

家庭素质教育指引丛书

家长必读

如何引导孩子步入人生

(中学篇)



华南理工大学出版社

家 长 必 读

如何引导孩子步入人生

(中学篇)

主 编：吴惟粤

副主编：韩可与 曾令鹏

编 者：陈二先 梁东标 邓静红 卢务全

丁元庆 梁荣春 谢孟禄 杨延军

陈兆荣 麦锦城 韩可与

华南理工大学出版社

·广州·

图书在版编目 (CIP) 数据

家长必读: 如何引导孩子步入人生/吴惟粤主编. —广州: 华南理工大学出版社, 2000.6 (2002.6 重印)

ISBN 7-5623-1553-1

I. 家…

II. 吴…

III. 家庭教育-中学

IV. G78

华南理工大学出版社出版发行

(广州五山 邮编 510640)

责任编辑: 孙 莉

广东省新华书店总代理发行

中山市新华印刷厂有限公司印装

*

2002年6月第1版第4次印刷

开本· 850×1168 1/32 印张 8 字数 150千

印数 29681—32680册

定价: 11.80元

前 言

家庭是孩子的港湾，家长的育儿观时时刻刻都在影响着孩子的成长。所以，良好的家庭育儿环境是孩子健康成长必不可少的条件。

当今，年轻的父母面对的是一个在高速发展的社会和发展中的孩子，他们在家庭教育中付出了很大的努力，为的是“望子成龙”、“望女成凤”。可是，由于种种原因，不少家长在教育孩子的过程中，或多或少地会遇到这样那样的问题，感到困惑和苦恼。

本书编写人员中有些是研究儿童心理的博士、研究员，有些是特级教师或优秀教师，均从事青少年教育和保健工作多年，既是教育工作者，又是孩子的家长，对此深有同感。在此，祈望能将我们多年来工作和学习所得作为一份礼物奉献给所有的家长朋友。倘若本书能为家长们在教育孩子方面提供有益的借鉴，我们将感到无比欣慰。

本书的编写力求兼顾通俗性、趣味性、实用性。让家长着重在孩子身体发展、社会性发展、认知发展方面了解孩子的发展规律，同时也兼顾了家长和孩子的可读性。该书的每篇几乎都是以一个个成功或失败的个案作为起源进行简要的分析，并提出我们的建议。我们力求将科学的观念、原则、方法介绍给家长们，帮助他们更

科学地、合理地教养孩子，以便培养高素质的新一代。

必须指出的是，教育孩子没有固定划一的模式，因人而异、因材施教是我们教育孩子的基本原则，本书仅为家长们提供一些原则性的建议。

对为本书的撰写提供过素材的学校和个人深表谢忱！

编 者

2000年5月

目 录

春风化雨 润物无声

- 浅谈家庭教育的特点和方法 (代序) (1)
- 1 中学生与小学生有什么不同 (5)
- 2 孩子退步了吗 (6)
- 3 孩子为什么又懒又怕事 (8)
- 4 让孩子懂得节俭 (10)
- 5 从玩麻将说起 (12)
- 6 对孩子的忧患教育 (13)
- 7 孩子为什么离家出走 (15)
- 8 从孩子离家出走看心理健康 (17)
- 9 家长类型与家庭教育问题 (19)
- 10 “不要脸的母亲”的启示
——谈影响心理发展的因素 (22)
- 11 上网的喜与忧 (23)
- 12 追星絮语 (25)
- 13 望子成龙 (27)
- 14 别让孩子追求名牌 (29)
- 15 如何跟孩子沟通 (31)
- 16 创设良好的文化氛围 (33)
- 17 指导孩子课外阅读 (35)

18 行动比语言更有力量	(38)
19 孩子落后了怎么办	(40)
20 尊重孩子的独立性	(42)
21 让孩子学会生活	(44)
22 经历磨难才能成材	(46)
23 用金钱奖励来促学习好吗	(48)
24 该不该请家庭教师	(50)
25 多抽点时间陪孩子	(51)
26 别让孩子失去假期	(52)
27 一定要进重点中学吗	(54)
28 “701”留下的思索	(55)
29 何吝说声“谢谢”	(57)
30 球星父子情	(59)
31 莫把孩子推向神坛	(61)
32 现代孩子缺什么	(62)
33 帮助孩子防治近视	(63)
34 朱玮晶夺魁的秘诀	
——谈智力发展的有关因素	(65)
35 非智力因素的培养	(67)
36 学习动机的诱发	(69)
37 宁铂的特殊习惯	
——谈记忆力的培养	(71)
38 阿基米德赤裸着身子跑到街上	
——谈多向思维力的发展	(74)

39	孩子是撒谎吗	
	——谈记忆力的发展	(76)
40	丰子恺读书的奥秘	
	——谈反复记忆法	(79)
41	撒网打鱼的方法	
	——谈提纲记忆法	(81)
42	蜘蛛为何能在纤弱的丝网上奔跑	
	——谈协同记忆法	(82)
43	苦于没有材料的作文	
	——谈观察力的培养	(84)
44	智慧的大门	
	——谈观察力的发展	(86)
45	不做“绝对权威”	(88)
46	考试前后的家长	(89)
47	分数可以决定一切吗?	(92)
48	心理卫生与家庭教育	(94)
49	心理健康的绊脚石——情绪障碍	(99)
50	品行障碍及犯罪预防	(101)
51	培养承受挫折的能力	(105)
52	挫折教育	(107)
53	亲子沟通	(110)
54	面对不良行为	(112)
55	学会表扬	(114)
56	你了解自己的孩子吗	(117)

57 我们的孩子快乐吗	(119)
58 健康心理素质的培养	(121)
59 怎样帮孩子克服嫉妒心理	(124)
60 管严点还是放松点	(126)
61 怎样培养孩子的爱心	(128)
62 小孩出现对抗行为怎么办	(130)
63 小议“有钱难买幼时贫”	(134)
64 从布什夫人的育儿经想到	(136)
65 当孩子之间发生矛盾冲突时	(139)
66 孩子说谎的心理因素	(141)
67 注意培养孩子的自尊心	(146)
68 保护孩子的自尊心	(148)
69 电脑游戏机前的迷惘	(151)
70 计算机与孩子	(153)
71 儿童学习困难	(155)
72 如何带孩子去看心理医生	(158)
73 公民的产生 ——谈青年的心理基础	(161)
74 面对青春期的子女	(163)
75 月经与遗精	(166)
76 “神秘过程”开始了 ——谈青少年性知识教育	(169)
77 如何对待孩子的早恋	(171)
78 这五个少女为什么要集体自杀 ——谈青少年的心理基础	(175)

79 防止早恋	(177)
80 多愁善感的黄金时代 ——谈青少年的生理特点	(179)
81 如何对孩子进行性教育	(181)
82 如何看待孩子的手淫	(183)
83 包皮过长与包茎	(185)
84 少女乳房的保健	(187)
85 烦人的“青春痘”	(190)
86 “狐臭”的烦恼	(193)
87 贫血的防治	(194)
88 传染性肝炎的防治	(196)
89 爱滋病的预防	(199)
90 少年儿童的作息安排	(201)
91 用脑卫生知多少	(203)
92 少年儿童的睡眠卫生	(206)
93 卫生习惯的培养	(208)
94 保证每天1小时的体育锻炼	(209)
95 从卫生学角度看“减负”	(211)
96 近视眼的防治	(213)
97 配眼戴镜的学问	(215)
98 喝酒对青少年健康的影响	(217)
99 吸烟对青少年健康的危害	(218)
100 要注意孩子的营养平衡	(220)
101 孩子应该吃好早餐	(223)

102	喝牛奶的科学	(226)
103	把大豆摆上餐桌	(228)
104	肥胖症的预防	(230)
105	触电的预防和急救	(231)
106	溺水的救治	(234)
107	看不见的杀手——煤气中毒	(236)
108	预防铅中毒	(237)
109	青少年，交通事故的高危人群	(241)
110	常见小外伤的家庭处理	(243)

春风化雨 润物无声

——浅谈家庭教育的特点和方法

(代序)

家庭是孩子学习的第一所学校，父母是培养教育孩子成长的第一任老师。良好的家庭教育，对孩子的成长具有奠基的作用。家庭教育是一门特殊的学问，它不同于学校教育与社会教育。家庭教育没有课堂，孩子没有课本，家长无需备课和批改作业，然而千千万万个家庭却在天天教育着孩子。家庭教育具有许多与学校教育、社会教育不同的特点。

家庭教育是带有强烈感情色彩的情感教育。孩子呱呱坠地后，首先投入父母的怀抱，享受着母爱和父爱。由于孩子与父母有着血缘关系，因而亲密无间。父母对孩子给予保护，满足孩子感情上的需要，使孩子在安全、可靠的环境下生活。孩子出于对父母的信任和依恋，比较容易接受父母对他的教育。因此，家庭形成良好的情感环境是孩子健康成长早期最关键的环节。

良好的情感环境体现在家庭成员之间应是和睦相处、互相关心、互相帮助和充满欢乐气氛。孩子是家庭的一员，孩子年幼，应多受成年人的关心和照顾。要教育孩子感谢父母长辈的关心和照顾，从小学习关心照顾别人；要热情帮助孩子解决生活上、学习上的困难，让

孩子树立克服困难的自信心；孩子做错了事要批评教育，鼓励其改正，不要动辄打骂。良好的情感环境体现在家庭成员间的互相尊重、平等民主。要让孩子接受教育，必须把孩子放在平等的位置上，必须尊重孩子。孩子在家庭里要有说话、发表意见的权利，家庭成员要倾听孩子的意见和要求，肯定和采纳合理的，纠正和说服不合理的。父母要让孩子在适当的时候表现自我。例如，参与家庭中大件物品的购买，生日、双休日的安排和家庭居室的布置等等。此外，与父母一道选择自己衣服的式样、颜色，在父母的指导和帮助下学会选择伙伴和使用零用钱，这些做法都会让孩子感到父母对自己的尊重，感到自己在家中有一定的位置。

良好的情感环境还体现在父母与孩子之间常常进行情感交流上。父母要做孩子的知心朋友，寻找与孩子间的共同语言，消除心理距离。对孩子喜怒哀乐的倾诉，父母要做忠实的听众，耐心地听孩子的诉说。父母要常常同孩子交谈，看了一本书、一篇报道、一个电视节目，听了一个故事、一首歌曲，都可以同孩子说说具体的内容，谈谈心得体会，交换看法。要经常耐心地回答孩子提出的问题，不要用“我没空”便搪塞过去。要引导孩子解决问题，适当的时候给予意见和加以指导。这样，即使孩子长大了，成家立业了，也还能跟父母长辈说知心话，做贴心人。

家庭教育的特点决定其主要的教育方法是寓教于生活中。“生活即教育”，前苏联教育家马卡连柯说：“不

要以为只有你们同儿童谈话或教育儿童、吩咐儿童的时候才是在进行教育。你们是在生活中的每时每刻，甚至你不在家的时候，也在教育儿童。你们的穿戴，怎样同别人谈话，怎样谈论别人，怎样欢乐和发愁，怎样对待朋友和敌人，怎样笑，怎样读报，这一切对儿童有着重要意义。”家长应注意挖掘家庭生活中的教育因素，遇物则诲，择机而教，生动形象地对孩子进行教育。

寓教于生活体现在父母长辈的高尚追求，孜孜不倦的上上进心，工作的责任感和事业心的自然流露等方面。例如，家长热烈赞扬改革开放的伟大成就，抨击社会上的不正之风；称赞生活中的好人好事，谴责耳闻目睹的不良行为；自己对待工作和学习精益求精，刻苦钻研，不怕困难，常常主动热情地帮助邻居、同事、亲戚朋友……孩子耳濡目染着父母长辈的这些言传身教而接受着活生生的教育。

寓教于生活还体现在家庭的生活实践和行为习惯中。家庭生活中的每一件琐事，父母都要以身作则，严格要求，养成习惯。“教育无小事”。家庭成员要有良好的生活态度：言行文明有礼；喜爱读书看报，追求新知识；生活作息有规律，不沉迷于吃喝玩乐；家居物品摆设整洁而有条理，注重美化、绿化；节约勤俭，不铺张浪费；衣着打扮大方得体；常参观旅行，拓宽视野，活跃身心……

孩子大部分时间在家度过，不知不觉中受到家庭生活的深刻影响。有的家长常会发出疑问：别人的孩子不

教也行，我的孩子说破了嘴还是不听话。这些家长把教育孩子简单理解为说教，是因为他们没有认识到家庭教育的特点和方法。

家庭教育最基本的特点是潜移默化的熏陶。良好的家庭教育发挥着学校教育、社会教育所不能替代的、不可估量的作用，这种作用有如“春风化雨，润物无声”。

1 中学生与小学生的不同

孩子顺利升入中学后，父母为之高兴，尤其是升入名牌中学，更为兴奋，认为这下可以放心了。可是不久就发现：孩子好像没有读小学时那么听话了，开始与父母顶嘴了。这时，父母又担心了。

小学阶段，读的科目少，任课老师也少，又有班主任时刻监督在看管，学生易被集中统一管理。中学阶段，孩子进入青春期，思想和身体都在变化着，独立性和独立活动的的能力都越来越强，社交也多起来了，同伴的关系更广泛、更密切，对父母依赖也就不像小学那样多了。另外，中学的学科多，任课老师也多，老师不易熟悉学生，班主任也不像小学那样时刻监管，学生的自由度较大，这样中学生就容易出现“自我解放”的现象。当父母管教不当，孩子就会当“耳边风”，甚至还会“顶”回去，父母此时就会感觉到孩子难教了。

这时期，家庭教育就要根据青春期孩子的特点和中学教育的特点来进行。

首先教育方法要从以“管”为主改为以“导”为主。要引导孩子学会正确的独立生活、独立交友、自主学习的能力，家长可以同孩子谈学习、谈生活、谈见闻，让孩子在交谈中得到启发、引导。

其次，在指导孩子学习时，要强调在记忆的基础上理解，而不是单靠记忆，要用“懂了没有”代替过去的

“记住了没有”。要注意培养孩子独立思考能力和探索精神，学习上的难题要学会自己动脑筋解决。

再次，要丰富孩子的课外知识和见闻，引导孩子正确交友，扩展孩子思想和社交活动范围。使他们从适应学校生活到适应社会生活，并逐步养成能正确观察和评价各种各样的社会现象的能力。

家长一定要记住：进入中学后的孩子无论在生理上还是在心理上都在发生着变化，他们已不可能总是生活在父母的怀抱中，因此需要更多的指导，而不是管教。为此，家长要更多地观察孩子的变化，加强了解并给予理解，指导他们独立地学习，独立地生活，健康地成长。

(谢孟禄)

2 孩子退步了吗

小芳在读小学时，每学期的考试成绩总在前三名，她还是少先队的中队长，父母为她感到自豪。可是，当小芳进入中学后，学习成绩却是很平常，一般只有 80 多分，从未列入前 10 名。在初中一年级时还当班委，可是到了初中二年级时只当了个小组长。这时小芳的父母就埋怨女儿不争气、学习不够努力，认为女儿学习退步了。但小芳却感到十分委屈，也偷偷地流过泪，因为自己确实比小学时努力多了。

小芳的这种现象在初中学生中并不少见。孩子在小