

著名家庭教育专家何振10年教育精华

父母改1分 孩子好10分

何振 郭铭/著

他们是天生的“外交家”和这个世界上最好的“心理学家”。从小对孩子越放心，孩子就会越让你安心；从小对孩子越操心，未来孩子就越让你担心。溺爱是裹着蜜的毒药，越喝越甜，越久越毒。在一个家庭中，当一个父亲能主动承担起教育责任时，往往会比妈妈教得好，教得省心省力！

为什么你看了很多家庭教育书却还教育不好自己的孩子？

内心坚强才是品质优良。少给孩子打句号（定性、贴标签），多给自己打问号（琢磨、思考）。书籍是这个世界上最宝贵的商品。

父母越是喜欢为孩子做主，孩子未来就越会由他人做主。

婴幼儿期间受到的教育，终其一生都会起巨大作用。他们是天生的“外交家”和这个世界上最好的“心理学家”。从小对孩子越放心，孩子就会越让你安心；从小对孩子越操心，未来孩子就越让你担心。溺爱是裹着蜜的毒药，越喝越甜，越久越毒。在一个家庭中，当一个父亲能主动承担起教育

来就会由他人做主。孩子大多数的问



YZLI0890156951

未来孩子就越让你担心。

始。从小不让孩子吃苦，孩子未来就要受更多的苦。不要为了孩子学习成绩的优异，而丢掉了为“人”的品质。学习成绩好只是外表华丽，勤劳肯干和内心坚强才是品质优良。少给孩子打句号（定性、贴标签），多给自己打问号（琢磨、思考）。

优秀的孩子背后必有优秀的父母……

婴幼儿期间受到的教育，终其一生都会起巨大作用。他们是天生的“外交家”和这个世界上最好的“心理学家”。从

教育好孩子从改变自己开始……

越让你担心。溺爱是裹着蜜的毒药，越喝越甜，越久越毒。在一个家庭中，当一个父亲能主动承担起教育责任时，爸爸往往会比妈妈教得好，教得省心和省力！父母越是喜欢为孩子做主，孩子未来就越会由他人做主。孩子大多数的问

广西科学技术出版社 孩子吃苦，孩子未来就要受更多的苦。不要为了孩子学习成绩的优异，而丢掉了为“人”的品质。学习成绩好只是外表华丽，勤劳肯干和内心坚强才是品质优良。少给孩子打句号（定性、贴标签），多给自己打问号（琢磨

何振家庭教育精华

孩子越小越好教育，教育起来就越省力，这是教育中颠扑不破的真理！

婴幼儿期间受到的教育，终其一生都会起巨大作用。

他们是天生的“外交家”和这个世界上最好的“心理学家”。

从小对孩子越放心，孩子就会越让你安心；从小对孩子越操心，未来孩子就越让你担心。

溺爱是裹着蜜的毒药，越喝越甜，越久越毒。

在一个家庭中，当一个父亲能主动承担起教育责任时，往往会比妈妈教得好，教得省心省力！

父母越是喜欢为孩子做主，孩子未来就越会由他人作主。

孩子大多数的问题都是由我们施教者不当的教育造成的。停止抱怨，纠正错误的教育方式是教育好孩子的开始。

从小不让孩子吃苦，孩子未来就要受更多的苦。

不要为了孩子学习成绩的优异，而丢掉了为“人”的品质。

学习成绩好只是外表华丽，勤劳肯干和内心坚强才是品质优良。

少给孩子打句号（定性、贴标签），多给自己打问号（琢磨、思考）。

书籍是这个世界上最宝贵的商品。它包含的不仅是知识，更是思想。

上架建议：家庭教育·育儿

ISBN 978-7-80763-712-7



9 787807 637127 >

定价：29.00元

[著名家庭教育专家何振10年教育精华]

父母改1分 孩子好10分

何振 郭铭/著



YZLI0890166951

 广西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

父母改1分, 孩子好10分/何振, 郭铭著. —南宁: 广西科学技术出版社, 2011.12

ISBN 978-7-80763-712-7

I. ①父… II. ①何…②郭… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第218399号

FUMU GAI 1 FEN, HAIZI HAO 10 FEN

父母改1分, 孩子好10分

作 者: 何 振 郭 铭
策 划: 张桂宜
责任编辑: 张桂宜 张 俊
责任审读: 张桂宜

装帧设计: 红杉林文化
责任印制: 韦文印
责任校对: 曾高兴 田 芳

出 版 人: 韦鸿学
社 址: 广西南宁市东葛路66号
电 话: 010-85893724 (北京)
传 真: 010-85894367 (北京)
网 址: <http://www.gxkjs.com>

出版发行: 广西科学技术出版社
邮政编码: 530022
0771-5845660 (南宁)
0771-5878485 (南宁)
在线阅读: <http://www.gxkjs.com>

经 销: 全国各地新华书店
印 刷: 中国农业出版社印刷厂
地 址: 北京市通州区北苑南路16号
开 本: 710mm×980mm 1/16
字 数: 160千字
版 次: 2012年1月第1版
书 号: ISBN 978-7-80763-712-7/G·233
定 价: 29.00元

邮政编码: 101149

印张: 18
印次: 2012年1月第1次印刷

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。
服务电话: 010-85893724 85893722

致谢何振老师

我是一位普通的妈妈，有个可爱的女儿，我非常爱她。

从她出生开始，我就想要好好教育她，我几乎把工作之余的时间都倾注在她身上。可是随着女儿一天天长大，我发现她并不像我心中期望的一样活泼开朗、聪明懂事，更多时候是任性娇气和依赖我，遇到一点问题就大哭大闹，让我十分揪心。

为了女儿，我几乎放弃了自己的娱乐和爱好，全身心地付出却教不好她。我不知所措，焦虑和困惑一起袭向我，让我深深体会到了一句话：只有一颗爱孩子、愿意付出的心是不够的，还应学习科学的教育方法。

从那时起，我开始看家庭教育书籍，也从网上搜索解决孩子问题的方法，学习的过程让我发现自己犯了很多错误，要教育好孩子必须走出教育的误区和改变自己的教育方式，才能让女儿更好地成长。

我开始想，面对孩子的缺点不能眉毛胡子一把抓，先从一个问题入手，如：她遇到一点问题就哭闹的毛病，我用了很多方法：以身作则，给孩子当镜子；学具体方法，马上仿效去用；看赏识教育的VCD，多用鼓励的话语；向孩子发出“我”的信息，让她理解“我”的感受……我积极地尝试着，屡试屡败让我身心俱疲和迷茫：“这么多好的教育方法，改变了成千上万的孩子，为什么用到我家孩子身上却偏偏没效果了呢？”

在我最焦虑和困惑的时候，遇到了何振老师，他的观点和语言领我真正走进了教育的大门。他告诉我：教育是一个“悟”的过程，悟有两个

方面：一要悟孩子的所思、所想和所行，二要悟教育的原理与方法。每一个家长在教育孩子的过程中都要经过悟和思考才能找到教育自己孩子的方法。在何振老师谈到的“教育四悟”中，我只是开始领悟，有了教育意识却没有好好思考自己的教育行为，没有醒悟，更没有觉悟和顿悟。

于是，我开始静心思考，面对孩子的问题，我开始用何振老师给我的方法来调整自己的教育言行，慢慢地，我找到了问题的根源：以前我只为解决问题寻找方法，生搬硬套，追求速成，我总在不停地学方法、换方法，却不能透过方法看到教育的本质。每当我自省，反复将学到的理念想了去用，用了又想时，明白了悟的含义，明白了支撑每一种方法背后的理念究竟是什么。当走进懂孩子和会教育的大门时，我发现教育孩子是一件快乐、有趣的事情。

与此同时，我把教育女儿的过程通过日记的形式记录了下来，记录了我从领悟到醒悟，再到觉悟的过程，何振老师给了我很多的建议和指导。在整理日记的过程中，我又深刻感受到两点：一是要提高自己对教育的认识，要与孩子建立良好的关系；二是我们要放开手培养孩子的独立自主能力，才能让孩子在经历中茁壮成长。

随着我的改变，女儿变得越来越独立，学习上的变化也让我欣喜，在70多人的大班级里，女儿的成绩由倒数第12名，进入了前10名。这种种的变化让我深信——每一位家长都能通过学习教育好自己的孩子！

最后，我要再次对何振老师的帮助致以诚恳的谢意！他的观念深深地影响了我，没有他的引导与帮助，我不会有如此大的变化与进步。

轩妮敬上

有句话说：十年只做一件事，不是专家，也会是行家！

因为孩子和对教育的热爱，我在这条路上已走了11年。在这11年里，从没停止过自己的脚步和对教育的思考！因为思考和执着，让我从一个不懂教育、束手无策的家长成长为一位实践教育、研究教育的工作者。

11年的经历让我得出两句话：1.有多少教育的忽视，就会有多少教育的悲剧；2.只要你多琢磨孩子、肯付出和在实践中思考，就是小学文化也足以教育出一个优秀的孩子。这没有疑问。

教育孩子没有高深莫测的学问，习惯的培养都来自日常生活。

学习家庭教育，本书中的教育孩子六字诀“多想、少说、少做”和教育孩子“魔法”三步法能大大地帮助你。

学习教育孩子最有效的方法是“慢”，慢就是快。教育不能急，看书先不要求快和贪多，而且只看一本书，咬住你最感兴趣的那章看，看得越慢越好。吃透那一章并力行实践，最后会发现你的进步是飞快的，而且是质的变化。我曾看过一篇教育文章，两个月内我看了不下20遍，反复琢磨，十年来没有间断。慢，让我悟到了其中的方法和规律，并建立了自己的教育思想。

讲学的过程非常辛苦，记忆最深的要数在杭州富阳市，12天讲

了27场课，累极了。让我感动的是在这12天里市妇联的朱琳莲和教育局的郑水泉等领导每一天都陪着，即使如此累，他们两位对工作高度负责的态度和无数家长渴望的眼睛，让我每一次走上讲台时，总是精神百倍。

在今后的日子里，希望能看到更多的教育部门和学校把家庭教育重视起来。作为教师（尤其是班主任）也要多学习科学的家庭教育方法与理念，用友好、诚恳和耐心的态度来引导家长，家长也要听得进老师的话，不要因为点滴的冲突，就酿成家校不和的局面。

我对教育充满了热爱，曾有位朋友问我：“假设有一天你是千万富翁了，你还给家长讲课吗？”我未做任何停顿地回答：“会的！因为我喜欢！”

也曾有人对我说：“何老师，你课讲得真好！但凭你一人之力，你可以改变那么多人吗？”我说：“不能。但我讲课有个信念，300人中哪怕只有一人听我讲课而转变，我就可以带着微笑睡觉。因为这位家长教育行为的改善，他孩子的命运也会随之改变。”

再小的力量，也是对社会的一种支持。

在教育孩子的路上，没有人可以轻松走过。谁在这条路上有付出，谁就会有收获；谁在这条路上实践和思考得多，谁就会绽放思想的光芒。

是为序。

何振于浙江杭州

2011年1月

拯救家长

湖南神童魏永康的故事想必大家都有耳闻。

神童魏永康两岁就认识了1000多个汉字，4岁就掌握了初中的课程，8岁上县重点中学，13岁以高分考上重点大学，17岁考上中国科学院硕博连读。但是，他很快就因生活自理能力太差，人际交往能力太差、知识结构不适应中科院的研究模式被退学，走过了从神童到退学的人生历程。

魏永康的母亲对孩子除了学习没有别的要求，于是，魏永康的童年除了学习，没有伙伴，没有课外书，也没有玩具。他的生长环境被割裂了。魏永康的母亲还振振有词：“我从来没有让他洗过衣服、袜子，头都是我给他洗！”可怜呀，委屈的家长到了这个时候还不明白包办代替不仅限制了孩子的成长，而且扼杀了孩子的童年；只抓孩子的学习，偏离了教育的根本方向。这绝不是个别家长的教育思想！这样的家长的确需要拯救了。

现实的确需要对家长实施家庭教育知识和能力的培养。这绝不是忽悠！因为，大多数家长并没有做好教育自己孩子的准备。有调查表明，真正认识到自己对子女教育负有责任的家长只占15%，85%的家长认为孩子只要衣食不缺就可以了。于是，产生了许多令人扼腕叹息、啼笑皆非的错误。有的家长推卸责任，放弃家长的责任和义务，认为子女教育全部是学校的事情。有的家长只重知识学习，轻素质教育，不懂知识学习只是素质的一小部分；不明白高分成绩的取得不仅要靠智力水平，更要靠非智力因素优秀。有的家长对孩子的期望值过高，盲目地套用别人成功的教育方法，照葫芦画瓢。有的家长食古不化，照搬照抄老一辈传统的家庭教育方法。有的家长物质投入有余，精神关爱不足，缺乏与孩子的沟通。有的家

长包办代替，剥夺了孩子成长过程中应有的经历和体验，等等。家长的错误真的有点“罄竹难书”。

这些错误和认识误区严重阻碍了孩子的成长，而家长却不自知，直到严重的错误产生了之后，才痛悔当初。然而悔之晚矣——独生子女，成功就是百分之百的成功，失败就是完完全全的失败。世界上没有卖后悔药的，家长要想避免失误，只有认真、负责任地学习家庭教育知识，了解掌握孩子成长的规律。

我们家庭教育所面临的环境在全世界是独一无二的，是中国第一代独生子女教育第二代独生子女，是在网络和市场经济环境下培养孩子。在这种环境下需要家长转变观念，家长的观念就是孩子的起跑线。你的观念不正确不超前，孩子的教育就无法成功。这个观念就是：家长是孩子教育的主要责任人。在学校一个班五六十个学生，老师哪有精力去关注每一个孩子，只有家长是二对一，家长不承担责任谁来承担责任呢。社会、学校和老师好不好，家长不能把握，家长只能对自己的教育观念和方法进行有效控制。所以说，家长才是孩子教育的主要责任人。

今天的家长一定要按照市场经济规律的人才需求来培养自己的孩子，家长必须重视孩子的素质教育。素质教育的核心是培养孩子拥有良好的思维方式、良好的行为习惯、良好的非智力素质！比如，首先培养孩子的情商，情商高成功的概率就高。比如，要教育自己的孩子懂得什么事情都得靠自己，自力更生，奋发图强。

家长要讲究教育方法，最主要的就是家长一定要懂儿童心理，用孩子喜欢、能够接受的方式教育孩子。孩子有毛病没有改，就是家长的教育方法没有改。

家庭教育是教育人的起点和基点，具有连续性、感染性而且延续终生的特点。

家庭教育是学校教育的基础。不管你愿不愿意，在婴儿出生的第一时间就已经开始了——家长的喜怒哀乐、言语表情都在潜移默化地对婴儿进行教育。所以家长对儿童所施的教育最具有早期性。美国心理学家布鲁姆认为，一个人的智力发展如果把他本人17岁达到的水平算作100%，那么4岁时就达到了50%，4~8岁又增加了30%，8~17岁又增加了20%。幼儿是智力和情感发展最迅速的时期，也是进行早期教育的最佳时期。

由于父母子女间的血缘关系、抚养关系、情感关系，家庭成员的根本利益的一致性，都决定了父母对子女有较大的制约和影响。父母的教育易被孩子接受，家长合理地利用这一特点，对孩子良好品德和行为习惯的形成是很有益处的，如果这种关系出现了裂痕和缺陷，孩子在成长的过程中就会出问题。

父母与孩子之间血缘关系和亲缘关系的天然性和密切性，使父母的喜怒哀乐对孩子有强烈的感染作用。孩子对父母的言行举止往往感受细密，心领神会，以情通情。在处理发生在周围身边的人与事的关系和问题时，孩子对家长所持的态度很容易引起共鸣。所以，家长的喜怒哀乐，时时刻刻都在对孩子心理品质的培养起到消极或积极的作用。

因此说，家长的教育水平左右着孩子成长的方向和发展的程度，有什么样的家庭教育，就有什么样的孩子。要想给孩子一个好前程，使孩子成长顺利，符合社会对人才的要求，家长就应该认真学习家庭教育的理念、方法、规律和原则。

家长不懂教育不可怕，可怕的是不愿意学习。

何振老师的教育经验和理论具有很强的哲理性和操作性，对广大家长学习和掌握家庭教育的理念、原则、方法很有启发和帮助，我愿意推荐给大家，让家长们在学习家庭教育的过程中，能有更大的收获。

郭铭

上篇

父母必知的教育理念与方法 001

目录
Contents

- 教育的目标与方向 004
- 优秀人才应具备的3种素质 009
- 家长做好三件事，孩子未来必成才 017
- 家庭教育的三个阶段 020
- 悟是教育的唯一捷径 024
- 周弘赏识教育的五次飞跃 029
- 鼓励过多会失效 034
- 教育孩子六字诀 037
- 红绿灯的教育哲学 045
- 家长前进一小步，孩子就会前进一大步 047
- 教育孩子“魔法”三步法 048
- 把握第一次 053
- 用记录来规范教育行为 056
- 学会闭嘴与思考，能让问题减少一半 059
- 教育实例：我是如何教孩子的 063
- 教育中的三角原理 064
- 保持教育的一致性 070
- 夫妻教育观点不一致怎么办 078
- 给父亲的三个建议 081
- 教育的核心：接纳与沟通 084
- 孩子的求知欲是个无底洞 091
- 谨慎参加训练营 094

教育孩子要注意3个问题 100

环境改变一个人 103

世界上最伟大的教育原则 105

教育孩子的十个最佳时机 107

犹太人的教育 109

中篇

培养孩子的学习习惯 111

学习兴趣和习惯的培养 114

教会孩子自己检查作业 125

善比能让孩子进步 130

培养孩子认真审题的习惯 132

孩子抄作业背后的积极因素 134

孩子写作业拖拉怎么办 136

培养孩子日常复习的习惯 143

利用正面强化培养孩子记忆力 145

学习习惯培养记录表 150

你的孩子不会是“差生” 152

教育中的三个一点 156

孩子上学三不带 160

幼儿可不可以学习小学知识 164

如何教婴幼儿识字阅读 169

会识字不等于会阅读 173

让孩子喜欢阅读的三条途径 176

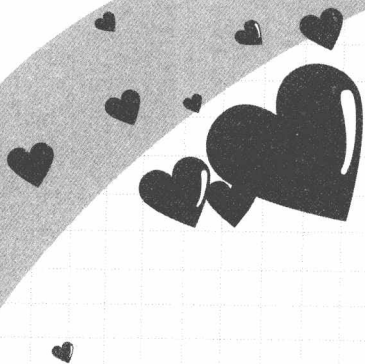
- 怎样为孩子读故事 178
- 注意力的培养与练习 179
- 怎么为孩子选择兴趣班 194
- 如何奖励孩子 201
- 如何让老师喜欢你的孩子 205

下篇

培养孩子良好的行为 213

- 从小要教会孩子一句话 216
- 如何培养孩子的独立能力 219
- 让孩子为自己的行为负责 223
- 独立能力培养记录表 229
- 教育“五自” 232
- 如何培养孩子的自信心 234
- 孩子动作慢怎么办 237
- 教会孩子积累财富和支配 239
- 怎样帮助孩子驱除恐惧心理 244
- 教育中的魔力词 246
- 引导孩子看电视妙法 250
- 两种方法可让孩子不看电视 253
- 孩子上网成瘾怎么办 257
- 教育孩子学会礼让 266

后记：我如何培养儿子的思考能力 269



上篇

父母必知的教育理念与方法



明白教育孩子要教育什么，这比什么都重要。

本章可以解决你看了很多书却还不会教育孩子的问题。

理念为本，方法为纲。理念可以让你明确方向，理念可以让你少走弯路。

只要你掌握了正确的家庭教育理念，你就能触类旁通，就可以延伸出千变万化的方法。那种寻医问药、追求速成、只盯着方法着急的家长永远都像热锅上的蚂蚁，找不到出路。他们往往不愿意静下心来学习稍显枯燥的理念，忽视的恰恰是最重要的东西。

在我教育孩子的过程中，正是因为我理念正确，清楚知道“哪些事可以做，哪些事不能做”，让我在教育儿子的道路上少走了许多弯路，节省了大量的时间和金钱，更重要的是孩子的成长顺利了许多。
