

XINDEJIAOYU

张大均 主编

心的教育

家庭心理素质教育丛书

(10-12岁学生家长用书)

▶ 你知道用什么方法一定可以使你的孩子成为不幸的人吗？这个方法就是对他百依百顺。



贵州人民出版社

XINDEJIAOYU

心的教育

家庭心理素质教育丛书

(10-12岁学生家长用书)

张大均 主编



图书在版编目(CIP)数据

心的教育.10~12岁学生家长用书:家庭心理素质教育丛书/张大均主编. - 贵阳:贵州人民出版社,2002.9

ISBN 7-221-05984-5

I.心... II.张... III.小学生-心理卫生-家庭教育 IV.B844

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 072867 号

心的教育

——家庭心理素质教育丛书

(10~12岁学生家长用书)

张大均 主编

出版发行:贵州人民出版社

社址:贵州省贵阳市中华北路 289 号

印刷:贵州兴隆印务有限责任公司

开本:850mm×1168mm/1/32

字数:194 千字

印张:8 印数:1-3000 册

ISBN 7-221-05984-5/G·2190

定价:12.50 元



貴州人民出版社

国家社会科学基金项目

全国教育科学“十五”规划重点项目

应用成果

丛书编写委员会

主 编:张大均

副主编:郭成 刘云艳 刘衍玲

编 委:

张大均 郭 成 刘云艳 刘衍玲 胡朝兵

王 磊 赵丽霞 江 琦 陈 丽 徐小军

刘 慧 张 峰 孙 远 王叔敏 李茜茜

李 雪 刘 逊 周升群 岳慧兰 张更力

吴睿明

出版者的话

教子有方是一个古老的话题，历史上留下了无数的佳话，传遍百姓家；教子有方又是个崭新的课题，如今教子遇上诸多难处，苦恼你我他……

信息化时代带来了许多领域里的革命，也带来了一场为人父母的革命。为了不让自己可能成为孩子将来前进的绊脚石，为人父母者，应努力为孩子营造一个良好的成长环境。爱而善其教，把爱渗透到善教、严教之中。

教育不应该在学校由教师开始，而应该在家庭由父母开始，父母应是孩子心灵成长的导师。孩子的心是块空地，种什么长什么，在“建设孩子的人格长城”这项漫长而艰巨的工程中，父母起着不可替代的作用。在忙忙碌碌之间，你发现自己的孩子已经长大，他们的个性已经形成，这时如果你发现孩子的心灵生了“病”，你才给与治疗，可能就晚了。做父母的，应该拿出照顾孩子生活起居的工夫去“照顾”孩子们的心灵，他们定会长得更好。

怎样知道你的教育方式是否正确，有了问题怎样解决，你的解决方案是否有效果，我们的这套丛书这样告诉你：

判断鉴别



通过答题的方式,诊断你的教儿方式是否正确。

训练策略



告诉你用什么样的训练方案来纠正你的教育方法,这里提供的是“药方”。



告诉你

让你看看别的家长成功的、失败的教子实例,从中得到启示。



心理讲坛

专家告诉你一些简单的心理健康常识,从理论上指导你的教子方法。

反思体验



知道了病性,开了药方,服了药之后,你再复查一下,你孩子的“毛病”是否有所好转。

健全的性格是立身于 21 世纪的保证,命运如同湍急水流上的一叶扁舟,性格则是惟一的舵手,它既可使你达到光辉的彼岸,也可使你随波逐流,如果你的孩子是向往天空的苍

鹰,就让他展翅高飞,不是所有的孩子都能成为事业上的出类拔萃的佼佼者,但我们的孩子至少应是一个品行端正、知书达理的人。一切都给孩子,牺牲一切,甚至牺牲自己的幸福,这是父母给孩子最可怕的礼物。难道我们就是要培养一个只会读书而别的什么都不会的书呆子么?一屋不扫,何以扫天下?学校的教育教给孩子知识,心的教育主要在家里进行,由父母执教。考高分是学校的功劳,可一个阳光灿烂的孩子是你永远的幸福。

前 言

对孩子来说,家庭是天下第一所学校,父母是天下第一任教师。中国是一个具有重视家庭和家庭教育传统的国度,翻开一部名人成长史,几乎无一例外地表明名人们成长——成才——成功与其所受家庭教育的影响密切相关,家庭教育贯穿于每个人的人生发展过程中,其作用巨大,影响深远。

21世纪是知识经济的世纪,是科学技术日新月异的世纪,是人才竞争的世纪。知识经济时代呼唤高素质创造性人才,家庭是高素质创造性人才的启蒙地,父母是高素质创造性人才的启蒙者。今天的孩子能否在明天的激烈竞争中取胜,关键取决于我们的教育,其中包括家庭教育。我国教育正在经由“应试教育”向“素质教育”的历史性转变。实施素质教育,全面提高新生一代的素质不仅是国家对学校教育的要求,也是家庭教育的重要职责。学校素质教育方兴未艾,但家庭素质教育还十分薄弱,尤其是素质教育的核心部分——心理素质教育,很多家长因对具感到陌生而不知从何入手。

为了适应现代素质教育的要求,帮助家长科学教育子女,提升父母的教子水平和能力,发挥现代家教的应有功能,促进孩子身心健康成长,我们课题组在分析国内外家教得失的基础上,针对我国家庭教育中忽视心理素质培养的实际,从促进儿童、青少年的心理素质发展的

现实需要出发,遵循儿童、青少年心理发展的特点和规律,以培养其健全的心理素质为目的,编写了这套《心的教育》丛书,供家长进行家庭心理素质教育使用。

本丛书的编写遵循了以下原则:(1)阶段性与连续性兼顾。儿童、青少年心理素质的发展是一个渐进的过程,表现出连续性与阶段性的特点。我们根据不同年龄段儿童、青少年心理素质发展的任务及其对家教的要求,将本丛书分为幼儿段 0-2 岁、2-4 岁和 4-6 岁各 1 册,共 3 册;小学段分为(6~8 岁)、(8~10 岁)、(10~12 岁)各 1 册,共 3 册;初中段和高中段各 1 册。丛书全套共 8 册。各段之间,每段内各册之间内容的确定既体现各年龄阶段心理素质发展的特点,同时又注意教育内容相互间的衔接,符合儿童、青少年心理发展阶段性与连续性结合的特点。(2)适应与发展并重。针对儿童、青少年心理素质特点和发展要求,根据心理素质形成的渐进性特点,本丛书各册都重视从提高儿童、青少年的适应能力开始,具体指导其适应生存、适应交往、适应学习和学会做人,这是家庭心理素质教育的起点(初级目标)。进而促进儿童青少年心理素质的健全发展,重点突出个性发展,社会性发展,智能发展和创造性发展,这是家庭心理素质教育的归属(终极目标)。(3)心理素质形成与行为矫正并举。家庭心理素质教育应强调对儿童、青少年内在心理素质的培养,又应注重对他们的不良行为习惯进行矫正性训练。时下有许多家长有许多不良的教养方式、态度、观念、行为等,我们也把这些错误的行为等列出来,提醒家长及时纠正。在儿童、青少年成长过程中,即使有很好的教育条件,也不可避免会受其它因素的不良影响,因而矫正其行为上的偏差也是家庭心理素质教育的重要任务。当然对于家长自身在家庭教育中所出现的问题更有必要进行自我矫正,因为这本身也是影响儿童青少年心理素质发展的一个十分重要的因素。

本丛书根据科学心理学的知行观,将家庭心理素质教育的内容、功

能与实施过程融入三个基本环节之中。(1)判断鉴别。在该环节中通过案例或测试题让家长认识到自身教养方式、观念与行为的现状,然后通过心里导航等形式呈现给家长正确的教养知识,或用其他形式以矫正家长不当的观念与行为,使之形成正确的家教态度。(2)训练策略。针对学生的心理素质发展目标和不良行为矫正而设计各种形式的活动,提出有效的策略与方法,指导家长怎样将相应策略运用于孩子心理素质培养之中。(3)反思体验。以问题设计和案例分析讨论等多种形式,引导家长反思学习使用本丛书有关内容后自身的教养观念、方式、态度与行为的变化,促进观念内化,情感体验,分析得失,明确方向,形成品质。

我们相信只要家长按照本丛书提供的思路、策略坚持去做,不但有助于促进孩子心理素质的健全发展,而且能提高家长自身的心理素质和家教能力,达到更好地实施家庭教育的目的。

本丛书的编写,从内容到形式都力求突出以下特点:(1)科学性与全人性统一。以现代心理科学相关学科的理论和方法为依据,以我们的前期研究所取得的一系列成果为基础,结合其他相关研究的最新成果,以各年龄段心理素质发展目标 and 家庭心理素质教育特点为出发点,以培养一个健全、完整的人为理想,力求既符合心理科学规范又体现家庭教育的全人性要求。(2)通用性与针对性统一。一方面,本丛中提出的教育模式、策略和方法对整个家庭教育都适用,具有通用性。另一方面,又十分注重针对儿童青少年心理素质发展的渐进性特点设计相应的教育内容;针对不同年龄段儿童、青少年心理素质发展中出现的问题或可能出现的问题提出教育的任务、要求、策略和方法;针对家长自身的教养方式、态度、观念与行为进行检验与指导、训练与反思,帮助家长提高自己,形成良好的素质,提高家庭教育的针对性和实效性。(3)操作性与指导性统一。通过创设问题情境、精选家教案例、

指导亲子活动、游戏等,把现代家教的科学理念、策略方法融入到家庭生活之中,使具有中等文化程度的家长都能阅读理解和运用本丛书于孩子的教育之中。

本丛书是我们课题组“九·五”以来承担的多项国家级、部省级相关研究课题的应用性成果之一,与之配套的应用性成果还有《中小学生心理素质训练》和《幼儿心理素质训练》等(供学校教育使用,西南师范大学出版社,2000年~2002年版)。本丛书由张大均任主编,刘云艳、郭成、刘衍玲任副主编,参加编写的有胡朝兵、王磊、赵丽霞、江琦、陈丽、徐小军、刘慧、张峰、孙远、王叔敏、李茜茜、李雪、刘逊、周升群、岳慧兰、张更力、吴睿明。

近年来已出版的关于家庭教育的书籍已不少,但涉及家庭心理素质教育的书却比较少,因此本丛书是我们在这一方的初步尝试,不妥甚至错误之处难免,欢迎读者和专家批评指正。

张大均

壬午年初夏于西南师大

目 录

【适应篇】

小学阶段是个体成长和发展的关键时期，面对纷繁复杂的世界，不够成熟的童年心灵会有多种不适应，会出现心理困扰，为此，本篇告诉家长一些指导孩子适应学习，学会生活，健康成长的有效方法。

学会交往

- 10. 尊重他人就是尊重自己 / 103
- 11. 班级——孩子温暖的大家庭 / 114
- 23. 沟通从心开始 / 226

学会学习

- 12. 量体裁衣 / 126
- 18. “管”是为了“不管” / 180
- 24. 统一战线 / 236

学会生活

- 1. “小鬼”当家 / 001
- 8. “吃苦”——生活对孩子的恩赐 / 080
- 9. 独立——父母给孩子的最好礼物 / 092
- 14. 困难——孩子成长的“疫苗” / 143

学会做人

- 15. 点亮孩子的“心灯” / 153

20. “平常心”——父母的真爱 / 198

13. 心灵——比天空更广阔 / 135

【发展篇】

只有个体的心理素质得到良好的训练，心理潜能得到有效开发，才能从根本上解决发展中的种种障碍，为此，本篇着眼于树立孩子的主体意识，引导孩子主动参与、亲身实践，在自由、愉悦的氛围中，开发心智潜能，发展个性特长，培养创新意识和能力。

智能发展

16. 改善记忆“软件” / 162

17. 给孩子一双慧眼 / 171

19. 手“巧”心才“灵” / 189

个性发展

2. 情绪与情商 / 013

6. 认识自我 / 057

7. 诚实守信 / 068

社会性发展

21. 同伴团体——孩子快乐成长的新资源 / 207

22. 社区小小“外交家” / 217

创造性发展

3. 人人是创造之才 / 024

4. 创意从哪里来？ / 035

5. 善待孩子的提问 / 046

1 “小鬼”当家

基本目标：培养孩子的理财能力

目标分解

1. 让孩子学会花钱；
2. 让孩子学会存钱，并使钱增值；
3. 让孩子学会奉献，正确对待金钱。

● 家教警句

理财能力是孩子将来在生活和事业上必须具有的最重要的能力之一，这种能力的培养应该从少儿阶段就开始进行，做得愈早，效果愈佳，否则将会非常被动。

——老卡尔·威特

判断鉴别 ● 现象透视



课间操刚做完，一大群小学生便拥到小卖部买零食。中午和下午放学时，更有不少的小学生拿着零食边走边吃。

据对一县城小学学生的调查，一个学生每天少则花掉两元钱，多的可上 10 元。通过对家长的调查，得知他们在给孩子零花钱这个问题上有如下一些看法：

(1) 孩子正在长身体，应该让他买一些自己喜欢吃的东西补充一下。

(2) 孩子可能有时会口渴,总该给孩子一些零花钱买水喝吧。

(3) 别人的孩子都在买这买那吃,总不能让自己的孩子受委屈吧。

(4) 有时别的孩子请你的孩子吃东西,你的孩子也总该回请一下吧。

(5) 自己小时候没钱用多寒碜,现在自己有钱了,总不能还让孩子受这份罪吧。

(6) 现在有这个经济条件,多拿点零花钱给孩子没什么关系。

不知作为家长的对上述观点有何看法?

给孩子零花钱本无可厚非,可对孩子零花钱的使用不进行引导、监督和管理,很可能使孩子养成乱花钱的坏习惯,更不能培养起孩子良好的理财能力。

● 告诉你



由于少年儿童不具备固定的收入,不具备成熟的金钱和经济方面的意识,不具备熟练的理财能力,却具有少年儿童所特有的强烈的消费需求和欲望,以及本身缺乏对理财素质进行培养的意识,致使很多少年儿童缺乏起码的理财素质与能力。

理财素质是素质教育的重要内容之一,也是心理素质教育不可缺少的组成部分,是孩子适应现代经济社会极为重要的一课。西方人认为,创造财富和支配财富的技能是可以通过学习获得的。而家庭是对孩子进行理财教育的最主要、最

理想的场所。因为无论从教育的内容还是实施的条件,学校所能承担的都相对有限,而家庭则能为这种教育提供所需的内容材料和组织具体活动。

训练策略



策略一 制定用好零花钱的规则

少年儿童容易在花钱的问题上出现很多错误,这在中国的家长看来,无非是小孩子的天性。然而西方家庭的父母却认为,孩子是最容易犯错误的人,但并非就是该被宽容的人,错误出在父母身上,就更不能被原谅。他们认为这种能力的培养应从少儿阶段就开始进行,抓得愈早,效果就愈佳,否则将会非常被动。但根据中国的经济发展状况和我国少年儿童拥有零花钱的时间来看,我们认为在小学的五、六年级时进行重点培养是较为合适的。

1. 给孩子零花钱必须达到三个目的:

第一,满足孩子合理的需要。随着孩子年龄的增长,孩子有一种占有零花钱,自己购买东西的强烈愿望。父母要充分了解其需要,对其需要进行部分满足、延迟满足,或对其不正当需要进行正面引导等。第二,从小让孩子懂得财务预算。在小学阶段,一般是每周给孩子一次零花钱。既是由于孩子计划安排能力有限,可能无法对一个月内的开支有较好估计而无法作出好的预算;也是由于孩子的自我控制能力不足,如果将一月的零花钱全发给他,很可能一周甚至几天就用光;还由于孩子对钱物的管理能力不够,可能导致遗失等意外事件发生。在给孩子零花钱时,必须先由孩子对上一次的零花钱的使用情况作一汇报和总结,然后提交对下一次零花钱的开支预算,父母进行检查、指导后再发给孩子。双方签订契约,如有违背,按双方协商的事项办理,不可因心软而导致对