

忠告天下父母

ZHONGGAO TIANXIA FUMU
YIBA YAOSHI KAI YIBA SUO

一把钥匙开一把锁

浙江少年儿童出版社

孙云晓教授谈科学的教育方法

孙云晓 方 奕 著



关于孙云晓

30年来,珍贵的教育成果,创新的科学教育方法,赢得了中国千万父母极大的认同。

20年来,已出版40余部著作,《夏令营中的较量》震撼全国。

10年来,150多个城市,1000余场青少年专题研究报告,场场精彩。



你是合格的父母吗?
做父母需要上岗执照!



忠告天下父母

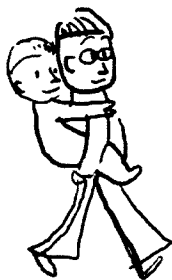
ZHONGGAO TIANXIA FUMU

YIBA YAOSHI KAI YIBA SUO

一把钥匙开一把锁

孙云晓教授谈科学的教育方法

孙云晓 方 奕 著



浙江少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一把钥匙开一把锁: 孙云晓教授谈科学的教育方法 / 孙云晓, 方奕著. —杭州: 浙江少年儿童出版社, 2007. 2

(忠告天下父母)

ISBN 978-7-5342-4254-0

I. 一… II. ①孙…②方… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 158364 号

责任编辑 袁丽娟

装帧设计 赵 洋

责任印制 阙 云

忠告天下父母

一把钥匙开一把锁

孙云晓教授谈科学的教育方法

孙云晓 方 奕 著

浙江少年儿童出版社出版发行

(杭州市天目山路 40 号)

钱江彩色印务有限公司印刷 全国各地新华书店经销

开本 880×1230 1/32 环扉 1 印张 7.5 字数 160000 印数 1—20000

2007 年 2 月第 1 版 2007 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 978—7—5342—4254—0 定价: 12.50 元

(如有印装质量问题, 影响阅读, 请与购买书店联系调换)

从新疆阿尔泰山南麓喀纳斯湖边那座红顶木屋里的雪夜长谈开始，一个初中二年级女生的父亲与他的朋友——著名教育专家孙云晓进行了持续的深度对话，像探险一样，探索着各种各样的教育方法。



ZHONGGAO TIANXIA FUMU 写在前面的话

孙云晓

大约是2005年的深秋,香山的黄栌叶子变得赤红如火的时候,我的老朋友袁丽娟从杭州来到北京。20年前她就编过我的稿子,16年前为我出版过《痛苦——快乐之门》一书。此次见面,她特约我写家庭教育方面的书,并且要“最好的”。

朋友之托让我为了难,难在一个“好”字。说实话,这些年我也出了一些书,写书的心淡了挺多,但一个“好”字还是让我有些激动。

2006年元旦的早晨,我6点就醒了,因为一个奇妙的灵感向我袭来。我想,以往作者写书都是一人对天下,写得好与坏、对与错,谁也奈何不了他。今天,我写家庭教育方面的书是写给父母们看的,如果采取直接与父母们对话讨论的方式,岂不是更有针对性和实用性吗?我在中国青少年研究中心工作近20年,科研人员里许多都是为人父母者,常以孩子为聊天内容。大家可想而知,同事聊天谁会去说些假大空的话呀,一般都是说些切身之感甚至是肺腑之言。于是,我决定做一次全新的尝试,从科研人员里找5

位孩子正读中小学的父母，与他们深度对话，探讨家庭教育中最重要的、最棘手的各种前沿问题。

兴奋之际，我不到8点就给袁丽娟打了电话，那是一个阳光灿烂的早晨，她当即表示赞成。她非常关心内容的设计，而对于内容我是自信满满的。我一向认为，为人父母需要有上岗执照。今日世界有上万种职业，几乎都需要持证上岗。譬如汽车司机，没有驾驶执照是不能上路的，即使有驾照，一旦违章被警察扣了驾照，也只好乖乖待着，有车也不敢开。于是，我就万分纳闷，做父母几乎是人世间第一艰难而复杂的职业，为什么就不需要任何执照呢？怪不得许多孩子有问题，原因之一就是父母“无照经营”的结果。呼吁父母持证上岗，眼下似乎是个浪漫的想法，但我敢预言，这迟早会成为一项法律的规定。我在全国各地巡回讲演的过程中，在上千万的父母听众那里，看到了太多太多伤心的泪水和绝望的眼神。于是，我开始久久地思考，可否将包罗万象的家教内容，简要地概括为一种便于掌握的基本方法。

34年从事儿童教育和研究的经历，尤其是做了24年父亲之后，我发现，仅靠某一种具体方法的教育可能会失败，因为孩子是千差万别的，没有哪一种方法可以适合所有孩子的教育。再说，思想的不同决定了同一方法的效果不同，这表明任何方法都离不开观念的指导。因此，家庭教

育的成功需要一套综合的方法,即将理念、方法、心理、生活方式和亲子关系融为一体,而又简明扼要通俗易懂。经过多年积累并与诸多专家学者反复探讨,我终于总结出了五元家教法。毫无疑问,要提高孩子的素质,首先要提高父母的素质,这种前素质教育是教子成功的关键。

一般来说,父母的教育素质,包括教育观念、教育方式和教育能力三大要素,具体可以归纳为五个元素,即现代的教育理念、科学的教育方法、健康的心理、良好的生活方式、平等和谐的亲子关系,将这五大元素融会贯通即为五元家教法。

我为什么要将五元家教法设计成五本书呢?因为教育是复杂的,五元家教法中的每一个元素都包含了丰富的内容,值得父母们去深入探讨。今日中国的经济和教育都在高速发展,但在以升学考试为中心的应试教育高压之下,许多地方的学校教育和家庭教育都出现了高度扭曲。譬如,相当多的中小学生父母经常对孩子说:“只要你把学习搞好了,别的什么都不用你管。”这句话非常值得警惕和令人深思,因为它反映出一个明知错误而为之的国民共识。从本质上来说,中国出现了“教育荒废”的严重现象,也就是说,学生的学习负担虽然越来越重,但真正的教育被荒废了,因为教育的核心不是传授知识而是培养健康人格。在这样的背景下,推广应用五元家教法的意义是现实而重大的。

经过 10 个月的艰苦奋斗,这套名为《忠告天下父母》的丛书终于摆在了读者朋友的面前。我感到欣慰,因为这的确是一套追求真心、真情、真理的家庭教育专著。在这里,我首先要感谢我所在的中国青少年研究中心,因为五元家教法正是在这里长期研究的收获。我要感谢浙江少年儿童出版社的鼎力支持,感谢责任编辑袁丽娟的慧眼慧心,感谢与我密切合作的同事王琬玲、方奕、弓立新、孙宏艳和张纯颖。同时我相信,任何一本书的价值都是由作者和读者共同完成的。广大父母朋友的成功实践和青少年一代的健康成长将是本书价值的最好证明。

为了方便与读者朋友联系,我留下有关联系方式:通讯地址:北京市西三环北路 25 号中国青少年研究中心,邮编 100089;孙云晓网站(www.sunyunxiao.youth.cn)可留言,也可以参加每月一次的网上聊天;孙云晓的博客(blog.sina.com.cn/m/sunyunxiao)可互动留言;孙云晓的网易邮箱(e-mail:9999syx@163.com)可收发邮件。

谢谢读者朋友!

2007 年 1 月于北京



本书送给天下父母的十个忠告

忠告 1:

只要你是警察式的父母,你的孩子就是“地下党”。你的教育方法越简单粗暴,孩子的错误和谎话就越多。

忠告 2:

用考试成绩作为评价孩子的唯一尺度,父母和老师就都变成了盲人。只有用多把尺子衡量人,才能真正发现孩子的长处在哪里。

忠告 3:

在家庭教育中,父母一般都很在意自己对孩子说了什么,这固然是重要的,但更重要的是你做了什么,因为孩子的特点是善于观察。父母千万不可忘记,儿童大多是研究大人的专家。

忠告 4:

网络游戏是一把双刃剑,控制得当是天使,控制不当是魔鬼。预防孩子网瘾的根本措施是,用成功的体验代替失败的体验,用丰富的生活代替单调的生活。

忠告 5:

教育的核心是培养健康人格。对于孩子来说，培养健康人格最有效也最重要的方法，就是从小养成良好的行为习惯。

忠告 6:

不刻意制造逆境，也不轻易向身处逆境的孩子伸出“手”。父母不要剥夺孩子在失败中成长的权利。

忠告 7:

虽然同在一个屋檐下，但当与孩子发生冲突的时候，或者孩子拒绝与你交谈的时候，给孩子推心置腹地写封信，平等地交换意见，可能是一个适当的选择。

忠告 8:

成功教育的奥妙在于：先设立一个较低的目标，让孩子体验到成功的快乐，然后再追求更高一级的目标。让孩子反复体验到成功，就会使他对成功怀有信心。

忠告 9:

靠一家一户的力量是难以教育好独生子女的，独生子女的父母们应当联合起来，变小家为大家，变独养为群养。

忠告 10:

在同一件事情上，父母的行为态度前后要一致，承诺的事情要兑现。对孩子说话算数是为人父母的基本道德。

目 录

教育孩子的前提是了解孩子.....

了解的前提是尊重 2

孩子也同成人一样有他们丰富的内心世界,需要得到尊重和肯定,而父母的尊重和肯定尤为重要,因为父母是他们生活中最亲近的人。

“蹲”下来看孩子的世界 8

成熟的父母,应当是善于了解孩子,善于与孩子沟通的父母。当孩子做出大人不能理解的事情时,父母应该平心静气地“蹲”下来,站在孩子的位置和角度,了解孩子的真实想法与感受。

别把孩子的特点当缺点 11

教育孩子是有规律的。从规律出发,就有效;不注意这个规律,就会冤枉孩子。教育孩子的前提是了解孩子,了解孩子的前提是不要轻易给孩子下结论。

透过撒谎看本质 15

孩子撒谎不撒谎很大程度上取决于父母的态度。父母的态度应该是:不管孩子犯了多大的错误,只要承认了,就应该给予谅解。一定要让孩子尝到诚实从宽撒谎从严的滋味,这是戒律,也是铁律。

了解孩子从倾听开始 19

倾听,最根本的方法就是忘掉我“自己”。当我们太

将自己放在心上,就很难去听孩子内心真正的话是什么。

了解孩子,才能发掘孩子的潜能.....

从兴趣中了解孩子的智能结构 24

人的智慧百分之八十决定于基因,百分之十七决定于训练,百分之三决定于偶然因素。

成功在于施展潜能 27

作为父母,应当及时发现孩子的潜能,精心培养。而对于孩子某些方面的无能和缺陷,则给予更多的宽容和理解。

会玩的孩子学习上有灵气 30

允许孩子做错事甚至“傻事”。因为有时候聪明的孩子也会做出一些让人难以理解的事,从这些事情中,可以发现孩子的兴趣和潜能。

不妨给孩子写封信 32

信息时代动摇了成年人的权威地位。在 21 世纪,平等是两代人沟通的基石。

秘密也是孩子长大的营养品 40

有秘密是独立的开始,秘密使生活变得神奇。这对孩子的成长有好处,他会意识到自己不简单。这就是

长大。

习惯决定命运

你会走路吗 46

伊拉克战争有个特点,由于失误,美国兵打死英国兵挺多的,但是英国兵打死美国兵并不多。这个跟他们的习惯有关系。

坏习惯是还不清的债务 50

人一旦养成一个习惯,就会不自觉地在这个轨道上运行。如果是好习惯,则会终生受益;反之,就会在不知不觉中受害一辈子。

培养健康的人格化习惯 54

习惯促进了儿童人格特质的形成和人格结构的优化。人格特质除了一部分是受遗传的影响外,大多数是后天环境和教育影响的结果。

习惯培养中的加减法 59

改正坏习惯比培养好习惯困难。人的行为习惯一旦形成,矫正非常困难。矫正任何不良习惯,都是在培养好习惯。

习惯养成越早越好 63

小树长歪了,很容易扳;树长大了就扳不过来了,硬扳就会扳断。儿童时期是习惯决定人格,成人之后是人格决定习惯。

习惯培养有方法

身教重于言教 70

作为父母,你怎么做比你怎么说更重要,因为孩子观察到的行为是他最相信的东西。孩子身上许多毛病,都可以在父母身上找到原型。

习惯培养的方法和步骤 73

父母要仔细观察孩子的行为,正确区分哪些属于好习惯,哪些属于不良习惯。不要仅仅出于自己个人的好恶去对待孩子的习惯。

习惯培养与环境 76

权威型家庭中成长的孩子具有更多的社会责任感和成就倾向;宽容型家庭中成长的孩子缺乏独立性;专制型家庭中成长的孩子缺乏社会责任感。

习惯培养的技巧 79

习惯的培养,需要一定的毅力坚持,也需要科学的方法和有效的工具。所谓方法,就包含了技巧,而工具就是奖励和惩罚措施。

习惯培养中惩罚原则的应用 82

一个孩子把手伸向狗,狗咬疼了他的手,他以后就不会再把手伸向狗,因为孩子受到了惩罚。

学习兴趣 and 习惯比考试成绩更重要.....

只要爱学习就有希望 90

没有一个孩子不希望学习好,这是人的本能。人生来就是一个学习者,好奇啊!爱学的人一定有快乐的感觉,快乐来自成功的体验。

习惯好,学习一定会好 93

孩子的学习习惯比他的分数更可靠,比名次更重要。一个爱学习也会学习的孩子,必定有许多良好的学习习惯;而一个不爱学习也不会学习的孩子,常常伴随一些不良的学习习惯。

理性对待孩子的学习成绩 100

父母千万不要强化成绩的唯一性、排他性,这对孩

子的成长非常不利。

如何激发孩子的学习兴趣 104

当你对事物有兴趣的时候,就好像钉子嗞嗞地钻进木板里去,很有劲的。什么事你要是没兴趣,就是给你一个棉花套,你都拱不进去。

父母做父母该做的事 107

父母和老师都是教育者,但两者性质是不同的。父母对孩子更多的是人格的教育,是情感的、情趣的影响。

让孩子爱学习、会学习是父母最大的本事

.....

如何指导孩子的作业 114

父母在孩子写作业时给以必要的辅导、点拨和启发,不但应该,而且必须,但不应该是那种包罗万象的“陪写”、“陪读”。

如何对付孩子学习马虎 118

行为训练有不少方法,比如:注意力训练、听觉能力训练、记忆能力训练、观察力训练……都会对纠正马虎的毛病有很好的效果。

关注孩子的非智力因素 122

留心看看身边的人,会发现许多成功的人,多数并不是智力超群者,而是善于向别人学习、善于利用他人智力的人。

享受成长 125

父母和老师应当与孩子相互学习,共同成长,否则的话你会觉得孩子问题成堆。父母要用心体验孩子成长的乐趣,教育孩子不是受罪,而是一种享受。

唤醒孩子心中沉睡的巨人

每个孩子都是金子 130

世界上根本不存在差生。差生的概念是错误的,是给一些在某些方面暂时落后的学生贴的标签。每一个差生都是一个彻头彻尾的冤假错案。

唤醒孩子的潜能 133

每个人都渴望被尊重。“好孩子”是在赞扬和鼓励中长大的,“坏孩子”却是这方面的“穷人”。那些看似没有自尊的孩子,恰恰最渴望被人看得起。父母和老师需要的只是两个字:“唤醒”!

如何对待孩子的过失 138