

欲教子先正其身。 —— 孔子



好妈妈书架

教育孩子就是做好榜样

改变孩子

从自己做起

鲁鹏程
著



畅销书《好妈妈不吼不叫教育男孩100招》作者鲁鹏程最新作品

父母是孩子所有问题的根源，改变孩子先改变自己
父母要敢于为孩子做出改变，才能给孩子更好的示范

让孩子在耳濡目染中成为一个有孝心，爱学习，充满智慧的人

榜样父母
行为手册

机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

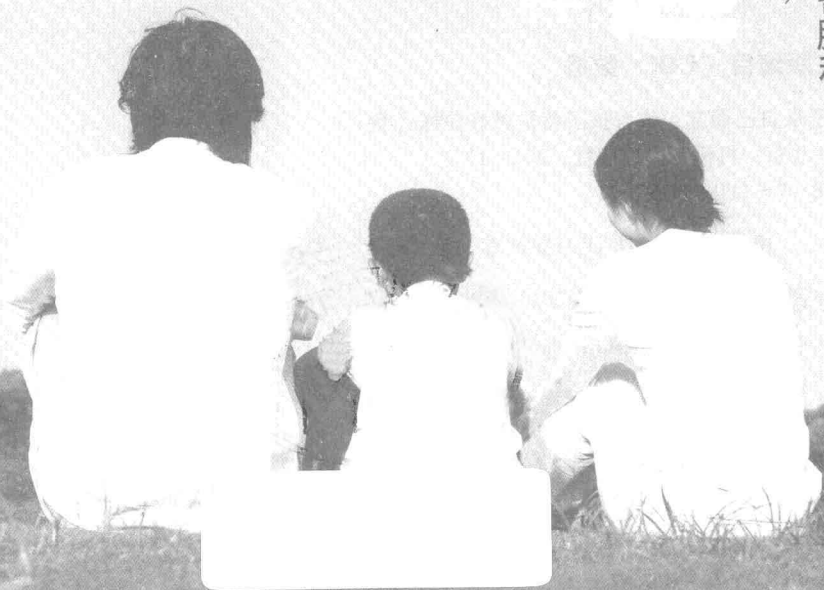


好妈妈书架

改变孩子 从自己做起

教育孩子就是做好榜样

鲁鹏程 著



 机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

父母的言行是孩子无声的老师，对孩子有着强大的潜移默化的作用。父母一定要以身作则，时时、处处、事事严格要求自己，为孩子树立人生的好榜样。本书首先帮我们剖析了孩子所有问题的根源，又从如何教育孩子做人处事，如何让孩子富有孝心、热爱学习、充满智慧及如何陪伴孩子等方面，深入浅出地阐述了父母教育孩子必须“从自己做起”的道理和方法，是为人父母的行为指南。

图书在版编目（CIP）数据

改变孩子从自己做起：教育孩子就是做好榜样 / 鲁鹏程著. —北京：机械工业出版社，2013. 11
ISBN 978 - 7 - 111 - 44197 - 7

I. ①改… II. ①鲁… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2013）第 230422 号

机械工业出版社（北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037）
责任编辑：刘文蕾 版式设计：张文贵
责任印制：李洋

三河市国英印务有限公司印刷

2013 年 10 月第 1 版·第 1 次印刷
169mm×239mm·13 印张·154 千字
标准书号：ISBN 978 - 7 - 44197 - 7
定价：29.80 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换
电话服务

社服务中心：(010) 88361066
销售一部：(010) 68326294
销售二部：(010) 88379649
读者购书热线：(010) 88379203

网络服务

教材网：<http://www.cmpedu.com>
机工官网：<http://www.cmpbook.com>
机工官博：<http://weibo.com/cmp1952>

封面无防伪标均为盗版



前言

以身作则，给孩子最好的示范

教育孩子是一件大事，更是一件严肃的事，容不得半点的马虎大意，需要我们认真对待。因为孩子的成长是一次“单程旅行”，是不可逆的，错过了教育的最佳时机也就错过了孩子最佳的成长发育期，由此就会影响孩子一生的发展。

虽然我们在教育孩子这件事上煞费苦心、绞尽脑汁，可是我们的教育效果似乎并不是那么明显，为什么？这很值得我们思考。

对于“教育”这个词，我们都很熟悉，但到底什么才是“教育”呢？

东汉的语言学家许慎在《说文解字》中对“教育”有这样的解释：“教，上所施，下所效也”，“育，养子使作善也”。所以说，真正的教育，并不是将孩子“丢”给老师，让他们去传授孩子知识就算完成了。最重要的教育，应该是父母“上所施”，孩子“下所效”，从而“使之作善”。也就是说，我们要给孩子树立好榜样，让他去效仿。

在英国教育家托马斯·阿诺德看来，父母的言行就是无声的老师，是孩子耳濡目染的榜样，它们强有力地发挥着潜移默化的作用。所以要想取得理想的教育效果，父母一定要以身作则，时时、处处、事事都严格要求自己，成为孩子人生成长的好榜样。

另一位英国教育家洛克也主张，在教育孩子时，与其让孩子记住规则，还不如给他树立榜样。他强调示范和环境的教育作用，反对单

纯的说教。他说：“无论给孩子什么教训，无论每天给他什么样的聪明而文雅的训练，对他的行为能产生最大影响的依然是他周围的同伴，是他监护人的行动榜样。”

日本早期教育家井深大认为，父母的言行是子女最好的教材，一流的父母造就一流的孩子；要让孩子进一流幼儿园和一流学校，更重要的是必须使孩子在一流家庭里接受熏陶。可见，家庭是孩子的第一个课堂，父母是孩子的第一任老师，是孩子最初的模仿对象，孩子从父母那里学到的品质、人格、习惯和处世态度，对他一生的发展都会产生极大的影响。

苏联教育家苏霍姆林斯基也指出，父母自身的行为对孩子有重大的影响，“不要以为只有你们同孩子谈话、教导孩子和吩咐孩子时才是在教育孩子。在你们生活的每一瞬间，甚至当你们不在家的时候，都是在教育孩子。你们怎样穿衣，怎样跟别人说话，怎样表示欢欣和不满，怎样对待朋友和仇敌，怎样笑，怎样读报……所有这一切，对孩子都有很大的教育意义”。

我国古代家训教化中也非常注重父母的道德修养，要求父母正身率下，公正地对待每一个家庭成员，不得偏私。只有父母能够以身立范，孩子才能真正得到良好的教育。

早在 2500 多年前，大教育家孔子就说过：“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从。”意思是说，如果管理人员本身品行端正，那么即便不发号施令，别人也会以其为榜样去做事；但如果其本身品行尚不端正，即便是强硬地命令他人，他人也不会听从。这就是身教的重要性，教育孩子也是一样的道理。

对于孩子来说，父母的身教，也就是榜样的作用，比任何老师包括父母对他的说教都要管用得多；父母树立的好榜样，对孩子的影响

比那些座右铭的影响要更为深远。

所以，要想孩子怎样做，我们先要做出；要想孩子养成怎样的习惯，我们先要具备那样的习惯。“上行”为善，“下效”自然也会为善，我们自己做好了，孩子自然会效仿。这就需要在生活中规范自己的言谈举止，为孩子作出表率。从某种意义上说，我们的率先垂范本身就是一种教育艺术，是最重要、最高超的教育艺术。事实上，对孩子来说，父母本身是一种教育因素，这种因素对孩子的影响往往是在无意中发挥的，但这种影响也是最直接、最深刻、最持久的。而且，作为孩子的第一任老师和效仿的榜样，父母起到的示范作用应该是全方位、立体化的。

在给孩子树立榜样时，我们也应该注意把握几个原则：

第一，在生活中严格要求自己。

在生活中，我们要时时严格要求自己。如果我们能够做到始终如一地严于律己，就会给孩子以耳濡目染、潜移默化的影响，这样自然会赢得孩子的信赖与尊敬。我们得体的言行就是一种实实在在的巨大教育力量，会给孩子的性格、思想品德和行为习惯等方面留下深刻的烙印。

第二，懂得只有正己才能化人。

想让孩子做到的事，我们一定要先做到，孩子自然而然就会跟上我们的脚步。被誉为“德国教师的教师”的著名教育家第斯多惠曾说过“只有当你不断地致力于自我教育的时候，你才能教育别人”，孔子也曾说“欲教子先正其身”，这都是非常有道理的。

孩子生下来时是纯真无邪的，他身边最亲近的人的一举一动，都会在他的脑海里留下深深的印记。无论这些举动是好是坏，都会给他一种示范作用，正所谓“习于善则善，习于恶则恶”。如果我们是一个

懒于学习、懒于动脑的人，就是对孩子说再多的“要好好学习，善于思考”的话也无济于事。因为在我们身上，孩子根本就看不到知识的力量，也看不到开动脑筋的效果，更没看到我们认真读过一本书。

第三，摒弃不良的言行举止。

孩子在最初学习时，都是把父母作为参照物，总会无意识地模仿父母的一举一动、一言一行。所以，父母的言行举止，无论好坏，都会被孩子不自觉地效仿。好的行为被效仿，当然很好，但如果坏的被效仿了，那就麻烦了。作为父母，我们一定要摒弃不良的言行举止，一定要走好自己的每一步，要知道，孩子正踏着我们的脚印跟随着我们呢！

没有人天生就懂得如何做好父母，但无论做父母的现在处于什么状况，只要愿意为了孩子有不断改变自己的意识，有不断提升自己的行为，就会在无形中奠定孩子一生不可磨灭的德行基础。正如俄国作家列夫·托尔斯泰所说：“教育孩子的实质在于教育自己，而自我教育则是父母影响孩子最有力的方法。”所以，我们一定要从自己做起，从小事做起，为孩子撑起健康成长的生命之帆，为孩子点亮人生道路的明灯。

衷心祝愿每一位父母都能给孩子树立好榜样，每一个孩子都能有好榜样可以效仿。

目录

前言 以身作则，给孩子最好的示范

第一章 我们是孩子所有问题的根源

1 谁家的孩子，这么没有教养？ /2

反思：家庭教育、学校教育、社会教育，哪个最重要？

2 我们最应该让孩子传承什么？ /6

反思：古语说“富不过三代”，但为什么今天会“富不过一代”？

3 为什么今天的孩子会有这么多问题？ /9

反思：当孩子出现问题时，父母是否会从自身找原因？

4 给了孩子那么多爱，为什么他不爱我们？ /13

反思：我们是在正确地爱孩子，还是在以爱的名义伤害孩子？

5 今天怎么会有那么多触目惊心的教育事件？ /17

反思：是谁让孩子变成了让父母痛心、让别人厌恶的人？

6 我们是孩子所有问题的根源 /21

7 家庭教育到底应该怎么做？ /24

方法：教育孩子就是做好榜样，努力给孩子做最好的示范！

第二章 做人：教育的根本应该是教孩子学做人

1 教育，应该是教孩子做题还是做人？ /28

孩子的问题：做事？做人？什么都不如考个高分更实际！

榜样的力量：父母先做一个堂堂正正的人，一个“一撇一捺”写成的有支撑的人。

2 家庭教育，一定不只是知识教育/32

孩子的问题：在家里依旧只接受枯燥的知识教育，不但没有爱上学习，反而更加厌恶学习。

榜样的力量：给孩子营造一个轻松、欢乐的家庭氛围，同时注重培养孩子的综合素质。

3 不要忽视对孩子的德行培养/35

孩子的问题：学习成绩还可以，但在其他方面表现很差。

榜样的力量：重新认识“道”与“德”，做一个有德行的人。

4 正确认识德、学、才、艺的关系/39

孩子的问题：拼命学才艺只是为了一夜成名！

榜样的力量：让孩子看到我们对待才艺的正确态度，教孩子成为一个勤奋、踏实的人。

5 严以律己，不为自己找借口/43

孩子的问题：“这可不是我的错，都是他们的错，都怪他们！”

榜样的力量：当孩子第一次犯错时就纠正他，教他吸取教训，而不要责怪别人。

6 宽以待人，多站在他人的角度想问题/46

孩子的问题：心胸狭隘，总爱斤斤计较，一点也不宽容、豁达。

榜样的力量：理解他人，善待他人，用宽广的心胸造就伟岸的孩子。

7 做到人前人后表里如一/50

孩子的问题：背后说老师、同学和小伙伴的坏话。

榜样的力量：不在孩子面前议论他人的长短，人前人后一个样。

8 学会感恩——滴水之恩，当涌泉相报/53

孩子的问题：认为得到什么都是应该的，好像别人都欠他的一样。

榜样的力量：感恩周围的人，感恩万事万物，感恩生活中的每一个际遇。

9 知耻近乎勇——过而能改，善莫大焉/57

孩子的问题：对不光彩的事情不以为耻，反以为荣，缺少羞耻心。

榜样的力量：在生活中，衣着打扮要得体，言行举止要得当。

第三章 做事：重要的是自己要做对

1 善始善终，最忌三分钟热度/62

孩子的问题：做事就爱“三天打渔，两天晒网”。

榜样的力量：坚持做一件事给孩子看，比如每天阅读半小时。

2 万事最怕“认真”二字/65

孩子的问题：做什么事情都马马虎虎，得过且过。

榜样的力量：认认真真地对待每一件事，有一说一，说到做到。

3 珍惜时间，手头的事情不拖延/69

孩子的问题：没有时间观念，拖拖拉拉。

榜样的力量：今日事今日毕，不把今天该做的事情留到明天。

4 事先计划——凡事预则立，不预则废/72

孩子的问题：做事没计划，丢三落四，做到哪儿算哪儿。

榜样的力量：把井然有序的局面呈现给孩子。

5 掌控情绪，才能掌控未来/75

孩子的问题：遇到事情，总是很难控制自己的情绪和行为。

榜样的力量：在孩子面前尽量不发怒、不吵架，理性处理问题。

6 承担力所能及的劳动，不怕吃苦/78

孩子的问题：不爱劳动，不能吃苦，父母给奖励才肯去干。

榜样的力量：自己肯吃苦，打造热爱劳动的家庭氛围，对孩子的事情决不包办代替。

第四章 孝心：家里的第一筷子菜到底应该先夹给谁

1 为什么要教孩子懂得孝道？/84

孩子的问题：心中没有父母和长辈，不懂得感恩。

榜样的力量：以身作则，教孩子孝道从孝敬自己的父母开始。

2 孝道，在今天已经过时了吗？/87

孩子的问题：为什么要学孝？孝道都是过时的东西，是愚孝。

榜样的力量：把“孝顺”二字落实到生活中，让孩子感受到“孝”的本质。

3 孝敬老人，从我做起/90

孩子的问题：独享独占，唯我独尊。

榜样的力量：把第一筷子菜夹给父母，时刻为父母着想。

4 生日 = 生日礼物？/93

孩子的问题：过生日，就等着父母送生日礼物。

榜样的力量：记得给父母过生日，祝福他们，真心地感谢他们。

5 亲有疾，药先尝；昼夜侍，不离床/96

孩子的问题：父母生病了，不闻不问，还抱怨父母不给他做饭吃。

榜样的力量：父母生病了，要悉心地照顾，不埋怨，不抱怨。

6 对父母怨恨？打骂？一个都不能有！/100

孩子的问题：一切以自我为中心，不考虑父母的感受。

榜样的力量：无论如何都要言语柔和，不说让父母伤心的话。

第五章 学习：关注孩子的成长而不是成绩

1 不要逼孩子考 100 分/108

孩子的问题：逃课厌学或者高分低能。

我们的做法：不逼孩子考 100 分，别让学习变负担。

2 怎样面对孩子的“起跑线”？ /112

孩子的问题：从小就站在了“起跑线”上与人竞争。

我们的做法：孩子的人生是一场马拉松比赛，而不是百米赛跑，把眼光放长远一些。

3 不对孩子进行“填鸭式”教育 /117

孩子的问题：在学校被“填鸭”，在家里依然被“填鸭”。

我们的做法：做孩子学习的启发者，而不是知识的灌输者。

4 不要过分关注孩子的学习 /120

孩子的问题：生活单调乏味，只会死记硬背。

我们的做法：放手，让孩子自主地安排他的学习。

5 学习，自动自发才有效 /124

孩子的问题：被逼着学习，不情愿，不努力，不轻松。

我们的做法：创建学习型家庭，做学习型父母。

6 学知识，决不能学成书呆子！ /128

孩子的问题：知识学得越多，反而就会变得越呆。

我们的做法：引导孩子学以致用，不做书呆子。

7 成绩≠成长 /131

孩子的问题：成绩就是全部，其他的都不重要，千方百计提高成绩。

我们的做法：培养孩子成熟的心智、健全的人格、达观的生活态度与好习惯。

第六章 智慧：有正确的观念才会拥有教育孩子的智慧

1 跟孩子做朋友，就是平等吗？ /138

孩子的感受：我和父母是平等的，所以父母没有权力训斥和批评我。

我们的智慧：平等应该是人格的平等，绝非“父不父，子不子”。

2 书上说的，专家说的，就一定是对的吗？/142

孩子的感受：我们成了父母的实验品，而书上和专家所谓的成功是不可复制的。

我们的智慧：千万不要照搬他人的经验，教育孩子要有理性的思考。

3 读书就是为了赚钱吗？/146

孩子的感受：读书就是为了以后赚大钱，成为成功人士。

我们的智慧：教孩子体会到读书的乐趣，快乐地阅读。

4 孩子犯错，怎样科学地惩罚？/150

孩子的感受：又要挨打挨骂了！没事儿，反正都成家常便饭了！

我们的智慧：孩子犯错时正是教育他的契机，但是打骂并不能让孩子心服口服。

5 孩子和事业，到底哪个重要？/154

孩子的感受：父母都在忙着赚钱，哪顾得上我呀！

我们的智慧：人生最重要的不是奋斗，而是抉择。孩子才是我们一生的事业。

6 孩子还小，就不需要承担责任吗？/158

孩子的感受：负责任？有父母给我“兜”着呢，父母能摆平！

我们的智慧：对任何人来说，责任的承担都是成长的开始。

7 这样的孩子还有救吗？还能教好吗？/162

孩子的感受：父母已经放弃我了，那我就“破罐破摔”吧！

我们的智慧：相信“人之初，性本善”，什么样的孩子都是可以教好的。

8 孩子的智慧，我们的智慧，都从哪里来？/166

孩子的感受：父母只知道吼叫打骂，还指望我有什么出息？

我们的智慧：多读书，最好跟孩子一起读一些中国传统经典。

第七章 陪伴：最有价值的付出就是用心陪伴孩子

1 陪伴是爱，陪伴是安全感/172

孩子的感受：没有父母的陪伴，感觉不到爱和安全感。

我们的改变：尽可能多地抽点时间在孩子的身边陪伴他。

2 陪伴需要投入，需要用心/176

孩子的感受：父母虽然在身边，但他们在忙别的，人在心不在。

我们的改变：既然是陪伴孩子，那就全身心地把心思放在孩子身上。

3 陪孩子一起读书/179

孩子的感受：父母从来不陪我读书，我也没心思读。

我们的改变：各有所读，与孩子分享读书心得。

4 陪孩子一起学习/183

孩子的感受：父母是在监视我的学习！

我们的改变：不做孩子学习的“监工”，要做他的“同学”。

5 陪孩子一起玩耍/187

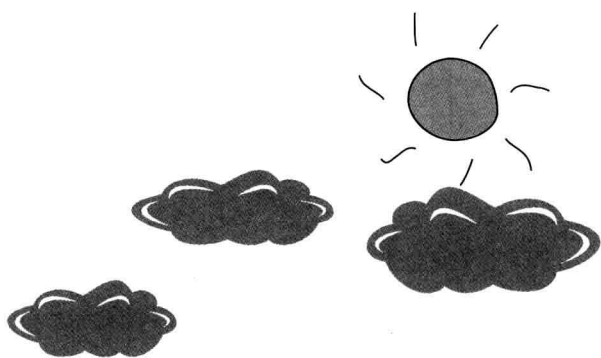
孩子的感受：父母好像有心事，陪我玩的时候不开心。

我们的改变：放下家长的架子和生活的负担，像孩子一样去玩。

6 陪孩子一起做游戏/191

孩子的感受：父母陪我玩游戏，只是希望我比其他小朋友更优秀。

我们的改变：与孩子轻松玩游戏，不要让孩子感到有压力。



第一章

我们是孩子所有问题的根源

1

谁家的孩子，这么没有教养？



在生活中，我们经常会听到类似这样的一句话：“这是谁家的孩子？怎么这么没教养？”说出这句话的人，应该是在难以忍受的情况下说出的。而听到这句话的人，大概也会心灵一颤，感觉这样的责问真的很刺耳。作为那个被责问的孩子的父母，不知道听到这句话后是什么感觉。是习以为常，还是对说话的人愤怒不已，还是会打骂孩子“以暴制暴”？其实，父母最应该做的，是反思，反思自己的家庭教育哪里出了问题，然后作出改变。

说到教养，那到底什么是教养？教养，是指一个人在家庭中从小养成的行为的道德水准。其实，在中国古代，人们就早已在《三字经》、《弟子规》等蒙学读物中对“教养”做了着重解释，特别指出教养是一个人从小就应该习得的良好规矩、规范，在待人、接物、处事时应该具备一种敬重态度。在西方，英文中的“教养”也是指礼貌、规矩、态度、风度、生活方式、习惯，等等。从古至今，教养都被认为是一个孩子做人立世之本。有教养的孩子走到哪里都受人欢迎，成长之路自然会比较顺畅，随之而来的也自然是幸福的人生；相反，没有教养的孩子总是遭人排斥，无论是在人际交往上还是在求学的路上就免不了处处碰壁，人生也自然成为了一场悲剧的演绎。

遗憾的是，今天很多孩子在教养这方面都做得不太好。

在儿童游乐园，一个两岁的女孩刚学会荡秋千，在那里玩得不亦乐乎，但很快就过来一个五六岁的男孩，一把推倒小女孩，独自荡了起来。小男孩看到被推倒的小女孩，没有任何反应，而站在一旁的小男孩的妈妈也没有对儿子的行为作出任何反应。

儿童节来临，电影院为儿童和其家庭推出特价电影票。每次电影放映结束，保洁阿姨都要对儿童放映区进行全面保洁，因为食品包装袋、瓜子、卫生纸、饮料瓶随处可见。保洁阿姨感叹：现在的孩子，怎么一点儿都不知道维护公共卫生？

公共汽车刚停靠在某小学一站，一批刚放学的学生便一拥而上。上车后，一些学生为了占到座位就在车厢里跑动起来，差点儿撞倒其他人。公车开动后，车厢就像炸开了锅，喧哗声不绝于耳，搞得一位老太太不断摇头，并自言自语说：“太吵了！”

不会谦让、不知道主动问好、不懂得维护公共卫生、在车厢内大声喧哗的孩子在这个社会比比皆是，孩子不懂礼貌、没有良好的卫生习惯、不知道为别人的感受考虑等问题都说明，孩子没有接受过良好的教导和养育，也就是说，这样的孩子就是“没教养”孩子的典型代表。

如果不掩饰地实话实说，则可以这么说：孩子为什么没有教养？因为他的父母没有教养。孩子为什么不学好？因为他的父母不学好。作为已经成人的父母，不改变自己，不为改变社会环境做点努力，社会环境就会更加恶化，到时候自己的孩子也难以避免地会受到伤害。要知道，孩子就像水里的鱼，水污染了，鱼能不受害吗？

所以，一定要让孩子有教养。那么，如何让孩子变得有教养？这个教育环节主要由谁来完成？由家庭？由学校？还是由社会？