

全国著名心理学家
全国三八红旗手

全国宝钢优秀教师奖获得者
新中国60年上海百位杰出女教师之一

耿文秀博导
诚挚推荐

左手情， 右手理

——献给忙碌家长的家教心经

艾玛◎著



中国父母必修的家庭教育第一课



一位兼具东西方教育视野的老师

让学生获得学习的动力，让家长获得教育的信心

一位投身于教育第一线的老师，每年培养出大量优秀留学生
助力无数平凡家庭，造就优秀孩子

 中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

左手情,右手理:献给忙碌家长的家教心经/艾玛著. —北

京:中国纺织出版社,2011.1

ISBN 978-7-5064-7106-0

I. ①左 II. ①艾· III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第239887号

策划编辑:尚 雅 李彦芳 责任编辑:李美华

特约编辑:吴桂岩 责任印制:刘 强

装帧设计:车 芹 旭 晖 美术编辑:成 馨

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010-64168110 传真:010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

北京嘉业印刷厂印刷 各地新华书店经销

2011年1月第1版第1次印刷

开本:720×1020 1/16 印张:22

字数:420千字 定价:29.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

全国著名心理学家
全国三八红旗手

全国宝钢优秀教师奖获得者
新中国60年上海百位杰出女教师之一

耿文秀博导
诚挚推荐

左手情， 右手理

——献给忙碌家长的家教心经

艾玛◎著



中国父母必修的家庭教育第一课



一位兼具东西方教育视野的老师

让学生获得学习的动力，让家长获得教育的信心

一位投身于教育第一线的老师，每年培养出大量优秀留学生

助力无数平凡家庭，造就优秀孩子

 中国纺织出版社

一个优秀的孩子一定出自成功的教育!

此书献给想要成为父母、即将成为父母和已经成为父母的人们

在心里装满爱，在头脑里装满智慧，
人生因为养儿育女而更充实、恬然!

本书中，你能找到这些精彩内容：

★ **“教育的瞬间”**——也许是被你忽略的教育的机会，它揭示教育是细微的，但能量是巨大的!

★ **“家长不得不知的教育方法”**——“想到”问题，“找到”方法，“做到”行动，成功也就不遥远了!

★ **“艾玛视角”**——艾玛老师关注的问题也许正是你的困惑所在!

.....

本书精选了艾玛老师的教育思想、教育心得、教育方法，向读者展现了一个有情、有理、有爱、有智慧的教育世界，细腻、生动地重现了家庭生活、亲子关系、教育事件；在书中，艾玛老师首度披露“学习的阶梯”、“第二语言学习的理论模型”；此书必将使为人父母者以及准备为人父母者得到教育的感动、智慧和信心!

书瑞业雅 为和谐社会
奉献智慧生活

上架建议 教育类

ISBN 978-7-5064-7106-0



9 787506 471060 >

定价：29.80元

左手情， 右手理

——献给忙碌家长的家教心经

艾玛 / 著

 中国纺织出版社

来自校长们的推荐



I met Emma Chen in August 2006. She has excellent English language skills and a highly developed ability to conceptualize and articulate. She has a friendly personality and I soon learnt that Emma has wide ranging in many areas.

Although brought up in the Chinese education system, Emma has a philosophy of learning which is more akin to western education. I was impressed with her willingness to listen to my staff and incorporate suggestions into a whole school plan, rather than attempt to impose her ideas.

——John Turner

我是在2006年8月认识艾玛的。她是一个语言表达能力很强、思路很清晰的人。她对人很友好，我还了解到艾玛在很多领域都很有造诣。

艾玛虽然出自中国的教育体系，但是她却有着和西方教育很接近的教育理念。她很善于倾听，不是一个急于将自己的观念强加于人的人，对此，她令我印象深刻。

——约翰·泰纳（澳大利亚）

编者注：约翰·泰纳现任宁波国际学校校长。



We have known Emma personally and professionally for the last five years.

In talking to her about her philosophy of education, she impressed us with her approach of "helping the child learn." The current philosophy in Chinese education (literally translated) is "feed them like a goose" - or force - feed them. Emma's approach in teaching language follows the philosophy of the West. What also impressed us was that this philosophy is inherent in her.

Emma also has helped us with a special needs student, our 8- year- old Joshua. He was speech delayed before. Emma suggested that maybe we should emphasize Chinese pronunciation and language first. She worked with him individually for half a year. He is now speaking English as well as some Chinese.

She is a native mandarin speaker. She is also fluent in English. She knows how to motivate to "want to" learn Joel And Alison Weymouth.

—Joel And Alison Weymouth

我们于五年前因为工作关系认识艾玛，后来成为了好朋友。

艾玛在她的教育理念中强调了“引导孩子学习”，而不是“把知识灌输给孩子”，这使我们印象深刻。艾玛的语言教学理念和西方的教育方式很接近，我们很吃惊的是，这些思想是她“与生俱来”的！

艾玛有一个很特殊的学生，是我们8岁的，曾经有语言障碍的儿子 Joshua。艾玛建议我们尝试用汉语来作为 Joshua 的语言启蒙，汉语的发音可以在一定程度上帮助 Joshua 打破语言障碍。她独自教育 Joshua 半年，效果很好，现在，他可以说很好的英语，还有一些汉语。

来自妈妈们的推荐



认识艾玛缘于她组织的一次“希望之星”英语风采大赛，我的女儿参加了那次比赛。艾玛一口流利的英语给我留下了深刻的印象，经过接触，又发现她非常随和、热情，在教育上有自己独到的见解。凡是认识她的孩子都很喜欢她，会听她的话；而我们这些做妈妈的，也非常喜欢和艾玛交流，和她聊过之后，心情会非常舒畅。

——静妈

编者注：静妈的女儿 Mary 目前是小学五年级学生，对英语学习充满了热情。



她是我孩子的启蒙老师，也是我多年的朋友，她是一位睿智、风趣、乐观、执著的人。她那不拘一格的教学方式深深地吸引着孩子。她就像一位多才的魔法师，总有许多方法激发孩子的学习热情，她一直是孩子的良师益友。

——凝妈

编者注：凝妈的女儿 Wendy 目前就读于宁波外国语学校，成绩优异，英语尤为突出。



I recommend Emma Chen's "With Love Left And Wisdom Right—for busy parents to educate their kids" to parents everywhere. Emma is a teacher with courage and heart. She understands what pressures children and families face in this changing world. I have seen her work with students with their studies, helping them to understand that they can make a difference in their own lives and for their own future. I know the understanding and practical advice in this book will help many families throughout China and the world.

Lauren Austin



我向所有的家长推荐艾玛的《左手情，右手理——献给忙碌家长的家教心经》。艾玛是一位有激情和爱心的老师。她了解孩子和家长在这个变化的世界中所承受的压力。我亲眼目睹艾玛教育她的学生的过程，她使他们明白人生和未来的意义！我想这本书将为中国和世界的很多家庭带来有益的家庭教育的指导和建议！

——劳伦·奥斯汀（美国）

编者注：劳伦·奥斯汀的两个儿子均在美国麻省理工大学深造，一个攻读博士学位，一个攻读本科。

作者自序



建筑灵魂的事业

教育不但成了我的职业，还变成了我的理想，其间的变化和动摇到最后却成为更坚定的信念。

我想象在一所房子里，客厅被粉刷成大自然的颜色。在冬天，就像现在这个时候，四壁是白皑皑的，顶上有一轮通红的、温暖的太阳，孩子们来到这个地方，以他们自己的方式或站着，或坐着，有时是一场音乐会，有时是一出儿童剧，有时是关于科幻的讨论，都是孩子们喜欢的，这完完全全是他们的天地。

最大的那个房间会被改造成一个静悄悄的，或者有时是热闹的图书室。内向的孩子和外向的孩子在一起，年龄稍长的和小的在一起，孩子们就类似这样被编成一组一组，一起阅读，一起交流，他们会得到有益的帮助。他们都是爸爸妈妈唯一的孩子，在家里他们既很孤独，又受着宠爱，变成了一个个唯我独尊的小朋友。他们需要的只是一个集体，在一个集体中学会团结和友爱，还有更多的，他们应该具有好的品性。老师也会在他们的身边，孩子们将得到科学的指导，他们会快乐地获得知识。

其实，不应该只有一处房子，在各个不同的、有孩子们的地方，都应该有我们的房子。孩子们可以在放学的时候，或者在任何他们想到的时候，走到那里，一起写作业，一起阅读，各自做一些快乐而有益的事情。孩子们可以最方便地找到他们的乐园。房子里有笑声，有歌声，有交谈声，孩子们的作品被悬挂起来，他们会为此感到满足并更加努力去获得新的进步。孩子们是被鼓励着成长的，坚毅、执著而自信的品格比知识来得更为重要。

孩子们各个不同，他们进步的足迹应该被记录和赞美。谁走进了孩子的心灵，谁就将发现一个最美的世界。孩子们都能够进步，不在于成人的意愿，而是他们自己的。爸爸妈妈们也是需要帮助的，认识他们的孩子、理解他们的孩子、支持他们的孩子，对于他们，总是怀有美好的心愿，却只因为在方式上失之偏颇而背离了起

初的善意。

在家庭教育中，我们要和爸爸妈妈们一起设计方案，使家庭教育走向文明和科学。对了，那些所谓的“问题孩子”，我是伸了双臂欢迎的。他们只要被理解，得到帮助，他们也是很好的孩子。孩子们都是好孩子，他们的心灵天真纯洁，并因此而美丽。

孩子们现实的处境逼迫着我的梦，越来越强烈，梦是一直醒着的。在寒冬的清晨，心张开了双翼，捋起衣袖，在一座房子里，春天来了，四处是嫩绿的新芽，各色的花儿撑开了花瓣，传来孩子们快乐的声音。

我的梦和孩子们连在一起，曾经我努力想要割断这个梦，它的强烈和我的无所作为让我痛苦。但无论怎样，课堂和学生更吸引着我。我在学校之外的课堂获得了快乐，后来干脆我什么都不做，守着这份快乐，撇开了对此会有影响的别的事情。我的梦一日一日成长起来，我和我的学生们越发地成为了好朋友。我们彼此之间有快乐的感应，他们看见我总是捂着嘴巴笑，他们说：“老师，看见你就想笑。”我也笑了，快乐从来不需要理由。学生们大多很累，是被学习拖累的，我不知道怎么说，看着他们默默的样子，我就想做点什么。

有一个孩子给我写了一张小纸条，上面说：“我想有一朵七色花，让我变成一个聪明的孩子。”即使班上一个学习最差、上课最会捣蛋的孩子，也希望自己变成一个好孩子，得到家长和老师的表扬。就是这些孩子，只要老师说一句：“今天如果你表现好，就能得到老师的礼物。”他会为此比别的孩子付出更多的努力，挺直了背脊，咬着牙，一动不动，时刻盯着老师的眼神，看老师是不是看到他的表现了。

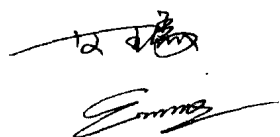
很多的时候是孩子们的天真感染着我。下课的时候，看我的水喝完了，一个小女孩去小卖部帮我买了一瓶水，递到我的面前。她笑咪咪的，是一个很腼腆，但一直微笑着的小女孩。她不说话，我被她逗乐了，不知道她想做什么，很久她才从微笑中挤出一句话：“老师，给你喝的。”她坐在下面的妈妈示意我接受，她后来说她女儿从小卖部回来，她才知道原来是给我买水去了。学生很多时候是默默的，他们不说话，他们的爱装在心里，孩子们的心里有很多的爱。

几年的时间里，我未曾发现自己身上的变化，却在学生的身上发现了时间的迁移，他们长高了，长大了。我能够和学生谈的话题更多了，自然科学、社会现象、人生哲理，他们会睁大了眼睛听，他们是听出滋味了吧，我也说得更起劲了。我一

直觉得，为师者，传道、授业、解惑，传道是在第一的。一个人只有具备了健全的人格和健康的心理，他的才学、知识才有用。任何一个孩子都是能够懂得道理的。发现学生的变化，让我惊喜而且快乐，不要去指责，不要去干涉，更不能有轻视，一切都在情理与规律中，作为成人，我们需要做的只是引导和以身说教。

孩子们喜欢听我讲故事，我也喜欢给孩子们讲故事，那里有他们的世界，他们眼神吸引着我，让我深入其中，长驻其中。我想为孩子们做点什么，为着我从他们那里获得的快乐，也为着现实中的一些偏颇。不管是谁，要认识教育、懂得教育，就要先从认识孩子、懂得孩子、进入他们心灵的深处开始。

怀着爱，装着智慧，开启这一个有情有理、有温度的世界，我将这些经历汇编成文字，与大家共享、共成长！





目录

左手情,右手理——献给忙碌家长的家教心经

1

第一章

家庭塑造人：教育孩子从经营家庭开始

格物致知，修身齐家：教养观念产生在孩子出生之前·····	18
水能载舟，亦能覆舟：正确看待对孩子的爱·····	19
重视家规家训·····	20
饮食需合理，作息有规律：打造孩子积极向上的生活态度·····	22
玩物会丧志，娱乐应节制：带孩子找回那片纯净的蓝天·····	23
由简入奢易，由奢入简难：你需要让孩子知道勤俭是美德·····	25
餐桌教育有讲究，给孩子一个温馨的时刻·····	26
孩子渴望成功，让家成为孩子成长的加油站·····	28
涉及家庭的决策，孩子有知情权·····	29
尊老爱幼是美德，孩子从你身上习得对待老人的经验·····	31
家庭中也讲合作，孩子的团队意识在居家小事里萌芽·····	32
真的没时间陪孩子吗？那就让孩子来陪你吧·····	34
天赋人权，孩子也有尊严·····	35
长辈良好的品行和健康的人格，为孩子的成长提供样板·····	36
和孩子一起成长·····	38

2

第二章

千里之行，始于足下：重视孩子的行为引导

男孩子调皮捣蛋遭老师嫌，家长该怎么办·····	42
孩子的同学从家里偷偷拿钱给孩子，家长该怎么处理·····	43
千万别带孩子去成人的娱乐场所·····	45
要改变孩子的行为，从了解孩子开始·····	46
孩子过早“为情所困”，家长该怎么办·····	47
孩子可以追星吗·····	49
孩子在别人家大玩“行为艺术”，家长该怎么办·····	50
孩子爱提无厘头的问题，家长该怎么办·····	52
发现孩子撒谎，家长该怎么办·····	54
孩子做事情磨蹭，家长该怎么办·····	56
孩子遇到困难退缩，家长该怎么办·····	57
孩子任性，家长该如何改变·····	59
孩子依赖性强，家长该怎么办·····	61

孩子太好动，家长该怎么办·····	62
孩子不肯分享，家长该怎么办·····	64

3

第三章

习惯成就孩子的一生：重视孩子的习惯养成

家长应如何“陪”孩子写作业·····	68
孩子说学钢琴，又不好好学，家长该怎么办·····	69
今天，你注意到孩子的口头禅了吗·····	71
成长的烦恼和快乐，孩子有话说·····	73
孩子丢三落四的习惯，家长该如何改变·····	74
孩子爱打人，家长该怎么办·····	76
如何培养孩子早睡早起的习惯·····	77
如何培养孩子独睡的习惯·····	79
如何培养孩子细致的习惯·····	80
孩子爱吃零食，家长该怎么办·····	82
如何养成孩子锻炼身体的好习惯·····	83
如何培养孩子专注的习惯·····	85
如何改变孩子的“小动作”·····	87
孩子沉迷于电视，家长该怎么办·····	88
孩子上网成瘾，家长该怎么办·····	90

4

第四章

美德能给予孩子更高的人生高度：重视孩子的品德教育

被人需要的孩子才是快乐的·····	94
带上孩子去关心身边的人·····	95
老家来了客人，及时向孩子实施乡情教育·····	96
讲给孩子听的家庭故事·····	98
成人不会总是正确的，孩子需要有自己的判断·····	99
坚韧不拔的精神是孩子人生道路上的至宝·····	101
孩子爱抱怨，家长该怎么办·····	102
如何培养孩子勇敢的精神·····	104
如何使孩子谦虚·····	105
家长该如何避免孩子的虚荣心·····	107



目录

左手情，右手理——献给忙碌家长的家教心经

孩子很自我，家长该怎么教育·····	109
如何培养孩子诚信的品德·····	111
如何培养孩子勤奋的品德·····	113
如何培养孩子的责任心·····	114
一定要让孩子做善良的人·····	116

5

第五章

性格决定命运：重视孩子的性格训练

快乐的氛围里培养孩子积极的性格·····	120
孩子太有主见，家长该怎么办·····	121
孩子骄傲自大，家长该怎么办·····	122
孩子没有宽容心，家长该怎么办·····	124
打开内向孩子的话匣子·····	125
请珍视孩子的创造力·····	127
家长该如何培养孩子的自信心·····	128
家长该如何培养孩子乐观的性格·····	130
家长该如何让孩子学会自律·····	132
如何让孩子学会感恩·····	133
孩子喜欢“讨价还价”，家长该怎么办·····	135
如何培养孩子的坚持力·····	136
如何培养孩子的独立性·····	138
孩子的性格太反抗，家长该怎么办·····	139
孩子爱臭美，家长该怎么办·····	141
如何改变孩子的“小气”·····	142

6

第六章

让孩子更爱听你的话：最有效的亲子沟通术

家长请别轻易拿离婚说事·····	146
请不要轻易给孩子的发展设限·····	147
家长如何提高和孩子在一起的时间质量·····	148
别轻易揪孩子的耳朵·····	150
孩子考试考砸了还保密，家长该怎么办·····	151
孩子进入了叛逆期，家长该怎么教育·····	153

孩子遭遇困惑，家长应如何和孩子沟通·····	154
家长应该掌握的批评技巧·····	156
家长应该掌握的赞美艺术·····	157
孩子需要你的倾听·····	159
孩子的“错误”行为，家长应如何纠正·····	160
家长应该如何和孩子一起“玩”·····	162
家长请蹲下来看孩子·····	163
老师来告状，家长怎么办·····	165
当家长的教育方式和老师的教育方式发生冲突时，家长应该怎么办·····	166

7

第七章

培养孩子的交往能力：让孩子成为更受欢迎的人

有礼貌的孩子才会被人喜欢·····	170
带孩子参加各种形式的交流活动，开阔孩子的眼界·····	171
如果需要帮助，请告诉我！·····	173
孩子不愿意在公众面前讲话，家长该怎么办·····	174
家长该帮助孩子建立怎样的交友观·····	176
孩子应该知道的餐桌上的礼仪·····	177
家长该如何正确对待孩子异性之间的交往·····	179
家长该正确处理孩子的早恋问题·····	181
孩子之间发生冲突，家长该怎么办·····	182
孩子有“社交恐惧症”，家长该怎么办·····	184
孩子该掌握的待客礼节·····	186
全球化背景下，孩子该掌握的涉外礼仪·····	187
孩子该掌握的拜访客人的礼节·····	189
孩子该掌握的聚会礼仪·····	191
孩子该掌握的团队合作技能·····	192

8

第八章

把学习变成快乐的享受：让孩子提高学习效率的方法

学习不是逼迫，从小教给孩子善于学习的勇气和本领·····	196
引导孩子将学习与实践结合，提高孩子的学习积极性和学习兴趣·····	197
作文岂是纸上谈兵·····	199



目录

左手情,右手理——献给忙碌家长的家教心经

孩子偏科,家长该怎么办	200
孩子学历史,家长可以从身边的“历史”导入	202
我想告诉你考试得第一的秘密	203
让旅行成为一次快乐的有效学习	205
幼小衔接,家长该做些什么	206
家长如何与孩子进行亲子阅读	208
中考,赢在方法	210
识字教育如何做好	212
家长如何帮助孩子备战高考	214

9

第九章

做好理财教育:上好幸福人生的重要一课

如何帮助孩子树立正确的金钱观	218
孩子喜欢炫耀,家长该怎么办	219
家长应该如何对待孩子的压岁钱	221
家长该如何教会孩子勤俭节约	222
家长带孩子去购物,也是一种“理财教育”	224
孩子追逐名牌怎么办	225
孩子喜欢攀比怎么办	227
家长应该告诉孩子的幸福真谛	228
孩子喜欢讲排场怎么办	230
孩子乱花钱怎么办	231
家长该如何教孩子认识货币	233
家长该如何对待孩子提出的需求	234
中国古代卓越的理财教育	236
洛克菲勒对子女的“理财教育”	237
华人富豪的“理财教育”观	239

10

第十章

有情有景、有声有色、有学有用:艾玛老师英语教育理念的精华体现

孩子学习英语的最佳年龄	242
幼儿学习英语最好的方法是什么	243
错过了幼儿期,孩子还能学好英语吗	245

父母可以在家里教孩子英语吗·····	246
如何给孩子选择英语学习材料·····	248
是什么造成了中国学生的“哑巴”英语·····	249
家长如何指导小学生学好英语·····	251
家长如何指导初中生学好英语·····	252
家长如何指导高中生学好英语·····	254
如何提高孩子的英语学习兴趣·····	255
如何选择英语培训机构·····	257
孩子学英语，一定要有外教吗·····	258
应该如何鼓励孩子参加英语演讲比赛·····	260
英语演讲技巧的制胜法则·····	262
孩子参加英语演讲比赛，家长应该做些什么·····	263

11

第十一章

出国留学非小事：科学的规划是成功的一半

您的孩子适合出国留学吗·····	268
留学的适宜年龄·····	270
如何参加国际交换生项目·····	272
留学该如何选择中介·····	273
孩子出国前的安全教育，家长做了吗·····	274
如何选择国际高中课程·····	276
孩子出国，如何选择国家·····	278
留学英国·····	279
留学美国·····	282
托福考试·····	284
雅思考试·····	286
独自去香港参加 SAT 考试·····	288
如何写国外大学入学申请书·····	290
我给学生写的推荐信·····	293
留学生的文化苦旅·····	295

