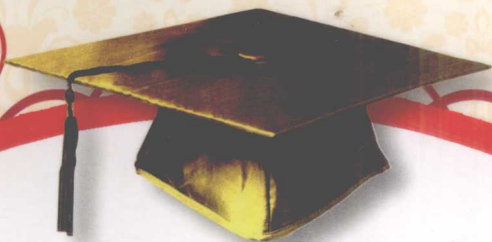


全国优秀班主任、著名辅导员**辛明**助您搞好家教，使孩子学会自立，喜欢上学习，实现美好夙愿！



天下每一位父母都有“望子成龙，望女成凤”的美好愿望。
然而，天不随人愿，真正实现这一美好愿望的可谓凤毛麟角。

*Ranghaizi
zuozijidezhuren*

让孩子 做自己的主人

一位全国模范教师的教子心得

辛明◎著

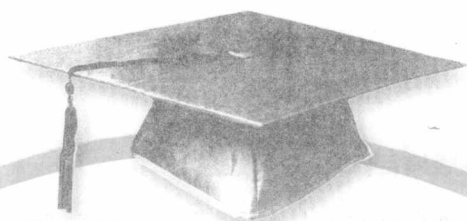
问题出在哪呢？是孩子太笨，还是家长的教育出了问题。可能大部分家长将问题归因于前者，认为自己的孩子不是那块“料”。其实，您的孩子就是牛顿，就是瓦特，就是爱因斯坦，只是您没有引导好、教育好而已。



*Ranghaizi
zuozijidezhuren*



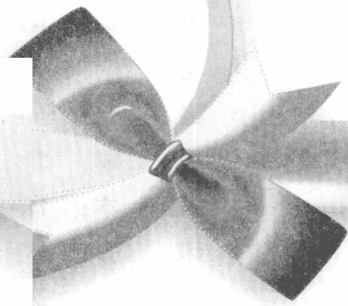
蓝天出版社
Blue Sky Publishing House



辛明◎著

让孩子 做自己的主人

一位全国模范教师的教子心得



zijidezhuoren

zuozijidezhuoren



蓝天出版社
Blue Sky Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

让孩子做自己的主人 / 辛明著. -- 北京 : 蓝天出版社, 2010.4

ISBN 978-7-5094-0399-0

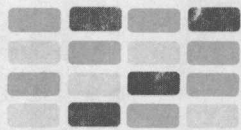
I. ①让… II. ①辛… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 070941 号

出版发行: 蓝天出版社
社 址: 北京市复兴路 14 号
邮 编: 100843
电 话: 66983715
经 销: 全国新华书店
印 刷: 北京佳明伟业印务有限公司
开 本: 16 开(710×1000 毫米)
印 张: 17.5
字 数: 280 千字
印 数: 1-10000 册
版 次: 2010 年 6 月第 1 版
印 次: 2010 年 6 月北京第 1 次印刷

定 价: 29.80 元

前言



在 21 世纪，科学技术迅猛发展，社会形势瞬息万变，经济形态日益多元化，人们将面对更多的信息和资讯，面对更多的挑战和竞争，机械重复性劳动将不再适应现实与未来发展的需要，有决策能力和独立精神的人才能适应新发展，才能自立于现实社会与未来的时代。

每一位父母都希望自己的孩子将来能够成才，能够适应社会，有一番作为。我们要培养一个怎样的孩子去适应现实与未来的社会呢？答案就是：独立自主的孩子。一个人成才的前提是必须先独立。只有拥有了独立精神和自主能力的孩子，才能在瞬息万变的社会中把握机会，做出一番事业；只有独立的孩子才能够在充满竞争和挑战的社会里发挥自己的优势，战胜对手；只有独立的孩子才知道自己面对纷繁复杂的形势该如何选择，如何应对，作出决策；只有独立的孩子才能够在复杂、多变的环境里选择、竞争、成功！

但是，我们今天的孩子，独立能力实在令人担忧：他们缺乏基本的独立意识，遇到什么问题总想着去找父母、找老师解决，依赖性太强；他们缺乏独立的性格，软弱、怯懦、意志力薄弱，遇到困难要么退缩，要么逃避；他们生活自理能力差，不会洗衣、做饭、整理房间；他们的时间观念差，做事拖拖拉拉、磨磨蹭蹭；他们不会自己选择，面对选择总是犹豫不决、茫然无措；他们缺乏自学能力，不善于独立思考、自己分析；他们不善于控制自己的情绪，遇到不顺心的事容易发脾气；他们不会自己交朋友，不会独立去处理人际矛盾与冲突……这样的孩子，如何去面对激烈的竞争，如何去面对生活的挑战？

导致孩子现在这种状况，从表面看好像错在孩子，但是事实上却错在父母，是父母过度的“爱”，过度的管束和过高的要求让他们形成了依赖性过强、自主意识差的毛病，让他们变成了没有主见、软弱无能的“寄生虫”。父母不正确的管理和教育方式，让孩子失去了独立自由的空间，让孩子失去了自我成长的机会。然而，父母们常常自认为给了孩子最好的一切，为孩子营造了一个没有伤害，没有困难，没有缺失的“温床”，但是却剥夺了孩子最重要的东西：独立性。这样的孩子，如何让他们适应时代的发展和变革呢？如何让他们去面对未来的挫折和挑战呢？如何让他们开创属于自己的事业呢？

要让孩子成才，要让孩子适应未来的社会，父母就应该顺应时代的发展，转变自己的教育方法和教育理念，在教育孩子的过程中努力做到如下几点：

给孩子一种意识，让他自己去领悟——培养孩子的独立意识，让孩子懂得自己的事情自己做，不要依赖父母；

给孩子适当的空间，让他自己去成长——培养孩子独立的性格，让孩子坚强、勇敢、自信；

给孩子必要的权利，让他自己去决定——给孩子充分的选择权，让孩子自己判断是与非，自己决定自己的事情，自己决定自己的人生方向；

给孩子一定的时间，让他自己去安排——培养孩子管理时间的能力，懂得珍惜时间，知道在什么时间做自己该做的事情；

给孩子生活的勇气，让他自己去生活——让孩子具备生活自理的能力，学会料理自己的日常生活，能够自行解决生活中经常遇到的困难；

给孩子创造学习的条件，让他自己去学习——为孩子创造良好的学习环境和条件，让孩子掌握正确的学习方法，独立学习，独立思考；

给孩子交往的自由，让他自己去选择朋友——培养孩子独立交往的能力，让孩子自己交朋友，自己处理人际矛盾和冲突；

给孩子情绪管理的方法，让他自己去调节情绪——培养孩子自主控制情绪的能力，让孩子在情绪失控的时候知道如何正确宣泄自己的不良情绪，做自己情绪的主人；

给孩子体验挫折的机会，让他自己去面对——面对困难和挫折，家长放手不管，让孩子通过自己的力量克服困难和挫折，增强自身的心理承受能力，学会笑对人生；

给孩子精神上的鼓励，让他自己去创造——培养孩子的创造能力，让孩子在没有外界影响和干扰情况下，保持珍贵的好奇心，充分发挥自己的想象力，做出优于别人的创举。

总之一句话，就是让孩子在成长的道路上做自己的主人，把孩子的命运交给他们自己！

天下父母都希望自己的孩子有出息，将来能有所作为，成就一番大事业。但希望不能完全寄托于孩子身上，能否如愿以偿的关键在于家长和学校的教育引导。我是一位12岁孩子的母亲，有20多年教育教学经验的教师，在教育孩子方面有一定的经验和看法。本书是我多年的教学、教育孩子以及对现代家庭教育的心得体会。全书围绕如何引导孩子成为自己的主人这个核心，结合自身以及国内外典型的家教案例，深入浅出地阐述了现代家教的先进理念和方法。期望通过我的讲述，能够对所有父母有所启发，在教育孩子的过程当中逐步实践，培养起孩子自立、自强、自学、自理、自律的能力，做自己的主人，成长为一个适应未来发展需要的合格人才！

辛 明

2010年3月

CONTENTS 目录

让孩子做自己的主人

对现代家庭教育的心得



Part 1 给孩子一种意识 让他自己去领悟

培养自立的孩子而不是“听话”的孩子	002
培养孩子的独立意识	006
不包办孩子的事情	013
不要担心孩子做不好	018
对孩子的不合理要求坚决说“不”	022
让孩子树立“自己的事情自己做”的意识	026

Part 2 给孩子适当的空间 让他自己去成长

培养性格独立的孩子	030
塑造孩子坚强的性格	035
让孩子具有顽强的意志力	041
让孩子具备勇敢的精神	046
让孩子对自己充满自信心	051
有些事让孩子自己想方法解决	056

Part 3 给孩子必要的权利 让他自己去决定

把选择权交给孩子	060
让孩子具备自主选择的能力	065
让孩子善于表达自己的意见	070



Contents

不要让别人的意见淹没了孩子的内心	074
让孩子尽量快地做出抉择	079
让孩子自己判断是与非	083
让孩子选择做自己喜欢的事	088
让孩子自己决定自己的未来	095

Part 4

给孩子生活的勇气 让他自己去生活

让孩子自己照顾自己	100
让孩子做力所能及的家务	106
让孩子学会热爱生活	111
让孩子养成规律的生活习惯	116
让孩子养成过内心生活的习惯	120
不要让孩子的心灵在物质享受中迷失	124

Part 5

给孩子创造学习的条件 让他自己去学习

变“要我学习”为“我要学习”	130
让孩子做知识的主人	133
分数并不代表一切	137
不要“神童”要健康发展的孩子	142
让孩子的聪明用在正确的地方	146
提出问题比解决问题更重要	151
鼓励孩子质疑权威	154

Contents



Part 6 给孩子一定的时间 让他自己去安排

把时间交给孩子	160
让孩子学会珍惜时间	164
帮助孩子合理安排时间	171
让孩子成为一个守时的人	176
给孩子足够的娱乐时间	181
让孩子成为时间的主人	185
合理安排学习	187

Part 7 给孩子交往的自由 让他自己去择友

不要干涉孩子交朋友	190
让孩子学会尊重他人	195
让孩子懂得与他人合作	198
让孩子自己解决人际冲突	201

Part 8 给孩子情绪管理的方法 让他自己去调适

正确认识孩子的负面情绪	206
适当的负面情绪有助于孩子成长	209
家长要做孩子的心理调节师	212
让孩子做自己情绪的主人	216



Contents

Part 9

给孩子体验挫折的机会 让他自己去面对

没有挫折就没有成长	222
挫折是一笔财富	226
给孩子一个体验挫折的机会	230
舍得让孩子去受苦	234
允许孩子失败	238
教孩子学会自我暗示	242
增强孩子的心理承受力	245
让孩子学会笑对人生	249

Part 10

给孩子精神上的鼓励 让他自己去创造

保护孩子珍贵的“好奇心”	254
鼓励孩子的探索精神	258
鼓励孩子大胆想象	262
让孩子敢于突破常规思维	265



Part 1

给孩子一种意识 让他自己去领悟

意识决定行为，行为决定习惯，习惯决定性格，性格决定人生。要让孩子自立，首先要从培养孩子的自立意识入手。这是一个人走向社会、参与未来社会实践的基础。每一个人相对于人类群体来说本来都是一个独立的个体，都要独立面对生活，接受困难与挑战。但是，现代的很多父母，由于过于溺爱孩子，不忍心让孩子吃苦，对孩子的事情大包大揽，无意当中让孩子形成了“凡事有父母”的依赖心理。这对孩子的成长极为不利，每个人不可能依赖父母一辈子，靠墙墙会倒，靠娘娘会老，只有依靠自己才会长久、可靠。因此，从小就培养孩子的自立意识，让孩子形成“自己的事情自己做”的思想意识至关重要。



培养自立的孩子 而不是“听话”的孩子

我以前的一個學生，現在已經是個留學生了，他在給我的來信中曾經寫過這樣一段話：

很小的時候，我的目標就是長大，至於長大了幹什麼，我從沒有想過。讀小學的時候，父母給我的目標是考初中，考上初中幹什麼，我沒有想過；讀初中的時候，父母給我的目標是考高中，考上高中幹什麼，我從沒有想過；讀高中的時候，父母給我的目標是考大學，考上大學幹什麼，我從沒有想過；大學畢業，父母給我的目標是出國留學，留學幹什麼，我也從沒有想過。現在，留學結束了，輪到自己決定要幹什麼了，我却真的不知道自己要幹什麼……

這段自白，比較典型地道出了中國孩子在成長中面臨的困惑。

中國的父母，已經習慣了替孩子安排好一切；而中國的孩子也已經習慣了接受父母這樣或那樣的安排。這段話雖然不是我們的孩子寫的，但是所說的内容我們多么熟悉啊。是啊，我們的大多數孩子都是在父母和老師的安排下，讀小學、讀高中、讀大學，而中間很少有人停下來想一想自己究竟要什麼，已經習慣了被動地去接受父母的安排。這就導致了中國的孩子從小在“自我缺失”的環境中長大，對父母老師有很強的依賴性。缺少獨立意識，缺少自主意識，是中國孩子的普遍現象，也是中國家庭教育的悲哀。

誠然，听话順從的孩子是讓人省心的，是好教育的。但是這種“听话順

从式”教育的结果是什么呢？孩子压抑了自己的个性和判断力，成了一个凡事只会听家长和老师话的机器，而失去了自我。如今的很多孩子，没有判断力，没有主见，凡事都得向老师或家长求助，离开了父母和老师的帮助，他们自己则毫无办法。这都是独立意识差、自主能力缺失的表现。他们从来没想到过自己真正的要求是什么。这样的孩子小时候是个应声虫，长大了呢，就成了一个无所适从、毫无自我的人。

全国少工委和中国青少年研究中心曾经向全国 16000 多名小学生进行了一次问卷调查。当问到“你们遇到困难时怎么办”的问题时，97%的孩子都选择了“向父母和老师寻求帮助”，可见中国孩子对家长和老师的依赖性多么的强烈。

可是，我们回过头来仔细想想，我们教育孩子的真正目的是什么？我们难道只是为了培养一批听话的孩子吗？我们难道只是为了培养一批任何事情都听从别人安排，任何事情都要请示别人意见的孩子吗？那么，对于孩子自己的意愿和想法，我们就不管不顾，不闻不问了吗？

中国的父母和老师，都倾向于培养听话的孩子。

在家庭里，我们经常可以看到这样的情景：一个孩子又哭又闹，不安分。于是，他的妈妈就说：“你看人家隔壁的××小朋友，整天多听话，不哭不闹，那样才是父母的好孩子呢！”这样的母亲在孩子心目当中树立了一个模范，那就是，凡事顺从大人，听大人话的孩子，大人就越喜欢，自己也就越能得到好处。

在学校里，我们也经常可以看到，教师往往“痛恨”那些调皮捣蛋的学生，总是树立一些“听话顺从”的典范对孩子进行教育。比如“我们都要像××小朋友一样，做个听话的好学生，而不要像××一样，整天调皮，那样的孩子老师是不会喜欢的”。哪个孩子不希望得到老师的喜欢，这样，他们便努力克制自己，去博得老师的喜欢。他们只听从老师、父母的





安排，渐渐地忘记了自己是谁了。

一般来说，孩子在 13 岁左右就已经有自己非常清晰的独立意识了。这个时候很多事情就应该由孩子自己来考虑，来做判断，父母和孩子之间应该进行平等地交谈。但是在中国，这种现象少之又少。父母总是怕孩子会出错，总是怕孩子受挫折、受委屈，所有的事情都替孩子安排好。有门路、有地位的家庭，千方百计地利用各种关系，为自己的孩子早早地铺路，让他一路都稳稳当当、顺顺利利的；而一般家庭，也会安排好孩子要走的路，让孩子遵循照办。这样，孩子纯粹就成了父母的复制品，走父母重新走过的路。

在这样的教育环境中长大的孩子，很容易成为一个消极被动的人。他们习惯了接受和服从，而从来不去考虑可以通过发挥自己的主观能动性去改变现状。这样的孩子在学生时代，习惯把不如意的事情归结为基因的遗传、环境的因素，从来不找自己的原因，总是陷于消极被动的状态中无法自拔。这样的孩子走向社会，总是认为自己受社会环境或他人的左右，如果别人不指点，环境不改变，自己就只能这样消极被动地生活下去。因为习惯了等待命运的安排或贵人的相助，他们只相信事情会主动找上门，而不相信自己能够主导或者推动事情的进展。这种消极被动的人始终处于被动，受制于人的地位，很难有所成就。

我的邻居，夫妻双方都是知识分子，他们有一个儿子。从小他们就对儿子严格要求，并且为儿子安排好了一切。儿子按照他们的意愿上大学、读研究生，可在儿子研究生毕业后，因找工作受挫、恋爱受挫，就整天在家里无所事事、浑浑噩噩。当他的父母劝他重新振作时，他却把所有的过错都归罪于他的父母。他说，自己从来没有想过上大学、考研究生，都是你们替我安排的。我什么都听你们的，结果呢？什么都没有。他埋怨父母，为他选择了 he 最不想走的道路。他说他已经没有能力再去拼搏了。我的邻居听到这些话，一下子傻了眼。他们以为自己为孩子选择了最好的道路，但是没想到却换来了孩子对他们的仇视。

我们大概都不希望自己的孩子将来像这个研究生一样怨恨我们吧？但是很多家长仍然做着和我邻居一样的事情。他们送孩子去报各种辅导班，让孩子学习各种特长，把孩子的时间安排得很满，但是却忽略了孩子自身的感受。孩子只是被动地接受，从来没有想过自己的意见。等到他们有一天想到了，反应过来了，却已经晚了。

我们作为父母，虽然给了孩子生命，可是孩子却不是我们的附属物。他们迟早会有属于自己的生活，迟早会走向社会。他们应该是一个积极主动的人，

这样的人，能够自己选择自己想要的生活，能够自己为自己负责，相信能够通过自己的努力改变困境、改变命运，能够通过自己的奋斗获得属于自己的幸福。这样的孩子，才是我们所要培养的好孩子。我们不能再以听不听话作为评价好孩子的标准，而应该把有没有主见和独立意识作为培养孩子的目标之一。

每一个父母和老师，都希望培养出一个成功的优秀的孩子。可是我们传统的教育方法却始终在干扰着我们孩子的成长。要教育一个独立自主的孩子，作为家长和老师，我们首先要转变自己的观念，给孩子一定的自主权，尊重孩子的意见，让他们在条件成熟的情况下，大胆地去选择自己的人生道路，享受自己的生活自由。我们并不是孩子命运的决策者，而只是一个引导者，真正命运的方向盘应该交给孩子自己去把握。

在我 20 多年来的教学实践中，我发现很多成功的孩子都是敢于选择自己命运的孩子，而不是那些所谓从小“听话”的孩子。比如，我的一个学生，是个男同学，他的学习成绩很不好。他的父母为此很头痛，说不知道将来这个孩子怎么办。一次在家访时，我告诉他们，应该听听孩子自己的想法，让孩子自己选择自己的道路。结果孩子对父母说：我将来想当演员。于是，孩子的父母就着力培养孩子这方面的兴趣，为孩子创造各种当演员的条件。结果，这个孩子最后真的实现了自己的理想，成为了一名演员。

我教育自己的孩子同样尊重孩子的意见，从来不像有些父母那样，将自己的意愿强加给孩子，而是让孩子自己选择。比如，在我儿子四五岁的时候，和他同龄的孩子家长都纷纷花钱让孩子去学画画、学电子琴、学小提琴，但是我从来不给孩子施加那些压力。后来，儿子自己说想学唱歌，我就给他报了一个音乐班，让他跟着学。现在算来，已经学六七年了，学得还不错。

如果把孩子的命运比喻成驾驶一辆汽车的话，那么，这个驾驶员永远只是孩子自己，而不是父母和老师。因此，我认为，教育孩子应从小培养他们独立自主的思想意识，而不是总是为他们安排好一切，教他们怎么做。我们要替孩子做的，只能是告诉他们自己的意见，而最后的选择还是由孩子们自己来决定。我在教育孩子的过程中始终坚持这一点。我儿子今年 12 岁了，在他很小的时候，只要他能选择和决定的事情就让他自己决定，比如买什么样的玩具、买什么样的书包和学习用品以及每天穿什么衣服等等。由于从小的锻炼和培养，12 岁的他简直就像个大孩子，许多事情都能自己做主，只是重要的事情会向我和他爸爸征求意见。



培养孩子的独立意识

所谓独立意识，是人们对于自我认知的意识，是个体对于自我区别于其他个体的意识，也称主体意识或者自我意识。苏联心理学家科恩说：“各种人意识到自己是活动主体的心理活动的总和，就叫做自我意识（或独立意识），它的关于自己的各种表象，则组成一定的‘自我意向’。每个人的成长就是独立意识不断觉醒的过程。独立意识越明显，人们的心理和思维就越成熟。”

独立意识是一种较高级别的意识，它是人类区别于动物的表现，也是人类智慧的体现。对于一些低等动物来说，它们的意识是非常微小的，它们的运动和感受性都是结合在一起，没有区分开的。如很多单细胞动物，它们可能只对外界的刺激有反应，但是并不会了解这种刺激到底是什么。

瑞士儿童心理学家皮亚杰认为，每个儿童从一出生就具有独立意识，也就是独立于他人的意识。只不过这个意识处于潜伏阶段，没有被人们所发现。

一些低级的动物，比如哺乳动物开始有了一些感受性，这个阶段可以称之为意识的一维阶段，它们或许已经有了初步的自我意识，知道保护自己的后代，抵抗外来的袭击。但是这种意识也只是鼓励的，没有形成系统。

一些灵长类动物，能够把很多事物联系起来，比如知道用木棒去捅蚂蚁洞，用石头去砸树上的果实，可是这只是一种有限的联系的感受。被称为意识的三维阶段。

而意识的最高阶段，就是独立意识阶段，也就是人类的意识阶段。这个

阶段形成了负载的立体性认识，知道自我和环境的区别，有了较高的感受性，时间思维和空间思维都有了联系性，并且会有自己的判断和喜好。

可见，独立意识是伴随着人们的成长而发展的较高级别的思维活动。我们通过一个健康婴儿的成长可以验证这个理论。如婴儿还在母亲腹中，是一个胚胎的时候，它会对外界的刺激产生感觉，比如声音等等。等到成长为婴儿，他会对外界的刺激和事物有明显的反应和认知，比如感受别人的情绪，寻找自己熟悉的味道和脸庞等等。我们在抚养孩子的过程中都有这样的经验，婴儿刚出生，总是喜欢咬自己的手指或者脚趾。因为他们还不知道那是自己身体的一部分，咬了会痛，而是把自己的身体当做玩具。婴儿不会分辨自己和别人，把他抱到镜子前面，他不会知道镜子前面的哪个是他自己。1岁左右的时候，孩子就可以把自我活动和他人活动区别开了。1岁半的孩子开始把每个人当做一个客体，但是把自己也当做客体当中的一部分。对于自己和他人的区别是模糊的。

这种状态维持到两三岁，就会有明显的变化，孩子已经知道了自己和别人是有区别的。这个时候的孩子大多都经历了任性的自我意识、崇拜的自我意识和真正的自我意识三个阶段。

我们往往看到1岁左右的孩子是很爱扔东西的。他们总是把身边的东西，无论是玩具、碗筷还是别的东西，都拿起来狠狠地向远处丢。比如，他们看到，皮球被我扔了，它会跑。知道了皮球的跑是自己力量施予的结果。这是孩子自我意识初步觉醒的时期，认识到了自己的意志和力量。他们在通过这些活动区分这些外界事物和自己的关系。但是这个时候的自我意识是任性的，完全是从自己的主观愿望出发，为所欲为的表现。

到了大一些，孩子会慢慢收敛自己的任





性，因为他在实践当中开始认识到自己任性是不对的，继而转向盲目地崇拜别人。比如，看到别的小孩子吃穿比自己好，就要到别人家里去当小孩子；或者看到老师总是表扬一个小朋友，就要求家长把自己的名字改成和那个小朋友一样的。这些天真的举动都是盲目崇拜的表现。

等到崇拜的意识在实践当中也受到了挫折，孩子便开始调整自己的行为，开始有了自己的判断，开始认识真正的自我。这个时候，就是自我成熟的时候。

而到了五六岁，这种独立意识就非常明显了。这个时候的孩子对物质的占有欲非常强烈，他们无论什么东西都要分成自己的和别人的。比如玩具、衣服、学习用品等等。他们坚定地保护着自己的“财产”。这个时期的孩子，通常表现出非常自私的一面。这就是孩子独立意识强烈的表现。

7岁~12岁，是一个孩子成长的关键时期，这个时候独立意识慢慢增强。从情感、行为和思想中都有了越来越强烈的独立意识。他们更加认识到了自己和别人的区别，开始寻找自己的空间，发展自己的个性，逐步和父母脱离，寻找家庭以外的各种关系，比如朋友等等。这是孩子逐步独立成熟的表现。这个时期，也是塑造孩子自主性的最佳时期。

独立意识是每个人智慧成熟的重要特征。如果一个没有独立意识的人，他始终认识不到自我的存在，也认识不到自我和其他个体的区别，那么，这个个体会被人们认为是残障的，也就是我们通常所说的“弱智”。

每个人的成长都经历了“意识生成—自我意识生成—独立意识生成”这三个阶段。可以说，人类之所以是人类，就是因为人们有独立意识。

独立意识的发展除了自身的因素，外界的因素如家庭、学校等，也是影响和制约独立意识发展的重要原因。就像一个幼苗的成长，需要阳光雨露的滋养，一个人的独立意识也需要相应的环境和条件才能正常健康发展。而外界的因素主要就是家庭教育。如何帮助孩子认识并且良好地开发自己的独立意识，让孩子通过父母的引导，充分挖掘和展现自己的独立意识，成长为一个真正拥有独立自主意识和开拓精神的人，是现代家庭教育的主要任务。

在教育孩子的过程中，父母首先要看清楚自己所要扮演的角色。那就是，只是一个引导者和开发者，而不是主角。父母只需要在一旁引导和指点，但是真正能让自己成长的，还是孩子自己。所以，父母只需要“演”好自己的角色就可以，不宜将孩子成长的所有事情都揽过来，将所有事情都扛在自己