

影响千万美国父母的教子读物

经典珍藏

美国优秀

Advises To Parents Given By Outstanding
Teachers Of America

教师对家长的

美国数千位家长评选出来的优秀教师向家长
提出了8条建议，

8条建议

如果采纳了这8条建议，你就会发现——
你的孩子也可以如此优秀。

安娜·Chin编译

 世界出版社

经典典藏

美国优秀

Advises To Parents Given By Outstanding
Teachers Of America

教师对家长的 8条建议

安娜·Chin编译

世界知识出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

美国优秀教师对家长的 8 条建议/安娜·Chin 编译. —北京:

世界知识出版社, 2006.5

ISBN 7-5012-2824-8

I. 美... II. 安... III. 儿童教育: 家庭教育—美国

IV. C78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 031961 号

美国优秀教师对家长的 8 条建议

Mei Guo You Xiu Jiao Shi Dui Jia Zhang De Ba Tiao Jian Yi

◎编 译——安娜·Chin

◎装帧设计——红十月工作室

◎责任编辑——梁小玲

◎责任出版——林 琦 赵 玥

◎责任校对——陈可望

◎出版发行——世界知识出版社

北京市东城区干面胡同 51 号 (010) 65265950 85118125

邮编: 100010

◎经 销——新华书店

◎印 刷——九州财鑫印刷有限公司

◎开本印张——700×1000 毫米 1/16 13.75 印张 130 千字

◎版 次——2006 年 5 月第一版第一次印刷

◎定 价——26.00 元

◎盗版举报电话——(010) 65265950

对提供盗版线索并协助调查的人, 我社将给予奖励

版权所有 翻印必究

目 录



第 1 条

制造有利的成长因素 /1



要有较高的期望 /2

相信孩子能做到 /4

家庭环境的重要性 /6

你称职吗? /7

要有原则 /9

会沟通 /11

教育上要达成共识 /12

不要被孩子激怒 /14

提防错待孩子 /16

避免无意的伤害 /17

善待别人的孩子 /19

做好假日安排 /20



第 2 条

站在孩子的立场上 /23

孩子就是孩子 /23

“读懂”孩子的心 /25

孩子不会永远叛逆 /28

鼓励孩子 /34

克服消极心态 /36

鼓励作用大 /43

感情是行动的源泉 /47



美国优秀教师对家长的 8 条建议

不要一味相信什么智力测验	/ 49
不要以聪明论成功	/ 51
笑是一种潜力	/ 53



把家庭学习进行到底	/ 55
-----------------	------



解码“不听话”	/ 57
面对无理取闹	/ 58
应付“慢吞吞”	/ 60
家庭教育禁忌	/ 61
戒掉坏习惯	/ 63
避免呵斥	/ 64
陪孩子接受信息	/ 66
杜绝体罚	/ 67
避免过分夸奖	/ 69
学会鼓励孩子	/ 70
正确对待孩子“摸”钱	/ 71



培养孩子的生活适应能力	/ 74
-------------------	------

培养坚毅	/ 76
希望与憧憬	/ 77
孕育品行	/ 78
教孩子诚实	/ 80
教孩子懂事	/ 81
通情达理	/ 82
让孩子做家事	/ 84
不溺爱孩子	/ 86
及时管教	/ 87



美国优秀教师对家长的 8 条建议

播下成功的种子	/ 88
重视道德	/ 90



第 5 章

让孩子懂得爱	/ 93
--------------	------

让孩子懂得爱	/ 93
学会鼓励孩子	/ 96
早些进行爱心教育	/ 99
远离胆怯	/ 102
培养孩子的信心	/ 107
了解你的孩子	/ 109
和孩子说话	/ 112
说话要得体	/ 117
争辩也是一种教育	/ 119
给孩子的一百句“赞美”	/ 121



第 6 章

关注孩子的心理健康	/ 125
-----------------	-------

抛弃惧怕	/ 127
提防孩子惧学	/ 128
把沮丧挡在门外	/ 130
重视校园恶霸事件	/ 131
避免受欺负的方法	/ 133
正解“闹情绪”	/ 135
处理攻击行为	/ 136
防范虚拟的概念	/ 138
建立孩子的自尊	/ 139
和孩子沟通的禁忌	/ 141
态度决定一切	/ 142





第 7 条

善待孩子的不足 / 145

五分钟热度 / 145

发号施令 / 149

越管越来劲 / 152

唱反调 / 153

脾气大 / 155

攻击性行为 / 157

说谎话 / 163

嫉妒心强 / 167

胆小 / 170

怕羞 / 176

孤僻 / 180

做孩子的“知己” / 183

尊重孩子的感受 / 186



第 8 条

启发孩子的主动态度 / 191

孩子的智力发展 / 192

心智成长的动力 / 194

信任和自尊 / 195

启发孩子求知 / 198

学习专注 / 199

克服分心 / 201

培养阅读习惯 / 203

有效地学习 / 204

附 录 / 207

给父母的六十条建议 / 207

给你母的话 / 210





第1条

制造有利的成长因素

孩子心智的成长，有其必要的环境条件。

有人说富裕的环境是成长的条件，也有人说家庭幸福、父母和谐是孩子成长的条件。但这两者之中，后者显然要比前者重要得多，因为和谐幸福的家庭提供了安全感、人际关系和健全人格的基本因素。

幸福和谐的家庭固然很重要，但父母亲对子女身心成长的关心，并以创意引导孩子心智发展，则是孩子是否能成材的关键性因素。

一位肯花心血学习解决问题的父母，孩子会在耳濡目染中学会思考和勤奋。父母带领孩子观察周遭事物——透过归纳和思考，寻找正确答案的家庭，必然也能启发孩子，让孩子变得更有能力、更能有效地克服困难。

网络下单和物流观念的风行，也牵动许多行业的更替。因此这个时代的教育，要重视心智成长和学习能力的培养，否则孩子长大成人后，在职场上的适应能力将大大受到限制。

孩子的道德教育，已经不是以恪守道德规范为满足。生活在一个自由开放的社会，必须同时学会道德判断，它既是一项人格教育，同时也是智能的启发。

心理学研究指出，每个孩子都有潜能；多元智能的发现也告诉我们，

伏秀





优秀教师对家长的 8 条建议

每一个孩子都有独特的天赋。教育的目的在于启发个人唯一独特的心智结构，让他发挥潜能，走上光明的人生路。

于是，我们要费心安排孩子心智成长的有利因素，要用创意去引发、鼓励和协助孩子，而非抱着刻板、传统的观念不放。父母亲要用更多的创意来安排孩子成长的有利条件，这些条件便是新世纪家庭教育的软件。

这里，文中提出了几个重点供父母们参考。

1. 对孩子要抱以厚望，而且期望要高。请注意，期望不是你的欲望，而是坚信孩子会更好，无论教导上怎么挫折，都不会对孩子失望和绝望。

2. 建立一个强固的家庭，表现互爱、和蔼、启发和包容，并建立亲密的人际互动关系。

3. 做个称职的父母，保持正确的教导态度，维持良好的沟通技巧，不要为管教孩子而争吵。

4. 提防自己任性对待孩子，避免被孩子激怒，或者在无意中伤害孩子。

5. 孩子的假日、生活与学习，需要你协助安排。等他们渐渐长大后，要逐步交给他们更多自治的空间。

父母亲若能掌握这些要领，运用在家庭教育上，等于为孩子打下发展的坚实根基。



要有较高的期望

父母有信心就能在言谈中发挥鼓励作用。

一位母亲说：“我的孩子成绩不如人，怎样才能帮助他开展健全的人生？”

教师说：“要对孩子抱以厚望，要有信心。”



“他成绩不如人，才华不如人，怎么可能对他抱以厚望呢？”

“无论成绩好坏，都要对孩子抱以厚望，你才会看得起他，不会贬抑他、批评他。只要你认为他有潜能，他就会有信心走出正确的人生路。”

这位母亲半信半疑，所以教师将自己的成长经验告诉她：“我小的时候成绩也不好，但母亲没有批评过我，没有对我表示失望过。我常常听到她说：‘考几分没关系，只要努力就好，将来一定有好前途。’母亲一直给我很高的期望，但从来不批评或责备我的成绩。”

她听得进去，颌首表示同意。

压力好像是现代人的梦魇，什么不顺遂的事都和它联想在一起。健康出问题，说是压力惹的祸；生活调适不良，也归因于压力导致的；孩子行为有了偏差，压力更是脱不了关系。

人人谈压色变。父母亲为了孩子好，尽量不给孩子压力。于是，不敢对孩子抱着较高的期望，结果相信孩子能够力争上游的信心便受到限制。

父母要有信心，相信孩子是上进的，以此对待孩子，孩子就有上进的表现。

心理学家罗森格尔和杰卡布森研究发现：如果对学生抱持高度的期望，就会对他们产生良好的激励。

这个研究是新学期开始时，心理学家在每班找出五个学生，说是经过测验筛选出来最具发展潜能的孩子——实际上这些孩子都是随机取样得来的。当这些名单公布之后，老师相信榜上有名的孩子最具有潜力的——即使现在成绩不好，也相信将来他们会有好的表现。于是，老师在言行之中对孩子抱持的高度期望，会对孩子产生激励的作用。一年之后，这些孩子的成绩和智商都明显提高。

对孩子抱着厚望，与对孩子有信心，这两种心情是分不开的。父母对孩子有信心，寄以厚望，就能在表情言谈中，发生鼓励作用。

伏秀

MEIGUOYOUXIUJIAOSHIDUIJIAZHANGDEBATIAOQIANYI



优秀教师对家长的8条建议

英国第二次大战时的首相丘吉尔，小时候的学习成绩不是很好，人又调皮。因此，许多人都对他很失望。但是，他的老师却抱以厚望，并对他说：“你一定会走出一条光明的路。”丘吉尔后来努力向上，对国家和世界和平贡献卓著。在他的回忆中，他常想着他的老师对他抱以厚望的激励。

每一个孩子都有唯一独特的天赋，不要拿他跟别人比较，而要对他寄予厚望，他就不会辜负你所望，并且走出他自己亮丽的未来。



相信孩子能做到

重视孩子的天赋并真心相信他做得到。

《对孩子期望要高》一文在报纸上刊出之后，有很多父母来信，希望做深入一点的说明，好正确掌握要领。

其中有一位母亲说：“我的孩子上五年级了，各科表现都好，唯独学习成绩不佳。我花工夫教他，加强练习、抱以厚望，结果却不见起色，反而弄得厌恶学习，连其他科目也考不好。”

这位母亲对孩子的爱令人敬佩，肯付出时间教孩子也令人欣赏。但是，她在来信中，充分表现出失望和担忧，就是这些情绪和态度，破坏了之前所做的努力。从现在开始，只要能警觉，不让这些负面的情绪和态度袭上心头，所做的努力就会成功。

无论孩子平常的表现是否乖巧，在校成绩是好是坏，父母都要对孩子保持信心、爱和希望。亲子之间的互动，只要父母对孩子失去希望，很容易因情急而说出伤害孩子自尊的话，诸如：“数学成绩这么差，你的前途完蛋了”“老是粗心大意，改不过来，我看你没指望了”“你这笨蛋，



MEIGUOYOUXIUJIAOSHIDUIJIAZHANGDEBATIAOJIANI



没出息”……

父母亲指导孩子功课、待人接物和日常生活行为时，孩子的错误若一再出现，挫折感不免油然而生，顿时觉得失望沮丧。这时，你会对孩子做出绝望的表情，从而伤害孩子的自尊、信心和主动性。当然，孩子也会因气愤而疏远你，甚至触发反抗或冲突的行为。

心理学的研究发现，亲子之间的情意沟通，词汇传递的比例约占7%，语气占38%，表情和当时的肢体动作则占55%。当父母亲开始对子女担心、失望、无奈时，和孩子说话的语气、语调、表情和肢体动作，便会直接传输失望或绝望的信息。如果一时情急，又说了一些泄气的话，那么你给孩子传输的信息，几乎全是负面的。

父母要把欲望（野心）和希望做个区隔。欲望是父母的，是大人对孩子的前途和表现所做的预设。我们往往用它来批评和挑剔，而以为这就是教育。事实上，这容易给孩子带来挫折，使他们渐渐陷入被动的心态，即使你用鼓励的话语，也不容易有好效果。

希望与欲望不同，父母在与孩子相处中，要真心相信孩子能走向正当的人生，相信孩子能适应他的未来生活，并抱以厚望。我们当然要引导孩子待人接物、做学问和思考的方法，但绝不会因成绩不好而对他表示失望，也不会为一时犯错而预言他前途无望。我们不断努力，说的和做的都表现出对未来的厚望，这种热情和欢喜心，就容易把孩子教好。

每一个孩子都有其独特的天赋，没有一个孩子是十全十美的。因此，多欣赏孩子的长处，孩子会越来越好，而且有勇气去克服他的缺点；反之，挑剔一多，孩子就生活在绝望之中，并把自己的看家本领也压下去了。

请记住，要抱着厚望去教育孩子，而不是抱着欲望或野心，这样才能把孩子教好。

伏秀

MEIGUOYOUXIUJIAOSHIDUIJIAZHANGDEBATIAOQIANYI





家庭环境的重要性

投注精神和时间经营家庭生活。

史汀尼和迪法兰曾经研究过三千多个健全的家庭，发现这些家庭的共同特色是：投入精神，找时间在一起；互相欣赏、沟通和澄清误会；有精神寄托，懂得应付危机。这些因素也同时培养了孩子，在未来的生活中拥有这些本事，创造他们美好的人生。

因此，经营一个坚固的家庭应该注意：

1. 要投注精神和热情，经营家庭的活动，创造新的气氛。
2. 找时间在一起工作、游戏、吃饭和闲聊。一项研究指出，儿童认为形成家庭快乐的事情是，大家在一起做事情。
3. 经常抱特欣赏的态度看家人，会激励更多自爱和自治，如果一味指正，反而造成诸多隔阂和疏离，平常能欣赏孩子，要求他改正错误时，才容易被接受。
4. 在家庭中吹毛求疵，故意贬低和讥讽孩子，足以损害孩子健康的自尊，同时也会造成冷漠以及人际沟通上的障碍。
5. 家庭沟通在于肯花时间闲聊，其间能发现孩子需要你支持：安慰和分享的心事，许多家庭把沟通当谈判，要孩子就范，那是一种错误：正确的沟通要用在澄清误会、交换意见和厘清事理上。
6. 家庭要有良好的精神寄托，促进爱心、责任和对生命的珍爱，这需要有家庭的纪念日、宗教活动和恪守道德信念的行动表现。
7. 家庭有了任何危机，例如有人考试失败，有人工作不顺利，或者感情上出现困扰时，就要沉着应变，而不是推诿和指责。



家庭是一个结构性的组织，它的互爱、包容、教育、经济生活及文化传递的功能，总在不知不觉中进行。家庭关系如果坚固，彼此间的人际支持紧密，就能突破种种困难，保持成员康强。

脆弱的家庭往往培养出脆弱的孩子。情绪化的行为、不负责任和任性的生活，以及伴随而来的冲突、沮丧和绝望，会使天真活泼的孩子性格突变。

所以，你要决心营造一个健全的家庭环境——它不但关系你个人的幸福生活，同时也是孩子成长的乐土。

你怎么过家庭生活，就怎么教育你的孩子。在坚固的家庭中成长的孩子，心智发展都会比较健康。



你称职吗？

经常陪伴、妥善照顾孩子，并懂得喝彩。

有一位母亲问道：“做称职的父母需要什么条件？”

为此，教育家列出了以下几项：

1. 关心和了解孩子的问题，体谅其心情，并协助解决问题。
2. 具有好的情绪习惯，有耐性，能化解冲突，创造祥和气氛。
3. 安顿孩子的活动和就学，使生活作息正常。
4. 做孩子的后盾，给予他们尝试和学习的机会。
5. 一颗宽大的心，不为孩子越俎代庖，不为孩子过度担忧。

一个人在童年以前的生活经验，影响其情感、情绪和价值观念最深。

当你闭起眼睛回想自己的过去，会发现童年的景象，像一幅幅画一样浮现出来；年纪越长，童年的记忆和情绪，越容易萦绕脑际。





优秀教师对家长的 8 条建议

你在待人接物时，情绪和感受几乎是童年经验的投射。童年时代的自信和好奇，会在现在表现出来，过去的不安和退缩，现在也一样。或许迫于社会现实，你学会参与，投入群众，但心理背景仍有过去的退缩和不安，有时还会发展出焦虑和身心症状，因为童年时期的不安并未消除净化。

尤其是幼童时代，个人智力的发展状况，关系着日后持续发展的品质和速度。研究发现，孩子 4 岁以前智力发展的比例，相当于 4—17 岁所发展的智力。此外，多元智能的开拓，明朗化经验的开展，都在童年以前发生。

所以说称职的父母，无疑是孩子先天的幸福——一个人的基本心智的好坏，父母的影响是很大的。经多年来的观察，对孩子最大的伤害是疏忽、遗弃和虐待，最宝贵的是抚爱、喝彩和分享经验。一个孩子能当父母的跟屁虫，有话可说，一起生活、工作和欢笑，真是幸运之至。

常在孩子的身边，是称职父母的首要条件。没有父母陪伴的孩子，容易不安或发展成偏差行为。尤其是没有父亲陪伴的童年，往往使学业落后、易引发犯罪、不懂得应付危机。而缺乏母亲相伴的孩子，在语言发展和人际关系上也易滋生困难，心理的不安全感也高。

称职父母的第二个条件是照顾——没有照顾就等于没有做到父母的天职。亲子之间有了照顾，才有爱的温暖和成长的动力。美国曾做过调查，只有 30% 的男性会照顾孩子，但女性则高达 74%。从这些数字可以了解，仍有许多孩子没有受到父母亲的照顾。

照顾孩子能发展信任关系，建立安全感和生活教育的机会。父母在照顾孩子的过程中，也表现出自己生活的态度、情绪和待人处世之道。特别是透过照顾，发展出喝彩和心理支持，能让孩子积极主动、建立自尊和自信，这是孩子将来完成自我认同的主要条件。

称职父母的第三要件是懂得为孩子喝彩，给他鼓励和欣赏的眼光。

父母亲的照顾，建立在有能力的爱上。跟孩子一起生活、一起做家





事和学习基本技能，从中分享乐趣和成就，孩子的心智便能得到启发。

有许多父母虽然花费很多心血照顾孩子，却把孩子照顾成脆弱和被动的。称职的父母在照顾和陪伴中，总是记得给孩子学习、尝试和克服挫败的机会，因为孩子是在自己的生活经验中学习成长的。



要有原则

管教有原则，过度牺牲不是美德。

有一对夫妻，养育着两个子女。

他们很爱自己的子女，全心照顾、教导和陪伴他们，希望他们好好成长，将来可以拥有健全的心智和人生。但他们告诉老师：“我们抚养孩子，全心教导他们，却把自己弄得精疲力竭。”

“教养子女虽然辛苦，但应该是快乐有趣才对。”教师说。

“不，我经常担心没有把孩子教好。为了孩子，我经常压抑自己的情绪，因为我怕伤害到孩子。时时刻刻为孩子的需要着想，觉得压力越来越大。我的生活都被孩子占据，觉得好累，担心也多。”

求好心切的父母，处处为孩子设想，精神压力大，自己觉得累，孩子也未必受益。许多父母亲为教育子女烦恼，建议他们理清正确的态度：

1. 父母可以表达自己的感受和立场

例如孩子们把房间弄得很乱，父母就应该把乱的感觉说出来：“你把玩具丢得乱七八糟，我受够了！赶快把它收好！以后要记得收拾！”你可以用严肃的口吻来表明你的立场，但不可批评和贬抑。如果你说：“你的房间像狗窝，像猪圈。”那就是贬抑。

伏秀

MEIGUOYOUXIUJIAOSHIDUIJIAZHANGDEBATIAOJIANYI





2. 该你做主就该做主

大人该做的决定，反而去问孩子，这是错误，而不是启发。你问孩子：“我们搬新家好不好？”这会让孩子凌驾在你的头上，是错误，而不是民主。一位单亲妈妈对孩子说：“妈妈想再结婚好不好？”那也是一种错误，因为你做了不能做决定的坏示范，也给孩子指使你的机会。

3. 管教孩子免不了犯错

父母不是十全十美的人，免不了犯错：错了就错了，记得避免再犯就好，无须自责。自责会让你不知所措，会压抑你对待孩子的活泼态度。“我对孩子发脾气，实在不应该，他会不会受到创伤？”如此担心或自责，不但对孩子无益，也阻碍了你教育子女的肯定性。记着，只要不贬低、不伤自尊，偶尔发点儿脾气是无妨的。

4. 教育子女未必要牺牲自己的事业

只要你安排得宜，有时间相处，能照顾他们，你可以两全其美。能兼顾子女和事业的人，也给孩子做了勤奋工作的身教和示范。问题是怎么调节工作与生活，而不是牺牲事业。

5. 要注意保持良好的婚姻生活

父母不应该为孩子而牺牲婚姻。有人为了孩子的未来，让太太带着孩子到国外求学，自己在国内工作。我不认为这种牺牲婚姻和家庭的做法，对孩子有什么好处。孩子所需要的不是只有学业成就，孩子更需要正常的家庭生活，和正常人生的示范。

教育子女很重要，它需要爱和承担；但不是把重心完全放在孩子身

