

9 年级家长必读

教养
宝典

9 年级， 决胜孩子一生的关键

好父母陪孩子顺利走过初三

8 章涉及生活、学习、升学、亲子交流等全方位指导

52 个家教要点，丰富的家教事例，深入的分析和高效而有针对性的教育，
解答父母可能面对的所有问题

陶红亮 主编

中考硝烟弥漫，该如何帮助孩子顺利取得成功？
青春期孩子逆反心理强烈，如何与孩子更好地沟通？
非常时期，要不要跟孩子谈论敏感话题？
理解+沟通+鼓励+尊重，陪伴孩子健康成长



化学工业出版社



9

年级,

决胜孩子一生的关键

陶红亮 主编



化学工业出版社

· 北京 ·

编写人员

主 编 陶红亮

编写人员 郝言言 苏文涛 薛英祥 薛翠萍
唐传汉 唐文俊 王春晓 史 霞
马牧晨 张宁宁 邵 莹 石 柳
李 青 赵 艳 唐正兵 陶红亮

图书在版编目 (CIP) 数据

9 年级, 决胜孩子一生的关键 / 陶红亮主编. —北京: 化学工业出版社, 2014.4
ISBN 978-7-122-19347-6.

I. ① 9… II. ① 陶… III. ① 青春期 - 家庭教育 IV. ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 307580 号

责任编辑: 邹朝阳
责任校对: 陈 静

文字编辑: 谢蓉蓉
装帧设计: 刘丽华

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)
印 装: 化学工业出版社印刷厂
710mm×1000mm 1/16 印张 11³/₄ 字数 145 千字 2014 年 5 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 28.00 元

版权所有 违者必究

前言



孩子进入九年级以后，就预示着进入了一个各种问题、矛盾和选择的集中期。在这一时期，孩子第一次站在人生的岔路口选择人生的方向，第一次面对升学所带来的压力，第一次品尝对人生、对生活的困惑……与此同时，孩子也正式进入了各种问题集中爆发的青春期，不管是在生理变化、心理变化，还是与异性的交往上，都会遇到各种各样的问题。这时，就需要家长帮助孩子拨开乌云，走出“困境”，走上正确的道路。

分析孩子出现问题的原因，对症下药

“孩子虽然以前也有不少毛病，但进入九年级以后就突然变本加厉了，搞得我们都不知所措！”“不管我们怎么说、怎么骂，孩子就是左耳朵进、右耳朵出，根本听不进去，眼看着就要中考了，孩子的成绩还是一塌糊涂，真是急死我了！”孩子进入九年级以后，家长们诸如此类的抱怨越来越多。其实，明智的家长在如此抱怨的同时，还应该找出孩子出现问题的原因，对症下药。

本书将为家长们解决这一难题。我将会针对九年级孩子容易出现各种问题，为家长们进行深入的分析，让家长们了解孩子的“症结所在”，好从病根上“治愈”孩子的“顽疾”，让孩子变成温顺的“乖乖仔”。

了解九年级孩子的心理特征，帮助孩子成功应对中考

九年级的孩子，在心理上、生理上更加成熟，自我意识和

独立愿望更加强烈，再加上学习压力、人际交往压力等各方面因素的影响，孩子的心理非常敏感，情绪极易波动，逆反心理很容易疯长。

在本书中，我将针对九年级孩子的心理发育特点，以及中考带来的各种心理问题，为家长们提出切实可行的办法，让家长们能够成功地帮助孩子度过这一问题高发期，帮助孩子不断地提高成绩，稳定情绪，顺利地考上理想中的学校！

与孩子融洽相处，做最合格的家长

九年级的孩子已经有了强烈的自我意识，希望家长能够把他们当大人看待，希望得到家长的尊重。那么，家长该怎么做，才能够与孩子融洽相处呢？

最好的办法就是与孩子成为朋友。尊重孩子，与孩子平等相处，成为孩子的朋友而非“上司”。只有这样，孩子才愿意向家长吐露心声，向家长寻求帮助，也只有这样，家长才能够成为孩子真正的良师益友，帮助孩子顺利度过这一人生的困惑期！

九年级是孩子人生的重要抉择期，也是孩子的蜕变期，家长们一定要从孩子的角度出发帮助孩子、鼓励孩子，不要一味地按照自己的意愿插手干预。最后，衷心地祝愿所有家长都能够帮助孩子顺利度过九年级这关键的一年，帮助孩子进入理想的学校。

主 编

2014年3月

目 录

第一章 为什么说九年级是决胜孩子一生的关键

1

九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；九年级是孩子青春问题集中爆发的高危期，是拯救孩子还是毁灭孩子都取决于家长的教育方式；九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或升温的关键期……家长要认识到九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！

对孩子要有期望，但期望值不能过高 /2

孩子站在人生的“第一个岔路口” /4

九年级问题集中爆发的高危期 /7

家长与孩子关系升温的关键期 /9

九年级，孩子最需要帮助的时期之一 /13

第二章 冲刺阶段，和孩子一起迎接中考

17

九年级是孩子初中阶段的最后一年，也是中考的最后冲刺阶段，此时孩子的学习压力更大，学习更加紧张。这时候，家长一定要做好“导航员”的工作，引导孩子快速进入九年级的学习状态，指导孩子利用好一切时间和方法，不断提高学习成绩，巩固基础知识，实现学习的量变到质变！除此以外，为了让孩子更好地应对考试，家长还应该教给孩子一定的应试技巧！

引导孩子快速进入九年级的状态 /18

帮助孩子提高成绩的三条捷径 /21

指导孩子好好利用九年级的假期 /25

教孩子一些实用的应试技巧 /29

进入九年级的孩子，眼下最重要的是如何能够快速提高学习成绩，面对即将要参加的中考。而在这个阶段的学习过程当中，一些孩子还是存在大大小小的问题，如偏科、面对学习总是感到焦虑、越是临近中考越是成绩起伏大、来自老师和家长的心理压力、对老师产生严重的抵触心理、考试中害怕遇到难题、害怕考试等，家长面对孩子的这些问题更是心急如焚，不知道用何种办法来帮助孩子。而本章就如何优化孩子的学习，做了全面详细的介绍。

偏科问题：补弱扬强，对症下药 /34

提高成绩慢，帮孩子克服学习焦虑 /38

学习成绩起伏大：正确引导孩子 /41

排名靠后：考倒数第一不可怕 /45

孩子对老师产生了抵触情绪怎么办 /48

孩子考试粗心马虎的解决方案 /51

考试中遇到了难题：心态最关键 /54

假期如何帮助孩子请家教 /58

第四章 理想学校，父母的作用不可忽视

一年一度的中考即将来临，“望子成龙、望女成凤”是每个家长的心愿。现如今，各学校的生源大战可以说是愈演愈烈，为使孩子能够在一所理想的高中就读，不少家长提前着手，为孩子选择学校。那么应该如何选择呢，是选择职校还是高中，什么样的高中才最适合自己的孩子？这里面可有大学问，还真是需要家长各自研究一番。

孩子想辍学：如何进行心理疏导 /62

为孩子营造一个和谐向上的家庭氛围 /65

家长会后，不只简单重复老师的要求 /68

选择就读高中还是职业学校 /72

学习问题，不强迫而重在兴趣引导 /75

考前合理的膳食安排和营养调配 /78

期望不要过高，孩子的压力才不会过大 /81

考前孩子最不想听的几句话 /85

选择“鸡头”还是“凤尾” /88

九年级是孩子一生的关键期，孩子能够顺利地通过中考，考入重点高中，就等于踏入了半个大学门。然而，这个阶段的孩子由于青春期的懵懂，生理和心理的变化，再加上学习压力的增大，势必会出现不少的问题。比如临近中考前孩子开始谈起了恋爱，不及时复习功课，反倒不断地看电视和玩游戏等，使得本来就为孩子中考着急的家长，更是生气和着急了。于是，家长采取各自不同的办法来制止孩子的种种不宜行为。本章将针对这些问题，进行一番论述，以供家长参考。

引导符合其人生价值的目标 /92

九年级孩子的“恋情”应如何淡化 /95

学习、看电视、玩游戏都不误 /99

“非常时期”更要谨防性侵犯的发生 /102

临考前易出现的诸多“问题” /105

第六章 善于交流，让孩子爱上与父母倾心交谈

进入青春期，孩子开始出现强烈的逆反心理，此时的家长由于跟孩子难以沟通或沟通困难，遇到了很多的问题，比如，很多家长都说“你刚要说他，他就开始烦，根本不愿听”，“这孩子越来越不听话了，说他两句，他就顶嘴”，“孩子真怪，和他说话，他总是爱答不理，转身就走，真不知他在想什么”，家长最担心的是孩子的一些不良习惯会影响到他的中考成绩，所以，针对沟通不畅这个问题，家长既看在眼里，又急在心里，很希望能找到与孩子倾心交流的良好方。

说孩子难管教，请问你的教育方式对吗 /110

去掉多余的爱，还孩子独立自主 /113

尝试多渠道与孩子沟通 /116

如何消除孩子的逆反心理 /120

交流或批评不能不顾及场合 /123

给孩子解释的机会 /125

家长的鼓励非常重要 /129

如何让孩子主动与家长沟通 /132

幽默，增进交流与沟通的“润滑油” /135

第七章 合格家长，把握与孩子融洽相处的方法

141

在与家长进行沟通时，我常常听到这样的抱怨：“上了初中，尤其是升入九年级后，我家那孩子就像忽然变了个人一样，变得敏感、爱顶嘴等，我真不知道如何跟这个‘小冤家’相处了。”不是家长看孩子的行为不顺眼，就是孩子看家长的行为不顺眼，总之，家里的空气就像时常弥漫着“战争的硝烟”。其实，家庭里之所以出现这种问题，不全是因为两种特殊生理周期发生了碰撞——家长进入了更年期，孩子进入了青春期。而是家长的主观愿望和想法太强烈，很多时候不能做一名合格的家长，不能站在孩子的角度理解和关爱孩子，把握与孩子融洽沟通的方法。

在成败中让孩子正确认识自己 /142

孩子为什么与家长的关系渐渐疏远 /145

孩子的全面成长比学习成绩更重要 /148

从有利的方面去看孩子的缺点 /151

不要偷看孩子写的“秘密日记” /155

孩子逆反心理重，家长不可与孩子较劲 /158

第八章 九年级，父母要知道的事

163

九年级不仅是孩子学习的关键时期，也是孩子生理、心理发展的“突变时期”。在这一时期，孩子身心急剧变化，再加上长期的优越生活、家长溺爱等原因，开始“长脾气”了，变得格外敏感、叛逆；与此同时，这一年，家长也要面对孩子中考、择校方面的问题。那么，作为九年级孩子的家长，该怎么做才能既不影响与孩子的关系，又能帮助孩子真正地成长、成熟，为孩子创造美好的未来呢？

如何帮助孩子消除学习心理障碍 /164

带孩子体验贫穷，让现实告诉其答案 /166

不对孩子失望，做永远欣赏孩子的父母 /169

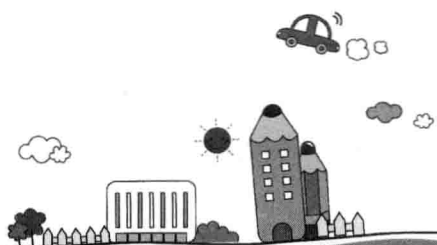
九年级，如何帮助孩子打气加油 /172

择校、报考尊重意愿，并给出理性分析 /175

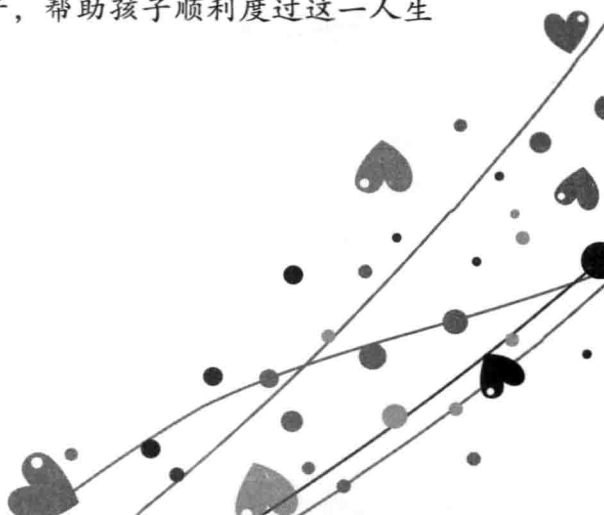
陪孩子顺利度过中考前的时光 /178

第一章

为什么说九年级是 决胜孩子一生的关键



九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；九年级是孩子青春问题集中爆发的高危期，是拯救孩子还是毁灭孩子都取决于家长的教育方式；九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或升温的关键期……家长要认识到九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！





9

年级，
决胜孩子
一生的关键

对孩子要有期望，但期望值不能过高



每一位家长都希望孩子能成功，期望孩子将来能出人头地、出类拔萃，而孩子也希望自己能学有所成。但是，父母的种种期望要以实际情况为依据，不能期望过高，否则会在无形中加重孩子的心理负担，结果也只能适得其反。

现在很多家长都抱怨孩子不懂自己的良苦用心，认为自己那么辛苦、那么努力地为孩子创造优越的生活和学习条件，而孩子的成绩却不理想，这让很多家长觉得孩子辜负了自己的辛苦，更辜负了自己的期望。

其实，深究其原因不难发现，问题主要在于家长对孩子的期望太高，孩子自身的能力无法达到。其实，对于家长来说，对孩子有所期许和要求是可以理解的，但不能期许太高，父母对孩子的标准要适当，要考虑孩子自己的特点和能力，不能太过主观的要求孩子，否则孩子一旦达不到要求，家长失望，孩子自身也会产生挫折感，进而产生消极情绪，最终丧失信心，所以，家长对孩子的期望值不能太高。

情景再现

山西乡宁县有一位15岁的女孩，在中考落榜后喝农药自杀。原因就在于女孩的父母“只能考好不能考坏”的过高期望。她在给父母的遗书中写道：“爸爸妈妈，我对不起你们，由于没能考上高中，使你们的希望落空，村上原先对我有希望的人也都对我冷漠起来。我实在受不了，我只有先走了……”





❧ 追根溯源

1. 由于家长对孩子的期望过高，在主观上家长希望得到自己所需要的结果，这种强烈的愿望会使孩子严重偏离其自身的实际情况，而更靠近家长理想中的结果。比如，一些家长说：“我的孩子笨。”大多数情况是父母的潜意识里有一个较高的标准，认为自己的孩子应该如何，依此标准和孩子的实际表现相比，两者之间出现了较大的差距时，便表现出对孩子的极度不满。

2. 家长当面对孩子过高评价，如自己的孩子考了第10名，有些家长可能会说：“我的孩子贪玩，不认真复习，才考第10名。”其实孩子已经发挥出了他的正常水平。家长关心孩子的成绩，本为人之常情。然而，对孩子的学习成绩的期望过高，总是说“只能考好不能考坏”“将来一定要考上重点大学，名牌大学”等，往往会给孩子稚嫩的心理上造成难以承受的压力，从而把正常的学习看作沉重的负担，出现厌学的情绪，出现无所适从、欺骗家长的情况，更有甚者会彻底丧失对学习的信心，开始出现逃学、网恋、早恋、自杀等现象。如果再有其他外界不良影响，则有可能误入歧途走上犯罪的道路。

❧ 教育支招

1. 不要对孩子期望过高，在培养孩子的智力因素时，家长也应更多地关注孩子的非智力因素，诸如意志力、耐力、应变能力、品德等方面的能力，及适应各个环境方面的素质。因为教育对孩子最大的帮助，就是帮助孩子进入适应他自身成长和发展的领域，使孩子因潜能的发展而获得最大的成功。

2. 在孩子出现不良行为时，作为家长要勇敢地承担责任，给孩子讲清道理，正视孩子的弱势，充分肯定其优势，让其认识到自己的能力





和价值，挖掘其潜能，让其发挥自己的优势和长处，重新树立信心，并逐步进入一个正常的发展轨道。家长应首先看到自身存在的问题，不要把责任全部推到孩子的身上，因为这样只能使情况越来越糟，发展到最后可能真的无法收拾。

3. 虽说成功可以有无数种形式，成功的途径更是千变万化。但是，针对每个孩子，只有一种方式是最适合他的，只有按照适合他自己的方式运作才能成功。因此，家长应多花时间和精力去发现孩子的天赋和潜能并加以培养，以获得不断的超越，从知识、素质、能力、境界等方面提升孩子，从而实现理想，获得无穷的发展空间，达到理想的人生目标。

专家箴言

很多家长都喜欢较早地为孩子设定奋斗目标，认为目标越大越能促使孩子用功、努力。但是，往往却忽略这样一个问题：家长对孩子的要求未必符合孩子年龄特征和个性特征，比如，目标过大过远，过于抽象与虚幻，孩子不容易理解和把握。因此，家长不可一厢情愿将这样的目标当成对孩子的要求，应对孩子有期望，但期望值不能过高。

孩子站在人生的“第一个岔路口”

转眼间，孩子走向了其人生的第一个转折点——中考，如果说高考是龙门，中考则是孩子命运的分水岭。如果说高考是人生的一道关卡，





那么中考则是攻关的一次重要预演。

看着孩子为了中考忙碌、紧张、疲惫的付出，家长的心被深深的刺痛着。孩子书桌上厚厚的书本，把阳光都挡住了，孩子书房里的灯亮个通宵，使星星都为之黯然……可是孩子却把苦累藏在心里，用微笑掩饰心中的疲惫。看着孩子为了安慰父母，在饭桌上挤出来的那个“懂事”的微笑，如何不让做家长的心疼！

情景再现

江西某中学九年级的一名学生在他的来信中说：“明年的6月我即将面临我人生的第一个转折。但是，现在我却陷入了矛盾中，因为我的成绩并不理想，虽然我一直都没有放弃，但我隐隐能够感觉得到，想要将成绩提高上去并不容易。我的目标是市重点高中。因为我妈说上重点高中才有出路，也有面子，所以，我不愿去读一个普通高中。我的理科成绩不是很好，文科成绩较有发挥的潜力。但是，为了不让理科拉分，我很少有时间用在文科上。所以，我很矛盾，也很着急。”

追根溯源

有很多中考成绩欠佳的孩子家长，不顾孩子的真正学习能力，想方设法将孩子送入重点高中，仿佛进入重点高中就进入了高考升学的“保险箱”。这样，孩子的高中三年往往会痛苦不适，很多实例表明这样的孩子高考成绩也不理想。

其实学校教育是一个金字塔，社会教育才是终生的。塔尖上的人是少数，大多数人在塔底。不是每一个孩子都是清华北大的苗子，能考上清华北大的毕竟是少数，培养孩子实际的能力，比培养“做题机器”更加重要。为每一个孩子找到自己的坐标才是教育的真谛，而不是升学率。





9

年级， 决胜孩子 一生的关键

教育支招

1. 中考后家长应让孩子根据自己的实际情况，选择升入相应的高中、职业学校，保护孩子的学习兴趣，激发其学习潜力比盲目攀附重点学校更重要。

2. 能上高中当然是让孩子上高中，继续接受教育能提高一个人的个人修养。现在的社会没有文化不行，这个年龄的孩子往往觉得自己懂得很多东西，那不过是一种想象罢了，其实，他还有很多东西需要学习。

3. 条条大路通罗马，如果考不上重点高中，可以选择中职、职高。随着社会的日新月异，企事业对技术型人才的需求也越来越大。现在很多中职学校都以市场为导向，用学相结合，校企合作取得了重大的突破，学生就业率高，稳定性强。比如，有很多酒店管理专业，不仅在孩子就学期间帮助其顺利完成学业，而且在孩子后续的就业方面更是进行一对一的职业规划，旨在做好孩子从学校到社会的对接工作，确保孩子稳定就业，安全就业，培养其向中高层发展。

专家箴言

九年级的孩子，其心智还不够成熟，对自己的未来规划一无所知，填报学校一般会受到周围同学或伙伴的影响，这时候家长就要起到关键性的作用。正确的方法是：家长应在综合老师建议、家庭情况、孩子有无专长等这几方面后，再与孩子交流做出选择。如果孩子有强烈念普高的愿望，也可尊重孩子的选择。总之，家长要给孩子正面支持，给孩子学习的信心。



九年级问题集中爆发的高危期

进入青春期的孩子，渐渐地将自己内心封闭起来，其心理活动丰富了，但表露于外的东西却少了，他们开始渴望有自己的空间，隐私感越来越强。

情景再现

吉林某中学九年级的王凡，自从升入初中后，在陌生的环境里，和小学的一位校友关系十分好，两人常常在一起学习、吃饭，久而久之，同学们说她们是同性恋，别人说多了，王凡想：“好友要是和别人表现得特别亲密，我就会感到很不舒服，我可能真的是同性恋，这样的事可不能告诉父母。如果真是同性恋，我该怎么办？真是心慌意乱，都不想去上学了。”

九江市某中学九年级的学生小欣，今年16岁，与一个男孩发生了性关系。得知小欣怀孕后，小欣年迈的父亲伤心不已，说“真是作孽啊”，他说孩子从小就不是很听话，小学就开始交所谓的男朋友，给男孩写情书还曾被老师发现并教育过。父母一直担惊受怕，就怕出事。幸好学校距离家较近，小欣回家住宿，家里管得也比较严，开始的时候没有出什么差错。到了九年级，小欣越来越不听话，有时候甚至找借口留宿在同学家里，这次，妈妈无意间发现了女儿的一些变化，便立即带她去检查，及时发现了情况。



9

年级， 决胜孩子 一生的关键

✿ 追根溯源

一些家长认为，女孩的生理情况特殊些，母亲较容易和女儿沟通，但男孩的问题比较麻烦，不仅不好意思说，而且可能越解释他越糊涂或越好奇，干脆就不解释、顺其自然。还有些家长认为青春期不是大问题，孩子闷一阵自然就会好的。有的家长甚至说：“我那时候父母从来也没告诉什么啊，照样和一帮男孩疯玩，好像没有经历什么青春期，稀里糊涂就过了。”此外，有的家长忙于工作，根本无暇顾及孩子：“青春期？孩子学习好就好，想那么多做什么？我要忙工作，也没时间讲这些。”

更多的家长认为，现在学校都开设了青春期教育课程，孩子已经知道相关知识，不需要家庭再重复，何况家长给孩子讲性知识总张不开口。然而，目前学校的青春期教育多数还停留在面上，针对性不强。青春期讲座只是针对青春期孩子的共性来说的，比较空泛，而不同的孩子发育有早有晚，家庭情况、遇到的问题也不同，所以，很难有针对性的辅导。

✿ 教育支招

1. 家长对假期脱离视线的、有早恋苗头的女孩要格外注意，如果有问题争取尽早发现。因为女生怀孕49天之内做手术相对比较安全，对孩子伤害较小。如果真的发现孩子怀孕了，先不要急着责备孩子，要先保证孩子身体的健康，责任和过错之后再讨论。因为有的孩子自己发现了问题不敢告诉家长，就拖着。另外，家长如果觉得自己的孩子交朋友比较随便，或者发现孩子有交友的苗头，就要及时对其进行安全知识的渗透，不要等真正出了问题再后悔。

2. 学校、社会应该为这一阶段孩子的成长构建一个立体的教育、防护体系，帮助其走出青春期的困惑，健康地成长。家长应引导孩子积极

