



为人父母

教子有方

Education of Parents

教育孩子的**黄金**法则

李清宇 张亚萍·编著

尊重孩子法则 严慈适度法则 化沟为渠法则

家庭教育中的**3**大误区

让孩子换一种眼光 强将手下无弱兵

善意的“刁难” 你的行动是最好的说教

你在担心孩子的未来吗？



上海科学技术出版社



为人父母

- ◆ 8Q 教养
- ◆ **教子有方**
- ◆ 问题父母
- ◆ “问题”子女

你在担心孩子的未来吗?

E 教子有方

Education of Parents

ISBN 7-5323-7492-0



9 787532 374922 >

定价：18.00元



www.ewen.cc
www.sstp.cn



为人父母

你在担心孩子的未来吗？

教子有方

Education Of Parents

李清宇 张亚萍 编著

上海科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

教子有方 / 李清宇, 张亚萍编著. —上海: 上海科学技术出版社, 2004.5

(为人父母)

ISBN 7-5323-7492-0

I. 教... II. ①李...②张... III. 家庭教育—方法
IV.G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第018285号

丛 书 名 为人父母

书 名 教子有方

编 著 李清宇 张亚萍

制 作 上海圣哲文化传播有限公司

责任编辑 周星娣

封面设计 毛明霞

美术编辑 贺 虹

世纪出版集团 出版、发行
上海科学技术出版社

(上海瑞金二路450号 邮政编码200020)

上海精英彩色印务有限公司印刷

新华书店上海发行所经销

开本889×1194 1/24 印张6

2004年5月第1版 2004年5月第1次印刷

印数: 1-10000

定价: 18.00元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题, 请向本社出版科联系调换

内容提要

作为父母的你是否会常常自问：爱儿在想什么？他快乐吗？他有心事吗？你在他心中到底是怎样的形象？你理解他的行为吗？你与孩子的沟通上存在问题吗？当你对孩子提出这样的要求时，你能作为他的榜样给他以前进的动力吗？本书将告诉你对于子女的管教和培育之道，主要叙述管教的真正意义、问题行为背后的心理、怎样和孩子建立良好关系、教育孩子的三种艺术及教育孩子的黄金法则。本书将帮助你拨开你与孩子间的迷雾，用最合适的方法来培养你的宝贝，争取在孩子的人格尚未定型前，帮他塑造一个能为他以后的人生提供促进作用的个性和处事方式。本书内容丰富，可操作性强，是为人父母的好帮手。





主编
编委

李清宇
何 焰
曹 颖

张亚萍
金 霞
张 凯

毛旦霞
唐 玮

倪箫月
徐勤英

李 军
尹春娣

前言

可敬天下父母心！可亲天下父母心！可怜天下父母心！

你已经为人父母了吗？你是否体验到了心花怒放、如饮蜜糖的成就感——当注目于你们爱的结晶茁壮成长的时候。这种快乐和满足感是你在其他方面的成功所不能比拟的。因为你在孩子身上看见了你自身的影子，更看见了你作为生命延续的种子开始发芽。似乎时间倒流，青春回复，他将是你的新生命。

也许，现在的你并不那么幸运，养育子女这件原先被认为并不复杂的事，已经让你的生活焦头烂额，手足无措。你想做一个好父母，然而事与愿违，你的行动总是不能达到预期的效果。你开始怀疑自己的能力，甚至开始怀疑孩子的秉性。

无论为人父母的你是正在体验幸福，还是在饱尝辛劳，你都要常常自问：爱儿在想什么呢？他快乐吗？他有心事吗？你在他心中到底是怎样的形象？他也同样地爱你吗？你了解孩子的心灵深处吗？你理解他的行为吗？你与孩子的沟通上



存在着问题吗？当你对孩子提出这样那样的要求时，你能够作为他的榜样给他以前进的动力吗？这些问题将有助你培育一位健康、向上的未来之材。

不要回避在教育子女中出现的各种问题，而应该以正确的方法直面它，解决它。只有这样，你和你的孩子才能共同成长。还记得那部让你我开怀的美国家庭剧《成长的烦恼》吗？要知道有多少孩子希望成为其中的主角，希望能有那样活泼、通情达理的父母，然而现实却让他们失望。他们甚至觉得是东西方文化差异使然，东方的父母永远不可能理解孩子。看哪！你也让你的孩子失望了，成为他的朋友就那么难吗？孩子在成长，你也在成长，只有你成长为称职的父母，孩子才能成长为人类的明日之星！你是他人生的明灯，有你的照耀，他的人生才会闪光！

养育孩子没有爱不行，但是仅仅有爱也是不行的，我们需要有得当的方法和实践方法的精力和时间，这本书所要做的就是为你提供前者，为你补上你从小学到大学或许都未曾接受过的育子教育。接下来的事就要看你的了。

目录

第一章 家——孩子成长的美丽港湾 / 1

精心营造家的氛围，爱由此启航 / 2

大家、小家育儿各有千秋 / 10

“家与家族”的观念 / 15

第二章 健康是第一位 / 21

早餐，孩子健康的第一道屏障 / 24

肥胖，孩子健康的杀手 / 28

要健康，就要运动 / 32

第三章 孩子成长的指路明灯 ——你是最亮的那一盏 / 37

你的行动是最好的说教 / 38

蓦然回首，那人却在灯火阑珊处 / 40

强将手下无弱兵 / 43





第四章

了解孩子，我们每日的功课 / 45

每一个孩子都是不同的 / 47

有心栽花花不开，不如去插柳 / 50

我们可以这样了解孩子吗？ / 53

第五章

教育孩子的三种艺术 / 57

鼓励的艺术 / 58

宽容的艺术 / 62

惩罚的艺术 / 66

第六章

教育孩子的黄金法则 / 71

尊重孩子法则 / 72

严慈适度法则 / 78

化“沟”为“渠”法则 / 82

第七章

孩子飞翔的双翅(一)——自信 / 89

我们的信任，孩子自信的支点 / 91

自立，孩子自信的动力 / 94

自卑，孩子自信的最大敌人 / 96

不要轻易对孩子说“不” / 99

合作与暗中相助 / 101

Content

第八章 孩子飞翔的双翅(二)——自尊 / 105

有责任心才有自尊 / 106

自尊与孤独 / 108

有事和孩子商量 / 109

美丽的“歧视” / 110

第九章 让孩子的双翼更加丰满 ——不可小视的抗挫能力 / 113

善意的“刁难” / 115

“不闻不问” / 116

让孩子换一种眼光 / 117

第十章 家庭教育中的三大误区 / 121

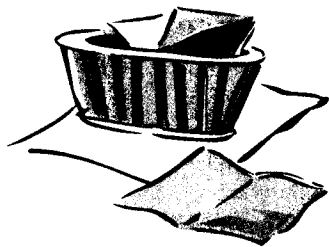


第一章

家——孩子成长的美丽港湾

家庭者，人生最初之学校也。一生之品性，所谓百变不离其宗者，大抵胚胎于家庭之中。习惯固能成性，朋友亦能染人，然较之家庭，则其感化之力远有及者。

——蔡元培





家

，一个避风遮雨的海港，一个甜蜜和幸福的聚集地，一个制造爱与温暖的手工作坊。在这里你可以休息，可以将你的心驻扎。

如果你有了孩子，那么家就是孩子的摇篮。

你还记得童年时的摇篮吗？它不宜太大，大了让人感到空旷和寂寞；不宜装饰得太奢华，那反而给人不能久长的感觉；不宜太热闹，在热闹中人容易迷失方向。

记住，惬意和自在是摇篮的主题。

你的手是摇篮的动力，你的心将因为你成功的付出而随着摇篮一起甜蜜地荡漾。



精心营造家的氛围，爱由此启航

很少有人没有家，但是你对家的职能做过深刻思考吗？尤其当你的天使降临、成为家中的一员时，你是否对家的职能重新做过一番打算和定位呢？如果没有，也许你对孩子的家庭教育就已经棋失一招了。

虽然哲学上说内因是变化的依据，但是在现实生活中，太多的事例说明了外因在不



知不觉中促成了事物的变革。怎样为下一代创造一个适宜生长的环境呢？这可真的不是个简单就能应对的问题。

有没有注意过那些失去家的保护而流浪街头的少年，他们毫不羞涩地紧盯着路人，纠缠着强行乞讨。他们灵动的眼神闪烁着狡黠的光辉，完全掩盖住了初涉人世的纯真。很多时候他们用很策略的方式向你伸手，让你为了避免尴尬、纠缠而不得不满足他们的要求。他们中的许多人也许真的很有才华，然而这份聪明却朝着错误的方向发展着，因为没有适宜的外部条件促成这一发展，久而久之，他们也许会成为庸人，甚至堕落。

同样，家作为孩子成长的地方，它应该为孩子营造怎样的环境呢？弥漫在家的空间里的该是怎样的气息？物质条件充裕就算完全了吗？太冷或太热的家都不会让人舒服，只有让每一个生活其中的家庭成员都有温馨的感觉才是家的味道。

或许有了孩子的家庭不能再像以前两人世界那样随意、自在。三个人的空间原来就要比两个人的世界来得复杂。这是一个拥有子女的家庭应该承受的角色转换。

家庭环境不只是指物质上的丰富，更是指家庭成员之间和谐的人际关系、温馨的家庭气氛，以及安谧的生活空间。



A 同一屋檐下，请不要扮演神的角色

舒婷在她著名的朦胧诗《致橡树》中写道：“我必须是你近旁的一株木棉，作为树的形象和你站在一起。”虽然这首诗是她写给自己丈夫的，但其中也道出了父母与子女的关系。作为父母的你，是将孩子视作依附于你的一株幼小的藤科植物，还是将他看作一个独立的个体、一棵将要长成参天大树的树苗。

稚嫩的孩子娇嫩无力，我们应该关注他，但请把握适度的原则。阳光和水能够帮助成长，但烈日当头只会使禾苗枯黄，水浸不止必然使小树伤根。在爱的方式上，也许我们要向西方的父母学习：给孩子们自己跌打滚爬的自由，这样反而有助于形成孩子的危险意识和自我保护意识。不要因为是自己的心肝宝贝，就为他设定成长的围墙。

孩子和父母生活在同一屋檐下，生活中的点点滴滴伴随着孩子的成长。父母不要有居高临下的态度，不必有事必躬亲的繁琐，更不要把自己当作神，而企望给予孩子一切、包办一切。父母回顾一下自己的童年，就会觉得应该以平等、自由的心态来看待自己的孩子，看待他的成长，不要因为教育上一时的挫折而过分失落，也不要因为一时的成功而寄予孩子太高的期望，让孩子能在一种宽厚的家庭氛围中健康地成长。



B 家是温暖的，不是热火朝天的

有位朋友，每逢周末总要邀请一些同事去他家小聚。因为家中有一个小宝贝，他不能安心地独自出来“畅玩”，所以索性把三朋五友邀回家，既方便看着孩子，又可以打个小牌什么的。于是，周末的夜晚笼罩在他家的就是人声鼎沸：麻将声、大人的高谈阔论声、孩子的打闹声、大人的呵斥声，的确热闹得很。孩子稍大，他发现自己的宝贝儿子没有片刻的安静，于是怀疑孩子是否得了多动症，并为了让孩子能静静坐在课堂里而发愁忧心。

然而，你可曾想过，孩子本应拥有的安静温馨的小环境因为成年人的娱乐需要而荡然无存。无辜的他因为家长频繁的应酬，失去了与父母独处的黄金时间，失去了甜美的睡眠，失去接受父母的关心和爱的空间。久而久之，孩子成为了这个家的旁观者，成了这个过分成人化环境的牺牲品。嘈杂的环境扰乱了他的心，不断的外界刺激使他的心神特别地亢奋，他完全无法自控地去寻找热闹，寻找让他持续兴奋的事情。更可怕的是，成人的娱乐和话题会让他过早地失去了童心，而那是一个孩子最珍贵的东西。

我们在生活中常常听到别人夸奖一个孩子说，他什么都知道。也许他的父母还为如此的夸赞而自鸣得意，以为自己的孩子知识渊博、智力超群。

其实这实在是一个危险的信号！孩子如果过早过多地了解了他这个年龄不必知道的



事情，只会使他无法安心于眼前的生活，只会使他原本简单、纯洁、宁静的心灵变得混乱而没有方向。

让家成为一个自得自在的小天地吧！请淡化家的社交功能，它不应该是夜总会、茶楼或者饭馆。古人说：宁静以致远，淡泊以明志。你不如将这句话写成条幅，悬挂于客厅，时时玩味，一定会有所收获的。

传奇女性董竹君开办的锦江饭店世界闻名，但当年她在经营这家饭店时，虽然要与社会上的三教九流打交道，但一切会面活动都是在饭店里进行的，她从不把生意场上的朋友带到家中。这样做的原因，就是怕大人交际中的种种不良表现会影响到孩子的成长。董竹君的一片良苦用心，作为家长的你是不是应该时时思考一下呢？



快乐、自由，家的真谛

在你的面前，孩子是否也经常轻松地欢笑，一副神情自然、乐意亲近你的样子。你是否常常能够听到孩子欢快的笑声，看到他轻松自在的神情，还是他一见你就变得神情淡漠，不声不响，对你不理不睬。

孩子为什么让你感到无所适从，你为什么让他觉得紧张烦闷？

