

教你如何夸孩子

“你真聪明！”是很多家长夸奖孩子时脱口而出的一句话。美国斯坦福大学教授卡罗·德威克指出，“你真聪明”赞美的只是孩子的天赋，而非个人努力、策略和选择，可能扼杀孩子的成长型思维。夸孩子是门学问，建议家长根据具体情况选择“夸奖词”。

△表扬努力。比如孩子画完一幅画，家长夸赞时可以说“我敢说，你尽了最大努力，因为_____”，表扬孩子努力对其成长的作用，远大于只赞扬这幅画有多漂亮或者夸赞孩子聪明。

△表扬毅力。“即使很难，你也从不放弃！”小家伙在完成跳舞、学外语等具有挑战性任务时，夸奖孩子有耐心、懂得坚持极其关键。如果孩子能不畏惧困难、不断尝试，要给予其坚毅之举“点赞”。

△表扬态度。“你做这件事的态度很好！”态度决定成败，孩子完成任务时表现出积极态度，应及时给予褒奖。

△表扬细节。“你在_____方面进步很大！”夸奖孩子，细节很关键。比如，孩子学画画时，构图、颜色搭配有很大进步，夸奖词应更具体。

△表扬创意。“这个方法太有新意了！”“这些都是你一个人想出来的吗？真棒！”孩子能有奇思妙想，不仅是聪明的表现，更重要的是有创意和大量思考。

△表扬合作。“你和同学们配合得真好！因为_____”合作精神应从小培养，看到孩子与小伙伴合作完成任务时，一定要抓住机会夸夸孩子的团队精神。

△表扬友爱。“你真是个好伙伴！”亲情、友情同样重要，学会交朋友，保持友谊关系，会让孩子一生受益。

△表扬责任。“这件事你负责得很好，我喜欢！”当孩子负责完成一件事且干得不错时，家长应对其表现出的责任心和领导能力予以表扬。

△表扬勇气。“你真勇敢！”“你一点儿也不怕挑战，我喜欢！”表扬孩子有勇气，有助于增强其自信心。

△表扬助人。“你今天帮小朋友完成任务，真不错！”“你热心帮助_____，我很欣赏！”热心帮助别人是一种美德，应该鼓励孩子与小伙伴们互帮互助。

△表扬自立。“你上学前总能自己准备好书包，我喜欢！”“你把自己的房间收拾得真好！”孩子要长大，就必须增强自理能力、学会自立，家长要及时对孩子的进步给予表扬和鼓励。

△表扬信用。“我相信你，因为_____”要让孩子明白，说话做事应讲信用、守诺言。比如，可以跟孩子说“我相信你，因为前几次你说话都算数了”。

△表扬主见。“这件事你处理得真不错，因为_____”“我欣赏你做这件事的方式！”尊重想法，鼓励孩子遇到事情有自己的见解，有利于培养自信心，学会自己做决定。

△表扬虚心。“你能重视别人的意见，非常好！”培养成长型思维既离不开内因，也离不开外因。要告诉孩子善于虚心学习他人的经验，扬长避短，才能不断提升自我。

△表扬选择。“你做出这样的选择，我真自豪！”一项任务能出色完成，或因为努力，或因为选择。表扬孩子的正确选择，实际是对其决策能力的肯定。

(徐江/编译)



总是有遗憾

遗憾是你不可以尽情去爱一个人。当你你可以的时候，已经没有机会了。
遗憾是回忆里的日子比现实美好。
遗憾不是没有一个对你一往情深的人，而是同时有两个。
遗憾是无法对你所爱的人全然明白。
遗憾是你无法像从前那么爱一个人。
遗憾是你很想结婚，但不知道应该跟谁结婚。

遗憾是你发现你最想寻找的已经不是爱情，而是自我。
遗憾是无法跟分手的情人做最好的朋友。
遗憾是你觉得自己仍然很年轻，可惜你的身份证不是这样显示。
遗憾是你已经太老了才肯相信情人的承诺。
遗憾是爱情永远是患得患失的时候

最甜蜜。
遗憾是你发现人生还是简单一点好，不过，你通常会在变得很复杂的时候才顿悟这个道理。
遗憾是你发现爱情不是人生的全部。可是，你仍然会用全部的人生去追寻。
遗憾是你跟你所爱的人愈走愈远——朝不同的方向。
(张小娴)



山中去了一趟，载花泛舟河上。
心中满是欢喜，想起你的模样。
老树画画