



本书被教育部电教办列为家庭教育指导师指定实践教程

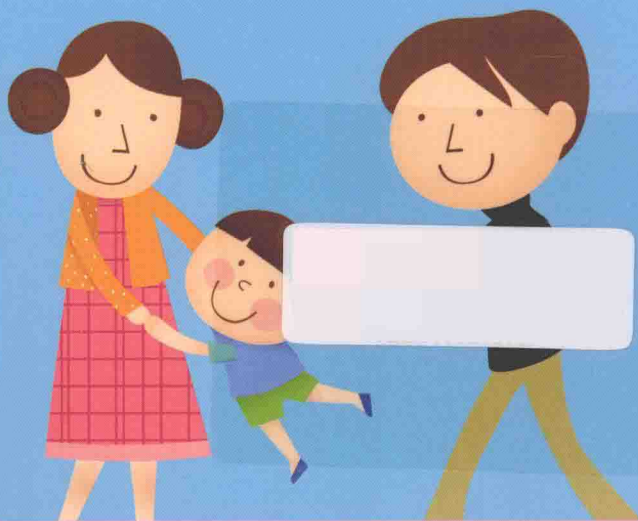


树立榜样，让父母成为孩子心中的学习典范

父母是孩子 最好的榜样

FUMUSHIHAIZI
ZUIHAODEBANGYANG

汪园黔◎著



一个人事业上再大的成功也弥补不了教育子女失败的缺憾！——李嘉诚

**父母的素质就像火山底下的岩浆，
积累得越厚实、越丰满，孩子成才的爆发力就越强烈。**



中国财政经济出版社

父母是孩子 最好的榜样

FUMUSHIHAIZI
ZUIHAODEBANGYANG

汪园黔◎著



中国财政经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

父母是孩子最好的榜样 / 汪园黔著. —北京: 中国财政经济出版社, 2014. 5

ISBN 978 - 7 - 5095 - 5303 - 9

I. ①父… II. ①汪… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 068770 号

责任编辑: 王彦浩 谢 飞

封面设计: 异一设计

责任校对: 甄 飞

版式设计: 丁丁图文

中国财政经济出版社出版

URL: <http://www.cfeph.cn>

E-mail: cfeph@cfeph.cn

(版权所有 翻印必究)

社址: 北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮政编码: 100142

营销中心电话: 010 - 88190406 北京财经书店电话: 010 - 64033436

北京富生印刷厂印刷 各地新华书店经销

787 × 1092 毫米 16 开 14.5 印张 171 000 字

2014 年 6 月第 1 版 2014 年 6 月北京第 1 次印刷

定价: 35.00 元

ISBN 978 - 7 - 5095 - 5303 - 9/G · 0138

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

本社质量投诉电话: 010 - 88190744

反盗版举报热线: 88190492 88190446

《父母是孩子最好的榜样》特邀顾问

何 萍	钟知法	谭慧达	俞智修	周智闻	卢智安
袁慧心	金慈念	鲍慧净	韩慧尚	黄爱梅	刘兆东
钟 涛	周刚毅	王智度	王慧悦	赵望窗	陈水根
邢素萍	陈修明	江先贵	沈国志	王立国	彭日升
林长喜	彭新元	吴军豹	周洁萍	姜 娜	彭 媛
季诚金	富 欣	李海燕	公凤英	刘 菲	孙 静
杨标青	靳东胜	曲淑文	晋力群	王贵宝	吴 凡
于俊奇	王秀丽	熊 磊	刘重华	熊家和	梁明春
邹金秀	邓永红	朱旭东	陈雪英	万凤妹	富筱宏

PREFACE

序 言

成就孩子的不是学校而是父母

近年来，随着人们对家庭教育的关注，越来越多的家长开始把家庭教育放在了教育的首位。对于孩子来说，家庭教育非常重要，因为成就孩子的，不是学校而是父母。

在孩子成长的不同阶段，父母都要“毫不吝啬”地给予鼓励和支持，这样才能为孩子营造良好的成长环境，这是保证孩子健康成长的前提，而健康的体魄和健全的心理又是成就孩子幸福未来的保证。

父母除了要用适当的方法表扬孩子，还需要学会巧妙地“批评”孩子，以免他们在成长过程中过于骄傲，从而养成一些不良的习惯和心态。

作为长期研究家庭教育的学者，我常对大家说：“教育要分清阶段，不能总说‘孩子还小’，不然他们真的长不大。”0~3岁、3~7岁、7~12岁、12岁以上的孩子，分别应该学会不同的技能，以保证他们能够逐步成长为德智体美劳全面发展的人，这也是所有父母的期望。正因如此，父母有必要为孩子树立榜样，通过榜样的力量引导孩子成长。

父母和孩子构成一个完整的家，孩子是父母爱情的结晶，所有父母都

希望孩子健康、快乐地成长。父母想要孩子幸福，就需要朝幸福的方向努力，尽可能保持家庭和睦，让孩子在爱的浇灌下健康成长。

与其他家教类书籍不同，本书并没有用过多的篇幅讲述如何指导孩子学习，而是用充满温情的话语，将“爱”融入家庭教育中。父母要以身作则，起到典范作用，才能为孩子打造一个健康温馨的港湾。父母的性格和价值观，决定了孩子的性格和人生观、价值观。

研究表明，能够保持良好夫妻关系的家庭，成员的身心健康指数更高，孩子也更加聪慧和优秀。

“家庭”在人们的心中占有至关重要的位置，为自己和孩子创造“无后顾之忧”的生活氛围，是父母们的首要重任。家庭和谐离不开所有家庭成员的经营，良好的家庭气氛会令父母的事业畅达、孩子的学业顺利。家是责任的代名词，每位有责任感的父母，都会为了家庭的幸福而努力。父母做得好，孩子就能从中体会到做人的真谛。中华传统美德和代代相传的优良家风，就会通过父母的言传身教传承下去。

当然，想要让孩子拥有美好的未来，父母还需要注重孩子成长的方方面面，引导孩子用正确的态度对待生活和学习，思路对了，成长过程就会少走弯路。

本书包括四大部分，十个单元，首先讲述父母如何保持家庭的和谐，再说夫妻相处之道，进而探讨家庭幸福的“秘诀”，最终将着眼点落在孩子的教育问题上。

第一部分：从父母的价值观、道德观入手，帮助读者找到维持家庭和睦的方法。教父母学会倾听家庭成员的心声，端正对孩子的态度，通过完善自己的观念，引领孩子走向更广阔的天地。

第二部分：父母是家的创建者，要想让孩子健康成长，首先要保持和谐的夫妻关系。因此，找出影响夫妻关系的因素，并找到破解的方法，用正确的态度去面对和改善，才能建立真正和谐的家庭关系。

第三部分：父母的言传身教是孩子最好的老师，不论生活还是工作，父母都应做出表率，孩子才能领悟什么是“积极的态度”。这部分内容主要帮助父母了解走向成功的途径，让父母成为孩子的榜样。

第四部分：让父母了解孩子成长的几个阶段和每个阶段的主要任务，让父母掌握帮助孩子建立正确的世界观，并拥有健全人格的方法。值得一提的是，这个部分将家庭教育的若干重点一一列了出来，并阐述了解决和改善的方法，值得读者借鉴。

相信通过这几部分的阅读，读者能够以更好的心态面对生活中的挑战，并掌握更多家庭教育的“技巧”。

特别值得提出的是，本书的每一小节都通过案例，列举出家庭教育中常见的错误，防患于未然。通过阅读这些案例，相信父母可以掌握孩子在不同阶段的心理状态，并通过运用正确的方法，解决孩子在成长过程中的问题和困惑。本书还通过列举生活中的场景，深入浅出地分析，诠释具体案例，把家庭教育过程中可能出现的问题一一列举出来，让父母掌握更多的妙招，能够更好地应对教育过程中的问题，最终成为“家教高手”。

相信通过阅读本书，父母们就能掌握更多的家教技巧，营造和谐家庭，成为孩子最坚实的精神支柱。

祝愿父母们都能学会用最正确的方式表达爱，陪伴孩子健康成长。祝愿每一个家庭都幸福快乐、生活美满！也祝福每一位家长都能成为孩子心中的“好榜样”！

CONTENTS

目 录

PART 1 好父母决定孩子一生

第一章 想让孩子幸福成长，父母应该怎样做？	/ 003
孩子幸福指数评估	/ 003
父母行为测试	/ 007
和谐是一种能力	/ 010
写下影响家庭和谐的事	/ 014
好父母不能“一本书看到老”	/ 016
改变影响家庭和谐的三种心态	/ 021
给自己、爱人和孩子各写一封信	/ 025
第二章 孩子道德品质如何，首要责任在父母	/ 029
什么是道德？	/ 029
恭、宽、信、敏、惠，你做到了吗？	/ 032
仁义礼智信与人的身心健康	/ 035
做人的根本——己所不欲 勿施于人	/ 039
做事的根本——行有不得 反求诸己	/ 042

第三章 父母有怎样的价值观，孩子就有怎样的人生	/ 046
思想决定命运	/ 046
你的一生到底要什么？	/ 049
梦想是人生命的源泉	/ 052
实现目标，无须等待	/ 055
一生要实现多少价值才够用？	/ 059
事业必经的四个阶段	/ 064
第四章 1mm 的改变让你拥有“榜样的力量”	/ 068
改变使你成为最大的赢家	/ 068
什么是成功？	/ 071
成功的十大步骤	/ 073
成功需要持久动力	/ 079

PART 2 美满婚姻是孩子成长的“摇篮”

第五章 揪出不幸福的“细胞”，尽早排除离婚隐患	/ 085
为了金钱分分合合	/ 085
精神空虚，幸福感无处寻觅	/ 088
感情不和，难以继续	/ 091
经济独立，不想再受约束	/ 093
婆媳不和导致婚姻破裂	/ 095
走到中途变了心	/ 098

第六章 成就幸福婚姻，给孩子一个完整的家	/ 103
真情：没有感情的婚姻是不道德的	/ 103
真心：心真一切真，心假一切假	/ 107
真诚：至诚无息	/ 110
互敬：敬人是被爱的前提	/ 112
配合：做TA背后的那个人	/ 114
包容：金无足赤，人无完人	/ 116
感恩：心存感恩天地宽	/ 117
修养：做好五伦八德	/ 119
齐家：家是齐的，而不是治的	/ 121

PART 3 做成功的父母，培养优秀的孩子

第七章 成功其实就这么简单	/ 127
正直：成就大业的根本	/ 127
教养：高素质带来好环境和好家教	/ 129
支持：家永远是你停靠的港湾	/ 131
努力：要有勇于奉献的精神	/ 133
交际能力：成功90%取决于人际交往能力	/ 135
第八章 平衡多重关系，成为交际高手	/ 138
怎样处理人际关系？	/ 138
与人交往重在吸收他人优点	/ 141
如何得到领导赏识？	/ 144

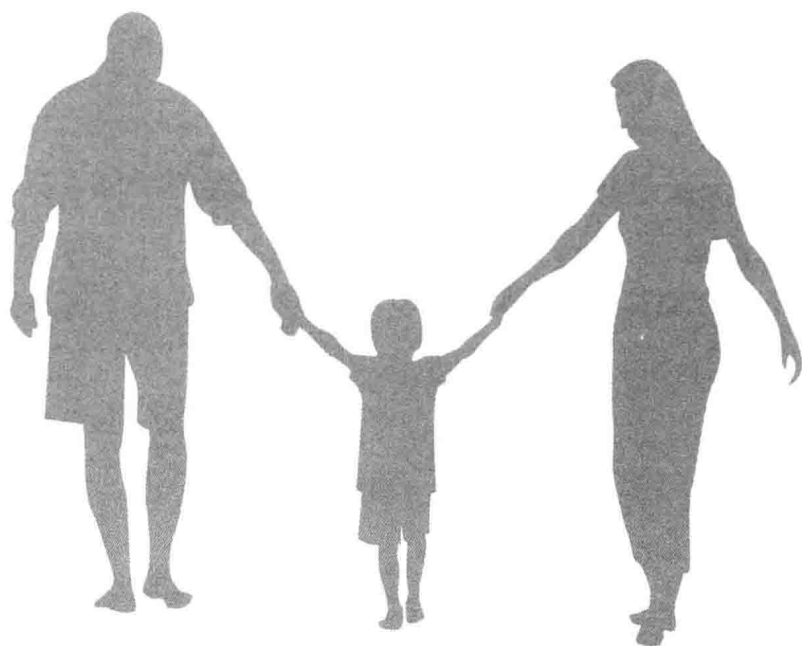
如何得到部下的信赖？	/ 146
如何让家庭幸福？	/ 148
与兄弟姐妹如何相处？	/ 151
交有益之友，绝无益之朋	/ 153

PART 4 家庭教育是孩子成才的关键

第九章 把握教育的四个阶段，让孩子赢在起点	/ 159
0~3岁写剧本——替他做	/ 159
3~7岁改剧本——教他做	/ 162
7~12岁做导演——陪他做	/ 164
12岁以后上台演——让他做	/ 167
第十章 培养高效能的学习生活习惯，给孩子美好未来	/ 171
让孩子主动做功课	/ 171
引导孩子自动自觉	/ 177
点燃孩子学习热情	/ 184
消除孩子心中迷惑	/ 188
让孩子变消极为积极	/ 193
变孩子的缺点为优点	/ 200
培养孩子的语言能力	/ 205
不要把爱变成自私	/ 208
犯错要及时纠正	/ 211
教育孩子爱人、宽容、行善	/ 215

PART 1

好父母决定孩子一生



第一章

想让孩子幸福成长， 父母应该怎样做？



孩子幸福指数评估

相信很多家长都有过这样的想法：如今的孩子生活水平提高了，却少了自己在童年时得到过的快乐。

如今的孩子真的幸福吗？几乎所有父母都无法肯定地回答这个问题，因为“幸福”是一种细水长流的感觉。父母长期对孩子表现出什么样的关爱和教育，决定了孩子是否真的幸福。现实生活中，很多父母对“幸福”的理解过于片面，或是觉得为孩子提供优越的生活条件就是幸福，或是认为把孩子将来要走的路提前铺好就是幸福。父母都想将最好的东西给予孩子，但是所谓“最好的”，往往是父母的一厢情愿，可能孩子真正需要的，你并没有给予。

媒体上常出现对孩子幸福指数进行评估的报道，结果多半不容乐观，

基于这样的事实，很多专家提出这样的疑问：父母缺乏幸福感，如何将幸福传递给孩子？

由此可见，家庭教育对孩子的性格培养至关重要，如果父母的关注点出现偏差，很可能会影响孩子的成长，所以说，幸福指数越高的孩子，父母的家庭教育水平也越高。

很多时候，父母并没有意识到自己的孩子是“不幸福”的，甚至自以为是地想：我已经尽力将最好的东西给他了，他应该很幸福。殊不知，孩子正在“痛苦”中备受煎熬，因为孩子的认知和感悟能力有限，所以父母们一定要及时了解他们的心理状况，以免在性格塑造的过程中出现不和谐的插曲，以至于影响孩子的发展，从这个角度讲，对孩子进行一次幸福指数的评估，就显得尤为重要了。

去年中旬，我参加了某位朋友组织的旅行，对其中一位小孩有很深刻的印象，他正在读小学五年级，是个调皮的小男孩，很显然，那次旅行让他非常兴奋，以至于旅途中常常手舞足蹈，欢呼雀跃。

然而有一次，我无意中看见他坐在小溪边发呆，这是我第一次见到他这样沉闷，于是走过去，与他攀谈起来，经过几天的接触，小家伙对我比较熟悉了，很愿意回答我的问题。

没过几分钟，我就将话题引向“家庭教育”方面，问道：“你觉得是在家里快活，还是在学校快活？”他想了一下，说：“我觉得在学校快活，我有很多哥们儿，老师也不会经常骂我，嗯……反正我就是觉得学校好，学校自由。”

我又问：“你的爸爸妈妈经常骂你吗？”他说：“我要是没好好写作业，考试成绩不好，或者说不想去上补习班，他们就会骂我，特别是爸爸，他

有时候很凶，我有点……怕他。”小家伙在说最后两个字的时候，明显放低了声音，说明他很胆怯，我故作轻松：“你没必要怕他们呀，我知道，所有的爸爸妈妈都是爱孩子的，爸爸妈妈之间也会互相爱护，你一定有一个非常幸福的家庭，你应该觉得家里是最温暖的。”

小家伙茫然地看着我，好像我在说“天方夜谭”一样，见他不回答，我加问了一句：“你觉得自己幸福吗？”他想了想说：“好像幸福，好像不幸福。”我笑了：“我倒是第一次听见这样的答案，你为什么这么认为呢？”

小家伙说：“爸爸妈妈经常为一些事情吵架，吵完了都不管我。有一次，爸爸还让我去爷爷家，过了几天，他们又来接我了，但是我很害怕，我怕真的有一天，他们都不要我了。”

听到这里，我明显感觉到眼前这个孩子，心里充满了不安全感。孩子们都害怕自己被父母“抛弃”，都特别渴望一个稳定的家庭环境，当家里充斥着争吵、谩骂时，孩子就会觉得学校是唯一的港湾，这就是他更喜欢待在学校的原因。

见孩子低着头，我不禁想聊一些轻松的话题，于是问他：“在学校里，你最喜欢和谁玩？”我原以为他会一口报出对方的名字，没想到他居然有些支吾，我故作开玩笑地问：“喜欢和谁一起玩，还要想半天啊，莫非是你的小伙伴太多，你都快要数不过来了？”

小家伙并没有如我一样笑，而是小声地说：“没有很多特别要好的哥们，我喜欢和赵星星玩，但是我好像不是他最要好的哥们儿，所以我不知道怎么回答你。”

我又问：“你觉得他是最好的哥们儿，你对他够义气吗？”小家伙马上说了一大通，讲述了他们之间发生的事情。听得出来，小家伙和同学们相

处得比较融洽，但是由于不知道如何表达情感，他和同学们很容易产生沟通上的障碍。这与他生活的家庭环境有关，孩子的父母常用责备的语言对待他，互相之间也经常指责，让他无法形成正确的沟通习惯，简单地说，他并不真的懂得如何表达感情。这样的孩子，如何能够体会到很多的幸福呢？

虽然只是一段简单的对话，却让我了解了这个孩子的“幸福指数”，说实话，评估结果并不理想。他的父母能够为他提供较优越的物质生活，却没有为他营造良好的心理环境，甚至父母间会经常用指责的语气责难彼此。对于孩子来说，他眼中的家是不和睦的，长久下去，他的安全感就大大降低了。还有，如果父母没有以身作则，用正确的方式对待家人、朋友、同事、陌生人等，孩子也无法用正确的方式对待身边的人。正如这个孩子，即便他喜欢与某位同学一起玩，也不知道如何表达友情。

一个人在未成年之前，能够感受到幸福，对他整个人生都存在不可或缺的意义。近年来，孩子的“幸福指数”受到越来越多的关注，而调查结果却不容乐观，作为父母，应当多关注孩子的性格发育和心理状况。

父母是孩子的第一任老师，也是成长过程中孩子最重要的老师，所以父母有责任为孩子营造温馨的家庭氛围，不要给孩子太多压力，尽可能多地鼓励孩子，夫妻之间要相亲相爱，相互理解，家庭成员之间要互相尊重。只有这样，才能为孩子的成长注入积极的因素，随之而来的，就是孩子“幸福指数”的提升。