

家庭教育指南

主 編 劉秉權 趙光輝
副主編 左雲岐 趙秀霞



吉林大學出版社

家庭教育指南

主 编 刘秉权
赵光辉

副主编 左云岐
赵秀霞

吉林大学出版社

家庭教育指南

主编 刘秉权 赵光辉

责任编辑:李万生

封面设计:张沐沉

吉林大学出版社出版

吉林省新华书店发行

(长春市东中华路 29 号)

长春市第十一印刷厂印刷

开本:787×1092 毫米 1/32

1992 年 5 月第 1 版

印张:6.75

1992 年 5 月第 1 次印刷

字数:150 千字

印数:1—35 000 册

ISBN 7-5601-1161-0/G·147

定价:3.00 元

序

家庭是年轻一代成长的摇篮，父母是他们子女的最早的教师。天然的感情联系，使家庭教育对人的一生都有着深远影响。一位伟大的教育家曾经说过：“现今的父母教育子女，就是缔造我国未来的历史，因而也是缔造世界的历史。”当前，我国的家庭教育正面临着新形势、新情况的挑战，切实加强和改善家庭对子女的教育工作，已逐步成为社会各界的共识。

《家庭教育指南》是为适应各地家长学校需要而编写的一本通俗性教材。它以广大学生为对象，旨在为家长们教育孩子提供一些指导意见，以提高家庭教育的水平。

在近年来出版的有关家庭教育的著作中，《家庭教育指南》是颇具特色的。

首先，在形式上比较新颖。它没有拘泥于一般教材的体系，而是采用问题解答方式来阐述内容。在行文上比较灵活，别具一格，比那些连篇累牍的教材更具有适用性。

其次，在内容上不流于空泛。它根据家庭教育中实际存在的问题，从现象入手分析其原因和实质，并提出相应的解决问题的办法，引人注目，发人深思，具有切实的指导性。

再次，它侧重于家庭教育的艺术和方法。进行成功的家庭教育固然需要了解 and 掌握一定的理论知识，但要使理论知识

付诸实践,还必须有相应的方法和艺术伴随。《家庭教育指南》一书的可贵之处正在于它以心理学、教育学等理论为指导,侧重阐述了如何运用这些理论的方法和艺术,从而为广大家长教育子女提供了有效的借鉴,具有很强的操作性。

总之,读过《家庭教育指南》,颇受启迪,令人耳目一新。其名曰《指南》实不为过。对祈望子女成才,探求家教之道的家长们会大有裨益,定能受到广大家长的青睐和欢迎,发挥其指南的作用。

在该书即将付梓之际,应邀作序,欣然命笔,谨此。

辛继尧

1992年3月20日

目 录

家庭教育的一般问题

家庭教育的重要性·····	(3)
家庭教育的科学性·····	(5)
家庭教育的复杂性·····	(6)
家庭教育的特点·····	(7)
家庭教育的方式·····	(8)
家庭教育的特殊感情色彩·····	(10)
加强家庭教育的几点做法·····	(11)
家庭教育的“五不要”·····	(13)
家庭教育要与学校、社会教育相配合·····	(15)

家庭环境与家长修养

遗传、环境和教育·····	(19)
树立良好的家风·····	(20)
定家规有利于教育子女·····	(22)
什么样的家最受孩子喜欢·····	(23)
哪些家庭的子女容易走上犯罪道路·····	(24)
劣等生的家庭导因·····	(25)

家长应对孩子抱有什么样的期望	(27)
子女为什么与父母闹对立	(28)
教育孩子要坚持“五应五不应”原则	(29)
疼爱孩子莫过度	(30)
如何建立良好的亲子关系	(31)
您是否了解您的孩子	(33)
望子成龙莫忘了尊重孩子	(34)
教子方式与母亲的血型	(36)
一位教师对家长的建议	(37)

孩子的心理健康

孩子需要“心理维生素”	(43)
要避免孩子形成回避型性格异常	(44)
切莫对孩子进行情绪凌辱	(46)
注意保持孩子良好的情绪	(46)
注意孩子负情绪的释放和转化	(48)
孩子逆反心理的成因及其防止	(49)
溺爱对孩子心理的消极影响	(51)
孩子嫉妒心的由来及其克服	(52)
孩子生气时怎么办	(54)
治孩子发脾气的“妙法”	(55)
为孩子助兴	(56)
避免消极心理暗示对孩子的影响	(57)
不要强迫孩子服从	(59)
心理“最近发展区”理论的启示	(60)

孩子的能力培养

- 指导孩子从小立志 (65)
- 教育孩子不要迷信权威 (66)
- 在日常生活中培养孩子的观察力 (68)
- 如何克服孩子注意力不集中现象 (69)
- 孩子创造力的培养 (71)
- 培养孩子的坚强意志力 (72)
- 要注意训练孩子的说话能力 (74)
- 为孩子创设思考的情境 (76)
- 增强孩子经受挫折的能力 (77)
- 如何培养孩子的交往能力 (79)
- 要正确看待不同年龄孩子之间的交往 (81)
- 使孩子富有幽默感 (82)

教育子女的技巧

- 如何使用惩戒法 (87)
- 在孩子遇到挫折之后 (88)
- 在孩子取得成功之后 (90)
- 批评孩子的艺术 (91)
- 不要在外人面前数落孩子的缺点 (92)
- 不可忽视“第一次” (93)
- 严要得法 (94)
- “错误体验法”的功用 (95)
- 当孩子向您说了真话之后 (97)
- 注意惩罚对孩子的消极影响 (98)
- 正确对待孩子的淘气 (99)

教育孩子可用点“自然惩罚法”	(100)
注意阴性强化的危害	(101)
许诺的学问	(102)
夸赞孩子也要注意技巧	(104)
孩子顽皮怎么办	(105)
什么是“家长有效性训练”	(106)

家庭中的德育

不可重智轻德	(111)
“道德两难法”的启示	(112)
教育孩子懂礼貌	(113)
孩子为什么说谎	(115)
孩子有了偷窃行为怎么办	(116)
教育孩子关心他人	(117)
注意培养孩子的节俭习惯	(118)
负面教育不可少	(120)
当孩子受了欺负之后	(122)
让孩子学会生活自理	(124)
必须重视对孩子进行劳动教育	(126)
培养孩子爱劳动的习惯	(128)

家庭中的智育

莫把智力当知识	(133)
如何使孩子成才	(134)
怎样判别孩子是否智力超常	(135)
智商测验并不科学	(137)
决定孩子聪明的因素	(138)

重视孩子的非智力因素·····	(139)
注意孩子学习方式上的差异·····	(141)
怎样使孩子记住需要记住的东西·····	(143)
辅导孩子学习必须注意知识的准确性·····	(144)
家庭智力刺激平均水平对儿童的影响·····	(144)
女孩子不适宜学数学吗·····	(145)
把握儿童教育的“关键期”·····	(146)
要善于发现孩子的才华·····	(148)
帮助孩子养成良好的学习习惯·····	(149)
怎样陪伴孩子读书·····	(151)
不要滥用奖品刺激孩子学习·····	(152)
孩子厌学的原因和对策·····	(153)
莫让孩子轻易留级·····	(155)
为孩子购书应根据什么·····	(156)
如何指导孩子度过假期·····	(157)
应该怎样帮助孩子迎接升学考试·····	(159)

家庭中的体育和卫生保健

体育活动对孩子成长的影响·····	(163)
怎样指导孩子进行体育活动·····	(164)
指导孩子进行体育锻炼应注意的事项·····	(166)
孩子的睡眠与智力发展·····	(167)
防止孩子缺锌·····	(167)
注意营养对孩子生长发育的影响·····	(168)
哪些因素会导致孩子身材矮小·····	(170)
怎样才能使孩子长得高一些·····	(172)
容易导致孩子近视的关键年龄·····	(173)

保护儿童视力的新方法·····	(174)
注意防治孩子牙齿的疾病·····	(175)
孩子牙不齐何时矫正为好·····	(176)
不要让孩子过于肥胖·····	(176)
注意让孩子保持正确的姿势·····	(178)
注意孩子的扁平足·····	(179)
孩子穿着的学问·····	(180)
如何为孩子创设良好的家庭学习环境·····	(181)
做好孩子入学前的卫生保健工作·····	(183)

家庭中的美育

何谓美育·····	(187)
美育对孩子发展的重要作用·····	(188)
美育与孩子的智力发展·····	(189)
家庭美育的任务·····	(190)
如何对孩子进行美育·····	(191)
怎样指导孩子创造美、表现美·····	(193)
指导孩子欣赏艺术美·····	(194)
引导孩子欣赏自然美·····	(195)
让孩子领略建筑美·····	(197)
艺术教育要考虑孩子的个性特点·····	(198)
家庭音乐教育应注意什么·····	(199)
怎样指导孩子学习绘画·····	(200)
让孩子说话文雅·····	(202)
如何使孩子具有美的仪表和举止·····	(202)
打扮孩子的“四忌”·····	(204)
后记·····	(206)

家庭教育的一般问题

家庭教育的重要性

人们常说：“看孩子知道大人。”这句话听来似乎很平常，但细细地品味一下，它却道出了一个非常深刻的道理，即父母对孩子的教育负有重要的责任。在日常生活中，人们往往根据孩子的行为表现推断父母对孩子的教育情况。如果孩子的行为表现优异，人们就会把它归之于父母心血的结晶。反之，如果孩子的行为表现很差，人们则会把它视为父母不负责任的结果。“有娘生养无娘教”这一俗语恰是这种看法的最好佐证。

孩子从呱呱落生到长大成人，这一过程并不是纯粹的自然过程。孩子的成长既需要学校、社会的培养，也需要家庭中父母的教育。而其中父母的家庭教育显然又占有特殊重要的位置，它对孩子的成长和发展具有极为重要的影响。这是因为：

一、家庭教育是奠基性教育。家庭是孩子学习的第一个场所。在家庭中，和孩子最亲近的就是他的父母。因此，父母可说是孩子的第一位老师，是孩子启蒙教育的引路人。父母喋喋不休的话语，诱发了孩子最初的语言；父母呕心沥血的教导，使孩子变得聪明懂事；父母无微不至的照顾，使孩子学会了生活的本领；父母的一举一动，又为孩子树立了摹仿的榜样……。这一切都为孩子的今后成长奠定了基础。如果没有父母这种悉心教育，孩子今后的发展是根本无从谈起的。所以，父母和学校的老师在孩子的成长过程中扮演同样重要的角色。如果说，把正式学科知识和技能教给孩子的是学校的教师，那么，为孩子在学校内的学习奠定基础 and 给予支持的则是家中的父母。

人类的文明发展史表明,大凡在各方面有过杰出贡献的人,他们在幼年或童年时期,都受到过父母良好的教育,正是这种良好的教育,为他们后来的建树奠定了基础。例如,苏联著名作家高尔基,由于从小受到外祖母的文学诱导和培养,才使他萌发了做一个文学家的强烈愿望。他的著名长篇自传体小说《童年》《在人间》《我的大学》等著作,就是当年外祖母启蒙教育的结晶。由此可见,家庭教育对人的一生成长是至关重要的。

二、家庭教育对儿童个性形成有重要影响。人的性格主要是在幼年和童年时期形成的。在影响儿童个性形成的各种因素和条件中,家庭环境起着主要的作用。它是儿童各种印象和感受的源泉,父母和蔼的面容,亲切的话语,良好的家庭气氛,可以造成儿童良好的个性和健康的心理结构。反之,父母经常吵架,家庭气氛紧张,孩子受不到应有的关怀和照顾,就会导致孩子形成不良的个性和畸形的心理,而且还会导致孩子的不良行为。所以,家庭教育关系到儿童个性的形成和心理的健康。家长必须为孩子的健康成长创造良好的家庭环境,进行良好的教育。

三、家庭教育关系到国家和民族的命运。德国教育家福禄培尔指出:“国民的命运,与其说操在掌权者手中,倒不如说是握在母亲的手中。”这就是说,父母对子女的教育不仅关系到孩子本身的成长与发展,而且也关系到国家和民族的命运。父母应该从国家和民族命运的高度来看待家庭教育问题,从而努力培养教育子女,使他们长大后成为国家的有用人才。实践证明,凡是受到良好家庭教育的儿童,不仅在校读书时学习努力,成绩优异,有远大理想和抱负,而且走上社会以后,也能充分发挥自己的才智,为国家和人民做出一定的贡献。反之,家

庭教育不良，儿童在校读书时学习成绩就不好，走上社会以后也无所建树，甚至有的走上犯罪道路，给家庭和自身造成了悲剧。所以，为人父母者必须认识到家庭教育的重要性，努力承担起做父母的责任和义务，搞好家庭教育。

家庭教育的科学性

家庭教育的科学性和家庭教育的重要性一样，常常是为一些家长所忽视的问题。甚至在一些家长的心目中，何谓家庭教育科学性，他们还根本不知道。在他们看来，进行家庭教育，也就是让孩子好好学习，尊敬师长，遵守纪律而已。其实，这样看问题是不正确的。

家庭教育是一件十分复杂的事情，需要科学认识和科学方法。成功的家庭教育，往往和家长掌握的科学知识和科学方法是直接相关的。如果家长具有一定的优生学、生理学、心理学、人才学等方面的科学知识，并运用恰当的科学方法去教育自己的子女，就会使孩子健康成长，将来成为父母和国家期望的人才。反之，如果家长一点科学知识也不懂，教育子女的方法不当，就会妨碍孩子健康成长，或者使孩子走上邪路，造成终生的遗憾。例如，有一位家长一心想让孩子学习好，将来考上大学。但他根本不懂孩子的生理和心理特点，不懂孩子的学习规律，只是一味给孩子施加压力。除了老师在校给孩子留的作业之外，家长还给孩子布置了许多家庭作业，强迫孩子完成。时间一长，孩子终于承受不住作业的负担，累出了一场大病，严重地损害了孩子的身心健康。

由此可见，做父母的必须学习一点科学知识，使家庭教育科学化。具体说，为了生一个健康活泼的孩子，年轻的父母应

学习一些遗传学和优生学的知识。孩子出生后,为了使他正常发育,长的结实,父母又应学习一些营养学、卫生学方面的知识。随着孩子逐渐懂事,父母还应掌握一些智力开发方面的知识。待到孩子上学之后,父母又要研究一下学校教育和孩子所学的有关知识,以便进行科学的教育和辅导,等等。

总之,做家长的一定要重视家庭教育的科学性,运用科学知识、科学方法对子女进行教育。这样,才能有效地达到教育目的。

家庭教育的复杂性

家庭教育和学校比较起来,具有更为复杂的性质。因为家庭教育的内容要比学校广泛、复杂得多。例如,家庭中的德育,无论是道德规范、行为准则,还是法律知识、政治常识,乃至邻里关系、亲友关系等等,都统统包括在内;家庭中的智育,也不只是读书写字、计算数学题等,而是涉及大至天文地理,小至各种生活常识等各种知识;至于家庭中的体育,也不同于学校体育教学,它是和体育锻炼、卫生常识、防病治病等联系在一起的。总之,家庭教育内容的广泛性决定了它的复杂性。

家庭教育的复杂性对家长提出了很高的要求,要求家长必须具备丰富的知识、良好的品德、科学的教育方法。在孩子的心目中,特别是在幼小的孩子心目中,父母总是伟大的、全知全能的,凡事总爱问父母,而且相信父母胜于相信他人。如果父母不争气,一问三不知,久而久之,就会在孩子心目中失去威信。这样,父母对孩子的教育也就无能为力了。

家庭教育虽然内容庞杂、包罗万象,对父母要求很高,但也并不是要求父母做“百科全书”,以解答孩子的各种问题为