



杨国堂 主编

家庭教育手册 JIATING JIAOYU SHOUCHE JIAOXUE SHEJI 教学设计

初中

河北出版传媒集团
河北人民出版社

家庭教育手册

教学设计

JIATING JIAOYU SHOUCHE
JIAOXUE SHEJI

初中

杨国堂 主编

河北出版传媒集团
河北人民出版社

七年级

八年级

第一讲 >>>>>>>>>>>>>>>>>>>30
第四课 业精于勤而荒于嬉
——培养孩子勤奋学习的好习惯
第二课 压力变动力，带来好成绩
——帮助孩子应对过大的学习压力

第二讲 >>>>>>>>>>>>>>>>>>37
第三课 我是艺术的追星族
——在流行文化中培养孩子的高雅情趣

——正确引导少年时期孩子的“爱”

第五课 理性花钱知节俭

——培养孩子的理财能力和正确的消费观

——培养孩子的自信心

第一课 识别诱惑有主见，遇事报警不迟疑

——培养孩子的安全意识和防范能力

——培养孩子热爱运动的习惯

第六课 求战阶段更从容

——训练孩子的自信心

——帮助孩子掌握课前预习方法

第三课 把握好课上 45 分钟

——帮助孩子掌握课堂学习方法

——帮助孩子掌握复习方法

第一课 莫要眉毛胡子一把抓

——教育孩子学会制订学习计划

——帮助孩子制订中考前一周作息时间表

第五课 适度紧张出效率

——帮助中考的孩子克服考试焦虑

——教育孩子坦然面对中考

七年级 第一讲

第一课 新起点，新面貌

——帮助孩子适应中学生活

第二课 别再把孩子当孩子

——理性应对孩子的逆反心理

教学设计

教学目标

1. 和家长一起分享中学生活和小学生活的差异。【难点】
2. 使家长能够帮助孩子较快适应中学生活。【重点】
3. 和家长分享青春期孩子的特点，正确认识“青春期叛逆”。【难点】
4. 能理性应对孩子的逆反心理。【重点】

教学准备

教材、教案、课件、音频（《相逢是首歌》）、视频（《永不放弃》）备用。

教案编写思路

一、介绍家庭教育手册的编写宗旨、依据等。（因为是第一次授课。）

二、介绍此次授课的目标和重点。

由于初中的学习、生活、交际同小学相比发生了许多变化，作息时间、知识结构也有较大的变化，孩子们会出现不同程度的不适应，不同孩子需要适应的时间长短不同，严重的不适应会影响孩子的情绪、学习、生活，有的会影响到初二产生厌学情绪。因此，我们家长有必要了解初中生活和小学生活的不同，帮助孩子尽早适应初中生活，为孩子快乐度过初中三年打下良好基础。

再者，初一学生正在或者已经步入青春期，会出现一些“不再乖巧”、“不再听话”、“夸大其词”等等一些我们认为是叛逆的现象。这个时期是家长头疼的时期，也是孩子成长的一个关键时期。因此，家长如果能够了解青春期的一些现象是正常的，

并能理性应对，正确引导，对孩子学习习惯、生活习惯的形成也会有很大的帮助。

所以，我们这节课的目标就是……（简述教学目标。）

课程设计 <

一、导入。（5分钟）（音乐：《相逢是首歌》。）

问候：欢迎家长的到来，祝贺大家成为家长学校的一员，可能有的家长已经很有经验，第一个孩子已经顺利地度过三年的初中生活，那么，一会儿就请您与大家分享在培养孩子成长过程中的收获、困惑以及感受。

和孩子一起圆满地度过三年初中生活，除了要有良好的家庭氛围，以及对孩子学习习惯、生活习惯的培养外，合理地、科学地引导和指导孩子克服和面对挫折、困难也是很重要的。其实说来我们也都有体会，那就是最使我们在意和牵挂的一是老人，二是孩子。所以家庭中最重要的事就是老人的安度晚年和孩子的人生。孩子的发展往往不仅仅是孩子一人的前途，也是一个家庭或是一个家族的前程。

怎样才能使孩子健康快乐的成长，帮助孩子，陪伴孩子，一起克服困难、战胜挫折，让孩子的三年初中生活更有收获、更有意义呢？我们发现我们的童年时代和我们孩子的童年时代已经发生了很大的变化。在科技和信息高速发达的今天，如果我们的家长不更新观念，不学习成长，就会跟不上时代的发展，就不能更好地帮助孩子打好基础，就会影响孩子的发展。

因此，我们只要能够学到更多的知识，了解孩子，就能更好地陪伴和帮助我们的孩子健康快乐成长。

就像歌中唱到的，“相逢是首歌，歌手是你和我。”今天的歌手就是我们大家，主角就是孩子和家庭成员。今天我就和大家一起分享和探讨初中一年级的第一个话题：新起点，新面貌和别再把孩子当孩子。

共有四个小目标：

1. 了解初中生活与小学生活的不同。
2. 孩子青春期生理和心理的变化。
3. 帮助孩子较快适应初中生活。
4. 理性应对孩子的叛逆。

第一课 新起点，新面貌——帮助孩子适应中学生活

第二课 别再把孩子当孩子——理性应对孩子的逆反心理

二、新课讲授。（60 分钟）

第一课 新起点，新面貌

——帮助孩子适应中学生活

现在呢，咱们先做一个小调查，大家如实把自己的功劳互相分享一下。（也互相借鉴一下）

家长：你的孩子升入初中前你为孩子做了哪些准备？（老师事先做些调查）

根据家长的发言情况，做简单处理，引入正题：其实我们更需要的是帮助孩子快速适应初中生活。让我们先看下面几个案例：

（一）案例。

案例一：小玉的变化（见教材）

案例二：小庞同学

基本情况：父亲工人，母亲摆摊，有一弟弟，生活条件一般，小学学习成绩很好，上初中后善于浮想联翩，经常上学路上肚子疼、车子被别人撞了、家里“失火”了、“中煤气了”等等小事不断。厌学情绪很浓，和父母顶撞是家常便饭……总是觉得爸爸妈妈喜欢弟弟而不喜欢自己，自己希望得到爸爸的表扬和肯定。更多的时间和爷爷在一起。一到星期一就更不愿上学，几乎每天早晨都不能按时起床，总是觉得作业太多，纪律太严，学习上倦怠，纪律上松懈，无法跟上学习节奏，出现厌学。

案例三：2012 年新生，小龙同学

基本情况：男，13 岁，初一学生。小学学习成绩很好，智力较好。性格内向，自尊心强，有时又有自卑感。小升初曾参加过市里几所重点学校招生，最后选择石市二中，两周后不能适应，三个月后家长开始干预。出现不合群、疑心较重的状况，总感觉同学都和他对着干，宿舍 8 个同学，班级 50 多名同学，没有交到一个“朋友”（在交谈中他特别渴望有朋友，甚至愿意为其他同学补习数学而交到朋友）。

几乎每天给妈妈打三四次电话，每次都哭诉想家。最后不能到校，生病，甚至说：“不让我回来我就跳楼”。

（二）案例分析。

其实个案还有很多，那么孩子们为什么会出现这样那样的不适应呢？我们先来了

解一下外部原因——小学生活与初中生活的差异。

1. 学习生活方面的原因。

(1) 生活上：作息时间、自我管理、做事效率。

时间上的变化需要适应，要求学生的生物钟跟着改变，初中在校时间增加1个多小时，一节课时间也有所增加，早晨要早起至少半小时，中午时间缩短，下午放学时间延长。这也是孩子入学需要适应的一个方面。

(2) 学习上：科目多、作业多、老师多、难度大，学习方法的不适应。

初中的学习任务重、课程多、难度增加，在小学往往是重复学习，只需要“知道、认知，该怎么做的问题大多是记住了，背过了，就ok”。但是初中学习内容除了这些更多的是“为什么这样”，更多是从小学的形象思维转变到“推理以及逻辑思维”，学习内容更加抽象，不仅训练学生的基础知识还要考察学生的分析问题、解决问题的能力。学习形式上和学习方法上也有更大的变化。学习实践的安排、学习效率等都会影响到孩子的适应能力。例如案例一、二。

2. 人际关系上的原因。

学生进入初一，大多数家长可能角色转变较快，认为我的孩子大了，成了初中生了，关注逐渐减少，有些家长可能由于孩子的过分依赖始终无法很快地接受孩子“初中生”角色的转换。而孩子自己也需要一段时间适应，一开始更多的是好奇，对初中生活充满期待，没想到进入学校后，一两周高兴劲一扫而空，孩子要面对的许多变化，时间上、学习上还有新的老师、新同伴。初一的孩子开始从儿童转变成青少年，他们开始有“心事”、有“秘密”，同伴关系也开始“复杂”起来。他们开始在意老师是不是喜欢自己，同伴对自己的评价如何。如果没有好伙伴的陪伴，在同学中没有位置。再加上学习紧张、压力大。他们会感到孤独没有归属感甚至恐惧。所以良好的师生关系和同伴关系也是孩子能适应新环境的重要因素，这是孩子三年顺利完成学业的关键。例如案例三。

其实良好的师生关系同伴关系的建立好多因素源于良好的家庭关系和亲子关系。

在学校老师传授知识的同时，也正面或潜移默化的教孩子做人、处事、善待他人。但是孩子更多的是在家庭中学会了父母的为人处事，以及对待事情的态度和处理方式。我们父母在不教而教，孩子是在不学中而学。所以我们家长只有和时代一起成长，才能更好地陪伴和支持孩子。

3. 家庭原因。

家庭的教养方式直接影响孩子的行为习惯。让我们再来看下一个案例。

案例四：我找不到适合我的朋友

基本情况：小凡女生，妈妈是学校领导，父亲是单位领导。小凡聪明、大方、懂事。到初一下学期，和同学发生了一些小磨擦，自己处理的还不错，可是慢慢觉得自己没有知心朋友，感到很是苦恼，最后发展到不想上学，上课听不进去，甚至有恐惧感。咨询中小凡更多地提到：“我没有一个要好的朋友，我不能和其他同学共同有一个朋友”。在深谈中发现：“全班同学没一个‘够资格’和自己交朋友”。因为妈妈说：那样的人不能交，这样的人不能交……

我们从这个实例中觉察到孩子没有朋友的原因不正是我们家长的教育问题吗？

（三）建议。

升入初中，随着学生角色的变化带来了诸多变化，孩子难免会出现些许不适应。有的孩子自己能自我调适，经过一段环境的熟悉、学习的磨炼就会很快适应。但还有些孩子需要我们家长和老师的帮助才能适应。

所以，面对孩子的不适应，家长首先不要慌，要及时发现问题，多与孩子、老师进行沟通，共同帮助孩子尽早适应中学生活。我们给家长几点建议：

1. 家长积极面对，多方面了解孩子。

倾听孩子诉说学校的事情，不妄加批评和评论，多和孩子、班主任、任课老师沟通，多方面了解孩子。家长首先接受学校的“清规戒律”，从思想上和学校保持一致，孩子才容易与学校达成一致，接受是适应的第一步，如果家长对学校的制度“抱怨声声”，那么孩子就会产生抵触心理，适应起来就更加困难。

适应也是一个学习的过程，包括：同化和顺应，同化是将新信息直接纳入并认同，顺应是对新信息通过自己训练实践而接受。

2. 帮助孩子建立学习兴趣、调整学习方法。（看教材第9页。）

3. 营造良好的家庭环境、培养良好习惯。

家庭关系的和谐是孕育孩子性情的最佳场所，爱的凝聚力量是强大的。尊重和爱主要是在家庭中学到的。并不是家庭条件好就决定孩子有良好的学习环境，有的家庭条件相当好，但由于父母关系破裂导致耽误孩子的一生。（家庭成员的宽容大度、互相牵挂和无条件的爱就是孩子最大的支持。）创造适合自己家庭条件下的最好的氛围，

培养良好习惯。学习习惯、生活习惯结合家庭成员的一致性简单介绍。（为单亲家庭提一点建议：别在孩子面前埋怨父母或爷爷奶奶，让孩子体会到大人虽有诸多无奈但是都是爱你的。）

提醒：（1）良好的学习环境是以良好的家庭环境为基础的。父母切记不要在孩子面前争吵，学会面对孩子承认错误。必要时要对孩子说“对不起”。（2）要求孩子做到的习惯，家长也要不折不扣做到。

4. 帮助孩子建立新的人际关系。

家长鼓励孩子尊重老师，让孩子找到每个教师的优点和特点，介绍新认识的同学，并且要鼓励孩子多参加学习以外的各项活动，有必要时要和班主任和任课老师沟通，必要的情况下要给孩子找伙伴。家长有意识扩大孩子的交友圈。可以和同学的家长商谈，周末邀请同学活动或是郊游。

5. 帮助孩子制订晚上和周末计划以及短期学习目标。（看教材第12页。）

6. 让孩子卸下思想包袱，轻装上阵。（看教材第12页。）

（四）大作业。

结合教材第13页进行大作业，了解孩子理性应对。

温馨提示：

如果感觉孩子的适应问题解决起来有困难可以找专业的老师或咨询师进行沟通。我们很高兴帮助您和孩子。

第二课 别再把当孩子

——理性应对孩子的逆反心理

孩子升入初中，随之而来的矛盾会越来越多，因此常常会听到家长的抱怨声：“还不如小时候省心呢，越大越不听话”。孩子出现“叛逆”，是每个父母要面对的。大部分孩子集中在初一下半年到初二期末，但是也不乏有些孩子或提前或滞后。如果我们不冷静对待，和孩子“较量”的结果，不仅伤害孩子，甚至伤害一家人，所以对孩子的“不听话”，我们应理智对待。从心理学角度说，反叛期的出现是正常的，一方面可以说孩子“长大了”（就像有的家长和孩子争吵时说的一句话：你小子敢和你爹犟嘴），另一方面理智合理地对待冲突能使孩子真正长大。我们先看一下书上的案例。

（也可让家长畅谈一下在自己身上或邻居有没有这类事情，他们当初是怎样处理的，但不轻易对处理方法加以评判）

（一）案例。

教材第19页，让家长谈论一下见到和听到的类似案例。

（二）案例分析。

1. 青春期生理、心理变化导致反抗意识产生。

初一的孩子们，有一部分孩子已经进入青春期，女孩子较男孩子早一到两年，女孩出现月经，男孩子出现第一次遗精，孩子们身体上的第二性征开始突现，生殖器官趋于成熟。在这个时期孩子们都出现一些自己的想法，有的好奇，有的恐惧，甚至有些自卑，等等。其实这时候家长有必要和孩子进行这方面的沟通。不知道在座的家长有没有做到的，可能有些女孩子的家长做的还到位些，但是男孩子的家长是不是做了这工作，有愿意说说的吗？（可以简单谈点感受，在这里“我”可以简单分享自己或身边的例子）。这个时期孩子身体已经基本成熟，但是孩子心理上没有足够的准备迎接他的第一次，所以会出现内心的纠结和恐慌。虽然初一生物课上有这一节，但是这节课的时间不可能与每个学生同步。老师代替不了父母。生理现象提前与心理成熟滞后的巨大矛盾，导致孩子们在这一时期相继出现一些变化，例如：

（1）青春期萌动。心灵情感梦想烦恼、开始有心事、逐渐与父母远离、或是孤独寂寞、或是消沉无精打采、或是做事鲁莽冲动、自卑烦恼、对家长的关心视为监管和不信任，有的孩子沉迷网络等等。

（2）情感更深刻。认识能力进一步发展，但认识问题有片面性，情绪波动大，易激动，感情易冲动。

（3）自我认识 and 自我评价能力初步发展，但还很不全面。

（4）性意识的萌发。这是最值得家长注意的一个方面，如果在这个阶段的引导不力，或让孩子接受了不良的影响，很可能对孩子一生的性心理、性道德观以及家庭婚姻观念产生重大影响。如：

①对异性的暂时疏远。大约发生在小学六年级、初一年级。

②渴望了解性知识。大约在初一、初二年级。

③对异性产生好感。大约在初一、初二年级。

④模仿性的“初恋”。

孩子没有足够的经验、能力和准备，不能很好应对这些心理和生理的变化，用“反抗”证明我长大了，但又无法完美应对，所以会导致“叛逆”。

2. 家长不恰当的教养、学习压力、同伴关系的变化也会加重孩子的反抗心理。

（1）家长和家庭的原因：

①家长的包办代替（阐述这样做的后果。孩子没有自己喜欢的方式或孩子长不大总听父母安排一切）。

②家长的过高要求与孩子实际能力相差较大。

③家长无效沟通。

“你不能和你们班的 × × × 交往……”

“你这一天都干嘛了，只知道上网……”（争吵）

“出去了就一天不着家，是不是又上网了……”

看到孩子不满意的表现大多家长的语气也不会好到哪里，试想一下孩子们会出现哪些反应（这里和家长可以小作讨论）。

（2）在学校，老师的要求达不到时，批评和指责带给孩子的同样是逆反。

孩子出现逆反，——硬抵抗、软抵抗。（通过实例说明。）

（3）孩子的同伴关系不佳或是在同伴中没有位置，同样会使孩子的情绪低落，出现不同形式叛逆。

了解了孩子心理、生理、以及学习人际关系的种种困惑，我们是不是觉得孩子们有时也不容易，家长应该想想孩子出现情绪波动时怎样应对，当然先要冷静。

（三）了解孩子。

我们可以结合教材第 22 页的 10 条内容，多观察、多与孩子沟通。我们只有了解孩子理解孩子才能更好应对，帮助孩子解决困惑。

（四）建议。

这个时期的孩子处在心理断乳期，想独立但又依赖家长，想摆脱又没有足够的能力和经验，是孩子思想矛盾期，也是孩子第三次智力突发期。这个时期的正确引导对孩子的一生有很大帮助。所以我们要理性应对。

1. 正确理解和接纳孩子的反抗。

规律：接纳—影响—自我改变。

通过上面的阐述，我们明白孩子的反抗是青春期特定产物、孩子的反抗意味着“长

大”，在我们家长正确引导和孩子自我意识不断修正和觉醒中孩子的反抗会减弱或消失，那时候也是孩子真正长大的时候。（反过头来看原因分析中的几个问题，让家长们说说遇到这些问题最好怎样去应对。讨论。）

2. 倾听孩子的心声，建立平等的亲子关系。

面对孩子的“无理”，用平和的心态应对，倾听孩子的心声，了解事情的缘由，从孩子诉说事情的原委中获得更多的信息：事情本身、孩子的观点。听出问题才能更好的处理问题。“没有调查就没有发言权”。不问青红皂白，责怪、埋怨，孩子感觉不到父母的帮助，会有一种想逃避父母的想法，有事也不再会和父母沟通。我们了解孩子的信息越来越少，处理问题就更难。

有矛盾有困难，和孩子一起面对，共同探讨应对方法，引导孩子用多种方法解决困难，或是家长先心平气和地发现孩子的长处，给予肯定，再让孩子从事情中找到自己好的一面，不恰当的一面，哪些方面可以改变等等。

这样孩子接受起来就比较容易。

夫妻关系融洽、亲子关系和谐是孩子学习生活稳定进步的关键。其实孩子需要——理解、尊重、平等、欣赏、鼓励、支持、肯定。

3. 和孩子成为朋友，让孩子参与家庭事务甚至于较大事件的决定。

我们家长想想自己和朋友是怎样相处的，首先不会轻易伤害对方，尤其是“面子”，中国人很讲面子。可是我们对待还不成熟的孩子往往容易走极端，过分保护，或是放纵。“你太小不能……”“都这么大了都还这样……”青春期的孩子看重在同伴中的关系胜过看重与父母的关系，所以各位父母别在同伴面前责备自己的孩子，也别在孩子面前总是夸邻居朋友的孩子。给孩子“面子”。（可举一些例子）这个时期培养孩子自信和理解孩子很是关键。

可以让孩子参与家庭事务，必要时尊重孩子的建议，给孩子自信和话语权。注意孩子在这个时期的满足（立即满足、延时满足）。如果家里要添置贵重物件可以让孩子参与发表自己的意见。

让孩子安排一次家庭事件（旅游、假日安排、春节购物明细或其他），如果没有大的出入一切按照孩子的安排实施，并给予鼓励和肯定。事后，让孩子想一下，如果他替别人在安排一次，哪里需要调整，等等。

孩子毕竟是孩子，不可能像成年人安排处理事情考虑地比较完善。所以，多讲道

理，多指点，多肯定。相信只要我们家长逐步学习和孩子一起成长，家庭会越来越和谐，孩子会健康快乐的成长。

三、结束。（10分）

最后给各位家长几点建议，共同分享。

温馨提示：

1. 每个家庭成员在家里的地位和空间是平等的。
2. 遇到困难积极面对，不互相指责和埋怨，积极想出几种对策，一起协商做出决策。
3. 家庭成员都对自己诚实、对自己负责，都相互尊重。
4. 谁的事情谁负责，谁犯错谁付出代价。
5. 家庭成员把支持、信任、爱作为家里的最高品质。
6. 接纳—影响—自我改变。

会爱才是真爱：

1. 不抱怨、不指责，勇于承担责任。
2. 不把自己的意愿强加给孩子，做到理解、尊重、平等、支持和信任。
3. 批评时注意态度，贵在引导，饭桌上不谈事。
4. 放开但不放任，宽恕但不放纵。
5. 适当地向孩子表达爱意。
6. 让孩子参与家中事务（让孩子安排周末一天的行动）。
7. 理性对待孩子的成绩。不比成绩，比进步！不比聪明，比努力！
8. 一起制定孩子的学习计划。

七年级 第二讲

第三课 我是家庭一成员

——培养孩子的家庭责任感

第四课 我的未来，美丽的梦

——培养孩子的生涯规划意识

教学设计

教学目标

1. 让家长知道孩子是家庭一成员，要正确对待孩子。【重点】
2. 家长要给孩子树立远大目标。【重点】
3. 家长要做孩子的榜样。【难点】

教学准备

《家庭教育手册》、笔记本、多媒体课件、课前搜集的相关资料。

教案编写思路

前边两课内容家长已经了解了最重要的内容，孩子如何适应初中生活以及如何解决青春期的叛逆问题。接下来的这节课呢，是让孩子更加明确自己在家庭中的角色行为，明确对父母，对家庭应尽的责任与义务。现在很多爱孩子的家长培养出了不爱父母的孩子，令家长很痛心。还有很多孩子没有责任感轻生，或走上邪路。我们这节课通过实例，让家长知道如何做到真正地爱孩子，让孩子知道自己是家庭成员中不可缺少的一份子，明确自己的责任和义务，懂得感恩父母。

课程设计

一、导入。（5分钟）

李双江之子李天一事件，河南某市儿子雇凶杀死自己当官的父亲，理由是父亲管教自己太严，这都是最近发生在我们身边的实例，此类事件举不胜举，那么我们作为家长如何杜绝此类事件发生在我们身上呢？下边我们共同探讨，看看我们自己在教

育孩子方面存在哪些问题。

二、新课讲授。（60 分钟）

第三课 我是家庭一成员

——培养孩子的家庭责任感

（一）案例。

案例一：

教材第 32 页的案例得出结论，自己犯的错自己承担，使孩子懂得什么叫责任。

案例二：

教材第 33 页孩子的攀比心，家长怕孩子在同学面前没有面子，尽管家里没有钱，还是满足了孩子的虚荣心，但最终结果会导致孩子没有责任感。

案例三：

教材第 45 页的案例告诉家长要从小给孩子树立明确的理想。要为自己的梦想而努力。

（二）案例分析。

1. 家长畸形的爱。

家长望子成龙，望女成凤，只注重在孩子智力和物质方面的投资，对孩子的衣食住行以及所有家务事大包大揽，从不给孩子动手的机会，所以忽视了孩子作为家庭中一名成员应该承担的力所能及的事情。

2. 大包大揽。

现在的学生学习课业负担过重，每天都有写不完的作业。为了不耽误孩子的学习时间，家长把所有的家务大包大揽，孩子也就习惯家长为他们所做的一切，所以认识不到自己应承担的各种家庭责任。

3. 家庭成员人际关系的影响。

夫妻关系是对孩子产生影响最严重的。夫妻关系和睦会给孩子一个健康的成长环境，夫妻对家庭的责任心也会潜移默化地影响着孩子对家庭的责任心。否则，不堪设想。

4. 家长和学校只关注孩子的成绩。

家长和孩子对职业生涯规划不够重视。

（三）了解孩子。

教师引领大家根据教材第 35 页提供的选项评分。教师引导家长，得分越少，孩子的家庭责任感越强，得分越多，说明孩子家庭责任感越差，需要帮助孩子提高认识。

（四）建议。

1. 让孩子懂得感恩父母，产生子女责任意识。

要告诉孩子孝敬父母是他们应尽的义务和应承担的责任，家长要以身作则，家长的言传身教比空洞的说教更有效。（整天沉溺于麻将桌上的家长，你对孩子的说教，看孩子是什么反映。孩子一定会反驳你有什么资格教育我，赌徒。）

2. 让孩子参与家庭决策，产生家庭成员意识。

家庭的重大决策，要让孩子参与。让他发表意见，给他一个位置。让他觉得自己是家里的一份子。

3. 委以孩子重任。

现在的家长很多都是把孩子当成“宠物”。孩子很难用自己的肩膀来承担任何责任了。家长要经常告诉孩子：“咱家的一切全靠你了！”

这些话能唤起孩子的责任感。

4. 让孩子参加家务劳动。

让孩子去做一些力所能及的事情，自己说过的话不能食言，自己应当做的事情必须有始有终。通过家务劳动的体验，使孩子意识到自己是家庭中的一员，树立起要为家庭负责的思想观念。

5. 家长要做孩子的榜样。

家长的所作所为，孩子看在眼里，记在心上。长期下去会耳濡目染。所以说家长要在生活中严于律己，给孩子做好表率，才能更好地去影响和教育孩子。

6. 培养孩子规划人生的意识，确定人生目标。

作为家长来说，最重要的就是观察孩子的日常喜好和特长，有意识引导孩子向某一方面发展。一旦孩子确定了目标，那么孩子就有了学习的动力。

（五）大作业。

分四个阶段进行：

第一阶段，角色互换。让孩子扮演家长的角色。帮孩子制定出 7 天的计划。（教