

ZHONGGUOJIAZHANGXU



EXIAOTUIJIANJIAOCHAI

中国家长学

校推荐教材

中国家庭子女教育

高中学生家长读本

国家基础教育实验中心组织编写



中国法制出版社

ZHONGGUOFAZHICHUBANSHE

国家基础教育实验中心组织编写

中国家庭子女教育



高中学生家长读本

中国法制出版社

图书在版编目(CIP)数据

高中学生家长读本/国家基础教育实验中心组织编写.

—北京:中国法制出版社,2000.10

(中国家庭子女教育)

中国家长学校推荐教材

ISBN 7-80083-752-1

I. 高... II. 国... III. 中学生-家庭教育-教材

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 72238 号

中国家长学校推荐教材

中国家庭子女教育——高中学生家长读本

ZHONG GUO JIA TING ZI NU JIAO YU——GAO ZHONG

XUE SHENG JIA ZHANG DU BEN

编者/国家基础教育实验中心组织编写

经销/新华书店

印刷/朝阳新华印刷厂分厂

开本/850×1168 毫米 32

印张/ 8.5 字数/ 194 千

版次/2000 年 10 月北京第 1 版

2000 年 10 月北京第 1 次印刷

中国法制出版社出版

书号 ISBN 7-80083-752-1/G·08

全套定价: 90.00 元

(北京西单横二条 2 号 邮政编码 100031)

本册定价: 13.00 元

(如发现印装问题请与本社发行部联系

电话:66062752)

国家基础教育实验中心
中国家长学校推荐教材

审定成员

主 任:王建国 史宁中
委 员:(按姓氏笔划为序)

马云鹏 李玉先 吴玉琦
宋成栋 赵 刚 赵 鑫
赵忠心 祝立明 袁桂林

总 主 编:赵忠心 赵 刚

本书主编:贾晓波

编 写 者:(按编写章节顺序排列)

贾晓波 孟育群 霍克林 封毓中
张兴彦 李慧生 沙 红 宋学文

前 言

改革开放以来,我国的家庭教育越来越受到社会和广大家长的重视。家长们清楚地看到,社会的发展,知识经济社会的到来,使我们的孩子面临着越来越严峻的挑战。对孩子进行素质教育,是广大家长的惟一选择。家长们迫切需要对子女的家庭教育进行指导,以便使自己能够很好地承担起历史赋予的培养教育子女的崇高任务。

前些年,受教育部基础教育司委托,国家基础教育实验中心社区与家庭教育研究所所长、北京师范大学研究员赵忠心主持起草了《家长教育行为规范》和《全国家长学校教学大纲》。为了进一步落实这两个家庭教育条例的精神,解决全国各级各类家长学校和家长缺乏统一的教材的状况,国家基础教育实验中心组织了一批专业工作者编写了这套《中国家庭子女教育》系列教材。

首批推出的教材共8种。在组织编写的时候,我们既考虑到要适应从孩子一出生到高中毕业不同年龄阶段孩子的家长的需要,也考虑到不同类型家庭子女教育的要求,目的是使家长们在对孩子进行系统培养教育的过程中,每一个年龄阶段、每一种特殊情况都能获得有针对性的指导。

这套家长学校推荐教材,是经过了长时间的酝酿、准备,认真总结了我国20年来家庭教育成功的经验,借鉴、吸取了古今中外家庭教育理论研究的优秀成果,由国内知名的教育、心理方面的专家、学者集体编写而成的。具有以下特点:

一、具有鲜明的时代感

家庭是社会的细胞,也是社会的缩影。社会政治、经济、文化的变革,肯定要通过各种途径渗透到家庭生活中去,影响家庭教育的实施。随着我国市场经济的发展,家庭教育承担着新的任务,面临着许多新情况和新问题,家长们在思想上也产生了许多困惑和困难。这套教材对这些新任务、新情况、新问题做了系统的分析、说明、论述,并对当前家长感到困惑和困难的问题一一做了解释和指导,学习以后,会使家长对子女教育工作充满信心。

二、具有强烈的针对性

这套教材,编写者虽然都是教育学、心理学方面的专家、学者,但是,并没有按照教育学和心理学的学科体系来编写,而是根据家庭教育的实际需要出发,想家长之所想,急家长之所急,努力回答家长在家教中遇到的种种实际问题。家长阅读以后,会觉得这套书就是为你写的。

三、理论和实际相结合

家庭教育,从某种意义上说,就是教育家长。要搞好家庭教育,必须首先切实提高家长的素质。家长的素质不提高,要培养出高素质的子女来,那是不可能的。提高家长的素质,不仅要使家长掌握教育子女的具体的方式方法,也要使家长略知家庭教育方面的科学理论。为了使家长能够读得懂、用得上,作者广泛收集了古今中外的教育子女的典型实例,对现在的家庭教育状况也做了大量的调查研究,并对家庭教育的经验和情况进行了理论上的分析,努力揭示家庭教育的一般规律。读者不仅能在阅读这套教材时“悟”出一些教育子女的道理来,还能从中学会家庭教育的可操作方法。

四、深入浅出、通俗易懂

这套教材的作者深深懂得,具有中等文化水平的家长是主

体,他们迫切希望能读到深入浅出、通俗易懂的家教读物。参加此套读物编写的作者,很多是从事家庭教育调查与实验的研究人员,掌握大量数据与实例,经常与家长保持着联系,他们了解家长的心愿,知道家长需要阅读什么样的读物。他们有能力把深奥的科学理论,运用一般读者都能读得懂的语言写出来。当家长读这套书的时候,你会觉得是专家、学者在与你促膝相谈,共商教子大计,感到十分的亲切。

这套中国家长学校推荐教材,既适合为家长讲授,也利于家长阅读。可以说,它是陪伴家长、孩子的良师与益友,沟通学校、家庭的纽带与桥梁。

**国家基础教育实验中心
中国家长学校推荐教材编委会**

目 录

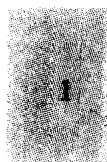
第一章 高中学生家长应具备的基本素质	1
一、了解家庭教育,发展家庭教育	2
二、提高家长教育素质,更新家庭教育观念	11
三、树立家长的教育威信	20
四、你是合格的家长吗?	28
第二章 高中学生的年龄特征与教育要求	31
一、身心发展的成熟期	31
二、认识水平的提高与局限	34
三、个性发展的进步与局限	39
第三章 高中学生的亲子关系及其调适	48
一、亲子关系的特征	48
二、高中生亲子关系的现状	49
三、亲子关系对青少年成长的影响	57

四、父母对孩子成长影响的特点与差异	68
五、怎样调适亲子关系	76
第四章 高中学生的人际交往与指导	82
一、学会交往是适应社会的必备条件	82
二、培养孩子的社会交往能力	87
三、正确看待友谊	97
第五章 高中学生的青春期性教育	103
一、高中学生性生理、性心理发育的特点	104
二、高中学生性成熟中的困惑与指导	110
三、父母对孩子异性交往的正确认识和 指导	118
第六章 高中学生的心理健康与教育	125
一、心理健康是健康的一半	125
二、家庭对孩子心理健康的影响	141
三、怎样提高孩子的心理健康水平	151
第七章 高中生理想与价值观的培养与指导	160
一、家庭中的理想教育	160
二、正确价值观的培养	173
三、人生目标与自我设计	178
第八章 高中学生的学习指导	186
一、如何看待孩子的学习	186
二、家庭环境与学习效率	193
三、考前家长应当做什么	200
第九章 高中学生的生活指导	207
一、家庭责任感的培养	207
二、消费方式需指导	216
三、闲暇时间巧安排	222
四、大众传媒的利与弊	225

五、让孩子学会审美	233
第十章 高中学生的升学与就业指导	242
一、高中毕业意味着什么	242
二、高考前家长应该做些什么	244
三、怎样引导孩子报志愿	250

第一章

高中学生家长应具备的基本素质



随着新千年的到来，人类社会已经跨入了一个崭新的世纪。对于我们这个被称为东方巨龙的国度来说，21 世纪意味着什么？除了国家会更加繁荣昌盛，人民生活水平会进一步提高以外，我们的每个家庭和整个中华民族都会面临一个更加激烈的竞争局面。

在国内，随着社会在政治、经济、文化等方面改革开放的进一步深化和扩大，必然会推动社会优胜劣汰竞争机制的形成与完善。社会竞争机制的形成在为人们提供平等竞争和多种选择机会的同时，也对国民的素质人才提出了更高的要求。与此同时，随着我国与世界各国交流领域的扩大和深化，国际竞争也在日益加剧。正如《中国教育改革与发展纲要》中所指出的：今后世界范围的经济竞争、综合国力竞争，实质上是科学技术的

第一章 高中学生家长应具备的基本素质

竞争和民族素质的竞争。从这个意义上说,谁掌握了面向 21 世纪的教育,谁就能在 21 世纪的国际竞争中处于战略主动地位。这就说明,决定国家前途命运的核心要素是人的素质,而决定人才素质的则是教育的质量。因此,未来社会竞争的焦点必将会集中在教育质量的提高上。正是在这一背景之下,党的十五大和第三次全国教育工作会议作出了全面推进素质教育的决定,把实施素质教育作为增强国力的一项战略决策来部署。面对这种形势,对于国民素质培养具有重要奠基作用的家庭教育,在全面实施素质教育这个社会大工程中应该发挥什么样的作用,作为家长应该承担什么样的责任,就成了每位家长都应认真思考的问题。

一、了解家庭教育,发展家庭教育

(一)家庭教育的地位与意义

1. 三足鼎立的大教育体系

在学校产生以前,家庭曾经是教育后代的主要场所。不论是生活的本领,还是交往的能力,都是以家庭为单位通过父子女女相传来完成的。自从学校出现后,教育的职责逐渐落到了学校和教师的身上。“传道,授业,解惑”,是教师的基本职责,识文断字、知书达礼,是接受学校教育的主要目的。到后来,经过正规的学校教育拿到的毕业证书,成了一个人步入社会谋求发展所必备的敲门砖,使得人们认为只有学校才是从事教育活动的专门场所,孩子只有上了学才算是真正开始受教育。正是出于这种认识,许多家长认为教育只是学校与教师的事,家长的责任主要是抚养而不是教育。经常有一些学生家长,把孩子送到学校后对老师说:“我算是把孩子交给学校了,交给学校我也就放心了。”这虽然体现了家长对学校的信任,但同时也反映了家长观念上存在的误区。

近年来,随着信息化社会的到来和受教育方式的转变,教育的概念发生了很大的变化,“教育社会化”和“社会教育化”的趋势已成为教育和社会发展的一大特征。现在提到教育时,人们对它的理解已经不再是特指人生某个阶段上的事情,也不仅是在某一特定场合中的事情,而是一个贯穿人的一生,渗透在所有领域中的一个全新的概念了,这就是大教育的概念。一个完整的大教育体系应该包括纵、横两个方面。从纵的方面看,它是一种“从摇篮到坟墓的教育”,就是说,一个人从生到死,一辈子都要接受教育,这就是所谓“终身教育”的观念。从横的方面看,它是一种全方位、立体化的教育体系,包括了家庭教育、学校教育和社会教育三个部分。这意味着,一个人出生以后就始终处于教育的影响之中。不论是在家庭中,还是在学校里,抑或是在社会生活的任何一个领域中,每个人每时每刻都在接受着各种教育的影响。这种全新的教育观的出现,使“教育等同于学校教育”的传统观念受到猛烈冲击。在这一观念的影响下,人们对家庭教育的地位与职责有了新的认识。如果说,过去提到家庭教育只是指一种非正式的、从属性的教育,那么现在的家庭教育已经成为现代教育体系中的一个重要组成部分,而且是一个不可缺少的组成部分。正如一个凳子至少要有三条腿支撑一样,家庭、学校与社会就是构成现代大教育体系的三个相互联系、相互依赖的有机整体。人们越来越深刻地认识到,离开家庭教育配合的学校教育是不完善的教育,与家庭教育完全脱节的学校教育也是很难取得理想效果的,新时期的学校教育必须主动与家庭教育、社会教育保持密切联系,使之形成一个完整的系统,这样才能充分发挥教育在人才成长中应有的主导作用。

2. 未来社会的新职业

据日本总理府情报室和我国学者的调查,日中两国 15 岁以上的 3740 名和 4341 名各阶层人士中,同意“在今后的社会里家

庭教育的责任将越来越重要”的人数，日本为 88.9%，中国为 86.5%。这说明越来越多的人已自觉意识到现代家庭教育的重要性。在跨入新千年之初，我们可以对未来的社会发展做一个预测：从社会分工的角度看，今后的新兴职业中，家庭教育很可能会成为一种专门的职业。这种家庭教育职业化的趋势实际上目前已经出现了。比如，一些地方已经出现了高薪聘请专职家教的现象。这代表了一种新的社会需求，而且随着今后家长对子女教育重视程度的提高，这种需要肯定会不断增强。但是，我们现在所说的家庭教育的职业化并不是指聘请家庭教师进行学科补习的那种教育，而是指家长在一定的时期内专门从事教育子女的活动。这一现象在素来重视优育的日本早已存在。许多职业妇女做了母亲以后往往在一个时期内不再工作，专一负责家务和孩子的教养。这种作法尽管可能会造成男女在经济地位上一时的不平等，但从社会分工的合理性以及重视发挥母亲在子女早期教育中的重要作用，从根本上提高学前教育质量等方面看，还是有其值得借鉴之处的。

在孩子出生后到入托前这一阶段里，父母应承担的教育职责是任何其他人都不能代替的。在这方面，早期教育的有关理论对人们理解素质早期培养的重要性起了重要的作用。例如，新生儿出生后数小时到几天之内，味觉、嗅觉、视觉、听觉、触觉等各种感觉器官就都开始了工作；新生儿脑神经系统的发育十分迅速，十个月内脑重可增长一倍；婴儿一岁左右时，便可表现出初级的思维萌芽。尤其是奥地利物种学家康拉德·洛伦兹关于印刻反应（动物对母亲的辨认能力只能在出生后一定时间内形成）形成的“关键期”的发现，更促使人们联想到在儿童心理发展过程中是否也有类似的“关键期”。近年来，国内也有人在推行所谓的“零岁工程”，其主要意图也是引起家长对早期教育的重视。总之，由于人们对早期教育在儿童心理发展中的重要意义已

经有了普遍的认识,因而对实施早期教育的关键阶段——家庭教育的作用问题自然而然地产生了新的认识。如何在孩子出生后的一个年龄阶段中,为他们创造一个具有丰富刺激的理想教育环境,给这些孩子以科学、合理的教养,会对他们一生的发展产生深远的影响。

看来,要想全面实施素质教育,从小为孩子良好素质的培养打下一个扎实的基础,根本出路只能是提高家庭教育的质量,尤其是要提高主要承担养育责任的母亲的素质。例如发明过电灯、留声机、电影摄影机等等的发明大王爱迪生,上小学时曾被老师看作是没有希望的人,只好由母亲南希带回家中教育。正是南希精心保护了小爱迪生的好奇心和创造欲望,尊重他的兴趣,支持他搞科学实验,给他讲罗马帝国的盛衰,讲英国的演变,教他念《鲁宾逊飘流记》、《悲惨世界》一类文艺作品,还让他读了科学百科全书和科学家牛顿的一些著作,这些为爱迪生以后所从事的发明创造打下了良好的基础。可以想象,如果爱迪生没有这样一位懂得教育的好妈妈,这个天才的大发明家很有可能在萌芽时期就被扼杀了,如果真是那样,对社会该是多大的损失!所以,培养具有良好素质的人才决不是家长个人的私事,能为社会培养出高素质的人才就是为社会做出的最大贡献。如果这一见解是成立的,那么,由社会来支持家长做好这一工作就是一件顺理成章的事了。随着社会的发展与进步,将来总有一天社会会为家长承担这种社会职责创造必要的条件,比如将母亲的产假改为教育假,时间延长至2-3年,在此期间母亲的主要职责不仅是养育,更重要的是要按照科学原理对孩子进行全面、适时的早期教育。产假和教育假期间的工资全部照发,因为这是提高社会成员整体素质的需要。当然,从事这一职业的人可以是母亲,也可以是父亲,但不论是谁,都必须掌握有关的专业知识与技能。这样,他们才能够孩子在最需要教育的一些关键时期运用自己的

专业知识与技能为孩子提供比较科学、合理的教育。

（二）家庭教育的特点与优势

家庭教育在大教育体系中之所以能够三分天下有其一，主要同家庭教育自身的特点与优势有关。对家庭教育的这些特点与优势，家长应该有所了解，以便充分发挥这些优势，做到扬长避短。

1. 早期性

6 家庭是孩子的第一所学校，父母是孩子的第一任教师，家庭教育与其他教育相比，具有天然的早期优势。在孩子各方面的发展上家庭教育都能做到先入为主，在家庭影响下所形成的基本素质常常成为接受其他教育的重要基础。比如在认识能力和创造能力的培养方面，家庭中良好的早期教育可以起到开发潜能、促进发展的重要作用。在人格的形成与发展方面，家庭影响的作用也不可忽视，在社会态度、道德品质等基本素质的形成过程中，家长的早期影响常常对孩子以后的成长产生持久而深刻的影响作用。特别是在良好习惯的培养方面，家庭教育的影响作用表现得更为突出。正所谓：“少若成天性，习惯成自然”。从小养成的良好习惯，常常可以使人终生受益。

2. 长期性

家庭教育的长期性主要表现在它的持久性、稳定性和连续性上。在学校教育的条件下，孩子经常要升入新的年级，更换新的老师，同一个老师教同一个学生的时间一般不会超过三五年。而且，不同的老师在他们的要求和教育风格上不可避免地会出现一些不一致的现象，于是孩子经常要面临一个由不熟悉到熟悉的适应过程。但是家庭教育就不同，家长的教育影响往往能够在十几年或几十年之间持续地发挥作用。不仅在小学、中学阶段家庭影响具有重要的作用，即使上了大学甚至参加工作以后，家长的教育影响仍然会在许多方面发挥作用。由于我国传统文

化中对孝道的高度推崇,即使是已经成年的人,出于对长辈尊敬和对父母孝顺的道德规范,仍然会受到父母多方面的影响。这一优势,非常值得家长们倍加珍惜。此外,家庭教育的稳定性也是一个明显的优点。不管年级、班级、老师、课程怎样变化,家长的教育方式与风格总是相对稳定的,这种持续、稳定的教育要求,对于孩子良好习惯与性格的培养是十分有利的。

3. 针对性

因材施教,是教育的灵魂。但是在学校教育目前的条件下,每个老师要同时面对几十、上百个学生,要让每个老师对每个学生都做到全面了解并在此基础上做到因材施教的确是一件很不容易的事。而在家庭教育过程中,家长就比较容易做到这一点,俗话说“知子莫如父”,这说明在了解孩子方面家长具有天然的优势。分析其原因主要有三条。第一,家长面对的只是自己的孩子,注意范围比较集中,加上现在都是独生子女,孩子本来就是全家关心的焦点,因此有关孩子的各种情况都很容易被纳入家长的视野。第二,家长和孩子共同生活、朝夕相处,接触机会较多,因此了解情况的机会也就较多,信息来源也比较广泛。第三,一般情况下家庭气氛比较宽松,孩子在家里能够处于一种自然、放松的状态中,因而往往会有自然而然的真情流露,对自己的弱点、缺点一般也很少刻意掩饰。这就使得家长有可能了解到最真实的情况,从而为因材施教提供了有利的条件,使家庭教育的针对性表现得十分突出。当然,这一切的前提都是家长与子女之间要有充分的沟通。

4. 感染性

《学记》中说:“亲其师而信其道”,说的是只有师生之间建立了深厚的感情,学生才会对教师的教诲深信不疑。《颜氏家训》中也曾有一段类似的论述:“夫同言而信,信其所亲;同命而行,行其所服。”意思是说,人们对同样的话,一般更相信关系亲近的人