

亲 子 教 育

金字塔法则

QINZI JIAOYU JINZITA FAZE

李 牧 著



世界图书出版公司

亲子教育 金字塔法则

李 牧 著

世界图书出版公司

上海·西安·北京·广州

图书在版编目(CIP)数据

亲子教育金字塔法则/李牧著. —上海: 上海世界图书出版公司, 2017. 6

ISBN 978 - 7 - 5192 - 3025 - 8

I. ①亲… II. ①李… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 117032 号

-
- | | |
|------|---|
| 书 名 | 亲子教育金字塔法则
Qinzi Jiaoyu Jinzita Faze |
| 著 者 | 李 牧 |
| 责任编辑 | 吴柯茜 |
| 封面设计 | 张亚春 |
| 插图设计 | 张 爽 |
| 出版发行 | 上海世界图书出版公司 |
| 地 址 | 上海市广中路 88 号 9—10 楼 |
| 邮 编 | 200083 |
| 网 址 | http://www.wpcsh.com |
| 经 销 | 新华书店 |
| 印 刷 | 上海梓格出版科技有限公司 |
| 开 本 | 787 mm×960 mm 1/32 |
| 印 张 | 5 |
| 字 数 | 64 千字 |
| 版 次 | 2017 年 6 月第 1 版 2017 年 6 月第 1 次印刷 |
| 国际书号 | ISBN 978 - 7 - 5192 - 3025 - 8/G · 486 |
| 定 价 | 30.00 元 |
-

版权所有 翻印必究

如发现印装质量问题,请与印刷厂联系

(质检科电话:021-61421930)

作者简介

李牧,中欧国际工商学院 MBA,国际管理公会 iPMA 认证职业培训师,埃里克森国际教练学院认证职业教练。

作者在制造业领域拥有近 30 年的职业经验;曾经在知名国有控股集团企业、外商独资企业、世界 500 强跨国企业亚洲区和国家 985 重点大学企业管理学院等单位任中高层管理职位;现从事领导力和团队管理的培训与咨询,以及高管教练、父母教练等工作。

作者不仅在个人事业领域里一直努力拼搏,多年来对亲子教育也保持了高度的关注并积极探索和践行。在伴随孩子 20 多年成长的历程中,作者从改进亲子教育的角度出发,以提升家长的自我教育为核心,坚持不懈地持续学习、思考和改进亲子教育的观念和方法,将自己在从事管理工作

中所运用的现代管理理论和方法以及教练辅导技巧同亲子教育实践紧密地结合在一起,探索和创立了一系列独具特色的亲子教育理论和技巧并成功地加以运用。

这些探索中既有“授之以鱼”的实用方法介绍,也有“授之以渔”的思维方式解析。

作者创立的理论和技巧,使得作者作为家长很好地保持了与孩子的亲子关系,避免了许多在孩子成长过程中普遍存在的问题和矛盾,让孩子顺利度过了一些重要的成长阶段。

在科学、细致的家庭教育环境下,孩子树立起了良好的人生观、价值观和行为准则,得到了老师、同学们的广泛认可,在学业上也取得了可喜的成绩,从名不见经传的普通学校迈入上海市的名牌高中——上海中学,又以优异毕业生的成绩迈入中国的顶级学府——北京大学。

自序

大约在我的儿子十四五岁的时候,我曾经与一位和我年龄相仿的 MBA 同学聊起孩子的教育。他问我:“你对你孩子的现状满意吗?”我笑答:“还算满意吧。”他又问:“那么,你对孩子最满意的是什么?”我努力思索了一下,认真地答道:“我对孩子最满意的,就是他现在已经很清楚地知道,什么事该做,什么事不该做!”

这个回答一出口,不仅他感到了惊讶,连我自己也感到了一丝惊奇和惊喜。是啊!一个正处在青春期和所谓的“叛逆期”的孩子,如果能够清楚地知道什么事该做什么事不该做,这是天下多少家长梦寐以求的美好情景啊!又能够让多少家长减轻焦虑、担忧、苦恼和烦躁啊!

那次聊天之后,我常常会跟一些同学、朋友谈

论孩子,谈论亲子教育,谈论做父母的种种艰辛体会和难忘的感受。

现实生活中,有多少奋力拼搏的父母,为孩子在成长中不尽如人意的表现而焦虑纠结?有多少含辛茹苦的父母,为无法与孩子进行坦诚沟通而苦恼感伤?又有多少功成名就的父母,为孩子的放纵不羁而无可奈何?

谈到亲子教育,又常常让家长们牵肠挂肚、寝食不安,而国内国外各种流派、千差万别甚至相互矛盾对立的教育理论或教育方法让家长们难以甄别、不知所措。近些年来,如雨后春笋般涌现的纷繁多样的训练班、训练营又让家长们眼花缭乱、应接不暇。如何才能够找到符合中国家庭现状的、有效实用的亲子教育方法,是家长们非常渴望得到答案的一个重要问题。

从那时起,我开始有意识地回顾、反思自己在孩子教育方面的种种经验和教训:我是如何做到让孩子具有**自我觉察、自我管控、自我规划**能力的?我在哪些方面做得好?哪些方面有失误?哪些方

面还可以做得更好? ……从这些反思当中,我逐渐梳理出一些理念、观点、方法和技巧,也在与其他家长的分享中得到了越来越多的认同。

经过若干年的积累,我决定把自己 20 多年的育儿心得归纳总结起来,形成比较**易于理解和记忆、易于复制和运用**的育儿经验,与更多的家长朋友们分享。

本书旨在帮助家长们消除在孩子教育方面的困惑和忧虑,掌握亲子教育的真谛,改善亲子关系,提升亲子教育的满意度,帮助更多的孩子健康成长,帮助更多的家长实现生活与工作的平衡,实现家庭与事业的和谐发展。

衷心感谢在我编写和出版该书的过程中,为我提出宝贵建议的 Kate 同学、汤如冰同学,为书稿绘制插图的张爽女士,为我协调出版事宜的姜海涛先生,以及其他给予我关心和支持的朋友们。

最重要的,要感谢父母赐予我生命和力量;感谢爱妻与我共同悉心抚育孩子,探索育儿理念。

当然,也一定要感谢我亲爱的儿子,让我有幸与他一起成长,共沐亲情。

李牧

2016年12月

目 录

上篇 被忽视的“金字塔”

第一章	可怜天下父母心	2
第二章	亲子教育的“金字塔法则”	9

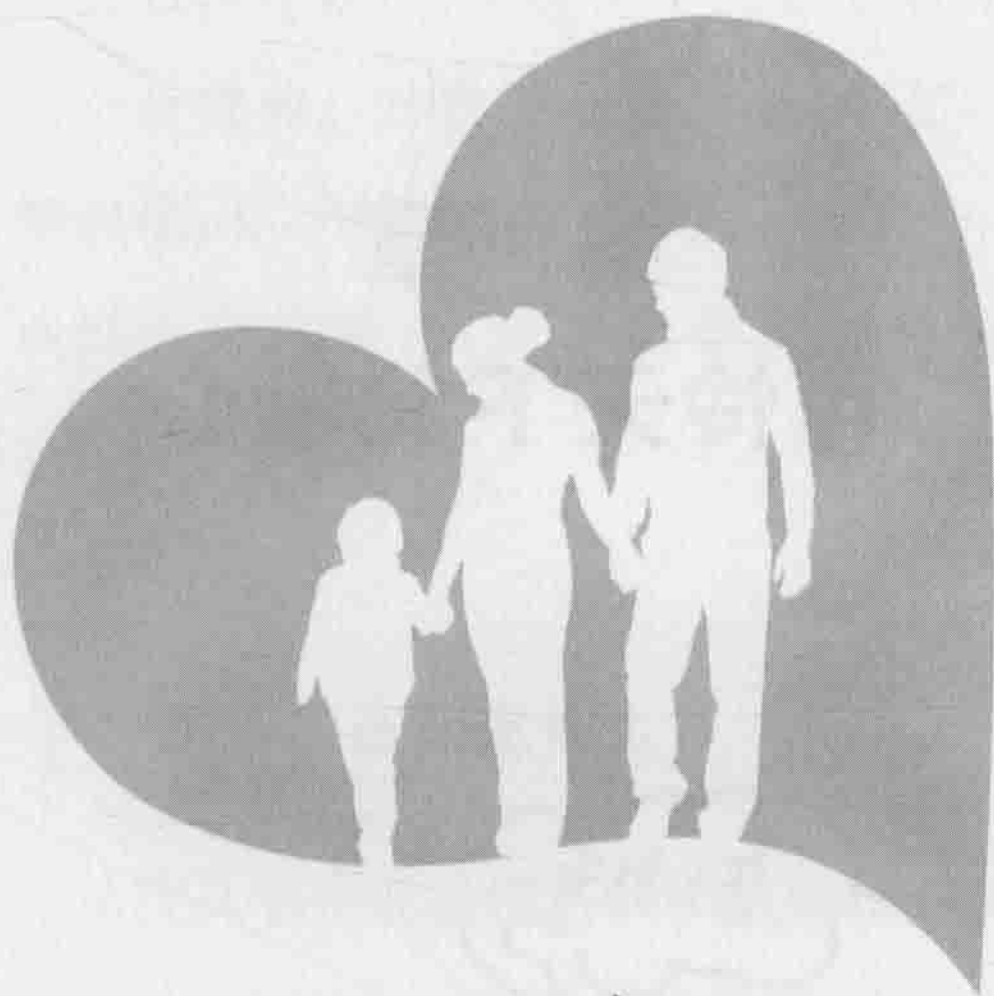
中篇 搭建您的育儿“金字塔”

第三章	确立育儿观念	22
第四章	界定亲子关系	36
第五章	优化育儿方法(上) ——以三条育儿原则为“纲”	58
第六章	优化育儿方法(下) ——以若干育儿技巧为“目”	77
第七章	享受育儿成果	126

第八章	“金字塔法则”的运用	133
-----	------------------	-----

下篇 稳固您的育儿“金字塔”

第九章	教育的极致	142
-----	-------------	-----



上篇

被忽视的“金字塔”

第一章

可怜天下父母心



孩子一出世,家长们就开始了忘我哺育、辛苦教养的历程。可以说,没有哪个父母是轻松无忧走完这个历程的。对孩子日复一日、年复一年的关心和担忧,会一直伴随着父母。

我们一起来看看,父母们都有哪些焦虑和渴望。

第一节 家长们在焦虑什么?

自从我从事企业管理培训和教练辅导工作以来,发现了一个现象:在培训或辅导当中的讨论环节或是个人分享环节,有一半左右的学员会谈到自己在亲子教育方面所经历的艰辛和苦恼。由此看来,亲子教育已经成为众多家长关心的话题,对众多家长的精神状态、身心健康、事业发展及家庭和睦都不可避免地产生了影响。

许许多多的家长们,开始对孩子们一些多发的、普遍的行为产生深深的焦虑。

有行为方式方面的问题。例如,孩子开始变

得不听话,开始有逆反行为,爱发脾气,遇到不如意的事就开始哭闹等等。

有性格方面的问题。例如,霸道,任性,胆小,性格内向,不合群,不敢在众人面前表现自己,不喜欢老师,不喜欢学校等等。

有学习方面的问题。例如,不爱学习,学习成绩总是不能令人满意,或者成绩不稳定,排名落后,排名波动,不喜欢学习乐器等等。

也有其他方面的某些不尽如人意的表现。例如,过度沉迷于电子游戏,做一些危险的、对自身安全有伤害的事、早恋等等。

孩子们的这些行为表现,有些是从小逐渐形成的,有些是在特定成长阶段(例如上小学之后或是进入青春期之后)才出现的。有些行为可以在家长、学校的监督和管教下得以纠正,有些行为却像是弹簧一样,在高压管制下有所收敛,一旦压力减弱就迅速反弹,而有些行为则是越管越糟,越施压越逆反……

孩子们的这些表现,让众多家长头痛不已,焦虑万分。

第二节 家长们在渴望什么？

为了能够让孩子们健康地成长，家长们非常渴望能够掌握一些行之有效的教育方法和技巧。

有些家长渴望得到孩子的理解和接纳：他们渴望知道如何说服孩子，如何让孩子听话。

有些家长渴望孩子能够成为一个积极向上的人：他们渴望知道如何让孩子爱学习，如何让孩子积极主动地做事，如何让孩子形成良好的性格。

有些家长渴望为孩子争取一个良好的成长环境：他们渴望知道如何让孩子进入一所好的学校，如何让孩子能够拥有一个好老师、好班主任……

有些思考深刻的家长，渴望改进与孩子的沟通，从而改善与孩子的关系，渴望知道如何使孩子培养好的品格，如何帮助孩子树立正确的价值观……

总体来说,家长们所渴望的,通常都是如何解决孩子们已经出现的问题,如何纠正孩子们在家长心目中“不正确”的行为表现。也就是说,家长们渴望的,是解决孩子所存在的问题的方法。

第三节 家长们该如何选择?

对于渴望解决各类亲子教育问题的家长们来说,来自国内国外各种流派的、千差万别的、有些甚至是相互矛盾、相互对立的教育理论、育儿方法和育儿经验却常常使得家长们陷入难以甄别、难以取舍的尴尬境地。

例如,有些家长以中国的传统文化来熏陶孩子。近年来出现的国学热就是代表。许多学堂向孩子们讲授《三字经》《弟子规》等传统文化,教育孩子们从古人总结出的训诫中学习做人与做事的道理。

有些家长则以西方的教育体系来培养孩子。现在有越来越多的家长把孩子送进国际学校,希