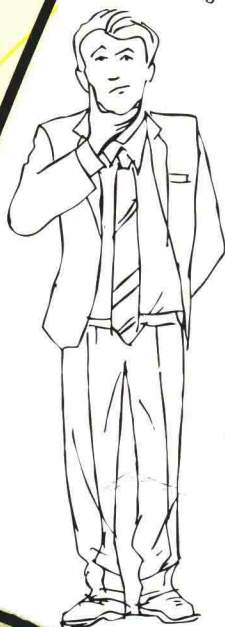


贾容韬

注册高级心理咨询师
全国实力派家庭教育专家
全国资深戒除网瘾专家
2012中国家庭教育
十佳公益人物



改变孩子 先改变自己

——好爸爸贾容韬教子手记
(修订版)

贾容韬 贾语凡◎著

作家出版社



改变孩子 先改变自己

——好爸爸贾容韬教子手记

(修订版)

贾容韬 贾语凡◎著



作家出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

改变孩子先改变自己：好爸爸贾容韬教子手记 / 贾容韬，贾毅著. --
修订本. -- 北京：作家出版社，2017.10
ISBN 978-7-5063-9601-1

I. ①改… II. ①贾… ②贾… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第182009号

改变孩子先改变自己：好爸爸贾容韬教子手记 (修订本)

作 者：贾容韬 贾语凡

责任编辑：郑建华 李 雯

装帧设计：尚书堂

出版发行：作家出版社

社 址：北京农展馆南里10号 邮 编：100125

电话传真：86-10-65930756 (出版发行部)

86-10-65004079 (总编室)

86-10-65015116 (邮购部)

E-mail: zuojia@zuoja.net.cn

<http://www.haozuoja.com> (作家在线)

印 刷：三河市北燕印装有限公司

成品尺寸：165×240

字 数：296千

印 张：21.25

印 数：149000-159000

版 次：2013年1月第1版

2017年10月第2版

印 次：2017年10月第16次印刷

ISBN 978-7-5063-9601-1

定 价：45.00元

作家版图书，版权所有，侵权必究。

作家版图书，印装错误可随时退换。

2012年“中国家庭教育十佳公益人物”

事迹材料（代序）

2002年以来，贾容韬同志以强烈的社会责任心和使命感，全身心投入到家庭教育工作中。

为了让更多家长走出家教误区，给更多孩子心中植入理想、信念，贾容韬如饥似渴地吸取心灵营养。十年来，贾容韬阅读各类中外书籍一千二百余册，书写教子日记、家教随笔、帮教感悟一千一百余万字。目前他已出版的书籍有《真的不是孩子的错》《中国家教原则》《感动孩子》等。2005年以来，他在各类杂志、报纸共发表家教论文四十八篇。

为了那些缺乏人生目标、认知偏差的孩子，贾容韬夜以继日地工作。他将需要帮助的人建立档案，他把求助者的渴望视为召唤。每天除接待来访者外，他还把关爱送到家家户户。为了唤醒更多的人，他常常家访到深夜。每天工作十多个小时，在他眼中是再正常不过的事。

贾容韬的执着是出了名的，他做什么事都会一头扎进去。让人钦敬的是，他专注、忘我的品质在家教咨询中表现得淋漓尽致。一旦进入工作状态，他往往忘记了时间，不知不觉三四个小时就过去了。他说，沟通交流是心灵与心灵的碰撞，只有深度碰撞、反复摩擦，才能产生火花。凡和他深入接触的人，都能感受到他博大的胸怀、丰富的智慧，都能被他的人格魅力所感染。所以，凡经他帮助的家长和孩子，往往会有比较大的进步。

由于长时间超负荷工作，他患上了高血压、冠心病，但他从来没有因身体原因而稍有懈怠。由于讲话太多，他的声带长了息肉，他不顾伤口感染，手术后没几天又开始接待来访者。最让人感动的是，2008年，他在洛宁县陈吴乡做报告时，心脏病突发，校长劝他停止演讲，他说什么也不肯。稍事休息，吃了救心丸，硬是坚持到演讲结束。

辛勤耕耘结出了累累硕果。在他的倾心帮助下，八百余名网瘾少年走出虚拟世界；两千余名厌学儿童进入优生行列；五百余名辍学孩子重返校园。

他还对留守儿童这个特殊群体给予了特别关注。在教育局的协调下，他和河南省洛宁县长水乡中心小学等四所学校的六百一十三名留守儿童结了对子。他多次去看望这些常年见不到父母的孩子，给他们送来一位教育工作者的殷切希望和一位长者的关爱。为了给孩子们精神支撑，他给所有留守儿童赠送了优秀图书。为了及时掌握每个孩子的思想动态，及时获得孩子们的成长信息，他给所有孩子赠送了爱心联系卡，让孩子们能随时联系到他。在他的爱心浇灌下，众多留守儿童得以健康成长。

受检察院之邀，贾容韬数次到某看守所对数十名少年犯进行心理辅导、认知校正。通过深入细致的思想工作，在贾容韬的真诚感召下，其中五名少年犯幡然悔悟，认罪态度好，且有立功表现，被提前释放。

并不富裕的贾容韬非常热心助学事业。2004年以来，他共帮助洛宁县大原小学、洛宁县东王村小学等四所学校建立了图书室。凡经他帮助的家长和孩子，他在给其信心和力量的同时，往往还要送上优质精神营养。数年来，他共向各类学校、家长学校、儿童福利院、家长及中小学生捐赠图书一万六千余册，价值二十六万余元。

数年来，他在全国各地做公益演讲五百余场、受益人数达四十余万人。

2005年6月，他被评为河南省“双合格”家庭教育工作先进个人；

2005年12月，他被河南省综治委命名为“为了明天，爱心使者”；

2006年6月，他被共青团河南省委命名为首位“河南省青少年戒除网瘾导师”；

2006年8月，他被河南省妇联、河南省教育厅等四部门聘请为“全省青少年预防和戒除网瘾巡回报告团”主讲；

2007年，他被评为“洛阳市十大道德模范”；

2007年，他被评为“感动中原十大人物候选人”；

2007年，他被河南省文明委评为“全省未成年人‘三理’教育先进个人”；

2008年，他被中央文明委授予“全国未成年人思想道德建设先进工作者”荣誉称号；

2010年，他被洛阳市文明办评为“洛阳市十大优秀志愿者”；

2011年，他被中央文明办确定为“全国优秀志愿者候选人”；

2012年，他被评为“中国家庭教育十佳公益人物”。

.....

数年来，他被洛阳市信息中专、洛宁县河洛中学、洛宁县陈吴乡中等二十三所中小学校聘请为“名誉校长”“荣誉校长”“教育督导”“德育辅导员”等。

2004年以来，《人民日报》《光明日报》《中国日报》《中国教育报》《天津日报》《河南日报》《大河报》《今晚报》《贵州都市报》，以及新华网、中央电视台、河南卫视、江苏卫视等五十多家新闻媒体对他的事迹给予了报道。

奥地利作家、思想家斯蒂芬·茨威格说过：“世界上最宏伟、最辉煌的事业是能使一个人站起来！”著名剧作家狄更斯也曾这样描述生命的意义：“如果我能弥补一个破碎的心灵，我便不是徒然活着；如果我能减轻一个生命的痛苦，抚慰一处创伤，或是令一只离巢的小鸟回到巢里，我便不是徒然活着。”贾容韬不断地践行着自己的使命。公交车上、候车室里、会议间隙，他利用一切机会传播家教先进理念。所到之处，呼吁广大父母提升自我，切实做孩子榜样；举手投足之间，他无时无刻不在青少年心灵中播撒希望、种植美好。

贾容韬说：“我最高兴的是家长向我报喜的时候，张三家庭和谐了，李四孩子进步了，王五家孩子考入了理想学校，赵六家孩子走出了网络虚拟世界……自己倡导的家教理念被人认可，自己的人生价值得到体现，我心中的愉悦是难以形容的，也是局外人无法体会到的。”

贾容韬深有感触地说：“帮助别人，其实是在帮助自己。投身家庭教育，受益最大的还是我自己。每一个求助者的故事，都带给我一份理性思考。通过接触众多案例，我收获了沉甸甸的人生感悟，我的人生境界得以提升，生命质量得到提高。我的人生全面丰收：两个孩子在全国重点大学毕业，且事业有成；我的家庭也成了人人羡慕的模范家庭；我从事的家教事业被社会广泛认可。我所做的事情能和构建和谐社会息息相关，能和中华民族伟大复兴联系起来，世界上还有比这更有意义的事情吗？”

谈到今后的工作方向，贾容韬动情地说：“家庭教育是我特别钟爱且乐意为之奋斗终生的事业，我将为此倾注全部热情和心血。如果不努力或者努力不够，我就对不起这份事业，因为这份事业成就了我。”



目录

2012年“中国家庭教育十佳公益人物”
事迹材料（代序） / 001

第一章

改变自己先改变自己

- 一、一次特殊的“机遇” / 003
- 二、从“敌人”到“哥们儿” / 008
- 三、创造 $1+1>2$ 的教育合力 / 012
- 四、我帮儿子戒网瘾 / 018
- 五、信心创造奇迹 / 023
- 六、做父亲是件幸福的事 / 027
- 七、孩子引领我成长 / 033

第二章

走出家教的误区

- 一、惩罚的真相 / 041
- 二、良药无须苦口——批评的艺术 / 045
- 三、让孩子成为有责任感的人 / 052
- 四、生活习惯决定学习习惯 / 060
- 五、鼓励胜过奖励 / 066
- 六、溺爱，温柔的致命伤害 / 071
- 七、赞赏孩子有学问 / 075

第三章

阅读点亮人生

- 一、一个人的精神发育史等于阅读史 / 083
- 二、父母读书，孩子受益 / 087

- 三、阅读是提高学习成绩的秘诀 / 091
 - 四、培养阅读习惯，越早越好 / 096
 - 五、好读书，还要读好书 / 100
 - 六、孩子是这样爱上读书的 / 105
 - 七、我的阅读情缘 / 109
-

第四章

品格决定成就

- 一、执着是第一竞争力 / 117
 - 二、自我评价是人生的投影 / 120
 - 三、善良是立身之本 / 126
 - 四、感恩为孩子插上成功的翅膀 / 130
 - 五、孝心是第一美德 / 137
 - 六、鼓励孩子“吃亏” / 143
 - 七、培养孩子的平民意识 / 148
 - 八、祖母一百周年诞辰致辞 / 153
-

第五章

教育孩子需要大智慧

- 一、培养优秀孩子的“秘密” / 161
- 二、不破坏就等于保护 / 165
- 三、可把“早恋”当“早练” / 169
- 四、弱科可以这样变强 / 174
- 五、学会对孩子说“不” / 178
- 六、倾听是一种态度 / 184
- 七、站在孩子的高度思考 / 189
- 八、影响孩子的“黄金法则” / 194
- 九、孩子为什么说谎 / 200

十、父母怎样帮助孩子学习 / 207

十一、远离功利是大智慧 / 214

第六章

好家庭胜过好学校

一、你对了，又能怎么样 / 223

二、孩子的荒唐“理想”从哪里来 / 228

三、母亲决定孩子的未来 / 232

四、家，不是讲理的地方 / 237

五、问题家庭造就问题孩子 / 242

六、真的不是孩子的错 / 247

七、心态决定状态 / 251

八、静能生慧 / 256

九、家是最好的学校 / 262

十、家庭教育要有危机感 / 269

十一、最需要拯救的是父母 / 273

第七章

家庭教育让我终生受益

一、孩子出了问题 / 283

二、从企业家到陪读父亲 / 288

三、走近阅读，做智慧型家长 / 292

四、八十万字成长日记 / 298

五、“自我革命”和“一日考评表” / 303

六、走进孩子的情感世界 / 308

七、家庭教育让我收获丰厚人生 / 315

后 记 / 324

参考文献 / 327

第一章

改变孩子先改变自己

四十五岁以前，我一直认为是自己在改变孩子、塑造孩子；四十五岁以后我才意识到，是孩子在改变我、塑造我。从一个草根父亲到一名教育专家，人生出现如此巨大的转折，是孩子在引领我成长。

Change



一、一次特殊的“机遇”

世界上没有不犯错的孩子，只有不会处理错误的家长。在家教实践中，如果说我有一点可资借鉴的经验，那就是犯错的孩子最需要理解、最需要支持和帮助。孩子犯错，往往是家庭教育的最佳时机，如果处理得法，会收到事半功倍的效果。儿子实现重大转折的“机遇”，是在他犯了自认为不可饶恕的错误的时候。

儿子读高二时，成绩一度排名班上倒数第一，因数次参与打群架，学校几欲开除他。作为望子成龙的家长，我痛心疾首，同时也开始深刻地反省自己，并决心改变家庭教育的方式方法，真正成为一名合格的父亲。我迈出的第一步是去儿子的学校陪读。

在我的精心陪读下，儿子的确发生了不少变化。但是，真正实现“质”的改变和飞跃，却得益于一次“错误”。这件原本彻头彻尾的“坏事”，却因为我教育方法的改变，成为儿子成长的转折点和机遇。

高二上学期的一次考试，儿子为了提高考试成绩，照抄同学的卷子，被监考老师逮了个正着。班主任通知我去趟学校。

这一次我心情格外平静，甚至还有些许欣喜。我意识到：考验家长的时候到了，孩子成长、进步的大机遇也来了。孩子正处在最困难、最无助的时候，如果能给孩子以支持，帮助孩子渡过难关，这件事一定能转化成推动孩子前进的巨大力量。

我先见了儿子，除了对儿子表示关心外，一个字也没提考试作弊的事。儿子吞吞吐吐要对我说什么，我递给他一个信任的眼神，以坚定的语气对他说：“什么都不要说了，爸爸理解你！”一句话，儿子情绪就稳

定了。

接着，我见了儿子的班主任，班主任认为问题很严重，表示要交到学校严肃处理。我对班主任说，贾语凡犯的错误是严重的，给老师添了不该添的麻烦。作为家长，我向老师表示歉意；作为孩子的监护人，我应该承担主要责任。不过，就此事我谈谈自己的看法，请老师参考：第一，和前段时间相比，孩子学习态度比较端正，种种迹象表明，他是憋足了劲儿在学习；第二，考试作弊固然是坏事，但透过此事可以看出孩子有考出好成绩的强烈愿望，这比以前满不在乎、破罐破摔的心态不知要好多少倍；第三，孩子求胜心切，才做了错事，他并不是那种缺乏诚信、寡廉鲜耻的人，看得出来，这件事已经触动了他。

接下来，我真诚地说：“老师，您带了语凡一年多，为这孩子没少操心，孩子的点滴进步无不倾注您的心血。语凡能在您这一班，真是他的福气。如果换一个没有爱心的老师，他不知道会滑到什么地步。‘救人一命，胜造七级浮屠。’您救的是孩子的慧命，您构筑的是孩子的心灵大厦，作为家长我不知道该怎样感激您。”

班主任被我的诚意感动，她说：“通过和你交流，我决定在班里把事情消化掉。我看你对教育也比较内行，想听听你的建议。”我说：“我有一个不成熟的想法，如果能尽量淡化此事，再给孩子以正面引导，相信孩子定能接受深刻教训，甚至还能化作前进的动力。我坚信孩子会给您争气、给班里争光的。”

临走，我又见了儿子，带他出去吃了饭，买了生活必需品。自始至终我传递给儿子的都是关爱和信任，连一句“以后注意点”之类的话都没说。想想以前，为了一个小小的错误，我让儿子罚过站，跪过地板，没收过他的零花钱；如今这样的态度，着实让儿子从内心深处受到了触动。

通过和老师沟通，我不但改变了老师对孩子的看法，还增强了老师对孩子的信心。后来得知，班主任又和孩子推心置腹地谈了一次话，没有给孩子任何处分。孩子卸下了思想包袱，轻装上路了。

接下来，奇迹出现了。儿子对妈妈说：“我真算服了，老爸和以前判若

两人，这么大的事竟然没责备我一句。我再不刻苦学习，真说不过去了。”

从此，儿子进入了健康成长的快车道，学习热情空前高涨，拼命地弥补以前的欠账，学习成绩节节攀升。特别值得一提的是，高二下学期期末考试，儿子爆出了冷门，由年级四百二十六名一跃到了一百七十四名。

2005年，儿子贾语凡被教育部直属的全国重点大学——西北农林科技大学土木工程系录取。

总结对儿子教育的成败，我深刻地认识到，父母在孩子犯错时采取截然不同的态度，会收到截然不同的效果。家教，的确是一门艺术。

以前我总认为，对孩子的错误，不能心慈手软，更不能妥协退让，不然孩子会更加肆无忌惮、越来越不像话。在这种思想的支配下，我对孩子是有错必纠、不留情面，有时还会小题大做、无限地上纲上线。我的本意是让孩子长记性、接受教训，结果孩子犯错越来越多，甚至一种错误反复地犯，更让我无法接受的是孩子和我越来越对立了。

错误和挫折教训了我，让我变得聪明起来。

我在想，有没有一种既能让孩子接受、又能达到教育之目的的方法？有没有一种既能保护孩子自尊、又能让孩子深刻记取教训的方法？答案是肯定的。无数事实表明，激烈尖锐解决不了的问题，和风细雨一定能够解决；生硬说教达不到的目的，循循善诱必然能够达到。当我从心里起誓全心全意爱孩子的时候，当我完全站在孩子的立场上思考问题的时候，灵感不断涌入我的脑海。为了及时捉住这稍纵即逝的思想火花，我的笔记本上多了以下这段文字：无条件接纳孩子，精心呵护孩子的自尊心；尽可能理解孩子，一片赤诚对待孩子，不遗余力地关爱孩子，倾注感情感化孩子。我想，如果父母能做到这些，孩子能不感动吗？能不感激父母吗？能不接受教训吗？能不进步、成长吗？我的家教实践对以上观点作了最好的印证。

一次，儿子骑自行车撞了一个小孩，由于害怕，不敢回家。我带小孩到医院检查了一下，虽说只是点皮外伤，没有大碍，却也花去了上千元的检查费和医药费。要是以往，我非狠狠教训儿子不可，这次却完全不同。

儿子回家后，我端上热气腾腾的饭菜，非常和蔼地说：“趁热吃饭，快暖暖身子。”惊魂未定的儿子情绪稳定了许多。儿子吃完饭，我接着说：“老爸特别理解你现在的心情，其实你也不必太责怪自己，谁能不犯一点儿错呢？我知道你不是有意的，谁会无端给家里添麻烦呢？”

儿子说：“我骑车是有点快，但没想到这小孩突然从胡同里跑出来。”

我说：“老爸今天不追究责任。如果你能从这次事故中得到一些有益的启示，能换来交通意识的进一步提高，这个错误就犯得值。如果是这样，这个错误就成了伟大的错误、可爱的错误、珍贵的错误。”

儿子听得非常认真，且不住点头。

我接着说：“一个人一生所犯错误并没有几种，不少人反反复复犯的都是同样的错误，比如冒失、粗心等。古代先贤们追求‘不贰过’，做到一个错误不犯第二次，就是一个了不起的人。骑车保证安全不但是对他人负责任，更是对自己负责任。安全大如天，生命弥足珍贵啊！”

儿子对我的观点十分认可。

我没有一句怨言，乐呵呵地帮儿子修好了自行车。

儿子得到善待，说了一句令我感动了半天的话：“我要再骑慢点，就能绕过孩子，也许就能避免这起事故。”多么通情达理的孩子，我还能说什么呢？儿子有了这份感悟，这比黄金还珍贵啊！这不是我最想要的结果吗？

试想一下，责备、抱怨、训斥能收到这样的效果吗？人本质上需要受到尊重，当你真心实意尊重孩子的时候，孩子展现给你的都是美好的一面，你会得到意想不到的收获。

还有一件事，时隔数年还让我记忆犹新。

儿子同学家的猫下崽了，送给他了一只。儿子非常喜欢小猫，回家后总要抱起小猫亲昵一番。我曾数次提醒儿子，小猫爪子有毒，玩猫要有点分寸。小猫慢慢长大，但儿子每天照玩不误。

有一天，儿子玩猫时手重了一点，小猫在他手上抓了一下，划出了数道血痕。

要是在以前，我肯定会说：“不让你玩你偏玩，这下服气了吧！没事

找事，还得去打狂犬疫苗！”现在，我掌握了教育法宝，知道该怎样对待孩子了。我清醒地知道这是让儿子记取教训、增进父子感情、给他成长助力的极好机会，我要充分利用好这次机会。

我用碘酊给儿子清洗了伤口，并贴了创可贴。我心平气和地对儿子说：“你那么喜欢小动物，表明你有一颗善良的心。学校生活那么单调，回家有只小猫陪伴，也是件非常惬意的事情。小猫也知道你喜欢它，但动物是缺少理性的，你把它弄痛了，它难免会伤害你。”

看我温和友善，儿子戏谑了一句：“这小东西脾气还不小呢！”

我说：“这是动物的防卫本能，兔子急了还咬人呢！”

儿子笑着说：“再急也不能抓主人呀！”

一星期内，我数次陪儿子到疾病控制中心注射了防疫针。我虽然很忙，但一点也不觉得这是儿子给我添麻烦，反而庆幸儿子给我创造了一个实施教育的机会。因此，带儿子打针时，我非常乐意并极其有耐心。行了清风，就来细雨。儿子脸上的笑容多了，和我说话也多了，对我越来越信任了，堵在父子之间的墙一点一点被拆除，隔在父子之间的鸿沟被逐渐填平。

从那以后，儿子再也没有怀抱过小猫，至多是用手轻轻抚摸。进入高三，虽然不舍，但是为了不分心，儿子还是把小猫送给了亲戚。

这件事更坚定了我的信心。我进一步体会到：家庭教育原来如此有意思，这是永远不会让人厌倦的事业；家庭教育是一座取之不尽的智慧宝藏，只要父母用心挖掘，父母和孩子都能受益良多。

对待孩子犯错，不少家长凭自己主观臆断行事，不会换位思考。他们只看到孩子的过失，而并不了解孩子的内心感受。其实孩子犯了错，他已感到理亏。如果父母不依不饶，孩子反而不感到内疚了，甚至还会理直气壮。打也打了，罚也罚了，责备也责备了，还能怎么样？“杀人不过头点地”，有了这样的心态，孩子哪里还会去反思自己的错误呢？不去反思怎么能记取教训呢？反思是提高认识、改正错误最重要的心路历程，失去了反思是一个巨大的损失。没有经过深入反思，不会在孩子心灵打下印记，

这就是我们常说的“不长记性”，孩子自觉不自觉还会犯同样的错误。说到底，是父母错误的家教方式把孩子推向了己的对立面，让孩子屡错屡犯。我认为接受孩子犯错的事实，充分尊重孩子，引导孩子思考，让孩子提高认识，比直接指出孩子的错误要高明得多。

正是因为这些感悟，我对“错误”有了更深的认识，因此才能在儿子“考试照抄”事件出现时，立即意识到这是一次难得的机遇，紧抓时机并收到了意想不到的效果。

我的家教实践，折射出这样一个道理：没有不懂事的孩子，只有不会教育的父母；没有不听话的孩子，只有不会说话的父母。只要父母用心，就能找到孩子乐于接受的好方法。孩子犯错并不可怕，怕的是父母不能正确对待、不会智慧处理。再严重的错误都蕴含着美好的成分，再糟糕的事情都能挖掘出闪光的东西。面对孩子的错误，如果家长处理得当，坏事就会转变成好事。

二、从“敌人”到“哥们儿”

爱一朵花就陪它一起绽放，爱孩子就和他一起成长。寻找和孩子共同的话题、共同的语言和共同的爱好，是和孩子一起快乐成长的最好方式，也是构建亲子关系的最好渠道。共同的爱好，让我和儿子从横眉冷对的“敌人”，变成了情趣相投的“哥们儿”。

刚开始陪读的日子里，我的苦心并没有得到儿子的理解。原本平日里见我能躲就躲的儿子，如今被我全天陪着，犹如监狱里的囚犯一样，没有了一丝自由。逆反情绪就更强烈了，往往是三句话还没说完他就皱眉头，要么对我的话置若罔闻，要么干脆走开。