

孙云晓 著

孙云晓
教育研究
前沿书系

亲子关系

决定孩子一生幸福的密码



孙云晓 著

亲子关系

决定孩子一生幸福的密码

图书在版编目(CIP)数据

亲子关系 决定孩子一生幸福的密码 / 孙云晓著. —
杭州:浙江文艺出版社,2016.3
ISBN 978-7-5339-4450-6

I. ①亲… II. ①孙… III. ①亲子关系—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第040604号

责任编辑 岳海菁
封面设计 胡珂
版式设计 艺诚文化
责任校对 许红梅

亲子关系
决定孩子一生幸福的密码

孙云晓 著

出版 浙江文艺出版社
地址 杭州市体育场路347号
邮编 310006
网址 www.zjwycbs.cn
经销 浙江省新华书店集团有限公司
制版 杭州兴邦电子印务有限公司
印刷 浙江新华数码印务有限公司
开本 710毫米×1000毫米 1/16
字数 227千字
印张 17.5
插页 3
印数 00001-20000
版次 2016年3月第1版 2016年3月第1次印刷
书号 ISBN 978-7-5339-4450-6
定价 36.00元

版权所有 违者必究

(如有印刷质量问题,请寄承印单位调换)

总 序

陈会昌

承孙云晓先生之托,为他所著的丛书“孙云晓教育研究前沿书系”作序,心中不免惶恐。孙云晓先生是著名的儿童文学作家、儿童青少年研究专家和教育专家,他在国内的影响力,我只能望其项背,让我为他的著作作序,似乎不妥。然如他所言,我们相识多年,算得上是老朋友,尤其在心理、教育研究方面有过多合作,且在价值观念、理论、观点上志同道合,又是同时代人,因而不揣冒昧,承接此命。

孙云晓先生这套丛书的主题是家庭教育,这个话题很大。2500多年前,我们民族的先圣孔子就在《礼记》中提出了一个从个体发展到家庭群体,再到社会与国家和谐发展之次序关系的伟大思想:“物格而后知至,知至而后意诚,意诚而后心正,心正而后身修,身修而后家齐,家齐而后国治,国治而后天下平。”不难看出,在孔子眼里,个体、家庭群体和社会大群体三者,个体最重要,每个人必先做到物格、知至、意诚、心正,才能做到齐家;每个家庭都管理好,国家才能治理好,天下才能得太平。

孔子的这一思想称得上是跨时代、跨文化的真理,直到现在,仍可适用于每个人、每个家庭乃至每个国家。

孔子把家庭看作个人与社会的中介,正如现在我们常把家庭比作社会的细胞,在文化的世代传承和社会发展中,家庭的作用毋庸置疑。在全

世界每个国家和民族的发展中,家庭作为个体与大群体之间的中介、纽带和桥梁,起着至关重要的作用。说家庭教育这个话题大,此其一也。

家庭教育话题之大,第二个原因是,我们伟大的国家和民族是当今世界上最具独特性的,在历史、文化传统、社会发展、教育事业、科学技术、宗教信仰等方面,都找不出第二个和我们相同或相似的国家和民族。放眼世界,我们可以看到,一些发达国家在其发展历程中,经济、教育、科技基本上是同步发展的,而我国在花了30多年时间走过了发达国家两三百年的工业化进程的同时,其他方面的发展并不同步。具体来说,在我国钢产量、制造业产值、高铁里程、在校大学生人数、居民奢侈品消费总量、每年出国旅游人次雄踞世界前列的同时,在世界排名前一百的大学中,鲜见中国大学的身影;在和家庭教育有关的心理学、教育学、遗传学、心理咨询与治疗、精神病学等学科的研究方面,我国不仅缺乏自己的理论和立足于本国的高水平研究,而且从事这些学科的专业人员及临床医生人数与我国的巨大人口数量远远不成比例。即使在上述各学科的科普方面,真正联系我国当前实际,又能保证科学性的科普读物数量也甚少,一些父母为了教育好自己的孩子,不得不去读外国作者基于他们国家的实际写的家庭教育读物。

举两个例子来说明这种发展的不平衡所带来的后果。

其一,我相信如果我国的广大父母了解了最近几十年遗传学的研究成果,他们会调整自己对子女的期望;如果广大教师了解了这些知识,他们也会调整对具有不同遗传基因的学生的看法,不再生硬地对全班学生

做横向比较。父母和教师们将会知道,每个人的基因表达都有自己的时间表,在时机不到的时候不可强求;他们还将会知道,每个人由基因决定的最大限度能力有巨大差异,通过“努力”、“刻苦”、“找个好老师”等主观行动对基因缺陷进行弥补的作用是有限的。

其二,在欧美国家的中小学,每个学区或几个学区,平均每两三千个学生,就能配备一名专门从事心理治疗的专业人员,他们负责对各学校学生中的心理疾病进行早期诊断、治疗和必要时的转诊。平时,他们还负责对教师们进行培训,教他们如何鉴别有心理疾病的学生以及如何进行早期干预。我们知道,中小學生中的自杀、暴力、致瘾物依赖(包括视频、网络游戏、毒品和烟酒等)等行为背后,大多以心理疾病为源头,而这些源于心理疾病的行为,是一般的父母、教师、邻居、社区工作者无法应对的,必须由专业的心理治疗人员出面,因人而异地加以处置。我国的现状是,即使在东部发达的地区,也不可能为两三千名中小學生配备一名心理治疗医生,更不要说中西部地区和偏远农村了。其后果是,如这套书中提到的贵州毕节山区四兄妹集体自杀前,教师和村民想帮助他们而且已经尽力而为了,却不奏效,因为他们既不知道怎样帮助他们,也不知道谁才能真正地帮到他们。而事后的媒体报道和对相关人员的处理,也没有抓住问题的本质。

家庭教育话题之大,第三个理由是,当代中国的时代变迁,使每个家庭、每个做父母者、每个教育工作者面临着须臾变化的新情况、新课题和新困难。30多年来,我国社会和经济方面的变化之大、变化之快,在世界

各国近现代史上前所未有。由于这种快速变化,我们面临着一系列问题:人均国民收入快速增长、居民生活与消费水平迅速提高,社会精神文明却相对滞后;东部和中西部地区的发展不平衡,导致6000万“留守儿童”的出现;全国统一高考制度的弊病日益凸显,出国留学的中学生和大学生人数快速增加;独生子女政策带来的一系列问题(如溺爱和隔代溺爱、儿童孤独感和独立性、社交能力缺失、失独家庭等);社会生存竞争向中小学甚至幼儿园的“下探”,等等。面对这些问题,很多做父母、做祖辈者茫然不知所措,他们中的大多数人只得采用最低级的竞争方式——从众,即随大流,来应对子女教育中的问题。很多教育研究者惊呼,对中国出现的这些情况,无论在国内还是国外,都找不到参考文献!他们不得不早地拔葱似的“创造”出新的研究课题。

面对快速变化的局面,我们是不是需要一种家庭教育的“新理念”?答案应该是肯定的,但是这个“新理念”应该是什么样子呢?

一些专家、学者不断地提出各种家庭教育的“新理念”,但是仔细思忖,这些“新理念”其实大多是“拿来主义”。不消说,欧美国家由于文艺复兴、启蒙运动、马丁·路德的基督教改革、工业革命和后工业革命,它们在科技教育方面的发展也走在前面。特别是在这几百年的时间里,涌现出一批伟大的思想家、哲学家、教育家、心理学家,他们中很多人关于家庭教育的理论与实践确实曾经推动并继续推动着西方家庭教育的发展,并为许多发展中国家所借鉴。但是,如果把他们中的某个人、某个流派或已成为西方主流的一些家庭教育思想拿来,直接用在我国的当下,能行

之有效吗？

对这一问题，我经过十几年的观察和思考，给出的答案是否定的。西方家庭教育的好思想、先进理念，必须和我们中华民族的好思想、好传统，特别是和当前我国快速变化的实际情况有机地结合起来，变成中国广大父母儿童可接受、易接受、方向正确、讲求实效的理念，才是名副其实的“新理念”。

孙云晓先生的这套教育丛书，正是对这种名副其实的新理念的一种尝试。首先，丛书中处处流露出作者如孔子所说的“意诚”和“心正”。已届耳顺之年的作者充满真情地向我们叙说了自己的祖辈、父辈、生母、继母，叙说着自己既有阳光又有个性的童年，叙说着自己曾经接受的平凡但充满爱与关怀的家庭教育，意在用自己的亲身经历告诉我们，一个人的成长和成功，和良好的家庭教育是分不开的。其次，丛书引用了大量国外思想家、教育家的教育思想和理念，也引用了国内很多教育学者、心理学者、作家的研究成果或感悟，更引用了大量的实际案例，作者努力把这些东西融合起来，变抽象理论概念为普通人所喜闻乐见的道理，使不同的家庭能够从不同的案例中得到启发。第三，作者努力尝试根据自己的长期研究与思考，提出自己的家庭教育理念。例如，“五元家庭教育法”，“成功是成功之母”理论，对现代儿童观的思考，儿童习惯培养的原则、方法和关键环节，关于父母教育素养的论述，等等。

丛书的另一特点是作者视野的全方位性，这套书分别涉及童年在毕生发展中的地位、儿童行为习惯的培养、父母对子女的爱与尊重、父母的



自我教育,以及子女的成功与幸福的关系。把这套 100 多万字的书读完之后,我深感,如此全面地从中国现实出发、手把手地教给广大父母怎样教育孩子的著作,可能是近年来我国出版界中唯一的一套。它虽非完美无缺,但却极具价值。相信任何一位做父母者读了这套丛书,都会有所收获。

在此,我要感谢孙云晓先生,他在年届六十时,不辞辛劳写出这套浸透自己几十年研究心血的好书。这是他送给自己的生日礼物,也是献给中国广大为父母者的礼物!

陈会昌

2015年9月于北京学知园

写在前面

好的亲子关系就是最好的家庭教育

孙云晓

家庭是人生最重要的场所,因为人的一生是从家庭开始的,并且家庭将伴随人的一生,并给人最长久也最深刻的影响。

诚如中国教育学会副会长兼家庭教育专业委员会理事长朱永新教授所说,人的一生,实际上就生活在四个地方,即母亲的子宫、家庭、学校和职场。而这四个场所里面,人待得最长久也最重要的场所,还是家庭。因为家庭在人生的每个阶段都同时存在,这些阶段与家庭都有非常密切的关系。家庭是人与人产生联系的起始地,从这里我们与他人产生联系,进行交流和沟通,进一步筑造我们心目中理想的生活。

著名女作家毕淑敏在《教养的关系花园》一书的自序里写道:“要做一个体面美好的人,先要在自己周围,缔造起佳美的关系。这需要学习,需要受教育。”因此,从家庭开始,我们最需要打磨的就是良好的亲子关系,它是所有美好关系的源头。

但是今天,我们却在越来越多的媒体中看到有关家庭教养悲剧的报道。在激烈争论对与错的同时,父母们常常感到困惑:这些不幸的背后似乎也没有什么大问题,父母为人并不差,教育孩子也很严格,怎么就会出现问題呢?就绝大多数情况而言,父母对孩子的爱是毋庸置疑的,然而,每一位父母也非常需要反思:孩子究竟需要什么样的爱?或者更为准确

地说,究竟什么样的爱最有利于孩子的健康成长?

有的家庭非常爱孩子,认为只要是孩子的要求,就不能拒绝,要无条件地接受甚至容忍孩子,唯有这样才能保护孩子的天性不被侵蚀;有的家庭认为严格的教育才能出英才,对孩子有明确的管制和要求,认为只要有爱就可以对孩子发号施令,比如,不许哭、不许问、不许辩解,也不许消极。如果不能达到,甚至会对孩子言语轻蔑、苛责相加,而这样处理问题的时间久了,孩子的许多情绪问题就被掩藏或转移了。这些没有解决的问题就成了心灵垃圾,成了各种心理问题的根源。当然也有的家庭尊重孩子的想法,给孩子自由成长的空间。

父母就像放风筝的人,让孩子去探索蓝天,但是孩子腰间的细线紧紧系着地面上的亲人。世间的父母与孩子之间有各种各样的相处模式,也就形成了不同的亲子关系类型。我们在追问什么是好的教育和孩子需要什么样的爱的时候,实质上是在探索父母与子女之间的互动联结,什么样的亲子关系才能让孩子长久、良性地发展下去。

法国思想家卢梭有一句名言:“人生而自由,却无往不在枷锁之中。”这里的“自由”和“枷锁”体现了人在社会和世事中产生的关系状态。而这句话放在家庭之中,同样也适用于对亲子关系的描述。孩子作为父母感情的结晶而出生,父母希望孩子能够按照自己的意愿自由、快乐地成长,但是每个人不仅是父母的孩子,同时也作为社会的产物而存在,受到来自他人、工作和社会种种规则的约束,而亲子关系让孩子明确自己的意愿,同样也能够理解他人的意愿。良好的亲子关系为孩子的自由翱翔插上翅

膀,而不良的亲子关系也会成为孩子人生道路上难以卸除的枷锁。因此,亲子关系既是孩子成长的根基,也是家庭在不断发展的过程中,每个成员手中的一柄双刃剑。

好的亲子关系是父母坚定而温情的陪伴和积极长久的关注。北京家庭教育研究会曾对100多个家庭进行了一项调查,在关于“最希望父母关注你什么”的调查中,在孩子们的答案中排前三位的是“关注我的兴趣”、“关注我的心情”、“关注我的交往”。孩子的希望说明了两点,一是孩子情感成长有很大的缺口,二是父母可以在此大有作为。关注孩子的兴趣、心情等都需要父母投入大量的时间、耐心和热忱,只有这样才能获得孩子的依恋和信任,而亲密的依恋关系更是形成良好亲子关系的关键。亲情的长期缺失或情感忽视,会使孩子无法感受到来自双亲的关爱,如果长期生活在情感的荒漠中,那孩子的心里只会遍布荆棘。

好的亲子关系是父母与孩子互相理解和尊重。父母和孩子都会在生活中犯错,常会有步调不一致的时候。当孩子出现行为上的错误或者与父母产生意见分歧时,父母首先要分析是否与孩子的身心特点有关,是否只是孩子阶段性的行为,而不应粗暴地打断、限制甚至恐吓孩子。孩子是父母的镜子,如果孩子在双亲这里都没有得到理解和尊重,他又有什么力量和胸襟去体谅世上形形色色的人呢?与之相对,如果孩子没有从父母这里获得与人相处的尺度,无法约束自己的行为,成为人人喊打的“熊孩子”,得不到他人的尊重,那么父母是否需要反省自己究竟与孩子形成了什么关系,才导致孩子走到这一步呢?



好的亲子关系让孩子学会自爱,让父母一同成长。教育孩子如同培育幼苗,养育者要让幼苗深知只有扎根沃土,他日才能枝繁叶茂。良好的亲子关系让孩子能够耐得住生活中的寂寞和烦恼,清楚地认知自己、提升自己;同时作为养育者的父母,也能够在这个过程中不断反思、不断界定自己与孩子的关系。一句谚语说得好:孩子还小时,给他们深根;等他们长大了,给他们翅膀。这正描述了良好的亲子关系状态。

关于亲子关系,可以探讨的内容纷繁复杂,但归结到底又很简单:父母不仅仅自己要成为一个“好”人,更要带领孩子成为一个理性而富有感情、有礼且有节的人,让孩子通过与父母之间建立的良好关系,感知、理解生活的艰辛与美好。正如毕淑敏所说,“好的关系,像是一罐新鲜的牛奶,芳香醇厚,极富营养,可以滋养生命从幼小走向壮健。”“倘若是一团不良的关系,杂草丛生、蚊蝇肆虐都算是好的,最怕毒蛇出没,埃博拉病毒肆虐,会伤及生命。”

目录

引言 一切成功的教育都是和谐的教育 \ 1

第一章 | 好的亲子关系是家庭教育成功的基石 3

家庭教育当然要讲道理,但是,光有道理很难有理想的家庭教育。家庭教育最深厚的根基是情感,最本质的追求是价值观,最鲜明的特点是家风,而对教育成败得失影响最直接的是亲子关系。

- 一 什么是良好的亲子关系 \ 4
- 二 亲子关系的重要意义 \ 19
- 三 亲子关系的基本类型 \ 33
- 四 影响亲子关系的因素 \ 46
- 五 不健康的亲子关系及危害 \ 60

第二章 | 父母心中的亲子关系困惑 73

信息时代动摇了父母的权威地位,孩子性发育提前让父母左右为难,而学业竞争压力更令父母百般无奈。集三大难题于一身的年轻父母,如不及时学习现代家庭教育理念与方法,怎能突破重围?

- 一 为什么今天的孩子这么难教育 \ 74

- 二 从容应对孩子的青春逆反 \ 84
- 三 理性对待孩子的偶像崇拜 \ 94
- 四 积极面对青春期性教育 \ 101
- 五 增强孩子的抗逆力 \ 109
- 六 引导孩子学会理性消费 \ 116
- 七 鼓励孩子与同伴交往 \ 123
- 八 培养孩子的自我管理能力 \ 137

| 第三章 | 父母最应重视的亲子关系问题 149

做父母的最难以容忍的往往就是孩子的叛逆,但叛逆恰恰是成长的重要标志。如果冷静分析或许会发现,孩子的叛逆中可能有珍贵的品质在生长,只要父母多一些尊重,用心去倾听、去引导,代沟有可能变成代桥。

-
- 一 孩子的成长需要自由 \ 150
 - 二 爱学是万善之源,厌学是万恶之源 \ 156
 - 三 尊重孩子的特点和兴趣 \ 163
 - 四 一诺千金从父母做起 \ 170
 - 五 亲子陪伴无可替代 \ 178
 - 六 别让失败的婚姻伤害孩子 \ 195
 - 七 让孩子自信地成长 \ 204
 - 八 尊重孩子玩的需求 \ 211

| 第四章 | 保持良好亲子关系的原则 219

教育的秘诀是真爱,良好的关系在于和谐。21世纪家庭教育的根本原则是两代人相互学习,共同成长,这是家庭教育成功的保障,也是家庭生活幸福的源泉。

- 一 教育的使命是人的解放 \ 220
- 二 教育的秘诀是真爱 \ 227
- 三 教育从尊重开始 \ 235
- 四 不要把孩子的特点当缺点 \ 248
- 五 向孩子学习,与孩子一起成长 \ 254

后记 \ 261

引言

一切成功的教育都是和谐的教育

如果有人问我,你能否用一句话说出家庭教育的关键?那么,我会这样回答:亲子关系好坏决定家庭教育成败。

人们几乎都能感受到这样一个现象:孩子如果喜欢他的老师,就可能喜欢这位老师的课以及他讲的一切;孩子如果讨厌他的老师,则可能讨厌这位老师的课以及他讲的一切。孩子对于父母或其他人的关系也基本上如此。其实,成年人也有类似的心理倾向,只是比孩子多一些理智罢了。

由此可见,关系的好坏是何等的重要啊!诚如绘画大师毕加索所说:“在和谐中一切都是可能的。”问题在于什么是好的关系。

什么是好呢?按照《辞海》的解释,“好”字有两层含义,首先是美的、善的、完成的、容易的、应允的、可以的,其次是喜爱的。

什么是好的关系以及怎么建立好的关系呢?《心理学大辞典》在“关系家庭疗法”词条中解释道:“关系伦理是一种基本的动力,通过信赖和信任可保持家庭和社会关系。其中公平感的动态平衡是最深远、最广泛的关系现象的集合。因为,每一个家庭都有其传统的行为模式,每个家庭成员都用它来衡量自己与其他成员所履行义务的程度。当不公平发生时,紧接着就应有补偿。关系中的问题往往是公平的补偿来得太迟或量太少,使关系中之一方感到不满足而造成。症状的发展可能代表了不公平感的积累。治疗的主要原则是在家庭关系中建立或重建可信赖感,并着力于