



金色冲浪板

李全柱 檀文秀 编著

少年成才高速公路

自控教育 A B C

SHAONIAN CHENGCAI GAOSU GONG



希望出版社
HOPE PUBLISHING HOUSE



金色冲浪板

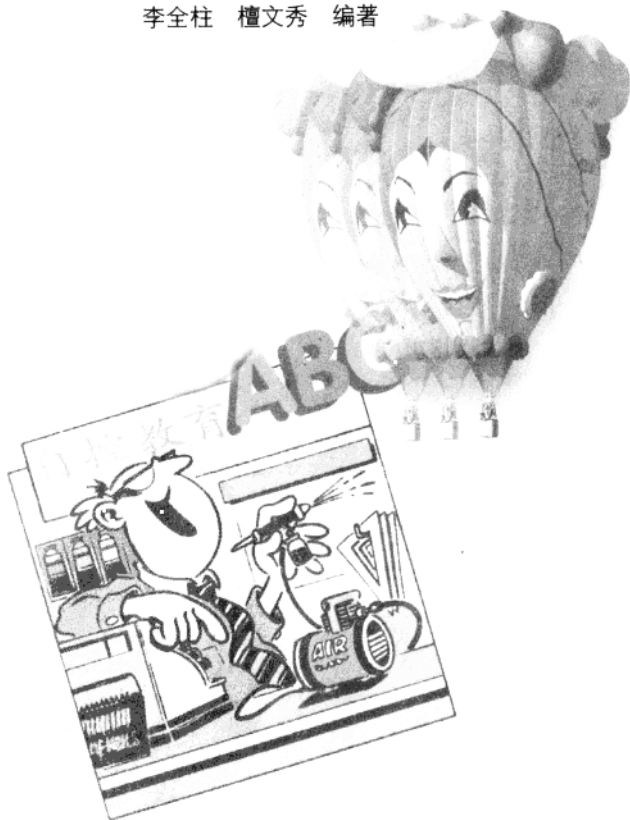
少年成才高速公路

自控教育 A B C

李全柱 檀文秀 编著

希望出版社
HOPE PUBLISHING HOUSE

SHAONIAN CHENGCAI GAOSU GONGLU



序

徐光耀

尽管我不是教育专家，连内行也不是，但我仍愿为这套丛书叫好，此书的出版，是一件真正可喜可贺的事。

起先，我以为“自控教育”一说的出现，是提供了一种新的教育方法，对望子成龙的父母们特别有用。现在看来，这个评价是很不够的。方法有新意，自不待言，至于有益于人，又何止父母，何止少年儿童，便是莘莘学子，广大有志成才的成人，只须涉猎一下，又何尝无启发，无大益。

国家要加速现代化，必须使人才尽快涌现和大批形成，已是各界的共识。有志之士为此苦心焦虑，任何这方面的进展，都被热情欢迎。现在，“自控教育”出来了，以她耀眼的闪光，带给人以新的希望。为什么？

鲁迅下大力鞭挞过的那种教育制度，把孩子弄成“两眼下视黄泉，满脸装出死

相”，摧残和压灭了人的性灵，贻害无穷。从大框架说，这种制度是已经倒塌了，但它的变相阴魂，还在随处游荡。我们不是看见许许多多好心的教师和家长，还在把孩子（以及学生）死死地控制在手心里，硬教他们盲目“听话”，死记硬背，僵在现成的圈子里不许动弹吗？“成龙”是好的，但“成龙”观念被传统成见紧紧捆住，仍在相当范围内走在老路上，却是事实。党和政府为此着急，屡屡号召改革。有责任感的专家学者，也在呼吁并从事改革实践。然而，改善是有的，可问题并未真正解决。

一般地说，“启发”比之“硬灌”，当然大进了一步，于教育是有大功的。可仔细一想，受教育者仍然处在被动地位，我“启”你“发”，这才有成。而我以为，最根本之点，还在培养孩子们（及一切受教育者）的创造性和主动精神，让他们懂得自立自强，自己管理自己，自己掌握自己的命运，发挥主体主动精神，摆脱他人掌心，才可实现人性解放，获得教育改革的成功。这样训练出来的人，才是善于独立思考，富于创造才能，聪明、坚强、敢想敢干的人。果能如此，则对国民素质的提高，满足建设需要，无疑是一巨大贡献。而“自控教育”的出现，正为

这一理想的实现,提供了良好的契机和方法。所以,我要重复地说,推广“自控教育”,是件功德无量的事。

这套丛书还有两个不算不重要的特色,其一,她是从实践中繁衍出来的活动写实,至今还活跃在实践中。发行60余万份的《少年智力开发报》,一直是自控教育理论的实验场地。这个联系着广大师生和家长的实践性,至少证明了她的可操作性是靠得住的。其二,虽是论述文字,编著者在普及性和可读性上,很下了一番功夫,读来流畅活泼,引人入胜,而又不陷于浮泛油滑。这种严肃认真的态度,也是很可贵的。

当然,“自控教育”还是个新的事物,仍须继续完善,并接受更大时空的检验。然而,她毕竟抓住了教育的主要关键,是当前迫切需要的福音。我们有理由期望,当她普遍推广之后,一个天公抖擞,英才普降,豪杰遍寰中,龙凤齐呈祥的局面,将会扑面而来。

让我们迎接她的辉煌成功吧!

1998年2月21日于自拔斋

新世纪的礼物 (代前言)

时光如梭,转眼已经开始了世纪之交的倒计时。

侧耳静听,新世纪噤噤的脚步声离我们越来越近。

越是接近新世纪,越发感到社会发展变化的速度在加快,科学技术更新换代的周期在缩短。随着信息科学、生命科学、材料科学的大力发展,人类正在完成工业社会向信息社会的转变,强调创新意识的知识经济时代已经到来,人们“跟不上趟”的危机感也越来越强烈。

新世纪已经向人类宣告:要想在 21 世纪生存,就必须加速人才的培养,国家若想在激烈的竞争中取胜并保持不败,就必须拥有大批高素质的各行业各种类的人才。

18 世纪以来,伴随着工业革命出现的学校教育,使成千上万的平民也有了进学校读书的机会;有限的设备和师资条件却能满足那么多人的文化需求,当时真是一个了不起的贡献;统一的教学内容和标准也恰好适应了工业生产的需要。

然而,历史竟那样无情,翻脸就不认人,当时那么好的事情,现在竟屡屡遭到谴责,甚至变成了改革的对象,这是怎么回事?

人类对历史和自身的研究渐渐解开了这个“谜”。

工业社会向信息社会的进化对人才的需求也发生了变化,由大量需要统一规格的操作人员,改为大量需要多种规格的创造性人才。

由于人还蕴藏着多种丰富潜能,作为社会的人,只有把这些潜能挖掘出来并奉献给社会,才能与自己生存的空间“成龙配套”。

以“传道、授业”为主要内容的旧式学校教育常常把学生当成

了接受知识的被动机器；班级教学、统一的大纲、教材和进度则很难满足个别学生的特殊需要，影响了其学习兴趣的持久和特长的发挥；课本的内容又基本是总结过去，瞬息万变的丰富世界却迟迟进不了课堂；升学的竞争通过统一的考试使这种固有的模式僵化，分数高低成了衡量学生好坏的唯一标准。

本来是人们梦寐以求、可焕发生气的学习竟变成了令人生畏的事情，这不能不令人思考：人们应该如何学习？人才应该怎样培养？

联合国教科文组织发出呼吁，面对 21 世纪的挑战，我们的教育必须改革，要使学生“学会认知，学会做事，学会共同生活，学会生存”。

我国政府也大声疾呼，一定要积极推进实施中小学素质教育！旨在依靠学生的主动精神开发学生智力潜能的自控教育理论就是在这样的背景下诞生了，它的提出适应了历史的呼唤。

我们的国家靠“解放思想，实事求是”，走上了健康发展的道路，自控教育理论就是在人才培养方面强调“解放思想，实事求是”，相信广大青少年一定能靠这一科学的理论自主成才！

《少年智力开发报》慧眼识“真经”，马上邀请专家教授对自控教育理论进行了深入研究和探索，并在全国发起了自控教育的竞赛。出乎预料，竞赛活动立即得到积极响应，一封封来自家长和师生的信件对其给予了充分肯定和热情赞扬，一件件生动的事例一再说明了自控教育的神奇力量。初步实践获得成功证明了理论的正确，进一步激发了我们对自控教育理论深入研究和开发的愿望。

笔者在参与这些活动中，对原有的理论进行了深入研究，对其不完善部分进行了补充，而且领受了使命：编写一些便于大家理解、便于操作的读物，以利于活动的进一步开展。

在理论与实践结合的过程中，在希望出版社的大力支持下，金色冲浪板丛书终于问世了。

这套丛书包括如下内容：

《少年成才高速公路》着重阐述了自控教育的理论基础，介绍了自控训练的基本内容。读者不仅能从中了解什么是自控教育，而且会得到掌握这一能力的具体方法指导。

《走向成功 72 招》介绍了中小学生在起步到深化，以及提高自控能力的三部曲，借用成语典故和生动的事例说明了 72 条要领。读者可逐一对照，集腋成裘，最终形成系统能力；书中还附有《自控成才千字文》，通俗地概括了自控教育的全貌。

《超级智慧营地》让学生设身处地，通过生动活泼的智力训练，提高学生的思维能力，强化正确的思维方法，最后形成较为完整的高效思维体系。

《发现就在你身边》展示了学生自己的收获和训练成效，具有极强的启发性。

通过自控教育和训练，读者在智力、能力和品质诸方面都会有显著的进步，从某种意义上说，自控教育是使素质教育落到实处的一件利器。

新华社北京分社社长王树成先生，当“‘我要成龙’自控教育竞赛”刚刚开始时，就在《半月谈》杂志（1994 年第 4 期）发表文章，肯定了“四个改变”的目标：“改传统的知识型教育为素质型教育，改封闭型教育为开放型教育，改他控教育为自控教育，变‘望子成龙’为‘我要成龙’”文章最后还提出了一个发人深思的问题：“社会开始觉醒，而我们的教育界和每一位家长能否尽快跳出习惯势力和思维定势长期形成的怪圈呢？”

全国政协委员，《半月谈》杂志编委会主任委员，新华社编委、高级记者，国家新闻出版署特邀顾问，中国新闻学院教授李峰（笔名谈峰），在 1995 年 9 月 1 日《人民日报》“教坛纵横”栏目的《‘龙’‘牛’杂说》一文中，讲道：

“自控教育是打开‘望子成龙’封闭的阀门，给孩子注入‘成龙’

的内在动力。因此,开展自控教育活动,可说是在中华大地上播撒‘龙种’之举。”

电影《小兵张嘎》的作者,原河北省作家协会主席、省文联主席徐光耀先生对自控教育给予了厚爱,除在竞赛活动进行中发表热情的支持和赞扬的谈话外,在丛书即将出版之际,花费近半月时间,又一次研读有关材料,欣然为本丛书作序。在此,表示衷心的感谢。

徐光耀先生重申,“推广‘自控教育’,是件功德无量的事”。

希望这套丛书能成为新世纪孩子们最有用、最受欢迎的礼物,促进自控教育广泛深入的开展,使成千上万的学生成为 21 世纪能充分展示才华的高素质人才!

河北省教育考试院副研究员 李全柱

1998 年秋

目 录

序.....	徐光耀(1)
新世纪的礼物(代前言).....	李全柱(1)

一 惊人的奇迹 神奇的作用 (1)

1.好多令家长着急、令老师头疼的学生都发生了可喜的巨大变化——家长曾求助多种方法而不灵、老师苦口婆心多次相劝也无效的同学竟然像是换了一个人,开始大踏步地前进,各方面成绩斐然。老师欣慰,家长高兴。这一神奇变化在社会上引起轰动.....

..... (1)

2. 惊人的奇迹是怎样创造的?

“望子成龙”的封闭阀门一旦打开,孩子们“我要成龙”的内在动力就如雪球下山,越滚越大。

..... (2)

3. 自控就是把自己“一分为二”,一半是控制者,另一半是被控制者。自控也称“思场流控制学”,自控教育可以理解为“学习自己控制自己的教育”,引导孩子发挥、发展自控的天性。

..... (4)

4. 有控的大脑和无控、失控的大脑有天壤之别:前者事半功倍,成效显著;后者事倍功半,劳而无功。

..... (7)

5. 自控是人的天性,但又离不开“他控”,人的成长就是一个由“他控”向“自控”的过渡。老师和家长的责任就是通过自控教育,

使学生顺利完成这个过渡,进而向全面发展的终极目标前进。

..... (10)

6. 自控教育与“启发式教育”、“成功教育”和“愉快教育”等改革项目有所不同,也不同于“自立”、“自理”、“自律”、“自强”、“自学”、“自护”等具体要求,她具有清源正本和整体优化的特点。

..... (13)

7. 工业社会向信息社会的过渡导致社会分工和科学技术的发展速度逐渐加快,不仅要求人们掌握较多的知识,而且还应具备较高的应变和适应能力。自控教育的出现是社会急速发展的客观需求。

..... (16)

8. 爱迪生和爱因斯坦等伟人没有学过自控也对人类做出了重大贡献,学不学自控有什么关系?

..... (20)

9. 国外有过类似的尝试,国内也有很多类似的改革,自控教育的理论注意借鉴吸收了这些成功的经验。

..... (21)

10. 自控教育抓住了推进素质教育的“牛鼻子”,是件“功德无量的事”,是“思维和教育的一场革命”,是“教育发展的第三阶段”。

..... (25)

二 神奇的力量从何而来 对自控教育“刨根问底”

..... (27)

1. 不愿意忍受他人的管制、渴望自由是人的天性。自控,是人类的理想。自控教育,给被牢牢控制在他人手心的孩子带来了希望;给想解救孩子的人们送来了良策。

..... (27)

2. “控制思场流的指令往往是很平凡的,人人心中都现成的。”谁也不比别人差,没有天生的圣贤,只要自控得当,人皆可为尧舜,

取得成就。

..... (30)

3.没有学生的积极主动性,什么教育方法也是先天不足,所以,现代教育理论强调“建构学习主体”。自控教育使老师找到了建构学习主体的最好方法。

..... (32)

4.“学习过程中的主体性和实践性是相辅相成的,是辩证统一的。”“学”和“习”是天生的一对,谁也离不开谁。学习必须要亲自实践和练习,学习自控更强调“背水一战”,亲自获取直接经验。

..... (35)

5.自控教育是智力因素和非智力因素的完美结合的过程。

学习自控不仅要学会控制自己的思维,还要学会控制自己的动机、兴趣、意志、情绪、毅力等要素。

..... (36)

6.“教育问题是多种社会因素造成的”,“教育问题需要综合治理”,需要家庭、学校和社会形成合力。自控教育就像是为这一“交响乐队”确定的“主旋律”,使学校、家庭和社会找到了共同的方向,有了相互配合的“网结点”。

..... (38)

7.在寻找和深山贫困儿童的差距时,一位京城的小姑娘有条重要发现:“他们学习特别主动,而我们总是让家长催着学。”自控教育就是把“要我学”变成“我要学”。

..... (42)

8.自控教育理论是以思维科学为基础的。思维能力是智慧的核心,创造力是人们追求的目标。自控就是对思维场进行控制,形成最佳的思场流。在由“他控”向“自控”的转化过程中,孩子建立起来的自尊自信,是产生巨大变化的根本动力。

..... (44)

9. 自控教育就是指导学生制订自己的系统目标规划,在最佳的动态指令下,在自觉自愿实现自我的愉快状态中输入贮存最需要的信息,作最佳传递和碰击加工,调动物、能、信息三者一体的思维场,形成最佳场效应。这是现代系统科学在科学育人方面的具体体现,可实现“1>1”、“我超过我”的目的。

..... (48)

10. 自控教育是个性化教育的理想方式和必由之路。自控教育尊重人格,实实在在地把学生当成学习的主人,自己制订规划和奋斗目标,寻求适合自己的条件、需求的学习内容和标准。

..... (51)

11. 人人都有形成最佳思场流的物质基础,但并非人人都能实现对思场流的最佳控制。同时,“脑生理机制和能量的发展又来自思场流的控制”,良好的自控能力又能促进大脑的发育。反之,若对思场流的控制差,反而会破坏大脑的物 and 能。

..... (53)

12. 在竞争激烈的现代社会,人人都想获得成功,孙子兵法一直被世界推崇为制胜的谋略法宝。“攻心为上”,自控教育理论也深藏制胜的谋略。

..... (56)

三 从胎儿到成人 从他控到自控 保证人人成才的系统工程

..... (62)

1. 人在成年以前的不同成长期有不同的自控特点,只有熟悉和掌握了这些特点,才能使自控教育切合实际,不失时机地进行针对性训练,从而产生理想的效果。否则,教育的内容或方法不对路,只会费力不讨好,或错过机会,或欲速不达。

..... (62)

2. 从自发到自觉,从必然向自由,这是自控教育的追求;从家庭到学校,再到社会,都是自控教育的课堂;从幼儿园到小学,再到

中学,都必须上好自控教育课。

..... (68)

四 坚持“六自”训练 提高自控能力

..... (98)

1.自我规划、自我管理的训练侧重行为自控能力的提高,也是自控训练的“起步”科目。学生一旦养成“事事有目标、行动为目标”的习惯,就打下了良好的自控能力基础。

..... (99)

2.自我提问是孩子们的天性,也是思维自控的前提,必须保护学生的好奇心,提高观察力与善于提问的能力,同时还要与自我判断的训练结合。

..... (109)

3.在自我提问基础上的自我判断训练,目的是构筑最佳思流的“生产车间”,在学校、在家里、在社会,到处都可以进行。

..... (115)

4.自控教育中的训练以自我训练为主要形式,以自控动力、摆脱他控、自控能力和毅力训练为重点;并要与自我改进训练结合,在实践中不断提高学生的自控水平。

..... (120)

5.能力提高总是伴随着对错误的纠正,在实践中学会自我改进是自控训练必不可少的内容。

..... (128)

五 深化自控教育理论 发挥更大的效应

..... (131)

附录 自控式教育及其与传统教育的比较 陶 同 (138)

主要参考书目 (145)

后记 (146)

一 惊人的奇迹 神奇的作用

1.……好多令家长着急、令老师头疼的学生都发生了可喜的巨大变化——家长曾求助多种方法而不灵、老师苦口婆心多次相劝也无效果的同学都像是换了一个人,开始大踏步地前进,各方面成绩斐然。老师欣慰,家长高兴。这一神奇变化在社会上引起轰动……

易明,湖南汨罗市城郊乡中心小学的学生。9岁时,他随妈妈工作调动来到热闹的城市。上学还不到三周,小易明就被街上的游戏室、激光枪、桌球和儿童商店里各式各样的玩具迷住了,从逃学到厌学,后来干脆根本不到校了。老师多次上门帮助,父母也很着急,可就没有效果。爷爷和外公甚至求神拜佛,当然更是无济于事。

一晃,易明脱离学校竟有一年半的时间。

后来,奇迹发生了!小易明不仅回到了校园,而且学习努力,成绩进入了前3名,“六一”儿童节还被评上了“优秀儿童”。

山东莱芜新华机器厂子弟学校三年级有个张振同学,原来在家里是“娇宝宝”“小皇帝”,事事依靠父母,自己什么也不干。可现在抢着干家务,就像是小当家人;过去他在课堂听讲不认真,总爱做小动作,作业错误很多。如今,他学习成绩已在班上名列前茅;对班上的事情过去他根本不闻不问,现在他关心集体、帮助同学,脏活累活抢着干……

一位小学三年级的班主任介绍说：“我们班 47 名同学都是独生子女，家长包办一切，学生们依赖思想很重，不少学生每天要由家长给洗脸洗脚，撒娇、发脾气是经常事……可现在同学们都有了明显进步，学会了自理，家长都非常高兴。”

一个“既不听话又管不住自己”的孩子发生了可喜的变化，又一个“自我为中心的落后生”进步令人惊讶，转眼间，一批批的孩子个个都像换了一个人。

这些神奇的变化在社会上引起了轰动……

2. 惊人的奇迹是怎样创造的？

“望子成龙”的封闭阀门一旦打开，孩子们“我要成龙”的内在动力就如雪球下山，越滚越大。

是什么神奇的力量使这些同学发生了这么大的变化？

就是因为他们参加了“自控教育的竞赛”！

1994 年春，《少年智力开发报》发起了“全国首届我要成龙自控教育竞赛”，短短的四个多月时间，有数万名同学踊跃参加。在很多学校和家庭，一时间“自控”成了热门话题，一份份认真的答卷和老师、家长热情的评语，使活动的组织者非常振奋。竞赛所引起的反响和取得的成果，远远超出事先的预料。

《少年智力开发报》从众多表现突出的同学中，挑选了 1000 多名给予了不同等级的奖励，还有 34 所学校获得了组织奖。

夏天，报社又发起了第二届自控教育竞赛。参加的人数更多了，竞赛的水平也提高了，获奖的人数也大大增加，有近 4000 名学生得奖，还有 500 名老师获得园丁奖。

尤其是，竞赛引起了很多专家、名人的注意，并给予了高度评价。

著名儿童文学作家郭明志先生说，自控教育是素质教育的基