

抓住9个关键方面，父母即使再忙，也能把孩子教育好



鲁鹏程 / 著

写给大忙人的 教子枕边书

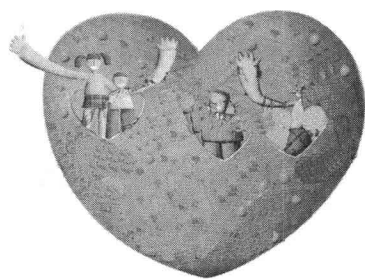
一流的父母造就一流的孩子，要让孩子进一流幼儿园和一流学校，但更重要的是使孩子在一流家庭里接受熏陶。

《好妈妈不吼不叫教育男孩100招》
作者鲁鹏程 / 最新力作

 **企业管理出版社**
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

写给大忙人的 教子枕边书

鲁鹏程 / 著



 企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

写给大忙人的教子枕边书 / 鲁鹏程著. —北京:
企业管理出版社, 2013.8

ISBN 978-7-5164-0422-5

I. ①写… 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153165号

书 名: 写给大忙人的教子枕边书

作 者: 鲁鹏程

责任编辑: 张超峰

书 号: ISBN 978-7-5164-0422-5

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路17号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 编辑部 (010) 68453201 发行部 (010) 68701638

电子信箱: emph003@sina.cn

印 刷: 北京中新伟业印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 160毫米×230毫米 16开本 16印张 254千字

版 次: 2013年8月第1版 2013年8月第1次印刷

定 价: 32.80元

版权所有 翻印必究·印装错误 负责调换

前言

P r e f a c e

今天，很多父母都忙个不停，忙得几乎没有时间照顾孩子，更不用提对孩子进行必要的教育了。但再忙碌，应酬再多，也不能忘记自己最重要的身份——父母。大忙人再忙也要做好父母，尽全力把自己的孩子教育好。

对孩子的教育是一个亘古不变的话题，每一位父母都希望孩子成人成才，但很多大忙人父母却忽视了家庭教育的重要。在这个时代，家庭教育比学校教育更重要，无论学校教育多么出色，也不能替代家庭教育，正所谓“家庭是最早、最好也是最高的学府”，家庭中的最好的老师就是父母。在人类的教育史中，家庭教育是形成最早的，家庭教育自古就受到最大程度的重视。今天，无论怎样重视家庭教育都不为过，可是，却有那么多的父母以忙为借口而让家庭教育不作为。

家庭教育是孩子人生的起点与基石，孩子从父母那里学到最初的语言，从父母那里得到最初情感的感染，被父母拉着手迈出成长的第一步，在父母期盼的眼神中开启了人生的旅程……每一位父母都应该把对孩子的指导教育作为自己家庭生活的主旋律。

孩子不仅属于家庭，更属于社会、国家，能否把孩子培养成为时代所需要的德、智、体全面发展的合格人才，关系到家庭的兴衰，家族的绵延，更是关系到国家是否后继有人、是否依然可持续发展的千年大计。那么，孩子的教育都需要学校来完成吗？当然不是，今天的学校做的只是知识的传习，之外的其他方面，都要靠父母在家庭中进行。中国人讲，“养不教，父之过”，德国著



名教育家福禄贝尔也指出：“与其说国家的命运是掌握在当权者的手中，还不如说是掌握在母亲的手中。”这些话都富有深刻的哲理，非常明确地说明了父母在教育子女中所起到的重要作用。

现在，大忙人父母的教育观念是到该大转变的时候了，不要也不应该把孩子再放在理想化的生活环境中了，而要尽早地培养他应对现代社会发展的各种能力资本；不能总是把目光放在孩子的考试分数上，更要的是全方位地培养孩子，以适应现代社会发展的要求。要知道，与成绩相比，孩子能力的增长与心智的成熟才是更重要的。

大忙人父母到底应该如何有限的时间里，最大程度地培养好自己的孩子呢？这是值得每一位大忙人父母都应该用心思考的问题。虽然是大忙人，但如果您希望做一位深受孩子爱戴的父母，不妨认真读一下这本《写给大忙人的教子枕边书》。本书分为10章，也是大忙人父母必修的10堂教子课，全书开篇即指明，大忙人父母一定要做孩子人生的导师，继而告诉大忙人父母，要培养孩子的好品格、好习惯、健康心理，教孩子学习、应对挫折、交往、自我管理，培养孩子的好性格以及生存能力等方面的内容。其实，教育孩子只要抓住这些关键的点，并身体力行地去实践，大忙人父母即使再忙，也能把孩子培养好，教育成才。相信每一位大忙人父母都能从这本书中学到自己想要的教子智慧。

本书提供了一整套切实可行的培养好孩子的方法，有很强的实用性，教育意义深远，对于那些渴望获得成功的教子经验的大忙人父母来说，本书是一部不可多得，有极大参考价值的家庭教育读本。

衷心祝愿每一位大忙人父母都能扮演好自己作为父母的角色，都能养育最好的子女；祝愿每一个孩子都能在父母的教诲下健康、快乐地成长。

鲁鹏程

2013年7月

目录

Contents

第一章

大忙人再忙，也要做孩子的导师，引领他的幸福人生

是大忙人，但更是父母。天下的每一位父母都希望子女成龙成凤，而孩子的成长也需要父母责无旁贷的教育，期待父母有一个指导的声音。每一位身兼大忙人与父母角色的人都应该明白，自己是孩子的第一任老师，也是终身之师，所以一定要胜任这一角色。在这个教育孩子成才、成功比以往任何时候都迫切的时代，每一位父母都应该立志做孩子最优秀的导师，这是今天这个时代的要求。父母要做孩子的榜样，要做孩子的知心人……

1. 人不学，不知道——要做学习型父母 / 2
2. 己身正，不令而行——凡事要率先垂范 / 5
3. 与孩子分享快乐——做孩子的知心人 / 9
4. 启发比打骂更有效——学会正确引导孩子 / 11
5. 把孩子培养成才——做人、做事与学习 / 14



第二章

大忙人再忙，也要让孩子拥有良好的品格，人品第一

对孩子来说，品格的塑造远远比知识的获得更重要，因为品格是孩子一生成功的基础。英国著名哲学家培根曾说：“对一个人的评价，不可视其财富出身，更不可视其学问的高下，而是要看他的真实的品格。”成功的人都具有良好的品格，如孝道、诚信、爱心、谦虚、感恩、正直等，这些品格是知识不能替代的。

6. 百善孝为先——给孩子种下孝心的种子 / 18
7. 人无信不立——诚信是做人的第一准则 / 22
8. 大爱无疆——让孩子从小怀有一颗爱心 / 25
9. 德乃大，必有容——培养孩子宽广的心胸 / 28
10. 满招损，谦受益——谦虚让孩子受益一生 / 31
11. 好心态，好人生——培养孩子的乐观心态 / 35
12. 滴水之恩，当涌泉相报——培养孩子的感恩心 / 37
13. 独乐乐，不如众乐乐——教孩子乐于与分享 / 40
14. 己不正，何以正人——教孩子做正直的人 / 44

第三章

大忙人再忙，也要培养孩子的好习惯，成就他一生

著名教育家叶圣陶曾说：“教育就是培养好习惯。”好的习惯不仅会影响孩子的学习、生活、性格、行为等，而且会影响他一生的前程。培养孩子的好习惯，一定要讲求方法，何种方法培养孩子的何种习惯，也就是说，一定要抓住培养的关键时期。

15. 培养孩子的自信心——让孩子给自己鼓劲 / 50
16. 人要有志向——鼓励孩子追求人生目标 / 54
17. 天下兴亡，匹夫有责——培养孩子的责任感 / 57
18. 行有不得，反求诸己——教孩子自我反省 / 60

19. 习劳知感恩——培养孩子热爱劳动的习惯	64
20. 凡事预则立，不预则废——教孩子做事有计划	67
21. 细节决定成败——不让孩子忽视任何细节	70
22. 你不理财，财不理你——教孩子学会理财	73

第四章

大忙人再忙，也要与孩子做心灵的沟通，亲子无隔阂

要有点童心、童趣，要了解孩子的心思，如果两代人之间找不到共同的爱好和语言，就难以真挚地交流思想和感情。

23. 孩子在想什么——了解孩子的心思	80
24. 一起摔摔泥巴——要多一点童心童趣	83
25. 孩子，你说吧，我听着呢——懂得倾听孩子	86
26. 从内心接纳孩子——学会理解孩子	90
27. 放下家长的架子——认识孩子的平等需求	93
28. 孩子是独立的个体——要学会尊重孩子	95
29. 成就自由心灵——给孩子一个成长的空间	99
30. 我“爱心无限”——别剥夺孩子的成长体验	102
31. 体壮曰健——锻炼孩子的体质	105
32. 心怡曰康——给孩子一颗健康的心	109

第五章

大忙人再忙，也要教孩子学会学习，提升学习力

今天，学习已经不是一种活动，而应该是一种能力。要让孩子学会学习，让他具备学习力，因为学习力就是竞争力。

33. 潜能是无限的——激发孩子的智力潜能	114
34. 兴趣是最好的老师——培养孩子的兴趣爱好	117



- 35. 想象力比知识更重要——发挥孩子的想象力 / 121
- 36. 用眼睛捕捉信息——培养孩子的观察力 / 125
- 37. 学贵有疑——教孩子敢于大胆质疑 / 128
- 38. 学而不思则罔——提高孩子的思考力 / 131
- 39. 集聚精力于一点——培养孩子的专注精神 / 135
- 40. 感悟读书的乐趣——教孩子学会阅读 / 138
- 41. 记忆是智力活动的基础——帮孩子提高记忆力 / 142
- 42. 有突破才会有创新——教孩子学会创新 / 145

第六章

大忙人再忙，也要教孩子在逆境中成长，超越自我

给孩子提供适度的挫折情境，增强他的耐挫力，提高他的心理承受能力。艰辛的童年并不一定是坏事，相反，可能会成就孩子。培养良好的积极向上的心态和心理承受能力，将使他一生受益无穷。

- 43. 你要体验真正的人生——不帮孩子逃避生活的磨难 / 152
- 44. 孩子，别被困难吓倒——教孩子从容面对逆境 / 155
- 45. 孩子，相约成功吧——要孩子学会战胜失败 / 158
- 46. 孩子，要激励自己向前行——教孩子学会超越自我 / 161
- 47. 要明了事实的真相——教孩子在逆境中体悟 / 164
- 48. 有毅力者成，反是者败——培养孩子的坚强毅力 / 167

第七章

大忙人再忙，也要培养孩子的交往能力，让他融入群体

学会表达自我，学会与人合作就是让孩子成功社交的第一步和前提条件，良好的人际交往能力是孩子适应性强的表现。

- 49. 大胆地走出去吧——教孩子突破自我封闭 / 172

50. 赞美发自内心——教孩子学会赞美他人	175
51. 不学礼，无以立——让孩子懂得基本的礼仪	178
52. 集体力量大——培养孩子与人合作的能力	181
53. 善表达，不吹嘘——教孩子学会表达自我	185
54. 给孩子一双倾听的耳朵——增强沟通效力	188

第八章

大忙人再忙，也要教孩子学会自我管理，从容安排生活

全球多所商学院访问教授帕瑞克博士曾经说：“除非你能管理‘自我’，否则你不能管理任何人或任何东西。”对孩子来说，自我管理同样非常重要。

55. 学会控制自己——培养孩子的自制力	194
56. 成功需要激励——让孩子学会自我激励	197
57. 不拖延，要行动——加强孩子的执行力	200
58. 惜时如命、如金——教孩子学会管理时间	203
59. 做自己的主人——孩子要学会自主选择	206

第九章

大忙人再忙，也要重视孩子性格的培养，性格决定命运

孩子的性格跟后天的培养有很大关系，只要大忙人父母能够选对正确的培养方法，就一定能够让孩子拥有健康良好的性格。在培养的过程中，父母一定要多尊重、鼓励和赞赏孩子，让他逐渐养成完美的性格。

60. 不可任意而为——坚决杜绝孩子任性	212
61. 天下没有笨孩子——不要让孩子自卑	214
62. 坚强再坚强——教孩子摒弃薄弱意志	217
63. 给孩子“打打气”——增强孩子的勇气	220



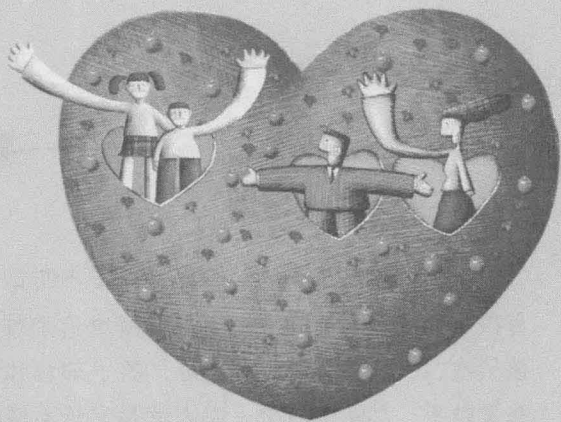
64. 消极要不得——教孩子做事一定要积极 / 222
65. 千万不要犹豫不决——教孩子果断做事 / 224

第十章

大忙人再忙，也要培养孩子的生存力，让他在社会立足

孩子只有掌握了生存能力，他才能“滴自己的汗，吃自己的饭，自己的事自己干”，才能创造更多的财富。

66. 不服输不娇气——教孩子学会自立 / 228
67. 培养适应力——孩子要能适应环境 / 231
68. 机不可失，时不再来——教孩子把握机遇 / 234
69. 变压力为动力——教孩子缓解压力 / 237
70. 防患于未然——教孩子学会保护自己 / 241



第一章

大忙人再忙，
也要做孩子的导师，
引领他的幸福人生

是大忙人，但更是父母。天下的每一位父母都希望子女成龙成凤，而孩子的成长也需要父母责无旁贷的教育，期待父母有一个指导的声音。每一位身兼大忙人与父母角色的人都应该明白，自己是孩子的第一任老师，也是终身之师，所以一定要胜任这一角色。在这个教育孩子成才、成功比以往任何时候都迫切的时代，每一位父母都应该立志做孩子最优秀的导师，这是今天这个时代的要求。父母要做孩子的榜样，要做孩子的知心人……



1. 人不学，不知道——要做学习型父母

今天，越来越多的父母抱怨孩子不听话，难管，几乎每天都要面对教育孩子的难题，但却不知道如何解决这个难题。他们想不明白：为什么让孩子吃、喝、穿、用样样都好，孩子却总和父母对着干呢？这个问题看似非常棘手，其实很简单，原因就是父母不懂得现代教育理念，只是想当然地按照老套路去教育孩子。

要知道，在信息时代的今天，一味当“警察式”父母，根本无法培养出具有健全人格、健康心理的孩子。而解决之道就是要做学习型父母，学习和掌握科学有效的家庭教育知识，提高自身综合素质。有些父母认为，自己的文化水不太高，自己又忙，应酬又多，想当学习型的父母谈何容易！

其实，学习型父母并不是要求父母拥有渊博的学识，或是成为家庭教育专家，也没有必要掌握非常系统完备的家庭教育知识，而是让自己热爱生活、热爱学习、积极进取、有健康的兴趣、懂得为孩子营造良好学习环境，尽可能多抽一点时间陪陪孩子。所以，做学习型父母并不难。事实证明，做学习型父母的意义不仅限于提高孩子的学习成绩，而且更有利于树立孩子正确的人生观和远大理想，全面有效地提高孩子的综合能力。

一些经济条件不好的父母，他们没有受过太多教育，文化水平也不高，每天都在非常辛苦地劳作，但是他们却具备了学习型父母的潜质，能够把孩子培养成才，其中的道理不言而喻。时代要求父母与时俱进，而只有不断学习才能跟上社会发展的步伐。

媒体曾报道过这样一个真实的案例：

有一位农民，他没上过学，但他的女儿却考上了一所著名的外国语大学，儿子也考上了一所重点理工大学。当有人问起他的教子方法时，他说，他的办法跟别人不一样，不是他教孩子，而是让孩子教他，他跟孩子们一起学习。

他白天在田里干活，晚上就让两个孩子把老师讲的内容跟他讲一遍，

然后孩子们做作业，他也在旁边做作业。尽管他从来不说要孩子好好学习，但孩子们见他在干了一天活回来后还跟他们一样学习，他们在学习上就不会分心。父亲有不懂的地方就问孩子，孩子们弄不懂就找老师问，这样孩子们又当学生又当老师，学习劲头非常大，他们的成绩慢慢就名列前茅。他还说，这样做还让他变成了一个有知识的人，他种的田收成就比别人好。

这位父亲的成功之处就是给孩子做出了爱学习的榜样，给孩子营造了一种良好的家庭学习氛围，是不折不扣的学习型父亲。这位父亲渴求知识、热爱学习，深知教育子女不能靠说教，应身体力行潜移默化地影响孩子。试想，如果父母一边在打麻将，一边吼着要孩子好好学习，即使孩子嘴上答应，心里面也一定会不服气。

现代心理学研究表明，影响孩子发展的因素众多，但家庭文化环境因素是最大的。如果父母学习兴趣浓厚，常常手不释卷，刻苦学习，相信家里一定会充满浓厚的学习氛围。孩子也会在父母的影响下，自觉主动地学习，从而产生强烈的求知欲。

做学习型父母，是现代父母的学习目标之一，它要求父母改变过去粗放式的家庭教育理念和方式，把家庭教育当成一门科学来看待，在教育孩子的过程中，也要把自己培养成真正的现代父母。那么，怎样才能做一位真正的学习型父母呢？

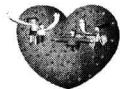
善于为自己营造学习心境

做学习型父母，首先应该为自己营造一种学习心境。苏联教育学家克鲁普斯卡娅指出：“家庭教育对父母来说，首先是自我教育。”要时时想到学习，勤奋学习，也要不时给自己以肯定，从而增强自信，持之以恒。

父母也要学会向他人学习，要始终保持一种开放接受的谦虚心态，善于求教于人。另外，也需要向生活学习，从生活中的点滴常识中不断总结提高自己。这样，就会获得一种较为持久的学习心境。有了学习的心境，就等于向学习型父母成功地迈出了第一步。

提高自己家庭教育素养

提高家庭教育素养要从家庭教育的基础知识开始。从根本上说，家庭教育是一种情境教育、体验教育、示范教育，而不是说教。父母不具备家



庭教育基础知识，再进一步学习会非常困难，也就很难成为学习型父母。

所以说，要成为学习型父母，必须打好这个基础，这就需要父母多读一些家庭教育的名著，学习其中的教育方法，并比照自己的家庭教育，适时修正自己不正确的教育观念与方法。另外，也要多读一些家庭教育类的期刊，这样可以让自己置身于家庭教育的前沿，有机会接触、探讨和使用最有效的家庭教育理念，从而在最短的时间获得最大收益，启发无穷的智趣，学会运用最新的教育手段、教育方法、教育艺术去处理孩子的问题。

当然，在打造基础的同时，父母也应注意教育常识的积累。比如，建立个人资料库、摘抄记录本等，将同一专题的不同文章的重要观点、名家论点摘记下来，以便日后查阅参考，做到家庭教育既有理论根据，又有实践创新。

掌握一定的科学文化知识

时代在不断发展，昨天的知识在今天看来可能就过时了。这就要求父母注意不断更新自己的科学文化知识，只有这样，才能更好地对孩子实施家庭教育，培养优秀的孩子。

首先，尽量掌握孩子正在学习的基础知识。可以把孩子正在学习的课本都过一遍，对孩子的课程做到心中有数。这样，一旦孩子在问起自己问题时才能有备无患。一定要注意关注自然科学、历史和政治方面的基本常识。其次，注意对音乐、体育、美术以及影视常识的涉猎。目前，绝大多数孩子对这些常识都非常感兴趣，父母懂得了这些，才能与孩子做无障碍的沟通，才不至于让代沟阻碍亲子沟通。最后，具备一定的衣食住行方面的常识。父母掌握了这些常识，就会不断提高家庭生活的质量，也能促使孩子健康地成长。

做到与孩子一起成长

这也是成为学习型父母的必要条件之一。父母注意要把对孩子的教育和对自己的自我教育结合起来，使教育孩子的过程，同时成为父母自身提高的过程。家庭教育不是单向地教育孩子，而是父母和孩子相互教育，相互学习，共同提高，一起成长。

父母不只是一个教育者，更多是一个学习者，这样，父母就不会把家庭教育当成自己无奈的任务和负担，而是生机勃勃的生活本身。父母要懂

得放下教育者的架子，把教育融化在生活中，教育即生活，生活即教育。没有父母的成长，就不会有孩子的成长。

研究表明，在学习型家庭中，父母与孩子共同成长，相互影响。他们往往有一些成功的影响方式，比如，亲子共读、亲子游戏等。父母的成长和孩子的成长一样，没有止境。父母的不断学习与进步，对孩子的影响是无形而深刻的。所以，做学习型父母，父母必须时刻改变自身，随时反思自我，超越自我，做到与孩子一起成长。

对孩子的问题采取研究性态度

做学习型父母，父母一定要有主见，对孩子的问题要有一种研究性态度。要对孩子的各种行为和出现的问题有一个“为什么”的概念，要及时询问孩子的感受，而不是急于判断是非，更不急于“严加管理”。

事实上，学习型父母就是研究型父母。因为所有的科学研究都是“观察—搜集资料—作出理论假设—实验和论证—作出结论”这样一个过程，没有结论在前的科学研究。所以，研究型父母一定不对孩子的行为轻易下结论。

遗憾的是，很多父母虽然对孩子的教育热情很高，但对孩子的行为和问题的判断、指责不能有的放矢，缺乏具体分析，带有一定的盲目性，对孩子没有实质的帮助，只能让孩子对生活和学习更加灰心。所以，父母不要让自己的所谓的“教育”退化成空洞的说教和主观的命令。可见，父母如果缺乏分析的习惯和能力，没有研究的态度，就无法成为学习型父母。

2. 己身正，不令而行——凡事要率先垂范

率先垂范，就是父母要带头规范自己的行为、语言，言传身教，为孩子作出表率，树立榜样。从某种意义上说，父母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。

父母对孩子的影响往往是在无意之中发挥的，但这种影响作用也是最



直接、最深刻、最持久的。

苏联著名教育家马可连柯曾说：“一个父母对自己的要求，一个父母对自己家庭的尊重，一个父母对自己每一行为举止的注重，就是对子女最首要的、也是最重要的教育方法。”苏霍姆林斯基也说：“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和教导孩子、吩咐孩子的时候，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，怎样表示欢欣和不快，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。”

所以，在教育孩子过程中，如果父母时时、事事、处处以身作则、率先垂范，其一言一行就会成为孩子的榜样，这样，一方面可以提高和树立父母在孩子心目中的威信，另一方面也可以让父母牢牢地把握住教育管理孩子的主动权。

日本著名教育家井深大认为，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，但更重要的是必须要使孩子在“一流”家庭里接受熏陶。家庭是孩子的第一课堂，父母是孩子的第一任老师。父母是孩子在这个社会上最初的模仿对象，孩子从父母那里学到的品质、人格、某种习惯和处世态度，对他一生的发展都会产生极大的影响。

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，子弟才能真正得到良好的教育。可见，坚持父母以身作则、率先垂范在家庭教育中是十分重要的。

在生活中严格要求自己

在日常的具体生活中，父母要时时严格要求自己。丰子恺是我国现代著名画家，他不但要求孩子做任何事都要认认真真，而且对自己更是要求严格。他写的稿子字字工整端正，从来都不敷衍了事，涂改时决不随手一抹。他从来不让孩子随便乱放东西，他要求，东西用完后，必须放回原处。他这样要求孩子，而自己更是这样做的。在他的房中，每样东西都一直放在固定的地方，想要找什么东西，很容易就能找到。后来，他的儿子丰一吟体会到了“物归原处”的好处，也渐渐养成了习惯，并以此来教育自己