

《关键教养报告》

图书基本信息

《关键教养报告》

内容概要

常夸孩子“宝贝你好聪明”能让孩子更自信吗？孩子周末晚睡晚起可以吗？看《海绵宝宝》对孩子是好是坏？独生子女更不擅长人际交往吗？智商对学业的影响有多大？教育类DVD能帮孩子赢在起跑线上吗？教育孩子的方式有无数种，但是正确的教养观念只有一种！

本书通过报告文学和典故案例的方式，一次性披露近10年来儿童发展研究领域的无数惊奇发现，涵盖年龄层从1岁到18岁。

作者通过访问顶尖科学家和结合多个科学试验，对儿童自尊心、睡眠、说谎、智商、自控力、语言能力等多个关键问题重新定义，推翻了过去被不少育儿专家推崇的育儿方法，将严谨的科学研究、大量的实证案例和教学机构的经典测试带给了读者。

《关键教养报告》

作者简介

书籍目录

中文版序 为什么中国父母要读《关键教养报告》

前言 关于孩子的新思考

01 关键词 表扬

表扬毁掉孩子的自信

过度的自尊教育

怎样表扬才对

如何戒掉表扬孩子的瘾

02 关键词 睡眠

少睡一小时等于铅中毒

别迷信“一日之计在于晨”

缺觉：儿童肥胖症的罪魁祸首

03 关键词 平等

孩子天生就会歧视

孩子的歧视从何而来

怎样教孩子人人平等

04 关键词 说谎

说谎：孩子的高级社交技巧

7岁仍在说谎，就会继续说谎

父母常在不知不觉中鼓励孩子说谎

怎样面对孩子的谎言

05 关键词 智商

为什么赢在起跑线不算赢

IQ会改变，EQ则没有科学依据

越聪明的孩子，智商变动幅度越大

06 关键词 社交能力

独生子女更不擅长人际交往吗

手足间人际冲突更多

弗洛伊德是错的，莎士比亚才是对的

朋友才是最好的社交老师

07 关键词 叛逆

不定规矩的父母最不了解孩子

时间安排越满，孩子越容易无聊

愿意和父母争吵的孩子，更加信任父母

08 关键词 自控力

提高孩子学习成绩的秘诀是什么

游戏成就自控力

自控力：比智商更影响学业

09 关键词 问题小孩

看《海绵宝宝》的孩子，攻击行为更多

背着孩子吵架，更伤孩子

人缘最好的孩子，更易欺负人

贴心奶爸更容易教出问题孩子

10 关键词 语言能力

《小小爱因斯坦》，减少儿童词汇量

避免过度刺激，宝宝的大脑需要休息

语言发展：婴儿期不是唯一的关键期

补录11 关键词 创造力

《关键教养报告》

创造力大滑坡

教育对创造力至关重要

结语 超越完美特质的迷思

译后记

《关键教养报告》

精彩短评

- 1、前几章比较少新东西。最后两章有很大启发。
- 2、比较新的，建立在调查研究基础上的著作。有些新观念，有教义~
- 3、的确有些观点值得注意。
- 4、其实看一些文献就能写出畅销书的能力也挺不容易的吧
- 5、9分。这本书涉及到11个话题。包括父母所关心的孩子本身的语言能力，创造力，智商，社交能力的培养，孩子成长过程中的叛逆，说谎，面对的平等问题，父母对孩子的表扬，孩子日常的睡眠，父母期望培养孩子的自控力，以及所担心的问题小孩的原因。涉及面零散却不乏实用。
- 6、关于表扬、睡眠、平等、说谎、智商、社交能力、叛逆、自控力、问题小孩、语言能力、创造力的迷思。ps：只对孩子(p161那个例子很好~)
- 7、从数据分析的角度对多种孩子出现的现象给予了分析，并且给出了理论上的根据，我想换个角度来看待问题，总是有好处的。
- 8、好书
- 9、2009年欧美影响很大的好书，2013年国内才引进。
- 10、作为一本畅销通俗读物，两位作者有着对待学术著作般的态度，走访和查证了多篇最新的科研成果和科研人员，是一本态度端正的畅销读物。不足的地方在于，结构相对较散，并非一本系统的关于教养的方法论作品。
- 11、孩子需要自己的心声被妈妈听到，在她讲道理的时候，母亲需要适当让步。在某些争吵中孩子需要吵赢，妈妈应该做出小小的让步。孩子说真话的真正动机，是指望父母能让步，允许他们去做他们想做的事。

从父母那里得到想要的东西是很容易。但是一个孩子要想从朋友那里得到他想要的并不容易，而这种愿望会促进孩子去学习社交技能。角色扮演游戏是孩子社交技能的最佳体现。

真正有效减少孩子说谎的方式，是告诉孩子：如果你偷看，我不会生你气，如果你说实话，我真的会高兴。如果告诉孩子说真话会让父母高兴，孩子就会打消说谎的念头。人们普遍觉得女孩比男孩诚实，而实际上男孩并不经常说谎；人们认为年纪小的孩子更爱说谎，而事实恰恰相反；人们认为内向的孩子更不可信，事实是内向的孩子很少说谎，因为他们缺少圆谎所需的社交技巧。

12、看看

13、2016-07-20

14、这本书最好的地方是，每一章都相当于是对一个主题做了个简明扼要的摘要：有观点，有论证。而且在摘要中，各种“矛盾”的研究和关键的细节都突出出来了，并非鸡汤或是过于脱水的精简。值得用看概要的方式快速阅读。

15、数据流

16、:无

17、老外的科学思维一直是我所佩服的，这本书正是这种思维的体现，关于表扬，睡觉，自控，谎言，智商等等，确实我们有很多自以为是的地方，能够在小孩一年级的時候看到这本书运气不错，学以致用，同时报以科学的态度验证。

18、忘记写评语了，话说我从读教育到研究人口又读回教育了，但综合都是科学心理学完爆全线……（咦？）这书不早出几年呢，我可以送给亲朋好友读一读呵呵呵……（窗口期已过？）（背上中箭无数力图清除它们但我是不是搞错重点）

1、本书是经典再版，英文名为：《NurtureShock：New Thinking About》，前年（2011年）万卷出版社出版时名为《教养大震撼》。因为一直对教育很感兴趣，对家庭教育亦很重视，因此闲时也看过不少育儿书，以观察侄儿侄女们的成长乐趣之一。初读布朗森的这本《关键教养报告》真的被其内容“震”了一下。布朗森说，“少睡一小时，影响孩子的一生幸福”。可是我在指导小侄女做作业时，要求她一定要做完作业才能睡觉，有天晚上因为两张卷子没有订正完，一直拖到十一点改完了才睡。我错了！老爸一直催促我们早点睡，可我坚持要她今日事今日毕，坚持让她做完作业，老爸更有经验和智慧啊。布朗森说，表扬危机四伏，可以催毁孩子的自信。姐姐可能要忏悔了。姐姐早早就把小侄儿送到了学校，五岁上学，十一岁读初中，原来总是被夸聪明，如今调皮贪玩，不爱学习，老是拖着不做作业，让姐姐操心得头发都白了不少。许多书中说孩子是要被夸奖，被赞赏，可是实际上，赞赏不能过，过的结果就会走向反面，孩子变得骄傲，不能承担失败的挫折。布朗森又说，游戏成就自制力，边玩边学是王道。计算机当道的时代，看着家里小侄儿小侄女们抱着电脑玩儿游戏，一玩就是一天。我着急，在我们那个时代，满院的孩子都是在外边跑着跳着活动着啊，现在的孩子天天呆在家里，天天泡在游戏里，爱画画的也不拿笔了，爱看书的也不看了，爱动手的也不动手了，难得的无忧无虑的童年时光难道就这么提前进入了成人的电子世界？对我个人来讲，我宁愿孩子们多动动手，多看看世界，多与人接触特别是与同龄小朋友们一起玩耍，这样更能培养一些真实的体验、情感以及与人交往的技巧，而不是在游戏里以虚拟的形式构建一个虚拟的人生。隔壁的那位年轻母亲怀着孩子，每天早上都放儿歌，爱我就要抱抱我等等。布朗森说，爱的抱抱胜过千言万语，父母爱的抱抱，是宝宝学说话的关键。我又要操心了：小侄女的爸爸妈妈都不在身边，一直和爷爷奶奶在一起，也真是一个问题啊。虽然尽信书不如无书，但是多听多看一份智者的研究，总能纠正一些教育观念上的执念和成见，真的应该“该什么时间做什么事情，顺应孩子的成长”，而想要更科学的育儿，真的也要多看看这些醒人脑的育儿书啊。

2、真的郁闷，打了那么多字的书评，又一次再电脑崩溃中消失殆尽，其实我真的有及时存自己文档的习惯，但是还是失误了。真是无奈。言归正传。这是我少有的给一本书打五分，写了这么多书评，但是给五分的几乎没有，事情总是不完美的。不过如果说到人的心里，那就是完美的了。看过那么多的评论教育类的书籍，很多都是看着那么多的教育理论，我总是要捡点自己需要的，虽然自己不是什么名师，但是还是有点自己的教育思想，所以会有很明显的喜好，至少自己不喜欢的或者说没有什么需要的，我就不怎么关注了。而这本书则不同，我一下子就被扉页上的几个问题所吸引，真的很不可思议，因为扉页上的十个问题简直就是强心剂，我一下子找到了至少两个我想知道答案的问题，并且看过答案的解释之后也很信服上面的说法，这是很不错的书，难道不是么？扉页上主要有设计过的几个问题，答案有几个选项，你可以根据你的理解来选择，比如说，你觉得在班级上什么样的孩子是最喜欢欺负人的，你可能第一个蹦出来的是那些调皮的孩子，其实他们还不是最喜欢找事的，真正喜欢欺负人的反而是班长，我深有感触，我们班的班长就是这样的类型，一个心里有事的的孩子，她喜欢用自己的方式去争取自己的利益，比如说利用老师的喜欢，可是这样的孩子往往也是最娇纵自己的，比如说扫地自己从来不扫，只是喜欢指使别人，我看这样的孩子最不顺眼，因为一个班长的私心是最可怕的，暂时没找到好孩子的情况下，真的只能这样将就下去。怎么成了自己在发牢骚了，可能因为有这样的情况，所以看到书后，我几乎是紧张地翻完了，怕书一下子消失一样，说的真的是很好了，希望能够好好地汲取其中的知识，成为自己的相关知识。另外你还可以找到这样的共鸣，比如你认为什么样的父亲带出来的孩子出问题的少，可能你会希望自己的身边有一个全职的父亲，他能帮你想到所有的问题，你岂不是在天堂，但是实验表明这样的父亲教出来的孩子真的不是完美地，你可能发现，原来与那些不管孩子的父亲教出来的孩子没什么两样，会有点失落吧，但是这也是事实，因为有人专门调查过。许多知识我们的确不用全相信，但是当你发现对方的论证方法非常全面和实际时，你不得不叹服这样的知识是你急需的。我很喜欢这样的书籍，没那么多啰嗦的话，没那么噱头，扎扎实实的，该说的说，不说的就不说，该说的不客气地说，绝对不将就，这就足够了，不是么？如果你已经有了一定的育儿基础，这可以说是你一本提高的绝佳教材，看看绝对没什么坏处。

3、自认为读了很多育儿书籍，看了很多书中的案例，对于一些常见的问题都能轻松应对，可是当我看到《关键教养报告》之后，我对自己的自以为是有所察觉，原来育儿实在是一件太复杂的事情，很多育儿知识都是想当然认为，而没有严谨的科学态度，虽然育儿并不一定要像一些科技领域那样精确

《关键教养报告》

，但的确需要科学的态度。书中前言就这样写道，“本书将传达同样的震撼，运用最新锐、最引人入胜的儿童发展研究成果来揭示：我们为什么不能再相信那些曾一直笃信的教养真理”。在本书的各个章节中，我都看见作者用大量的科学实验和数据来佐证质疑传统观念中认为的“科学的、权威的”教养方法。让我感触颇深的是《睡眠》部分，很多家长都认为孩子睡眠充足，也几乎不会担心孩子睡眠不足，而实验表明现在孩子睡眠越来越少，睡眠障碍会使孩子的大脑结构遭到永久性破坏，导致他们无法进入深度睡眠。青少年的喜怒无常、抑郁、暴食等问题，实际上也是睡眠不足造成的慢性症状。而少睡一小时等于铅中毒……这些严重后果让我不得不大量我家孩子的睡眠，我家孩子从小比别的孩子少睡，白天有时候甚至不睡觉，而我上学的时候，经常会利用凌晨的时间早起背书，然后休息一会再上学，而作者却用充足的实验数据表明“睡不够的孩子记性差”、“别迷信一日之计在于晨”，让我反思自己的学习历程，是否真的是效率低下？曾经为了学习会在凌晨起来背书提高学习效率，现在看来还真是不科学呢！我像很多家长一样，非常重视孩子的早教，只不过我不是那么盲从地去报各种班让孩子学到在家长看来有用的知识，但对于英语学习我还是相信了市面上流行的早期“磨耳朵”的说法，以为最佳的语言学习时期是婴儿期，而作者通过科学实验向读者说明：婴儿期不是唯一的关键期，让我有所释然，一方面是自己在英语早教方面的确没那么投入和“功利”，另一方面也为自己错过的最佳语言学习期而没那么自责了。但我也非常重视作者在《语言能力》得出的结论，孩子说话的早晚以及程度依赖于父母对宝宝的有效回应，于是现在正在实践着这一理论。科学育儿是我们父母教育孩子的一种态度，面对市面上周围人不同的早教理念，我们必须学会甄别，唯有自己用科学的育儿知识武装自己的头脑，才能不断反省修正自己的认知，陪伴孩子健康成长。

4、我非常喜欢这本书的风格，但是这本书的硬伤也很明显。它的优点是简明、通俗、主题突出、论据权威。但问题在于书中的教养关键词及案例的选择过于美国化，在中国（以及其他国家）的适用性偏低了。如平等（种族歧视方面的），在多元化的美国可能是个比较大的问题，但是中国基本没有这样的环境。另，在智商一章中的例子也基本都是美国的情况，中国貌似没有从幼儿园开始的精英教育吧，即便初中、高中进行智商测试的学校也不多。因此，书中多章论述的东西，对中国父母的参考意义都不大。但是，即便与中国国情相差甚远，我依然觉得这本书非常值得一读。而且希望中国也能有作者写这么一本以科学观点切入，颠覆传统思维且适合中国国情的家教书。（不过，以中国心理学研究的现状，近期这类书的出现的可能性，大概还是渺茫的……）

章节试读

1、《关键教养报告》的笔记-自控力

自控力比智商更影响学业。

游戏时间对孩子非常重要，绝对不应该削减。

小孩在游戏中学到的东西，对将来的学业发展至关重要。孩子在游戏中发展这些能力，比在传统课堂上更事半功倍。

角色扮演游戏可以培养孩子的专注。当孩子完全投入游戏时，他们根本不会受外界影响而分心。

让孩子圈出自己作业本里哪些字写得好，可以锻炼孩子的自我分析能力和判断力。

严格地要求孩子自己对照正确答案检查作业，并和同组的小朋友互查，这对他们形成良好的自我意识极其关键。这能让孩子们清楚自己做得如何，何时能够完成。

2、《关键教养报告》的笔记-说谎

当父母教育孩子诚实的同时，也应该告诉孩子说谎是错误的。孩子越常听见，就会越快铭记在心。

。

3、《关键教养报告》的笔记-表扬

具体、明确，针对某一件事情的表扬，才能发挥作用，表扬是否真诚也至关重要。

家长和老师不应该表扬孩子聪明，而应该夸奖他们努力。

4、《关键教养报告》的笔记-社交能力

分配“财产”或独占“财产”是制造兄弟姐妹打架的最主要原因，也就是说，赤裸裸的占有欲才是手足冲突产生的根源。

朋友才是最好的社交老师。

角色扮演游戏是孩子社交技能的最佳体现。

5、《关键教养报告》的笔记-问题小孩

让孩子看到父母之间没有出口恶言，最后又重归于好的冲突，可以提高孩子的安全感，也可以让他们变得合群。

父母吵架或体罚不一定伤害到孩子，孩子最关心的是父母的反应，远远超过他对父母吵架或自己挨打本身的关心。

6、《关键教养报告》的笔记-创造力

那些创造力很强的人，并不是因为他们多么擅长奇思妙想，而是他们善于在发散思维与聚合思维之间切换，然后整合这两种思维模式下的成果。

那些不拘一格，喜欢让孩子面对挑战的家长，更有可能培养出具有创造力的孩子。艰难困苦的环境也能帮孩子提高创造力，艰难困苦本身与创造力并无关系，但这种环境却可以使人更有韧性，这种韧性可以帮助提高创造力。

角色扮演游戏可以有助于培养创造力。

7、《关键教养报告》的笔记-语言能力

帮宝宝学说话的机制不是父母说多少，也不是宝宝听到多少，而是父母在宝宝努力发声时，适时

地给个爱的抱抱。

宝宝学说话的金钥匙：爸爸妈妈的及时回应。

当大人向小孩展示玩具时，不时地转动或者摇晃玩具，或者从孩子的一边挪到另一边，同时告诉孩子这是什么，这是教孩子认识物体名称非常有用的方法。

从不同人那里听到语言，即多人重复能帮宝宝巩固识词。同一句话，变换句子语法、语序可以帮宝宝学说话。名词、动词、连词的位置和搭配变换越多，效果越好。

跟宝宝说：“这是XX，你们找到XX在哪里吗？”有助于婴儿语言发展。

婴儿期不是孩子语言发展的唯一关键期，赢在起跑线上不算赢。

8、《关键教养报告》的笔记-第15页

毅力过人者看世界比较顺眼，外在给他们的烦忧比较少。

毅力和恒心是可以后天培养的吗？答案是肯定的，关键就在于时而给奖赏，时而不给。大脑要学会相信，挫折总是会过去的。如果一个人成长的过程总是伴随着各种奖励，那么他将很难形成坚持的品质，因为一旦奖励消失，他就容易放弃。

不夸儿子聪明，实际上是给他空间，让他能对自己的天赋做出评价。

表扬必须真诚、具体而明确；要表扬孩子的努力和做事过程，而不要表扬他们聪明。

P75

真正有效减少孩子说谎的方式，是告诉孩子：“如果你偷看，我不会生你气，如果你说实话，我真的会高兴。”

如果告诉孩子说真话会让父母高兴，孩子就会打消说谎的念头。

P127

青少年通常对自己生活中的不同领域并不会都想自己掌控。研究发现，青少年是把生活分成多种控制领域的，有些爸妈有权管，有些则应该自己做主。亲子之间紧致，常是因为哪件事归哪一领域，双方看法不一。

那些规则的制定与执行最一致的父母们，跟孩子关系最近，与孩子对话最多。他们在孩子发展的关键方面，设定一些规矩；他们会向孩子解释为什么这些规矩必须存在，为什么要遵守。而在孩子生活的其他方面，他们积极支持孩子的自主权，允许他们自己做决定。这些家长的孩子是最少说谎的。

P134

对青少年来说，争吵的反面是说谎。

孩子说真话的真正动机，是指望父母能让步，允许他们去做他们想做的事情。通常情况下，孩子说真话就意味着一场争吵随之而来，但如果父母最终让步，争吵也是值得的。

争吵是好事，争吵说明诚实。

《关键教养报告》

孩子欺骗家长的最常见原因是，我想维护与父母的关系，我不想让他们对我感到失望。

青少年认为争吵是了解父母的方式，可以有机会听到父母的观点。

争吵是否伤害亲子关系，争吵的频率和程度并不重要，关键看争吵如何结束。

P160

在许多情况下，自控力比智商更能预测未来的学业表现。一个孩子的自我约束能力比头脑聪明更为重要。既聪明又自律的小孩，表现一定相当超群。

游戏时间对孩子非常重要，绝对不该消减。

P172

让孩子看到父母之间的建设性冲突，对孩子来说是件好事。这些冲突没有出口恶言，最后又重归于好。长期下来，这可以提高他们的安全感，也可以让他们变得更合群。

言归于好必须出于真心，如果为了孩子而假装，孩子一定会看穿的。孩子从中学习冲突解决之道，学习如果妥协和和解。如果避开孩子争吵，孩子就是去了一次宝贵的学习机会。

父母吵架或体罚不一定伤害到孩子，孩子最关心的是父母的反应，远远超过他对父母吵架或自己挨打本身的关心。

9、《关键教养报告》的笔记-叛逆

孩子说真话的真正动机，是指望父母能让步，允许他们去做他们想做的事。

愿意和父母争吵的孩子，更加信任父母。

极少数孩子对父母完全诚实，有96%的孩子对父母说谎。

孩子欺骗家长的最常见原因是“我想维护与父母的关系，我不想让他们对我感到失望”。

孩子对父母权威的逆反在十四五岁时达到顶峰。

规则的制定与执行最一致的父母，跟孩子关系最近，与孩子有最多的对话。这些孩子也最少说谎。

不只是有大量空闲时间的孩子才感到无聊，忙碌的孩子也可能感到无聊。父母对孩子的控制性越强，孩子越可能感到无聊。

青少年认为争吵是了解父母的方式，可以有机会听到父母的观点。

争吵是否伤害亲子关系，争吵的频率和程度并不重要，关键看争吵如何结束。

《关键教养报告》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com