



穷养富养不如

王国志◎编著

如果您希望自己的孩子**循规蹈矩、胆小怯懦、毫无主见**，您不必关注这本书！

如果您希望自己的孩子**独立自信、勇敢坚强、敢于创新**，请您一定不要错过这本书！

放养

Qiongyang
FuyangburuFang
YANG

用爱和自由培养最棒的孩子

天津科学技术出版社



穷养富养不如
放养

王国志◎编著

天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

穷养富养不如放养/王国志编著. —天津:天津科学技术出版社,2011.4

ISBN 978 - 7 - 5308 - 6258 - 2

I. ①穷… II. ①王… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 047727 号

责任编辑:石 崑

责任印制:白彦生

天津科学技术出版社出版

出版人:蔡 颢

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话(022)23332398(事业部) 23332697(发行)

网址:www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

天津新华印刷三厂印刷

开本 710 × 1000 1/16 印张 20.25 字数 280 000 千字

2011 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

定价:32.80 元



不要以爱的名义阻碍孩子成长

前段时间，我买了一棵芦荟，放到家中，唯恐它长得不好，就每天给它浇一次水，隔天往花盆里上一次肥。心里想着，这下水也足了，肥也足了，应该长得好了吧。

可是，没过几天，芦荟竟然蔫了，叶子都发黄枯萎了，看着自己辛辛苦苦种养的芦荟变成这个样子，心里很是着急，就去找懂花的朋友咨询。

这位养花高手听了介绍养花的情况，微微一笑，对我说：“问题就出在你对花太关心了，芦荟不喜欢过多的水分，即使长时间不浇水也没有问题，你浇水过多，反而使它的根都腐烂了。”

听了养花高手的话，我似有所悟。

有经验的园丁种树养花，要做到三点：第一，根苗要健康茁壮；第二，要将根苗种在阳光充足、土壤条件合适的地方；第三，底肥要施足。这几点做好之后，剩下的事情就相对容易了。只要适当地浇水和施肥，遇上霜冻、虫害等紧急情况时采取必要措施，基本上树苗都会长得又高又直。如果总是放心不下，时时刻刻无微不至地关照树苗，并不一定能让树苗长得更快更好，弄得不好还会拔苗助长，甚至会像我种的芦荟一样“枯萎”。

其实，养育孩子又何尝不是同样的道理呢？

现在孩子都是独生子女，所以父母都对孩子关怀备至，唯恐受一点委屈。他们不让孩子动手做任何事，对孩子本来能做的事加以包办代替，把孩子当作婴儿一样看待，无微不至地关心爱护：他们在乎孩子衣服穿多穿

少，饭吃多吃少；他们对孩子察言观色，看到孩子脸色不好，就担心孩子不快乐，一定要向孩子问个究竟，没完没了地问，没完没了地安慰孩子；他们担心孩子“近朱者赤，近墨者黑”，就限制孩子与同伴交往；他们生怕孩子会犯错误，一看到孩子尝试去做一件事，他们就会想象出各样的负面因素，用它们来浇灭孩子内心里的“动机火花”……

父母对孩子的过度保护，增强了孩子的依赖心理，阻碍了孩子成长的渴望，以及为了成长而进行的各种尝试。结果就是把孩子培养成了纯洁的天使——纯洁无瑕，黑白分明，循规蹈矩，容不得模糊，接受不了阴影，不愿经历生活的艰难，不能承受负面的情绪。这样的孩子，进入同伴的群体，简直被看成是“天外来客”。在同伴的眼中，他们太幼小，常常被这样对待：“你是小孩子”、“不懂”、“不跟你说”、“一边去”。这时，他们会感到茫然无措，不知道什么地方出了问题。这样的孩子，正是因为太“好”、太“纯净”，只适合在天堂般的环境里生活，遭遇这个世界一些无法避免的脏污，他们会感到痛苦，不安全，无所适从，想找一个地方躲起来，这个世界让他们时常感到没法生存。

极端一点地说，对孩子的过度保护，就像过度关心所养的花草一样，只能使他们枯萎发蔫，最终在过于丰富的水分和肥料的包围之中死去。

所以，我们要学会放手，要学会让孩子自由成长。

现在推崇“穷养儿，富养女”，其实，不论“穷养”，还是“富养”，并不是单纯从物质上对孩子关注，更多的是对孩子精神的培养。

“穷养”不是说一定要破衣烂衫，残羹剩饭；“富养”也不是说一定要锦衣玉食，山珍海味。“男孩穷养”的本质是让男孩子从小多历练，“劳其筋骨，饿其体肤，”多明白生活的艰辛，使其坚毅挺拔，能吃苦耐劳，将来才可肩负重任；“女孩富养”的实质是用相对富足的物质保障带来精神上的呵护，培养女孩优雅的气质和良好的修养，长大后才不慕虚荣、不贪小利，明智而有主见。“穷养”、“富养”，培养的都是孩子自身的能力。

应该说，不论是“穷养”或是“富养”，其实质就是“放养”。

所谓放养，原本是指让动物离开人类的掌握，脱离家庭养护、圈养，回归到大自然中，让它们更具有本质的生存状态。

“放养”教育，就是尽量让孩子们能在自然属性、社会属性多一点的地方进行感性及理性的练习及指导，学会“自己的事，自己负责，自己解决”，养成凡事积极主动、自我行动的习惯。

孩子的成长需要独立性、责任心、选择能力、判断能力。一个孩子如果长大了还是只会背诵知识，听话被动，等着别人帮他作决定或做事情，那他进入社会就算不被欺负，也不会被重视。孩子要在这样的社会里生存、竞争、成功，就必须学会自主选择的能力。

就像树苗的种子里有长高长直的基因一样，大多数孩子都想做父母心中的好孩子，而且都有一定的自律和自我管理的能力。如果我们在为他们设定基本界限的前提下，少些控制约束，少些越俎代庖，少些婆婆妈妈，多给他们空间和自由，让他们自己去磕磕碰碰，他们的自我意识会觉醒得更早，他们的性格会更加坚强，他们的能力也会得到更充分的发展。一句话，他们会成长得更加茁壮。

在为人父母的经历中，有多少时候我们对孩子过度的爱成了他们成长的障碍。以爱的名义，我们为孩子遮风挡雨，有时也挡住了他们展望未来的视线；以爱的名义，我们给孩子搭筑暖巢，有时会忘了寒冷也是一种不可缺少的生活体验。

我们牵着孩子的手走了一程，该放手的时候还是得放手，再爱，我们也不能够陪伴他们一生。

不管做父母的多么渴望自己的孩子成材，多么希望自己的孩子成龙成凤，多么想自己脸上有光。但是说到底，做父母的，最希望的是孩子在成长的路上，有健康相伴，有快乐相随，能够自己独立自主生活，这才是最重要的。

穷养还是富养？我们一起来放养吧！

目 录

序 言

克服“管”孩子的冲动

- 再管管,孩子就真的完美了吗? 2
- 孩子不可能生活在真空中 6
- 让孩子将调皮进行到底 10
- 规矩太多会压抑孩子的天性 13
- 让孩子经历真实的生活 16
- 家长不是家里的统治者 19
- 放养的孩子更优秀 22

第一章

放养不是放任自流

- “放养”不是“放任” 26
- 溺爱不是放养 29
- “放养”的孩子更需要引导 32
- 放养,父母责任更重 34
- 做孩子人生的楷模 37
- 平等对待孩子 40
- 让孩子多了解父母 44
- 教会孩子保护自己 47
- 拒绝孩子的非分要求 51
- 强化孩子的责任感 55

第二章

放手,让孩子自由成长吧

- 孩子没有你想象的那么脆弱 62
- 孩子爱“玩”不是错 66
- 孩子,尽情鼓捣吧 71
- 让孩子到大自然中纵情玩耍 75
- 让孩子自己管理自己 78
- 放养的孩子更健康 82
- 自己穿衣,自己吃饭,自己睡觉 87
- 鼓励孩子去冒险 91
- 让孩子自己管理钱财 94
- 让孩子看些闲书 99

第三章

让孩子有一颗独立的心

- 不要将听话当标准 104
- 让孩子学会自立 107
- “不管”是最好的“管” 111
- 做“听话”的父母 114
- 不做“直升机”父母 117
- 不要对孩子过高的期望 120
- 好奇是孩子的天性 124
- 耐心对待孩子的“出格” 128

第四章

给孩子一个自由成长的空间

- 把选择权还给孩子 132
- 孩子的理想自己做主 136

• 不要打探孩子的秘密和隐私	138
• 尊重孩子的个人兴趣	142
• 尊重孩子的意愿和想法	148
• 给孩子自由的发展空间	152
• 尊重孩子的各种权利	155
• 尊重孩子的人格	159
• 欢迎孩子把朋友带回家	162
• 不要做孩子的监工	165
• 让家成为孩子的乐园	167
• 相信孩子是最棒的	171

第五章

懂得和孩子的相处之道

• 创造民主的家庭氛围	176
• 鼓励孩子说出心里的想法	180
• 永远用温和的态度对待孩子	183
• 不要拿孩子和他人随便比较	186
• 肯定和欣赏孩子的闪光点	189
• 坦然面对孩子的错误	192
• 让孩子懂得父母的辛苦	197
• 体罚孩子要不得	201
• 多表扬,少教训	206
• 和孩子一起分享喜怒哀乐	211
• 千万不要欺骗孩子	214
• 不妨和孩子一起“疯”	217

第六章

怎样说孩子才会听

• 永远不要否定孩子	222
------------------	-----

- 不要用命令的口气和孩子说话 226
- 莫把唠叨当爱心 229
- 不要对孩子使用“软暴力” 233
- 过度表扬要不得 237
- 注意和孩子说话的口气 241

第七章

善待孩子的小毛病

- 放任孩子的错误 246
- 别把孩子的心当捣乱 249
- 理解孩子的顶嘴 253
- 正确对待孩子的淘气 260
- 莫把任性当执著 264
- 正确理解孩子的撒谎 267
- 正确看待孩子报喜不报忧 271
- 正确理解孩子的坏脾气 274

第八章

如果孩子遇到了这些问题……

- 孩子爱看电视怎么办? 280
- 孩子迷上网络怎么办? 283
- 孩子玩游戏上瘾怎么办? 288
- 孩子追星怎么办? 292
- 孩子早恋怎么办? 297
- 孩子不愿学习怎么办? 302
- 孩子做作业拖沓怎么办? 305
- 孩子爱攀比怎么办? 308
- 孩子没有主见怎么办? 311

序

言

克服“管”孩子的冲动



控制欲望强的父母,总是担心孩子冻着,于是孩子不冷还给他强加衣服;担心孩子学坏,于是孩子和“坏孩子”说一句话就会暴跳如雷。在这样的父母看来,孩子的自发行为中有太多的可能失序行为的发生,于是他们努力控制。但最终他们收获了最大的失序——孩子叛逆成为一个他们所惧怕的“坏孩子”。

——心理学家 武志红



再管管，孩子就真的完美了吗？

有些父母对于孩子要求非常严格，总是将孩子紧紧地局限在自己的控制范围之内，他们总是希望自己的孩子能够更加完美，大到学习成绩，小到走姿坐姿，父母们无不希望自己的孩子能够胜过其他的孩子。

在父母心目中，在这个充满机会和竞争的社会里，应该一代更比一代强，子女的经济状况、社会地位甚至容貌都应该比自己的父母要好。如果连自己的父母都比不上，那么，孩子的人生就不能算是成功的。

可怜天下父母心，父母“望子成龙”“望女成凤”的愿望可以理解。但是这种愿望却往往给孩子带来巨大的压力，使孩子陷入一种精神桎梏。父母们如此追求完美，那么，孩子就真的会变得完美吗？我们来看看下面这个故事吧！

阿卡是一头猎豹，时常受到狮子和花豹的欺负。狮子有力量，而花豹非常灵敏，当阿卡猎食成功之后，他们常常会将阿卡的猎物抢走。所以，当阿卡有孩子以后，就决心将自己的孩子培养成最优秀最完美的猎豹，既有狮子的力量、花豹的灵敏，还要有自己的速度。

阿卡的孩子米西出生了，因为负载着母亲的期望，所以，米西的童年里根本没有欢乐，每天早上一睁开眼就要开始5公里越野。因为阿卡知道，

猎豹的最大缺点就是耐力奇差，所以阿卡想要通过5公里越野提升米西的耐力。

猎豹的体温会随着运动量的加剧而急剧攀升，以极速奔跑一分钟，体温马上就会上升到40℃，所以米西只能跑一会，就要停下来歇一阵子，跑一段，再歇一阵。让他感到心惊胆寒的是，每当他停下来，他就会听到母亲的怒吼，不得不打起精神来继续奔跑。

在阿卡的残酷训练之下，米西发现慢跑体温就不会上升，只要以不超过40公里的速度前进，体温就不会上升，他就可以很轻松地跑完5公里。但是阿卡从来就不会慢跑，因为猎豹的本能就是以120公里的时速去追赶猎物，这是猎豹的看家本领。所以她不知道自己的儿子变成了猎豹家族中第一头会慢跑的猎豹。

除了跑步之外，米西还得训练爬树。没过多久，它爬树的动作已经可以和花豹相媲美了。

阿卡成功了，长大之后的米西体格达到了妈妈的两倍，他健硕而不笨拙，在树上行动如履平地，而且耐力惊人。阿卡心里非常高兴，她已经将自己的儿子培养成了新的草原之王。

米西离开妈妈开始了自己的独立生活。几个月后，阿卡草原上遇到了自己的儿子——可是已经成了一具尸体。米西在练出了耐力的同时，却失去了猎豹赖以生存的高速奔袭能力，只会慢跑，却忘记了如何冲刺。他的爪子适应了抓抠树皮，却失去了极佳的抓地性能，用力过猛就会打滑。妈妈残酷的训练，使米西变成了一头只会四平八稳地慢跑的猎豹，一头失去了速度的猎豹，尽管看起来健壮威猛，但是却没有能力抓捕猎物。被妈妈寄予了厚望的米西就这样被活活地饿死了。

阿卡怎么也想不通，为什么自己塑造出如此完美的儿子竟然会被饿死？

阿卡没有想明白，很多父母更没有想明白。虽然这只是一个故事，但是同样的事情却几乎在所有的孩子身上发生着。在家长看来，孩子离成功只有一步之遥。他们聪明可爱、有趣活泼、近乎完美。只要再多一点点努

力，多一点点鞭策、激励，再多做一点儿……一切都会大为不同。在每个父母的心中，自己的孩子离“完美”就差一点点，他需要的只是一点点“逼迫”，就可以成长为最出色的孩子。

父母的高度期望，加上聪明、善解人意的孩子由于惧怕父母，或者想要讨父母的欢心，就会努力按照父母的期望努力。“你的钢琴弹得棒极了，只要每天再多弹一段时间，你就一定会成功。”

父母们更关心孩子“有可能怎么样”而不是他“已经做到了什么”。正是由于这样的想法，父母对于心目中的“完美孩子”不仅要求越来越高，甚至达到了变态的地步，一些本来是正常的行为也会被家长看成是一种很不好的习惯。

父母的殷切期望是可以理解的，但是对于失败或意外的结果，父母们却从来都没有考虑过。不要以为阿卡的例子只会在故事中出现，事实上，就在我们的身边，就有很多的“米西”。

李超菊是湖北某重点中学的骨干教师。由于职业的缘故，李超菊十分重视对儿子的早期智力开发，儿子三四岁的时候，他的智商和学识就明显超过了其他同龄孩子。

李超菊让孩子提前入学，5岁的孩子就被送到市里最好的小学，李超菊还为孩子制订了一套强制教育计划。为了实施这套计划，他在家下了死命令，除了偶尔让孩子看一会动画片儿，其他的电视节目一律不准看。孩子也没有辜负爸爸的期望，6岁的时候就能够背诵几百首唐诗。

一次偶然的机会，李超菊看到有人自己教儿子，仅仅花了4年时间就让孩子学完了从小学到高中的全部课程，并且考上了北京大学的少年班。李超菊决定让孩子退学，自己在家教育孩子，他决心打造一个完美的神童，也要让自己的孩子考上北大少年班。

为了完美的儿子，李超菊不惜辞去了工作，开始实施自己的“天才培养计划”。李超菊花费了大量的时间改编现有的教材，严格制订了四年的教学计划，按照高中生的课程，为孩子同时开设了语文、数学、英语、物理、化学、生物、历史、地理、政治等九门课程。孩子每天的学习分为四

个时段：早晨两节课，上午五节课，下午五节课，晚上四节课，课余时间还要背诵英语单词、数学公式等。

为了让儿子成才，李超菊不惜使用打骂等体罚手段，如果儿子犯了错误，就会被罚不准睡觉不准吃饭，甚至用教鞭抽打。有一次儿子做错了一道题，就被罚站，甚至连解手也不准去，最终孩子拉了一裤子，李超菊还说：“拉到裤子里就给我站着上课，就不会再犯错误了！”

在这样无情的管教下，孩子终于受不了父亲的残酷教育，选择了离家出走。所幸被追回来。最后，孩子的妈妈为了儿子的教育问题和李超菊大吵一顿，两人最终选择了离婚，孩子归母亲抚养。

父母想要使自己的孩子更完美一点，这本来无可厚非，但是如果不考虑孩子的承受能力一味地施加压力，不管是利用训练或仅仅是压力使孩子走向“完美”，造成的后果就是孩子自信力的丧失和自我价值的贬低。用外力改变孩子们的生活对于父母来说，并不是一件难事，但在促使他们变得更加“完美”之前，请先停下来思考一下，往长远之处多想一下：这样做是否真的对孩子有益？是否真的会让孩子更加完美？

当孩子靠自己了解到应该做什么，怎么去做，并且努力实现时，他才会真正感受到成功的快乐。用爱和包容对待我们的“近乎包容”的孩子。让他们自己去干，总有一天，他们的成功将会超乎你的想象。



孩子不可能生活在真空中

有的父母总是担心孩子的健康，所以什么都不让孩子摸，这也不准孩子玩，那也不准孩子动，理由就是脏，会得病的。

为了保护小孩子的屁股，要从日本网购原装进口的湿纸巾，要给家里桌子椅子的边边角角装上护套，在地面铺上塑料垫或者厚地毯，制造人为的柔软空间。当小孩喝奶粉之后出现一两次轻微抓挠，立即谨慎地换上抗过敏奶粉，哪怕价格接近普通奶粉的两倍，每个月为这个疑似过敏症状多花几百元。所有水果都尽量榨成汁或者削皮去核再给孩子吃，儿科医生说正是因为孩子吃的食物太精细而咀嚼不足，牙床发育迟缓，以至于语言能力发育推迟。我们为小孩买了真皮篮球，但当他接连两次把膝盖蹭破皮之后，他的篮球生涯可能就此提前结束了。听说有的幼儿园提供有孩子的全天候监控录像，就立即去报了名，这样理直气壮让孩子成为《楚门》真人版。我们看到游泳教练直接将自家小孩扔水里，小孩在水里挣扎，尽管教练一直在负责地看护着，还是恨不得当场跟教练拼命。

大部分孩子都在过度保护中成为“易碎品”，脑门上被家长贴着四个字：“小心轻放”。现在家长有超强经济实力，他们为孩子提供了一流的生存环境。去香港买奶粉、网购日本的原装纸尿裤这些都成为“常规动作”。有家长担心自来水水质不好，对宝宝健康有害，全家从不使用自来水，宝

宝喝的纯净水，68元一支；家里煮饭用的水低档一些，28元一支。有的家长担心买到的鲜奶品质不够好，甚至专门带着大冰箱去香港买鲜奶。有家长担心空气不好，雇了3个保姆分工打扫，家里务必时刻一尘不染，甚至进入孩子卧室中都要先用84消毒，试图为孩子制造无菌环境。

但是，这样的“过度保护”真的是在保护孩子吗？真的就能够让孩子生活在“真空”中吗？

朗朗是一个聪明可爱的男孩子，今年三岁了，这不，一开学，妈妈就把他送进了一家最好的幼儿园。可是，令朗朗妈妈没有想到的是，朗朗只要一进幼儿园，不是出现湿疹，就是感冒、腹泻。更奇怪的是，回到家就很快好起来。

朗朗的妈妈说，朗朗身体十分好，上幼儿园之前很少生病。但是，自从今年进了幼儿园，生病不断：进幼儿园的第一天，身上出现了大量红疙瘩，医生诊断是过敏性湿疹。家人赶紧将孩子接回家，湿疹很快就得到缓解，几天就消失了。几天后，他们又将孩子送进幼儿园，这一次孩子全身瘙痒，还长出脓包疮，只得又回家。

为何出现这种状况？医生经过询问发现，朗朗的妈妈有洁癖，她总担心孩子接触了不干净的东西会生病，所以给保姆定下很多条规定：除孩子的爸妈及婆婆爷爷外，不准任何人触摸孩子；每天必须给孩子换干净衣服；不能让孩子随便和同小区孩子玩耍；最忌讳接触泥土等“脏”东西……

医生总结道：由于孩子长期生活在“无菌”环境中，接触的微生物太少，导致自身免疫力低下，一旦与外界“亲密”接触，就会生病。

实际上，何止一个朗朗，现在这种患儿越来越多，尤其是生活在都市里的幼儿更易患这种病。医学上一直提倡“卫生假说”，即人是伴随病菌和病毒等病原体长大的，病原体会让人生病，但它同时也有助于人体自然防御系统的健康发展。

孩子需要健康的生活环境，并不是让孩子生活在没有细菌的真空环境