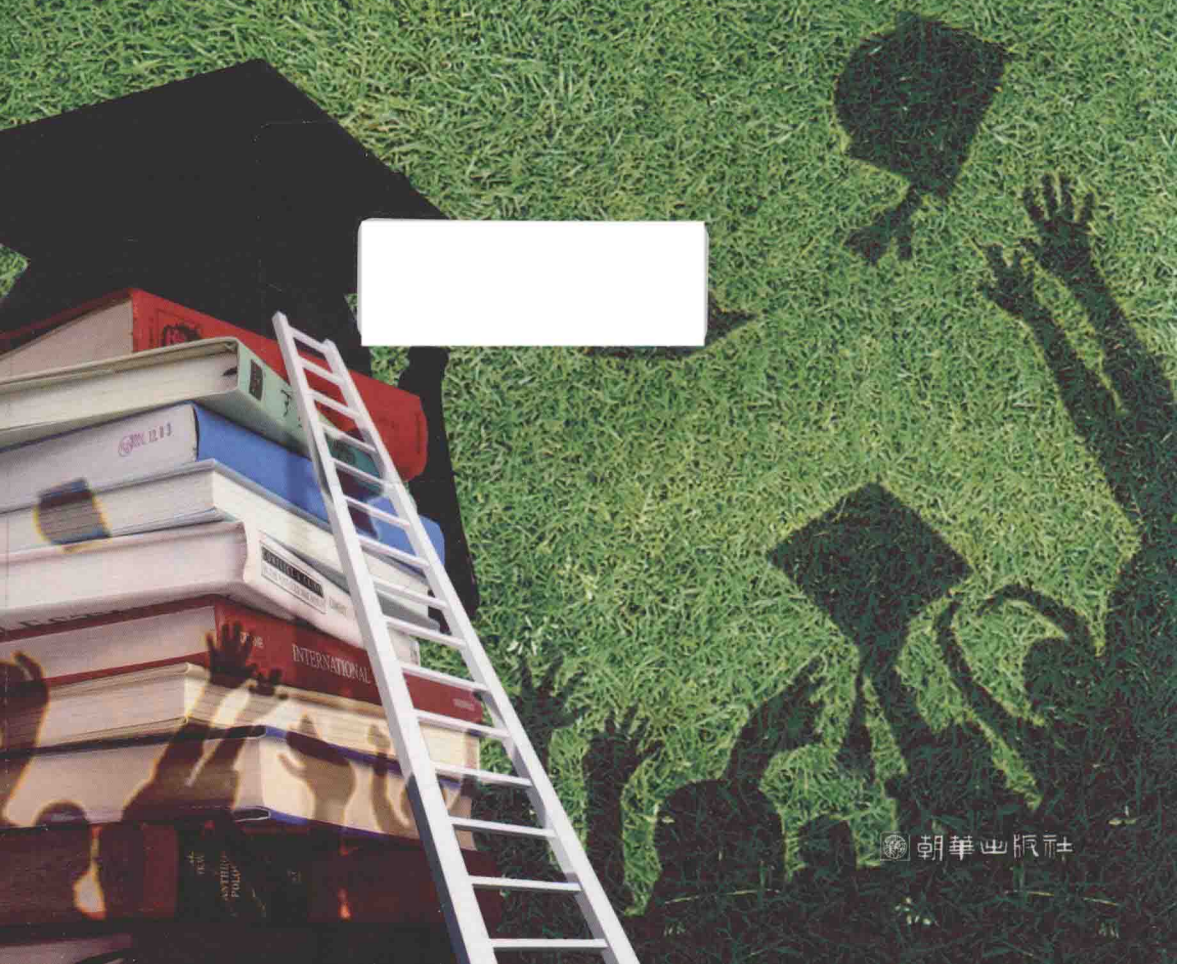




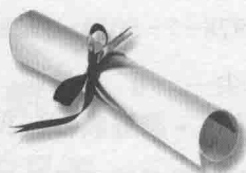
尖子生 是如何带出来的

一位心理学专家的教子心得 傅增文/著

天才就是痴迷，只要找到兴趣点，
学习就可以成为一种享受。



尖子生 是如何帶出來的



傅增文/著



朝華出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

尖子生是如何带出来的/傅增文著. —北京: 朝华出版社, 2012. 11
ISBN 978-7-5054-3328-1

I. ①尖… II. ①傅… III. ①中学生-学习方法
②中学生-家庭教育 IV. ①G632.46②G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 270776 号

尖子生是如何带出来的

作 者 傅增文

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 梁 惠

特约编辑 武 瑾

责任印制 张文东

封面设计 荆棘设计

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街 24 号 邮政编码 100037

订购电话 (010) 68413840 68996050

传 真 (010) 88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.blossompress.com.cn

印 刷 北京海石通印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 787mm × 1092mm 1/16 字 数 235 千字

印 张 17.5

版 次 2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-3328-1

定 价 32.00 元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换



教育孩子，从兴趣起航

——学习从不努力到痴迷的巨变



孩子上中学后，大多父母最大的一个烦恼就是孩子成绩不理想，学习不努力。笔者在教育孩子的过程中，也遇到过同样的问题。

我的女儿上初中的时候，学习成绩一般，学习兴趣也不高，但是看网络小说的兴趣却很浓。每次上网都是借口查资料，但实际情况是一边看着与学习有关的网页，一边开着网络小说的窗口，这样的学习自然是“身在曹营心在汉”。虽然她也知道就业压力大，女生的就业形势更严峻，但是学习就是提不起精神来，积极性也不高，今朝有酒今朝醉，从不为明天做打算。

从小学到初中，除了英语学习我作了些关照外，其他学科我几乎没管过。我当时的想法是，什么也不帮，单靠她自己，锻炼一下她独立学习的能力，看看她自己能走多远。如果成绩一般，正好磨练她的脸皮儿，提高她承受挫折的能力。别的孩子时间表排得满满的，但是她却一个辅导班也没上。到初三的时候，居然还有时间在家里兴致盎然地做手工。邻居见了，连说没见到过谁家孩子上初中有这么轻松的。

女儿学习没有积极性，我劝她珍惜时间努力学习的话一点也没有说到人家心坎儿上。初三下学期的时候，看她特别喜欢做手工，我突然意识到做手工和做技术的性质是一样，从做手工开始谈谈她的未来或许是激发她发奋学习的一个突破口。

我问她：“将来想挣钱多吗？”她回答：“想。”我又问：“你想有一个挣钱多，工作环境又好的工作吗？”她回答是。我再问她：“你想有一个挣钱多、工作环境好、找工作容易、自己又喜欢的专业吗？”女儿回答说：“当然想！”这个时候我告诉她，“你不妨选择机械加工，机械制造不过是更精确的手工，而且可以精确复制。”女儿一听，非常兴奋。经过多方查证，她确立了将来从事机械制造的职业规划。这个职业规划符合她的兴趣，她喜欢干这类的工作，同时这种专业的前景又使她感到前途的光明，她的学习劲头一下子就上来了。

在中考结束后，我向她建议，既然确定了职业规划，就应当开始为未来所要从事的专业奠定基础。要想将来在专业上成为佼佼者，必须利用中考结束后这两个月的自由时间，好好充实一下数理化，因为这些是机械制造专业的基础课程。女儿欣然接受了我的建议。不打无准备之仗，要想学好这些课程，必须预习这些课程。理科是女儿的薄弱课程，但是为了可以触摸到的、光明的未来，她以从未有过的饱满热情投身于预习之中。

不预习不知道，一预习吓一跳。在预习到数学集合的时候，发现二次函数掌握得并不扎实。复习二次函数的时候，我惊讶地发现课本上有关二次函数的例题女儿都不会做！于是，我和女儿从最基础的开始，认真分析概念、原理和例题。整个假期做的都是预习工作。

就是这个暑假的预习，彻底扭转了女儿在学习上的被动局面。女儿中考成绩一般，以最低分勉强考进了一所重点高中，但是尽管如此，一上高一立刻显示出了预习的效果。由于提前掌握了课堂上老师所讲的内容，所以听课非常轻松，时常准确回答出老师的提问。高一年级总共五百多个学生，第一次月考成绩就跃升到一百九十多名，整个高一她的成绩始终徘徊在全班二十多名。学习越成功，兴趣越浓厚，成绩也开始攀升。当成绩有起色的时候，女儿兴奋地



跟我说,“老爸,我要挑战一本!”我回答女儿说,“上不上一本并不是最重要的。愚者争虚,智者争实。你现在把这些课程,尤其是理科,吃透嚼烂才是最重要的。”

在高一期末的时候,我问女儿现在的学习感觉如何,女儿的回答是“越上越放得开,越上越感觉生活充满了希望,学习对于我来说就是享受。”我反复琢磨她的这句话的含意。“越来越放得开”的意思很明确,她的学习越来越主动,越来越少受老师教学的束缚。她心中有了目标,她知道哪里是轻重缓急,她知道在什么地方投放精力。“越上越感觉生活充满了希望”,当然,只有不断体验到成功的人才会有这种体验。学习对于她来说已经成为一种享受,对知识本身的探索已经开始让她着迷。

高二分班的时候,女儿毫不犹豫地选择了让很多同学畏惧的理科。她进理科班的成绩排名,属于中游,在班里排二十多名。上学期第一次月考的时候,成绩一下子就跃升到班级第3名,年级第19名。期中考试的时候,成绩攀升到全班第1名,年级第5名。我笑着跟女儿说,高一是一量变,高二开始质变。我的一个朋友是个中学老师,为了激励她的学生努力学习,她曾经在班上讲起我女儿的快速进步。谈到月考成绩的拉升时,很多同学的反应是“一下子提高这么多分,一定是抄的!”等到说期中考试的成绩提升时,她问这些同学,“人家考了全班第一,能去抄谁的卷子呢?”听了这话,学生们都无语了。

刚上高二的时候,我无意中发现女儿的手机屏幕上有“不疯魔不成活”几个字。随后,我故意问她这几个字是啥意思。她跟我说,这几个字是用来自我激励的,疯魔并不是真的疯魔,而是痴迷的状态。有了这种状态,人就距离成功不远了。我问她这几个字是从哪里来的,她告诉我这是她读网络小说时看来的,觉得这个字很贴近她的心态,于是就拿过来了。

女儿确实有些痴迷,这一点可以从她对待时间的态度上得到印

证。伴随着女儿的学习兴趣日渐浓厚，她的时间越发变得珍贵。到她的房间送些水果，她都嫌打断了她的思路，耽误她5分钟的时间就跟割肉般的痛苦。连放学坐车的时间，她也是精心计算。本来我和女儿向学校申请了不上晚自习，下午5点半就可以放学回家，但是这个时段车速较慢，经常堵车，走了几次之后她感觉这样至少浪费半个小时，于是她就改为上完一节晚自习课后回家。

痴迷，就是浓厚的兴趣。女儿一直喜欢网络小说，随着她的学习渐入佳境，她开始自觉减少看网络小说的时间。有一次，女儿跟我说，她感觉学习数理化也很有意思，有时就跟读网络小说一样美妙。我感觉，女儿的这种学习兴趣已经接近于真正的学习兴趣。

有一次，我跟女儿说：“真是后来者居上，越战越勇啊！”女儿回答说：“不能叫越战越勇，而应当说越学越享受！”我连忙自叹弗如。当女儿的学习越来越有起色，兴趣越来越浓厚的时候，她自信地跟我说，“我已经不满足于做一般的工程技术人员，我将来想做科学家，在研究所里搞科研！”有兴致的时候，她甚至还会讲出她未来要设计的东西和一些具体的思路。随着学习越来越有起色，女儿对目标学校的选择标准也发生了一些调整。原来，城市喜好在选择目标学校的时候是个重要因素，而现在，城市喜好是个忽略不计的因素，选择目标学校的唯一标准是该校的专业实力排名。她甚至幻想着将来有一天她能到机械制造业最发达的德国去学习和工作。

在女儿转变前，我跟女儿讲的话也是有道理的。人总是要解决吃饭的问题的。要想将来就业时有优势，就必须珍惜现在的时间，好好学习，免得“少时不努力，老大徒悲伤”。有道理的话为什么没有说到女儿的心坎儿上？在女儿转变后，我也一直在思考这个问题。渐渐地，我开始意识到问题的关键。这种话虽然有道理，但是对于女儿来说却是笼统的、模糊的，一是前方的希望不具体，二是忽略了她的兴趣和特长。这样的道理没有与她的现实接受水平实现对接，两端之间缺乏连续性的步骤相连接，所以她接受不了是自然的。不



过,一旦她看到了前方具体的希望,发挥了个人的兴趣和特长,那么她的积极性就一下子上来了。过去跟她谈改进学习方法的时候,她总是用一句“我知道该咋办”的话把沟通的门给封上。积极性上来之后,我提出预习的事情,她立刻就接受了,并且付诸了行动。

在女儿的转变过程中,兴趣的发现起了关键性作用。我对女儿的教育开始发挥影响力,就是从发现了她的兴趣点开始的。从帮助她把做手工的兴趣升华为个人的职业理想后,我和女儿的共同语言越来越多。之前很难交流的事情,现在都可以成为交流的主题。父女关系也较以前亲密许多。我和女儿在小区里谈天说地地散步,也成为了很多邻居习惯性的景观。邻居们习惯性地问候:“爷俩儿又出来散步了”。这个时候我开始感受到教育孩子原来是这么美好的事情。

自从明确了职业规划后,女儿不仅学习的自觉性增强了,而且生活的动力也强了。因为有了可以触摸到的希望,她感觉自己每一天的生活都是在对未来的憧憬中度过的。她对学习的关注也有单纯的课程学习扩展到更广阔的学习范围,如何与人相处、如何丰富自己精神生活等等都是她所思考的范围。对于未来的大学生活,她更是做了精心的安排。专业课要预习,上课要与老师认真讨论,除此之外,她还学习中医知识,学会养生,学做美食,学些建筑和法律知识,还要练习跆拳道……总之她感觉生活需要的都要学一学。对于女儿来说,生活中的每一天都是美好的。“我很惜命”是她的口头语。以这种积极饱满的人生态度学习、工作和生活,无论努力到什么程度,她收获的都是成功和幸福。



① 成材靠什么,分数还是……

——从“考不到 A 班,我后半辈子就毁了”说起 /1

◆分数、名校与成材 /2

◆成材仰仗六大特质 /4

② 帮助孩子成为最好的自己

——培养什么样的孩子才是成功的 /13

◆培养孩子的受挫能力 /13

◆顺应孩子的性格优势 /17

◆做好职业规划,让孩子明确努力的方向 /18

◆兴趣让孩子的学习过程充满乐趣和成就感 /20

◆帮助孩子成为最好的自己 /22

③ 原则引领正确的方向

——必须遵守的教育原则 /25

- ◆ 尊重让孩子拥有独立的人格 /25
- ◆ 善于发现和培养孩子的兴趣 /27
- ◆ 父母的教育力量要形成一股合力 /28
- ◆ 找准孩子发展的原点 /29

④ 不断挖掘孩子的闪光点

——批评和表扬的技巧 /31

- ◆ 让人困扰的逆反现象 /31
- ◆ 批评从称赞开始 /33
- ◆ 鼓励时须指明不足 /37
- ◆ 不断挖掘闪光点 /38
- ◆ 称赞努力让孩子更加努力 /40
- ◆ 单独批评,背后称赞 /41

⑤ 尖子生与“高血压”

——平和心态,使尖子生更加优秀 /44

- ◆ 重点高中,高一有道坎儿 /44
- ◆ 尖子生的“高血压” /46
- ◆ 病根:对成绩排名的苛求 /48
- ◆ 降压:由名校取向转向职业取向 /51
- ◆ 挫折磨砺心态,心态铸就辉煌 /52



6 破解“初二现象”

——面临“分水岭”，如何脱颖而出 /54

◆ “初二现象”的剖析 /54

◆ 叛逆，培养独立性的契机 /55

◆ 平和心态，加强预习 /58

7 孩子学习不努力，怎么办？

——职业规划激活学习动力 /60

◆ 没有感受到成功 + 没有看到希望 = 惰性 /61

◆ 职业规划激活学习动力 /63

◆ 职业规划为尖子生减压 /66

8 选择和努力同等重要

——从初三开始的职业规划 /70

◆ 高考志愿的“闪婚”和“闪离” /70

◆ 高考志愿“闪婚”的四种结局 /74

◆ 从初三开始的职业规划 /76

◆ 好职业是个人兴趣与社会需求的结合点 /78

9 预习，学习成功的突破口

——激活学习“一盘棋” /80

◆ 掌握听课的主动权 /80

◆ 预习的方法 /82

◆ 体验成功，激发兴趣 /85

10 如何对待作业

——做精题,精做题,夯实基础 /87

◆作业“照单全收”,会怎样? /88

◆自我“减负”,为提高学习效率 /89

◆做精题,精做题,夯实基础 /90

◆用好错题本,把错题变成宝 /91

11 英语学习 弃应试而应试

——素质教育与应试教育的双丰收 /93

◆朗读,简单而有效的学法 /93

◆带着对世界的好奇心去学英语 /95

◆语感在“润物细无声”中提高 /96

12 给家教些 Directions

——普通家教可抵名师 /98

◆找到学习原点,创造学习成功 /98

◆英语朗读带来美妙的语感和浓厚的兴趣 /100

◆精研数学例题,举一反三,事半功倍 /102

◆反思“被家教”,父母伴孩子一起进步 /103

13 如何调整考试焦虑

——黑马是这样“杀”出来的 /106

◆考试焦虑及其症状 /106

◆根结,过于追求成绩 /107

◆尖子生与考试焦虑 /110



◆ 黑马是这样“杀”出来的 /112

◆ 考试焦虑,标本兼治 /113

14 当考试成绩持续下滑时

——查找原因,对症下药 /116

◆ 成绩持续下滑,孩子痛苦 /116

◆ 冷静下来,查找原因 /118

◆ 改进学习方法,提高学习效率 /120

◆ 轻成绩排名,重夯实基础 /123

◆ 理顺人际关系,安心学习 /125

◆ 做好恋爱指导,处理好感情和学业的关系 /128

15 孩子厌学,父母有责

——如何从厌学中走出来 /131

◆ 尖子生也厌学 /131

◆ 厌学现象的心理分析 /133

◆ 孩子厌学,父母有责 /136

◆ 建立职业规划,重燃希望 /137

◆ 改进学法,创造成功 /138

16 一则厌学者咨询手记

——没有不好的孩子,只有不好的教育 /140

◆ 首次与家长接触 /140

◆ 两次与孩子接触 /157

◆ 再次与家长接触 /163

- ◆第三次与孩子接触 /165
- ◆咨询结束后的几点思考 /170

17 性格决定命运

——与学业教育同等重要的教育 /173

- ◆解放自主性 /173
- ◆攀比消费的疏导 /176
- ◆家务劳动与精神自立 /179
- ◆学会宽容、关心和合作 /181

18 走出人际交往的困惑

——如何建立良好的人际关系 /186

- ◆与父母关系紧张 /187
- ◆师生冲突 /189
- ◆同学关系不和睦 /190
- ◆学会处世为人 /193

19 怎样对待老师的评价

——教育孩子,自己要有主见 /196

- ◆教育孩子,自己要有主见 /197
- ◆当老师与孩子发生冲突的时候 /199
- ◆与老师沟通的技巧 /202



20 家庭是性教育的第一课堂

——和孩子一起度过青春期 /205

- ◆坦然面对性教育 /205
- ◆当孩子出现月经或遗精时 /209
- ◆如何面对性自慰的孩子 /211
- ◆在孩子偷吃禁果后 /215
- ◆如何指导孩子与异性交往 /218

21 “早恋”现象的疏导

——让情感成为孩子成长的动力 /220

- ◆“早恋”现象的心理分析 /221
- ◆爱情教育,未雨绸缪 /223
- ◆解读“早恋”恐惧 /224
- ◆求爱与被爱的指导 /226
- ◆对恋爱中的孩子的引导 /230
- ◆失恋,和孩子一起面对 /233

22 面对沉迷网络的孩子

——帮助孩子回归现实生活 /239

- ◆沉迷网络的行为表现及原因分析 /240
- ◆帮助孩子在现实中获得成就感 /242
- ◆纠正教育失误 /245
- ◆摆脱网络沉迷需要一个过程 /248
- ◆鼓励孩子参加各种现实活动 /250

23 “磨厚”孩子的脸皮

——好面子,滋生心理疾病的温床 /253

◆ 太好面子的人,多小有成绩 /253

◆ 太好面子 = 自负 + 自卑 + 自我迷失 /255

◆ 太好面子,滋生心理问题的温床 /257

◆ “厚脸皮”也是一种智慧和胸怀 /258

◆ 走自己的路,让别人去说吧 /260

1. 成材靠什么，分数还是……

——从“考不到A班，我后半辈子就毁了”说起



个案 1-1

洋葱 17:12:12

老师好！

大副同志 17:12:24

/笑脸

洋葱 17:12:56

怎么老是笑脸？

洋葱 17:13:05

你不会哭吗？

洋葱 17:13:27

我们要考试了。我要死了！

大副同志 17:13:54

为什么？

洋葱 17:14:02

初三了啊！

大副同志 17:14:39