

中学生家长手册

——对初中孩子家庭教育的建议

吴宁 柳树功 编著



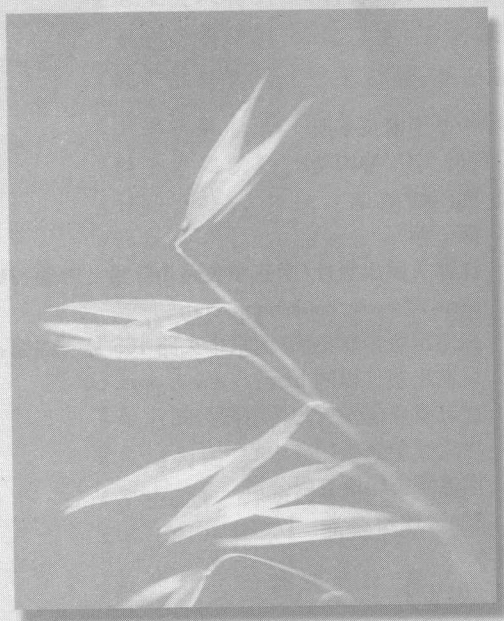
ZHONGXUESHENG JIAZHANG SHOUC

凤凰出版传媒集团
江苏人民出版社

中学生家长手册

——对初中孩子家庭教育的建议

吴宁 柳树功 编著



ZHONGXUESHENG JIAZHANG SHOUC

凤凰出版传媒集团

江苏人民出版社

对初中孩子家庭教育的建议

构建社会主义和谐社会,已经成为全社会的共识,家庭作为社会的细胞,其地位和作用毋庸置疑。子女能否顺利成长,对家庭和谐关系极大。本书对象主要是正在读初中的孩子们的家长,作者提供一些建议,力图帮助家长们完成好这段时期的子女家庭教育。

不知道这本书将通过什么方式到达您的手中,忙于工作和家务的您,是否会偶尔翻它一翻。如果在您孩子初中毕业时,您才见到这本书,也许会有些许遗憾。

序

德国电影《英俊少年》的主题歌《小小少年》，道出了青少年成长过程中的必然现象：

小小少年，很少烦恼，眼望四周阳光照。

小小少年，很少烦恼，但愿永远这样好！

一年一年时间飞跑，小小少年转眼高，

随着年岁由小变大，他的烦恼增加了。

小小少年，很少烦恼，无忧无虑乐陶陶。

但有一天，风波突起，忧虑烦恼都来了。

一年一年时间飞跑，小小少年转眼高，

随着年岁由小变大，他的烦恼增加了。

初中，就是这样一个烦恼期，身体苏醒，活力四射，但尚未成熟，也生出许多家长看不懂的莫名其妙。怎样引导孩子顺利度过初中这个烦恼期，更加健康地成长？这是许多家长面临的问题，吴宁、柳树功同志在这本书中，急家长之所急，急社会之所急，提出了许多有价值的建议。作为“第一读者”，这里仅结合自己的个人体验，说几点感受和想法。

第一,为孩子拓宽获得教养的途径。诺贝尔文学家获得者、瑞士作家赫尔曼·黑塞说过:“为获得真正的教养可以走不同的道路。最重要的途径之一,就是研读世界文学,就是逐渐地熟悉掌握各国的作家和思想家的作品,以及他们在作品中留给我们的思想、经验、象征、幻象和理想的巨大财富。”本书认可并强调了这一点,许多家长也明晓这一点。如果能够持之以恒,让孩子在阅读的过程中不断获得精神的滋养,那是非常有意义的。但我们还要注意,阅读经典只是孩子获得教养的“最重要的途径之一”,一个负责任的家长应该努力拓宽孩子获得教养的途径,其中十分重要的,就是努力成为孩子人生的榜样,让自己成为孩子获得教养的途径。人们常说,家长是孩子的第一任老师,而且还必定是孩子的“终身教授”,所以,怎样做一个家长,首先是怎样做人的问题。当然,获得教养的途径还有很多,这里主要的是强调一种意识,一种要有让孩子获得教养的意识,有了这种意识,“一条大路宽又广”,“条条大路通罗马”,我们的孩子一定能茁壮成长。

第二,要把孩子培养成成人,而不是半人。早在半个世纪之前,梁思成先生就提出忠告,不要把学生培养成半人。在梁先生看来,当时的教育已经畸形,畸形的教育正在培养畸形的人,——有的人空谈人文,拒绝科技;有的人埋头科技,排斥人文。梁先生倡导培养科学素养与人文素养相融兼长的人才。而今天,“半人教育”的现象更为普遍,很多学校和家长,只是关心学生的分数,而不关注学生的灵魂,培养的是一种空心人;只是关心学生的今天,而不是关注学生的长远,培养的是短跑选手。有的家长振振有词地喊出:“不能让孩子输在起跑线上!”其实,我们应该追问,起跑线在哪里?目标又在哪里?我们准备让孩子跑多远?我们让孩子怎样跑?千万不能因为野蛮的训练,早

早废了孩子。本书在培养学生德性方面,在“学做真人”方面,有相当的篇幅,我想这是“基于问题”的,值得充分肯定。家长要从“全人”角度去理解人生竞赛的问题。“全人”最重要的品质是什么?怎样培养“全人”?家长则应该回到原点去思考。联合国教科文组织在《教育——财富蕴藏其中》中强调:“教育的基本作用,似乎比任何时候都要大于保证人人享有他们为充分发挥自己的才能和尽可能牢牢掌握自己的命运而需要的思想、判断、感情和想像方面的自由。”这段话其中很多的意蕴是值得我们反复体悟的。

第三,从经验走向科学,创造理想的家庭教育。西方谚语说:上帝不能亲自到每家,所以他创造了母亲。从这个意义上说,父爱、母爱对于绝大多数孩子都是相似的。那为什么有的家庭教育不成功,甚或失败了呢?除了上帝创造的父亲、母亲有所“变异”外,还因为家庭教育也有方法和艺术的问题。传统的家庭教育基本上是经验性的,凭印象、凭感受,所以造成很多让家长自己的失误。吴宁、柳树功同志所做的努力,用一句话概括,就是让家庭教育从经验走向科学,就是让我们明白,上帝创造了我们,我们还要自己创造自己,才不愧于“父亲”、“母亲”这个伟大的称号。本书基于初中学生身心发展的特点,以教育民主为思想的底色,全面地分析了初中生成长面临的诸多问题,系统地提出了“怎样做”的技术和艺术,我相信对广大读者是有价值的。如果能身体力行,科学实践,不仅是对孩子,对社会也是一份贡献,不仅是孩子会成长得更健康,家长也会与孩子一同成长。

初中生这个年龄段是美好而敏感的季节,那些“烦恼”处理不好会变为成长的问题;处理得好,则是生命的乐章。台湾诗人沈花末的《十四岁》,其中的一段是:



夕阳藏在教室之后

一组婉约的音乐拨动你十四岁的

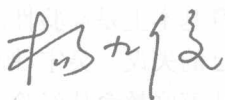
纤细神经

你十四岁的脸颊是优美墙壁

惊战的芦苇

风声寻着花草奔来

这节诗与《小小少年》可以形成互文。怎样呵护这份美好？吴宁、柳树功两位作者提出了这么多建议，我也借两位的“话头”说了些读后的感受，其实，也是阐说了自己的经验和态度，目的与作者一样，是想把初中生家庭教育这部生活的大书写得更好，把孩子健康成长的生命琴弦奏得更加优美。说得不到位的地方，只能请吴宁君和读者朋友包涵见谅。是为序。



2008年6月18日

目 录

引言 1

第一篇 勇敢承担“艰难的冒险”

家庭教育决不是辅助教育 父母的责任无人可以替代

家庭教育对家庭的重要性 3 家庭教育对社会的重要性 7

令人眼花缭乱社会转型期 做父母是“一种艰难的冒险”

我们进入了全球化时代 10 做全球化时代的父母要有心理准备 11

人生成长的风暴期关键期 初中阶段孩子将急剧变化

青少年期生理发生变化 14 孩子在智力上发展状况的特点 15

自我认识、伙伴关系与道德品质的发展特点 16

学校与教育状况今非昔比 现在的初中学什么和怎样学

初中课程计划与实际操作 18 国家制定义务教育课程标准的原则 19

我国几十年来的教育改革历程 20 要使子女出类拔萃,家长应当如何应对 22

在法律的规范下教育孩子 教育与受教育是权利也是义务

《中华人民共和国宪法》(以下简称《宪法》)有关教育的部分 25 《中华人民共和国教育法》有关部分 26

《中华人民共和国义务教育法》有关部分 29

《中华人民共和国未成年人保护法》有关部分 32 《家长教育行为规范》 35

《中小学生守则》 36 《中学生日常行为规范》 37

第二篇 打开家庭教育的天地

人与人交往最根本的技术——沟通 43

做子女永远的倾听者——与孩子的沟通

“孩子的话永远是对的”——确立无条件倾听的关系 45 孩子不是你的私产——确立与子女关系的平等观 46 给孩子以个人的空间——尊重子女包括他的隐私 48 少些“决定”，多些建议——人归根结底是要靠自己教育自己的 51 鼓励得当，避免唠叨——话多了不灵 52

不要等老师来了电话才重视——与老师的沟通

主动认识并记住孩子的老师——尊师才能重教 54 参加家长会是与老师沟通的重要机会——参加更要参与 55 与老师沟通过程中分寸的把握——义为利先是正道 57 与老师联系的目的与方法——多种途径皆为造就人 58

关注孩子成长的“教环境”——与孩子的同学、亲友的沟通

与孩子同学的沟通 60 与亲友的沟通 61

更多的沟通渠道——借助社区、大自然和校外教育机构 63

跟上网络时代的步伐——掌握媒体技术

参加社区活动——与身边的居民沟通 63 到大自然中去——与自然环境的交流 64 利用校外教育机构——与人文、历史的对话 65

第三篇 掌握教育的技艺

做人教育是家庭教育的第一要务 “千学万学学做真人”

帮助孩子树立人生目标——“取法乎上，仅得其中” 71 培养勤劳习惯从做家务开始——“世界上一切坏事都是从不劳动开始的” 73 责任感是做事成功的保证——“居之无倦，行之以忠” 76 学会感恩从关爱父母开始——“百行孝为先” 78 关爱他人——“仁者爱人” 82 诚实是立身之本——“人而无信，不知其可” 86 让孩子学会宽容——“夫子之道，忠恕而已” 89 不要过度关心孩子——“过犹不及” 92 培养孩子从

- 小理财的习惯——“君子爱财，取之有道” 95 把贫穷转化为学习的动力——“天将降大任于斯人也” 98 家境富裕如何教育孩子——“培养一个绅士要三代人” 101 重视交往合作能力的培养——“君子以文会友，以友辅仁” 103 培养正确的竞争态度，锻炼经受挫折的能力——“他山之石，可以攻玉” 107 预防未成年人犯罪，一个不得不说的沉重话题——“养不教，父之过” 110

面对终身学习型社会 当好参谋而不是做监工

- 让孩子拥有不断学习的动力——“知之者不如好之者” 115 正确发挥外部因素对学习行为的推动作用——培养君子不可一味“喻于利” 119 学习自信心的培养——“成功是成功之母” 123 提出适当要求，引导孩子建立发展性目标——“要向大的目标走去，就得从小的目标开始” 127 让孩子始终保持乐观健康的精神状态——“好之者不如乐之者” 130 重视孩子注意力的训练——事半功倍的秘诀：向单位时间要效益 134 孩子学习偏科要正确引导——初中教育是基础教育 137 不要让孩子对老师有抵触情绪——“见善从之，闻义则服” 142 怎样对待孩子的考试与成绩排名——不动声色，冷眼旁观 145 如何面对孩子铺天盖地的作业——当好参谋，做好服务 149 孩子学习“粗心”并非小问题——不是缺点而是最低级的错误 152 初中英语学习策略——听说读写，熟能生巧 155 初中数学与物理学习策略——理性思维，逻辑训练 158 初中语文学习策略——扩展阅读，勤于练笔 162

为健康平安的一生奠定基础 身体健康是 1，其余是 0

- “健康是吃出来的”——孩子吃什么好？ 166 不健康也是吃出来的——孩子不宜吃什么？ 169 小心肥胖——“腰围与寿命成反比” 172 近视问题不可小视——近六成初中生视力不佳 175 家庭怎样安排孩子的身体锻炼——仅仅依靠学校是远远不够的 179 孩子从小不要沾染烟酒——“勿有恶小而为之” 183 合理用药，远离毒品，珍爱生命——一失足成千古恨 186 强化安全意识，预防为主，冷静面对危急情况——未成年人首要是自救 189



心理调适家长有责任 孩子进入青春期更需要关注

家就是帮助孩子放松心情的地方——舒适的家,是快乐最大的源泉 193

孩子心理是否健康——专家提出 10 条标准 195 厌学与考试焦虑等学

习心理问题——初中生的通病 197 青春期抑郁症要及时诊治——药

物与心理治疗并重 201 撒谎等社会行为问题不全是品德问题——深

层心理问题要重视 203 逆反或顺从——孩子人际交往的心理健康脉

搏要把准 206 对嫉妒等人格发展的心理问题要注意矫治,培养阳光男

孩和阳光女孩 211 青春期孩子性心理健康问题——“性的意识在人格

形成中占据了极其重要的地位” 214

做一个称职的家长 怎样面对你可能遇到的诸多问题

父亲、母亲,一个也不能少——健全家庭也要防止角色缺位 218 关

注的程度、时间的分配、引导的方法——都要列入你的议事日程 221 如

何对孩子奖励与惩罚——慎用物质手段 224 让孩子适当参与家庭事

务——把孩子当成家庭重要一员 228 为了孩子改掉自身的坏习惯、坏

毛病——“责任感多半使人高尚” 230 夫妻即便争吵也要尽量避开孩

子——从孩子的角度多想想 233 假如家庭教育的重任落在你一个人

身上——学会利用困难与挫折 236 孩子的祖父母辈如何实施家庭教

育——关注“留守儿童” 239

孩子面临下列重大问题 家长切莫疏忽

是否选择“重点校”——怎样让孩子面对择校现实 242 对“网瘾”要有

足够的戒备——如何对待网络、电视等传媒 245 读书是求真知不可替

代的方式——读书习惯的培养期不可再错过 251 大众文化和消费社

会的衍生物——追求时尚消费及其应对策略 257 “课内不足课外补”

的利弊——为孩子请家教要慎重 261 假期的安排比学期还重要——

精心策划假期及双休日程 263 不要泯灭了孩子的天赋——爱好、特长

的培养与基础教育 267 初三毕业后到哪里上学——关于升学、择校、

留学的建议 269

附录 给初中孩子及家长推荐书目 273

第一篇

/// **勇敢承担“艰难的冒险”**

家庭教育绝不是辅助教育

父母的责任无人可以替代

有人认为,孩子的教育主要是社会的责任,现代社会分工日趋完善,三岁之后就可以进幼儿园,再往后,更有义务教育在等着孩子,从小学到初中,国家有规定,必须受教育。初中之后,如沿海发达地区,有90%的孩子继续就读高中、高职,其中又有大约70%的孩子会进入大学学习。

看起来,家长的责任只要管好孩子的生活就行了,教育嘛,交给学校负责。不仅部分家长这么看,连不少老师也认为,家庭教育是学校教育的辅助。

家庭教育果真是辅助教育吗?在孩子教育中父母到底具有什么样的重要性?这个问题我们可以从两个方面来认识,即家庭教育对家庭的重要性,家庭教育对社会的重要性。

一、家庭教育对家庭的重要性

1. 家庭教育是人类血缘关系派生出来的对后代的生命之爱的行为,种教育无人可以替代。

“开车要有执照,你生下了孩子,难道就自然具备了做家长的资格?”这种说法,是质问家长的,意思是教育不好孩子,就没有做家长的资格。这种质问是片面的,甚至是错误的。家长可以

反问,你说我不合格,你说谁能像我爱孩子那样来对待和教育我的孩子呢?谁能够自觉自愿、任劳任怨、无条件地承担教育别人的孩子的责任呢?这里就涉及到家庭教育权利的问题了,家庭教育权是父母生存的一项生命权,具有唯一性、不可剥夺性。

血缘关系的根本性,先辈对于后代那种与生俱来的责任心,维系了人类整个种群的存在,其意义是无尚伟大的。因此家庭教育是血缘之爱的一种现实表现形式。只有父母,对子女不成才有揪心之痛,也只有父母,为子女的成材而由衷欣慰。所以,对父母要在儿女身上实现自己未曾实现的梦想,我们不要过多责备,而是要看到其内在的依据和合理性。天下有哪个父母不希望看到自己的生命和愿望在自己的下代身上得到延续呢?

2. 生存教育、自立教育,首先要在家庭中进行,这种教育在中国尤其要依靠家庭。

近些年来,“啃老族”的现象已经引起社会广泛关注,不少人批评中国家庭对子女的自立教育的薄弱,认为中国父母对子女的自立教育远不如西方发达国家,甚至不如动物。言辞虽然尖锐,但颇有道理。动物在养育后代时一般分两步走,第一步是断乳,教后代自己进食,认识环境,并教其觅食生存。第二步,到一定阶段就要把后代“扫地出门”,使依附生存变成独立生存。日本曾经拍过一部《狐狸的故事》,老狐狸在驱赶小狐狸出门时,是毫不犹豫的,在这点上,动物似乎更“理智”。

人类中的父母们为什么不一定做得更好,原因之一是自己的认识不到位;另一方面,跟人类独立生存的复杂性有关,这决定了人类父母对后代的独立生存要付出更多的时间、智慧和代价。

好的家庭教育能够及早地和更完善地实现后代的独立生

存,如劳动和创造财富的能力、学习知识的能力、与社会成员交往的能力、承担责任的意识和能力、创造和抓住个人发展机遇的能力、领导其他社会成员的能力等等。这样的家庭教育出来的后代基本上能够顺利走完自己的人生道路,甚至还能有杰出的创造;反之,独立生存能力教育很缺乏的家庭,其后代往往在人生道路上出现种种重大问题,面临诸多挫折。

人类家庭在个体生存和完全自立之间有一个较长的时期,这个时期正是父母对子女进行家庭教育的时期。人类社会远较动物社会复杂得多,层次多得多。这种生存教育、自立教育,包括生理自立、劳动技能自立以及精神自立。人类个体的社会性的养成比动物个体的社会性的养成要艰巨得多,人类父母进行家庭教育的时间和付出的精力也远比动物多得多,尽管人类的智商要比动物高得多。

3. 家庭教育的实质是家庭利益的体现。

家庭是一种生命体,它不但历史地存在着,现实地存在着,而且将来也会长期地存在着。家庭的荣辱兴衰,不但在漫长的封建社会极大地制约了每个家庭成员的贫富进退,在现在乃至今后相当长的社会现实中,家庭的状况、家庭的利益也都将强烈地影响其子女的生存与发展,这种客观上存在的不平等、不平衡,绝不是短期内就能消失的,这也就决定了家庭利益必然会制约家庭教育。

家庭,由两性组成的生命体,人类个体生命与群体生命之间的衔接。正是因为有这种衔接,才使 16~18 岁以前的孩子得以成长。我们把 16~18 岁以前的孩子称为“未成年人”,就是指他作为“人”,是一种正在形成中的人。正是作为生命体的家庭,为未成年人提供了生长环境,并作为未成年人向独立生存发展的



引导力量,使“未成年人”最终得以变成“成年人”。也正是基于父母在家庭中的地位与贡献,才可以在法律上把“父母”定义为“监护人”(对非独立个体的生存和成长的监护)。

那种以为只要把孩子送进学校,一切教育的责任都由老师承担的想法,到头来会发现,无论是好是坏,一切的结果都由家长来接受,如果酿下的是苦酒,捏着鼻子喝下去的必然是家长,别的所有人顶多表示同情而已。子女成长顺利与否,与家庭利益休戚与共。

4. 子女要独立、有用、有为,家庭教育责任重大。

家庭教育的本质首先是生存教育或自立教育,但是,生存教育或自立教育不能代表家庭教育的全部内容。对于人类的家庭教育来说,还有比生存和自立更为丰富和重要的内容,那就是超越于现实之上的多层次多境界的人的精神追求,而这也是人类家庭教育高于动物的本质特征之一。也就是说,在培养子女独立生存能力,成为一个独立人之后,家庭教育还有更高的目标,要把子女培养成为一个“有用人”,进而培养成“有为人”(伟大人)。中国传统文化讲“修身、齐家、治国、平天下”,所谓“修、齐、治、平”,把个人的立身与有益于天下联系起来,作为最高的人生境界。

当然,并非每一个家庭在对子女精神层次的提升方面都完成得很出色。实际上,对更高精神层面的追求,只是部分家庭完成得比较好,并且是在不断地发生着消长和有无的变化。这种家庭间的差异,决定了能否培养出干成大事业的后代,即所谓出类拔萃的人才。如果只是局限在现实层面上进行教育,将使后代在精神上变得狭隘、保守而作为有限,容易压抑和摧残子女的个性,使后代人生平庸。