

漓江出版社

高考状元的 家教秘密

高考状元研究第一人王极盛谈家教

王极盛
著



王极盛
著

高考状元 的 家教秘密

高考状元研究第一人王极盛谈家教



漓江出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

高考状元的家教秘密/王极盛著. —桂林: 漓江出版社, 2006.6

ISBN 7-5407-3698-4

I. 高… II. 王… III. 中学生—家庭教育—经验—中国 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第039456号

高考状元的家教秘密

作 者 王极盛

责任编辑 邹湘侨

美术编辑 罗 云

责任校对 徐 明 田 芳

责任监印 唐慧群

出 版 人 李元君

出版发行 漓江出版社

社 址 广西桂林市南环路22号

邮 编 541002

发行电话 0773-2821573 2863978

传 真 0773-2821268 2802018

邮购热线 0773-2821573

电子信箱 ljcbbs@public.glptt.gx.cn

<http://www.Ljiang-pub.com>

印 制 中国农业出版社印刷厂

开 本 700×1000 1/16

印 张 15.5

字 数 253千字

版 次 2006年6月第1版

印 次 2006年6月第1次印刷

印 数 1—13 000册

书 号 ISBN 7-5407-3698-4/G·1404

定 价 22.80元

漓江版图书: 版权所有, 侵权必究

漓江版图书: 如有印装质量问题, 可随时与工厂调换

关于本书



家教到底存在哪些误区？

开发孩子的记忆力与创新能力有哪些好方法？

父母能为孩子做些什么？

孩子厌学偏科怎么办？

怎样表扬和批评孩子？

你真正关心过孩子的心理健康吗？

.....

王极盛教授在研究了数百位全国高考省级状元的家教后，在本书中提出了全新的家教理念、科学方法和家教艺术，并针对上述问题作了较为全面深入的阐述。更有高考状元家长们在本书中现身说法，传授家教秘诀，有很强的实践性、针对性、指导性，能让家长从中得到很好的启发和教益。

王极盛

A portrait of Wang Jishi, a man with glasses, wearing a light-colored shirt, set against a warm, orange-toned background.

王极盛,中国著名心理学家,著名高考研究专家,中国科学院心理研究所研究员、博士生导师,国务院特殊津贴获得者,是一位被媒体广泛关注的高考问题研究权威,被认为中国高考心理指导第一人。王极盛教授已出版著作40余部,其中《青年心理学》、《科学创造心理学》、《人事心理学》等分别是建国以来该领域的第一本专著。王极盛教授从1999年开始,连续7年对400多位省级高考状元及其家长进行了访谈,掌握了大量的第一手资料,总结出家庭教育与高考成功的规律,在社会上颇有影响,已使众多考生和家长获益匪浅。新华社、中央电视台、中国教育电视台、中央人民广播电台、《中国青年报》、《中国教育报》、《中国妇女报》、《北京晚报》、新浪网等百余家媒体曾多次报道了王极盛的研究成果。

目 录

序 章 高考状元家长成功家教的启示 001

第一章 成功家教从家长做起 ——更新观念，走出误区 013

一、从7个方面更新家教观念 / 014

二、走出家教9大误区 / 024

状元家教成功典范

教孩子就是给孩子指路 / 039

第二章 开发你的孩子 ——学会记忆方法，培养创新能力 047

一、打开记忆大门的10个方法 / 048

二、开发创新能力的多种训练 / 057

状元家教成功典范

给孩子一颗上进的心 / 062

第三章 你能为孩子做些什么? 069

一、素质教育，家长要注意什么 / 070

二、你能为孩子做的10件事 / 073

状元家教成功典范

从不给孩子增加负担 / 092

第四章

与孩子一起进步

——家长和孩子要共同克服的7个难题 097

一、孩子厌学怎么办 / 098

二、孩子偏科怎么办 / 103

三、孩子考试粗心怎么办 / 105

四、孩子学习走神怎么办 / 107

五、孩子有逆反心理怎么办 / 111

六、孩子考试发挥不好怎么办 / 114

七、孩子品行差怎么办 / 118

状元家教成功典范

开发孩子的智力，培养良好的品质 / 122

第五章

表扬孩子的 8 种技巧 133

一、道德品质优秀要表扬 / 134

二、精神奖励比物质奖励更重要 / 135

三、表扬要有良好的气氛 / 136

四、表扬程度要与成绩相当 / 136

五、你的表扬是孩子需要的吗 / 138

六、及时表扬，过期无效 / 138

七、表扬方式要灵活多变 / 139

八、期待要合理，效果才满意 / 140

状元家教成功典范

为孩子营造宽松自由的家庭环境 / 141

第六章 批评孩子的7大注意 149

- 一、有一说一，有二说二 / 150
- 二、批评的目的是教育 / 151
- 三、及时批评，不搞秋后算账 / 152
- 四、搞清楚再批评 / 153
- 五、批评要和风细雨 / 154
- 六、不要当众批评孩子 / 155
- 七、批评要就事论事 / 156

状元家教成功典范

鼓励孩子，激励孩子的自尊心 / 157

第七章 家庭教养的“三不一要” 161

- 一、不过分保护
 - 过分保护会限制孩子能力 / 163
- 二、不过分干涉
 - 过分干涉会使孩子无所适从 / 166
- 三、不严厉惩罚
 - 严厉惩罚会影响孩子的心理健康 / 167
- 四、要温暖、理解与民主
 - 让孩子在关爱中全面发展 / 169

状元家教成功典范

和孩子做朋友 / 173

第八章 心理健康关系到孩子的全面成长 181

- 一、心理健康与学习成绩密切相关 / 182

- 二、令人担心的学生心理健康状况 / 183
- 三、孩子年龄、性别与心理健康 / 186
- 四、心理健康不容忽视 / 188
- 五、家长要正确认识孩子心理健康问题 / 190
- 六、家长要懂心理健康知识 / 193
- 七、不良心理问题影响学习成绩 / 202
- 八、心理健康影响身体健康 / 209
- 九、长时间玩电脑游戏危害孩子的心理健康 / 212
- 附：测测你的孩子心理是否健康 / 213

第九章

三百六十行，行行出状元

——成才的标准与途径是多样的 227

- 一、不能以子女是否升大学论家教的成败 / 228
- 二、智力发展与人才成功的四要素论 / 229
- 三、行行需要人才 / 237
- 四、自学成才 / 238
- 五、劳动者与人才可以相互转化 / 239

状元家教成功典范：

失败是成功之母

——连考三届成状元 / 240

高考状元家长 成功家教的启示

高考状元们的家教方法并不神秘，只要学习，你也可以做到。

——王极盛

人们一直认为家庭教育是社会热点问题，是人们急切盼望解决的问题。我从研究中深深体会到父母对家庭教育要求的紧迫性。最近几年来不论是我参加学术讨论会，还是参加学生问题讨论会，休息时间找我讨论最多的话题都是家教问题，大多数都是孩子的母亲讲她们孩子存在的问题，寻求解决的办法。

晚上我经常接到家长打来的电话，有时甚至是在深更半夜被急促的电话铃声唤起。来电话的大都是焦急万分的学生家长，其中更多的是学生的母亲。对方几乎都是费尽周折，才弄到我的家庭电话号码。他们向我讨教的家教内容广泛而深入。家长们为子女操尽了心，但往往效果不佳。

从1999年开始，近七年里我对三百多名高考状元进行了访谈与调查。访谈调查的内容很多，其中有一项是有关状元家庭教育的问题。我还对近百名状元父母进行访谈与调查。

这些状元，有的来自大城市，有的来自农村；有的来自沿海地区，有的来自边疆地区；有的来自各地重点中学，有的来自一般普通中学或农村中学。

这些状元大都来自工人、农民、一般职员家庭，那么这些状元家教情况如何呢？状元的家教有什么特点呢？状元的家教有什么秘诀呢？这些自然是访谈与调查感兴趣的问题。

我在采访了三百多名状元与百名状元家长之后，对状元家教的特点进行了归纳和总结。

秘诀一：教孩子做个正直的人

我们不少家长把主要精力放在提高孩子的分数教育上，整天叮嘱的是好好听讲，好好考试。孩子考了好分，欢天喜地；孩子考分不好，愁眉苦脸。可以说，分数成了学生的命根儿，也成了家长的命根儿。

我在访问这数百名高考状元时，问他们父母最关心他们的是什么，这

些状元几乎异口同声地说，父母最关心我的是做人，父母教育我要做一个正直的人，善良的人。

1999年全国高考甘肃省文科状元张瑞采说，她爸爸教育她要做一个正直无私的人。确实如此，状元的家长们能够处理好做人教育与学习的关系，他们都把孩子做人放在家庭教育的第一位。

1999年全国高考辽宁省文科状元黄晓庆说：我考试成绩不满意，父母并不责怪我，但我做人出现问题，爸爸妈妈严厉批评我，抓住不放，进行教育。

我们有些家长，孩子考试成绩不好就抓住不放，没完没了，使孩子从小就认为考试第一，分数第一。孩子考好了什么都可以，考不好什么都不行。我们有些父母这样对孩子讲：只要你考好，要什么给什么。而状元的家长把教孩子做一个正直的人放在第一位，使孩子从小就懂得做人是最重要的。状元家长认为人做好了，其他的好办，做一个正直善良的人，学习上就会有方向，有目标，路走对了学习才有用处。

这些状元们的家长的话是很朴素的，但朴素中蕴藏着家教的精髓。我们处在一个知识经济时代，高新技术在社会生活各个领域都要发生深刻而重大的影响。谁在运用知识，谁在运用高新技术？是人。正直的人运用高新技术就会为社会造福，为人类造福；如果是一个极端个人主义者，自私自利的人运用高新技术就会给人类造成灾难。

有些家长顾虑，抓了孩子的做人教育，孩子的学习成绩上不去怎么办？这实际上是一种误解。其实做人做好了，学习也会上得去，孩子知道怎么做人，他就会自觉学习，和逼着他学习相比，其效果肯定不一样。自觉学习的孩子能充分发挥自己的学习积极性，能充分发挥自己心理的动力因素。充分发挥自己心理调控系统的因素和潜在的心理能量，他就会学习好。不懂得做人的孩子，他可能学习上投机取巧，或者厌学，很难学习好。

这些高考状元的家教是成功的，他们平时学习成绩大多数是在班里、在年级名列前茅，不少人一贯学习成绩优秀，总是年级第一名、第二名。这些状元的个性得到充分发展，有独立思考能力，有自己的见解，有自己的想法，他们不墨守成规，他们具有创新意识、创新能力，他们并不是死读书，读死书。他们并不是书呆子，他们是德、智、体全面发展的学生。这些状元的成长充分证明了他们的家长对他们进行做人教育的成功。

状元们的家长把做人教育作为家庭教育的核心，这就抓住了纲，纲举目张。只要做人做好了，其他问题好解决。实践证明，他们的教育是成功的，对我们千千万万个家长如何做好家庭教育具有很大的启发意义。

秘诀二：父母做好表率

状元的家长对孩子的教育不是讲大道理，而是从身边的小事教起，他们以身作则，用榜样的力量去教育孩子。

1999年全国高考甘肃省文科状元张瑞采说，她的爸爸是一个大厂的人事干部，但是从来不接受别人的礼物，所以她从小就非常敬佩爸爸，爸爸的为人就是她做人的榜样。

榜样的力量是无穷的，人格的力量是无穷的，榜样最富有教育意义，人格最富有教育的魅力。我们有些家长要求小孩子做到的，自己却做不到；要求孩子好好学习，自己却整天打麻将、玩牌；要求孩子刻苦学习，自己却不读书、不看报；要求孩子文明礼貌，自己却脏话连篇。这种家教不仅很难收到教育效果，而且还容易使孩子养成不良的习惯，同时降低了家长在子女心目中的地位。

有些状元的家长，他们文化水平不高，但他们做人做得好。家长的人格富有魅力，最能直接教育孩子，最能打动孩子的心，最能把父母的良好的道德品质、良好的人格传递给孩子。

1999年全国高考浙江省文科状元陈春仙对我说：我妈妈没有读过书，爸爸才上了四年的学。在学习上他们帮不了我什么忙，但是他们的那种精神给了我很大的震动。他们非常勤劳，总是勇敢地面对困难，他们的人格力量一直深刻地影响着我，我觉得他们非常了不起。正是父母这种人格的力量鼓舞着、激励着陈春仙同学发愤图强、刻苦学习。陈春仙同学家住农村，她住校，逢年过节、假期回家，坐公共汽车从学校到家里需要一个半小时。她回家后经常参加田里的劳动，生活条件按理说比城市里的孩子差一截，但她学习却很好。我曾经问她为什么取得这样好的学习成绩，她说，从懂事开始就觉得爸爸妈妈在辛苦地劳动，他们有空就和她讲过去的经历，他们生活的艰苦，她听了心里非常难过。陈春仙同学说：我无法改变他们辛酸的过去，但是我可以凭我掌握的知识改变他们的将来，所

以我就憋着一股劲儿，不断地勉励自己，如果不好好读书就对不起自己的爸爸和妈妈。正是这种人格力量，对陈春仙取得优异成绩产生了巨大影响。

我们不少家庭的生活条件与教育条件比陈春仙同学好，但是，陈春仙同学成为浙江省文科高考状元的事实，对于我们的家长和同学，都值得深深地思考。我们的家长从这件事情可以吸取什么东西呢？我觉得抓好做人教育，抓好人格教育，抓好榜样教育，这才是教育孩子的根本之道。

有的家长认为现在是市场经济，只要有钱就能培养孩子上大学，因此放松对孩子的做人教育，甚至不闻不问。我认识的一个孩子上下学有专人接送，颇为阔气。但据这个孩子的老师跟我讲，他的学习成绩很不好。看来有钱并不等于能把孩子教育好。我们有些家长一定要从这个误区中走出来，否则以为靠钱就能把孩子培养好、教育好，那肯定要走到邪路上去。

当然，不能否认，经济条件好些可以给孩子提供好的学习条件，对促进孩子学习也是有益的，问题是怎么对待金钱。金钱不能代替教育，金钱不能换得好的人格力量，但金钱能创造较好的教育条件。做父母的只有提高自己的素质，用自己的素质去影响孩子，去教育孩子，这才是最成功的家教。

我们现在有些家长逢年过节给孩子很多钱，城市里的孩子有时春节收到的压岁钱就一两千块，这些孩子花起钱来很轻松、很大方。

陈春仙同学是怎么对待钱的呢？她家住农村，自然知道生活的艰难。她成为浙江省文科状元，考上了北京大学。她的哥哥已经工作了，听说她考上了状元非常高兴，给了她四百块钱，陈春仙同学没舍得花，把这四百块钱给了爸爸妈妈。她懂得钱是用劳动换来的，是用汗水换来的。所以她珍惜这些钱。

父母不同的价值观和人格对孩子的金钱价值观的形成有着巨大的制约作用。

1999年全国高考辽宁省文科状元黄晓庆说：我们家经济条件并不富裕，我爸每月800多块钱，我妈每月290多块钱。我们家根本没有装修过，这在大连已经很少见了，家具也是爸爸妈妈结婚时的，但是我们家有很多很多的书。所以我想，未必做大款的女儿就幸福，我觉得我现在就很幸福。黄晓庆的父母经济条件并不好，但他们感觉很幸福，他们成功地培养了一个女儿，成为了辽宁省高考的状元，考上了北京大学。她爸爸曾经对记者讲，他有成就感，非常高兴能为国家培养一个人才。

父母对孩子的教育是否成功，影响的第一要素是父母的为人，父母的人格，父母的身教。家庭教育成功的关键不是金钱，不是经济条件。

秘诀三：尊重孩子的人格

在我国传统的家教观念中，不少父母把孩子看成是自己的私有物，认为管孩子是自己的事，想怎么管就怎么管，别人别干预。与孩子不是平等相处，而认为孩子必须听父母的，孩子不能辩解，只有听父母的话才是好孩子。

有的父母讲，哪个孩子不挨打，打是亲，骂是爱，小孩不打能成人吗？我也问过不少同学，他们小时大多挨过打，也问过许多家长，他们也大多数都打过孩子。

孩子必须听父母的话，孩子在家庭生活中没有选择权，没有隐私权，一切听从父母的支配。孩子不听话父母可以打骂孩子，对孩子缺乏人格上的尊重，这实际上是父母与子女关系的不平等。对父母来讲，孩子不仅仅是血统上的亲缘关系，而且是具有独立人格的人。我在与全国高考状元的交谈中发现，他们的家长尊重孩子的人格。这些高考状元多数从没有挨过父母的打，也没有挨过父母的骂，有的小时候挨过打，也不是在学习问题上挨打，而是在生活上，比如在对待长辈不礼貌等问题上挨了父母的打。现实生活中多数孩子挨过父母打，这样的反差使我深思，这使我感觉到状元家长在教育孩子方面尊重人格，是孩子成功的家教方针的一个深层的原因。

孩子的人格得到尊重才能充分发挥孩子的潜力，才能使孩子相信自己，才能充分发展自己的个性，家长尊重孩子的人格，就为孩子充分发展自己的个性提供了广阔的空间。我采访1999年新疆高考文科状元唐伯贤时，他对我讲：我非常感谢我的父母18年来给了我一个非常充分、非常自由、非常广阔的发展空间。他们不强求我干什么，而是以我喜欢干什么为基础，同时给予必要的引导，这使我没有感觉到来自父母的过分的压力，没有被捆绑的感觉。一般学生到了高三，家长限制孩子看电视，我的父母对我从来没有这样做，没有这种限制，只要你觉得学习都安排好了或者是有时间，你就可以看电视，干别的事情，他们从来不加以限制，他们信任我的自觉性。

我与一些家长交谈关于高考状元家教的情况时，有的家长颇有感慨地说：看来打骂未必造就孩子。人家不打不骂却成了状元，我们又打又骂结果却不尽如人意。过去总觉得考上北大、清华的孩子一定家教很严，高考状元的家教一定更严。现在思想上开了点窍，认识到家教需要宽松，孩子需要尊重，孩子的人格应得到父母的保护。

秘诀四：为孩子营造民主的家庭氛围

我几乎问过每一个高考状元，你的父母是严厉惩罚的、过分保护的、过分干涉的，还是温暖民主的？从状元们的回答中我得知，状元们的家教大都是温暖民主式的。他们在温暖、民主、宽松的家教中成长，个性得到充分发展，学习潜力得到充分发挥。这些孩子有个性，独立思考能力强，有见解。同时，他们也能与同学、老师相处很好。温暖、理解、民主的家庭氛围使他们尊重别人，尊重同学。

他们虽然是学习上的佼佼者，但是他们不骄傲自满，他们能和同学相互帮助，他们并不认为他们帮助同学是单方面的，而是认为自己和同学相互帮助的同时自己也得到了帮助。有的状元说，我和别人讨论问题对我就是一个帮助，如果同学问我的问题我会了，我能给讲明白了，这就加深了我对问题的理解；如果同学问我的问题我不会，那就更是对我有很大的帮助。我从帮助同学当中得到同学对我的帮助，帮助是相互的，不是单方面的。有的状元在高考前学校放假20多天的大部分时间是和同学一起复习功课，帮助那些平时学习较差的同学，把自己的经验与他们交流。

状元们都能与同学友好相处，助人为乐，人际关系很好，这与状元们宽松、民主的家庭有着密切的关系。

秘诀五：信任孩子

我们现在不少父母在学习上给孩子加压。

有的父母要求孩子数学考多少分，语文考多少分，英语考多少分等等。

有的父母要求孩子考上什么什么高中，什么什么大学。

很多中考的学生，他们的志愿是父母给填报的。不少高考的考生，他们高考的志愿也是按着父母的意愿填报的。

在现实生活中，父母干预孩子的学习，父母给孩子增加学习压力的事情太多了。当然，父母为孩子加压用心是好的，但效果不好。捆绑的结果是束缚了孩子智力因素的发挥，束缚了孩子潜在能量的发掘，他们喘不过气来，忙于完成各种作业，机械重复地背诵一些东西，束缚了孩子能力的发展。

状元们的家长对待孩子的学习是什么态度呢？我从研究材料中总结出，状元们的家长对待孩子学习有如下几个特点。

第一，不强行让孩子学这个学那个，而是尊重孩子的学习兴趣，发展孩子的特长，相信孩子学习的自觉性。

第二，他们不给孩子规定每门课考多少分，他们要求学习只要尽力就可以。

第三，他们没有给孩子规定具体考上什么学校。

第四，高考前他们不是给孩子加压，而是给孩子减压。他们对孩子说，只要尽力就可以，考什么样是什么样，父母绝不责备你。有的孩子说，父母的话给我很大的鼓舞，使我能轻装走上考场，以平常的心态来参加考试。这些父母在考试过程中鼓励孩子，引导孩子不要去想考完的课程的分如何。有的状元家长说，考完一门算一门，考完成绩如何就不是你的事情了，那是老师的事了。

1999年全国高考广东省理科状元许顺对我说：我的父母对我高考没有过高的要求，随便考，考得高就报高的学校，考得低就报低的学校。我的父母总是对我说山外有山，人外有人，每个人的能力是不一样的，只要尽力了，考到什么成绩没有人会怪你的。人和人之间总是有差别的，第一只能有一个。

1999年全国高考内蒙古自治区文科状元孙芳对我说：我爸爸在我上高三时就对我说，只要能考上内蒙古师范大学就可以了，内蒙古师范大学录取分在480~490之间。那时，孙芳同学高考时没有来自家长的压力，结果她以总分596分成为状元。孙芳说：我爸爸常对我讲，自己的路要自己走，他不为我规划学习，也不对我的发展进行规划，我感觉这就是我自己的事，平时学习也是自己的事。

1999年全国高考新疆维吾尔自治区理科状元江鹏以656分的总分考取