



WU WEI JIA ZHANG
YOU WEI HAI ZI

有为孩子 无为家长

——家教之道

家长在教育孩子的过程中，不是做得太少，而是做得太多。家长教育孩子的目的是让孩子今后能够独立成长，只有所为又有所不为，既引导、教育孩子，又能让孩子学会独立思考，增强独立能力，才是成功的教育。父母无为，孩子有为，父母太有为，孩子必无为。

周军宝 著



WU WEI JIA ZHANG

YOU WEI HAI ZI

有为孩子 无为家长

——家教之道

家长在教育孩子的过程中，不是做得太少，而是做得太多。家长教育孩子的目的是让孩子今后能够独立成长，只有有所为又有所不为，既引导、教育孩子，又能让孩子学会独立思考，增强独立能力，才是成功的教育。父母无为，孩子有为，父母太有为，孩子必无为。

周军宝 著

图书在版编目(CIP)数据

无为家长 有为孩子：家教之道 / 周军宝
著. — 深圳：海天出版社，2015.1
ISBN 978-7-5507-1222-5

I. ①无… II. ①周… III. ①家庭教育—问题解答
IV. ①G78-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第259477号

无为家长 有为孩子：家教之道

WUWEIJIAZHANG YOUWEIHAIZI: JIAJIAOZHIDAO

出品人 陈新亮
责任编辑 班国春
责任技编 蔡梅琴
封面设计  龙墨文化
0755-83461000

出版发行 海天出版社
地 址 深圳市彩田南路海天综合大厦 (518033)
网 址 www.htph.com.cn
订购电话 0755-83460293(批发) 83460397(邮购)
设计制作 深圳市龙墨文化传播有限公司 (0755-83461000)
印 刷 深圳市华信图文印务有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 17.25
字 数 389千
版 次 2015年1月第1版
印 次 2015年1月第1次
定 价 58.00元

海天版图书版权所有，侵权必究。

海天版图书凡有印装质量问题，请随时向承印厂调换。

父母需要学习

合格的父母不是天生的，而是习得的。我们或从前辈的育儿得失中获取正面的经验或负面的教训，或从自身成长经历中获得一些育儿的体会。所以，大多数人都会产生一种误区，觉得自己是懂教育的。其实不然。因为，每个人的经验都具有很大的片面性，我们在避免了前辈某些方面的失误的同时可能又会在另一些方面造成新的失误，往往给儿童成长造成终身难以消除的负面影响，一生也难以根治的心理障碍。所以，父母需要学习，学习了解儿童成长发展的规律；学习了解儿童无法用语言表达清楚的心理需求以及他们的行为表达方式；学习如何用正确的方式满足孩子需求，使孩子养成好的行为习惯而不至于养成恶习等等。只有掌握本质和原理，我们在教育孩子的过程中才可能避免或不知所措或随心所欲或放任自流或矫枉过正，我们学习、借鉴别人的育儿经验才会知其然，更知其所以然，不至于生搬硬套、依葫芦画瓢、东施效颦。正是基于这样的想法，本书作者周军宝先生用理论和案例相结合的方式，通过与老师、家长问答对话的形式比较系统地告诉家长们：做正确的事和如何正确地做事。直白地说，就是孩子有哪些合理的需求，家长如何以正确的方式满足孩子的需求。

周先生认为，教育要以人为本，也就是要尊重人性，满足人性的需求。具体到儿童的教育，就是要尊重儿童的身心特点，尊重儿童的人性需求。周先生认为，人有三大需求：安全需要、快乐需要、发展需要。在教育孩子方面做正确的事，就是要了解孩子这三大基本需求的各种表达方式并努力满足；而正确地做事，就是如何满足孩子的这些需求才不致产生负面的后果。如何才能正确地满足孩子的三大需求呢？周先生用四句话，引申出五条原则。

第一句话，把孩子当成孩子。首先，孩子是一个人，你必须把他当成一个有独立人格的人来尊重，这是第一条原则：尊重。其次，孩子不是成年人，而是孩子，你不能按照成年人的标准去要求他，强迫他，而要引导他，这是第三条原则：引导。

第二句话：把孩子当成自己。把孩子当成自己，换位思考，己所不欲勿施于人，己所欲也不可强施于人，这是第二条原则：理解。

第三句话：把自己当成自己。你是你，孩子是孩子，你不是孩子的奴仆，孩子也不是你的附庸，你不能代表甚至代替孩子，这是第四条原则：放手。

最后一句话：把自己当成孩子。蹲下来，成为孩子的朋友。这是第五条原则：朋友。

归纳一下，五项基本原则就是：尊重、理解、引导、放手、朋友。尊重是前提，理解是基础，引导是手段，放手是目的，朋友是标准。

周先生认为，很多家长在教育孩子的过程中，不是做得太少，而是做得太多。家长教育孩子目的是让孩子今后能够独立成长，只有有所为又有所不为，既引导、教育孩子，又能让孩子学会独立思考，增强独立能力，才是成功的教育。父母无为，孩子有为、父母太有为，孩子必无为。所以，周先生把自己的教育思想称为“无为教育”。

本书既是教家长如何教育孩子的书，也是一本让家长了解自己“教育行为”和性格形成原因的书。这本书在让家长学会正确的育儿方法的同时，也让家长了解自己的童年经历对自己现在育儿方式的影响，告诉家长如何避免自己现在的言行对孩子造成终身的负面影响。

下面，我们就跟着主持人于钹、中学老师梁玛、资深记者严钊一起，听周先生讲述他的“无为教育”。

海天出版社编审 班国春

2014.10.10

» 第一讲 安全是人的最基本需要

- 3 | 一、作为父母，你有安全感吗？
- 13 | 二、你的孩子有安全感吗？
- 23 | 三、先天性害怕

» 第二讲 有些害怕是后天的

- 33 | 一、行为学习过程
- 36 | 二、渐进式学习
- 51 | 三、闪光灯式学习

» 第三讲 没有安全感的表现

- 62 | 一、敏 感
- 84 | 二、退 缩
- 90 | 三、恋 物
- 93 | 四、迎 合

» 第四讲 我被爱吗？

- 96 | 一、被爱的意义
- 101 | 二、引起关注
- 106 | 三、有条件的爱
- 111 | 四、“我真不想让她出生！”
- 116 | 五、父母不可当法官
- 123 | 六、错 爱

» 第五讲 我可爱吗？

- 130 | 一、维护自我
- 134 | 二、父母是一面镜子
- 137 | 三、自我实现
- 139 | 四、妖魔镜
- 143 | 五、三类负面信息

» 第六讲 我有价值吗？

- 156 | 一、人之需要被需要
- 158 | 二、我需要你
- 175 | 三、你需要我

» 第七讲 我能做自己吗？

- 190 | 一、我能成为自己吗？
- 197 | 二、听话就是被催眠
- 200 | 三、假规矩之名
- 204 | 四、听自己的话
- 224 | 五、细节决定成败

» 第八讲 得不到的才是最好的

- 228 | 一、什么是快乐？
- 230 | 二、人人追求快乐吗？
- 232 | 三、真正的快乐
- 234 | 四、快乐法则一：得不到的才是最好的

248 | 五、快乐法则二：不想？偏要想！

» 第九讲 再来一次你就会成功

- 267 | 一、快乐法则三：明天会更好
- 271 | 二、教育应该是快乐的吗？
- 282 | 三、快乐法则四：再来一次，你就成功了

» 第十讲 失去更痛苦

- 304 | 一、快乐法则五：失去更痛苦
- 318 | 二、控制的两种手段
- 326 | 三、控制自己不控制

» 第十一讲 要快乐孩子先快乐自己

- 340 | 一、快乐法则六：乐在当下
- 341 | 二、把未来的自己当别人
- 345 | 三、要快乐孩子，先快乐自己

» 第十二讲 没有懒惰的儿童

- 361 | 一、没有懒惰的儿童
- 368 | 二、成人的自私
- 372 | 三、成人的“自我”
- 374 | 四、限制孩子
- 383 | 五、帮助孩子
- 391 | 小 结

» 第十三讲 人人都想做好事

- 398 | 一、人人都想做好事
- 401 | 二、理解和接纳
- 409 | 三、错误是用来学习的
- 415 | 四、不是不行，而是不会
- 418 | 五、不快乐，不健康
- 421 | 六、“撒谎”的孩子
- 423 | 七、“我真棒！”

第一讲 安全是人的最基本需要

——安全第一（1）

安全的目标是全体人类所共有的。

——阿德勒



于钦（“无为教育”沙龙主持人，以下简称于）：大家好！我们“无为教育”沙龙今天就开始了。我是主持人于钦。这三位嘉宾是：周军宝，无为教育倡导者；梁玛，中学老师，一位15岁孩子的慈母；严钊，资深记者，一位孩子的严父。

周先生认为，人有三大需求：安全需要、快乐需要、发展需要。在教育孩子方面做正确的事就是要满足孩子的三大基本需求；而正确地做事，就是如何满足孩子的这些需求才不致产生负面的后果。世界在变，唯有的人性不变，无论何时何地何人，教育的本质都必须以人为本。今天我们就来探讨人性的三大需求之一——安全需要。

关于安全需要的重要性，丘吉尔深有体会，他在《不需要的战争》一书中写道：“如果没有安全，则所获得的一切似乎都是毫无意义的，而且生活的本身，即使在胜利的欢呼声中也是不可忍受的。”因此，“最迫切的需要是安全，要不惜一切代价和采用一切方法，哪怕是严厉的、甚至是残酷的方法来取得它。”

丘吉尔的意思就是，为了安全，要不惜一切代价。对此各位怎么看？

严：丘吉尔处于动荡年代，所有人都渴望和平、安全，因此，他那样说并不奇怪。但我们处于和平年代，社会秩序良好，生活安定，没有威胁，

尤其是被父母万般宠爱和全力保护的孩子，就像温室里的花朵，除了阳光，连风雨都吹不着，哪里还有什么不安全的因素？

周：安全需要，是一种缺失性需要。拥有它，你并不会觉得珍贵；一旦面临失去，你才会感觉到重要。

设想一个简单的场景：把一根宽10厘米，长5米的木板，放在地上，给你50块钱，要你过去，你会毫不犹豫；同样是这块木板，把它架在30层楼的高空，没有任何保护措施，这次给你5000块，要你过去，你会过吗？你肯定不会。

过同样的木板，为什么放在地上，给你较少的钱你会过；置于高空，给你较多的钱你不过呢？在第一种情况下，因为木板在地上，即便你有任何闪失，安全还是有保障的，安全感得到了满足，此时赚钱就变得更重要了；而在另一种情况，没了安全保障，给你再多的钱，你也不会去，毕竟，生命是不能用钱买到的。

当然，在有一种情况下，看似不需要安全感。哪种情况呢？有一个故事说，希腊一位哲学家有一次乘船旅行，遇到了大风暴，所有的乘客都惊慌失措，害怕那脆弱的船不堪一击沉没水底，但他发现只有一名乘客没有失态，静静地坐在一角，神情自若——那是一头猪！这就是所谓的无知者无畏，没有比无知更勇敢的东西了。（笑）其实，无知者并不是真的不需要安全，只是没有意识到危险罢了。

一、作为父母，你有安全感吗？

严：你说的我完全同意，我也承认生活中有很多不安全的因素，因为连走路都可能会摔跤，吃饭都会被噎着，但不能因此就不走路、不吃饭吧？我并不否认安全需要的重要性，但我反对夸大威胁。有一句古话说“居安思危”，必要时“思危”是可以的，凡事你都去“思危”就不可以，就成了杞

人忧天，让自己生活在恐惧、焦虑之中了。以抚养孩子为例，如果你老是担心孩子会噎着，你就只能长期喂流食；如果你接受不了孩子摔跤的痛苦，你就只好经常抱着别让他下地。请问，这种“居安思危”有什么必要，有什么意义？

我就见过这样一位母亲。儿子快6岁了，她每天依然在“居安思危”：儿子出去玩，只要离开了她的视线，她就担心孩子会丢失；孩子摔了一跤，她拼命内疚、自责不说，还担心会不会感染，感染之后会不会治不了，等等，没完没了的担心，尽管她知道这样不好，但就是控制不住。显然，她心理有障碍，把安全看得太重要了，以致折磨自己和孩子。

因此，我认为，过分强调安全，是一种病态，不但不需要，而且非常有害。

周：你说得没错，过分强调安全是一种病态。但这并不说明安全需要不重要，恰恰相反，很重要！以那位母亲为例，她为什么那么担心？原因在于她的内在安全感不足。没有安全感的父母，喜欢夸大威胁，自己吓唬自己，其结果就是他们会采取过多的保护措施，过分地限制孩子。

缺乏安全感的父母还真不少。举例来说，有些孩子六七岁了，妈妈还在喂饭，你跟她说：“孩子都这么大了，不用喂，他自己可以吃”。这位妈妈就会很无奈地回答：“你看，他就是因为不好好吃饭，人都瘦成这样了，我再不喂，能行吗？”请问，天底下有守着食物还被饿死的人吗？没有。只要有人喂，谁都不会好好吃饭，更别说孩子。所以，问题不在于孩子吃不吃饭，而在于她怎么看待孩子不吃饭这件事，如果她内在安全感足，不担心孩子会饿坏或者会饿死，坚信：吃不吃饭，那是孩子的事情，我不用操心。那么，最终孩子吃饭的问题就真的不需要她操心。

父母很多的操心都是自找的，与其说是孩子需要，还不如说是这些父母需要。操心是由于担心，担心是由于怕出问题，怕出问题是由于没有安全感。父母没有安全感，培养出来的孩子就很难有安全感。可以毫不夸张地说，大凡喂饭喂到六七岁的孩子，胆子绝对很小，人际交往能力也会很差。

这是过度保护惹的祸。

限制也会出问题。同样是这些缺乏安全感的父母，他们老担心孩子会出什么问题，动不动就大惊小怪，不准孩子去这里，不准孩子去那里，不准孩子玩这个，不准孩子玩那个。“嘿！不能碰，那是虫子，会咬人的。”

“不要去那边，你没看到那边坑坑洼洼的呀，会摔跤的。”“那是刀，不是玩具，伤了自己怎么办？”

我相信，他们是出于爱的本能，但这种爱是焦虑的爱；焦虑的爱就会变成“碍”，相对于孩子的成长来说，过分限制，是比危险更危险的。孩子就会想：为什么别的小朋友可以玩，我不可以？为什么别的小朋友可以去，我不可以？答案最终只有一个：我与别的小朋友不一样，我不行！同时，还传递另外一个信息：这个世界很危险，我不能保护自己，做什么事情，最好是大人同意。你说这样的孩子胆子可能大吗？他们还有探索的勇气吗？

再者说了，又不是一条毒蛇，仅仅是一条小虫而已，真的会咬人吗？即便会，咬了又怎么样？不就是摔跤吗？哪个孩子没摔过？如果你认为孩子用大刀子危险，你就给他弄一把小刀，不要太锋利，让他去玩，即便划破手，出点血，又怎么样？孩子必须在经历中学习，而不是在告诫中成长！如果他玩毛毛虫，手痒，红肿了，他自然就知道以后不玩了；如果他老是在某个地方摔跤，他就不会再去那里。这就是学习。

1. 我该给孩子转园吗？

于：这里有一个家长的网上留言，应该跟安全感有关。她很苦闷，每次去参加孩子的班会都很伤心，甚至考虑要帮孩子转园，或者干脆以后不让孩子参加班会，怎么回事呢？大家先看看她是怎么写的：

孩子上幼儿园小班了，从上小小班开始到小班这一年，我每天把孩子收拾得干干净净送他去上学。晚上回家，也是陪他，跟他做游戏，教他贴纸，

教他汉字，或数学什么的，都是白天在幼儿园学的，回家再练习一下。老师每次组织活动和开家长会，我都从单位请假积极参加。就是想积极配合老师的教学，跟老师说话也时刻礼貌，妇女节、教师节什么的也给老师送小礼品了。

孩子的学习也差不多，我是从公开课别的孩子的表现中比较出来的。

但每次开班会回来，我都很伤心！因为这一年多，五六次班会了，我的孩子一次都没有被老师叫到提问过。但我能看出来，老师每一次提问，我家孩子也是高举着小手，小眼睛亮亮地望着老师，他也是期待能回答一个问题。但一年了，这么多次班会，都没有一次机会。其实那些问题挺简单的，孩子也会的。但老师只是叫一些固定的孩子，即便那些孩子班会时注意力不集中，东张西望，老师也会提醒他们，然后把问题重复一遍，让他们回答。

不知我家孩子一次次举起手，又放下，他的小心灵会失望吗？所以，我就经常这样安慰孩子，老师上课的时候提问，让大家举手是为了看看大家是不是听懂了，所以老师说举手，你就要举手。老师有时会让一些孩子回答问题，是因为这些孩子学习差，老师在考他们，而你们几个不怎么回答问题的，是因为老师知道你们都是好孩子，对你们放心。不知我这样说对不对，我也只能这样说。因为孩子也很期待回答问题的，那会很自豪的，回答完了，老师再夸一下，会更自豪，再接再厉的，我小时候就是这样想的。

有时，接园的时候，我见别的家长都和老师交流，聊好长时间，比如孩子挑不挑食，是否内向，学习如何。我也就问一问老师，孩子在幼儿园的表现，但什么都问不出来，老师总会说，“孩子在这特别好，吃饭也好，学习也好，睡觉也好，如果有事就跟你打电话了”，每次都问不出什么来。真不知道别的家长怎么和老师交流的，一交流，就交流那么长时间。

不知，明年家长会或班会，我家孩子能不能有幸回答一个问题呢？

我很期待，孩子也应该很期待。我只能每天晚上多陪孩子，配合老师的教学，多提高孩子的自身。

如果情况再像今年一样，我是选择给孩子转园，还是怎么办呀？如果转园，孩子又要适应一段时间，可不可以？还是老师一通知开公开课或班会，我就不让孩子那天去上学呢？因为那样的班会，孩子的角色就是鼓掌，多打击孩子积极性啊！说实话，三位老师在教学方面确实都不错。我不明白的是，本来孩子不多，就二十来个，为什么不挨个让他们回答问题，或挨个做游戏？只让其中几个，每节课都来回地游戏和回答，别的孩子心理会有影响吗？非要孩子从幼儿园就分出尖子生和差生吗？如果问题老是解决不了，我想还是选择回避吧。请专家们给我支支招，我这样做对不对。

于：是呀，她这样做对不对呢？

严：采取回避的方式，让孩子不参加班会，这种做法显然不对。但这不是问题的根源所在。问题在于这位家长不能维护自己的利益：既然你希望老师叫孩子答问题，为什么不直接跟老师说呢？

周：不说是由于不敢说，不敢说则是由于害怕被拒绝或被羞辱，这都是内在安全感不足的表现。案例中的孩子是没有问题的，按老师的说法，孩子“吃饭也好、学习也好、睡觉也好”，问题出在这位妈妈身上。

她每天把孩子收拾得干干净净去幼儿园，每天陪孩子把当天学过的东西都复习一下，幼儿园有什么活动，她也会请假积极配合，甚至跟老师搞好关系，送些小礼物之类的。如果她愿意这样做，而非不得不这样做，那么就很正常，没什么问题；但问题是，我感觉到似乎有一种压力在逼迫她不得不这样做。

什么压力呢？从她每次开家长会回来以后很伤心，我们就能发现这种压力。表面上看，老师不给孩子回答问题的机会，她担心孩子会失望，其实真正失望的应该是她自己，她把自己的失望投射到了孩子身上。因此，当她

安慰孩子说：老师“让一些孩子回答问题，是因为这些孩子学习差，老师在考他们，而你们几个不怎么回答问题的，是因为老师知道你们都是好孩子，对你们放心”。与其说她在安慰孩子，不如说在安慰自己。很明显，她有一种需要被认可的压力。

当然，每个人都希望得到别人的认可，这很正常；但如果没有别人的认可，就据此否定自己，就不正常了。而这位母亲的问题就在于此。她所做的一切，其实都有一个共同的目的，就是希望别人认可她孩子带得好，教得好。每次开班会，无疑都是一个最好的表现机会，有那么多家长参加，如果孩子在其他家长面前好好表现的话，想象一下他们投过来的羡慕眼光，肯定比老师私下里对她说“孩子一切都好”有价值得多。偏偏老师不给这种机会，于是她就感觉自己做的一切似乎都没有回报，很失落，也很失望，由失望变成愤怒，觉得老师不公平，认为老师把自家孩子归于差等生。而原本她认为自己孩子不错，从公开课与其他小朋友的对比中发现的；为什么老师不给孩子几次机会回答问题，就可以抹杀一切呢？这恰恰就是依赖他人认可的人犯的一个通病：当别人认可我的时候，我是有价值的；当别人不认可我的时候，我就毫无价值，所做的一切一无是处。孩子教得好不好，自己不清楚，唯有别人认可才是好。

所以，她才很着急地说：“如果情况再像今年一样，我是选择给孩子转园，还是怎么办呀？如果转园，孩子又要适应一段时间，可不可以？老师一通知开公开课或班会，我就不让孩子那天去上学，因为那样的班会，孩子的角色就是鼓掌，多打击孩子积极性啊。”

她担心孩子没机会表现，是因为她需要孩子的表现，以此来证明自己教育孩子的成就，而不是她所说的“会打击孩子积极性”；她需要孩子的表现，是因为她将自己价值建立在孩子的表现上；诚如于小姐所说，这确实是内在安全感不足的表现。真正内心强大的人活在自己的世界里，而不是别人的脸色或言语里。