

家教心得：该给予孩子快乐的12诀窍 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/475/2021_2022__E5_AE_B6_E6_95_99_E5_BF_83_E5_c67_475245.htm

- 1、给孩子随性玩耍的时间，不要把生活安排得太有规则。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。惟有这样才能让他们的想像力无拘无束的发挥。以他们自然的方式去探索他们所好奇的世界。
- 2、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。
- 3、鼓励他多运动。运动不但可以锻炼孩子的体能，也会让他变得更开朗。运动可以缓解压力与情绪，从运动中还能发现乐趣与成就感。
- 4、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。
- 5、用心聆听。用心聆听更能让孩子感受到被关心。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。
- 6、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。孩子在帮助他人的过程中可获得快乐，并养成喜欢助人的习惯。
- 7、教导他解决问题。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。
- 8、放弃完美主义。事事要求完美，会减弱孩子的自信心与不怕犯错的勇气。
- 9、笑口常开。开怀大笑，对你和孩子都有益处。
- 10、有创意的赞美。赞美要具体一些，说出细节。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。
- 11、激发他内在的艺术天份。接触音乐、美术、舞蹈等活动，可以丰富孩子的内心世界。
- 12、

给他表演的舞台。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 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com