

0 至 18 岁 家 庭 教 育 指 导 内 容 大 纲

中小学辅助读本

· 家长必备 ·

最令家长头疼的

教育问题

ZUILING JIAZHANG TOUTENG DE
JIAOYU WENTI

家庭教育指导问答

JIATING JIAOYU ZHIDAO WENDA

朱 灵/主编



汇集家庭教育疑难杂症

经验名师/成功家长联手剖析

问题表现/状况分析/解决方法

首部由名师与家长共同打造的家教问题手册

成就学生终身成长的教育指南



九州出版社
JIUZHOU PRESS

中小学辅助读本
家长必备

最令家长头疼的 教育问题

家庭教育指导问答

朱 灵/主编

李春华 陆咏梅 陆正芳/副主编



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

最令家长头疼的教育问题：家庭教育指导问答/朱灵
主编. —北京：九州出版社，2009. 11
ISBN 978-7-80195-981-2

I. 最… II. 朱… III. 家庭教育—问答 IV. G78-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 200771 号

最令家长头疼的教育问题：家庭教育指导问答

作 者 朱 灵 主编
出版发行 九州出版社
出 版 人 徐尚定
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)
发行电话 (010)68992190/2/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 九州财鑫印刷有限公司
开 本 787×1092 毫米 16 开
印 张 16.25
字 数 230 千字
版 次 2009 年 11 月第 1 版
印 次 2009 年 11 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-80195-981-2
定 价 26.00 元

★ 版权所有 侵权必究 ★

前 言

达尔文主张婴儿一出生就要对其进行教育。这种教育当然是由父母完成的，父母是孩子的第一任教师，也是终身教师。家长通过家庭生活和言传身教，对孩子实施具有一定教育影响的行为活动，是学校教育和社会教育的基础。家庭环境和家长的道德文化素养直接影响着孩子的成长，因此，家庭教育对培养下一代、促进家庭幸福和睦、提高全民族素质都具有重要意义。

在社会发展的新形势下，面对独具个性的“心肝宝贝”，许多家庭在教育孩子的过程中经常碰到各类“疑难杂症”而束手无策。不少家庭在对孩子教育的问题上还存在误区：一是对子女的期望值过高，而忽视了对孩子成长规律的科学认识，造成孩子心理负担过重，甚至是家庭关系紧张；二是教育方法不当，往往采用简单粗暴的方式处理孩子的问题，要么过于溺爱，一味迁就，使孩子为所欲为；要么横加训斥，使孩子变得孤僻，产生自卑心理。因此，强化家长的家庭教育意识，充实家长的教育知识，提高家长的教育水平，丰富家长的教育方法和技巧，就显得尤为重要。

如何指导家长进行家庭教育，已是当今家庭、学校和社会共同面临的新课题。2009年，上海市精神文明建设委员会、上海市教育委员会、上海市妇女联合会联合颁布了《上海市0~18岁家庭教育指导内容大纲》，这些都明确了家庭教育的指导思想、目标、任务、原则和内容，提出了家庭教育指导工作的管理办法，要求各区县建立由教育、妇联、文明办、卫生、民政、统计、人口计生部门、关心下一代工作委员会等有关部门共同参与的家庭教育指导领导机构，强调要改进家庭教育指导方式、优化家庭教育指导队伍。2010年，全国也将出台《家庭教育指导大纲》，这些都充分说明了家庭教育的重要性。

为了适应当前家庭教育指导的迫切要求，为家长提供教育子女的知识

与方法，上海市嘉定区教育局、嘉定区教师进修学院组织有关专家和在家庭教育方面有丰富经验的教师、家长联合编写了《最令家长头疼的教育问题——家庭教育指导问答》一书。本书精心筛选了目前比较突出的100多个家庭教育问题，有针对性地进行分析解答，既为广大家长解决家庭教育中的困惑提供了科学的方法，也为家庭教育指导者提供了指导家长进行家庭教育的策略。

本书的编写出版得到了很多家庭教育专家的关心和支持：上海市教育科学研究院青少年研究所副所长、家庭教育研究中心副主任孙抱弘先生特为本书作序；上海市教育科学研究院家庭教育研究与指导中心常务副主任盛天和、郁琴芳老师精心撰写了本书中有关“各年龄段孩子心理生理特点，以及各年龄段家庭教育指导的重点”方面的章节。在此，编委会特向这些专家和大力支持本书编写出版的各界人士表示衷心感谢！

由于主客观条件所限，本书难免有疏漏之处，恳切希望广大家长、教师、家庭教育指导者和专家同仁批评指正。

本书编委会

2009年10月

序

随着社会生活、工作竞争的日趋激烈，当代父母对独生子女的期望值也日益提升，但是，不少家长科学育儿的水平却没有相应提高，理念的偏颇、方法的错误往往使他们的“教育”不是事倍功半就是事与愿违。上海市嘉定区教育局、嘉定区教师进修学院组织各方人员编写的这本《家庭教育指导问答》，正是应家长的需求而做。这是一本能够为家长提供切实指导的家教入门书。

民族的繁荣昌盛，社会的进步发展，文化的传承弘扬，关键在人，在人的素质，而家庭是这一切的基石。家庭教育是每一个人成长的起点。人类区别于其他高级动物的根本特质就在于“人生下来时是胚胎”，必须经过18年左右的培育才能成人。正是这漫长的成长期，才能使人类社会对其每一个成员——在其自然的生物基因遗传的基础上进行文化的熏陶，也称为社会化教育，从而使人真正成为“一个人”。在这18年的教育过程中，“种瓜得瓜，种豆得豆”应是一般规律。我们常常感叹“龙种变成了跳蚤”，其原因在于养育的过程中“种”发生了变异，在于养育理念的偏颇与方法的错误。

由此，还要说说家教规律的普遍性与特殊性，联系到家教指导上也就是指导的普适性与有限性。孩子作为“胚胎”，其成长有一定的规律可循，不同年龄段的孩子的成长自然有不同的要求。然而，每个孩子的个性与其成长的具体环境，有着大体的共同之处又有细微的不同之处。为此，家长要在认识普遍性、掌握普适性的同时，也要分析把握各种细微的差异之处，要结合本“家”、本“人”的实际特点去运用普适性的规律，才好真正达到“种瓜得瓜”的目的。而想“种豆得瓜”则是不切实际的，“拔苗助长”更是错误的。

本书的前言指出，达尔文主张孩子一出生就要对其进行教育，这无疑

是正确的。不过，我们今天也要警惕“社会达尔文主义”对社会风气与家教取向的严重干扰。社会达尔文主义将达尔文对于自然界“适者生存”规律的总结加以片面曲解并泛化为整个人类社会的发展规律，也就是把人的全部生活包括幼儿的生活都看作动物间的生存竞争，一切都是以生存竞争中的输赢为出发点。这种观点在思想史上被称为“社会达尔文主义”，其要害就是把整个社会生活看作个人与个人之间你死我活的生存竞争。这就是所谓的适者生存，或者说不适者淘汰（也就是不得生存），把人生看作一场输赢的赌博。

有的人认为这是一种与市场经济相适应的竞争观念，符合时代潮流。其实不然，市场经济确实是讲竞争的，但这种竞争是不是像动物那样你死我活的生存竞争呢？这是大有疑问的。即使在西方市场经济发达的国家，持这种社会达尔文主义观点的也不多。一般来说，人们都认为市场经济讲的是市场竞争，也就是在市场交易的过程和范围之内的竞争，而这种竞争是受到市场生存于其中的社会和法律制度的框架的制约，而这些框架又是基于伦理道德的。所以，对于将来要进入社会和市场的青少年而言最重要的是要养成遵守各种规则意识和习惯，即既要学会遵守各种游戏规则，又要学会遵守各种法律和公共秩序，而不能一味地只讲输赢。

社会生活不仅仅是经济的更不仅仅是市场的，市场中的交换仅仅是人的社会生活的一部分。此外，社会中还有许多非市场的领域，其中包括家庭、婚姻、血缘关系，学校中的师生、同学关系，各种社会共同体中的人际关系等都属于非市场的领域。这是不能用市场竞争来解释的。否则全部社会关系，包括很多温情脉脉的人际关系，都会变成冷冰冰的赤裸裸的金钱关系。如果社会是这样的话，结果就像黑格尔所说的那样，人类生活的许多美好的东西都会丧失殆尽了。显然，把市场关系推广到人类生活的一切领域本身就是一种不恰当的说法，把人类生活等同于生物界的生存竞争更是把许多人类生活中所特有的美好的东西都一笔抹去了，具体地说就是把人类最珍贵的真善美、友情亲情等都一一消解，留下的只有输和赢。

至于稚嫩的儿童，最需要的是心智的健全——善良的心地和良好品格的养成，即使在市场经济非常发达的国家，这也是儿童教育最关心的问题。他们没有忘记古希腊哲学家柏拉图的洞见：“开一个好头对于做任何事情都

是最重要的，尤其是那些尚处于年青和稚嫩阶段的事物，因为这正是个性形成的时候，此时留下的印象，最深刻……青年时形成的观念是很难消除和改变的，因此年轻人成长时首次听到的故事应该是美德的典范。”“这样，我们的年轻人才能在健康的土地上成长，沐浴着阳光雨露，接受美好的事物。一切美好的东西，辛勤工作的本性，像来自纯净之地的和煦春风，吹进人们的心扉，不知不觉地，从幼年时候起，孩子的心灵就与一切美好的事物拉近了，对他们有亲近之感。没有哪种训练比这更高贵了。”在美国，给儿童读的故事书——《美德书》，长居《纽约时报书评》的畅销书排行榜。翻开目录，就可以看到同情、责任、友谊、工作、诚实、忠诚、自律等内容，而没有输赢、竞争之类的内容。小学教室里挂的格言是“出名很好，但是首先要做个好人”。英国的学校里也有许多竞赛，但讲究的是参与的过程，主要在于让孩子从中发现自己的能力和兴趣，增强自信心，而不是什么都要赢。

面对社会达尔文主义的泛滥以及某些社会舆论的误导，社会上的有识之士大声疾呼“莫让社会达尔文主义成为婴儿的乳汁”，笔者也想提醒阅读本书的家长们，警惕社会上流行的一些错误观念的干扰，警惕已被商业利益支配的舆论的误导，切实关注孩子心智的健康成长。

作为一个青少年研究工作者，我深感有必要将自己和其他学者近期的一些思考告诉广大家长，以供参考。

是为序。

孙抱弘

2009年10月18日于沪上千山万径书斋

目 录

CONTENTS

学生身心发展特点和 家庭教育指导重点

第一篇

- 一、6~11 岁学生身心发展特点和家庭教育指导重点 / 3
- 二、11~15 岁学生身心发展特点和家庭教育指导重点 / 8
- 三、15~18 岁学生身心发展特点和家庭教育指导重点 / 11

如何构建良好的 家庭氛围

第二篇

- 孩子“小气”怎么办? / 17
- 孩子以自我为中心怎么办? / 19
- 家长必须充当强者的角色吗? / 21
- 为何学生在家在校行为有差异? / 23
- 孩子对身边的人缺乏主动关心怎么办? / 25
- 怎样让孩子学会关心人? / 28
- 如何营造良好的家庭学习环境? / 29
- 孩子不愿开口说话怎么办? / 32
- 孩子没有玩伴怎么办? / 33
- 家长怎样做孩子快乐的玩伴? / 35
- 孩子把家长当成“陌生人”怎么办? / 37

怎样为孩子营造情趣之家？	/ 39
家长该如何获得孩子的尊重？	/ 42
教育孩子能用武力吗？	/ 44
怎样的家庭氛围有利于孩子养成好习惯？	/ 46
怎样打开父子间的心结？	/ 48
怎样关注孩子的娱乐生活？	/ 50
农村学生参加哪些社会实践？	/ 52
如何让孩子闲暇时间过得更充实？	/ 54
孩子不善交往怎么办？	/ 56
孩子喜欢吃零食怎么办？	/ 58
孩子感到迷惘怎么办？	/ 60

如何培养孩子的学习兴趣

第三篇

如何让孩子尽快适应小学生活？	/ 65
我该怎么让孩子喜欢小学生活？	/ 67
孩子惧怕上学怎么办？	/ 69
孩子没有兴趣爱好怎么办？	/ 71
如何帮孩子选择并培养其兴趣爱好？	/ 73
如何看待孩子的兴趣？	/ 75
孩子不愿坚持兴趣班的学习怎么办？	/ 77
孩子检查作业依赖家长怎么办？	/ 80
孩子没有好的学习习惯怎么办？	/ 82
如何才能让孩子“自主学习”？	/ 84
孩子不按时完成作业怎么办？	/ 86
我的孩子不爱学习怎么办？	/ 88
孩子学习兴趣下降怎么办？	/ 90
孩子做作业磨蹭怎么办？	/ 93
孩子少做、不做作业，该怎么办？	/ 95
孩子做事太慢，太拖拉，怎么办？	/ 97

如何培养孩子 科学的学习观

第四篇

孩子注意力不集中怎么办? /99

孩子在家不愿意看书怎么办? /101

孩子不喜欢阅读怎么办? /103

六年级新生如何度过“更学期”? /107

怎样和高一孩子一起度过“更学期”? /109

孩子进初中后成绩下跌怎么办? /111

怎样让孩子正确对待考试? /113

孩子考试失败怎么办? /115

孩子缺乏自信心怎么办? /117

孩子失去了原有的光环怎么办? /120

如何直面子女厌学? /122

预备班孩子成绩下滑怎么办? /125

怎样帮助孩子振作起来? /127

孩子可以玩电脑吗? /129

当网络闯进了孩子们的世界,家长应该

如何应对? /131

孩子迷上了网吧游戏,家长该怎么办? /133

怎样指导孩子正确使用网络? /135

孩子的成绩起伏很大怎么办? /137

孩子的成绩与付出不成正比,怎么办? /139

孩子粗心怎么办? /141

如何面对孩子的“易于满足”“盲目自信”? /144

可以给孩子树立同伴榜样吗? /146

孩子做事拖沓、高考目标不合理怎么办? /148

如何帮助孩子适应高中生活? /150

如何塑造孩子健康的人格

第五篇

- 儿子得了“多动症”怎么办？ / 155
- 孩子不爱干家务怎么办？ / 157
- 我的孩子怎么这么烦？ / 159
- 孩子缺乏责任心怎么办？ / 161
- 如何在小事中培养孩子的责任心？ / 163
- 孩子乱花钱怎么办？ / 165
- 培养孩子学会自理，怎么这样难？ / 167
- 如何让孩子在实践过程中增强自信心？ / 169
- 孩子不肯独自睡觉怎么办？ / 172
- 孩子总是撒谎怎么办？ / 173
- 孩子不守信怎么办？ / 176
- 孩子叛逆怎么办？ / 178
- 孩子独立自主能力差怎么办？ / 180
- 孩子“做不了主”怎么办？ / 182
- 孩子生性胆怯怎么办？ / 184

如何树立孩子正确的人生观

第六篇

- 我的儿子喜欢名牌，怎么办？ / 189
- 孩子只会读书怎么办？ / 191
- 孩子过分依赖家长怎么办？ / 193
- 孩子的生活自理能力差怎么办？ / 195
- 孩子不懂礼貌怎么办？ / 197
- 孩子有高消费观念该怎么办？ / 199
- 孩子考试作弊被处分了怎么办？ / 201
- 孩子自暴自弃怎么办？ / 203
- 孩子优柔寡断怎么办？ / 205

孩子害怕被别人超越怎么办？	/ 207
孩子班干部落选后消极了怎么办？	/ 209

如何提升孩子的生命质量

第七篇

在孩子的笔记本里发现这样的小纸条该怎么办？	/ 215
孩子有自杀的念头怎么办？	/ 217
孩子特别爱打扮，我该怎么办？	/ 219
孩子的体重不断增加，家长该怎么办？	/ 221
孩子不愿意锻炼怎么办？	/ 223
怎样积极开展家庭体育锻炼？	/ 225
孩子爱看女性内衣杂志怎么办？	/ 227
孩子情绪失控怎么办？	/ 229
如何让孩子睡好吃好？	/ 232
如何引导孩子摆脱减肥误区？	/ 234
孩子学会抽烟了，怎么办？	/ 236
孩子与异性交往过密怎么办？	/ 238
孩子对父母的关爱无动于衷怎么办？	/ 241

第一篇

学 生身心发展特点和家庭 教育指导重点



一、6~11岁学生身心发展特点和家庭教育指导重点

(一) 6~11岁学生身心发展特点

6~11岁的阶段是人的一生中十分重要的一个学习与发展阶段。它的年龄跨度长,大约从儿童的6、7岁至11、12岁,两头分别连接着学前与初中阶段。在这个年龄阶段,儿童的身体与心理发展都会经历重大的变化。

1. 6~11岁学生的身体发育

这个阶段学生的身体发育属于童年发育期,正处于两个生长发育高峰之间的相对平稳阶段。在长达5年的时间跨度内,他们的身体发育体现了量变和质变的统一,展现出如下的特点:一是递进性,此阶段学生的身体发育情况可细分成小学低年级、中年级和高年级3个阶段,身体各部分随着年龄的增长逐步发育;二是突变性,青春发育期是小学生身体发育的关键节点,一旦进入青春发育期,孩子的身体会有一个突然明显的变化;三是差异性,身体发育的差异性不仅体现在学生个体身上,因为每个人的成熟度不一样,也体现在男生群体和女生群体身上。例如,女生的发育加速期比男生早1~2年,而且身高生长高峰期和体重增加的高峰期,也比男生提早1~2年。

具体表现在:

(1) 身高、体重发育在逐步加快。中、低年级的小学生身体发育较平稳,身高年均增加4厘米左右,体重年均增加2公斤左右,体型的特点是头大、躯干长、四肢短,重心不稳。中、高年级的小学生逐渐进入青春发育期后,身高年均可增长6~8厘米,体重年均可增加4~5公斤,上下肢的发育快于躯干,显得手长腿长,动作不协调。

(2) 骨骼逐渐骨化,肌肉力量尚弱。这个年龄段的学生的骨骼处于骨化过程,骨骼成分中胶质较多,钙质较少,富有弹性但坚固性较差。骨骼硬度小、韧性大,不易折,但易弯曲变形、脱臼和损伤。肌肉逐渐发育,

但主要是纵向生长，肌纤维较细，力量性较弱。

(3) 心跳速度减慢，呼吸力量增强。儿童的心率是随年龄增加逐步降低的，一般9~10岁减至75次/分，与成年人的72次/分非常接近。而肺活量则是逐步上升的，随着呼吸力量的增强，这个年龄段的学生对许多呼吸道疾病的抗御能力也不断增强。

(4) 脑细胞分化基本完成，感觉器官正在发育成熟。这个阶段的学生大脑的重量，6岁时达到成人的90%，12岁时已接近成人1400克的水平。脑细胞体积增大，功能分化逐渐完成，分析、抑制能力有所加强，但兴奋性还不能持久。他们的感觉器官迅速发育，视、听、嗅、触觉大大提高，但尚不精细、深刻。

(5) 生殖器官发育，性腺激素增加。一般学生在10岁以前，生殖器的发育几乎处于停滞状态，而到小学高年级时生殖器官出现了迅速发育的势头。尤其女孩的卵巢、子宫迅速发育成熟，月经逐渐产生。

2.6~11岁学生的心理发展

随着学生年龄的增长，在正规的教育、教学条件下，儿童心理有了显著的发展。6~11岁阶段，是儿童思维发展的关键期、行为习惯的养成期和情感发展的丰富期。

(1) 大脑和神经系统的发展。

这个阶段学生的脑重量增加，高级神经活动的基本过程也在不断增强，并向平衡的方向发展。学生的条件反射比以前更容易形成，形成后也比较巩固，不易泛化，从而保证了学生能学习更多的内容，并对学习的内容进行精确的辨别。

(2) 学生认知的发展。

①这一阶段的学生的思维从以具体形象思维为主要形式逐步向以抽象逻辑思维为主要形式过渡，但他们的抽象逻辑思维在很大程度上仍是直接与感性经验相联系的，具有很大成分的具体形象性。

②这一阶段的学生的注意力不稳定、不持久，难于长时间地注意同一件事物，容易为一些新奇刺激所吸引；注意的范围较小，不善于分配自己的注意力。

③这一阶段的学生感知事物比较笼统，不精确，往往只注意到一些孤立