

马思特教育书系

家是孩子的第一所学校

——家庭教育的思想和方法

李桂 著



中南大学出版社
www.csupress.com.cn

马思特教育书系

家是孩子的第一所学校

——家庭教育的思想和方法

李桂 著



中南大学出版社
www.csupress.com.cn

图书在版编目(CIP)数据

家是孩子的第一所学校：家庭教育的思想和方法/李桂著.
—长沙：中南大学出版社，2017.5
ISBN 978 - 7 - 5487 - 2784 - 2

I. ①家... II. ①李... III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 115510 号

家是孩子的第一所学校——家庭教育的思想和方法

JIA SHI HAIZI DE DIYISUO XUEXIAO—JIATING JIAOYU DE SIXIANG HE FANGFA

李 桂 著

- 责任编辑 彭达升
责任印制 易建国
出版发行 中南大学出版社
社址：长沙市麓山南路 邮编：410083
发行科电话：0731 - 88876770 传真：0731 - 88710482
印 装 长沙印通印刷有限公司
-

- 开 本 710 × 1000 1/16 印张 15 字数 222 千字
版 次 2017 年 5 月第 1 版 印次 2017 年 5 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978 - 7 - 5487 - 2784 - 2
定 价 39.00 元
-

图书出现印装问题，请与经销商调换

序

PREFACE

我生长于 20 世纪 60 年代。当时“读书无用论”在社会上泛滥，孩子们基本上不读书。因为没有受到良好的教育，缺乏基本的文化基础，也没有养成学习的习惯，随着时间的推移，大家慢慢就失去了学习的能力。到了 90 年代，我的许多初高中同学都因无法适应社会的快速发展而成为下岗一族。不过我的家庭情况有些不同。我和弟弟妹妹先后都考上了大学。我曾是湖南大学的教师，弟弟曾是湖南理工学院的教师，妹妹成为一家民营企业的董事长。回想我们的成长经历，在同样的社会大背景下，我们的命运却和那些经受下岗苦恼的同学完全不同。我特别感恩于我父亲对我们的培养和教育。我深刻认识到家庭教育是孩子人生的根基，不同的家庭教育在很大的程度上决定了孩子不同的人生。

一般而言，人们把教育分为家庭教育、学校教育和社会教育三大类。长期以来，人们都认为学校教育是这三种教育中最重要的一种，所以拼命给孩子找名校、选名师，甚至把孩子送到国外去读书，以为这样便可以为孩子未来的成功提供保障。然而，随着社会的发展、教育研究的推进和认知水平的提升，今天人们越来越意识到家庭教育在一个人一生成长中所起到的作用是学校教

育无法替代的，甚至可以说，家庭教育比学校教育更重要。

教育从家开始！

家庭是孩子健康成长最重要的环境，父母是子女顺利成才最关键的老师。很多孩子之所以一直优秀，且不断走向成功，都源于背后有一个和谐的家庭、有一对优秀的父母。

现在有些人喜欢说：“父母是孩子的第一任老师。”古时候流传很广的《三字经》上也说：“养不教，父之过。”德国教育家福禄培尔说：“国民的命运，与其说是握在掌权者的手中，倒不如说是握在父母的手中。”然而，很多人虽然意识到家庭教育的重要性，却把聚焦点放在了孩子身上，以为家庭教育就是调动全家人的力量对孩子进行全方位教育。其实，家庭教育的首要任务是教育家长，是家长自身的学习和成长。家长不学习、不进步，家庭教育不但可能没有效果，而且会导致错误的教育，受错误教育的孩子比未受教育的孩子离智慧更远。从这个意义上说，教育家长比教育孩子更重要。

从我近30年专门从事教育工作的经验和10多年教育自己孩子的心得来看，家庭是孩子健康成长最重要的环境，父母是子女顺利成才最关键的老师。到底怎样教育才是正确的。现在，许多父母对孩子成长过于看重分数，以“分”为本，而忽视对孩子人格、品德、为人处世等有关生命整体质量的指导和关怀，从而导致孩子发展偏离了正确的方向。今天的家庭教育应该从以“分”为本的教育尽快回归到以“人”为本的教育。

众所周知，司机要经过培训才能上路，如果没有经过培训，

他肯定是要出车祸的，说不定自己的性命也难保。做父母的技术要求比当司机要高得多、难得多。今天，学校教育已经步入“制度化时代”，而我们的家庭教育却仍处于“自由化时代”。如果有人想要当学校教师，一定需要先获得“教师资格证”，然而，却没有要求做父母的人首先要获得“父母资格证”。这个“父母资格证”也许在遥远的未来才会实行，但眼下如何做父母，如何做优秀的父母，就成为一个关键而紧迫的问题。

有鉴于此，我对自己多年来关于家庭教育的思考进行了反复论证、斟酌和完善，最终系统化为这样一本《家是孩子的第一所学校》的著作。全书主要分为五大部分：第一部分即第一章，主要是从理念层面谈好父母和好家庭的意义与构建。第二部分即第二章，主要介绍家庭教育的核心内容——如何教孩子为人处世。第三部分包括第三章和第四章，主要谈家庭教育的两个核心方法——因材施教和因时施教。第四部分包括第五、六、七章，主要谈家庭教育的三个目的，即思考力培育、心理健康和发现天赋。第五部分即第八章，主要介绍经典教育案例，从案例中感悟家庭教育的智慧。

有人说，西方的历史是一部没有家的历史。德国大哲学家康德更是明确指出，由于父母未得子女同意就生下他们，所以有责任无偿地将他们抚养到成人，之后亲子之间就没有了天然的联系，他们还要来往，就是契约关系了。这种观念导致西方的家文化和家庭教育传统的淡漠。相比之下，我们真的应该庆幸，我们生在一个重视家教传统的国度，我们民族的家训、家风、家教文

化异常丰富，我们应该继承并发扬这种优良传统，从自己这一代做起，把培养孩子当成一份重要的事业来做，当成一个人生必修课来学习。这样的话，当我们终老的时候，我们真的可以说，自己对自己的家庭问心无愧了。

这也是我写这本书的初心。希望对广大家长朋友在传承家风和教育子女方面能有所助益。

目录

CONTENTS

1 - 34

第一章 什么是好父母和好家庭

新时期，好父母的三句箴言

孩子成绩不好，主要原因竟然在家庭

今天，父母角色需要重新定位

父母要传给下一代的“三大财富”

应该批判的三种家庭教育观

正确家庭教育观的建立

35 - 66

第二章 如何立身处世

教孩子学会做人

教孩子学会做事

教孩子学会做学问

教孩子懂规矩

教会孩子懂礼仪

67 - 85

第三章 因材施教的秘密

学习类型与因材施教

多元智力与因材施教

学习逻辑层次与因材施教

第四章 因时施教的方法

捕捉孩子成长的关键期

把握教育孩子的美好时机

掌握孩子成长的阶段性规律

附录1 “欺骗”的教育效应

附录2 今天，为何要提倡体验式教育

第五章 如何进行思考力培养

教育就是教人学会思考

积极思维的培养

发散思维的培养

创新思维的培养

双赢思维的培养

正确思想价值观的形成

第六章 如何培养心理健康的孩子

青少年儿童常见心理问题的根源何在

如何培养心理健康的孩子

如何轻松应对青春期孩子的心理问题

面对青春期性教育，父母应该怎么办

单亲家庭孩子的教育策略

建设健康家庭，培养健康孩子

177 - 199

第七章 如何发现孩子的天赋

“木桶效应”的误区在哪里

“长板理论”的教育价值

让孩子因“长板”而出彩

从兴趣和性格发现孩子的潜能

200 - 217

第八章 家庭教育经典案例

名人教子案例的启示

名人成长故事中的教育智慧

218 - 229

附录 中小学生阅读书目推荐

230

本书参考书籍

第一章 什么是好父母和好家庭

教育从家开始！

家庭是孩子健康成长最重要的环境，父母是子女顺利成才最关键的老师。很多孩子之所以一直优秀，且不断走向成功，都源于背后有一个和谐的家庭，有一对优秀的父母。

德国教育家福禄培尔说：“国民的命运，与其说是握在掌权者的手中，倒不如说是握在父母的手中。”苏联教育家马卡连柯说：“父母是孩子人生第一任老师，他们的每句话，每个举动，每个眼神，甚至看不见的精神世界都会给孩子潜移默化的影响。”著名俄国作家高尔基也说：“爱孩子是连母鸡也会的事，但教育孩子则是一门艺术。”

好父母决定孩子的一生。不懂教育、不懂孩子，就培养不好孩子。

当前社会，大多数父母在教育子女方面，并没有经过专门系统的教育培训，都是“无证上岗”，他们往往想当然地认为凭着满腔的爱和热情，就可以无师自通地当好父母。另外，还有相当一部分家长还固执地认为，教育孩子是学校的事情，是老师的责任，从而推卸了教育孩子的职责。

其实，父母的教育对孩子一生的成长绝不是可有可无的。我们一辈子只当一次父母，培养孩子不能靠自己慢慢摸索，孩子等不起；培养孩子不能瞎折腾，孩子的未来误不起；培养孩子不能随心所欲，孩子伤不起。不要等到孩子已无可救药，才捶胸顿足、后悔不已。所以，开展家庭教育刻不容缓。只有父母好好学习，孩子才能天天向上。

然而，有一些父母教育不好孩子，认为是缺乏好的教育方法，于是到处学习家教技巧和方法。其实，对于孩子的教育，重要的首先不是方法，而是

思想和观念。教育思想决定教育方法，教育观念决定教育行为。只有在正确的教育思想和观念的指导下，教育行为才能正确恰当，教育方法才能有用有效。

新时期，好父母的三句箴言

>>>

“做父母”是一桩不容易的事情。一般人太把这桩事情忽视了，太把这桩事情看得容易了。我们晓得栽花有了栽花的学识技能，花才能栽得好。养蜂有了养蜂的学识技能，蜂才能养得好。育蚕有了育蚕的学识技能，蚕才能育得好。甚至养牛，养猪，养羊，养马，养鱼，养鸟莫不都要专门的学识技能。而一般人对于他自己的儿女反不若养鸡，养蜂，养牛，养猪来看得重要。我们只要是一个人就好像有资格可以教养儿童的。至于怎样教养，怎样培育，事先既毫无准备，事后更不加研究，好像儿童的价值不及一只猪，一只羊。

这是我国著名教育家陈鹤琴在1935年给广大“做父母”的人提出的警示。80余年过去了，中国人“做父母”的意识和能力应该有所改善了吧。

然而，情况其实并不乐观。有报告称“家庭教育已经成为中国父母最大的短板”。这个报告是北京大学“三宽家长教育”课题组、三宽家长教育科学研究院等单位联合发布的。该课题组在全国范围内随机抽取10.83万名中小学、幼儿园学生家长进行问卷调查。数据显示，不知道教育方法的家长，占37.82%；没时间教育孩子的家长，占26.19%。超过一半的家长表示，当孩子出现问题时，希望能得到专业帮助，并且有81.4%的家长认为家庭教育有很多学问，需要学习和培训。

可见，当前的广大父母对于家庭教育，要么不懂得其重要性，要么嘴上说重要心底并不重视，要么知道重要却不懂得何以重要，要么懂得何以重要却不知如何施教。总之，在当前这个瞬息万变的时代，家庭教育已经成

为孩子教育中十分严重的问题。

要改变这种现状，作为新时期的父母在家庭教育中就应该形成以下三个认识，即三句箴言：家庭是孩子人生最重要的“课堂”，童年是孩子人生最关键的阶段，父母是孩子人生最长久的老师。

1. 家庭是孩子人生最重要的“课堂”

人生从哪里开始？毋庸置疑从家庭开始。人的一生实际上生活在四个地方或“课堂”。

第一个“课堂”在母亲的子宫里。人通过母亲的身体去感受和“学习”外部世界。外部世界直接的冷热变化都通过母亲的身体这个介质来实现。

第二个“课堂”是家庭。这个时候人和外部世界的交流实际上是依托父母母亲和家庭成员来进行的。人的衣食住行这些最基本的需求都要依托家庭，尤其是人生的早期，还不能独立地生活，就更要依托家庭。另外，更为重要的是，人的世界观、价值观、人生观、思维方式、行为习惯等都主要在家庭中逐渐形成。而且，在人一生的成长过程中都打上了底色，从根本上决定了孩子未来会成为什么样的人。

第三个“课堂”是教室。一个人进入校园、走进教室，就步入了知识的世界，也步入了一个人际交往的世界。在教室里知识获取如何、思维训练得如何，生活得幸福不幸福，有没有良好的师生关系和同学关系，对人的成长也非常重要。

第四个“课堂”是职场。人离开学校以后开始进入工作岗位。在哪个单位工作，单位的工作氛围、人际关系、管理模式，都会对人产生非常深刻的影响。

这四个“课堂”中，对人的发展而言，影响最长久、最重要的还是家庭，因为家庭在这四个阶段一直都存在，而且以潜移默化的方式影响人在教室和职场这两个课堂的思维模式和行为方式。所以，家庭对人生来说是一个非常重要甚至最为重要的“课堂”。

2. 童年是孩子人生最关键的阶段

人们对童年特殊性的认识经历了漫长的时期。在人类的历史上，有相

当长的历史时期，人们只是把儿童当成“小大人”看，并没有看到儿童期或人的童年期的特殊性和重要性。从文艺复兴以后，人们才开始看到儿童，开始尊重儿童，开始认识到童年的重要性。

从广义上讲，童年大致是指0到12岁这个年龄阶段。这是一个最神奇、最关键的阶段。“三岁看大，七岁看老”，童年在一定程度上能决定人一生的发展。联合国儿童基金会执行主任卡洛儿·贝拉米在《2001年世界儿童状况》中指出：“在儿童出生后的36个月内，大脑的信息传递通道迅速发展……在这一阶段对幼儿进行启蒙和智力开发也更有效果，对孩子的一生尤为重要。”

除了智力，人的习惯、兴趣、性情、志向等很多东西都是在童年期逐步奠定的。可以说，童年期是对一个人开展养成教育最重要的时间阶段，过了这个阶段，或者说这个阶段没有把握住、没有教育好，以后就很难弥补了。正如《学记》所说：“时过然后学，则勤苦而难成。”

人的童年期基本都是在家庭中度过的，家庭为人的童年营造了一个完全的世界。有什么样的童年教养方式，孩子将来就成为什么样的人；有什么样的家庭环境，孩子就有什么样的童年体验。如果教养方式和家庭环境是和谐乐观的，童年就在和谐乐观中度过，就易于形成积极乐观的性格；如果教养方式和家庭环境是冷漠焦虑的，童年就在冷漠焦虑中度过，就易于形成冷漠焦虑的性格；如果教养方式和家庭环境是温暖自由的，童年就在温暖自由中度过，就易于形成温暖自由的性格……

3. 父母是孩子人生最长久的老师

都说“父母是孩子的第一任老师”。其实，他们不只是第一任，还是终身的老师、最长久的老师。对孩子而言，父母本身就是一个最初的世界，父母的价值、意义和他们对孩子的影响，我们还没有非常深刻地意识到。事实上，在一定程度上，孩子不只是父母生的，更是父母“造就”出来的。从小开始，在孩子身上就可以看到父亲和母亲的影子。可以说，有什么样的父母，往往就会有怎样的孩子。

上学读书期间，父母不断地督促、教导，使他们成为和学校老师不同的另一类老师；走上工作岗位，父母还不厌其烦地以身示范，影响、教导子女在工作中要诚实做人、踏实工作；即使父母离世了，他们仍然以自己的谆谆告诫和朴实行为影响着子女的为人处世，而且这种影响往往是深层的、潜意识的、伴随人一生的。

试问世界上除了父母还有谁能影响我们如此长久、如此深切。无论在哪里，我们都很难撇开父母的影响和父母教育的影响。父母忽视孩子的教育，一旦遇到外界不良影响，孩子往往会变坏；父母如果用错误的方式教育孩子，孩子往往问题更大。相反，在一个优秀孩子的背后，我们往往能找到一对优秀的父母。问题孩子往往产生于问题家庭，产生于“问题父母”。

有这样一个案例：儿子上中学时极其优秀，功课均优，几乎每个学年都以全票当选班长。初三下半年中考前几个月，却出现腹痛、腹泻症状，持续多月，无法正常上学。父母带着他去上海、北京各大医院检查，均无法查出病因。无奈休学，重读初三。此时的家庭状况是父亲有关系亲密的女友，常常在外留宿，母亲极为苦恼。当儿子莫名其妙的病症影响中考和身体的成长时，父亲开始回归家庭并全力治疗儿子，夫妻关系因齐心协力照顾儿子而缓和。暑假过后新学期开始的时候，儿子康复了。

这样的孩子，便成为家庭中的“代罪羔羊”。因此，作为父母要时刻注意自己的言行举行，注意夫妻关系和谐与家庭和睦。如此，孩子才能有一个良好的成长土壤。

孩子成绩不好，主要原因竟然在家庭

>>>

有个老师接到一个学生家长的电话，听到家长焦急的声音：“我的孩子都上五年级了，成绩老是上不去，把我和他妈可急得(不得了)呀！我们每天晚上都睡不着觉，头发都要急白了！你说说，这孩子在学校究竟是怎么学习的呀！”

学习成绩，一个学生时代永远逃脱不掉的话题，一个父母圈子里永远盯着的焦点。长期以来，社会上都存在这样一种现象，即很多人都认为，家庭和父母主要给孩子提供各种生活条件，负责满足孩子成长中的各种物质需求；学校和老师主要教给孩子各种文化知识，负责孩子的学习及成绩。生活有问题，找父母；学习有问题，找老师。很自然地，如果孩子的学习成绩出了问题，那一定是学校和老师的原因。作为父母能做的就是要求学校、追究老师。这是中国大多数父母的普遍思维方式。

然而，孩子的学习和成绩真的主要是学校和老师的事吗？

1966年，美国人科尔曼博士发表了一份教育调查报告，这个调查研究的主题原本是学校教育问题，但它促使美国政府和美国家长开始关注家庭对孩子成长的影响。这就是教育史上著名的“科尔曼报告”。这个调查研究的结果令美国人大吃一惊。

在此之前，人们只知道，黑人学生的文化教育水平相对较低，而且越往后差距越大。科尔曼和大多数人一样，都以为这种差距主要是学校的办学条件造成的。调查结果却发现，黑人学校和白人学校，在校舍设施、教师工资等有形条件上的差距，并不像人们想象的那么大。而造成黑人学生学习水平低的原因，主要不是学校的条件，而是学生的家庭背景。学生的家庭背景和学习成绩有很强的相关性。

“科尔曼报告”发表后，人们开始从两个方面调整自己对教育的看法：一是重视学校教育质量评估，二是重视孩子在学校教育背后的家庭教育。

与“科尔曼报告”的调查结果类似，2007年，日本人三浦展发表了一份调查报告：《阶层是会遗传的：不要让你的孩子跌入“下流社会”》。三浦展的调查报告揭示了“家长与孩子成绩”之间的一些不为人知的微妙关系。比如，孩子的成绩与父亲的阅读量成正比；成绩好的孩子，母亲比较有条理又有趣；有条理且有趣的母亲，比较能养育出成绩好的孩子来；成绩好的孩子，母亲通常是有计划且动作利落的人；父亲越认真、越有条理、越有礼貌，孩子成绩就越好；成绩不理想的孩子，饮食状况也比较混乱。

根据调查结果，三浦展给广大家长提出了如下建议：父母能做的就是改善孩子的生活习惯。要父母突然之间大量增加收入或许不太可能，更不用说突然提高自己的学历。既然如此，身为父母唯一能努力的，就是设法改善孩子的生活习惯。孩子如果形成了好的生活习惯，他就比较容易建立良好的学习习惯。孩子如果形成了坏的生活习惯，这个坏的生活习惯将影响孩子的学习习惯，影响孩子的学业成绩。例如，在生活中丢三落四的孩子，在学习中也很难做到井井有条；在生活中懒散拖拉的孩子，在学习中也很难勤奋积极起来。

那么，谁能够真正培养起孩子的生活习惯？是家长。因为，生活习惯只能在日常生活中才能建立起来。能够对孩子的生活习惯发生深刻的影响的，不是校长和老师，而是家长。如果家长还没有让孩子形成好的生活习惯和学习习惯就把孩子的成长完全交给学校，就会把孩子推向跌跌撞撞的“成长的危险”之中。

实践证明，学校教育多少会影响孩子的性格、智力和身体素质，但是，对孩子的性格、智力和身体素质起决定作用的并不是学校，而是孩子从父母那里所继承的遗传因子和家庭教育状况。孩子所继承的遗传因子和家庭教育状况一直在幕后“操纵”着孩子的学校生活。可以说，家庭教育是学校教育永远的背景和永远的底色。

表面看来，自从孩子进入幼儿园、小学以后，孩子的大部分“学习时间”是在学校度过的。其实，相对于学校教育而言，家庭教育才是孩子成长的“根部”，家庭教育是“培根”的教育，成功的家庭教育是成功的学校教育的基本前提。

关于“根”的表达和启示，我们可以看这样一个“故事”：

在额济纳旗达来呼布镇西南28公里处，是一片东西宽、南北长的辽阔地带。这里枯死的胡杨“陈尸”遍野，呈现出古老的原始风貌。

怪树林实际上是大片胡杨树枯死而形成的。胡杨是一种奇特的树种，生命力极强。近代以来，由于人类的不合理开发，极大地破坏了胡杨赖以