

大手牵小手

架起**爱**与**沟通**的桥梁

小手拉大手

传递**依赖**与**信任**的力量

# 这样牵着手

陪孩子成长**的**五个关键

林伟贤 廖佑庆◎著



北京大学出版社  
PEKING UNIVERSITY PRESS

# 这样牵着你的手

陪孩子成长 ⑤ 五个关键

林伟贤 廖佑庆◎著



北京大学出版社  
PEKING UNIVERSITY PRESS

**图书在版编目 (CIP) 数据**

这样牵着你的手：陪孩子成长的五个关键 / 林伟贤，廖佑庆著. —北京：  
北京大学出版社，2013.8

ISBN 978-7-301-22765-7

I. ①这… II. ①林… ②廖… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第 146252 号

**书 名：这样牵着你的手——陪孩子成长的五个关键**

著作责任者：林伟贤 廖佑庆 著

责任编辑：宋智广 杨燕宏

标准书号：ISBN 978-7-301-22765-7/G · 3641

出版发行：北京大学出版社

地 址：北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址：<http://www.pup.cn> 新浪官方微博：@北京大学出版社

电子信箱：[sgbooks@126.com](mailto:sgbooks@126.com)

电 话：邮购部 62752015 发行部 62750672

编辑部 82670100 出版部 62754962

印 刷 者：北京佳顺印务有限公司

经 销 者：新华书店

787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 12.5 印张 141 千字

2013 年 8 月第 1 版 2013 年 8 月第 1 次印刷

定 价：32.00 元

---

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究

举报电话：010-62752024 电子信箱：[fd@pup.pku.edu.cn](mailto:fd@pup.pku.edu.cn)

## 教育孩子也需要“上岗证”

教育子女可能是世界上唯一没有受过正规教育，但却需要终身付出的职业。我们买一台电视机，是有《使用说明书》的；我们买一台电脑，也有《使用说明书》；可是孩子出生的时候，却没有附上一份《使用说明书》。全天下的父母都在学习如何做好父母，全天下的孩子也都在学习如何做好孩子，所以，父母和孩子都需要一个阶段一个阶段地慢慢学习，一起成长。

教育孩子是需要学习、需要“上岗证”的。家长只能教授孩子自己已经关注并且掌握的东西，从某些层面来说，家教不仅仅是用来教育孩子的，更是用来“教育”家长的。家长熟悉并掌握一些知识之后，才能去教育孩子；如果是家长自己都未掌握的知识，又如何传授给孩子呢？

每位家长都非常爱自己的孩子，希望给他们最好的教育。但是如果缺乏相应的教育经验，不仅不会教育好自己的孩子，还会给他们带来伤害。如果真是这样，也许我们的孩子比生病住院的人还要悲惨，因为他们没有选择的权利，只能接受家长付出的“爱”。

我在报纸上看到过这样一则消息：

在浦东机场，有一个孩子刺杀了自己的母亲。他的母亲在那一刻一定身心俱痛。即使在这种情况下，她还在法庭上苦苦哀求法官，要给孩子一个好的未来。孩子犯下的错她都可以承担，只要孩子好，她就一切都好。

看到这样的新闻，我想广大家长会和我一样唏嘘不已。我们很多家长只满足孩子的物质生活，却忽视了品德教育，或者说，他们也不知道如何去教育自己的孩子，以致让孩子偏离了成长的轨道，犯下了错误。

我重申一遍：教育孩子也是需要学习的，也是需要“上岗证”的。要想培养出卓越的孩子，我们首先要成为卓越的家长，因为每个孩子在出生后都是由家长抚养成人的。对于孩子来说，对其影响最大的莫过于家长。

你是否还在溺爱孩子，用物质来弥补无法陪伴孩子的缺憾？你是否还在把孩子当成复制品，按照自己的意愿来干预孩子的成长和发展？各位父母请务必牢记：留给孩子价值和回忆远比留给他们宝物和金钱来得重要。

我要提醒大家：一颗种子播下去之后会不会生根，会不会发芽，会不会开花，会不会结果，需要很多因素的配合，比如阳光、空气、水和土壤，还需要农夫细心的灌溉和栽培。如果后天环境中的阳光、空气、水和土壤都没有问题，但那颗优良的种子却没有长好，这就是农夫的问题了。我们教育孩子也是一样的，如果后天环境都没问题，但是孩子仍然没有健康成长，那就是我们传输给孩子的观念不正确，是我们的观念阻碍了孩子的成长。

本书是根据全美国最顶尖的潜能激发专家丹尼斯·魏特利博士 25 年的教育经验集结而成，他的课程曾经帮助过各个领域的佼佼者，从“阿波罗号”航天员到世界冠军，从著名企业家到政府领导者……笔者结合中国式家庭的特点，将这套理论丰富、完善，以帮助孩子扎稳生命的根，练就翱翔世间的翼，走向卓越的人生。

在本书的成书过程中，得到了我的好朋友、好搭档廖佑庆老师诸多帮助，他不仅直接参与了部分内容的写作，而且通读了我的书稿，对我的书稿提出了很多建设性的意见，使得全书更完整、更顺畅，教育方法也更实用。所以这本书署我们两个人的名字。本书中提到的“我”，是指我本人林伟贤，在此说明一下。最后，真诚地希望这本书对各位家长教育孩子有所帮助。

林伟贤

## 序 教育孩子也需要“上岗证”

### § 第1章 父母的观念是孩子的起跑线

- 别让父母的爱变成害：走出家教的误区 / 3
- 想太多：担心是一种诅咒 / 5
- 做太多：让孩子成长的不是时间而是经历 / 8
- 骂太多：打骂是对孩子最大的伤害 / 10
- 给太多：让孩子无法承受的“爱”之重 / 11
- 要太多：养孩子不仅仅是为了自己的荣誉 / 14
- 伴太少：给孩子最美好的回忆 / 16
- 坐太少：要满足孩子的心灵需求 / 17
- 知太少：要走进孩子的内心世界 / 20
- 爱太少：爱孩子需要正确的表达方式 / 22
- 变太少：跟上孩子成长的脚步 / 24

### § 第2章 好家长会这样做

- 影响孩子成长的五个催眠师 / 31
- 选择最佳的教育风格 / 37
- 做孩子最好的榜样 / 42
- 如何做不生气的父母 / 44

给孩子展现梦想的机会 / 47

学会挖掘孩子的特质 / 49

好父母的行动清单 / 51

父母一生都要做的功课 / 52

### § 第3章 关键1：为孩子扎稳成长的根

孩子成长发展的根本 / 59

培养孩子正面的自我认知 / 62

培养孩子正面的自我尊重 / 64

自尊的四大支柱 / 68

培养孩子正面的自律 / 72

培养孩子正面的自主性 / 74

培养孩子成为正直的人 / 76

培养责任心的三个方法 / 78

### § 第4章 关键2：为孩子插上成长的翅膀

培养孩子正面的自我激励能力 / 87

培养孩子正面的自我期许能力 / 89

培养孩子正面的想象力和创造力 / 91

培养孩子正面的自我引导能力 / 93

培养孩子的均衡能力 / 96

均衡孩子人生的八大领域 / 97



## § 第5章 关键3：凡事要有好习惯

- 家财万贯不如一个好习惯 / 105
- 在观察、模仿和重复中养成好习惯 / 106
- 养成好习惯需要强劲的动力 / 108
- 正确认识坏习惯 / 110
- 三步帮孩子改掉坏习惯 / 113
- 好习惯创造美好未来 / 114

## § 第6章 关键4：让孩子受益一生的理财课

- 理财课：被家长们忽视的成长课 / 121
- 人格健全，理财观念才会健全 / 122
- 用数学方法教孩子理财 / 123
- 培养孩子正确的金钱观 / 125
- 让孩子懂得珍惜金钱 / 127
- 让孩子参与家庭中的理财 / 128

## § 第7章 关键5：有能力才有竞争力

- 能力培养的三个方面 / 135
- 良好的沟通能力是孩子获得成功的关键 / 136
- 教孩子学会做时间的主人 / 141
- 感恩：让孩子步入社会后更受欢迎 / 148

只有“偏执狂”才能更优秀 / 152

拓展孩子的国际化视野和创新思维 / 154

培养孩子的创业家精神 / 159

真正赢家的 13 个秘密 / 163

## 附录 为孩子打开通往世界之门

美国家长教育孩子的原则 / 169

犹太人的家庭教育理念 / 181



# 第1章

## 父母的观念是孩子的起跑线



## 别让父母的爱变成害：走出家教的误区

我们很多家长因为自己比较辛苦，所以就害怕自己的孩子受苦，给孩子准备了一切所需要的东西。他们给孩子备车、备房、备银子……一切都备好了，就是忘记给孩子准备健全的大脑，所以我们经常看到一些令人叹息的事情。

有一位很辛苦的父亲，在音乐上有很杰出的成就。他老年得子，他的孩子也在很小的时候就学音乐。可是很可惜，孩子在15岁的时候，未成年驾车，撞人之后竟然拿着球棒殴打挡他的路人。结果可想而知，他的孩子受到了法律制裁。

我们还看到，有一些“富二代”“官二代”在各种场合“炫富”，不仅买了很多名牌衣服和包，竟然还用人民币点烟。

这些情况让人担忧，因为我发现，如果父母什么都给孩子准备好，可是没有给他一个健康的大脑，没有给他一个好习惯，没有在他头脑里种下对他一生有帮助的思想，那孩子长大以后，会变得跟父母原来所希望的样子背道而驰。

也许有的家长会说：“我的孩子不会这样的，我的孩子很好，我的孩

子读书很努力，成绩也非常不错。”那我们来看看下面这两则消息吧。

北京某大学有一个神童，从小就跳级读书，16岁时已经快博士毕业了。参加论文答辩前夕，他竟然跟妈妈说：“如果你不帮我在北京买一套房，我就拒绝参加论文答辩。”

有一位公务员，硕士毕业，工作也非常不错。年近六旬的父母来帮他带孩子，但是让人万万没有想到的是，他因为跟父母的一些矛盾竟然殴打他们。

家长经常说：不要让孩子输在起跑线上。其实，家长的观念才是孩子的起跑线。我们有多少钱不重要，给孩子报多少补习班不重要，给孩子买多少吃的喝的不重要，最重要的是掌握了正确的教育方式，能够高瞻远瞩，让孩子获得更好的教育。

我们到底要给孩子什么样的教育环境，给孩子什么样的教育方式，这是我最希望跟广大家长探讨的。我们一定要给孩子一个正常的性格、人格、品格，我觉得这个事情很重要。可是很多孩子的人格和性格发展被扭曲，至于品格方面，已经不是追求高尚而是追求低下了。如果这“三格”都出了问题，很显然我们的孩子肯定要有麻烦了。所以，我希望这本书能够帮助更多的家长，让孩子在人格、品格、性格方面可以有更好的发展，也可以避免家长进入恶性循环。

下面，我先分析一下当前家庭教育中的一些误区。用我的话来总结，就是“五个太多”（想太多、做太多、骂太多、给太多、要太多）“五个太

少”（伴太少、坐太少、知太少、爱太少、变太少）。希望广大家长看过之后，能够走出这些误区，不要把“害”当作“爱”来给予孩子，也不要忽略孩子成长中的心理需求，从而跟不上孩子成长的脚步。

## 想太多：担心是一种诅咒

家庭教育中常见的第一个误区就是——想太多。

父母很“可爱”，对子女总是有太多的担心：担心子女功课跟不上，担心子女交上坏朋友，担心子女吃不饱、穿不暖，担心子女应付不了各种要做的事情……总之，有了子女之后，家长常常被各种“担心”困扰，时时刻刻都在担心一些事情。

这种“担心”在我身上也发生过。我女儿11岁的时候，经常有人打电话找她。如果对方是个小男孩，我就担心起来：这是不是我女儿的男朋友啊？她在学校会不会谈恋爱呢？……

其实现在想想，这些担心完全是多余的。11岁，会不会有人追她？当然有的，可是那个“追”，不是长大了之后的那种追求，只是单纯的喜欢而已。11岁的小朋友，我讨厌你，你讨厌我，我喜欢你，你喜欢我，是一种非常简单的感觉，十分单纯，可是有些家长却担心得不得了，其实完全是在瞎操心。

我提醒一下各位家长：担心是一种诅咒。你越是担心，越会发现事情往往朝你担心的方向发展。有学车经验的朋友都知道，开车时你越担心出事故，就越容易出事故。所以，各位家长不要对子女有过多的担心，而要把担心转化为关心。经常和孩子互动谈心，不仅能促进父母与孩子之间的感情，更能准确了解孩子的思想状态。一举数得，何乐而不为呢？

我认识一位企业家朋友，他的孩子是一个12岁的小男孩。这个小男孩稍稍有些肥胖，体质也比较弱。正因为这样，他的体育成绩不是很好，其他一些男孩子经常欺负他，也不喜欢和他一起玩。

我的这位企业家朋友决心改变这种状况。他知道儿子喜欢打棒球，就想培养他。每到周末，他都会带着儿子去打棒球。但是每次和儿子训练，朋友都会产生种种担心：这样的强度，儿子能吃得消吗？儿子在训练中，会不会摔倒、受伤呢？……结果他这些担心马上“应验”了。有一次训练，他儿子在跑动中摔倒了，整个手臂都青肿了起来。从那以后，每次去训练，他都会千叮咛万嘱咐，生怕儿子再出现问题。结果几周下来，他发现儿子打棒球的能力不仅没有提高，反而变得拘谨、缩手缩脚了。更为严重的是，儿子对打棒球失去了兴趣，每周和父亲去训练都极不情愿，像是应付差事一样。

后来，这位企业家朋友向我倾诉他的困惑，我告诉他：“担心是一种诅咒，你越是担心，越是不利于孩子的成长。当你在担心孩子的时候，表现出的是对孩子的一种不信任，这不利于孩子自信心的形成。渐渐地，他



会变得缩手缩脚，不敢再去尝试。另外，他还会把注意力放到父母所担心的事情上，而不是放到要做的事情上。”以这个孩子为例，因为父亲老是叮嘱他不要摔倒，他的注意力已经不是放在如何打球上，而是放在如何防备摔倒上。所以，他的球技不仅没有增强，反而变得越来越差。当他发现自己的球技没有增强，自然也就失去打球的兴趣了。

我帮朋友分析完之后，对他说：“不要再为孩子担心了，让他自己去练习吧，其实孩子并没有我们想象中的那样需要担心。”

这位企业家朋友听从了我的建议。从那以后，他不再陪着儿子打球，而是对儿子说：“去和你的小伙伴练球吧，爸爸做你们的观众。”每周六，他都会开车载着十几个小男孩去体育场打球。他不再担心儿子摔倒，也不再过多叮嘱儿子如何小心。他唯一做的就是当儿子表现出色时，为儿子鼓掌；或者儿子练累了，递上一条毛巾。渐渐地，他发现儿子球打得越来越好了，体质也增强了。

各位读者，看到了吗，其实孩子并没有我们想象中那样孱弱，他们有自身的调节能力。很多时候都是家长自己忧虑太多了。这些所谓的“担心”，十有八九是不会发生的。也正是这些“担心”，阻碍着孩子的成长，让孩子变得拘谨、畏缩、裹足不前，对各种事物失去兴趣。从现在开始，家长们不要再没头没脑地为孩子瞎操心，这样，家长自己省心省力，孩子也会更好、更健康、更快乐地成长。