北京市西城区智慧教育培训学校
“智慧家长修炼营”精华课程

心态、观念、方法——三大法宝
成功开启父母智慧，培养智慧孩子

智慧父母自修书系

智慧教子100法

孩子有最大的潜力 父母是最好的导师

李烨/著

中国妇女出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

智慧教子100法



李烨/著

中国妇女出版社

图书在版编目（CIP）数据

智慧教子100法/李烨著. —北京：中国妇女出版社，2007.10
ISBN 978-7-80203-448-8

Ⅰ. 智… Ⅱ. 李… Ⅲ. 中小学—学生—家庭教育 Ⅳ. G78

中国版本图书馆CIP数据核字（2007）第134159号

智慧教子100法

作　　者：李烨　著
责任编辑：廖晶晶
装帧设计：吴晓莉
责任印制：王卫东
出　　版：中国妇女出版社出版发行
地　　址：北京东城区史家胡同甲24号　邮政编码：100010
电　　话：（010）65133160（发行部）　65133161（邮购）
网　　址：www.womenbooks.com.cn
经　　销：各地新华书店
印　　刷：北京集惠印刷有限公司
开　　本：170×230　1/16
印　　张：16
字　　数：215千字
版　　次：2008年1月第1版
印　　次：2008年1月第1次
书　　号：ISBN 978-7-80203-448-8
定　　价：25.00元

版权所有·侵权必究　（如有印装错误，请与发行部联系）

序

中华民族是个光荣伟大的民族，在人类历史文化长河中，其历史传承源远流长，文化底蕴博大精深，而其精旨则在造就天地人精神，成就天地人事业。几乎可以这么说，中国文化即是参天地而化育、立人文之根本的人间学问。其传承和内蕴所以能优秀，所以能超越，其来有自。

即如《易经·系辞》所说："乾道成男，坤道成女。乾知大始，坤作成物。乾以易知，坤以简能。易则易知，简则易从；易知则有亲，易从则有功；有亲则可久，有功则可大；可久则贤人之德，可大则贤人之业。易简而天下之理得矣；天下之理得，而成位乎其中矣。"

大易文化是中国文化之活水源头，更是中国人文精神之创始，诚为世界人类文化之佼佼者。

大易文化启示了几千年中国文化的传承和内蕴，最为精辟的是其阐示了中国文化原始要终的契机：乾坤之道，是为易之门户。

诚如《易经·序卦传》所说："有天地，然后有万物。有万物，然后有男女。有男女，然后有夫妇……有上下，然后礼仪有所错……"

礼教文明造端夫妇之道，夫妇之道首出于妇德之教，妇德失教则家国天下危矣。是以历代天子垂教必以母仪天下为其重则，自古妇德教育重要如此。

李烨女士从余学习禅及中国文化有年，以其绵薄之力，着力振兴母仪之道，尽心培护育儿之机。运用精秀文化内蕴，引领家长修炼智慧，塑造孩子积极向上的人格，俾使中国人文智慧汇归其根本源头，全体国民觉悟道德传承，慎终追远，民德归厚，社会自然和谐。所撰《智慧教子100法》，其心其德，所谓“虽小道亦有可观者”。

《大学》所说：“自天子以至庶人，壹是皆以修身为本。”所谓修身即是修德，修身修德须是主要从娃娃抓起，更要从娃娃母亲抓起，若能如是贯通，则人民幸甚，国家幸甚，民族幸甚。

是为序。

王绍璠于屠龙居

2007年9月17日

王绍璠先生：著名旅美台湾学者、现代禅文化倡导者，深蕴中西方文化和管理思想。王先生师从南怀瑾先生40余年，明心见性，见过于师。曾在北京大学、清华大学、对外经贸大学等高校开辟系列讲座，针对当前社会弥漫的缺信少德、急功近利的不正之风，提倡进德修业、回馈社会，运用中国优秀的传统人文精神，提升人们的智慧德行。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

因为喜欢孩子

——写在前面的话

很多年前，曾见过《黄河母亲》的雕塑摄影：那伟大的母亲流露出慈爱的目光，沐浴着怀抱中的婴儿；那婴儿顽皮而富有灵性，安然地享受着母爱。整幅画面安闲之中洋溢着美好和幸福，令人难忘。

后来，我们的小宝宝的到来，为我们的生活平添了十足的乐趣。同时，也使我深刻地体会到，在养育孩子艰辛付出的同时，还会得到人生意外的收获。

因为喜欢孩子，借着养育孩子过程中的方方面面，借着一直以来积累的教育方面的经验，我常常陷入深深地思考……

喜欢孩子是父母的天性。正因为喜欢孩子，爱孩子，而去思考如何才是真正意义上的喜欢孩子，真正意义上的爱孩子；正因为喜欢孩子，爱孩子，才不忍目睹诸多身在福中的孩子，却似在受苦一般过着本应像金子一样宝贵的童年！

喜欢孩子不像是喜欢宠物，不是单向地把你的爱全部强加于他。

因为我们习惯于控制，习惯于把爱强加给孩子，于是，我们时常会看到善良的妈妈在追着三四岁的孩子喂饭，连哄带吓地对孩子说“再吃一口”；我们时常会看到父母强迫孩子背书的情景；也会看到父母为了保护孩子，而使他们丧失本该尝试、体验的欢愉；我们看到不少家长因为不知道怎样才是真正地喜欢孩子，而过分地宠惯和溺爱，导致无法挽回的后果；还有父母硬性

“规划”孩子的未来，希望在孩子身上实现大人未实现的愿望……

因为喜欢而把“爱”强加于孩子，导致孩子的逆反、依赖、懒惰、自私、霸道、冷漠、嫉恨等，使得我们的教育效果适得其反。

何为理性地爱孩子？何为智慧地教育孩子？

这正是此书要讨论的重点。

理性地爱孩子，不是以父母的心情好坏、喜怒好恶、主观臆想、强制和占有为出发点，而是真正以孩子为中心的教育，尊重客观实际，尊重孩子的天性，尊重生存与生长的发展规律，结合中国的传统美德和社会发展的需要，培养国际型人才，对孩子实施因人而异、恰到好处的适度教育。

如何做到理性地爱孩子？

家长首先要做的就是修炼自己的心性，家长的心性修养决定教子成功。

家长的心性修养，意味着你随时能管理好自己的情绪，随时清醒地面对孩子成长中的对与错、荣与辱，以一颗博大宽广的平常心、爱心，给予孩子适时的纠偏和引导。

智慧地教育孩子，是尊重孩子天性、发掘孩子潜能的教育。孩子是最有灵性的。如果你仔细观察就会发现，当孩子还听不懂你的语言的时候，他会“读”懂你的表情。如果你是微笑的、善意的、接纳他的，孩子自然会喜欢你、接近你；如果你是恶意的、敌意的，或者你是一个冷酷的人，孩子当然会远离你——这是孩子自我保护的本能，也是孩子的天性使然。

孩子本身具足了智慧，只是需要时间，只是等待成长，而且是在适宜的环境里成长是最重要的。我们应该对“适宜的环境”有一个正确的了解。所谓“适宜的环境”，不仅仅是物质的环境，更重要的是一种心理与精神的良好环境。心理上的宽松与安全，精神上的放松、快乐与幸福感，这很重要。心理上的宽松与

安全，既包括他的言行能够得到引导，也包括当他做错了事情时能够得到适当的制止；精神上的放松、愉悦、欢快与幸福感，对一个孩子的成长十分重要。这需要孩子的身边随时能够有一位智者，这位智者是他心灵的港湾与依傍，是他的楷模与榜样；同时还是能够随时为他提供帮助和指导的人，是他精神的导师和生活的帮助者。

如何做到智慧地教育孩子？家长要做的就是发掘自身内在的潜力，开发自己的教子智慧，发展自己的教子之道。我们有一句口号是“你的孩子你会教”，这是有深刻含义的。因为你对自己的孩子最了解、最熟悉，因为孩子是你的最爱，你有最大的信心和期望，具备对孩子实施最合适教育的条件。只是我们家长应该如何去思考？如何去琢磨？如何去总结经验和开发适合于自己孩子的教子方法？如何成为孩子最好的导师？

“孩子有最大的潜力，家长是最好的导师”。在本书中，我们不仅告诉你一些具体的可操作的方法、建议和忠告，而且还在潜移默化间传递教育孩子最核心的智慧——该爱则爱、该“恨”当“恨”、因人而异、循循善诱的适度教子方略。

智慧地教育孩子，意味着家长要与时俱进，时时新，日日新，苟日新。孩子“每天都是新的”，家长要与孩子一起学习，一起进步，共享成长。智慧地教育孩子，意味着弘扬传统美德，融汇世界精华，打造新时代的智慧家长，培养新时代的智慧孩子。

在中国古代，有“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善”，贤人纳士崇尚德行，提高心灵的境界。在国外，亦有大量的成功教子案例。作为一位智慧家长，应当关注如何收集信息，整合知识点，转识成智，融会贯通，为己所用。一句话，找到自己的方法，发展自己的教子之道。因为在教育孩子方面，没有最好的，只有最适合的。

这也是我们创办北京市西城区智慧教育培训学校的初衷之

一，融汇古今智慧，创新教子之道。

我们帮助家长以良好的心态、充分的准备，迎接小宝宝的到来；在孩子成长的金色童年里，尽家长之心力、体力以及所有的人生智慧，给孩子提供一个相对宽松、祥和、健康、充满着爱的积极向上的成长氛围；在孩子成长的过程中，给以智慧的培育、引领和帮助，让孩子得到启迪和熏陶，因材施教，发掘潜力，增长智慧。

我们致力于倡导这一理念：优秀的家长，应当是孩子一生的导师、朋友，即使孩子上了中学、大学或者成家立业，家长亦不失为孩子的良师益友、言行楷模。

同时，我们的学校还开设大学生就业前的培训、职业生涯规划、潜能开发等系列培训服务。我们探究咨询式、直指本源的教育模式，目标是开启家长智慧，解放孩子潜能，造就现代化智慧人才。

最后，让我们以此共勉——

卓越孩子来自智慧家长，心灵感悟成就智慧人生。

李　烨

2007年7月17日于北京

目　录

第一篇　用智慧引领孩子走向成功

生养孩子不易，教育好一个孩子更不易。对于孩子的教育，父母需用心、用智慧引领他走向成功。

01 成功源于专注，专注造就成功/2
02 小心呵护与涵养孩子的专注心/5
03 引导孩子正确地做事/7
04 以包容心对待孩子的三分钟热度/9
05 引导孩子的研究性学习/11
06 自我教育是最好的教育/14
07 为孩子创造相对宽松的环境/17
08 发掘孩子独立思考的潜能/20
09 培养孩子自肯承当/22
10 从热爱大自然中涵养爱心/25
11 教导孩子正确使用身体和大脑/28
12 自立是孩子成长的重要基石/31
13 善于合作是真正的自立/34

14 涵养孩子的自觉心/36
15 不要忽视孩子领导素质的培养/38
16 自信是孩子前进的动力/41
17 帮助孩子学会宽容/43
18 引领的前提是了解孩子的个性/45
19 让孩子在体验中成长/48
20 安逸加速发展孩子的惰性/50
21 诸葛亮家训的启示/52
22 远大理想与眼下目标的结合/55
23 帮助孩子规划人生/57

第二篇　塑造孩子积极向上的人格

家长要以孩子为师，把孩子当成自己的一面镜子，与孩子一同成长，享受富有激情和智慧的教子生活。

24 发掘潜能做智慧家长/60
25 育子先正己/62
26 爱能激发教子智慧/64
27 补在学校里学不到的“课”/66
28 父母的热情是孩子成长的好向导/68
29 用心灵发现最适合的教育方法/70
30 教子也忌“刻舟求剑”/72
31 坚持以孩子为中心的教子观/74
32 孩子出问题，家长要反思/76
33 家长的心性修养决定教子成效/78
34 让学习成为一种习惯/80

需要全本请访问 www.ertongbook.com

35 教子心态需要保持平衡/83
36 妈妈要用好心情面对孩子/85
37 培养超越自我的心态/87
38 学会管理自己的情绪/89
39 随时做好受挫的心理准备/92
40 永远不对孩子说放弃/95
41 告诉孩子：你就是“宝藏”/98
42 家长要给孩子提供诚实的空间/101
43 用精神力量感召孩子/103

第三篇　善用激励的家长事半功倍

家长以智慧的光芒和情感的力量，不失时机、恰如其分地表扬与激励，会使孩子信心十足、目标明确、充满朝气并富有创造力。

44 对孩子说声“谢谢”/106
45 别拿孩子的短处比人家的长处/108
46 习惯用积极的口吻和孩子说话/110
47 正确地夸孩子/112
48 挖掘孩子的潜力/114
49 冷静应对孩子的“欲望升级”/116
50 解放孩子，解放家长/119
51 让孩子随时带着“心”/122
52 教孩子“玩”是另一种激励/124
53 帮助孩子解脱虚荣的烦恼/126
54 教育就是随时随地纠偏/128
55 没有批评而只有鼓励是偏颇的/130

56 不要错过有效批评的最佳时机/132
57 成长的代价之一是尝试错误/134
58 父母别为冤枉孩子找托词/136

第四篇 善用沟通，与孩子共享成长

亲子的有效沟通来自于心与心的交流。让孩子说话的秘诀是善用你的耳朵，用心倾听。

59 全神贯注听孩子讲话/140
60 把孩子当成大孩子来交流/142
61 让孩子体验并分担家长的困境/144
62 要维护孩子对家长的信任感/146
63 良好沟通的前提是尊重孩子/149
64 尊重孩子也是尊重自己/152
65 从孩子感兴趣的话题切入/155
66 不要当孩子面指责他的朋友/157
67 警惕孩子患上“冷漠症”/159
68 有效沟通能激发孩子自动改错/161
69 关于生存本领的讨论/164
70 打开孩子话匣子的秘诀/166
71 针对孩子个性和心态有效沟通/168
72 父母不要成为“给钱的人”/170
73 不要人工斧凿，而要顺其自然/172
74 “叛逆”是另一种成长/174
75 抓住有利时机进行教育/177
76 家长要善用冲突/179

77 与青春期孩子的沟通/181

第五篇　回归家长的“平常心”

平常心是道，大道至简。教子依然要有平常心。家长放轻松点儿，孩子自然健康、快乐、充满智慧。

78 家长“懒惰”，孩子“勤快”/184
79 家长“笨”，孩子“聪明”/186
80 别遗忘发自内心的微笑/188
81 教会孩子冷静处事/190
82 “华伦达心态”的启示/192
83 善用幽默打破僵局/194
84 “归零”——随时保持放松和回归/196
85 教育孩子要有平常心/198
86 珍惜孩子金子般宝贵的童年/200
87 心的修养从生活教育开始/202
88 为孩子的“心灵环保”负责/204
89 感谢为我们提供食物的人们/206
90 永远不过时的观念/208
91 涵养回归大自然的心/210
92 甘于平凡才会创造出不平凡/212
93 在幼儿园学到的/214
94 培养孩子与社会和谐共进/216
95 教育是持之以恒的事情/218
96 做父母的真正意义/220
97 母爱是金/223

98 实现幸福人生的8个秘诀/225
99 借着爱孩子而成长/228
100 为人父母的气度与胸怀/230

附 录

教子烦恼有多少　教子智慧有多少
郑汉根/232

第一篇

用智慧引领孩子走向成功

⊙ 生养孩子不易，教育好一个孩子更不易。

⊙ 命令孩子做事容易，但引导孩子走向自觉不容易。

⊙ 你可以管理好孩子的衣食住行，但可能管理不好孩子的心情与未来幸福快乐的人生。

⊙ 有些事情可以靠一时的发号施令完成，但有些事情必须用心、用智慧去成就。

⊙ 对于孩子的教育，父母需用心、用智慧引领他走向成功。

01

成功源于专注，专注造就成功

用兴趣作为探金石，用激励作为有效杠杆，让专注心伴随孩子年龄的增长，使其不但不被破坏，而且得到提升。

从小训练孩子专心、专注的品质。

不要以为小孩子干事不专一，一会儿干这，一会儿干那，没有耐性，不会持久。其实，小孩子非常具有专一心、专注性。这是我们通常容易忽视的。

当小孩子在玩一个玩具时，他会听不见大人的说话，对周遭的事情视而不见、充耳不闻，完全陶醉在他的游戏当中，这就是专注心。

我们不要打搅、破坏、干扰孩子的专注心。

专注于玩儿的孩子，如果引导得当，通常也能够专注于学习；专注于学习的孩子长大了，干一件事情仍然习惯集中注意力，专心致志。

之所以有的孩子能集中注意力地玩儿，却经常不能集中注意力学习，这是由于孩子在学习中受到这样或那样的人为挫折所致，比如打击积极性、强制、压力、讥讽等不良因素的干扰。想想，哪一个孩子不是高高兴兴背起书包上学去的？可到了小学毕业，有的孩子已经不再喜欢学校了，到了中学就有厌学的了……

涵养小孩子的专注心，用兴趣作为探金石，用激励作为有效杠

需要全本请访问 www.ertongbook.com