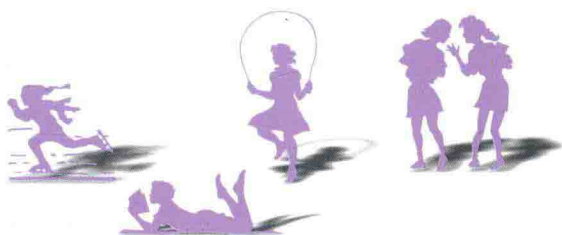


北京市朝阳区社区家庭教育工程  
《儿童家庭教育系列家长手册》

# Teachers Handbook



为家庭教育打开一扇窗户  
为家长孩子架起一座桥梁

# 家庭教育工作 教师指导手册

《儿童家庭教育系列家长手册》编写组

 中国人民大学出版社  
 北京市朝阳区社区学院

北京市朝阳区社区家庭教育工程



家庭教育工作 **教师指导手册**

《儿童家庭教育系列家长手册》编写组

中国人民大学出版社  
· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

家庭教育工作教师指导手册/《儿童家庭教育系列家长手册》编写组编. —北京: 中国人民大学出版社, 2016.10

北京市朝阳区社区家庭教育工程

ISBN 978-7-300-23361-1

I. ①家… II. ①儿… III. ①家庭教师—家庭教育—手册 IV. ①G785-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 217964 号

北京市朝阳区社区家庭教育工程  
家庭教育工作教师指导手册  
《儿童家庭教育系列家长手册》编写组

Jiating Jiaoyu Gongzuo Jiaoshi Zhidao Shouce

---

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511770 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 [http:// www. crup. com. cn](http://www.crup.com.cn)

[http:// www. ttrnet. com](http://www.ttrnet.com) (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京中印联印务有限公司

规 格 185 mm × 260 mm 16开本

版 次 2016年10月第1版

印 张 19.75

印 次 2016年10月第1次印刷

字 数 457 000

定 价 58.00 元

---

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

北京市朝阳区社区家庭教育工程

## 《儿童家庭教育系列家长手册》

### 编写委员会

顾 问 刘海荣 李观政

主 任 孙其军 肖 汶 蒋东燕

主 编 马金东 朱宝敏 付 琳

副 主 编 白新睿 陈 刚 韩 斌

编审委员 (排名不分先后)

乔春江 种凌晨 孙 迅 曾广华 蔡 芳 齐惠芳

唐京文 温永春 杨庆华 赵 宏 杨 帆 郑盈盈

仇 昊

编写委员 (排名不分先后)

王力清 张健筠 景朝霞 张启华 王小春 张丽萍

戴志强 刘自敏 金媛媛 韩妍妍 王 芳 刘阿劼

谨将本书献给

所有关注学生成长、热心家庭教育的教师们

世界上最美好的事物是看不见、摸不到的，它必须用心去感受。

—— 海伦·凯勒

有真爱的地方就有奇迹出现。

—— 威拉·凯瑟


什么是我们的目的和职责呢？那就是使自己完美，使别人幸福。

—— 康德

凡是不善于模仿，不能运用必要的面部表情或者不能够控制自己情绪的教师，都不会成为良好的教师。

—— 马卡连柯

# 序



《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》(中发〔2004〕8号)明确指出：“家庭教育在未成年人思想道德建设中具有特殊重要的作用。”2015年习近平总书记强调：“家庭是社会的基本细胞，是人生的第一所学校。……我们都要重视家庭建设，注重家庭、注重家教、注重家风。”家庭教育是学校教育和社会教育的基础，任何形式的学校教育和社会教育都不可代替的。

为了提高朝阳区家庭教育整体水平，为未成年人的发展创造良好的环境，推进朝阳区教育的现代化，朝阳区启动了以促进未成年人全面、主动发展为核心的社区家庭教育工程，坚持“儿童为本”“家长主体”“多向互动”的原则，服务社会、服务学校、服务家庭。将家庭教育指导纳入公共服务范围，依托社区学院建立了家庭教育指导中心，构建和完善家庭教育管理体系、家庭教育内容体系和家庭教育指导服务体系，建立家庭教育的优质资源整合机制和评估机制，探索、建立多渠道的家庭教育指导平台，形成覆盖全区的未成年人家庭教育指导网络，广泛开展家庭教育指导服务，满足广大家长学习家庭教育知识的需要，努力使朝阳区家庭教育指导工作居于全市的前列。

在全国妇联的指导下，在北京市教育学会的支持下，我们根据《全国家庭教育指导大纲》的要求，组织多年从事未成年人教育、医疗、保健等工作的专家、学者，编写、出版了《孕产期家长手册》《0~3岁儿童家长手册》《3~6岁儿童家长手册》《6~12岁儿童家长手册》《12~15岁儿童家长手册》《15~18岁儿童家长手册》。这一系列家长手册针对处于不同成长阶段的儿童所表现出来的生理、心理特点，从营养健康、体能健康、心理健康、家庭环境健康等方面帮助家长了解孩子的成长规律，指导家长科学开展家庭教育。

为进一步加强朝阳区家庭教育指导工作，完善家庭教育内容体系，我们编写了《家庭教育工作教师指导手册》。针对学校、教师和社区教育工作者开展家庭教育工作的实际需要，从家庭教育概述，儿童发展规律和特点，儿童的认知和智力发展，学校、教师家庭教育指导工作概要，家庭教育指导工作实务等方面，将家庭教育工作的相关理论及内容、途径和方法有机整合，力求给学校、教师和社区教育工作者提供较为系统的家庭教育工作指导。

希望学校、教师和社区教育工作者本着对孩子、家庭和国家负责的态度，利用好手册，自觉学习科学育人知识，不断提高家庭教育工作水平，切实担负起家庭教育指导的责任。

在编写过程中，我们得到了北京市教育学会、北京市朝阳区妇联等单位的大力支持，在此，我们表示衷心感谢。书中难免存在不妥之处，欢迎大家提出宝贵意见，以便不断地完善。

肖 汶

北京市朝阳区教委主任

# 前言

我从事教育工作几十年，作为一位老教育工作者，这几十年来，每一天我都在思考一个问题：如何能够把每一个孩子都培养成对社会有益的人才，培养成对家庭有益的一代。

美国的汤麦士·哥顿博士的话让我感触很深。他说：“青少年本身出问题或制造社会问题时，受责难的总是他们的父母，可是有谁来帮助父母们使他们在教养子女方面更具效能呢？我们的社会花了多少力量来帮助父母们使他们在教养子女方面更具效能呢？父母受责难，但他们没有受过训练。每年都有数以百万计的新母亲和新父亲开始从事一项最艰苦的工作，那便是养了个婴儿，而对这么一个一无所知的小人儿担负起身心健康的全部责任，抚育他，让他成为一个有建设性的，能与他人合作的，对社会有所贡献的公民，还有什么比这更困难、更需要伤脑筋的工作呢？然而，又有多少父母曾经为此受过训练呢？”

事实也是如此。在现代社会，无论是做教师还是当医生，无论是办企业还是搞研究，无论是当干部还是当明星，没有哪一样是生而知之的，是天生就干得了的。人们不仅要边干边学习，很多工作甚至是需要取得合格

的资质后才能上岗的，否则就不具备做好这件事的资格。但是，唯独当父母不用学习，似乎是生来就会的，不需要上岗前的培训，更不需要有什么资质证书。而父母们承担的，却是一件造就一个人的一生，甚至会影响社会发展的重大工作。研究没做好可以重来，企业没办好可以重来，唯独孩子的培养没有重来的可能。因此说，家长们的责任很重大，工作很艰巨。

以我在教育领域几十年的工作体会，我要跟家长们说：不要把孩子的教育推给别人。固然学校教育和社会教育是孩子成长中不可或缺的方面，固然我们的教师、我们的社会为此付出了巨大的努力，但是，从孩子的孕育开始，真正对孩子的一生负最完整责任的，只有家长你们自己。孩子的老师可以选择，环境可以选择，唯有谁是他（她）的父母不可以选择。对于学校来讲，对于社会来讲，你的孩子是千百个大体相似的孩子中的一个。但对于家庭来讲，你的孩子是独具特点的唯一。

在人类历史上，有一些垂名千古的伟大人物的成长历程很是波折——达尔文上学时多次受到校长的训斥，由于学习成绩差被称为笨蛋，爱迪生被老师看作没有希望的人，但由于家庭的温暖、家长的鼓励，使他们的才能得到了充分的发展；著名科学家马赫被学校的老师认为是没有天赋的儿童，博学的父亲在家里给他讲授拉丁语、希腊语、历史、代数、几何，为他打下了良好的基础，后来成为启蒙爱因斯坦创立相对论的先哲之一；孟子的母亲为了孩子的成长有一个良好的社会环境而三迁住所……这些事例告诉我们：合格的家长不一定能够培养出优秀的孩子，但不合格的家长一定培养不出优秀的孩子。

现在北京市朝阳区教委联合妇联系统等多个部门，启动了北京市朝阳区社区家庭教育工程，目的和宗旨就是通过各个相关部门共同协作，帮助朝阳区内的每一个家庭、每一位家长成为教育子女的合格家长。通过多种多样的形式和方法，把成为一个合格家长最需要的知识和方法传达给千家


万户。《儿童家庭教育系列家长手册》的编写和发行是北京市朝阳区社区家庭教育工程的重要组成部分。它涵盖了新婚至孕期、0~3岁婴幼儿期儿童、3~6岁学龄前期儿童、6~12岁小学期儿童、12~15岁初中期儿童和15~18岁高中期儿童六个儿童成长阶段，帮助家长充分了解每个阶段儿童的生理发育特点和心理发育特点，指导家长如何在儿童营养健康、体能健康、心理健康和家庭教育环境健康等方面做好充分的准备工作，帮助家长提高自身的教养水平，帮助家长掌握科学、简易养育孩子的具体方式和方法。除此之外，整个工程还包括了建立完整的家长课程体系，培养可以为家长提供专业育儿帮助的专业人员培训等一系列内容。

希望通过朝阳区各政府部门的共同努力和帮助，更希望通过我们每一位家长不断提高自己的育儿水平，真正把朝阳区的家庭教育工作提升到一个更高的层次，让每一个家庭都能培养出无愧于家庭的希望，无愧于社会的希望的优秀人才。

李观政

全国“伴随成长”大型公益项目执行主任

# 编者按



《家庭教育工作教师指导手册》是在本系列六册《儿童家长手册》的基础上，为学校、教师和社区教育工作者编写的家庭教育工作指导用书。本书是指导教师正确看待和认识学校教育与家庭教育的关系，不断更新观念、增长能力，承担起指导家长进行家庭教育的综合的、系统的实务手册。

作为一套儿童家庭教育系列读本，我们为何要编写一本教师指导手册呢？学校教育是教师的本职工作，为什么还要承担指导家长进行家庭教育的工作呢？这其实正体现了现代教育以及未来教育所要面临的发展趋势——家庭教育与学校教育、家庭教育与社会教育一体化。

现代社会，无论你从事哪个行业的工作，都必须经过几个月甚至是几年的专业培训或者学习，才能够具备相应的资格，才可以上岗。但是，作为家庭教育的实施者，绝大多数的家长却从未接受过专业的培训！对教育或者是家庭教育大多是一知半解。所以，本书除了面向专业、专职的家庭教育工作者、教师以外，也同样面向那些有意愿要了解和获得更多、更深层的关于家庭教育相关理念和知识的家长们。

在本系列前六册的《儿童家长手册》中，我们介绍、讲解的是关于家庭教育的方法、手段，家长按图索骥照着做即可。但是，知其然未必知其所以然。为什么这么做？这么做的原因和基础是什么？这些操作方法背后的教育学和心理学原理是什么？现在，无论你是专业的教育工作者，还是对此感兴趣的家长，都可以在这本书中找到答案。

当然，无论是家长还是教师，如果能将《儿童家长手册》与《教师指导手册》相结合，把《儿童家长手册》中的“术”——教育方法，与《教师指导手册》中的“道”——教育



原理，联结起来学习并且掌握是最佳的选择。因为，如果你只知道一两种方法，你就只会用这一两种方法，一旦条件不具备了，或者是条件变化了，你可能就无法解决问题了。但是，如果你懂得“道”，你就能知道这类问题产生的原因有哪些，不管条件如何变化，你都可以找出恰当、有效的解决和处理方法。

对于智慧的教师和家长来讲，能够辩证地看待问题，并且形成自己的方法，在掌握基本原理之后，把它进行方法的引申，闻一而知十，这其实也是我们编写这本书所希望达到的。

# 导 读

为了您更加方便地使用本系列手册，请先阅读本导读。

## 1. 系列手册组成

本系列手册由《孕产期家长手册》《0～3岁儿童家长手册》《3～6岁儿童家长手册》《6～12岁儿童家长手册》《12～15岁儿童家长手册》《15～18岁儿童家长手册》和《家庭教育工作教师指导手册》共七册组成。

## 2. 年龄段的界定

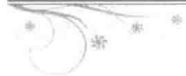
(1) 对于“儿童”年龄的定义有很多不同的说法，本家庭教育系列手册的阅读对象是孕期至年满18岁儿童的家长。如此定义的依据在于：

- 联合国《儿童权利公约》中定义“儿童系指18岁以下的任何人”。
- 《全国家庭教育指导大纲》中家庭教育指导要点涉及的年龄段为“孕期至18岁儿童”。

(2) 年龄段的划分会有一个边沿年龄问题。“3岁孩子”可以指将满3岁的孩子，也可以指4岁前的孩子。因此，本系列手册的年龄阶段为：

- 0～3岁婴幼儿期儿童——出生到3周岁前的孩子；
- 3～6岁学龄前期儿童——年满3周岁到6周岁前，幼儿园在园的孩子；
- 6～12岁小学期儿童——年满6周岁到12周岁前，小学在读的孩子；
- 12～15岁初中期儿童——年满12周岁到15周岁前，初中在读的孩子；
- 15～18岁高中期儿童——年满15周岁到18周岁前，高中在读的孩子。

孩子的成长和发展有阶段性，但并没有非常严格的年龄划分，更为科学的界定应是他所处环境的定义年龄及其生理年龄的共同参照。比如一个孩子5岁多就上了小学，这是他



的生活环境定义了他的阶段。家长要同时参考他实际的年龄和他的环境定义年龄来学习。只要您的孩子处于大致的年龄区域，您就是相应年龄段手册的适合人群。

### 3. 使用方法

为提高家庭教育指导工作的针对性、实效性，学校、教师和社区教育工作者应将《家庭教育工作教师指导手册》和各年龄阶段《儿童家长手册》结合使用。从《家庭教育工作教师指导手册》中，可学习、了解家庭教育工作的相关理论及家庭教育指导工作的内容、途径和方法；从《孕产期家长手册》《0～3岁儿童家长手册》《3～6岁儿童家长手册》《6～12岁儿童家长手册》《12～15岁儿童家长手册》《15～18岁儿童家长手册》中，可详细了解各年龄阶段儿童成长和发展的特点、规律和具体方法。



# 目 录

## 第一章 家庭教育概述 1

第一节	家庭教育的定位	3
第二节	当代国内外家庭教育成果介绍	8
第三节	家庭教育的新发展	18
第四节	家庭教育的基本原则、基本内容和基本方法	26
第五节	家庭教育中父母的角色定位及角色行为	36
第六节	做智慧型家长	44

## 第二章 儿童发展规律和特点 49

第一节	儿童生长发育的基本规律	50
第二节	各阶段儿童发展基本特点	53
第三节	儿童心理发展与个体差异	71
第四节	影响儿童发展的因素	89
第五节	儿童发展的关键期	101

## 第三章 儿童的认知和智力发展 107

第一节	儿童的认知发展	108
第二节	儿童的认知风格和学习风格差异	109
第三节	智力的个体差异	116
第四节	孩子如何能学习——智力因素的培养	124
第五节	不可或缺的非智力因素	129



<b>第四章</b>	<b>学校、教师家庭教育指导工作概要</b>	<b>141</b>
第一节	学校、教师开展家庭教育指导工作的意义	142
第二节	学校的家庭教育职责与指导工作原则	147
第三节	学校开展家庭教育工作的途径与方法	152
第四节	教师与家庭教育指导工作	158
第五节	教师与家长有效沟通的方法	165
<b>第五章</b>	<b>家庭教育指导工作实务</b>	<b>173</b>
第一节	学校、教师开展家庭教育的主要内容	174
第二节	儿童常见家庭教育问题的指导策略与方法	222
第三节	不同类型家庭的家庭教育指导	242
第四节	特殊儿童的家庭教育	255
第五节	家庭教育中常见的 19 个心理效应	265
<b>附录</b>	<b>《中国学生发展核心素养》总体框架</b>	<b>293</b>
<b>后记</b>		<b>298</b>