

中小学教师校本研修丛书

丛书主编 徐崇文

家庭教育 100问

本册主编◎魏耀发

如果说人生是一部交响乐的话，学习应该是其中一个华丽的乐章。这个乐章是否美妙动人，要靠每个人自己去谱写。去演奏，去聆听，去体验，并在其中追寻无穷的乐趣。

教研 研修



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

家庭教育100问 / 魏耀发主编. —上海: 上海教育出版社,
2015.11

ISBN 978-7-5444-6672-1

I. ①家… II. ①魏… III. ①家庭教育—问题解答
IV. ①G78-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第252670号

责任编辑 毛琪毅

封面设计 陆 弦

家庭教育 100 问

魏耀发 主编

出 版	上海世纪出版股份有限公司 上 海 教 育 出 版 社 易文网 www.ewen.co
地 址	上海市永福路 123 号
邮 编	200031
发 行	上海世纪出版股份有限公司发行中心
印 刷	上海颀辉印刷厂
开 本	700×1000 1/16 印张 26.5 插页 1
版 次	2015 年 11 月第 1 版
印 次	2015 年 11 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5444-6672-1/G·5498
定 价	50.00 元

(如发现质量问题,读者可向工厂调换)

总 序

教师是一个终身学习的职业。为了促进中小学教师的专业发展,为了促进中小学校本研修活动的深入开展,我们组织编写了这套中小学教师校本研修丛书。

(一)

五十年的从教经历,使我越来越感到中小学教育是一门大学问。要成为一名称职的中小学教师,就要始终不懈地学习,认真地读书。要成为一名学者型教师,先要成为一名“学而不厌”的学习者,成为一名自觉地、不间断地探求新知的研修者。

如果说人生是一部交响乐的话,学习应该是其中一个华彩的乐章,这个乐章是否美妙动人,要靠每个人自己去谱写、去演奏、去聆听、去体验,并在其中追寻无穷的乐趣。

结合多年读书学习的经验,我的体会是:高品质的学习,高质量的研修活动,就是“感悟、践行、超越”。

感悟,就是要用“心”,用心读书、用心体验、用心思考。北宋张载的“学贵知悟、守旧无功”就是说学习贵在自己心领神会。要从字里行间、从经历中、从细微处,丰富内心生命的体验,追求美好情感的升华,悟出精妙的新道理,寻觅脱俗的大境界。

践行,就是要实践、要行动、学以致用、知行统一。孔子主张的“博学、审问、慎思、明辨、笃行”,陆游的“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行”都是说实践是学习的重要组成部分。理论联系实际,用已学得理论知识指导实践,在实践中进一步体验感悟,以形成新的认知能力。

超越,就是要超越自我,超越世俗,戒浮躁,去功利,排除快餐文化的干扰,静下心来读些书,研究些问题。

超越,就是要持之以恒。“咬定青山不放松”,要有“衣带渐宽终不悔,为伊消得人憔悴”的精神。

超越,就是要有大目标,追求大境界,要有“海到尽头天作岸,山登绝顶我为峰”的气概和胸怀。

超越,就是要乐学,在学习中学会享受学习。享受学而时习之的无尽乐趣,享受大千世界的丰富多彩,享受人类文化的瑰丽灿烂。享受灵感闪现的激动,享受问题解决的轻松。享受由“山重水复”到“柳暗花明”这一全过程的纠结、美妙、快乐与兴奋。

我们心目中那些学贯中西的学者、教授、大学问家,既是学习的成功者,又是学习的享受者。他们坚守着“学无涯、思无涯、其乐也无涯”的信条,在困难中拼搏,甚至在逆境中摸索前行,以生命的诚恳换学问,翻越一道道障碍,成就一片片风景,他们是“感悟、践行、超越”的典范,是我们后学者的楷模和榜样。

(二)

“校本研修”是教师在职成长的根本途径。

“校本研修”必须把教师的教学实践、教育研究、学习进修三者有机地结合起来,谓之“教、研、修”三位一体。其研修目的是更新教学理念、改进教学实践、寻找教育规律、促进教师发展、提高教育质量。

我们研究认为,最有效的“校本研修”活动的基本组织流程是“问题启动、专题驱动、专业引领、合作互动”,即从发现揭示教学实践中的问题开始,为解决问题设计出研修专题(或课题),在教育实践情境中开展有专业理论引领、由教师团队参与的行动研究,包括有关书籍的学习研读(辅以专家讲座),教研组、年级组教师间的听课、评课、研讨、交流等,以促进教师行为的改进、教师素养的提升以及学习型团队的形成。

我们组织编写这套丛书,就是希望对这样的校本研修活动给予专业的支持和实践的指导,力求做到贴近学校教师实际,兼顾理论性与实践性,科学性与可读性,资料性与信息性。参加丛书编写的有多年从事教师培训工作的教育学院的老师,有上海市双名工程的导师和名师后备人选,还有在第一线工作的学科带头人、骨干教师。

入选丛书第一辑的有以下六本书:《中小学教师教育研究读本》《中小学教师心理健康教育读本》《学习理论与学习潜能开发读本》《优秀教师实践智慧案例选粹》《家庭教育 100 问》《理想课堂》。这些书既可作为学校校本研修的课

程、教师培训的教材,也可作为教师自学的读物。

著名语文教育家于漪老师有句非常经典的名言:“与其说我做了一辈子教师,不如说我一辈子学做教师。”她还满怀深情地说:“教师责任大如天,追求永无止境。”于老师是全国育人楷模,她之所以能成为语文教育家,正是她终身勤奋学习的结果。我们要学习她锲而不舍、孜孜以求的治学精神,学习她循循善诱、诲人不倦的育人情怀。

为了学生能快乐健康地成长,为了中国教育的未来,我们衷心祝愿中小学教师在教学实践中,在研修活动中,在成就学生的同时,成就自己,成就事业。

徐崇文

《家庭教育 100 问》是“中小学教师校本研修丛书”中的一本。

中国被称为文明之国、礼仪之邦,是与它历来重视家庭教育分不开的。习近平总书记在 2015 年春节团拜会上作的重要讲话中指出:“家庭是社会的基本细胞,是人生的第一所学校。不论时代发生多大变化,不论生活格局发生多大变化,我们都要重视家庭教育,注重家庭、注重家教、注重家风……使千千万万个家庭成为国家发展、民族进步、社会和谐的重要基点。”可以说,千百年来,以塑造文明素养、培育良好习惯为主要职能的家庭教育是中华传统美德的重要组成部分,如孝悌仁爱、诚实守信、立志进取、谦逊礼让、友善合作、修身养性、勤学惜时、勤劳俭朴等,都植根于深厚的中华文化,蕴含着丰富的思想道德资源,反映了祖先传承下来的价值理念和道德规范。它是维系社会系统正常运转和传统美德承载发扬的重要途径,尤其在今天,它对于培育和践行社会主义核心价值观更是起着基础性和关键性的作用。

家庭是孩子诞生的摇篮,是他认识世界、获取知识的第一所学校,父母是孩子的第一任老师,孩子在家庭受到怎样的教育,影响甚至决定了他今后走什么样的路。古今中外,许多优秀人士的成长历程基本上都证明了这一点。因此,作为家庭教育的主角,父母能否适应“第一任教师”的角色变化,能否担当起养护和培育的重任,将直接关系到家庭教育的质量,关系到孩子的身心发展。

如何当好一名合格的家长呢?这是为人父母者都会遇到的现实问题,也是教师要高度关注的问题,因为家庭教育和学校教育是紧密联系、相互影响的。家庭教育既有人文性,又有科学性,其中的许多奥秘需要家长在实践中去探索和领会。家长要在正确的育儿理念指导下,坚持以身作则,走进孩子的内心世界,培养孩子的好习惯,挖掘孩子的发展潜能,为孩子的成长创设民主融洽的家庭环境。为此,家长须努力学习和掌握有关育儿的理论与方法,在教育孩子的同时不断提升自己,使家庭教育真正成为父母与孩子共同成长的过程。而作为专业教育工作者的教师,承担着学校教育和指导家长进行家庭教育的双重责任。事实上,不少老师本身就具有家长、教师双重身份,因此更有必要去比较系

系统地学习和掌握家庭教育的理论知识和经验方法,既提高自己的育儿水平,又能为其他家长有效地进行家庭教育提供指导与帮助。

基于这样的考虑,我们编写了《家庭教育 100 问》这本书,主要是为学校的校本研修提供教材,满足教师对家庭教育指导的需求,通过学校教育这条途径来提高学生家长的育儿素养;它同时也可作为家长的通俗读本,以满足广大家长提高家庭教育有效性的需求。

本书包括综合篇、学前篇、小学篇、初中篇和高中篇共五个模块,每个模块由若干个问题组成。综合篇主要对家庭教育中要秉持的育儿理念、做一名称职的家长应具备的基本要求,以及不同年龄段孩子在成长过程中会遇到的普适性问题进行阐释和解答;另外 4 篇则是选择了在相应年龄段的孩子容易出现的、对于家长来说又是深感困惑而难以解决的问题进行答疑解惑,并提出相应的建议。本书最后还附有“资料链接”和“推荐读物”,主要为读者查找有关资料和拓展阅读提供方便。

本书以问题为导向,一个问题就构成一篇独立的文章,每篇文章包括了“问题阐述”“典型案例”“案例分析”和“育儿建议”四个部分。我们在编写过程中努力遵循导向性、可读性和可操作性这三个原则。

首先是导向性。对于家长来说,掌握“育儿之道”比“育儿之法”更加重要。很多家长在家庭教育中的失误往往是由于缺乏正确的指导思想,受错误观念的影响造成的。因此,让家长了解和接受先进的教育理念,明确家庭教育的基本要求,才能把准孩子成长的方向,提高科学育儿的自觉性。为此,在每篇文章的“案例分析”和“育儿建议”里都隐含了一定的“育儿之道”。

其次是可读性。提出的问题是家长反应比较强烈却又苦于无力解决的老大难问题,选取的案例是作者身边发生的真人真事,进行的分析是以一定的理论为支撑的,给予的建议是实践中行之有效的。目的是要达到这样的效果,即让家长在“问题阐述”中引发关注,在“典型案例”中身临其境,在“案例分析”中产生共鸣,在“育儿建议”中受到启迪。

第三是可操作性。光有正确的育儿之道,缺少有效的育儿方法,家庭教育依然不会取得成功。为此,本书立足于让家长掌握一定的教育方法,懂得自己怎样做才是“以身作则”,怎样做才会让孩子更易接受。针对一个问题往往提出多种解决途径和方法,以便于家长从中选择。在“资料链接”和“推荐读物”里也

有很多具体方法供家长借鉴和参考。

参加本书撰写的是来自本市各区县中小学、幼儿园的教师,其中绝大部分是上海市第三期郊区县教育心理教师高级研修班的学员,他们长期从事学生的心理健康教育或幼儿教育工,十分了解当前学生心理发展中遇到的问题,也深切体会到家庭教育在孩子心理健康成长中的作用,对学生心理辅导、家庭教育指导有较为深厚的理论根底和丰富的实践经验。本书既是研修班学员学习、研究成果的呈现,也是对学校校本研修和家长教育贡献一份微薄之力。

本书从策划、构思、撰写、修改直至出版的全过程是在丛书主编徐崇文特级教师的亲自组织和指导下进行的,在此深表感谢!此外,还要感谢所有关心本书编写、出版并为之付出努力的同仁们。

本书难免有疏漏及不成熟之处,敬请各位同行和读者批评指正。

魏耀发

2015年9月

综 合 篇

家长是孩子的第一任老师	3
家庭教育中的期待与关注	9
家庭教育的宽与严	16
好孩子是夸出来的还是惩罚出来的	21
如何看待孩子的成长与成功	26
让孩子成为最好的自己	30
时时缺席与事必躬亲	35
怎样让孩子拥有自尊的心理品质	40
如何培养孩子诚信	46
生命,因存在而美好	49

学 前 篇

孩子入园,妈妈很焦虑怎么办	59
孩子不愿与妈妈分开怎么办	63
孩子入园后经常生病怎么办	67
在集体中孩子需要怎样做	71
孩子喜欢跟着电视学样怎么办	75
孩子喜欢说“不”怎么办	78
该不该给老师送礼	81
碰到“慢吞吞”宝宝怎么办	85
家有“邋遢大王”怎么办	89
孩子常常“欺负”别人怎么办	93

孩子动不动就爱发脾气怎么办	98
如何进行隔代教育	102
怎样让孩子独立	106
幼儿做事三心二意怎么办	110
如何面对两面派的孩子	114
如何面对过于内向的孩子	117
孩子喜欢攀比怎么办	120
四肢发达的孩子是否会头脑简单呢	124
父母在家应培养孩子哪些兴趣和习惯呢	129
怎样保护孩子的好奇心	134
如何与孩子谈性	139
该不该对孩子进行物质奖励	143
如何选择兴趣班	146
如何做好幼小衔接	150

小 学 篇

一年级孩子不愿意上学怎么办	155
孩子不喜欢学习怎么办	159
孩子做作业磨蹭怎么办	163
孩子上课坐不住怎么办	167
如何培养孩子的学习兴趣	171
孩子不合群怎么办	174
如何正确引导孩子交朋友	177
如何对待孩子的性好奇	181
孩子遇到性骚扰怎么办	185
孩子咬指甲怎么办	189
孩子老是欺负别人怎么办	193
孩子总是被欺负怎么办	196
孩子屡教不改怎么办	199

如何对待孩子的说谎问题	203
孩子不愿分床睡觉怎么办	207
如何帮孩子不再沉迷网络游戏	211
如何预防孩子网络成瘾	214
如何合理满足孩子的需求	217
如何与青春初期“叛逆”的孩子沟通	220
如何陪孩子一起玩	224
夫妻离异后,孩子的情绪如何安抚	228

初 中 篇

孩子入学不适应怎么办	235
孩子逃避去学校怎么办	241
孩子对未来充满迷茫怎么办	245
如何帮孩子应对学习压力	249
孩子在学校常出现对抗行为怎么办	252
孩子考前焦虑怎么办	255
初中孩子写作业很磨蹭怎么办	259
如何指导孩子与同伴交往	262
孩子在学校被欺凌该怎么办	266
孩子与老师有冲突怎么办	271
孩子不愿意跟父母交流怎么办	274
孩子会跟父母动手怎么办	277
孩子追求名牌怎么办	280
如何对待爱打扮的孩子	283
孩子自理能力弱怎么办	286
如何指导孩子青春期的性保护	289
孩子的好胜心太强了怎么办	293
如何帮助自卑的孩子	296
孩子的行为与性别不符怎么办	301

孩子恋爱了怎么办	304
如何帮助孩子面对父母离异	310
如何对待孩子做小干部	314
孩子盲目追星怎么办	317
怎样对待贪玩的孩子	322
孩子“一心二用”是否会影响学习	325

高 中 篇

孩子成绩跟不上怎么办	331
孩子考试总是发挥失常怎么办	334
孩子高考失利怎么办	338
孩子想出国读书怎么办	342
孩子和寝室同学关系不好怎么办	345
孩子和老师发生冲突怎么办	349
孩子不愿意与家长沟通怎么办	353
孩子谈恋爱了怎么办	357
孩子失恋了怎么办	361
孩子怀孕了怎么办	364
孩子沉迷于 COSPLAY 怎么办	368
孩子沉溺于手机怎么办	371
孩子沉迷于网络怎么办	375
孩子嫌弃家境贫穷怎么办	379
孩子过多地干涉父母婚姻怎么办	383
孩子嫉妒心太强怎么办	387
孩子有同性恋倾向怎么办	393
资料链接	397
推荐读物	411

综合篇

• 重视家庭教育是我们中华民族的优良传统,前国家名誉主席宋庆龄曾说过这样一句话:“孩子们的性格和才能,归根结蒂是受到家庭、父母,特别是母亲的影响最深。孩子长大成人以后,社会成了锻炼他们的环境,学校对年轻人的发展也起着重要的作用,但是,在一个人的身上留下不可磨灭的印记的却是家庭。”

• 家长是孩子的第一任老师,没有天生的成功父母,也没有不需要学习的父母。家庭教育是一门学问,要成为合格的父母,一定要学习教育学和心理学的基本知识,只有树立了科学的教育观念,掌握并遵循儿童心理及生理的发展规律,才能取得良好的教育效果。

• 家庭教育应该更多地关注孩子的生命成长,关注品德和情感的发展,树立“成人”是成材、成功的基础的观念,把“成人”教育放在第一位。家长要多关注孩子的学习兴趣、信心及学习毅力,不能只看考试分数。

• 父母恰当的期望能引领孩子健康成长。每个孩子都是一个独立的生命体,各有自己的优势和特点,家长要尊重这种差异,家长的职责就是创造条件让孩子努力成为最好的自己。

• 在家庭教育中,我们提倡民主的、平等的、对话式的教育方式,反对权威式、命令式、居高临下、简单粗暴的教育方式。一般而言,在前一种教育方式下成长的孩子人格健全、情绪乐观、积极向上、勤奋好学,具有较强的自信心和自控能力,学业成绩优良、社会适应能力强。

• 在家庭教育中,要正确处理爱与严、奖与惩的关系,要掌握好“度”,以培养其自尊自爱自信自强为目标。爱在该爱处,严在该严时,奖出动力和昂扬精神,惩出责任和担当意识。

• 生命教育应成为家庭教育的重要内容,要教育孩子热爱生命、敬畏生命,要对孩子进行必要的安全教育和灾难逃生教育,让孩子增强自我保护意识,努力让生命更精彩。

本篇由综合组撰写。

综合组组长:王震。成员:张晓冬、熊玉梅、王栓柱、吴俊琳、沈慧、章学云。

家长是孩子的第一任老师

问题阐述

当一个人有了孩子后,就自然而然地升级成为一名家长,但是我们能否胜任家长这一角色并承担起相应的责任呢?上海市浦东教育发展研究院孙永青老师的调查研究发现:自认为了解家庭教育知识的家长不足5.4%,超过64.5%的家长在生育孩子之前没有做好充分的教育知识储备。难怪很多家长在养育孩子的过程中会困扰不断,很多人因此发出感慨:现在做父母真难啊!

社会中也有这样一种说法:问题孩子的背后往往能发现一个问题家长,媒体上报道过的很多活生生的事例似乎也证明了这一点。姑且不说这种说法有没有道理,但却从另一个角度说明了家长对孩子成长的重要性。

中国教育学会副会长、家庭教育专业委员会理事长朱永新先生在接受未来网记者采访时说:“家庭教育在一定程度上重要性甚至超过了学校教育,父母应该给孩子良好的家庭教育,在一定程度上,有什么样的家庭就有什么样的孩子,有什么样的家庭教育就有什么样的儿童。”

既然孩子成为一个什么样的人,从某种程度上首先取决于父母,家长是孩子的第一任也是最重要的老师,那么肩负如此重任的家长,该怎么看待自身修养与自我成长问题呢?

典型案例

案例一:新东方俞敏洪先生的父母都是文化程度不高的农民,但是他从父亲那里学到了宽厚,学到了退一步海阔天高的态度,又从母亲那里继承了坚韧不拔、决不放弃的精神。父母成就了他的个性,他的个性中融入了父母的优点,父母个性中的矛盾也结合到了他一个人身上。他现在做事的风格和为人处世

的态度,几乎每一点都能够从他父母身上找到来源。

案例二:王女士认为结没结婚、生没生孩子对她的生活影响不大。婚后,小夫妻俩一日三餐都是去同一小区的公婆家吃的,家务由钟点工负责。有了小宝后,公婆怕他们照顾不好,所以把孩子留在自己那里照顾,小夫妻俩照样每天下班就过去吃现成饭,高兴了就在饭后逗逗孩子,孩子哭了就交给爷爷奶奶,小夫妻一点也没有感觉到孩子对他们的生活有什么影响,经常出去应酬,打麻将玩到半夜回家也没有什么牵绊。当别人羡慕他们的自由自在时,他们却明显感觉小宝和他们越来越疏远,一点也亲近不起来。

案例三:小明经常丢三落四,班主任数次提醒也没有改善,于是决定周五放学后去小明家家访。走进小明家所在小区,觉得环境优美,但是一进小明家,班主任的感觉就怪怪的,房间的装修和家具都很好,但是总感觉无从下脚,门口鞋柜上堆了很多报纸杂志,地板上东一只拖鞋、西一只皮鞋,客厅里的东西也凌乱不堪。走进小明的房间就看见衣服散乱地搭在床架上、椅背上、地上,书桌上堆满了书本,简直没有可以趴着写字的空间。小明看见老师想要批评的样子,马上说:“我房间比爸爸妈妈房间好多了,他们房间更乱。”班主任顿时无语。

案例分析

1. 家庭是教育的基石,家庭教育对孩子的一生发展至关重要

朱永新先生经过长时间的调研,提出“家庭好了,教育才会好;父母好了,孩子才会好;家庭教育好了,学校教育就会轻松高效。”这句话道出了家庭教育是整个教育的基石,在一个人的成长中发挥着举足轻重的作用。

犹太教经典《塔木德》里有一句话:“和狼生活在一起,你只能学会嚎叫。”在现实生活中,“和谁在一起”可以影响孩子的为人、个性、学习等成长轨迹,甚至决定了他的一生走势。美国行为主义心理学家华生在《行为主义》一书中写道:“给我一打健康的婴儿,一个由我支配的特殊的環境,让我在这个環境里养育他們,我可担保,任意选择一个,不论他父母的才干、倾向、爱好如何,他父母的职业及种族如何,我都可以按照我的意愿把他们训练成为任何一种人物——医生、律师、艺术家、大商人,甚至乞丐或强盗。”这说明了環境和教育对于孩子成长的重要性。家庭是孩子成长的最早也是最重要場所,是一个人社会化过程中最核心的社会支持子系统,可想而知家庭教育对一个人成长的重要性有多大。

案例一中俞敏洪先生的父母虽然没有很高的文化水平,但是他们很注重家庭教育,尤其注重在家庭教育中对孩子进行品性与个性的教育,这不仅影响了俞先生的做事风格和为人处世方式,也因此造就了他的事业成功与人生成就。

2. 父母在家庭教育中承担了不可替代的重要作用

心理学家研究发现,动物从出生开始会追逐它们最初看到的能活动的生物,并对其产生依恋之情,这就是“印刻现象”。人类儿童学习也存在这样的关键期,也存在这样的关键人物,这就是父母。家庭是孩子成长的第一个小型社会团体,在这个小型社会团体中,父母的角色身份对子女的世界观、人生观、价值观的形成,对子女的个性发展、社会交往、进取心与学业发展,乃至事业发展与一生幸福都有着重要影响。父母是家庭教育的第一责任人,这种责任不是祖父母或者保姆能随意替代的。

案例二中王女士明显还没有做好养育孩子的准备,自己还是个贪玩没有责任心的孩子,怎么能期望她照顾好孩子呢?这不仅与王女士自身观念和能力有关,更与王女士夫妇的父母对他们的教育有关。现代社会,很多年轻人要么缺乏责任意识,不愿意辛苦受累,要么忙于工作无暇顾及子女,要么老人太疼爱自己的孩子,舍不得让他们吃苦,往往生了孩子就甩手交给老人照顾,有的不仅自己的子女依赖老人照顾,就是小夫妻自己的饮食起居也要依赖老人照顾,由此引发了很多问题与矛盾。很多报道表明祖辈替代年轻小夫妻承担他们原本应该承担的养育下一代责任时,隔代教养、责任分散、过分溺爱、教育方式不一致等容易造成更多的家庭矛盾,孩子的自理能力、行为习惯、个性品德、心理承受能力、学业发展乃至社会适应都更容易出现问题,而且很多问题一旦出现,就难以改变,这必然会影响或制约了孩子的一生发展。

3. 家长的言传身教对孩子的影响不容忽视

心理学家班杜拉的社会学习理论强调观察学习或模仿学习,父母是孩子最初、最直接也是最常见的观察学习和模仿学习的榜样。中国有句古话:父母亦师;身教重于言教。父母言行对孩子影响很大,大到可以潜移默化地影响甚至改变人的一生。

一个孩子,从出生就开始接受父母的养育和教导,即使上学了,接触最多的人还是父母。如果父母掉以轻心,不注重自己的言传身教,这种潜移默化的影响,因为每天都在发生,所以对孩子的影响作用巨大,学校教育的力量反而显得