



不但要**夸奖**，而且要**矫正**；
不但要**言教**，而且要**身教**。

闵乐夫（中国著名家庭教育专家，中国家庭教育学会理事，北京家庭教育研究会副秘书长，潜心研究家庭教育40余年，在全国开展1000多场讲座，被家长 and 媒体称为“青少年成长的导航员”）



中国家长

最关心的

80个成长问题

闵乐夫 / 主编
杨忠健

ZHONGGUO JIAZHANG ZUI GUANXIN DE
80 GE CHENGZHANG WENTI

❀ 小学版

北京出版社 出版集团
北京少年儿童出版社



中国家长

最关心的

80个成长问题

闵乐夫 / 主编
杨忠健

ZHONGGUO JIAZHANG ZUI GUANXIN DE
80 GE CHENGZHANG WENTI

✻ 小学版

北京出版社 出版集团
北京少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国家长最关心的 80 个成长问题: 小学版 / 闵乐夫, 杨忠健
主编. —北京: 北京少年儿童出版社, 2006

ISBN 7-5301-1792-0

I. 中… II. ①闵… ②杨… III. 小学生—家庭教育—问答
IV. G78-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 103689 号

中国家长最关心的 80 个成长问题(小学版)
ZHONGGUO JIAZHANG ZUI GUANXIN DE 80 GE
CHENGZHANG WENTI
闵乐夫 杨忠健 主编

*

北京出版集团 出版
北京少年儿童出版社
(北京北三环中路 6 号)

邮政编码: 100011

网 址: www.bph.com.cn
北京出版集团总发行
新华书店经销
三河市天利华印刷装订有限公司印刷

*

880 × 1230 32 开本 7.5 印张 150 千字
2006 年 9 月第 1 版 2006 年 9 月第 1 次印刷
印数 1—10 000

ISBN 7-5301-1792-0/G·886

定价: 15.00 元

质量投诉电话: 010-58572393





闵乐夫，北京教育科学研究院家庭教育研究与指导中心主任，中国家庭教育学会理事，北京家庭教育研究会副秘书长。从事中小学教育的实践和理论研究已有40余年，是中国著名的家庭教育专家和青春期性教育专家。代表著作有《小学生学习方法指导》《中小学生心理咨询》《男孩/女孩青春期悄悄话》等。



杨忠健，中国心理卫生协会会员，北京家庭教育研究会理事，全国优秀教师，现为北京教育科学研究院德育研究中心研究人员，2006年被评为《中国教育报》《中小学心理健康教育》杂志首届中小学心理健康教育“十佳”支持专家。长期从事心理健康教育、教学，德育与家庭教育研究，发表学术论文多篇。

《中国家长最关心的 80 个成长问题》

编委会名单

主 任	宋贵伦	张文启		
副 主 任	张兆民			
委 员	王彦京	孙 颖	冀永义	李海荣
	闵乐夫	孟 佳	褚长萍	肖泽炜
	杨忠健	刘晋芳	赵澜波	康增民
	王新民	杨 林	张利利	

序

家庭是孩子的第一个课堂，父母是孩子的第一位教师。但是自古做父母难，今日做父母就更难。

因为孩子的生活环境发生了变化：由于绝大多数是独生子女，所以生活条件越来越好了；由于多种传媒的发展，孩子的信息渠道越来越多了；由于社会多元价值观的影响，孩子们的内心越来越复杂了……这一切使得今日的孩子遇到了许多过去孩子没有遇到过的问题。

还因为今日的父母也与过去的父母不同了：由于绝大多数父母只有一个孩子，所以他们无法亲身积累教育子女的经验；由于带有片面性的人才观在社会上还有相当的影响，使家长们在如何帮助孩子成长成才方面产生许多困惑……这一切也使得今日的父母遇到许多过去父母们没有遇到过的问题。

因此，我们的家庭教育既要继承我国家庭教育的优良传统，又必须具有强烈的时代感，要认真研究新情况、新问题，并且不断总结新的经验，探索新的方法。

当前，家长对子女的期望与行动存在反差，物质投入与精神投入存在反差，教育行为与教育效果存在反差是家庭教育普遍存在的矛盾，同时也是使许多家长产生极大的困惑甚至痛苦的原因。因此，这一代自身没有教育子女经验的年轻父母，对分别处于不同年龄段的子女，从教育内容到教育方法，从养育到教育，都提出了一系列问题，希望得到科学的回答。做一个好的家长，当然首先必须努力提高自己的素质，以自己的言行子女做出表率，但另一方面，又确实需要学习家庭教育的知识，努力提高科学的家庭教育水平。因此，社会有责任加

强对家庭教育的指导，为所有做父母的人提供帮助。

这套《中国家长最关心的80个成长问题》，就是为孩子的父母和长辈们服务的书。它是北京市社会科学界联合会，在多年来举行社会科学普及周的基础上，组织专家们编写的。这套丛书试图回答在家庭教育过程中遇到的许多实际问题，以帮助家长们在教育子女的实践过程中进行思考。

感谢闵乐夫同志主持了这项编写工作，感谢许多专家的参与。希望这套丛书能陪伴做父母的人度过人生中这一段苦恼而又快乐的时光。

北京市社会科学界联合会主席



2006年9月1日



主编的话

◎ 闵乐夫

您拿起这本书，我猜：您可能是位家长，或者是位教师，要么您既是家长，又是教师。好极了，这套丛书就是为您编写的。

您会发现，时代前进步伐越来越快，生活环境越来越复杂，未来社会对人的素质要求也越来越高，因此，孩子们健康成长成才的难度也越来越大。他们今后的生存、发展将是怎样，您一定有些担忧。

您还会发现，当今青少年中厌学、辍学、网痴、出走、少女怀孕、杀父弑母等调查和个案频频见诸报端，为家长们敲响警钟。父母们众口一词：孩子难管；老师们异口同声：学生难教。如何让孩子一路顺利平安，您一定存有焦虑。

中国父母总习惯把养育儿子当成一件苦差，强调“一把屎一把尿把你拉扯大”，强调的是付出和辛苦，其实还有另一面，养育儿女是上天赐予父母的快乐和享受。您享受着和孩子相处的温馨时光吗？您享受着和孩子共同成长的快乐吗？也许您会说：“我享受她和我吵架！”“我享受他无止尽地要零花钱！”“我享受他补考还不及格！”“我享受寻遍网吧找不见他的痛苦！”

其实，孩子的成长是有规律的，亲子相处是有技巧的，家庭教育是讲究科学的，因材施教是要父母不断学习摸索的。也许您会说，这些我都知道，家庭教育的书我也买过，比如考上清华北大的高考状元们的经验、被哈佛看中的中国女孩的经历等等。他们的经验只适用他们，放到我孩子身上那个就不灵。他们的父母的确有快乐有享受，我有的只是无奈、无助！

那么，就请允许我用这套丛书来帮助您吧！

您可能听说过，北京市社会科学界联合会自 2001 年以来，每年举办一次“北京社会科学普及周”活动，向大众宣传普及社会科学知识。几年来，百余名专家学者开设讲坛，数以万计的听众聆听讲座。这项活动已经成为社科联开展科普的成功品牌，成为北京市民文化生活中的亮点。与科普周讲座相配套的工作，就是自 2003 年起，每年编辑出版一本书：《人文之窗》《健康枕边书》《解读心灵——心理健康手册》。今年的科普周，确定推出什么主题的书籍呢？社会科学界联合会的同仁认准的主题，正好和您的需求完全一致：家庭教育。

于是，我就荣幸地成为这丛书的主编，我们几位家庭教育的专家和一线教师怀着宣传家庭八荣八耻的责任感，怀着构建和谐社会和谐家庭的良好愿望，着手丛书的撰写。我们本着科学性与适用性、理论与实践性、整体性与层次性相结合的原则，采用问答式为您提供服务。我们自信，只要翻开目录，总有一问适合您。

好了，预祝您成为教子有方的成功家长，预祝您在付出辛苦的同时，深切体验到：养育子女是上天赐予您的快乐和享受。





第一篇 智慧启迪篇

“孩子学习成绩不好怎么办？”提高孩子的学习成绩，是许多家长梦寐以求的事情。成熟的家长，指导孩子学习科学知识和有效方法，明智地帮助孩子解决学习中的问题。

问题1	提前入学好不好？	3
问题2	怎样帮助孩子做好入学准备？	6
问题3	孩子坐不住是多动症吗？	8
问题4	孩子不爱学习怎么办？	11
问题5	给孩子多留作业好吗？	14
问题6	给孩子测智商有必要吗？	17
问题7	面对问题小孩，家长怎么办？	19
问题8	有哪些对抗学习中走神的方法？	21
问题9	孩子学习粗心怎么办？	25
问题10	为什么孩子学习老磨蹭？	28
问题11	孩子偏科怎么办？	30
问题12	孩子的表达能力怎样培养？	32
问题13	家长如何帮孩子学会观察？	35
问题14	孩子学习时记不住怎么办？	37
问题15	孩子不爱动脑筋怎么办？	40
问题16	孩子缺乏想象力，该怎么办？	42
问题17	孩子学习效果不佳怎么办？	45

问题 18	学习的好习惯是怎样培养的？	48
问题 19	孩子参加特长班、兴趣班应注意什么？	51
问题 20	对孩子学习应抱有怎样的期望值？	53

第二篇 做事自立篇

每个成长中的孩子，长身体，学本领，需要一种精神，一股朝气，不屈不挠的奋斗勇气，这是每个家庭充满活力的原因。家长正确引导孩子学会做事，独立处理问题在家中要提倡和发扬。

问题 21	我替孩子整理书包、检查作业，不对吗？	59
问题 22	孩子做事有头无尾怎么办？	62
问题 23	孩子怕困难怎么办？	65
问题 24	孩子是否需要参加力所能及的家务劳动？	68
问题 25	孩子做家务，我可以用钱鼓励吗？	71
问题 26	孩子沉溺于网络怎么办？	73
问题 27	孩子的怪主意是创新还是添乱？	77
问题 28	孩子学不好数学怎么办？	79
问题 29	孩子与老师有摩擦怎么办？	82
问题 30	孩子不懂文明礼貌，家长应怎么做？	84
问题 31	怎样教育孩子讲卫生？	86
问题 32	孩子相信星座命运怎么办？	88
问题 33	孩子盲目追求时尚怎么办？	90
问题 34	让孩子吃点苦好吗？	93
问题 35	孩子过生日，怎样安排更难忘？	95
问题 36	孩子如何把握课余生活？	98
问题 37	家庭教育中父亲能发挥哪些独特作用？	100
问题 38	孩子做事没有时间观念怎么办？	103
问题 39	孩子总唱“灰色童谣”怎么办？	105
问题 40	家庭环境如何有利于孩子成长？	106

第三篇 心灵沟通篇



“呦呦鹿鸣，食野之萍。我有嘉宾，鼓瑟吹笙。”人是离不开交往的，人际交往的学习应当从小开始。家长应指导孩子在交往中成为文明的人、高尚的人，成为一个受欢迎的人。

问题 41	孩子总和我顶嘴怎么办？	113
问题 42	儿子犯了很严重的错误，我能打他吗？	115
问题 43	孩子对父母不用敬语，可以吗？	118
问题 44	家长怎样对孩子说“不”？	121
问题 45	作为父亲该怎样处理好亲子关系？	123
问题 46	作为单亲妈妈，我该怎么教育女儿？	127
问题 47	我怎样才能让儿子称呼我这个继父为“爸爸”？	130
问题 48	怎么才能让隔代教育不出问题？	132
问题 49	孩子性格孤僻怎么办？	134
问题 50	女儿身边的伙伴为什么经常更换？	137
问题 51	孩子被欺负怎么办？	140
问题 52	女儿被同学视为异己怎么办？	143
问题 53	孩子为什么总跟不如自己的人比？	145
问题 54	孩子遇上求爱怎么办？	148
问题 55	女孩怎样防止意外侵犯？	152
问题 56	女儿想要在元旦给老师买礼物，我应该支持吗？	154
问题 57	怎样让孩子学会拒绝？	156
问题 58	需要让孩子学会接待客人吗？	158
问题 59	怎样让孩子在新社区找到新伙伴？	160
问题 60	孩子想要和网友见面怎么办？	163



学会生存要求孩子从小要有责任感，自己能做的事，不要家长代劳；从小要能克服困难，不怕挫折，在实践中体验，在锻炼中成长。家长应帮助孩子成为既有超越意识，又脚踏实地；既有远大抱负，又有求实精神的人。

问题 61	吃好早餐为什么很重要？	169
问题 62	孩子厌食挑食怎么办？	172
问题 63	孩子不喜欢运动怎么办？	175
问题 64	孩子成了小胖墩怎么办？	177
问题 65	如何保护牙齿？	181
问题 66	怎样培养孩子挺拔的身姿？	185
问题 67	孩子为什么有疲惫不堪的时候？	188
问题 68	孩子睡眠不好怎么办？	191
问题 69	给孩子配眼镜需要注意什么？	194
问题 70	女儿来月经了怎么办？	196
问题 71	儿子刚从农村到城市，怎么让他尽快适应新的环境？	200
问题 72	家长对孩子因害怕失败而放弃的做法，应如何纠正？	203
问题 73	小学生需要竞争意识吗？	205
问题 74	对孩子有求必应，孩子就快乐吗？	208
问题 75	儿子为什么经常喜怒无常？	210
问题 76	怎样让孩子学会审美？	212
问题 77	孩子的安全事项有哪些？	215
问题 78	该不该让孩子学点儿法律呢？	218
问题 79	暑假到了，需要给孩子规划一下吗？	221
问题 80	怎样对孩子进行远离毒品的教育？	224

第一篇

智慧启迪篇

“孩子学习成绩不好怎么办？”提高孩子的学习成绩，是许多家长梦寐以求的事情。成熟的家长，引导孩子学习科学知识和有效方法，明智地帮助孩子解决学习中的问题。



—— 问题 1 ——

提前入学好不好？

曾经发生

王女士在孩子未出生时就开始进行胎教，经常把录音机放在肚子上给胎儿听音乐。孩子出生后，3岁教孩子识字、学英语，4岁让孩子背唐诗、学算术，王女士自我感觉还不错。现在孩子5岁了，王女士就急着想让孩子上小学。但是她听说孩子提前入学不好，她该怎么办？



专家点评

建议孩子再过一年上学为好。从孩子的表现来看，并未显示天才的迹象。研究表明，全体儿童中，1%~3%是智力超常儿童，他们提前上学在学习上没有困难。从1985年以来，北京八中少年班20年里招了约300名学员，主要是面对10岁左右儿童，用4年时间学完中学课程，他们几乎都考上了重点大学。举一个例子，张炘炀5岁上小学，他参加小学入学考试时，最后一个做题，却第一个交卷，还得了100分。10岁张炘炀考上天津工程师范学院，类似这种属于智力超常，它并非是努力或早期教育的必然结果。

超常儿童的智商（IQ）一般在120以上。智商是智力商数的简称，是测量个体智力发展水平的一种指标。凡智商大于100，则表示此人智力发展水平比较高；若低于100，则表明较低。详细规定是：140以上为天才；120~140优秀；110~120中上；90~110中等；80~90中下；70~80近愚；70以下智力缺陷。一节40分钟的课，超常儿童可能连20分钟都用不了就掌握了；有智力缺陷的儿童却听不懂、学不会。

专家通过近10年，对400多名儿童长期跟踪调查研究表明，天才或智力超常主要由遗传因素决定，靠后天教育是无法制造天才的。鼓吹早期教育能培育天才纯粹属于误导。在影响儿童智商的遗传与环境

两个方面，遗传因素占61%，后天智力开发和环境因素占39%。在遗传方面对孩子智商的影响母亲占5/9，父亲占4/9。

另外，对天才儿童，若要早上学，应及早培养生活自理能力。中国科学院硕博连读研究生小魏，2岁识千字，8岁进中学，13岁入大学，17岁当研究生，从湖南到北京，最后却由于生活能力的低下，只得肄业回家。



1. 家长对孩子要有一颗平常心。俗话说，孩子是自己的好。高估自己的孩子也是人之常情。家长如果认为自己的孩子是天才，可以到专门机构测测孩子的智商。如果测试结果表明，自己的孩子不是超常儿童，也不必失望，各行各业的佼佼者大多并没有超常的智商。这时，家长就不要让自己的孩子提前入学，否则，受害的将是孩子。

2. 不要让孩子拖后上学。有的家长想：我的孩子8岁，总比你们6岁孩子学习好吧。经验和科学都告诉我们，结果未必如此。例如，有的孩子8岁才上学，学习不但不好，而且还产生了自卑感。什么年龄，完成什么年龄的任务。国家教育规定6岁入学，就是根据儿童身心发展普遍规律，6岁之后可以以学习为主开始小学生活。小学一年级的教材、教法就是为6岁儿童设计的，正常发展的儿童完全可以顺利开始接受系统的文化学习。早一两岁会吃力；晚一两岁，会错过最佳学习年龄段。

3. 对超常孩子要有一颗平常心。家长如果发现自己的孩子是超常儿童，也要有一颗平常心。首先孩子智商高并不表明孩子是神童，还要看将来发展得如何以及孩子自身的努力程度。而天才儿童其他方面的品格，如性格、人际关系等，不一定也比其他孩子强。如果有条件的话，可以提前上学和报少年班。其实，6岁上学也没什么不好，是金子总会发光。

4. 无论孩子聪明与否，鼓励孩子努力学习。北京大学对入学新生的教育是：一个人成就有大小，水平有高低，决定这一切的因素很多，