

陈宪星
●
著

一本所有父母必读的好书 作者以：国际精英大视野
非传统思维方法 深刻的自我剖析 令人信服的效果
自己的家教故事 系统阐述了成功正确的家庭教育理念



家教 18 年

上海三联书店

家教 18 年

陈宪星 ● 著



上海三联书店

图书在版编目(CIP)数据

家教 18 年/陈宪星著. --上海:上海三联书店,2012.7

ISBN 978-7-5426-3844-1

I. ①家… II. ①陈… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 104187 号

家教 18 年

著 者 / 陈宪星

责任编辑 / 陈启甸 李 珏

装帧设计 / 鲁继德 黄钰文

监 制 / 研 发

出版发行 / 上海三联书店

(201199)中国上海市都市路 4855 号 2 座 10 楼

网 址 / www.sjpc1932.com

邮购电话 / 021-24175971

印 刷 / 上海惠顿实业印刷部

版 次 / 2012 年 7 月第 1 版

印 次 / 2012 年 7 月第 1 次印刷

开 本 / 710×1000 1/16

字 数 / 380 千字

印 张 / 23.5

书 号 / ISBN 978-7-5426-3844-1/G·1199

定 价 / 55.00 元

前 言

这不是一本有关家教秘诀的书。

生活没有所谓点石成金的秘诀，教育也不会有。最接近想象中的秘诀效果的，恐怕要数那些用心探索的人的真实体会了。正是本着这一想法，我在本书中，力图用自己教育孩子的真实故事，启发读者。

说到故事，我并不认为孩子的故事对读者有什么价值，尽管他们的成长是我们探讨的对象。孩子的教育历程还远未完结，生活也才刚刚开始，而我们做父母的，却可以说生活过了，教育过了。因此，我要讲的，主要是我们作父母的故事，孩子在我们身边的那一段日月中，我们的心路、我们的实践、我们的探索、我们的收获。

既然谈的是孩子的教育，当然要涉及孩子本人，但这仅是从一位“办案的探员”立场所观察到的那些。孩子的心路、孩子的探索、孩子的收获，要由孩子将来自己去写。

这就是本书采用第一人称的原因。

让我从有写本书冲动的那一刻说起吧。

八月初，从郑州回到苏州最初的一个星期，太太、我和我们十六岁的儿子，都很少说话，气氛中明显有一丝沉重，原因是现在家里少了一个人，我们的小儿子。

往常，他总有没完没了的话，一会儿坐在爸爸身边陪爸爸看电视，看看有没有他特别喜欢的相声小品节目，其中有质量的笑料他张口就来，永远都能在饭桌上引起欢笑；一会儿又会溜进厨房，看妈妈在做什么好吃的，然后顺便给妈妈读几段书刊杂志刊载的笑话，遇到有些英



文写的外国笑话，妈妈没有完全听懂，他会说：“你的英文还要加强哟”。当然，他和哥哥最聊得来，除了他们共同编辑的一个游戏软件，《哈利波特》式的魔法及科幻探险，是他们永恒的谈资。

但这次他没有跟我们一起回家。就在几天前，在他刚刚度过十三岁生日的第二天，我们把他送到了“少林寺塔沟武术学校”，在接下来一年半里，他要和他的几万名同学一样，摸爬滚打，经历系统的武术训练。

把儿子送到武术学校锻炼，是我们夫妻春节后反复思量决定的，但如何与孩子沟通，以及他们会如何反应，心里还不是十分有底。我们自认为了解自己的儿子，通过十年的家教自学，他们有远超过同龄孩子的成熟，但这毕竟不是在空调房里玩他们偏爱的智力游戏，而是置身于千里之外的深山之中，像出家的武僧一样，经受真正的皮肉之苦。孩子能理解爸爸妈妈的苦衷吗？他们能够体会这背后的深远意义吗？

实际沟通的结果，让我们长舒了一口气。正在读高二的哥哥和在家自学准备上高中的弟弟，都对我们的决定表示了理解。这点，我们不但听到了他们的口头表示，而且还看到了他们一如既往的谈笑风生。

我们深受鼓舞。

鼓舞还在继续。决定后不久的一天，小儿子认真地对我们说：“我不想等哥哥明年毕业一块儿去少林寺，既然早晚要去，我想现在就去。”听说他自己想先去，我和太太的眼眶湿润了，太太说：“孩子，你才十二岁，等哥哥明年毕业一块儿去，你也长大了一岁，而且和哥哥在一起，彼此有个照应，不是更好吗？”但儿子不为所动：“我不需要哥哥照顾，我自己可以生活。”

我们还能说什么呢？七月二十九日是小儿子的生日，行程定在生日后的第二天。为了让他有足够的心理准备，我们提前两周到了郑州爷爷家里。



在郑州的两周里，我们千方百计地想让儿子有一个平滑的人生过度。小儿子出生在新西兰，除了断断续续地上过不到两年小学，都是一路跟着妈妈自学过来的。他是一个很爱说话、很幽默、很讨人喜欢的孩子。他从来没有离开过妈妈一天，要不是我这个狠心的爸爸力劝，妈妈恨不得能陪儿子一块儿上山练功。随着“出家”的时间一天天逼近，我们的心也一点点悬了起来，生怕触动他对离家的恐惧及对舒适的眷恋。但还好，没有观察到他有任何异常的变化。

为了不至太突然，我们还对该武术学校做了一次预访。夏日的骄阳下，身着清一色厚厚练功服的孩子，成群结队地在外面的劈腿、跳跃、舞刀、弄剑，不时撩起上衣擦汗，个个精瘦黝黑；一眼望不到边的大食堂，像农村的集市，大锅煮着面条，大屉蒸着馒头；学生宿舍为陈年简易的筒子楼，满是积水的走廊两边，不到二十平方米的风子里塞满了生锈的铁床，十几个裸着上身的孩子，卷曲着汗津津的身体在睡午觉；所有空档都挂满了孩子们未洗干净的衣服，空气中弥漫着潮气、酸气和臭气的混合气味。看到这些，我们的心有些动摇，手里攥着打退堂鼓的槌子，只等小家伙发一句话，或皱一下眉。但儿子显得很平静，这给了我们急需的勇气和力量。

正式入学的那天，气温特别高，千军万马的汗臭味，像河南农民秋后燃烧秸秆时的烟雾，笼罩在整个校区，加上院子中央那个土坯墙厕所蒸发出的熏天臭气，仿佛把我们带回到了文化大革命上山下乡的年月。

鉴于小儿子是新西兰国籍，学校建议他到专为外国人准备的有空调的“宾馆”里住宿练功。儿子听到每月要好几千元的费用，说没有必要。我们建议他要不要考虑在那儿先适应一个月，然后再转到普通宿舍去。他说不用，他不想一个月后再换地方。就这样，他就成了这个学校散打班唯一的、也是年龄最小“外国人”。帮助安顿好铺盖，太太泪眼涟涟地和儿子告别的那一刻，他懵懂稚气的脸上掠过一丝忧伤。



当晚，太太泪湿枕巾。孩子现在怎么样了？那么热，他能睡着吗？他能吃得下那里的饭菜吗？他能习惯那里地沟式的厕所吗？教练对他怎么样？他一直在家里自学，没有同学和朋友，他能和那些比他大得多、背景如此不同的同学相处好吗？更重要的是，他能适应每天六点钟起床、一日三练、每星期只有一天休息、除了春假一个多月的假期、一年三百六十五天不能出由学校纠察队严格把守的大门、而训练强度如此之大、筋骨如此之劳累、纪律管教如此之严的准军事化生活吗？更深地说，我们这样对待自己的孩子，是不是太过分了？

一个星期后，我们满心惶惶地接到了他的第一个电话。

一切都让我们惊喜，先前所担心的，都在撂下电话的那一刻化为乌有。儿子像一名新入伍的战士，以镇静、期待和坦然的态度应对全新的生活、全新的挑战。之后一次又一次的电话交流，让太太和我经历了从担心到释怀、从释怀到放心、从放心到喜悦、从喜悦到骄傲、从骄傲到希望，一系列心灵的洗礼。一个月过去了，两个月、三个月，我们听到了一个越来越成熟的声音。

他冷静地观察周围所发生的一切，并以一个小战略家的眼光，分析和处理纷乱复杂的信息。对经常有同学因违反纪律和规定受到拳击、脚踢、棍打等让我们成年人听起来都毛骨悚然的体罚，他既很敏感，又不害怕。他引证教练的话说：“对遵守纪律的人来说，任何惩罚都伤害不了他们。”谈到和同学的关系，他说大家对他都很好。问他是如何做到的，他说不知道。但我们很清楚。他经常把自己的饭卡让同学用，以致别人把他的日定额花光了，自己没有钱吃晚饭，他说很多同学家里很穷，每天的饭钱很少。他在电话里告诉我们，他们班有几个同学偷偷地在储藏间里抽烟，但马上叮嘱我们不要和教练说。我们问为什么，他说告发同学会把关系搞坏。我马上调侃地安慰他说，要知道你爸爸我是沟通大师，会不知道怎么和教练说话？

总之，我们欣慰地看到，我们的小儿子正在迅速长大！



突然间，我们醒悟到，儿子的表现不正说明，我们多年在家庭教育上的努力和探索，正在结出我们所期待的果实吗！我们先前播下的种子，如今不是已然发芽成长为茁壮的秧苗了吗！那个在快乐欢笑间、在无忧无虑中度过其童年的儿子，而今正在社会的大熔炉冶炼成钢！

当我们把思索的目光转向大儿子时，我们发现，那块青春的土地上，也正孕育着勃勃生机。送走弟弟不久的一天晚上，我们问起他剑桥大学预科班(A Level)二年级的考试结果出来没有，他淡淡地说：“哦，早下来了，全是A，其中数学是A星(注：高二考高三的课程考得A的给A星)。如果说，他的考试成绩如此之好，让我们感到惊讶的话，他那淡然平静的样子，更让我们吃惊不已。

情况非常清楚，加上他全A的高一考试成绩，以及将近满分的托福和SAT(美国大学入学考试)成绩，他将有资格报英国和美国任何一所名校。事情来得如此突然，我和太太始料不及。

和弟弟一样，哥哥的小学和初中课程基本都是在家门之内自学完成的。我们一直希望他们将来能够成为有用的人、平衡发展的人、快乐幸福的人，至于上什么大学，在哪里上大学，甚至上不上大学，我们没有设置具体的期望和目标。我们相信，只要孩子注重素质的培养，生活得快乐和幸福，他们绝不会让我们失望的。

大学报考不久，剑桥上海面试的通知下来了。与高二成绩的情况类似，儿子在第二天我们要出门的时候，才告诉了剑桥面试的消息。这些在父母心中天大的喜讯，丝毫没让他感到洋洋得意，甚至没有流露出任何自豪的神情。一切对他似乎都是顺理成章、瓜熟蒂落的事情。

写这本书的时候，他正在申请哈佛、麻省理工、普林斯顿、斯坦福等美国常青藤学校。明年五月高三课程一结束，他将和弟弟会师少林寺武术学校。在所有的学校申请中，他都将入学的时间填在二零一二年，为这一人生重要的课程拨出一年的时间。

和天下所有的父母一样，我们也望子成龙。但什么是成龙，怎样成龙的问题，我们有我们的考虑和答案。二零零零年，当我写第一本书《平衡人生》的时候，就开始认真考虑这个问题。

举目望去，父母盲目地把孩子的教育责任交给社会，希望正规的教育机构能把他们培养成为有文化、有道德、有能力、有智慧的人。但结果却让人极度失望。学校里，在分数、升学、考试、竞争、成功等四面八方的压力下，我们的孩子失去了童年的天真和快乐，背被压驼了，眼睛被压近视了，身体被压肥胖了，头发被压脱落了，思想被压扭曲了，心理被压忧郁了，精神被压颓废了。

为了使自己的孩子能够脱颖而出，无数父母又加入了剥夺孩子仅有的一点业余时间的大军。他们成群结队地，一会儿把孩子赶到乐器训练班，学钢琴、提琴、古筝；一会儿扑向艺术中心，让孩子学绘画、舞蹈、书法；一会儿又奔往体育馆，学游泳、网球、柔道。生怕学校学的还不够多，家长还要调动一切可以调动的社会力量，聘请各种类型的家庭教师，进各种补习班，增援本已浩浩荡荡的奴役孩子的队伍。

好容易熬到大学毕业的孩子，由于只知道读书，别的一无所知，公司不要，政府不管，社会不接受。有钱的家长，继续供他们上研究生，硕士、博士、博士后，永远学下去。没有钱的，只有眼巴巴地看着孩子一大堆各种学历证书，在那里发怔：我们到底做错什么了？

亲爱的读者，您一定猜对了，思考之后，我们决心走自己的教育之路。尽管将要面对一个未知世界，但我和太太毅然决定，把儿子的教育大权从社会夺回到自己的手中。看到两个儿子最近短短几个月里交出来的答卷，我们由衷地庆幸我们十年前作出的家教决定。

他们最终上剑桥还是哈佛，或是其它学校，对我们并不重要，重要的是我们知道，他们至少在将来会是对社会有用的人。既然他们的童年和青少年是在快乐中度过的，我们没有理由不相信，他们的未来将会是更加快乐的。



好了,前言就写到这里。读者如果想知道我们家庭教育的故事始末,请继续读下去,我会在后面的书中和盘托出。

真诚地希望本书,能帮助唤醒天下的父母,担负起对子女家庭教育
育的责任。

陈宪星

二零一零年十月于苏州

目 录

前言	1
第一篇：幼儿篇(零岁至六岁)	1
孩子要自己带	4
孩子三岁前我都干了些什么	8
真理的教育	
——不要给孩子灌输谬误	14
爱的教育	
——履行父母的责任	19
自然的教育	
——学习生存本领	23
寻求快乐不需要绕圈子	29
小心不要掉进书本的陷阱	34
汉语没学好,外语也难学	41
父母没有原则,孩子语言障碍	46
语言不幽默,在于禁区太多	51
父母是孩子的第一任老师	56
父母有价值观,孩子有方向感	61
幸福寓于朴素的生活之中	69
不要忽视孩子的健商	75
小时候不哭的孩子长大快乐	81
预判需求,宝宝不哭	90
避免成为宝宝的奴隶	95



小心玩具的罪恶·····	100
绝不能打骂孩子·····	103
生活得越朴素越好·····	108

第二篇：少年篇(七岁到十二岁)····· 115

我们为什么要选择家教·····	117
考好大学不能算作好目标·····	123
读父亲写的书·····	128
吃母亲做的饭·····	133
和孩子一起成长·····	139
在家教上投资要不惜血本·····	146
妈妈,我心里在流血·····	151
多走多看胜过多学多读·····	158
兴趣是养成自学能力的突破口·····	165
战胜挫折后的自信更自信·····	170
孩子不专注是因为选择太多·····	176
粗心绝不是小毛病·····	181
不必要的承诺导致孩子撒谎·····	186
如果不想孩子变傻就要远离电视·····	191
把孩子从电脑中解救出来·····	197
让孩子正确地看待财富·····	202
课外读物的选择权不能交给孩子·····	208
不要教孩子过渡的知识·····	215
千万不能好心地欺骗孩子·····	220
雕琢健康从何下手·····	226

第三篇：青春篇(十三岁至十八岁)····· 233

我的孩子天性在哪里·····	236
如何让孩子学会谦虚·····	243
不要怕得罪孩子·····	249

我们孩子青春期不叛逆·····	253
没有性教育的性教育·····	259
剑桥面试与逻辑思维·····	265
随大流与批判性思维·····	271
送孩子上少林武校的背后·····	278
没有必要为孩子没有朋友担心·····	284
应该不应该到国外上大学·····	290
没有一劳永逸的专业选择·····	296
怎样避免孩子早恋·····	302
孩子单纯一点好,还是老练一点好·····	307
学习好不等于有意志力·····	314
反正我说了也没有用·····	320
让长板更长,还是加长短板·····	326
何谓天生的短板·····	332
不信上帝不等于没有信仰·····	337
行精于思,毁于随·····	343
专门写给父亲·····	351
专门写给单身母亲·····	356
后记·····	361

第一篇：幼儿篇(零岁至六岁)

人在六岁以前，好比植物种子的发芽期，生命十分脆弱，受环境的影响很大。那些有幸落在朝阳面，土壤肥沃，水分充足的，将有可能长成参天大树；那些不幸被种植在背阴面，在干燥阴冷的地方生长的树木，大多会长得扭扭曲曲，不要说做栋梁之材，即使一般用途，都显勉强。不像植物只受到自然风霜雨雪的侵害，婴儿还要受到人的腐蚀，甚至虐待。人在这一段的生活实属不易，摊上好父母的概率很低，这就是为什么大多数人的童年，没有多少快乐可言，不要说健康与教育，生命在这一时期都是脆弱的，时时受到卫生、营养、疾病、疏忽等的威胁。

尽管当今中国人，春风送暖，苦尽甘来，温饱问题解决了，卫生条件改善了，人人接种流行病疫苗，婴儿的死亡率大大降低，但这些仅涉及到婴儿成长中最基本的问题，就像老人被社会遗弃在养老院里一样，死是不会，但活得很没有质量。老人活得没有质量，只会影响到其人生最后的日子，但婴儿如果仅仅是存活下来，其它都遭到忽视，他们的一生必将与缺憾和痛苦为伴。

几乎所有成人阶段发现的问题，都能追踪到幼儿时期教育的缺失与养育不当。古人有三岁看大、七岁看老的说法。而这一古老智慧，也被无数的现代观察与研究所佐证。一个人幼儿期结束时的状态，包括体质个性、交流能力、情绪控制、适应能力等方面，与成人阶段的表现有惊人的对应关系。婴儿时快乐、不爱啼哭的孩子，上学后学习比较专注，性格开朗，乐观积极；婴儿时听话懂事、开朗活泼的，长大后善于交流，有较强的领导能力；而小时父母经常打骂孩子，对孩子管教简单粗暴的，孩子将来多半学习困难，性格孤僻；幼小娇生惯养、任性自私的，长大后容易自我中心，有人际关系障碍。



子不教，父之过，古来如此。幼儿教育的糟糕现状，主要原因在父母，父母是种树人，也是护树养林的责任人。教育是家庭行为，社会向来无能和束手无策，要不何来“义务教育”之说，顾名思义，义务就是道义上的任务，出自同情。

没有任何依靠的父母们，八仙过海，以各自理解的方式抚育他们的幼子，有的送到幼儿园，有的交给退休的老人，有的让保姆带，有的干脆把孩子像猫狗一样的放养。社会在幼儿达到入学年龄时，才开始出面接管控制，各个政府机构突然倾巢而出，试图以惯常的方式，对刚从家庭牢笼里放出来的小动物——我们可爱的儿童，进行集体驯化。可是，对大多数孩子而言，此时木已成舟，社会教育机构所能做的，无非是把孩子们进行排队分类：谁是天才，应予以特殊培养；谁是通才，放在一起大锅烩；谁是庸才，让其自生自灭。

众多父母错误地认为，小孩在六岁以前太小，什么都不懂，没有必要在教育上花太多的精力，改造他们的机会还有的是，等他们上学就好了。这类父母对孩子教育的投资，呈倒金字塔形，越接近高等教育，投资越多。开始不重视，等到孩子要上大学了，才苏醒过来，开始动员社会资源，往里砸钱。

另外一类父母，对孩子的教育投资呈圆柱形，从头到尾都一样。从孩子会走路开始，一直到大学毕业，几十年如一日，围着孩子鞍前马后地跑，一路为他们开路买单。

这两种都不是正确的投资方式。

前一种，好像赌博，赌注越下越大，总想把之前输掉的一下子赢回来；而后一种，好像是一个不识农活的，不知道什么时候施农药，什么时候浇水，什么时候施肥，什么时候锄草，什么时候该什么都不管，让秧苗自由生长，结果，庄稼长得不粗不壮不说，还会因过度忙活死掉。

正确的家教投资策略，应该是正金字塔形的，孩子越小，投资力度应该越大，随着孩子逐渐长大，投资逐渐减小。因为人有自我教育的能力，教育的关键就是培养这种能力，没有这种能力，你就是把全世界给他，也无济于事。

判断家庭教育的好坏优劣，一个简单的方法，就是看一看所说的孩子在多大年龄、在多大程度上，还在依赖自己的父母，不管这种依赖是精神的、心理的、还是物质的。如果一个孩子在中学时代，就能够在很大程度上甩开父母的拐杖，生活上知道自己照顾自己，学习上有很强的自学能力，社会上懂得与人沟通，那么，这个孩子的家教就是成功的；如果一个孩子尽管考试成绩不错，但

一切都要父母操心照顾，自我中心，大学毕业了，仍不能离开父母这个安乐窝，那么，该家教就是失败的。

自然界里，除去人，让子女尽早独立生活，是唯一的动物养育法则。非洲草原的大型动物，无论是野牛还是斑马，狮子还是老虎，鹿还是狼，父母基本上都是在子女一两岁时，完全切断对它们的直接抚育。也就是说，比较 80 岁左右的人类平均寿命，和 20 岁左右大型动物的平均生命，人应该在六七岁时完全独立，这就是为什么“三岁看大，七岁看老”的箴言，符合自然生长规律。

而现代人对这一自然规律的直接违背，结果生产出了无数的“寄生虫”。



孩子要自己带

大儿子一岁的时候，我们移民新西兰。要适应全新的生活环境，带上这么小的孩子不方便，便决定先让姥姥照看，等稳定下来再接过来。这在当时似乎是一个合理的决定。像任何其它决定一样，它的效果以及影响，要等到一段时间后才能见分晓，时间隔得越长，就会看得越清楚。

三岁时，姥姥不远万里，把儿子从中国带到了新西兰。去飞机场迎接两年未见的儿子时，尽管事先有一定的思想准备，但老实说，重新看见儿子的那一刹那，还是让我有些吃惊。

看到的，不是一个想象中那个闪烁着好奇的大眼睛，身体结实而又灵活，随时准备蹦蹦跳跳的机灵鬼。儿子看起来，更像是一个胆小怯生、身体绵软、足不出户的小姑娘。可能是刚从东北飞过来，中国正值冬季的缘故，儿子外罩花布对襟棉袄，里面套了好几层，裹得圆鼓鼓的，而新西兰是夏季，儿子苹果一样的脸，粉红白嫩，微微冒着汗水。姥姥已经是上了年纪的人，一路风尘仆仆，头次坐飞机，又有护幼重任在身，吓得不敢吃饭，不敢睡觉，一手提着袋子，一手拉着孩子，蓬头垢面的，场面颇像正在拍摄《红楼梦》中刘姥姥进大观园的戏。

这仅是表面现象，影响是深远的，以致直到现在，都能看到这一影响的影子。

与儿子重逢后的头几个月，让我们很不踏实。他像是姥姥的宠物，时刻不离姥姥的左右。要改掉他一点点不良习惯，都是一场战斗。他很怕水。跟姥姥在东北生活的日子里，可以想象，他恐怕是过着与水隔绝的生活。他绝对不会被允许到院子里和其他的小朋友玩耍，他被牢牢地圈养在姥姥、姥爷的家里，没有机会出汗，没有机会把手弄脏。因而，他可以一年四季穿着一样厚的衣服，或坐、或站、或躺、或睡，享受着“退休婴儿”的待遇。他的皮肤像温室里生长的韭黄一样，嫩嫩的、黄黄的、软软的、水水的，让人连想不到健康与活力。对两位老人来说，不感冒、不冻着、不伤着就是成功，就是胜利。