

亲子  
书坊

中国家庭教育学会副会长  
中国教育学会家庭教育专业委员会理事长

赵忠心 作序力荐

# 家庭教育 教什么

吴章鸿30年教育  
实战手记

家教畅销书  
《每天进步一点点》  
作者吴章鸿磨砺10年  
潜心之作

吴章鸿 编著

2012年被推选为“中国家庭教育百名公益人物”

最深入解读家庭教育实践之根本的绝佳读本  
最全面解答养育孩子种种困惑的父母必读书

中国妇女出版社

# 家庭教育 教什么

专家妈妈吴章鸿30年教育

实战手记

JIATING JIAOYU  
JIAO SHENME

吴章鸿 编著

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭教育教什么：专家妈妈吴章鸿 30 年教育实战手记 / 吴章鸿编著. —北京：中国妇女出版社，2012. 12  
ISBN 978 - 7- 5127- 0509- 8

I. ①家… II. ①吴… III. ①家庭教育—研究 IV.  
①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 238101 号

## 家庭教育教什么——专家妈妈吴章鸿 30 年教育实战手记

---

作 者：吴章鸿 编著

选题策划：姜 喆

责任编辑：姜 喆

封面设计：吴晓莉

责任印制：王卫东

出 版：中国妇女出版社出版发行

地 址：北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码：100010

电 话：(010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址：www. womenbooks. com. cn

经 销：各地新华书店

印 刷：北京联兴华印刷厂

开 本：170 × 240 1/16

印 张：18

字 数：250 千字

版 次：2013 年 1 月第 1 版

印 次：2013 年 1 月第 1 次

书 号：ISBN 978 - 7- 5127- 0509- 8

定 价：29. 80 元

---

版权所有·侵权必究 (如有印装错误，请与发行部联系)

# 目录

## CONTENTS

### 第一章 教育理念篇

#### ——做好父母，先要有理念储备

怎样的父母才是合格的 / 3

家庭教育的特点 / 4

父母应该肩负什么责任 / 7

你是合格家长，还是自然家长 / 8

如何看待早期教育 / 10

这些家庭教育的心理误区你有吗 / 12

父母的观念决定孩子的命运 / 13

父母应该成为孩子的精神营养师 / 17

别做“欠”孩子的父母 / 20

绕开父母常犯的教子错误 / 22

要教育孩子，请先教育好自己 / 27

教育孩子，妈妈的作用排第一 / 28

“富一代”家长的教育观 / 31

教育不仅在课堂，生活就是教育 / 33

学会与学校老师“打配合” / 35

看看美国虎妈的十条家规 / 37

### 第二章 亲子关系篇

#### ——做好父母，亲子沟通是必修课

正确认识亲子关系 / 43

亲子关系的打造从何时开始 / 45

父母与孩子是平等的 / 47

因果关系之于父母和孩子 / 49

建立和谐亲子关系的十大方法 / 53

孩子难管教,“亲生后母”责任大 / 55

充满艺术的批评可以让父母和孩子更亲近 / 58

不要触碰亲子关系的雷区 / 62

“无字的书”与有心的父母 / 65

降低期待值,是亲子关系融洽的关键 / 69

别把爱变成“双刃剑” / 71

做孩子最喜欢的父母 / 73

### 第三章 教子方法篇

#### ——做好父母,要用对好方法

教育孩子的6个最佳时机 / 79

快乐教育不是不教育 / 81

帮孩子建立自信心的10句话 / 84

父母千万不能对孩子说的话 / 87

一定要让孩子养成的6个好习惯 / 89

给孩子受益一生的基本能力 / 92

孩子成才不可或缺的4种磨炼 / 95

培养优秀孩子的10个秘诀 / 97

影响孩子健康的9个坏习惯 / 100

让孩子不再说谎的9条建议 / 104

牢记改变孩子一生的8个字 / 105

4种必须惩罚孩子的情况 / 106

面对犯错的孩子,父母巧用惩罚 / 108

6多6少,助孩子健康成长 / 110

父母是孩子坏习惯的制造者 / 113

如何巧妙拒绝孩子的“没完没了” / 118

如何应对孩子的“狡诈”抵抗 / 121

给孩子的攀比建一个“防火墙” / 122

影响孩子成绩的八大原因 / 124

让孩子爱上学习的秘密 / 127

小心，别让孩子变“笨” / 130

让音乐伴随孩子成长 / 133

教孩子说话，也要教孩子倾听 / 135

培养孩子的分享意识 / 138

隔代教育，扬“利”免“弊” / 140

送孩子一份能够终生快乐的礼物 / 143

## 第四章 女孩养育篇

### ——好父母，“爱”出好女孩

女孩教育的关键 / 149

女孩与男孩的4点差异 / 153

爱——女孩教育的根本 / 156

抓好女孩的早期教育 / 160

如何为女孩选择“特长班” / 164

打造女孩内外兼修的美 / 166

教女孩学会欣赏他人 / 168

培养女孩的宽容心 / 170

引导女孩正确看待自己的身体 / 172

帮女孩克服“大小姐”脾气 / 174

充分开发女孩的潜能 / 177

不仅“富”养，更要把女孩培养成“财富” / 179

如何让女孩拥有乐观的心态 / 181

让女孩成为举止优雅得体的淑女 / 184

帮助女孩摆脱羞怯感 / 187

让女孩拥有一颗感恩之心 / 189

多拥抱女孩，让她的内心更丰富 / 191

知足的女孩才能幸福快乐 / 193

创造温馨氛围，给女孩安全感 / 196

归属感——女孩成长的心灵鸡汤 / 199

培养女孩，别拿“忙”做借口 / 201

## 第五章 男孩养育篇

### ——好父母，“管”出好男孩

“贫”“富”兼养育男孩 / 207

男孩与女孩的不同 / 222

责任心——男孩健康成长的基石 / 224

钱财——不是男孩的护身符 / 227

生存技能——男孩必须具备的撒手锏 / 231

竞争——男孩生存的必然趋势 / 233

挫折磨难——男孩成长的必修课 / 236

受挫后恢复能力——男孩成功的法宝 / 239

香烟——男孩必须拒绝的生命杀手 / 242

网游——男孩不能沉迷的“电子海洛因” / 246

拒绝——男孩必须学会的本领 / 251

懒散——男孩成长的巨大障碍 / 254

苦——男孩多吃更有益 / 256

粗心马虎——男孩成长的大敌 / 259

任性——男孩必须避免的毛病 / 262

钱——自己挣自己花 / 266

抵制诱惑——男孩时刻必备的意识 / 269

勤俭节约——令男孩受益无穷的品质 / 272

坐享其成——男孩的耻辱 / 274

勇气——男孩成功的动力源泉 / 276

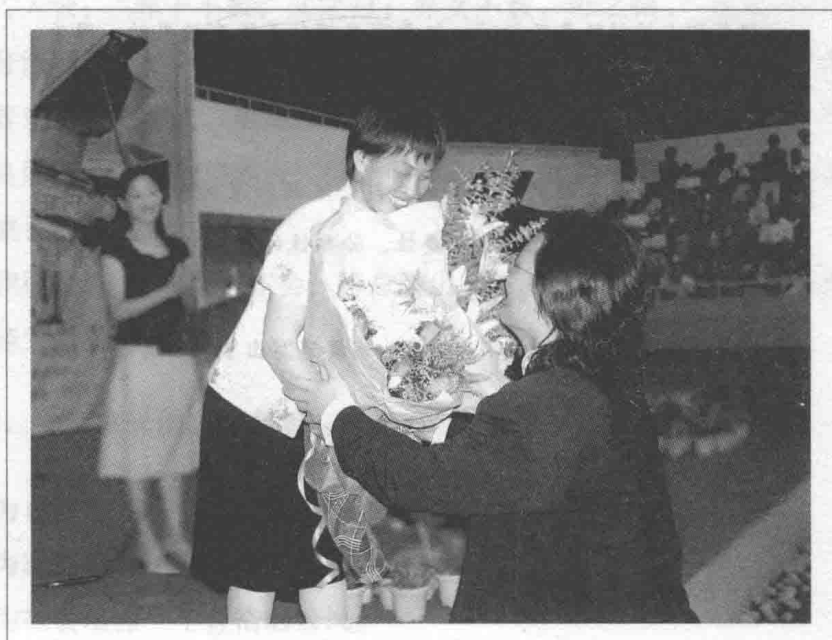
---

怎样的父母才是合格的

## 第一章

# 教育理念篇

——做好父母，先要有理念储备



儿子吴纯把鲜花送给妈妈

---

一位年轻的妈妈告诉我，她十分渴求并注意寻找教育女儿的最好方法。这几年，她没少去书店，从琳琅满目的书架上买回大量的诸如怎样做成功父母和家庭教育经验方面的书籍。她发现，尽管可以从书本中找到某些可以借鉴的教育方法，但却始终对家庭教育是怎么回事有种雾里看花的感觉。面对孩子出现的各种问题，她依然感到束手无策。

其实，她的困惑，我也曾经历过。为了解决这个困惑，我首先反躬自问：孩子对我意味着什么？我要把孩子培养成什么样的人？我该用什么理念去指导育子实践？

通过仔细观察、学习和思考，我清醒地认识到，家庭教育仅靠借鉴别人的经验是不行的，仅靠盲目模仿是没有效果的。因为家庭教育是一种个性化的教育，每个孩子、每个家长都是独一无二的。

于是，我从人性的、科学的角度，不断加深对孩子的认知，对自身的认知，对家庭教育重要性、必要性的认知，终于找到了一套适合自己教育孩子的正确方法。

为了让更多年轻父母不再困惑，我提笔写出了下面这些内容，仅供大家参考。

## 怎样的父母才是合格的

父母是孩子的启蒙老师，家庭是造就好孩子的基地，是学校教育的基础。好的家庭教育，可以令孩子受益终身。

我们都清楚，从事任何一项工作，都需要接受专业培训，且每年都要进行考核。不称职者，或出现重大失误者，均要受到相应的惩罚，甚至离职。

然而，今天在家庭中扮演父母角色的，都是自然形成的家长。他们既没有接受过任何培训，又无人对其工作业绩进行考核，更没有人敢叫他们“下岗”。在这种纯自然的、无章可循的、我行我素的管理模式下，父母对孩子的教育不可能不出现失误和偏差。

古人云：“养子不教，父之过；养女不教，母之错。”这简单的14个字十分清晰明了地告诉每个家有子女的成年人，一个合格父母，不仅是孩子的养育者、监护人，更是孩子高尚灵魂、人格、品德的缔造者；不仅是孩子良好行为习惯的培养者，孩子健康心理素质的锻造者，还应该是孩子健康成长的捍卫者。

我根据30年的育子体会，特总结出以下基本标准，希望与各位爱孩子的年轻父母共同分享。

### 1. 身为家长的3个使命

为自己培养一个孝顺的孩子。

为家庭培养一个超越父母的接班人。

为社会培养一个合格的公民。

### 2. 身为家长的3个责任

保证孩子的身心健康。

帮助孩子了解生命的意义和价值。

培养孩子作为人的基本道德、基本素质、基本能力。

### 3. 家长必须承担的5种角色

孩子终身的老师和榜样。

孩子人生蓝图的总设计师。

孩子成长中的心理医生。

孩子成长中的参谋长。

孩子成长中的知心朋友。

### 4. 家长需要具备的基本素质

首先，要具有强烈的再学习意识。世间百业，父母这个职业是最需要学习，却又最缺乏学习意识的。由于孩子的成长过程只有一次，而许多父母既没有经验，又无章可循，所以必须针对孩子这个不同的个体进行重新学习，与时俱进，不断提高自己做父母的能力和水平。真正做到：和孩子共同成长，共同提高，共同进步。

其次，全面了解孩子，懂得尊重平等。父母必须用心了解孩子，尊重他的兴趣爱好，做到有的放矢，因材施教，才能充分挖掘孩子的主观能动性，使其踏上良性循环的成长道路。

## 家庭教育的特点

家庭教育有如下几个特点：

### 1. 早期性

家庭是儿童生命的摇篮，是孩子出生后接受教育的第一场所，即人生

的第一个课堂。父母是儿童的第一任教师，即启蒙之师。所以，父母对儿童所施的教育最具有早期性。

孩子0~6岁是身心发展的重要时期，许多基本能力就是在这个年龄阶段形成的，比如语言表达、基本动作以及某些生活习惯等，其性格也在逐步形成。

美国心理学家布鲁姆先生认为，一个人的智力发展，如果把他本人17岁达到的水平算作100%，那么4岁时他就达到了50%；4~8岁增加了30%；8~17岁又获得了20%。由此可见，幼儿在5岁以前是智力发展最迅速的时期，也是进行早期智力开发的最佳时期。

## 2. 连续性

大部分孩子出生后，到成年以前，几乎有2/3时间生活在家庭之中，时时刻刻都在接受着父母的教育。

这种教育是融入日常生活中的，是在有意和无意、有计划和无计划、自觉和不自觉之中进行的，不管是以什么方式、在什么时间进行教育，都是家长以自身的言行，随时随地教育和影响着孩子。

这种教育对孩子的生活习惯、道德品行、谈吐举止等都在不停地给予影响和示范，其潜移默化的作用相当巨大，伴随着孩子的一生。

## 3. 权威性

所谓家庭教育的权威性，是指父母长辈在孩子身上所体现出的权力和威力。家庭的存在，确定了父母子女间的血缘关系、抚养关系、情感关系。子女在伦理道德和物质生活的需求方面，对父母长辈有很大的依赖性，以及家庭成员的根本利益的一致性，都决定了父母对子女有较大的制约作用。

因此，父母合理地使用这一特点，认真进行全方位的教育，对孩子良好品德和行为习惯的形成是很有益处的，对于幼儿来说，尤其是这样。幼

儿在与其他小朋友们玩耍的过程中，当出现争执情况时，往往引用父母的话来证实他自己的言语行为是对的。比如，他们喜欢说“我爸爸是这样说的”或“我妈妈是那样做的”。

父母在孩子心目中的权威性，将决定着孩子如何看待接受幼儿园、学校及社会的教育。孩子与父母的关系，是孩子最先面临的一种重要的社会关系。在这种关系中，几乎体现了社会人伦道德的各个方面。如果这种关系出现裂痕或缺陷，那么将来孩子走向社会，在各种人际关系中就会反映出来。

我们强调父母权威的重要，还因为父母在孩子幼年时代始终扮演着双重角色，即父母既是孩子安全生存的保护者，又是人生启蒙的向导。父母的教育效果如何？要看其在孩子心目中权威的高与低。

必须明确的是，父母权威的树立，必须建立在尊重孩子人格的基础上，而不是封建家长制上。明智的父母不仅懂得权威树立的重要性，更懂得权威的树立不是靠压制、强求、主观臆断，而是采用科学的教育方法。

#### 4. 感染性

父母与孩子之间血缘关系的天然性和密切性，使父母的喜怒哀乐对孩子有着强烈的感染作用。

孩子对父母所持的对人和对事的态度很容易引起共鸣。当父母高兴时，孩子也会欢乐；当父母表现出烦躁不安和闷闷不乐时，孩子的情绪也容易受影响，即便幼儿也是如此。

如果父母缺乏理智而总是感情用事，脾气暴躁，就会使孩子盲目地吸收其弱点。如果父母处变不惊、沉稳坚定，子女遇事也会沉着冷静，这对孩子心理素质的培养会起到积极的作用。

#### 5. 及时性

常言道：“知子莫若父，知女莫若母。”父母与孩子朝夕相处，孩子稍

有什么变化，父母很容易及时发现，并及时教育，及时纠偏，不让问题过夜，争取把不良行为习惯消灭在萌芽状态。

然而，在幼儿园和学校中，每个教师必须面对几十个孩子，只能针对这个年龄阶段的孩子进行共性教育，也就是群体教育。由于时间及精力所限，老师不可能照顾到每个孩子的特点，对孩子出现的问题也无法像父母那样细致观察并纠正。

因此，父母对孩子进行正确的家庭教育，既可以使孩子在进入集体之前形成良好的行为习惯，为接受集体教育奠定良好的基础，又可以弥补集体教育的不足。

德国思想家福禄贝尔说过：“国家的命运与其说是掌握在当权者的手中，倒不如说是掌握在母亲的手中。”这句话很有哲理性，它深刻地说明了家长在教育子女中所起到的作用。

## 父母应该肩负什么责任

俗话说，“处处留心皆教育”。这句话就是家庭教育的真实写照。所谓家庭教育，就是融入日常生活中，由父母通过自己的言传身教、生活方式、情感交流等渠道，对子女实施的一种教育。它既没有现成的教科书，也没有固定的模式，而是需要父母根据孩子的特点，去有的放矢地教，去循循善诱地引导。

每个孩子降生以后，他的第一所学校就是家庭，他的第一任老师就是父母。

我认为，父母在家庭教育中的责任如下：

1. 保证孩子的身心健康，打好他人生的基础。
2. 培养孩子良好的思想品德和仁爱之心，让他阳光向上，追求进步，

懂得扶持弱小，关爱他人。

3. 培养孩子遵纪守法的观念，让他明白什么事可以做，什么事绝对不能做。

4. 培养孩子各种各样的好习惯，让他懂得严于律己，宽以待人，言行举止彬彬有礼。

5. 培养孩子良好的心理素质，让他懂得自我反省，能够坦然面对困难，能够反败为胜。

6. 培养孩子作为人的基本素质，让他知道人活着必须有所为，有所不为。懂得洁身自好，能够照顾自己。

7. 培养孩子与人交往的本领，让他有能力融入群体，知道择友而交，懂得坚持原则。

8. 培养孩子自食其力的本领，让他成为一个合格的社会公民。

我认为，家庭教育没有秘诀，如果说有秘诀，那就是“正确的爱”。家庭教育也没有捷径，如果说有捷径，这条捷径就是“爱之路”。如果想把孩子教育好，那么身为父母的我们，就必须不断学习，不断提高自己的素质和修养，以适应孩子成长的需要。

## 你是合格家长，还是自然家长

在一个家庭里，父母对孩子的成长有着绝对的影响。父母自身素质如何，教育观念是否正确，教育方法是否科学，教育意识是否强烈，将决定孩子一辈子的幸福。家长对孩子的影响是巨大的，潜移默化的，无法取代的。

只有家长进步了，才能带动孩子的改变。我这样说的理论根据是，家庭是孩子赖以生存的环境，家长是孩子的第一任老师和终身的老师，家长

是孩子一辈子的榜样。

一个孩子的学校教育是由幼儿园、小学、中学、大学4个不同层次的老师来完成的。而家长给予孩子的教育却是终其一生的。所以，我想对大家说，好父母胜过好老师！

前文已经提到，今天的我们既没有经过任何培训就当家长，也没有人来考核我们的工作是否称职，更没有人敢让我们下岗，在这种模式下，身为家长的我们在孩子的教育问题上，不可能不出现失误。因为我们基本上属于自然家长，而不是合格家长。

下面把我通过实践总结出来的，合格家长应该具备的基本要素，提供给大家作为参考：

合格家长必须具备5颗心：

1. 有原则的爱心。
2. 极大的耐心。
3. 体贴入微的细心。
4. 坚持不懈的恒心。
5. 永远不老的童心。

合格家长必须摆正和孩子的关系：

1. 把孩子放在生命中最重要位置。
2. 给孩子绝对的安全感。
3. 和孩子建立良好的亲子关系。
4. 对孩子实行全方位的教育。
5. 放下家长的架子，虚心向孩子学习。

合格家长不能犯的5个错误：

1. 对孩子的期望值不能太高——它会造成孩子的无望。
2. 对孩子不能过分保护——它会造成孩子的无能。
3. 对孩子不能干涉过多——它会造成孩子的无奈。
4. 对孩子不能过分溺爱——它会造成孩子的无情无义。

5. 对孩子不能过多责备——它会造成孩子的自卑自闭。

古人云：“学高为师，身正为范。”一个合格的家长不仅仅是孩子的养育者、监护人，更应该是孩子高尚灵魂、人格、品德的缔造者，良好行为习惯的培养者，健康心理素质的锻造者。因此，家长一定要用切实的行动和人格魅力，来影响并感染自己的孩子，令他们佩服，从而自觉效仿。这才是最正确、最理想、最完美的家庭教育。

## 如何看待早期教育

21 世纪的父母都在忙早教，忙着对年幼的孩子进行各种特长、特色的培养，有人甚至达到了痴狂的地步。

早教，对于每个父母来说，不仅仅是争取时间的一种积极措施，还有一种可望为孩子的成人成才奠定扎实基础，给孩子一生带来真正幸福的重要保证。

著名科学家居里夫人很重视早教，她认为开发孩子智力的重要“诀窍”是，“把握智力发展的年龄优势”。当女儿不满一周岁时，居里夫人就让孩子进行幼儿智力体操训练，引导孩子接触很多的陌生人，让孩子去学游泳，去动物园看各种各样的动物，欣赏大自然的景色。当女儿稍大以后，就教她们做一种带艺术色彩的智力体操，唱儿歌，讲故事。再长大一些，就让孩子进行智力训练，教她们识字、弹琴、开车、骑马等。居里夫人通过丰富多彩的活动，使女儿各方面都发展得十分理想。其大女儿后来获得了诺贝尔化学奖。

从这个故事中，我悟出一个道理，每个优秀的孩子都是父母后天用心设计、精心培养出来的。把居里夫人教育女儿的故事引用在这里，是想告诉广大家长，人类本来就具有许多潜能，只不过大多数孩子没有得到父母