

【新中国式家长学堂丛书】



不教的教育

——新中国式家长学堂导航

周月明 李雯 徐敏◎著

爱，不仅要用心，更要会爱

九州出版社
JIUZHOU PRESS

BUJIAO DE JIAOYU

不教的教育

——新中国式家长学堂导航

帮助0-6岁儿童家长用教育的头脑理解教育，
站在孩子的世界里研究孩子，
用世界最本源的规律来处理家庭教育的问题，
最终把家庭教育变成“不教的教育”。

上架建议：教育/心理

ISBN 978-7-5108-1207-1



定价：48.00元



【新中国式家长学堂丛书】

不教的教育

——新中国式家长学堂导航

周月明 李雯 徐敏◎著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

不教的教育 / 周月明, 李雯, 徐敏著. — 北京: 九州出版社, 2011.11
ISBN 978-7-5108-1207-1

I. ①不… II. ①周… ②李… ③徐… III. ①家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第225549号

不教的教育

作 者 周月明 李 雯 徐 敏 著
出版发行 九州出版社
出 版 人 徐尚定
地 址 北京市西城区阜外大街甲35号(100037)
发行电话 (010) 68992190/2/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 大厂回族自治县彩虹印刷有限公司
开 本 787mm × 1092mm 1/16
印 张 18.5
字 数 280千字
版 次 2011年11月第1版
印 次 2011年11月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-1207-1
定 价 48.00元

★ 版权所有 侵权必究 ★

前 言

拿到这本书的家长或许都有一种好奇和期待：“不教的教育”，是指家长不用管教，孩子自动就能学好吗？是的，读者可以这样简单理解，但是并不完整。“不教”，不等于放弃，也不等于少作为和不作为，而是强调教育中家长“主动的无为”。

什么是主动的无为？就是在充分了解身心发展的一般化规律的基础上，家长带着关注和关怀的态度，放手让孩子去体验生命的过程。可以看出，要达到“不教”的效果，家长其实有很多的前期工作要做，这里既包含必要的育儿知识储备，也包括心态的调节——自我成长。

本书的要点不在于普及那些育儿常识，而主要关注教育背后的家长的心态和与之关联的行为。如果心态不好，就很难把握家庭教育的“度”，出现高度控制、放任溺爱、包办代替等类型的不良教养模式，这都与“不教”精神相违背。

但又怎样才能让家长“放下教鞭”，回复到智慧教子的道路上来？我们强烈建议家长，与其去审视孩子的问题，不如先回忆一下自己的童年经历，反思与父母的关系，在家庭（家族）的角度去看待子女教育的沿袭模式。

家庭是一个系统，家庭成员的彼此关系就构成一个“磁场”，如果整个磁场的磁力线分布均匀，相吸和相斥的力量平衡，那么里面的每一个人都会得到滋养，孩子也就得到了最大的安全庇护。如果这个系统失去平衡，最年幼的孩子由于认知能力、自我保护能力最差，是系统中最薄弱的环节，就会成为受力点，表现出各种各样的行为和情绪问题。家庭治疗模式的创始人萨提亚女士有句名言：“孩子永远没问题，如果孩子有问题，那一定是家长的问题。”本书的第二部分“让爱流动”，跳出就教育说教育，就孩子说孩子的怪圈，摒弃空洞的说教，通过心理学的潜意识分析来引导家长改变僵化的立场，达到教育智慧从内求的效果。

更多幼儿父母依然在疲于应付孩子身心发展的琐碎事情。独生子女政策让新手父母经不起一点无论是健康还是安全方面的风险。不断丰富的育儿理论和流派，又在扰乱着既有的常识。当带孩子的每一个细节都被层出不穷的新理论再三考量，而这些理论又和商业运作交织在一起真假莫辨时，育儿新手们的焦虑可想而知。父母过于儿女情长，整天围着孩子转的养育习惯，已经定性为弊大于利，比那些

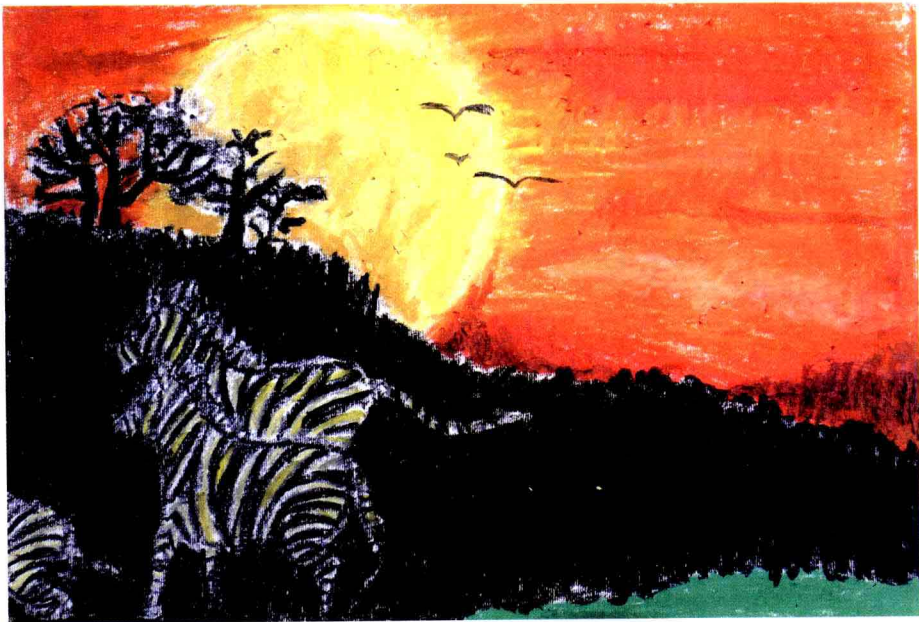
放任型的父母、农村散养型的父母更加毁坏孩子的未来——过分的操心一定伴随过度的控制，摧毁孩子探究世界的兴趣、学习的快乐、自理自信的能力。本书的第一部分“有为无为”直指刺激新手父母的焦虑源，囊括孩子成长的每一个关节点，从理解孩子的生理特点谈起，结合翔实的案例逐层剖析，让育儿新手们从纷繁复杂的现象和理论纠葛中解脱出来，看到教育其实很简单。父母坚持做一个爱的守护神就足够了，好比“麦田里的守望者”，既不妨碍孩子天性的发挥，但在该出手时则又快又准。

对于通行的家庭教育而言，从对亲子问题的就事论事，发展到探索自我的潜意识，就已经非常深入了，但如果不想在商业文明的洪流下随波逐流，就一定要从本民族的文化中寻求传承的支撑，“令生正见”。现今国学大热，在一片弟子规、三字经的琅琅书声中，有多少父母真正理解孔子与儒文明？《大学》中的治学次第“格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下”，大众仅把“治国、平天下”当做理想。中国现代的父母依然无法摆脱对于“官”与“管”的羡慕，视专业人才为导向的价值观为二流的选择。中产的父母忙着把孩子送往国外，却又发现斩断和母语文化的联系造成的疼痛难以适应。我们为什么会成为这样的父母，传统到底告诉了我们什么？“开心国学”从传统教育的目标入手，从易、儒、道三家思想去印证无为和不教的教育。

《美国科学家》2011年公布的10种最佳育儿方法中，给孩子足够的爱与关怀排在第一位，紧跟其后的是父母如何处理自己的压力，如何维持夫妻之间的关系。这些因素对孩子健康成长的影响远远超过为孩子提供教育机会、稳定的收入、行为管教、锻炼和营养以及安全方面的考量。这和我们机构的研究是一致的：所谓家庭教育，不是父母单纯地利用资源和技巧对孩子进行塑造，而重要的是父母自我的学习和成长。好心态才能成就好父母，无为和不教的教育，也就在这个过程中了。

最后，感谢陈美辰小朋友为本书创作插图，并提供有关资料。刚满11岁的美辰获得了联合国环境规划署与罗红基金联合举办的儿童环保绘画大赛一等奖，这

个教育项目的目的就是培养未来的环保领袖。出于对动物的喜爱，美辰很早就加入了珍·古道尔博士的“根与芽”小组，用她的图画呼吁人类与环境的和谐共处。



得知我们要为家庭教育出一本书，美辰把在非洲参加联合国环境规划署活动时创作的《马赛马拉的日落》(上图)送给我们，希望每一个读到这本书的父母都能鼓励孩子参加到动物保护中来。

中国教育学会中语会“儿童读写困难”课题组研究员

中国心理卫生协会会员

骆晓林

中国家庭教育研究所主任

序 言

我原来的研究领域是神经科学，对人的大脑认知规律的研究及神经科学的实践有十几年的时间。促使我想从事家庭教育特别是幼儿家庭教育工作是源于十几年前的一次手术，那时我给一个两岁“脊膜膨出”的孩子做手术，花了整整一天的时间在显微镜下把一根根神经回位。其实，这样的病人很多，但是这个孩子的手术却深深地刺痛了我，因为他的父母都是高级知识分子！家长但凡了解一点生养孩子的常识，怀孕期间花几块钱服用些叶酸就不会导致日后花几万块钱做手术，还让孩子遭这么大的罪。我深深地感悟到：太多的家长还不知道怎么生孩子，孩子就出生了；不知道怎么养孩子，孩子就已经长大了。

都说没有不爱自己孩子的家长，也没有哪个家长不希望孩子成人成才，但事实上等孩子真的长大了才发现，在教育上还是有太多的遗憾。可惜这个世界上只有走过的人才能真正地感受到什么叫天下没有后悔药。

是继续从事名利双收的神经外科工作还是投身到家庭教育中来，是我纠结了很久的事情，也许是从小学过的鲁迅弃医从文的故事在起作用吧，我终于决定放下手术刀用余生来做一件对社会更有价值的事情，于是创办了北京家园共育教育中心，专门从事幼儿家庭教育的指导工作。

在后来的日子里，我们的教育团队开始不断地在家庭教育领域、心理学领域进行深入研究，向名师求教。期间，我有幸与北京师范大学认知神经科学与学习国家重点实验室彭聃龄教授、中科院心理所博士生导师张梅玲教授、北京大学外国哲学研究所博导杜小真教授等著名专家学者进行了深入交流，将他们多年专业领域的思想精华运用到家庭教育的研究中来。在不断地学习与探索过程中，我从事家庭教育的决心越来越坚定，中国教育学会家庭教育专业委员会理事长，有“中国家庭教育第一人”之称的赵忠心老师给我巨大支持，使我更立志要在家庭教育上有所作为。赵老师说：“要是把家庭教育这项貌似不起眼的事情做好了，那真是功德无量的事情。”

如何帮助家长真正地搞好家庭教育呢？现代社会家长都很忙，而且不太会教孩子，我们最早的尝试是提供一种解决方案来帮助家长做好家庭教育，最初的切入点是研发了一系列幼儿教育软件，利用高科技的方式帮助家长。经过几年的实

践我们发现只为家长提供幼儿教育的解决方案是远远不够的，最需要教育的其实是家长本身。只有提升家长，为孩子创造良好的环境，才能让孩子的成长变成一种自动自发的过程。智慧不是教出来，而是自己生发出来的，因此，家庭教育的最高境界是“不教的教育”。

帮助家长实现“不教的教育”，正是北京家园共育教育中心创办“新中国式家长学堂”想要达到的目的，北京家园共育教育中心是迄今为止国内最大的幼儿家庭教育培训机构，由北京直接派资深讲师到全国各地幼儿园与家长面对面的交流和沟通，给家长进行系统的培训。通过培训，揭示家庭教育的基本规律，用心理学的视角，在中国几千年文明给家长留下的思维模式中，找到对家长进行家庭教育指导的钥匙，提高他们的认知能力、思维能力和实操能力。几年的实践证明：以调整心态为前提，以解决思路为手段，以孩子一生的幸福为目的，以构建家庭教育体系为基本策略的“新中国式家长学堂”，确实能够很好地引领家长成功地搞好家庭教育，让越来越多的孩子幸福成长。

本书全面揭示家庭教育中最深层次的问题，从国学、心理学等角度帮助家长把握孩子成长的身心发展特点，深刻认识孩子所处的现实环境，明确我们教育的方向，以期让家长初步领悟到“不教的教育”的魅力，也是“新中国式家长学堂”的一个普及教材。

今天呈现给大家的只是北京家园共育教育中心在进行家庭教育过程中的一些小小的研究成果，希望能够对各位家长起到抛砖引玉的作用。

中国教育学会家庭教育专业委员会理事

张春光

新中国式家长学堂创始人



目 录

第一编 有为无为——现实与应用

第一节 完整地接纳孩子

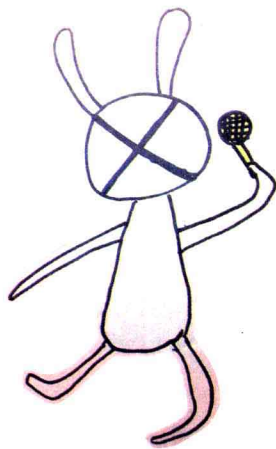
- 002 1 每个孩子都有自己的个性和想法
- 007 2 学会尊重孩子
- 013 3 不要轻易指责孩子
- 018 4 放弃“望子成龙”、“望女成凤”的梦想
- 021 5 坚信你的孩子一定很出色!

第二节 零岁开始的教育

- 028 1 真正的教育，从胎教开始
- 030 2 人生在优美的音乐中起航
- 032 3 图画伟大作用
- 037 4 如何挖掘孩子的潜能?
- 040 5 教孩子懂得爱和感恩
- 043 6 一定要给孩子快乐

第三节 智力开发依“道”而行

- 048 1 什么是智力开发?
- 051 2 让孩子的智力自由苏醒
- 055 3 家长启动脑开关的三个立场
- 060 4 学习≠智力开发
- 065 5 如何开发左脑和右脑
- 070 6 情商也是一种智力



第四节 每个孩子都能学会规矩

- 075 1 让孩子理解规则
- 082 2 不同家庭的规则建立
- 083 3 个性与规矩的统一
- 086 4 “不规矩”有原因
- 090 5 亲子沟通与规则搭建

第五节 父母会阅读，孩子更成功

- 094 1 从早期阅读着手做家教
- 097 2 如何让孩子爱上阅读?
- 101 3 阅读其实有技巧
- 104 4 什么是亲子阅读?
- 107 5 阅读，让孩子受益一生

第四节 依恋关系： 奠定孩子心理能量基础

- 149 1 爱，是和孩子建立依恋关系
- 150 2 安全依恋的重要性
- 151 3 依恋关系与亲密关系
- 152 4 应避免之误区
- 155 5 职场妈妈如何与孩子形成依恋？
- 156 6 当主要抚养人变更
- 157 7 如果发生失误，怎样弥补？

第五节 依兴趣活动： 让内在力量发挥作用

- 160 1 充满兴趣的活动，让孩子得到精神满足
- 161 2 情感 + 精神满足，收获完美性格
- 162 3 放手让孩子选择
- 164 4 给孩子丰富的刺激和环境
- 165 5 家长的作用：陪伴者、支持者和玩伴

第六节 理解和倾听你的孩子

- 167 1 家庭教育从倾听开始
- 168 2 理解和倾听是最大的心理支持
- 169 3 如何表达理解
- 169 4 倾听和理解的威力
- 171 5 和孩子谈论情绪
- 172 6 先情绪，后事件
- 173 7 承认感受，限制行为
- 175 8 帮助孩子学会管理情绪
- 176 9 当父母有了情绪怎么办



第七节 别和孩子较上劲

- 178 1 “宠坏”的真相
- 180 2 千万不要发生能量的固着
- 182 3 什么都不是事儿，
你当它是事儿它才是事儿

第八节 通过家庭系统塑造孩子

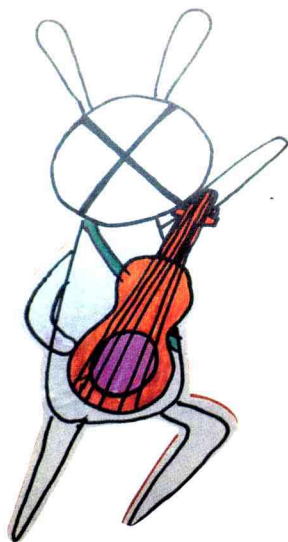
- 185 1 家庭是一个系统
- 186 2 家庭系统的影响超乎你的想象
- 188 3 心理学意义的新家谱
死产的孩子 / 父母的婚外情人
/ 配偶前次婚姻中的孩子
- 190 4 系统失衡：有人未获得尊重
- 191 5 家庭系统的薄弱环节：
年幼的孩子最受伤
孩子性格的形成：站在弱势父母
一方 / 孩子心身疾病：纠正家庭
系统错误的企图
- 193 6 父母沟通姿态影响孩子
- 202 7 什么样的家庭环境比较理想
- 206 8 关于离婚、重组和单亲家庭

CONTENTS ▶

第二编 让爱流动——成长与升华

第一节 相信生命，才能放手

- 112 1 你希望把孩子培养成什么样的人？
- 114 2 让孩子成为他自己，
达到“天人合一”的状态*
- 116 3 人性向善，少管教不会失控
- 119 4 不要用人类的意识主导生命
- 121 5 教育不要成为抑制向上的力量
- 123 6 管教不要造就神经症人格
- 125 7 相信生命本原的力量——
这个出发点太重要了
- 128 8 你能对自己和孩子放手吗？



第二节 心理能量是怎样 一点点漏失的

- 131 1 生命圆满缺失的过程
- 132 2 出生——从“王子”降为“平民”
- 136 3 0—1岁，是否建立起对世界的信任？
- 136 4 1—3岁，是否建立自主性？
- 138 5 俄狄浦斯期——能否形成独立性？
- 140 6 没有完美的人生，也没有完美的父母

第三节 爱—— 孩子心理能量的守护神

- 142 1 所谓问题，不过是爱入歧途
- 143 2 爱不是控制
- 144 3 爱是顺应孩子的天性
- 145 4 爱是全然的接纳
- 146 5 爱是心神合一的陪伴
- 147 6 爱是温暖的表达

第三编 开心国学——历史与沿革

第一节 国学中的教育魅力

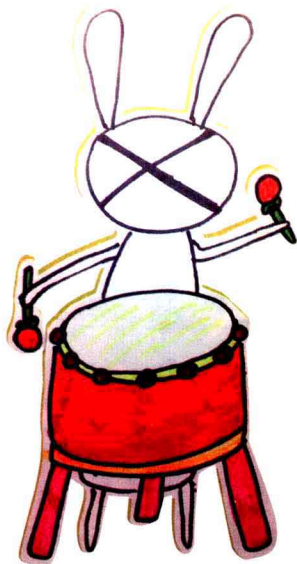
- 212 1 传承与目标：家世清白，三立当先
- 216 2 易：家庭教育当合阴阳生克
- 221 3 儒：“学习、社交、接纳”新三乐
- 225 4 道：行不言之教，主动地无为

第二节 家长实务：家风、家书和家训

- 228 1 名门望族“旺”在家风
- 232 2 古人如何做心理胎教
- 236 3 奶妈也比人工喂养好
- 238 4 蒙卦六爻解父母启蒙
- 241 5 家训可治家，还能改命
- 246 6 家书，一面真诚的镜子

第三节 家长心态与学校教育

- 253 1 新孟母：
“牛拉车不动，打车还是打牛？”
- 256 2 启蒙，启发的是精气神
- 260 3 唐诗宋词，吟的是美感与修养
- 264 4 人生规划，看看《大学》怎么说



第四节 家教配合礼乐的社会教育

- 270 1 生活中的大圆满法
- 275 2 自古就有“开心学国学”

结 语：教与不教，万勿执著

第一编 有为无为——现实与应用

辛苦养育之后，收获的却是紧张的亲子关系，家长的焦虑与日俱增。我们总是徘徊在一个个教育的两难选择中，放飞还是谆谆教诲？管教的度在哪里？如何引导才能激发孩子潜能，使之具有更好的适应性？家长不是教育家，但是解放要靠自己，把握有为和无为，做最恰当的教育。

第一节

完整地接纳孩子

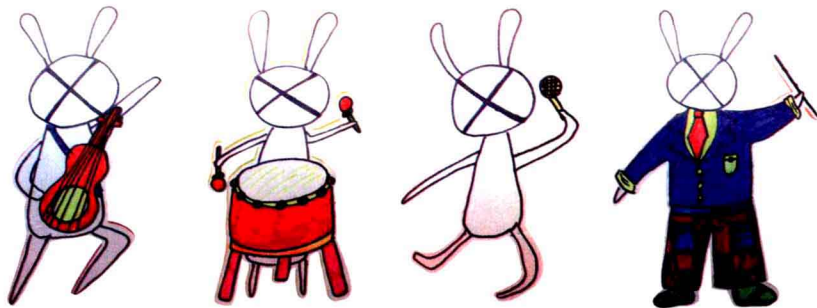
1 每个孩子都有自己的个性和想法

每个父母都希望自己的孩子出色。

每个父母都希望自己的孩子优秀。

每个父母都希望自己的孩子成功。

关于什么样的孩子是一个出色的孩子，一个优秀的孩子，一个成功的孩子，一千个人有一千个答案。按照自然教育的观点来看，凡是以外态为唯一标准忽略本质内心发展的肯定形式的光环，并不利于现代父母认清并接纳自己的孩子。



◎ 非兔的多种角色：贝斯手、鼓手、歌手和指挥

在2011年的互联网教育版块中，一度流行着《别人家的孩子》，讲的就是当前状况下很多父母期待的孩子的样本。而恰恰是这样的雷同和僵滞，宣告着一种教育和体制的残酷和失败，以及孩子们对社会教育合力的愤怒和憎恨。

有一种奇特的生物叫——别人家的孩子！

茫茫宇宙中，有一种神奇的生物

这种生物不玩游戏，不聊qq，天天就知道学习，回回年级第一。
这种生物可以九门功课同步学，妈妈再也不用担心他的学习了……

这种生物叫做别人家的孩子……

这种生物考清华、望北大，
能考硕士、博士、圣斗士，还能升级黄金、白金和水晶级，
他不看星座，不看漫画，看到电脑就想骂娘……

这种生物琴棋书画样样精通，甚至会刀枪剑戟斧钺钩叉，
而我们只会吃喝拉撒；

他是团员、党员、公务员，将来还可能知道地球为什么这么圆。

这种生物长得好看，写字好看，成绩单也好看，就连他的手指
甲都是双眼皮的……

这种生物每天只花10块钱都觉得是奢侈浪费和犯罪，

这就是感动中国2011

十大人物之一——别人家的孩子！

一个社会，如果不认同人的特点，用一个核定的标准来制造精英，出来的就是“机器”，而不是真正的人才。

首先，在认清孩子个性特点之前，我们需要了解一些科普知识。它将从物质的角度来解读父母们面临的孩子身上的种种问题，从而保持一颗公正、平和，包容和等待的心。

仅从性别差异来看，男孩和女孩的成长发育历程就是完全不一样的，各自呈现出来的特点也很典型和广泛，这是得到了科学界和教育普遍认同的观点。如果一味地按照某个范本进行模仿，势必会给孩子带来巨大的伤害。

认识孩子的个性，就要认识他们的身体特征。当你了解了男孩和女孩的身体特征，才能对他们在学习和生活中呈现出来的行为加以有效的引导和帮助。

多巴胺含量

多巴胺是由脑内分泌，可影响一个人的情绪的神经传导物质，主要负责大脑的情欲，感觉，将兴奋及开心的信息传递。多巴胺受体的多少和人

一个社会，如果不认同人的特点，用一个核定的标准来制造精英，出来的就是“机器”，而不是真正的人才。

的遗传基因、生活方式、外界刺激都有一定关系。

和女孩相比，男孩血液中的多巴胺含量较多，流经小脑的血量更多，小脑就比较活跃。这个时期的男孩特别好动，在中国教育界推行的静坐和久坐的学习形式中总体能力明显不如女孩，这也是很多男孩父母感叹孩子“屁股上有刺”的源头。而事实上，如果让男孩能自由从事喜欢的肢体运动，对他掌握新的知识和技巧反而有巨大助力。

胼胝体体积

胼胝体是哺乳类真兽亚纲的特有结构，位于大脑半球纵裂的底部，连接左右两侧大脑半球的横行神经纤维束，是大脑半球中最大的连合纤维。进化愈高等，胼胝体愈发达，人类的胼胝体估计含有100万根纤维。

正常情况下，女孩的胼胝体能支持两个大脑半球间进行更多的交叉信息处理，可以同时同质量地完成多项任务。那而男孩受到胼胝体体积的影响，支持不够强大。面对同样的多项选择，男孩常常置若罔闻，只留意于一个自己感兴趣的事物，出现不如女孩配合接受教育好像没有长耳朵的虚像。有些男孩长期遭到训斥，本来应该形成的注意力也被破坏。

男孩在长时间专注于单一任务时成绩很好，此时深度学习在发挥作用。如果非常频繁地变换任务，就会表现不佳。大脑同时完成多项任务的过度刺激带来挫折感，导致男孩在课堂上容易发生更多的违纪问题。

颞叶中的神经连接

颞叶位于外侧裂下方，由颞上沟和颞下沟分为颞上回、颞中回、颞下回。颞叶的前部为精神皮质，人类的情绪和精神活动不但与眶额皮质、海马体有关，与颞叶也大有关系。

研究表明，女孩在颞叶中拥有强大的神经连接，促进了更多复杂的感知记忆的存储，以及良好的听力。通常情况下，女孩对声音的语调特别敏感。而男孩的颞叶神经连接相对较弱，大部分孩子对声音的接收也逊于女孩。在教学中常见的老师讲课展开学习时，男孩就没有女孩的表现出色。如果将学习调整为动手又动脑的方式，主动刺激大脑的活跃性，男孩就很容易展露优秀。

海马体

海马体是大脑皮质的一个内褶区，负责处理听觉信息，主管人类的近