



(初中一、二年级学生家长必读)

成功父母阶梯培训教程

我的孩子最好

主 编：蒋 超

插图绘画：尹春霖

中国言实出版社



成功父母阶梯培训课程

丛书编委会

执行主编：王明霞

教育顾问：关鸿羽

肖 川

徐燕玲

徐兆泰

编 委：李 贤

祁砚业

周艳杰

林 琳

张 辉

刘银轩

林鸿雁

前言

初中，孩子人生的第二站

告别小学升入初中，孩子的人生从此进入了一个崭新的阶段，开始了学习的第二个历程，走进了一个全新的环境，面对一个新的变化。

初中生正处于由幼稚的童年向青年过渡的青少年时期。在生活和学习上都还不能完全独立和自觉，仍需要父母的继续关怀、引导、督促和帮助。

刚刚迈入初中，孩子需要对环境有一个适应的过程。面对课多、书多、老师多的“三多”现象，有的孩子感到不习惯，对功课应接不暇；对于已经到来的青春期，许多孩子大感困惑；面对课程的新变化和新要求，有的孩子还一时难以适应，甚至出现了成绩下滑的现象；由于课程的变化，原来的学习方法似乎也失去了原有的“威力”……这些都呼唤着家长仍要站在孩子的身边，帮孩子平稳过渡，让孩子慢慢适应，“软着陆”。

家长在帮助孩子“软着陆”的同时，还要抓住机遇，培养孩子的多元智能，特别是提高孩子的语言智能和数理逻辑思维智能。初一、初二年级，对于培养孩子的多元智能而言，仍是一个关键的时期。



孩子进了初中，知识增多，学习知识的思维也需要转变，但学习、掌握知识是有规律可循的。家长应该帮助孩子认清规律，掌握学习方法。

每个孩子，都有自己独特的学习方法。学习方法没有最好的，只有最适合的。之所以有的孩子上了初中，成绩就开始和别人拉下一大截，很大的原因就在于学习方法没有转变。家长要配合学校，帮助孩子转变学习方法，适应初中课程的要求。

孩子不但会学习，还要会考试。考前心理辅导和调适是家长们能够帮上忙的地方，对于试后孩子的总结提高家长也可以“助一臂之力”。

初中，尤其是初一、初二阶段，是孩子打基础，承上启下的关键时期，家长应该和孩子一起把握好这一阶段，帮助孩子夯实基础，为即将到来的初三中考做好准备。

目 录

第一章 走进初中生活, 适应初中变化·····1

第一节 认识初中的新转变, 适应初中的新要求·····3

一、上了初中, 孩子需要一个转变期·····3

二、初中课程, 对孩子提出了新要求·····10

三、关注青春期孩子的变化·····14

【特别提醒】问题学生是这样产生的·····26

第二节 了解初一、初二课程, 制定学习计划·····33

一、帮助孩子制定合理的计划·····33

二、上了初中, 孩子们的成绩

为什么拉开差距·····37

【家长须知】初一、初二孩子在学什么·····39

第二章 初一、初二与孩子的多元智能·····44

第一节 您了解多元智能吗·····46

一、什么是多元智能·····47

二、初一、初二是培养孩子多元智能

“关键期”的最后时刻·····50

第二节 家长如何在“关键期”最后时刻培养孩子

的多元智能·····53

一、帮助孩子发展思维能力·····54



目 录

3

二、怎样帮助孩子发展记忆力·····	56
三、怎样帮助孩子发展想象力·····	58
四、如何发现孩子的最佳智能·····	61
【教子忠告】谨慎对待各种特色班·····	66

第三章 在家庭中提高孩子的语言智能····· 71

第一节 了解孩子语言智能的特点····· 73

一、语言智能及其特点·····	73
二、小测验：您了解孩子 语言智能的水平吗·····	76

第二节 提高孩子的语言智能····· 79

一、扩大孩子的阅读面 —— 提高孩子的阅读水平·····	79
二、让孩子多观察生活 —— 提高孩子的写作水平·····	82
三、让孩子大胆地说 —— 提高孩子的表达水平·····	85
四、帮助孩子理解文言文 —— 提高孩子的语言素养·····	88
五、为孩子营造外语学习环境 —— 提高孩子的外语水平·····	90
【家教热点】该不该给孩子请家教·····	91

第四章 在家庭提高孩子的数理逻辑智能····· 94

第一节 了解孩子数理逻辑智能的特点····· 96

一、数理逻辑智能及其特点····· 96

二、小测验：您了解孩子数理逻辑智能的水平吗····· 99

第二节 提高孩子的数理逻辑智能····· 101

一、教会孩子安排好自己的生活····· 101

二、让孩子学做家庭小管家····· 104

三、与您的孩子一起做游戏····· 106

四、巧用身边资源 提高孩子的数理逻辑智能····· 110

【专家提醒】“奥数”培养不出大数学家····· 112

第五章 帮孩子找到有效的学习方法， 从容面对考试····· 115

第一节 沟通——了解孩子，走近老师····· 117

一、和自己的孩子心心相通——家教成功的前提····· 118

【测一测自己的说话方式】····· 123

二、与孩子的老师零距离接触——家教成功的关键····· 126

【经验传递】家长应在收放之间帮孩子学习····· 129



第二节 学习方法——没有最好的，

只有最适合的·····130

一、对孩子进行学习过程的指导·····131

二、对于学生进行学习技术的指导·····131

三、努力帮助学生形成个性化学习方法·····132

四、对孩子进行课外学习与自学的指导·····133

五、对孩子进行学习思想的指导·····134

【学习指导】每个孩子都有自己的

学习方法·····135

第三节 帮助孩子调整考试前的心理·····136

一、考试前家长应保持什么样的心态·····137

二、帮助孩子缓解压力·····138

三、如何消除孩子的恐惧、焦虑·····141

第四节 试后总结——孩子进步的新起点·····144

一、家长应如何看待孩子的考试成绩·····144

二、建立孩子考试问题本，发现
孩子的问题·····147

三、如何参加家长会·····149

【提醒家长】期望适中是动力，

期望过大是思想负担·····153

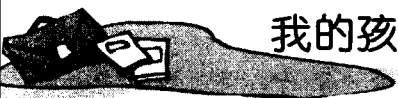
附录：家长备忘录·····155

8-10月 备忘录·····155

一、课程和生活方面的建议·····155

二、孩子个性培养方面的建议·····	156
三、青春期发育方面的建议·····	157
四、期中考试与家长会·····	159
11-1 月 备忘录·····	159
一、课程和生活方面的建议·····	159
二、孩子个性培养方面的建议·····	160
三、青春期方面的建议·····	161
四、期末考试与家长会·····	163
合理安排寒假·····	163
一、孩子寒假生活规划的建议·····	163
二、课程和假期生活方面的建议·····	164
三、孩子个性培养方面的建议·····	164
3-5 月 备忘录·····	165
一、课程和生活方面的建议·····	165
二、孩子个性培养方面的建议·····	166
三、青春期方面的建议·····	166
四、期中考试与家长会·····	168
6-7 月 备忘录·····	169
一、课程和生活方面的建议·····	169
二、孩子个性培养方面的建议·····	170
三、青春期方面的建议·····	171
四、期末考试与家长会·····	171
合理安排暑假·····	172
一、孩子暑假生活规划的建议·····	172





我的孩子最好

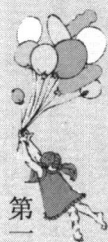
- 二、课程和假期生活方面的建议·····173
- 三、个性培养方面的的建议·····174

第一章

走进初中生活，适应初中变化



“孩子升初中了，又到了一个新的起点，又要面临种种新的问题，应该如何是好呢？”这是许多小学毕业生家长的共同心声。当孩子兴致勃勃地走进中学校园，开始初中生活的时候，带给他们的除了喜悦还会有什么呢？家长又会遇到什么样的问题呢？下面让我们来看一下一个儿子的烦恼和父亲的困惑。



儿子的烦恼

开学还没几天，我却感到很疲惫，压力很大。学习则像脱节了一般，以前自己的强项都感到不能得心应手，让我心里总有说不出的滋味。

我无法适应这儿全新的生活，新的学校，新的老师，新的同学，新的课程……一切都是新的，一切都很陌生，很难找到小学时那种自由自在学习的感觉。

中学的老师讲课好快，中学的课本好厚，中学的学习内容好深……面对这一切，我很着急，却又无从入手，我该怎么办？

父亲的困惑

儿子的学习成绩一向很好，今年终于以优异的成绩考进了中学，按理说我也该松口气了。可是开学第一个星期，昔日活泼、快乐的儿子脸上就失去了笑容，整天心神不定。问他原因，儿子总是像大人似的叹口气说：“爸爸，我觉得上中学一点儿都不如在小学时那样好。是不是人长大了，烦心的事就来了？”我很想帮帮儿子，让往日的笑容重新回到他的脸上，可我却不知道该怎么去做。

作为家长的您，是否也遇到了这样的困惑？您的孩子是否也被这样的烦恼所扰？那么就让我们一起走进初中生活，适应初中生活，成为一个快乐初中生的快乐家长。

本章导读

1. 帮助孩子顺利渡过初一、初二的转变期！
2. 关注青春期孩子的变化！
3. 只有订好学习计划，才能提高孩子成绩！



第一节 认识初中的新转变， 适应初中的新要求

问题：

孩子上了初中感到不适应，该怎么办？

建议：

1. 帮助孩子渡过从小学到初中的转变期。
2. 让孩子适应初中课程的新要求。
3. 关注青春期中孩子的变化。

一、上了初中，孩子需要一个转变期

对于刚刚跨入初中大门的孩子来说，从小学升入初中，是一个不小的转折点。面对陌生的老师，面对新增的学科，面对新的同学，面对和小学有很大差别的初中…生活，他们往往会感到既新鲜，又紧张，甚至有些无所适从。所有的一切，会让他们出现种种反常的表现：如有的孩子变得闷闷不乐，有的孩子爱发脾气……这时家长就要帮助孩子顺利地渡过从小学到初中的转变期，努力使他们成为一个快乐的初中生。





那么初中生活和小学生活相比，到底发生了哪些新的变化？面对这些变化，家长又该怎样去做？

变化一：环境的改变

孩子已经度过了五六年的小学生活，他们已经习惯了那里的学习环境，已经知道了该如何与小学的老师、同学相处。可刚进入初中，孩子走进了一个全新的、陌生的环境，学校、老师、同学全都是陌生的，因此，许多孩子就会感到难以适应，表现出一种“怯生”的心理。

面对孩子即将发生的环境变化，家长应该试着这样做：

孩子在小学毕业升初中的这一个暑假，应暂时放下了一切学习的压力。这时，家长可以带孩子到所在的初中熟悉环境，了解初中的情况，介绍中学生的行为规范和学习情况，让孩子提前开始接触并适应初中的环境。如有可能，家长还可以带孩



子外出旅游，一来让孩子增长知识，开阔眼界，二来也可以转移孩子的兴奋中心。在旅游过程中要有意无意地加强亲子交往，交流思想和感情，适时地对孩子进入初中提出希望和要求。孩子在小学的学习上存在的薄弱方面和不足之处，家长应该利用暑假进行适当的辅导，使孩子尽快适应初中的学习。总之，家长要妥善安排好孩子的暑假生活，让孩子在暑假中为尽快适应初中生活做准备。

另外，当孩子进入初中以后，主要面对的是新同学，要尽快和新同学打成一片，以适应新环境。可有的孩子还是和小学时的同学在一起，不愿意和新同学来往。这时，家长要有意识地问问孩子，班级里有多少新同学，你认识了几个，他们有什么特点，班级在搞些什么活动，发生了什么情况，督促孩子尽快熟悉新环境、新同学、新老师，热爱学校，热爱班集体，做班级的主人，不要让自己的孩子徘徊于集体之外。

变化二：角色的转变

在新的环境中，孩子自身的角色悄悄地发生着变化，在小学时他们是“大哥哥”、“大姐姐”，可一到中学就变成了“小弟弟”、“小妹妹”；有的同学小学时是班委、中队长，上了初中却变成了普通的一员；也有的同学由原来的学习尖子变成了中等生……这些角色的新变化使许多孩子无所适从，产生苦恼。

面对这种变化，家长应该教会孩子：

1. 正确面对这种角色的变化

每个人都不可能一直生活在不变的环境中，人的一生

会面对很多次角色的变化，比如从小学生到中学生再到大学生，从学校走向社会，从儿女成为丈夫、妻子再成为父亲、母亲，等等。我们不可能让环境去适应自己，那么，在每次角色的转变过程中，就要适当地去调整自己的心态，学会去适应环境、适应变化。

2. 正确对待自己的优点和缺点

孩子在小学或许是班干部，或许是普通的一员。对此，孩子的表现各有不同，有的孩子觉得自己很了不起，有的孩子觉得自己可能真的无可救药了。这时，家长可以告诉孩子，升入初中之后，又是一个全新的开始，关键看能不能把握新的开端，使自己成为一个受别人欢迎的人。每个人都是既有优点又有缺点的，一般来说，优点往往受人欢迎，缺点则会给自己和别人带来不快。所以家长应该教育孩子尽可能地发扬自己的优点，让新环境中的同学认识自己、了解自己；对于自己的缺点也不应该回避，应该让孩子尽量克服或改正，并且正确对待善意指出自己缺点的同学。

3. 教会孩子自觉、主动地帮助别人，真心地为集体服务

“集体荣誉高于一切”。在初中，能适应新环境的孩子都把班集体的荣誉看得很高，都希望自己所在的班集体表现出色。同时，在学校主动地帮助同学，更能赢得同学对自己的信任与尊重。这时候，很快地适应环境，融入班集体，使同学们信服，就成了孩子的必修课。所以家长要告诉孩子，班集体也是一个大家庭，作为这个大家庭的一员，应该去做一些自己力所能及的事情。



变化三：孩子心理的变化

进入初中后，孩子同时也进入到人生中又一次心理变化的重要阶段。这时期，孩子的心理变化有四大特点：成人意识、独立意识、闭锁意识和批判意识。家长们可以回想一下，在孩子上小学的时候，睡觉前你亲吻他一下，他会很自然的在你的亲吻中睡去。但是到了初中，如果妈妈在儿子开始睡去的时候亲他一下，他会产生反感，因为他觉得自己长大了，不是孩子了，这是成人意识；独立意识表现在，平时你提醒他多穿点、多吃点……他会很不耐烦。男孩女孩开始有心里的小秘密了，抽屉也开始上锁了，日记也不愿意让你看了，这时家长不用着急，更不用去偷看他们的小秘密。最后一个，批判意识，从小时候对爸爸完全崇拜，到十一二岁时说爸爸“还好，就是有一点懒”，孩子开始具有了批判意识。到了这个年龄，纵向关系开始疏远，横向关系开始紧密；对家长的依赖性减小，要求变高。

面对孩子这些心理变化，家长应该做到：

当孩子出现心理变化时，家长首先不能惊慌失措，应当正确地认识到，这种变化是正常的，是每一个孩子都会出现的。其次，家长对孩子心理变化要进行正确的引导，比如说，女孩子，家长就要多教育其要懂得自重、自爱；男孩子，家长可以教育其稳重、负责任，等等。再次，当孩子一旦出现心理问题时，家长必须及时发现，并进行相应的调整。此外，孩子升入初中后，对孩子心理上产生的种种变化，家长也应该及时与学校进行沟通，以便全面掌握孩子的心理情况。