

专家告诉您最有效的解决办法

教子难题 速查手册

JIAOZI NANTI SUCHA SHOUCE

主编 王晓春 孙阳立

亲子沟通难题的120个对策

家教指导“实战派”专家团队多年研究成果
中国教学学会副会长赵忠心教授推荐并作序

中国妇女出版社

1 学习习惯难题的140个对策

注意力不集中的11种情况及对策
不写作业的9种情况及对策
马虎的9种情况及对策
看电视影响学习的10种情况及对策
经常迟到的6种情况及对策

3 行为习惯难题的140个对策

磨磨蹭蹭的10种情况及对策
孩子说谎的9种情况及对策
胡搅蛮缠的9种情况及对策
言谈举止不文明的8种情况及对策
暴力倾向的10种情况及对策

5 亲子沟通难题的120个对策

孩子和家长对着干的8种情况及对策
孩子离家出走的8种情况及对策
依赖的6种情况及对策
轻生倾向的9种情况及对策
孩子不愿沟通的10种情况及对策

7 青春期难题的130个对策

追时髦的8种情况及对策
追星族的9种情况及对策
早恋的9种情况及对策
迷恋青春文学的6种情况及对策
迷恋网络的8种情况及对策

9 成长关键期难题的130个对策

入幼儿园的10条建议
幼儿园和小学相衔接的8条建议
三四年级转型期的7条建议
小学与初中相衔接的8条建议
初中时期家校联系的8条建议

2 学习方法难题的160个对策

偏科影响学习的9种情况及对策
厌学的10种情况及对策
不爱看课外书的9种情况及对策
没有上进心的8种情况及对策
“记不住”的8种情况及对策

4 生活习惯难题的110个对策

怕苦的6种情况及对策
缺乏自我保护能力的9种情况及对策
自理能力差的7种情况及对策
偷拿钱物的8种情况及对策
不受约束的8种情况及对策

6 人际交往难题的100个对策

孩子不会交往的9种情况及对策
在家和学校两副面孔的8种情况及对策
与同学发生冲突的10种情况及对策
师生关系紧张的8种情况及对策

8 个性发展难题的130个对策

孤僻的8种情况及对策
任性的8种情况及对策
自私的8种情况及对策
缺乏责任感的6种情况及对策
胆小的9种情况及对策

10 家长教育难题的130个对策

单亲家庭教育的12种情况及对策
隔代人教育的9种情况及对策
知识分子家庭教育的10种情况及对策
富裕家庭教育孩子的7种情况及对策
官员家庭教育的8种情况及对策

ISBN 978-7-80203-573-7



9 787802 035737

教子难题速查手册⑤

定价：20.00元



亲子沟通

难题的120个对策

主 编 王晓春 孙阳立

本册撰写 赵 璇 孙阳立 王向荣

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

教子难题速查手册 / 王晓春, 孙阳立主编. —北京:

中国妇女出版社, 2008. 8

ISBN 978-7-80203-573-7

I. 教… II. ①王… ②孙… III. 家庭教育—手册

IV. G78-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 070033 号

教子难题速查手册⑤: 亲子沟通难题的 120 个对策

主 编: 王晓春 孙阳立

责任编辑: 廖晶晶

文字编辑: 刘 冬

责任印制: 王卫东

装帧设计: 吴晓莉

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京才智印刷厂

开 本: 160 × 230 1/16

印 张: 100.5

字 数: 1391 千字

版 次: 2008 年 10 月第 1 版

印 次: 2008 年 10 月第 1 次

书 号: ISBN 978-7-80203-573-7

定 价: 200.00 元 (全十册)

版权所有 侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)



现在城镇和发达地区的绝大多数家庭，都是只有“绝无仅有”的一个宝贝孩子。家长们要对孩子“精雕细刻”，希望雕刻成“精品”，使之成为出类拔萃的庸中佼佼者。因此，家长迫切需要指导，以便掌握家庭教育的科学知识，实现家庭教育科学化。

然而，我们的家庭教育指导工作，远远满足不了广大家长的渴求。就说家庭教育指导图书，出版的种类可真不少，但总体上看，质量并不算高，真正有价值的，也是凤毛麟角。有许多书是“急就篇”“拼凑篇”“绝招篇”“经验篇”，其中有相当部分的家庭教育指导图书，在科学性和实用性上存在着严重问题，实在令人担心。

令人高兴的是，毕竟还有一批具有高度社会责任感、拥有真才实学的教育学者和具有丰富教育实践经验、热心家庭教育事业的教育实际工作者，没有辜负社会和千千万万家长的热切期望。他们急家长之所急，想家长之所想，既能深入实际调查研究，又能坐下身子，沉下心来，认真思考、钻研家庭教育实际和理论问题，认真总结家庭教育经验，刻苦探索家庭教育的规律，努力尽自己所能，为实现家庭教育科学化，为繁荣我国的家庭教育事业奉献自己的一份力量。北京教育科学研究院的王晓春老师和他所率领的成蹊堂文化中心的成员，就是这样一个让人信得过的、严肃的家庭教育理论研究和推广的团队。

王晓春老师是一位具有 30 多年教育实践经验和高度理论素养的教育专家。他专门研究家庭教育多年，一直不遗余力地从事研究和推广普及工作，出版了许多家庭教育方面的图书，在全国做家教讲座，深受读者欢迎。王晓春老师为了满足家长的需求，从 2003 年开始，就带领他的志同道合者，进行了长达 5 年的艰苦的科学研究，推出了这套很有特色的《教子难题速查手册》。我愿意把这套丛书推荐给广大家长。

这套家庭教育指导丛书，不是泛泛地向读者传授家庭教育的一般理论，而是从家长的实际需要出发，针对家庭教育实践中遇到的难题进行具体的指导，难题抓得准确，具有很强的针对性。王晓春老师团队的绝大多数成员是中小学教师，了解孩子，熟悉孩子的生活。他们又进行了深入的调查研究和大量的资料收集、整理工作，经过分析、综合、归纳，把收集到的家庭教育难题分为“学习习惯难题”“学习方法难题”“行为习惯难题”“生活习惯难题”“亲子沟通难题”“人际交往难题”“青春期难题”“个性发展难题”“成长关键期难题”“家长教育难题”10 个专题，逐题反复进行了专题研讨。最后，每个专题各成一本书。这套丛书探讨的问题，全是来自家庭教育实践，涵盖面相当广泛，内容非常丰富，几乎涉及了孩子成长过程中普遍存在的问题和家长教育孩子过程经常遇到的难题。

这套家庭教育丛书的另外一个显著特点是有很强的实用性。以往的一些鼓吹教子“绝招”的家庭教育图书，风靡一时，把家庭教育简单化、庸俗化。就那么一“赏识”，孩子就成了“神童”；就那么无原则地一夸奖，就成了好孩子。实践证明，那是行不通的，已经受到孩子的抵触。一些介绍家庭教育经验的图书，也在社会上广泛流传。我始终认为，成功的经验是有一定参考价值的，但任何的经验都是有局限性的，因为那毕竟是个别人的经历和体会，并没有上升到理论。只有反映事物之间的必然联系的规律才没有局限性，才能在一定条件下经常起作用。

这套丛书针对家庭教育过程中遇到的难题，区别不同情况，根据教育学和心理学的基本原理，结合成功的家庭教育经验，提出了数种可行性的建议，读者可以根据自己的实际情况进行选择，创造性地试用。我相信，家长可以从中找到自己所需要的教育子女的科学方式方法。

令人可喜的是，这套丛书的作者并没有把他们提供的对策建议当成教子的“绝招”推销给家长，而是在介绍、推荐教育子女的方式方法时，用通俗的语言给家长提供了教育孩子的思路，即思考的线索。就是说，这套丛书的又一个重要特点是，在分析问题成因、引导读者选择具体教育方式方法的过程中，始终注意引导读者学会“用教育的头脑思考教育问题”。授之以“鱼”，不如授之以“渔”。掌握了捕鱼的方法，要比获得鱼更实惠。同样的道理，掌握了教育孩子的思路，遇到难题会用教育的头脑进行切合实际的思考。这样，就意味着家长的教育素质得到了切实的提高，教育孩子就会得心应手，而不至于一筹莫展，束手无策。

王晓春老师主编的这套《教子难题速查手册》，对家庭教育指导模式进行了有益的尝试，给家庭教育图书市场注入了新鲜的血液。我相信，这套丛书会成为广大家长的良师益友。

赵忠心

2008年7月

（赵忠心：中国家庭教育学会副会长，中国教育学会家庭教育专业委员会理事长，北京师范大学教授）



（一）当前的家教书

如今图书市场上有关家庭教育的书很多，可谓“乱花渐欲迷人眼”。然而，细细看来，这么多的家庭教育图书，最流行的无非以下几类：

第一类，常规说教派。这类书的行文语气像是领导布置任务，基调是“你应该……”“你必须……”。其中大家熟知的原则话比较多，似乎用在谁身上都合适，实际上往往不能解决问题。这类书的思路是，想以行政手段解决家庭教育问题。

第二类，灵丹妙药派。这类书的突出特点是作者善于讲故事和煽情，能说得你热泪盈眶，心潮汹涌。书中的一些理念，往往被当做灵丹妙药来推荐。这类书的思路是，想以文学手段、宣传鼓动手段解决家庭教育问题。

第三类，现身说法派。这类书大多是家长写的，或记者采访家长后编写的。孩子考上了中国名牌大学甚至世界名牌大学，孩子成了博士，家长把其教子过程和教育经验讲述一番，现身说法，供其他家长参考。这类书的思路是，想以典型引路的手段解决家庭教育问题。

前两类书的主要优点是它们普及了某些正确的或新鲜的家庭教育理念，引起了社会对家庭教育的重视；主要缺点是太笼统，缺乏具体分析，往往

理不胜辞，家长读了好像明白了，或者确实感动了，然而一旦面对自己的孩子，还是不知道该怎么办，照着故事里面的办法做，往往碰钉子。

第三类书，因为作者是家庭教育的亲身实践者，视角与读者接近，家长读起来比较亲切，容易产生共鸣，其中很多做法也具有可操作性，云山雾罩的东西少。如果读者孩子的性格与书中的孩子接近，那其中很多办法用起来还真是有效果。但是，如果读者的孩子不是那种类型，就会发现先进经验也不那么灵通了。

（二）我们的这套书

我们这套书与上述三类家教书的写法都不同。

我们的写法是，先从实践中总结出了家长教育孩子经常遇到的几十个问题，把每一个问题分成若干种情况，再针对每种情况给家长提出几种解决办法。

这套书分了10个分册，一共讨论了家庭教育的49个问题，约500种情况，给出了将近1300个对策建议。可以说，这是一个颇具规模的工程。这套书涉及的都是家庭教育实践中常见而具体的问题。我们对这些问题进行了详细分类，而且都提出了可操作的办法。

本书的思路是，主要靠科学思维、科学手段应对家庭教育问题，我们可以称之为“分类诊疗派”。从这个角度说，本书有点像“医书”。

我们的目的是，给广大家长提供一些切实可行、行之有效的思路 and 具体方法，帮助家长解决教子难题。

（三）怎么使用这套书

家长使用此书，可以根据孩子出现的问题，找到其所属的类型，参照书中提供的方法进行教育——这就是所谓“对号入座”。如果您的孩

子没有某种问题，您也不妨看一看，因为用书中的办法也可以预防孩子产生此类问题。所以，本书也可以看成一个家庭教育预案的汇总。

中小学教师也可以参考本书内容对学生问题进行“诊断”和“治疗”，因为其中大部分方法，教师和家长可以通用。学校也可以把本书当做家长学校教材。目前家长学校讲课的内容多半比较笼统，使用本书，可以一个专题一个专题地讲，更贴近家庭教育实际。

特别需要指出的是，本书也不是灵丹妙药。许多孩子的问题是复合性的，要“入座”，“号”不一定能对得准。即使能对上，每个孩子的情况也不可能完全相同，家长和老师在教育的时候，也还是需要具体问题具体分析，做灵活的处理。但家长和老师通过本书，能增加一些分类意识、诊疗意识和预防意识，能摸到解决孩子问题的门径，就不至于干着急却束手无策了。

本套书从2003年开始策划，经过近5年课题研究、案例积累、资料收集的工作，直到2007年才正式动笔。书稿先由笔者提出了40多个题目，再由孙阳立为每个题目拟定出三级目录，然后交由作者分别写作。各位作者完成草稿之后，由孙阳立做第一次修改和补充，最后由笔者统稿。

本书作者主要是家庭教育专业机构——成蹊堂文化中心的成员孙阳立、赵琳、张薇、马东杰、王向荣等人，另邀请了步立新、常明、赵璇等十几人参加写作。本书的绝大部分案例均来自作者科研第一线，为保护孩子的隐私，案例中均使用了化名。

我们的这个研究成果既有实用性，也有一定的学术性、开创性。但限于团队成员的水平，本书一定有很多不足之处，欢迎读者批评指正。

王晓春

2008年4月15日

JIAOZI NANTI

教子难题速查手册



目 录 | Mulu

序	1
主编的话	1
一、孩子和家长对着干的 8 种情况及对策	1
第一种情况：家长甘心为孩子做“奴隶”，引发孩子反感	1
第二种情况：家长长期管理太严造成孩子逆反	4
第三种情况：孩子控制了家长	7
第四种情况：孩子性格叛逆	11
第五种情况：孩子对家长的人格产生疑问而对着干	14
第六种情况：孩子认为家长软弱可欺而对着干	16
第七种情况：孩子在外受欺负，回家向家长发泄	19
第八种情况：一位家长支持孩子与另一位家长作对	22
专家总结	24
二、孩子离家出走的 8 种情况及对策	26
第一种情况：非预谋的离家出走	27
第二种情况：为逃避学习而离家出走	32
第三种情况：为逃避重大考试而离家出走	37
第四种情况：因人际关系不好而离家出走	40
第五种情况：为逃避家庭的种种不愉快而出走	43

第六种情况：来自网络的诱惑导致离家出走	51
第七种情况：因早恋遭到强力反对而离家出走	54
第八种情况：因自闭、抑郁等心理问题而出走	56
专家总结	59

三、依赖的 6 种情况及对策

第一种情况：生活起居依赖家长照顾	62
第二种情况：日常活动需要家长陪伴	66
第三种情况：情感上依赖家长	70
第四种情况：依赖表扬	73
第五种情况：依赖同伴陪伴	75
第六种情况：依赖家长出主意	78
专家总结	80

四、轻生倾向的 9 种情况及对策

第一种情况：因恋爱不顺利而想轻生	82
第二种情况：考试成绩下降导致的轻生	86
第三种情况：怕丢面子导致的轻生	88
第四种情况：被自责心理压垮而轻生	92
第五种情况：无法适应新环境而轻生	94
第六种情况：因挨欺负、受孤立而轻生	97
第七种情况：因自我形象危机导致轻生	100
第八种情况：因极端任性而轻生	102
第九种情况：家庭关系紧张导致的轻生	105
专家总结	108

五、孩子不愿沟通的 10 种情况及对策	110
第一种情况：天性比较内向，不爱讲话	111
第二种情况：在没有沟通习惯的家庭长大	114
第三种情况：孩子因沟通受伤害而沉默	116
第四种情况：怕受嘲笑而选择沉默	120
第五种情况：习惯封闭式生活，不与人沟通	123
第六种情况：因知识贫乏而插不上嘴	126
第七种情况：因口吃而不愿沟通	128
第八种情况：因有难以启齿的问题而不愿沟通	130
第九种情况：因沟通技巧欠缺而不愿沟通	134
第十种情况：因有心理疾病发生沟通困难	136
专家总结	139



一、孩子和家长对着干的8种情况及对策

不少家长觉得，现在顺从、听话的孩子似乎越来越少，经常是家长说往东，孩子偏往西。如果家长仔细琢磨一下就会发现，孩子不会事事和你作对，总是集中在某一类的问题上，既然是这样，我们就有办法解决问题。

和家长对着干的孩子，各个年龄段都有，原因也很复杂。面对这里写的8种情况，家长也要反思一下自己教育孩子的观念有什么错误，自己先做思想调整，再教育孩子的时候，孩子才会服气。孩子看到家长的转变，逆反心理就会减少，因为孩子明白，世界上最亲的人还是父母。

第一种情况：家长甘心为孩子做“奴隶”，引发孩子反感

小川从出生起就是由妈妈和大舅妈两个人一起照顾。大舅妈的女儿上了大学，家里很清静，大舅妈也乐意在小川妈妈上班时照顾小川，晚上小川再由妈妈带。大舅妈从小就教育小川自己的事情自己做，而小川妈妈觉得大舅妈偷懒，因此周末她自己带孩子的时候，从不让小川做任何事情，经常带小川去玩，买最好的玩具，去吃麦当劳、肯德基，弥补大舅妈对小

川的“亏欠”。

一次“五一”长假，一家人去公园玩儿，大舅妈第一次和小川母子一起出来，发现很多问题。小川和妈妈在一起的时候很没有礼貌，不是让妈妈背着就是抱着，还把平时自己背的小书包给妈妈背。于是大舅妈就对小川说：“小川呀，平时你不是不让大舅妈抱着吗？怎么让妈妈抱着，妈妈不累吗？”小川听话地从妈妈身上下来，准备自己走。小川妈妈不高兴了，对小川说：“妈妈不累，别下来。”又转过脸对小川的大舅妈说：“你别管，有我在，我是他妈妈。”大舅妈说：“你会把孩子宠坏的。”小川妈妈更加不高兴地说：“我愿意，这是我儿子。”噎得大舅妈说不出话来。

转眼小川上学了，小川妈妈发现他越来越不听话。放学后，小川妈妈帮助小川拿书包，他很不乐意，妈妈就把书包抢过来。后来，妈妈发现小川开始和自己赌气，出校门离开路队，就把书包、帽子、水壶、手提袋一股脑儿地扔进妈妈怀里，转身把小伙伴的书包也拿了过来，丢到妈妈怀里，和同学玩儿去了。妈妈不情愿地说：“同学的东西也让我拿呀？”小川对妈妈说：“你不是愿意拿着吗？你就拿吧。”

回到家，小川脱掉鞋光着脚到处跑，伸手就拿吃的，妈妈追着让他洗手，他根本不听，刚要把东西送进嘴里，听见有人说话了：“小川，为什么不听话？”小川回头一看，是大舅妈，于是放下手里的吃的扑向大舅妈。大舅妈板着脸，继续问：“为什么不听话？大小伙子了，书包为什么还让妈妈拿？”小川坐在大舅妈怀里说：“没有呀！书包是妈妈抢去的，她要拿，我就给她拿了。”小川妈妈忙诉苦：“这孩子可不听话了，昨天就是不做作业，要先玩儿。还说橡皮丢了，我一看被他藏在了枕头下面。气死我了！”小川忙解释说：“我妈妈说话不算数，做完作业她也不让我玩儿。她还总是把我写好的作业擦掉呢，所以我把橡皮藏起来了。”大舅妈听了，不知道说谁好，只好拉着小川走进厨房洗手去了。

案例中的小川并不是天生的小霸王，他在舅妈面前还算听话，可是为什么一面对最疼爱自己的妈妈时，反而却霸道起来了呢？难道小川就喜欢和妈妈对着干吗？其实出现这种情况是与妈妈从小对小川娇惯的教养方式

分不开的。妈妈在小川小时候就心甘情愿地做“奴隶”，小川在妈妈面前理所当然就当上了“奴隶主”。当孩子长大一些的时候，家长试图改变孩子，可是孩子从小养成的坏习惯哪能说改就改呢？所以家长在孩子小的时候就要注意与孩子保持互相尊重的关系，不然孩子一旦当上了“奴隶主”，家长就该后悔莫及了。

方法1：营造平等互爱的家庭环境

营造平等互爱的家庭环境是进行良好教育的大前提。和谐的家庭氛围会使孩子从小就感受到来自父母的爱，同时也能感受到父母之间的爱，这样会使孩子知道父母也是需要别人的关爱的，从而帮助孩子从学会关心父母开始发展到关心他人。

家庭成员之间必须互相尊重，首先很重要的一点是要让孩子感觉到父母之间是平等的。家长对孩子的教育在观点方法上的一致性才是教育成功的关键。和谐才能一致，一致才会成功。如果父母的意见不一致，就会造成孩子的投机心理。

其次，要让孩子知道父母和自己也是平等的，同样有自己的权利。由于孩子的经验不足，在一些问题上家长更有权力做出最终的决定，也就是说，家长与孩子平等交流的基础上，还要有一定的权威性。虽然父母的权威无形中造成与孩子间的距离，但相对也培养出了孩子独立的个性。

我们决不可以让孩子觉得自己是家长的一切，父母对他的需要应该无条件的满足，他可以随心所欲得到任何东西。孩子在成长过程中，经常会因为愿望得不到满足而体会到失望感，这是一个人成长必经的过程，家长不必害怕孩子因此受挫折，而是应该引导孩子慢慢从挫折中学习、了解自己并非万能，不可以无限制地随心所欲。

方法2：从尊重父母做起，学会尊重他人

要让孩子学会尊重他人，应该让他们从学会尊重父母做起，具体可以注意以下几个方面：

父母要有身份意识，也就是说，要让孩子知道父母不只提供给他们衣食住行，更有权利对他们不良的行为习惯加以约束和纠正。家长在要求孩

子完成某些事情的时候，应使用简单明确的语言。例如家长可以对超过规定时间还在看电视的孩子说“时间到了，把电视关掉”，不需要罗列各种理由，也不要和孩子讨价还价。如果孩子不愿意服从，父母应坚持自己的立场，因为多数孩子一旦发现争辩没有作用，他们就会放弃了。在生活中应不断用明确的语言进行强化，父母在某些方面的权威是不容置疑的，在家里很多事情应是父母说了算。

让孩子学会用尊重的语气说话。很多孩子用大哭大闹的手段来发泄情绪，而有的家长面对这样的孩子听之任之或者束手无策。其实，多数孩子在顶撞了父母后会感到愧疚甚至害怕。所以，当孩子有不尊重家长的行为表现时，家长应该及时加以制止，同时明确地跟孩子说：“你这样做伤害了我，我很生气。”让孩子明白自己的行为对别人造成了哪些影响。家长还应该要求孩子“应为你说过的伤人的话道歉”。在孩子仍然坚持自己不尊重家长的行为时，要让孩子尝到不尊重人的后果，及时进行适当惩罚，比如制止他正在进行中的游戏，把已经放在购物车内的糖果退回货架等。如果当时的情况不允许，也应让他稍后体会到不尊重人的后果，例如：“你今天说了不尊重人的话，今晚就不能看动画片了。”父母在行使惩戒职能时，一定要做到言出有信，这样才可以避免孩子这种行为的再次发生。

孩子的模仿力很强，家长在日常生活中要以身作则，给孩子示范尊重他人的方式。父母应让孩子懂得，表现出感激之情是显示对他人尊重的一种方式。例如带着孩子去看望长辈，要求孩子对长辈礼貌的问候，在受到陌生人帮助时应及时表示感谢，经常对他人表示善意和友好等。这些看起来琐碎的小事，其实在向孩子传达这样的理念：人与人之间应当相互尊重，以自我为中心的人将不会得到他人的友谊。因此，要让孩子从细节处学会尊重他人。

第二种情况：家长长期管理太严造成孩子逆反

小霞的妈妈是一位老师，对小霞寄予了很高的期望，特意把小霞放在