

跨世纪

家庭素质教育

辛 勤 著

解难

人格素质的五大支柱

自学 自理 自护 自律 自强

晨光出版社

跨世纪

家庭素质教育

辛 勤 著

解难



晨光出版社

责任编辑:张祖渠

责任校对:余 祁

封面设计:李志祥

跨世纪家庭素质教育解难

辛 勤 著

晨光出版社出版发行 (昆明市书林街 100 号)

云南省农垦印刷包装厂印装

开本:850×1168 1/32 印张:13 字数:260000

1998 年 4 月第 1 版 1998 年 4 月第 1 次印刷

印数:1—10000

ISBN7-5414-1454-9/G·1174 定价:16.00 元

凡出现印装质量问题请与承印厂联系调换

千秋功业 始于家教

——代序

1994年，中国少年先锋队全国工作委员会号召亿万少年儿童积极投入“跨世纪中国少年雏鹰行动”。顿时，一场以“自学、自理、自护、自强、自律”为主要内容，以“学生存、学服务、学创造，迎接新世纪的挑战”为宗旨的活动，迅速在全国城乡掀起了热潮。

云南虽地处边疆，但响应热烈，当年就有30多万少先队员积极参加了这场学习实践活动。那些日子，凡有星星火炬旗帜在飘扬的地方，都有各族少年儿童在行动。振兴中华的爱国意识更加深入人心，自立自强的生存意识推出了大批小能人，团结互助的群体意识使自我服务、为他人服务、互相服务蔚然成风，追求真知的创造意识开启了潜能，小创造、小发明点燃了数不清的小星火，一场由应试教育向素质教育转轨的大行动就这样造足了舆论，奠下了基石。

“五自”是培养跨世纪人才的战略方针，其内涵之深广，概述之精当，从出台之日起就深受广大少年儿童的拥护。遗憾的是，学校轰轰烈烈行动起来之后，家庭却漠然置之。我问过不少家长，有百分之九十五的说不全“五自”的内容，更不知道应该怎么呼应和配

合。家庭的教育影响、学校的教育影响和社会的教育影响本应步调一致，协同作战，这样不呼应不配合怎么行呢？为此，我竭力主张将“五自”作为跨世纪家庭素质教育的五大支柱，引入千家万户。

家庭教育没有法定的课程表，难免随心所欲，但它更灵活多样，更细致入微；它不可能来一个号召立即掀起广泛联合的热潮，但它认准一点就可以长期坚持，甚至代代承传；它不可能在学习实践中随时准备应试，但它“润物细无声”，会在浇透春雨之后，“千树万树梨花开”。世界上有很多成功的家庭，几乎都有各自代代相传而又不断适应时代需求的家教主旋律。在它主宰下，不仅家庭成员的素质一代胜过一代，而且广泛地影响着整个社会素质的全面提高。我们现在为什么不可以把“五自”引进家庭，让它成为当代家庭素质教育的主旋律呢？

有了这个主旋律，千万家庭的素质教育既能百花齐放，又有了符合时代需求的统一意志，成效将会明显提高。为此，我写下这本《跨世纪家庭素质教育解难》。

本书分为五章，每章开篇先阐述“五自”的内在涵义，随后回答家长的有关提问。为拓展家长的思路，在每个问题或几个问题之后，精选古今中外有关家教的名家名言一条，略作议论，以供参考。本书提出的问题，多数来自各地家长在听我讲课的前后。这些问题，我平时已分别作过解答，这里作答时综合了很多家庭的情况，只好隐去原提问人的姓名。我总认为，家庭教育虽是一家一户的事情，却总得互相借鉴，互相呼应，互相帮衬。从某种意义上说，这本书是集体智慧的合成，像酿蜜，蜜成之后既有蜂的勤苦，更有百花的奉献，还有阳光、空气和水的滋养。书名虽有“解难”二字，其实并非我一人在“解”。“难”在大家，“解”也在大家，我只是因为长期从事少儿工作，长期参与家教研究，“泡”在大家中间，多了个心眼，博采众长，做了些“酿”的杂活。

书末附了一节《怎样和孩子谈心》，回答家长的20个问题。家

教方式最怕耳提面命，而应提倡谈心。谈心有窍门，不开窍，“说死莲花是支藕”，开了窍，却能以心去发现心，以自己的火去点燃旁人的火。

千秋功业，始于家教，人人有责。

1998年1月于昆明严家地

目 录

千秋功业 始于家教 ——代序	(1)
----------------------	-----

一、自学,成才的必由之路	(1)
--------------------	-----

1. 自寻目标,从小立志	(2)
--------------------	-----

(一)学做人是人格完善的终身目标	(3)
------------------------	-----

(二)学立志是时代需求和个人需要的大统一	(4)
----------------------------	-----

(三)让兴趣领进成才的大门	(5)
---------------------	-----

答家长问(1~20)	(5)
------------------	-----

2. 自寻动力,开启潜能	(35)
--------------------	------

(一)崇拜偶像的正确追寻	(35)
--------------------	------

(二)充分调动迎接挑战的积极性	(37)
-----------------------	------

(三)提高滋养自信的成功率	(37)
---------------------	------

(四)在失败和挫折的苦难中长智	(39)
-----------------------	------

(五)从助人中获取完善人格的喜悦	(40)
------------------------	------

(六)接受天地万物的激励	(41)
--------------------	------

答家长问(21~40)	(41)
-------------------	------

3. 自寻方法,提高效率	(66)
--------------------	------

(一)符合学科的发展变化规律	(67)
----------------------	------

(二)符合实践者的认知特点	(68)
---------------------	------

(三)用学习实践来检验	(68)
-------------------	------

(四)有利于不断完善和发展	(68)
答家长问(41~60)	(69)
二、自理,人格自主的重要支柱	(97)
1. 生活自理是自主的根基	(98)
(一)重视常规培养,养成良好的习惯.....	(98)
(二)提高生命质量,从小讲究效率.....	(99)
(三)加强理财教育,健全经济头脑	(100)
答家长问(61~80).....	(103)
2. 心理自理是自主的保障	(128)
(一)确定目标要全力自励.....	(129)
(二)获取成功要竭力自律.....	(129)
(三)受到表彰要尽力自重.....	(130)
(四)遭到挫折要努力自持.....	(130)
(五)受到讥嘲要奋力自控.....	(132)
(六)碰到误解要着力自慰.....	(132)
(七)接受批评要正视自己.....	(133)
(八)形势逼人要变被动为主动.....	(134)
(九)遇到困难要调动潜能自救.....	(135)
(十)与人相处要通力合作.....	(135)
答家长问(81~120)	(137)
3. 人际关系自理,建起圆通人生的立交桥	(185)
(一)心中有他人.....	(187)
(二)心中有他人之所长.....	(187)
(三)要学着吃亏.....	(188)
(四)完善人格才能求得人和.....	(188)
(五)团结一切应该团结的人.....	(189)
答家长问(121~141).....	(189)
三、自护,为生存与发展护航.....	(213)

1. 人身自护,求安全,求健康	(214)
2. 人格自护,求完善,求发展	(215)
答家长问(142~171).....	(217)
四、自律,公德意识的自控标尺.....	(253)
答家长问(172~201).....	(254)
五、自强,完成自我的终身动力.....	(292)
1. 永远做祖国妈妈的乖孩子	(294)
答家长问(202~221).....	(295)
2. 努力做群体中的领头羊	(314)
答家长问(222~241).....	(314)
3. 调节达标历程中的情感驱动	(334)
答家长问(242~263).....	(337)
4. 用自逼推动个人奋斗四个齿轮	(369)
(一)自我教育要目标高远.....	(370)
(二)自我完善要终身不止.....	(370)
(三)自我推销要不断使自身价值增值.....	(371)
(四)自我完成要在有限中追求无限.....	(371)
答家长问(264~281).....	(372)
附录:怎样和孩子谈心	(398)
答家长问(282~301).....	(398)

一、自学，成才的必由之路

关于自学，古今中外的成功人物几乎都有论述。

庄子说：“好学为福也，犹飞鸟之有羽翼也。”在他看来，好学是很幸福的事情，就像飞鸟长了翅膀，就有了展翅千里的快乐。

现代历史学家吴晗认为人人都可以成为专家、学者，关键的是能否坚持终身自学。物理学家周培源干脆点明：“自学成才是一条必由之路，不进学校必须自学，即使进了学校，教师也只能起指导、咨询和辅导作用，学生成才主要依靠自己的主观能动性。”

这种对自学的肯定，外国科学家也没有一个含糊。

英国生物学家达尔文说：“我认为我所学到的任何有价值的知识都是从自学中得来的。”德国科学家爱因斯坦干脆这么认为：“对一切来说，只有‘热爱’才是最好的老师，它远远超过责任感。”

听完名家的高见，我们不妨来请教一下老百姓。

“刀不快就磨，人不会就学。”

“师傅领进门，修行靠个人。”

这看法虽然浅近，但一语中的，点到了关键。在我国历史上，孔子算是圣人了，可是弟子三千，仍只能冒出七十二贤人，足见“名师出高徒”的不实。高徒确实离不开名师的指点，但并非一经名师指点的都是高徒。名师没有“点金指”。高徒要高，确实得靠自己入门

之后激昂自进，志趣高远，执著专一，勤奋不懈。那些跟了孔夫子的徒儿，得不了道的，不是半途落荒，便是改换门庭，自然只能化入尘埃，不留什么形迹了。

自学是完善自我的需要，它伴随人的一生。什么时候自学的愿望低落了，什么时候上进心就疲软了，事业心就止步了，生命的光焰就显出灰暗，声响就显出沉寂。自学的劲头足以检验一个人的潜能的深广与浮浅，检查一个人心智的高昂与低落。

自学是时代进步的需要。战争年代，时代要求人们学习战争，挖地道，做地雷，研究反侵略的战略和战术。经济年代，时代要求人们学习经济，产品的更新换代，商品的流通营销，金融的发展，货币的换算，全球一体化的共荣与争斗，都需要真能成才，成真正的人才的人去把握。

对于人来说，学习是必不可少的事情。

对于现代人来说，学习更是不可停歇的事情。

对于孩子来说，能不能早一点确立自学的目标，调集学习的动力，掌握自学的方法，养成终身自学的习惯，不断获取自学的成果，已成为人生求生存、求发展的第一课题。怎样指导他们上好这个课题，是每一位家长必得切切实实弄清楚的。

1. 自寻目标，从小立志

人到底有多大的潜能，至今我们还不十分清楚。有的生理学家认为，最了不起的科学家到死那一天也只动用了他生命潜能的50~70%，而一般人到死那一天耗去的生命潜能仅占30~50%，少数平庸之辈甚至只启用了生命潜能的10~30%。要说浪费，人的生命潜能的浪费才是最惊人的。

有专家研究，人的一生有四个智力发展的高潮期：一个在3岁，一个在7岁，一个在14岁，一个在25岁。他们认为人要是错过这四个智力发展的高潮期，智能就不可能再开发了。不管他们说

怎样有理有据，头头是道，古今中外却偏偏不乏大器晚成的人物。他们智力发展的高潮期似乎在35岁以后、45岁以后、55岁以后，甚至65岁以后，仍有拍岸的惊涛，冲天的虹霓出现。可见人的潜能并不一定随着年龄的增长就会耗尽。江郎才尽，并非他已才尽，而是他名噪一时之后，迷失了目标的更新和延伸。

目标是开启潜能的钥匙。目标迷失了，潜能就封闭了。才尽是表，潜能封闭是本。心理学家认为，人为了满足需要才产生动机，动机在外界的激发下才产生行动。在这里，实现既定目标是人的一种需要。这种需要的大小、强弱、远近、美丑、善恶、真假，决定了动机生发的起点和落点，决定了行动的成果。对于少年儿童来说，热爱是一种需要，兴趣活动中的自我表现是一种需要，成就欲的满足是一种需要，实现人格追求也是一种需要。

需要就是目标。

（一）学做人是人格完善的终身目标

俗话说：“活到老，学到老。”一般人总以为“学到老”是指知识要学到老，技能要学到老。其实，这“学到老”首先是指做人要学到老。活到老，学做人要学到老。

有一位少年曾经这样对我说，现在的大人总说孩子不讲理，其实，大人才最不讲理。我请她举个例子。她告诉我，有一天她在公共汽车上给一位老奶奶让座，老奶奶坐下后不仅不谢她，反倒抬起颤颤抖抖的手指，指着她的鼻子说：“你们这一代娃娃，就是要学着多吃一点苦。”我听了觉得有趣，便问她：“想一想，你给老奶奶让座之前有没有一种心思，认定让了座老奶奶会谢你？”她说，她在公共汽车上经常让座，让惯了，并不想要人说什么感谢的话。我接着又问：“你让惯了，见到年长的就让，让了心里是什么滋味？”

“舒坦。”她说，“但是老奶奶反倒教训我，我就不舒坦了。”

我说：“你没有理由不舒坦。你应该更加舒坦。我们谈自学，不仅做学问要自学，学生存的技能要自学，做人也要自学。你在公共

汽车上自觉让座，这正是你学做人的一种人格需要在起作用。你让座了，老奶奶坐下了，你完成了你学做人的人格需要，你心里升起一种舒坦的感觉。这时，我估计老奶奶有点激动了，你主动给她让座，你用你的行动证明了你人格的美与善，老奶奶被这种人格力量打动了。这时候，老奶奶想赞你，但觉得赞几句太轻；感谢几句吗，又太浅；便想着提个希望，于是无比激动地抬起手指，说出了那么一句深情的话语。这不更表现了老一辈对你们寄托的愿望吗？”

她舒坦地笑了。

要讲自定目标，一定不能忘了指导孩子首先定下学做人的目标。有了这个目标才会有一系列的学做人的行动。这行动一定不是为了学雷锋，或者是学赖宁而产生的，而要是一种做人的自学需要，一种完成人格的需要。有了这种需要，你不用提倡向谁学习，孩子都会积极行动的。

（二）学立志是时代需求和个人需要的大统一

凡有一些人生体验的人都明白，在人的一生中，把时代的需求和个人的需要圆满地统一于自身该是多么重要。我们惯常所说的志，就是时代需求与个人需要的大统一。

我国古代的思想家墨子认为：“志不强者智不达。”他把志说成智的根基，把时代需求和个人需要的大统一，说成是智力开发的根基。不是说“人活一口气”吗？孟子认为：“志，气之帅也。”这就是说人的虎虎生气靠志来统帅，靠明日时代需求明确个人奋斗目标来调遣。

很多家长不明白这个理，听别人叫喊智力投资，他们就赶快掏钱买教学参考书，买教学磁带，买学习机，请家庭辅导教师，逼孩子上各种各样的提高班，以为这么一“狂轰滥炸”，孩子的智就达了。事实证明了墨子“志不强者智不达”的哲言。凡不立志者，或者立了志但志不强者，智都不能发达起来。

这里要特别注意引导孩子明确时代的需求。人的聪明才智、技

能技巧,说到底是一种商品。这种商品能不能畅销,就要看时代需求不需求了。古代有一个人想学习“屠龙术”,宰鸡杀猪太粗浅了,不高超,他要学习杀龙的本领成为举世无双的奇才。有人劝他放弃这种想法,告诉他,即使他真的学会了“屠龙术”,因人间无龙可屠,他会英雄无用武之地。那人还算聪明,及时放弃了。我们不能不引导孩子注意时代的需求。不注意时代的需求,有的大学生毕业就将失业。

接着,要引导孩子发展自己的兴趣,按照时代的需求,按照自己具有的先天素质,把兴趣唤醒,让它在实践中发展,形成兴趣倾向,进而成为志向。

(三)让兴趣领进成才的大门

林崇德教授主编的《当代智力心理学丛书》,对兴趣有不少给人启示的论断。

“兴趣是一种对智力活动有重要影响的非智力因素。古今中外卓有成就的人,无不对自己所从事的事业有强烈、浓厚的兴趣。”它是一种心理倾向,在活动中总是伴随着良好的情感体验。它的产生与主体的需要有关。“当主体产生某种需要的时候,他就会对周围环境中能满足其需要的事物优先注意”,“兴趣比智力更能促进学生勤奋学习,而且学习效果也好”。

所以,郭沫若说:“兴趣出勤奋,勤奋出天才。”

家长要孩子成才,不能不注意兴趣的培养。

答家长问(1~20)

1:孩子老控制不住自己,医生说患了多动症,要打针吃药。我们害怕打针吃药伤了孩子,但要控制他又控制不了,骂也骂了,打也打了,就是不见效。请问,这应该怎么办?

答:这里先要回答一个问题,什么叫控制?词典的解释是:“掌握住不使任意活动或越出范围。”你的孩子正好喜欢任意活动,喜

欢越出范围，而家长又掌握不住，用打和骂来“掌握”，也不见效。

针对这个问题，我们先要明确两点：（一）说到控制，我们只想对孩子实施“掌握”，而忘了真正“掌握”孩子的正好不是我们，而是孩子自己。我们对他的控制必须通过他的自控才可能见效；（二）构成自控的是兴趣，是热爱，是目标，是志向，而兴趣不是骂出来的，热爱不是打出来的，目标和志向必须从小培养。

多动的孩子，是需要杂乱、兴趣难以专一的孩子，目标浅近而纷纭的孩子。他像一个突然走进珠光宝气的大商场的好奇者，什么都不是他追逐的目标，又什么都对他产生强大的吸引力。于是，他只好在大商场里东奔西跑，最后什么收获也没有。对这样的好奇者，骂有什么用？打有什么用？最好的方法只有一个，就是在他步入大商场之前，先告诉他什么东西最新奇，让他对它产生兴趣，产生热爱，让他把它当作一种追寻目标。这样，他再次走进大商场就会对千千万万的货色视而不见，执著地专一地去捕捉目标了。这时他不多动了。他迷上他感兴趣的東西，他对它爱不释手，你要是让他不迷不爱，他反倒不舒服了，要努力抗争了。

学习也是这样。

家长层层设防，重重控制，还不如让孩子明白：学习是必不可少的事情，学习是自己的事情，学习是愉快的事情。这样当他明白了，有兴趣了，会热爱了，他对自己便能自控了。

当然，在孩子的兴趣还不浓，热爱还上不到立志的高台时，家长给一点必要的监控还是必要的。但监控必须是在后，说明必须在前，顺理成章嘛！

· 金钥匙 ·

我扑在书籍上，像饥饿的人扑在面包上一样。

——高尔基（俄）

浅议：

饥饿的人，他的第一需要是：“扑在面包上。”而人的饥饿感有很多种，除了吃饭，就是求知。孩子还需要游戏，扑在玩具上；需要交友，和小伙伴打堆堆。但对孩子来说求知的需要与吃饭的需要同等重要。而且，孩子求知的需要可以伴随着吃饭、游戏、交友等需要同行。学习兴趣的培养常在课堂之外，一旦在课堂之外培养了兴趣，对课内的学习会产生推波助浪的作用。

培养孩子的求知兴趣，家长比教师的天地更广阔，方法更灵活，成效更显著。关键是要有心，要多一些求知的活动，少一些不必要的说教。

2. 我的孩子很自卑，总觉得自己不如人，对他说学习要有自信心才学得好，可是说千遍万遍还是等于没有说，应该怎么办？

答：自卑的孩子光靠撑腰打气是不行的。要知道，孩子的自我评价能力还很低下时，自信的苗苗必须依靠成功的肥沃土壤来培植。这时，要指导孩子自立目标，而且目标要贴近他，让他稍作努力就能达到。

有人说，不愿做将军的士兵不是好士兵。话虽这么说，好士兵的第一目标只能是班长，而不可能就是将军。人的目标总是像上台阶一样，上一磴，有了自信，再延伸目标又上一磴的。不然，为什么会有好高骛远这个贬义词呢？

我们要让孩子从自卑变为自信，一定要注意两点：（一）量体裁衣定目标，定了目标再帮助孩子找到实现目标的途径，然后放手让他去努力；（二）他达到预期目标，成功了，要大张旗鼓地赞扬，让孩子充分品尝成功的喜悦，萌发一种荣誉感。要让孩子看到他的成功给全家人带来多么大的愉快！当一个成功变成几个愉快之后，孩子会感到自己在家长心里真的有了位置，有了分量。他的自尊抬头了，自信发出了新芽。

要是失败了呢？要是失败了，也得注意两条：（一）不要毫无意义的宽慰，让孩子品尝一下失败的苦涩并没有坏处；（二）要及时引导孩子找准失败的根源。这里说的是找准。失败的原因可能有三条五条，但一定不能求全责备，而要找准一点，深入浅出地分析给孩子听，失败会导致目标的动摇，但是找准了失败的原因，孩子心里豁然开朗，一样会鼓起勇气再次冲击目标的。孩子失败后产生畏惧，常是不查失败根源，“一年被蛇咬，十年怕井绳”。所以，“失败是成功之母”必须有个前提，就是找准失败根源。如不找准失败根源，光是不怕失败，那还要导致更大的失败。

· 金钥匙 ·

失败也是我需要的，它和成功对我一样有价值。只有在我知道一切做不好的方法以后，我才知道做好一件工作的方法是什么。

——爱迪生（美）

浅议：

孩子自悲常是不明根源的失败造成的，同样孩子自傲也常是因为成功了，但弄不清成功的理由。这两个极端实际是一个东西派生出来的，那就自迷。

人不能自迷。

自迷的人，失败不可能成为成功之母，即使成功了，也会孕育出失败。所以，在引导孩子对待失败与成功时，一定要教会他们分析。一个会思索的头脑，才真正算得上头脑。

3. 我的孩子失败不起。学一样，失败了，还不等你指导他寻找原因，他早已转向，另学别的东西去了。这样的孩子怎么教育呢？

答：你说的显然是课余的学习。对了，课余时间引导孩子学习一些东西，不仅有利于课内知识的延伸，而且能激发孩子的自学兴趣。有不少孩子的职业理想是在课余学习活动中逐渐培养起来的。