

百术丛书

主编 吴绪彬

· 一卷在手 · 百术在胸 ·
· 谋事有术 · 成事在人 ·

张小平 编著

教子成龙 100 术

中国国际广播出版社



责任编辑：海 伦

装帧设计：李士英

版式设计：周 迅

图书在版编目 (CIP) 数据

教子成龙 100 术/张小平编著. -北京：中国国际广播出版社，1995.11

(百术丛书)

ISBN 7-5078-1274-X

I. 教… II. 郭… III. 家庭教育 N. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (95) 第 15462 号

百术丛书

教子成龙 100 术

张小平编著

中国国际广播出版社出版发行

(北京复兴门广播电影电视部内 邮编：100866)

新华书店经销

北京久恒文化科技有限责任公司激光照排

中国环境科学院印刷厂印刷

787×1092 32 开本 6.875 印张 148 千字

1995 年 11 月 第一版 1995 年 11 月 第一次印刷

印数 5000 册

ISBN7-5078-1274-X/Z · 269 · 定价：8.00 元

《百术丛书》编委会名单

主 编：吴绪彬

副主编：陆平阳

编 委：（按姓氏笔画顺序）

计永胜 李 镇 李士英

陆平阳 杨君游 李晓琤

吴绪彬 郝义占 徐新民

满福玺

第二辑

执行主编：李 镇

前 言

很多家长都深切地感叹：
我们曾经对孩子寄予很高很高的期望，
我们已经为孩子付出了很多很多的代价，
但是，
孩子给我们的却是太多太多的失望。
唉！做父母竟这么艰难、这么辛苦、这么无奈？
可怜天下父母心！

这是一本写给那些望子成龙的父母们阅读的书，
但是，
书中没有秘诀、也没有捷径。
作者认为：
天下没有完全相同的孩子，天下也没有完全一样的成才之路。

只要方向对了，条条大道通罗马。
所以，
若有人要教给你一套教育子女的秘诀，或一试就灵的技巧，
那他，要么是骗你的钱，要么是为了讨好你。

这本书给你的只是一些教育子女的原则和某些必要的方法。

原则之所以应该受到尊重，是因为它们凝结了无数成功者的宝贵经验和失败者的惨痛教训。

不过，需要提醒你的是：

任何原则都只是大道理，需要你去琢磨、体会。

而且，只有把它们用在你自己的孩子身上，才会有效果。

所以，这本书不是供你闲时浏览，

而是供你在教育孩子之前学习。

因此说，它是路标，指明了成功的方向，

只有你和你的孩子共同努力，才能达到理想的目的。

最后，

如果你真正关心孩子、熟悉孩子、理解孩子，

那么，大可不必再读此书！

因为，很多所谓明白道理、甚至研究教子秘诀的人的子女都成不了气候，

而那些凡夫俗子的子女却很成功、很幸福。

看来，最关键的还是爱孩子，且爱得有方。

这是一条原则，一条最为根本的原则，是无数人探索出来的招术。

目 录

原则篇

全面发展	身心健康	(2)
门坎效应	循序渐进	(4)
防微杜渐	树大可直	(7)
持之以恒	水滴石穿	(9)
寓教于乐	其乐无穷	(11)
有效家庭	影响一生	(13)
一张一弛	张弛结合	(15)
支持教师	家校一致	(17)
适宜刺激	释放诱导	(19)
全家一致	环境和谐	(21)
因材施教	因势利导	(22)
发现学习	独辟蹊径	(25)
反馈激励	互相促进	(27)
掌握原则	慎重惩罚	(30)
学贵激疑	举一反三	(32)
胜任能力	步步为营	(34)
合理期待	恰如其分	(37)

发现兴趣	顺其自然		(39)
身体力行	为人师表		(41)
潜移默化	水到渠成		(42)
角色扮演	可以移情		(44)
和风细雨	润物无声		(46)
曾参杀猪	取信于子		(48)
严以律己	完善自我		(50)
承认错误	有错必改		(51)

禁忌篇

盲目母爱	恋母成症		(55)
溺爱迁就	百害无益		(57)
性度偏差	易生变态		(60)
小学生化	迷失本性		(62)
南辕北辙	错误家教		(64)
否定一切	过犹不及		(66)
当做玩物	难以长成		(68)
金钱贿赂	后患无穷		(70)
游戏机热	正确引导		(71)
恐吓威胁	不利长远		(73)
讽刺挖苦	孩子逆反		(74)
唠唠叨叨	精神噪音		(77)
蛋壳文化	温室花朵		(78)
没有规矩	不成方圆		(80)
强迫教育	扼杀兴趣		(82)
饱和状态	事倍功半		(84)

己所不欲	勿施于人	(86)
一时冲动	难以挽救	(87)
养育子女	父母有责	(89)
宜诚反奖	滋长恶习	(91)
艰难困苦	玉汝于成	(93)
抚爱不当	适得其反	(95)
分数至上	难成大气	(97)
积极引导	忌电视病	(99)
精神虐待	人格障碍	(101)

方法篇

正确惩罚	行之有效	(105)
批评方法	适时采取	(106)
奖励有方	塑造行为	(108)
多重行为	协作矫正	(110)
尽早分床	独立生活	(112)
正确择业	事业有成	(114)
性格愉快	豁达人生	(116)
心中秘密	正确对待	(118)
端正态度	从容应考	(119)
明辨是非	说谎可治	(122)
循循善诱	纠正任性	(123)
保护好奇	培养兴趣	(125)
热爱劳动	习惯自然	(127)
保护孩子	消除隐患	(129)
温文尔雅	彬彬有礼	(131)

两地分居	珍惜交流	(133)
严格要求	改造霸王	(135)
辨别征兆	防患未然	(137)
饮食习惯	不可忽略	(139)
举止文雅	大家风范	(141)
开卷有益	书海遨游	(143)
长幼沟通	体察情绪	(145)
交际能力	全面锻炼	(147)
辅导作业	对症下药	(149)
猜谜长智	丰富想象	(151)
复习迎考	欲速不达	(152)
离异父母	教子有术	(155)
健康人格	成功起点	(157)
理性约束	克服冲动	(159)
自己动手	独立进取	(161)
专项训练	适可而止	(163)
设身处地	移情训练	(166)
现代人格	从小培养	(167)
心理辅导	有方可依	(170)
解决问题	有赖培养	(172)
生理教育	宽松幽默	(176)
学习外语	宜早进行	(177)
鼓励游戏	增长阅历	(179)
阅读能力	终身受用	(181)
慎给零钱	锻炼自立	(183)
体贴关怀	多动症愈	(185)

早早准备	顺利入园.....	(186)
教育得当	青春万岁.....	(188)
成长欲望	正确引导.....	(190)
读社会书	可治害羞.....	(191)
偷窃有因	矫正有方.....	(194)
一味迁就	过分依赖.....	(196)
井井有条	生活有序.....	(198)
充实乐观	抑郁可防.....	(200)
克服恐惧	小处着手.....	(203)

077570

原则篇

全面发展 身心健康

联合国世界卫生组织有一句响彻全球的口号：“健康的一半是心理健康！”

然而，在今日中国，父母对孩子的生理健康和智力发展的重视远远超过对孩子心理健康的关注。多数家长关心孩子的身体发育，在营养及卫生方面精心照料，劳神尽力；对孩子的智力投资更是不惜功本。社会上各种各样的奥林匹克学校班、特长班等大为流行即是明证。由于家长对儿童的心理发展不那么重视，致使许多少少年儿童自立能力差、集体意识弱，性格孤僻、自私妒忌……上海市精神卫生中心儿童行为研究室的研究结果表明：近年，儿童在行为、情绪、注意力、性格等方面出现心理偏离或缺陷的占 18—30%。

心理学家认为，心理健康不仅是健康的重要标志，而且也是成才的重要前提。因此，教育的目标不仅在于发展人的智力，而且也需完善人的非智力因素，二者相辅相成，不可或缺。据美国学者对天才人物中 150 名最成功者和 150 名最不成功者的比较研究，二者的主要差别主要表现为：1、取得最后成功的坚持力；2、为实现目标不断积累成果的能力；3、自信心和克服自卑感的能力；4、适当的适应能力和实现目标的内驱力。

心理学家为了探索我国儿童心理发展规律，对上述非智

力心理因素进行了分类，共分为七个方面 35 个因素。

1. 自我意识 包括的因素有：自我归因、自我形象、独立性、自我评价、独立解决问题的能力、自尊和自信；

2. 社会交往 包括的因素有：遵守群体的生活常规、遵守全体规则、诚实、遵守社会规则、对侵犯性的控制、对社会与道德规则的理解能力、行为的坚持性、竞争性与合作性；

3. 意志品质 包括的因素有：面临两难情景时的果断性、对无意义行为的自我控制能力、生活自我照料的能力、遵守家庭生活常规、克服困难能力；

4. 移情与利他性 包括的因素有：同情与怜悯心、利他心、互惠与分享、移情；

5. 社会认知能力 包括的因素有：对成人要求的理解与采纳能力、角色承担能力、对同伴意见的理解和采纳能力、对社会和道德规则的理解能力、对行为动机和后果的分辨能力；

6. 社会性情绪与情感 包括的因素有：与父母交往时的一般情绪状态、特殊情况下的情绪状态、对情绪的自我控制能力、与同伴交往时的一般情绪状态；

7. 社会适应能力 包括的因素有：对新社会环境的适应能力、对陌生人的态度、对父母及亲人的依恋程度。

虽然心理因素与成功的关系很难量化，但一般认为，获得成功者应具有下列一些心理素质，如活泼开朗，坦率真诚，遇到挫折能较好地释放心理上的焦虑感，心态保持平衡，求知欲强，对新鲜事物保持兴趣并做出较快反应，意志力强，能排除外界干扰，富于同情心，待人慷慨大方，喜欢交往，尊重他人，遵守纪律，如此等等。

培养孩子健康的心理，当然需要全社会的共同努力，但

作为父母，在家庭教育中应当做到：

- (1) 尊重并培养孩子的独立人格；
- (2) 鼓励并引导孩子参加群体活动；
- (3) 尽力和孩子多交谈，营造和谐、民主的家庭气氛；
- (4) 和孩子同欢乐，分享他的成功，也分担他的痛苦。因此当孩子取得成功时，即使微不足道也应鼓励，而当孩子遇到挫折时，则应共同解决，当然，不能越俎代庖；
- (5) 疏导原则，当孩子出现心理异常时，应及时疏导。

据心理学家对我国 3—9 岁儿童心理发展的调查，我国儿童的独立性、对成功和失败的自我归因能力、对行为动机和后果的分辨能力、对情绪的自我控制能力、角色承担能力、面临两难情景时的果断性、自尊心和自信心、移情能力等发展水平普遍较差。以上诸点论断对指导父母对子女进行教育提供了有益的借鉴。

总之，为人父母者应牢记：

健康的一半是心理健康！

成才 = 智力因素 + 非智力因素！

门坎效应 循序渐进

所谓循序渐进原则在教育心理学中被称为门坎效应，它是根据美国心理学家弗鲁姆的期望理论提出的。弗鲁姆通过研究发现，人的积极性，不仅来源于实现目标的价值，更取

决于实现目标的概率。也就是说，一个人积极努力的动机首先在于目标对他的重要性，其次则在于目标是否可能实现。例如，国家元首是很多人梦想的，但由于极难达到这个目标，所以真正积极地去追求实现这个目标的人很少。孩子的成长也是如此。如果孩子认为实现目标的机会很大，便会积极努力，一旦实现了较小的目标，迈过了一道小小的“门坎”，孩子体会到了成功的欢欣与喜悦，再加上家长的鼓励和积极引导，孩子就能逐步提高追求的层次，最终实现家长为孩子所制定的预期目标。所以，在家庭教育中，家长要遵循循序渐进的原则，切忌“一口吃一个大胖子”，而是要将较高的奋斗目标分解成若干个经过努力有可能实现的目标。这样才有利于调动孩子的积极性。

例如，一个三年级的学生数学总是不及格，家长恨铁不成钢，为他请了家庭教师，要求他期末考试达到 90 分。孩子委屈地说：“我基础太差，考不了那么多。”父母则坚持说：“那是你不好好学习，现在我们花那么多钱为你请老师，你再考不好就不要回这个家。”结果第一月孩子还很用功，但由于基础太差，效果并不明显。孩子对达不到父母的要求很是恐慌，于是心就寒了，只好得过且过。考试结束后，孩子真的没有达到 90 分，内疚、害怕，他就偷偷地离家出走了。

另一位家长则采取了不同的策略。他们的孩子数学也是太差。但父母没有一味责怪孩子不用功，也没有为他制定太高的目标，而是对孩子说：“你语文成绩那么好，说明你不笨，只是方法不对。不要紧，这次努把力，把考试成绩从上次 50 多分争取提高到 65 分。”在这样比较实际的要求下，孩子考了 67 分，家长和老师都肯定他的进步，提出下次考试争取

达到 75 分，结果孩子考了 80 分。后来几次考试，孩子均有进步，对数学课不再厌烦了，对数学考试也不再恐惧了。

这两对家长之所以培育出不同的孩子，乃在于教学原则有别，前者急功近利，结果欲速则不达，后者则循序渐进，结果金石为开。

可见，在家庭教育中要做到循序渐进，努力产生积极的门坎效应，关键在于目标的制定。专家建议，在确定学习目标时要注意以下三个方面。

（一）目标的合理性。在给孩子制定目标时，一定要考虑孩子的心理承受能力，提出让孩子通过努力可以达到的目标。一旦目标脱离实际，要求过高，孩子可望而不可及，便会消极起来，甚至因此贬低自己，自暴自弃。反之，如果目标过低，孩子不经过努力便可轻而易举地达到，则不易激发他的热情，甚至由此骄傲自满，沾沾自喜。因此，目标也应具有一定的难度，让孩子可望且可及。

（二）目标的具体性。一般说来，大目标都较笼统，如要求他做一个好孩子等等，孩子由于知识结构有限，很难理解一个好孩子的全部标准。但是，家长若提出若干具体的目标，如在学校要有怎样的言行，在家有怎样的言行，甚至更细的目标，如每天看多少时间的电视，每天记几个英语单词等等。我们认为，在家庭教育中，更为重要的是持之以恒，而不是目标的宏伟。

（三）共同参与性。目标的制定是家长和孩子共同讨论的结果，而目标的实现则应是家长和孩子共同努力的结果。所以，制定目标时，忌家长说了算，要听取孩子的意见，尊重他的选择。这样，孩子看到了自身的价值，在实现目标的过

程中更为自觉，实现目标后的成就感也更强。一旦目标制定后，家长也不能放任自流，撒手不管，而是要负引导督促之责，让孩子觉得全家和他在一起努力，就会产生一种紧迫感。

防微杜渐 树大可直

古人云：“小洞不补，大洞吃苦”，又云：“千里之堤，毁于蚁穴”，都是说小的失误如果得不到及时的制止和纠正，就有可能导致弥天大祸。自然界如此，人类社会亦如此，个人的一生也如此，所以古人说三岁幼儿可知老。非常可惜的是，很多家长在教育子女时忽视了这一点。由于很多家庭是独生子女，过于宠爱，并且太顾及孩子的脸面和表面的荣誉，往往喜欢把大事化小，把小事化了，对孩子的一些小错误即使察觉，亦不闻不问，甚至故意隐瞒开脱。这些家长为什么会采取如此态度呢？这是因为他们有错误的家庭教育观念：

第一，树大自然直。树大固然有自然直的，但自然界的弯树朽木亦不少，人固有浪子回头者，但一条邪路走到底者也很常见。树大自直离不开树的根基，离不开风调雨顺的环境，离不开管理人员的精心培育。否则，即使长大了也不过是一段不可雕的朽木。人的成长过程更加复杂，要想成为栋梁之材，必须有个人的努力、社会的扶持和家长的养育。父母对子女从小就要耐心、细致、周到地养育，并且及时地发现错误、纠正错误，引导他们走上正途。切不可坐等树大自