

晨 辉◎编著



高效能父母

教育孩子的96^个不要

15位优秀父母的教子心经，让您懂得好方法造就好孩子，
96条家教中的戒律，让您掌握教子成才的家教分寸。

石油工业出版社



高效能父母

教育孩子的96^个不要

晨 辉◎编著

石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

高效能父母教育孩子的 96 个“不要”/晨辉编著.

北京: 石油工业出版社, 2009. 6

ISBN 978 - 7 - 5021 - 7193 - 3

I. 高…

II. 晨…

III. 家庭教育

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 086531 号

高效能父母教育孩子的 96 个“不要”

晨辉 编著

出版发行: 石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号楼 100011)

网 址: www.petropub.com.cn

编 辑: (010) 64523643 发 行: (010) 64523603

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷

700 × 1000 毫米 开本: 1/16 印张: 16

字数: 225 千字

定价: 28.80 元

(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)

版权所有, 翻印必究

前言

Qianyan



前言

人类的教育，是同生命的诞生一起开始的。父母是孩子最先接受的老师，家庭是影响孩子终身的天然课堂。因此，家庭教育就成为天下父母必须承担的责任义务。它不仅关系到孩子未来的前途和命运，而且也在很大程度上关系到一个家庭的快乐与幸福。

然而，当代家庭教育中，却出现了许多不正常的现象：家长越是要求严格，孩子的学习却越是不用功；家长越是管制，孩子却越是不服；家长越是疼爱有加，孩子却越是不听话；家长越是督促紧，孩子却越是让人不放心。凡此等等，让今天的父母感到十分的困惑：孩子到底怎么了？究竟怎样才能教子成才？

如果客观冷静地分析一下，上述问题的根源还是出在家长身上，出在他们家教方法的不当和失误上。“子不教，父之过。”这是中国古人的家教格言。“母不母，则子不子。”这是西方哲人的家教名句。可见，无论东、西方都认为教育好子女，最关键、最重要的因素在于父母。一个称职的父母会用正确的方法培养子女，而不是放任孩子、娇惯孩子；一个优秀的父母会用高超的艺术熏陶孩子，而不是始终压制孩子、责罚孩子。

正如大文豪鲁迅先生所言：“小的时候，不把孩子当人，大了以后，他也做不了人。”今天的孩子之所以不听话、不争气，也许正是因为家长



高效能父母教育孩子的 96 个“不要”

的教育方式出了问题。

那么，什么样的家教方法最有效、最能被孩子接受？北京晨曦教育科学研究院的资深研究人员，在全国各地进行了长达一年多的深入调查，走访了 100 多个家庭，获得了大量丰富的第一手资料。

现在呈现在读者面前的这部《高效能父母教育孩子的 96 个“不要”》，正是在广泛收集和研究国内家长生动鲜活的家教实践案例的基础上，编写而成的，它吸纳和运用了国内外教育学、心理学的最新研究成果，对中国父母的家庭教育进行了深入浅出的介绍，是献给广大父母们的一部力作。

96 个“不要”，从孩子的品行、学习、交往和生活各个方面，把家教的误区、禁区一一标识清楚，让父母引以为鉴；把家教的失误、教训加以总结，让父母自我反省。全书分析到位，切合实际，简明实用，可操作性强，是一部当代家庭教育的教子心经和行为规范。

未来属于孩子。未来所需要的，当是今天的孩子所应学会和具备的。善于教育孩子的父母，就是造就未来英才的灵魂工程师。希望本书能对广大家长提供有益的帮助。

编著者

2009 年 6 月

目 录



目 录

学习篇：不可强制，减轻负担

1. 不要用高压政策管教孩子 3
2. 不要过分强调智商而忽视孩子的创造力 5
3. 不要忽视孩子的兴趣与爱好 7
4. 不要限制孩子广泛的求知兴趣 9
5. 不要对孩子期望过高 11
6. 不要给孩子过重的学习压力 14
7. 不要强迫孩子学这学那 16
8. 不要让分数成为孩子头上的“紧箍咒” 19
9. 不要过分看重孩子的考试成绩而忽视了能力培养 22
10. 不要限制孩子看课外书 26
11. 不要限制孩子提问题 27
12. 不要对孩子所提的问题给予完整答案 29
13. 不要伤害孩子的自信心 31
14. 不要强求孩子做“天才” 34
15. 不要让孩子迫于压力而机械地学习 36
16. 不要给孩子负面的标定 39
17. 不要让自卑与胆怯扼杀孩子爱提问的天性 41



- 18. 不要把家庭当学校 44
- 19. 不要因过度保护而扼杀了孩子的创造力 47

生活篇：宽严有度，有收有放

- 20. 不要把孩子排在家庭的第一位 53
- 21. 不要以消极方式给孩子下达命令 55
- 22. 不要拿自己的孩子与别人的孩子作比较 57
- 23. 不要让保姆代替父母的角色 59
- 24. 不要把孩子交给电视 61
- 25. 不要泯灭孩子读书的兴趣 63
- 26. 不要让孩子沉溺网上聊天而受骗上当 66
- 27. 不要强迫孩子做事情 69
- 28. 不要因失败的结果责备孩子 71
- 29. 不要过分保护孩子 73
- 30. 不要扮演搭救者的角色 75
- 31. 不要迁就孩子的不合理要求 77
- 32. 不要让孩子沾染烟酒 79
- 33. 不要让孩子以哭来达到目的 80
- 34. 不要一味挑剔孩子的缺点 81
- 35. 不要嘲笑孩子纯真的质问 83
- 36. 不要对孩子“动武” 86
- 37. 不要忽视孩子的意愿与权利 90
- 38. 不要扭曲孩子的个性 92
- 39. 不要一味制止孩子打架 94



40. 不要用法官问话的方式质问孩子	95
41. 不要怂恿孩子穿名牌	97
42. 不要让孩子养成依赖父母的习性	99
43. 不要让孩子“贪吃”	101
44. 不要偷看孩子的日记和信件	103
45. 不要用恶言恶语责备孩子	106
46. 在任何时候都不要嘲笑孩子	108
47. 不要对孩子过分地夸奖	110
48. 不要责怪孩子与父母争辩	112
49. 不要让孩子养成说脏话的坏习惯	114
50. 不要漠视孩子的权利和职责	116
51. 不要用金钱收买孩子	118
52. 不要让孩子随意乱花压岁钱	121

交往篇：慎莫防堵，引导为上

53. 不要为孩子的交往设卡	127
54. 不要过多干涉孩子的交往	131
55. 不要当着孩子在别人跟前讲孩子的缺点	134
56. 不要因语言失当伤害孩子	135
57. 不要反对孩子跳交谊舞	137
58. 不要用训导的口气与孩子交流	139
59. 不要以斥责对待性格内向、消极处事的孩子	142
60. 不要在孩子的伙伴面前强制孩子	143
61. 不要让孩子孤僻离群	144



62. 不要刻意让小孩子有男女之别的标签	147
63. 不要让孩子骄傲自大、目中无人	148
64. 不要干涉孩子的友谊关系	151
65. 不要限制孩子与异性同伴的交往	154
66. 不要让孩子被早恋所困扰	155
67. 不要让孩子蒙上自卑的阴影	157
68. 不要使孩子“自闭”、回避与人交往	160

品行篇：做人教育，切勿轻忽

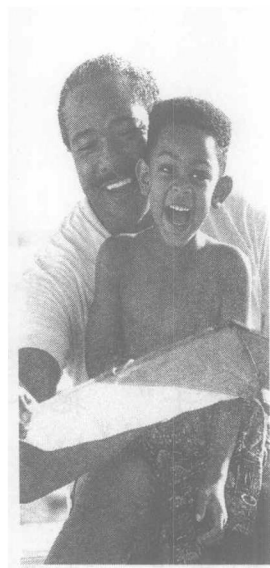
69. 不要忽略爱国主义教学课	165
70. 不要忘记家庭教育首先是人格教育	168
71. 不要让孩子缺乏同情之心	172
72. 不要让孩子诚实出现危机	174
73. 不要忽视对孩子宽容心的培养	176
74. 不要使孩子无视纪律的约束	178
75. 不要让孩子言而无信	180
76. 不要动辄就责怪孩子不懂规矩	183
77. 不要忽视培养孩子的责任心	185
78. 不要放任孩子学不良的“顺口溜”	188
79. 不要草率处置孩子“顺手牵羊”的毛病	191
80. 不要对孩子只讲“言教”，忽视“身教”	194
81. 不要忽视父母对孩子的表率作用	196

心理篇：心理障碍，不容忽视

82. 不要忘记给孩子做心理“CT”	201
83. 不要忽视孩子的心理调节	206
84. 不要使孩子的心灵笼罩上阴影	208
85. 不要让孩子心胸过于狭窄	210
86. 不要让孩子把问题藏在心里	213
87. 不要让孩子嫉妒心太强	215
88. 不要让孩子背负沉重的压力	218
89. 不要让孩子滑入孤独的深渊	221
90. 不要让孩子因过度忧郁毁了自己	224
91. 不要让孩子过于焦虑	226
92. 不要让孩子过分虚荣	229
93. 不要让孩子成为情绪的俘虏	233
94. 不要让孩子产生自虐行为	235
95. 不要让孩子深受恐惧心理的影响	238
96. 不要让孩子乱发脾气	241

学习篇

不可强制， 减轻负担



如果你是一个有心人，可以在夏天观察一下蝉儿怎样蜕壳；蝉儿是怎样蜕壳的，学习就是怎样完成的。孩子的学习谁也无法替代，父母的“包办”只能毁灭孩子的求知欲，使孩子成为一个“学习机器”，甚至导致“夭折”，这是一种悲剧。

在孩子学习的过程中，起主要作用的是孩子的自我意识，当孩子意识到学习的兴趣与意义，渴望学习、自愿学习，才能超越自己，创造自己，努力学习，走向成功。现实生活中，

许多父母违背孩子的意愿，强迫孩子学这学那，忽略孩子的兴趣与爱好，恨不得把孩子“使尽”、“榨干”；把分数这一“紧箍咒”套在孩子头上，想方设法要把孩子变成自己想象中的全才，把自己未能实现的理想与愿望强加于孩子……父母过高的期望、过多的教化，使小小年纪的孩子背上了沉重的学习包袱，产生了过重的心理压力，从而导致了一起又一起悲剧的发生。

明智的父母应该引导孩子对学习产生浓厚的兴趣，当孩子有了学习的热情以后，就要帮孩子找对路子，将大目标细化成切实可行的、具体的、孩子自己能力范围内的诸多小目标。只有通过一个一个小目标的实现，才能最终实现大目标。就像“知了”从地下先钻出地面，然后一步一步爬到树的高处，然后一点点蜕去身上的壳，最后获得自由地鸣唱飞翔。



1. 不要用高压政策管教孩子 >>>>>>>>

一位小学生在她的日记中写道：四年级第一学期的期中考试，我的数学和语文都得了94.5分，而我父母给我定的是两科都要考95分以上。为此，妈妈一巴掌朝我脸上打来，爸爸也在一旁大声责骂我。当时，我呜呜哭起来，可是没人帮助我。

更加惨不忍睹的悲剧也时有发生。

沈阳一位8岁的孩子，被父亲一记耳光，猛踢两脚送离人世；武汉一个孩子被父亲连捆数道吊在梁上致死；贵阳一位7岁的孩子死里逃生，但腿上、股部留下22道被父亲用火钩烙的红黑相间的伤痕，“跟烧焦的猪皮一样”的肚皮……

三个惨案中三个孩子的“罪名”都差不多是“逃学、贪玩”，而这三位父亲都说，是因为自己对孩子的爱——“恨铁不成钢！”才这么做的。

家长朋友，你可知道不是所有的铁都能够炼成钢的，也不是所有的铁都需要炼成钢的，他们这种“高压政策”无疑是走入了培养孩子的误区。

有些父母往往有一套“家长制”的思想。孩子请不要问“我为什么要听你的？”“因为我是你的爸妈，你就得听我的。”这是天经地义的事，父母拥有无上权威。

放眼世界，现在已踏入一个民主的年代，凡事讲求民主及道理，不要用你的身份及权威恐吓别人，为所欲为。单单用高压方法管教子女学习，纵使令孩子勉强顺从，但始终不能令他们理解事情的原因。换来的只是孩子的反感、父（母）子关系的疏离，使孩子缺乏自主性、缺乏自律及讲道理的能力。

父母的威严，必须配合道理才能显出正确效用。

一些父母不给孩子任何解释的机会，冲动的样子可真吓人。他们会毫不思索、怒气冲冲地手指孩子，一开腔就骂：“看！题目又做错了，看样



高效能父母教育孩子的96个“不要”

子你这学上得一点用也没有。”无论孩子是否有错误，都已被先声夺人的责骂声骂得蒙了头。想辩白的，也给吓得目瞪口呆，只好把冤气吞到肚子里去。有的感到委屈，哭了起来，但还得挨骂：“骂你就哭，有什么好哭的！”即使真的犯了错的孩子，此时心中只道：“你就是会骂我。”而不懂得反省。所以，劈头就骂的方法一无是处。

父母责骂前，何不让孩子有一个申辩机会？不分青红皂白就给孩子判罪，难免会出错。

孩子一旦蒙上冤屈，得不到公平对待，会严重影响父（母）子关系，并会对世界产生敌视，甚至导致消极的人生观消极。

给孩子一个申辩机会，除了可以了解事情真相，作出公平决定；还可借机了解孩子的心声。了解增加了，伤害孩子心灵的蠢事就会减少了。

一些父母对孩子过分严厉。他们喜欢标榜自己家教严厉，把孩子管得循规蹈矩。

所以，父母切勿单方面制订出过多规矩，并动辄采用粗暴的打骂等手段。这样做的后果，不仅促进不了孩子学习进步，还会阻碍孩子各方面的成长。孩子到一定年龄，不妨和他们一起订立家规：例如每晚6点前要回家吃饭，无法赶回家要预早通知；规定晚饭后用1小时温习功课，其他时间可做自由活动……一起制定规矩，孩子亦会乐意遵守。当然，规矩亦应有一定程度的弹性。

教育孩子好好念书学习，采用高压政策是绝不会奏效的，只有通过引导和鼓励的方法，才能真正达到目的。

这里提醒那些信奉“高压政策”的父母们，反思一下自己的教子方法，切勿拿孩子做实验，因为这种教子方法只会失败，没有成功的可能。

教子心经：

俗言道：“强扭的瓜儿不甜。”父母应该做的是启发和引导孩子主动求知的积极性。

2. 不要过分强调智商而忽视孩子的创造力 >>

一些父母认为，只要孩子智商高就能成才，而事实上，孩子人生的成功与否是以他的创造力来衡定的。美国心理学家吉鲁佛特，早在他担任美国心理学会会长时，便已警告那些“IQ 万能主义者”，创造力无法用智商评断。但是也有不少人还是过分看重智力测验的结果。他们不知道一个人的智能并非像电脑那样，只要电脑不发生故障，不论经过多少年，它的功能都不会变；但人脑就不同了，如果你不经常使用它，它便会逐渐丧失能力。

专家研究学龄儿童的智力与创造力的相关性，突出的有 4 种模式：

(1) 高智商和高创造力

这类儿童不论在学习或游戏时都十分专注和投入，对不同的学习环境，有较强的适应能力；对于学校的课业，通常颇为自信，并能积极而主动地参与。

(2) 低智商和高创造力

这类儿童在传统教育体系的学校中，遭受极大的挫折感，常会有适应不良而妄自菲薄的现象，缺乏自信。

(3) 低智商和低创造力

这类儿童似乎不太能理解学校的意义，他们大多数表现较为被动而退缩。

智力测验过分注重人类天赋的智能，在社会中，个人最重要的能力是创造力，若只凭智商就想判断一个人聪明与否，特别是判断存在太多变数的孩子，是毫无意义的。





(4) 高智商与低创造力

这类儿童追求学校中的高成就，十分专注于课业并有高度的自信心，然而，却不是学校中活跃的一群，但在大人心目中既聪明又乖巧。换言之，具有高创造力的儿童，往往会有较多的个别状况，需要老师较多地注意，因此也比較容易被看做问题学生。

创造力与智力相比较，似乎有创造力的人应该也是高智商的人。其实不然。研究显示，两者之间并没有一定的相关性。一般IQ测验中，依然以单一答案为标准，所以并不能很客观地评价出创造力的高低。大致可确定的是，具备创造力的人，IQ至少要在100以上，也就是说创造力的表现，必须有一些基本知识为背景，作为酝酿与转换的基础。所以IQ的测验，只能作为参考数据的一种，而不能当做绝对的标准。如果我们只凭着IQ值来辨认智优儿童，那么我们将会漏失掉将近70%具有高创造力的儿童。

据一项资料显示，儿童的创造能力都是在成长过程中没有得到开发而荒废的，不能不说和家长的误导有关。

没有创造力，就没有生命力或生存能力。未来世界是属于富有创造力的孩子们的，因此，不能只强调孩子的智商而忽视了对孩子创造力的培养。

创造力是一种心智活动的过程。它包含认知问题的存在，穿梭于各种资料或信息之间，逐渐形成一种构思，寻找解答的途径，最后直达成功。过分强调孩子的智商而忽视对孩子创造力的培养，往往给孩子的发展造成不利的影响。

教子心经：

重视孩子的创造力培养，等于给孩子插上了成才的翅膀。

3. 不要忽视孩子的兴趣与爱好 >>>>>>>>>

一些家长往往用一种陈腐的观念约束孩子，主观地认为只要学习好或学有特长，就会为孩子的成功铺平道路。他们从不问孩子喜欢什么，愿意做什么，而是一味地强制孩子学习，忽视了孩子的兴趣与爱好，扼杀了孩子创造的天性，甚至酿成悲剧。

对于家长，这一点要认识明确。遗憾的是，有的家长在这一点上认识仍然模糊。他们大多不愿承认孩子，尤其是自己的孩子也有自己独特的兴趣与爱好。有个家长强迫坐不住的孩子弹琴，以致孩子只得砸断自己的手指以示反抗；像这样不顾孩子的抗议，父母像催命一样催促着孩子去学自己不喜欢学的东西都是父母不尊重孩子的兴趣与爱好的表现，其后果可想而知。

其实不光学习上有不同的兴趣与爱好。

一个人的不同兴趣爱好还可以表现在生活上的诸多方面。在休息方面，有的人喜欢哼哼几句戏曲和小调；有的喜欢下棋或玩牌等。这些都是客观上存在的。你承认也好，不愿承认也好。在如今多姿多彩的现实生活中，人的个性和兴趣得到较充分的发展，在服饰等各方面，都有了较大的自由，更是五彩缤纷。这些情况做父母的要正确认识。但是不少父母在对待子女上，仍喜欢用一个陈腐的尺度，总认为自由选择只是大人的事情，小孩子不能有或不应有。

随着不断长大，孩子们逐步懂得爱美和讲漂亮，在生活上的喜爱逐步表露了出来。在穿衣的样式、衣服的颜色及发型的选择上逐步开始表现出了自己的喜爱，甚至与父母争论。

无论学习上还是生活中，个人的兴趣与爱好，不能勉强，也不应勉强。这方面我国有许多古训，如人们常说的：“萝卜白菜，各有所爱”，“人各有志”等。



学习篇

不可强制，减轻负担