**教育孩子最著名的12种方法**

**要想知道孩子眼中的世界是什么样子，得先蹲下来，由孩子的位置和高度去看世界。其实孩子的想法很简单，不妨一起看看世界上最著名的教育孩子的12种方法吧！**

1. **给孩子随意玩耍的时间，不要把生活安排得太有规则。**

美国儿童教育学者汤姆斯·阿姆斯壮指出，自由玩耍比有计划性的活动对学龄前的孩子来说，更为健康有益。父母要避免将孩子的时间塞满各种活动。所有的孩子都需要有一些无所事事，随意玩耍的时间。

1. **教导他关怀别人**

快乐的孩子需要能感受到自己与别人有某些有意义的连结，了解到他对别人的意义。要发展这种感觉，可以帮助孩子多与他人接触。你可以和孩子一起整理一些旧玩具，和他一起捐给慈善团体，帮助无家可归的孩子。也可以鼓励孩子在学校参与一些义工活动。专家指出，即使在很小的年龄，孩子都能从帮助他人的过程中，获得快乐，并养成喜欢助人的习惯。

1. **鼓励他多运动**

陪你的孩子玩球、骑脚踏车、游泳……多运动不但可以锻炼孩子的体能，也会让他变得更开朗。保持动态生活可以适度纾解孩子的压力与情绪，并且让孩子喜欢自己，拥有较正面的身体形象，并从运动中发现乐趣与成就感。

1. **笑口常开**

常和孩子说说笑话、一起编些好笑的歌，和你的孩子一起开怀大笑，对你和孩子都有益处。光是大笑，就是很好的运动。

1. **有创意的赞美**

当孩子表现很好时，不要只是说：“很好。”赞美要具体一些，说出细节，指出有哪些地方让人印象深刻，或是比上次表现更好，例如，“你今天有主动跟警卫伯伯说早安，真的很有礼貌。”不过，赞美时也要注意，不要养成孩子错误的期待。

有些父母会用礼物或金钱奖赏孩子，让孩子把重点都放在可以获得哪些报酬上，而不是良好的行为上。父母应该让孩子自己发现，完成一件事情所带来的满足与成就感，而不是用物质报酬来奖赏他。

1. **确保孩子吃得健康**

健康的饮食，不仅让孩子身体健康，也能让孩子的情绪较稳定。不论是正餐或点心，尽量遵循健康原则，例如：低脂、低糖、新鲜、均衡的饮食。

1. **激发他内在的艺术天份**

虽然科学家已证实没有所谓的“莫扎特效应”，但是多让孩子接触音乐、美术、舞蹈等活动，依然可以丰富孩子的内心世界。专家发现，当孩子随音乐舞动或是拿着画笔涂鸦，其实都是孩子在抒发他内在世界、表达情感的方法。孩子喜欢画画、跳舞或弹奏音乐，也会对自己感到比较满意。

1. **常常拥抱**

轻轻一个拥抱，传达的是无限的关怀，是无声的“我爱你”。研究发现温柔的抚触拥抱，可以让早产儿变得较健康、较活泼，情绪也较稳定。对于大人而言，拥抱也能让人减轻压力，抚平不安的情绪。

1. **用心聆听**

没有什么比用心聆听更能让孩子感受到被关心。想要当个更好的倾听者吗？不要只用一只耳朵听，当孩子对你说话时，尽量停下你手边正在做的事情，专心听他讲话。要耐心听孩子说完话，不要中途打断、急着帮他表达或是要他快快把话说完，即使他所说的内容你已经听过许多遍了。陪孩子去上学途中或哄孩子上床睡觉时，是最佳的倾听时刻。

1. **放弃完美主义**

我们都期望孩子展现出他最好的一面，可是有时候太过急切纠正或改善他们的表现。例如，嫌弃他们没把桌子擦干净，干脆自己再擦一遍；或是纠正他们一定要把东西摆到一定位置。

事事要求完美，会减弱孩子的自信心与不怕犯错的勇气。下次当你忍不住想要参一脚，急着帮孩子把事情做的更好时，不妨先想想看：“这件事跟健康或安全有关吗？”“想像10年之后，这件事还有这么严重吗？”如果答案是No，那么就放手让孩子去做吧。

1. **教导他解决问题**

从学会系鞋带到自己过马路，每一步都是孩子迈向更独立的里程碑。当孩子发现他有能力解决面对的问题，就能带给他们快乐与成就感。当他遇到阻碍时，例如：被玩伴嘲笑或是无法拼好一块拼图时，你可有几个步骤来帮助他：

1. 确认他的问题。
2. 让他描述他的解决方式。
3. 找出解决问题的步骤。
4. 决定让他自己解决这个问题或提供一些帮助。
5. 确定他能获得需要的协助。
6. **给他表演的舞台**

每个孩子都有特有的天赋，何不给他们机会表现一下？如果他们喜欢说故事，鼓励他多说故事给你听。如果他对数字很擅长，带着他去逛街，让他帮你挑选价格便宜的东西。当你能欣赏孩子的才能，并表现出你的热情时，孩子自然会更有自信心。

**我们身边的孩子所需要的，不只是衣食无虑的生活环境，他们需要大人陪伴他去经历它的成长过程。有句话说：“要知道孩子眼中的世界是什么样子，得先蹲下来，由孩子的位置和高度去看世界。”**