

做成功家长

ZUO
CHENGGONG
JIAZHANG

■ 张振鹏 编著



家庭教育是每一位家长必须面对的问题，
是每一个家庭的大事，
也是关乎国家未来发展的大事。

的教育是一个永恒的话题，每一位家长都希望自
己的孩子能够健康成长，幸福快乐，能够学有所成。做成功家
长朋友怎样做成功的家长的书，只要家长
关注这个问题，那他与成功家长的距离就不远了。

可以说，这本书阐述的科学家庭教育理
论以及大量行之有效的家庭教育建议足以引
起共鸣，让每一位家长都能从中反思自己的家
庭教育。每一位家长一定能够从中得到启发。本书的
内容以生活中生动的案例为导引，给家长提供



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

做成功家长

ZUO CHENGGONG JIAZHANG

■ 张振鹏 编著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内 容 提 要

本书是一部告诉家长朋友怎样做成功的家长的书,书中阐述的科学家庭教育理念、家庭教育技巧以及大量行之有效的家庭教育建议足以引起每一位家长的共鸣,让每一位家长都能从中反思自己的家庭教育,也相信每一位家长一定能够从中得到启发。主要章节有:把握失控的家教局面、走进孩子的内心世界、以积极心态欣赏孩子、学会修正孩子的弱点、教孩子学会面对逆境、做孩子最优秀的导师、实施正确的早期教育和拥有顺畅的家校沟通等。

本书的一大亮点就是可读性比较强,以现实生活中生动的案例为导引,给家长提供了一整套切实可行的教子指导建议,是当今中国家长教子必备的参考书。

本书读者对象是中、小学生家长。

图书在版编目 (CIP) 数据

做成功家长/张振鹏编著. —北京:中国水利水电出版社, 2007

ISBN 978 - 7 - 5084 - 4555 - 7

I. 做… II. 张… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 050738 号

书 名	做成功家长
作 者	张振鹏 编著
出版 发行	中国水利水电出版社 (北京市三里河路 6 号 100044) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: sales@waterpub.com.cn 电话: (010) 63202266 (总机)、68331835 (营销中心)
经 售	北京科水图书销售中心 (零售) 电话: (010) 88383994、63202643 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	中国水利水电出版社微机排版中心
印 刷	汇鑫印务有限公司
规 格	787mm×960mm 16 开本 16.25 印张 250 千字
版 次	2007 年 6 月第 1 版 2007 年 6 月第 1 次印刷
印 数	0001—5000 册
定 价	25.00 元

凡购买我社图书,如有缺页、倒页、脱页的,本社营销中心负责调换

版权所有·侵权必究

前言

家长决定孩子未来

家庭教育是每一位家长必须面对的问题，是每一个家庭的大事，也是关乎国家未来发展的大事。对孩子的教育是一个永恒的话题，每一位家长都希望自己的孩子健康成长，幸福快乐，能够学有所成。当今时代也已经成为一个教育孩子成才、成功比以往任何时候都迫切的时代。

美国著名的教育家、哲学家威廉·詹姆斯博士认为，孩子生下来时是一张白纸，而最终这张纸是否能够被描绘成一幅精美的图画，那完全取决于他们的家长。家长是塑造孩子的工程师。

实际上，教孩子成功、帮孩子走向美好人生未来的金钥匙真的就掌握在家长手中。每一个成功孩子成长的背后都会有一对“家庭教育家”式的家长，那些成功人士在回忆自己走过的人生之路时总是会提及家长对自己的教诲和指导并对家长表示深深的感谢。

无数的成功案例足以证明，一个人的成功与他所受到的家庭教育是分不开的，而家庭教育的成功则取决于家长的成功。可以说，家庭教育影响孩子一生的成长，家长决定孩子的未来。其实，无论孩子未来是成功还是失败，那些决定他成功与否的种子从小就播在了他的身上，而播下这些种子的人正是他的家长。

每一位家长都应该明白，孩子不是在书本中成长的，也不是在学校成长的，而是在家庭中与家长在相互交融的过程中成长的。每一位家长都应该做成功家长，都应该把培养快乐成长、幸福生活孩子作为自己的第一任务，要培养孩子真正具备决定他未来人生发展的综合素质。这也是时代对家长的要求。

成功家长可以教孩子学会做人。对孩子的“做人教育”是第一位的，家长要对孩子为人的正确态度和品行进行有效培养。孩子只有学会了做人，才可能去正确地做事、学习和与人交往。

成功家长可以教孩子学会做事。做事是孩子在当前生活中和未来

事业中的重要能力，也是成就自身的关键。教孩子学会做事其实就是培养孩子适应日益变化的社会的综合能力，这种综合能力包括社会行为技能和个人素质。

成功家长可以教孩子学会更好地学习。学习将伴随孩子的整个生活历程并影响他一生的发展，成功家长一定会给孩子树立终身学习的观念。一个人只有持续地学习，才能有效应对社会的变化。成功家长一定能教孩子学会用学习力打造他自己一生的核心竞争力。

成功家长可以教孩子学会与人交往。交往已经成为 21 世纪全球化的重要特征，对于孩子来说，学会与人交往是他走向成功道路的重要一步。成功家长明白，良好的人际交往是孩子适应社会的表现，孩子交往的能力将在很大程度上决定他未来的人生发展。成功家长一定会教孩子成为一个真正懂得与人交往的成功者。

成功家长知道，每一个孩子是独一无二的，都是这个世界上珍贵的存在。所以，成功家长会把足够多的精力、时间、心血和爱倾注在孩子的身上，把他顺利地送达人生成功的彼岸。

如果您希望做一位决定孩子未来的成功家长，不妨认真读一下这本《做成功家长》。可以说，这本书阐述的科学家庭教育理念、家庭教育技巧以及大量行之有效的家庭教育建议足以引起每一位家长的共鸣，让每一位家长都能从中反思自己的家庭教育，也相信每一位家长一定能够从中得到启发。

家长决定孩子未来，愿每一位家长都能从《做成功家长》中学到真正适合教育自己孩子的有效方法，都能做成功家长。同时，也希望每一位家长都能实现望子成龙的心愿，培养出健康、快乐成长的好孩子。

编 著 者

2007 年 4 月

目 录

前言

第一章 把握失控的家教局面 1

一、当代家长作风概览 1

1. 期望值过高 1

2. 溺爱过分 6

3. 干涉过多 11

4. 指责过火 16

二、了解现代家庭教育理念 21

1. 完整的教育离不开家庭教育 21

2. 不要让孩子输在家庭教育上 24

3. 家长亟待提高自身综合素质 25

三、家长亟须了解社会需求 30

1. 社会渴求现代人才 30

2. 有效培养现代人才 32

第二章 走进孩子的内心世界 37

一、要懂得孩子的心思 37

1. 你了解孩子吗 37

2. 多一点童心童趣 40

二、学会倾听理解孩子 44

1. 倾听是一种艺术 44

2. 理解产生力量 48

三、把握孩子的心理需要 51

1. 需要平等 52

2. 获得尊重 55

3. 成长空间 59

4. 成长体验	62
第三章 以积极心态欣赏孩子	66
一、赏识孩子的学习情趣	66
1. 学习重在态度	67
2. 学习需要品质	71
3. 学习讲求方法	76
4. 学习贵在创新	82
二、找回孩子的健全人格	85
1. 责任不可少	85
2. 感恩要知道	89
3. 诚信太重要	93
三、让孩子拥有健康身心	96
1. 锻炼坚强的体魄	97
2. 成就健康的心态	102
四、孩子成功社交第一步	107
1. 培养孩子的分享意识	108
2. 让孩子具备合作精神	111
3. 教孩子学会有效沟通	115
第四章 学会修正孩子的弱点	118
一、修正孩子的性格弱点	118
1. 杜绝任性	118
2. 摒弃薄弱意志	122
3. 远离自卑	126
二、纠正孩子的心理弱点	130
1. 打开心灵的窗	130
2. 抚慰扭曲的心	136
三、应对孩子的交往弱点	141
1. 突破封闭的自我空间	141
2. 走出交往中的困惑	146
四、指正孩子的行为弱点	148
1. 养成良好的生活习惯	148

2. 匡正孩子的错误行为	152
第五章 教孩子学会面对逆境	157
一、培养孩子自立自强的品格	157
1. 给孩子创造受挫机会	157
2. 磨炼孩子挫折承受力	159
3. 让孩子早日学会自立	163
二、教孩子学会坚毅和自我激励	167
1. 培养孩子的毅力	167
2. 教孩子学会自我激励	171
三、教孩子保持自信乐观心态	175
1. 自信坚定，一往无前	175
2. 积极乐观，克服困难	180
四、给予在逆境中的孩子真爱	184
1. 做孩子勇气的后盾	185
2. 善于藏起一半的爱	187
第六章 做孩子最优秀的导师	191
一、做孩子的好榜样	191
1. 做学习型家长	192
2. 凡事要率先垂范	196
二、做朋友更做导师	199
1. 做孩子的知心朋友	199
2. 做孩子的人生导师	203
3. 学会正确引导孩子	207
第七章 实施正确的早期教育	212
一、重视孩子的早期教育	212
1. 早期教育影响孩子一生	213
2. 把握正确的早期教育	216
二、早期教育的重要环节	220
1. 激发孩子的智力潜能	221
2. 培养孩子的兴趣爱好	225
三、上好传统文化这一课	229

182	1. 给孩子种下孝心种子	230
182	2. 有规矩才能成方圆	234
182	第八章 拥有顺畅的家校沟通	239
182	一、关注孩子在学校的成长	239
182	1. 了解孩子在学校的表现	239
182	2. 做好家庭与学校的沟通	242
182	二、对学校教育的重新认识	246
182	1. 教育，不仅仅是考分	246
182	2. 孩子，做最好的自己	249
182	三、给孩子种下孝心种子	230
182	四、有规矩才能成方圆	234
182	五、拥有顺畅的家校沟通	239
182	六、关注孩子在学校的成长	239
182	七、了解孩子在学校的表现	239
182	八、做好家庭与学校的沟通	242
182	九、对学校教育的重新认识	246
182	十、教育，不仅仅是考分	246
182	十一、孩子，做最好的自己	249
182	十二、给孩子种下孝心种子	230
182	十三、有规矩才能成方圆	234
182	十四、拥有顺畅的家校沟通	239
182	十五、关注孩子在学校的成长	239
182	十六、了解孩子在学校的表现	239
182	十七、做好家庭与学校的沟通	242
182	十八、对学校教育的重新认识	246
182	十九、教育，不仅仅是考分	246
182	二十、孩子，做最好的自己	249
182	二十一、给孩子种下孝心种子	230
182	二十二、有规矩才能成方圆	234
182	二十三、拥有顺畅的家校沟通	239
182	二十四、关注孩子在学校的成长	239
182	二十五、了解孩子在学校的表现	239
182	二十六、做好家庭与学校的沟通	242
182	二十七、对学校教育的重新认识	246
182	二十八、教育，不仅仅是考分	246
182	二十九、孩子，做最好的自己	249
182	三十、给孩子种下孝心种子	230
182	三十一、有规矩才能成方圆	234
182	三十二、拥有顺畅的家校沟通	239
182	三十三、关注孩子在学校的成长	239
182	三十四、了解孩子在学校的表现	239
182	三十五、做好家庭与学校的沟通	242
182	三十六、对学校教育的重新认识	246
182	三十七、教育，不仅仅是考分	246
182	三十八、孩子，做最好的自己	249
182	三十九、给孩子种下孝心种子	230
182	四十、有规矩才能成方圆	234
182	四十一、拥有顺畅的家校沟通	239
182	四十二、关注孩子在学校的成长	239
182	四十三、了解孩子在学校的表现	239
182	四十四、做好家庭与学校的沟通	242
182	四十五、对学校教育的重新认识	246
182	四十六、教育，不仅仅是考分	246
182	四十七、孩子，做最好的自己	249
182	四十八、给孩子种下孝心种子	230
182	四十九、有规矩才能成方圆	234
182	五十、拥有顺畅的家校沟通	239
182	五十一、关注孩子在学校的成长	239
182	五十二、了解孩子在学校的表现	239
182	五十三、做好家庭与学校的沟通	242
182	五十四、对学校教育的重新认识	246
182	五十五、教育，不仅仅是考分	246
182	五十六、孩子，做最好的自己	249
182	五十七、给孩子种下孝心种子	230
182	五十八、有规矩才能成方圆	234
182	五十九、拥有顺畅的家校沟通	239
182	六十、关注孩子在学校的成长	239
182	六十一、了解孩子在学校的表现	239
182	六十二、做好家庭与学校的沟通	242
182	六十三、对学校教育的重新认识	246
182	六十四、教育，不仅仅是考分	246
182	六十五、孩子，做最好的自己	249
182	六十六、给孩子种下孝心种子	230
182	六十七、有规矩才能成方圆	234
182	六十八、拥有顺畅的家校沟通	239
182	六十九、关注孩子在学校的成长	239
182	七十、了解孩子在学校的表现	239
182	七十一、做好家庭与学校的沟通	242
182	七十二、对学校教育的重新认识	246
182	七十三、教育，不仅仅是考分	246
182	七十四、孩子，做最好的自己	249
182	七十五、给孩子种下孝心种子	230
182	七十六、有规矩才能成方圆	234
182	七十七、拥有顺畅的家校沟通	239
182	七十八、关注孩子在学校的成长	239
182	七十九、了解孩子在学校的表现	239
182	八十、做好家庭与学校的沟通	242
182	八十一、对学校教育的重新认识	246
182	八十二、教育，不仅仅是考分	246
182	八十三、孩子，做最好的自己	249
182	八十四、给孩子种下孝心种子	230
182	八十五、有规矩才能成方圆	234
182	八十六、拥有顺畅的家校沟通	239
182	八十七、关注孩子在学校的成长	239
182	八十八、了解孩子在学校的表现	239
182	八十九、做好家庭与学校的沟通	242
182	九十、对学校教育的重新认识	246
182	九十一、教育，不仅仅是考分	246
182	九十二、孩子，做最好的自己	249
182	九十三、给孩子种下孝心种子	230
182	九十四、有规矩才能成方圆	234
182	九十五、拥有顺畅的家校沟通	239
182	九十六、关注孩子在学校的成长	239
182	九十七、了解孩子在学校的表现	239
182	九十八、做好家庭与学校的沟通	242
182	九十九、对学校教育的重新认识	246
182	一百、教育，不仅仅是考分	246
182	一百零一、孩子，做最好的自己	249
182	一百零二、给孩子种下孝心种子	230
182	一百零三、有规矩才能成方圆	234
182	一百零四、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百零五、关注孩子在学校的成长	239
182	一百零六、了解孩子在学校的表现	239
182	一百零七、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百零八、对学校教育的重新认识	246
182	一百零九、教育，不仅仅是考分	246
182	一百一十、孩子，做最好的自己	249
182	一百一十一、给孩子种下孝心种子	230
182	一百一十二、有规矩才能成方圆	234
182	一百一十三、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百一十四、关注孩子在学校的成长	239
182	一百一十五、了解孩子在学校的表现	239
182	一百一十六、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百一十七、对学校教育的重新认识	246
182	一百一十八、教育，不仅仅是考分	246
182	一百一十九、孩子，做最好的自己	249
182	一百二十、给孩子种下孝心种子	230
182	一百二十一、有规矩才能成方圆	234
182	一百二十二、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百二十三、关注孩子在学校的成长	239
182	一百二十四、了解孩子在学校的表现	239
182	一百二十五、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百二十六、对学校教育的重新认识	246
182	一百二十七、教育，不仅仅是考分	246
182	一百二十八、孩子，做最好的自己	249
182	一百二十九、给孩子种下孝心种子	230
182	一百三十、有规矩才能成方圆	234
182	一百三十一、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百三十二、关注孩子在学校的成长	239
182	一百三十三、了解孩子在学校的表现	239
182	一百三十四、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百三十五、对学校教育的重新认识	246
182	一百三十六、教育，不仅仅是考分	246
182	一百三十七、孩子，做最好的自己	249
182	一百三十八、给孩子种下孝心种子	230
182	一百三十九、有规矩才能成方圆	234
182	一百四十、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百四十一、关注孩子在学校的成长	239
182	一百四十二、了解孩子在学校的表现	239
182	一百四十三、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百四十四、对学校教育的重新认识	246
182	一百四十五、教育，不仅仅是考分	246
182	一百四十六、孩子，做最好的自己	249
182	一百四十七、给孩子种下孝心种子	230
182	一百四十八、有规矩才能成方圆	234
182	一百四十九、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百五十、关注孩子在学校的成长	239
182	一百五十一、了解孩子在学校的表现	239
182	一百五十二、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百五十三、对学校教育的重新认识	246
182	一百五十四、教育，不仅仅是考分	246
182	一百五十五、孩子，做最好的自己	249
182	一百五十六、给孩子种下孝心种子	230
182	一百五十七、有规矩才能成方圆	234
182	一百五十八、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百五十九、关注孩子在学校的成长	239
182	一百六十、了解孩子在学校的表现	239
182	一百六十一、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百六十二、对学校教育的重新认识	246
182	一百六十三、教育，不仅仅是考分	246
182	一百六十四、孩子，做最好的自己	249
182	一百六十五、给孩子种下孝心种子	230
182	一百六十六、有规矩才能成方圆	234
182	一百六十七、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百六十八、关注孩子在学校的成长	239
182	一百六十九、了解孩子在学校的表现	239
182	一百七十、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百七十一、对学校教育的重新认识	246
182	一百七十二、教育，不仅仅是考分	246
182	一百七十三、孩子，做最好的自己	249
182	一百七十四、给孩子种下孝心种子	230
182	一百七十五、有规矩才能成方圆	234
182	一百七十六、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百七十七、关注孩子在学校的成长	239
182	一百七十八、了解孩子在学校的表现	239
182	一百七十九、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百八十、对学校教育的重新认识	246
182	一百八十一、教育，不仅仅是考分	246
182	一百八十二、孩子，做最好的自己	249
182	一百八十三、给孩子种下孝心种子	230
182	一百八十四、有规矩才能成方圆	234
182	一百八十五、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百八十六、关注孩子在学校的成长	239
182	一百八十七、了解孩子在学校的表现	239
182	一百八十八、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百八十九、对学校教育的重新认识	246
182	一百九十、教育，不仅仅是考分	246
182	一百九十一、孩子，做最好的自己	249
182	一百九十二、给孩子种下孝心种子	230
182	一百九十三、有规矩才能成方圆	234
182	一百九十四、拥有顺畅的家校沟通	239
182	一百九十五、关注孩子在学校的成长	239
182	一百九十六、了解孩子在学校的表现	239
182	一百九十七、做好家庭与学校的沟通	242
182	一百九十八、对学校教育的重新认识	246
182	一百九十九、教育，不仅仅是考分	246
182	二百、孩子，做最好的自己	249

第一章

把握失控的家教局面

在社会竞争日益激烈的今天，人们似乎都已经认识到了教育的重要性。中国目前的教育也从单一的学校教育演进了学校教育与家庭教育的相互结合，家长在家庭教育中扮演着举足轻重的角色。但是，中国的家长似乎已经走进了家庭教育的死胡同，他们难以把握日益失控的家教局面，正面临着前所未有的尴尬局面。



当代家长作风概览

所谓家长作风，就是指家长对子女表现出来的一种独特的行为模式，这种行为模式指导着家长对子女行使自己特有的教育方式。就目前来说，中国的家长所表现出来的不良作风不外乎以下几种：期望值过高，溺爱过分，干涉过多，指责过火等。

1. 期望值过高

一份调查资料显示，66%的家庭从孩子5岁开始就聘请各类的家庭教师，补习文化，培养兴趣爱好；90%以上的家长要求孩子达到大学水平；65%的家长要培养孩子当科技人员、厂长、经理；仅有0.77%选择了体力劳动类的职业。由此可见，大部分家长对孩子的期望值是比较高的。

现在大多数孩子都是独生子女，每位家长都希望自己的孩子能在未来社会竞争中有所作为，能够获得100%的成功，能够过上幸福美



好的生活。应该说，这是一个美好的愿望。

在这样一个愿望的驱使下，家长对孩子的期望值自然就会提高。孩子还未上学就为他安排大量的课外班，力图让孩子琴棋书画无所不通；在孩子上学之后，家长就开始拿孩子的成绩做横向比较，然后就会不断警示孩子要考满分，要拿第一。

如果一味认为孩子只有考高分、上大学、进重点名校才有出息的话，无形中就大大增加了孩子的压力，让孩子容易产生焦虑等心理疾病。当孩子实现不了家长对他的高要求时，孩子就会产生厌学的心理。所以，家长应该知道，不切合实际的期望可能会贻误孩子的一生。

一名18岁的高三学生因感觉学习压力过大，一时想不开竟然奔向了快速行驶的货运列车，当即身亡。

这名学生在某市高三实验班读书，父亲在外打工，日常起居全由母亲照顾。出事后经了解，这名学生之前就有自杀倾向。他有两个表哥，均已大学毕业，这给他树立了榜样；他的成绩也一直不错，并且在实验班名列前茅，但是上一次月考的成绩却不大理想。事发时距高考只有两个月时间，他学习上面临很大的压力。在此几天之前，他在外婆家就表示要跳楼，在路过某立交桥时也有跳桥的倾向。

事发当天上午，他以外出散步为由，一个人要跑出家门。当时家人就很担心，于是由叔叔骑摩托车陪同，没想到他在路过一铁路桥时竟跳下摩托车，朝铁轨跑去。他的叔叔立即产生了不良的预感，马上放下摩托车，跟在后面追，但是悲剧还是发生了。警方把这次死亡事件定性为“自杀”。

据与他同班的一名女生介绍，他性格比较内向，平时在班上不大说话，但是学习成绩在班级前5名。他的母亲忍着悲痛说：“孩子个子较高，喜欢打球，初中时性格比较开朗，但后来发生了转变，可能也是我对他的要求比较高吧！”

这名学生的成绩很不错，但因为一次月考成绩不理想，他就背上了沉重的思想包袱。另外，他两个已经大学毕业的表哥也无形中给他加重了这种压力。最后，也是最重要的一点就是家长对他的期望值过



高。于是，这所有的一切凑在一起，就在他心中夸大了月考成绩不理想带来的紧张和焦虑，最终导致悲剧的发生。试想，如果家长对他的期望值能够稍微低一些，这种悲剧是完全可以避免的。

有关专家提醒，家长都应给孩子减压，要给予孩子关怀，要适当降低对孩子的期望值。同时，也应该让孩子明白，一旦他不能承受压力，应及时与老师或家长沟通，必要时要向心理专家咨询。

一般来讲，出现自杀等情况的往往都是学习成绩比较好的学生，他们往往都特别要强，一旦考试没考好，他们就会想到家长的殷殷期望，就会产生诸如“自己的面子往哪搁”、“怎样面对父母”等一系列问题。所以，家长应该做的就是一定要降低期望值，也要帮助孩子调整好心态。

有一位父亲对女儿说：“你读不出书，死也要死在考场上！”这位女学生多次参加高考，但因为考不上而一直在复读。因为家人对她读书方面的期望值很高，她反而变得更加内向、自卑，情绪也变得异常不稳定。就在这关键时刻，父亲竟对女儿说“死也要死在考场上”的话，对女儿产生的影响不言而喻。

国内某著名媒体曾刊登过一组名叫“沉重的爱”的图片，这组图片令人刻骨铭心。图片描述的对象是一位正在读一年级的年仅7岁的小学生。他有一个十分幸福舒适的家，家中有电脑，也有沙发，但是他却很少有机会享用，因为他的家离他上学的那所重点学校实在是太远了。孩子的母亲为了能让儿子有更多的时间读书学习，不至于辛苦奔波于学校和家之间，就毅然决然地办了病退。然后，就在离儿子读书的重点学校不远的地方租了一间又小又潮的屋子，做起了“陪读母亲”。所以，只有到了周末，他们一家三口才能团聚在一起说说话、吃顿温馨的晚餐。

到了冬天，天气非常寒冷，母亲就把门窗堵得严严实实。那个小屋子里除了一张单人床，一张茶几和做饭的炊具外，其他的全是孩子正在读和即将读的各种各样的书。每天放学后，母亲跟儿子一起读书学习。

这位母亲还说，她要陪儿子在那小屋子里“抗战”12年，直到儿子考上名牌大学，成为国家的栋梁为止。



还有这样一位12岁的女孩，家住在南方某大城市。女孩的妈妈为了让她学好钢琴，就不辞辛苦地在每个周末带她到另外一个城市的一位音乐教师家学习。每周如此，一直坚持了7年。这期间，女孩和妈妈坐火车在两座城市之间竟行走了30多万公里的路程！

女孩在13岁那年，终于考上了一所著名的音乐学院的附中。女孩本以为上了附中后就不用再像以前那么辛苦地挤火车了，妈妈也就不用再劳累了。但是，女孩的妈妈为了让女儿进一步学好功课、练好钢琴，能够考上名牌的音乐学院，也像上面那位男孩的家长一样，毅然放弃了自己的工作，来到女儿就读附中所在的城市，陪着女儿，和女儿一起攀登理想的高峰。可是不久，便有噩耗传来，女孩的爸爸为了做女儿的坚强后盾，就开始没日没夜加班加点地干活，不知疲倦地四处打工挣钱，结果病倒在床上后就再也没有起来……

这些家长都是对孩子期望值过高的典型。为了让孩子上一个好的学校而不辞辛劳，甚至甘愿做“陪读家长”，真可谓用心良苦。不可否认，中国的家长应该是世界上为自己的孩子操心最多的家长，为了孩子能成为自己期望中的人才，可谓是殚精竭虑，煞费苦心。

其实，家长对孩子的期望值过高是一种病态的表现，家长为了孩子而不惜一切代价地付出也是不可取的。所以，在此希望家长们在“高期望值”的虚荣光环中不要迷失方向，更不要陷入自私与狭隘的沼泽。

那么，家长应该怎样避免和纠正对孩子过高的期望值呢？



建议一：对孩子的要求要符合孩子的年龄特征和个性特征。

家长对孩子的要求必须符合孩子的年龄特征和个性特征，要把更多的发展目标交给孩子自己来制定。家长要学会客观分析自己孩子的智力水平、身体状况，以及孩子在情感、兴趣、性格、意志等方面的特点，与孩子一起商量扬长避短的方法，以勤补拙，循序渐进。当然，家长的期望值也不宜过低，以免孩子没有学习动力，对自己放松要求，甚至自暴自弃。

所以，在此提醒家长注意保持平常心，要能够沉住气，让孩子获得应有的自由发展空间以及自己决定发展方向的权利。比如，家长与



孩子保持适度的距离，让孩子有自己的“小天地”专注于学习，让孩子进行适当的户外活动，也可偶尔让孩子看看电视，一定要特别注意不要刻意地拒绝孩子的要求。家长还应避免无谓的操心，但可以在一些细节上下工夫，在督促孩子正常作息、心理疏导、饮食安排等方面，也要特别注意克制自己的过激语言。

家长要在恰当的时候记得赞赏、鼓励孩子，要让孩子不断获得自信和勇气，这样，孩子才能够健康成长，才能真正向着我们期望的方向发展。

建议二：注意摆正心态，要淡化期望。

在对孩子的期望值上，家长一定要注意摆正自己的心态，要注意淡化期望值。有心理学家指出，适度的期望是孩子健康成长的积极因素。

但是，遗憾的是，目前我国家庭教育中家长对孩子的期望值早已脱离了我国现阶段的经济水平和实际教育能力。不可否认，家长有理由和权利期望自己的孩子将来能够成为社会需要的高级人才，但是一定不要把这种高期望用于日常的家庭教育中，因为那会有害无益。

所以，家长有责任帮助孩子设计一个理想的未来，更有责任为孩子设计一个现实的未来。家长应该明白，任何超过孩子力所能及的期望，都会损害他的身心健康和正常发展。目前，对家长来说，最重要的就是淡化自己对孩子的过高期望，要在适度期望的基础上对孩子进行科学的教育，这些对纠正当前家庭教育过度化倾向起着至关重要的作用。

建议三：在教子态度上学会豁达和宽容。

鲁迅生前立下遗嘱：“孩子长大倘无才能，可寻点小事情过活。后起的人物一定优于前人，决不能用同一种模型无理嵌定，长者需是指导者、协商者，却不是命令者。”老舍先生在谈到对孩子的希望时指出：“他们能初识几个字，会点加减法，知道一点历史便已够了，只要身体强壮，将来学一门手艺，即可谋生，不必非入大学不可。”

从中，不难发现这些“大家”在教子上的豁达与宽容，虽然自己取得了巨大的成绩，但他们并没有强行要求孩子一定要像他们那样成为什么“家”。所以，只要孩子能在社会上找到他自己的位置，能够



自食其力，发挥自己的聪明才干，各有所成即可，对孩子的期望不能脱离社会的需要和孩子的实际。

另外，家长应尽力给孩子创造一个轻松愉快的成长环境，不要让过高的期望值压垮孩子稚嫩的肩膀。



建议四：不要试图完全按理想模式去塑造孩子。

家长对孩子有必要的期望是必须的，但一定要注意一个前提，那就是不能违背儿童身心发展的规律。家长要知道孩子的身心发展有其特殊的内在矛盾性和规律性，一旦外部的发展模式不能适应其内在的规律，就会导致不良的结果。

目前，很多家长无视儿童心理发展的规律，做了一些超前教育，而这些恰恰是违反教育规律的傻事。所以，家长对孩子的教育应当遵循科学的宏观指导，要顺其自然、促其发展，千万不能强迫孩子就范。按家长自己的所谓理想模式去塑造孩子尚未定型心灵的做法是完全错误的。

有这样一个故事，有个工程师在设计一幢很大的办公大楼时，设计了3个出入口。大楼竣工之后，他要求工人把大楼四周的空地上都种上草。夏天过后，草地上被进出大楼的人踩出了3条小道，走得多的宽一些，走得少的窄一些。于是，工程师便要求工人沿着人们踩出的路，铺就了通向大楼的人行道。

工程师的做法可谓独具匠心，他懂得这其中的一个重要道理：那就是顺其自然。假如一开始，工程师就设计好了通道，规定了人们行走的路线，或许就会给人们带来不便，最终草地上仍然会被踩出一条条小道。

希望家长能在这个故事中悟出一定的道理，一定不要用自己浇铸的“模子”去期待孩子、培养孩子。否则，结果可能会大大出乎家长的意料。因此，家长应从实际出发，正确教育孩子。

2. 溺爱过分

某地人民法院少年法庭随机调查了在押的100名未成年犯。结果显示，他们多来自溺爱型家庭，80%以上的未成年犯承认他们在家中都备受溺爱。



家长关心爱护自己的孩子是人之天性，爱孩子是每个父母的本能。对孩子的这种爱是培养孩子良好品德和行为的感情基础，因为没有这种爱，就谈不上教育，也就不可能达到好的教育效果。

但如果对孩子的爱属于爱而不教、管而不严的话，就应该另当别论了，因为这就已经到了“溺爱”的边缘了，对孩子溺爱永远也达不到教育的目的。因此，家长在教育孩子时，要注意把关心爱护和严格要求结合起来，力争做到爱而不溺、严而不厉。

家长对孩子的关心爱护，应该以有利于孩子身心健康为前提，一旦离开这个前提就容易与“望子成龙”的愿望背道而驰。家长对孩子的爱应该是理智的、有分寸的，一定不能溺爱，否则，就可能为孩子身心畸形发展种下祸根。

李天出生在一个富裕的家庭，父母都是公司高层管理人员。在家里，李天这根独苗简直成了“小皇帝”，从来都是说一不二，父母处处惟命是从，真是“顶在头上怕摔了，含在口中怕化了”。父母对他的娇生惯养，达到了“登峰造极”的地步。

眼看李天这个“小皇帝”一天天长大，可是什么事情他都依赖父母。他都上三年级了，可还让父亲背着去上学。这时候，父母才感到这样下去会把他宠坏，将来难以成才，急需改变一下爱的方式，从而使李天能够得到正常的发展。

可是，李天的父母却由一个溺爱的极端走上了另一个极端。他们在一起商量教子良方，反复酝酿，几经权衡，决定从经济上严加限制抓起。

有一天的上午，“小皇帝”要买一支气枪，父母没答应。又一天，李天捂着肚子，硬要钱买哈密瓜吃，得到的是两只白眼。再一天，他要玩遥控飞机，伸手去爸爸口袋里掏钱，没想到竟然被打了一巴掌……

一连几个月，他们严格地“控制”着儿子，连一些正当合理的要求也不满足他。“小皇帝”一下成了“阶下囚”，他心里的委屈层层叠加，内心深处产生了强烈的不满和怨恨。终于有一天，他的情绪爆发了。他趁父母不在家，撬开大立柜，摸出5张百元大钞，到街上吃喝玩乐去了。



可是李天的父母并没有觉察这一切，他们看见儿子不再像从前那样伸手了，心里暗自得意：还是严点好，这孩子倒还懂得父母心。

有了“成功”的开端，李天这个“小皇帝”再无顾忌，隔三差五就偷家里几百块钱。但是这种小钱根本满足不了他的“胃口”了，有一天，他把大立柜里一个5000元的活期存折拿走了。他的父母终于发现了儿子的“秘密”，顿时火冒三丈——父亲抡起了巴掌，沉稳的母亲也动了脚，直打得儿子哭天叫地，好不悲伤。

饱尝了皮肉之苦的李天，开始对父母疏远了，常常饿着肚子也不回家吃饭，全靠一帮小哥们的资助，并开始把手伸向了别人的腰包……他被人当场抓住过3次，只是被偷者见他年纪小，没忍心对他大动干戈。可李天并没有引以为戒，痛改前非，反而变本加厉。他甚至这样想：挨两巴掌，听几句骂，这些痛苦是暂时的，算不了什么！

最后，李天终因“一发而不可收”，先后4次进了收容所。

渴望孩子成器，也无可厚非。但是，良好的愿望只能通过正确的教育方法来实现，鲁莽和粗野只能使孩子产生逆反心理，最后走向歧途。

李天走到今天的地步，可以说完全是由父母不得当的教育方法所致。首先是对孩子有求必应的溺爱，然后在意识到自己的溺爱行为时，突然来了一个180度的急转弯，对孩子实行了“大棒政策”。应该说，李天父母的教子观念转变地并不算晚，但是，他们不应该从溺爱的极端转到严加管制的极端。他们懂得了溺爱对孩子的危害，却没有找到一个正确的方法来矫正自己的行为方式，最终仍使孩子走上了歧途。

英国著名教育家洛克在《绅士的教育》一书里有这样一段话：“被溺爱的孩子必定学会打骂人，他哭着要什么东西，便一定要得到，他心里想做什么事情，也一定要去做。如此一来，父母自己在孩子幼小的时候，呵护他们，把他们的本性弄坏了，他们自己在泉水源头下了毒药，日后亲尝这毒水，却又感到奇怪。”

老父亲因为没有满足亲生儿子零花钱的需要，竟被儿子挥刀砍伤，这应该是一个令人咋舌的荒诞剧，但它确实已经上演了，而且还