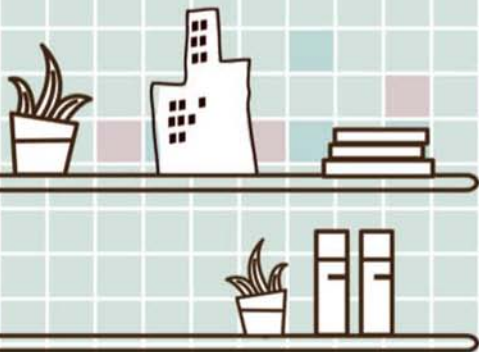




阳光青少年教育培养系列

淡定的 家教进行时

DANDINGDE
JIAJIAO JINXINGSHI



电子科技大学出版社



阳光青少年教育培养系列

淡定的 家教进行时

DANDINGDE
JIAJIAO JINXINGSHI

谭满益 / 编著



电子科技大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

淡定的家教进行时 / 谭满益编著. —成都: 电子科技大学出版社, 2013.11

ISBN 978-7-5647-2015-5

I. ①淡… II. ①谭… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 261108 号

内 容 提 要

作者通过对社会浮躁教育现实的冷静分析和自己亲身实践经历的深刻总结, 鼓励家长以淡然的心态对待教育, 正确面对家庭教育中使人困扰的问题, 分享了自身关于家庭教育的理念, 强调少儿家庭教育中应当重视孩子行为习惯引导的观点, 提出了“目标—方法—过程”三位一体的家庭教育方法, 本书对正在经历家庭教育洗礼的家庭具有很强的现实借鉴意义。

阳光青少年教育培养系列之方法篇

淡定的家教进行时

谭满益 编著

出 版: 电子科技大学出版社 (成都市一环路东一段 159 号电子信息产业大厦 邮编: 610051)

策划编辑: 李燕苓

责任编辑: 高小红 李燕苓

主 页: www.uestcp.com.cn

电子邮箱: uestcp@uestcp.com.cn

发 行: 新华书店经销

印 刷: 四川煤田地质制图印刷厂

成品尺寸: 140 mm × 203 mm 印张 6.875 字数 160 千字

版 次: 2013 年 12 月第一版

印 次: 2013 年 12 月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5647-2015-5

定 价: 16.00 元

■ 版权所有 侵权必究 ■

◆ 本社发行部电话: 028-83202463; 本社邮购电话: 028-83201495。

◆ 本书如有缺页、破损、装订错误, 请寄回印刷厂调换。

前言

其实原来没想过写书，特别是家庭教育方面的书。虽说已经博士毕业，做了教授，但我是学理工科出身的，教育研究不是我的专业。“术业有专攻”，个人觉得家庭教育的课题至少应由专业人士完成。综观现有出版社关于家庭教育的读物，包括国外作品的翻译大致可分为这么两类：

一是专家写的育儿真经，二是“牛娃”家长写的育儿经验。前者包括学术专著和心理咨询师、少儿教育工作者根据工作经历而写成的家庭教育著作如《有效父母》《父母的反省》《望子成龙》《好妈妈胜过好老师》等；后者主要是“牛娃”家长的育儿经验，如《哈佛女孩刘亦婷》《虎妈战歌》《卡尔·威特的教育》等。

儿子今年刚好小升初，按上述分类，哪一类我都没有资格写，况且因工作变动，事情多，时间紧迫，我真没有写家庭教育方面作品的打算。事情缘于朋友的聊天和鼓励。他刚过退休年龄，将近 60 岁拿到博士学位。一直孜孜不倦，学习不停，是我敬佩和学习的楷模。他以自己的言行带动，把女儿也培养成博士，非常让人钦佩！目前他仍活跃在工作岗位上，一边工作，一边笔耕不辍，正好把自己的经历和家庭教育的经验教训分享出来，同时鼓励我也写点东西，说我是高级知识分子，孩子正在成长阶段，写出来的东西应该很有价值！

沉思了一段时间，觉得朋友说得很有道理，孩子刚上初中，作为家庭教育的亲历者，我有一定的发言权，也有亲身经历可以拿出来分享。

一来作为高校老师，从教十多年，时时关注教育，从学生管理到教学管理和科研，各个领域均有涉猎；从公办院校到民办院校，

从专科、二本到一本，各层次学生都有接触；从“80后”到“90后”，从20世纪末期的大学生到现有的大学生都有不同程度的了解；还经常与在中小学工作的同学朋友谈论学生素质、学校教育和家庭教育，因而个人对家庭教育有很多很深的体会。

二来作为一名刚刚上初中的孩子的家长，作为一名家庭教育亲历者，甘苦自知，感悟良多。当然笔者的分享也许会带来异议，有人会说，孩子还没成功呢，有啥值得分享的？所以我更愿意说我是在记录笔者关于家庭教育的实践探索。结果固然重要，过程更是难能可贵，笔者更看重家庭教育中如何做、孩子平时如何做，是否有助于孩子健康成长，而不是结果！笔者相信只要过程扎实，结果也差不到哪儿去！正如前文所述，当前的家庭教育读物，大多是家长在孩子成功之后的经验之谈，故而孩子成长过程中家庭教育探索和记录就更显难能可贵！对大多数正走在家庭教育大路上的家长来说，有成功经验借鉴很好，有人同行相伴交流，相互学习和鼓励，也更有实际意义。当然过程的记录更是对下一步家庭教育的鞭策。

其三，权当留给儿子成长的纪念。儿子开始上小学前夕，因工作原因我离开了家所在的城市，基本上都是每星期回一趟家，平常的教育管理和学习辅导主要是孩子妈妈操心。写此书也想表达对孩子妈妈和孩子的一点歉疚。几年过去了，儿子也读初中了，陪伴孩子的时间确实不多。写此书，记录家庭教育的点滴，记录儿子之前的成长经历是为留念。

本书首先通过对浮躁社会教育现实的分析，提出应以淡定的心态对待家庭教育，接着分享了笔者关于家庭教育中一些令人困扰问题的观点。第三章是本书的核心，详细介绍了笔者在实践中总结并构建的家庭教育模型“目标—方法—过程（GMP-IFS）”，其实也是笔者目前在家庭教育中正在实践的方法。第四章从父母、孩子、老师、同学的角度，通过伴随孩子成长的故事记载，与大家分享了笔者的家庭教育实践和孩子快乐成长的记忆。

此书谨献给那些孩子尚小，正行走在家庭教育大道上的父母们。“牛娃”太少，离我们还有点远，毕竟我们的孩子很普通，还没成功；专家有理，总觉得没生活在现实中，专著理论够深但不好操作。作为一个家长，作为一个正行走在家庭教育大道上默默无闻的家长、一个普通孩子的家长，我与你们感同身受，愿本书的存在能让你感到不再寂寞！

家教的路上我们一路相伴！

目 录

第一章 淡定的心态	
——如何看待家庭教育	1
一、躁动的择校	2
二、优生的警示	4
三、以爱的名义对孩子的摧残	5
四、淡然面对家庭教育	6
第二章 困扰家庭教育的问题	
——学历低的父母有资格谈家庭教育吗.....	9
一、如何理解家庭教育	9
二、家教教育真有那么必要吗	10
三、谁应该在家庭教育中负主要责任.....	10
四、家里为何常因孩子教育问题闹得不愉快.....	11
五、家庭教育中有哪些注意事项.....	12
六、教育时采取“红脸黑脸”策略效果是不是更好.....	14
七、让孩子过得好点不受苦有错吗.....	15
八、孩子老不听话，该体罚吗	16
九、是否应该让孩子读兴趣班	16
十、如何看待孩子上辅导班	17
十一、上学了好好关注孩子的学习成绩，不对吗.....	19
十二、我学历低，没啥文化，有资格谈家庭教育吗.....	19
十三、为了孩子放弃了自己的工作，这样做好不.....	20
十四、经常把自己的孩子与别人的孩子进行比较好吗....	21

第三章 目标—方法—过程

——如何对少儿进行家庭教育	23
第一节 美妙的故事与付诸行动	27
第二节 目标决定成长高度：目标就是方向和力量	33
一、目标就是方向和力量	36
二、目标需聚焦	37
三、目标必须分解实现	42
四、找到适合自己的目标和理想	43
五、为了目标誓不罢休	44
六、关于目标的名人名言	45
七、关于专注的名人名言	46
第三节 关键教方法：方法比勤奋重要	50
一、方法比勤奋重要	52
二、发现和识别问题才有解决之道	55
三、思考是寻找方法的有效途径	57
四、记忆的方法	76
五、学习流程与方法	80
六、“六到”学习法	85
七、关于创新	93
八、关于方法的名言俗语	94
九、关于主动	99
十、说给家长的话	101
第四节 享受过程：六“心”影响孩子健康成长	102
一、家长的必修课	104
二、人生不可能跳跃前进	106
三、虚心	108
四、信心	110
五、细心	113

六、耐心	117
七、爱心	127
八、决心	134
九、关于过程的名言谚语	151
十、关于踏实	154
十一、荡秋千的启示	155
 第四章 伴随成长	
——我的家教实战	159
第一节 家教记事	159
一、多花些时间陪陪孩子	160
二、家庭教育的分工	160
三、平等和谐的家庭氛围	161
四、讲故事	161
五、教育时机的把握	162
六、独立意识和习惯	162
七、体育锻炼和实践活动	163
八、兴趣爱好	164
九、责任意识和挫折意识	165
十、勤俭节约不攀比	165
十一、成绩和学习习惯	166
十二、体罚	166
十三、感恩	167
十四、关于目标和理想	167
十五、方法	169
十六、主动	175
十七、专注	175
十八、踏实	176
第二节 调皮儿子的成长记忆	179



的家教进行时 DANDING DE JIAJIAO JINXINGSHI

一、陪着儿子成长（2010 年）	179
二、疼在心里不溺爱	182
三、妈妈眼中儿子成长的故事	184
四、儿子自己的记忆	196
第三节 老师和同学眼中的儿子	204
后 记	207
参考文献	208



第一章 淡定的心态 ——如何看待家庭教育

儿子在老家县城出生，出生两个月后回到我们成都的家，4岁前由爷爷、奶奶、外公、外婆协助养护。见多了老人对孙辈的疼爱甚至溺爱，孩子上幼儿园后，我们就逐步训练其独自睡觉，自己想要什么东西就在大人的看护下自己去买，上小学后逐步过渡到大人不在家时独自安排生活，独自外出买东西。儿子的独立生活能力从小就得到训练，和同事朋友交流、和儿子同伴的家长交流，他们一度觉得很诧异。

由于工作在高校，孩子两岁多开始上学校的附属幼儿园，根本没操什么心，读幼儿园期间基本也没费什么神，大体就是学校安排什么，孩子有什么喜好，我们支持就是。孩子喜欢画画就让他画画；喜欢跆拳道，就让他去练、去踢；喜欢小主持人就让他去试。我们一直热心参加幼儿园每年的亲子活动，只要有时间就务必参加。儿子活跃，母子协作，父子协作，其乐融融，拿了不少奖品，大家玩得很尽兴。

儿子6岁进入了我们工作的大学附属小学读书，这点比那些从小学开始就考虑择校的父母要幸运得多了。孩子作业多了，老师每天都要求家长在家庭作业上签字。孩子妈妈经常与其他家长接触，家长为了孩子成长而出现的紧张气氛开始酝酿：学什么特长、报不



报课外补习班、要不要参加奥数训练……诸如此类的问题在家长中间引起困惑。小区谁又不工作回家全职在家带孩子，某某又报了什么特长班和兴趣班了，谁谁谁开始参加奥数培训了，各种小道消息纷至沓来，搅得人心惶惶，一度弄得孩子妈妈都有些沉不住气了。以致为了孩子上不上奥数班，我专程找了比较熟悉的市里有名的奥数培训教练咨询。他非常热情地接待并给我做了安排。我带着儿子去现场观摩了几次，看着教室一片黑压压的人群，大人小孩混杂其中，爷爷、奶奶、爸爸、妈妈陪小孩抄笔记，陪小孩学习，场面非常震撼，最终我和儿子选择了放弃。

如此种种，让身陷事中（自己的孩子面临同样的问题）又在事外（不经常在家）的我反而能够有机会置身事外冷静地思考：我们的家长怎么了？我们的教育怎么了？都不想让孩子输在起跑线上，从家庭教育的角度来讲，父母到底该干什么？当然教育的很多问题在政府和政策，不是老百姓所能解决的。但作为家长，我们确实可以有所作为，而不是茫然无措，前提是对自己的子女教育要有个客观的目标，希望你的孩子成为什么样的人。当然，在如今这个浮躁的社会里要做到这点实在是相当不容易了。不过，如果我们都能冷静下来不跟风，拨开云雾，坚守自己，也许我们能以淡然的心态，更加阳光的心情，还孩子无忧地成长，还家庭的和谐与温馨，开心迎接每一天，人间也少了很多悲剧。

一、躁动的择校

我们所经历的择校，实际上就是今年儿子的小升初。早在六年级上学期，小升初的浪潮就开始实质性地涌动。冲在最前面的就是

一些培训学校（机构）：开展专家支招小升初、如何进入名校、小升初等专题讲座，由培训机构领导主讲、小升初语文名师主讲和数学名师主讲。据不完全统计，本市一所知名培训机构春节前至少搞了不下 10 场专题活动，东南西北全面开花。实在受不了有过类似经历的同学、朋友的告诫，儿子班上同学家长的热情的信息提供以及周围环境的压力，我也去听了几场。现场的气氛，可用“热烈”来形容，至少我是很多年没感受到那种氛围了。会场密密麻麻坐满了、站满了人，年龄层次非常丰富。台上专家讲得兴起，并且非常注重会场氛围的调节，把老老小小的神经绷得紧之又紧。参加了不同机构两三次这样的活动。我逐渐发现了这样的套路，那就是这些免费讲座基本遵循这样的思路：小升初目前严峻的形势，孩子不能输在起跑线上，学校的教学培训业绩好（华赛、奥赛及升入名校学生的成果辉煌等），最终就会发一些培训班各种层次和类型的火箭班、精英班、集训班开班时间安排等。当然也会有一些家庭教育辅导、各种夏令营活动安排以及教育咨询免费及收费安排等。

就在小学生家长莫衷一是，议论纷纷之时，各种 QQ 群也应运而生。我随便加了两个 QQ 群，一个是某著名报社的，另一个我都不知道是哪儿得到信息而加入的 QQ 群。在儿子小升初的半年里，我加入的这两个群非常活跃。每天不管你什么时候上线，总会有吵吵闹闹一大群人在发表意见，传递各种信息。群主明令不准在群上发布培训、招生等信息，群里发布的消息主要是各招生学校新排名、学校招生动态，还有就是群成员发布的小升初动态以及与群主的互动信息。由于各种信息满天飞，群里气氛甚是紧张。客观地说，从这些 QQ 群我还真了解了不少有用信息，对小升初的态势有了较为



全面的把握。就在加入 QQ 群大约三个月左右，群里就在谈论群主要在哪哪办衔接班的事情了。过了几天，群主就正式通知在哪哪聘请了名校老师办班的事了，后来因其他原因我退出了 QQ 群。事后翻看聊天记录进行简单的统计分析，惊讶地发现，原来在网上一直活跃的也就那么一些人，部分称自己的孩子是“牛娃”而经常露脸的，部分则是忙着和群主套近乎，积极参与群主开办的培训班的！

幼升小，小升初已被社会诟病很久了。教育资源不均衡已成众矢之的，于是就有人打着不能让孩子输在起跑线上的口号来推波助澜，加上家长自身的不理性跟风，社会乱象百出就毫不奇怪了。屡禁不止的奥数，课外培训补习，拼爹拼钱拼关系，社会万象尽现其中，唯独没有关注孩子真正的成长，谁最终受益不难想象。

二、优生的警示

国家讲素质教育这么多年了，但以成绩论英雄的现象并没有多少改变，每年各地还是会照样发状元榜。即使是义务教育阶段，各种名目的考试还是会明着或暗地里进行。网班、实验班、平行班在各校仍客观存在。

在 211、985 大学任过教，在民办专科、一般本科院校搞过教育工作，我对各个层次的大学生都有过较多深入的接触，感受良多。不同类别和层次的学生上大学时的入学成绩甚至相差超过了五百分。纵观这些学生在校的学习和毕业后的就业以及自身人生轨迹，现实的情况是很难简单地评判一个人的成功与失败的，更不能一概而论地谈及其所受教育和今后人生的关系。

北大学生毕业有卖肉的，硕士研究生有当城管的。我国改革开



放以后成长起来的一批企业家部分人也没有多高的学历背景，没受过多么系统和良好的教育，在教育大众化的年代，如果大学生还固守象牙塔，把自己当精英，不肯脚踏实地，注定在投身社会以后要失败。

回到家庭教育的话题，作为家长，看到这些你难道没有想到些什么吗？你的内心就没有一丝触动吗？我们应该怎样来定义成功？应该怎样评价现实生活中的一个人？应该怎样评价我们的孩子？我们在教育孩子方面是不是存在一些误区？

三、以爱的名义对孩子的摧残

残酷的社会现实、竞争的压力，每个家长、每个家庭都希望自家的孩子表现优秀，以便在未来社会生存中有更强的竞争能力，有自己的立足之地，这是人们正常、正当的诉求。然而，在当今浮躁的时代背景中，家庭教育出现了两个极端，因子女教育而引发的悲剧接二连三，一直不断地上演着。

一个极端是过严。家长把自己未尽的意愿转嫁到孩子身上，或者出于对现实竞争的过于敏感，向孩子提出了过高的要求，孩子稍没达到其预想，便会打着爱的幌子进行惩戒。提“狼爸”“虎妈”应运而生，故事一度在网上争论得热火朝天。物极必反，于是乎各种不幸不可避免：12岁少年弑母；13岁少年寄读姑妈家，因其管教严格，杀死姑妈和弟弟、妹妹；13岁宁夏小女孩自感成绩差，上不了重点中学，在小学毕业典礼当天上吊自杀；“狼爸”因女儿不听管教，将其殴打致死……一个接着一个的家庭教育悲剧，时不时在各地上演。



另一个极端是过于溺爱。当今的家庭多数是独生子女，四五个老人就那么一个宝贝孙子，捧在手心怕摔了，含在嘴里怕化了，加之年轻的父母工作忙，也没时间管孩子（农村父母外出打工，孩子留在家中成了留守儿童），偶尔见个面或打个电话问候，都是简单的寒暄。或者以为改善了物质生活条件，让孩子不愁吃不愁穿就够了，或者觉得没时间陪孩子而感到愧疚，于是就在物质方面依着孩子，孩子要什么给什么。老人管不了，父母在外管不着，孩子称为“放纵的一代”，养成很多不良社会习气，甚至走上犯罪道路的也不在少数。最近在电视、网络等媒体上连续观看了好几个青少年犯罪的案例，印象非常深刻的是，孩子归案后都不约而同地说了一句话，那就是：都是父母太惯了，害得我这样！

四、淡然面对家庭教育

作为家长，作为高校老师，作为公民，家庭教育看多了，听多了，亲历了，想过了，一件件，一桩桩，一一在心中梳理掠过，愤怒过，失望过，兴奋过，激动过，回过头来，总觉一切皆如云烟。淡然面对才是上策。

即使在躁动的社会里，其实稍微冷静一下也不难发现，家庭教育就是要回答想把孩子培养成什么样的人？以什么样的方式把孩子培养成人？在培养的过程中把孩子作为一个什么样的对象来对待？

首先来看第三个问题，逐步成长的孩子是一个独立的个体，独立的个体有自己的思维，完全包办孩子的事情，替孩子做主，漠视孩子的情感诉求，这样的家庭教育是有问题的。有的家长甚至完全把孩子作为一个玩具、工具来看待。小时候是逗乐的玩具，大了是



为父母挣面子的工具，这更是要不得的。有时候并不是我们不能认识到这个问题的存在，而是心理上翻不过那道坎。特别是老年父母，怕承认了难以忍受心理的失落。《辽宁卫视》“复合天使”栏目中发生在 15 岁大学生徐瀚盛家中的事情就是典型案例。

家庭教育对孩子的期望取决于家长如何理解成功以及对成功的追求。神童和天才在我们这个社会毕竟是少数，但我们太多的人不能正视这一点，都想把自己的孩子培养成“牛娃”。在不少家长的观念中认为上学就看成绩，成绩就是成功。殊不知，我们已经把事物的联系想得太简单化了！如前所述，学习成绩不必然等于成功，成功是个人综合素质的表现。我们该对“状元热”降降温了，该对单一的考核评价体系做出深刻反思了。历史不止一次地告诉人们，做出大成就者，如爱迪生、达尔文、达·芬奇等，按传统标准评价，不少人在年轻时的表现并不优秀，甚至很差；而另一个事实就是，相当多的美国总统年轻时也是资质平平。一切至关重要的就是家庭和家庭教育并没有抛弃和放弃他们。我们这个社会更多需要普通人而不是天才，只要这些普通人能够做出对社会有价值的事即可。

愿我们都能把自己的孩子当成普通的孩子，不压制打击，不拔苗助长，让孩子如山里的树、地上的草，真正回归到正常的成长轨道。家庭教育的目的更的在于陪伴、支持和帮助孩子的成长，让他（她）自身获得今后为社会价值的能力和素质！

再者，现今物欲充斥的世界很看重最终结果，以结果论成功，以成败论英雄，这也对教育产生了严重的影响，学校教育如此，家庭教育不能幸免，长此以往，危害深重。就家庭教育而言，看重结果的现象主要体现在家长在孩子教育中对所谓主干课程（升学最关