

父母不是

祸害，怎样走出中国式家教误区？你是“孩儿

奴”吗？为孩子牺牲自己的一切，这是给孩子最可怕的礼物。

有的家长鼓励孩子，为什么不**奏效**？孩子**不是你的私有财产**，不要总试图控

制孩子。和孩子一起学学《弟子规》。孩子为什么**叛逆、逃学、早恋，莫名其妙发脾气**

气？爱孩子，更要**接受**孩子的不足。家长**做错了**，怎样向孩子道歉？作为家长，你有多长时间

吴琦玲◎著

一位高级教师，30年一线教育工作经历
直击青春期教育难题，解决家长困惑，打造最优秀的中学生！

这样培养孩子

最具

ZHEYANG PEIYANG HAIZI
ZUIJU JINGZHENG LI

竞争力

可以
烦。上
家长避
整天被
压住彼
。别让
家长会
办？孩
种？家
”不宜
疲劳战
办？家
也要上
样走出
切，这
效？孩
起学学
妙发脾
怎样向
流了？
趣，别
陪孩子
不满和

没
和 孩
子 交
流 了？
忙就可
视孩子
有情趣
了一天
免在孩
着眉头
此不
安全教
之前，
子疯狂
长应刻
“禁”
术，家
有考生
岗培训
中国式
是孩
子不是
《弟子
气？爱
孩子道
工作忙
一说话
做作业
牢骚。

唉声叹气？当**青春期遭遇更年期**，压住彼此不满的“怒火”。与**孩子谈心**不要太正式。别让**安全教育**成盲区，遇到险情，让孩子**学会自救**。开**家**
些准备？孩子对父母**感情淡漠**，怎么办？孩子**疯狂追星**，家长该如何引导？孩子为什么**对吸烟情有独钟**？家长应该首先**戒掉烟**。**网络并非洪水猛兽**
“导”不宜“禁”。临近高考，怎样帮孩子克服**考试焦虑症**？孩子**擅使疲劳战术**，家长该怎样说服？孩子几乎每节课上都会**开小差**，怎么办？**家**
帮孩子稳定心态？没人天生会做父母，做父母也要**上岗培训**。与孩子一起，享受**当下的幸福**。父母不是祸害，怎样走出中国式家教误区？
“孩儿奴”吗？为孩子牺牲自己的一切，这是给孩子**最可怕的礼物**。有的家长鼓励孩子，为什么不**奏效**？孩子**不是你的私有财产**，不
要总试图**控制**孩子。和孩子一起学学《弟子规》。孩子为什么**叛逆、逃学、早恋，莫名其妙发脾气**？爱孩子，更要**接**
受孩子的不足。家长**做错了**，怎样向孩子道歉？作为家长，你有多长时间没和孩子

交流了？**工作忙**就可以忽视孩子吗？家教也可以**富有情趣**，别一

说话，就让孩子烦。上了一天班，还要**陪孩子做作业**

吗？家长避免在孩子面前发泄不满和牢骚。

为什么孩子**整天皱着眉头**，唉声叹

气？当**青春期遭遇更年**

期，压住彼此不满的

“怒火”。

这样培养孩子

最具

ZHEYANG PEIYANG
HAIZI ZUIJU
JINGZHENGLI

竞争力

吴琦玲◎著

光明日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

这样培养孩子最具竞争力/吴琦玲著. —北京: 光明日报出版社, 2011.12

ISBN 978-7-5112-1969-5

I. ①这… II. ①吴… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第236557号

这样培养孩子最具竞争力

著 者: 吴琦玲

出 版 人: 朱 庆

责任编辑: 朱 宁

责任校对: 雷金玉

封面设计: 柏拉图

责任印制: 曹 诤

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: gmcbcs@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: 221千字

印 张: 15

版 次: 2012年1月第1版

印 次: 2012年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5112-1969-5

定 价: 32.00元

版权所有 翻印必究



自序

父母也应该先培训后上岗

——家庭教育指导师应需而生

在目前升学竞争激烈、就业残酷的压力下，许多父母意识到了家庭教育的重要性。尤其是独生子女的家长，他们从身边的事例或过来人走过的路，看到了在这个竞争激烈的社会，做其他事情失败了还可以从头再来，而教育子女失败了，则是夫妻两人一辈子的痛。所以，尽全力培养孩子成人、成才，已经是家长们的共识。

家长们迫切希望自己多读书、勤学习，但我们看到，有些父母此举仅仅是为了找到一种帮助孩子提高学习成绩的方法，他们并不了解良好的愿望需要靠科学的方法指导来实现，家长只注重孩子的学习并没有找到问题的关键，只谈孩子的学习问题也并没有找到提高孩子学习成绩的本源。

作为一名从教近30年的中学语文教师，我接触了很多学生和家

长，看到现在的家庭教育中出现的很多问题。究其原因，除了家长的自身素质外，更多的是不能与孩子很好地沟通。举个例子，一次我给学生布置了半命题作文“_____请听我说”，许多学生给妈妈或爸爸写了心里话，吐露了真言、倾诉了烦恼。我批过作文后，让其中的几名学生拿回家给父母看看，然后与父母坐下来好好谈谈，竟有孩子泪流满面地说自己不敢让家长看。可见，孩子平时在家里的压抑，有什么心里话也不敢与家长说。



本来，家长应该是最了解自己孩子的人，他们具备发现、发掘、激活和培养孩子的基本条件，但很多不懂教育的家长，都自觉不自觉地将自己置于孩子的对立面，难怪孩子有什么心里话也不敢对他们说。正如一位成功人士所说，如果把管教当做是父母对孩子主要的手段或目的，在做父母的本质上，就注定要失败了。

2010年6月，应西藏出版社之约，我出版了《好父母好朋友》一书。书中主要分析了父母在与孩子交流沟通时存在的障碍以及障碍产生的原因，同时与家长朋友们分享自己与女儿姐妹式关系的培养过程。根据自己的切身体会提醒家长不要居高临下，要与孩子建立朋友关系，做他们的虚拟同桌，使孩子能够“亲其亲而信其道”。

在做孩子朋友的同时，如何站在更高的角度，关注他们的言行，对孩子的思想及时地纠偏，我在《这样培养孩子最具竞争力》这本书中，提出的教育观点是“善引导”。有人说，世上没有哪个父母能做到不犯错误，也没有哪个父母能为孩子抵挡住所有的挫折和困难，家长唯一能做的，是尽可能地贴近孩子的心灵，与他们建立良好的关系，在恰当的时候给他们足够的支持和尊重，在关键的时刻给他们引导。

父母要通过观察和学习，了解孩子身心发展的规律，在民主平等的基础上，无论是在思想上还是在学习、生活上都能够对其实施正确引导。这需要家长提高自己的认识和修养，在不断的学习中了解引导的正确方法和步骤。

可以说，优秀孩子多是学校和家庭优质教育的结果，问题孩子多是问题家庭的产物。孩子的问题大多不是孩子自身造成的，而是父母问题的折射。所以，当务之急不是教育孩子，而是教育他们的父母，因为没有父母教育观念和态度的改变就没有孩子的改变。

教育专家孙云晓认为，复杂的对象，简单的教育，导致了教育的苍白无力。重智轻德和急功近利等状况显示，问题父母比问题孩子多。教育的核心不是传授知识，而是培养健康人格。因此，当今的父母应该持有“上岗执照”，这样才能教育好自己的孩子。

2010年暑假，我参加了“高级家庭教育指导师”的培训，学习了更多有关家庭教育理论的基本知识，并经常专门就家庭教育的方法为学生和家长答疑



解惑，给予他们更多专业性、理论化的点拨和指导。所以，这本书里也包括了
自己作为家庭教育指导师的思考与实践。同时，自己又是一名语文教师，对家
长在学习方法及能力、习惯的培养上也给予更多的指导，使家长在引导孩子掌
握正确学习方法上能做到有的放矢。

全书共分7章，每章围绕一个主题分若干篇目，每篇先摆事实，用生动典
型的案例引起读者的阅读兴趣和共同思考，既而从理论上提出切实可行的建
议，让家长做到有章可循。无论是发自肺腑的经验之谈，还是亲历亲为的过程
实录，都真实可感，避免空洞的理论说教。

我在这里提醒各位家长，家庭教育是提高父母自身素质和家庭教育水平的
成人教育，是终身教育的一部分。家庭教育帮助家长更新教子观念，树立正确
的育人观，提高家长教养子女的能力。其本质特点是实践，因为再伟大的理论
也需要化为可操作的具体方法才会行之有效。我自己感觉还算是一个比较称职
的家长，所以真心地希望这本书能够为广大家长提供可以模仿操作与借鉴吸收
的具体方法，使更多的孩子因家长的正确引导而受益，在未来激烈的竞争中轻
松获胜。

吴琦玲

推荐序

自序

第1章 别让家伤人

给孩子最想要的幸福 / 3

遇到对孩子及家务毫不关心的丈夫该怎么办？/父母产生隔阂，只会令孩子无所适从。/父母教育方法不一致，孩子就会钻空子。

问题孩子源于问题家长 / 7

父母不是祸害，怎样走出中国式家教误区？/孩子不是你的私有财产，不要总试图控制孩子。/看到孩子有错父母就发火，只会让矛盾越来越深。

欲教孩子，先给自己充电 / 11

没人天生会做父母，做父母也要上岗培训。/组织“好家长”交流会，与其羡慕不如借鉴。/孩子各不相同，教子经验不能生搬硬套。

孩子为什么不快乐 / 16

为什么孩子整天皱着眉头，唉声叹气？/作为家长，你有多长时间没和孩子交流了？/想要孩子快乐，家长要学会风趣幽默。

后爸后妈莫再伤了孩子心 / 20

父母离异，家长怎样做孩子才能健康成长？/切莫在孩子面前抱怨前夫（前妻）。

第2章 不慌不忙，轻松引导培养优良品质

个子矮就不自信了吗——培养自信满满的孩子 / 27

孩子很自卑，怎样帮他重树信心？/爱孩子，更要接受孩子的不足。/
拿自家孩子的短处比同学的长处是教育之大忌。

竞争不可怕——在竞争中培养孩子的合作意识 / 31

孩子任性、脾气大，不愿与人合作，怎么办？/孩子总是以自我为中心，怎么办？

输了比赛就可以一蹶不振吗——挫折教育不可缺 / 35

孩子遇到困难，家长怎么做？/孩子遇到挫折，家长要引导其学会合理宣泄。

能吃苦比成绩好更重要——让孩子吃点苦 / 39

孩子娇生惯养，怎样培养吃苦精神？/孩子缠着买东西，怎样拒绝而不伤孩子的心？

孩子是否要争当班干部——正确培养孩子的领导力 / 43

孩子竞选班干部，家长要不要支持？/当班干部就一定会影响学习吗？

手忙脚乱的实验课——培养动手能力在平时 / 47

孩子动手能力差，家长该怎么办？/孩子做事没有条理，家长该怎么办？/怎样在生活中增加孩子动手的机会？

孩子为何越大越没想象力——为孩子播下想象创新的种子 / 51

“笨蛋，光是抓不住的。”——你是否扼杀过孩子的好奇心？/“这个问题等你长大就懂了。”——你是否打击了孩子的求知欲？



第3章 不打不骂，巧妙沟通化解孩子烦恼

❶ 孩子为什么不愿上学 / 59

孩子不肯去学校，怎样消除孩子的上学恐惧症？/孩子在学校受了挫折和委屈，怎样帮助孩子走出阴影？/孩子压力大，家长该怎样做好心理疏导？

❷ 大考临近，孩子成绩却一落千丈 / 63

临近高考，怎样帮助孩子克服考试焦虑症？/孩子搞疲劳战术，家长该怎样说服？

❸ 孩子离家出走了 / 68

平日里对孩子的态度是细心体贴还是太过粗暴？/孩子的精神需求，你是积极关注还是熟视无睹？/期望过高，失望更大。

❹ 孩子自残背后的痛楚 / 72

家长如何看出孩子陷入苦恼？/孩子有自残倾向，家长该怎么办？/怎样引导孩子发泄内心的压抑？

❺ 引导孩子走出迷茫困惑 / 76

孩子心情不好时，怎样帮助他疏导负面情绪？/家长应避免在孩子面前发泄不满和牢骚。

❻ 做孩子的知心朋友 / 79

想要了解孩子的内心世界，家长就可以翻看孩子的日记本吗？/孩子不愿表露自己的内心感受，家长该怎么办？/你是站在自己的角度还是孩子的角度爱孩子？

❼ 爱孩子要学会恰当表达 / 83

家长怎样与孩子沟通才能消除其成长烦恼？/我爱孩子，可他为什么排斥我？/以怎样的方式表达爱孩子才能接受？

🔍 评价孩子有技巧 / 87

有的家长鼓励孩子，为什么不奏效？/孩子做了错事，家长有没有考虑孩子的感受？

第4章 不吼不叫，让学习变得轻松愉快

🔍 帮孩子改掉不良学习习惯 / 93

孩子书桌总是乱七八糟，做事毫无条理，怎么办？/孩子几乎每节课上都会开小差，怎么办？/孩子做作业总是拖拖拉拉，怎么办？

🔍 鼓励孩子当你的“小老师” / 97

孩子学习没有主动性、积极性，家长应该怎么做？/孩子没有学习兴趣，家长该怎样培养？/学会向孩子学习。

🔍 网络并非洪水猛兽 / 100

孩子沉迷网络，家长怎样帮孩子摆脱？/对孩子上网宜“导”不宜“禁”。/怎样和孩子一起制定上网细则、充分利用网络？

🔍 武侠小说究竟能不能看 / 105

孩子上课看小说，家长该怎么办？/家长应该选什么样的小说给孩子看？

🔍 偏科——不能只凭兴趣学 / 109

不喜欢任课老师导致孩子偏科，怎么办？/孩子存在弱科，怎样帮他建立信心？/孩子顾此失彼，怎样帮他处理好各科关系？

🔍 提升语文素养的关键点 / 113

孩子语言苍白、思想幼稚，怎么办？/孩子不爱学习语文，怎么办？

🔍 写作其实没那么难 / 118

作文课上孩子没有内容可写，怎么办？/孩子不善于观察，怎么办？



提高学习效率是硬道理 / 122

怎样帮助孩子集中注意力，有效利用时间？/课堂笔记应该怎样记最有效？/怎样制定一份切实可行的学习计划？

为高考画上一个圆满的圈 / 127

高考临近，家长如何营造宽松和谐的家庭氛围？/家有高考生，怎样帮助孩子稳定心态？

第5章 不焦不躁，帮助孩子顺利度过青春期

推开性爱教育那扇门 / 135

如何与孩子谈性？/与孩子谈性要不要太正式？/面对孩子的提问，家长不要故弄玄虚、大惊小怪。

孩子早恋了怎么办 / 138

孩子对异性有好感就是早恋吗？/孩子对异性的向往和追求与其品质、学习无关。

当青春期遭遇更年期 / 142

孩子产生叛逆心理，家长怎样应对？/家长处在更年期，怎样压住对孩子不满的“怒火”？

追星，追之又何妨 / 146

孩子疯狂追星，家长该如何引导？/家长应怎样看待孩子的追星情结？

青春期，让孩子远离香烟 / 150

孩子为什么对吸烟情有独钟？/家长应该首先戒烟。

初二是孩子成长的关键期 / 154

孩子为什么叛逆、逃学、早恋，莫名其妙发脾气？/孩子上初二了，家长应该做好哪些准备？

🐼 让友情助孩子走出孤独 / 158

孩子结交伙伴要注意什么？/孩子能否结交异性伙伴？

第6章 顺其自然，做不说教的家长

🐼 和孩子一起学学《弟子规》 / 165

家长怎样做能让孩子体贴父母、尊敬长辈？/怎样让孩子做到诚实守信、诚恳待人？

🐼 向孩子认错又何妨 / 169

“查看孩子隐私，我是关心她，难道这也有错吗？”/家长做错了，怎样向孩子道歉？

🐼 让家长会开得更有效 / 173

开家长会之前，家长要做哪些准备？/家长会不是成绩汇报会。

🐼 当好孩子的运动陪练 / 177

参加体育锻炼就浪费孩子的学习时间吗？/体育锻炼仅仅是为了中考成绩吗？

🐼 不要让安全教育成盲区 / 181

遇到险情，孩子该怎样自救？/生存能力的培养不仅仅是学校的事。

🐼 家教也可以富有情趣 / 185

为什么我一说话孩子就烦？/家长的一片心，孩子不理解怎么办？/用孩子喜欢的方式潜移默化实施教育。

🐼 特殊的生日礼物 / 190

作为家长，你是怎么为孩子准备生日礼物的？/孩子需要物质的礼物，但更看中精神的馈赠。



第7章 为所当为，绕开坑人的家教误区

🐼 德能比分数更重要 / 197

成绩拔尖却骄傲自负，是好学生吗？/孩子对父母感情淡漠，怎么办？

🐼 有钱难买好教育 / 200

把孩子交给学校老师就万事大吉了吗？/工作忙就可以忽视孩子吗？/
金钱不可代替教育和亲情。

🐼 陪读，累了大人苦了孩子 / 204

上了一天班，还要陪孩子做作业吗？/家长在孩子学习中应该扮演怎样的角色？

🐼 孩子，不该是你的唯一 / 208

你是“孩儿奴”吗？/为孩子牺牲自己的一切，这是给孩子最可怕的礼物。

🐼 对孩子许诺要慎重 / 212

孩子比大人更注重承诺。/给孩子许诺，仅仅是物质奖励吗？

🐼 别让孩子活在父母的光环下 / 216

不要过早对孩子下判断。/家长优秀，孩子就一定要超过自己吗？/与孩子一起，享受当下的幸福。

后 记

第1章

别让家伤人



给孩子最想要的幸福

遇到对孩子及家务毫不关心的丈夫该怎么办？/ 父母产生隔阂，只会令孩子无所适从。/ 父母教育方法不一致，孩子就会钻空子。

据调查，夫妻关系一般有以下几种类型，我们做家长的不妨自我对照一下，看看自己属于哪种类型：

非常和谐，从不吵闹；

偶尔吵架；

经常吵架，但为了孩子维持和谐，尽量不当着孩子面吵；

不和谐；

冷战、分居。

对自己孩子抱有殷切希望的家长首先要了解，父母的亲密关系才是送给孩子最好的礼物。美满的家庭不仅是家庭中每个成员的避风港，更是培养孩子健全人格的摇篮。和谐的家庭氛围不是天然形成的，需要夫妻双方用爱心来经营，这样，孩子才能在爱的氛围里幸福快乐地成长。

和睦家庭很重要

我与身边的亲朋好友或学生家长接触时发现，有很多父母不懂得夫妻相处之道，这不仅影响了夫妻二人的感情，也使得孩子深受其害。尤其是当父母产生隔阂时，孩子会无所适从，而当两个人在教育孩子的观念方法

上产生分歧时，孩子又会从中钻空子。

中考前不久，一位初三学生的母亲来到学校心理咨询室——心语小屋，在与我的聊天中倾诉了自己的烦恼：

孩子的爸爸很少和孩子沟通，他只知道孩子做错了就骂。就孩子学习的时候不要看电视这一件事，他自己都不能做好。我要求孩子有时间看看新闻，但是他爸爸回家就换成了港台片。

现在，他爸爸说什么孩子都会反驳。还有，我们夫妻的观点不合，很少沟通。他说的最多的就是“不知道你是怎么想的”。有时候，我更希望他晚点回家，我们都睡了以后再回来。这样，对我们，尤其是对孩子的影响就不大了。孩子上初三了，正是关键的时候，我就想，为了孩子再坚持一年，关系平淡也比内战好。其实也不是平淡，是冷漠。我不喜欢没有责任心的男人，可是偏偏碰到了。

我给她分析：其实，父母对孩子的关心，出发点是一样的，在孩子上初三的这一年，夫妻双方更要相互配合好。搞好与爱人的关系，不单是为了孩子，也是为了家庭的幸福。

孩子的健康成长不能缺少妈妈的悉心照料，同样，爸爸的关爱对孩子来说也是不可或缺的。孩子离不开母亲的小心呵护、温柔体贴，也需要父亲的勇敢、幽默、刚毅、坚强来为其做出表率。只有爸爸妈妈关系亲密，才能有效地将父母的爱传达给孩子。所以说，夫妇恩爱、家庭和睦最有利于孩子身心健康的发展。

就拿我和我先生来说，虽然我们是经别人介绍认识的，不是什么自由恋爱，但结婚这么多年，我们彼此欣赏，互相体贴，令所有认识的人羡慕。在这样的家庭里，我自己感到非常幸福，觉得自己找了个宽容大度、有责任感的好丈夫。女儿也常说，比起许多同学的家庭，自己的爸爸妈妈相亲相爱、从不吵闹，她在家里感到非常温馨、舒畅。

其实，要做到夫妻和睦相处并不难，我自己的亲身体会是：