

放在父母枕边的书

FANG ZAI FU MU ZHEN BIAN DE SHU

战元川◎主编



新华出版社

放在父母枕边的书

主 编：战元川

副主编：丁春锋

编 委：斯琴高娃 毕圣杰 毕明媛

谷 静 于凤凤 唐守佳

新 华 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

放在父母枕边的书/战元川主编—北京：新华出版社，2013.12
ISBN 978-7-5166-0814-2

I. ①放... II. ①战... III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 319286 号

放在父母枕边的书

作 者：战元川

出 版 人：张百新

责任编辑：刘广军

装帧设计：潘爱萍

出版发行：新华出版社

地 址：北京石景山区京原路 8 号

邮 编：100040

网 址：<http://www.xinhupub.com>

<http://press.xinhuanet.com>

经 销：新华书店

购书热线：010-63077122

中国新闻书店购书热线：010-63072012

照 排：北京汉书鸿图文化传播有限公司

印 刷：北京市文林印务有限公司

成品尺寸：170mm×240mm 1/16

印 张：16

字 数：280 千字

版 次：2013 年 12 月第一版

印 次：2014 年 4 月第一次印刷

书 号：ISBN 978-7-5166-0814-2

定 价：35.80 元

图书如有印装问题请与印刷厂联系调换：010-63077101

序 言

收到战元川校长送给我的这本《放在父母枕边的书》时，我时而以一名教育工作者的身份在思考、时而以一名家长的身份沉浸其中，时而又以一个孩子的身份在聆听、在对话……我欣喜、我感慨于战校长所带领的团队，几年来在亲身感受与经历众角色中尝试、探索，站在“父母自我培养”的角度，让这本《放在父母枕边的书》帮助家长精心地把孩子养育成人。

当今的社会“父母间相互攀比孩子”的现象还是比较严重的。接送孩子时，幼儿园门口聚集的家长们：“我家孩子能背 300 首古诗！”“我家孩子钢琴、舞蹈、画画都在学着呢！”“我家孩子……”家长会上、亲朋好友聚会等场合，都是家长们互相攀比孩子学习成绩、作业质量、懂事听话等话题交流的“平台”，孩子活泼了嫌太吵、孩子太静了嫌太闷……亲爱的家长们只看到了孩子之间的差别，却没有看到自家孩子的父母与他家孩子的父母之间的差距。亲爱的家长，您懂自己吗？

一个有心的小伙夫可以成为一名高级厨师，一个有心的妈妈可以成为一名儿童教育专家。

家长作为和孩子接触时间最早、最长的关键人物，是“小环境”的主要经营者，日常生活中的每一件小事上如何引导孩子、如何处理和孩子

之间的关系，每一个细节都蕴含着某种教育机缘。对细节的处理水平，区分出了家长手中握着的是锄头还是刻刀——它使孩子的未来世界全然不同。因此，每一个孩子都需要有教育素养、有智慧的父母。

战校长在写这本书时，不仅站在一个研究者的角度去思考、更是以一位有智慧的家长的身份和角色来写的，她摒弃学者式枯燥的理论说教，而是采用生活中一个个鲜活的小案例，阐述科学的家教理念。书中既有丰富的实践经验，又有教育学素养；既有思考力度，又有很强的可读性，尤其紧跟每个案例之后的“妙计锦囊”、“温馨提示”，为家长提供了行之有效、捏来即用的家庭教子技巧，为家长真正提供了非常实用的养儿育女的思路、方法，并且书中众多方法的相并出现，都建立在一些共同的教育理念上。

正确的教育理念如同一把万能钥匙，可以打开不同的锁结。表面上看，本书各篇文章都独立地谈某一问题，事实上所有的观点和方法都有内在的一致性，当你读完所有的文章时，会有一个比较清晰的理念框架进入到观念里——遇到各种问题时，大家基本上就会明白该如何去做，“方法”自然会来到你身边，成为你家庭教育的法宝。

亲爱的家长，把这本书放在您的枕边，随手拈来，她会与您对话，帮助您成为孩子的智慧的父母！



2013年6月20日于北京

前 言

前苏联著名教育学家苏霍姆林斯基曾把儿童比作一块大理石，他说，把这块大理石塑造成一座雕像需要六位雕塑家：1 家庭，2 学校，3 儿童所在的集体，4 儿童本人，5 书籍，6 偶然出现的因素。从排列顺序上看，家庭被列在首位，可以看得出家庭教育在塑造儿童的过程中起到很重要的作用。为此，家长了解家庭教育的重要性是十分必要的。教育是一项系统的工程，包含着家庭教育、社会教育、集体教育，三者相互关联且有机地结合在一起，相互影响、相互作用、相互制约。这项教育工程离开哪一项都不可能，但在这项系统工程之中，作为最基础的家庭教育，它应该与社会、教育部门共同担负起教育下一代的任务。

家庭教育是学校教育和社会教育的基础。家庭教育在加强未成年人思想道德建设、构建和谐社会中具有不可替代的作用。但“什么样的家庭教育是好的教育？”“怎样进行家庭教育？”却是让许多父母感到头疼的问题。在社会形形色色所有职业中，父母是可以不用经过任何培训、考核、持证上岗的。其实做父母比开车要困难得多，但是开车需要经过专门的培训，拿到驾照之后才能够上路，否则就是无证驾驶，会受到严

惩。即使有了驾照，一旦违章被警察扣了驾照，也只能望车兴叹，不经过再次培训就无法驰骋马路了。而我们的父母大多都是没有经过专门训练，就可以“无照经营”。父母们望子成龙、望女成凤的迫切心理易使家庭教育偏离方向，家长们总喜欢把自己没有实现的梦想强加给孩子去实现。很多家长认为对于孩子的成长来说，学校教育才是关键，忽略了自己为人父母的教育职责，忽略了他们自己才是决定孩子命运的关键，他们不懂得与孩子一起成长的意义，不了解父母对孩子的教育影响孩子一生的发展。

在孩子成长过程中的逆反期该如何度过？做一名合格的家长应该具备哪些素质？良好的个人修养是成为合格父母的基本条件；科学的教育方法是教育观念和教育行为的综合体现；良好的生活方式是保证孩子健康成长的基石；健康的心理是孩子幸福成长的关键；平等和谐的亲子关系是家庭成功的要素等等。世界上没有两片完全相同的叶子，更没有两个完全相同的人。每个孩子都是独一无二的，面对孩子们一个个鲜活的个体，他们有自己的特性，家长们无法复制哪一个孩子的培养历程。

为了帮助家长朋友更好地开展家庭教育，更合理地处理孩子成长中的难题，本书安排了“育儿先育己——父母成长的起点”“智慧父母，打造和谐亲子关系”“入学，您准备好了吗？”“放飞心灵 关注成长”“点石成金——让孩子爱上学习”“好习惯成就好未来”共六章，三十个主题。每一主题包括“生活镜像”“妙计锦囊”“温馨提示”三个环节，从贴近家庭教育的小故事、小案例入手，提供给家长一些具体可行的方法，并针对家长易存在的家庭教育误区给予提示。力求使本书可以成为家长朋友的帮手，帮助大家解决家庭教育中的困惑，指导家长可以更好地做好家庭

教育工作,营造和谐的家庭氛围,为每个孩子的健康成长撑起一片晴空。

战元川

2013年6月10日

目 录

第一章 育儿先育己——父母成长的起点·····	1
1. 给自己考个“家长合格证”·····	2
2. 做漂亮影子的主人·····	12
3. 经常给自己充电·····	20
4. 父母该有美好的心境·····	29
5. 一起搭建幸福的小窝·····	37
第二章 智慧父母，打造和谐亲子关系！·····	46
1. 父母要学会向孩子“索取”爱·····	47
2. 给宝贝写信·····	53
3. 做儿子的“哥们儿”、女儿的“闺蜜”·····	64
4. 像莫言母亲那样宽容·····	78
第三章 入学，您准备好了吗？·····	84
1. 小学，我来啦！·····	85
2. 不一样的小学生活·····	91
3. 做学习的小主人·····	98
4. 孩子注意力需“练兵”·····	105

5. 我的生活我做主·····	111
6. 沟通, 让入学变得更轻松·····	118
第四章 放飞心灵 关注成长·····	124
1. 网外风景更好·····	125
2. 青春 不烦恼·····	131
3. 成功源于责任·····	139
4. 生命只有一次·····	147
5. 培养心胸宽广的孩子·····	160
第五章 点石成金——让孩子爱上学习·····	164
1. 给孩子最好的礼物·····	165
2. 插上想象的翅膀·····	172
3. 打开自主学习空间·····	182
4. 勿让陪练成为副业·····	194
5. 远离小磨蹭·····	201
第六章 好习惯成就好未来·····	209
1. 我家来了小客人·····	210
2. 做个勤俭节约的小卫士·····	217
3. 自己的事情自己做·····	224
4. 做时间的小主人·····	232
5. 做个干净的小宝贝·····	238

第一章 育儿先育己——父母成长的起点

天下没有不爱自己孩子的父母，可如何去爱，似乎成了当前父母们最大的困惑。

我们把孩子带到了这个世界，但如何对他（她）好？我们是否真的懂得孩子的需求？为人父母，这是需要下点功夫去了解的。孔子讲，这个世界上，只有极少的人是生而知之的，对大多数人而言，还是要学而知之。要想做一个好父亲，做一个好母亲，应当深入学习，尤其是在这个瞬息万变的时代！

1.给自己考个“家长合格证”

◎生活镜像◎

美国的爱迪生，只上了三个月的小学但后来却发明了电灯，成为20世纪最伟大的发明家。很多人都认为爱迪生是天才，其实，大部分人所不知道的情况是：爱迪生的母亲承担了所有教育的重任，要求极为严格，甚至让人无法想象。今天我们用上电灯，首先要感谢那位伟大的母亲！

儿子要文武双全，女儿要德才兼备，这是家长对孩子们的共同标准。而对自己，恐怕就没那么多要求了。厨师、车工、教师都要上岗证，为人父母也应该考个“家长合格证”才能上岗。这看起来很荒唐，而实则许多家长都忽略了甚至是不愿承担的一份职责。

我们经常发现以下现象：

所有的家长都说：“我很重视孩子的教育，甚至超过了其他父母”，还有大部分家长说：“我想尽办法，尽可能地送孩子去最好的早教中心，最好的幼儿园和最好的小学……不知道托了多少关系，花了多少钱……我已尽了最大的努力”。是的，所有的家长都无比重视孩子的教育，你

一定也是这样，对孩子尽职尽责，希望孩子早日成才。

但是，当遇到以下问题时，你是否又时常束手无策？

1.孩子不像你想象得那样热爱学习，更多情况下，是讨厌学习，虽然你说得口干舌燥，但仍然无济于事……

2.孩子总难使自己满意，不听话，经常胡闹，没有一刻能安静下来；孩子在学校里，总是问题多多，很多时候，不愿跟同学交流，上课时，又三心二意……

3.没有一件事能乖乖做好，丢三落四；电视永远看不够，每一刻都需要你在旁边；自己累得半死，但没见孩子有多大长进。

4.看别人报班，就为孩子报了很多，但是连自己都不知道为什么要那样做。

5.平时总是爷爷奶奶或保姆在陪着孩子，虽然感觉不太对，但自己实在太忙，也没有其他办法。

这些让人头疼的问题，是任何学校都解决不了的，因为老师总要同时面对几十个孩子，无法面面俱到，而更重要的是，这些现象的制造者其实是家长。当你如此焦虑时，可能会想，干脆让孩子自由成长吧。如此矛盾的心理，孩子的成长就非常容易出问题。做父母并不难，但要成为合格的、具备相应素质的父母却不容易。在一些伟人的经历中，我们总能够看到一个奇怪的现象，那些杰出人物的子女，大多十分平常。这是怎么回事呢？就遗传法则而言，伟人的孩子应该很优秀。那么，是什么原因使他们大多成为不肖之徒呢？不外乎两种原因，其一是伟人过于热心自己的事业，没有时间教育孩子。就像我们现在有许多家长忙于生计或成就事业，虽说目的都是为了给孩子一个优越的生活条件，但却忽

视了对孩子的教育；其二是他们不善于教育孩子。现在也有一部分妈妈，在家做“全职太太”，虽然对孩子的生活起居细致入微，可因此磨灭孩子的许多能力，使他们离开了妈妈就无法行走。

我们不妨再一起思考这样两个问题：

思考一：为什么农民能教育出很多好孩子，城里人却教育出很多问题孩子？

不少农村家长教育孩子很有智慧，他们往往会说三句话：“孩子，爸爸妈妈没有本事，靠自己吧。”“孩子，做事先做人，出去别害人。”“大胆出去闯，实在不行回家还有口饭吃。”可是，到了城里家长的口中，则变成了：“宝贝，好好学习就行了，其他事情爸爸妈妈来干。”“宝贝，出去别欺负人，别人打你也不要吃亏，一定要还手。”“好好学习，以后考不上大学，没饭吃也不要回来。”看来，教育之所以出问题是因重智轻德，一个孩子只有会做人、有德行，知道不伤害、不妨碍别人，他才有可能努力学习、有责任心。

思考二：现在教育出一个优秀的孩子是容易了还是难了？

家长们每天都在教育自己的孩子，可是怎样才能教育好孩子？想教育好孩子，必须回归教育的本质，做好两件事：其一，社会、家庭和学校的施教者们努力成为孩子的榜样，所谓上行下效；其二，帮助孩子树立基本的道德观并教其如何做人，所谓使其向善。

“现在很多家长把教育搞复杂了，越累的妈妈越不是好妈妈。”应该提醒父母，一定不要再说“好好学习就行了，别的都我来管。”不妨告诉孩子三句话：“爸爸妈妈相信你，什么事情都能自己干。”“如果你不干了，我们坐下来讨论。”“如果实在做不好，我来干。”其实孩子最快乐

的往往不是什么都由父母包办，而是能够自己独立地完成好一件事。

中国有句老话：“想什么有什么，怕什么来什么”。“如果家长都不觉得孩子能不断好起来，对孩子没有信心，那这个孩子能好起来吗？”只有家长对孩子有信心，孩子才会天天向上。有的家长总拿自己的孩子和其他孩子比，总是当着孩子面不断诉苦，其实如此不相信孩子是对他最大的不尊重。建议家长不妨引导孩子“自己跟自己比，这次跟上次比，今天跟昨天比”，这样会来得更有效。其实，无论是在美国还是在中国，孩子的优秀源自于爸爸妈妈的智慧。成才是家庭教育的理想目标，而成人是基本目标，包括身体健康和心理健康两方面。我们不鼓励家长与大环境脱节，家庭、校园和社会就是孩子成长的3个学校，3种教育都会对孩子产生至关重要的影响。既然无法左右校园，无法预知社会，那么，从可以把握的角度入手，放弃内心的焦虑与博弈，用一颗平常心，一种科学态度，宽容地看待每个孩子不一样的成长。

◎妙计锦囊◎

对于“父母”这项工作来说，想上岗并不难，但是想做得出色就需要多一些修炼了。好的父母，不仅仅要抚养孩子，更要保护他们并给予正确的引导。你得到吗？

养育孩子可不是件容易的事，它也许比你做的其他任何工作都更具有挑战性。

想把这件工作完成得更出色？你是不是具备“好父母执业资格”呢？

岗位职责一：交流

职责说明：少说多听

如果你的孩子不喜欢和你交谈，怎样才能跟他开始愉快的交流呢？那就先试着做一个忠实的听众吧。耐心倾听孩子的想法，这样他才会向你敞开心扉。千万不要把跟孩子的谈话演变成你滔滔不绝的说教，这可是很多父母在跟孩子交流时最容易犯的错误。

实施要领：要想成为孩子的知心朋友，并得到孩子的信任，首先你要留出固定的时间和他们交流，这段时间只属于你和你的孩子，不要被其他人打扰。然后你要做的就是认真地、安静地听他们说话。在听他们讲完以后，你可以帮他们理清思路，提出一些解决问题的建议。

岗位职责二：关注

职责说明：尽可能多地了解孩子

你希望孩子不要吸毒，酗酒？你希望他们的学习成绩不是一塌糊涂？你希望他们不要面临太大的压力？你完全可以做到这些的。最好的办法就是多了解孩子的情况，无论是在家里，在社区，还是在学校。

实施要领：你应该知道你的孩子呆在哪儿，和谁呆在一起。你还需要跟你孩子朋友的父母保持联系。尽可能多地一家人坐在一起吃饭，鼓励孩子多谈谈他生活中遇到的事情。你要关心孩子的生活，但不必过多干涉他的生活，你应该给孩子足够的空间，让他自己去探索。如果你从一开始就给孩子制定了合理的规章，你就更可以放心地让他去做了。相信他会做得很好！

岗位职责三：规范

职责说明：给孩子树立明确的价值观

如果你寄希望于你的孩子能够自然而然地成为好公民，你的希望多

半会落空。别指望他们的同伴、学校或媒体能教给他们正确的行为准则。你必须给孩子制定规则，让他们明白哪些举止和品质是非常重要的。

实施要领：你和你的丈夫(或妻子)希望孩子树立什么样的价值观？具备哪些素质？把你们认为重要的一一列出来，例如：诚实、礼貌、善良……再做出另一份清单，列出你们不希望孩子具有的品质。夫妇双方讨论以后，把你们一致认为孩子需要具备的价值观列出来。等孩子开始懂事以后，就可以把这些价值观经常灌输给他们。当然，最好能在定期举行的家庭会议上强化它们在孩子头脑中的印象。

岗位职责四：约束

职责说明：强化纪律的观念，并付诸实施

如果“纪律”这个词让你觉得很可怕，那么你一定没弄明白它的真正含义。纪律并不意味着拳打脚踢，它跟处罚甚至没有必然的联系。作为父母，务必深刻理会这个词的含义。没有任何纪律观念的孩子长大后在社会中必然会碰得头破血流，他可能为此付出一生的代价。如果父母从小就培养孩子的纪律观，长大后他自然会成为一个自信、成功的人；反之，后果不堪设想。

实施要领：让孩子生活在一个有章可循的家庭中。父母在处理问题时要做到前后一致，公平合理。经常告诉孩子你希望他们遵守的行为准则，并督促他们按照这些标准去做。这样坚持一段时间以后，你会发现你的生活变得更有序、更高效，而你的孩子在将来也会感激你今天所做的努力。

岗位职责五：直觉

职责说明：不要盲目效仿别人的规则

如果你的邻居从桥上跳下去，你会跟着往下跳吗？当然不会。但有