半到两岁大的婴儿，要学会自己用杯子喝水，能够拣起玩具；2—3岁的婴儿能够学会控制大小便，会用叉和勺吃饭，能够比较熟练地穿脱衣服、拉拉链；3—4岁的幼儿，独立性进一步增强，几乎不用老师或父母的帮助，就能熟练地自己扣纽扣、系鞋带、吃饭、洗脸、刷牙等；5—6岁的幼儿，就应学会洗碗，能够很好地保管自己的东西。

练自立，方法要得当

当然，幼儿园和父母在培训孩子时，也需要一些得当的方法。

美国幼儿园经常采用提出任务的方法，在创造一些条件的基础上，让孩子成功地“完成任务”。例如，老师在训练4岁幼儿自己穿鞋、脱鞋时，给他们提供的鞋要比实际穿的稍大一些，这能够令孩子很容易自己完成穿、脱动作，增加成就感；而在教会孩子向瓶子里倒牛奶时，提供的瓶子也要是大口瓶而不是窄口瓶。

**第三篇：如何培养孩子的心理素质**

如何培养孩子的心理素质

(来源:幼儿园教案网)

良好的心理素质是一个人成功的关键。良好的心理素质一般包括稳定乐观的情绪和积极健康的情感;个性的健全发展和良好的社会适应能力;良好的意志品质，有较强耐受挫折的能力;能与周围人友好相处并保持良好的人际关系;能实事求是地进行自我评价，保持适度的自尊与自信。那么，家长应该怎么培养孩子良好的心理素质呢?

培养孩子的自主性

自立、自主的品质对于在过份优越的环境中成长的独生子女来说是一个难题。家长们首先要做到的是，有意识地改变观念，减少对孩子们的溺爱与迁就，从小培养孩了的独立生活能力，给孩子更多自我锻炼、自我服务的机会，减少孩子对父母的依恋和依附，提高孩子对社会生活的适应能力，这将有助于孩子独立性的发展。其次，树立正确的儿童观、教养观。在教育问题上采取民主的态度，注重给孩子自主权，经常倾听孩子的观点，让孩子在家庭决策中起一定作用，并对自己的行为和选择负一定的责任，允许孩子取得主动并且负起与年龄相适的责任。

进行适当挫折教育

家长有必要对孩子进行恰当的挫折教育，锻炼孩子在因难和挫折面前不低头的坚强意志和性格，并通过家庭中宽松氛围营造，允许孩子有自己的想法和生活方式，使孩子形成客观、宽容、忍耐及和谐的心态。只有这样，孩子才能在挫折面前泰然处之，保持乐观与自信。培养孩子竞争能力

平等竞争意识和竞争能力是21世纪对人才素质的一项重要要求。家长需从小对孩子进行平等竞争意识的教育，培养孩子的赶超精神和自强不息意识，教育孩子以平和的心态看成败，胜不骄、败不馁。这就要求家长尽可能多地创造机会，让孩子参与各种竞争，并在这一过程中，注意引导孩子的心态，让这会争取机会去表现自己的能力。

培养孩子社交能力

人际交往是人与人之间相互联系的最基本的方式。未来社会的许多工作都需要人们通过协作去完成，这就必须让儿童从小就学会与他人交往、协作。家长可引导孩子在与别人交往的过程中学会自如地表达自己的意见并处理交往中出现的各种矛盾，让孩子在不断的协调、适应中学会如何与他人和谐地相处与协作。

培养孩子自我价值

首先，利用各种机会帮助孩子获得他们可能掌握的能力。这就要求家长对孩子要有一个恰当的期望值。我们提出的要求必须是孩子经过努力便能达到的。另外，应尽量让孩子自己解决问题。设计一些能促使孩子成功的情境，成人一定要耐心地让孩子完成其力所能及的活动，切不可加以干涉或包办代替，那会让孩子永远感受不到成功的体验。

其次，对儿童的言行提出适度的评价，及时定肯定孩子的优点、长处，以积极的、正面的态度去接纳儿童的各种行为。家长不要吝啬带有鼓励性的语言，因为，成人的评价在很大程度上影响着孩子的自我评价。在这一基础上，我们要教孩子学会正确的自我评价，让孩子了解自己的长处与不足，并加以调整、改进。本资料有 宝宝食谱网 精选整编.

**第四篇：培养孩子从小要有责任心**

〔案例〕12月9日，连续多日的降雪，操场上已经是满满的，早晨一上课我就在班上强调了课间没事就在走廊上休息一下，不要到操场玩，就是上厕所也要从上面走。可刚下第二节课，几个同学就簇拥着李明磊同学进了办公室，只见他哭丧着脸，右手紧按住头部，手指缝间鲜血正不断地滴下来。我一惊，忙站起来问：“怎么了？”周围同学七嘴八舌地告状：是让于

浩、连浩瀚用把他推倒了。我忙掰开李明磊的手检查他的伤势，“啊！”我只觉头一阵眩晕，他右眼上部割开很深的口子，皮都翻下来……于是急忙将他送进医院缝了好几针。〔调查〕下午，我展开调查，寻找事故的责任人。我把下课时到操场的人叫来，向他们作了了解。原来，三人下课后就跑到了操场玩，玩着玩着，就开起了玩笑，打起了雪仗，李明磊用雪球打了连浩瀚，他不甘示弱冲上去把李明磊向前一推，李明磊没有预防摔倒在地，于是……

（分析）这三位同学从本质上来说都是比较老实，比较单纯的，并不特别调皮，但由于贪玩对老师的话没有放在心上，下课后就到操场玩闹。事故发生后，于浩、连浩瀚并没有意识到事情的严重，而是笑着向我诉说当时的情况，似乎此事与他们无关。我当时非常生气，本想狠狠批评他们一顿，但转念一想，严厉的批评能使学生们意识到他们的错误吗？能提高他们做事的责任心吗？

于是，我冷静下来，仔细分析造成这种现象的原因。如今的孩子做事往往缺乏责任心，出了事，也总是尽量想逃避责任，自我保护的意识又差，不知怎样的行为会使自己受到伤害。如何抓住时机对学生进行一次安全教育，加强学生们自护意识，使孩子们通过这次血的教训，提高认识呢？

（处理）

1、我首先找三位学生谈话，请他们谈谈在整个事件中，他们做的事有没有错，应不应负责任。经过教育，孩子们认清了自己的错误，但对该怎样弥补错误很茫然。在我的启发教育下，他们明白了。由于他们不经意的行为，给李明磊今后的生活、学习带来了很多困难。作为受害者李明磊，也很后悔，由于自己的不注意，不仅给自己带来了痛苦，同时由于要多次上医院，给家长也带来了麻烦。

通过师生交流，孩子们都低下了头，意识到了自己的不该。于是于浩、连浩瀚向李明磊道歉，并同意支付部分医药费。

当我把处理结果告知三位家长后，三位家长都表示赞同，认为这件事值得重点教育。连浩瀚的妈妈还领着他带着东西到李明磊家看望他。

2、事情发生后，我又就此事花了一节课，请全班同学谈谈对它的看法，孩子们发言踊跃，在讨论中明白了，玩耍、开玩笑都要适度，不能因小失大，要有自我保护意识。

**第五篇：孩子爱劳动 从小要培养**

孩子爱劳动 从小要培养

培养孩子爱劳动是孩子全面发展的一种重要手段。现在很多家长不希望小孩子劳动 这是不对的。小学生热爱劳动，是从小培养孩子良好劳动习惯的基础，这事不能小看，我国的孩子每日劳动时间少，看来，与家长认为 “现在孩子小，等他长大了自己会劳动”不无关系。其实，从小使孩子养成良好的劳动习惯，有助于孩子良好性格的形成。孩子是祖国未来的建设者，他们必须热爱劳动、善于劳动，所以要培养孩子从小热爱劳动、勤劳肯干的品质。培养孩子热爱劳动可以从以下两方面进行。

一、家长要培养孩子热爱劳动的习惯

孩子不热爱劳动与家庭教育有极大的关系，许多家长认为，如今条件好多了，孩子又是独根独苗，因此，无论如何不能让孩子吃苦受累。经常可以听到这样的话：“我们的童年过得很艰辛，再不能让孩子经受我们的那些磨难了。”正是怀着这种想法，父母们尽其所能地代替孩子完成一些理应由他们自己完成的事。如做作业、干家务、值日扫地、上学背书包等等。因此往往不让孩子劳动；有些家长则怕孩子干不好，不如自己干来得省事；有些家长认为孩子学业重，功课多，不想占用孩子的宝贵时间；有些家长则认为孩子的任务是学习，劳动作为一种技能以后自然会做的，用不着家长教育。这样，孩子就渐渐失去了劳动的意识，养成了不爱劳动的坏习惯。

要帮助孩子热爱劳动，父母首先要重视对孩子进行劳动教育，平时不要溺爱孩子，应该让孩子做一些力所能及的事情，同时以社会生活实际、社会发展历史和家庭生活实例等告诉孩子劳动的重要性，让孩子从思想上认识到劳动的光荣，劳动的伟大，不爱劳动的人是没有出息的。

父母要培养小孩从小爱劳动，一定要注重让孩子参加劳动实践，不要心疼孩子。可以让孩子学着收拾饭桌、洗碗，而不要担心孩子可能会把碗打碎。与孩子的劳动精神相比，打碎一只碗又算得了什么呢？诸如洗衣服、拖地、倒垃圾、购买日常生活用品、修理一些旧东西、整理房间等家务劳动都可以要求孩子去做。父母最好每天安排一定量的劳动让孩子做。当然劳动的内容应根据孩子的实际情况决定，从简单到复杂逐渐过渡，切不可刚开始就让孩子去做难度比较大的劳动，这样孩子只会更加不爱劳动。

孩子爱劳动，从小要培养。作为孩子的家长，不要剥夺孩子的劳动能力。事无巨细一切包办那只会伤害孩子。学会放手，让孩子自己的事情自己做，不仅能培养孩子的自主意识，还能让孩子体会到自食其力的快乐。

二、学校要培养学生积极劳动的习惯

学校老师要鼓励学生积极参加学校的劳动，老师在引导学生进行劳动的同时，更注重的是劳动习惯的培养，并让学生在劳动中找到乐趣。

要教育学生自己能做的事情自己做。老师应要求和指导学生从小学会料理自己的生活，如住宿生叠被子、钉扣子、饭后洗碗、打扫寝室、整理书包等。学生开始做这些事情时，难免不像样，老师不能讥笑讽刺，更不能责怪，否则就会刺伤学生的自尊心，打击学生参与劳动的积极性，从而诱发厌恶劳动的心理。当学生的劳动有不足时，老师应首先肯定学生，然后耐心、亲切地指其出差错的原因，并当面示范，教给学生一些劳动的方法和技巧。

要教育学生集体的事情抢着做，如打扫卫生、植树、修桌椅板凳、清扫楼道等。培养学生树立主人翁的意识。我们的教室，是每天给我们的学习遮风避雨，提供温暖舒适环境的地方，我们的学习和生活几乎都在这里进行，所以，我们每个同学都是教室的主人，教室也就是我们的家，我们就要象爱护家一样爱护我们的教室。教室的环境需要打扫的时候，力所能及的劳动当然不可少，适当的劳动，既锻炼了自己，又培养了习惯。

要教育学生以身作则，从我做起，捡起身边的纸片，扫尽周围的垃圾，这些也是劳动，每天进行的卫生值日，正是劳动体验的过程。古人说，一屋不扫何以扫天下？在学生时代的劳动习惯的养成是非常重要的，全班同学都在参与班级劳动的时候，就不会感觉自己在做“肮脏活儿”了。教育学生从身边的小事做起，从力所能及的劳动做起，树立劳动创造人本身的观念，并把劳动的光荣美德不断的发扬。充分利用中小学生荣誉感，自尊心，羞耻心比较强的特点，启发他们的进行自我教育，把热爱劳动的道理，转化为热爱劳动，热爱劳动人民的思想感情，转化为积极参与劳动的实际行动。

把劳动和学习科学知识结合起来，激发他们的劳动兴趣。当代中小学生爱动脑筋，精神生活比较丰富，在劳动中引导他研究有趣的科学观象，把书本知识用于劳动实践，提高劳动的吸引力，激发学生学科学，用科学的积极性。在劳动中遇到困难，要鼓励学生自己设法战胜困难，在战胜困难中体验劳动的快乐，成功的喜悦，增强信心，培养自我意识和自我价值。同时，组织一些适合学生年龄特点的劳动技术竞赛，让学生真正产生劳动的内在兴趣和需要。

学校要组织中小学生参加社会公益劳动，使学生更好地了解社会情况，在公益劳动中受到教育与锻炼。如每年植树节，参加全民义务植树劳动，培养学生的环境意识，爱护花草树木。节假日时，组织学生为残疾人、离退休教师等做好事，为这些人送温暖，使学生感受到人世间的真情价值，受到人道主义教育。组织学生打扫街道，增强学生环保意识。家长应积极支持孩子参加社会公益劳动，引导孩子在更广更深的范围内接触社会生活，让孩子既发展智力，又养成良好的劳动习惯和勤奋俭朴的作风。

劳动在孩子的发展中有重要的作用。劳动也是一种学习。孩子在劳动中可以把课堂上学到的书本知识与实际联系起来，促进对书本知识的理解。劳动还能转变孩子的思想观念，培养热爱劳动人民的高尚情感和品格。劳动是人生存的手段。劳动教育，是孩子成长过程中的重要一课。尤其是在孩子小学阶段，劳动意识的树立，劳动习惯的培养真正落到了实处，我们的孩子也才能够谈得上真正意义的全面发展！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！