



刘道溶◎著

她是学校『科学小组』中唯一的女孩；

她独自赴美国读高中，GPA成绩高达4.27，成为获得全校老师赞成票的『优秀毕业生』；

她曾收到美国12所大学的录取通知书，最后跨入了爱因斯担、钱学森曾执教的加州理工学院；

她在讲台上与世界著名物理学家霍金同台对话……

让孩子 顺应天赋成长

与霍金
对话的中国
女孩培养
之路

这是一位心理咨询师妈妈呕心沥血、全力以赴的教育心经：

- 顺应孩子的天赋，让爱好物理、计算机的女儿成为一名优秀的『理科女』；
- 尊重孩子的成长规律，让女儿热爱生活、淡泊名利、全面成长。



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



好妈妈书架

让孩子 顺应天赋成长

刘道溶◎著

与霍金
对话的中国
女孩培养
之路

这是十位心理咨
全力以赴的教育

• 顺应孩子的天赋，
的女儿成为一名优秀的「理科女」；
物理、计算机

• 尊重孩子的成长规律，让女儿热爱生活、
淡泊名利、全面成长。

妈妈呕心沥血、

机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

本书是一名心理咨询师兼教育工作者二十多年来的家庭教育手记，是她多年心血的凝结和科学教育理念、教育方法的具体实践，本书详细记录了作者如何从智力开发、品格培养到社会实践等方面用心培养女儿，使她顺利地进入全美最优秀的大学之一——加州理工学院，并且在人才济济的大学中不仅学习愉快，而且能够全面展现自我，多才多艺地成长，丰富多彩地生活。

本书所传递出的积极正面的教育理念和教育方法值得每一位家长学习、借鉴，相信每一位妈妈都可以培养出优秀的孩子！

图书在版编目（CIP）数据

让孩子顺应天赋成长：与霍金对话的中国女孩培养之路 / 刘道溶著. —北京：机械工业出版社，2012.8
ISBN 978-7-111-39415-0

I. ①让… II. ①刘… III. ①女性-家庭教育 IV.
①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2012）第 178538 号

机械工业出版社（北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037）

策划编辑：谢欣新 刘文蕾 责任编辑：刘文蕾

版式设计：张文贵 封面设计：吕凤英

责任印制：乔 宇

三河市国英印务有限公司印刷

2012 年 9 月第 1 版 · 第 1 次印刷

169mm × 239mm · 14.5 印张 · 8 插页 · 234 千字

标准书号：ISBN 978-7-111-39415-0

定价：32.80 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心：(010) 88361066

教材网：<http://www.cmpedu.com>

销售一部：(010) 68326294

机工官网：<http://www.cmpbook.com>

销售二部：(010) 88379649

机工官博：<http://weibo.com/cmp1952>

读者购书热线：(010) 88379203

封面无防伪标均为盗版



前言

谁都有可能教育出优秀的孩子

我和所有的母亲一样，无数次凝视着襁褓中孩子的小脸，在心中默默地祈祷：可爱的小宝贝，快快健康长大吧，长大后成为一个有出息的孩子。

时光荏苒，匆匆地跨过二十多个春夏秋冬。现在，我的女儿已然成为一个独立、自信、开放、有韧性和有责任心的人。读中小学时她学习成绩优秀，兴趣爱好广泛；17岁她独自远赴美国读高中，GPA成绩高达4.27，成为伯克夏中学（Berkshire School）“优秀毕业生”；19岁她收到美国12所大学的录取通知书，被享誉全球的加州理工学院物理系提前录取，跨入了爱因斯坦、钱学森曾经执教的大学校园；21岁时她站在讲台上与世界著名物理学家霍金同台对话……

我为女儿自豪，也因为女儿而更加“出名”。

“她就是刘诗仪的妈妈”，至少在深圳，有一些朋友会向别人这样介绍我。

“啊，原来你就是刘诗仪的妈妈！”对方一般都会不自觉地表现出惊讶、羡慕的表情。

当我们聊起家庭教育这个话题时，他们渐渐意识到刘诗仪之所以这么优秀，并不是她天生就是一个聪明绝顶的孩子，家庭教育才是最重要的因素。

有一位母亲曾经感慨地对我说：“假如我再生一个孩子，就知道怎么更好地教育他了。”

“假如我再生一个孩子，我真的想不出用什么更好的方式来教育他了，因为

我每天都已经全力以赴了”，我真诚地表达着内心深处的感受。

许多父母说自己在孩子身上投入了几乎所有的时间和精力，已经做到了“全力以赴”，但孩子并没有达到自己的期望，甚至令自己很失望。在我看来，“全力以赴”不仅仅是父母正在为孩子做什么，或者已经为孩子做了什么，更重要的是要考虑怎样去做、以什么样的方式去做才能收到最好的教育效果。

有人可能会说，“你是当老师的，天天搞教育，当然懂得怎样教育孩子”，其实，有的老师教育学生很在行，一遇到自己的孩子就束手无策了。所幸的是，我和丈夫刘根平始终都把教育孩子作为我们的“头等大事”，抽出不少时间来深入思考怎样做才能教育好诗仪。因为，我知道孩子的成长是一条单行线，错过了就永远错过了。

世界上没有两片完全相同的树叶，孩子与孩子之间也存在着各种各样的差异。就智力水平来说，诗仪的智力和大多数孩子的智力没有多大差别，关键在于父母怎样根据孩子的天性来因材施教。

我教育诗仪有两个重要法宝：顺应孩子的天赋实施家庭教育；遵循孩子身心成长的自然规律实施家庭教育。

诗仪出生在寒冷的东北，幼儿时很少接触人，性格有些内向、胆怯，这种孩子极其需要心理安全感，于是我经常鼓励她，做事给她选择的机会，帮助她树立自信；诗仪智力正常、身体健康，我从她幼儿时期就开始训练她的观察力、注意力，开发她的右脑学习能力，为她上小学打下了很好的学习基础。在她每一阶段的成长过程中，我都尽力“预测”到她可能会面临的一些问题，从她健康成长的角度出发，而不是从父母的愿望出发，启发她独立思考，让她学会分析、辨别与选择。

读完这本书后，有些读者可能会觉得诗仪从小到大的成长轨迹非常完美、顺利。我则认为，一个人的成长绝不可能一帆风顺。诗仪读高中时遇到不小的学习挫折，17岁独自赴美求学，初到一个完全陌生的环境，她所面临的困难都需要她自己去面对、解决，只是我们一直强调的正向教育方式让她从小就学会积极思考、分析与解决问题的方法，让她怀有一种乐观的心态与人相处，遇到困难时也往往能迎刃而解，不致于给她带来太大的困扰。

我曾做过四年大学教师、四年中学教师、两年小学心理辅导教师和两年幼儿园园长。2001 年至今，我一直负责深圳市南山区中小学心理健康教育工作，有机会接触到数百个因为家庭教育失误而导致孩子在成长过程中出现学习困难、情绪障碍、人际障碍及上网成瘾等问题案例。作为一名心理咨询师，我在接待来访者时，经常说的一句话是：“你不能改变的是什么？你可以改变的是什么？”孩子不能改变他们出生的家庭，但父母可以在学习与思考中不断改善家庭教育的方法。从这个角度来说，每一位父母都有可能教育出优秀的孩子，关键是大家是否用心，是否能够摸索出适合自家孩子的教育方法。

生命充满了神秘感，既是偶然，又是命运。我感谢诗仪在我 27 岁那一年来到我的身边，让我学会尊重一个人的生命和成长，学会做一个母亲，并品尝到孩子健康成长给我带来的幸福和快乐！



前 言 谁都有可能教育出优秀的孩子

第一章 早教从家庭开始

1. 尽早培养孩子的观察力/2
2. 帮助孩子建立时间观念/6
3. 抓住“关键期”，训练孩子的注意力/9
4. 鼓励孩子看卡通片和漫画书/15
5. 孩子的心事需要猜/20
6. 有安全感的孩子独立性强/24
7. 让孩子多使用右脑/30
8. 早期识字阅读好处多/34
9. 做一个敢于承认缺点的妈妈/38

第二章 培养孩子的多元智力

1. “沉得住气”是一种情商/44
2. 让孩子自己选择“兴趣班”/50
3. “抓大放小”，只教孩子最重要的事/55
4. 女儿学习成绩好的秘诀/60
5. 当孩子犯错时要正确施教/66
6. 不要剥夺孩子承担责任和付出爱心的机会/69
7. 引导孩子正确地使用网络/74

8. 坚决不娇惯孩子，让她学会分享与合作/78
9. 让孩子学做一名“小老师”/83
10. 帮助孩子建立健康的两性关系意识/88
11. 会玩的孩子有出息/93
12. 做一个“弱势”的妈妈/98

第三章 在社会实践中成长

1. “获奖专业户”的背后/104
2. 请校长为自己颁奖/109
3. 允许孩子有自己的“青春偶像”/113
4. 两次参加“儿童论坛”/120
5. 转学风波/124
6. 让孩子正确面对考试/128
7. 做一个会“忍”的妈妈/132

第四章 人生需要挫折与规划

1. 挑战高中的学习困难/140
2. 各类竞争活动磨砺心志/145
3. 高中生的苦与乐/149
4. 规划出国读书/152
5. 参加美国中考/156
6. 申请美国高中/160
7. 做一个会倾听的妈妈/165

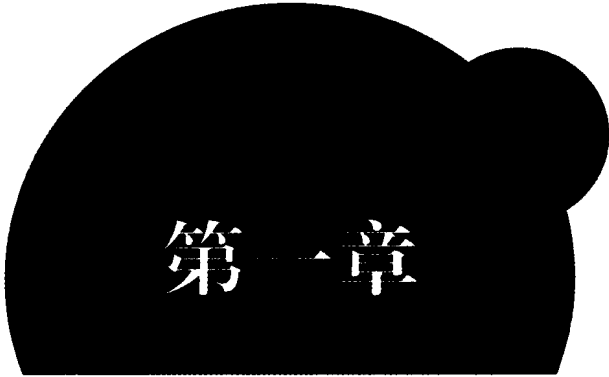
第五章 PK 美国高中生

1. 喜忧参半的国外求学初体验/168
2. 适应美国高中校园生活/171
3. 力争成为校乐队的“一号长笛”/175
4. 一学期内选修八门课程/178

5. 美国高中对学生的评价方式/181
6. 节假日里长见识/185
7. 报考美国大学/188
8. 成为伯克夏中学“优秀毕业生” /192
9. 做实习生的乐趣/195
10. 妈妈应该成为孩子最亲密的朋友/199

第六章 考入加州理工学院

1. 被加州理工学院提前录取/204
2. 做全美“最用功的学生” /209
3. 校园内活跃的本科生/212
4. 与“科学大师”霍金对话/215



第一章

早教从家庭开始



- ◎ 尽早培养孩子的观察力
- ◎ 帮助孩子建立时间观念
- ◎ 抓住“关键期”，训练孩子的注意力
- ◎ 鼓励孩子看卡通片和漫画书
- ◎ 孩子的心事需要猜
- ◎ 有安全感的孩子独立性强
- ◎ 让孩子多使用右脑
- ◎ 早期识字阅读好处多
- ◎ 做一个敢于承认缺点的妈妈

1 尽早培养孩子的观察力

我是一个粗心大意的人，比如经常想不起来在什么场合说过什么样的话，丢三落四更是常见的事情了。但我有一个做事细心、记忆力极好的女儿。我觉得她有这样的优点，与我重视培养她的观察力有关。

记得在怀孕七八个月时，一次闲逛书店，我看到日本木村久一写的《早期教育和天才》一书，如获至宝，我甚至顾不上吃饭，一口气读完了那本书。书中有一句话令我很震撼——“早期教育要从婴儿期开始”。

于是，我的女儿诗仪一出生，我便开始实施家庭早期教育计划，除了培养她的身体协调能力外，我更重视对她知觉能力的培养，比如用不同的色彩刺激她的视觉，摇晃拨浪鼓激发她的听觉，让她用小手触摸材质不同的物体，还不停地对她轻声说着所能看见到的任何东西，令这个刚刚降临到世界上的小宝贝感受到身边的环境是如此丰富多彩并充满趣味。

诗仪第一次接触自然环境的表现令我大吃一惊。

在诗仪11个月大的时候，在一个晴朗的上午，我推着她缓步走在东北师范大学附近的街道上。刚下完雪的地面上覆盖着薄薄的一层雪花，眼前一派银装素裹的景色。突然，诗仪开口说：“烟囱，冒烟了”，我一抬头，不远处的确有一座高高的烟囱。又一想，这半个月天公不作美，一直在下大雪，我并没有机会带她出门呀，肯定是她以前见过这个烟囱，脑子里有“烟囱”这个东西的概念。诗仪小小的脑袋竟有如此强大的信息存储能力，这让我兴奋不已。

后来，不管走到哪里，身边的一切都是我和诗仪观察的对象。观察，已然成为诗仪日常生活中的最大乐趣。

从脑科学的角度来看，一个人对周围的人和客观事物的认识是一个不断



接受信息刺激和强化记忆的过程。孩子一出生，他的大脑就具备了接受信息的条件，关键是，父母给予孩子什么样的信息刺激，孩子就会很自然地在脑子里强化这类信息，时间长了就会永远印刻在孩子的记忆里。有的父母认为，刚出生的孩子太小，只需要吃饱喝足就行了，学习是长大以后的事情。其实不然，我们不能忽略孩子天生就具有的好奇心和探究的需要。

观察，是满足孩子好奇心和探究欲望的基本条件，是孩子集中注意力思考问题的重要前提。

诗仪一岁半时，我的日记里有这么一段话：“诗仪有很强的好奇心，喜欢观察周围的一切。看见数字‘1’时会说‘1是筷子’，看见‘3’时会说‘3是月亮弯弯’”。可见，观察让孩子有了学习、探究的兴趣，同时也激发了孩子丰富的想象力。孩子能够把所见的信息在脑子里存储起来，和原有的信息进行整合、加工，并在需要的时候有效地提取出来，这都有赖于敏锐的观察力。

平常，我在家里喜欢和诗仪一起玩“观察小游戏”，比如先教她认识卡片上的各种小动物，然后我会用手捂住卡片上小兔子的大半身，只露出兔子的腿，让她说出小动物的名字。诗仪非常喜欢这个游戏，她认真观察每一张卡片上的小动物的特征，牢记于心，每次都能准确无误地猜对小动物的名字。

记得诗仪一岁多时，我经常抱着她去离家不远的书店。一天，诗仪在书店看见一摞书下面斜压着一张动物卡片，她指着卡片上露出的那个动物的尾巴说“豹子”，这令书店老板甚感惊奇。

老板决定对诗仪现场测试一下。他取出十多张动物卡片，先是用手捂住卡片上小动物的一部分身体，然后问诗仪“这是什么？”

诗仪一口气猜中了书店老板手里的十几张卡片上的小动物，这使得他确信诗仪比一般孩子要聪明，他一个劲地向我讨教怎样才能把孩子教育得这么聪明。

“每一个孩子都能做到，只要父母在孩子很小的时候就注意培养他们的观察能力，”我笑着对他说。

其实，适合幼儿观察能力训练的小游戏很多，父母也可以利用身边的物品与孩子一起做观察游戏，比如在空罐内分别放入大豆、大米、积木、糖果和纸团等物品，盖上盖子，让孩子在反复摇晃中体会不同材料在罐子里发出的不同声响。

“捉迷藏”也是训练孩子观察能力的家庭游戏，因为孩子需要观察什么位置最适合隐藏。起初，诗仪老是躲在窗帘后面，两三次之后，她观察到家里还有其他地方适合躲藏，于是每一次玩捉迷藏游戏，她都会换一个位置藏起来。

对孩子有意识地进行观察能力的训练会让他对周围的一切事物都充满好奇心。

有一次，四岁多的诗仪站在家里的一把大椅子上，手上高高举着一个塑料袋，我问她在做什么，她说：“我想看看，没有风，塑料袋还飘得动吗？”

“电灯泡的丝断了，打开开关会耗电吗？”、“树叶的一面是绿的，为什么另一面是白色的呢？”这些都是诗仪在生活中观察到的现象，由此激发了她探究问题、想办法解决问题的欲望。

不少父母抱怨孩子写作文吃力，我觉得主要原因是孩子缺乏主动学习的愿望，尤其缺少观察生活的机会。试想，如果孩子满脑袋都是灌输进来的知识，那他怎么可能会把这些知识生动地描述出来呢？

诗仪从小到大没有参加过作文写作补习班，从未读过“作文范例”之类的书，所写皆所见。上小学三年级时，她在一篇描写蚂蚁的作文中写道：

有一天，我刚刚放学回家，一进门就看见洗手间门前有一大堆黑色的东西在移动。我吓了一跳，不由得往后面退了几步。再仔细一看，原来是许许多多比芝麻还大一点的小蚂蚁。只见几只雄蚁大摇大摆地走在前面，数只兵蚁在中间使劲扛着一只大虫子：它们有的用嘴咬，有的用头顶，摇摇晃晃地向前走。我进一步观察发现，蚂蚁不时地用头部和对方接触，原来它们在对话呢！那只可怜的大虫子不停地黑色的蚂蚁身上挣扎，最后精疲力竭，不能动弹。当蚂蚁群把那只大虫子抬到洞口时，洞里涌出许多蚂蚁争咬那只虫子：有的把虫子往洞里拖，有的干脆就在洞口饱餐一顿。没过了一会儿，大虫子就剩下一张青

色的皮了。

语文老师在诗仪的作文本上写下了这样的评语：“你是一个善于观察的孩子，继续保持这个好习惯吧”。

观察力是提升学习能力的重要品质，更是培养孩子理性思维的好方法，还可以帮助孩子适应不同阶段的社会生活。

在诗仪去美国读书之前，我对她说：“你到了美国学校，首先要观察美国中学老师和中国中学老师在教学上有什么不同，观察美国同学之间沟通时是怎样说话的，这样可能会帮你尽快适应那里的生活。”一个月过去了，我和诗仪在 MSN 上聊天，她告诉我她已经和所有的老师“打成一片”，很有同学缘。

爱心小贴士

怎样培养孩子的观察能力？

(1) 观察要有对象。身边的事物是幼小孩子最好的观察对象。父母需要明确孩子要从观察对象中获取什么，即观察的目的性、针对性要强。也可以多带孩子进行户外活动，让美丽的大自然成为孩子的观察对象。

(2) 观察要有兴趣。幼儿由于知识与生活的局限，观察事物较为随意、凌乱，父母需要对孩子进行引导、鼓励，引导他们对周围事物发生兴趣，孩子才会养成积极观察的好习惯。

(3) 观察要有方法。孩子在观察事物时尽量使用多种感官，如：看、摸、嗅、动手做，培养孩子感觉统合能力，使观察成为一种有意义的学习。

(4) 观察要有结果。父母要启发孩子对观察对象进行思考与探究，启发孩子多问为什么。孩子可以用绘画等方式将观察到的事物进行概括与总结。

2 帮助孩子建立时间观念

“我的孩子一点时间观念都没有，做事拖拉，有时写作业写到晚上11点多钟，真令人头疼”，一位父亲抱怨自己刚上小学的儿子。

孩子缺乏时间观念是一种不良的生活习惯，直接影响到他们的学习效率。在心理咨询中，我经常遇到一些因为不懂得时间管理而影响学习成绩的孩子，所幸诗仪很善于利用时间。

诗仪有一个非常好的习惯，就是无论我带她到哪里，都会看见她手里拿着一本书。她喜欢阅读，而且会利用碎片时间阅读。每当我与同事谈工作、与朋友聊天时，她都会聚精会神地看书，一点都不在乎大人在旁边说什么话。三四岁时，诗仪一般都随身带着“老夫子”、“阿拉蕾”这些漫画书。再大一点，会带上《十万个为什么》之类的科普书。诗仪上了小学、中学之后，出门时她会带上作业本，或者带上她喜欢的计算机书、物理书……任凭在什么样的场合，她对大人们所热议的话题充耳不闻，只管陶醉在自己营造的美妙世界里。

现在，每当我在餐馆用餐，看见邻桌有小孩子与大人一起吃饭，孩子吃完之后呆坐在那里听大人说东道西，或者跪坐在餐椅上无神地东张西望，我的心头会一阵一阵地发酸。那些父母是在浪费孩子宝贵的时间啊。

2002年夏天，我和诗仪乘飞机去美国加州圣地亚哥探望在那里做访问学者的丈夫。在泛美航空公司的班机上，一位空姐款款地来到诗仪的座位前，双手将一个彩色的小纸包递过来。诗仪拆开一看，原来是一个七巧板。在航空公司看来，小孩子长时间坐飞机很无聊，就提供一些益智游戏给孩子，一方面帮助孩子消磨时间，更重要的是不想浪费孩子宝贵的时光。

我们全家在美国度过了快乐的两个月，给我印象最深的不是迪士尼和好莱坞的热闹与气派，而是某天晚上我们一家人去比萨店吃比萨。



那是一个周末的傍晚，落日的余晖给圣地亚哥——美国这座美丽的西海岸城市披上了一件金黄色的彩缎，徐徐海风轻抚着人的脸庞，除去了人们工作一天的疲劳。

因为是周末，光顾比萨店的人特别多，服务生忙得不亦乐乎。我们点了一个大盘比萨，之后就开始了无聊的等待。这时，一名服务生急急地走来，将一个白色的小纸袋递给诗仪。诗仪打开一看，里面有几根彩笔和几张动物简笔画。在比萨店看来，周末顾客多，其中有很多孩子，与其让孩子傻傻地等着，不如让他们在等待食物的时候涂鸦、作画。

我观察到，有好几个孩子和诗仪一样在等待比萨的时候，手握彩笔在纸上涂涂写写，孩子们是那样的专注，仿佛置身在比萨店之外的另一个魔幻世界。

他们一定觉得，在比萨店里画画，和吃比萨一样有味道。

我长期在学校做心理辅导，有机会接触不同年龄段的孩子，其中有一些孩子极其缺乏时间观念，做事没有计划，喜欢拖拉，严重影响到学习效率和学习质量。

“父母是孩子的第一任老师”。孩子缺乏时间观念，我认为“罪魁祸首”是父母。

有的父母本身就没有时间管理的概念，不善于合理安排自己的工作、休闲时间，做事缺乏目的性和计划性，会对孩子产生负面的影响。

一个周末的下午，一对夫妻带着读小学二年级的女儿来找我做个案辅导。离开时，妈妈对女儿说：“我们一会儿去书城给你买一个新书包。”话音刚落，她的手机响起来了，她接了一通电话之后马上改口说：“陈阿姨请我们去吃自助餐，不能去书城了。”

我看见小女孩很不情愿的表情，便问她：“妈妈改变了主意，你觉得怎么样？”女孩满脸无奈，摇着头说：“都习惯了，她总是这样。”

其实，我也曾遇到过这种情况，只是我的处理方式与这位母亲完全不一样。首先我可能在电话里直接对对方说“我和女儿说好了要去书城，吃饭就改天吧”，或者，在接完电话之后，我会问女儿“妈妈和你商量一下，本来我们计划好要去书城的，现在陈阿姨请我们吃饭。现在我们抓紧时间去

书城，然后再去吃饭，好不好？”这样做，孩子会明白，做好一件事的前提是合理、有效地利用好时间，让时间为自己服务。

时间虽然看不见、摸不着，但父母应制定严格的作息制度，并对孩子提出遵守作息制度的要求，久而久之，孩子自然明白在什么场合应该做什么事，时间观念也就建立起来了。但前提是，父母必须尊重孩子，不随意打乱事先的时间安排，不浪费孩子的时间。

人到中年，若让我回忆小时候最美好的时光，我觉得，记忆中难以抹去的一定是在野外与小伙伴们一起爬树掏鸟窝之类的情景，因为那是小孩子的本能行为。假如父母剥夺了孩子成长的自然环境，让孩子过早地沉浸在成年人的认知世界里，孩子不仅感觉不到快乐，还会引发他们对客观世界和社会人际的困惑，同时也会使孩子丧失本能的求知欲望和探索能力。

我带诗仪出门时，习惯让她随身携带一本书。这样做，确实是不忍心让她的时间毫无意义地被成年人消磨掉。父母需要做的或许就是珍惜属于孩子的时间，让他们做自己喜欢的事情，比如在大人聊天时随意翻看自己所带的一本书。

爱心小贴士

孩子做事拖拉怎么办？

(1) 小孩子的动作都比较慢，不太可能跟得上成年人的速度。当孩子动作慢的时候，不要训斥他，更不要包办代替。让孩子在鼓励中独立完成一件事。

(2) 父母对待孩子要有耐心，在孩子做事时给予适当的指导与鼓励，让孩子学会尽快做完事情的方法，并对孩子的进步及时表扬，孩子就会有信心克服做事拖拉的毛病。

(3) 制定严格的作息制度，如对起床、吃饭、写作业、自由活动 etc 做出具体的规定。一旦定下了制度就要坚决执行，使孩子养成在固定时间做相应事情的习惯。

(4) 父母帮助孩子理清当天需要做的事情有哪些，分清主次，提高效率。