

# Wise Parents

# 1

“智慧父母”幸福家庭系列教育读本

【小学版·1】

这是一套为小学生的家长和初中生的家长们  
量身定制的教育读本。

这套书从心理与情感层面讲述  
智慧的父母的教养之道。

很多父母在面对各种教育难题时，  
经常手足无措。

本套书籍旨在帮助父母  
破解家庭教育难题，

蕴含大量实用的心理学的技巧和方法，  
手把手的教你成为智慧父母。

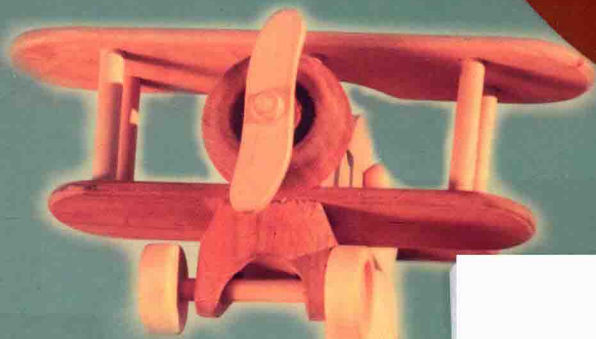
本系列丛书分为小学生家长版和  
初中生家长版。

## 智慧父母

——在这里，遇见更好的孩子

Meet Better Children Here

林永乐 余艳琴◎编著



厦门大学出版社  
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

国家一级出版社  
全国百佳图书出版单位

“智慧父母”幸福家庭系列教育读本

【小学版·1】

Wise Parents

Meet Better Children Here

# 智慧父母

——在这里，遇见更好的孩子

林永琛 余艳琴◎编著



厦门大学出版社  
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

国家一级出版社  
全国百佳图书出版单位

## 图书在版编目(CIP)数据

智慧父母：在这里，遇见更好的孩子/林永乐，余艳琴编著. —厦门：厦门大学出版社，2018.1

(“智慧父母”幸福家庭系列教育读本：小学版.1)

ISBN 978-7-5615-6745-6

I. ①智… II. ①林… ②余… III. ①小学生-家庭教育 IV. ①G782

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 279754 号

---

出版人 蒋东明

责任编辑 文慧云

封面设计 李夏凌

技术编辑 朱楷

---

出版发行 厦门大学出版社

社址 厦门市软件园二期望海路 39 号

邮政编码 361008

总编办 0592-2182177 0592-2181406(传真)

营销中心 0592-2184458 0592-2181365

网址 <http://www.xmupress.com>

邮箱 [xmup@xmupress.com](mailto:xmup@xmupress.com)

印刷 泉州刺桐印务有限公司

---

开本 720mm×1000mm 1/16

印张 12

字数 200 千字

版次 2018 年 1 月第 1 版

印次 2018 年 1 月第 1 次印刷

定价 40.00 元

---

本书如有印装质量问题请直接寄承印厂调换



厦门大学出版社  
微信二维码



厦门大学出版社  
微博二维码

Wise  
Parents  
Meet Better Children Here

## 《智慧父母——在这里,遇见更好的孩子》 编委会

编委:

---

泉州师范学院应用心理学专业主任、教授

林永乐

晋江职业中专学校、国家二级心理咨询师

余艳琴

泉州市实验小学、国家二级心理咨询师

刘姗姗

泉州市第二实验小学、国家二级心理咨询师

陈晓玲

泉州师范学院附属小学、国家二级心理咨询师

陈静

泉州市晋光小学、国家二级心理咨询师

张跃飞

泉州西隅中心小学、国家三级心理咨询师

黄惠琼



## 目 录

绪论 小学生的一般心理特点 .....	1
亲子沟通篇 .....	9
第一章 做孩子的忠实听众	
——积极倾听技巧 .....	11
第二章 “好孩子是夸出来的!”	
——有效赞赏艺术 .....	25
第三章 巧妙应对孩子的顶撞 .....	39
第四章 无毒批评的艺术 .....	51
人格塑造篇 .....	67
第一章 孩子不够自信,怎么办 .....	69
第二章 孩子爱发脾气,怎么办 .....	83
第三章 引导孩子做一个有责任感的人 .....	97
第四章 当孩子拖拉时,家长怎么办 .....	109
第五章 当孩子交际困难时,父母怎么办 .....	121
学习篇 .....	135
第一章 学习靠自己	
——培养孩子学习的独立性 .....	137



第二章 孩子容易分心,怎么办

——平心静气培养孩子的专注力..... 149

第三章 学习兴趣是最好的老师

——如何激发和维持孩子的学习兴趣..... 163

第四章 引导孩子合理使用网络..... 177



7~12岁



## 绪 论

### 小学生的一般心理特点





## 一、开卷有益

有人说：“孩子的教育，在小学。”小学阶段是孩子人生发展的关键阶段，是人生发展的起跑线阶段，起跑线上的输赢，往往决定孩子的一生。

有人说：“上小学了，孩子教育都归学校了，家长就不需要管了！”此观点就大错特错了！首先孩子是你自己的，其次孩子在家里待的时间最长，家庭是孩子成长的摇篮，父母是孩子的第一任老师，在小学阶段家长对孩子的教育显得尤其重要。俗话说，知己知彼，百战百胜，父母对于孩子的教育也不能盲目，必须遵循孩子的心理发展规律。因此，身为家长的我们，必须了解小学生心理发展的一般规律和特点，按照孩子本来的发展规律进行有效的教育，不能拔苗助长，这样才能做到有的放矢，事半功倍，才能让孩子赢在人生的起跑线上。

总体而言，小学是孩子人生发展非常重要的阶段：孩子正处于从不成熟到基本成熟的发展过程中，家长必须了解孩子心理发展的特点，才能更加科学、规范、适时地进行教育。正是基于这一点，下面拟着重阐述小学生在认知、情绪、情感、意志等心理过程方面的发展特点，为家长提供一定的参考。

## 二、小学生认知发展特点

### 1. 感知的特点

小学学校活动都围绕学习而展开，比如学会拿笔写字、画画，学写拼音和数字，学会用小刀、橡皮擦等，这些都与孩子的感知觉有关系，但是由于低年级的孩子感知觉还没有发展完善，对于空间和方位知觉不准确，经常会把



字写错、认错,或者遗漏很多细节,或者颠倒顺序,比如把6看成9、把Q写成O,所以遇到此种情况,家长一定要耐心辅导,不能一味批评,要考虑孩子的身心发展的特点。大多小学生到高年级此类错误逐步减少。

## 2.注意力的特点

低年级的孩子由于注意范围狭窄,不善于分配自己的注意,如果要求他们同时注意几件事情,往往很难做到,如要求一年级的孩子一边听课一边记笔记。低年级孩子的注意力具有不稳定、不集中的特点,容易被干扰而分散注意力。又如,做练习时,盯着自己的新文具看很久,玩玩笔,弄弄玩具等。这要求家长需要想些办法来尽量减少孩子的注意力分散,如收拾好做练习的桌子,除了必备的,其他均收起来,避免干扰孩子。低年级学生的注意力是非常容易分散的,据研究材料统计,5~7岁儿童聚精会神地注意某一事物的平均时间是15分钟;7~10岁是20分钟左右。因此,每学习一段时间,就应该安排孩子休息一下,而不是整个晚上都让孩子学习。到中高年级,注意力更加稳定和集中。

## 3.记忆的特点

小学阶段,学生的记忆具有独特性,他们与成年人的记忆有很大的区别。家长若不能注意到自己孩子的这些记忆特点,将会给孩子带来学习压力和记忆困难,甚至导致孩子产生厌学情绪。小学阶段孩子的记忆有如下几个特点:<sup>①</sup>

(1)以无意记忆为主,有意记忆逐步发展。

有意记忆指的是有预定目的,需要主观意志努力,按一定的方法和步骤进行的记忆活动;无意记忆就是没有预定目的,不需要经过努力就可以进行的记忆。一般而言,有意记忆效果要优于无意记忆,因为,当我们知道自己

<sup>①</sup> 张道妹.记忆心理学视角下的小学英语词汇教学研究[D].济南:山东师范大学,2012:14-16.



在记忆什么,为什么要记忆的时候,记忆效果要优于无意记忆。

因此,小学中高年级的家长需要让孩子多采用有意记忆的方式,让孩子明确记忆的任务,即为什么要记,记什么内容,并且愿意为此付出努力,这样才能够有效提高记忆的效果。但是小学低年级的孩子由于有意记忆还没有发展到一定的程度,仍是以无意记忆为主,不能完全排斥无意记忆,因此,小学低年级家长需要采取相应的方法来发挥其无意记忆的优势。例如,让孩子在听音乐、做游戏和讲故事等轻松的情景中学习和记忆东西,充分利用生动、具体的形象来帮助孩子记忆;在背诵英语字母表时,可以给学生播放包含 ABC 的字母歌;在背诗时,可以给学生播放对应的歌曲和动画,或者结合诗的背景,讲述一个相关的故事。这些生动有趣和丰富多彩的辅助材料能够帮助小学低年级的学生进行无意识记忆。

### (2)机械记忆占主导地位,但是理解记忆的能力也逐步发展起来。

小学生的记忆以机械记忆为主,理解记忆随着年龄的增长也逐步发展起来。

机械记忆,就是对记忆对象不理解、无法理解的记忆。理解记忆,就是可以根据自己对材料的理解,并结合自己先前获得的知识而进行的记忆。小学生在学习某些简单的无记忆规律的知识时,如数字、字母、英语单词等,是需要采用机械记忆的方式。通过机械记忆学习到的这些知识,可以丰富自己的知识宝库,为日后的学习打基础。

理解记忆要求在记忆对象的基础上,依据事物的内在联系,运用已有的知识经验对记忆材料进行智力加工。如在背课文时,可以让学生先理解,然后再找出前后文的内在联系,这样有助于提高小学生的记忆效果。

### (3)以形象记忆为主,抽象记忆正在发展。

形象记忆,就是对感知过的事物的具体形象作为记忆材料的识记。抽象记忆,就是对具体概念、规律定律、公式定式等抽象材料的记忆。小学低年级的学生主要以形象记忆为主,家长可以帮助孩子把记忆的材料转换成生动、具体、形象的事物,把需要记忆的内容与具体的事物联系起来,让孩子感受到画面感,这样形象直观地让孩子感受需记忆的内容,不仅可以引起学生的兴趣,还可以提高记忆效果。

例如,在学习词语苹果时,可以拿一个又大又红的苹果,让孩子闻一闻、



摸一摸、看一看,甚至是尝一尝,这样孩子的各种感官都调动起来后,就容易记住其写法和拼音。

当然,小学生在学习过程中,抽象记忆能力也在不断发展,但是,小学生对具体材料的记忆能力仍然高于抽象记忆的能力,小学生通过视觉观察记住的内容比通过听觉记住的东西要多 1.66 倍。因此,家长需要帮助孩子充分发挥小学生形象记忆能力的优势,也要努力帮助其提高抽象记忆能力的发展。

最后,家长还需采取一定的方法和策略来帮助孩子提升记忆效果。如引导孩子将记忆内容分为多个任务去完成,以提高记忆的效率。因为每个人多少都会遗忘,所以家长需要帮助孩子及时巩固所记忆内容,及时复习所记内容,如当日记的内容,分别在当日晚上,第二天早上、晚上,第三天早上、晚上,一周后,一个月后进行先复习、然后背诵的活动,家长在此过程中扮演监考老师的角色。

#### 4.思维的特点

小学 7~12 岁的学生思维的特点如下:能够对客观事物和经验进行更有逻辑的思考;能很好地理解数量关系和逻辑关系;能够意识到自己和别人有不同的观点;对因果关系有较好的理解;在解决问题时能够考虑问题情境的多个方面;能够理解算术,对语言及其特性进行思考;能够对动物、人类、事物、物体进行分类,并且能够理解字、词、句之间的关系<sup>①</sup>。因此,许多国家接受正规教育的时间定为 6~7 岁进行。

但小学低年级学生的思维仍具有一定局限性,他们思考问题时,往往需结合真实的或者可以想象到的事物、事件或情境上。例如,只有当物体真实存在时,逻辑推理才是正确的,思维局限于真实的或观察的事物上。所以 7~11 岁的儿童一般不能使用抽象的逻辑符号,如使用 X、Y、Z 进行逻辑推理。

<sup>①</sup> David R.Shaffer & Katherine Kipp.发展心理学:儿童与青少年[M].8 版.邹泓,等译.北京:中国轻工业出版社,2009:249-251.



小学高年级的学(11~12岁)可以对没有现实基础的假设过程和事件进行逻辑推理,可以通过使用符号系统进行抽象思维推理。

## 5.想象力的特点

低年级小学生想象的形象往往不完整,内容也比较简单、贫乏、逻辑性差。随着年龄的增长,由于生活范围的扩大、知识经验的积累、思维能力的发展高年级小学生的想象更富于现实性,想象的内容也比较细致和丰富。

## 三、小学生情绪、情感发展特点

小学低年级学生都有明确的喜怒哀乐,一般都能体验自己的情感。但是,他们情绪不稳定,表现为一会儿高兴一会儿生气。因此,很多家长都感觉孩子无理取闹、阴晴不定。同时,他们的情感体验带有明显的自我中心,事情先考虑自己,不善于站在对方的角度考虑问题,难以体会别人的情感,往往以自己的喜怒哀乐来评判周围人的情感体验。因此,家长往往感觉孩子太自私,孩子的人际关系也容易出现问題,如和同学吵架、打架。所以,此时家长要引导孩子合理地管理自我情绪,避免造成心理障碍。随着情感的不断发展,到小学高年级,他们逐步能换位思考,主动调控自己的情绪。

## 四、小学生意志力发展特点

意志是人自觉的确定目的,并根据目的支配及调节自己的行动,克服难以实现目的的心理过程。小学低年级学生,意志力、自觉性比较差、缺乏耐心和毅力,因此,他们做事情常常表现为三天打鱼两天晒网、鲁莽冲动、不果断、自控力较差等。



意志力的发展特点决定了小学生在学习上表现为：碰到困难就容易放弃，对于自己不感兴趣的事情缺乏耐心，做事情半途而废。因此，家长须对孩子提出明确要求，并采取合适的监督措施，在必要时给予帮助，他们才能顺利完成学习任务。不过，从小学三年级开始，孩子的意志力有很大的发展，相对而言，更加自觉，意志品质逐步形成与发展起来。

总之，家长需要结合孩子身心发展的规律，按照规律合理引导孩子，学会做智慧父母，陪孩子度过一个快乐幸福的童年生活。

(作者：余艳琴，晋江职业中专学校，国家二级心理咨询师)

# 亲子沟通篇







7~12岁

## 第一章

做孩子的忠实听众

——积极倾听技巧