

潜能开发  
珍藏版  
全宝典

● 哈佛家教的理念在于从每一细微之处塑造孩子的人格精神，培养自强自立自觉的道德品质。健康良好的心态方能从善如流地应对多种挑战。本书传授给年轻家长的宝贵经验不仅是孩子性情的陶冶、锻造，也是对传统教育方式方法的重新审视与反思。

哈佛精锐教育书系

# 哈佛家教

—— 丁耀昌◎编著 ——

# HAFO JIAJIAO

现代家庭教育的最佳范本  
孩子成功的津渡宝筏

百花洲文艺出版社



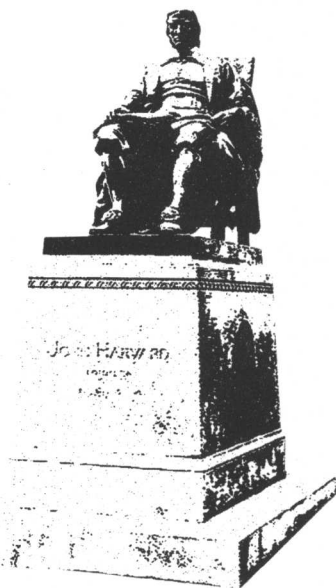
哈佛精锐教育书系

# 哈佛家教

## 「HAFO」

## JIAJIAO

—— 丁耀昌◎编著 ——



百花洲文艺出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

哈佛家教/ 丁耀昌 编著. —南昌:

百花洲文艺出版社, 2006

(哈佛精锐教育书系)

ISBN 7-80647-757-8

I. 哈... II 云.. III. 家庭教育-经验-美国

IV. G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 027359 号

责任编辑:郑 骏

哈佛精锐教育书系

**哈佛家教**

丁耀昌 编著

---

出版发行:百花洲文艺出版社

地 址:南昌市阳明路 310 号江西出版大厦

邮政编码:330008

经 销:各地新华书店

印 刷:北京中兴印刷有限公司

版 次:2006 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

开 本:787 毫米×1092 毫米 1/16 开本

字 数:60 万字

印 张:23.375

---

ISBN 7-80647-757-8/I·479

定 价:39.80 元



## 内容简介

哈佛大学是目前世界上一流的高等学府,先后培养了7位总统,34位诺贝尔奖获得者,数以百计的世界级财富精英。这些杰出的人物,曾经对美国和世界产生了巨大的影响,而且还在继续产生深远的影响。哈佛靠什么打造了这些奇迹呢?

本书对哈佛的素质教育理念进行了深入分析,全面且生动地将世界一流的家庭教育理念呈现在您的面前:十条教育法则是目前世界上最流行的、也是最领先的家庭教育箴言;心灵成长所需要的十种营养,会让您的孩子成为品质、性格健全的适应未来社会的孩子;异国家教将为您展示别具特色的家教观点和方法;名人的家教会让您了解名人从小所受的家教或他们感同身受的家教观。

身为父母的您不用再惆怅怎样塑造一个幸福、快乐又适应社会发展的孩子;初尝父母滋味的您也不用再每天苦于如何成为一个称职的“教子行家”……我们带着对孩子的期望、对父母的理解推出了《哈佛家教》,这里有睿智感人的哲理故事,也有启人深思的教育良言,对于每个期盼孩子成材的父母和每个立志实现梦想的青少年,本书如果能给您的心灵一块绿洲,给您的梦想一片天空,给您的成功添砖加瓦,那将是我们最大愿望。





# 目 录

## 第一部分

### 哈佛家教法则： 世界最先进的十条教育理念

- 第一章 罗森塔尔效应——适度期望教育 /2
- 第二章 延迟满足法则——从小培养孩子的耐心 /19
- 第三章 自然惩罚原则——让孩子承担行为的后果 /40
- 第四章 破窗理论——给孩子一个良好的成长环境 /63
- 第五章 天赋递减法则——教育孩子越早越好 /78
- 第六章 禁果效应——正确对待孩子的早恋 /88
- 第七章 天鹅效应——溺爱是一种潜在的伤害 /100
- 第八章 鲶鱼效应——培养孩子的竞争意识 /115
- 第九章 倒U形假说——给孩子适当的压力 /129
- 第十章 兴趣法则——激发孩子的求知欲 /137





# 目 录

## 第二部分

哈佛家教观点：

心灵的成长需要十种营养

- 第一章 心灵的成长需要自由 /154
- 第二章 心灵的成长需要宽容 /167
- 第三章 心灵的成长需要尊重 /175
- 第四章 心灵的成长需要真爱 /192
- 第五章 心灵的成长需要乐观 /225
- 第六章 心灵的成长需要勇气 /254
- 第七章 心灵的成长需要梦想 /270
- 第八章 心灵的成长需要肯定 /286
- 第九章 心灵的成长需要诚信 /299
- 第十章 心灵的成长需要自信 /305

## 第三部分

哈佛家长课堂：

成功经验打造成功家长

- 第一章 异国家教 /321
- 第二章 哈佛名人家教 /341

## 第一部分

# 哈佛家教法则

世界最先进的十条教育理念

爱孩子这是母鸡也会做的事。可是，要关心教育他们，这是国家的一件大事了，这需要才能和渊博的生活知识。

——高尔基



## 第一部分

### 哈佛教子法则

## 第一章

### 罗森塔尔效应

### 适度期望教育

哈

佛

家

教

罗森塔尔效应也叫暗含期待效应，它是指教师或父母对孩子未来造就的可能性怀着暗含期待的一种深沉的情感体验。在这种情感体验中，包藏着热爱、理解、尊重、信赖、坚信、鼓励、严格要求、期望等在内的复杂的情绪体验。它通过教师或家长的各种暗示的方式，有意无意地流露出来，向孩子透露出他们充满的期待。

每一个孩子都可能成为非凡的天才，一个孩子能不能成为天才，取决于家长和老师能不能像对待天才一样爱他、期望他、教育他。



## ● 罗森塔尔效应 ●

1968年,美国教育学家罗森塔尔在一个学校各年级的花名册上,圈了几个学生的名字给老师:“这几个学生将来最有发展。”若干年后的追踪调查表明,果然,这几个学生最有成就。

原来,他提供给老师的名单纯粹是随机抽取的,没有参考学生的知识水平和智力水平。但他通过“权威”的暗示,坚定了教师对名单上学生的信心,调动了教师独特的感情。虽然教师未把这些名单公开,但掩饰不住的情感也能通过眼神、笑容、音调等滋润学生的心田,使学生潜移默化地受到影响,变得更加自信、自强。罗森塔尔进行的是期望心理测试。心理学便把这种以鼓励、尊重来增进信心,发挥个体最大潜力的现象称为“罗森塔尔效应”。希腊神话中的塞浦路斯国王皮革马里翁酷爱自己雕塑的女雕像,恳请希腊女神唤醒他雕塑的这个美女,希望她成活人,结果这雕像真成了美女,预言与希望成为现实。故罗森塔尔效应也称为“皮革马里翁效应”。反之,对一个普通人的讽刺、负面定性,也会促使这个人沉沦、堕落。

“罗森塔尔效应”的要旨是在教育过程中必须重视心理因素的作用。孩子需要支持、鼓励和表扬,需要充分的心理享受。心理教育学指出,面对同一挑战和竞争条件,充满信心的人容易取得成功,因而要鼓励孩子每一个小小的进步。肯定是一种心理的“强化剂”,对孩子的评价应以肯定为主,不能一味批评和责备。若父母经常告诉孩子他某方面糟得很,这一“心理定势”迟早会在孩子身上变成事实。批评不是不可以用,但是应该针对错误行为就事论事,不能全盘否定。

罗森塔尔效应启示我们:作为家长,在教育孩子的时候,务必要懂得给孩子以信心的刺激,给予肯定,让孩子发挥自身的优势。

一个人一旦被框定在一个层次上,他就会在潜意识里持续地、强烈地自我暗示,摆脱自卑,发挥自己的潜能,加上周围人的另眼相待,着力





## 第一部分

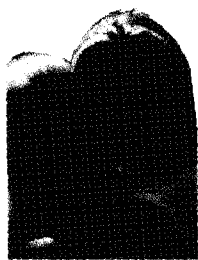
### 哈佛教子法则

推崇,百般呵护,自然大大地推动了他朝框定的层次发展。初唐四杰之一浙江义乌人骆宾王,5岁能诗,唱出“鹅鹅鹅,曲项向天歌。白毛浮绿水,红掌拨青波”的好诗被誉为神童。果然,后来他成为唐代著名的诗人。

罗森塔尔效应,证明了三个道理:第一,人的智商和能力是可以通过外力“激活”的;第二,信任和期待是“激活”人们智商和能力的基本要素;第三,好孩子都是鼓励出来的。

鼓励你的孩子,培养他们的自信,你的期望将在很大程度上决定孩子的未来。正如著名人力资源管理专家利文斯顿说过这样一句精彩的话:“淑女与卖花女之间的区别不在于其行为举止如何,而在于人们如何对待她。”





## ● 爬出油坛的青蛙 ●

**从前** 有两只小青蛙不小心掉到坛子里。坛里装的是黏糊糊的油。它们想跳出来,油太黏;想爬出来,壁太滑。几经尝试,没有结果。青蛙A想:看来今天是没希望啦!真倒霉。青蛙B想:我的四肢很累,但还是要坚持游下去,总会有办法的。就在青蛙B几乎划不动了的时候,后腿碰到了坚实的坛沿,它趁机迅速跳了出来,得救了。青蛙A则惨死坛中。

青蛙A遇事消沉,怨天尤人,消极等待;而青蛙B的身上则散发着自信的魅力,它不坐以待毙,结果曲径通幽,柳暗花明。

从心理学的角度看,人的一生都是在不断积累着自信的,一个小小的婴儿,学会了爬行,学会了站立,学会了奔跑,学会了说话,每一次成功,都会给他带来一点自信。自信是一个人对自身能力的信心,是一种重要的心理品质。一个人有了自信心,可以不怕困难,不怕失败,朝着自己理想的目标前进;一个人如果缺乏自信心,一遇到困难挫折,就会打退堂鼓,做事半途而废。

要想使孩子成为杰出的人才,首先就要使孩子拥有杰出的自信。古今中外的成功人士,没有哪个是不自信的,而他们最初的自信往往来源于父母长辈的鼓励。

人在一种良好的期望中生活,经常听到的是期望的语言,如:“这孩子真聪明”“长大一定有出息”之类的话,孩子对这样的期望往往信以为真,特别陶醉,心里不知不觉地就慢慢认为自己确实比别人聪明,从而取得长足发展。

红遍世界的意大利歌唱家帕瓦罗蒂还是个孩子时,祖母常把他抱在膝上对他说:“你将会成为一个了不起的人物,你不久就会明白的。”他的父亲也常常说他唱歌很有潜力。帕瓦罗蒂在家人的鼓励下,自信自己在唱歌方面会成功的,结果愿望真的实现了。当我们非常自信的时



## 第一部分

### 哈佛教子法则

候,心理、生理上会调整到一个最积极、最活跃的状态,使自己充满旺盛的斗志,真的如他人期望的那样达到一个目标。

在美国,家长总是把培养孩子自信心作为首要任务,从演讲到课堂学习,从选择课题到选择喜爱的功课,都充分相信孩子,让孩子自己去决定。比如鼓励自己的孩子研究本国家、本民族的发展史,这对大人来说都很具有挑战性。孩子们自己动手,利用到图书馆、上网、访问等形式收集各种资料,自己发现问题,自己想办法去解决。当孩子们拿出厚厚的一篇篇论文时,虽然有些幼稚,但他们的收获颇丰——享受研究和学习的快乐,并在过程中增强了自信。

很多孩子在经历了挫折和失败后,产生了畏惧心理。这种畏惧心理大多不是源于做错事或失败本身,而是源于由此引起的家长、老师和同伴的指责、训斥以及不被人认可的感受。其实,生活中充满了失败和挫折。要让孩子敢于正视自己的短处,努力发扬长处。不要害怕孩子犯错误,每一个错误,都是又一次学习的机会。

史蒂芬·葛雷是一个非常有成就的科学家。童年的时候,有一次,他从冰箱里取牛奶,手一滑,奶瓶掉到地上摔碎了,牛奶溅得满地都是。他的母亲并没有大呼小叫地教训他或惩罚他,反而说:“哇!你在地上用牛奶画的白云还真棒!反正牛奶已经打翻了,在清理之前,你要不要在牛奶里多玩儿几分钟?”孩子这样做了。几分钟后,母亲说:“让我们一起把地面打扫干净吧?”于是,史蒂芬·葛雷很顺从地和母亲一起把地面打扫干净了。他的母亲接着说:“孩子,现在让我们把瓶子装满水,看看你能否拿好它。”史蒂芬·葛雷发现,如果用双手抱好瓶子,它就不会掉下来。多年后,史蒂芬·葛雷说:从这一刻起,我知道了不需要害怕犯错误,错误是学习的机会。

自信的孩子生长在鼓励中,并学会自我接纳;不自信的孩子在每天的生活中,得到了太多的否定和责备。

帮助孩子提升自我价值是为人父母的责任,也是孩子享用一生的财富。自我价值的基础是自信,自信的人才能拥有真正幸福的人生。一位男孩周末在家看汽车杂志,一时高兴,跟父亲说:“等我长大了,给您买辆奔驰,给我妈妈买辆宝马。”他父亲放下手里的书,叫来正做饭的妻子,两个人一边看杂志上的汽车,一边讨论着如何去学开车。儿子没有想到父母把自己的“疯话”当真,父亲真诚地对儿说:“儿子,我们相信你。首先你是一个聪明的孩子,尽管现在成绩不是很优秀,但我们坚信



## Family education of Harvard

你会通过自己的努力考上好大学,有个好工作;其次,我们对你的为人放心,你从小就善良,懂得孝敬长辈,如果你真的有实力了,你肯定会兑现今天的承诺的。”

这位男孩流着眼泪写下了日记,时刻提醒自己。他的父母适时地帮助孩子认识到自己的能力,并给予积极准确的支持。相信在他今后的人生道路上,他会一直记住父母对他的期望,自信坚强地面对人生中的各种困难与挑战。





## 第一部分

### 哈佛教子法则

## ● 成功的家长是表扬孩子的艺术家 ●

**孩子**的成长需要父母的鼓励,现实生活中,父母在鼓励孩子时,往往只说:“加油啊”“好好干”之类的,具体如何去做,却只字不提。然而,只简单地说一句“好好干”、对那些一直勤奋、刻苦、努力的孩子来说,今后如何才能更上一层楼,却茫然不知所措。

如果能在鼓励孩子的时候提出具体问题,那么孩子听后就会清楚自己应该如何去做,当天就可以努力工作。

古时候有一个常胜将军,打胜仗对他来说已成为家常便饭。当有人奉承他说:“你将作为战略家而载入史册。”他不以为然,一点也不感到高兴。有一次,有人夸他的胡须非常漂亮时,将军却高兴得喜笑颜开。

将军自己肯定没有注意到,可是在他的潜意识中,一定认为自己的胡子非常漂亮,因此当有人称赞他的胡子时,他才会感到万分高兴。

如果父母换个方式表扬孩子——抓住要点或者“投其所好”,比如:孩子听了会从心底感到高兴和激动的,他们会觉得爸爸妈妈真是无微不至,连这方面都注意到了,父母的关注会使他们在明天学习中更加努力。

相反,抽象地对孩子进行夸奖,反而会使孩子对父母失去信赖。在孩子考了高分时,如果只说上一句:“考得不错。”那么孩子会认为这种表扬是理所当然的,丝毫不感到意外。如此一来,即使以后总得高分,孩子的上进心也会消失。

与责备相比,许多父母认为赞扬不需要技巧,实际上它同样具有艺术性。有位母亲说,当她责备孩子的时候能痛痛快快地说出来,而在表扬孩子的时候,虽然摆好了架势,却不知说什么好。

举个最简单的例子来说,父母都喜欢夸奖自己孩子的画儿,这本身是件好事。但是,如果夸奖的方式太随便,反而会起到反作用。例如,对孩子的画说:“像毕加索一样,参加比赛也能获奖。”这种夸张的赞扬会使孩子扫兴,即使不是母亲,这种夸奖的说话就如同露骨的吹



## Family education of Harvard

捧一样,潜在的意思就是“你的画就这么回事”,这孩子无法接受。

正确的方式是可以评价这幅画中令人感动的地方,比如讲“这个天空的颜色很有意思”或“这个脸画得很像爸爸”,恳切地进行适中的评价很重要。并且,不但对这这幅画画得好的地方进行评价,而且还要指出孩子的画与以前相比有什么样的进步,以及鼓励孩子继续努力等方面,促使孩子产生更大的积极性。如夸奖说“你比以前画得更好了”或“这树的叶子画的很细致,很好”等等。

不论对什么事,表扬一定要真诚,如果孩子感到表扬的虚伪,反而容易造成孩子心理上的伤害。只有进行极其细致的,周到的评价,才能增加孩子对父母的信任,也能增加评价的效果。

父母有责任激发孩子的想象力,教给他们行为准则和有益的东西。因此,父母亲利用一些技巧帮助自己把这项工作干得更好就显得非常重要。

表扬适用于所有的孩子,可以说是对孩子进行家庭教育的基本原则和方法。无论是哪个国家,成功的家长都深谙此道,都是表扬孩子的艺术家。

表扬孩子应该做到以下几个方面:

### 制定适当的目标

注意避免制定不明确或是超出孩子能力范围的目标。绝不要追求完美,那只会让孩子和你都遭受挫折。你会因此而有一个郁郁寡欢、垂头丧气的孩子,最终他将无法健康地成长和发展。绝不要掉进望子成龙的陷阱,但是对孩子每天取得的点滴成绩和进步都请铭记在心。不要只看到孩子的缺点,努力观察并赞许孩子每一个微小的积极举动或是进步。

溺爱对孩子同样不幸。你的动机当然是出于好心,但是娇惯甚至纵容会助长孩子的依赖性,并导致他缺乏自立能力而无法面对生活,最终成为无辜的受害者。

### 积极参与

作为孩子的第一任老师,你的工作之一就是做示范。实际上,你必须





## 第一部分

### 哈佛教子法则

比你所想的做得更多。孩子直到八岁都是通过模仿学习的,给她示范的最佳方法之一就是:行动起来,在她面前和她一起做点什么。也就是说,你不要光指望给孩子下命令,发指示。比如在纠正孩子的时候,不要简单地说“不要用手吃东西”,你应该拿起调羹,一边亲自做一下吃饭的动作,一边说“我们用调羹吃东西”。不要命令孩子“去整理好你的玩具了”。在活动中加上些许想象、幽默、笑话或者游戏,只要持之以恒,孩子就会像你所要求的那样。在孩子做游戏的时候,不要打断他们。你可以和孩子一起玩。如果孩子们在玩火车游戏,这些火车司机们要把火车开进站而不是停在路上,你就可以开始搬开桌椅,不要让它们挡道。你可以让司机(你的女儿)把车泊进车库,或者让牛仔(你的儿子)把马赶进马厩。

### 作出积极的榜样

只要有可能,请用积极的方式说话。可以说“那是只漂亮的小狗,我们来摸摸它”,接着示范给孩子怎么做,然后握住孩子的手,一起来做这个动作。别尖叫什么“不要弄疼了小狗”!从你张口说话的一刹那开始,以“不要”开头的句子就传达着某种不快,而婴儿的大脑并不总是处理每一个字,所以在上面的例子中,你的信息也许会变成“……弄疼……小狗”——跟你的用意完全相反。

学龄前儿童不会对未加手势的指令性话语有反应。因此,只要有可能,请将你要说的话演示出来,并形象地向孩子讲解这些动作。要做得戏剧化一点,夸张一点,以增加孩子的印象。与其说“进来时不要大声摔门”,还不如等孩子到门边时迎接他,对他说“我们轻声地关门”,同时牵着他的手轻柔地做关门的动作,然后让他握着门把手重复轻轻关门的动作。

### 确信孩子能够记住命令

即使你已经一遍遍地示范给孩子正确的行为,你还是不能指望孩子一定能记住。这种状况会一直持续到孩子的记忆力成熟。孩子在逐步的成熟,在动作的重复当中学习并渐渐养成习惯。

在孩子5岁以前,不要指望孩子记住该做什么、不该做什么。一旦她的记忆力足够成熟,只要讲几次,她就能很快记住你的话。





### 不要打搅孩子

许多孩子的注意力持续时间很短，而且难以培养他们长时间注意某物，因为小孩根本无法像成人一样集中注意力。要帮助孩子保持长久的注意力，你能做的主要事情之一就是：不要在孩子显然醉心于某事的时候打搅他。不要介入，直到他的注意力转移到别的事情上。然后，请别忘记为他刚刚干完一件出色的工作而赞扬他。

### 表扬要及时

现实生活中，许多父母总是特别容易发现孩子做错事，但对孩子做得很好的事却很少发现，甚至视而不见。在对待孩子的某一行问题上（如拆玩具），父母常常只看到孩子的消极面（破坏行为），而很少看到其积极方面（好奇心与探索精神）。

有个小女孩平时很顽皮，整天不是在家把东西翻得乱七八糟，就是在外边跟别的孩子吵架，而且成天脏兮兮的，不是扣子掉了一个，就是裤子破个大口子。妈妈让她做家务，整理房间，她从来不听。妈妈伤透了脑筋。突然有一天，这个小女孩想表现得好一点，于是她早早起床，把自己的房间收拾得干干净净，衣服穿得整整齐齐，还主动提出要帮妈妈做饭，一整天，她都没出去玩，在家也安安静静。这一天，她的表现简直可以说是无可挑剔。可是，在睡觉前她却哭了，妈妈连忙问她为什么。她说：“你们难道没发现我今天是个很乖的孩子吗？”妈妈这才恍然大悟，原来自己竟然忽视了孩子的美好表现，没有及时表扬孩子。

每个人都希望得到别人的表扬，孩子更是如此。孩子对自己的评价往往取决于周围人的评价，积极的评价，如表扬，就会让孩子觉得自己能行，从而树立自信心。但如果父母长期给孩子以消极的评价，如批评、指责甚至打骂等，孩子就会觉得自己一无是处，出现自卑感、无能感，甚至破罐子破摔。

教育专家认为，父母应以一种欣赏的眼光看待孩子，把孩子看作一个发展中的人，他们的每一个优点，每一个进步，都值得表扬和鼓励。他们也会犯错误，但家长要相信他们多数情况下不是故意的。成功的父母是表扬的艺术家，那么培养出来的孩子也将是出色的未来之星。

