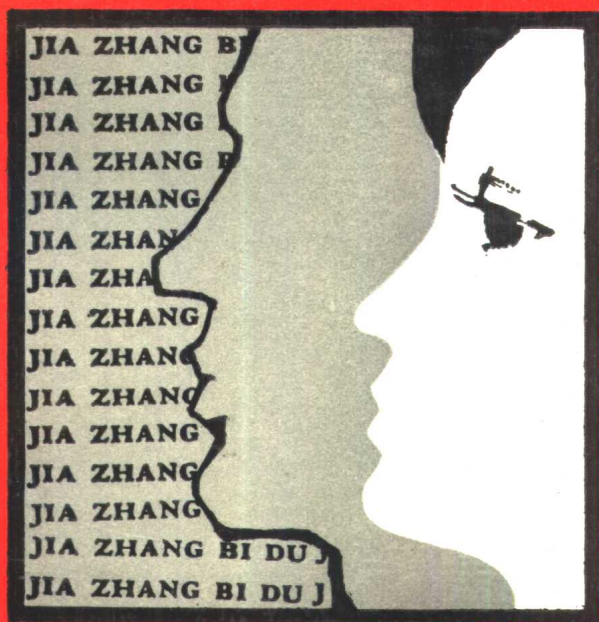


家长必读

张洪宇 马福生 编

JIA ZHANG BI DU



文化艺术出版社

家 长 必 读

主 编：张 洪 宇
马 福 生

文 化 艺 术 出 版 社

(京)新登字140号

家 长 必 读

主 编：张 洪 宇

马 福 生

*

文化艺术出版社出版

(北京前海西街17号)

新华书店北京发行所经销

北京顺义兴华印刷厂印刷

*

开本787×1092毫米1/32 印张11 字数215,000

1992年2月北京第1版 1992年2月北京第1次印刷

印数0,001—6400册

ISBN 7-5039-0948-X/G·128

定 价：5.00元

顾 问

李燕杰 梅树民

主 编

张洪宇 马福生

作 者（按姓氏笔画排列）

丁 榕 马成瑞 马福生 孙达先

刘文莲 刘惠珠 李景江 李字刚

张丰梅 张 杰 张洪宇 张恩灵

张涵灵 杨玉英 陈 轩 沈信予

金振邦 雨 帆 高文鸾 阎惠敏

梅树民 焦辉郢 程如瑾 蔡宝桐

致 家 长

张 洪 宇

何东昌同志（国家教委副主任）曾经语重心长地说：“基础教育关系未来一代的全面素质。”家庭教育作为基础教育的重要一环，是全面提高下一代素质所应充分注意的领域；因此，它理所应当受到社会上各方面有识之士的重视。我在编写这本书的过程中深深地体会到这一点。以善于进行青年思想教育著称且受广大青年欢迎的李燕杰同志慨然允诺任本书编写顾问，热忱地为本书作了序。北师大实验中学副校长、全国教育先进工作者梅树民同志身居教育、教学第一线，作为本书编写的顾问，在百忙之中为本书组稿、写稿、审稿，付出了大量的劳动。

为本书呕心沥血的作者也都是有着二三十年教育经验的中学教育工作者。他们中间有全国模范班主任，北京市级和区级的先进教育工作者，有重点中学（实验中学和北京四中）的校长、主任、高级教师，也有普通中学治理“乱班”的能手、青少年教育问题的专家。另外，我们还请了法律专家、儿科专家、北京儿童医院主治医师为本书专题专章撰稿。因此，本书在家庭教育的论述上做到了既有理论，又有实例，还有指导家长进行工作的具体措施。各位家长读了，想必是会有帮助的。

不过，我的上了初中的女儿却是本书的一名反对者。从始至终为我泼冷水。她坚持说：“写了也没用。”问她为什么？她却一直秘而不宣，直到书稿已经完成，她才说出自己的理由：“爸爸，我在我们班调查了，大部分同学都看过不止一本心理学和教育学的书。我也把你手头的这一方面的书全看了。所以，我们懂得家长该怎样教育子女。可是，据我的调查，你们当家长的却没有一个人看，至少是很少有人看这方面的书，那您写了又有什么用？”朋友，您听了这一番话以后有什么想法？说她偏激？狂妄？不，我当时想到的首先是“后生可畏”。是啊，在五六十年代我们当孩子的时候，有谁研究过心理学、教育学，研究过家长对自己的教育方法？今天，孩子们研究了，并且做出了判断。应当承认，我们确有一些人因为整天忙于工作，忙于“过日子”，忽略了这方面的学习和研究。在这种情况下，孩子们已经了解了八十年代的教育学、心理学，而我们有的家长却仍然用封建家长式的方法去管教他们，那如何能不失败呢？孩子们又如何能服气呢？我的女儿流露出来的不信任感，难道不该使我们反思吗？理解是双向的，教育也是相互的。教育者必先受教育。让我们在教育孩子之前和教育的过程之中，研究教育孩子的方法和提高自己的修养吧。

本书以初中孩子的家庭教育问题作为议论的中心，但是其中的基本的教育理论和教育方法也适用于其他年龄段的孩子。

刘子平、高文鸾、郭海燕、焦辉郢、李景江、张丰梅等同志都为本书编写工作做出了贡献，在此我表示感谢。

序

李燕杰

《家长必读》一书即将出版，实在是件令人高兴的事情。这本内容丰富、论述生动、具有实际指导作用的知识性读物，不仅是张洪宇、马福生等同志辛勤劳动的丰硕成果，而且也是一批专职教育工作者奉献给千千万万个家长的珍贵礼物。诸位编者、作者希望我为此书写个序，我是十分乐意的。

家庭是社会的细胞，家庭教育是整个社会教育不可缺少的组成部分。不久前，我到东欧几个国家进行友好访问，沿途听到不少关于家庭的有趣的议论，“家庭，是父亲的王国、母亲的世界、子女的乐园”；“家庭不单是身体的住所，更是心灵的寄托处”；“一个美满的家庭，有如沙漠中的甘泉，给人以甜美和慰藉，使人洗心涤虑、怡然自得”……一路上，我也看到了各种类型不同的家庭，当然也看到了各种类型不同的家长。我的一个突出的观感是，凡属幸福美满的家庭，都有着长辈对子女的良好教育，孩子们在家庭中不仅感受到温暖和愉快，而且能够得到智的增益、美的陶冶和德的升华。当然，不论中国还是外国，绝非所有的家庭都那么幸福美满，还有一些很不幸的家庭。正像托尔斯泰所说：

“幸福的家庭都有相似之处，不幸的家庭却各有各的不幸。”我认为不幸家庭最大的不幸在于子女不能从父母那里得到正确的引导和教育，在于当父母的不能以身作则，当好孩子的第一任教师。我曾接待过不少孩子的家长，他们几乎都是家庭教育的失败者。当他们痛悔莫及地向我哭诉：“我没把孩子教育好，孩子今天走上邪路，主要责任在我身上！”我总是想起古人的那句名言：“养不教，父之过，教不严，师之惰。”孩子是祖国的未来，他们素质如何，决定着整个民族的方向和质量。我认为，一切对国家和民族有责任心的人，都不会对子女教育问题掉以轻心。“教育者必须先受教育”，其中当然包括家长。在当前科学技术及人们物质生活水平迅速提高的情形下，孩子的教育问题更是一个不可等闲视之的大问题。他们的知识比五六十年代的孩子要丰富得多，视野要开阔得多，每天获取的信息要迅速得多，家长如果不讲究点教育方法、教育艺术，如果不首先使自己充实起来，就很难使孩子信服，很难使自己的教育收到实效。难怪有的家长在来信中这样说：“我宁愿用一小杯知识、艺术、真善美来组织一个美满充实的家庭，也不愿用几大船新式家具组织一个索然乏味的家庭。”

感谢《家长必读》一书的编著者，为数以亿万计的家长带来了上等的精神食粮。他们高瞻远瞩，着眼未来，以教育大系统论的观点为指导思想，把学校教育、家庭教育、社会教育有机地融为一体，使之成为强大的合力。全书以如何搞好家庭教育为论述重点，从家庭的结构、父母的修养入手，并以孩子各个阶段的心理特征为论述依据，系统地论述了孩

子成才的规律，对如何从德、智、体、美诸方面对孩子进行全面的培养，如何对独生子女进行有效的教育，亦做了深入浅出、颇有新意的论述。由于编著者敢于大胆创新，某些新观点也许还有不尽完美之处，但他们的热诚与责任心，是应该得到充分肯定的，他们提出的教育原则和方法，也是值得家长们参考的。

最后，我想以几句中外名言结束这篇短序：

“对儿女来说，范例的重要超过批评和惩罚。”

“教育开始于父母亲的膝下，要孩子听从的每一句话，都会影响他个性的建立——做父母的人都应牢记这一点。”

“我们希望看到的是孩子们在追求知识，而不是知识在压迫孩子。”

“懂得给孩子以深挚之爱的人，他首先懂得育人之法。”

目 录

第一章 家庭教育和父母修养 (1)

第一节 家庭 (1)

一、家庭有几种结构？它对孩子的成长有影响吗？..... (1)

二、孩子心目中的幸福家庭是什么样的？..... (3)

三、影响青少年正常发展的家庭因素是什么？..... (6)

第二节 家庭教育的目的和特点 (10)

一、家庭教育有哪些特点？家庭教育方式有哪些类型？ (10)

二、家庭教育的目的是什么？ (12)

三、如何进行家庭教育 (14)

四、“恨铁不成钢”的父母应该怎么做？ (17)

五、善于关心和体察孩子的内心世界 (19)

第三节 父母的修养..... (22)

一、重要的是加强学习和自我教育 (22)

二、父母应该具有哪些修养？ (25)

三、家长的修养对孩子有影响吗？	(28)
四、父母如何提高在孩子心目中的地位	(30)
五、家长的自我鉴定	(32)
六、父母一方犯了罪应该怎么办？	(36)
第四节 父母与子女的关系	(38)
一、父母与子女的关系应该是什么样的？	(38)
二、家长育儿的压力是什么？	(40)
三、家长应该学会战胜自己	(43)
四、家长的多重角色对子女的影响是什么？	(45)
五、父母在孩子面前议论老师应该注意什么？	(47)
六、家长吵架给孩子带来的是什麼？	(51)
七、父母对子女负有哪些法律上的义务？	(53)
八、浅谈青少年的法律保护	(56)
第五节 父母的教育方法	(59)
一、爱在家庭教育中的作用是什么？	(59)
二、家长爱护孩子的羞耻心了吗？	(62)
三、如何培养孩子的爱心	(65)
四、孩子为什么会自杀？	(68)
五、孩子任性与家长的引导	(70)
六、家长是自己孩子的知心朋友吗？	(74)

七、“棒头”能出孝子吗？	(76)
八、可以惩罚孩子吗？	(79)
九、和孩子谈话有学问吗？	(82)
十、给唠叨家长的建议	(84)
十一、请教会孩子处理紧急情况	(89)
第二章 青春期的生理与心理特征	(92)
第一节 青春期的生理变化	(92)
一、家长，您知道什么叫做青春期吗？.....	(92)
二、青春期生理发育的特征	(94)
三、家长，您知道激素的神奇作用吗？.....	(97)
第二节 青少年的心理特征	(99)
一、心理断乳期孩子的心理特点	(99)
二、要力求防止孩子的心理疲劳	(103)
第三章 如何指导孩子学习	(107)
第一节 如何使孩子爱学习	(107)
一、谈谈学习的动机	(107)
二、怎样培养孩子的学习兴趣	(109)
三、孩子偏科是坏事吗？	(111)
四、没有考上重点中学怎么办？	(113)
五、分数是衡量孩子的唯一标准吗？	(115)
六、如何使孩子尽快地适应中学的学习 生活	(117)
七、语文学习中应该注意些什么？	(120)
八、怎样学数学？	(122)
九、孩子不爱学外语怎么办？	(125)

十、新学科起始时如何提前指导孩子

入门？ (126)

第二节 怎样使孩子更聪明 (128)

一、初中孩子智力发展有什么特点？ (128)

二、智力因素的核心是什么？ (130)

三、知识和能力是什么关系？ (132)

四、怎样培养孩子的观察能力 (134)

五、识记知识有诀窍吗？ (136)

六、孩子的注意有什么特点？ (139)

七、怎样才能插上想象的翅膀 (142)

八、家庭如何培养孩子的创造力？ (144)

第三节 非智力因素的重要作用 (147)

一、什么是非智力因素？ (147)

二、非智力因素在学习上所占的地位
如何 (149)

三、没有兴趣和情感就没有对知识的
追求 (151)

四、意志是打开智慧大门的金钥匙 (153)

五、个性在学习中的作用 (157)

六、良好的学习习惯是怎样建立
起来的？ (159)

七、如何教孩子自学 (162)

第四章 青少年的品德教育 (165)

第一节 品德教育 (165)

一、家长重视对孩子灵魂的教育吗？ (165)

二、怎样晓之以理	(167)
三、如何动之以情	(169)
四、如何炼之以志	(172)
五、怎样导之以行	(175)
第二节 性格培养	(178)
一、初中孩子的性格特征是什么？	(178)
二、是内向型好还是外向型好？	(181)
三、孤僻的后面隐藏着什么？	(183)
四、性格培养四律	(186)
第三节 理想教育	(188)
一、怎样帮助孩子迈好青春第一步	(188)
二、怎样对初中孩子进行人生理想 教育	(190)
三、对初中孩子怎样进行职业理想 教育	(192)
四、如何对孩子进行爱国主义教育	(193)
五、怎样对孩子进行社会主义教育	(195)
六、要创造条件让孩子接触社会	(198)
七、如何培养孩子分辨是非的能力	(200)
八、应该怎样激励孩子的政治上上进心	(203)
九、应该教育孩子正确处理人际关系	(205)
第四节 品德教育中的几个问题	(207)
一、孩子早恋怎么办？	(207)
二、孩子爱看黄色书刊怎么办？	(209)
三、孩子不爱劳动怎么办？	(211)

四、孩子犯了错误怎么办？	(214)
五、孩子在家与在校表现不一样 怎么办？	(217)
六、当老师反映孩子的问题时家长 怎么办？	(219)
七、孩子逃学怎么办？	(222)
八、孩子有虚荣心怎么办？	(224)
九、孩子离家出走以后怎么办？	(226)
十、孩子攒钱好不好？	(228)

第五章 美育和体育 (232)

一、美育在孩子成长中的作用是什么？.....	(232)
二、如何引导孩子爱美	(236)
三、您的孩子会布置和美化自己的生活 环境吗？	(239)
四、您的孩子喜爱音乐吗？	(241)
五、您的孩子喜爱书法吗？	(243)
六、您的孩子喜爱小制作吗？	(246)
七、您的孩子喜爱美术吗？	(248)
八、关心支持孩子的体育锻炼	(251)

第六章 独生子女及特殊子女的教育 (254)

第一节 独生子女的教育 (254)

一、独生子女有没有“特殊性”？	(254)
二、“过教育”的危害	(257)
三、“缺乏教育因素”带来的危害	(259)
四、怎样正确教育独生子女	(261)

五、谈谈“四二一”综合症	(265)
第二节 慢智型子女的教育	(267)
一、慢智型的孩子有什么特点？	(267)
二、为增强慢智型孩子的学习自信心 而加强具体辅导	(269)
三、要善于发挥慢智型孩子的优势	(272)
第三节 “问题”青少年的教育	(274)
一、“问题”青少年的心理特征是 什么？	(274)
二、孩子失足怎么办？	(277)
第七章 青少年的卫生保健及常见病的防治	(281)
第一节 青少年的卫生保健	(281)
一、初中孩子的正常身高、体重是 多少？	(281)
二、女儿初潮前后妈妈要做哪些事？	(284)
三、对初中孩子应该进行性知识的教育	(285)
四、孩子有手淫的毛病怎么办？	(288)
五、孩子包茎或包皮过长怎么办？	(289)
六、让孩子养成良好的卫生习惯	(291)
七、青春期孩子应如何注意膳食与 营养？	(292)
八、孩子过胖怎么办？	(294)
九、孩子面黄肌瘦怎么办？	(296)
十、怎样纠正孩子偏食	(298)
十一、女孩束胸、勒腰有哪些害处？	(299)

十二、初中女孩是否使用胸罩	(300)
十三、初中女孩不宜穿高跟鞋	(301)
十四、孩子吸烟有什么害处？	(302)
十五、为什么要严防孩子酗酒？	(304)
十六、如何科学用脑	(305)
第二节 常见病的防治	(307)
一、怎样防治流行性感 冒	(307)
二、怎样预防流脑	(309)
三、孩子得了 疥 腮怎么办？	(311)
四、注意预防病毒性肝炎	(312)
五、怎样预防细菌性痢疾	(314)
六、心肌炎有哪些症状及如何防治	(316)
七、孩子得了急性肾炎怎么办？	(318)
八、为什么孩子到了青春 期容易发生甲 状腺肿？	(320)
九、孩子脸上长痤疮怎么办？	(322)
十、怎样预防近视	(323)
十一、什么是风湿病及如何预防	(324)
十二、大脑炎是什么样的疾病及应如何 预防	(326)
十三、怎样预防“虫牙”	(328)
十四、少女痛经怎么办？	(329)