

XINDE JIAOYU

张大均 主编

心的教育

家庭心理素质教育丛书

(2-4岁幼儿家长用书)

▶ 小时候玩不好，将来学不好。本书将为你提供一整套与孩子玩的方案。



贵州人民出版社

SHENDEJIAOYU

心的教育

现代家庭教育丛书

(2-4岁幼儿家长用书)

张大均 主编



图书在版编目(CIP)数据

心的教育. 2~4岁幼儿家长用书: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 7-221-05990-X

I. 心... II. 张... III. 学前儿童-心理卫生-家庭教育 IV. B844

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 072861 号

心的教育

——家庭心理素质教育丛书

(2~4岁幼儿家长用书)

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:153 千字

印张:6.375 印数:1-3000 册

ISBN 7-221-05990-X/G·2196 定价:10.50 元



贵州人民出版社

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形为等列出来,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和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,本丛书中提出的教育模式、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方的初步尝试,不妥甚至错误之处难免,欢迎读者和长家批评指正。

张大均

壬午年初夏于西南师大

目 录

【智慧篇】

2岁以后的孩子对事物的理解非常形象具体。他们喜欢的活动是游戏,游戏是孩子的生活,也是孩子智慧得以发展的源泉。孩子也喜欢听童话故事、看动画片。

- 15. 注意是学习的窗口 / 124
- 13. 火眼金睛 / 108
- 12. 培养幼儿的记忆力 / 100
- 22. 给孩子插上想象的翅膀 / 176
- 14. 能言善道从孩提起 / 116
- 11. 家有“问号”大王 / 091
- 6. 动动手,动动脑 / 045
- 21. 在探索中成长 / 169
- 23. 激发出孩子的创造潜能 / 184

【性格篇】

渴望独立是2岁以后孩子生活中的一件大事。表现在喜欢跑跑跳跳,走来走去,搬运东西,他在尝试一些简单的自我服务性劳动。如果成人创造机会,鼓励孩子大胆实践,有助于培养孩子的活泼开朗,独立自信,勇敢等个性。

- 3. 孩子需要您的尊重 / 019
- 18. 请孩子亮出来 / 146

- 17. 如何对待孩子的任性 / 138
- 19. 帮助幼儿塑造“健康自我” / 155
- 20. 小帮手 / 163
- 4. 和孩子一起过家家 / 028

【交往篇】

孩子进入幼儿园,会有诸多的不适应。尽快熟悉老师、小伙伴以及幼儿园的生活是帮助幼儿适应环境的主要任务。

- 1. 快快乐乐入园 / 001
- 7. 找朋友,交朋友 / 054
- 2. 石头、剪刀、布 / 010
- 9. 礼貌娃娃 / 072
- 8. 帮助别人就是帮助自己 / 063
- 10. 在游戏中成长 / 082
- 5. 让“雏鹰”在自然中起飞 / 037
- 16. 社会角色知多少 / 131

1 快快乐乐入园

基本目标：适应幼儿园的新生活

目标分解

1. 逐渐让幼儿熟悉与适应新环境；
2. 帮助孩子克服分离焦虑。

● 家教警语

幼儿园是孩子接触社会、适应生活的第一个重要场所。

判断鉴别



镜头一：妈妈把小文托付给老师，一边嘱咐小文要听老师的话，一边抽身要去上班。小文却抓住妈妈的手不放，大声哭着：“妈妈陪我，妈妈陪我！”

镜头二：妈妈把欣欣托付给老师，欣欣紧紧抓住老师的手，闷闷不乐，不住地偷偷抹眼泪。

镜头三：倩倩跟妈妈一块儿高高兴兴地跨进幼儿园的大门，一眼发现了她早已认识的张老师，她跟妈妈摆摆手说：“妈妈再见！早点儿来接我！”倩倩的妈妈会心地笑了，放心地上班去了。

镜头四：小楠和妈妈在去幼儿园的路上，遇到了也去上幼儿园的邻居家的小杰，两人便高兴地手拉手一块来到了

幼儿园。他俩被大的玩具所吸引。小楠急忙跑到妈妈身旁,悄悄地对妈妈说:“下午早点来接我!”小杰则把爸爸拉到一边低声说:“让妈妈来接我,好吗?”然后,两人一起奔向大的玩具,连“再见”也忘了说。两位家长也放心地离开了幼儿园。

分析:这是新入园幼儿的不同表现,前两组镜头的孩子都不乐意上幼儿园,但镜头一的孩子用大声哭闹来抗议,镜头二的孩子虽然也不愿意上幼儿园,但是,只用了闷闷不乐来抗议。家长更应该关注镜头二的孩子的表现。镜头三、四的幼儿在角色转变、新环境的适应方面是比较好的。



● 告诉你

孩子从家庭进入幼儿园,是他们走向社会生活的第一步。也是他们从“小宝宝”角色向“小朋友”角色的一种转变。因此,幼儿教育专家指出,宝宝上幼儿园,对于每个家庭来说是件大事,孩子的哭闹和种种不适应也成为家长的最大烦恼和困惑,要想帮助孩子顺利渡过入园期,关键在于家长帮孩子做好入园前的准备。尤其是培养孩子的独立性,帮助孩子在新环境中获得安全感。

孩子入园的适应,说到底家园衔接的问题。面对人生的一个转折点,幼儿会出现不同程度的不适应问题。如果家园过渡自然了,幼儿就能在较短的时间内适应新的生活。因此,家长可以从以下几个方面帮助幼儿尽快地适应幼儿园的新生活,扮演好“小朋友”的角色。

训练策略



策略一 了解新环境

孩子之所以不适应幼儿园的生活,根本原因在于不熟悉幼儿园的老师、小朋友等。因此,入园

之前,家长要有意识帮助幼儿消除这种陌生感。如在幼儿入园前,家长和孩子一起到幼儿园玩耍,观看小朋友的活动,加入小朋友的游戏。也可以帮助幼儿结识一些即将入园的新朋友,和他们一起到幼儿园去玩耍。家长可放手让幼儿在幼儿园的户外活动场进行独立活动,也可在教师的安排下,让家长陪儿童到活动室参观。要注意的是:教师和家长要使孩子处于十分自然的状态,让孩子有一种良好的感受,就像在家里和公共场合与同伴玩耍一样自然,这样可以逐渐引起孩子对幼儿园的兴趣。家长也可故意疏远孩子,让他能够看见家长与其他幼儿和教师交谈,或根据孩子的表现家长试着离开孩子的视线。

策略二 训练孩子基本的生活自理能力

孩子进入幼儿园后,园里会要求孩子自己吃饭、睡觉、穿衣、洗手、洗脸等,这也是3、4岁幼儿应该具备的基本生活技能。但独生子女在家庭里往往得到过分的照顾和关爱,使孩子离家后突感手足无措,这也是造成儿童入园不适应的重要原因。

因此,一岁半以后,家长可训练孩子自己吃饭、喝水。但有的家长嫌孩子吃得慢,还把食物撒一地,宁可喂他以图省事。可这种脏乱是孩子学习的必然,而且多用手对孩子智力发展也有好处。两岁时,可教孩子穿脱简单衣服,洗手洗脸。不要怕孩子做不好,因为做就比不做好。到上幼儿园前,可训练孩子自己大小便,玩完玩具以后,要督促孩子自己动手收拾好,培养其责任心。这些自我服务的小技能都有助于儿童尽快适应幼儿园的新生活。

策略三 创造机会,培养交往能力