

张海波 编著

中国第一本家庭育儿点子众筹书

读书育儿进入互动2.0时代

孩子特别任性怎么办
孩子老爱玩手机、打游戏怎么办
孩子做作业马马虎虎怎么办



微信上家长最关心的

100个问题

面对各种各样的教育理论，家长迫切需要用简单而实用的方法去应对教育中的现实困惑。张海波的这本微信体的“育儿百问”，既有接地气的问题，又有简洁智慧的方法。作为一名经验丰富的少先队总辅导员，他是最懂孩子心思的“孩子王”；作为一位小女生的父亲，他是最有办法的超级奶爸。读懂孩子，欣赏孩子，尊重孩子，陪伴孩子，向孩子学习，是这本书最大的价值。

——卢勤（中国少年儿童新闻出版总社首席教育专家，知心姐姐）

没有任何时代的父母像今天这样需要学习，需要与孩子一起成长，因为这是一个日新月异的新媒体时代，这是一个青少年优势可能高于父母的时代。张海波的新书之所以值得推荐，就是因为他既懂得新媒体也熟知少年儿童及其父母，而这是今日家庭教育指导的两个不可或缺的要素。

——孙云晓（中国青少年研究中心研究员、家庭教育首席专家）

这既是一本教育专家博采众长的家教小百科，同时又是一位好爸爸来自亲身实践的教育心得。既有普遍性，又有针对性。特别适合那些有心教子，但又被繁复教育理论吓退在教育知识门槛外的新手爸妈，这来源于“自媒体”，用“微信体”写就的小书，是本遇到问题、随手翻来的绝佳的育儿指南。阿波老师率先提出“互联网+”下家庭教育变革，利用自媒体，还原家教现场、以问题为中心，化繁为简，我愿意推荐这本书给所有的好妈妈、好爸爸。随身带上这本书，不管妈妈、爸爸去哪儿。

——谢涤葵（湖南卫视著名节目制片人，真人秀亲子互动节目《爸爸去哪儿》节目总导演）

信息社会，特别是进入移动互联网时代，父母在对子女的教育过程中出现了很多新情况、新问题，有幸的是，阿波老师在这些方面做了先行的思考和探索，不仅给了广大父母解决孩子成长中各种问题的具体意见和办法，更帮助家长和孩子获得了一种利用新媒介不断学习，获得自身成长的力量和启示。想做榜样父母的爸妈们，请翻开此书。

——王人平（中国榜样家长、新浪育儿名博）



扫一扫，加入阿波媒介素养，和阿波老师一起来编书



羊城晚报出版社
微信公众号



零售价：39.00元

中国第一本家庭育儿点子众筹书

读书育儿进入互动2.0时代

张海波 编著

孩子特别任性怎么办
孩子老爱玩手机、打游戏怎么办
孩子做作业马马虎虎怎么办



微信上家长最关心的

100个问题

羊城晚报出版社

· 广州 ·

图书在版编目(CIP)数据

微信上家长最关心的100个问题 / 张海波编著. —广州: 羊城晚报出版社, 2015.9

ISBN 978-7-5543-0196-8

I. ①微… II. ①张… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第118419号

微信上家长最关心的100个问题

Weixin Shang Jiazhang Zui Guanxin de 100 Ge Wenti

策划编辑 谭健强

责任编辑 谭健强 王 瑾

责任技编 张广生

封面设计 王云涛

装帧设计 友间文化

插 图 古雯瑶

责任校对 雷小留 麦丽芬 何琳玲 王志娟

出版发行 羊城晚报出版社(广州市天河区黄埔大道中309号羊城创意产业园3-13B 邮编: 510665)

网址: www.yewb-press.com

发行部电话: (020) 87133824

出 版 人 吴 江

经 销 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷 佛山市浩文彩色印刷有限公司

规 格 787毫米×1092毫米 1/16 印张14.25 字数280千

版 次 2015年9月第1版 2015年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5543-0196-8 / G · 371

定 价 39.00元

版权所有 违者必究 (如发现因印装质量问题而影响阅读, 请与印刷厂联系调换)

序

刘堂江

在“互联网+”的热潮中，收到青年才俊张海波（阿波）所编写的《微信上家长最关心的100个问题》书稿，顿感眼前一亮。今天的互联网不但改变了社会各行各业，也深刻改变着家庭教育。新一代家长们，将微信等新媒体手段，作为沟通教育信息、了解教育理念、学习育儿方法的新工具、新媒介。新一代教育工作者，也利用微信等新媒体手段，传播新的教育现念和方法。阿波老师便是我认识的目前活跃在手机屏幕上辛勤、活跃的一位新锐家教专家。

我认识阿波，是源于他所从事的儿童媒介素养教育。作为一名资深的少儿媒体作家和新锐的教育研究学者，他敏锐地把握住移动互联网、智能手机和社交媒体对新一代儿童的影响。近年来，他带领着他的年青的团队，一手抓新媒介对儿童影响的调研，作出非常有影响的研究报告，一手开展了全国领先的儿童媒介素养教育实践。难能可贵的是，他自己还率先使用新媒介，开设“阿波媒介素养”微信公众号，每天把自己作为老师，作为老爸，把生活和工作中遇到的教育问题，一一列出，并且在手机上与家长们的互动。每天一篇，坚持下来，已有600多期。我经常在手机上阅读阿波的微信，也常常为他简洁实用、图文并茂的家教问答内容所吸引、点赞。现在，他将这些在微信上被家长广泛阅读的“微文”以“百问”结集，可喜可贺！在我看来，在目前种类繁多的家庭教育书籍中，阿波的这本“小书”有以下三个重要特点：

一是问题实用。这本书牢牢把握这个时代家庭教育中一些具有普遍性的“热点”、“难点”。与时下一些宏大、严谨的教育理论或基于“狼爸”、“虎妈”之类的个案基础上的育儿心得不同，阿波的这些“微文”，是基于他多年在少年宫工作和自己家教的一线实践基础上所总结出来的问题。这些问题，具体而微，有的放矢，在家长中带有共性。家长们一册在手，即可对孩子成长过程中遇到的普遍问题有一个总体把握，可谓是新手家长的“入门手册”。

二是方法简洁。家长毕竟不是专业的教育工作者，特别是现在年轻的家长们工作、生活压力大、节奏快，没有太多时间，因此家教书籍中所讲的方法应该是简便、快捷的，应该是易记、易学的。阿波的这本书很好地体现了这一点。他用当下流行的“微信体”，要点突出、图文并茂、用语简洁，非常适合当下都市年轻家长的阅读习惯和育儿需求。

三是理念科学。作为一名教育研究者，阿波的这些微文也遵循了科学的教育理念，他提出的“还原家庭教育现场”、“家庭教育回到问题中心”这些朴实的教育理念，我深为赞同。他微文中遵循的“提出问题、分析原因、解决问题”的三段式体例，有利于年轻的家长们养成科学的育儿方法论，既了解使用方法，又不依赖方法，让读者慢慢掌握这些方法背后的深层次教育理念。

希望更多年轻的家长们打开这本书、阅读这本书，并且通过微信继续和阿波老师互动，从“百问”到“十万个为什么”。我认为，正是这些“小小的问题”，构建着家庭教育的宏伟大厦；正是这一个个“小问题”的解决，才能实现为人父母育儿成长成才的大目标。是为序。

（本文作者为中国教育学会常务副会长、
《未来教育家》总编辑）

本书使用说明

在家庭生活现场，从来没有最好的教育，只有最适合的教育。每个孩子都是独一无二的个体，所以教育的问题没有唯一的答案，相反，一个教育问题的解决方案可以多种多样。

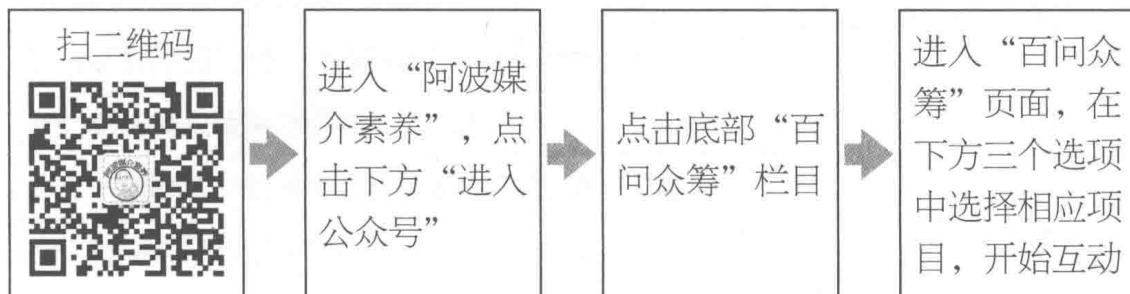
自媒体时代的育儿问答，每位家长不但是问题的提出者，同时也能做问题的解答者。

这就是这本《微信上家长最关心的100个问题》（家教百问众筹版）诞生的初衷——什么是众筹？百度百科解释为大众筹资或群众筹资。请注意，我们众筹的不是钱财，而是智慧，是您在育儿实践中解决问题的金点子。我们相信，智慧在民间，高手在家里。本书特向各位家长众筹家庭教育的点子，下一版书里，就有您智慧的回答。

扫描双码页下方，您就可以进入我们的家教点子“百问众筹”页面，按提示的操作步骤进行。对于任何一个家教问题，您都可以写下自己对此问题的解决妙招，每个问题评论最多或点赞最多的回答，我们将入选进下一版书中，而您也将成为编写下一版书的家长大咖之一。

还等什么，赶紧拿起手机扫描二维码，贡献您的家庭教育心得吧！我们虚位以待！

“百问众筹”互动流程：





第一章 性格问题

第二章 学习问题

第三章 亲子关系问题

第四章 品格问题

第五章 社交问题

第六章 综合能力问题

目录

Contents

第一章 性格问题

1. 孩子胆小怎么办? / 002
2. 孩子很怕黑怎么办? / 004
3. 孩子总喜欢捣乱怎么办? / 006
4. 孩子老是顽皮霸道怎么办? / 008
5. 孩子特别任性怎么办? / 010
6. 如何让孩子改掉丢三落四的毛病? / 012
7. 孩子总为一点小事闷闷不乐怎么办? / 014
8. 孩子一点小事就发脾气怎么办? / 016
9. 如何让孩子做事不再慢吞吞? / 018
10. 孩子特别爱哭怎么办? / 020
11. 一遇关键时刻孩子就特别紧张怎么办? / 022
12. 孩子死活也不肯打针怎么办? / 024

13. 客人一来孩子就“人来疯”怎么办? / 026

第二章 学习问题

14. 家长如何帮孩子培养学习兴趣? / 030

15. 孩子学习“吊儿郎当”怎么办? / 032

16. 孩子上课经常走神怎么办? / 034

17. 孩子上课不敢发言怎么办? / 036

18. 孩子做作业马马虎虎怎么办? / 038

19. 孩子老忘记学过的东西怎么办? / 040

20. 如何帮孩子渡过“幼小衔接”? / 042

21. 孩子哭闹着不肯上学怎么办? / 044

22. 孩子学习缺乏自主性怎么办? / 046

23. 孩子考差了怎么办? / 048

24. 孩子做功课易受环境干扰分心怎么办? / 050

25. 孩子一遇大考就“砸锅”怎么办? / 052

26. 如何处理好“学与玩”的关系? / 054

27. 如何应对“开学综合征”? / 056

28. 要不要天天陪着孩子做作业? / 058

29. 孩子遇到“暴力作业”怎么办? / 060

30. 孩子不愿意去兴趣班怎么办? / 062

第三章 亲子关系问题

31. 孩子做事老爱讲条件怎么办? / 066

32. 为什么家长“说破嘴皮”孩子也不听? / 068

33. 孩子不喜欢和父母交流怎么办? / 070

34. 孩子老爱顶嘴怎么办? / 072

35. 孩子老是对父母大吼大叫怎么办? / 074

36. 家长一时说错话该如何补救? / 076

37. 孩子不肯认错怎么办? / 078

38. 如何让孩子合理发泄不良情绪? / 080

39. 孩子特别依赖爷爷奶奶怎么办? / 082

40. 家长间出现教育分歧怎么办? / 084

41. 孩子对妈妈讲故事不感兴趣怎么办? / 086

42. 如何面对孩子的“十万个为什么”? / 088

43. 为什么定了家规孩子老是不遵守? / 090

44. 如何回答孩子的“性提问”? / 092

45. 我的小小孩“早恋”了怎么办? / 094

46. 女儿为什么突然不和爸爸亲了? / 096

47. 为什么家长越数落孩子表现越差? / 098

48. 孩子老是出尔反尔怎么办? / 100

第四章 品格问题

49. 孩子说谎了怎么办? / 104

50. 孩子喜欢“告状”怎么办? / 106

51. 孩子“顺手牵羊”了该怎么办? / 108

52. 孩子缺乏责任心怎么办? / 110

53. 孩子输不起怎么办? / 112

54. 孩子喜欢“跟风”怎么办? / 114

55. 孩子老爱炫耀自己怎么办? / 116

56. 孩子不爱与人分享怎么办? / 118

57. 如何让孩子拥有感恩的心? / 120

58. 孩子把脏话当笑话讲怎么办? / 122

第五章 社交问题

59. 孩子一到公共场合就变“哑巴”怎么办? / 126

60. 如何让孩子在舞台上大胆表现自己? / 128

61. 教孩子如何与同学打招呼? / 130

62. 不喜欢跟叔叔阿姨打招呼怎么办? / 132

63. 容易被别的小朋友“带坏”怎么办? / 134

64. 被同学欺负了怎么办? / 136

65. 在学校不合群怎么办? / 138

66. 如何教孩子处理小伙伴间的矛盾? / 140

67. 孩子如何适应“新集体”? / 142

68. 孩子如何和不熟悉的小伙伴合作? / 144

69. 与小伙伴吵架后如何重归于好? / 146

70. 兄弟姐妹间常吵架怎么办? / 148

71. 如何让孩子“止怒”? / 150

72. 孩子被别人嘲笑怎么办? / 152

73. 如何教孩子拒绝好朋友的“不当要求”? / 154

74. 教孩子如何向朋友表达不满? / 156

75. 孩子在校遇到紧急情况该如何处理? / 158

76. 教孩子如何向别人求助? / 160

77. 教孩子如何安抚生气的朋友? / 162

78. 教孩子如何鼓励情绪低落的朋友? / 164

79. 孩子如何安慰感到苦恼的好友? / 166

80. 孩子特别怕见生人怎么办? / 168

第六章 综合能力问题

81. 孩子自理能力差怎么办? / 172

-
82. 如何培养孩子的环保意识? / 174
-
83. 孩子沉迷网游怎么办? / 176
-
84. 孩子有电子依赖症怎么办? / 178
-
85. 孩子上网浏览不良信息怎么办? / 180
-
86. 孩子媒介成瘾成“宅童”怎么办? / 182
-
87. 孩子遇到网络诈骗怎么办? / 184
-
88. 孩子上网发布虚假信息怎么办? / 186
-
89. 孩子老爱玩手机怎么办? / 188
-
90. 孩子喜欢在网上晒个人信息怎么办? / 190
-
91. 孩子要去跟陌生网友见面怎么办? / 192
-
92. 孩子遭遇手机色情怎么办? / 194
-
93. 孩子应该怎样“玩”微信? / 196
-
94. 假期孩子成了“电视迷”怎么办? / 198
-
95. 孩子总是缺乏主见怎么办? / 200
-
96. 孩子缺乏想象力怎么办? / 202
-
97. 孩子看问题很片面怎么办? / 204
-
98. 孩子缺乏探索精神怎么办? / 206
-
99. 孩子拿了压岁钱乱花怎么办? / 208
-
100. 孩子“追星”了怎么办? / 210
-

第一章 性格问题



性格决定命运。胆小、怕黑、爱哭、任性、老是顽皮霸道、总是丢三落四……你的孩子会这样吗？遇到这样的情况该如何应对呢？面对这些问题，你有没有想过从自己身上找原因？发现孩子有这些性格上的小问题后，到底该如何正确寻找原因并且“对症下药”呢？试试阿波老师的这些小妙招吧！

[查看全文](#)

1. 孩子胆小怎么办?



有的家长说，自己的孩子胆子特别小，在学校里很内向，比较被动，有时候还会被其他同学欺负，该怎么办?



软弱怕事的孩子一般比较被动退缩、胆小害羞等。要真正帮到孩子，首先要弄清楚孩子为何会这样。每个孩子的成长经历都不同，性格的形成大体上受两方面影响：

一、家长本身的性格

照顾孩子最多的人（也许是父母、爷爷奶奶、保姆），他的性格特点对孩子的影响很大。如果养育者本身很软弱胆小，孩子很可能形成同样的性格。

二、家长的教育方式

孩子性格的最初影响来自于家庭，以下的几种教育方式，容易造就孩子软弱怕事的性格。

1. 家长对孩子的一切包办代替，担心孩子做不好，也怕孩子吃苦，而不让孩子动手。这就剥夺了孩子磨炼独立能力的机会；2. 喜欢用批评、责骂等不良方式教育孩子，或喜欢强制性地控制孩子，这样会让孩子失去尊重、自信而变得软弱、害怕做错；3. 成长事件的影响。孩子感觉父母偏爱其他兄弟，或父母经常吵架打架，又或是孩子曾长时间和父母分开生活，导致从小缺乏安全感。



阿波老师
分析原因



一起想办法，还有啥妙招？扫码告诉我！

阿波老师支招 

家长可以针对不同的原因来进行调整。如果是养育者一方性格比较软弱的，要注意调整自己的行为，并引导孩子向较强大的一方认同，家长的言传身教是很重要的。如果是家庭的互动导致孩子性格软弱，家长需要注意调整三个方面：

1. 放手让孩子学会生活

无论做得好不好，他都需要通过实践的磨炼来培养独立勇敢的性格。

2. 尊重孩子，用正面的教育方式替代负面的教育方式

如果孩子经常受到批评责怪，他就不敢去表现和尝试；如果孩子经常受到肯定和鼓励，他就会用一种积极、肯定的眼光来看待自己，他会勇于去学习、尝试和锻炼，遇到挫折也不轻易放弃。

3. 要耐心地给予足够的关心和照顾

对于缺乏安全感的孩子，家长要耐心地给予足够的关心和照顾，关注孩子的内心需求，帮助孩子重建安全感。

在具体行为上家长还可以这样做：

1. 让孩子经常和胆大勇敢的小伙伴或亲人在一起，耳濡目染地慢慢产生影响。

2. 让孩子多参与集体活动，父母在一旁观察或回避，让他们有一个自由无拘束的空间。还可以经常带孩子到视野开阔的郊外或公园，鼓励孩子自由自在地玩耍和探索。

3. 如果孩子恐惧一个新的地方，或不愿意参加活动，不要强迫他去适应和参加。要尊重孩子的节奏，耐心引导并提供他喜欢和熟悉的东西，让他可以放下恐惧，慢慢地适应。

4. 当孩子表现出害怕软弱时，不要责怪他，应第一时间保护他，安抚他的情绪。

5. 当孩子偶尔表现出自主或大胆的表达时，无论家长认为是对还是错，都要多给予孩子积极的鼓励和认同，正面地强化孩子这个可贵的转变。



一起想办法，写下你的妙招：

2. 孩子很怕黑怎么办?



每到晚上关灯睡觉的时候，不少家长都会听到自己的孩子喊：“妈妈，不要关灯，我怕！”很多孩子虽然到了幼儿园中、大班，甚至小学，还是非常怕黑。到底是什么原因导致孩子怕黑？家长们又应该怎样解决这个问题呢？



很多孩子都有怕黑的经历，相对来说，2~6岁的孩子更容易怕黑。这是因为，这个年龄段的孩子，想象力已经非常丰富，但由于认知水平还不够成熟，总是会把黑暗中的模糊事物想象成怪物、妖怪等可怕的情形。随着年龄的增长，认知水平的提高，怕黑的心理会渐渐消除的。有些孩子由于看了一些恐怖的电视，或者受到他人的恐吓后，特别容易怕黑。



**阿波老师
分析原因**



一起想办法，还有啥妙招？扫码告诉我！

