



PLANTS
BEAN TO RESULT
IN THE MELON

只要你站在仰视孩子的角度
采用超哥独创的幸福教育三步法
所有的孩子都能够自己获得成功

名校名师系列

种豆 如何可能得瓜

北师大实验中学名师 超哥的教育心得

家长如何做，孩子才成功

张超 著

一句反话，让年级倒数第一的学生用
70天超越515人成为年级第一
一句肯定，让众人眼里的“坏孩子”
轻松迈进中央音乐学院作曲系





种豆 如何可能得瓜

北师大实验中学名师 超哥的教育心得

张超◎著

图书在版编目(CIP)数据

种豆如何能得瓜——北师大实验中学名师超哥的教育心得/张超著. —南京:江苏人民出版社, 2011.2

ISBN 978-7-214-06736-4

I. ①种… II. ①张… III. ①青春期—健康教育 IV. ①G479

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第261689号

- 书 名 种豆如何能得瓜——北师大实验中学名师超哥的教育心得
著 者 张 超
责任编辑 蒋卫国
特约编辑 齐文静
出版发行 江苏人民出版社(南京湖南路1号凤凰广场A楼 邮编: 210009)
网 址 <http://www.book-wind.com>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京湖南路1号凤凰广场A楼 邮编: 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
印 刷 三河市杨庄双菱印刷厂
开 本 700毫米×1000毫米 1/16
印 张 14
字 数 174千字
版 次 2011年3月第1版 2011年3月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-214-06736-4
定 价 27.00元

(江苏人民出版社图书凡印装错误可向本社调换)



家长们，千万别用温水煮种子！

小时候，我每天上学经过学校走廊时都会看到两句话：“好好学习天天向上”“教师是人类灵魂的工程师”。

多年后，等到我真正成为一名教师的时候，我觉得这两句给学生和老师的话，好像都是给老师准备的。我就算终其一生按照前一句话去做，恐怕也难以达到后一句话的要求。

在教学中，我越来越觉得我们老师真正能够给予孩子的只是知识和方法。很多时候，我只要安静地站在他们身旁，耐心地倾听，就足够了，他们会自发地思考，会努力寻找自己的答案。仅仅这一点，就足以让我震撼。

以我现在带的出国班学生为例，有一类孩子目标明确，特别清楚自己想要什么，知道自己应该怎么做，他们会从高一开始就做好出国需要的所有准备。如果他出去就是要学生物，那在国内，他自己会把所有和生物有关的基础问题全部搞定，还会去扩充跟生物有关的知识，努力锻炼自己的思辨能力，以更快适应国外学校的要求。除此以外，他还练太极、练煮饭，在生活方面做足准备。高一的时候参加活动，充实阅历，高二的时候扩充知识储备，高三做最后冲刺，考 SAT 绝不会一遍一遍盲目地考，而是一次搞定。孩子自己把每一步都安排得很好，要是有人问他出国为什么？他会很确定地回答：“我

想学生物！”

而还有一类孩子，他不知道自己到底要什么，盲目，慌乱，学习、做事永远不在点子上。

在我看来，前一类孩子就相当于一颗好种子，放在哪儿都有发芽的可能！而后一类孩子就是一颗坏种子，在哪儿混都不见得能成，永远会觉得和周围环境格格不入！因为他的内在动力已经不足了。

事实上，每一个孩子生下来都是一颗好种子，都可以生根发芽开花结果，之所以不同的孩子会有不同的结局，是因为他与生俱来的强大内核被成长环境扼杀了，而这个环境主要是由家长和老师构成的。我们明知道种子是有活性的，却自以为是地把种子放进温水里煮，结果把种子煮死了。

帮种子提高活性的方法有吗？有！

已经被煮得半死不活的种子还有办法成活吗？有！

我在这本书中根据我多年的教学经验和感悟，把对孩子的教育心得总结成为“仰视孩子”四个字，并将具体方法归结为“释放——创建——自省”三步。所谓释放，就是认清内心的需求；所谓创建，就是找到行事的规则和方法；所谓自省，就是用这套规则和方法去实现内心真正的需求。释放也好，创建也好，实际上都是在为孩子的自省提供原材料，我们要做的还是激活孩子的内核，帮助孩子成长为他自己希望成为的那个人。希望这套方法能帮助家长们从根本上解决一些教育方面的问题。

最后我来谈一下如何使用这本书。

首先，这本书中提到的“释放——创建——自省”的方法，最好从孩子一出生就开始使用，因此我在书中除了写到我学生的例子，

也写到很多我儿子豆豆以及朋友孩子的例子。特此说明，这本书中提到的很多方法同样适用于教育青春期之前的孩子。

其次，书中提到的一些方法，相对比较极端，成书过程中选用这样的例子，主要用意是解释说明“释放——创建——自省”这套方法如何使用，还请家长们在参考使用时，根据孩子的特点加以发挥，欢迎举一反三，鼓励“看人下菜碟儿”！

再次，根据我的实践经验和体会，青春期孩子所有的问题都可以得到解决。因此，在“创建”环节举例时，我按照“豆豆的例子+青春期孩子的例子”模式来讲述，如果家长发现孩子出现问题，可以将这两种适合不同年龄阶段孩子的方法综合起来使用，相信能起到很好的效果。

最后，书中所有实例均来自我的真实生活，书中每一个故事的主人公——我的孩子们——最终都进入了北大、清华、耶鲁、哈佛等名校，现在也都过着有痛苦、有欢乐、偶尔迷茫、时常坚定的平凡生活。但是据我所知，他们要么已经找到了属于自己的成功和幸福，要么正在奔向通往成功和幸福的路上！

书中的观点和方法，欢迎各位家长带孩子一起对号入座，如有雷同，恭喜恭喜！

张 超

2010年12月27日

前言 家长们，千万别用温水煮种子！ 001

第一章 教好孩子，必须站在仰视的角度

- 为什么要仰视孩子 002
- 越早仰视孩子，父母以后就越轻松 007
- “我特别愿意教所谓的‘坏孩子’” 012
- 做家长可以如此幸福 020
- 把孩子看成是弱者，你 out 了 022
- 孩子会带着我们走向成功 027

第二章 家长如何做，孩子才成功

- 给孩子被仰视的感觉，孩子才能成功 030
- 很多教育从零岁起就体现了对孩子的不敬 034
- 我们要这样做：释放—创建—自省 040
- “幸福感”是父母给予孩子的最好礼物 047
- 在父母的仰视中，每个孩子都可以成才 055

第三章 教育是感受出来的——如何帮助孩子释放

- 教育孩子不要装 060
- 像对待天气变化一样对待孩子的情绪问题 067
- 像大禹治水一样解决孩子的心理问题 080
- 帮孩子找回真实的自己 097
- 永远不要低估你的话对孩子一辈子的影响 101

第四章 规矩为王——如何帮助孩子创建

- 管理资源，而不是管理孩子这个人 106
- 先把学生做好，再做好学生 110
- 告诉孩子怎么做，而不是告诉他不要怎么做 113
- 如何帮孩子长记性：体验式创建法 122
- 让一个男孩把自己当成男人：示范式创建法 129
- 如何唤起孩子的成就感：激发式创建法 133
- 同一招不要使用两遍 136
- 有时候，要适当说话不算数 139
- 要允许孩子犯错误 145
- 孩子犯了错，应该如何惩罚 149
- 鼓励孩子，要讲智慧和方法 153

第五章 让孩子自己明白道理——如何帮助孩子自省

- 自省是孩子自己的事 158
- 如何帮助孩子确定价值观 161
- 孩子爱穿奇装异服怎么办 164
- 如何帮助爱钻牛角尖的孩子 167
- 表面上没问题的孩子，家长要格外注意 169
- 如何帮助孩子成为有责任感的人 173
- 幸福是用来感受的 176
- 超哥自己的自省故事 183

第六章 孩子是父母最大的事业

- 让孩子自动放弃网游的好办法 188
- 孩子没有上进心怎么办 193
- 其实，所有的孩子都有叛逆性 196
- 对一根筋的孩子，要顺着天性适当干预 200
- 幸福的家庭才能走出幸福的孩子 203

后 记 愿每一个孩子都高度幸福 209

第一章
Chapter 1



教好孩子，必须站在仰视的角度

- ☆ 为什么要仰视孩子
- ☆ 越早仰视孩子，父母以后就越轻松
- ☆ “我特别愿意教所谓的‘坏孩子’”
- ☆ 做家长可以如此幸福
- ☆ 把孩子看成是弱者，你 out 了
- ☆ 孩子会带着我们走向成功



为什么要仰视孩子

很多父母一听我说“仰视孩子”就会觉得，孩子有什么值得我仰视的呢？我辛辛苦苦把他养大，为他付出了那么多，现在非但不让他敬重我，却反过来要求我仰视他，这也太不靠谱了吧？

每次开家长会的时候，家长们都会跟我聊一些孩子的问题。这些问题往往比较集中，不外乎是孩子的学习成绩怎么样，在学校的表现好不好，最近发现孩子有哪些问题等等。

在与家长们交流的过程中，我发现，其实大部分家长对孩子都有一个非常共性的认识，就是认为孩子是自己的一个附属。比如，他们自觉不自觉地就会说，我的孩子怎么怎么样；有意无意间会谈到，自己觉得孩子应该成为什么样的人，会因为孩子成绩优秀而高兴，也会因为孩子的表现没有自己预期中那么好而失望。



这些当然都是人之常情，无可厚非，但按我多年的教学经验来看，这种习以为常的观念恰恰是大部分孩子出现问题的根源。所以，只要开家长会，我就会跟每个家长提到我对孩子的看法，我会告诉他们：作为老师，不管孩子是谁家的，只要是我教的学生，我对他们的态度都是打心眼儿里敬重和仰视。

几乎每个家长听我这么说都会感觉非常疑惑，也非常震撼。他们觉得老师对学生怎么能用敬重和仰视这样的词呢？要说敬重也应该是孩子敬重老师啊！至于父母，辛辛苦苦把孩子养育大，更谈不上仰视孩子了。如果一定要用这个词，那也应该是孩子仰视父母才对。

那么我为什么提出要仰视孩子呢？

仰视这个词，很多人会觉得如果用在一个人身上，肯定是因为这个人有很多超出常人的地方，有值得仰赖之处。要是说一个孩子有多么值得我们敬重和仰视，大概是因为他有什么我们意想不到的优秀之处，比如，比我们聪明？比我们能干？但这不是瞎掰嘛！

我觉得，如果家长这样想，那就还是在用成人的思维理解孩子，是从功利的角度衡量孩子，而当我们用成人的观念去套孩子的时候，我们是在俯视他们，这样我们永远都只会看到孩子让我们不满意的那一面。

有的家长说，我没有居高临下地看孩子，不是有一种教育观念倡导所有的家长都应该从孩子很小的时候就蹲下来和孩子说话吗？在我们家，我会让孩子体会到他和父母是平等的，我很尊重孩子。

但是在我看来，说尊重还是不够的，甚至很多时候我们家长说尊重的时候，还是在用自己既定的思维规定孩子，那这样的所谓尊重恰恰是对孩子最大的不尊重。



不能俯视，不能平视，那父母到底应该怎么做？

玛丽亚·蒙台梭利在《童年的秘密》中说：“父母对他们子女的生命有什么贡献呢？事实上，父亲提供了一个看不见的细胞；母亲除了提供另一个细胞外，还给这个受精卵提供了一个生活环境，以便使他能最终发展成为一个小孩。说父母创造了他们的小孩，那是不对的，相反地，我们应该说：**‘儿童是成人之父。’**”

她之所以提出这个观点，依据就是孩子有一个非常强大的内核，这个内核的力量非常神秘，能够指引着孩子自己走出成功幸福的道路。

我从做老师和做父亲的经验中，深切感受到蒙台梭利观点的准确性，发现确实只有这个神秘的内核才是一切教育的起点，**只有站在生命的角度仰视孩子才是真正的教育之道。**

任何一个生命体，哪怕是猫猫狗狗，都是值得敬重的，因为每一个生命都是优胜劣汰的结果。从这个角度来说，孩子就更是如此。他（她）作为父亲几亿精子中胜出的老大，如果不积极，根本谈不上形成受精卵和生命体。所以，“积极”这两个字，是孩子从生命源头处就具备的特质，这一点本身就非常值得敬重了。如果父母对孩子的态度连这个高度都没有的话，谈什么都是浅的。我认为这是父母要明确的第一个问题。

不仅如此，孩子作为生命体，他有积极的动力要生存下来，而且希望能不断地、幸福地生活下去，这种与生俱来的内驱动力，也非常了不起。更进一步来说，他在能够愉悦生活的基础上，天生就具备与外界沟通的愿望，懂得与人沟通，能够主动和周围的人、环境进行协调，这一点与成人完全没有区别。



而最后一个层面才是他能够为社会做贡献，愿意并能够通过努力被周围人认可。

从社会功利的角度来说，最后这个层面是很多家长能够理解也愿意接受的。当孩子表现得出色，非常有出息，家长会觉得，哦，确实值得敬重，不过也谈不上仰视。但是实际上作为父母，我觉得孩子作为几亿精子里的老大，他生命里积极的那一面就足以让您敬重了，那是孩子作为一个生命体最独一无二的内核！

有很多理论说，孩子3岁之前，没有长时记忆，记不住事情。但是我在和很多父母交流时，大家都谈到了这样的感受：孩子3岁之前不但有记忆，而且这个阶段的机械记忆能力很强。

有一年，我和爱人带着豆豆坐飞机去哈尔滨玩，当时他才1岁多，还不太会说话，因为是第一次坐飞机，所以非常高兴，见哪儿指哪儿，一路上唧唧呀呀说个不停。当时我和大多数父母一样，觉得孩子肯定记不住发生了什么，也没有太留心细节。

但是豆豆2岁以后，会说的话多了，语言能力提高了，就开始经常给我们讲一些飞机上的事情，比如，他记得有阿姨过来给他送毯子，那个阿姨过来对他微笑。他坐在座位上呜呜呜上去，呜呜呜下来，然后觉得有点儿难受……

他说这些事情的时候，我和爱人都很纳闷，因为我们没有给他讲过和坐飞机有关的事情。对于那次坐飞机的经历，我也已经记不太清了。我使劲回忆起来一些片段，发现豆豆说的这些事情，那天在飞机上确实都发生过，他说得一点儿都不错！这真是让我特别吃惊，那么小的孩子竟然能记住对我们大人来说都非常久远的事情，何况，他坐飞机的时候连话都不会说呢！可他就真的悄无声息地记住了一切。



所以说，孩子不管年龄大小，作为一个生命体，他对外面世界都有求知的需求、学习的需求，这是一种生命的本能，是他积极的内核中就带有的潜质。这种潜质的力量与生俱来，无比强大，所以，我们千万不要小看了孩子。



越早仰视孩子，父母以后就越轻松

如果父母从孩子很小的时候就能仰视孩子，能让孩子充分发展自己的内核，父母后边要做的工作就会越来越少，就不需要等孩子到了青春期再去鼓励他，再去说一些废话。

经常有家长对我说自己的孩子不爱学习，问我有没有什么办法让孩子转变一下。其实在我看来，学习不是一件需要逼迫的事情，每个孩子从生下来就有学习的动力。比如，我们常常发现越小的孩子好奇心越强，他这种好奇心其实就是积极内核的一部分，是学习的一种原动力。我觉得，孩子身体内这个积极的内核比我们成人想象的要强大得多，有时甚至可以强大到几乎不需要外力就能独立完成类似学习这样的小事。

豆豆1岁多的时候，我常带他去一个公园玩，公园里有一座独木桥，每次他都特别想上去玩，可是又有点儿害怕，不敢走。我看到他这个样子，就跟他说：“不敢走，咱就不玩了，咱换个游戏玩吧！”可是孩子的想法



跟我不一样，他非常想过独木桥到对面去玩。最终他真的一个人过了独木桥，但是，方法不是我教给他的，而是他自己领悟的。

那一次，我又带他去公园玩，看到他不敢过独木桥，又很着急想要过去，我就告诉他：“豆豆，后面的小哥哥也要过，要不你先看看小哥哥是怎么过的。”他一听，退到后面，很认真地看着小哥哥怎么走，等小哥哥过去了以后，他也学着小哥哥的样子跟着过去了。看他第一次一个人走过独木桥，我和我爱人特别高兴。可是让我们惊奇的是，他没有就此停下来，而是停了一下再走回来，再过去，不断地来回过桥。我印象非常深刻，那天他连着走了17次，最后高高兴兴地不走了。

我们常常说这样一句话：孩子是坠落在凡间的天使。我对这句话的理解是，孩子没有办不到的事情，他有足够强大的内心去适应这个世界，有内在的意愿驱动自己去完成很多事情。豆豆这样练习过桥，不需要任何鼓励，也没有任何奖励，他自己就搞定了，为什么？就是因为孩子有内核，他会自己培养自己，练习过桥只是他内心强大的一个基本表现。

而面对同一件事情，很多家长却选择了另外一种做法。同样是过独木桥，我一位朋友的孩子已经3岁了，每次想过独木桥的时候，就会站在桥边，眼神中全是恐惧，不敢过，这时候他的爸爸会对他说：“你怎么这么没用，有什么啊，不就是过个桥吗？你怎么胆子这么小呢？”这样做的结果就是让孩子积极的内核完全失去了作用，因为他接收到的都是和过桥无关的信息，没有建议，只有否定。

有人说，那你的意思是不是说孩子就是一个浓缩的成人？错。大部分成人是在孩子的基础上，被砍掉了很多天性中的闪光点、削弱了内核以后，束缚出来的一个产品。

因为我们大多成年人没有在被仰视的环境中长大，而进入社会以后，受到的束缚又比孩子多多了，慢慢地，不得不成为“产品”，这时候的我