

家庭必备

JIAJIAO YISHU



科普系列丛书

家教艺术

中国科协普及部 主办
上海市科技协会
上海市科普创作协会编



上海科学普及出版社

家 教 艺 术

朱长超 编著

上海科学普及出版社

58457

1977.2/02

编辑委员会

主 编: 饶忠华
编 委: 宋南平 郭允熙 陈 刚
王福康 孙崇恩 李正兴

特约编审: 潘学馥
责任编辑: 陈泽加
封面设计: 李树德
题 图: 赵 斌

(沪) 新登字第 305 号

家 教 艺 术

朱长超 编著

上海科学普及出版社出版
(上海曹杨路 500 号 邮政编码 200063)

新华书店上海发行所发行
上海科学普及出版社电脑照排部排版
上海市印刷七厂一分厂印刷
开本 787×1092 1/32 印张 4 字数 88800
1991 年 10 月第 1 版 1991 年 10 月第 1 次印刷
印数 1-15700

ISBN 7-5427-0496-6 / N · 12 定价: 1.84 元

编 审 委 员 会

主 任 委 员：章道义

副主任委员：林志宽 陈念贻

委 员：顾方舟 王梓坤 蔡祖泉

刘 吉 束家鑫 徐正泰

高孝冲 李敦厚 饶忠华

前 言

为了提高广大群众的科学文化水平，增强他们的科技意识，同时考虑到读者不同年龄、不同爱好、不同文化层次的需要，我们编写了这套丛书。

近年来，全国各地区和城镇开展了各种形式的大型科普宣传活动，吸引了千百万群众，人们从中了解了许多最新的科技成果，学到了许多身边科学。这一活动还大大丰富了社区文化的内容，提高了科普工作的社会地位。但是，在开展科普宣传活动中，广大群众和基层科普工作者越来越感到科普资料的缺乏，不断地提供科普宣传资料已成为巩固和发展大型科普活动的一个重要问题。本丛书也是为了配合这一需要而编写的。

本丛书的编写着重考虑：有助于促进精神文明建设和物质文明建设，倡导文明、健康、科学的生活方式；有助于启迪智慧，增强能力，提高全民族的科技意识。

本丛书是在中国科协和上海市科协直接指导下，由上海市科普创作协会组织编写的。按照科学、准确、实用及通俗易懂的要求，由从事本专业的，具有一定科普写作水平的科技工作者撰写，或是科技工作者与专业科普作者合作的作品。

愿《科普系列丛书》的创作与出版能得到广大读者的欢迎，同时也希望大家提出宝贵意见。

章道义

1991年7月于北京

《科普系列丛书》

1991 年出版书目

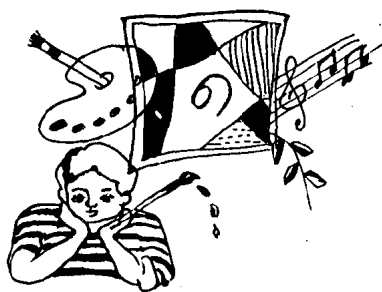
- 科学家科普讲演集
《数学与文学》
- 家庭必备
《益寿之道》
《健脑新法》
《家教艺术》
- 黑板报资料
《生活百事通》

目 录

一、培养全面发展的孩子	1
欢迎孩子的小伙伴	1
教孩子学会尊重别人	4
重视非智力因素的培养	6
怎样使孩子勇敢些	8
培养积极的情绪	11
如何看待孩子的“我偏不”	13
谈谈羞耻心的调适	15
孩子说谎怎么办	17
引导孩子热爱劳动	19
培养形体健美的孩子	22
带孩子多接触大自然	23
教孩子学会花钱	26
指导孩子合理安排时间	28
培养孩子的自理能力	30
培养孩子的社交能力	31
在大自然中陶冶美的心灵	33
让孩子拿起画笔	35
不要粗暴地侵犯心灵的圣地	37
音乐吹开智慧花	39
培养孩子的幽默感	41
给孩子吃补品好不好	42

二、培育智慧的花朵	44
手巧才能心灵	44
提高孩子的注意力	47
发展孩子的记忆力	48
培养孩子的想象力	50
一双会观察的眼睛	52
思维的灵活性	54
开发孩子的大脑	56
鼓励孩子的新发现	59
重视孩子的外语天才	61
科学的启蒙作用	62
孩子的好奇心	65
创造性的萌芽	67
在开放环境中求知	69
开阔孩子的知识面	70
教育孩子爱护书	72
养成看书读报的习惯	73
按规律开发智力	75
三、学会教育的艺术	77
父母教育要一致	77
学会真正的爱	80
培养孩子的好习惯	82
方法的重要性	85
培养世界意识	86
不妨少操一点心	88
游戏是儿童的工作	90
创造一个良好的环境	93

怎样给孩子选择玩具	95
辅导孩子的课外阅读	97
倾听孩子的诉说	99
当孩子提出问题的时候	101
父母错怪了孩子怎么办	103
合理安排孩子看电视	106
过个有意义的假期	108
当孩子带回成绩的时候	110
独生子女怎样教育	112
怎样进行性教育	114
弱智儿童怎么教育	115
超常儿童怎么教育	118



一、培养全面发展的孩子

一个理想的孩子不仅应该是聪明的，而且应该是健康的、心理上健全的。因此，我们不仅要重视智力的开发，而且要重视德育、体育、美育的培养。

怎样让孩子学会尊重别人，怎样使孩子勇敢无畏，怎样调节孩子的羞耻心，怎样防止孩子说谎，怎样使孩子富有幽默、富有美感，这些都是每个家长常常遇到的问题。正确地处理孩子成长过程中遇到的这些问题，将使孩子成为心理健康、全面发展的人。

欢迎孩子的小伙伴

孩子长大以后，是社会的公民，要在社会中生活，在社会中学习，与各种各样的人打交道。为了让孩子顺利地进入五彩缤纷的社会，要从小培养孩子的社会适应能力，让他学会与其他社会成员友好相处，学会谦让、团结，学会关心和爱护别人。

为了培养孩子的社会适应能力，要鼓励孩子与小伙伴们一起学习，一起游戏，也要欢迎孩子的小伙伴来家作客。

小伙伴们在孩子的成长过程中起着十分重要的作用。首先，小伙伴是孩子获取知识、信息的一个重要来源。由于小伙伴们年龄相当，他们的心灵之间很容易沟通。他们在一起，你一言，我一语，唧唧喳喳，仿佛有无穷的话要倾吐。他们见了面，交流着各自的见闻和想法。据苏联学者统计，孩子们相互之间的交流一点也不比与父母之间的交流少。这些交流，是了解别人对自己、对世界的评价的重要途径，也是获取知识的重要渠道。如果不让孩子与小伙伴们在一起，就会失去许多宝贵的信息养料。

其次，与小伙伴们一起学习和游戏，有利于培养孩子的社会适应性，有利于他们将来成为一个合格的社会公民。孩子们在玩、在交往的过程中，总是有着一定的规范。谁不遵守规范，谁就会遭到小伙伴的批评和抵制。孩子群是一个小社会，这个小社会是大社会的缩影，在小社会中的活动是进入大社会的一种演习。

第三，与小伙伴们在一起，对孩子的心理健康有很大的意义。与小伙伴们在一起，孩子会得到许多欢乐，没有小伙伴的孩子会十分孤独。美国心理学家哈洛曾对恒河猴进行试验，发现长期处于孤独环境下的猴子胆怯、冷漠，遇到新奇的东西，也不敢上前探查，遇到危险的东西，也不知道及时退避。而从小有小伙伴的猴子的行为就很正常。

第四，孩子与小伙伴们的交往，是产生友谊的重要条件。高尚而真挚的友谊是一种巨大的道德力量，是一种崇高、神圣的感情。与小伙伴们青梅竹马、两小无猜的友谊是非常珍贵的友谊，它的真诚永远铭刻在孩子的心坎里。缺乏

小伙伴的孩子常常缺乏这种珍贵的友谊成长的条件。

小伙伴如此重要，父母要有意识地帮助孩子寻找小伙伴。朋友间聚会、节日里拜访亲戚，单位里开展集体活动，假日里旅游，不妨把孩子带上，孩子会找到新的小伙伴。

父母要欢迎孩子的小伙伴。小伙伴来玩，父母要热情相待，但不一定一直陪伴，以免孩子们感到拘束。假日、节日、孩子的生日，也可以请小伙伴一起来玩一玩、聚一聚、乐一乐，使他们增进友谊，加深了解。有些家长见到小伙伴上门，嫌吵，嫌烦，表示出冷淡和讨厌，小朋友们就不大愿意上门，这样做是不妥当的。

有些孩子太胆怯，不合群，在小群体中太羞涩，不主动，父母要鼓励孩子落落大方。有些孩子太霸道，喜欢自我中心，父母要及时教育孩子一些待人接物之道。教导孩子待人要平等、和气。

有些孩子不喜欢与别的孩子往来，很少有小伙伴上门，也很少与小朋友讲讲心里话，他们显得孤僻，不合群，寡言少语，沉闷得很。这种个性对孩子的心理成长是不利的。这是一种心理的压抑，使孩子精神上不开放，不轻松；这是一种自我封闭状态，失去了许多交友、学习的机会，久而久之，社交能力、语言能力会受到一定影响。对于这种情况要检查一下原因，要努力设法改变。

造成这种情况的原因，有可能是父母对孩子管得过严过死，孩子从小关在家里，从小缺乏伙伴，久而久之，养成了孤僻性格，不喜交往。也有可能孩子经受了某种失败，如某次考试成绩不理想，受了一次批评等，产生了一种自卑的情绪。对于这种儿童，要找到主要原因，才能对症下药。

孩子孤独失群，父母们要自我检查，是不是给了孩子太

大的压力，是不是限制太多，是不是对孩子关心太少，孩子有了心理伤痕，要及时了解孩子，解开孩子的心理疙瘩。要给孩子一定的自由度，减少一点管束，创造轻松的、无话不谈的家庭气氛。

如果由于孩子有自卑感，可以与学校联系，家长也可做孩子的思想工作，把压力缓冲一下。同时，要鼓励孩子交朋友，父母要主动邀请小朋友来家玩耍、作客。渐渐地，孩子与小朋友会产生友情，会增加心理沟通，孤独的性格也就会渐渐变化。

孩子有着自己的小社会。在小社会中的活动是进入大社会的前奏。因此，父母们要积极地帮助、引导孩子成为小社会的合格成员，使他们更健康地成长，为未来顺利地踏上大社会创造条件。

教孩子学会尊重别人

尊重别人，是孩子的一种必须具备的品德。只有尊重别人的孩子，才可能正视别人的意见，才有可能接受别人的教育，不尊重别人，就没有人愿意指点他、教育他。别人对他提出的忠告，他也决不会听进去。这样的孩子，很难不断地进步，很可能与社会处于一种半隔离状态。

尊重，也是人际关系的起码准则。不尊重别人的人，别人也不会尊重他，甚至不可能信任他。这样，人际关系之间就会有許多摩擦，就会失去许多的朋友，就会在人生的路上，失去许多帮助，失去许多支持。因此，尊重别人不是件小事情，孩子们从小就应该学会。

尊重别人这种品德，并不是天生获得的，它是良好的教

育的结果。只要认真培养，你的孩子也一定能学会尊重别人。

父母们应该尊重孩子。英国著名教育家斯宾塞说过，“野蛮产生野蛮、仁爱产生仁爱，这就是真理。对待儿童没有同情，他们就变得没有同情；而以应有的友情对待他们，就是一个培养他们友情的手段。”也就是说，以应有的尊重对待孩子，孩子才会懂得尊重。

对孩子的尊重应充满于日常生活，德国有个家庭，母亲包莉让孩子帮助做什么事时总是说，“请你……”，从不说生硬的命令句。如果孩子做完了某件事，就说声谢谢。有什么事，家长也总是与孩子商量。例如，父亲想调一个电视节目，总是先与孩子商量，“亚历克山大，我们调个频道看看好吗？”圣诞节时，父亲给孩子买了一个高尔夫球台，有一次，父亲想与一个朋友玩一下，就问孩子：“孩子，能不能把高尔夫球台借给我玩一下？”他们认为，父亲给孩子买的礼物，它已是孩子的物品，要用当然得借，要借当然得请求。

父母在家庭中要互相尊重，父母之间的尊重，会在潜移默化中给孩子以良好的影响。父母之间，也应经常说“谢谢”，“对不起”，“请你”。有些父母经常当着孩子的面揭对方的短处，甚至谩骂对方。这会给孩子造成很恶劣的影响。

父母要成为尊重别人的榜样，处处尊重别人。有的父母喜欢在背后议论别人，嘲笑别人的短处。被嘲笑的人当然并不知道，但却给孩子留下不尊重别人的榜样。有的父母在对待残疾人时有一种鄙视的神情，常把盲人叫做瞎子，把一只眼睛失明的人叫做独眼龙。还有的父母喜欢叫别人的外号。这些不尊重别人的行为都会给孩子带来不良的影响。有个父亲带孩子去学校报名，对老师说：“喂，报名。”孩子也很快学

会对教师、同学喊“嗨”、“喂”，表示招呼。

孩子们有时会学会不尊重别人的行为。例如，喜欢叫别人外号，见到畸形人会上前围观，见到别人陷入困境会加以嘲笑，看到别人倒霉会幸灾乐祸。孩子这样做，有时是因为想看热闹，好奇，有时是想开个玩笑，有时则只是盲目地跟着别的孩子做。他们并没有理解这样做是不尊重别人，没有意识到他们这样做伤害别人的心灵。当出现这种情况时，要平静地与孩子谈谈，他为什么要这样做，然后有针对性地指出孩子这样做的坏处。要让孩子设身处地体会到不受别人尊重时的感觉，要让孩子知道，开玩笑要讲究场合，要有分寸。要给孩子讲清，叫别人外号，围观，本身就是不太文明的行为。有教养的孩子应该同情别人，帮助别人。尊重别人才会受到尊重，尊重别人就是尊重自己。给孩子平静地讲一点道理，孩子们会改正不良的习惯的。

重视非智力因素的培养

瑞典化学家诺贝尔的父亲有一次在研制炸药时不幸发生爆炸，自己受了伤，还使邻居家受到重大损失。人们害怕炸药，害怕与这个喜欢干危险工作的人当邻居，诺贝尔的父亲不得不举家从瑞典迁到芬兰，在那里继续从事炸药的研究。

这一年，诺贝尔8岁了，他不懂父亲为什么要与可怕的炸药打交道。一天，他问父亲：“爸爸，炸药真可怕，你为什么要制造它呢？”爸爸回答：“是啊，是太危险了！但是，大家都因为怕危险，都不想干，那就永远不会有人类的进步，要知道，事业比生命还重要。”听了爸爸的话，诺贝尔说，“我长大了，也要做炸药。”

诺贝尔的爸爸是对的，他非常重视孩子非智力因素的培养。

聪明才智，对一个人的事业是重要的。但兴趣、理想、意志、毅力等非智力因素，对一个人的事业的成功，作用同样重要，甚至更加重要。

有人调查过诺贝尔奖获得者的情况，发现他们除了都有过人的智慧之外，还都具备非常优良的品格。他们都热爱自己的事业，有锲而不舍的精神，有坚强的意志，有善良的心态，有很强的幽默感。也有人跟踪调查一批高智商的学生，20多年后，一些人有了卓越的成就，成了学者、发明家、法官、记者；另一些人则平平庸庸，没有成就。研究表明，这两种人的区别主要的不是智力，而是非智力因素，前者有事业心，有成就欲，后者则安于平庸，进取心较差。

培养孩子的非智力因素，父母首先要注重自己的修养。有一个40多岁的父亲要孩子刻苦学习，争取优异成绩。这当然没有错。但他对自己则常说：“我么，现在40多岁了，这辈子还能做什么呢？上班混混，下班乐惠乐惠，也就心满意足了。你年纪小，要努力。”父亲不思上进，得过且过，虽然指望孩子立大志、成大器，但这往往要失望，因为身教对孩子影响比言教更大。

要让孩子在艰苦环境中锻炼自己。古代思想家孟子曾说，天将降大任于斯人，必先饿其体肤，劳其筋骨。人生的长途充满艰难，要有作为，一定要不畏艰难。法国作家巴尔扎克说：“苦难对于一个天才是一块垫脚石，对于能干的人是一笔财富，而对于庸人却是一个万丈深渊。”日本有个才华横溢的人报考某公司，结果没有录取，他不能忍受失败，自杀了。不久，事情真相大白，原来是计算机统计失误。人

们为他可惜，但公司总经理认为，一个心灵如此脆弱的人即使到了公司，也难以有所作为。给孩子多一点磨炼，让他不怕苦，不怕失败，不怕受非议，不怕受委屈，能锲而不舍。中国古代的司马炎为了培养儿子司马迁，让他16岁时就游历四方，历尽艰苦。如果没有这种锻炼，司马迁很可能忍受不了宫刑的屈辱，忍受不了《史记》150万字的艰苦写作。

要用人类的楷模作为榜样教育孩子。要给孩子讲古往今来的科学家、艺术家、思想家对真理的追求、对事业的献身。讲讲司马迁怎么写历史，苏武怎么牧羊，居里夫人怎么从几吨沥青矿中提炼0.1克的镭，讲讲许多为人类的进步而献身的故事，这可以陶冶孩子的人格，使他们从小胸怀大志，从小决心做一番事业。

要鼓励孩子勤写日记，不断地学习优秀人物的品格，克服自身的弱点。通过日记，不断地对照自己，鞭策自己，使自己不断地自我更新。

作为现代的孩子，更需要具备现代人的品格。我们要教育孩子敢于创立新思想，勇于接受新事物，要有开阔的视野和思路，要有客观的、理性的眼光，要尊重事实和科学。要有积极的进取精神，不安于现状，要有豁达的胸怀，善于吸取别人的长处。

怎样使孩子勇敢些

现在，有不少孩子胆子非常小。他们不敢一个人睡觉，不敢到没有电灯的房间里去拿件东西，也怕见到陌生人，有的连在同学面前说话也有点胆怯。

胆小主要是后天的原因造成的。孩子当然也有先天的畏