



面对挑战，你的孩子

正能量
够吗？

各种问题 各种爱

中小学生父母教养经典60问

谢慧燕 陈进隆 著

他们是15000名
教育理

妈”的老师
学生



童趣出版有限公司编 人民邮电出版社出版



各种问题 各种爱

中小学生父母教养经典60问

谢慧燕 陈进隆 著

童趣出版有限公司编 人民邮电出版社出版
北 京

图书在版编目(CIP)数据

各种问题各种爱：中小学生父母教养经典60问 / 谢慧燕，陈进隆著；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 978-7-115-29241-4

I. ①各… II. ①谢… ②陈… ③童… III. ①中小学生—家庭教育 IV. ①G78②G631.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第191625号

生命树父母学院

各种问题各种爱

中小学生父母教养经典60问

谢慧燕 陈进隆 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：北京嘉业印刷厂

开本：710×1000 1/16

印张：14

字数：200千

版次：2012年9月第1版 2012年9月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-115-29241-4

定价：28.00元

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

推荐序

有一种美，叫教育

这是我博士论文的题目，在当时这是一个不受欢迎或者说不被接纳的观点。面对导师和答辩委员会的质疑，我说：“这是我博士三年最想说的一句话，宁可不要学位，也要把心声说出来。”直到现在，我都认为，真正的教育，是美的！

而今看到《各种问题各种爱》，谢慧燕和陈进隆夫妇再次让我感受到了教育的美。这种美就是面对问题时的从容，解决问题时的大气。

诚如作者所说，家庭教育涉及孩子的方方面面，永远是问题多多，父母常常被搞得措手不及，不知道该怎么办。孩子也容易被父母近乎“神经质”的反应弄得莫名其妙，叫苦不迭。父母在这边求救：“孩子，我要怎么办？”孩子却在那边无辜地发问：“我到底怎么了？”真是可怜天下父母心，可怜天下孩子心啊！

这本书的灵魂体现在谢慧燕老师的一句话上：“父母要愿意等待孩子的成长，学着慢慢解决问题。如果这个问题一时解决不了，就算让孩子休学在家一年、两年，慢慢调整也没有什么大不了的。”看似简单的一句话，却显示了她的睿智和淡定。而这种睿智和淡定在本书

的问题回答中比比皆是。它们就像一缕清风，可以吹开父母紧锁的眉头，能够吹走父母心中的焦虑。

一本关于教养孩子的书最打动人的不是它包含了多么深刻的教育理论，也不是创造出多少教子警句，而是作者对教育的深刻感悟和对读者的真切关怀。《各种问题各种爱》正是这样一本散发着教育美的著作。

陈建翔博士

北京师范大学教育学部生命教育研究所副所长

中国首位在《百家讲坛》上演讲的家庭教育学者

了不起的夫妻，了不起的回答

谢慧燕、陈进隆夫妇是我在新东方家庭教育高峰论坛上相识的朋友。他们夫妻敬业乐群，在两届论坛上均有精彩发言，使我获益良多。

他们夫妻二人从20世纪90年代开始关注家庭教育，并在中国台湾成立了“彩虹爱家生命教育协会”。在这十几年中，他们克服种种困难，以超过常人的毅力坚守着最初的梦想，最终，他们成绩斐然：

培训了超过1万名义工（也称彩虹爸爸或彩虹妈妈），其中约4000多名表现非常优秀，长年活跃在小学里；

他们的生命教育理念影响了约400所小学，4000个班级；

约有12万名学生每周都能得到经由他们培训的义工的帮助与陪伴；

.....

凭借两人之力，几乎不收取任何费用，使这么多的孩子受益，无论在谁看来，都是一件了不起的事！

《各种问题各种爱》这本书可以说是他们这十几年辛勤工作的一个见证、一个缩影。看着书中所选的这60个问题，个个都很现实，也都很难回答，我不禁为谢老师和陈老师捏了一把汗。再看看他们的答案，我悬着的心很快就放了下来。两位老师从生命教育的角度入手，

以改变父母的信念为核心，给出的答案逻辑清晰，具体而实用，不仅教给了父母操作性极强的解决办法，还从理念上对父母进行了指引，最终从根本上解决父母们发愁的问题，非常了不起！

书中没有说教的大道理，没有艰涩的理论，只有深入浅出的循循善诱，轻声细语地娓娓道来。我相信，这样贴心的好书一定会受到广大父母朋友的青睐！

王大龙

中国教育学会家庭教育专业委员会副理事长

孩子写的序

爸爸妈妈，我以你们为荣

中午接到妈妈的电话，让我给她和爸爸的书写序，真是替他俩感到高兴，替他俩感到光荣。这十几年来，他俩一直致力于家庭教育的研究与推广，帮助了很多父母和孩子。现在他们有机会与更多的人分享自己的研究成果，给更多的家庭带来温暖与幸福，我怎能不为他们感到骄傲呢？

从小，我就觉得我的父母跟别的大人不一样，他们从来都不在我面前摆架子，还会经常跟我说“对不起”，这在别的小朋友眼里是不可思议的事情。长大后，我更是感受到了他们的包容与平等，他们用自己的行动告诉我“只要你愿意，你是可以改变的”。

有一次我和妈妈一起坐火车的时候，对面也坐了一对母女。起初我并没有太在意，过了一会儿，妈妈轻声对我说：“你仔细听，那位妈妈一直在对女儿说一些负面的话。”于是我就用心地听了一会儿，那位妈妈一直在训斥女儿，其中有一句到现在我还记得：“养你一个就够烦的了，还养什么宠物。你再不乖，下次就不带你坐火车了。”妈妈告诉我：“刚开始我几乎也和这位妈妈一样，但察觉到之后，就努力改过来了！”

父母一开始教育孩子时，用的方法可能会存在一些问题，但只要他们愿意带着谦卑的心去学习、去改变，孩子是会原谅父母的。最怕的是父母一直觉得自己不需要学习，也不去改变，那样的话，最终孩子也会放弃努力，导致亲子关系越来越紧张。

如果你觉得孩子不听话，不愿意和你亲近，请尝试着做出改变吧，不要相信“这是无法改变的，现在的孩子就是如此”这样的话。我的父母都是在亲子关系并不融洽的家庭里长大的，但他们并没有放弃追求美好的权利，立志要改变。现在父母和我们的关系非常好，每每想到这，我都会为我的父母感到骄傲。

只要你愿意去学习、愿意去改变，不只亲子关系，就连夫妻关系都会得到改善。这本书能够帮助你建立一个与众不同的思考体系，等这个体系慢慢建立起来，许多问题自然就迎刃而解了。

大女儿（大四学生）： 陈芸心

做你们的女儿很幸福

很难得这次居然有机会可以帮爸妈的书写序，得知这个任务时真是受宠若惊，一时不知道该从何说起，不过有一点我很肯定：做他们的女儿我感到很幸福。

爸妈在教育我时很强调原则，也很注重修炼我的“内功”，我常常称他们的教育方法是“一套标准走天下，简单利落又方便”。这套教育方法在我的成长过程中发挥了很大的作用。

孩子面对挑战和困难的时候，父母不可能永远陪在身边帮忙出谋划策，因此父母要教孩子学会怎样钓鱼而不是钓鱼给他们吃。值得庆幸的是，我的爸妈总会站在孩子的角度，教我用正确的态度面对生活中的大小事情。虽然，在成长中面对的困难还是不少，但我过得很快乐，因为我知道怎么选择，也能够勇敢地面对选择的结果，独立承担要付出的代价。

因为父母使用了正确的教育方式，我们的家庭一直都很和睦。爸妈就像我们的朋友一样，我们可以跟他们分享自己的喜悦、悲伤、兴奋……能够做他们的女儿，真的很幸运也很幸福。

最后我想说的是，没有一种绝对的标准来评断怎么教孩子才算

是好的，但我父母的教育方式不失为一个好的借鉴和参考，如果你不信，看看这本书就可窥知一二。

二女儿（大一学生）：陈芸想

父母给了我成长的养分

父母对我们的教育一直都是很自由和开明的，也给了我们很大的自我空间。这既是相信我们有能力作出正确选择的一种表现，又让我们学会了要对自己的选择负责，像是选择不补习，就要自己把书读好。我很庆幸自己生在这样的家庭。

我见过一些同学，他们本身个性很好，却因为父母的教育方式不当，被逼得讨厌读书，或是对读书丧失了信心，甚至因此与父母关系恶化。

我知道教养问题是很复杂的，也常常因为自己不够成熟而给家人带来很多的困难和烦恼，甚至有时还会对父母产生误解。每当这时父母就会与我沟通，谈笑间就把我们之间的冲突转化成了我的成长养分。

也许很多人会认为青少年是很难懂、很难沟通的一群人，但是我想那只是因为他们没有找到好的沟通方式。每个孩子都是独特的，有不同的需要，再加上这个年龄段的孩子是最爱天马行空、胡思乱想的，而且身心还未发育成熟，因此特别需要父母的肯定和指引。

父母的行为、对人生的看法将会影响孩子一生，这些潜在的教育很重要，因此在孩子小时候就应该教给他正确的观念，让他学会自己

作选择。因为总有一天他们需要自己作出判断，为自己的人生负责。

我想，这本书不仅是教导父母如何面对孩子的问题，更是进一步去探讨教养对父母对孩子的意义，相信对你会有不少启发和帮助。

小儿子（高三学生）：陈耘智

自序

改变就在转念间

从事生命教育十几年来，我与先生经常被邀请到各地去演讲。每次演讲结束，总会有许多认真又焦虑的父母问我孩子教养的相关问题，从他们的问题中，我看到了他们对儿女深深的爱与期待。父母问的问题林林总总，有关于学习能力的，有关于行为偏差的，有关于未来期许的……每次我都会很认真地回答，不愿辜负父母们的那份期待。碰到不能当场回答或来不及回答的问题，我都会记录下来，留下这些父母的联系方式，回到家经过认真思考或与别的老师进行讨论之后，再把解决办法告诉他们。有的时候，我还会把父母问的比较典型的问题记录下来，有空的时候就思考这些问题的解决办法。就这样不知不觉间，我已经记录了厚厚一本问题与答案。

我们许多人都没有接受过培训就当上了父母。在我们成长的过程中，没有人教导我们如何成为一位好父亲、好母亲，我们很多人是凭借着从父母那里耳濡目染所得的方法来教育自己的孩子的。但是随着时代的发展，父母面对的挑战越来越大了，问题也越来越多了。

这其中有些是孩子的问题，但更多的是父母本身的问题。如果父母有正确的观念，并且愿意改变，知道如何用正确的观念与态度面对

孩子，问题一般都能解决。有些父母就很愿意做出改变，但是有些父母则只看到了孩子的毛病，却没有看见出现在自己身上的问题。经过这十多年与孩子打交道的经验，我深信，如果父母勇于改变自己的行为，那孩子也会随之改变，回到正确的轨道上。

鉴于父母问的问题很多，而我们的精力和时间又很有限，我就和先生从这些问题中选出了被父母问得最多、最具有代表性的60个问题，尝试着从生命教育的角度来回答，以期可以从根本上解决许多父母的疑惑，能够帮到更多的父母。盼望您也可以从中得到一些收获。如果您还有其他的问题，或是对任何教养方面的问题有不错的看法和建议，都可以跟我分享。欢迎来信：shy@rkf.org.tw。

谢慧燕

一切都是从“心”开始

——解决孩子的偏差行为，要从内在的信念开始，效果才会持久

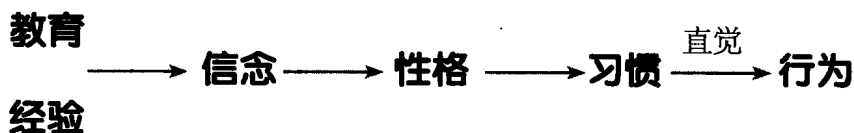
有一位朋友在幼年时，母亲曾不止一次地跟她说，“你长得很胖、很丑，没有人会喜欢你”，以至于她也深信自己不漂亮，不会有人真心爱她。在她成长的过程中有过一些男孩子追求她，但她一直不敢接受。成年后有一位男士追求她，本来她心里依然没有把握，却因年纪已大，就十分珍惜这份追求，甚至怕这位男士离开她，企图用金钱与百依百顺抓住他的心。后来他们结了婚，她依然很纵容先生，任由他吸毒、举债，让自己十分痛苦，最终以离婚收场……

从小到大，我们接受了许多观念，有来自父母和老师的，有来自同学的，还有来自知名专家和学者的，甚至还有来自影视明星和各类媒体的。这些观念会在未来我们作选择时，影响我们的决定。

观念会影响我们面对人和事物的态度，而态度又会决定我们的行为。有一位女士的父亲是伐木工人，伐木工作受天气影响很大，尤其山区气候不稳定，所以她的父亲经常没有工作。这位女士的母亲就经常告诫她，将来一定要嫁给有固定工作的男人。在外人看来微不足道的期许深深烙印在女儿心中，果然成为女儿择偶的第一条件。另一位

女士的母亲嫁给了家中排行老大的父亲，因为是长子，所以父亲被寄予极高的期待，负担很重，母亲必须和婆婆一起住，这给母亲带来了很大的压力。于是母亲告诫女儿，将来结婚的对象一定不要是家中的长子。母亲“不嫁长子”的教诲果然影响了这位女士的择偶观，其中曾有家中长子追求她，一概被她拒绝了……

我们过去所接受的教育（这些教育包括家庭教育、学校教育、媒体教育等）和形成的信念，影响着我们的性格，性格又在一定程度上决定着我们的习惯。当遇到事情时，我们会凭着潜藏在心里的信念做出直觉的反应，如下图：



信念会影响我们对事情的价值判断，产生对应的态度，进而发生行为。举个例子来说，如果一个你不信任的人批评你，你会接受他的批评吗？多数人不会接受，你可能会认为他是故意找你麻烦，即便他说的可能是事实。相反地，若一个你所景仰的人批评你，你会接受吗？多数人可能会，甚至你会感谢他的批评，因为你认为他是为你好才批评你。

信念影响态度，态度决定行为

以“诚实”这个品格为例，父母一定希望在孩子身上看见诚实的