

胡老师讲堂之一



做智慧型父母

Being Wisdom Parents

帮助孩子健康成长的130个建议

胡玉顺◎著

中国发展出版社

胡老师讲堂之一



做智慧型父母

Being Wisdom Parents

帮助孩子健康成长的130个建议

胡玉顺◎著

中国发展出版社

图书在版编目(CIP)数据

做智慧型父母:帮助孩子健康成长的130个建议/胡玉顺
著. —北京:中国发展出版社, 2004. 6

ISBN 7-80087-732-9

I. 做... II. 胡... III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第027292号

书 名: 做智慧型父母:帮助孩子健康成长的130个建议

著作责任者: 胡玉顺

出版发行: 中国发展出版社

(北京市西城区百万庄大街16号8层 100037)

标准书号: ISBN 7-80087-732-9/G·86

经 销 者: 各地新华书店

印 刷 者: 北京市白帆印务有限公司

开 本: 850×1168mm 1/32

印 张: 12.125

字 数: 196 千字

版 次: 2004年6月第1版

印 次: 2004年6月第1次印刷

印 数: 1—10100册

定 价: 19.00 元

联系电话: (010) 68990630 68990692

购书热线: (010) 68990682 68990686

网 址: <http://www.developress.com.cn>

电子邮件: fazhan@drc.gov.cn

版权所有, 翻印必究

序 言

赵忠心

胡玉顺老师的《做智慧型父母——帮助孩子健康成长的130个建议》一书即将出版，我由衷地高兴。我首先向她表示诚挚的祝贺！

胡玉顺老师是我的同行，又是多年的老朋友，她要我给她的书写个序言。一般出书的都要请个名人提个辞或撰写序言，我不是不想帮她的忙，只是想：我不是名人，怕“分量”不够重。但考虑到，我毕竟是个家庭教育理论研究者，这是个机会，可以借此叙叙旧，叙谈一下我们相识和为共同的事业并肩奋斗的经历；与此同时，也表示一下我的心怀。

我与胡玉顺老师相识，那是在上世纪80年代初期，算起来也有二十多年了。改革开放以后，整个社会重视知识，重视人才；与此同时，大批独生子女在我国出现，家长们由过去对子女“数量”的追求逐步转变为追求“质量”，迫切希望能对家庭教育工作进行具体的指导。我们作为教育工作者，出于社会责任感，敏感地意识到这个亟待解决的问题，不约而同地开始关注我国的家庭教育事业。在共同参与家庭教育研究和普及的过程中，共同的追求和信念促使我们相识。

1986年，我首先在高等学校开设了家庭教育学课程，受到了学生们空前的欢迎。不久，我出版了我国第一部《家庭

序言

教育学》。我鼓励胡玉顺老师也给他们大学的学生开设家庭教育学课程，她欣然接受了我的建议，在首都师范大学的历史上第一次开了课，并一炮打响，受到学生极为热烈的欢迎。她这一开课，一发而不可收，就一直坚持了下来，达十多年之久，成为他们学校最受欢迎的课程之一。每次在家庭教育研究会见面时，她都非常兴奋地向我介绍她给学生上课的情景和激动的心情，让我这个老朋友分享她成功的愉悦。应当说，胡玉顺老师是改革开放以来，我国家庭教育事业的开拓者之一，为发展我国的家庭教育事业作出了重要的贡献。

胡玉顺老师是家庭教育事业的热心人，也是家庭教育的有心人。她在我国家庭教育事业的发展过程中，投入了全部的时间、精力和感情，十数年如一日，克服种种困难，兢兢业业，认认真真，一直坚持不懈地进行研究、教学和提高普及工作。她的工作是卓有成效的。

当前，有关家庭教育方面的书是出版了不少，显得很繁荣，这些出版物绝大多数是好的和比较好的，家长读了还会受益。但是，我不能不坦率地说，目前市场上的家庭教育类图书是很混乱的，可以说是鱼龙混杂，泥沙俱下，什么样的书都登台亮相，“家庭教育专家”满天飞。有些家庭教育方面的指导用书，家长看了，当时会很激动，似乎是获得了培养孩子成才的“法宝”。可是，在教育孩子的实践中，那些所谓的“法宝”并不灵验。因为很多书不是引导家长朝着科学的方向来培育孩子，而是有意迎合一些家长不正常的心态，讨好家长，内容是与科学理论、与儿童身心发展的规律相违背的；有的把培养个别孩子的做法当做“普遍规律”、“灵丹妙药”，大张旗鼓地推销；有些介绍国外家长做法的经验，又

不大适合中国的国情。一些大众传媒也不分青红皂白，不遗余力地“热炒热作”，把一些根本经不住推敲的家庭教育用书捧上了天，引导不大熟悉家庭教育理论的家长在不经意中走向误区，使家长大失所望。这是一种不负责任的行为。对这种情形，许多有良心的专家、学者十分担忧。

就在这时候，胡玉顺老师凭着一个老教育工作者应有的社会责任感和良心，在总结她多年从事家庭教育科学研究、推广普及、教学和咨询工作的基础上，结合当前我国家庭教育的实际，经过认真筛选，负责任地向家长们提出了帮助孩子健康成长的130个建议，完成了这部名为《做智慧型父母》的家庭教育著作，给广大家长提供了一份精美的精神食粮。

我向广大家长们郑重推荐胡玉顺老师的这部书。这是一部很有中国特色的家庭教育科学普及读物。

胡玉顺老师这部书，具有鲜明的时代特征和强烈的针对性。当今，在社会政治、经济、文化的急剧变革中，家庭教育面临着许多前所未有的新情况和新问题，家长们思想上被许多从未遇到过的教育子女的难题所困扰着，迫切希望能得到解释和解决。多年来，胡玉顺老师一直积极参加各种各样的家庭教育咨询活动，接受了不计其数的家长的咨询。经她指导的家长，获得了培养教育子女的知识，也增强了信心，由“一筹莫展、束手无策”变得“胸有成竹”。

在长期与家长接触的过程中，胡玉顺与家长建立了深厚的情谊，在思想上产生了共鸣，有了共同的感情和语言，成了家长们的知心朋友。她在书中提出的这些问题和建议，就是在家庭教育咨询中总结、归纳、提炼出来的，她想家长之所想，急家长之所急，为家长之所用，家长看了她的书，会

序 言

感到非常亲切，会觉得“解渴”，豁然开朗，学到的知识用得上，能解决实际问题。

说到家庭教育，从某种意义上说，就是教育家长。要搞好子女的家庭教育，必须首先切实提高家长的教育素质。“以其昏昏，使人昭昭”，那是不成的。家长的教育素质不提高，要培养出高素质的子女来，是不可能的。

现在，家长们的文化素质虽然较过去有很大的提高，都迫切希望把子女培养成才，但由于多是独生子女，家长们教育子女都是“一次性”的，缺乏这方面的心理准备和实践经验。而许多家长心态不大端正，急功近利，思想上出现了混乱，特别需拨乱反正，以正视听。

胡玉顺老师多年来一直从事教育和心理科学的研究和教学，熟悉学科知识理论，具有深厚的理论功底。正是由于她做到了“深入”，才有可能做到“浅出”。她在书中，针对家长在教育子女中遇到的实际困难和问题，把教育和心理科学理论通俗化、大众化，用一般文化水平的家长能看得明白、能消理解的语言，摆事实，讲道理，侃侃而谈，就像与知心朋友在共商教育子女的大计。她的书，像一渠清水，流入家长的心田。我深信，家长在阅读此书时，一定能够悟出一些培养、教育子女的道理来，使头脑清醒起来。

胡玉顺老师是家长们的良师益友。她的这部书给家庭教育类出版物注入了一股新鲜液，一定会受到广大家长们的欢迎。

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 赵忠心

2004年4月29日

前言

编写这本书是我多年的夙愿，中国发展出版社给了我实现夙愿的机会，在完成学校正常教学、科研工作的同时，经过长时间的准备，这本书和大家见面了。

我在师范院校从事教育理论教学和科学研究近 30 年了，一直以中小学教育作为研究对象和重点。自 80 年代中期，开始关注家庭教育。因为在教育理论的教学与科研中，在接触中小学教育、教学活动实际中，大量的案例说明，家庭教育的效果直接影响学校教育的质量，影响学生身心发展的水平。

家庭教育在儿童、青少年成长发展过程中起先入为主的奠基作用，学校是培养人的专门场所，学校教育是儿童、青少年接受的阶段性教育，它是建立在家庭教育基础之上的。如果说，家庭教育给予儿童、青少年良好的教育影响，形成了良好的行为习惯，在此基础之上的学校教育对儿童、青少年来说，则属于发展性教育。相反，如果家庭教育给予儿童、青少年不良的教育和影响，形成了不良的行为习惯，在此基础之上的学校教育则不属于发展性教育，而是纠正教育或改正教育。也就是先纠正或改正学生身上的不良行为习惯，然后形成和发展学生的良好行为习惯。由此可见，提高学校的教育质量，促进学生的身心发



展水平,绝不能忽视家庭教育的作用。由此,我在研究学校教育的同时,关注和研究家庭教育,并研究家庭教育和学校教育如何协调的问题。

80年代初,北京市成立了家庭教育研究会,我成为首批会员,先后任家庭教育研究会的理事、常务理事、家庭教育服务指导中心专家组成员。2003年成立了“中国家庭教育专业委员会”,任理事。90年代初,在学校开设了《家庭教育学》公共选修课。20年来,一直关注和进行家庭教育的研究,参与家庭教育研究会的活动和工作,特别是家庭教育咨询指导工作。在咨询指导家庭教育实践中,许多父母亲面对孩子的不良行为显得束手无策,一脸无奈,他们说:“我实在没有办法才来咨询,快帮帮我吧。”“现在做父母太难了”。在我们的帮助和指导下,孩子的父母亲从无策到有思,从无奈到有方,从有方到会用,使问题得到不同程度的解决。在不断解决问题的同时,我积累了大量解决个案的理念和经验。期间,我们与前来咨询的父母亲一起分享教育成功的喜悦,分担教育失误的苦恼。他们对我们的信任,对我们的尊重,使教育理论工作者的价值得到体现。家庭教育实践急需理论的指导,家庭教育理论在实践中得到了检验和升华。

但同时我们也看到,这样的咨询指导只是一种补偿性、纠正性的教育。问题出现在孩子身上,可是,出现问题的根源并不在孩子身上,而在孩子父母不恰当的教育行为上。若纠正孩子的不良行为,首先要纠正孩子父母的不恰当教育行为。于是,我们就想把在家庭教育咨询中的问题及研究成果,提供给已经做父母或即将做父母的朋友,作为教育孩子的参照,使更多的父母亲从家庭教育的问题中吸取教训,在解决问题中学习教育理



论,形成正确的家庭教育观念,掌握科学的家庭教育方法,逐渐成为智慧型的父母,以自身的良好行为影响孩子、教育孩子。这是编写此书的初衷和目的。

本书有以下几个特点:

1. 本书作者既有扎实的教育理论基础,又有 20 年丰富的家庭教育指导实践。本书理论中有丰富的内涵,事例中有深刻的哲理,就事说理,在叙述事实中给人以启示,促人反思。在活生生的事例中,折射出深刻的家庭教育道理。书中选择的案例,有的是作者在咨询指导中的积累,有的是各种媒体报道过的、在人们生活中引起重大反响的事件,使广大的父母亲读起来心领神会,在实践中恰当地把握分寸和灵活运用,真正做到“授人以渔”。

2. 本书从儿童、青少年的成长过程,提出家庭教育中存在的问题以及解决问题的建议,包括幼儿阶段、儿童、少年阶段和青年初期,这些问题具有一定典型性、针对性,反映了儿童、青少年身心发展中的特征,可使处于各个年龄阶段的孩子的父母亲,根据孩子的身心发展特点和年龄特征有针对性地进行教育,帮助父母亲更有效地与子女进行沟通,使两代人在有效的沟通中共同成长。

3. 本书提出的问题是当今家庭教育中的热点问题,具有一定代表性和时代性。有些问题在上一代父母教育孩子时从没有遇到过,现任的父母没有亲身经历过,但出现在孩子身上。应如何解决才能收到较好的效果,从书里的事例描述中我们也许能领悟出问题的成因,从而纠正父母亲的不良教育行为,培养良好的教育行为,给孩子良好的教育影响。

4. 本书不是“灵丹妙药”,仅是对父母亲教育子女提出建



议,供父母亲教育子女参照。父母的教养观念、父母行为与孩子的发展存在着双向的影响,这种双向影响过程既有规律性又有独特性。书中的建议在于帮助父母亲遵循教育的规律和儿童发展的规律,对孩子进行科学的教育。

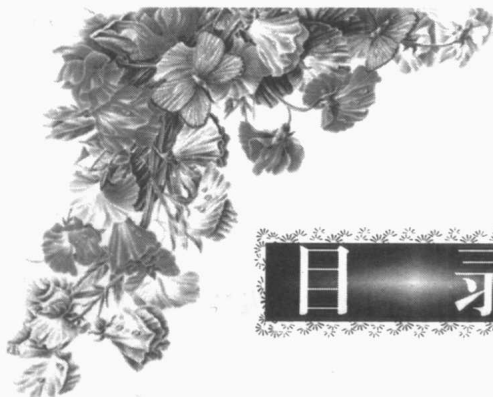
基于以上特点,本书具有较强的可读性,可作为普及家庭教育理论的读物,也可作为培训父母亲的教材,还可以作为学校教育工作者的参考书。

本书所采用的问题,除了作者亲自解决的案例外,还参阅了多种报刊及媒体报道的热点问题,在此表示感谢。

在本书写作过程中得到了学界同仁的认同和支持,特别是家庭教育学科的创立人赵忠心教授为本书写了序言,这是对作者的鼓励和鞭策。同时得到了众多孩子父母亲的鼓励和信任,特别是中国发展出版社给予了出版的机会,在此深表谢意。

胡玉顺

2004年3月于首都师范大学教育科学学院



目 录

前 言 / 1

1. 身为父母,首先要做一个智慧型的人 / 1
2. 让孩子敢对父母说话 / 4
3. 富于智慧地做好孩子人生的基础教育 / 6
4. 不必过于迷信“著名幼儿园” / 8
5. 孩子喜欢什么样的家庭教育 / 11
6. 做“教育妈妈”而不只做“喂奶妈妈” / 14
7. 好话要好说,让孩子感受到爱 / 17
8. 尊重孩子的智慧,节制孩子的欲望 / 20
9. 对孩子的良好行为及时给予肯定 / 23
10. 孩子的不良行为要及时制止并受当地管教 / 26
11. 儿童消费切莫追波逐流 / 30
12. 孩子天生不挑食 / 32



13. 爱玩是孩子的天性,关键是帮助孩子“会玩” / 35

14. 别让孩子患上“智力厌食症” / 43

15. 一定要关注孩子的感受 / 41

16. 抽出点时间陪孩子,满足孩子的情感需要 / 43

17. 不要把挫折教育搞成精神虐待 / 45

18. 警惕“关怀强迫症” / 48

19. 父母的平和心态有助于儿童心智发育 / 51

20. 孩子成为的关键要素:活动 / 53

21. 为什么“父母是能人”可“儿女不成器” / 56

22. 良好的“身教”重于千言万语 / 58

23. 尊重孩子的权利就是尊重祖国和法律 / 60

24. 孩子放假,父母怎么办 / 64

25. 万万不可把父母爱残忍化 / 67

26. 母亲教子,最忌的是唠叨 / 71

27. 字条交流:无声的影响 / 74

28. 悲剧提醒父母亲:“用心”去了解孩子 / 77

29. 关注孩子的心理需要,学会与孩子交谈 / 80

30. 不要扼杀孩子兴趣萌芽 / 82

31. 不要做“退隐母亲” / 85

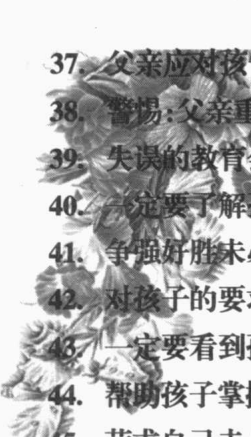
32. 母亲,对孩子应尽哪些责任 / 88

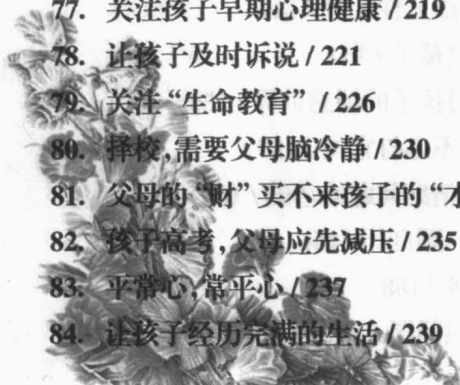
33. 妈妈,我理解你的爱 / 90

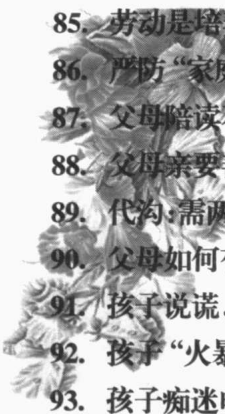
34. 失去理智的母爱成为溺爱 / 92

35. 父亲的作用母亲无法替代 / 95

36. 父亲的强权不是爱 / 99

- 
- 
37. 父亲应对孩子尽哪些责任 / 101
 38. 警惕：父亲重压造成的悲剧 / 104
 39. 失误的教育会让孩子变痴 / 108
 40. 一定要了解孩子的承受力 / 112
 41. 争强好胜未必总是好事 / 115
 42. 对孩子的要求要“近人情” / 117
 43. 一定要看到孩子的长处 / 119
 44. 帮助孩子掌握生存技能 / 122
 45. 苛求自己未必是一件好事情 / 124
 46. 让孩子知道你的心 / 126
 47. 你鼓励过自己的孩子吗 / 128
 48. 别让畸形的爱导致畸形的消费 / 132
 49. 讲节俭永远都不过时 / 135
 50. 不要过分迁就孩子的消费 / 138
 51. 指导孩子学会理财 / 141
 52. 面对“早恋”，不要疑心过重 / 144
 53. 性教育，一定要跟上性发育 / 147
 54. 为何富家多出浪荡子 / 151
 55. 父母该如何面对孩子的情感世界 / 154
 56. 孩子早恋，父母不必打官司 / 157
 57. 冷静相处：解决情感问题的基础 / 160
 58. 淡淡的態度是一副良药 / 166
 59. 面对现实是良策 / 168
 60. 关注儿童性早熟问题 / 171

- 
- 
61. 及时发现孩子的心理障碍 / 173
 62. 尊重孩子成长必须经历的阶段 / 176
 63. 民主平等的气氛可减少“郁闷” / 179
 64. 挣钱无时限，亲情有时限 / 181
 65. 不要把职业习惯带回家 / 183
 66. 孩子的心理压力来自大人 / 186
 67. 疲劳教育是孩子健康的杀手 / 189
 68. 适度降低对“好孩子”的期望 / 191
 69. “问题少年”的问题在哪里 / 193
 70. 用敏锐的眼光关注孩子的情绪 / 197
 71. 中学生为何离家出走 / 199
 72. 该撒手时就撒手 / 203
 73. 及时表扬的魅力 / 207
 74. 让孩子承受适当的挫折 / 210
 75. 孩子乱缠怎么办 / 213
 76. 学会对孩子说话 / 216
 77. 关注孩子早期心理健康 / 219
 78. 让孩子及时诉说 / 221
 79. 关注“生命教育” / 226
 80. 择校，需要父母脑冷静 / 230
 81. 父母的“财”买不来孩子的“才” / 233
 82. 孩子高考，父母应先减压 / 235
 83. 平常心，常平心 / 237
 84. 让孩子经历完满的生活 / 239

- 
- 
85. 劳动是培养“全面的人”的基石 / 241
 86. 严防“家庭超前训练,孩子对学校教学不屑一顾” / 244
 87. 父母陪读不如发展自己 / 247
 88. 父母亲要善于与孩子沟通 / 250
 89. 代沟:需两代人共同填充 / 254
 90. 父母如何有效地责备孩子 / 257
 91. 孩子说谎,如何责备 / 260
 92. 孩子“火暴脾气”,父母要学会倾听 / 262
 93. 孩子痴迷电脑游戏,父母怎么办 / 266
 94. 看管好影碟,别让孩子受毒害 / 269
 95. 定个协议 相互约束 / 272
 96. 要格外关注初中阶段 / 277
 97. 两代人需要相互尊重 / 283
 98. 善于“交流”父母的教育技能 / 286
 99. 读懂尊重 / 288
 100. 善于沟通 / 292
 101. 择校要“论证” / 296
 102. 关注网络游戏对孩子的负面影响 / 299
 103. 学会疏导 / 302
 104. 在日常生活中培养孩子的独立能力 / 304
 105. “大道理”通俗讲 / 307
 106. “信任”与“卸任” / 309
 107. 最好的生日礼物是什么 / 312
 108. 借鉴日本父母的育子观 / 314

- 
- 
109. 改变姿势和表情,让孩子体验自信 / 317
 110. 智慧的性教育 / 319
 111. 孩子“被欺负”,父母怎么办 / 321
 112. 善等生命 / 324
 113. 影响孩子一生的是家庭教育 / 326
 114. 美国父母对孩子的期望 / 328
 115. 这样的事该怎么说 / 330
 116. 男孩的“阳刚之气”教育 / 332
 117. 父母怎样与老师沟通 / 335
 118. 学学这位“的哥”的教子方法 / 338
 119. “融洽”来自同理心 / 340
 120. 只有“碰钉子”,才能长记性 / 343
 121. 面对孩子的“较真儿”怎么办 / 345
 122. 无为胜有为 / 347
 123. 为什么常常帮倒忙 / 350
 124. 不如“糊涂”一些 / 353
 125. 一封写给女儿的信 / 355
 126. 让孩子拥有尊严 / 357
 127. 良苦用心——一位父亲对儿子的忠告 / 359
 128. 冷处理与换位思考 / 364
 129. 帮孩子建造生命的支点 / 367
 130. “让生命”成为丰富而灿烂的时时刻刻 / 370