

七位知心姐姐 联手 破解孩子 八大心灵密码

孙云晓 姜达雅 等 著

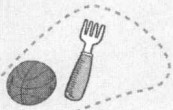


强大教育阵容
多角度、全方位
探秘孩子
内心世界

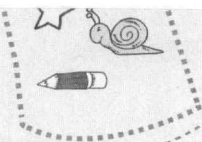


童趣出版有限公司编 人民邮电出版社出版

由中国教育风云人物、
国务院有突出贡献教育科学研究专家
孙云晓和“知心姐姐”栏目创始人姜达雅
领衔的七位知心姐姐联手
倾情奉献两代人、几十年的前线
实践教育经验
值得每位中小学生学习
父母和教师
阅读学习的教育佳作



北二京



图书在版编目 (C I P) 数据

破解孩子八大心灵密码 / 孙云晓等著 ; 童趣出版有限公司编. — 北京 : 人民邮电出版社, 2012. 9
(生命树父母学院)
ISBN 978-7-115-29388-6

I. ①破… II. ①孙… ②童… III. ①家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第210768号

生命树父母学院

破解孩子八大心灵密码

孙云晓 姜达雅等 著

责任编辑: 孙 蓓
执行编辑: 许嘉璇 刘 娅
封面设计: 门乃婷工作室
排版制作: 李欣晶

编: 童趣出版有限公司
出版: 人民邮电出版社
地址: 北京市东城区交道口菊儿胡同七号院(100009)
网址: www.childrenfun.com.cn

读者热线: 010-84180588
经销电话: 010-84180459

印刷: 北京朝阳新艺印刷有限公司
开本: 710×1000 1/16
印张: 18
字数: 280千字
版次: 2012年9月第1版 2012年9月第1次印刷
书号: ISBN 978-7-115-29388-6
定价: 32.00元

版权所有, 侵权必究; 如发现质量问题, 请直接联系读者服务部: 010-84180588-5。

序言

值得信任的教育经验和忠告

在我参与撰写的教育著作中，《破解孩子八大心灵密码》是**作者阵容最强大、最特别的一本书**，也是**非常适合中小學生父母和教师阅读的一本书**。该书与已有的家庭教育类图书相比，**最大的特色在于很多内容经受了几十年的历史检验，是值得信任的教育经验和忠告**。

1997年的某一天，在团中央聚会时，央视主持人敬一丹见到了“知心姐姐”代表人物姜达雅，她热情地拥抱姜老师，说：“小时候，我喜欢读‘知心姐姐信箱’，您是我的思想启蒙老师。”

1960年，一个富有孩子特色的栏目——“知心姐姐”，在《中国少年报》诞生了。“知心姐姐”出场的形象吸引了孩子们：清秀的面貌，温和的眼神，两条长辫子，气质优雅，人人都喜爱。姜达雅老师就是“知心姐姐”栏目的创始人之一。

尽管姜达雅老师已经年过八旬，但是她依然关心孩子和教育。2010年11月18日，《中国教育报》第二版头条发表她的文章，题为《姜达雅拟文回忆：永葆青春的“知心姐姐”》。“知心姐姐”是集体笔名，这个集体有男有女，有老有少。那么，究竟谁是“知心姐姐”呢？姜达雅老师回忆道：

第一代“知心姐姐”应该是《中国少年报》“队的生活组”（1960~1966年）的全体成员，他们是创建者、奠基人；第二代“知心姐姐”（只限版面，不含“知心姐姐”热线电话和其他）按执笔时间先后排名如下：孙云晓、金本、肖承运、刘爽、胡琦、吴峥岚、卢勤、黄晓波、申东和徐国静等。现在该是传到第三代了。

2011年的一天，当我和中国和平出版社原副总编辑、诗人金本，时任《中国少年报》主编的吴峥岚等人来看望姜老师时，谈论起今天的孩子与教育，都有些忧心忡忡。

如今，中国的经济发展迅速，百姓的生活水平也不断提高，但是，孩子的教育似乎越来越难。我做过40年儿童教育，包括20多年专职的青少年问题研究，认为今天的家庭教育面临着四大难题：一是信息化动摇了父母的权威地位，二是独生子女的特殊性增加了教育的难度，三是孩子性发育提前而性教育严重滞后，四是应试教育带给家庭的巨大压力。其中，最大的难题是父母不了解今天的孩子，甚至出现了代沟下移的趋势。我初步分析认为，可能是压力下移导致代沟下移。

孩子的问题归根结底是父母的问题，于是，我们决定为了孩子的健康成长给父母们写一本书。

具体写什么内容呢？我们优先选择了影响孩子发展的八个关键问题，即身心健康、学习、兴趣爱好、亲子关系、同伴交往、儿童与集体、媒介素养、青春期教育。

内容确定之后，作者就是图书质量的决定因素。姜达雅老师自告

奋勇，亲自负责学习方面的稿件，因为她做“知心姐姐”的时候，直接负责学习方面的报道。刘爽老师也长年负责学习方面的报道，继续积极配合姜达雅老师的写作。我做“知心姐姐”的时候，负责思想品德方面的报道，加上多年从事少年儿童研究，于是承担了身心健康、青春期教育和媒介素养三个部分。诗人金本做“知心姐姐”的时候，负责少先队的报道，同时又阅历深厚、文笔优美，于是承担了儿童与集体和亲子关系两个部分。长期担任《中国少年报》主编的吴峥岚，最熟悉当今孩子的生活，承担了同伴交往部分的写作。《中国少年报》年轻的副主编和“知心姐姐”郎继霞，也热情参与了同伴交往部分的写作。关于兴趣爱好部分，毫无疑问，由资深编辑和书法家胡琦担当，因为做“知心姐姐”的时候，他采访过著名数学家华罗庚和著名书法家启功等，积累了丰富的经验。受姜达雅老师和各位作者的委托，由我负责全书的协调和统稿，并且撰写提纲与文章的样章。

坦率地说，我对这本书充满期待也充满担心，因为老老少少写一本书难以协调。但是，当我审读全部书稿的时候，禁不住一次次击案赞叹：**精彩的故事，绝妙的建议，难得的好书！**因此，我向童趣出版有限公司的编辑孙蓓和许嘉璇推荐此书时，心里是有底气的。果然是知音相遇，童趣出版有限公司高度重视该书的编辑出版。于是，读者面前就有了这本来历奇特的书。

本书适合什么人看呢？**当然，一切关心儿童成长的人都值得看，但最适合小学生和初中学生的父母阅读。孩子自己看看这本书也会有**

不少收获，因为毕竟是他们最信任的“知心姐姐”们精心撰写的。

孙云晓

2012年6月10日于北京世纪城

作者简介



姜达雅

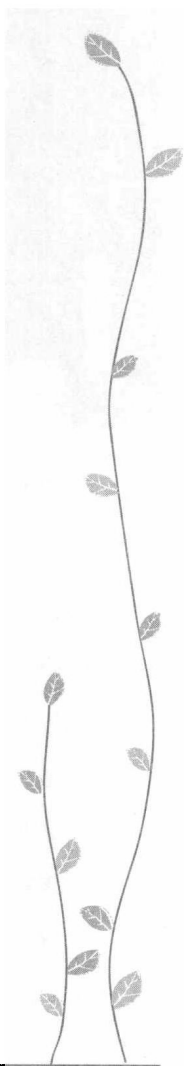
女，1928年生于江西鄱阳。1949年肄业于金陵女子大学，1951年毕业于南京大学社会系。高级编辑。

她曾任南京市第九中学少先队总辅导员，1954年调到《中国少年报》担任编辑和记者。1960年，《中国少年报》创办了“知心姐姐”栏目，作为创始人之一，她写了许多文章，直到1966年《中国少年报》停刊。

1978年《中国少年报》复刊，第一代“知心姐姐”除她之外，都已调离报社。由她担任学校少先队组副组长，负责传帮带，“知心姐姐”栏目获得重生。在全国读者评选“我最喜欢的专栏”活动中，“知心姐姐”获得7万张选票，名列第一。孩子来信说：“‘知心姐姐’，身在北京，心在全国。”

她主编和创作了一系列受读者喜爱的书：《知心姐姐的话》、《长出翅膀的孩子》、《中华少年明珠》等。其所著《中华少年明珠》一书，深受当代文豪冰心女士赞赏，并亲笔题写书名；由她主编的《长出翅膀的孩子》，是团中央、国家教育委员会和文化部“全国红领巾读书读报奖章活动”推荐图书。她创作的《“小鲤鱼”，跳龙门——少年大学生施展的故事》，荣获1980年“全国好新闻奖”一等奖。

由于在做“知心姐姐”时，她直接负责学习方面的报道，所以担任本书第1章有关孩子学习部分的写作。





刘 爽

女，1945年11月1日出生于重庆，祖籍河北省高阳县。曾经在黑龙江省哈尔滨市担任过14年的小学、中学语文教师。1979年2月调入北京《中国少年报》，在姜达雅等老师的领导和指导下，做起了编辑、记者，负责学习部分和思想品德部分的报道工作。为“知心姐姐信箱”专栏组织和撰写稿件，在当时社会上引起较大反响的有《小小讨论台——李莉，这个闲事该不该管？》、《读书到底有没有用？》等。

在本书写作过程中，她配合姜达雅老师进行第1章的写作。





金 本

男，原名李金本，《中国少年报》原主编、高级编辑、记者，中国和平出版社原副总编辑，中国作家协会会员，中国音乐家协会会员。

在《中国少年报》从事儿童新闻工作25年，采访的足迹遍布祖国各地，编辑的稿件不计其数。在社领导的指导下，与同事们一起组织过《张勇、王红能入队吗？》的大讨论，举办过“快乐的小队”、“快乐的中队”、“创造杯”等活动竞赛。作为“知心姐姐”团队的一员，写过专栏文章。荣获过“全国优秀新闻工作者”称号。著有《教你当个小编辑小记者》、《小记者采访与写作》、《怎样当个小记者》等新闻专著。

业余从事儿童文学创作，发表作品几百篇，出版个人专集十多种，主要有：诗集《小溪，小溪》、《木舟树》、《告诉你》、《金本童话诗选》、《树眼睛》、《娃娃歌谣》、《男孩女孩心情》等，散文集《生命的亲吻》、《爱星满天》、《同在蓝天下》、《月亮谷》等，童话集《我是一条鱼》、《小花狗打工》等。多次荣获冰心儿童文学奖等奖项。

写作歌词100余首，经作曲家谱曲，在中央人民广播电台、各种乐刊广播或发表，在多种评奖中获奖。其中，《小主人之歌》、《大海，再见》、《绿水湖边来钓鱼》获文化部全国优秀少儿歌曲奖。

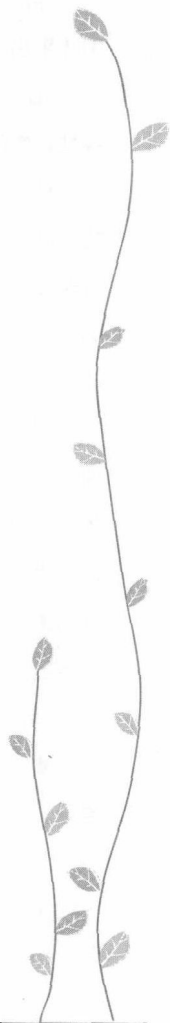
由于做“知心姐姐”的时候，负责少先队的报道，阅历深厚、文笔优美，他承担了本书第2章和第4章有关儿童与集体以及有关亲子关系两个部分的写作。

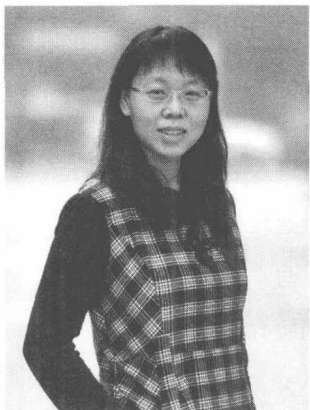


吴峥岚

女，1963年生于云南昆明。1983年毕业于北京师范大学中文系，同年进入《中国少年报》担任记者、编辑，其间采写的多篇报道获国家级新闻奖。曾赴西藏拉萨支教1年。1998年至今，担任《中国少年报》副主编、主编，策划了“名家课堂”、“想象力值100分”等较有影响力的专栏，主持策划了较有影响力的报道《操场何时不飞沙》、《有多少课桌椅不合格》、《第一次撒谎从写作文开始？》、《为什么要当小干部》（“知心姐姐小小讨论台”系列）等，获中国新闻奖、中国少年儿童报刊协会好作品奖。2009年，获中宣部等授予的“全国优秀新闻工作者”称号。

因长期担任《中国少年报》的主编，最熟悉当今孩子的生活，她承担了本书第3章有关同伴交往部分的写作。





郎继霞

女，1977年生于山东潍坊。2001年毕业于山东财经学院（现更名为山东财经大学），同年7月进入中国少年儿童新闻出版总社《中国少年报》编辑部工作。现为《中国少年报》副主编。曾主持“知心姐姐”栏目多年。做过的较有影响力的报道有《74名小学生被罚跪3小时》、《有多少课桌椅不合格》（参与）、《1毛钱的愿望》、《胡同口的义务打气队》、《神奇的科技梦工场》、《名家课堂——于丹〈论语〉心得》、《名家课堂——钱文忠讲〈弟子规〉》等。作品曾获中国新闻奖、人大新闻奖、全国报纸副刊专栏年赛一等奖、首都女记协好新闻奖、中国少儿报刊奖等多种奖项。

她协助吴峥岚进行第3章的写作。





孙云晓

男，1955年生于山东青岛。1972年结业于青岛师范学校，担任青岛市四方区少年宫教师和区总辅导员。1978年7月进入中央团校学习，12月调入《中国少年报》担任编辑和记者。在姜达雅等老师的领导下，他负责思想品德方面的报道，创办“小红花”与“小刺猬”专栏，撰写了许多“知心姐姐”的文章。他参与主持的较有影响的报道和项目有：小小讨论台系列《张勇、王红能入队吗？》、《“雷锋”来我家18年了》、《面对有人落水该怎么办？》、全国各族儿童“勤巧小队”征文比赛和夏令营等等。

1987年12月离开《中国少年报》，开始专职研究少年儿童问题至今。现为中国青少年研究中心研究员、副主任，中国家庭教育学会常务理事，中国作家协会全国委员会委员兼儿童文学委员会委员。其主要教育作品有《夏令营中的较量》、《孙云晓教育作品集》（8卷）、《孙云晓家庭教育文集》（5卷）、《孩子，别慌》等。主要文学作品有《16岁的思索》、《金猴小队》等。他的作品曾获中国图书奖、全国“五个一”优秀图书奖、全国优秀儿童文学作品奖、全国优秀畅销书奖。

做“知心姐姐”的时候，主要负责思想品德方面的报道，加上多年从事少年儿童问题的研究，故承担了本书第5、6、8章有关身心健康、有关青春期教育和有关媒介素养三个部分的写作。



胡 琦

男，又名胡琪，1948年生于北京。北京师范大学中文系毕业，学士学位。

1982年进入《中国少年报》，先后任记者、主任记者、学校组副组长、组长及总编办公室主任。自1984年起，他在姜达雅老师的指导下负责教育报道，特别注重素质教育。其间，曾以“知心姐姐”的名义撰写、组发了大批稿件。其《华罗庚爷爷一席话》、《再也不要当摇钱树》、《启功教授谈写字》的专访报道，《靠题海能学好数学吗？》的讨论以及组织开展的“全国少年儿童书法比赛”等活动在全国小学教育工作中影响较大。

他曾在中宣部时事报告杂志社参与创办《时事·初中版》并长期担任该杂志主编。他是首届全国少年儿童报刊工作者协会“优秀新闻工作者”和“中国质量万里行优秀记者”。现任时事报告杂志社《时事画刊》主编。

同时，他还是中国书法家协会会员、中国书画收藏家协会理事，在书法领域多有著述，作品散见于《人民日报·海外版》、《光明日报》及《北京晚报》等报刊。

做“知心姐姐”的时候，他多次采访过著名数学家华罗庚和著名书法家启功等，积累了丰富的经验。他承担本书第7章有关孩子兴趣爱好部分的写作。



七位知心姐姐的合影

目录

序言 值得信任的教育经验和忠告

作者简介

第1章 从兴趣入手 从方法突破

——如何引导孩子学习并提高综合素质

- 01 我儿子是个“小马虎”，他刚升到四年级，作业经常出差错，怎么办呢？..... 2
- 02 孩子总是怕苦怕难，不爱学习，怎么办？..... 5
- 03 女儿特别在意考试分数，如果考不好就泄气，情绪很容易受分数的影响，怎么办？..... 8
- 04 我女儿学习学得很苦很累，但成绩却不好，这是怎么回事呢？..... 11
- 05 读小学五年级的孩子，厌学、不爱做作业，怎么办？..... 14
- 06 儿子是个淘气包，不好好学习，我该怎么办呢？..... 19
- 07 我给女儿报了三个辅导班，她撅着小嘴不乐意，该怎么办呢？..... 22
- 08 我儿子胆小，上课没听懂，也不敢提问，怎么办？..... 25
- 09 儿子经常考试不及格，是大家公认的差生，真替他担心，像这样的孩子还有前途吗？..... 28
- 10 看了美国“虎妈”蔡美儿严格管教女儿学习、女儿考上名牌大学的报道后，我也严格管教儿子，打过、骂过，但儿子就是不爱读书，说读书“没意思”，玩起来却很起劲。如何不打不骂让孩子对学习感兴趣呢？..... 31

第2章 亲情是永远的港湾

——如何在家庭中进行亲情教育

- 01 孩子是家庭中的“小太阳”，大人们心甘情愿地当“卫星”。有人提出：“这样下去，家庭亲情之屋会发生倾斜，应当让‘小太阳’也发光发热。”“小太阳”真的能够发光发热吗？..... 35
- 02 孩子忙于上学，我忙于上班，每天接触的机会并不多，我总感觉母女间有一层隔膜。我是孩子的妈妈，人们说“妈妈是孩子最亲近的人，妈妈与孩子的心之间应当是‘零距离’”。我们可以实现“零距离”吗？..... 39
- 03 最近我读了“虎妈”、“狼爸”的故事，他们用“棍棒教育”的方法来教育孩子，多多少少取得了成功。我想知道，“棍棒教育”有没有坏处呢？..... 43
- 04 我看到一篇文章中说，激励是一种营养。我也很想对自己的孩子实行“激励教育”，可又担心用不好会产生反效果。能帮助我正确认识这个问题吗？..... 47

05	有一句诗说“父爱如山”，“父爱”真的“如山”吗？	51
06	疼爱≠溺爱+宠爱，看了这个不等式，我心里迷惑了：难道溺爱、宠爱就不是疼爱了吗？	55
07	孩子老说我：“妈妈，您真能唠叨！天天发出噪音，您累不累？”唠叨声难道能够变成“轻音乐”吗？	58
08	同事问我：“今天，你拥抱你的孩子了吗？”我听了大吃一惊：“怎么，妈妈每天还要拥抱自己的孩子吗？”	62
09	有人说：“冷淡，是另一种笑容。”真是这样吗？冷淡也是爱吗？如果是这样，那么怎样对孩子“冷淡”呢？	66
10	“父母恩泽”与“感恩父母”是同等重要的两个方面。可是，实际生活中，我们往往只注意恩泽孩子，而忽视了教育孩子要对父母感恩。怎样对孩子进行感恩教育呢？	71

第3章 朋友是一生的财富 ——如何引导孩子建立良好的同伴关系

01	孩子帮助别人耽误学习怎么办？	76
02	孩子不会交朋友怎么办？	80
03	孩子该继续信任她的朋友吗？	84
04	孩子为“外号”苦恼怎么办？	87
05	孩子不合群怎么办？	91
06	孩子的好朋友总是违反纪律，她该不该管？	94
07	孩子帮助别人被拒绝怎么办？	97
08	孩子不能融入集体怎么办？	101
09	孩子帮助别人被误会怎么办？	105
10	孩子对人冷漠怎么办？	109

第4章 在集体中实现个人价值 ——如何引导孩子处理好个人与集体的关系

01	孩子是班长，经常因为管同学而得罪人，怎么办才好？	113
02	我女儿喜欢唱歌、跳舞，课外活动比较多。为了不耽误学习，我是否应该不让女儿参加课外活动呢？	117
03	孩子在班里人缘很好，节假日也常用手机、QQ和同学联系，我怕这样会耽误他学习，怎么办啊？	120
04	我的女儿在班里是优等生，排座位时，老师要她与一个淘气生坐在一起，让女儿帮助他。帮助淘气生是老师的事，我女儿有这个责任吗？	123