

为人父母

家庭教育十人谈

Being Parents
Ten Forums on Parenting Education

杨雄 主编

父母怎样成就子女的幸福人生？
教育的力量如何惠泽每一个孩子？
叶蓉、黄豆豆、秦畅、张怡筠……
十大高手为你指点迷津，
把孩子培养成才。





为人父母 家庭教育十人谈

Being Parents

Ten Forums on Parenting Education

杨雄 主编

图书在版编目(CIP)数据

为人父母:家庭教育十人谈/杨雄主编. —上海:
上海人民出版社, 2017

ISBN 978-7-208-14472-9

I. ①为… II. ①杨… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 094814 号

责任编辑 罗俊华

为人父母

——家庭教育十人谈

杨 雄 主编

世 纪 出 版 集 团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.co)

世纪出版集团发行中心发行

上海华业装璜印刷厂有限公司印刷

开本 890×1240 1/32 印张 6.25 插页 2 字数 117,000

2017 年 5 月第 1 版 2017 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-208-14472-9/G·1848

定价 28.00 元

《为人父母家庭教育十人谈》编委会：

编委会主任：杨 雄

编委会副主任：吴 敏 强 浩

编委会成员：陈 敏 王翠芳 魏莉莉 郁琴芳

谢 赟 郭 颢

主 编：杨 雄

执行主编：魏莉莉

执行编辑：刘 行

序 言

一、家庭是人生的第一所学校

教育是衡量一个国家文明传承和经济社会发展水平的重要指标。习近平总书记在 2015 年新春团拜会上讲话中指出：“家庭是社会的基本细胞，是人生的第一所学校。不论时代发生多大变化，不论生活格局发生多大变化，我们都要重视家庭教育，注重家庭、注重家教、注重家风。”

从社会结构而言，家庭作为社会的最基本单元，营造良好的家风、弘扬家庭美德是构建和谐社会最为重要的基础，更是社会文明程度的重要考量标志。从人的发展规律而言，家庭是个体生命成长的最为主要的外部环境。从教育的环境而言，家庭教育作为一切教育的基础，是教育的重要组成部分，既是学校教育的重要支撑和有益补充，又与学校教育、社会教育共同构成了“三位一体”的综合育人格局。

无独有偶，同年 10 月国家主席习近平在伦敦出席全英孔子学院和孔子课堂年会开幕式致辞中，再次提到了孩子的教育问题。他指出：“由英国广播公司制作的纪录片《我们的孩子够强吗？》，该片对比了英式教育和中式教育，在中国网络播出，

使中国广大家长认识到张弛有度于子女成长中的重要作用，但中国孩子玩得太少了，要让他们多玩一玩。”

客观地说，改革开放近四十年来，中国的教育取得了举世瞩目的成就，为现代化建设培养了一亿多大学毕业生。当然，我们学生的学习压力尤其是升学竞争方面的压力仍相当大。高考、中考指挥棒，经层层放大，最终将压力传递到了每一个家庭，导致学生学业负担始终得不到减轻。一方面，我们天天喊“减负”，另一方面，我们的家长又一直被迫给孩子“施压”，这是一个悖论，一直是我们学校、家庭乃至全社会必须共同努力、认真思考的一个社会议题。

正如知名教育家吕型伟先生曾感叹：“今天我们的教育能到愉快这个水平吗？我说过我们的‘小皇帝’顶多只能享受到6岁，6岁一上学，就从皇帝变成了‘奴隶’。过去讲溥仪是从皇帝到平民，我们的孩子比不上溥仪这个末代皇帝。中国的传统文化中最突出的两个字就是‘听话’。稍稍懂事就教育孩子要听话，小时听爸爸妈妈的话、上学听老师的话、工作了听领导的话，似乎听话是中国人的为人之本。”

中国家长一边在生活上过分疼爱自己孩子、一边又在学业上无休止地“催逼”孩子。其实这与中西方家庭代际传递文化有关。中国代际关系是“反哺模式”、西方是“接力模式”。前者对子女几乎是无限责任，所以才会有“啃老一族”。在西方个体主义文化下，成年子女与父母同住就表明子女没有独立生存的能力。

在我看来，我们的教育观念是受“木桶理论”影响太深。中国家长喜欢告诉孩子，去补最短的一块“知识”，家长不停地督促孩子改正其不足，弄得孩子一点自信也没有。而我参观过的荷兰，该国的教育，不管是学校考试也好，公司培训也罢，首先问你擅长什么？特别感兴趣的是什么？那么弱点和缺点怎么办？没关系，还有“团队合作”训练，你不擅长的地方有另一个擅长此道的同事与你互补来共同完成。

好在如今有越来越多的中国家长，开始更多关注孩子的行为习惯与人格培养。最近上海社科院青少年研究所完成的一项有关家庭教育代际比较问卷调查显示，家长和学生认为最重要的品质排在前三位均是责任感、独立和宽容尊重他人；家长最看重责任感，学生则最看重宽容、尊重他人。尤其是一些国外留学回来的年轻父母，越来越多关注如何让孩子真正为了兴趣而学习、为自己而学习。这说明经过这几年家庭教育的科学普及，广大家长尤其是年轻父母的育儿观念已经开始有了明显改变，这是令人喜悦与欣慰的转变。

二、学校要帮助孩子“扣好人生第一粒扣子”

2016年习近平在会见第一届全国文明家庭代表时强调：“广大家庭都要重言传、重身教，教知识、育品德，帮助孩子扣好人生的第一粒扣子，迈好人生的第一个台阶。”并指出家庭教育要从小处着眼，家长要做好示范，有关部门和专业机构要共

同“科学有序”地大力推动家庭教育工作。

“人生的扣子从一开始就要扣好。”习近平总书记在不同重要场合多次强调要引导和帮助青少年学生扣好人生的第一粒扣子。总书记用十分通俗、形象、准确的语言强调了对青少年进行正确人生观教育的重要性。所谓“扣好人生第一粒扣子”，实际上包含了以下几个内涵：一是教师要帮助学生从小树立正确的人生观、价值观。观念是行动的指南，正确的观念才能引导出正确的行动，正确的行动才能产生好的结果，人才能走向圆满幸福。二是在确定好正确人生观的前提下，成人社会要帮助青少年树立远大的理想。观念重在当下，理想关诸未来，圆满的人生须要既关注当下，又要成就美好的未来。三是要有积极的行动，正确的观念须要付诸行动才有意义，美好的理想更需要不断地努力才能实现。

由此可见，“扣好人生第一粒扣子”是何等重要！衣服的扣子扣错了可以重来，而人生第一粒扣子如果扣错了，要想纠正将会相当困难，一旦错误的观念形成，要想改变它，要花费很大的力气。所以古人讲：“入门须正，立志须高”，意思就是要走好人生开始最关键的几步。如何才能帮助学生“扣好人生第一粒扣子”，习总书记为我们学校德育提出了一个重大的教育课题。

在我看来，尤其是进入互联网时代，引导孩子首先知道自己将来“需要”什么这一点非常重要。这是因为如何走好未来生活道路的每一步，都是由人生目标与信仰决定的。孩子在12

岁到18岁的时候，是树立理想的关键时期。尤其是我们学校和老师要创造条件让他自由选择，他自己会做决定，但你需要提供环境，引导他，并且尊重他的决定，帮助他去实现。

人生目标选择为什么重要？哈佛大学对一群智力、学历相似的人进行了25年的跟踪调查。3%有清晰且长期目标的人，大都成了顶尖的成功人士；10%有清晰短期目标的人，大都成为专业人士；60%目标模糊者，能安稳工作生活，无特别成绩；27%无目标的人，经常失业，生活动荡。尽管我们孩子中绝大多数终将成为普通人，但是，扣好人生“第一粒扣子”，培养孩子如何在平凡的生活与工作中找到快乐、幸福与平静，仍是我们学校家庭教育需要做的首要工作。

三、家长肩负孩子顺利步入社会的第一责任

从教育社会学视角观察，我们过去传统的教育“顺序模式”，即家庭教育、社会教育和学校教育分别先后在个体成长过程中发挥各自的重要作用，正在转变为一种新的“重叠模式”，即在儿童和青少年成长的每一个阶段，家庭教育、社会教育和学校教育都相互联系地共同发挥着整体的作用，形成一种整合的优势。因此，这三种不同的教育机制如何能够有机地结合在一起，也已经成为当代教育研究的一个重要课题。为此，家长、老师要帮助、指导青少年顺利步入社会。

首先，让孩子在规则与自由中健康“成人”。“自由过度”

导致孩子任性放肆。婴幼儿有以自我为中心的思维特点，如果一切都顺应他的本性，会导致为所欲为的倾向。孩子长大后产生的许多不良行为习惯，如好动、不服管教、攻击性强都与父母过度顺应孩子的自由需要有关。自由过度实际上就是放任纵容，对培养孩子的社会性和责任心是不利的，使孩子“长”不出个性却“长”出任性。

“规则过度”导致孩子缺乏个性。有的父母走向另一个极端，他们认为听话的孩子让父母省心，很少惹出麻烦事儿来，这种观念多表现在控制欲望比较强的父母身上，长期生活在这种环境中的孩子，做事和思维的依赖性比较强，害怕尝试新事物，而且调整情绪变化的灵活性比较弱，这将影响孩子的创新意识与个性成长。我们需要培养孩子既规则又自由的教育策略，没有规则的自由是放任，没有自由的规则是遏制，都是家庭教育不得法的表现，理想的状况是把握好规则与自由的张力，这样的孩子既有责任心，又有开拓性。

其次，培养和发展学生的思考力、悦纳心和执行力。爱因斯坦早就预言，一个人提出问题的能力比解决问题的能力重要。想象力远比知识重要。爱因斯坦说这个话的时候，人们还不能够切身感受到这些话里蕴藏的奥秘，但在现在互联网时代，这一道理已经成为一个个生动的现实。当代青少年最重要的是具备如下四种能力：（1）悦纳自己与抗逆力；（2）整合、迁移信息的学习力；（3）独立思考与表达力；（4）承诺与坚执的执行力。这些与知识和文凭无关，但在当代快速变化、变动、变

革的社会特别重要。我蛮欣赏北京十一中李希贵校长的一句话：教育最大的成功是培养出自我悦纳、充满自信的学生。一个人的心理健康与否，有一个重要的指标，那就是他能不能接受自我，这叫“悦纳自我”。每个人都有优点和不足，关键在于自己如何看待。既要看到自己的优势，还要了解自身的弱点。

另外，人类正处于一个“充满中断的时代”，随时被打断，时间的碎片化越来越强。科学家发现，处于这种多任务切换状态的人，其智商的下降比吸大麻还厉害。在2004年，美国加州大学欧文分校的信息学教授格洛里亚·马克(Gloria Mark)带着她的研究生在两个美国的科技公司的员工那里做了一千小时的观察。他们发现，办公室里的员工平均每11分钟就会被电话、电子邮件或同事打扰一次，而他们的注意力重新回到早先的任务上则需要25分钟之久。这些数字让人困惑：如此一来，人们如何能把工作做完呢？因此，掌握知识与对知识的记忆能力在信息社会中的重要性已让位于对信息整合与迁移能力。在互联网上，信息对每个人是公平、平等的，关键看如何处理、应用与“结构化”。

执行力则是指培养孩子从小把自己梦想、想法变成行动，把行动变成结果，从而保质、按时完成任务的能力。天下大事必作于细，古今事业必成于实。虽然绝大多数孩子将来岗位平凡，分工各有不同，但只要埋头苦干，都能在平凡工作岗位做出自己的一番业绩。而好高骛远，结果终究是一事无成。如

何培养良好的执行力？我认为，责任心和进取心是做好一切事情的首要条件。责任心强弱，决定执行力度的大小；进取心强弱，决定执行效果的好坏。而训练孩子“执行力”应从培养孩子好的行为习惯开始，今日的事今日毕，自己的事自己完成。并且要提醒孩子学会尊重他人、“尽量不麻烦别人”的良好习惯。

第三，发现孩子兴趣比单纯开发智力更重要。在这一点要特别提醒家长，一定要有正确的教育理念，对于孩子的培养，什么是最重要的？不在于孩子能考多少个100分，而在于把他培养成为一个“完整”的人。首先要让孩子对生活和学习充满热情。一项关于儿童兴趣与幸福感调查显示，如果有一件事情是孩子最喜欢做的，而大人又创造条件让他做这件事，那么他一定会很有幸福感。人有先天的基因，孩子的学习能力不完全是与生俱来的，但也不完全由后天的训练形成，而是由先天基因给出了某些能力和许多能力发展的框架，需要后天的经验来启动和发展。

其实，所谓“开发智能”的说法并不太科学。智能有多种，对人的智能多元化的理解，澳大利亚人认为土著人只有音乐和体育才能。而中国现在流行的是，每个人都有多元智能，什么都可以学好，唱歌跳舞都去发展。但事实上，一个人不可能样样都好。其实，人一生中一定有一件事情他做起来最省力、学得最快。如果有一件事情是孩子最喜欢做的，而且他最擅长，而你又创造条件让他做这件事，那么他一定会很有成

就，也会很有幸福感。

由我担任总策划的“上海市家庭教育高峰讲坛”至今已举办了三年，今年是第四年。论坛始终坚持大众性、科学性和公益性，先后邀请了30多位在各自专业领域作出突出贡献、在培养孩子上也做得较出色的各界人士来讲坛“授道释惑”，受到了广大观众的捧场与大力支持。依据大家建议，我们每年将嘉宾讲演稿整理编辑成书，目的是希望能让更多家长、老师和有志于做家庭教育工作者分享经验。

家庭教育是一件功德无量的公益事业，做公益我们是认真的，我与我的团队将乐此不疲地坚持下去。在2017年“家庭教育十人谈”出版之际，随手写下如上感受与感言。

是为序。

杨雄，记于上海社科院社会学研究所

2017年4月8日

目 录

001	人生最重要的功课	秦 畅
021	与孩子共同成长	黄豆豆 粟 奕
033	看得见彩虹的幸福	叶 蓉
045	我把三个儿子送入斯坦福	陈美龄
058	让孩子成为“情商高手”	张怡筠
070	沐阳上学记	萧 萍
084	出得去也回得来	卢慧文
103	做最好的自己	于朝晖
132	爱是孩子一生最好的守护	封莉容
156	教子的“第三种力量”	黄静洁
178	后记	

人生最重要的功课



秦畅，上海广播电视台东方广播中心首席主持人，主持中国新闻名专栏、上海优秀媒体品牌《市民与社会》节目。曾获中国新闻一等奖、全国长江韬奋奖、全国广播电视播音员主持人金话筒奖、全国女职工建功立业标兵、全国青年岗位能手、全国“三八”红旗手、上海市第十二届十大杰出青年等荣誉。

上海市家庭教育高峰论坛已经举办两届，其间有家庭教育领域的权威大咖，还有不仅在自己的本职专业领域取得非常丰硕的研究成果，也可以反哺家庭教育的专业工作者。因此当我收到邀请时，第一反应是拒绝的，心想作为一名学生的我怎么有资格在这样的场合发表演讲。但是转念一想，我是一名13岁孩子的母亲，在陪伴女儿13年的成长过程中，作为妈妈的我也有很多收获。所以今天我想和大家分享在陪伴女儿成长过程中的一些故事，讨论其经验教训，希望能够引发今天在场各位家长的一些共鸣。

一、“为人父母”——一门困难的功课

我是一个在养育孩子方面一丝不苟的母亲。我会绝对依照着书本上的知识养孩子，如果书上说加辅食 50 毫升，那我绝对不会放 51 毫升，甚至不惜和我的父母因为育儿的问题分道扬镳；我是曾经为了女儿吸吮手指的问题整天焦虑，从包括百度在内的所有渠道，再到民间偏方，所有有可能改变孩子不良行为习惯的方法都试了个遍的“疯狂妈妈”；我是曾经在女儿小升初时，使出了浑身解数，把“洪荒之力”都用上，整天有点癫狂的母亲；我曾经也是一个每天捧着《好妈妈胜过好老师》之类的育儿书籍仔细阅读学习，将它视为人生标杆，又在后来的实践过程中不断推翻，矛盾迷茫的母亲……在座的各位家长一定和我有类似的经历，所以我想今天和大家一起共同学习、发现问题，并且探讨这些问题带给我们的思考。

我从 2000 年成为上海一档新闻时政类的谈话节目——《市民与社会》的主持人，至今已 16 年了。在节目进行教育话题时，好多学生家长打电话来表示和自己的孩子之间有隔阂，比起父母，孩子似乎更加信任别人，甚至是未曾谋面的陌生人。那节目让我意识到原来做父母根本不是想象的那么容易，孩子需要的也许并不是那种全心全意投入的爱。我开始思考为什么为人父母那么难？为什么我们看到一些高知社会阶层的父母恰恰成为亲子关系问题的失败者？我一直主张不要把妈妈和老师

做对比，她们在孩子那里是两种生物，没有任何可比性。我一直反思，教育在今天社会中究竟出了什么问题？为什么做父母那么难？

最早开始微信的时候，我写过一段话：曾经散养的社会，闪烁着灵光的孩子熠熠生辉，当进入圈养社会，最有可能被打压的恰恰也是闪烁着灵光的孩子。所以在一个教育高投入的当今社会，家长为了孩子愿意投入所有的精力、财力，但是孩子却难以承受。独生子女时代的孩子输不起，家庭的高投入承载着对孩子的无限期望，在这种期望的念想之下，我们的孩子只能成功不能失败。

这些年来从中央到地方，教育经费不断增加，更舍得在职业教育上增加投入，然而，大学生却感慨，就业越来越难，企业也苦恼，找不到可用的人才，供需之间存在着结构性矛盾。德国北部是工业区，那里的人以父辈做工人、技师为傲，他们觉得子承父业顺理成章。因为整个社会拥有公平的保障制度，多少年来德国文化对于人们身份的界定不存在阶层差距，因此他们在自己的文化圈子、阶层里可以活得游刃有余。而中国社会追捧“唯有读书高”这个思想文化，恰恰是这样的文化实现了中国社会几千年来稳定的代代相传，成为阶层流动社会制度的保证。而在今天它成了束缚社会的文化——单一性。这种文化与社会需求和时代进步产生了冲突。

当我们的社会正在朝着身份不成为唯一的决定社会资源分配要素原则的方向发展时，当我们的社会能够允许人除了读书