

# 把快乐 还给孩子



张盛林◎编著

## ——解读斯宾塞快乐教子法

- 最失败的教育莫过于：以霸占孩子的时间、剥夺孩子的快乐为代价
  - 最差劲的父母莫过于：让孩子背负着父母自身的理想弯腰前行
- 一本书全面解读著名社会学家**斯宾塞**最有效的亲子教育法



● 華中師範大學出版社

# 把快乐还给孩子

## ——解读斯宾塞快乐教子法

张盛林◎编著



华中师范大学出版社

**新出图证(鄂)字 10 号**

**图书在版编目(CIP)数据**

把快乐还给孩子——解读斯宾塞快乐教法 / 张盛林

编著. —武汉: 华中师范大学出版社, 2011.11

ISBN 978-7-5622-4904-7

I. ①把… II. ①张… III. ①儿童教育: 家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 074283 号

**把快乐还给孩子——解读斯宾塞快乐教法**

张盛林 编著

---

总 策 划: 段仁国

责任编辑: 胡 维 郑 光

编 辑 室: 对外合作部

出版发行:  华中师范大学出版社

选题策划: 北京快乐共享文化发展有限公司

社 址: 湖北省武汉市珞喻路 152 号

电 话: 027-67863040 (发行)

网 址: <http://www.ccnpublish.com>

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

字 数: 196 千字

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

版 次: 2011 年 11 月第 1 版

定 价: 29.80 元

责任校对: 刘 姣

电 话: 027-67867317

电 话: 010-63703893

邮 编: 430079

传 真: 027-67863291

电子信箱: hscbs@public.wh.hb.cn

印 张: 15.5

印 次: 2011 年 11 月第 1 次印刷

欢迎上网查询、购书

---

敬告读者: 欢迎举报盗版, 请拨打举报电话 027-67861321

## 前言

生命的本质是追求快乐。孩子从出生的那一刻起，父母就应该教给他追求快乐的能力。而这种教育要建立在一种快乐的教育方式上，要让孩子体验到受教育的快乐，而且将来依然能感受到这种教育带给他的快乐。这就是快乐教育。

快乐教育的观点最早是由 19 世纪英国的教育家赫伯特·斯宾塞提出来的。他认为，世界上最好的教育在本质上都是快乐的。通过对孩子天性的透彻分析和妥善驾驭，斯宾塞提出了快乐教育的教育理念，强调教育应该遵循孩子的心理规律，要符合儿童心智发展的自然顺序，并由此揭示出科学教育的最本质特征。

对于这种观点，英国剑桥大学教育家奎克评价道：“他的这种观点，是许多著名教育家的主张，这个观点预示着未来的教育。”美国哈佛大学校长艾利奥特则认为，很少有人像斯宾塞一样，在各个国家，各种阶层的人民中有那样大的吸引力，他是一位真正的教育先锋。

正如斯宾塞说的那样，在这个世界上有两种思想：“一种随着时代的变化而产生，也随着这个时代的结束而宣告过时，有的甚至随着时间的推移而被证明是错误的；另一种也是随时代的变化而产生，但却对人类有恒久的价值，就像宝石，经过时光的打磨，反而更加光彩夺目。”许多教育界人士认为，斯宾塞快乐教育的观点就属于后一种思想，在过去一百多年里，它深深地影响了各国的教育家、父母和老师。

快乐教育的根本目的是提高孩子的素质，教孩子学会以快乐的心态为人处世、学习，使孩子有幸福、快乐的童年，并能保持德、智、体、美等方面全面发展。把快乐还给孩子，目的就是通过改善心态让孩子获取快乐、体会快乐、体会生活质量。

教育家认为，任何教育的终极目的是使人获得成功，然而成功只是快乐的来源（要素）之一。相反，快乐是成功的必备条件，没有快乐的心态，一切努力都会显得苍白无力。就像斯宾塞多年研究指出的那样：孩子在快乐的心态下学习，效果是最好的。也就是说，快乐比成功更重要，如果希望孩子成功，那么首先要让孩子快乐。“把快乐还给孩子”就是这本书的初衷。

本书通过对斯宾塞“快乐教育”观点的解析，告诉父母：孩子快乐的时候学习效果最好；告诉父母：心情不好的时候，不要教育孩子；告诉父母：兴趣是学习和求知的最大动力，要引导孩子的兴趣，使兴趣变得持久，有目的，使孩子主动去学习，以及其他一些重要观点。

全书共分为九章，从阐述快乐的重要性开始，逐层抽丝剥茧，找出孩子内心不快乐的“虫子”，然后告诉父母让孩子快乐的重要条件：和谐的家庭环境、尊重和信任、良好的沟通、正确的批评和赏识、乐观的心态、用兴趣引导学习、内在品质。每个小节都由斯宾塞的名言引出，通过夹叙夹议的方式，在阐述快乐教育的观点的同时，推出快乐的教育法则，指导父母更好地教育孩子。

# 目录

## contents



### 第1章 成功无止境，快乐才是最高的追求

“快乐的，就是有益的。”这是斯宾塞对快乐的定义，他认为追求快乐是人生最高的追求，而并非追求成功、金钱、权势等，即快乐才是成功之道。心理学家们说，当一个人保持快乐的心境时，他更乐于尝试新事物和挑战自我，更容易建立良好的人际关系，保持强健的体魄，更容易自信地生活，让他变得快乐和可爱，从而不断走向成功。科学研究结果表明，快乐的性格并非天生，而应在孩提时代就去培养。

1. 快乐是孩子幸福的源泉 / 3
2. 每个孩子都应该拥有快乐的能力 / 7
3. 别让不快乐扼杀孩子的天赋 / 10
4. 孩子在快乐的状态下学习最有效 / 13
5. 快乐就是专注地做自己感兴趣的事情 / 16
6. 让孩子在玩中寻找快乐、释放天性 / 19
7. 给孩子一些独立的空间 / 22



## 第2章 不快乐是有原因的，解开孩子内心的结

凡事都有因果联系，孩子不快乐也是有原因的。当你发现孩子郁郁寡欢时，你要知道孩子可能遇到了不愉快的事情；当你发现孩子焦急地跑回来时，你要知道孩子可能遇到了麻烦；当你发现孩子总是沉默寡言时，你要知道他可能有某种恐惧，才导致不敢说话。总之，就像斯宾塞说的那样，正在发生的事情一定有原因，发现孩子不快乐，那么就找出不快乐的原因吧！

1. 找出孩子不快乐的原因 / 27
2. 恶言伤人，小心刺伤孩子 / 31
3. 算了吧，别让孩子完成你的遗憾 / 34
4. 你同情孩子吗，别急着做肯定回答 / 37
5. 何必苛求孩子呢，哪有十全十美 / 40
6. 关注孩子，少一点冷漠和麻木 / 43
7. 人前教子，最易伤孩子的自尊心 / 46



### 第3章 建立幸福的家，培育快乐的“花”

家是孩子心灵的港湾，家庭环境轻松愉悦，孩子就会感到快乐。家庭是否幸福，关系到孩子能否积极、健康地成长。斯宾塞说过，和谐的家庭环境是孩子成长的温床，在这种环境中，孩子才会像花儿一样绽放。因此，建立幸福的家，是保证孩子快乐的重要因素。

1. 你快乐，所以孩子快乐 / 51
2. 让家庭给孩子快乐的力量 / 54
3. 与孩子一起共进晚餐 / 57
4. 参与到孩子的游戏和活动 / 60
5. 选首欢快的歌，和孩子一起哼唱 / 63
6. 周末带孩子贴近大自然 / 66



## 第4章 尊重和信任，让孩子享受快乐的自我教育

斯宾塞说，上帝立志要天下人幸福，于是它赋予了每个人发展和完善自我的权利。孩子也有这种权利，理应受到尊重；孩子也有这种能力，理应得到信任。教育应该尊重孩子，尊重孩子什么呢？家长可以问一下自己：“我需要别人尊重我什么？”自然就得到了答案。尊重和信任是教育孩子的前提，是促使孩子逐渐形成自我教育、自制能力和责任心的重要条件。

1. 不做统治者，而做普通公民 / 71
2. 告诉孩子“你是为谁生活” / 75
3. 没有假如，生活就是取舍 / 78
4. 不做跟屁虫，要独立思考和判断 / 81
5. 让孩子体会自我努力的快乐 / 84
6. 失败是一种权利，允许孩子失败 / 87
7. 呵护孩子的天性，让他自然成长 / 90



## 第5章 孩子好与坏，在于沟通的成败

嘴巴除了用来吃饭，更重要的是用于沟通。父母与孩子之间能否进行良好的沟通，关系到亲子关系、家庭感情的和谐程度，关系到孩子的成长。斯宾塞说过，孩子的内心世界就像一个藏满秘密的盒子，这个盒子里有人物、动物、梦境、情绪，杂乱无章地堆在里面，父母应该经常打开看看，及时了解并引导孩子收拾一下这个盒子。他认为了解孩子的内心世界，与孩子保持沟通，是快乐教育的第一步。

1. 利用游戏走进孩子的内心世界 / 97
2. 坐下来耐心地听孩子倾诉 / 100
3. 向孩子倾诉，让他感到受重视 / 103
4. 认真对待孩子提出的问题 / 106
5. 学会与孩子商量，避免生硬的命令 / 109
6. 给孩子写信，委婉地沟通 / 113
7. 善于把握和孩子聊天的机会 / 117
8. 父母不对时要放下架子，向孩子道歉 / 121



## 第6章 批评讲技巧，还别忘了结合赏识

批评是重要的教育手段之一，赏识是教育的基本原则。面对孩子出错时，批评是必不可少的，但要讲究方式方法，最大的艺术是在批评中暗含赏识，在赏识中结合委婉的批评，使孩子明白父母既相信自己，又对自己的缺点不满意，这样孩子就会带着父母的信任，去深刻地认识错误，认真地改正错误，并在整个过程中保持快乐的心态。

1. 以快乐的心态对待孩子的错 / 127
2. 迂回地批评，维护孩子的自尊 / 130
3. 拒绝喋喋不休，批评要适可而止 / 133
4. 小心一棒子把孩子“打死” / 136
5. 一手肯定一手批评，两手都要硬 / 139
6. 让孩子在自然惩罚中学会自省 / 142
7. 多点宽容，再给孩子一次机会 / 145
8. 表扬孩子越具体越奏效 / 148



## 第7章 心晴时，即使下雨也是晴

斯宾塞说过，孩子很容易受到家长的影响，如果他感受到了家长的积极，他就会慢慢获得一种美好的人生感觉，信心倍增，人生目标感也越来越强烈。紧接着，别的孩子就会被他吸引，因为人们总是喜欢跟积极乐观者在一起。所以，父母要努力在孩子的心理播撒阳光，让孩子用积极的心态去生活和学习、去影响他人。

1. 凡事有两面，让孩子往好处想 / 153
2. 帮助孩子排除不良情绪 / 157
3. 培养孩子健康的好胜心 / 160
4. 用积极的暗示激励孩子 / 163
5. 教孩子学会快乐的自我暗示 / 166
6. 让孩子坚信“苦中有乐” / 169



## 第8章 激发兴趣，让孩子在快乐中学习

斯宾塞认为，孩子在快乐的时候，学习任何东西都比较容易；相反，在情绪低落、精神紧张的状态下，他的信心会减弱，这时即使一个伟大的教育家都没有办法让孩子学好。所以，如果某个学习内容不能引起孩子的兴趣，就应该放弃它。在孩子感到疲倦之前，也应该让他停止学习，这样才能保护孩子的学习兴趣，使他在接下来的学习中保持快乐。

1. 请相信孩子的智力 / 175
2. 用兴趣引导孩子快乐学习 / 179
3. 好奇心让孩子自主学习 / 182
4. 不要用惩罚和暴力强迫孩子学习 / 185
5. 善于观察是孩子学习的开始 / 188
6. 写作是换种方式“说话” / 191
7. 阅读是快乐求知的重要方式 / 195
8. 不要让分数毁了孩子 / 199



## 第9章 内在决定境界，培养孩子的意志品质

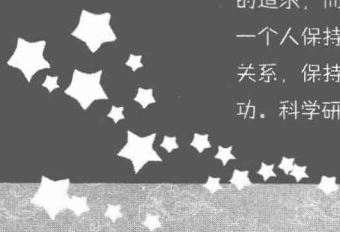
一个人的道德意志品质，跟他一生的发展、生活、工作乃至身体都有直接的关系。因为道德意志品质影响甚至决定一个人的品质，而品质则决定命运。在斯宾塞看来，如果希望让孩子健康地成长，成为一个有用之才，除了给孩子提供好的衣食住行等生活条件，还应该重视培养孩子的道德意志品质，让孩子成为一个有内涵、有素质的人。所以，父母要努力让孩子在快乐的氛围中成长，接受良好的道德意志品质教育。

1. 让孩子懂得珍爱自己 / 205
2. 关心别人，温暖自己 / 209
3. 帮助别人是快乐之本 / 212
4. 教孩子用爱心编织快乐 / 215
5. 心宽才能脸笑，快乐就是这么奇妙 / 219
6. 知足常乐，享受当下的生活 / 222
7. 养成诚信的好习惯，快乐永相伴 / 225
8. 心怀感恩，无比快乐 / 228

## 第1章 成功无止境， 快乐才是最高的追求



“快乐的，就是有益的。”这是斯宾塞对快乐的定义，他认为追求快乐是人生最高的追求，而并非追求成功、金钱、权势等，即快乐才是成功之道。心理学家们说，当一个人保持快乐的心境时，他更乐于尝试新事物和挑战自我，更容易建立良好的人际关系，保持强健的体魄，更容易自信地生活，让他变得快乐和可爱，从而不断走向成功。科学研究结果表明，快乐的性格并非天生，而应在孩提时代就去培养。





## 1. 快乐是孩子幸福的源泉



快乐的，就是有益的。在对所有教育培养效果的检验上，我们应该用是否使孩子愉快、兴奋来作为标准。

——赫伯特·斯宾塞

孩子降临到人间，为的是做什么？显然不是为了经历痛苦、忍受折磨，而是为了享受生活的快乐，体味生命的意义。很多家长总是以“都是为你好”为由，强迫孩子学这学那，殊不知，孩子在被逼的情况下学习是不会快乐的，学习效果是不会好的。更可怕的是，这对孩子是没有益处的。

斯宾塞说过：“快乐的，就是有益的。”既然孩子连快乐都没感觉到，试问他会觉得做一件事是有益的吗？斯宾塞认为，在对所有教育培养效果的检验上，家长更应该用是否快乐作为衡量的标准。同样的道理，在正常情况下，健康的活动是愉快的，使孩子感到痛苦的活动是不健康的。

8岁的女儿一直很想学拉丁舞，于是胡女士尊重她的意愿，给她报了拉丁舞的兴趣班。兴趣班的课程在周末，胡女士有时间，就经常陪女儿去，有意无意接触到很多妈妈，这些妈妈碰面就是谈孩子的学习，语气中多半是失望，没有欣赏和肯定，总是说孩子令她们“操心”、“烦人”、“孩子笨”、“贪玩”之类的话。在她们眼里，教育孩子是一件痛苦的事情，只有奉献和牺牲，没有快乐的收获。

胡女士不是这么认为的，她认为首先要让孩子快乐，孩子才有可能把学习搞好。而当自己看到孩子快快乐乐时，也会发自内心地开心。每次女儿练完拉