

提高素质 提高成绩

全国百余家媒体报道该书内容

做个



合格家长

成功家庭教育的秘诀

21世纪家庭教育的理念、方法、艺术。
走上家庭教育的阳光之路。

教会孩子做人、实践、调节心态。
提高孩子的学习质量、考试成绩。

王极盛 著

北京出版社

全国百余家媒体报道该书内容

做个合格家长

——成功家庭教育的秘诀

王极盛 著

北京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

做个合格家长：成功家庭教育的秘诀/王极盛著．—北京：北京出版社，2001.9

(提高素质·提高成绩丛书)

ISBN 7-200-04419-9

I. 做… II. 王… III. 家庭教育—普及读物
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 060568 号

做个合格家长

——成功家庭教育的秘诀

ZUOGE HEGE JIAZHANG

——CHENGGONG JIATINGJIAOYU DE MIJUE

王极盛 著

*

北 京 出 版 社 出 版

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码：100011

网 址：www.bph.com.cn

北京出版社出版集团总发行

新 华 书 店 经 销

北京市朝阳展望印刷厂印刷

*

850×1168 大 32 开本 12.625 印张 300 千字

2001 年 9 月第 1 版 2001 年 9 月第 1 次印刷

印数 1—10000

ISBN 7-200-04419-9

G·1426 定价：19.80 元

内容提要

该书以中国家庭教育的现状为出发点，以作者多年来的家庭教育研究成果为基础，以中国家庭教育的热点、焦点与难点为中心，以树立家长正确的家教观与人才观，掌握科学的教养子女的方式与运用正确的家教艺术为方向，以提高孩子的心理素质、创新素质、实践能力与学习成绩为宗旨。

该书内容包括家庭教育的现状与特点，走出家庭教育的九大误区，新世纪合格家长的家教观念，父母教养方式，心理健康与考试成绩，心理健康的自测，状元家长家教的六大秘诀，表扬与批评孩子的心理艺术，开发孩子的创新能力的方法，帮助孩子学会记忆，防止减负走入新的误区，家长在孩子减负中做什么，解决家庭教育难题对策。

本书特别强调实用性、操作性与有效性。

读者对象：学生家长以及教育工作者。

总序 提高素质 提高成绩

上大学，上一个好大学，已成为全国亿万中小学生的共同心愿，同样也是家长最为关注的“长热不衰”的话题。如果说高考已成为许多中国人的一个“情结”，恐怕人们不会有异议。那么，怎样才能实现学生的理想，了却家长的心愿呢？

本书作者王极盛教授为探索这个问题，曾在 100 多所学校进行了调查，为 3 万多名中学生进行了心理素质、心理健康的测试，接受了数以千计家长的咨询，对部分高考状元及家长进行了访谈，在掌握了大量第一手资料的基础上进行了深入的研究，得出了一个结论：要提高学习质量，提高高考成绩，必须走提高素质之路。提高素质与提高成绩不是矛盾的对立面，而是相互联系、相辅相成的。只有提高家长和老师的素质，才能提高学生的素质，提高学生的学习质量和考试成绩。

心理素质是素质教育的重要组成部分。王教授曾对 2000 年高考状元进行了 20 个因素在高考成功中的作用的定量研究，以这些因素在高考成功中的作用大小排列，考生考试中的心态在高考成功中的作用排列第一位，考生考前心态在高考成功中的作用排列第二位。这项研究说明：

学生的心理素质与学生的考试成绩有明显的相关性。因此，提高学生的心理素质，提高学生的心理健康水平，是提高学生学习质量、提高学生考试成绩的重要途径。

创新心理素质是时代赋予素质教育的最新内容。创新心理素质包括创新人格、创新意识与创新能力三个层面，三者既有联系又有区别。创新心理素质不是与生俱来的，是在后天的生活实践中逐渐培养起来的，而良好的家庭教育，在促进孩子的创新心理素质发展中起着重要的作用。

王极盛教授通过对高考状元父母的访谈，发现状元家庭教育成功的秘诀在于：他们该做的都做了，所有父母都能做，但很多父母没做；他们不该做的不做，很多家长也该不做，但却做了。状元家长们的许多做法，看似平凡，却包含着许多不平凡的道理，相信会给许多家长以启示。

中国有三亿多家庭，家庭教育已成为社会的热点、焦点和难点。现在的父母对孩子的期望很高很高，付出的代价很大很大，效果却并不令人满意。究其原因，在于许多家长不了解孩子的心理，不了解家庭教育的规律。家庭教育也是有规律可循的，遵循家庭教育的规律就能既让孩子学会做人，又让孩子学会学习，违背家庭教育规律就要走向失败。

掌握新世纪的家教理念、家教方式和家教艺术，走出家庭教育的误区应是当务之急，刻不容缓。

为此，北京出版社将推出《提高素质 提高成绩》丛书第一批四种。它们是《驱散心理迷雾——提高学习成绩

的新途径》《开发头脑金矿——创新素质发掘与培养》《做个合格家长——成功家庭教育的秘诀》《状元培养实录——高考状元父母访谈与点评》（父亲篇、母亲篇）。

如果这套丛书能成为家长教育子女的顾问，能为孩子的健康成长提供一点帮助，那就是我们推出本丛书的初衷，我们将为此而甚感欣慰。

北京出版社

于 2001 年 8 月 1 日

山穷水尽疑无路 柳暗花明又一村

新世纪钟声的敲响，人类跨入了新的千年。

在这千载难逢的日子里，令人振奋、令人陶醉。

但令人遗憾、令人困惑的是新千年过后，中国的媒体接二连三地传来家庭的悲剧信息。

2000年1月17日，浙江省金华市第四中学高二学生徐力与他的母亲，因为徐力的学习问题发生了冲突。处在激情状态下的徐力，在门口拿起木榔头，将母亲活活地打死了。

徐力杀母事件令人震惊，令人深思。

我对这起事件的研究认为，不良的家教是引起这个悲剧事件的直接、客观的因素，是这起事件的导火索。徐力的母亲在平时经常地打徐力。她对徐力的生活行为多方监督、多方干涉。徐力的电话要经过他母亲的判定才能决定是否接听。他母亲经常到学校的操场查看徐力是否在打球，如果发现他在打球就严加干涉和指责。徐力母亲的教养方式是典型的严厉惩罚型和典型的过分干涉型的父母教

养方式的结合。徐力杀母事件有其深刻的家庭背景因素。

2000年2月19日是农历的正月十五，北京的一名24岁的独生子陈旭将自己亲生的父母双双杀死，事隔一天自己佯装报案。据说陈旭就是要星星，父母也敢给他摘。陈旭本人则说自己无法和父母沟通。

陈旭事件又给我们敲了一个警钟。我们现在应该深刻地反思一下我们的家庭教育问题了。我们的家庭教育要培养什么样的孩子，这个严肃的问题逼着我们去回答。

2000年4月12日，北京8岁小学生王闯因没有完成课堂作业，被其亲生母亲骆淑萍毒打将近8个小时，造成王闯遍体鳞伤，导致肾功能衰竭。骆淑萍因过失犯罪，现已被公安机关依法拘留。这一事件真是可悲可叹也！

望子成龙不等于逼子成龙。一连串事件的发生警示我们：提高亿万家长的素质，特别是提高亿万家长的心理素质是当前刻不容缓的大事。这是杜绝徐力事件、陈旭事件、王闯事件的根本保证，也是新世纪家庭教育的精髓所在。

王闯的父亲说：他的妻子骆淑萍常常打孩子，可是她也说不出打孩子明确的理由。依我看王闯的母亲骆淑萍存在着心理问题。当然，她打人触犯法律，自然要追究她的法律责任。但骆淑萍的心理问题是构成她触犯法律的一个心理深层原因。现在看来提高家长的心理素质水平，提高家长的心理健康水平，呼唤千千万万个父母重视自己的心理健康，重视孩子的心理健康，重视自身的心理卫生，重视孩子的心理卫生，学会自我心理调节，帮助孩子学会心

理调节，也是刻不容缓的时候了！

我们有不少家长深感困惑，好心好意对孩子讲，可是孩子反而总嫌自己唠叨，不愿意和父母交流思想。他们对孩子的期望很高，很高，付出的代价很大，很大，得到的却很少，很少。究其原因是很多家长对孩子了解很少，很少。

家长以自己的意志强加于孩子，以自己的愿望强加于孩子，违背了孩子的心理，这样做自然是困惑重重。

几乎每天都有家长打电话向我咨询。每次参加完学术活动后，找我咨询的人，大多数是家长。可以概括地说，找我咨询的人 95% 以上是家长，95% 以上咨询的人是母亲，95% 以上咨询的问题是家庭教育问题。

可怜天下父母心。为什么父母的期望与付出，常常得不到相应的回报呢？究其原因就是我们的家教存在很大的误区，其中一个最大的误区就是无师自通。很多做父母的人认为生孩子、养孩子、教育孩子是自己的事，不需要学习，结果是以自己主观的想法去代替科学的教育孩子的方法。

做人难，做父母更难。新世纪的父母，为了更好地教育孩子，自己首先要受教育。要用现代的家庭教育的理论、方法与艺术丰富自己的头脑，这样才能培养适应新世纪需要的合格劳动者与人才。

现在有很多家长的眼睛只盯着孩子的分数，可是孩子的分数是怎么来的呢？它是有好多种因素制约的，其中一个重要因素就是家庭教养的方式是否科学。科学的家庭教

养方式会促进孩子的心理健康，同时促进孩子学习水平的提高。不良的家庭教养方式影响孩子心理健康的发展，从而影响孩子学习成绩的提高。在某种意义上可以说，你的家庭教养方式如何，与你的孩子学习成绩有着密切的关系。

人类已跨入新的千年，我们已进入 21 世纪。21 世纪为人父母者，首先要成为新世纪的合格父母，才能培养出新世纪合格的孩子。新世纪的父母要掌握新世纪家庭教育的理念、方法与艺术，才能科学地、有效地培养好孩子。

为了适应新世纪的形势，新世纪的父母要侧重培养孩子的创新心理素质，即培养孩子的创新人格、创新意识与创新能力。很多家长误认为创新是大科学家、大艺术家、大发明家的事情。其实人人都有创新能力。

创新人格是创新意识与创新能力的基 础，而创新人格的塑造，家庭教育起着重要的、基础性的作用。我们很多家长由于家庭教育方法不当，扼杀和熄灭了孩子创新的火花，扼杀了孩子的创新精神与创新意识。

我在近几年对学生心理健康、考试心理、家庭教育方面进行了研究。《做个合格家长——成功家庭教育的秘诀》即是以中国家庭教育的现状为出发点，以中国家庭教育的热点、焦点与难点为中心，以树立家长正确的家庭教育观与人才观，掌握科学的教养子女的方式与运用正确的家庭教育艺术为方向，以提高孩子的心理素质、创新素质、实践能力与学习成绩为宗旨的一个最新成果。

1999 年秋冬，我对 1999 年全国高考 31 个省、自治

区、直辖市的 61 名状元进行了采访、调查与实证研究。这些状元大多数都是来自家庭条件、经济状况一般的家庭，有的还比较困难。他们大多数都是出身于工人、农民和一般普通职员的家庭。他们的父母大多数人文化程度不高，甚至有的母亲还不识字，这些状元们的成功原因是多方面的，但其中家庭教育是他们成功的一个重要因素。

状元的家庭教育虽然是各种各样，但是，最根本的是注重对孩子的做人教育。做人教育是家庭教育的灵魂，抓住了对孩子的做人教育，就抓住了家庭教育的纲，纲举目张。

状元家长成功的另外一个经验是身教胜于言教，父母以身作则，父母的良好言行潜移默化地影响了孩子。

1999 年全国高考辽宁省文科状元黄晓庆说：“从小父母带我坐车，一上来老人，父母都主动让座，我看在眼里，记在心里。长大后坐车，一看到老人就主动让座。”在现实生活中，我们有的家长在上公共汽车时蜂拥而上，这样做对孩子产生的是什么影响呢？就可想而知了。

有的状元家长和孩子无话不说，既有亲情又有友情，这样做使孩子与家长在人格上是平等的。

我对 1999 年全国高考状元的调查结果表明，大多数的状元从小到大没有挨过父母的打。我在 2000 年 4 月 15 日《北京晚报》举行的成功者对话讲座上，我问在场的 100 多位家长，没有打过孩子的家长请举手，仅有二人。状元家长的父母大部分没有打过孩子。而听我讲座的这些父母大部分打过孩子。这是一个很明显的反差。这也是状

元的父母家庭教育成功的更深层的一个原因。

父母教养的方式制约着孩子的心理健康水平，制约着孩子的学习成绩，制约着孩子高考的成绩。

我对 1999 年全国高考状元进行了创新意识、创新能力、竞争心、心理健康的测试结果表明，他们的创新意识、创新能力、竞争心、心理健康水平高，这与他们高考的成功有着密切的关系，他们的创新心理素质好，他们的学习成绩也好，他们的高考成绩就好。

衷心祝愿望子成龙的父母梦想成真！

王极盛

2001 年 4 月 23 日

第一章 家庭教育的现状与特点

- 对孩子的期望很高很高，为孩子付出的代价很大很大，得到的收获很少很少，这是目前中国家庭教育的现状与特点。究其原因是对孩子的心理了解很少很少。
- 突破家庭传统的“听话”教育、分数教育的狭隘教育观，了解孩子心理，按孩子心理发展规律教育孩子，为孩子发展成为道德高尚、个性良好、富有创新精神与实践能力和、身心健康的孩子创造条件。

一、期望很高/3

二、代价很大/9

三、失望不小/16

四、心理了解很少/21

第二章 走出家庭教育的九大误区

- 很多家长在家庭教育中陷入误区，不能自拔。这不仅造成家长苦恼、焦虑、不安、甚至绝望，而且影响孩子的心理健康，影响孩子个性的发展，影响孩子智力的发展，影响孩子的学习成绩。
- 山穷水尽疑无路，柳暗花明又一村。走出家庭教育的误区，为孩子德、智、体、美的全面发展，为孩子学业的进步，奠定家庭背景基础。

一、走出教育孩子无师自通的误区/27

二、走出“听话”教育的误区/29

三、走出分数教育的误区/32

四、走出重智育轻德育的误区/35

五、走出重视身体健康忽视心理健康的误区/38

六、走出重言教轻身教的误区/40

七、走出赶浪潮忽视个体差异教育的误区/42

八、走出孩子只能成功不能失败的误区/44

九、走出重视认知忽视实践的误区/47

第三章 新世纪合格家长的家教观念

- 人类已进入 21 世纪，中国传统的小农经济

家庭教育的观点早已过时了。

- 21 世纪的家长必须具备 21 世纪家庭教育的观念，才能成为 21 世纪合格的家长，才能培养出 21 世纪合格的孩子。

一、家长要首先受教育/53

二、科学的教养方式/57

三、开放式的家庭教育/58

四、做人教育是家教的核心/61

五、与孩子交朋友/63

六、注重对孩子创新心理素质的培养/67

七、家长要身体力行/70

第四章 父母教养方式

- 不管是否意识到，每个父母都有自己教养子女的方式。父母教育方式不同对子女的人格、心理健康、品德都会产生不同的影响，不同的父母教养方式与孩子的学习成绩有密切的关系。
- 目前约有三分之二的家长教育子女的方式不当。这意味着什么呢？家长不要埋怨孩子学习成绩不好，应该检讨自己的教养方式是否得当。
- 改变不当的父母教养方式就意味着孩子的学

习成绩将有所提高。

- 一、过分保护式的父母教养方式/77
- 二、过分干涉式的父母教养方式/82
- 三、严厉惩罚式的父母教养方式/83
- 四、温暖、理解与民主式的父母教养方式/86

第五章 徐力杀母的心理分析

- 徐力杀母事件令人震惊、令人痛心。为了防止类似事件的发生，该是认真反思应试教育的弊端与家庭存在的问题的时候了。
- 典型的严厉惩罚式的父母教养方式酿成了这一苦果。狭隘的心理空间、痛苦的心理体验、绝望的学业目标，酿成了徐力杀母的悲剧。

- 一、学业负担过重是事件的主要客观背景/95
- 二、母亲教养方式不当是事件的直接导火索/96
- 三、徐力的不良心态是事件发生的内在原因/97
- 四、沉重的反思/100

第六章 表扬与批评孩子的心理艺术

- 家庭教育是科学，也是艺术。家庭教育艺术