

给孩子一个好未来，让孩子顺利走过中考

陪孩子走过初中 9年级 中考冲刺期

潘鸿生
勾彦康
编著

最关键的
一年，
我们陪孩子
一起走过！



好家长造就好孩子



9年级

—— 学业与人生的十字路口

9年级

—— 孩子压力骤然增大的矛盾期

父母的
角色扮演

中考军师 + 家庭老师 + 知心朋友 + 心理医生

陪孩子走过初中 9年级 中考冲刺期

潘鸿生 勾彦康◎编著

CFP 中国电影出版社

2017·北京

图书在版编目 (CIP)数据

陪孩子走过初中9年级中考冲刺期 / 潘鸿生, 勾彦康
编著. —北京: 中国电影出版社, 2017.3

ISBN 978-7-106-04678-1

I. ①陪… II. ①潘… ②勾… III. ①初中生—家庭
教育 IV. ①G782

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第059657号

策 划: 申志方 刘爱国

责任编辑: 李 静

封面设计: 汝俊杰 刘爱国

版式设计: 司博文

责任校对: 柴一兵

责任印刷: 庞敬峰

陪孩子走过初中9年级中考冲刺期

潘鸿生 勾彦康 编著

出版发行 中国电影出版社 (北京北三环东路22号) 邮编 100013

电话: 64296664 (总编室) 64216278 (发行部)

64296742 (读者服务部) E-mail: cfpygb@126.com

经 销 新华书店

印 刷 北京天正元印务有限公司

版 次 2017年5月第1版 2017年5月第1次印刷

规 格 开本/787 毫米×1092 毫米 1/16

印张/18 字数/230千字

印 数 1-5000册

书 号 ISBN 978-7-106-04678-1 /G·0826

定 价 32.80元

前 言

9年级是学生在初中学习生活的最后一个阶段，这个时期的孩子正面临着中考这一重要阶段，他们正处在人生的第一个岔路口，而且这一阶段对孩子今后的发展有着非同寻常的意义。

9年级的孩子正处在青春期，他们正处于独立思维的形成过程中。由于他们生理上一系列的变化，他们的内心世界逐渐复杂，开始不太轻易表露思想，不再喜欢和家长或老师沟通，不愿家长、老师知道自己的内心想法，更多地是和同龄人或比自己大一点的孩子交流。对于家长或老师的指责，他们往往反应激烈，有的是“不让我做，我偏要做”，有的则是“你说你的，我做我的”。这时的他们硬的不吃，软的不听，很让家长和老师头痛。与此同时，他们在人格尊严上有了一定的需求，渴望社会、学校和家长能给予他们成人式的信任和尊重。这对教育他们来说，是件好事，可以此为切入点让他们接受教育，但要注意方式方法。

另外，9年级的孩子尚未成熟，就要面临择业或继续求学的人生选择。



面对新的挑战，何去何从，这对于涉世未深的孩子来说，实在是个难题。家长对子女过高的期望、社会的多元化价值取向，也使得孩子经常体验和感受强烈的内心冲突和压力。所以家长一定要采取合理的教育方式，营造温馨的家庭环境，使孩子成功地、顺利地度过这一时期。同时，要继续对孩子进行学习目的、学习态度的教育，使每个孩子都有很强的升学紧迫感。

9年级是孩子人生走向的重要抉择期，孩子第一次站在岔路口选择人生的方向；9年级是孩子青春期问题集中爆发的高危期，如何帮助孩子舒缓压力常常取决于家长的教育方式；9年级更是孩子最需要帮助的时期之一，是家长与孩子关系紧张升温的关键期……家长要认识到9年级对于孩子的成长、成才的重要性，并以正确的教育方式引导孩子，帮助孩子顺利度过这一人生的困惑期！

本书从9年级孩子的成长阶段特点入手，为家长们深入解析孩子的内心世界及成长过程中会遇到的那些问题，解析如何给予孩子最科学、最有效的引导与教育，在孩子人生最为重要的抉择期给孩子最需要的帮助！

目 录

第一章 9年级，决胜孩子一生的关键

9年级，孩子问题集中爆发的高危期	3
9年级，孩子最需要帮助的时期之一	6
9年级，家长与孩子关系升温的关键期	9
对孩子要有期望，但期望值不能过高	14
为孩子营造一个和谐向上的家庭氛围	17

第二章 优化学习，提高孩子的学习成绩

树立学习目标，让孩子更有动力	25
----------------------	----



引导孩子制订科学的学习计划	29
偏科的孩子伤不起——纠正孩子的偏科现象	33
学习拼的不仅仅是智商，更重要的是时间管理	38
爱上阅读，给孩子一个光辉灿烂的世界	44
主动赢得一切，让孩子自觉主动地学习	51

第三章 正视考试，让孩子轻松上阵

逃离考试焦虑症，不再害怕进考	59
教孩子一些实用的应试技巧	64
保持平常心，正确看待分数	70
避免粗心大意，考出你应有的水平	75
克服作弊，让孩子端正考试态度	79
引导孩子坦然面对考试失利的结果	83

第四章 直面中考，家长该做什么

了解中考形势，做到心中有数	91
中考前合理的膳食安排和营养调配	93
择校、报考要尊重孩子意愿，并给出理性分析	95

选择就读高中还是职业学校	99
减轻中考压力，做孩子的心理医生	102
和孩子一起制订复习计划	105
克服厌学，有效激励孩子好学不厌	107

第五章 特殊时期，那些和孩子必谈的话题

早恋：那一场风花雪月的青春	115
网瘾：别让孩子长期沉溺于虚拟的世界	121
情色：坚决抵制“黄毒”的诱惑	127
浮躁：坐不住板凳的青春	132
说谎：别让说谎成为一种习惯	135
抽烟：“吞云吐雾”危害健康	141
逃学：让逃学的孩子重返校园	146
追星：那些年一起追过的明星	150

第六章 理解孩子，做孩子的知心朋友

尊重隐私，不要偷看孩子的日记	159
交流或批评不能不顾及场合	163



耐心倾听，给孩子解释的机会	167
欣赏孩子，发现孩子的闪光点	172
信任的力量——信任是对孩子最好的鼓励	177
不拿自己的孩子与别人的孩子作比较	181
唠叨——父母的嘴，孩子的痛	185

第七章 心理健康，呵护孩子的心灵成长

别让自卑蒙住了双眼	193
培养孩子的乐观心态	198
控制情绪，好孩子有好脾气	203
克服嫉妒，培养健全的人格	210
不要盲目攀比，淡化孩子的虚荣心	216
自信的孩子，运气不会太差	220

第八章 综合素质，孩子的成长比成功更重要

尊重他人就是尊重自己	231
有责任感的孩子才有未来	236
知自省的孩子方能获得更大进步	243

目 录

生活自理能力应该如何提高	248
如何提高孩子的交往能力	253
赐子千金，不如教子理财	259
团结合作，你的力量会更强大	264
经历挫折，要让孩子“输得起”	269

第一章 9 年级

决胜孩子一生的关键



第一章 9 年级， 决胜孩子一生的关键

9年级，孩子问题集中爆发的高危期

众所周知，9年级是孩子学习的一个重要时期，也是各种问题集中爆发的高危期，这个阶段由于孩子的学习负担加重，面对升学的压力、家长的压力、社会的挑战、老师的要求，他们极易出现心理偏差，甚至会做出一些过激行为。如果处理不当，很容易影响孩子的学习。

刘先生的儿子刚上初三时，总和他“顶着干”，让做什么偏不做什么。刘先生想让儿子上重点高中，可儿子的目标是去一所中职学校。后来，刘先生慢慢意识到自己的问题，转变了态度，开始征求儿子的意见，自己只是提建议。没想到，这样一来，儿子反而同意他的建议，甚至主动征求起他的意见来。

对孩子来说，9年级是一个坎，孩子处在这个特殊时期，不管是心理还是生理上都会发生巨大的变化，家长需要随时洞悉孩子的这些变化，才能更好地帮助孩子、更好地和孩子沟通。

通常来说，9年级的孩子具有以下基本特点：

1. 产生成人感

9年级孩子的“成人感”更加明显，表现为生理功能进入早期成人化，自我意识向独立成熟方面发展。他们在对人、对事的态度、情绪情感的表达方式以及行为的内容和方向等都发生了明显的变化，同时也渴望社



会、学校和家长能给予他们成人式的信任和尊重。但由于他们心理上的成人感及幼稚性并存，所以，表现出种种心理冲突和矛盾，具有明显的不平衡性。

2. 中考压力

这个阶段的孩子头脑中会比较明确地考虑到今天的学习与将来的前途、职业的关系，因而他们心理上有一种强烈的紧迫感与责任感。学习基础差的，感到时间紧迫，心情紧张，表现得很苦恼，信心不足，还有一些人完全缺乏信心，自暴自弃。

3. 性心理的发展和表现

这个时期的孩子，身体发育进入青春期，生理机能日趋成熟。对异性由爱慕转入初恋，容易出现早恋现象。

4. 自尊心增强

渴望得到理解宽容，自尊、好胜、求知和参与是他们的典型特征。他们害怕教师指责嘲笑他们的幼稚和冲动，反感教师居高临下的训斥与批评。他们比七八年级的孩子更渴望教师和家长的尊重与理解。

5. 独立性和依赖性

这个时期的孩子表现为增加了对同伴关系的依赖，与父母在情感上、行为上、观点上日益脱离，父母的榜样作用在削弱。在对教师的态度上增加了保留和批评、怀疑的成分。他们对父母的依赖则表现为希望得到父母精神上的理解、支持和保护。比如他们有时反抗是在向别人表明自己是独立的，或者需要掩饰自己的软弱。

家长的对策

1. 加强与孩子的沟通

沟通是教育的基础，没有沟通就谈不上教育。家长一定要放下架子，学会尊重和理解孩子，做他们的良师益友，认真倾听他们的心声，用平等

的地位和心态与他们进行交流，这时你也可以表达你的心声及愿望，这样双方都会相互理解和接受，孩子也乐于与你沟通，我们的教育目的也很容易达到。

2. 尊重孩子的独立性

对这个年龄段的孩子，家长应当理解、尊重他们独立性、自主性的要求，在安排活动时，一方面要尊重信任他们，为他们积极创造条件，发挥他们的独立性，培养他们独立工作的能力，不要包办代替。否则，就会使他们的独立性发展受到阻碍，自尊心受到损伤，就可能对家长的正确管教产生厌恶甚至对抗情绪；另一方面又必须给予严格的要求和耐心细致的指导，但是对他们应当注意启发引导多于管教，从而使他们的独立性、自尊心沿着健康的方向发展。

3. 多鼓励少打骂

孩子上了9年级，家长要学会当好孩子的心理老师。在紧张的初三生活中，家长和孩子都容易急躁，家长要控制好自己的情绪，并帮助孩子解决心理问题。在这个阶段，孩子可能会因为一次考试成绩不理想丧失信心，家长需适时给孩子鼓励，和孩子交流。与孩子沟通时，家长的态度要温和真诚，千万不要居高临下，用责备、质问的语气跟孩子说话，更不能采取打骂的粗暴方式。家长可以尝试各种做法，让孩子卸掉“心理压力”这个大包袱，积极、乐观地面对学习和考试。

4. 开展青春期教育

孩子正处在青春期发育的关键阶段，在生活上与家长接触、交流的机会较多，家长要有意识地帮助孩子正确认识青春期生理和心理发展、发育的规律，家长需懂得一些必要的生理和心理卫生的基本知识；同时家长协助学校老师教育孩子与同学之间友好相处，坦诚地与异性正常交往。

总而言之，孩子进入9年级以后，家长的教育责任更重了。做父母的



对孩子既不能放任自流，也不能管得太多太细，这就要求家长掌握一定的家庭教育的科学原理和艺术方法，从而提高家庭教育的效果。

9年级，孩子最需要帮助的时期之一

人生的道路虽然漫长，但关键的路常常只有几步，当孩子进入初中后，他们就迈开了人生的第一个十字路口，这个阶段接受的教育，往往影响他们今后的一生。特别是9年级，对于任何一个孩子来说都是一个非常关键的时期。可以说，这是他们生理、心理、思维再次升华的关键时刻和人生转折点，家长理应给予高度的重视。

家庭教育是每个家庭对社会应尽的义务，其根基在于家庭，关键人物便是家长。对于上9年级的孩子，家庭教育的重点不应该只关注学习，还应该照顾到孩子的生理、心理以及思维的变动，因为处在这一时期的孩子由于自信、自尊、自立、自强的心理活动，行为的自觉性都有所增强，他们再不像小时候那样只想依附于大人，自主意识的发展使他们越来越迫切地想要挣脱一切管束。可是，这种独立的愿望却与实际能力存在着矛盾，所以在现实生活中，孩子更易产生叛逆心理，甚至对老师及家长产生敌对情绪。如，他们开始有了想独立解决自己生活中所碰到的任何事情的愿望，不再愿意和父母谈心事，与家长的心理距离越来越远；他们学会用怀疑的态度去辨认世界，虽然这是一种开始趋于成熟的表现，但是由于初中生特有的年龄和心理的特点，理解事情往往具有片面性，又不肯轻易地听取他人的劝告，固执己见或无原则的现象时有发生。如果家长不能在此时给予正确的心理指导，孩子的成长必然会 是艰难的，甚至是痛苦的。

读初三的小乐总喜欢和老师、同学对着干，说话时喜欢抬杠，总是说出和别人相反的观点，别人说这儿，他偏要说那儿，老师要他做那个，他偏要做这个，以此来表示自己的与众不同。学校进行思想教育和校规校纪教育时，小乐也总是采取消极抵制的态度。

在家里，小乐也不服父母的管教，虽然他知道爸爸妈妈对他好，爱他，可他总说：“爸、妈，我都这么大了，遇事我有自己的主见，你们不要干涉我行不行？”小乐总认为爸爸妈妈仍然把他当小孩来看，而他却渴望摆脱爸爸妈妈的监护，要求他们把自己当成年人来看。

生活中，很多父母忽视了孩子的独立性，忘记了孩子已经渐渐长大，有主见和独立的心理需要。父母总是希望孩子永远是膝下那个乖乖的可爱宝宝，懂得父母的爱和心情。然而，青春期孩子的自主性所表现的排斥和叛逆会伤害父母的心。但是父母一定要清楚，这是特殊的时期，要引导孩子走向正确的成长道路。

钟岩是个初三的学生，15岁的他总是表现得特别别扭，他不再像小时候那样听话了，甚至觉得妈妈说的话很多时候都是错的。当妈妈吩咐他做事时，他常有发火的冲动。有一天早晨，钟岩拿起沙发上的T恤衫就要穿，妈妈却拦住了他：“等等，我给你熨一下，这件太皱了！”钟岩却固执己见，说其他的孩子都穿皱着的衬衫。妈妈坚持要帮他把T恤衫熨平，这时，钟岩突然发起火来，他把衣服揉得皱皱巴巴的，然后穿好，气冲冲地说：“看到没有，我就要这么穿，这叫个性！”然后连早饭也没吃就跑到学校，妈妈意识到儿子的逆反期开