

名家讲坛
MING JIA JIANG TAN

孙云晓 卢勤 等著

让孩子 脱颖而出

Rang haizi tuoying'erchu

生育是种本能

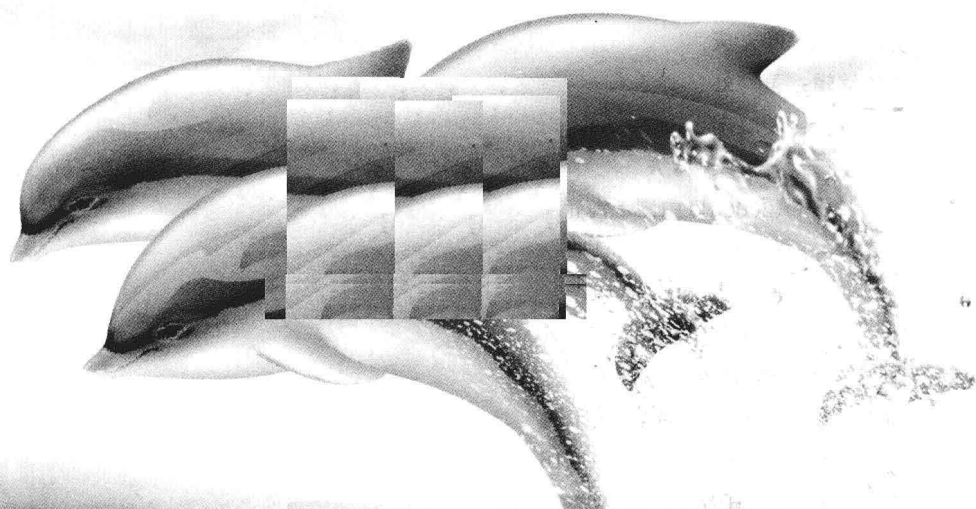
养育却是需要学习的技能和艺术



上海三联书店

让孩子 脱颖而出

孙云晓 卢勤 等著



上海三联书店

图书在版编目 (CIP) 数据

名家讲坛：让孩子脱颖而出 / 孙云晓、卢勤等著.

—上海：上海三联书店，2011.9

ISBN 978-7-5426-3632-4

I. ①名… II. ①孙… ②卢… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第156508号

让孩子脱颖而出

著 者：孙云晓 卢勤 等

策 划：董保军 张天罡

责任编辑：叶 庆

特约编辑：萧 虹

版式设计：姜晓宁

出版发行：上海三联书店

(200031) 中国上海市乌鲁木齐南路396弄10号

<http://www.sanlian.com>

E-mail: shsanlian@yahoo.com.cn

印 刷：三河市祥达印装厂

版 次：2011年11月第1版

印 次：2011年11月第1次印刷

开 本：720×1020毫米 1/16

字 数：125千字

印 张：14.5

ISBN 978-7-5426-3632-4/G.1165

定价：28.00元

C 目录 contents

学习做父母

◇ 柴洁心

今天我们如何做父母3

◇ 卢 勤

什么是孩子终生的财富24

◇ 李玫瑾

法与人生：关注未成年人成长46

◇ 高影君

孩子怎么吃更科学71

心灵的交流

◇ 孙云晓

好的关系胜过许多教育85

◇ 屈 开

快乐地实现卓越102

◇许金声

通心与成长.....115

早期教育

◇孙瑞雪

“爱和自由”的科学教育法127

◇杨建华

儿童早期教育与潜能开发143

成长阶梯

◇王大伟

孩子平安教育：如何进行自我防范153

◇陶宏开

把电脑与网络当成工具而不是玩具167

◇王宝祥

发展孩子智力，提高学习成绩172

◇徐国静

帮助孩子搭建通向成功的阶梯186

◇郭建民

高考填报志愿的技巧209

学习做父母

- 柴洁心 今天我们如何做父母
卢 勤 什么是孩子终生的财富
李玫瑾 法与人生：关注未成年人成长
高影君 孩子怎么吃更科学



柴洁心

著名家庭教育专家，《家庭教育报》原常务副主编，“洁心家教热线”主持人，多家青少年、妇女工作研究单位顾问。

今天我们如何做父母

◇ 柴洁心

我是一名家庭教育工作者，搞了 20 多年的家庭教育。但是对于我来说还有一个更重要的身份，那就是我是一名家长，今天我特别要把自己的这一重要身份再强调一下，我和在座的所有家长一样是妈妈是家长。

有的时候我就想人是要退休的，退休后就没有任何职务了，不管你原来做多大的官当多大的领导，退休了这些职务都成为历史。但唯独有一个职务是永远无法退休的，那就是母亲是家长。有时我想包括我将来去世了，孩子填表时仍旧要写上“母亲：柴洁心”，至多在后面画个括号写上“已故”。

我搞了 20 多年的家庭教育，我家的电话始终是全国家长心目中的一条热线，包括海外的家长。这部电话把我和全国各地的家长联系在一起。

今天当家长真的挺难

我有一个很深的体会，那就是今天当家长真的挺难的。有一次一个家长打电话对我说：“柴阿姨，昨天我很困惑。我的小孩上一年级，特别淘气，我经常被老师请去训话。昨天我又被老师请去

又被老师训了一顿，我非常恼火，我对孩子说‘你怎么这么没记性，一天到晚给爸爸找麻烦，爸爸一天到晚容易吗’？”说着把孩子拽过来打了他屁股一下，没想到孩子跑到电话旁边拨110报警。这个爸爸说：“我小时候也挨打，我觉得爸爸打我是天经地义的，今天我当了爸爸，我打我儿子他就敢报警，还说我触犯了未成年人保护法。”他很困惑。

我还曾经接到一个中学生家长的电话，这位家长在电话里面对我说：“柴阿姨，我现在非常痛苦。我的女儿上小学时非常好，是班里的干部，学习很优秀，考上了一个很好的中学，现在上初中二年级。后来我们发现女儿交了一个比她大几岁的男朋友，我们采取了各种办法，也打了也骂了也盯梢了也天天接送了也让她写保证也让她列出几条。最近一段时间感觉好多了，女儿自己一个人关在屋子里好像在学习。昨天我回家到家以后孩子把饭菜都做好了，我们很高兴，以为孩子转变过来了。吃完饭以后我们觉得有点困，孩子说妈妈爸爸累了早点休息吧，我们觉得真的累了就早点休息了，没想到是孩子在饭里面放上了蒙汗药把我们两个人蒙汗过去，晚上我们睡着以后她男朋友到家把东西拿走了，两个人跑了。”结果这个孩子出走未遂被截回来了，这个家长非常苦恼，她说：“我怎么就养了这么一个女儿？这个女儿几年的时间怎么变化这么大？居然用这样一种方式对待我！”她想不明白。在我和家长接触的过程中，我感觉今天当家长真的和以前不一样，有的家长甚至拉着我的手说：“我们就一个孩子，成功了是100%的成功，失败了就是100%的失败。”

在我和家长接触的过程中，我还有一个体会，就是不同年龄段的孩子，他们的家长有不同的困惑有不同的问题。比如幼儿的家长拿起电话来，问的多是如下问题：我的孩子吃奶粉，用哪个

品牌的好？我的孩子8个月怎么还不长牙呀？我的孩子1个月为何一两分量都没长呀？我的小孩3岁了，送什么样的幼儿园合适呀？我的小孩4岁了，学什么特长好呢？在和幼儿家长接触过程中，我感觉家长都有一种很热切的期盼，在提问题的过程中透着喜悦。

我接触的小学生家长是为数最多的，小学生家长常常会提这样一些问题：小孩磨磨蹭蹭怎么办？小孩马马虎虎怎么办，不是不会但一做就错？我的孩子是不是有多动症呀，上课老有小动作？我的小孩太任性了怎么办？我的孩子说谎怎么办？我的孩子爱花钱甚至可以从我家拿几千元钱自己消费怎么办？在接触小学生家长的时候，我感觉家长都少了一点喜悦多了一点焦虑。

我接待的中学生家长从人数上来说要比小学生家长少一点，但我可以告诉在座的各位朋友们，在我所接待的中学生家长中，当拿起电话我告诉他“你好，我是柴洁心”的时候，不哭的比较少。困扰中学生家长的常常是这样几个问题：1. 我的孩子越大越不听话，我们无法沟通怎么办？2. 我的孩子死活不愿意读书了怎么办？3. 我的孩子早恋了怎么办？4. 我的孩子进入网吧不能自拔，网络成瘾了怎么办？

从几年之前我就在社会上呼吁要重视网络的问题，探讨如何净化网络环境。在我和家长的接触中，我真的感觉到当我们的孩子一旦陷入这样一个环境中去以后，我们的家长真的很痛苦，我听过太多家长的哭声。

再有一个中学生家长的问题就是：我的孩子有了比较严重的心理障碍怎么办？前年我到浙江丽水，那年冬天杭州地区下了一场暴雪，比我们在北方看到的雪都大，顷刻之间满山都是白的，到晚上地面上像镜子一样一片的冰。我住在宾馆里，有一个家长找我，说“柴阿姨，你能不能见见我的孩子”，我说“没有问题”，她说“我

的孩子已经住了两个月的医院，她得了很严重的抑郁症”，我说“我是搞教育的不是搞心理的，我不会做心理治疗”，她说“没关系，你就见见她和她说话”，我说“晚上我还有活动，如果孩子愿意，差不多9点钟时你带着孩子到宾馆来”。我们就这样约好了，晚上当我回到宾馆等到9点时，不见妈妈和孩子上来。一会儿妈妈打电话说就在宾馆门口孩子死活不进去，我穿上棉大衣下去了，看见在像镜子一样光亮的马路上两个人正在抡，妈妈拽孩子进去孩子死活不进去。看到我过去，母女俩都松手了，我赶紧跑过去一把把孩子搂在怀里，我拿我的脸贴着她冻得冰凉的脸什么话都没说就是使劲地搂着孩子，谁也没讲话，半天这孩子说：“奶奶，我和你上去。”就这样我们进入宾馆，在宾馆谈了将近4个小时，妈妈一直坐在宾馆大堂等我们。孩子看见我第一句话说：“奶奶，我不想活着，我就是想死，我已经死过多少次了。”我们都是做家长的，每当我接触这样的孩子的时候，我真的觉得很心疼，我们的家长很心疼。这是很多家长可能面临的一个问题。

中学生家长还有一个问题是：我的孩子有了各种犯罪迹象怎么办？现在中学生或者青少年或者未成年人犯罪的问题已经引起了全社会的重视，现在孩子的犯罪已经具有了这样几个特点：1. 犯罪年龄低龄化。2. 犯罪手段成人化。3. 团伙作案。4. 恶性案件呈上升趋势。5. 女性犯罪呈上升趋势。6. 性犯罪呈上升趋势。我看过一个材料，有的孩子初次犯罪时只有7岁。我还看过一个材料，在西安有一个几十人的少年犯罪团伙，从组建到破获几个月的时间，成了威震一方的恶势力，无恶不作。我们都是家长，我也是家长，我们一句大话都不要说，不说孩子出现了犯罪的迹象，给我们的国家给我们的民族带来多少危害，我们不谈这些。当孩子降生，我们含辛茹苦把孩子养大，孩子从会说话到进入小学到长大，孩子突然

出现这样那样的问题，最难过最痛不欲生的是我们。

在柴阿姨的心里，在近20年家庭教育的过程中，我感觉是，有了孩子喜得慌。早晨听到廊坊地区鞭炮声不断，不知道今天有多少新人喜结良缘，一两年之后将迎接小生命的诞生，小生命的诞生给家庭带来很多快乐和幸福，我们作为家长对小生命寄予了很高的期盼，我们盼着孩子慢慢长大，我们为孩子付出了心血付出了辛苦，有了孩子喜得慌。孩子上了小学家长累得慌，每天得接得送，要听写要检查作业，要做很多事情，要被老师请去训话，要为孩子成绩不好着急。小学生家长是最累的。当孩子进入中学，眼瞅着孩子长大的时候，家长提心吊胆唯恐孩子在青春期出现这样那样的问题。从我内心来说，我真的希望跟全国各地的家长有更广泛地接触，柴阿姨愿意把自己这么多年听到的看到的想到的体会到的研究到的一些有关家庭教育的知识告诉给家长朋友们，使我们的家长多一分成功的喜悦少一分失败的痛苦，这是我这个快70岁的人还在这个领域乐此不疲的原因所在。今天在这么短的时间里，给家长提几点建议供家长朋友参考。

今天当家长是要学习的

可能在座的年轻爸爸妈妈们的父母在教育你们的时候没有学过家庭教育的知识，那时候也没有家庭教育学这个说法。从1988年开始有了家庭教育学，是北师大教育系第一个开办了这样一个学科。以前我们凭着老一辈传给我们的经验教育孩子，那时候的孩子多，在家庭中形成了天然的儿童的群体，在群体中大家相互照顾相互学习，有很多东西可以自然而然地产生。那个时期社会上是一个声音，我的两个孩子都是生在文化大革命时期，他们出

生的时候，我印象特别深的是整个社会就一个声音。孩子学唱的第一首歌是《东方红》，学会说的第一句话是“毛主席万岁”。有一次我抱着孩子有人问他：“你妈妈平常都上哪上班？上班需要做什么呀？”他说不上来，那个人告诉他“妈妈上班是为人民服务”，他接受的就是这样一个声音的教育。

今天不一样，今天孩子接受的是多元文化的影响，我们可以听到各种各样的声音，可以看到各种各样的信息，教育环境不一样。随着社会的不断发展，给孩子的成长带来很多有利的因素，生活水平的提高为孩子的健康成长创造了很多条件，但也可以看到有这样那样的负面影响。

可能在座家长小的时候两个孩子发生矛盾时，顶多会说“我告诉你妈妈”或者“我给你告诉老师”。听听现在孩子的语言：小时候两个孩子发生矛盾就会说“我杀了你”、“我弄死你”，孩子打开电视看到太多恐怖的东西，从电视中学到太多这样的语言。在座的各位年轻的爸爸妈妈从多大开始谈恋爱？到什么程度才说“我爱你”？对性知识有多少了解？现在孩子处在一个和以前大有不同的时代，孩子接触太多这方面的东西。有一个家长告诉我：“我的小儿经常学习的时候弄东西，我一看是个小的贴画，拿起来看就是卡通画也没有在意。他上学去了，我再拿出卡通画来看了看，想起他经常拿打火机在下面烤，我也用打火机一烤，结果卡通画都变成裸体女人像。”还有一个家长说孩子买的铅笔躺着放在铅笔盒里上面是图像，但拿起铅笔一写图像身上穿的衣服就都掉下去了。就是这些污染，让我们的家长有防不胜防的感觉。

基于各种情况，今天的家长如何把孩子培养成材？如何让孩子将来能在社会上立足？如何让孩子将来过得比我们好？这是每一位当家长的心愿，为此家长愿意学一些家庭教育的基本知识。

今天柴阿姨就一个话题简单和家长做一点介绍，作为家长要不断地更新自己的认识，了解不同年龄段孩子的生理心理特点，从而才能采取相应的教育手段。我的意思是家庭教育的方法绝对不能一成不变，有的孩子告诉我：“柴奶奶，我爸爸妈妈教育我，从小到我这么大不外乎说这样三句话：第一句是乖，第二句是听话，第三句是好好学习，我小的时候我爸爸妈妈对我和言悦色，会说‘孩子乖，孩子听话，孩子长大后要好好学习’，我上小学语调就变粗变高了，‘怎么不乖呀，怎么这么不听话，怎么不知道好好学习呀’。”这是家长教育失误的重要原因之一。

1. 学前阶段

学前阶段，孩子中心的生活内容是玩，家长需要注意的是不能让孩子昏天黑地糊里糊涂地玩，要在玩的过程中培养孩子的能力和兴趣。现在社会上对幼儿阶段的教育有一种偏颇的说法，恨不得孩子三四岁就开始学习小学的课程，甚至报纸上有“不要让孩子输在起跑线上”、“在入学前掌握常用字的70%”这样的宣传，我对这些说法始终持反对意见。孩子从3岁到学前这个阶段正是孩子各种品德各种性格各种能力打基础的阶段，但他的基础是在玩的过程中打下的，这个年龄段孩子的家长要在一个一个生动的故事当中让孩子学习，不用讲道理。有的家长说希望孩子有礼貌，出去就让他叫爷爷、叔叔，越让他叫他越不叫。不用和孩子讲更多的道理，编几个小故事反复地讲，只有这个阶段的孩子是听故事不厌其烦的，听一遍两遍三遍四遍二十遍都可以去听的阶段。我采访过一个非常好的家长，他说从幼儿园把孩子接回来，一个人做饭，另一个人给孩子讲故事。吃完饭三个人一起演一些小剧，爸爸当牛爷爷，妈妈演小山羊，孩子演小白兔，小山羊和小白兔去牛爷爷家做客，敲门问是否在家，牛爷爷热情款待，小山羊小

白兔告辞。在故事中蕴育了礼貌的教育，孩子在故事中学习东西。你想让孩子更聪明起来，你的关注点不是让孩子学习一个字，而是培养孩子的观察力、思维力、记忆力。我的小孙子今年10岁，在他1岁半的时候到我这来，我和他爷爷把他带到上幼儿园，在1岁半到3岁之间我们没有刻意教过他学习任何知识，他也没上过学前班，但他上学之后智商不比其他同学低，接受能力也比较强。我们培养孩子的观察力，将来孩子接受知识的时候，观察力、记忆力是接受知识非常重要的能力，很多家长忽略了这些。我们家里有很多蝴蝶标本，我们拿回一个新的蝴蝶标本，就让孩子看蝴蝶的前翅后翅有什么区别，看看颜色有什么区别，两个蝴蝶的尾突有什么不一样，触角有什么不一样。这是培养孩子的观察力，我们平常带着孩子时拉着孩子的小手一路走一路观察。还要培养孩子的记忆力，我们让孩子记住蝴蝶的样子，给他拿一本蝴蝶的图谱，找找有没有家里的这只蝴蝶，孩子第一次没找到，没关系让他再认真找第二遍，既培养孩子认真学习的能力，又培养了孩子的记忆力。小时候正是奠定基础的时候，各种能力的培养都不是在空口说教中进行的，而是在一个一个生动有趣的故事、生动有趣的活动中进行的，这是幼儿的特点。

2. 小学阶段

孩子从6岁开始就要进入小学阶段的学习，小学生有什么样的特点呢？当跨入小学大门时，他的生活内容要发生巨大的变化，他将结束以玩为主的生活进入以学习为主的生活。从这一天开始，孩子身上有担子有压力有约束了。我建议家长回去查一下“惟存网”，点击一下教材，会非常清晰地看出国家教委教育部对学生在学习上的具体要求，对认多少字学什么有非常明确的规定，这就是任务。从进入小学孩子就开始有任务了，这种任务感恐怕会一

直到退休了。对于6岁的孩子来说是个大的台阶，需要家长帮助孩子迈好这一个台阶。

一年级小孩的特点是他的精力集中时间只有15分钟左右，我们家长在安排孩子作业的时候，家庭作业千万时间不要过长，如果时间过长超越了15分钟的极限，就会酿成孩子一系列不良的学习习惯。有的家长和我说为了让孩子一进学校就打好基础，回家还给孩子安排很多家庭作业。有的家长对孩子说：“好好写，妈妈做饭，妈妈做完饭你写完了让你看动画片。”做一顿饭需要半个小时或者40分钟，这个阶段的孩子的精力集中只有15分钟左右，开始他还认真写，孩子写字很费劲，在他10分钟左右的时候还在认真地写。超过了自己的生理极限，他就会觉得很没劲，本来这个阶段的学习就是枯燥的，但他不敢走，怕妈妈生气不让他看动画片，就在小桌处打发漫长的时间。最吸引孩子的就是铅笔盒里的东西，最让孩子感兴趣的就是橡皮，用小刀把橡皮剥碎感觉其乐无穷，我的小孙子用铅笔在橡皮上捅窟窿，感觉十分好玩，实在没有东西可玩就坐在那开始浮想联翩，想蜡笔小新想奥特曼，想去幼儿园玩滑梯，人在但心跑了。这就是家长常说的孩子注意力不集中，从这时候就开始了。我想对家长说，给孩子安排的时间千万不要过长，要专时专用，要训练他有时间的概念。

还有个特点是孩子入学后在一年级时特别希望得到成年人的夸奖，我们有一年级的孩子就厌学的，就是不想去上学，这常常是因为孩子到了学校以后没有得到及时的赞扬。如果孩子从入学就处在一种被数落被批评的状态，孩子将是很难受的。有时候我看到家长骑自行车带着孩子一路走一路说“记住上课不许说话，下课不许打闹，发言要举手”，等一到学校孩子忘了，上课还这么做了，老师批评，再一留家长，就出现开始我们说的情况了。很

可能孩子从一入学就走入恶性循环的轨道。恰到好处地表扬自己的孩子，珍惜孩子拿回的小红花，虽然别的孩子一周拿一次你的孩子一个月才拿一次，也要非常高兴地把小红花贴在家里的显著位置，让孩子感受成功的喜悦。

再一个特点是这个年龄段的孩子感情依托和幼儿阶段有很大区别，幼儿阶段孩子的感情依托在爸爸妈妈身上，当孩子进入小学之后感情依托要有一个大的飞越，要从爸爸妈妈身上转移到老师身上。小学时老师的话对孩子来说就是圣旨，孩子进入小学以后和我们说的最多的一句话是“我们老师说”，明智的小学生家长要千方百计维系好老师在孩子心目中的威望，这个阶段学习目的、兴趣、克服缺点的勇气、改正缺点的决心就是情感，对老师的情感。小孩子的家长没必要讲更多的大道理，维系好这种情感将产生很多积极的因素。小学低年龄的家长请记住柴阿姨的一句嘱托：你的关注点不是教给孩子知识，现在孩子的智商都不低，接受学习知识不成问题，一年级孩子家长的关注点应该是在孩子良好的学习习惯、生活习惯的培养上。我再强调一遍，小学一年级孩子家长的关注点不是在具体知识点的辅导上，而是良好的学习习惯、生活习惯的培养上。习惯不是说出来的，而是训练出来的。

很快孩子进入小学的中、高年级阶段，四五年级的孩子属于小学的中、高年级，这个年龄段小孩的特点是：对成年人的依附关系开始松动。

孩子小时候依偎在家长身旁感到安全，但到小学中高年级开始有了自己的小秘密，有了自己的小主张。我10岁的小孙子有时会告诉我：“奶奶，你知道我有一个女朋友吗？”“奶奶，我们班选三好学生的时候为什么都不选那个人吗？”他开始有了自己的小秘密，自主意识增强了，接受了4年多小学的教育，脑子