

Julian Taplin

美国特拉华州州立儿童大脑保健服务中心主任

朱利安·泰普林 著
余音绕 范逢春 译

教会孩子 学习与生活

让中国父母分享美国父母在高度发达、竞争激烈的市场经济条件下成功教育孩子的经验、技巧。

四川人民出版社

一个美国教授 写给中国父母的书



Julian Taplin

美国特拉华州州立儿童大脑保健服务中心主任

朱利安·泰普林 著
余音绕 范逢春 译

教会孩子 学习与生活



四川人民出版社

一个美国教授
写给中国父母的书

图书在版编目 (CIP) 数据

教会孩子学习与生活:一个美国教授写给中国父母的书/(美)泰普林著;余音绕,范逢春译. — 成都:四川人民出版社, 2001.9

ISBN 7-220-05636-2

I. 教... II. ①泰... ②余... ③范... III. 家庭教育-经验-美国 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 062216 号

JIAOHUI HAIZI XUEXI YU SHENGHUO

教会孩子学习与生活

[美] 朱利安·泰普林 著
余音绕 范逢春 译

责任编辑
封面设计
技术设计
内文插图

王定宇
魏晓舸
戴雨虹
李 蓉

出版发行
网 址

四川人民出版社 (成都盐道街 3 号)
[http: // www. booksss. com](http://www.booksss.com)
E-mail: [scrmcbf@mail. sc. cninfo. net](mailto:scrmcbf@mail.sc.cninfo.net)

防盗版举报电话

(028) 6679239

印 刷
开 本
印 张
插 页
字 数
版 次
印 次
印 数
书 号
定 价

成都金龙印务有限责任公司
850mm × 1168mm 1/32
8
4
173 千
2001 年 9 月第 1 版
2001 年 12 月第 3 次印刷
10001—13000
ISBN 7-220-05636-2/G·1131
18.00 元

■ 版权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系调换



前

言

大约每一位对孩子充满爱的父母都有过这样的经历：在与孩子的对峙中不知如何是好，先是好言相劝，继而大发雷霆，随后又悔意顿生，想做一切可能的事情来补偿对孩子的伤害。这样的情形循环往复，夺走了许多父母与孩子的快乐，也使父母疲惫不堪、苦不堪言。

很明显，为人父母是一项颇具挑战性的工作。在教育孩子的过程中，我们都曾遇到类似的问题。可以说，无数的父母都在不断地、一代接一代地探索这一问题，他们也总结出许多的“解决纠纷”的方法。然而每一个孩子都是独特的，每一个家庭都是不同的，教育孩子的方法自然也是各有千秋。纵观中国现代家庭，尤其是城市中，大多数“负责任”的父母们都是肩负着儿女的前程在赛跑，父母自是劳累，孩子们也不轻松，反而觉得是在为父母奔忙。这是一幅很有趣的图画：人人都在忙，却搞不清楚为谁忙？该怎样忙？

首先，我们需要弄清问题之所在。





①为什么我的孩子需要花费比别的孩子多得多的精力来照料?很多妈妈说:“婆婆说我丈夫小时候是个乖孩子。我的辉辉却精力充沛、喜欢吵闹、活蹦乱跳,我简直没法让他安静一点。”孩子们千差万别,有的确实需要花费更多精力来照料。

②我的孩子整天只能呆在家里,外面现在很不安全,但这样也不是个办法,因为他都快没有朋友了,我真不知道该怎么办?有些父母这样说:“在我成长的村庄,人人乐于助人,大家感到很安全。现在到了城市,我们变得孤独。根本没有相互嬉戏的地方。”环境千差万别,有的环境使当父母的更为不易。

③我的孩子越来越调皮,现在甚至经常同别的孩子打架。许多父母常常会这样说:“我的孩子某天决意变得粗鲁、具有破坏性。他模仿电视上年轻的好莱坞英雄,叫道,‘哈哈,规矩是什么?规矩是制定来供我破坏的。’”的确,对孩子来说,有许多消极的外部影响。

④我们对孩子怀着满腔的热情与希望,将最理想的计划“套”在孩子身上,但留下来的只有“恨铁不成钢”的遗憾。“我对孩子言辞越激烈,情况便越糟。我说得越多,他就越不听话。”孩子的逆反心理越来越严重,是谁在什么时候无意中把事情弄糟的?

⑤我的孩子的朋友有的已经脱颖而出,而我的孩子看上去像越来越没有出息,胆子也越来越小。父母们常说:“他的朋友们很容易就解决了困难——但我的小平不是这样。他遇到困难很不安,总认为他的困难最多、最大。”有的孩子生性乐观,有的则需不断教诲。

⑥具有同样智力水平和同等机会的孩子,但最后成绩

相差却这么大，为什么人家的孩子不管怎么教育，成绩都这么好？“我究竟该怎么办？我的一个邻居对孩子很严，孩子很争气。另一个像对待最好的朋友一样对待孩子，孩子也挺优秀。”不成功的父母经常犯同样的错误，成功的为人父母之道却千差万别。

⑦怎么我的孩子现在尽交些乱七八糟的朋友，真是越大越不争气。父母常这样抱怨：“多年以来情况良好。现在他 14 岁了，我不知道他有什么新朋友，他现在的朋友我又不喜欢。他们喜欢的摇滚乐的歌词令人吃惊、不堪入耳。”的确，孩子新的成长阶段可能会使我们焦虑不安。

⑧现在培养一个孩子经济压力可真不小，我都不知道该怎么办？许多父母越来越多地感觉到这一点。我们期待机会，但有时机遇之门太沉重，难以开启。可能有的父母曾这样说：“我们家庭幸福，孩子学业有成。但是，上大学的费用昂贵，我们负担不起。这个聪明的小伙子应该有一番作为。如果他上不成大学真令人伤心。”

美国持照心理学医生、心理学博士朱利安·泰普林教授曾是马萨诸塞州总医院及哈佛医学院联合举办的社区脑力保健项目博士后研究员，并在 1987~2001 年担任特拉华州州立儿童大脑保健服务中心主任职务。他在其中国合作者张祥荣、黄彦、杨学用、张翠然的帮助下写作了本书，旨在让中国父母分享美国父母在高度发达、竞争激烈的市场经济条件下成功教育孩子的经验、技巧。

本书探讨了这样或那样的问题，相信许多父母都有过其中某一困难，然而比提问题更难的是解决这些问题。本书采用研究中的最新发现，来帮助父母们成功地影响孩子



们的成长。

给孩子提供机会固然重要，但更重要的是，要让他懂得机会的珍贵，进而学会主动获取机会，这样才能为他的成功提供取之不尽的动力。为此，本书在内容上作了如下十个部分的安排：

1. 如何为孩子设定成功的目标 本章旨在帮助你成为高效率教育好子女的成功父母。设定成功的目标并不像听起来那么简单。开始我们鼓励你思索成功父母的含义；然后我们帮助你分析你为家庭和孩子设定的具体目标的有效性；之后，在接下来的章节中，我们帮助你采用三种方法完成目标：了解认知效能、充分利用环境的力量、缜密思考和解决问题。

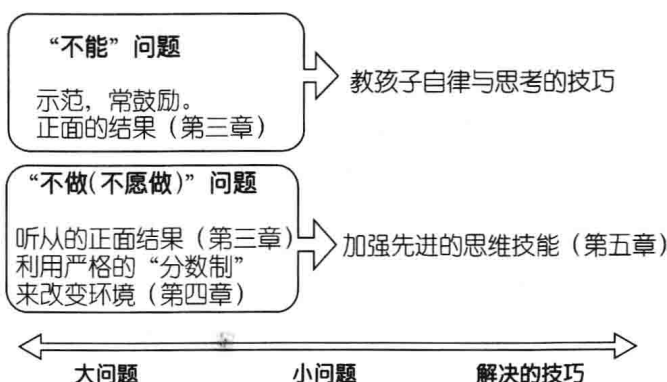
2. 与孩子建立并维持有效“纽带”关系 有效的纽带关系是一种和睦的照顾关系，它使子女与父母融洽谐调。尽管父母与子女之间不可避免地存在矛盾冲突和误解，但是他们可以达成合作关系：成功的家庭各有各的运行方式，显然，没有固定的某一种方式。但是，亲情密切的家庭确实存在共同的价值观，我们将向你展示这些价值观以及如何运用这些价值观。

3. 认知效能是如何影响父母与孩子之间教与学的 了解认知效能怎样为你服务。父母偶尔会无意地教给孩子有悖初衷的不良行为，或者对孩子将来有损害的行为。我们理应辨别导致孩子不良行为的无意识的教学行为；认识孩子有时候是怎样控制甚至惩罚父母的；了解怎样坚持不懈、明确而坚决地抵制孩子的不良行为。

4. 创造并维持有利的环境 孩子所处的环境对他们具有强大的影响。了解家庭、学校和孩子的小朋友们是怎样



塑造孩子的；了解怎样创造能给孩子提供良好规范和激励的环境；怎样准备好与不良环境抗争。



如果你从第三或第四章开始, 记住使用第五章,
因为需要教给孩子独立思维及自我控制。

5. 教会孩子自我控制、清醒思考及保持乐观 在这关键的一章里, 我们将阐明怎样超越规范行为和认知效能。对思维的新的研究, 为帮助孩子作出好的决定、树立百折不挠的信心以及培养长远而积极的生活态度等提供新的实用工具。教授这些能力, 意味着在早期用特殊的方式锻炼孩子头脑, 之后帮助孩子学习锻炼自己的头脑和思维能力, 使之能够独立地解决问题、与人合作及保持乐观。

6. 怎样充分发挥独生子女的优势 我们列举出独生子女政策的优越性, 然后建议该怎样辨明并避免父母常犯的、有时是很严重的错误。父母的出发点是好的, 但有时没有深入思考他们的做法对子女造成的长远影响。

7. 怎样使孩子迎接 21 世纪市场经济的机遇与挑战 在当今的中国, 我们处于市场经济带来的快速变化之中。



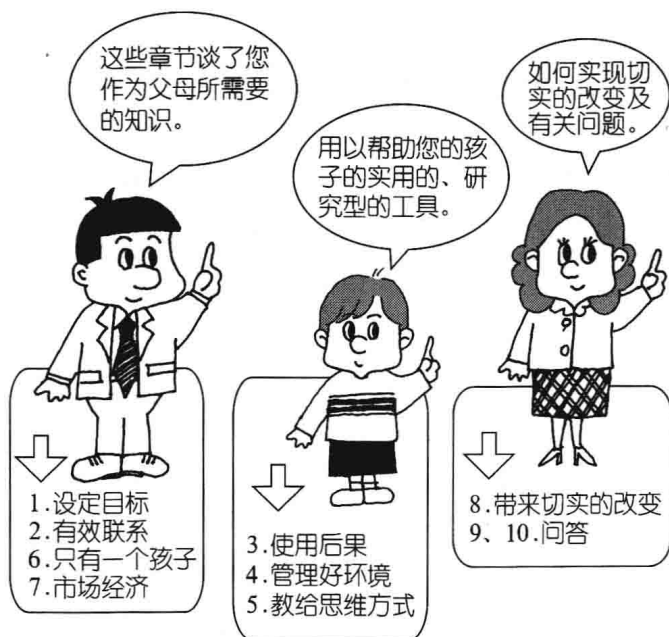
自由的市场给家家户户带来更好的食品、医药、住房和交通等；但长期以往，也会造成家庭的纽带关系松散、孩子崇尚物质、道德观念模糊。世界进入计算机和互联网的信息时代，家长们更应了解机遇与优势，同时寻找保护孩子远离危险的方法。

8. 怎样利用其他家长的经验——参加小组学习 读到一些好的见解是一回事，而要改变孩子的行为或家庭日常生活又是一回事。本章提出你成功作出改变需要遵循的步骤。你可以独立对你的家庭作出改变。因为与其他人——与你有共同愿望的人合作更有效，所以请考虑与其他父母组成有秩序的团组，协同努力。我们详细介绍了组成有效团组的步骤。

9. 回答家长共同关心的一些问题 很多父母都有某种共同的特殊的焦虑或关注。在经常提到的问题中，我们向你展示怎样应用前七章的知识——怎样在日常情景中实施——这样，你能更好理解情景、更有效地加以利用。

10. 回答一些家长的特殊问题 本章更为详尽地讨论了几个话题。例如，因材施教。正常的孩子千差万别。本章帮助你理解性情与个体差异、分类、孩子的发展、使孩子成功与失败的因素、婚姻与离婚问题初探，以及其他一些问题。





需要提醒家长的是：解决为人父母过程中的问题并非一蹴而就的，所以世上绝无能够解决父母们所广泛关注的问题的速成方案。我们鼓励父母在孩子出现特别异常的情况，如沉浸于想象的世界、出现幻觉、无法思考、不能吸取经验等情况时，尽快寻求专业的帮助。

本书最重要的结论有哪些呢？我们希望家长在阅读完本书后，最起码能够明白以下三个方面的内容。这也是我们最希望达到的目标。

1. 影响孩子成长的三个要素 这三个要素是：孩子的思考方式、孩子所处环境以及他所经历过的认知效能。父母也有三种基本方法：使认知效能规范化；控制、组织环境；教会孩子高效率思考、自我约束及解决问题（我们希望



你集中精力教授思考和解决问题的方法；不过认知效能与环境是必要的背景，因此我们首先谈及这二者）。

2. 我们的思考方式是至关重要的 最近，专家们对孩子成长及影响成长的重要因素的看法有了重大改变。本书试图收集整理这些研究结果，包括国际出版物及对中国孩子的实地调查。现在，一种越来越清楚、越来越重要的观点是：思考的方式在很大程度上控制了我们的情感、行为，甚至我们的成败。我们不断强调，必须教会孩子缜密思考的方式和解决问题的技能，因为我们的思考方式可使我们保持乐观，也可以使我们绝望、被动、被指责与低效率。

我们将向你展示，怎样使用简单的提问强化大脑发育，使头脑更灵活，正如运动可帮助孩子的身体发育一样。我们的目标是帮助你理解怎样推动孩子这些技能的发展，并使你对此充满热情。

3. 市场经济带给孩子与家庭的不只是强大的机会，还有危险 正如谚语所说：“获得预警，便预先获得武装。”我们概括出这些危险是什么，并提出应对之策。提供了西方国家父母与子女间存在的问题。研究表明，其他国家的父母大体上具有与我们中国父母相同的、对孩子行为的忧虑。中国孩子的问题及其行为不像其他国家的孩子一样走向极端。

最令人兴奋的挑战，也许莫过于培养一个有能力的、快乐的接班人。有时，日常问题的压力使得这一巨大挑战与成就的兴奋感消耗殆尽。本书力图勾勒出父母的关键性任务，以及完成这些任务采取的已被验证的新方法。本书是寻求解决这个问题的方法的积极向上的书籍，剖析了父

母普遍存在的问题，并提出实际解决方案。



要想成为一名成功的父母，有许多需要了解的东西。尤其是在现在这样一个信息时代，“知识就是力量”，拥有知识，你就可以轻松享受为人父母成功接受挑战所带来的无限乐趣。



目 录

- 第一章 设定成功的目标…… /1
- 第二章 创造并维系牢固的家庭“纽带”…… /15
- 第三章 认知效能影响教与学…… /43
- 第四章 创建并维持有利的环境…… /59
- 第五章 教会孩子主动思考、自我控制及保持乐观…… /87
- 第六章 充分利用独生子女政策…… /123
- 第七章 在市场经济中趋利避害…… /141
- 第八章 独立或最好以团队方式成功作出改变…… /165
- 第九章 回答家长共同关心的问题…… /183
- 第十章 回答家长的特殊问题…… /209



第一章

设定成功的目标



* 目标

1. 了解普天下的父母都有着共同的心愿：都希望孩子成长为能干的人；最大限度地发挥他的天赋；善于与人相处；成为家庭和社会的骄傲。中国父母尤其希望孩子在新的世纪中生活幸福。

2. 明白在这些共同的目标中，有一些很大程度上更是个人目标，尤其是充分地发挥个人天赋。

3. 在设定目标中会有一些陷阱与误区，学会识别并避开它们。

一、为人父母，都有美好的心愿

当问及父母对孩子的期望时，答案是各种各样的：今年在学校表现好些；找个好一点的男朋友；在被邀去做点什么时别大叫“不”；获得老师更好的评语；学习更努力些，少做点白日梦；别因为工作以外的原因离家太远；别动不动就哭；记着……

再继续问就会提及更多的心愿：

“这周她必须完成学校布置的作业。”

“这个学期，她必须学好代数。”

“下一年，我们希望她能合格地进入中学，毕业后能找个好工作。”

“我期待他干很多事情，但我最期望的是他快乐。”

上述现象表明：有的是长期目标，有的是短期目标；有的是一般性问题，有的是具体问题。当我们问一个更具体的问题，例如，当孩子 25 岁时，你最希望什么？答案有时就非常明确：

“希望他成为企业家。”

“他应是个成功的商人。”

“她应当在高新企业工作。”

谈到孩子的本性及技能而不是具体的职业时，父母的说法又很不一样。他们的答案就变成了关于孩子会成为什么样的人，比如：

“她可以运用自己的头脑去工作。”

“他具有极好的人际关系，可以做个成功的领导人。”



“她能充满信心、乐观而灵活地生活和工作。”

家长们对自己的孩子的职业有具体的打算，对此我们表示尊重，但我们更倾向于第二种考虑目标的方法，那就是：培养孩子的性格和技能。这显然更为有效。原因很简单：具备了思考的能力、与人打交道的能力以及对生活乐观灵活的态度，他们将来走向社会时，无论在农场、公司、工厂或大学都能取得较大的成功。如果孩子对科学、音乐、计算机或发明感兴趣，思维能力将有助于开发这些潜力。证据呢？许多研究表明：具备我们以上提及的能力的人，比那些聪明但缺乏自控能力的人，更善于与人共事和保持乐观、昂扬的精神状态，工作更出色，更富成效，更会赚钱。

