

卢勤
家庭
教育

好父母 好孩子

[新版]

——卢勤30年家教精华



卢勤
著

最重要的是教孩子学会做人
父母的误区

我们应该怎样爱孩子

责任感让孩子独立懂事

引导孩子引向快乐人生

让家里洋溢快乐的氛围

把时间交给孩子

卢勤——几代人的
姐姐



译林出版社




卢勤 著

卢勤
家庭
教育

好父母 好孩子

——卢勤30年家教精华



 译林出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

好父母 好孩子 / 卢勤著. —南京: 译林出版社, 2013. 10
ISBN 978-7-5447-4187-3

I. ①好… II. ①卢… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第187372号

- 书 名 好父母 好孩子
作 者 卢 勤
责任编辑 王振华
特约编辑 宗珊珊
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
译林出版社
出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
电子邮箱 yilin@yilin.com
出版社网址 <http://www.yilin.com>
印 刷 三河市祥达印装厂
开 本 710×1000毫米 1/16
印 张 16.5
字 数 167千字
版 次 2013年10月第1版 2013年10月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5447-4187-3
定 价 26.80元
- 译林版图书若有印装错误可向承印厂调换

序一 家庭教育事关千家万户的幸福

◎徐惟诚

生孩子，把孩子养育成人，是一件喜事，快乐的事。母亲从怀孕开始，就会受到家人和亲友的祝福、祝贺，然后就开始各种忙碌，自然是带着喜悦的忙碌。在孩子的身上，寄托着父母的全部希望。

教育孩子又是一件苦恼的事。许多做父母的人费尽了心血，孩子却总不能如自己的理想。有的孩子越学越不爱学习。有的父母节衣缩食尽量满足孩子的各种需求，孩子却满不在乎，甚至仍然对父母不满。有的父母的谆谆教导被孩子视为啰唆。有的父母被自己的孩子瞧不起。他们问：现在的孩子怎么啦？他们想，自己小时候可不是这样的。

许多孩子也觉得苦恼。为什么作业越做越多？为什么怎么努力也不能让大人满意？为什么许多好的想法不能被理解？

进入新世纪，这样的矛盾会不会更尖锐？

进入新世纪，这样的矛盾是不是应当得到比较合理的解决？

卢勤的这部作品，就是为解决这样的矛盾所做的努力。

现在做父母的人，当然都是在上一个世纪中成长起来的。他们要在新的世纪中教育孩子。这些孩子将要在新的世纪中生存、发展，创造自己的幸福。

以过去获得的知识 and 经验教育今天的孩子，期望他们在未来的世界中获得成功，这是教育中的永恒矛盾。在社会以空前的速度向前发展的今天，这种矛盾显得更加尖锐。这就要求为人父母者首先必须具备正确的儿童观。



什么是儿童？

第一，儿童是人，是独立存在的人。不能把孩子当成是一件东西、一件玩具，也不能把他们当成任由大人支配的附属品。

第二，儿童是在成长过程中的人。在他们成长的每一个阶段，都有其独特的规律。不能把他们当成大人那样去对待，去要求，否则就是不切实际，必然事与愿违。

第三，儿童终究要成长为大人，他们终将独立地生活。我们的全部教育工作都是为了这样的目标，都应当有利于他们自己能独立应付各种问题，能创造和保卫自己的幸福生活，而不是助长他们的依赖心、不思进取心、懒散心。

有了正确的儿童观，还需要进一步了解当代的少年儿童所处的客观环境和过去相比发生了哪些变化，这些变化在孩子身上发生了哪些影响，时代对今日中国少年儿童提出了哪些新要求，为他们的成长提供了哪些新的条件，如何根据少年儿童的认知规律以及非智力因素形成的规律，采取适当的教育措施来帮助他们健康成长。

在这些方面，卢勤有独到之处。她作为《中国少年报》的“知心姐姐”，多年来同广大少年儿童有密切的联系。她又是一位热爱孩子的人，一说起孩子的事，眼睛就放光，浑身就来劲。她对孩子说知心话，又能倾听孩子说话，孩子们也乐意把知心话说给这位姐姐听。她自己是一位成功的母亲，多年来又在全国各地为家长们做了大量的咨询工作，积累了丰富的经验。

她相信孩子、信任孩子，相信每个孩子身上都有可贵的积极因素，发扬这些积极因素就一定有助于克服消极因素。

她善于发现孩子身上的积极因素，并且善于培育这种积极因素。

她热情鼓励孩子树立自信，把这种自信看做克服困难、挫折，抵御不良诱惑的强大动力。

她重视培育孩子的责任感，培育孩子的爱心，使孩子在这个基础上形成正确的道德观。

她懂得人的正确认识归根到底只能来源于实践，因此必须设计各种

有利于儿童健康成长的实践活动，让孩子自己在实践中经受磨炼，增长才干，得到体验，而不能只靠片面的灌输。

这些宝贵的认识在她的这本书中随处可见，而且有许多实际事例为证，方便广大家长结合孩子的实际吸取。

新的世纪为我们伟大的民族提供了再次振兴的机遇。民族的复兴要求民族素质的提高。新的世纪也向我们的民族提出了严峻的挑战。严峻的挑战也考验民族素质的坚强。民族的未来，千家万户的幸福，都要求我们把家庭教育搞得更好。这是一个需要更多的有志者从事耕耘的领域。我们高兴地看到，这些年已经出现了许多可喜的成果。我们希望，已有的成果能更普遍地被家长们掌握、运用，还有更多的新成果不断地创造出来。

(作者为原中宣部常务副部长、中国家庭文化研究会会长)

序二 最重要的是教孩子学会做人

◎柳 斌

人活着，总要做点事。无所事事，虚度年华，是最没有出息、最没有价值的。

做点什么事呢？做点令人满意的事，做点对人民有益的事，做点使他人生活得更美好的事。一句话：做点好事，不做坏事。

做好事不容易，一辈子做好事，不做坏事更不容易。能不能做到，要看一个人的综合素质。有了知识，有了基本的技能，就能做事，但不一定能做好事。做事能否有益于人民，关键在于是否有理想，有道德，有良好的品格和行为习惯。因此，只做好事，不做坏事，其根本还在于要学会做人。

早期智力开发，无疑是十分重要的。但早期思想、品德及情感的培养，早期行为习惯的养成，则更为重要。因为它为一个人的成长和发展确定方向并提供动力。

少年儿童时期是一个人发育成长的重要阶段，在这个阶段，要教他们学会求知，学会做事，学会健身，学会审美，学会创造，但尤其重要的是要教他们学会做人。从不会做人到会做人是一个过程，这个过程的基础阶段就是少年儿童阶段。

少年儿童的“知心姐姐”卢勤为小朋友们、家长们和老师们献上了一份精美的礼物。卢勤以她贴近儿童、贴近生活、贴近实际的写作风格，就大家十分关心的少年儿童教育的重大课题，娓娓动听地讲述了自己独到的见解。我相信这本书一定会成为广大读者的良师益友，也一定会受到少年儿童工作者和家长们的热情欢迎。

(作者为原教育部总督学)

引言 我们拥有同一个名字

这是我站在一所“家长学校”的讲台上说的第一句话。

那天,我第一次以一个孩子母亲的身份和《中国少年报》“知心姐姐”的身份,向小学生们的家长敞开我的心扉。那次到场的家长90%是妈妈。

我对他们说:天底下最平等的称呼就是“家长”。无论你职务高低、年龄大小,在孩子眼中都是家长。我们当妈妈的,在孩子心目中,究竟是个好妈妈,还是个不称职的妈妈?我们应该怎样做个好妈妈呢?

于是,我站在孩子的角度,用发生在妈妈和孩子中间的真实故事,向年轻的妈妈们讲述了当今家庭教育中的五大误区、当代孩子的六大需求和适应未来社会的五种能力,以及如何帮助孩子走向成功……

场上鸦雀无声。

我本想,妈妈爸爸的工作都十分繁忙,一定有不少人来不了,一定有不少人中途退场……然而,当我从“家长学校”的讲台上往下看时,上千人的会场竟座无虚席;三个多小时的讲话,竟无人退场。我不禁激情荡漾!

当我结束讲话时,场上掌声雷动,久久地在我耳边回响。

散场时,天已经黑了。可许多年轻的妈妈仍在门口等候我,有的眼含热泪,向我提出很多教子中的困惑。

几天后,校长交给我厚厚一沓“听后感”,字里行间渗透着妈妈们的反省与期待,抒发了妈妈们的情和爱。

读着一篇篇感想,我被感动得热泪盈眶。孩子,在妈妈的心中占有多么重要的位置!



小时候，我曾看过一部电影，叫《可怜天下父母心》；今天，我要说“可敬天下父母心”！

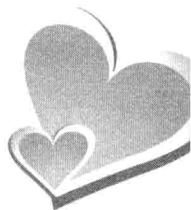
每当我走进孩子们的世界，听孩子倾诉心中的秘密、议论妈妈时，我感到，“妈妈”这个称号，对孩子是多么重要，他们多么希望妈妈能了解自己，成为他们的朋友啊！妈妈的教诲，将影响他们的一生；妈妈的失误，也会贻误孩子们的前程！

每当我走进妈妈的世界，听妈妈倾诉烦恼、谈论孩子时，我感到，“孩子”这两个字，对妈妈是多么重要，她们多么希望孩子能了解妈妈的心，成为妈妈的朋友！孩子的每一点点进步，都会让妈妈激动得涕泪纵横；孩子的每一点点过失，都使妈妈痛苦得彻夜难眠！

于是，我找到了一个新的位置。

作为一个孩子的妈妈，作为全国少年儿童的“知心姐姐”，我想我应该成为连接孩子和妈妈的桥梁，不仅要成为孩子们的知心朋友，也应该成为年轻妈妈的知心朋友。

就这样，在全国妇联原副主席、第一书记黄启臻的建议下，我把我的心里话写成文字，献给每一位年轻的妈妈。



序一 家庭教育事关千家万户的幸福	1
序二 最重要的是教孩子学会做人	4
引言 我们拥有同一个名字	5
第一章 当代家庭“三人行”	1
1. 我们是怎样的一代	3
孩子渴求现代父母	5
父母渴求现代家教	7
社会渴求现代人才	9
2. 父母的误区	13
心理误区——把自己的兴趣爱好强加给孩子	13
定位误区——当母爱变成“母害”	15
形象误区——妈妈爸爸总是享乐	18
行为误区——你是好妈妈还是差妈妈	20
语言误区——家庭亮起的“红灯”	25
3. 孩子的渴求	27
渴求平等——小孩为什么不爱逛商店	29
渴求尊重——给孩子心灵空间	32
渴求朋友——做孩子的知心朋友	34



渴求倾听——倾听孩子说话	35
渴求沟通——走进孩子的心灵	37
渴求赏识——学会赏识孩子	40
渴求肯定——肯定是孩子生命中的阳光	42
渴求保护——家庭是孩子的港湾	44
4. 沟通的双赢诀窍	48
让孩子倾诉——坐下来听	48
和孩子平视——蹲下来看	49
与孩子商量——相互尊重	50
让孩子决定——学会选择	50
给孩子写信——巧妙表达	51
替孩子着想——留点面子	52
放孩子出去——认识社会	52
向孩子道歉——说声对不起	54
向孩子学习——能者为师	55
第二章 父母的“去”与“留”	56
1. 丢掉补偿心 找回平常心	57
2. 丢掉反常心 找回正常心	59
3. 丢掉虚荣心 找回责任心	61
4. 父母给孩子的真正财富	64
妈妈的遗产	65
爸爸的体验	67
5. 无价的礼物	68
6. 富翁的新招	71
第三章 让孩子学会关心学会爱	74
1. 从生命出发的爱	75
2. 无情的果子自己吃	76

3. 懂得回报	79
滴水之恩，涌泉相报	79
大家为什么爱吕鑫	81
4. 我们应该怎样爱孩子	84
用爱的目光注视孩子	84
用爱的微笑面对孩子	86
用爱的语言鼓励孩子	86
用爱的渴望调动孩子	88
用爱的细节感染孩子	89
把童心童趣还给孩子	89
播种爱，传播爱	91
5. 在爱中施展管教	92
6. 把爱的机会还给孩子	95

第四章 责任感让孩子独立懂事

1. 从对自己负责开始	99
2. 种下责任的种子	100
3. 自己的事情自己做	102
4. 让孩子自己决定	104
5. 生日，父忧母难日	105
6. 对儿子说“一切全靠你了”	107
7. 对女儿说“要温柔善良”	109
8. 理想不可少	113
9. 地球孩子责任大	116
捡与扔	117
管住自己的嘴	119
手拉手，捡回一个希望	121
请你像我这样做	123



第五章 打开自信大门的四把金钥匙 126

- 1. 赏识的力量——相信你能行 127
- 2. 信任的力量——你很重要 129
- 3. 发现的力量——你是奇迹 133
- 4. 评价的力量——你真棒 136

第六章 将孩子引向快乐人生 138

- 1. “太好了！” 139
 - 面对自己说声“太好了！” 140
 - 面对他人说声“太好了！” 142
 - 面对困难说声“太好了！” 143
- 2. 我能行！ 144
 - 相信自己行——哇，我能行！ 146
 - 祝贺你能行——嘿，你真棒！ 147
 - 告别“我不行”——快，飞走吧！ 149
- 3. 你有困难吗？我来帮助你！ 151
 - 受助的快乐 151
 - 助人多快乐 152
 - 手拉手交朋友 154
- 4. 珍惜孩子的第一次成功 156
- 5. 让家里洋溢快乐的氛围 158
 - 善待自己——保持好心态 159
 - 善待孩子——成为好朋友 163
 - 善待家人——扮演好角色 168

第七章 学会生存 培养能力 173

- 1. 培养选择能力——人生三大选择 173
- 2. 培养承受能力——正视挫折和不幸 178
- 3. 培养竞争能力——告别嫉妒 181
- 4. 培养社交能力——成功社交三大秘诀 185

5. 培养合作能力——学会微笑和赞美	188
6. 培养听说力和行动力	197
会倾听的耳朵	197
会说话的嘴巴	199
会操作的双手	202
会走路的双脚	204
7. 学会保护自己	205
8. 学会大声说“不”	209
9. 学会勇敢	210
第八章 学会学习 终身受益	213
1. 要学会思考	215
2. 谁来解答孩子的为什么	217
3. 想象力比知识更重要	219
4. 会观察的眼睛	223
5. 怎样专心致志	226
6. 请别打扰孩子	227
7. 要严守时间	229
8. 把时间交给孩子	230
第九章 学会自我管理AB面	233
1. 文明礼貌三句话——写给孩子	233
2. 中日孩子公德对比的刺激——写给父母	235
3. 文明行为三件事——写给孩子	238
4. 帮孩子管住自己——写给父母	239
5. 待人接物三原则——写给孩子	241
6. 把热情传递给孩子——写给父母	243
7. 知法守法——写给孩子	245
8. 说话不算数的家长没威信——写给父母	246

第一章 当代家庭“三人行”

一年春节，我和高中同学聚会。昔日的老同学一谈起他们正在上学的孩子，一个个都唉声叹气。

一个同学对我说：“我们这代人上要照顾老，下要照顾小，好不容易把儿子养到十几岁，上了高中，竟然跟我们没话说，和他爸爸更是一见面就吵。儿子整天把自己关在房间里，不许我们进他的屋。我要是想跟他说句话，也只好写个纸条从门缝塞进去。我真是又难过又憋气。你是知心姐姐，你说说，我们跟儿子的关系怎么才能改变？”

她的话引起了大家的共鸣，许多同学都把目光投向我。我沉思着，眼前仿佛出现了一个男孩设计的《家长报》。

这个男孩是北京崇文小学四年级的学生。在一个飘雪花的日子，他的班主任徐老师请我去为同学们自办的小报评奖。让学生自己办报的建议是我提出的：每个同学都设计一张小报，每天贴一张，这样就等于出“日报”了，还让孩子们都有成功的感觉。如今，孩子们的报纸真的办起来了，我当然要去祝贺。

评比会开得十分热烈，五彩缤纷的小报展现在眼前，那些充满童趣的图画、别出心裁的设计，令人目不暇接。作为评委，我真不知道评哪张优秀才好。可以说，45张小报，张张都是那么出色。其中给我印象最深的，是一个男孩设计的《家长报》的报头。图案由涂实的红、绿、蓝三个圆组成，红色的在上，绿色、蓝色的在下，三个圆交叉在一起。

“能不能谈谈你的设计思想？”我认真地向小设计师发问。

男孩子站起来，神气十足地说：“红圆代表我，绿圆代表我妈，蓝



圆代表我爸。红圆与绿圆交叉的地方，说明我妈爱我，我爱我妈；红圆与蓝圆交叉的地方，说明我爸爱我，我爱我爸；绿圆与蓝圆交叉的地方，说明我妈爱我爸，我爸爱我妈！”

“太好了！”我禁不住为他的想法拍手叫绝。

教室里忽然响起热烈的掌声，鼓掌的是孩子们！

从这个男孩的设计中，从孩子们的掌声中，我理解了他们，他们需要自己独立的世界，他们把自己看成是和父母完全平等的。在他们心中，家庭是由三个完全平等的世界组成的，每个世界都是独立的，又是交叉的，也是互相支撑的。他们骄傲地把自己的世界设计成红色，而且放在上面。他们知道，自己是父母心中的太阳，是父母爱情的结晶。他们多么需要父母的爱，多么渴望与父母沟通！

孩子们的设计意图，向我们做父母的表达了这样的心愿：相互依托，相互合作，相互沟通，这应该是当代“三口人”之家，也就是独生子女家庭应该具备的人际关系。

假如让爸爸妈妈画一张家庭关系图，我相信，大部分父母都会在一个大圆里画上小圆，代表一种包容、从属的关系。在父母的心目中：孩子属于我，我可以主宰孩子，孩子必须服从我，我可以给你好吃的、好喝的、好穿的、好玩的……管你喜欢不喜欢，“爱你没商量”。

而如今，“三人世界”的家庭并不太平并不和睦，有的“三人世界”竟然发生对抗，甚至发生“战争”！

为此，大人伤心痛苦，孩子也觉得活得很累。

怎么办？怎样把对抗变为对话？怎样实现沟通？

我想，最重要的是：相互理解，相互尊重，相互学习。



1. 我们是怎样的一代

当今父母应该意识到，家庭是孩子的第一课堂，也是终身课堂。在 21 世纪，变是唯一不变的真理。变是常态，不变是病态。因此，家庭教育要跟上变化的时代，父母就要重新学习，重塑自己。我们精心培养的孩子，终有一天要走向社会。要通过“人才市场”的挑选。而在人才市场上，孩子面对的已经不再是纸制的试卷，而是一道道生活的实践题，他答得怎么样，要看他是如何对待生活的。

今天的父母比以往任何一代父母都更加关注孩子的教育。

我自己感受到家庭教育的热度，是从我写的《写给年轻妈妈》一书的发行中体验到的。这本书三年内印刷 46 次，发行量达到 213 万册。为此《中国青年报》发表了一篇报道，题目是《一本书引出一股热潮——年轻父母渴望家教知识》。文章中说：

……很多家长连夜读完了这本书，含泪给作者和出版社写去了自己的感想。北京太平路小学学生家长赵燕华在信中说：“这本书写得太好了，许多章节催人泪下，它像一面镜子，鉴别出我做母亲经历中的对与错，它是开启年轻母亲们走进成功教子之门的一把钥匙。”很多小学生也纷纷写信或打电话告诉“知心姐姐”，他们的爸爸妈妈看了书后的确变了。一个同学说，他们年级最近进行了考试，由于题目有点偏，大多数同学没有考好。他们像往常一样准备好了回家挨揍，但是出乎意料地没有一个人挨打。他代表全体同学给“知心姐姐”鞠躬，谢谢“知心姐姐”改变了他们的父母。

一本有关家庭教育的书，在社会上竟然引起如此之大的反