



家庭教育丛书

◎ 来自平凡家庭的成功案例
◎ 解决父母关注的普遍问题
◎ 构建共同成长的亲子关系



初中篇



亲子共成长

Qin Zi Gong Cheng Chang



泰山出版社

◎ 来自平凡家庭的成功案例
◎ 解决父母关注的普遍问题
◎ 构建共同成长的亲子关系

家庭教育丛书

初中篇

亲子共成长

Qin Zi Gong Cheng Zhang

泰山出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

亲子共成长. 初中篇 / 王桂亮主编. — 济南: 泰山出版社, 2006.1

ISBN 7-80634-526-4

I. 亲... II. 王... III. 中学生—家庭教育—案例
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 150736 号

家庭教育丛书

亲子共成长

(初中篇)

出 版 泰山出版社

社 址 济南市马鞍山路 58 号 邮编 250002

电 话 总编室 (0531) 82023466

发行部 (0531) 82025510 82020455

网 址 www.tscbs.com

电子信箱 tscbs@sohu.com

发 行 新华书店经销

印 刷 荣成三星印刷有限公司

规 格 150×228mm 大 32 开

印 张 11.125

字 数 220 千字

版 次 2006 年 1 月第 1 版

印 次 2006 年 1 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN7-80634-526-4

定 价 14.00 元

著作权所有·请勿擅自用本书制作各类出版物·违者必究

如有印装质量问题·请与泰山出版社发行部调换

家庭教育丛书编写人员

丛书主编：张国华

丛书编委：（以姓氏笔画为序）

马金建	王世安	刘长然	刘培正	李来贵
李欣	张三强	张光福	张作宝	张嵘
张景和	陈家邦	段有生	袁景瑞	曹红旗
麻德志	董华祥	董有才	韩光福	焦天民
焦宗国	谭树宝	潘永庆		

丛书执行主编：曲振国 王桂亮

《亲子共成长·初中篇》

主 编：王桂亮

副 主 编：管明阳 付 霆 牟庚国

编写人员：（以姓氏笔画为序）

王桂亮	付霆	曲振国	任翠荣	牟庚国
李振发	李静	张继伟	陈静	欧晓霞
柳恩竹	赵红香	赵西忠	姚明华	徐桂臻
管明阳	魏晨明			

总 序

“向所有有幸为人父母的男人和女人们致意!”

这是著名教育家詹姆士·杜布森发自内心的慨叹。在他看来,人的一生中,再也没有什么比“把一个新生命带到这个世界上来,在长达十八年的时间里把他们抚养成人”这一任务更伟大的了。把这一任务完成好,需要我们日积月累的聪明与智慧,以及决心和勇气。

这话说得多好啊,这让我们这些有幸为父母者,感觉到了一种无上的荣幸以及那份太大的责任。

时代在发展,望子成龙、望女成凤,已经成为当今社会为人父母者心中一个越来越大、越来越沉重的结。毋庸置疑,每位家长都想教育好自己的孩子,但实际情况是,并非每一位家长都会教育孩子。一项由北京市教育科学研究所完成的调查研究表明,70%的家庭教育存在误区,许多家长不懂家教。研究发现,家长教育孩子的方式一般有三种:一种是祖传的——我的父母怎样教育我,我就怎样教育孩子;第二种是随意的,凭自己的脾气来,随心所欲,意识不到对孩子的教育要讲究方式方法;第三种是注意学习、思考和总结,讲究方法,这类家长只占被调查对象的30%。

在孩子的成长过程中，究竟哪些问题是为人父母者最为关注的？在家庭教育中，针对不同年龄阶段的孩子会面临哪些教育难题？家长怎样去全面认识不同年龄阶段孩子的生理心理特点，并找到最合适的教育方法？……

从2005年2月开始，潍坊市教育局开展了一次对学生成长中社会关注问题的大型调查研究。从全市共选取近百所不同类别学校，分幼儿园、小学低年级、小学中年级、小学高年级和初中五个年级段征集家长、教师、学生共同关注的问题，然后筛选出100个高度关注问题进行二次调查，从中分别找出了30个家长、教师、学生最为关注的问题。参与此次调查的师生和家长选2万多人。

根据梳理出来的一些问题，潍坊市教育局又进行了大规模的成功案例征集活动，为一些具体的家庭教育难题寻找突破。为了让这次调查调研的结果为广大家长服务，潍坊市教育局又组织了专家学者对问题和案例进行了点评和编纂，并补充了大量实用性信息，形成了这套家庭教育系列丛书——《亲子共成长·学前篇》《亲子共成长·小学低年级篇》《亲子共成长·小学中年级篇》《亲子共成长·小学高年级篇》《亲子共成长·初中篇》。

本书的编辑总体上有五大特点：一是针对性强。本书是从调查找出家长最关心的问题，然后进行征集教育案例，因此对家庭教育有很强的针对性。二是具有地域性与普遍性。家长教育案例是潍坊家长的教育案例，反映了潍坊市家庭教育的现状；同对还围绕学生成长中部分突出问

题，编撰了一部分专家案例，具有很好的指导意义。三是具有新颖性。在研究上从学生成长的年龄段特点入手，有针对性地结集案例分册成书，这在国内尚不多见。四是具有指导性。本丛书编入了教育局组织的《中小学生成长过程中社会关注问题调查报告》，这是教育局 2005 年该项调查研究成果的首次正式发表，对于基础教育改革有很好的指年意义。书中还收录了部分亲子自测量表，让家长和学生了解自己，理解他人，用科学的方法找出家庭教育中存在的问题，从而在科学指导下，健康成长。这些问卷均是经过科学论证的，对普及科学测量、防止家长和学生受到社会上流行的一些不科学测量的误导，增强了该书的实用性。五是适应性强。由于本书对不同阶段学生成长中问题的全面分析与指导，因此不仅对家长，而且对广大教师及相关教育工作者，都有很好的指导帮助作用。

教育是一门艺术，掌握这门艺术需要付出智慧与热情，也注定需要付出艰苦的学习、思考和不懈的观察、实践。现在的孩子，生活在改革开放、市场经济时代，物质丰富，大众文化流行，信息技术和电子媒体日新月异。迅速的社会变迁和转型期的矛盾困惑，无不反映在家庭教育之中，并对成长中的一代产生复杂的影响，也不可避免地对我们的家庭教育提出了挑战。作为人之父母，如果还是单凭传统的经验、感觉和义气行事，那就不可能教育好孩子。一个优秀的孩子身后，常常站着同样优秀的父母。父母有了智慧，教育就会事半功倍，这是孩子的希望，也是民族的



希望。德国教育家福禄贝尔说过，国民的命运，与其说是操纵在掌权者手中，倒不如说是掌握在母亲手中。

愿这套家庭教育丛书的面世，能为广大家长提供些许帮助，使每一位阅读此书的家长都成为智慧的家长。这也是2万多名参与此次普查调研活动的家长、教师和教育研究者们最大的欣慰。

张国华

2005年12月

给家长的 十六条建议

1. 做一个学习型家长，与孩子共成长

- ☐ 社会发展迅猛，信息瞬息万变，知识更新加快，孩子成长加速……
- ☐ 家长必须不断学习，才能跟上时代发展的步伐，适应孩子发展的需求。
- ☐ 父母的素质影响孩子的一生。
- ☐ 家庭教育决不仅是父母向孩子单向地传递爱与知识，父母同样可以向孩子学习，与孩子一起成长。

2. 培养孩子学会做人是第一位的

- ☐ 德为人之本。人的培养是第一位的，人的发展是教育的出发点和归宿。
- ☐ 人的一生，事业成就有大有小，职位有高有低，但品德素质必须是优秀的。
- ☐ 只有品德优秀的人，才能成为一个对社会有用的人。

3. 尊重孩子，做孩子的朋友

- ☐ 教育孩子的前提是了解孩子，了解孩子的前提是尊重孩子。
- ☐ 尊重是教育孩子最重要的方式。

- ☐ 好的关系胜过很多教育。
- ☐ 与孩子平等相待，才能成为朋友；与孩子成为朋友，彼此方可交流；与孩子彼此交流，教育自然形成。

4. 比知识更重要的是让孩子学会生活

- ☐ 学习是孩子的主要任务，但不是孩子生活的全部。
- ☐ 孩子的任务不仅是学习知识，更重要的是学会生活。
- ☐ 变以“分数为本”为“以人为本”，因为成长比分数更重要。
- ☐ 学会生活，是孩子一生发展的基础，也是孩子自己生活所不可缺失的。

5. 学会欣赏孩子，为孩子喝彩

- ☐ 父母要把孩子的优点看成是百分之九十九，而缺点只有百分之一。
- ☐ 天下的孩子相貌不同，个性不同，但有一点是相同的——渴望听到喝彩。
- ☐ 赏识使孩子越来越好，抱怨使孩子越来越糟。
- ☐ 要有一双善于发现孩子优点的眼睛，为孩子一点一滴的进步喝彩。
- ☐ “你真棒！”这句话，正是开启孩子心灵宝藏的一把金钥匙，它会创造出意想不到的奇迹。

6. 学会爱孩子，更要让孩子学会去爱

- ☐ 爱是教育的唯一秘诀。父母的关爱是孩子的重要力量源泉。

- ☐ 对孩子的爱不是溺爱，而是理智的恰当的爱。
- ☐ 把“爱”贯穿教育的全过程，给予孩子爱，更要让孩子懂得爱、学会爱。
- ☐ 爱的环境使人学会宽容、同情、谅解和帮助别人，学会通过具体的行为来表达热爱人的感情和关心人的意向。

7. 千遍唠叨不如一句忠告

- ☐ 要与孩子交流，而不要对孩子唠叨。
- ☐ 孩子最反感的是家长的唠叨，最喜欢的是家长的忠告。
- ☐ 千遍唠叨不如一句忠告。
- ☐ 人生最重要的不是金钱，而是忠告。
- ☐ 成长中的孩子，需要懂得一些人生的道理，记住一些人生的格言和忠告。

8. 家长退一步，孩子进一步

- ☐ 过分呵护会剥夺孩子养成好习惯的机会——如果有可能，给孩子点挫折。
- ☐ 不要等着孩子来要求自由，而应该不时地主动给予。
- ☐ 给孩子充分的信任和自由发展的空间，让孩子在亲身体验中长大。
- ☐ 家长退一步，孩子进一步，这是孩子成长的一条自然法则。
- ☐ 每个对孩子的将来负责的父母应该牢牢记住这个很重要的原则——替孩子们做他们能做的事，是对他们积极性的最大打击；父母拒绝孩子发展自己能力的权利，是不尊重自己的孩子。

☐ 一个人能经受多大的苦难，就能成就多大的成功！

9. 孩子的健康是发展之本

- ☐ 健康好比数字1，知识、事业、家庭、地位、钱财是0；有了1，后面的0越多，就越富有；没有了1，一切归零。
- ☐ 剑桥好，哈佛好，不如孩子的身心健康好。
- ☐ 教育的核心不是传授知识，而是培养健康的人格。
- ☐ 只有心理健康的父母，才能培养出心理健康的孩子。

10. 给孩子构建人生金字塔

- ☐ 金字塔是几何图形中最稳固的结构——要给孩子发展构建最稳固的人生“金字塔”。
- ☐ 金字塔构成的自然法则是：底面积与高度成正比——基础面越大、越牢固，自然发展的高度就越高；反之，自然发展的高度就越低。
- ☐ 基础教育阶段就是孩子人生金字塔的底面积，需要全面发展，夯实基础。
- ☐ 孩子完整的发展应包括认知、情感和意志的发展——让孩子学会做人，学会生存，学会合作，学会学习。

11. 让孩子每天都感到幸福和快乐

- ☐ 幸福和快乐不只是孩子发展的未来目标，更是孩子成长的一个过程。
- ☐ 教育的最终目的是教会孩子热爱生命，热爱生命最好的体现就是孩子快乐地成长。孩子快乐与否很大程度上取

决于父母的心态。如果父母是快乐的，他们的快乐也会传染给孩子；如果父母自己整天愁眉苦脸，孩子如何能笑逐颜开呢？

☐ 90%以上学习成绩不好的孩子，不是智力问题，而是心情问题。

☐ 心情一好，一好百好；心情一坏，一了百了。

12. 没有教不好的孩子，只有不会教的父母

☐ 农民对庄稼的态度，决定了庄稼的命运；父母对待孩子的态度，往往决定了孩子的命运。

☐ 庄稼长势不好时，农民从不埋怨庄稼，相反总是从自己身上找原因。外界环境变化时，农民知道要改变种植方法。

☐ 孩子出现问题时，许多父母却只是一味指责，而很少想过自己的责任，很少在自己身上找原因——不要一味地去改变孩子，更需要的是改变自己。

13. 保持一颗平常心，选择适合自己孩子的教育

☐ 父母对子女的教育要保持一个平常心，让孩子也要保持一个平常心——人要有大的志向，就要从小事做起，要有平常人的心态，脚踏实地地做人做事！

☐ 伟人志让孩子成功，平常心使孩子幸福！

☐ 每个孩子都是唯一的，每朵花都有盛开的力量。

☐ 适合自己孩子的教育才是最合适的教育——万万不可照搬别人教育子女的模式。

14. 不要和别的孩子比，要和自己孩子的过去比

- ☐ 世界上每一个人~~与~~他人都是完全不同的一个个体。
- ☐ 和别人的孩子比，比出一个差孩子；和自己孩子的过去比，比出一个好孩子。
- ☐ 和自己孩子的过去比，让孩子看到自己的进步。
- ☐ 多肯定，多鼓励，勤引导，对孩子的自我完善、自我成长很重要。

15. 情商影响孩子的智商

- ☐ 智力超常的孩子只是极少数，大多数人成才不仅仅是靠天赋，更重要的是靠后天的努力和机遇。
- ☐ 习惯决定孩子的命运。兴趣是孩子最好的老师，自信是孩子成功的基石，交往是孩子成功的手段。缺乏对情绪的控制是孩子成功的最大敌人。
- ☐ 孩子没有朋友比考试不及格还要严重。

16. 让孩子学会学习，为终身学习打基础

- ☐ 未来的文盲不再是不识字的人，而是不会学习的人。
- ☐ 树立终身学习的理念，注重孩子的可持续发展。
- ☐ 基础教育阶段是奠定终生学习的基础。学会学习既是打开终身学习之门的钥匙，也是进入知识经济时代的通行证。
- ☐ 在未来的学习化社会中，唯有具备终身学习能力和自主发展能力的人，才能适应并创造未来。



总序 1

给家长的十六条建议 1

第一编 初中生身心发展特点 1

一、初中生处于生理发育高峰期 3

(一) 初中生外形的变化 3

(二) 体内机能的增强 5

(三) 性的发育与成熟 6

二、初中生心理发展的特点 8

(一) 初中学生认知过程的发展 8

(二) 初中生情感发展的特点 11

(三) 初中生自我意识发展的特点 13

(四) 初中生自我调节能力的发展 17

三、心理发展的矛盾性特点 18

(一) 生理变化对心理活动的冲击 18

(二) 心理上成人感与幼稚性的矛盾 19

(三) 易出现的心理及行为偏差 23

(四) 活动能量高与认识水平低的矛盾 24

第二编 初中生家长教育案例 27

一、怎样帮助孩子树立正确的价值观和人生观 29

〔案例一〕有输有赢才是多彩的人生 29

〔案例二〕书信也传情 31

〔案例三〕从生活的一点一滴抓起 32

〔案例四〕和孩子建立起心灵沟通的桥梁 34

二、孩子做事不能持之以恒怎么办 37

[案例一] 全面引导 坚持不懈 37

[案例二] 榜样激励 晓之以理 37

[案例三] 创设困境 强化磨炼 37

三、孩子没有责任心怎么办 43

[案例一] 走出家门参加公益活动 37

[案例二] 体验过错 强化责任 37

[案例三] 多给孩子一些处理事情的机会 37

[案例四] 以身作则 规划时间 45

[案例五] 到农村老家去体验 37

四、孩子缺乏同情心和爱心怎么办 37

[案例一] 女儿的吻 甜蜜的吻 37

[案例二] 榜样的力量是无穷的 37

[案例三] 关心他人 培养爱心 37

[案例四] 体验是最好的教育 37

五、孩子不愿干家务活怎么办 43

[案例一] 适当奖励 激发兴趣 37

[案例二] 创造机会 培养孩子的劳动习惯 43

[案例三] 身体力行 做孩子的榜样 37

[案例四] 完全放手 在生活中锻炼 43

[案例五] 积极引导 树立正确的劳动观念 37

六、如何培养孩子的自理、自立能力 37

[案例一] 小处着手 全局收获 37

[案例二] 在日常生活中培养孩子的自理能力 47

[案例三] 该放手时就放手 37

七、孩子依赖性太强怎么办 37

[案例一] 激发孩子的自尊心 争做生活小勇士 37

[案例二] 以身示范 加强实践锻炼 37

[案例三] 创造机会 真正实践 37

[案例四] 体尝依赖苦果 留下深刻教训 37

八、孩子不知节俭胡乱花钱怎么办 43

[案例一] 数字教育——不算不知道 一算吓一跳 37

[案例二] 改变消费观念 从家长做起 72

[案例三] 体验劳动 懂得艰辛 13

[案例四] 让孩子当“财政部长” 72

九、孩子没有好的学习习惯怎么办 72

[案例一] 制定计划 持之以恒 72

[案例二] 好记性不如烂笔头 72

[案例三] 今日作业今日毕 72

[案例四] 良好的学习习惯从一点一滴做起 13

十、孩子在学习过程中注意力不集中怎么办 81

[案例一] 寻找良方 对症下药 72

[案例二] 循循善诱 做好思想工作 13

[案例三] 找准症结 对症下药 85

十一、孩子贪玩不爱学习怎么办 72

[案例一] 兴趣是最好的老师 72

[案例二] 生活是最好的教育素材 72

[案例三] 因势利导 培养兴趣 13

[案例四] 确定学习目标 制定学习计划 引导孩子学习

90

十二、孩子不主动学习怎么办 13

[案例一] 给批评穿上表扬的外衣 72

[案例二] 循循善诱 72

[案例三] 激发兴趣 引导孩子主动学习 72

[案例四] 多一些理解和宽容 72

十三、怎样提高孩子的学习兴趣 13

[案例一] 寓教于乐 72

[案例二] 多些表扬鼓励 少些批评打击 72

[案例三] 让孩子保持旺盛的学习兴趣 13

[案例四] 对女儿进行理想教育 13

[案例五] 同学习 共成长 72

十四、怎样提高孩子的学习效率 85

[案例一] 好的方法 事半功倍 72

[案例二] 生活锻炼 提高效率 13