

北京市家庭教育研究会 当代家庭教育报◎联合组织编写 主编◎段兰华 副主编◎马新 张桂明 李德华

家长学校系列教材丛书

好父母成就 好孩子

——百名校长为家长支招

好校长带出好家长，好家长育出好孩子

招招在理，招招管用

数十年的经验累积，浓缩凝练成一篇篇实用指南

精辟深入的话题探讨，帮助望子成龙的父母看得更高、更远！

一本
让千万家庭
受益的
教育宝典

九州出版社
JIUZHOU PRESS

好父母才能 好孩子

—— 如何培养孩子的行为习惯 ——

张其成 著

北京出版社

（北京）

ISBN 7-200-07111-1



好父母成就 好孩子

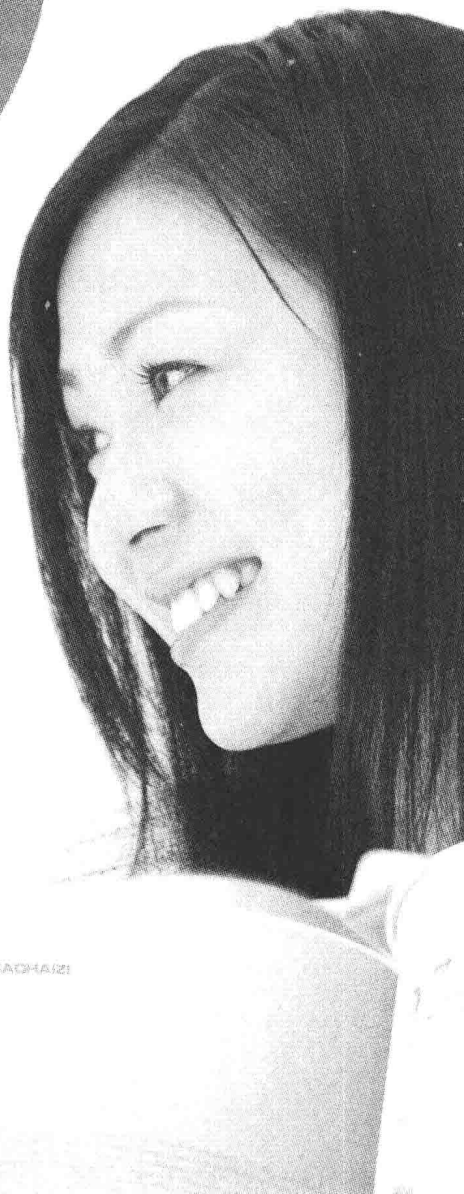
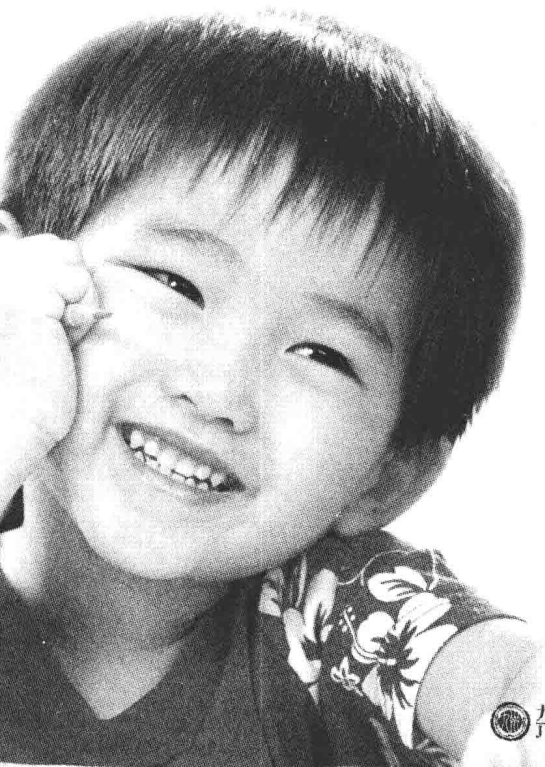
一百名校长为家长支招

好校长带出好家长，好家长育出好孩子

招招在理，招招管用

数十年的经验累积，浓缩凝练成一篇篇实用指南

融汇深入的调查研究，帮助望子成龙的父母看得更高、更远！



HAOFUMU
CHENGJIAUHAOHAIZI

九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

好父母成就好孩子：百名校长为家长支招 / 段兰华主编.
—北京：九州出版社，2009.1
ISBN 978-7-80195-903-4

I. 好… II. 段… III. 家庭教育—通俗读物 IV. G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 209614 号

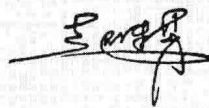
好父母成就好孩子：百名校长为家长支招

作 者 段兰华 主编
出版发行 九州出版社
出 版 人 徐尚定
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)
发行电话 (010)68992190/2/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 三河市东方印刷厂
开 本 720×1020 毫米 16 开
印 张 19
字 数 440 千字
版 次 2009 年 1 月第 1 版
印 次 2009 年 1 月第 1 版 第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-80195-903-4/G·391
定 价 32.00 元

★版权所有 侵权必究★

素质教育，从孩子抓起；
家庭教育，从父母抓起。

家校携手 共筑和谐



北京市妇女联合会主席

家长学校系列教材丛书

编辑委员会

总 顾 问：陶西平 赵津芳 兰宏生
总 编：李彦梅
总 编：李彦梅
执行总编：李国琴 蔡福全
指导专家：赵忠心 王宝祥 闵乐夫 关鸿羽 刘翔平
赵正中 胡玉顺 李勇极 尚秀云

编委会主任：陈银亭
副 主 任：王燕英 郝素梅 杨济英
委 员：石 磊 段兰华 冯玉梅 王 欢 李秀琴
张兆宏 宋德惠 崔永生 荆宝玲 闫 伟
刘向东 李树东 李乃让
总 策 划：李 江 朱福全

本 册 主 编：段兰华
副 主 编：马 新 张桂明 李德华
本 册 编 委：邢明伟 王文月 朱福全 李 江 王炜辉
孙 娜 郭建政
本册总策划：段兰华

总序

作为现代教育，教育的主体已经明显地呈现出多元化的趋势。在相当长的时间里，我们争论教育的主体还是局限在以教师为主体还是以学生为主体的问题上，最终形成了“以教室为主导，以学生为主体”的共识。其实，现在发现这不过是在研究教学过程中教与学的关系，就学生的成长而言，教育的主体已经远远超出了这个范围。

家长对子女的期望值越来越高，社会的多种信息渠道对孩子的影响越来越深，广泛的社会联系使得形形色色的社会现象每天都在冲击着学生的心灵。因此，教育已经超出了学校教育范围，孩子的成长受着多重教育主体的参与，促进或者制约着孩子个体的发展。

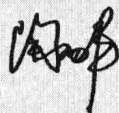
这其中家庭是最早的，最亲近的，也是最经常的教育主体，它既有言传身教又有环境濡染，既体现对孩子的关爱又体现家长的价值取向，是一种浸透亲情，持续不断的教育。在许多孩子的成长历程中，家长的影响有时甚至会超过教师。当然，有的家庭培养出好的公民、好的人才，也有些家长耽误了孩子的一时甚至一生。

所以，加强对家庭教育的指导就成为一项社会的责任。这种指导是试图帮助家长在提高自身修养的同时，了解更多的教育学、心理学以及相关的法律、伦理、生理等方面的知识能力，我想这肯定是家长的普遍需求。

由北京市家庭教育研究会、当代家庭教育报组织编写的《家长学校系列教材》正是适应这种需求的一套丛书。这套丛书有着很强的针对性、科学性、可读性和可操作性，由长期在家庭教育指导战线工作的专家、学者、新闻工作者参与编写。这套丛书没有空洞的说教，而是从当代学生家长经常遇到的问题出发，深入浅出地阐明原因，提出科学的解决问题的方式、方法和建议，有着很强的实用价值，可以作为中小学校、家长学校开展家

庭教育指导的用书，更可以作为每位家长经常翻阅的身边读物。

期待着这套丛书以它的科学精神与真诚态度，以它的不求华丽只重实用的文风，为我国的家庭教育指导工作注入新鲜的活力，为广大家长增添一位良师益友。

A handwritten signature in black ink, appearing to read '王康' (Wang Kang), written in a cursive style.

北京市社会科学联合会主席，国家总督学顾问

序

家庭教育在未成年人思想道德建设中具有特殊的重要作用。家庭教育指导工作的任务就是普及家庭教育知识，推广家庭教育的成功经验，帮助和引导家长树立正确的家庭教育观念，掌握科学的家庭教育方法，提高科学教育子女的能力，组织家庭教育的科学研究与实验，建设和谐家庭。《家长学校系列教材》丛书以数百个提问及解答的形式实施对家庭教育的指导，很有针对性地解答了家庭教育中的诸多具体事宜，操作性强，很有实用价值。

当前，家庭教育中出现了一些误区，社会上家庭教育的声音多而杂乱，家长们往往不知所措，产生了很多困惑。我们的责任就是要奏响主旋律，让主流的声音更强更有力。什么是主流声音？就是《中共中央国务院关于进一步加强未成年人思想道德建设的若干意见》中指出的“各级妇联组织、教育行政部门和中小学校要切实担负起指导和推进家庭教育的责任。”《家长学校系列教材》丛书由北京市妇联主管的、北京市家庭教育研究会主办的《当代家庭教育报》组织有关家庭教育专家和一线教育工作者组成编委会编写而成，是一套可以信赖的家长学校教材。广大家长学校的老师和家长们可以对本系列教材提出好的意见和建议，也可以积极参与共建共享，在本教材今后陆续出版的过程中，让自己的作品也纳入其中，不断丰富和提高本教材的内容和水平。

兰宏生

国家督学、原北京市家庭教育研究会会长

目录

巧架亲子心灵之桥

- 了解孩子 注重点化 / 3
- 理解孩子——教育成功的法宝 / 6
- 做智慧父母 建幸福家庭 / 8
- 把教育做到孩子心里 / 11
- 树立正确的沟通观念 / 14
- 亲子沟通有妙招 / 16
- 消除隔阂，与孩子和谐相处 / 19
- 沟通——通向成功家庭教育的桥梁 / 22
- 请给孩子争辩的权利 / 25
- 家长要学会换位思考 / 27
- 您的孩子真“行”吗 / 30
- 要学会和孩子玩儿 / 32
- 相信孩子一定能成功 / 35

让孩子爱上学习

- 让孩子轻松跨进校门 / 39
- 家长应与孩子一同入学 / 42
- 装“傻”偷“懒”也相宜 / 45
- 培养孩子良好的学习习惯 / 48
- 培养孩子重视预习的习惯 / 51

- 孩子学英语 家长演配角 / 54
- 帮助孩子养成良好的学习习惯 / 57
- 培养良好的学习习惯从“小”开始 / 60
- 正确引导孩子完成家庭作业 / 63
- 督促孩子完成家庭作业 / 66
- 家长要学会“导、扶、放” / 69
- 如何让孩子爱上读书 / 71
- 让孩子在阅读中快乐成长 / 73
- 阅读习惯早培养 / 76
- 创建学习型家庭 / 79
- 创学习型家庭，促孩子全面发展 / 82

教育就是习惯养成

- 好习惯是人生第一素质 / 87
- 好习惯让孩子受益终生 / 89
- 习惯决定孩子的一生 / 92
- 成功始于习惯 / 94
- 培养孩子良好习惯要有具体要求 / 97
- 让孩子与好书为伴 / 99
- 家庭教育要从培养习惯开始 / 101
- 孩子爱花钱怎么办 / 103
- 网络对青少年的影响 / 106
- 不要让电视影响孩子的身心健康 / 108
- 如何改掉孩子磨蹭的习惯 / 110
- 精致家教促和谐 / 113
- 培养孩子的有意注意力 / 115

好品格，好人生

- 如何培养孩子的交往能力 / 121
- 培养孩子的公德意识 / 123
- 家长遭遇“小白眼狼”怎么办 / 126
- 教孩子学会感谢，懂得感恩 / 129
- 百善孝当头，习惯勤培养 / 132

重视孩子的人格教育和挫折教育 / 135

三招培养孩子的责任心 / 137

“伙伴教育”不可少 / 139

教育孩子应从培养品德入手 / 142

让孩子充满爱心 / 145

“爱心橙柑”的启迪 / 148

对付孩子说谎有四招 / 151

应对孩子说谎的策略 / 153

给孩子的心灵洗个澡

身体健康，心理更要健康 / 159

怎样化干戈为玉帛 / 162

家长“悦”欣赏，孩子越健康 / 166

家教三味：信任、赞扬、爱 / 169

正确对待孩子的嫉妒心 / 172

面对灾难，如何对孩子进行家教 / 175

单翅，也要让他们飞起来 / 178

单亲家庭的孩子同样不能溺爱 / 180

孩子，请你扬起头走路 / 182

家校合作育好苗

家校结合，共育好苗 / 187

家校沟通要讲策略 / 190

让信任架起家校教育的桥梁 / 193

多种形式推动家校携手 / 195

理解与共鸣——架起家校沟通的桥梁 / 198

学校家庭，共同育人 / 200

应听懂教师谈话的潜台词 / 203

参加家长学校好处多 / 205

架起沟通师生心灵的桥梁 / 208

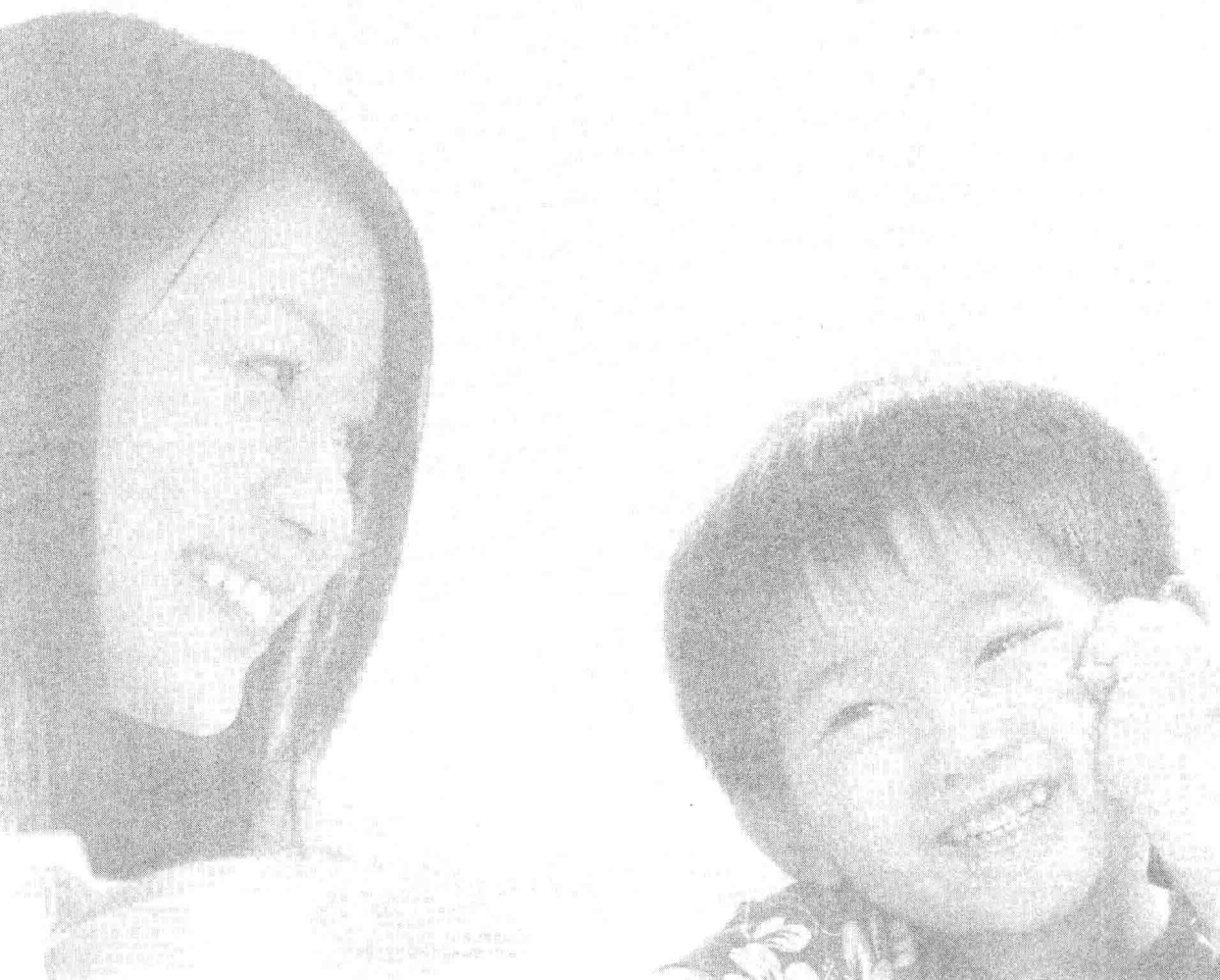
一位好家长胜过百位好校长 / 210

家长要关注三个家教核心 / 212

探寻家教规律，走出家教误区 / 214

如何树立正确的家庭教育观 / 216
好孩子是夸出来的 / 219
体验教育让孩子自主成长 / 221
顺其自然地养育好孩子 / 223
好父母应知晓的基本家教方法 / 226
父母怎样当好孩子的家庭教师 / 228
转变意识，做合格的父母 / 230
父母，请扮演您天才教育家的角色 / 233
让孩子在宽松的环境中成长 / 235
走出家庭教育的误区 / 237
教女随笔 / 239
教子六招 / 242
家教举要 ABC / 245
做孩子称职的第一任老师 / 248
赏识教育作用大 / 250
赏罚平衡促成长 / 252
家庭荣誉树——教子好帮手 / 254
夸奖的艺术 / 257
教育孩子，父母需要巧配合 / 260
给孩子幸福的童年 / 263
让孩子在民主家庭中茁壮成长 / 265
肯定和赞扬是孩子成长的催化剂 / 268
正常心态和正确方法是关键 / 270
好父母是“学”出来的 / 273
家长要做孩子的表率 / 275
为孩子营造良好的成长氛围 / 277
关上一扇门，打开一扇窗 / 280
从影响的角度看家庭教育 / 282
孩子的童年只有一次 / 284

巧架亲子心灵之桥





✉ 针对问题：家长怎样才能全面了解孩子？

核心观点

每一位家长都应在充分挖掘和发挥孩子道德潜能的基础上，培养孩子的综合能力，让孩子在广泛参与中学会自我定位、自我调控、自我创造、自我发展、自我完善。



支招人：李艳玲，北京市东城区春江小学校长。从事教育工作二十五年，一直致力于家庭教育与学校教育的实践和研究。

了解孩子 注重点化

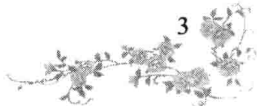
家庭是学生成长的摇篮，是孩子接受教育的第一课堂。作为孩子的启蒙老师，家长对家庭教育意义的认识程度，以及教育孩子的目的、内容和方法，都直接影响着孩子的成长。

一、了解孩子的特点是家庭教育的前提

我在小学工作二十年来，亲身感受到学生素质正在发生明显的变化，现在的孩子有哪些特点呢？综合一些专家的调查及我教育教学实践的体会，归纳起来有以下几点：

1. 喜欢自主，但不善于合作；
2. 敢于竞争，但不能经受挫折；
3. 学有特长，但缺少基本的生活能力；
4. 能够自护，但缺少勇敢精神；
5. 信息丰富，但质量不高；
6. 思维活跃，但价值认识混乱；
7. 很能消费，但缺乏经济意识；
8. 营养丰富，但锻炼身体不够；
9. 喜欢演节目，却不懂看节目。

大量的调查研究表明：由于社会、家庭条件的变化，家长的思想水平、经济状况、生活方式的变化，在大多数孩子身上必然会表现出一些特点，这些特点显然是“后天”造成的。如果我们教育不当，孩子培养不出来，对学校来说是千分之一、百分之一的损失，对国家来说可能是万分之一、千万分之一的损失，可是，对于独生子女政策下的家庭来说，就是百分之百的损失了。提高家庭教育的成功率，不仅仅是国家的需要，更是父母的迫切需要。因此，我们只有在社会、家庭和学校的教育中充分认识这些特点，加强教育，才能使孩子们健康成长。



二、明确家教内容是家庭教育的关键

家庭教育的内容包括对子女的思想品德教育、行为习惯养成，对子女的文化知识、学习技能方面的辅导与训练，对子女的能力的培养等。许多家长重视孩子学业的进步和智力的发展，而忽视了子女非智力因素的培养和社会适应能力的发展。

有专家说：人的成功，百分之二十决定于智力，百分之八十决定于非智力因素。人的智力差异是相对稳定的，而非智力因素的差异却是可以大大调整的。心理学研究结果表明，孩子对外界的一切都感兴趣，家长应满足孩子的需求，让他们广闻博览，尽量解答他们提出的各种各样的问题，这些都会给孩子打下良好的基础。

孩子对学习的兴趣往往和他取得的成就有关，家长应给孩子提供成功的机会。在孩子对学习逐渐有兴趣的基础上，培养他们确立明确的学习目标，不断激发他们的学习动机。学习动机正确，学习强度适中，学习效果就比较好。动机错误就要纠正，动机过低、过强也要进行调整。

每个孩子的智力客观上有差异，对孩子的期望也应恰如其分。当他取得成绩时要给予表扬，对不理想的成绩要正确归因，不能一概批评。青少年兴趣是不稳定的，家长应善于发现孩子兴趣的变化，因势利导。

要培养孩子健康的情绪情感，满足孩子爱的需要。注意和孩子情感的沟通，经常和他们交谈，倾听他们的要求和愿望，要让孩子学会爱，爱家长、爱他人、爱祖国、爱社会。家长可以经常带孩子去参观科技馆、植物园、展览馆等，培育他们热爱科技、文化的情感。要注意调适孩子的不良情绪，让他们学会谅解和宽容，和同学和睦相处，待人谦虚、诚恳。

要培养孩子的良好性格。事业心、责任心、独立性、自信心、勤奋、勇敢、谦虚等良好的性格都与成材关系密切，给孩子创造一个民主、平等、和谐的环境，有利于孩子性格的健康成长。相反，家长对孩子干涉过多，对孩子溺爱或拿孩子宣泄出气，都不利于孩子性格的完善。对那些犟头倔脑的孩子，更要善于引导，而不是粗暴干预。

要有意识地磨炼孩子的意志。今后的社会是高度合作又高度竞争的社会，人的一生不可能一帆风顺，要有坚强的意志和抗挫折能力。家长既要鼓励孩子追求成功，给他们创造成功的机会，让他们体会成功的欢乐，也要鼓励孩子不怕失败，不能逃避失败。家长甚至可以有意识地为孩子设置一些困难情景，鼓励孩子在追求成功中敢于冒险，不怕出错，要有探索的精神和勇气，在经历几次失败后再去体验成功的艰难和喜悦。

还要特别注意培养孩子良好的生活习惯和学习习惯，家长在这方名要做出表率。习惯成自然，有了良好的习惯，孩子将终生受益。当然，要养成良好的习惯不是一蹴而就的，有个长期渐进的过程，其中会出现反复，家长要有耐心，及时给予督促和鼓励。

孩子的社会适应能力主要是后天培养的，要在社会活动和生活劳动中形成。现在不少家长担心自己的独生子女在外面受欺负，担心孩子学坏，怕孩子在外面不安全，将孩子关在“家庭保险箱”中，剥夺了他们和同龄人活动的权利。这不仅不利于孩子身心的健康，而且不利于培养孩子的社会适应能力和交往能力。家长要给孩子创造交往的机会，让小朋友一起