

孩子的 教养

徐井才◎著

THE UPBRINGING

孩子的教养，是家庭“综合实力”的体现！
穷养富养，都不如好教养！让规矩和爱统一，成就有出息的孩子！

OF CHILDREN



· 新华出版社

徐井才

男，1976年出生于河北省廊坊市永清县，全国工商联书业商会副理事长，中国教育装备行业协会常务理事、北京市红十字基金会理事、“大国之声公益基金”发起人，永清县人大代表，京联集团董事长。曾策划编辑：《中外名人传记》《名校名师导读》《我爱科学书系》《学习小博士百问百答丛书》《从小学国学书系》《盘点名胜典故》《学生最感兴趣的科普书》《国学经典读本》《森林报》等。



新华出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子的教养 / 徐井才著. -- 北京 : 新华出版社, 2021.7

ISBN 978-7-5166-5922-9

I . ①孩… II . ①徐… III . ①儿童—家庭教育 IV .
① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2021) 第 114946 号

孩子的教养

作 者: 徐井才

责任编辑: 杨 静 丁 勇 封面设计: 李尘工作室

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路 8 号 邮 编: 100040

网 址: <http://www.xinhuaupub.com>

经 销: 新华书店、新华出版社天猫旗舰店、京东旗舰店及各大网店

购书热线: 010-63077122 中国新闻书店购书热线: 010-63072012

照 排: 博文设计制作室

印 刷: 永清县晔盛亚胶印有限公司

成品尺寸: 145mm × 210mm 开 本: 32 开

印 张: 7 字 数: 150 千字

版 次: 2021 年 7 月第一版 印 次: 2021 年 7 月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5166-5922-9

定 价: 39.80 元

版权所有, 侵权必究。如有质量问题, 请联系调换: 13683640646

前 言

有教养的孩子是最高级别的炫富

很多父母都有炫富的习惯，会炫耀自己的奢侈品，炫耀自己的收入，炫耀自己的能力。这样的炫富并不高级，因为人们看到的是炫富人的低俗、虚荣以及精神上的空虚。真正最高级别的炫富，其实是炫耀自己孩子的教养。

什么是教养？

教养其实有两个含义，一个是指文化与品德的修养；一个是指教育培养。而两者之间也存在着直接的联系，即通过教育和培养能够培育出一个有教养的人。

孩子身上的教养并不是与生俱来的，而是经过后天的教育培养出来的。

从一个有教养的孩子身上，能够看到父母成功的教育方



法。又因为孩子是父母面前的一面镜子，所以孩子的教养能够映射出父母的修养。当然，父母炫耀的最大资本还是孩子的教养。

有教养的孩子是人群中的闪光点，一言一行都散发出浓浓的气质。教养是父母给孩子最大的、最珍贵的财富，它能够让孩子受益一生。因此，将孩子教养成一个有教养的人，是教育孩子的重中之重。

教养孩子是一条漫长的路，但这条路有捷径可行。掌握高效率地教养孩子的方法和技巧，不知不觉就能收获一名有教养的孩子。

目 录

第一章 “教养”一词，教在前面，养在后面

当我们谈“教养”时，究竟在谈些什么？	3
01/ 重养轻教，是家庭教育的一种通病	5
02/ “熊孩子”为什么“熊”？缺教养	8
03/ 当父母需要考试，你能拿多少分	12
04/ 教养是如何决定一个人前程的	16
05/ 教养这东西从来不分年龄大小	19
06/ 该教的事要教，没有“长大了就好”这种事	22

第二章 从“连接”到“联结”，重构才能“重生”

不是孩子“难搞”，而是你不懂	29
----------------------	----

01/ 孩子一出生就带着一串气质密码	31
02/ 儿童自我意识发展很重要，别傻傻不知道	36
03/ 忽视孩子优点的父母该好好接受“培训”了	40
04/ 孩子“不听教”，可能是习惯性防卫	44
05/ 对孩子的禁止其实是一种变相“引诱”	48
06/ 明确“最近发展区”，营造可教学时刻	51

第三章 情绪的“核裂变”，将不可控变为可控

亲子关系中的情绪是一场“蝴蝶效应”	57
01/ 允许孩子哭比哄孩子笑更重要	60
02/ 教导孩子就应该就事论事	63
03/ 焦虑不是成年人的专属名词	67
04/ 大人都不想听的话，别对孩子说	70
05/ 在“轻、柔、慢”三个互动要诀上下功夫	74
06/ 解决方法必须比问题高一个层次——关于不抱怨 ...	78

第四章 教养并非两级的较量，有弹性才有韧性

“中国式爱孩子”怎么变成了“害孩子”	85
01/ “虎妈”成功的真正原因是什么	87
02/ 要不要和孩子做朋友，是个让人纠结的问题	91

03/ 孩子不断地试探，直到你清晰果断地说“不”95
04/ 真正的爱，就是不给孩子“擦屁股”99
05/ 给孩子有限选择，让教养简单又有效103
06/ 每一个孩子，都要立好的礼仪规矩107
07/ 一张“计划表”，让孩子成为有目标的小天使111

第五章 将习惯的“盲点”变成“支点”

习惯造就第二天性，比天性本身更顽固.....119
01/ 帮助孩子发扬好习惯，改掉坏习惯121
02/ 发现孩子的问题，360度反馈124
03/ 一张表让孩子养成所有好习惯128
04/ 习惯四部曲：提示→渴求→反应→奖赏133
05/ 除了“正向强化”还有“负向强化”137
06/ 重要的事情说三遍：跟进、跟进、跟进141

第六章 品性是最高阶的教养，破与立的重塑

一个人的品性在少年时就定型了.....149
01/ 善良是一个人最高贵的底色152
02/ 面对诚信危机，我们能为孩子做什么156
03/ 那些谦虚的孩子后来怎么样了160



- 04/ 清理认知的“毒”，孩子才不会“独”163
- 05/ 彼此尊重，是最理想的教养167

第七章 谈价值观不是谈判，先一致才能谈沟通

- 为何别人的育儿经养不好你的孩子.....173
- 01/ 一个唱红脸，一个唱白脸，孩子一脸懵175
- 02/ “拆台式”教育，是灾难179
- 03/ 价值观教育应成为“开学第一课”182
- 04/ 最好的家庭教育：父母不双标，孩子有目标186
- 05/ 先正己，而后影响后代189
- 06/ 真正的教养，是人前操持，人后慎独192

第八章 美好生活是最好的“孵化”教养

- 热爱生活的孩子才会被生活所爱.....197
- 01/ 充满仪式感的养育，是对孩子的富养199
- 02/ 让孩子会审美，究竟有多重要202
- 03/ 培养一桩爱好是培养健康少年的关键206
- 04/ 自动自发的孩子，让父母身心解放208
- 05/ 让孩子见世面可不是旅行那么简单212
- 06/ 今天，你给孩子“精神供氧”了吗214



第一章 “教养”一词， 教在前面，养在后面

有教养的孩子，是父母用心教养出来的。教养孩子并不是给孩子提供丰富的物质条件，而是注重对孩子的教导。因为在“教养”一词中，“教”在前，“养”在后，所以教导孩子远比养育孩子更重要。



当我们谈“教养”时， 究竟在谈些什么？

为人父母后，最爱谈论的话题，就是孩子。其中，有关孩子“教养”的问题，谈论的频率非常高。有些父母炫耀自己孩子很有教养，有些父母会寻求让孩子变得有教养的方法。但是，不管是说，还是问，都没能诠释出什么是“教养”。

炫耀孩子有教养的父母，他们炫耀的点在于孩子很有礼貌、很有规矩上，而寻求让孩子变得有教养的父母，他们询问的点也在礼貌和规矩之上。这些父母所认为的教养偏向于言语或动作谦虚恭敬的表现。

但实际上，这些并不能完整地诠释出教养，它仅仅是礼

貌的范畴。所以，绝大多数父母都存在将礼貌和教养搞混淆的问题。你认为是在谈论修养，其实谈论的是礼貌而已。

什么是教养？它是指一个人的文化和品德的修养，是指在社会影响，家庭与学校教育，以及个人修养中显现的他律教化。教养涵盖了多个方面，礼貌是其中的表现形式之一，除此之外，教养还包括了规矩、态度、风度、习惯、道德等多个方面。

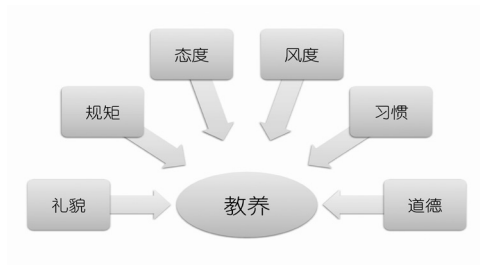


图1-1 什么是教养

教养和礼貌最大的一个区别是，教养是内在的，而礼貌是外在的，这是说，人可以伪装得很有礼貌，但不能伪装得很有教养。因为教养是由环境、教育、经历等结合而成的内在素质，指的是人的内涵和道德品质。

我们只有先弄明白什么是教养，才能教养孩子成为一个有教养的人。

01/ 重养轻教，是家庭教育的一种通病

我发现，孩子生活在同一个世界上，但是展现出来的教养却是两种截然不同的姿态：

有的孩子见人会问好，有的孩子会朝人扮鬼脸；有的孩子会将路边的垃圾捡起来丢入垃圾桶，有的孩子会对着垃圾桶投篮，或是直接随手乱丢；有的孩子会宽容待人，有的孩子会斤斤计较、睚眦必报……

孩子之间的教养会有如此之大的悬殊，原因在于父母的重养轻教，而这也是当今许多家庭中的一种通病。什么是重养轻教？是指父母注重于给孩子提供丰富的物质条件，而忽略了对孩子的教育。

通常来说，父母重养轻教的原因可分为主动和被动两种。

从主动上来说，父母掌握了教孩子的主动权，有足够的时间和精力去教导孩子。但是，因为对孩子的溺爱，忽视、放弃了对孩子的教养；从被动上来说，父母有教导孩子的想法，但是因为生活所迫，没有时间和精力去教导孩子。

不管是何种原因造成的重养轻教，都会给孩子的成长来带诸多的弊端，比如父母事事顺从孩子，容易令孩子形成孤僻、自傲、任性、自私自利等有缺陷的性格；父母事事替孩子包办，会使孩子的各方面能力得不到发展，也会让孩子逐渐散失抗挫折能力，最后变得懦弱、依赖性强、爱以自我为中心。

父母给孩子提供好的物质条件，这一点无可厚非，但是父母需要认识到，我们对孩子的责任不单单是要给他们一个健康的身体，一个好的生活条件，也要给他们一个好的教养。只有孩子的教养足够出色，他们才能很好地融入社会当中。而孩子的教养，决定于父母对他们的教育。

有研究表明，孩子越小，其行为习惯、人格、智力等方面的塑造性就最强，随着孩子逐渐成长，其探索外界的欲望和疯狂学习的心也将越强。但是，如果父母放弃这个重要的能够影响孩子一生的教育时刻，选择去惯养孩子，那么就会造成孩子教养的缺失。

对父母而言，孩子是爱的结晶，是生命的延续。对孩子来说，父母则是他们的第一任老师。父母的一言一行，都会给他们带来深远的影响。所以，家庭教育是孩子的人生中面临的第一道教育。

著名心理专家郝滨老师曾经说过：“家庭教育是人生

整个教育的基础和起点。”这是说，家庭教育是孩子日后接受其他教育的基础，有了一个良好的基础，孩子才能更好地去接受其他的教育。这就好比是一棵小树苗，树身从小就笔直，它才能长成一棵笔直的参天大树。所以，家庭教育的好与坏很大程度也能够决定孩子的未来。

究竟什么是家庭教育呢？很多父母会认为，教孩子识字、背诗就是对孩子的家庭教育。实则不然，家庭教育有一个非常广泛的范围，它包含了对孩子的文化教育、品德教育、生活生存能力的培养等等。

家庭教育是一门渊博的学科，在对孩子进行家庭教育的过程中，我也曾踏入过重养轻教的雷区。

我的女儿从小探索欲就很强，总会做一些令人感到恼火的事情，比如她会把自己的玩具拆开，研究其中的构造；会用水彩笔给洋娃娃化妆；会翻遍家中的每一个角落，等等。当我看到她的这些带有破坏性的表现时，我总是会大声制止她不要再继续。

我的制止让家变得整洁干净，但同时也扼杀了孩子探索欲。当我发现孩子向我问“为什么”的频率越来越少时，她对新事物不那么上心时，我便知道，我踏入了家庭教育的雷区，轻视了对孩子的家庭教育。

从表面上看，孩子的一些行为带有破坏的性质，但是透