

家政丛书

主编/冒名芳

JIAZHENG CONGSHU

江苏省社科联科普部  
江苏省家政学会  
江苏天人家庭研究中心  
浙江树人大学

组织编写



JIA

# 成长的快乐 ——家庭教育

朱运致/编著

ZHENG

CONGSHU

江苏教育出版社

家政丛书

主编/冒名芳

# 成长的快乐 ——家庭教育

朱运致/编著

G 78

江苏教育出版社

---

## 图书在版编目 (C I P) 数据

成长的快乐: 家庭教育/朱远致编著. —南京: 江苏教育出版社, 2004.5

(家政丛书)

ISBN 7-5343-5693-8

I .成... II .朱... III .家庭教育-研究  
IV .G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 037766 号

---

丛 书 名 家政丛书  
丛书主编 冒名芳  
书 名 成长的快乐——家庭教育  
作 者 朱远致编著  
责任编辑 恽跃荣  
出版发行 江苏教育出版社  
地 址 南京市马家街 31 号 (邮编 210009)  
网 址 <http://www.1088.com.cn>  
集团地址 江苏出版集团 (南京中央路 165 号 210009)  
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>  
经 销 江苏省新华发行集团有限公司  
印 刷 中共江苏省委办公厅印刷厂  
厂 址 南京市宁夏路马鞍山 1 号 (邮编 210013)  
开 本 850 × 1168 毫米 1/32  
印 张 8.75  
字 数 213 千字  
版 次 2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷  
印 数 1-5000 册  
书 号 ISBN 7-5343-5693-8/G·5388  
总 定 价 100.00 元 (共 5 册)  
邮购电话 025-85400774, 8008289797  
批发电话 025-83249327, 83249091  
盗版举报 025-83204538

---

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换  
邮购免收邮费, 提供盗版线索者给予重奖

## 丛书序言

---

家庭是社会的细胞,是人们生活栖息的花园。有了幸福美满的家庭,才有伟大的社会、健康的民族。建设幸福美满的家庭是实现全面小康社会的发展目标之一,是坚持“以人为本”、不断提高人民生活质量的基础。江苏省社科联科普部、江苏省家政学会、江苏天人家庭研究中心、浙江树人大学与江苏省省内外的专家学者合作,坚持以“三个代表”重要思想和十六大精神为指导,本着以公益精神奉献社会、以专业知识服务社会的宗旨,编写了这套家庭科学普及丛书。

可以说,这套丛书的出版,既是应“需”而生,也是生逢其时。“天下为家,是为小康。”当人们的温饱问题解决以后,自然开始了对小康生活的向往,建设健康、幸福、美满的家庭也有了物质基础。但富裕不等于健康,更不等于幸福,还必须科学文明的生活方式和正确乐观的人生态度。这样才能利于人的全面发展,才能利于社会的全面进步。

这套丛书把提高人的素质放在首要位置,突出贯穿科学、人文、健康、绿色的生活理念和思维方式,服务于养成、提高人的素质这一主题,可谓眼光远大。这套丛书关注现实,着眼未来,宣传科学理念,传播科学方针,开展科学普及,较好地做到了科学性、实用性与前瞻性的统一。如改革开放以来,随着社会经济的高速发展,

人民的物质生活水平由温饱型向小康型转变,倡导科学的家庭理财和健康、文明的消费行为与生活方式,就具有十分强烈的现实意义。

这套丛书紧密结合时代发展的需要,针对社会上的热点、难点,帮助人们解惑、解困,提供多元选择。随着中国社会的进步,家庭教育越来越受到人们的重视,近几年来,一些社会调查机构公布公众最关注的热点问题,子女教育居高不下。本丛书从教育学的角度讨论父母与孩子的关系,论述了孩子的教育和培养以及子女成长中遇到的各种问题,为家庭教育、子女成才提供了正确的指导。又如,中国自改革开放以来,社会生活的各个方面都发生了深刻的变化,作为社会基本单位的家庭,也在经历着各种不同观念和多元化生活方式的冲击,出现了一些新情况、新问题,如离婚率的升高、同居现象的出现、婚外情现象的大量增加,这对家庭的稳定构成巨大的挑战,本丛书对在家庭关系出现矛盾、危机时如何应对处理,也提出了行之有效的科学方法。

这套丛书作为有一定品味的科普读物,每本书都具有较强的系统性、逻辑性,且文字表述生动、鲜活,贴近民众、贴近实际生活,具有很强的可读性。

我相信,作为一套把科学研究和宣传普及相结合的雅俗共赏的科普读物,该丛书肯定会引起广大读者的浓厚兴趣,也会产生较大的社会影响和社会效益。丛书出版之际,应邀为之作序,深感欣慰,并借此向作者表示衷心的祝贺,向广大读者表示衷心的祝福。

童 星

2004年4月16日

# 目 录

---

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 丛书序言·····                 | 1   |
| 开 篇 ·····                 | 1   |
| 快乐的起点 ·····               | 16  |
| 一、期望·····                 | 16  |
| 二、育儿风格·····               | 29  |
| 三、成长的环境·····              | 45  |
| 成长的历程 ·····               | 65  |
| 一、婴儿期(0~1 岁) ·····        | 67  |
| 二、幼儿期(1~3 岁) ·····        | 79  |
| 三、儿童早期/学龄前儿童(3~6 岁) ····· | 88  |
| 四、儿童中期/学龄儿童(6~12 岁) ····· | 99  |
| 五、青少年期(12~20 岁) ·····     | 108 |

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 积极的管束·····         | 121 |
| 一、积极的管束策略·····     | 122 |
| 二、自信的培养·····       | 156 |
| 三、独立性的培养·····      | 162 |
| 四、自我控制力的培养·····    | 176 |
| 特别的话题·····         | 191 |
| 一、早期开发·····        | 191 |
| 二、心理健康·····        | 208 |
| 三、引导孩子渡过特别的难关····· | 226 |
| 四、青春期教育·····       | 239 |
| 五、电视、电脑与网络·····    | 255 |
| 丛书后记·····          | 272 |

## 开 篇

---

为人父母养育孩子(parenting)被描述为人的成年阶段最具挑战性、最复杂的工作,同时,它被认为是人类社会最重要的任务。心理学家弗洛伊德说过,世界上有三样不可完成的使命——养育孩子、统治国家和心理分析。毫不夸张地说,在绝大部分情况下,是父母为下一代的生存和发展准备物质、经济和社会心理条件。不论孩子的成长历程受到什么样其他的影响,家长的抚育方式给孩子留下的印记是最难淡化的。因此,在探求人类社会发展的研究中,对一个时代家庭养育观念和方式的了解和分析是不可缺少的一部分。

抚养孩子对家长本身来说也是最令人激动和满足的生活内容。一位心理学家采访调查了来自不同文化背景的家长,发现大部分家长认为养育孩子是生活意义的最终来源。许多家长说“生活的意义是什么”的问题在孩子降生以后就自然有了答案,而且从此不再困扰他们。家长们虽然深知抚育孩子的辛劳,不时感到疲惫和焦躁,但仍觉得这是他们生命中最无怨无悔的选择。

然而,人们的家长生涯却总是缺少足够的指导、辅助和准备。人们要开车需要驾驶证,当律师需要律师证,当会计需要会计证,惟独当家长这项最重大的职业不需要任何资格证书。这并不意味着,会生就会养,当家长不需要学习,而是反映出在没有制度约束

的情况下,需要家长认识到养育孩子的重要性,自觉提高抚养和教育孩子的能力和素养。养育人类的后代不能只靠与生俱来的本能,还需要依赖学习获得智慧和才干。缺少为人父母的必要准备,养育孩子的过程会一波百折,父母和孩子都会失去很多应有的快乐。养育孩子的任务究竟是什么,是家长首先需要明确的问题。

### 什么是养育

简单说,养育孩子就是辅助孩子各方面的成长。家长的任务在于抚养、保护、指导新生命经历其发展过程。养育意味着家长建立与孩子之间温暖、亲密的情感纽带,给孩子提供发展能力与个性的适当机会。家长养育孩子的难点在于把握好“养”和“育”的尺度,即如何给孩子充足的关怀使他们形成良好的心理性格而不会因溺爱造成人格缺陷;如何提供适当的自由让他们充分发挥出潜力而不至于信马由缰使孩子误入歧途;如何施以合理的约束帮助孩子适应社会,成为合格的公民而不致扼杀孩子的天性,束缚他们的成长。

养育孩子的过程远比描述出来的复杂和艰难。每一对父母和子女都有其独特的个性和生活环境,每个家长都有不同的优势和弱项,可能遇到不同的问题和烦恼。

### 家长面临的挑战

抚育孩子不仅依赖家长的责任心和才能,还深受社会环境的影响。可能给家长带来压力或支持的因素包括婚姻、工作、家长的社会网络,以及社区、社会和文化因素。当今社会的发展与变革,使得上述因素也随之发生迅速变化,家长抚育孩子因此面临前所未有的困惑与挑战。

### 1. 父母的婚姻,孩子的成长,哪个更重要?

父母的婚姻状况影响着家庭的分与合、聚与散,也必然影响家长对孩子的抚育。近几年来,离婚率上升,单亲家庭和再婚家庭也越来越多。孩子因此需要承受重新适应生活的压力,家长也因孩子可能受到伤害而背上沉重的心理负担。是否为了孩子忍受不幸的婚姻,是许多爱孩子的父母的艰难选择。但人们越来越相信一个好似战场的家庭对孩子造成的负面影响比离婚更可怕。单亲家庭的家长除了要面对孩子受伤的眼神,还可能要为抚养孩子的经济压力而苦恼,为兼顾工作、家务和孩子而疲惫不堪,为重新寻找自己的幸福而顾虑重重。再婚家庭的家长则需要帮助孩子逾越心理上的障碍,为建立没有血缘之亲的亲子关系而煞费苦心,为处理错综复杂的家庭人际关系而感到困难重重。

家长追求自己的美满婚姻与培养身心健康的孩子同样重要,让自己和孩子都生活得有信心,有快乐,要求面临婚姻困境的家长格外具有勇气、爱心和智慧。

### 2. 事业与家庭,孰轻孰重?

中国的家长一直都要兼顾事业与家庭。承担着抚养孩子主要任务的工作母亲,整天忙里忙外,压力尤其大。当今社会工作竞争激烈,许多家长不得不把很多的精力花在工作上。“没时间陪孩子”成了他们无可奈何的抱怨或是推卸责任的借口。最近在广州市进行的一项家庭教育状况调查发现:在“每天与孩子交谈沟通的时间”问题上,母亲“没时间、无法交谈”的有 29%,而父亲则高达 56%。父亲在家教中严重缺位。很多家庭的父亲在家教中没有发挥应有的作用,而是把教育孩子的责任推到母亲身上。另一项调查显示,一些经济水平较高的中产阶层家庭,家长因忙于工作而忽略孩子的抚育的问题也十分突出。有些家长以为花钱把孩子送进

好学校就万事大吉,有些家长“实在太累了”而无力过问孩子的事,还有些家长因追求自己的高品位生活而放任对孩子的管教。

打工一族的孩子的抚育更容易受到父母职业因素的影响。一项调查表明:父母长期外出务工家庭子女由于缺乏亲情关爱和良好的家庭教育,容易产生各种行为、性格、道德品质方面的问题。父母双方或一方长期外出务工造成家庭教育管理责任真空,这一现象在农村特别突出。在许多地区,隔代抚养孩子的现象相当普遍。孩子的抚养者往往体弱多病,文化水平很低,对孩子的教育力不从心。他们大多数都是将孩子完全托付给学校,有些孩子的监护人连孩子在校读几年级几班、班主任姓甚名谁都不知道。跟随父母走南闯北的流动儿童的健康问题和教育问题也越来越受到关注。

与无暇顾及孩子的家长相反,有一群人,绝大多数是母亲,选择了放弃工作,专职抚养孩子。有些母亲是计划在孩子入学之前全心全意照顾好孩子,有些则打算一直陪伴在孩子左右。无论怎样,在事业与孩子的问题上找到平衡点越来越不是一件容易的事。家长需要正视自己的责任,分清轻重缓急,学会寻找和利用各种家庭与社会资源,才能在实现自我价值的同时,培养出优秀的下一代。

### 3. 期望与现实,何以平衡?

中国人口众多的现状,使得孩子受教育和就业也面临激烈的竞争。几乎没有家长不希望自己的孩子受到好的教育,将来有好的前途。高考录取率提高了,因而上大学成了最低要求,让孩子上名牌大学,读热门专业成了家长新的目标。知识经济年代中家长对学习的重视无以复加,望子成龙的家长们打孩子出世心中就潜藏了担忧。甚至胎儿还在腹中时,心急的母亲就隔着肚皮给孩子戴上了耳机,让他接受音乐、语言的熏陶。孩子2岁学英语,3岁学

钢琴,刚上小学就向着奥数竞赛进军了。孩子学习家长奉陪,家长再累也咬牙挺着。孩子的教育费用永远是父母省吃俭用最理所当然的原因。实际上,许多家长的期望超出了现实的目标。这无疑会给他们自己带来又一层压力,使得养育孩子的过程充满不必要的焦虑和失望。家长培养孩子成才的决心和责任感是难能可贵的,但不要让社会压力扭曲孩子成长的正常轨道。这需要家长正确理解人才的含义,什么是真正的抚育之道,明白自己需要做什么,不需要做什么。

### 4. 独生子女,真的是惟一和全部?

看着现在的许多父母为一个孩子忙得精疲力竭,上一辈的人常说:“我们那时候带三四个孩子都不像现在这么累。”独生子女因为其惟一,所以成了父母倾情奉献的对象,同时也成了许多父母对自己“只许成功,不许失败”的死命令。“要是孩子没出息,那就是百分之百的失败啊”,这是家长在解释他们为孩子不惜一切时常说的话。独生子女可以得天独厚地获得父母最大限度的爱与关注,拥有最丰厚的物质资源、情感资源和教育资源。然而,祖父母、外祖父母和爸爸妈妈组成的“四二一”阵型,却常常不能使这些资源得到恰到好处的利用。孩子在蜜汁中浸泡出来的弱点,反过来又令家长忧心忡忡,并百思不得其解:“还要怎样才行呢?”被父母无微不至关怀着的孩子要比那些被忽略的孩子幸福多了。但家长过多的给予却不利于孩子独立地成长。独生子女也是普通的孩子,他们的需要并不比别的孩子更多。家长倾其所有的做法是出自感情而非理智,而不加克制的情感却适得其反地阻碍了自己成为成功的父母。独生子女的家长需要的首先是理智。

### 5. 精彩的世界,无尽的烦恼

信息时代的生活丰富多彩,新鲜的事物层出不穷。孩子天生

对新生事物充满好奇,乐于尝试和接受。但他们尚未成熟的判断力常常误导他们做出蠢事。家长则担惊受怕,怨恨交加。在网络纵横的今天,家长感受到的不安尤为严重。孩子看电视尚可控制,但他在哪里上网,在网上干什么简直无从得知。而网络比其他任何一种媒体更包罗万象,无奇不有,也潜伏着更多危险的诱惑。另外,孩子获得信息的渠道越来越多,父母言论的权威性因此大打折扣。孩子与家长因知识更新的速率不一产生交流障碍,造成知识领域代沟的现象也越来越多。有位家长问别人:“我儿子跟我顶嘴,说我是286,什么是286?”可见,教养孩子对家长提出了新的要求,你的知识必须像电脑一样不断而迅速地更新换代。否则就很难做到“道高一尺,魔高一丈”,有效地帮孩子把握“鼠标”,不致在网络世界迷失方向。家长面对科技的发展作出的反应不该是恐慌,网络对孩子的影响终究是利大于弊,但它给家庭教育带来的挑战是无需置疑的,家长需要掌握新的知识和技能使网络为己所用,成为促进孩子发展的积极力量。

### 6. 家长的困难谁来帮?

随着家庭结构的变化和家庭的流动性的增加,抚育孩子的传统智慧的延续也变得不再普遍。即使有祖父母辈的慷慨相助,传统的育儿理念也不再完全适应当今社会的要求。那么,“谁能告诉我该怎么抚育孩子?”成了家长心中关切的问题。在我们国家,除了幼儿教育专业的学生,没有人在课堂上学到为人父母的常识。大部分的父母靠着从自己父母那里得来的经验,以及与同事朋友交流的体会,边摸索边实践。有位自称过来人的家长说:“唉,我们那时候什么也不懂,直到后来才意识到不对,已经迟了。现在又只生一个,连改正的机会也没了。”为家长举办的系统的培训班不多见,能随时为家长提供咨询、辅导的机构也很少。家长读物增多了,关于儿童教育的书籍、杂志种类繁多,但也良莠不齐,有些以商

业赢利为目的的产品,不仅不能为家长排忧解难,还可能误导家长,更不利于孩子的培养。

除了知识,家长所能获得的其他社会性支持也十分有限。婴儿时期,家长为找合适的保姆头痛;孩子上学,家长为孩子中午在哪儿吃饭,下午放学后在哪儿打发时间忧虑;孩子生病,家长必须上班,就得为找人来帮忙照顾费心。家长在抚养孩子的过程中可能遇到各种各样的困难,却不容易得到相应的援助。

在这样的情况下,家长的困惑和烦恼大部分还需要靠家长自己去解除。

## 家长的角色

家长的角色和功能一代一代持续不断地发生着变化。在欧洲,17世纪以前没有“儿童”的概念。孩子自出生起就被看作迷人的成人。穿着与大人同样的衣服,玩大人的游戏,十六七岁就出去工作。学徒是孩子惟一受教育的途径。直到19世纪后期,家长最关心的问题一直是孩子的生存,同时人们受“原罪”教义的影响,认为孩子天生具有邪恶禀性,需要通过严格的约束和严厉的惩罚来培养好孩子。渐渐地,人们才意识到并开始重视儿童独特的心理,在探索儿童世界的奥秘的同时,寻找促进孩子成长的最好方式。

### 1. 家长——孩子的行为训练师?

二十世纪初,早期的行为学家改变了孩子“性本恶”的观念。以约翰·华生(John B. Watson)为代表的20年代的心理学家,认为孩子是一张白板,需要学习好的行为习惯。行为学家特别强调家长在决定孩子情感和智力发展方面的重要作用。华生在给家长的建议中曾写道:

“家长需要理智地对待孩子。对待他们要像对待成年人一样。

让你的行为保持客观和善意的严格。永远不要拥抱和亲吻孩子，不要让他们坐在你的大腿上。如果你实在忍不住，就在孩子向你道晚安时亲一下他们的额头，在早晨握握他们的手。如果孩子出色完成了一件了不起的工作，拍拍他们的脑袋。试一试，只需一周时间，你就会发现客观而又和善地对待孩子会使事情变得多么容易，你会为以前抚养孩子的情绪化的方式感到羞愧。”

尽管这样的建议在今天看来太极端，甚至可笑，但当时它对美国和英国的母亲所产生的影响是巨大的。母亲们决不会比规定的喂奶时间提前几分钟喂孩子，哪怕孩子哭闹不休。她们不敢过多地搂抱自己的孩子，因为据说如果不想让孩子变得糟糕就必须对他们严厉。

### 2. 家长——任孩子自然成长？

19世纪三四十年代，两种思潮引导着家长远离过去对孩子严格的习惯训练。心理学家弗洛伊德倡导家长对孩子宽容，不要压制孩子的冲动，允许孩子无忧无虑地成长，以免孩子内心冲突和神经症状的发生。同时，另一位心理学家格塞尔·阿诺德<sup>①</sup>(Arnold Gesell)发表了儿童行为发展量表。格塞尔认为孩子健康成长的模式存在于孩子自身，家长只要放松，孩子就会自然地成长。弗洛伊德和格塞尔的观点强调了孩子的需求，认为应该培养自然的孩子，让孩子的自然冲动得到理解和一定的满足。

### 3. 家长——为孩子创造最佳成长环境！

近几十年来，养育孩子的做法又渐渐脱离了“自然孩子”的框

---

<sup>①</sup> 格塞尔(A. Gesell)，美国心理学家，成熟论的代表人物。他认为，心理发展是由机体成熟预先决定与表现的。成熟是推动心理发展的主要动力，没有足够的成熟就没有真正的发展与变化。格塞尔于1940年发表了“格塞尔行为发展量表”，用于评估4~6岁儿童发育状况。《心理学基础》，刘儒德等编著，2001)

架。因为,越来越多的研究证明,孩子需要规范的约束和对自然冲动的干预,抚养孩子不能完全采纳三四十年代的心理分析学家认为明智的方法。人们相信过分的宽容会造就令人难以忍受的孩子,导致孩子最终的不幸。而格塞尔的论点低估了环境和家长对孩子成长的作用。对不同社会经济阶层的孩子的研究表明,环境可能促进或阻碍孩子的发展。

三种近期的心理学理论的发展进一步改变了人们对孩子的特性与家长角色的理解。瑞士心理学家皮亚杰(Piaget)描述了儿童思维与成人逻辑的许多区别。他强调孩子通过自己接触环境中的人和物产生的经验形成对世界的看法。孩子是好奇的探索者,在不断地调整思维适应的经验,同时以自己的方式解释自己的经验。孩子的成长往往会经历可预测的认知发展的阶段。家长的任务是给孩子提供各种体验的机会,让他们形成对世界的丰富认识。

心理学的动物行为论在过去的二十年中影响很大。动物行为学家致力于研究人类与生俱来的但需要环境刺激才能充分发展的行为。他们认为孩子具有无尽的潜能,而孩子能力的发展需要提供适当刺激的环境。这个环境包括与孩子有着情感纽带的人和能促进孩子成长的经验。

最近的观点是成长的互动模式。它强调发展是孩子与环境互动产生的结果。这种互动改变双方参与者,产生新的行为方式。这里所说的环境不仅包括父母等与孩子关系密切的人,还包括其他许多因素,如地理位置:城市和乡村的孩子成长会有差异;家庭的社会经济状况:父母的收入,居住条件,父母的价值观等;种族背景:对有的孩子来说,这几乎没有影响,但对有些孩子却很重要。一个相貌和行为习惯与众不同的孩子很可能受到不同的对待。环境还包括学校,孩子进入小学后,在学校呆的时间甚至超过在家的时间。同伴和老师对孩子各方面的影响都很大。环境所包含的其他方面还有:电视等各种媒体,孩子生活中发生的重大的意外事

件,如,车祸、自然灾害、自己或家人的严重疾病、重大的经济损失等。孩子在与环境的互动中不是被动地接受影响,而是以自己的行为影响环境,使之改变对自己的作用。例如,一个天性好动而倔强的孩子,经常闯祸并不服管教,妈妈尝试了各种方式仍无济于事,渐渐失去耐心,放松了对他的管束,结果孩子的顽皮变本加厉,又使母亲更加恼火和失望,亲子关系恶化。若换成一个温顺乖巧的孩子,从不给父母添乱,还能给父母帮忙,母亲对他的喜爱之情就会与日俱增,与孩子的关系也就会越来越亲密。可见,孩子的所作所为很容易影响与其共处的其他人,改变人们对待他的态度和方式,从而改变外界对其发展的影响效果。

显然,这三种理论的提出,使家长的任务变得复杂起来,不可单纯的“严”,也不能一味的“松”。家长的角色不再是教育的施加者,而是互动的参与者。在孩子没有能力控制外界环境的种种因素的影响时,家长必须帮助孩子甄别和过滤环境中的杂质,为他们提供最有价值的生活体验。

## 家庭养育的方式与结果

同样的角色,家长扮演的方式却千差万别。不同时代、不同国度、不同地区、不同家庭的父母各自以自己的方式诠释对家长角色的理解,在各自的家庭上演风格各异的生活剧。

### 1. 昨日与今朝,家长观念在转变

抚育孩子的看法和做法,不断发生着变化。80年代出生的婴儿是呆在医院的婴儿室里度过他们来到这个世界的最初几天的,而90年代的孩子则打出生起就没有离开过母亲的怀抱,因为人们相信初生婴儿与母亲的亲密接触有利于亲子纽带的建立。70年代的孩子星期天在街巷里结伴玩耍,去公园撒野狂欢,80年代后,