

要有成功的事业
更要有优秀的儿女

职业人的 亲子关系

如何建立亲密、成熟、健康、
快乐的亲子关系

程社明 著

不恰当的亲子关系，如同一件不合身的衣服，
硬穿在孩子身上，过紧或者过松，都让孩子不舒服。
如何把握亲子关系的尺度，如何取舍教育的方式，
秘诀尽在本书中。

新 华 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

职业人的亲子关系 / 程社明著. —北京: 新华出版社, 2013.9

ISBN 978-7-5166-0586-8

I. ①职… II. ①程… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第188054号

职业人的亲子关系

作 者: 程社明

出 版 人: 张百新

责任编辑: 黄绪国

封面设计: 奇文堂

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路8号

邮 编: 100040

网 址: <http://www.xinhupub.com>

<http://press.xinhuanet.com>

经 销: 新华书店

购书热线: 010-63077122

中国新闻书店购书热线: 010-63072012

照 排: 博思天宇

印 刷: 北京旺鹏印刷有限公司

成品尺寸: 170mm × 240mm 1/16

印 张: 15.5

字 数: 148 千字

版 次: 2013年9月第一版

印 次: 2013年9月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5166-0586-8

定 价: 39.80元

图书如有印装问题请与出版社联系调换: 010-63077101

序言

生为人

我们每一个人都有不再抱怨的最充分理由，那就是我们生而为人！

茫茫宇宙中有四个伟大：自然伟大，天伟大，地伟大，人伟大。作为万物之灵的人类，存在历史于280万年。从生命诞生到物种进化，最终出现我们这样的人类，这是大自然最美妙的造化。

生为人类的一员，我们的生命从远古祖先，经过一代又一代人的传承，继承到我们身上。还将经过我们的传承，再向下一代又一代延续下去。不仅仅是我们的容貌、骨骼、器官、皮肤、身体的各种功能，继承了先祖同自然和社会互相磨练、互相适应的成果，而且我们的性格、我们的心理、我们的知识、我们的观念也在传承着祖祖辈辈智慧的结晶。

作为人类生命链条中的一环，我们一个人并不能做出生理上的重大突破。但是作为万物之灵的人，我们每个人都可以活出自己人生的精彩，都可以创造家庭、家族的辉煌！凭借这一点，我们有理由骄傲、我们有理由自豪！我们无需抱怨、不再彷徨，而是将宝贵的时间和精力用于创造更多的人类智慧、人类文明中。

我们的父母是传承给我们生命的主体，不论我们在儿童时期有过怎样的经历，不论我们的父母在我们儿童时期做过什么，不论他们是如何做的，我们都要以感恩的心去孝敬父母。

我们接受他们的慈爱，也要接受他们有意或无意对我们造成的伤害；我们接受他们的抚养，也要接受他们在抚养过程中的一些缺陷和失误。感受父爱如山、母爱如海的人，要用真心回报；感受父母严厉，感受父母缺点不足的人，也要孝敬父母。孝敬父母就是感恩传承给我们生命的历代祖先！父母是这份感恩的接受者，我们也将成为自己儿女、子孙感恩的接受者。只有这样，才符合道，才符合生命的传承！

人生有四跪：跪天、跪地、跪父母、跪师父。跪天、跪地时充满对自然、对规律的敬畏；跪父母、跪师父时充满对生命、对传承的感恩。

孝敬父母、养育子女、活出自己人生的精彩，就是对人类生命链最大的贡献！

中华民族是最富有孝敬父母价值观的民族。儒家思想、道家思想都阐述了孝敬父母的价值和意义，即便是由外传入中国的佛家思想，到了中华大地，也赋予了更多的孝敬父母的内涵。

世界四大文明，中华文明、古巴比伦文明、古埃及文明、古印度文明，只有中华文明一脉相承、源远流长。究其原因，孝敬父母是不可忽视的一个关键因素。

文化的传承，因生命的繁衍而得以延续；

生命的传承，因文化的传承而更有意义！

多少富豪贵族的车马轩轾，多少金碧辉煌的皇家宫殿，多少耀眼灿烂的绫罗绸缎，都已消失殆尽、灰飞烟灭。但是，留在人



们心中的文化传统，如不朽的丰碑代代相传！

孝敬父母就是尊重生命；

孝敬父母就是尊重传承；

孝敬父母才能真正拥有和谐的身、心、灵；

孝敬父母才能使我们的人生价值穿越时空！

我们可以直接从父母那里传承生命，我们的身体可以直接产生生儿育女的功能，但是我们却不能直接通过遗传学习如何孝敬父母，学习如何教育子女。我们可以把这点认为是人生的磨难，也可以把这点认作是大自然的恩典。因为我们不得不学习，我们不得不体验，甚至不得不经历一些身心磨练。

面对日益长大的子女，我们不得不放弃对他们身体的操控，因为他们自己会走了、自己会跑了。

面对日益成熟的子女，我们不得不放弃对他们思想的操控，因为他们自己会说话了、自己会思考了。

面对日益独立的子女，我们不得不承认他们自己的人生，就如同我们也要拥有自己的人生。

把子女生出来，我们完成了生命的传承；把子女养育大，我们完成了抚养的责任。但子女应该如何生活，如何走好人生的道路，却不是单纯由我们来教导、他们只能被动服从的事情。

人类身体和各种生理器官功能的进化，靠人类与大自然的长期适应过程来完成。我们很高兴地看到：现代人类不再茹毛饮血、不再树栖穴眠。在自然灾害面前，我们不再是只能束手无策、坐以待毙。如果我们没有进化，还会长着长长的兽毛。我们为什么不允许我们的子女、我们的后人，在思想上、情感上、知识上、智慧上超越我们呢？让子女听话，必须按父母的意志行

事，这不符合自然、不符合道、不符合人类发展的规律。

子女超越父母，是自然的，是必然的。让所谓青春期的“叛逆”，阻挡更年期的“僵化”，就是自然为我们这些为人父母准备的最珍贵的礼物。

感恩先祖、感恩父母，给我们生命！感恩子女、感恩后人，让我们的出现、存在和传承具有了不可估量的意义！

绝大多数动物都不需要孝敬父母，许多动物都不需要养育子女。但，我们是人。学会孝敬父母，学会教养子女，学会活出自己人生的精彩，乃是人生第一修炼！

目 录

第一章 天才父母——孩子的起跑点

1. 父爱如山——“文革”中的父亲 / 3
2. 一生的遗憾——我要跟随母亲“去” / 6
3. 报答父亲——帮助老人制定晚年生活规划 / 9
4. 不抛弃，不放弃——抢救病危的父亲 / 14
5. 也说孝道——孝敬父母的小孝、中孝和大孝 / 16
6. “老吾老”才能“幼吾幼”——培养优秀儿女的前提 / 18
7. 不养儿不知父母恩——从先辈得到爱的传承 / 20
8. 缘何“一屋难扫”——职场成功者难解之谜 / 22
9. 及时“换脸”——职场成功者的角色转换 / 24
10. 区分体系——职场成功者不能自动成为好家长 / 26
11. 寻找幸福——职场上和家庭里的追求一样吗 / 30
12. “持证社会”——做父母你有“上岗”证吗 / 32

13. 生儿育女——对父母的要求是什么 / 34
14. 众说纷纭——打孩子有理由吗 / 36
15. 别拿“蛮力”教育孩子——打孩子的根本原因 / 38
16. 希望你会更好——让激励代替惩罚吧 / 42
17. 您称职吗——家长所需要的知识、观念和能力 / 45
18. 珍惜与孩子在一起的时间 / 47
19. 善意的“谎言”——老师请家长 / 50
20. “破布”的故事——孩子最需要什么 / 52
21. 大爱无疆——从自然之爱到人间大爱 / 54
22. 如何做个好家长——子女叛逆与父母思维僵化 / 58
23. 推动摇篮的手，就是推动世界的手 / 60
24. 你给孩子写过信吗 / 64
25. 亲子教育的三条法则 / 67

第二章 人格的力量——让孩子站稳脚， 挺起腰，抬起头

26. 搭好人生的“积木”——人生价值的组成 / 73
27. 给孩子性格“自主权”——孩子性格的形成 / 75
28. 江山易改 本性难移——搭建新的性格支柱 / 78
29. 帮助孩子成长——孩子成长因素分析 / 81
30. 您和孩子“平等”吗——孩子的地位 / 83



- 31. 孩子的归属——孩子是谁的 / 85
- 32. 改变沟通方式——自闭两年的女儿是精神病吗 / 87
- 33. 小悦悦的秘密 / 89
- 34. 给予的艺术 / 92
- 35. 给孩子一片共同的天空——婚已离尊重在 / 94
- 36. 建立和谐的家庭秩序 / 96
- 37. 做情绪的主人——各种情绪的价值 / 100
- 38. 读懂“情绪”——我们的情绪智力 / 104
- 39. 冲动是魔鬼——情绪波动时不做重大决定 / 107
- 40. 化“心”大法——心理能量如何转变 / 109
- 41. 相信你的孩子是最棒的 / 113
- 42. 生命的支点——痛失父亲的女儿为谁活下去 / 119
- 43. 培养孩子“人格独立”——父母对孩子最大的爱 / 121

第三章 快乐的学习——让孩子乐在学习

- 44. 对心理码头与沟通模式的思考和实践 / 125
- 45. 给孩子进步的理由——孩子学习成绩不佳时的智慧 / 130
- 46. 不唯书 不唯上 只唯实——陪伴孩子向“权威”挑战 / 133
- 47. 向孩子“坦白”不足——你敢请孩子当老师吗 / 135
- 48. 换个角度看问题——孩子考最后一名怎么办 / 137
- 49. 找到症结所在——一定要纠正写作业的姿势吗 / 139
- 50. 尊重为主 提供信息 积极引导——怎样帮孩子选专业 / 141

51. 与孩子一起学英语——言教不如身教 / 143

52. 时间游戏 / 145

第四章 智慧的生活——激发孩子的创造力

53. 孩子不听话时，父母的内在探索和学习 / 149

54. 工作重要还是孩子重要 / 153

55. 没有调查就没有发言权——三岁孩子“被”尿床 / 158

56. 孩子学骑车的故事——正确引导孩子 / 160

57. 自己埋单——给同学买生日蛋糕 / 162

58. 理性消费——引导孩子有节制地花钱 / 164

59. 做有意义的事——孩子献血你支持吗 / 166

60. 朦胧之爱——孩子第一次接到约会邀请 / 168

61. “家务活”有学问——孩子在家要干哪些家务活 / 171

62. 站在孩子的角度——豆腐摊的一块钱 / 173

63. 要和孩子沟通——儿子生气了 / 175

64. 换位思考——孩子不懂事是谁的错 / 177

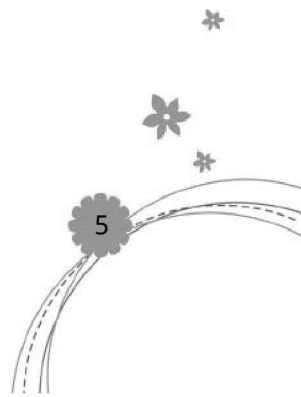
第五章 生涯规划——孩子的路让他自己走

65. 莫把陪伴当任务——和孩子一起玩时你的心在哪儿 / 181

66. 数字化的人生——人生发展的阶段 / 183



67. 人生几何——人生生涯的组成	/ 189
68. 为梦想打拼——人活在未来形象中	/ 192
69. 警惕“消极引导”——谁塑造孩子未来形象	/ 194
70. 个性化规划未来	/ 196
71. 信任带来的惊喜	/ 200
附录一	/ 205
附录二	/ 218
附录三	/ 228



第一章

天才父母

——孩子的起跑点



1. 父爱如山——“文革”中的父亲

文化大革命初期，父亲被打成“走资本主义道路的当权派”，连续多日遭受“造反派”们的批斗和严刑审讯。父亲1939年参加八路军，1942年加入中国共产党，无论是军人的刚烈性格，还是党员的坚定信念，都不可能让他委曲求生或陷害无辜。一次次义正词严的奋力反抗和刚正不阿的高声怒斥，换来的却是皮带、耳光和残酷折磨。父亲被造反派打断一条胳膊，被打坏一只耳朵。

与此同时，到了上学年纪却无法上学的我，带着两个弟弟躲在自家院子里，不敢出去和别人玩。百无聊赖时我们忽然被街上的喧闹声吸引，就从门缝中窥视，原来是红卫兵在批斗邻居家的爷爷：站高凳、戴高帽、胸前挂着大牌子，“打倒”、“批倒”的口号声此起彼伏，不懂事的我们觉得很好玩。

我对两个弟弟说：“等爸爸回来我们也玩儿批斗游戏吧。”于是我们拆开纸箱子，拴上铁丝，制作了写着父亲名字的大牌子，专等父亲回家，给他开“批斗会”。

受了多日折磨、浑身带伤的父亲，心中充满郁闷和愤怒的父亲，几天没有睡觉的父亲，疲惫不堪的父亲，终于回家了——他

要休息，他要思考，他要照顾孩子，他要在家疗伤，身体上的伤痛和心理上的伤痛。

父亲刚跨进院门，三个小儿子就冲了过来，大声喊着“打倒”、“批倒”，踩着凳子要往父亲脖子上挂大牌子。

父亲先是愣住了，接着就非常愤怒，但愤怒的表情很快消失了，他随后站好，接受“挂牌”，还大声附和着儿子们喊口号，脸上挂满慈祥的笑容！

三个儿子玩得可开心了！孩子们玩儿累了，父亲则去做饭。晚上，孩子们带着笑意睡着了，父亲却还在灯下修补着孩子们那

几双已经开口的鞋子——
锥子几次扎破他的手指，
滴滴鲜血殷红鞋面……

三十年之后，我儿子也到了很淘气的年纪。

一天下班后，我带着工作中的不顺心和心理压力回家，六岁的儿子非要缠着我玩儿这玩儿那，还要骑到我的脖子上。我好烦呀，真要发脾气了！甚至想揍他几下。忽然间，三十年前的场景在眼前重现！

是什么力量让我那饱受身心痛苦的父亲和我们一起玩儿“批斗游戏”，忍着伤痛一起





喊口号，并且发出灿烂的笑容？

在那个孩子们失去一切娱乐活动的特殊时期，父亲在用他的生命陪孩子们玩儿；在用生命给孩子创造快乐——这就是如大山



般深沉的父爱呀！

泪光闪烁间，父亲对我们的爱如过电影般在我脑海中映现出来。

在父亲的鼓励支持下，我有信心通过艰苦自学补齐初中、高中课程，经过两次高考进入父亲的母校沈阳药学院学习。大二时我因病休学，甚至一度想退学，是父亲的鼓励让我最终完成学业，而且是当时全校唯一学了药学和企业管理两个专业的学生。

父爱如山，母爱如海！我要把这份爱继承下来，传承下去。几十年默默感受父爱、母爱，几十年努力回报父爱、母爱，在这个过程中，我的心灵成长了。

2. 一生的遗憾——我要跟随母亲“去”

有些事可以挽回，有些事终究不能挽回而成为一生的遗憾，譬如失去亲人。

1996年我们小家庭搬进了新房子；1998年我给父母买了新房子，还带父母去法国旅游。我觉得全家人的幸福生活要开始了，但万万没有想到，1999年3月4日，母亲被确诊为淋巴瘤，之前我对“淋巴瘤”这种病症还非常陌生。

母亲是天津市著名的中西医结合专家，她曾用精湛的医术挽救过无数患者的生命，不曾想自己被“淋巴瘤”无情地夺去了生命。

我供职的法国公司总经理还专程派他夫人从巴黎来看望我母亲，夫人临走时，妈妈说：“人家大老远地从法国来看我，扶我坐起来，我必须照一张带有笑容的照片。”我母亲强撑着病体，忍着剧痛照了最后一张面带笑容的照片，之后就一直重度昏迷。我亲眼看着母亲的呼吸从有到弱、从弱到无，心电图的曲线最后成为一条直线。直到护士在母亲的身体上盖上洁白的床单，我还是没有反应过来，我无法相信，我的母亲，已经去世了……

直到有人提醒我说：“社明，你是长子，应该要做一些事