

轻松教子
丛书

本书被奉为美国的教子“圣经”

培养孩子 价值观和梦想的5个关键

生活教育 + 正确的价值观 + 梦想 = 孩子的未来

- 安全感
- 自我认同感
- 归属感
- 使命感
- 自我效能感

[美]Robert W.Reasoner Marilyn L.Lane ©著

李大玲 周双玲 刘运香 ©译



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>

轻松教子丛书

培养孩子价值观和梦想的 5个关键

[美] Robert W. Reasoner 著
[美] Marilyn L. Lane

李大玲 周双玲 刘运香 译

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京 • BEIJING

Robert W. Reasoner, Marilyn L. Lane: Parenting with Purposes: Five Keys to Raising Children with Values and Vision

Copyright© 2007 by Robert W. Reasoner and Marilyn L. Lane

Chinese edition published by permission by Personhood Press and arrangement through Rightol Media in Chengdu

All rights reserved

本书简体中文版权由 Personhood Press 授权电子工业出版社, 经由锐拓传媒取得 (copyright@rightol.com)。专有出版权受法律保护。

版权贸易合同登记号 图字: 01-2011-1868

图书在版编目(CIP)数据

培养孩子价值观和梦想的5个关键/(美)里森纳(Reasoner, R.W.), (美)莱恩(Lane, M.L.) 著; 李大玲, 周双玲, 刘运香译. —北京: 电子工业出版社, 2011.7
(轻松教子丛书)

书名原文: Parenting with Purposes: Five Keys to Raising Children with Values and Vision
ISBN 978-7-121-13847-8

I. ①培… II. ①里…②莱…③李…④周…⑤刘… III. ①儿童教育: 家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第113958号

策划编辑: 刘 荣

责任编辑: 刘真平

印 刷:

装 订: 三河市鑫金马印装有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开 本: 720×1 000 1/16 印张: 12.75 字数: 196千字

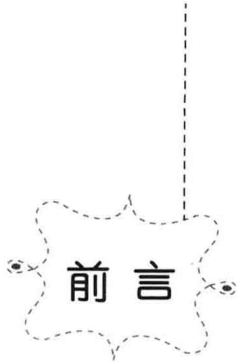
印 次: 2011年7月第1次印刷

定 价: 35.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zltts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。



前言

为了满足在世界各家长和教育专家的要求，我们完成并出版本书。本书以罗伯特·里森纳（Robert W. Reasoner）和斯坦利·库珀史密斯（Stanley Coopersmith）博士共同开发的教育理念为写作基础。罗伯特·里森纳曾是美国圣弗朗西斯科湾地区一所著名学校的校长；斯坦利·库珀史密斯博士是加州大学心理系的系主任。

采纳并推广本书的教育理念之后，罗伯特所在学校的学习风貌发生了翻天覆地的变化。根据一项智力测试的结果，罗伯特所在的学校里被认为具有天赋的学生比例由以前的 7% 上升至 35%；由于学生的责任感更强，违纪违规行为也逐年减少。更令人惊讶的是，几年后，当这些学生和其他几所学校的学生一起升入当地的一所著名高中时，人们惊异地发现，这所高中里 75% 以上的“风云人物”都来自罗伯特的那所学校。这所高中的老师说，他们很容易分辨出哪些学生来自罗伯特学校，因为他们有着更高的学习积极性和更长远的人生目标。

后来，罗伯特被任命为一个城镇学区的教育主管，这个学区共有 8 所高中，有几千名学生。由于当地单亲家庭的比率很高，这几千名学生中有 66% 左右的学生不和自己的生身父母居住在一起。走马上任后，罗伯特开始着手采纳本书的基本教育理念，给这个地区的校长和老师培训，并开发出一系列执行方案。功夫不负有心人，这个学区取得的成绩越来越好，最后被公认为当地 29 个学区内成就最高的学区。所有这 8 所高中均被美国加州教育部授予“重点学校”的称号。教职员的工作风气被其他学区的管理层公认为是美国整个加州的楷模。

玛里琳·莱恩（Marilyn L. Lane）是罗伯特主管的学区里的一名

出色的教师，她根据罗伯特所提倡的教育理念，与罗伯特一起从事相关的教学研究和教学实践。在这一过程中，她发现这些理念也有助于她自己扮演好母亲的角色，从而更好地教育她的4个孩子。玛里琳独辟蹊径，把罗伯特的教育理念和教学活动整合为自己独特的一套体系，并出版成书。在20世纪80年代末90年代初，玛里琳曾在几所学校当过校长，任职期间，她把她的教学理念应用到她所在的学校，并取得了巨大成效。之后，全美的许多学校都开始采用并推广她的教育理念，并相继报道他们的学生发生了显著改变，违纪违规行为减少，学习积极性大幅提升。

在本书的教育理念成为父母教育孩子的“宝典”后，玛里琳开始开办亲子教育班。研究显示，一旦父母参与进来，并在家里和孩子一起实践，只需两年的时间就可使学校的风气得到巨大改观。这说明父母确实是孩子的第一任老师，通常情况下，他们对孩子的影响将是学校老师影响的两倍。因此，父母在学习心理助产、给宝宝换尿布和喂养宝宝的同时，也应该学习如何进行亲子教育。我们确实应该像计划我们的文娱活动和未来一样计划我们的亲子教育。

我们已经把这些教育理念传播给了全世界的20多个国家，我们仍将一如既往地给家长和教育专家们提供培训课程。在欧洲，我们在200多个学校推广了这些理念，在老师和家长之间掀起了讨论的热潮。在本书中，我们给出了一些有效的适合在家里运用的教学策略和活动。与其他亲子教育类书籍不同的是，这并不是一本说教的书，而是一本告诉你如何建立一个融洽的家庭环境，让孩子树立起自信心并培养那些你希望他们拥有的优秀品质和梦想的书。我们希望本书提供的信息对你有所帮助，也希望你能在本书的帮助下成为你想成为的人，并成为目标明确的家长，帮助你培养出具有一技之长、品行兼优、态度端正、将来会取得骄人成就的优秀孩子。

Robert W. Reasoner and Marilyn L. Lane

（罗伯特·里森纳和玛里琳·莱恩）



译者序

在翻译本书之前，我们时常遇到这样的困惑：为什么现在的孩子教育条件那么好，可是他们却总是在学习和生活中出现这样或那样的问题？为什么父母在教育孩子时，要求孩子诚实、善良、积极、勇敢，而自己的所作所为却时常背道而驰？为什么有些孩子小时候非常优秀，可是长大后却开始堕落，坠落到生命的深渊？带着这些问题，我们查阅了大量的研究资料，直至发现了本书。

本书主要探讨了培养孩子价值观和梦想的“5个关键”，即安全感、自我认同感、归属感、使命感和自我效能感。本书的编写理念可以说是别具一格。它是从孩子的五大需求入手，为家长培养和教育出优秀的孩子提供了切实可行的方法。在编写思路，本书作者从“父母对孩子的期望”入手，分析了父母自身的品性和个人重大事件对孩子的重大影响，自然而然就提出了孩子的需求问题。因此，培养孩子的安全感、自我认同感、归属感、使命感和自我效能感成为教育孩子的关键。

那么如何培养和落实这“5个关键”？本书作者在详细分析这个“5个关键”的基础上，提出了科学的教子方案，并为亲子互动提供了一些建设性的建议。作者还在详细分析了四大亲子教育模式的基础上，为父母亲子教育模式的选择提供了帮助。同时，作者还为特殊需求的孩子、超常儿童的培养和教育提供了宝贵的建议。另外，作者为“如何做孩子的养父母”“你成为你想成为的父母”，提供了自我修炼、自我调整、自我规划和自我投资的方法。

因此，本书无疑具备这些特点：理念新颖、逻辑严谨、结构合理、

内容完整、方法科学、针对性强。从实践成效上看，本书的教育理念已经在全世界 20 多个国家进行传播，并获得了巨大成功。

本书不仅是一本介绍科学教子理念的书，而且也是一本工具书。当你的孩子在某个方面出现问题的时候，你可以查阅本书的“诊断性核对表”，并根据该表所反应的问题阅读相关内容，找到对应的解决方法；本书为家长在教育孩子的过程中，针对不同的问题提供了不同的“亲子互动”内容，同时也为家长自身修炼提供了“自我调整”内容。因此，你可以针对你需解决的问题根据索引进行查阅。

在翻译这本书的过程中，我们曾多次通过电话和电子邮件与本书的编辑交流，询问一些拿不准的字句，每每得到热情耐心的回复，他的鼓励给了我们巨大的精神动力。作为我的第一读者，他对译稿提出了许多宝贵的修改意见。限于时间和水平，译文中错误和疏漏在所难免，还望读者不吝指正。

2011 年 5 月于北京

译者



第一章 从期望目标到“5大关键” 1

在培养孩子的价值观和品性之前，你必须要弄明白这几个问题：你是什么样的人？你是如何成长为现在的你的？你的价值标准是什么？你希望你的孩子拥有什么样的品质？

- 你对自己的孩子有什么期望 4
- 个人重大事件对孩子的影响 6
- 你的品性对孩子的影响 8
- 培养策略：5大关键 9
- 诊断性核对表 15
- 小结 17

第二章 家庭对孩子的重大影响 18

在确定亲子教育模式之前，要为孩子创设一个理想的家庭环境。父母要处理好亲子关系，并避免家庭暴力或家庭压力对孩子造成负面的影响。另外，亲子教育模式的选择也要根据家庭与孩子的实际情况。

- 家庭环境对孩子的巨大影响 20
- 教育孩子要趁早 22
- 亲子关系的重大影响 23
- 爷爷、奶奶的角色定位 25

• 四大亲子教育模式	28
• 家庭暴力对孩子的影响	32
小结	33

第三章 关键 1：让孩子产生安全感 34

安全感的培养是孩子品性培养的首要条件，因此，父母要特别注意孩子安全感的培养。例如，给孩子下面的关爱，为孩子建立行为规范，明确行为预期，让孩子帮忙做家务，让孩子自己做选择，等等。

• 管教孩子的原则	36
• 建立行为规范，明确行为预期	37
• 调皮捣蛋的孩子	44
• 让孩子做家务	48
• 让孩子自己做出选择	50
• 帮助孩子克服恐惧和焦虑	52
小结	53

第四章 关键 2：增强孩子的自我认同感 54

自我认同感是自我意识的具体表现。父母要培养孩子的独特意识，要给予孩子无条件的爱和积极的评价，要帮助孩子发挥并利用自身优势……

• 自我意识的影响因素	56
• 培养孩子的独特意识	58
• 给予孩子无条件的爱和积极的评价	61
• 帮助孩子发挥并利用自身优势	65
• 培养孩子的自我认知能力	67

• 与孩子进行沟通交流的技巧	69
小结	72

第五章 关键 3：培养孩子的归属感 73

孩子会想尽一切办法让自己得到别人的重视和认可，因此，归属感的培养在亲子教育中意义重大。家庭在培养孩子归属归中的作用极为重要，同时父母要采取有效方法来培养孩子的归属感。

• 归属感的重要意义	74
• 家庭在培养孩子归属感中的重要作用	75
• 如何处理同胞争宠	80
• 个性与社会性，孰轻孰重	82
• 如何培养孩子的社交技能	82
• 如何充分利用家庭会议	84
• 如何帮助孩子抵制同伴的压力	87
• 为孩子建立一个后备支援团	89
• 鼓励孩子帮助他人	90
小结	91

第六章 关键 4：激发孩子的使命感 92

告诉孩子，你对他们的期望和梦想。鼓励他们考虑自己的未来，并为自己的梦想而努力。通过提高孩子的积极性和主动性来激发他们的使命感。

• 拓宽孩子的兴趣范围和自我空间	97
• 楷模的力量	100
• 和孩子一起展望未来	102

• 相信孩子有能力取得成功	104
小结	105

第七章 关键 5：增强孩子的自我效能感 106

自我效能感促使一个人产生自信、不屈精神和独立意识的关键，它能培养孩子心中“我能应对一切生活挑战”这样的自信。

• 如何培养孩子积极进取的人生态度	107
• 和孩子一起探讨问题的多种可能性和解决方案	110
• 如何培养孩子独立解决问题的能力	111
• 如何培养孩子的良好判断力	113
• 对孩子的选择进行过程追踪	115
• 提供不间断的支持和鼓励	116
• 庆祝胜利	118
小结	119

第八章 帮助有特殊需求的孩子 120

每个孩子都是独一无二的，有效教育孩子的关键在于根据孩子不同的个性选择不同的教育方式。满足孩子特殊需求是正确教育特殊儿童的基础。

• 根据孩子的性格来选择教育方式	122
• 根据不同性别来区别对待孩子	123
• 如何帮助孩子克服多动症	125
• 如何帮助孩子克服学习障碍	127
• 如何教育惹是生非的孩子	130
• 帮助孩子克服生理缺陷	132

• 如何资助有自闭症的孩子	134
• 如何帮助有亚斯伯格症的孩子	137
• 如何资助父母离异的孩子	138
• 如何对再婚家庭中的孩子进行教育	141
小结	144

第九章 满足超常儿童的需求 145

家有超常儿童，既是父母的福气，也给父母带来挑战。
如何识别并教育好超常儿童，成为父母的一大难题。

• 如何辨别超常儿童	146
• 创造机会，开发孩子的智力	148
• 如何把握超常儿童的特别需求	149
• 帮助孩子了解他们自己	150
• 培养孩子的注意力	153
小结	156

第十章 做好孩子的养父母 157

在收养关系组成的家庭中，孩子需求更为特殊。如何做
好孩子的养父母，是在这样家庭中的特殊难题。

• 安全感的需求	158
• 培养寄养儿童的自我认同感	159
• 培养寄养儿童的归属感	160
• 培养寄养儿童的使命感和自我效能感	162
• 人们收养孩子的原因	164
• 养父母的挑战与乐趣	165
小结	168

第十一章 成为你想成为的父母..... 169

做一个睿智的父母其实并不难，你要做的就是自我修炼，自我调整，自我规划和自我投资。

• 自省	170
• 增强你的安全感	171
• 培养你的自我认同感	174
• 拓宽你的人际关系	176
• 为自己规划一个精彩的人生	179
• 有效利用你的时间	180
• 自我投资	181
• 做一个睿智的父母	183
小结	185
读者评语	186

“亲子互动”
索引

序号	所在章节	页码
1	家庭环境对孩子的巨大影响	21
2	爷爷、奶奶的角色定位	27
3	四大亲子教育模式	31
4	建议行为规范，明确行为预期	38
5	让孩子做家务	50
6	帮助孩子克服恐惧和焦虑	53
7	培养孩子的独特意识	60
8	给予孩子无条件的爱和积极的评价	64
9	帮助孩子发挥并利用自身优势	67
10	培养孩子的自我认知能力	69
11	与孩子进行沟通交流的技巧	71
12	家庭在培养孩子归属感中的重要作用	78
13	如何处理同胞争宠	81
14	如何培养孩子的社交技能	84
15	如何充分利用家庭会议	87
16	如何帮助孩子抵制同伴的压力	89
17	如何激发孩子的使命感	95
18	拓宽孩子的兴趣范围和自我空间	100
19	楷模的力量	102
20	相信孩子有能力取得成功	105

21	如何培养孩子积极进取的人生态度	110
22	如何培养孩子独立解决问题的能力	112
23	如何培养孩子的良好判断力	114
24	提供不间断的支持和鼓励	117
25	如何帮助有亚斯伯格症的孩子	138
26	创造机会，开发孩子智力	149
27	如何把握超常儿童的特别需求	153
28	培养孩子的注意力	155
29	培养寄养儿童的归属感	162



序号	所在章节	页码
1	增强你的安全感	174
2	培养你的自我认同感	177
3	拓宽你的人际关系	179
4	为自己规划一个精彩的人生	181
5	自我投资	184

第一章

从期望目标到“5大关键”

关键词

期望目标 重大事件 品性 培养策略

孩子在具备了最基本的生存技能之外，还应该具备这些能力和品质：终生学习的能力、人际交往的能力、解决问题的能力、创造性思维的能力、顺应局势变化的能力、自尊与自信、百折不挠的精神和首创精神。本章从父母对孩子的期望目标出发，分析了父母生命历程中所经历的重大事件对孩子的期望所产生的影响，同时强调了父母的品性对孩子的品性的培养具有重大影响。最后，本章在严密的逻辑论证基础上，提出了培养孩子品性的基本策略：安全感、自我认同感、归属感、使命感和自我效能感的培养。



我们沐浴在一个新时代的曙光之下。这是人类文明史上最重要的时代。了不起的科技创新、空前的经济发展和伟大的文艺复兴让这个时代显得如此与众不同。然而，这诸多成就带给我们的问题是：如何让我们的孩子适应这个新时代。

——约翰·奈斯比特（John Naisbitt）

对绝大多数人来说，为人父母或许是这辈子最让人欣慰的事情了，同时，它也是一个既光荣又艰巨的使命。世界上很少有工作像为人父母这样要求苛刻。父母不仅要确保孩子在身体方面健康成长，而且还要承担起塑造孩子性格，教给孩子必要的生存技能，帮助孩子培养正确的价值观、行为品质等多方面的责任。进入 21 世纪后，为人父母这一任务显得尤为重要，因为我们所处的世界正在快速发生改变。为了适应不断变化的世界，我们的教育制度也应该同步发生变化。然而，事实上，教育制度变革的速度远远不及世界变化的速度。

为了在不断变化的世界中做出明智的决定，孩子们将需要掌握全新的技能，具备创意的思想和一个更有效的价值体系，从而具备适应社会发展的优秀品质。他们将面临许多机遇和选择，因而需要提前做好准备，以便在这个变革的时代里健康成长。父母和其他教育工作者必须慎重考虑这个问题：孩子该具备何种品质才能在这个充满挑战的世界上生存？据《财富》杂志称，商界领袖认为，孩子在具备了最基本的生存技能之外，还应该具备这些能力或品质：终生学习的能力、人际交往的能力、解决问题的能力、创造性思维的能力、顺应局势变化的能力、自尊与自信、百折不挠的精神和首创精神。

学校不可能提前把所有未来世界所需要的知识和技能都传授给孩