

21天让你从自然型父母变成智慧型家长
教出一个会做人会学习的孩子



好父母 决定孩子一生

百万家长追着看的“家教圣经”

陆惠萍◎著



有章可循谈理念，实事求是讲方法，家庭教育原创精品和教子手记

光明日报出版社

好父母 决定孩子一生

百万家长追着看的“家教圣经”



陆惠萍◎著

光明日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

好父母决定孩子一生/陆惠萍著. —北京: 光明日报出版社, 2011. 12

ISBN 978-7-5112-2021-9

I. ①好… II. ①陆… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第247121号

好父母决定孩子一生

著 者: 陆惠萍

出 版 人: 朱 庆

责任编辑: 朱 宁

责任校对: 谷雅丽

封面设计: 零三二五

责任印制: 曹 净

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市东城区珠市口东大街5号, 100062

电 话: 010-67078244 (咨询), 67078945 (发行), 67078235 (邮购)

传 真: 010-67078227, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>

E-mail: gmcbs@gmw.cn zhuning@gmw.cn

法律顾问: 北京市洪范广住律师事务所徐波律师

印 刷: 北京九天志诚印刷有限公司

装 订: 北京九天志诚印刷有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 787×1092 1/16

字 数: 215千字

印 张: 13.75

版 次: 2011年12月第1版

印 次: 2012年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5112-2021-9

定 价: 29.80元

版权所有 翻印必究

自序 Preface

这不是一本书，这是我在与你说话，跟你讲故事，陪你做游戏，我是陆惠萍。阅读我的书，适合慢慢读，读出声来，读一会儿，想一想。

父母是领导者，领导者领导谁？领导家庭，领导孩子。领导者领导什么？领导状态、领导氛围。家长如果懂得领导孩子每一天的状态，你一定是个优秀的、受孩子尊敬的家长。

每个人的身体里都住着天使和魔鬼。喂养天使，天使就强大，喂养魔鬼，魔鬼就强大。从孩子呱呱落地，到18年后长大成人，在那6570个日日夜夜里，请你每一天都坚持喂养孩子内在的天使，好吗？具体地说就是，教导他懂得聆听别人的需要，学习从挫折中复原，快乐地与人共事，用意志力达成理想，以及如何保持同理心。

如果孩子问你：有没有一把钥匙能让我做好所有事情？

你回答：有，用心。

告诉我们亲爱的孩子，人活着有三种状态——生存、生活和生命。生存状态是为了活着而活，吃饱穿暖，得过且过；生活状态是为了成长而活，思想意识天天提升，修身养性，助人助己；生命状态是为了分享而活，自己活得好，想让其他人也活得好，带领团体，分享智慧。

但是，生活的表现形式，并不是时时刻刻都轰轰烈烈，我们最好能从千篇一律、平平常常的生活中，获得美好的人生经验和感受。作为父母，不要

因为愧疚而给予，不要因为世俗而要求。让孩子有一颗滚烫的心，让孩子有一个愉悦的灵魂，是作为家长永远的追求。

至于学习，家长要关注的绝对不是考试分数的高低，当家长在追逐考试分数的时候，孩子的梦想和灵魂一定渐渐地远去了。在培养中一以贯之的，必须是让孩子有能力独立地、快快乐乐地过日子，并以“人生最大的享受就是有能力付出”为信仰。

家庭教育不可能被学校教育替代，所以家长是要努力的。这个世界上的所有人都认为别人应该被教育，父母也永远认为孩子应该被教育，此时，若父母能从教育者转变为学习者，你就登上了一个新的台阶。

家长爱孩子，天下没有人怀疑，可是，什么是真正的爱呢？只有孩子知道——妈妈的眼神里有爱，妈妈的话语里有爱，妈妈做的饭菜里有爱，妈妈的生气里有爱，妈妈的要求里有爱。这些只有让孩子真正地看见、听见、感觉到，才是爱。爱讲究态度，过一点，孩子的感受就由爱变恨了。

十多年来，我听了很多培训，看了很多书，接触了很多家长，访问了很多孩子，在此一并感谢。感谢天下所有培训机构及培训师们，感谢所有爱学习信任我的家长，感谢孩子捧出心的交流。

在此特别感谢王婷莹老师，感谢海林格老师，感谢刘一秒老师，感谢顾孟臻老师，感谢张庆祥老师，谢谢老师们带我成长。

人生可以每一步都向着更好、更高的境界前进。正如你每天牵着孩子，迎着阳光，微笑着走在改变自己、感染别人的路上，多好啊！

天下孩子，都是我们的宝贝！

祝福每一位！

陆惠萍

2011年10月3日于江苏常州

目录 Contents

自序

第一章 父母应该怎样影响孩子长大

- 父母是原件，孩子是复印件/003
- 谁影响过你/007
- 怎样做妈妈，孩子才喜欢/011
- 她为什么被香港五所大学同时录取/015
- 我快不认识爸爸了/019
- 喜欢抱怨的妈妈/022
- 一个好母亲，幸福三代人/026
- 给孩子输入智慧的心灵软件/030
- 爱孩子是需要学习的/033
- 十八年，把孩子孵化成人/036

第二章 孩子成长需要什么

- 创造愉快的家庭时光/041
- 怎样让孩子喜欢读书/044

孩子成绩不好怎么办/047

决不放弃/050

要不要送语文书/054

哈佛录取什么样的人/057

谁把他变成了凶手/060

让孩子做一天父母/063

孩子何时出国门/066

培养孩子爱的能力/070

第三章 密切关注孩子心理

爱抚孩子胜过任何说教/075

坠落的天之骄子/078

和孩子建立“心”的联接/081

他为什么自杀/085

她为什么不肯去幼儿园/089

成长需要空间/092

和孩子讲话的目的是什么/095

“真”的孩子？“假”的孩子？/097

培养健康心理的五个关键点/099

第四章 你了解你的孩子吗

如何培养女孩子/105

如何培养男孩子/108

爱，是不带条件的/111

拿破仑·希尔对继母的爱/114

不做毒蛇猛兽般的父母/117

可不可能没“代沟”/121

这些话你说过吗/124

家庭的暴力氛围导致孩子的暴力倾向/128

“孟母三迁”的背后隐藏着什么智慧/131

第五章 家长应有的智慧

带着孩子学习《弟子规》/137

跟孩子交流，先学会问问题/140

纠错时表达原谅之意/144

吃点亏又如何/147

把犹太智慧用于教育吧/150

曾国藩的三条识人准则/153

缓揭帘，勿有声；宽转弯，勿触棱/157

引导和自我引导/161

爱他就成为他的榜样/164

第六章 安然度过叛逆期

别对孩子的早恋反应过度/169

青春期萌动，重在疏导/173

强忍着的孩子/178

你能持续肯定和鼓励孩子吗/181

拖延拖出什么/183

该放手的时候/186

培养国际化视角的孩子/189

第七章 采访实录

做有智慧的父母，成就孩子的未来/195



第一章 父母应该怎样影响孩子长大

培养孩子，是一项事业。事业的成败，在孩子长到 18 岁的时候，你就有结论了。这项事业，是在我们 40 岁以后，最影响我们成就感、幸福感的一件事。

渴望幸福和实际获得幸福，实在是两个世界，也就是愿望和成为之间，有鸿沟。培养孩子的一些重要环节，被我们丢失了，所以才出现了鸿沟。这里帮助你找到这些重要环节，并教你如何操作，直至填补鸿沟或架起桥梁。

父母是原件，孩子是复印件

.....

爱孩子的最高境界，是在孩子的内心留下父母相亲相爱、互相谅解的美好画面；留下父母努力工作、互相促进的生动印象；留下父母带着乐趣快乐工作的幸福场景；留下父母看书学习的安静定格……某一天，孩子长大了，要离开家走自己的人生道路了，在他的记忆里，已经储存了丰富的美好画面。

.....

父母是原件，孩子是复印件。原件什么样，复印件就什么样。看着孩子就知道父母会是什么样，看着父母就知道孩子会是什么样。这样的结论落在自己身上都说不是，拿这样的结论去看别人，你都说很准。

你说什么，你的孩子将受影响；你做什么，你的孩子更受影响；你不做什么，你的孩子也受影响。因为家长的不想、不懂、不做，孩子对社会的认识面窄，这些在未来必定成为制约他发展的盲点。

真正的智慧具有原则的简单性，“父母是原件，孩子是复印件”就是一个简单而具影响力的原则。在我 10 年的教育培训生涯中，天天都在见证好的、坏的、令人兴奋的、令人沮丧的活生生的案例。

我们来讲一些具体的例子：

我的女儿因初中的时候住校，开学没多久，一次周末回家，吃晚饭的时候跟我们聊天，聊什么呢？她说：妈妈我很难受，我们班级里有个女生，只要宿舍一熄灯，她就开始大声地、不知疲倦地说社会不好、我们这个城市不好、富人不好、世道不好、政府不好……有一次，晚上宿舍熄灯后，大家躺在床上，只听她用恶狠狠的口气说：“你看我们学校旁又修了一条那么宽的马路，我们这种骑自行车的人要这种马路干吗？不都是为那些富人、开汽车的人准备的嘛！要不然马路造那么宽干吗？造这么宽的马路，一定有一群人贪

污，应该抓起来枪毙。”

初中一年级的女孩子，用子弹出膛般的、仇恨的，带着巨大的负面能量的口气说话，这样的话语是哪里来的？你说对了，是从家里的饭桌上听来的。

她听到父母这样说话，于是，父母的话就复印到她心里去了。不知不觉中，她小小年纪已经带着这样的偏见，去看身边的人、事、物，请问这对她未来是好还是坏？对，结论是没有好处。

一个在千千万万家庭每天上演的场景是，家长在饭桌上，随口说：“我们单位那个领导真是个混蛋，没水平，还整天管三管四，他自己都管不好自己，我才不服这种领导……”这种话你知道孩子听了以后结果是什么吗？

——“挑战权威”将成为他的一个习惯。

什么叫“挑战权威”呢？“权威”一般是指比自己职位高的人。挑战权威的表现是，他仇恨权威，敌视权威，小的时候对老师挑剔、仇恨。长大以后，对官大一级的人不服气，总认为领导没能力没水平，挑领导的毛病。这样的人每个单位都有，我们俗称为“刺头”。而因为这些习惯，你的孩子虽然有能力，但在单位里却不受欢迎，没有朋友，郁郁寡欢不被重用。长此以往，觉得自己怀才不遇，抱怨连天。

你希望你的孩子到一个单位里面不服从领导、不听领导、挑领导的刺吗？

不想这样的话，请从现在开始，把饭桌当做最重要的教育阵地，用智慧引导他，用梦想引导他，不要让孩子成为父母的受害者。如果你总是在饭桌上说一些对社会的不满、对领导的不满，不知不觉中，你的孩子也一定会变得对未来没有愿望，没有向往，长大愿望不足，学习动力不足，得过且过……

这个案例让我们清楚地看到，“你是原件，孩子是复印件”的复印过程。你不要认为孩子小，孩子听不懂，无论他多么小，甚至包括整个胎儿期，都有记忆。所以重要的，也是我们要特别强调的：作为父母，你千万不能给你的孩子增加错误的记忆。6岁之前你跟孩子在一起吃晚饭的时候，谈论什么就已经很大程度上决定了孩子的未来，因为一些关键的东西已经复印在孩子心上了。

通常我们在孩子的成长过程中增加了哪些错误的记忆呢？

有的父母回到家大声说：“今天累得要死，上班真是累死了……”

如果你这样讲，孩子心里想，长大了上班好可怜，好没趣，我长大干吗呀？他成长的愿望就降低，害怕长大，害怕承担责任。要不然就是没完没了地读书，读了大学读研究生，读了国内读国外，就是不愿意开始工作，不愿意承担家庭和社会的责任。甚至，我们有没有想过，为什么有那么多人自杀？因为从小他没有从父母身上发现生活的美好，人际的美好，世界的美好！

你在孩子身上增加这些错误记忆的话，今后这些错误的记忆都将显现给你看。

有的家长当着孩子的面大吵大闹，恶语相向，打架过后长期冷战，没有谅解没有检讨；有的夫妻轻率离异，成为婚姻的失败者。孩子从这些经历中读到的是，男人女人在一起不是吵架就是打架，婚姻一点儿也不值得期待，有的孩子长大后有婚姻恐惧症，不敢走进婚姻。因为在他的成长背景中，没有留下爸爸妈妈相亲相爱的画面。而这样的画面极其重要，是未来他面对困难、战胜困难，向往美好的精神寄托。

我国曾经发生过这样一个案例：

一个孩子大学毕业，爷爷跟他说：“我的大孙子，你大学毕业了，赶紧来接爷爷的班吧，爷爷经营自己的企业几十年，该退休交班了！”

孩子一听，冲进厨房拿出菜刀把自己的一个手指剁下来扔在爷爷脸上，说：“你别想让我接你的班，没门，做梦去吧！”

后来才知道，孩子小的时候，整天听爷爷和爸爸在一起讲：创业真难啊，怎么走到这一行里来了，太辛苦了，下辈子绝不干这行了，等等等等。孩子从小听在心里，而现在要他来接班，他觉得你们下辈子也不想干的事，干吗让我来接班？我才不想再吃你们这样的苦，不想走你们这样的路。

大人随意的发泄，片面的表达，引来这样的结果，有谁能想到呢！而现在，你听到了，想到了，又该怎样做呢？

有的家长在孩子很小的时候，坐在那里安安静静地看领袖传记，孩子跑过来说：妈妈，看什么书，讲给我听好吗！——我在看《丘吉尔传》。丘吉尔是谁啊？——丘吉尔是二战时候英国的领袖。什么叫领袖？——领袖就是帮助很多人，让他们过上好日子！——妈妈，我长大也要帮助很多人过好日子！

爱孩子的最高境界，是在孩子的内心留下父母相亲相爱、互相谅解的美

好画面；留下父母努力工作、互相促进的生动印象；留下父母带着乐趣快乐工作的幸福场景；留下父母看书学习的安静定格……某一天，孩子长大了，要离开家，走自己的人生道路了，在他的记忆里，已经储存了丰富的美好画面。

当他在异地他乡孤独时、绝望时、遇到困难时、走投无路时，这些美好的画面全部都会复活，来支持他、启发他，带他走出困境，到达人生更高的境界。

作为父母，让我们的原件美好一点，再美好一点，再美好一点——为了我们亲爱的孩子！

谁影响过你

.....

从小到大，在我记忆中，从来没有跟父亲拥抱过。如果父亲没有生病，也许一辈子都不会跟他拥抱，就像大多数父亲和儿子的关系一样，一辈子都是僵僵的。

.....

今天，我们之所以呈现现在这个样子，即每个人有每个人的样子，是因为在我们成长的道路上，一些人、事、物影响了我们，并在我们身上留下痕迹。痕迹可大可小，可轻可重，可好可坏，看我们如何消化和处理。

我们先来看几个例子。

一位女性，长得非常漂亮可爱。12岁的时候，因为一次作业错了很多，老师把她带到办公室，看着她，冷冷地说了一句：“你别绣花枕头，长大一包草哦！”

她说，当时听了心里很难受，觉得很受伤害。这句看似伤害的话，经常被她想起，而每次想起来，最后都转化成了一种力量。

几十年以后，她已成为老总，当我们互相交流的时候，我发现她学识渊博、博古通今，绝对不是“绣花枕头一包草”。

当年老师的这一句话，在她心灵上刻了一个痕迹，让她警醒自己——长大不能“绣花枕头一包草”，必须努力，必须勤奋，让自己内在丰富、受人尊敬。

我的一个好姐妹，从小聪明懂事，读书好。小学二年级的时候，居然也因为跟同学玩，忘记做作业，发现时已经太迟了。

老师把没写作业的同学点起来，到讲台前罚站一节课。她坐在下面，心怦怦跳。结果，老师把平时一向很调皮的同学叫了起来，没有叫她。整整一节课，她如坐针毡、度日如年，就怕老师突然叫她站起来。她坐在下

面，看看老师，看看站在前面的同学，心里突然升起一个想法：我今后再也不能让老师为难，不能让老师为我担心了。老师这么给我面子，我一定要更好才行。

长大以后，她成为了一个走到哪里都让人非常省心的人，做好自己的事，从不让别人为难，总是为别人着想，事业也做得非常成功。

一件看似不好的事，转换成一个决心，这个决心成为她安身立命的一种高贵品格。

我的一个大学生学员，是一个小山村长大的姑娘，考上了上海的一所名牌大学，她有一个好习惯，就是常常给家人写信。

有一次，她给在山区的叔叔写了一封信，随信寄了自己在学校门口的一张照片。多年后，女孩结婚生子，带着家人看望叔叔。叔叔居然从口袋里拿出多年前的那封信。

叔叔说：侄女啊，是这封信让叔叔活到现在，我天天带在身上。一开始，我经常拿给村里人看，跟他们说：你们看，我侄女多孝顺，还给我写信寄照片，看这字写得多漂亮。后来，你婶婶生病去世，只剩下我一个人，晚上我经常把信拿出来看一看，读一读。心想：我有这么棒的一个侄女，她远在千里之外，还惦记我这个山沟沟里的叔叔。我一定要好好活下去。

侄女听了叔叔一番话，呆了——原来我的一封信可以有那么大的作用，原来人与人之间的关心有这么大的威力。以后，我要更加主动地关心家人、朋友、同事。

她决定，这辈子，要为温暖人心做更多的事。

一次，我在一所大学里演讲，刚刚讲完，只见一个男生冲上台来，向我深深鞠了一躬，看他抬起头来时，已泪流满面，跟我说：老师，我可以拥抱您吗？拥抱之后，我问他，有什么要跟我们分享的吗？

他说：上高三时的春节，过完大年初三就要回学校了。我家在农村，学校在县城，一个学期我只能回去一趟。我的父亲当时已是胃癌晚期，来日无多，我知道今天一走也许就再也看不到父亲了。所以我迟迟不肯回学校，父亲催我出发，催了几次，终于发火了，一边打我一边赶我走。我想：打也是最后一次打，骂也是最后一次骂。看着父亲气喘吁吁打不动我的样子，我突然抱住了父亲，大哭起来，父亲也哭了，全家人都哭了。两个人拥抱着在一起，

一动不动，像雕塑一样，很久很久都没有松开……

从小到大，在我记忆中，从来没有跟父亲拥抱过。如果父亲没有生病，也许一辈子都不会跟他拥抱，就像大多数父亲和儿子的关系一样，一辈子都是僵僵的，相互间话很少，心灵的交流更是少之又少。

我今天跑上来跟大家分享的是，因为我父亲生病不久于人世，才发生突然的拥抱。这次拥抱，教导了我，影响了我的人生。我相信在未来，我跟周围人的关系会是亲切和谐的。因为父亲的事告诉我，能走近就走近吧，能拥抱就拥抱吧。

与父亲不期而遇的拥抱，造就孩子一辈子人际关系的亲切与和谐，父亲在天之灵一定在微笑吧！

现在，请你拿出笔和纸，填写下面的这张表格。先把你现在的年龄除以3，举例：如果你是35岁，除3以后约是12，就请在“早年”的括号里填上0~12岁，在“近年”的括号里填上13~24岁，在“现在”的括号里填上25~35岁。

谁影响过你

姓名：_____

	早年（ ）	近年（ ）	现在（ ）
谁教育过你			
谁伤害过你			
谁鼓励过你			
谁赞美过你			
你从父亲那里学到的品格是——			