

新中国第一代专业教育工作者、“家庭教育学”理论的首倡者

董鑑沅◎著

50年教龄老校长  
毕生育才心得

夸·管·放

培养子女成才的关键三招  
亿万中国父母急需的实用家庭教育学



50年教龄**老校长**  
**毕生**育才心得

董鑑沅◎著

# 夸·管·放

图书在版编目 (CIP) 数据

夸·管·放 : 50 年教龄老校长毕生育才心得 / 董鑑沉著. -- 北京 : 中国画报出版社, 2011.7

ISBN 978-7-5146-0169-5

I. ①夸… II. ①董… III. ①教育工作-经验-中国  
IV. ①G52

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 129223 号

夸·管·放

---

出 版 人: 田 辉

编 著 者: 董鑑沉

责任编辑: 张光红

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路 33 号, 邮编: 100048)

电 话: 010-88417359 (总编室兼传真) 010-68469781 (发行部)  
010-88417417 (发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbs.com>

电子信箱: [cpqh1985@126.com](mailto:cpqh1985@126.com)

经 销: 新华书店

海外总代理: 中国国际图书贸易集团有限公司

印 刷: 北京中印联印务有限公司

监 印: 敖 晔

开 本: 16 开 (787mm×1092mm)

印 张: 13.5

版 次: 2011 年 7 月北京第 1 版 2011 年 7 月北京第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5146-0169-5

定 价: 26.80 元



# 前言

在当今的中国社会中，由于每个家庭只有一个孩子，所以每个家长都十分关注自己的孩子，也都望子成龙、望女成凤，这种心情是可以理解的。而且，父母的这种渴望，和国家现在的人才发展规划也是相一致的，毕竟在复兴的路上，我们需要大批合格的、优秀的人才，才能真正实现中华民族的强国之梦！

有人说，孩子是父母梦想的延续。这句话从主观上来讲当然是没有问题的，毕竟每一个为人父母者，都希望孩子能够按照自己所设计好的路子走，去实现自己未曾实现的梦想；但从客观上来讲，这句话是有问题的，而且还是大问题，因为每个孩子都是一个独立的个体，每个孩子都有自己的理想，都有自己的追求。所以，作为父母，我们需要做的，并不是给孩子设计他的未来，而是发现他的天赋，激发他的潜能，然后引导他走上一条创造之路、成材之路。

而要教育好孩子，家长必须从孩子一出生就开始刻意对他进行培养，尤其是孩子在三岁之前，家长必须承担起全部的教育责任。而这一时期的教育，主要是从孩子的健康、性格、智力等方面入手，给予孩子更多的关爱和指导。当然，随着孩子逐渐成长，家长在教育方面所面临的问题和考验也将越来越多。比如：一向很乖的孩子突然不听话了怎么办？孩子学习成绩下滑怎么办？如何为孩子选择培训班？选择什么样的学校更适合孩子？如何与老师们进行配合教育孩子？什么是科学的教育方法？孩子出现问题或者犯了错误应该如何对待？建立什么样的家庭关系才是正常的？怎样尊重孩子的人格？如何对待孩子心理和生理上的变化……这些问题虽然看似微不足道，但如果处理不好，往往就会造成严重的后果。

为此，笔者根据自己五十多年的从教经验特意编写了这本书，对上述问题进行了较全面深入的探讨，如果家长朋友们能够从这本书得到一些启示，那将是笔者最大的安慰。

当然，必须指出的是，每一个家庭都有自己的特点，每一个孩子也都有自己的个性，即使是从同一个家庭里出来的两个孩子，在性格和智能上，也会有所差异。所以，笔者在书中所列举的这些例子，虽然都有一定的代表性，但家长朋友们在真正的实践中，还应该结合实际情况，取其可用之处，千万不要照搬硬套。

另外，在这本书中，笔者还针对当前教育体制所存在的某些问题，以及教育过程中还存在的一些不尽如人意的地方，提出了自己的一些看法，旨在提供一个探讨的园地。至于这些观点是否有道理，有没有参考的价值，则是见仁见智了。当然，如果大家认为笔者的一些观点过于偏颇，也欢迎给予批评指正。

本书的书名《夸·管·放》，是指好孩子都是夸出来的——这点体现在以正面教育为主；好孩子都是管出来的——这点体现在以引导启发为主。“放”是指家长要及早敢于放手，使孩子尽早融入到社会中去接受历练，使孩子尽早自立成才。

总之，只要能够达到教育好孩子的目的，除了原则不能变，方法和方式是可以不断变化的。衷心祝愿所有的家长，都能够用自己的爱心和智慧，培养出真正健康、快乐的孩子。

董鑑沅

2011年5月于北京



# 目 录

|                           |    |
|---------------------------|----|
| 1.教育是成才的关键因素 .....        | 1  |
| 2.每个孩子都有巨大的潜能 .....       | 3  |
| 3.孩子的智力是可以开发的 .....       | 5  |
| 4.孩子的性格是可以塑造的 .....       | 10 |
| 5.塑造孩子完美的性格 .....         | 14 |
| 6.给孩子创造一个营造智力的环境 .....    | 18 |
| 7.如何培养孩子的各种能力 .....       | 21 |
| 8.如何训练孩子的注意力 .....        | 25 |
| 9.如何培养孩子的观察力 .....        | 30 |
| 10.如何培养孩子的探索精神 .....      | 34 |
| 11.如何培养孩子的创造力 .....       | 36 |
| 12.如何培养孩子的自信心 .....       | 39 |
| 13.帮助孩子养成良好的习惯 .....      | 43 |
| 14.如何帮助孩子改掉不良习惯 .....     | 46 |
| 15.细节决定孩子的健康 .....        | 50 |
| 16.如何在意外事故中保证孩子的安全 .....  | 57 |
| 17.孩子在外面遭到劫持或者威胁怎么办 ..... | 63 |
| 18.孩子上小学前应做好哪些准备 .....    | 65 |
| 19.孩子在中学阶段的学习方法 .....     | 70 |

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 20.如何帮助孩子安排好假期生活 .....   | 74  |
| 21.如何看待孩子玩电子游戏 .....     | 77  |
| 22.如何与老师建立良好的关系 .....    | 80  |
| 23.理智看待各种培训班 .....       | 86  |
| 24.警惕那些培训陷阱 .....        | 90  |
| 25.怎样看待请“家教” .....       | 92  |
| 26.什么样的孩子适合上超智少儿班 .....  | 95  |
| 27.谨慎看待 IQ 测试 .....      | 97  |
| 28.如何培养孩子的情商 .....       | 100 |
| 29.如何看待和处理孩子犯错 .....     | 105 |
| 30.如何处理孩子转学与休学的问题 .....  | 108 |
| 31.杜绝“假学”“假会” .....      | 110 |
| 32.考试的目的 .....           | 112 |
| 33.考试失利是最好的挫折教育 .....    | 115 |
| 34.如何培养孩子的学习兴趣 .....     | 118 |
| 35.帮助孩子总结出适合的学习方法 .....  | 122 |
| 36.挫折教育是必修课 .....        | 127 |
| 37.展开孩子想象的翅膀 .....       | 130 |
| 38.尊重孩子的人格 .....         | 134 |
| 39.支持孩子的兴趣 .....         | 138 |
| 40.一定要送孩子出国吗? .....      | 141 |
| 41.学会赏识你的孩子 .....        | 143 |
| 42.孩子偏科了怎么办 .....        | 146 |
| 43.当孩子早恋时 .....          | 150 |
| 44.当高考来临时 .....          | 152 |
| 45.如何帮助孩子选择一所合适的大学 ..... | 156 |
| 46.哪些孩子适合复读 .....        | 161 |



|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 47.这样奖励才有效 .....          | 164 |
| 48.如何对孩子因材施教 .....        | 167 |
| 49.用正确的方式去爱孩子 .....       | 171 |
| 50.不要给孩子戴上“紧箍咒” .....     | 173 |
| 51.不要随意责备孩子的“破坏”行为 .....  | 175 |
| 52.变“你去做”为“我想做” .....     | 179 |
| 53.如何对待孩子的逆反心理 .....      | 182 |
| 54.代沟是如何产生的 .....         | 185 |
| 55.溺爱不是爱 .....            | 187 |
| 56.如何防止孩子成为“啃老族” .....    | 191 |
| 57.学会“穷养”孩子 .....         | 194 |
| 58.单亲家庭如何教育子女 .....       | 197 |
| 59.在家庭生活中也要注重平等与民主 .....  | 202 |
| 60.让孩子正确继承中华民族的传统文化 ..... | 205 |





## 1.教育是成才的关键因素

一个孩子能否成才，是需要具备一些基本条件的。概括起来说，这些基本条件至少有六个方面：第一是健康，第二是智慧（也就是智能），第三是性格，第四是知识，第五是创造力，第六是品质素养。

而这些成才的基本条件，虽然或多或少会有些遗传方面的因素，但最主要的是靠后天的培养而成的。据科学家研究结果，一个人的成长，各种遗传的因素不会超过 20%，另外的 80%是靠后天培养形成的。

千百年来，人们对人性的研究从来就没有停止过，得出的结果也是千差万别：有的认为是人性本善，有的认为是人性本恶，有的认为是人性本无……但不管怎么说，也不管谁是谁非，这个“本”，其实只能代表先天，而孩子后天的发展，是由后天的各种因素决定的。那么，对孩子后天影响最为深远的是什么呢？不言而喻，当然是教育了。所以，我们可以得出这样一个结论：如果人性本善，那么教育可以让孩子不会变恶；如果人性本恶，那么教育可以引导孩子向善；如果人性本无，那么教育可以让孩子明白是非，认清善恶……当然，这是从大的方面来说的；从小的细节来讲，教育可以让孩子增长智慧，掌握各种知识和技能，使孩子成为真正对社会有用的人才。

事实上，一个人从出生开始，就存在主观和客观两方面的属性。当然，主观和客观的作用也是相互影响的。随着孩子逐渐成长起来，主观的认识往往会起着主导他们行为的作用。但是，我们也不要忽略了，主观认识的产生和形成，是离不开客观环境的影响和塑造的。比如，从家庭环境来说，有的家庭比较富有，有的家庭比较贫穷；有的家庭是书香门第，有的家庭是工人、农民之家……这些家庭的条件和环境是不一样

的，所以对孩子的成长也会产生不同的影响。

此外，各国有各国的语言文化，各个民族有各个民族的风俗和习惯，所以不同家庭、民族、国家的环境，都会给孩子的成长打上了深深的烙印。在环境相同的条件下，会形成、造就孩子各方面相同的生活习惯，例如卫生习惯、衣着习惯等。但是，具体到每一个人，在同一个家庭中成长的兄弟姐妹，虽然家庭的大环境是一样的，但有可能父母对待每个孩子的态度不同，或者每个孩子在家庭和社会中所接触的人不同，所经历的事情也不同。因为在一个人的成长过程中，除了父母以外，他还会接触不同的同学、邻居、亲戚、朋友……而这些人又都是形形色色，各不相同的。因此，同样的家庭环境，依然会造就不同的孩子。例如：有的孩子比较机灵、有的孩子比较调皮、有的孩子比较老实、有的孩子比较勤奋、有的孩子多才多艺，等等。

但不管是什么样的孩子，我们都可以通过教育，让他走上成才之路。事实上，这个世上从来就没有教不会的孩子，只有不会教的父母和老师。而这一点，我国教育事业的祖师爷——孔子，早在两千多年前就已经进行了精辟的论述，尤其是他那“有教无类”的思想和“因材施教”的方法，更是值得今天的我们研究和借鉴。



## 2.每个孩子都有巨大的潜能

潜能，顾名思义，就是人类大脑里潜在的、不易被发现的能力，潜能会以各种各样的形式在孩子的身上表现出来。因此，可以说，每个孩子天生都有潜能，只不过这些潜能还在沉睡，还在等着我们去发现，去了解。只有及时发现孩子的潜能，才能够有效地帮助孩子开发出他的天才思维，让孩子的能力得到最大限度的发挥。

曾经有这样一个故事：

很久以前，在一大片森林里，生活着很多的动物，狮子是这里的百兽之王，其他动物都对它十分敬畏，因为害怕被它吃掉，所以，都躲得远远的，就连在树上的小鸟见到它也十分害怕。有一天，狮子突然对森林里的所有动物放言，说要把小鸟吃掉。小鸟听到后非常恐慌，当它看到狮子走过来时，便惊恐地、不顾一切地拼命向高空飞去。小鸟一边飞，一边回头看狮子是否已经追到自己，结果却发现，狮子除了扯着嗓子、昂着头朝天空吼叫，再也没有其他的办法了。看着那只恼羞成怒，却又无能为力的狮子，小鸟终于松了一口气，它高兴地笑了，在天空中欢快地盘旋着，欢呼着……

从这个故事中，我们可以知道，上苍对于每个人都是平等的，每个人都有自己的潜在能力和长处。就像小鸟，虽然渺小，却可以自在地飞翔，让动物之王——狮子也奈何不了它。

那么，父母应该怎样去了解孩子的潜能呢？

首先，父母应该尽量尊重孩子的天性，给孩子自由发挥的空间。现代著名教育家加德纳提出的多元智能理论认为，人的智能可分为语言智能、数学逻辑智能、视觉空间智能、身体运动智能、音乐韵律智能、人

际交往智能、内省智能、自然观察智能八个方面。这一理论告诉我们，孩子的潜能是多种多样的，我们可以通过对孩子进行适当教育和引导，促进孩子各种潜能的发展。

其次，父母必须相信自己的孩子是独一无二的，不要总拿自己的孩子去和别人进行盲目的比较。只有不断地找出孩子的闪光点，才能真正发现和了解孩子的潜能。如果孩子经常面对父母的批评和训斥，他的大脑长期就会处于禁闭状态，他的潜能自然也就会处于沉睡状态中。如果孩子经常得到父母的赞赏和肯定，他的大脑就会处于开放和放松状态，这样，孩子的大脑就会变得非常敏捷，埋藏在孩子大脑中的潜能也就会被源源不断地开发出来。

再次，父母应该有这样的心理准备，那就是任何事情都有一个储备的阶段，只有积累到一定“量”的时候才可能发生“质”的飞跃。对于孩子潜能的开发，则更是如此。孩子也必须经过一定的积累与储备，他的潜能才能够慢慢地被开发出来，而并非一蹴而就。所以，在教育、培养、训练、引导孩子过程中，父母千万不要急于求成，一定要给孩子成长的时间和空间。这就需要父母具备一定的耐心和亲和力，和孩子一起去体验和领会成长过程的快乐。

总之，孩子的潜能是神奇的，只要孩子的潜能之灯被点亮，就会产生无穷的威力，照耀孩子前进的路，陪伴孩子迈向成功。



### 3.孩子的智力是可以开发的

智力，是指一个人的思维活动的表现能力。我们常说一个人很聪明，是指一个人的智力程度很高。很多人以为人的智力全部是天生的，其实不然，人的智力是完全可以培养而开发出来的。

由于大脑发育程度的不同，所以每个人的智力在出生以后就会有所差异。但是，特别聪明与特别笨的人却比例极少。可以这么说，天生特别聪明的与天生特别笨的人，恐怕不会占到总人口的 1%。所以，从先天来讲，绝大多数人聪明与笨拙的程度，其差异是微乎其微的。但是，随着一个人的成长发育，随着人们在不同环境中受各方面因素的影响，最终表现出来的聪明程度、智力高低还是会有很大的差别的。所以，大多数人的智力水平主要还是靠后天的培养、训练、积累而获得提高。

由此可见，孩子的智力是可以开发的。当然，这还是离不开环境的因素，有些孩子，由于身处较好的、有利于智力发展的环境和条件，结果就容易显得更聪明一些；反之，那些身处不利于智力发展环境中的孩子，往往就显得略差一些。

科学家经过研究认为，人的思维活动受到以下四个方面影响：思维观点、思维态度、思维模式和思维方法。思维观点和思维态度应该比较容易理解，至于思维模式，指的就是形象思维、抽象思维、逻辑思维、创造思维等；而思维方法则表现为记忆力、理解力、综合力、分析力、分辨力、应变力等。同时，思维方法方面还包括是从全面角度看问题，还是从片面看问题；是从根本上看问题，还是只从表面上看问题；是从长远角度看问题，还是只从当下角度看问题等等。

而以上这些思维品质，都是可以通过培养训练获得塑造、提升的。

例如在其幼小时期，或者说是学前时期和小学初年级，我们可以着重训练孩子的记忆力、观察力和理解力——这也是开拓思维的三项基本能力。

### (1) 记忆力的培养方法

目前有很多科学的记忆方法，如强记法、复记法、强烈刺激法、联系记忆法、理解记忆法等等。其实，从幼儿园或小学初年级开始，我们就应该帮助孩子进行一些集中注意力的间断性强记训练。比如中国古代的私塾教育，孩子五六岁就入私塾读书，而先生也大多并不教给孩子怎么样理解书上的内容，唯强背尔。背《三字经》、《百家姓》、《弟子规》，甚至让孩子背《论语》。孩子连字还没有认得几个，更无法理解书中的内容，只是被要求强背。这种方法当然有它落后的一面，但也并非一无是处，因为它的确训练了孩子的记忆力。并且从这个角度来说，也是间接助推了孩子的智力。有些读过私塾的人，儿时背过的东西，直到八九十岁依然倒背如流。事实上，经过类似训练的人，其在记忆力方面确实会比其他人强得多。

一个人如果可以记得快、记得准、记得多，那么这个人就自然会显得比一般人更聪明。而一个记忆力很强的孩子，他在各个阶段的求学过程中，也势必容易比别的同学要学得更快，更多一些。

总之，记忆力是智力提升的基础内容之一，家长有必要从小学甚至于从幼儿园阶段起，就有意识地去训练孩子这方面的能力。比如刻意引导孩子去记忆某种事物，由简单到复杂，由小量到多量，每天、每周都进行一定的记忆训练，久而久之，自然会看到效果。

### (2) 观察力的培养方法

培养孩子的观察力，完全可以在日常生活中进行。比如带着孩子去



郊游，站在一座小山上，可以让孩子观察，远处能看到什么？中间地区能看到什么？近处能看到什么？在夜间，可以带着孩子看天空，让他观察能看到哪些星星？星星的表现有哪些不同？哪些在眨眼，哪些不眨眼？哪些在运动，哪些又看上去一动不动？哪怕是走在大街上，也可以随时随地让孩子观察过往的车辆都是什么形状，什么牌子，各种车标有什么特点……

总之，日常生活中的各个方面，都可以成为培养孩子观察力的对象。而这些，对于孩子日后认识事物、观察事物、处理事物、学习事物都将产生非常重要的影响。

### (3) 理解力的培养方法

所谓的理解力，说白了就是让孩子能够随时对事物进行思考，随时都可以问一个“为什么？”

我们为什么要吃主食？为什么还要吃菜？暖瓶为什么能保持水的温度？为什么人穿了厚衣服就可以不冷？为什么白天那么亮？为什么太阳要从东边升起西边落下？为什么人渴了就要喝水，饿了就要吃东西……生活中的一切看似平常的现象都可以跟孩子谈谈为什么。这样就自然会潜移默化地培养出孩子的理解力。而且，一旦形成习惯，日后孩子就会自己提出来各种为什么。比如这次考试失败了为什么？努力学习，争取好成绩是为什么……渐渐地，他就自然获得了理解、认识事物的能力。当然，理解力的提高，要比记忆力和观察力更困难一些，甚至需要一生的努力。

以上我们所说的记忆力、观察力、理解力等这三项基本能力，主要是在孩子在进入中学之前就着重培养的。孩子进入中学以后，就要进行一些相关的拓展训练，比如想象力、分析力、概括力、辨别力、应变力等。

所谓的想象力，也叫联想力，就是能够做到举一反三，看到这个，

就能想到与它类同的或相对应的、相反的事物；所谓的分析力，就是能够把一个综合的事物进行分解，看看这一事物是由哪些成份合成的，是由哪些内容构成的；所谓的概括力，就是能够把一些不同的、分散的事物综合在一起，在此基础上进行综合的考虑、认识；所谓的辨别力，就是能够把好的和差的、美的和丑的，或者不同类别不同特点的事物加以区分、加以辨别的能力；所谓的应变力，就是遇到一件事，马上就能够反应出应该怎样去对待，怎样去回应，怎样去处理。

那么，具体应该如何来培养孩子的这些能力呢？这仍然离不开日常的生活，比如，要培养孩子的分析能力，可以让孩子学习下棋，因为通过下棋，可以训练孩子的分析能力。在下棋的过程中，对方走了这步，会影响到哪些棋子，下一步该如何走，走了以后，又会使对方的棋势受到哪些影响，对方又会怎么样走……这就是一种典型的分析能力的训练，也是一种逻辑思维模式的训练。

当然，除了思维能力以外，影响智力因素的还有思维观念，这实际上就是我们平时所说的科学的思维方法。比如，我们在看待教育孩子的问题上，要全面去看，不能片面去看，要看到事情的全貌，不能够只顾一点不计其余。要从根本上去看，不能从表面上看。表面看起来，也许发生在孩子身上的是一件不大的事情，但如果从根本上看，这个事情也许就很大。例如孩子在对方不知情的情况下，拿了同学一支新笔。看起来这事不大，但从根本上看没得到对方允许，私自拿别人东西，就可能发展为偷别人东西。同时，对孩子的成长要有耐心，要从长远来看，不能只看眼前的利益。因为从眼前看对孩子有利的东西，从长远看也可能是有害的，所以我们要从长远去选择怎样处理，怎样对待。诸如此类，都涉及到观念的问题。一个人能否按照事物本身存在的特点，按照事物的客观发展规律，去看待、处理它，这也表现出一个人的智力高低。

另外，思维态度也影响着一个人的智力水平。这个态度就是要求我们在主观上要有主见。凡事没有主见的孩子，往往会很纠结，也很吃亏。





因为他的判断总是会受很多因素的影响，变化太快，而且抓不住重点，分辨不清对错，也就自然会错过许多机会。当然，有主见不等于固执。假如孩子很有主见，但总是知错不改，我行我素，那也是不行的，父母必须引导他改过来。

所谓“名师出高徒”。今天的时代，家长也许不仅仅是充当一个嘘寒问暖的父母角色了，同时更应该成为孩子的“名师”。而自古以来，真正的“名师”不但应该学问深厚、阅历宽广，而且更深谙“因材施教”的道理。只要年轻的父母们结合自己家庭和孩子的实际情况去思考，去尝试，去努力，去摸索，就一定能够找到培养和开发自己孩子智力的方法和有效的途径。