

柯云路

培养好孩子的 20“金”规

家长要改变孩子先要改变自己
柯云路与您分享教子良方



東方出版社

柯云路

培养好孩子的 20“金”规

東方出版社

图书在版编目(CIP)数据

培养好孩子的 20 条“金”规 / 柯云路著. — 北京: 东方出版社, 2013. 1
ISBN 978 - 7 - 5060 - 5387 - 7

I. ①培… II. ①柯… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 230323 号

培养好孩子的 20 条“金”规

(PEIYANG HAOHAIZI DE 20 TIAO JINGUI)

柯云路 著

责任编辑: 安新文

出 版: 东方出版社

发 行: 人民东方出版传媒有限公司

地 址: 北京市东城区隆福寺街 99 号

邮政编码: 100706

印 刷: 北京市文林印务有限公司

版 次: 2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月北京第 1 次印刷

开 本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张: 7

字 数: 160 千字

书 号: ISBN 978 - 7 - 5060 - 5387 - 7

定 价: 22.00 元

发行电话: (010) 65250042 65289539

版权所有, 侵权必究 本书观点并不代表本社立场

如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 65250042

前 言

为什么许多家长辛辛苦苦教育孩子，孩子的情况还不令人满意？

有什么办法能使孩子学习优秀而且素质全面发展？

很多家长在孩子小时候为其学龄前教育发愁操心，孩子大了为其学习成绩发愁操心。然而，他们没有想一想应不应该改变一下自己的家庭教育方式。想不到这一点，只操心和埋怨是不成的。

改变自己是改变孩子的前提。

要使自己发生变化，要尽可能放下头脑里的旧经验、旧模式。家长对孩子的教育，有些做法可能是对的，但有些方法肯定是不对的。

如果你的孩子培养得特别成功，孩子的学习能力、道德水准都很优秀，你对他考中学、考大学一点忧虑都没有，对孩子未来的前途一点担心都没有，说明你的家庭教育是合格的。如果你没有做到这一点，你一定有某些方面做得不合格，就要想办法改变。

作为家长，不管你的孩子多大，中学、小学、幼儿园或者是婴儿，都需要尽可能提高自己。不做发愁的家长，要做一个能将孩子真正教育好的家长。

做事情关键在方法。这样做就失败了，那样做就成功了。一定要把我们的观念、思维、方法变过来。

有了好方法，教育孩子是件愉快而容易的事情。

本书包括三部分内容。

第一部分“走出家庭教育的误区”，讲了家庭教育中存在的基本问题与解决方法。这部分内容可以帮你打开眼界，建立新的思路，一般的问题就迎刃而解了。

第二部分“塑造孩子新形象”，讲了进一步提高家庭教育水平的操作步骤，把孩子按全面优秀的目的进行塑造。这部分内容还涉及家长的重新塑造。

第三部分“家庭教育二十金法则”，提供了完整、实用、行之有效的方法。这些方法几乎可以分门别类地解决家庭教育中遇到的各种问题，包括家长与孩子发生矛盾冲突如何解决的方法。

好的教育方法应该是简单明了、行之有效的。

希望这本书对家长们有所帮助。

Chapter 1 走出家庭教育的误区

- 情商与智商 005
- 关于心理健康 015
- 少年儿童的自在状态 024
- 社会适应能力与道德教育 035
- 家庭教育与社会文化 047
- 进入孩子的思维 057
- 爱的奥秘 073
- 心理暗示的学问 083
- 重新塑造父母自身的人生 096

Chapter 2 塑造孩子新形象

- 诚意·宏愿·信念·四个原则 107
- 重新设计家长的形象 113
- 重新设计孩子的形象 126
- 五方面教育的宗旨 133

Chapter 3 家庭教育二十金法则

五个基本方法 149

冲突化解法 173

未来强者心理重建法 186

身心健康新技术 198

微笑根本法与超脱静心法 209

后 记 215

Chapter 1

走出家庭教育的误区



现在的孩子大多是独生子女，从小家庭的溺爱，加上社会大文化的影响，造成了他们个性上有许多缺陷。他们可能有很优裕的生活，有较高的智商，但在社会生活面前却是脆弱的。

几代人精心培育自己的儿孙，目的是让他们成为成功、幸福的人。可是无数事实却反映出结果与初衷相悖。

每个孩子的成长只有一次，你只能有一次对孩子的完整教育，不可能在犯了错误的情况下重来一遍。

所以，每一位家长都应该好好思索对孩子的教育问题。按照目前我们的了解和调查，在社会教育和学校教育大体一致的情况下，孩子的发展与差异主要在于家庭教育。

家庭教育是非常重要的问题。在这方面，只要家长能够把已有的旧框框放一放，换上新的眼光，打开视野看一看世界在这方面的讨论与学说，就有可能展开新的思路。

当代家庭教育需要走出九个误区，建立九个新的思路。

这是当务之急。

第一个误区，家长对孩子普遍重视智商教育，轻视情商教育。

第二个误区，只注意孩子的生理健康，忽略了孩子的心理健康。

第三个误区，家长未能指导孩子在获得成功的同时，保持人生的自在状态。比如说孩子学习不错，但是承受着很大的心理负荷，活得不自在。

第四个误区，未能处理好孩子适应社会的能力与道德教育的关系。

第五个误区，对目前的文化大背景缺乏正确的判断，常常把不良的文化传播给了孩子。

第六个误区，家长常常用自己的思维代替孩子的思维。

第七个误区，也就是爱的误区，对爱缺乏正确的分析与运用。

第八个误区，不懂得基本的心理学知识，常常给孩子不良的心理暗示。

第九个误区，很多家长对孩子溺爱的同时，牺牲了自己的事业、时间、健康，把过多的精力投在孩子身上，结果对子女和父母双方都不好。

走出以上九个误区，进入九个新境界，我们的家庭教育才能造就成功的下一代。



情商与智商

溺爱与单纯的智力开发就是扼杀孩子未来的成功与希望。

一 全面的家庭教育不仅是智力开发

现代科学的研究表明，孩子的非智力心理素质建设应该成为家庭教育的重要组成部分。

作为家长，最大的愿望就是希望孩子未来的人生幸福美满。美满幸福的定义可以用六个字概括：成功、健康、自在。怎样帮助孩子取得人生的成功呢？进行智力开发是当今家长普遍的尝试。

关于成功，有过这样一个公式：成功=能力+机会。在这里，能力指的是一个人的主观条件，机会指这个人所处的社会客观条件。

不同的人对于能力可能有不同的定义。总体来讲，一个人的能力是由智力能力和非智力能力两部分组成的。情商是衡量人非智力能力的重要指标。

中国目前的家庭教育往往重视智力因素的开发和培养，而忽视非智力因素对孩子未来成功与命运的影响。也就是说，我们缺乏全面发展的家庭教育。

那么，什么是智力呢？智力就是我们观察、认识社会，利用经

验和知识解决各种问题的能力，包括观察能力、判断能力、逻辑推理能力、思考能力等。这种能力家长都比较重视开发，有些人从胎教就开始了。

然而，智商提高了，是不是一定意味着人生的成功呢？

似乎不是这样。

一个运动员技术很好，但如果心理素质不好，临场紧张，承受不了压力及比赛过程中的种种曲折和挫折，就无法发挥出自己的水平，取得好成绩。

二 人生是长期的竞赛过程，需要全面的心理素质

同样，一个人在自己的人生中，就像运动员处在竞赛中一样。人生就是长期的竞赛过程，有一个长期的心理素质问题、水平发挥问题。

即使一个人的智商很高，如果他总是发挥不好，他同样不能成功。

北京一个13岁的男孩，母亲对他的学习批评了几句，他承受不了自杀了，自杀前写下遗书，大意是对母亲不能原谅。孩子自杀以后，家长很受刺激，母亲精神失常。

报纸还报道过南方的一个15岁的女孩，因为考试成绩不理想，也自杀了。

为什么我们的孩子智商不错，也很要求上进，可是稍微遇到点挫折，或者家长有了一点批评，就承受不了呢？如果孩子心理素质和承受能力这么差，即使他们有再高的智商，有再多的知识和专业

技巧，但未来如何在社会上生存和发展呢？

我曾见到不止一个曾被称为“神童”的人，有的是科技大学少年班毕业的。他们的专业知识、数理化都很优秀，但是缺乏心理承受能力和社会应变能力，结果这些曾经的“神童”有些连正常的工作都不能适应。社会对他们而言显得过于复杂和残酷了，他们没有安全感，不知道应该怎样生存。

这同样反映出家庭教育与社会教育对于智力以外的心理素质的培育是忽略的。有的孩子上了大学，却因为学习的压力，从高高的楼顶跳下来。对此我们应该深思。

三 溺爱就是扼杀孩子未来成功的人生

溺爱就是扼杀孩子未来成功的人生。

溺爱是给孩子明天的生活设置的障碍。

溺爱与单纯的智力开发有可能毁灭孩子的未来。

我们必须有完整的教育。

报刊上曾经披露，一个小学四年级的孩子摔了一跤，膝盖碰了一下，原本是很平常的小事，可是做母亲的赶紧上去又吹又拍又按摩，而且泪水盈眶。这在孩子心中会留下什么样的印象？

是一点挫折都不能承受，一点困难都不能经历，一个跟头都不能摔，摔了以后也不必爬起来，应该由别人来安慰、抚爱。

还听到一个更残酷的事情，发生在天津。一个两岁的小孩和爷爷一起玩，他拿着牙签要扎爷爷的眼睛，爷爷很痛，不让他扎，孩子就哭。爷爷只好忍痛让孙子去扎，一只眼睛扎痛了，再扎另一只

眼睛。结果，老人的双眼都被扎瞎了。

任何一个理智的人对此都会感到震惊。为什么会发生这样的事情？说明目前在子女教育问题上的一种社会风气，对孩子“溺爱再溺爱”“宠爱再宠爱”，以满足孩子的各种欲望为宗旨，并不考虑对孩子的未来是否有利。

这件事充分表明，过分的溺爱对大人和孩子都是有害的。对大人的害处表现在今天，对孩子的害处表现在明天。

四 鼓励、支持孩子独立自主地做事是家长最重要的角色

什么样的态度才是真正替孩子的未来着想？有一个相反的例子。

美国一个小女孩立下志愿，要做飞越北美洲的最年轻的飞行员。经过一段时间训练以后，在7岁这一年，她实现了这次飞行。然而飞机失事了，与她一起遇难的还有她的父亲和教练。事后，她的母亲在接受记者采访时说，她并不因此后悔，因为那是女儿的愿望，是一个勇敢而伟大的尝试。如果一切还可重新选择，她仍然会尊重女儿的意愿。

如果只从孩子的安全出发，很可能孩子连自行车都不能骑，门也不能出，因为任何行为皆存在危险因素。举这个例子并不是让所有的孩子都去开飞机，而是这里有一种精神，就是从小让孩子独立自主地做事情，而且永远给他鼓励和支持。

家长的这个角色对孩子的一生都是非常重要的。

五 情商教育与成功人生

人类一直重视智力的发展，并且有了衡量智力的测试系统——智商。现代科学的研究成果表明，在智商以外，还存在着另一个应该重视的参照元素——情商。

情商反映了一个人控制自己情绪、承受外界压力、把握心理平衡的能力。科学家们经过各种测验和考察，证明了情商比智商对人更重要，它在更大程度上决定了一个人的婚姻、工作和整个人际关系的处理，甚至包括他的事业。

科学家曾经做过这样一个实验，让一群儿童分别走进一个空荡荡的大厅，在大厅最显著的位置放了一块软糖。测试老师对每一个将要走进去的孩子说：如果你能坚持到叫你出去的时候还没把软糖吃掉，你就会得到奖励，得到另一块软糖。这样，你将得到两块软糖。如果你等不到老师来就把糖吃掉了，那么你能只能得到这一块。

实验开始，孩子们依次走进大厅。

有些孩子忍受不了诱惑，把糖吃掉了。还有一些孩子明白只要坚持下来，就能得到两块软糖，于是尽量控制自己，转移注意力，唱歌，蹦蹦跳跳，就是不看那块糖，一直等到老师叫他出来，并得到奖励。

专家们把能够坚持下来得到两块软糖的和不能坚持下来只得到一块软糖的孩子分为两组，对他们进行了长期的跟踪调查。结果发现，那些只得到一块糖的孩子普遍没有得到两块糖的孩子成功。也就是说，凡是小时候缺乏控制力、情商弱一点的孩子，长大以后不管智商如何，在人生中都不太容易成功。

这项研究引发了社会对情商教育的重视。

从小就要培养孩子知道什么该做，什么不该做；还知道什么做法能够成功，能够得到奖励，在竞赛中能够得分。

许多家长总是过多地重视孩子的生活是否优越，是不是很聪明，可是孩子把握人生、控制自己的能力往往被忽略了。家长们把决定一个人婚姻、工作、人际关系、事业的主要部分忽略了，这不是很可惜吗？

六 自己跌倒自己爬起来

一位成功人士曾经这样讲过：一生中印象最深的一句话是母亲给我的，叫“自己跌倒自己爬起来”。小时候每次跌倒了，妈妈就说，自己跌倒自己爬起来。这个声音成了他人生中的一个警句，一个格言，成为生命的本能反应。在以后的人生中无论遇到什么困难与挫折，这种心理逻辑都会起作用。

这就启发我们，人在幼年时特别容易接受简单逻辑、简单说法的暗示，进而会形成一个影响他终生的心理素质。所以，在重视家庭教育的同时，也没有必要把家庭教育看得特别复杂，往往家长的一个简单动作、一句简单的话语就能影响孩子一生。

古人有一句话“三岁看小，七岁看老”，虽然说得有点绝对，但它确实包含了一个真理：幼年的教育是特别重要的。

我们的家庭教育应该提出明确的口号，重视非智力心理素质的开发，重视情商教育。这对于独生子女尤为重要。

要从现在做起。

那么，什么样的家庭教育对孩子更好呢？我们的回答是，让孩子拥有独立自主的学习与生活状态。