

XINDE JIAOYU

张大均 主编

心的教育

家庭心理素质教育丛书

(0-2岁幼儿家长用书)

▶ 教育不应该在学校由教师开始，而应该在家庭由母亲开始。



贵州人民出版社

XIN DE JIAO YU

徐文彬 主编

心的教育

美国心理学家詹姆斯·杜威著

（美国芝加哥大学心理学系教授）

——詹姆斯·杜威的教育思想
——詹姆斯·杜威的教育思想
——詹姆斯·杜威的教育思想



中国文联出版社

XINDEJI

心的教育

家庭心理素质

(0-2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.0~2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 7-221-05985-3

I.心... II.张... III.婴幼儿-心理卫生-家庭教育 IV.B844

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 072866 号

心的教育

——家庭心理素质教育丛书

(0~2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:147 千字

印张:6.125 印数:1-3000 册

ISBN 7-221-05985-3/G·2191 定价:11.80 元

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,很多家长因对县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,欢迎读者和行家批评指正。

张大均

壬午年初夏于西南师大

目 录

【智慧篇】

初来乍到,婴儿对这个世界的一切都感到陌生而不可控制。他的小小身体蕴藏着无数具有发展潜力的种子。当他用简单的动作、情感、语言表达自己的“发现”和“创造”时,孩子的智慧萌芽了。

- 2. 细微之处见精妙 / 009
- 3. 千呼万唤“说”出来 / 017
- 20. 小小探索家 / 167
- 21. 与宝宝一起阅读 / 176
- 17. 玩出来的天才 / 146
- 7. 让孩子去“创” / 056
- 6. 模仿是创造的开始 / 047
- 9. 有心栽花与无心插柳 / 073
- 10. 动作是智力大厦的砖瓦 / 083
- 1. 智慧的探索者 / 001

【性格篇】

渴有的孩子安静,有的孩子好动。当孩子能够自由移动自己的身体,能够操作玩具,能够与成人彼此沟通与交流的时候,孩子初步的成功感、独立性、自信心开始萌芽了。

- 4. 无声的情感语言 / 028

- 13.宝宝的哭 / 110
- 5.你 我 他 / 037
- 8.幼小的孩子,大写的人 / 065
- 11.爱的艺术 / 093
- 14.良好习惯从小培养 / 119

【交往篇】

孩子对父母或主要照顾者的依恋,是孩子交往行为的开始,依恋的中心是爱,是彼此信任,是亲情。

- 12.小小跟屁虫 / 102
- 15.忙碌的社交家 / 130
- 16.宝宝“怕生”怎么办 / 139
- 19.宝宝的家 / 159
- 5.外面的世界真精彩 / 153

1 智慧的探索者

基本目标：培养孩子的独立意识

目标分解

1. 鼓励孩子大胆尝试；
2. 培养孩子独立活动的简单技巧。

● 家教警句

你要教育你的孩子走路，但是，应由孩子自己去学走路。

——爱默生

判断鉴别



镜头一：乐乐学步并不晚，一岁开始学步，可到一岁半还没有独自走过几步，大人们怕乐乐摔倒，总是有人扶着他走。乐乐开始学步时胆子并不小，但家人的紧张情绪使小乐乐也变得十分胆怯。

镜头二：两岁的佳佳要自己叠小被子，在一边等她吃饭后要上班的妈妈急了，说：“你做这个还早呢！”

镜头三：甜甜七个月大，正在房间里学爬，开始她还不太会用劲，有时小脸都憋红了。爬了一会儿，爬不动了，她将小脸抬起来看了看，没人理她。爸爸在一旁看书，妈妈正在另一个房间打麻将。甜甜伤心地哭了起来。

镜头四：爸爸妈妈买了一把安全剪刀给婷婷，她很喜欢剪刀上的图案，常拿着剪刀不放。她的祖母很不放心地说：“她才两岁，不能用剪刀，实在太危险了。”但是，爸爸妈妈深信，如不让她试试，她就永远不懂。于是，妈妈就开始示范如何拿剪刀和剪纸的动作。结果，婷婷试了一次就乐此不疲地剪……剪……剪……

点评：上述四个场景描述了父母不同的教养方式。镜头一的家长太溺爱孩子，对孩子百依百顺，从不让孩子插手各种力所能及的事，更谈不上独立性的培养。镜头二的家长太专断，他们不考虑孩子的身心发展规律和具体情况，按照自己的意志和要求强迫孩子做事或不做事。镜头三的家长对孩子太放任自流，缺乏责任心，对孩子独立性的发展不闻不问，只提供物质条件供孩子生活。镜头四的家长能遵循孩子的独立性发展规律，对其独立性的发展耐心地进行指导，家长能言传身教，身体力行。



● 告诉你

孩子的心理发展是一个由量变到质变的发展过程，在这个发展过程中有几个关键性的转折期。一至三岁是孩子发展过程中的第一个转折期。这个阶段的孩子学会各种动作，学说话、做事，要求独立，渴望探索新世界，有了初步的独立意识。另一方面，父母又认为孩子太小，不应该满足他的独立意识，于是孩子与家长之间有了矛盾与冲突。心理学家把这个年龄阶段称为人生的“第一反抗期”、“第一个闹独立”时期，也有人叫“第一危机期”。孩子的这一转折期虽然不很长，使用了“危机”一词，是在警告人们这一

时期很重要,如果处理不当,会导致孩子缺乏自信,缺少创新,依赖性强,无法在社会上独立容身。你知道了培养孩子独立性的重要性了吗?

训练策略



策略一 解放孩子的双手

孩子是不愿意被限制的,明智的家长应该解放孩子的双手,鼓励孩子大胆尝试。

◆ 尊重、信任孩子

孩子不论大与小,大人不论老与少,他们都是一样,其本质是一样:人。每个孩子都有自己独特的生理、心理发展规律,有其特殊的内心世界,有七情六欲。因此在培养孩子独立性的时候,要尊重孩子独立的要求与愿望,以平等的态度看待孩子要求独立的行为表现,从孩子的角度出发,而不是以成人的角度来考虑孩子的行为。如孩子要自己走小坡小坎,家长可能借口危险、动作慢而限制孩子的需要,正确的做法是满足孩子的需要,用手从孩子身后巧妙地形成保护,孩子毕竟非常幼小,需要家长的照顾和保护。如果你太忙,可以与孩子达成协议:自己走一小段,妈妈抱一小段。当孩子不小心跌倒时,不要紧张地跑上去把孩子抱起来,并咒骂孩子跌倒的地方,甚至会朝那地方跺上两脚,说:“就是它把我们宝宝给碰倒了。”以哄住孩子的啼哭。

◆ 创造机会与条件

随着独生子女的增多,现代的亲子关系发生了巨大的变化,一个孩子成了爸爸、妈妈、爷爷、奶奶、外公、外婆关注的焦点,往往是过度照顾。从孩子这方面来说,做什么事情都在父母的监护下,会对独立性的养成形成一种阻碍的“主要因

素”。在小家庭中，做母亲的最好一个礼拜有一次自由的时间，自己保持一点特定时间不要去照顾孩子，改变大人对孩子的“过度照顾”的关系，从而产生使孩子精神上“独立自主”的功效。爱自由是人之本性，无论多么小的孩子还是成人都希望得到“自由”。因此家长不宜过多地限制孩子的活动。在他活动时，只要没有危险，父母就不要干预，不要过度保护，事事代劳，要让孩子处理自己的事情。如在买玩具、选择运动项目、选择音乐器材等方面允许孩子自己选择和决定，不由家长全部包办。允许孩子干一些力所能及的事。如叠小手帕、小袜子等之类的事情，可以让孩子亲自动手去做。

策略二 必要的指导与帮助

“我自己来”是人生的第一种独立意识，它应该被尊重，同时，也应该得到进一步的帮助，尤其是方法上的帮助。

◆ 家长给予必要的指导

父母应该看到，此时孩子还缺乏正确估计自己的能力，他们并不清楚自己到底有能力做什么，什么是他们做不到的。这就要求父母适当加以引导。如孩子吃饭是令许多父母头疼的一件事，孩子一岁左右，就开始在吃饭时跟父母捣乱了。一会儿抢勺子，一会儿抢碗，有时甚至会拒绝吃饭。解决这个难题的办法就是给他一个小碗，一把小勺，再给他一小勺饭，让他学着自己吃，家长进行示范：怎样拿勺子，怎样吃饭，让孩子模仿，这时孩子通常会比较安静，吃饭的积极性也比较高。

◆ 重视孩子的每一个成绩

不论教孩子做什么事情都要创造条件让他取得成功，哪

怕在我们看来是微不足道的成功,我们都应对它表现出与孩子同等的喜悦。当孩子画了个大圆圈并惊喜地说“太阳公公出来了”时,我们千万不要忽略了他的这份小小的成绩,而应该在看了他的画后,把他抱起来,亲亲他,说:“宝宝真能干,真的会画太阳公公了。”

◆ 多表扬和鼓励,少批评和惩罚

如果批评过多,惩罚过多,可能会使孩子对行为产生困惑,从而怀疑自己的能力。孩子动手做事后要表扬。当一二岁的孩子开始说“我做”,“我自己”、“让我来”……时,父母就应该鼓励他独立做事,使他得到一种愉快的情绪体验,他就会倾注全部热情和聪明才智去争取新的成功,这样在内部和外部条件相互作用下,孩子的独立性就得到了发展。

◆ 家长要有耐心

家长不让孩子独立生活、行动的理由很多,如不放心、缺乏耐心等。培养孩子的独立性确实需要耐心。因为独立性的培养不仅要靠生理心理的自然成熟,而且也要靠后天的学习,这是一个漫长的过程,不可操之过急。当孩子第一次学走路时,家长要耐心地等待;当孩子第一次学吃饭时,家长一定要耐心地教并且善后。当孩子对某事抱着探索疑问的态度时,家长不可要求孩子立即正确完善地完成任务和回答问题,而应给他充分的时间,让他自己去思考和寻找答案,必要时,只要给他一些启发和引导,而不要急于包办代替。

◆ 分配简单的事情让孩子完成

孩子是一个不断发展变化的人。孩子生就一双小手,就是要摆弄东西的。在摆弄东西的过程中不断发展、成熟。他是

一边做,一边想,离开了动作,思维就很难进行下去。所以让孩子多动手,给他分配点活,不让他的小手闲着。比如,收拾碗筷时让孩子拣掉在地上的饭菜,晾衣服时让孩子拿着衣架等等,这样既练习了动作,又发展了孩子的独立性。

每一个孩子都是父母的作品,如果父母使用的是简单、粗暴的手段,那么雕刻的作品也是粗线条的;要想得到一件精品,父母需要付出的将是耐心与智慧。



反思体验 ● 案例分析



多启发、多鼓励

明明刚一岁就学步了。她摇摇晃晃地向前迈步,伸出两只小胳膊保持平衡。停停走走,一会儿又摔倒了。坐在沙发上的妈妈一动也不动,只是很温柔地对明明说:“明明好乖,自己起来!”明明趴在地上睁着大眼睛看看妈妈,呆了一会儿慢慢地自己站起来,站在那儿又看看妈妈,嘴里还哼哼唧唧,好似说:“你们不用管我,看我自己的。”然后又走了起来。终于走到了妈妈的沙发前,扑到了妈妈的怀里。妈妈亲亲明明的脸蛋表示庆祝和鼓励。

专家点评:作为母亲,面对孩子的学步首先是以充满爱的态度来关注,然后耐心地等待,最后在孩子走完整个过程后给予鼓励和表扬。如果一看到孩子摔倒,就马上跑过去扶持而不是鼓励孩子自己站起来,那么不但不能对孩子有所帮助,反而会产生负面影响。

注重活动过程

两岁的东东要自己接水喝,可是水溢出来了,孩子的衣服被水浸湿,妈妈一把夺过孩子手中的杯子,说:“我的老祖宗,你要喝水,给妈妈说……”

专家点评:每一个人都会有不成熟的第一次,对于孩子来讲,能学会自己接水喝,多了不起。可惜,自己手眼不协调,犯了错误。这本来也不是什么大事,可在有的成人眼中,这是大事,说明孩子太小,不能自己做,于是就有了诸多限制。时间一长,孩子自己做的兴趣都没有了。其实,让孩子做事,不外乎是给孩子一些成长经验,培养孩子的独立意识。那种过分看重活动结果,忽视孩子活动过程的想法是不利于孩子成长的。



作为家长你一定想知道这个阶段的孩子的独立意识到底什么时候出现?又是怎样发展的。

刚出生时,当孩子的手臂被捆绑得很紧时,他会活动手臂挣扎出来以争取自由,这是孩子独立性发展过程中的雏形。随年龄增长,在父母无微不至地照看下,孩子慢慢学会走路。自我意识不断发展,尤其是自己动作的意识,大肌肉与小肌肉动作在活动中获得成功,逐渐能够把自己的动作和动作的对象区分开来,并且体会到自己的动作与物体的关系,意识到了自己力量的存在,孩子有越来越大的能动性,他不再被动地听任成人摆布。他对成人的指示和安排有越来越大的选择性。

一岁左右,孩子出现了最初的独立性,在许多场合,他拒绝成人的直接帮助,而要“自己来”。比如吃饭,他要抢着吃。