



家长教育系列

数十万家长和孩子受益的**家庭教育**新模式



家长需要教育孩子到多少岁？

谁偷走了孩子的责任心？

学习好、听大人的话，就是好孩子吗？

.....

家长教育专家**郑委** 一线教育工作者**陈文平**

联手揭秘

我要做个 好家长

家庭教育的核心理念和操作方法

郑委 陈文平◎著



著名教育专家、中国儿童活动中心主任 **丛中笑**

中央电视台著名少儿节目主持人 **刘纯燕**

中央电视台著名节目主持人 **张越**

北京海淀实验小学校长 **赵树辉**

北京市教委学前教育处处长 **张小红**

**联袂
推荐**



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS



[随书附赠光盘]



我要做个 好家长

家庭教育的核心理念和操作方法

郑委 陈文军 等著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

我要做个好家长：家庭教育的核心理念和操作方法/郑委, 陈文平著.—北京：北京大学出版社, 2011.5

ISBN 978-7-301-18837-8

I.我… II.①郑…②陈… III.家庭教育 IV.G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第073174号

书名：我要做个好家长——家庭教育的核心理念和操作方法

著作责任者：郑委 陈文平 著

责任编辑：兰慧

标准书号：ISBN 978-7-301-18837-8/G·3108

出版发行：北京大学出版社

地址：北京市海淀区成府路205号 100871

网址：<http://www.pup.cn>

电话：邮购部 62752015 发行部 62750672

编辑部 82893506 出版部 62754962

电子邮箱：tbcbooks@vip.163.com

印刷者：北京市密东印刷有限公司

经销者：新华书店

787毫米×1092毫米 16开本 13印张 163千字

2011年6月第1版第1次印刷

定 价：32.00元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究

举报电话：010-62752024

电子邮箱：fd@pup.pku.edu.cn

透过现象看本质

我曾经在教育部全国大学生就业指导中心的一个项目办公室任副主任，那个时候和今天一样，处处都在宣传“大学生就业难”。诚然，这是一个国家和政府都应该重视的社会现象，体现出了国家对大学生群体的关爱。然而，当我走进一些企业，和企业主及人力资源总监们交流的时候，我发现他们都急需要人，但就是招不到合适的人。一面是就业难，一面是招人难，这个现象让我陷入了沉思！问题到底出在什么地方？

一次和一位企业主交谈时，他的一句调侃点醒梦中人：“很多孩子就不了业是因为不就业还能活着！”就是这句话，让我开始审视当代的大学生，发现很多大学生就不了业的原因可能是“高分低能”，可能是“重智轻德”，可能是“挑三拣四”，可能是“吃不了苦”，可能是“责任心差”，可能是“上进心差”，可能是“眼高手低”……很多企业主和人力资源总监都在抱怨，不是不想用大学毕业生，而是大学毕业生的基本素质有些差！

从此，我不再关注大学生的就业问题，转而关注大学生的素

质问题。我发现，很多大学生的素质真有问题。这里的素质指的不仅是智商、学历，更重要的是价值观、婚姻观、家庭观等基本观念正确与否，责任心、自信心、上进心、意志力等非智力因素优秀与否，沟通能力、抗挫折能力、情绪控制能力等情商素质良好与否，生存目标、动机和兴趣积极与否，与人为善的道德水平高低与否。而大学生素质出现问题的根本原因是家庭教育出了问题。

怀着一份强烈的社会责任感，我毅然投身到了家庭教育行业中。我发现这并不是一件简单的事情，现在想起进入这个行业并坚持这么多年，还有些后怕：孩子的问题可能是家长的问题，家长的问题可能是夫妻关系的问题，夫妻关系的问题会牵扯到婆媳关系问题，继而牵扯到隔代教养问题、沟通问题，孩子的生活习惯问题、学习问题、非智力因素问题、青春期问题、价值观问题……

家庭教育是一个体系，绝不能头痛医头脚痛医脚，必须建立在科学的系统论和方法论基础上。我的专业是理论物理学，我利用物理学“透过现象看本质”的基本理念，通过数学建模方式构建教育模型，利用“样本—统计—建模—实验—分析—改善—应用”为流程的工学原理，搭建了一套可以操作的家庭教育新模式，没想到社会各界反响异常强烈，这套系统让几十万家庭直接或间接受益。

我们一直在思考如何能够更高效地传播这套理论和方法，最终发现“与其做下游的抗洪抢险，不如做上游的水土保持”，把一个问题孩子调整好不如让成千上万的孩子不出问题，于是我们就从学龄前和小学生孩子的家长入手，因为这两个阶段的孩子可塑性很强，只要家长转变观念，孩子就会积极向上。

与此同时，我们和北京著名的幼儿园、小学和中学展开合作，系统、有效地开展家长和学校的工作，让更多家长和孩子受益，其中我们在国务院机关事务管理局幼儿园做了近4年的实践，收效显

著。国务院幼儿园陈文平园长心有大爱，孜孜不倦地在幼教工作岗位上奋斗了近30年，她的宝贵经验和正直人品打动了我，这些年我们并肩战斗，不仅成为益友，而且成了战友，共同致力于中国家长教育事业的普及，为国民素质的提高，为了中国的昌盛，尽我们微薄的力量。

值此国务院幼儿园60年园庆之际，我和陈文平园长合著了这本书，一是希望我们多年的实践能让更多家庭受益，二是为幼儿园60年园庆献礼，三是为了铭记我们之间的友谊。

这本书，适合所有年龄段孩子的家长。

郑委

2011年4月

家庭教育的核心是知行合一

中国改革开放30多年了，我也从事幼儿教育近30年了。这几十年间，我见到了无数的孩子和家长，时代在变迁，我们的孩子和家长也在悄悄改变，当代的孩子和30年前的孩子截然不同，当代的家长 and 30年前的家长也截然不同。生活富足了，孩子聪明了，家长关注教育了，但为什么孩子出问题越来越多，问题孩子越来越多呢？

作为一个教育工作者，我很清楚地知道“孩子的问题都出在家长身上”，如果是一个十五六岁的孩子出问题，我不敢说都是家长的问题，但我每天看到的都是天真浪漫的2~6岁的孩子，这些孩子有问题难道是孩子自己主观造成的吗？当然不是，他们的问题都是我们成人有意识或无意识影响的结果。作为一名幼儿教育工作者和一所幼儿园的管理者，我内心真正地感到“孩子的问题本质是家长的问题”，但我无法对家长表达，我多么希望有一套系统的、可以操作的、家长认同的“家长教育”体系来帮助我们的家庭和家

在我努力探索如何通过家长素质提高孩子素质、幼儿园如何

有效做好家长教育工作的時候，偶然的機會認識了鄭委老師，我們一見如故。他在家長教育領域提出的基本理念，如“有效果比有道理更重要”、“孩子的问题本质上是家长的问题”、“会爱才是真爱，真爱需要学习”、“国民素质从娃娃抓起，娃娃素质从家长抓起”……跟我多年的思考和研究不謀而合。與此同時，我發現我們的價值觀高度一致，同樣對教育事業由衷熱愛並满怀強烈的社會責任感。幾年下來，我們不僅建立了深厚的友誼，而且深入探討研究了家長教育領域更多的理念、概念、方法，並做了大量的實踐工作。

我們發現，中國家長教育孩子存在兩個方面的大問題：其一，教育孩子的核心理念和基本概念模糊不清，就連什麼是“幸福”、“責任”、“德行”、“認真”等最為基本的概念都理解得模稜兩可甚至錯誤百出；其二，中國的家長學的知识很多，但行動少、實踐少、堅持少，總是“學習的時候激動，想起來沖動，回到家一動不動”。

基於此，我們在幼兒園做了將近4年的實驗和實踐，一方面幫助家長建立核心理念和基本的概念，其中最為根本的一部分就是本書的內容，相信廣大家長閱讀本書以後，會有很深的體會和反思；另一方面，我們針對中國家長的實際特點，幫助家長去做、去堅持做，因為只有做和堅持做才能達到家庭幸福的目的，而這又是中國家長最為欠缺和最難克服的地方，是家庭教育成敗的關鍵點。我和鄭委老師一起發明了很多“家庭教育工具”，不僅告訴家長怎麼做，還幫助家長堅持做，其中，“生活品質表”可以讓孩子很快養成良好的生活習慣，“家庭會議記錄本”可以讓孩子更加聽話，“幸福家長訓練手冊”讓家長在每天20分鐘的填表格遊戲中成為智慧家長……

“家庭教育工具”的出现，解决了家庭教育领域知易行难的瓶颈，我认为这是家庭教育领域的一次创新和变革。我们不断地利用各类家庭教育工具让家长改变教子观念、建立正确教子概念、掌握教育原则、学会教育方法，帮助家长知行合一，最后达到建立正确教子习惯的目的。

通过近4年的实验和实践，我们的家长更加有智慧，孩子更加优秀，家庭更加幸福。这套理论和方法不仅仅适用于学龄前儿童的家长，也适用于其他年龄段孩子的家长，我和郑委老师会一直沿着“帮助更多家庭充满爱和幸福”的道路走下去，不仅仅让我们幼儿园的家长受益，更要惠泽全天下更多的家长和孩子。

不要抱怨社会的功利和拜金，不要抱怨人情的冷漠和信任的危机，遵循伟大教育家陶行知先生“即知即行，即知即传”的教育理念，从我们自身做起，从我们家庭做起，从我们的身边人做起，“用生命感动生命，以行动带动行动”，做一个传播“爱与幸福”的使者吧。

陈文平

2011年4月

序一 透过现象看本质 V

序二 家庭教育的核心是知行合一 VII

做明白的父母

你是哪一类家长 004

家长不要瞎学习 006

家长该如何学习 009

【交互】每天学习的家长不一定是好家长 014

教育要使人高尚

家庭教育要有高度 023

应该把孩子教育到多少岁 026

高度的两个层面 028

八个基本点 029

做家长首先要做到不“瞎搞” 032

【交互】从怕出问题到期待出现问题 034

有德自然香

家长忽略了“德行” 043

德行的“六字真言” 047

- 有德必有才 050
德是“进行时” 052
你给孩子报过“德行”培训班吗 054

【交互】一个让自己幸福的职业 057

◎幸福是目的

- 教子的终极目的 065
幸福坐标 068
不幸福的产生 072
关于幸福的补充 077

【交互】我找到了幸福 079

◎责任是基点

- 从“抄作业”说起 085
责任的本质 087
“责任神偷” 089
越俎代庖偷责任 091
挑剔错误偷责任 095
埋下责任的种子 098

【交互】为孩子做出1%的改变 101

◎“好人”是标准

- “好人”的标准 108
“好人”的细节 112

【交互】一次正确的选择 117

◎ 会爱才是真爱

- 母爱真的伟大吗 126
- 无条件的爱才是真爱 128
- 有原则的爱才是真爱 135
- 真爱需要学习 137

【交互】只要有爱在，孩子就不会爱到伤害 138

◎ 信念是保障

- 想什么来什么 146
- 信念图示 150
- 信念从“念”开始 154

【交互】我只改变了一点点，孩子完全改变了 157

◎ 智慧是方法

- 家长智慧的天敌 163
- 用智慧解决问题 166
- 问题是宝贝 170
- 遇到问题这么办 172

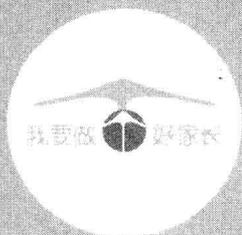
【交互】可怜天下孩子心 175

◎ 教育是创造

- 教育、学习和培训 184
- 教育的本质 185
- 不要抱怨教育体制 188

【交互】警醒！这个妈妈的今天可能就是你的明天！ 189

后 记 195



做明白的父母

孟子曰：“贤者以其昭昭使人昭昭，今以其昏昏使人昭昭。”（《孟子·尽心下》）“昏昏”意指糊涂，“昭昭”意指明白。这句话的意思是：真正的贤人都是先让自己明白，然后才去帮助别人明白；今天的人则是自己都还糊里糊涂，却想去帮助别人明白。

想起这句话，我们就联想到了当今很多家长，不禁莞尔，他们在教育孩子这件事情上，真的是“家长以自己的昏昏努力使孩子昭昭”啊！



图1-1 孟子的经典论述

当孩子昏昏的时候，主要责任是在孩子还是在家长？这个问题需要家长们努力思考。我们在此先提出论点：因为家长昏昏才造成孩子昏昏！本书意在证明这个论点的正确性，家长们不要马上同意或提出异议，请你们认真地读完本书，思考、反省、感悟、行动、坚持行动后，再根据自己的变化和孩子的变化给我们一个答案。

其实，父母不知道自己昏昏才是问题。

你是哪一类家长

中国家长往往花费大量人力、物力、财力在孩子身上，“望子成龙”、“望女成凤”，可是很多家长发现，努力的结果竟然是事与愿违，孩子不仅没有“成龙”、“成凤”，问题反而越来越多：不爱学习、不听话……

“我们小时候哪像现在的孩子，父母都不管我们，我们不也成长得很好吗？现在的孩子怎么了？为什么物质条件好了，家长操心更多了，反而孩子的问题越来越多，问题孩子越来越多呢？”很多家长都会有这样的疑问。是啊，这究竟是因为什么？

我们在和家长咨询、交流的时候，常常会把家长分为三类，让家长选择自己是哪一类：

A类家长，称做“懂教育、负责任”的家长。我们认为此类家长一定能把孩子教育好，因为他们对孩子非常负责任，他们通过不断的学习和探索，懂得了教育的真谛，拥有了教子的智慧，从而能够运用正确的教育观念、原则和方法引导和教育孩子。此类家长在当今社会比较少。

B类家长，称做“不懂教育、不负责任”的家长。此类家长最具代表性的是20世纪50年代至80年代初的家长们，他们并不懂教育，只负责孩子“吃饱穿暖”。从表面上看，任孩子自由发展，对孩子的未来可能不太负责任，但那个年代的孩子大多健康成长，很少出现如今这样真正意义上的“问题孩子”。此类家长也可能把孩子教育好。

C类家长，称做“不懂教育、特负责任”的家长，此类家长是当

今最多的一类家长，他们不懂教育，不会教育，却非常负责任地为孩子的未来着想，给孩子物质满足、智力开发、才华培养……费尽心思“不让孩子输在起跑线上”，最终结果却让很多孩子“输在了跑步的过程之中”，“跌倒终点线前”。我最喜欢告诉此类家长卢梭说过的一句话：“教育错了的儿童比没有受教育的儿童离智慧更远。”

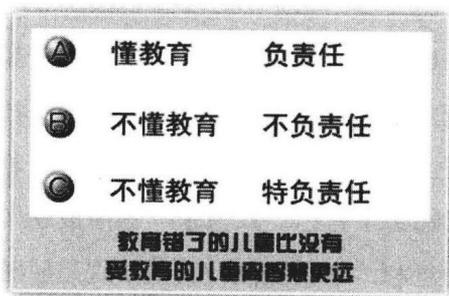


图1-2 你是哪一类家长

家长朋友，请你闭上眼睛好好思考：我是哪一类家长？我想成为哪一类家长？

我相信绝大部分家长都希望自己能成为A类“懂教育、负责任”的家长，这是家长的希望，并且是唯一的选择！

C类“不懂教育、特负责任”的家长，一定不能把孩子教育好，我相信家长们都不希望自己成为此类家长，退一万步讲，已经成为此类家长的，也不希望自己永远如此，他们会努力摆脱现状。

当然还有一类家长，希望能够继承自己的父母教育自己的方法——“自由发展，棍棒底下出孝子，该出手时就出手”，这就是B类“不懂教育、不负责任”的家长，他们用“散养”的方式教育孩子。上文我提到，“此类家长也有可能把孩子教育好”。

这句话我要重新说一遍：“此类家长在那个年代也有可能把孩子教育好。”虽然那个年代的家长不懂教育，但当时的社会有