

我们只有一个孩子

我们只有一次对孩子进行成功教育的机会

让我们珍惜这只有一次的机会吧



家庭素质教育漫谈

宁波出版社

我们开教一下孩子

我们开教——在开教下进行的开教教育

我们开教——在开教下进行的开教教育



家庭素质教育漫谈

宁夏出版社

- △ 我们只有一个孩子
- △ 我们只有一次对孩子进行成功教育的机会
- △ 让我们珍惜这只有一次的教育机会吧

家庭素质教育漫谈

鄞县教育科学研究室编

宁 波 出 版 社

一九九七年九月

责任编辑：李振声

封面设计：钱建国

家庭素质教育漫谈

鄞县教育科学研究室编

宁波出版社出版发行

(宁波市苍水街 79 号)

鄞县文教印刷一厂印刷

开本：850×1168 1/32 印张：7.125 字数：150 千字

1998 年 4 月第二版 1998 年 4 月第二次印刷

印数：10000—15000 册

ISBN 7-80602-173-6/G·77 定价：7.60 元

目 录

第一章 全面发展的家庭教育	(3)
人生的成功需要高“情商”	(4)
能力比知识更重要	(5)
家长要当“心理保健师”	(7)
教孩子“行”，“行”做人之道	(10)
第二章 怎样教孩子学做人	(18)
会做人与会做学问哪个重要	(18)
教孩子做个关心他人的人	(22)
教孩子做个自理自立的人	(28)
教孩子做个勤俭节约的人	(33)
教孩子做个孝敬长辈的人	(37)
你的孩子懂得了多少道理？	(40)
第三章 知识和智力是一回事吗	(42)
什么样的知识才有用	(42)
全面发展儿童的智力	(46)
最宝贵的是创造力的先导——想象力	(59)

第四章 健康的身体比什么都重要	(66)
让孩子的眼睛清澈明亮	(67)
保护好孩子的牙齿	(70)
提供足够的营养但不过量	(72)
锻炼——健身的主要途径	(77)
第五章 人们往往忽视心理健康	(80)
关心孩子的心理健康	(84)
加强心理健康教育	(88)
几种不健康心理及矫治	(94)
第六章 社会需要有个性特长的人	(101)
个性 性格 特长	(101)
哪些因素会影响个性特长的形成和发展	(105)
在培养兴趣中孕育孩子的个性特长	(111)
第七章 良好的习惯是孩子成长的催化剂	(117)
教育孩子养成良好的做人习惯	(117)
教育孩子养成良好的求知习惯	(124)
教育孩子养成良好的劳动习惯	(131)
教育孩子养成良好的生活习惯	(136)
教育孩子养成良好的健康习惯	(144)
第八章 做父母的学问是很大的	(149)
你是一位合格的家长吗?	(149)
向您介绍三个最重要的家教观念	(156)
家长最重要的三大工作	(171)
第九章 家庭教育中几个不可忽视的问题	(176)

责备孩子的技巧·····	(176)
金钱奖励的分寸·····	(179)
看电视的度·····	(183)
对孩子诚实的教育·····	(187)
第十章 积极配合学校形成教育合力·····	(192)
让孩子热爱自己的学校和老师·····	(192)
正确地对待成绩报告单·····	(200)
帮助孩子过好双休日·····	(205)
九六年下半年双休日活动计划·····	(207)
参加学校组织的家长活动·····	(208)
鼓励孩子参加各种竞赛活动和集体活动·····	(212)
附录(一) 新编家教三字经·····	(215)
附录(二) 新三字经·····	(216)
附录(三) 新编弟子观·····	(219)
后记·····	(221)

△我们只有一个孩子。

△我们只有一次对孩子进行成功教育的机会。

△让我们珍惜这只有一次的教育机会吧！

孩子是祖国的未来，民族的希望。

家庭教育、学校教育和社会教育是造就一个人的三个重要方面。

家庭是人生的第一课堂。父母是孩子的第一任老师。在社会教育和学校教育都大体一致的情况下，孩子的发展与差异主要在于家庭教育。家庭教育已经引起社会和每一位做父母的深切关注。

每一位父母都想把自己的孩子培养教育得好一些。问题在于怎样能教育得好一些。

在教育孩子方面，不可能在犯了错误的情况下再重新教育一遍。更何况我们只有一个孩子，我们只能有一次对孩子进行成功教育的机会。

所以，每一位家长确实应该好好思索一下孩子的教育问题。我们怎样帮助自己的孩子取得成功？

在孩子学会生存、学会关心、学会学习的道路上我们应该作些什么样的帮助？

为什么智力商数很高的孩子却常常可能在人生的道路上并

不成功？

知识和能力是一回事吗？怎样帮助孩子获得真正的能力？

什么是真正的健康？我们关注过孩子的心理健康吗？

怎样使孩子健康地走上未来的人生之路？

……，……？

亲爱的家长，让我们珍惜这只有一次的教育机会吧！为了教育的成功，让我们审视和学习一下成功的教育经验，关注一下教育思想、教育艺术和教育技巧吧！

本书针对现代家庭教育中存在的缺陷及问题，吸纳国外、国内儿童心理学家、教育学家、行为学家的著述精华，请家长打开眼界，看一看世界在这方面的讨论与学说，用新的眼光、新的思路，考察一下教育孩子的模式，既不用简单的古老的教育来对待孩子，又时时警惕现代社会的种种“流行病”，走出现代家教的“误区”，积极实施全面发展的家庭教育，帮助孩子学会生存，学会关心，学会学习，走上成功的人生之路！

我们希望每对父母都有一个健康、聪明、快乐、上进的孩子。

我们盼望每个孩子都有幸福的现在和未来。

我们期望本书会让每个读者有所启迪，有所收获。

现在请你阅读第一章。

搬运夫和哲学家原始智力差别要比家犬和猎犬的差别还要小，是后天教育造成了人能力上的差别。

——马克思

第一章 全面发展的家庭教育

作为家长，最大的愿望就是希望自己孩子的未来人生能够美满、幸福。

为了孩子未来的美满、幸福，家长们无不想方设法，竭尽自己的努力。

对孩子进行智力开发，是当今家长们普遍的努力，也是家庭教育的首要选择。许多家长用自己牙缝里省出来的钱为孩子购买各种各样参考书、购买钢琴、购买电脑，为孩子选择最好的学校，送孩子上五花八门的“补习班”。一位贫困山区的母亲甚至用自己卖血换来的钱供孩子买书学习。教育孩子聪明、听话、不惹祸这似乎是家长的最大心愿，也是家庭教育的全部。

然而，不知家长们有没有仔细地想过，智力开发了，智商提高了，人聪明有知识了，是不是就一定意味着人生的成功呢？

似乎不是这样。

举个例子就能说明这一点。

一个运动员技术水平很高，但如果他心理素质不好，临场胆怯，精神紧张，承受不了压力及比赛过程中的种种曲折和挫折，就无法发挥出自己的水平，取得较好的成绩。

智力教育并不是家庭教育的全部。

家长们还应关注对孩子的“情商教育”。这是因为，

人生的成功需要高“情商”

现代心理学研究表明,一个孩子在成长的道路上,最终能不能成为一个比较出色的人、有成就的人,常常并不完全决定于智商,还决定于另外一个因素——“情商”。

什么是情商呢?

美国《时代周刊》曾载文介绍,我们人类一直重视人的智力,并且有一个衡量智力水平的测试系统——智商;但是一直没有注意到,在人的智商之外,还存在着另外一个能衡量人的能力水平的,应该加以足够重视的参照元素,即“情商”。所谓“情商”,简单地说,是一个人控制自己的情绪、承受外界压力、把握自己心理平衡的能力。科学家们经过各种测验和考察,证明了情商比智商对人的发展和成功更为重要,它在更大程度上决定了一个人的婚姻、工作和整个人际关系的处理,甚至包括他的事业。

有一个著名的关于“情商”的实验:在一个幼儿园里,从儿童中随意选出一群儿童。让他们分别走进一个空空荡荡的大厅。在大厅中央,最显著的位置上放了一块软糖。测试老师对每一个将要走进去的孩子说,如果你一直不吃软糖,坚持到叫你出去的时候还没有把这块软糖吃掉,老师将给你奖励,再给你一块软糖。这样你总共能得到两块软糖。如果你等不到老师叫你出去,就把糖吃掉了,那么你就得不到另外的一块糖了。

孩子们依次走进大厅,实验开始了。

起先,每个孩子都会忍受着,控制着自己不吃放在中央的那

块软糖。但是随着时间的推移,产生了差异、出现了变化。

有些孩子控制能力不强,受不了糖的诱惑,又见大人不在,就把糖吃掉了。另一些孩子尽量控制着自己,转移注意力,眼睛一直不看那块糖,一直等到老师来把他领出大厅。他得到了奖励,得到了第二块软糖。

实验设计者把孩子分成两组。一组因为不能坚持到最后,只得到一块软糖的孩子。另一组是那些坚持到最后,得到了两块软糖的孩子。他们对这两组孩子都进行了长期的跟踪调查。调查的结果是,得到两块糖的孩子一般说来要比只得到一块糖的孩子生活得好,也就是说更为成功。

实验的结论是,凡是小时候缺乏较强的控制力的,即情商低弱一点的孩子,长大以后,不管他的智商如何,在人生道路上都不太容易取得成功。实验结果引起了普遍的关注。人们对情商教育普遍开始重视和关注了。

教会孩子聪明是需要的,也是必要的。但是决不能忽视对孩子在生活中把握人生、把握环境、控制自己、掌握自己的能力的培养。

能力比知识更重要

智力教育并不是家庭教育的全部。

但是,它是家庭教育的重要组成部分。

让这个重要组成部分在孩子的人生道路上发挥其重要作用是非常重要的。

许多家长为孩子采购大量书籍,以供阅读;送孩子进各种补

习班,以提高成绩;督促孩子抓紧时间学习,以增加知识。

知识越多越好,这是人们习惯的认识。

事实上,在 21 世纪即将来临之际,我们打开眼界,环视世界,就会发现:

许多国家注重培养人才,我们还是在注重培养知识。

世界在减少孩子的学习负担,我们却在增加。

未来世界所需要的不仅仅是有知识的人。

我们需要有准确的选择力、勤奋的自学力、理论的创造力、实践中的决断力和肯埋头实干的人才。

伟大的发明家爱迪生曾把一个电灯泡的玻璃壳交给助手,请他计算出灯泡的体积。因为灯泡的形状并不是一个很标准的球体,是一个由许多圆滑弧线过渡的泡状的圆柱球,所以那位大学研究生毕业的助手弄了一个上午,也没有计算出结果来。爱迪生从外边回来,助手还在计算。见到爱迪生,因为还没有完成任务,助手感到很不好意思,他连声道歉,并同时解释说,这个形状很不好计算。

爱迪生感到十分惊讶。他一言不发,接过玻璃壳,往里面注满了水,然后倒进量杯里。

结果一下子就出来了,而且绝对准确,助手惊得目瞪口呆。

同样的知识在不同人的手中,作用是不相同的。

其差异就在于谁利用或应用知识的能力强。

爱迪生可以成为世界闻名的发明家,不光是因为他的知识丰富,更是因为他应用知识的能力强。

能力比知识更重要,能力是人生成功的关键。

我们还应该考虑到世界在不断向前发展。新知识的增长很

快,知识老化的速度也很快。许多知识处在不断被淘汰中。以获取知识为目的的教育根本无法解决学习时间有限而知识无限的矛盾。出路只有一条:让孩子学会学习,培养不断获取所需知识的能力。

古人常曰:“授人以鱼,不如授人以渔”。这句话的意思是,送人一条鱼,让他美美地吃上一顿,还不如教授他捕鱼的方法。待他自己会捕鱼了,他就可以天天尝到美味的鱼肴了。

我们教育孩子时,也应该有这样的教育观。

我们要重视孩子的发展,倡导和实行发展型教学,积极开发孩子的智力,努力培养孩子的能力,特别是学习能力,让孩子学会学习,使他在今后的人生道路上,不管遇到什么困难,都有能力通过学习,找出解决困难的办法。

让我们教会孩子学习,不光是灌输知识。

家长要当“心理保健师”

每一位家长都希望有一个健康、聪明、快乐、上进的孩子。

那么这里的“健康”含义是什么?

一般人都认为健康就是身体没病。常有人说:“能吃能喝,生的哪门子病?”但事实并非如此简单。

有些孩子看上去壮壮实实,可坐在课堂上就是怎么也集中不起精神来。他们玩钢笔、玩折纸,有时甚至玩自己的手。有的眼神迷离,自控能力很差,老是做着“白日梦”。有的明明学习成绩很好,可偏偏怕考试,一考试就头疼或肚子痛。有的离开父母不敢独自睡觉。有的在家很霸道,一出门就非常胆小,而且动不

动就哭，只能表扬，批评不得，非常任性。

这是一些大医院、名医院都检查不出来的病，它们是“心病”。

健康的概念必须扩充，它应该既是生理的又是心理的。心理健康就包括“完美的人格、健康的心理、良好的个性。”

遗憾的是我们以前对孩子的心理健康重视得太少了，更谈不上对孩子进行健康心理教育和培养了。

国家八五重点项目的一项研究表明，全国中小學生中有32%的人存在心理异常现象。上海高校的大学生中30%以上有不同程度的心理疾病，包括焦虑症、恐怖症、强迫症、抑郁性神经症、神经衰弱等。从调查中得知造成这些问题的因素大部分来自家庭和学校。生存环境的冷漠对孩子心理疾病的产生有至关重要的影响。父母往往忙于工作生活，天天忙忙碌碌，早出晚归，与孩子接触很少，而孩子也不轻易向人吐露自己的心事，长久的压抑终于导致各种各样的心理障碍。

华中师范大学教育科学学院教授刘荣才先生曾在“南方周末”报上载文《令人担忧的一代》。他在文中说，这一代孩子不是没问题，而是有很多问题。这往往是由于老师及家长在教育孩子当中存在的一些误区造成的，我们把它归结为以下几点：

- 1、只重视知识学习和智力开发，轻视孩子个性发展、品德培养。

- 2、对孩子过分迁就溺爱，培养出来的“小皇帝”任性自私，以自我为中心，对困难的承受力差。南京地区曾经对2300名大中小學生进行过调查，发现有71%的学生缺乏毅力，67%的学生难以承受失败。

3、家长对孩子过分保护监督和管制,造成了孩子胆小怕事不合群的性格。不少独生子女在家里说一不说二,是小霸王,一出门就怕见生人,胆小如鼠。

4、家长对孩子样样包办代替,使他们自理能力极差。天津市少工委曾经对 1500 名中小学生作过一次调查,发现有 51.5% 的学生长期不会整理生活用品;74.4% 的人生活、学习离开了父母就束手无策。在生活上毫无责任能力的人往往在学习上的责任承担力也不够。

拥有健康的心理对一个人的成功实在太重要了。

一个人在自己的人生中,就像一个运动员处在激烈的竞赛中一样。人生就是一个长期的竞赛过程。运动员要获得竞赛的胜利,必须依靠自己的运动水平,但也离不开健全的心理,否则水平是无法发挥的。人生又何尝不是如此呢?

有许多孩子智商、智力都不错,也很要求上进,可是当学习中稍微遇到点挫折,或者外界包括家长有了一点批评,心理上就会承受不了。时有所闻,一个十三岁的孩子,因为母亲在学习上对他做了一点批评,他接受不了就自杀了,等等。心理素质这么差,承受能力这么差,即使有很高的智商,极好的智力,渊博的知识和出色的专业技术,在社会上也将会难以生存和发展。

《人民文学》杂志曾报道过一则真人真事,颇令人深思。

1991 年圣诞节前夕,美国依荷华大学校园内一片喜庆气氛。半夜里,几声凄厉的枪声划过被灯火映红的夜空。一场令人震惊的血案发生了。

作案者是来自中国大陆的“高材生”卢刚。一瞬间,他的大陆同学杜小山,他的美国导师和系主任,还有一位慈祥的老太

太、依荷华大学的副校长都成了他的枪下之鬼，办公室的秘书也中弹受伤。卢刚把第6颗子弹留给了自己，为自己流星般的一生匆匆地划上了句号。此案影响极大，美国损失了两位一流的科学家，几万名中国留学生的心中留下了难以消失的阴影。

从卢刚留下的遗书来看，他的杀人动机十分简单：除掉与他作对的人，为自己讨回“公道”。卢刚是一名学业和研究十分优秀的学生。初到美国，深受导师赞赏，为此他深感自豪。后来，从大陆来了一位杜小山。起初两人和睦相处，但随着时间的推移，两人之间出现了缝隙。卢刚发现在某种程度上杜小山比自己更为出色，导师对他更为赞赏，就开始不满了，发展到后来就酿成了上述的惨案。

卢刚曾经很优秀，他学到了知识，却抛弃了生命，这知识又有什么意义？

许多发达国家都十分重视孩子的心理健康教育。他们认为孩子的许多时间是在家庭度过的，他们接触最多、信得过的是父母。如果父母民主友善、关心体贴、富于爱心，孩子是愿意把自己的心里话、“小秘密”跟这样的父母说的。

父母应该是孩子的心理保健师，要用自己的健康心理，用正确的教育态度去维护孩子的心理健康，同时一旦发现孩子有较严重的心理偏移或缺陷，就去求助于精神卫生医师或心理治疗专家。

教孩子“行”，“行”做人之道

张伯苓先生是我国现代著名教育家。他创办了南开中学和