

中小学教师校本研修丛书

丛书主编 徐崇文

家庭教育 100问

本册主编◎魏耀发

如果说人生是一部交响乐的话，学习应该是其中一个华彩的乐章，这个乐章是否美妙动人，要靠每个人自己去谱写、去演奏、去聆听、去体验，并在其中追寻无穷的乐趣。

教
研
修



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL
PUBLISHING HOUSE

中小学教师校本研修丛书

丛书主编 徐崇文

副主编 王 钢 朱连云

本册主编◎魏耀发

副主编◎王 震 王栓柱 张晓冬

家庭教育
100
问



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

家庭教育100问 / 魏耀发主编. —上海: 上海教育出版社,
2015.11

ISBN 978-7-5444-6672-1

I. ①家... II. ①魏... III. ①家庭教育—问题解答
IV. ①G78-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第252670号

责任编辑 毛琪毅

封面设计 陆 弦

家庭教育 100 问

魏耀发 主编

出 版 上海世纪出版股份有限公司
上 海 教 育 出 版 社
易 文 网 www.ewen.co
地 址 上海市永福路 123 号
邮 编 200031
发 行 上海世纪出版股份有限公司发行中心
印 刷 上海颀辉印刷厂
开 本 700×1000 1/16 印张 26.5 插页 1
版 次 2015 年 11 月第 1 版
印 次 2015 年 11 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5444-6672-1/G·5498
定 价 50.00 元

(如发现质量问题,读者可向工厂调换)

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

CONTENTS | 目录

综合篇

家长是孩子的第一任老师	3
家庭教育中的期待与关注	9
家庭教育的宽与严	16
好孩子是夸出来的还是惩罚出来的	21
如何看待孩子的成长与成功	26
让孩子成为最好的自己	30
时时缺席与事必躬亲	35
怎样让孩子拥有自尊的心理品质	40
如何培养孩子诚信	46
生命,因存在而美好	49

学前篇

孩子入园,妈妈很焦虑怎么办	59
孩子不愿与妈妈分开怎么办	63
孩子入园后经常生病怎么办	67
在集体中孩子需要怎样做	71
孩子喜欢跟着电视学样怎么办	75
孩子喜欢说“不”怎么办	78
该不该给老师送礼	81
碰到“慢吞吞”宝宝怎么办	85
家有“邋遢大王”怎么办	89
孩子常常“欺负”别人怎么办	93

孩子动不动就爱发脾气怎么办	98
如何进行隔代教育	102
怎样让孩子独立	106
幼儿做事三心二意怎么办	110
如何面对两面派的孩子	114
如何面对过于内向的孩子	117
孩子喜欢攀比怎么办	120
四肢发达的孩子是否会头脑简单呢	124
父母在家应培养孩子哪些兴趣和习惯呢	129
怎样保护孩子的好奇心	134
如何与孩子谈性	139
该不该对孩子进行物质奖励	143
如何选择兴趣班	146
如何做好幼小衔接	150

小 学 篇

一年级孩子不愿意上学怎么办	155
孩子不喜欢学习怎么办	159
孩子做作业磨蹭怎么办	163
孩子上课坐不住怎么办	167
如何培养孩子的学习兴趣	171
孩子不合群怎么办	174
如何正确引导孩子交朋友	177
如何对待孩子的性好奇	181
孩子遇到性骚扰怎么办	185
孩子咬指甲怎么办	189
孩子老是欺负别人怎么办	193
孩子总是被欺负怎么办	196
孩子屡教不改怎么办	199

如何对待孩子的说谎问题	203
孩子不愿分床睡觉怎么办	207
如何帮孩子不再沉迷网络游戏	211
如何预防孩子网络成瘾	214
如何合理满足孩子的需求	217
如何与青春初期“叛逆”的孩子沟通	220
如何陪孩子一起玩	224
夫妻离异后,孩子的情绪如何安抚	228

初 中 篇

孩子入学不适应怎么办	235
孩子逃避去学校怎么办	241
孩子对未来充满迷茫怎么办	245
如何帮孩子应对学习压力	249
孩子在学校常出现对抗行为怎么办	252
孩子考前焦虑怎么办	255
初中孩子写作业很磨蹭怎么办	259
如何指导孩子与同伴交往	262
孩子在学校被欺凌该怎么办	266
孩子与老师有冲突怎么办	271
孩子不愿意跟父母交流怎么办	274
孩子会跟父母动手怎么办	277
孩子追求名牌怎么办	280
如何对待爱打扮的孩子	283
孩子自理能力弱怎么办	286
如何指导孩子青春期的性保护	289
孩子的好胜心太强了怎么办	293
如何帮助自卑的孩子	296
孩子的行为与性别不符怎么办	301

孩子恋爱了怎么办	304
如何帮助孩子面对父母离异	310
如何对待孩子做小干部	314
孩子盲目追星怎么办	317
怎样对待贪玩的孩子	322
孩子“一心二用”是否会影响学习	325

高 中 篇

孩子成绩跟不上怎么办	331
孩子考试总是发挥失常怎么办	334
孩子高考失利怎么办	338
孩子想出国读书怎么办	342
孩子和寝室同学关系不好怎么办	345
孩子和老师发生冲突怎么办	349
孩子不愿意与家长沟通怎么办	353
孩子谈恋爱了怎么办	357
孩子失恋了怎么办	361
孩子怀孕了怎么办	364
孩子沉迷于 COSPLAY 怎么办	368
孩子沉溺于手机怎么办	371
孩子沉迷于网络怎么办	375
孩子嫌弃家境贫穷怎么办	379
孩子过多地干涉父母婚姻怎么办	383
孩子嫉妒心太强怎么办	387
孩子有同性恋倾向怎么办	393
资料链接	397
推荐读物	411

综合篇

• 重视家庭教育是我们中华民族的优良传统,前国家名誉主席宋庆龄曾说过这样一句话:“孩子们的性格和才能,归根结蒂是受到家庭、父母,特别是母亲的影响最深。孩子长大成人以后,社会成了锻炼他们的环境,学校对年轻人的发展也起着重要的作用,但是,在一个人的身上留下不可磨灭的印记的却是家庭。”

• 家长是孩子的第一任老师,没有天生的成功父母,也没有不需要学习的父母。家庭教育是一门学问,要成为合格的父母,一定要学习教育学和心理学的基本知识,只有树立了科学的教育观念,掌握并遵循儿童心理及生理的发展规律,才能取得良好的教育效果。

• 家庭教育应该更多地关注孩子的生命成长,关注品德和情感的发展,树立“成人”是成材、成功的基础的观念,把“成人”教育放在第一位。家长要多关注孩子的学习兴趣、信心及学习毅力,不能只看考试成绩。

• 父母恰当的期望能引领孩子健康成长。每个孩子都是一个独立的生命体,各有自己的优势和特点,家长要尊重这种差异,家长的职责就是创造条件让孩子努力成为最好的自己。

• 在家庭教育中,我们提倡民主的、平等的、对话式的教育方式,反对权威式、命令式、居高临下、简单粗暴的教育方式。一般而言,在前一种教育方式下成长的孩子人格健全、情绪乐观、积极向上、勤奋好学,具有较强的自信心和自控能力,学业成绩优良、社会适应能力强。

• 在家庭教育中,要正确处理爱与严、奖与惩的关系,要掌握好“度”,以培养其自尊自爱自信自强为目标。爱在该爱处,严在该严时,奖出动力和昂扬精神,惩出责任和担当意识。

• 生命教育应成为家庭教育的重要内容,要教育孩子热爱生命、敬畏生命,要对孩子进行必要的安全教育和灾难逃生教育,让孩子增强自我保护意识,努力让生命更精彩。

本篇由综合组撰写。

综合组组长:王震。成员:张晓冬、熊玉梅、王栓柱、吴俊琳、沈慧、章学云。

家长是孩子的第一任老师

问题阐述

当一个人有了孩子后,就自然而然地升级成为一名家长,但是我们能否胜任家长这一角色并承担相应的责任呢?上海市浦东教育发展研究院孙永青老师的调查研究发现:自认为了解家庭教育知识的家长不足5.4%,超过64.5%的家长在生育孩子之前没有做好充分的教育知识储备。难怪很多家长在养育孩子的过程中会困扰不断,很多人因此发出感慨:现在做父母真难啊!

社会中也有这样一种说法:问题孩子的背后往往能发现一个问题家长,媒体上报道过的很多活生生的事例似乎也证明了这一点。姑且不说这种说法有没有道理,但却从另一个角度说明了家长对孩子成长的重要性。

中国教育学会副会长、家庭教育专业委员会理事长朱永新先生在接受未来网记者采访时说:“家庭教育在一定程度上重要性甚至超过了学校教育,父母应该给孩子良好的家庭教育,在一定程度上,有什么样的家庭就有什么样的孩子,有什么样的家庭教育就有什么样的儿童。”

既然孩子成为一个什么样的人,从某种程度上首先取决于父母,家长是孩子的第一任也是最重要的老师,那么肩负如此重任的家长,该怎么看待自身修养与自我成长问题呢?

典型案例

案例一:新东方俞敏洪先生的父母都是文化程度不高的农民,但是他从父亲那里学到了宽厚,学到了退一步海阔天高的态度,又从母亲那里继承了坚韧不拔、决不放弃的精神。父母成就了他的个性,他的个性中融入了父母的优点,父母个性中的矛盾也结合到了他一个人身上。他现在做事的风格和为人处世

的态度,几乎每一点都能够从他父母身上找到来源。

案例二:王女士认为结没结婚、生没生孩子对她的生活影响不大。婚后,小夫妻俩一日三餐都是去同一小区的公婆家吃的,家务由钟点工负责。有了小宝后,公婆怕他们照顾不好,所以把孩子留在自己那里照顾,小夫妻俩照样每天下班就过去吃现成饭,高兴了就在饭后逗逗孩子,孩子哭了就交给爷爷奶奶,小夫妻一点也没有感觉到孩子对他们的生活有什么影响,经常出去应酬,打麻将玩到半夜回家也没有什么牵绊。当别人羡慕他们的自由自在时,他们却明显感觉小宝和他们越来越疏远,一点也亲近不起来。

案例三:小明经常丢三落四,班主任数次提醒也没有改善,于是决定周五放学后去小明家家访。走进小明家所在小区,觉得环境优美,但是一进小明家,班主任的感觉就怪怪的,房间的装修和家具都很好,但是总感觉无从下脚,门口鞋柜上堆了很多报纸杂志,地板上东一只拖鞋、西一只皮鞋,客厅里的东西也凌乱不堪。走进小明的房间就看见衣服散乱地搭在床架上、椅背上、地上,书桌上堆满了书本,简直没有可以趴着写字的空间。小明看见老师想要批评的样子,马上说:“我房间比爸爸妈妈房间好多了,他们房间更乱。”班主任顿时无语。

案例分析

1. 家庭是教育的基石,家庭教育对孩子的一生发展至关重要

朱永新先生经过长时间的调研,提出“家庭好了,教育才会好;父母好了,孩子才会好;家庭教育好了,学校教育就会轻松高效。”这句话道出了家庭教育是整个教育的基石,在一个人的成长中发挥着举足轻重的作用。

犹太教经典《塔木德》里有一句话:“和狼生活在一起,你只能学会嚎叫。”在现实生活中,“和谁在一起”可以影响孩子的为人、个性、学习等成长轨迹,甚至决定了他的一生走势。美国行为主义心理学家华生在《行为主义》一书中写道:“给我一打健康的婴儿,一个由我支配的特殊的环 境,让我在这个环境里养育他们,我可担保,任意选择一个,不论他父母的才干、倾向、爱好如何,他父母的职业及种族如何,我都可以按照我的意愿把他们训练成为任何一种人物——医生、律师、艺术家、大商人,甚至乞丐或强盗。”这说明了环境和教育对于孩子成长的重要性。家庭是孩子成长的最早也是最重要场所,是一个人社会化过程中最核心的社会支持子系统,可想而知家庭教育对一个人成长的重要性有多大。

案例一中俞敏洪先生的父母虽然没有很高的文化水平,但是他们很注重家庭教育,尤其注重在家庭教育中对孩子进行品性与个性的教育,这不仅影响了俞先生的做事风格和为人处世方式,也因此造就了他的事业成功与人生成就。

2. 父母在家庭教育中承担了不可替代的重要作用

心理学家研究发现,动物从出生开始会追逐它们最初看到的能活动的生物,并对其产生依恋之情,这就是“印刻现象”。人类儿童学习也存在这样的关键期,也存在这样的关键人物,这就是父母。家庭是孩子成长的第一个小型社会团体,在这个小型社会团体中,父母的角色身份对子女的世界观、人生观、价值观的形成,对子女的个性发展、社会交往、进取心与学业发展,乃至事业发展与一生幸福都有着重要影响。父母是家庭教育的第一责任人,这种责任不是祖父母或者保姆能随意替代的。

案例二中王女士明显还没有做好养育孩子的准备,自己还是个贪玩没有责任心的孩子,怎么能期望她照顾好孩子呢?这不仅与王女士自身观念和能力有关,更与王女士夫妇的父母对他们的教育有关。现代社会,很多年轻人要么缺乏责任意识,不愿意辛苦受累,要么忙于工作无暇顾及子女,要么老人太疼爱自己的孩子,舍不得让他们吃苦,往往生了孩子就甩手交给老人照顾,有的不仅自己的子女依赖老人照顾,就是小夫妻自己的饮食起居也要依赖老人照顾,由此引发了很多问题与矛盾。很多报道表明祖辈替代年轻小夫妻承担他们原本应该承担的养育下一代责任时,隔代教养、责任分散、过分溺爱、教育方式不一致等容易造成更多的家庭矛盾,孩子的自理能力、行为习惯、个性品德、心理承受能力、学业发展乃至社会适应都更容易出现问题,而且很多问题一旦出现,就难以改变,这必然会影响到制约了孩子的一生发展。

3. 家长的言传身教对孩子的影响不容忽视

心理学家班杜拉的社会学习理论强调观察学习或模仿学习,父母是孩子最初、最直接也是最常见的观察学习和模仿学习的榜样。中国有句古语:父母亦师;身教重于言教。父母言行对孩子影响很大,大到可以潜移默化地影响甚至改变人的一生。

一个孩子,从出生就开始接受父母的养育和教导,即使上学了,接触最多的人还是父母。如果父母掉以轻心,不注重自己的言传身教,这种潜移默化的影响,因为每天都在发生,所以对孩子的影响作用巨大,学校教育的力量反而显得

微不足道了。

案例三中小明每天感受到父母懒惰、没条理,也必然会成长为不重视条理、生活自理能力差的人。孩子的日常生活习惯和父母的生活习惯有直接关系,一个起床从不叠被子、家里东西乱丢乱放的家长是不可能教育自己的孩子整理东西的,因为家长自己都不知道该怎么整理,当然不会去教孩子如何整理了。就算孩子在学校受教育明白了自己的事情自己做,做事要有条理的道理,但是看到家长从不整理自己房间,看样学样,可能对此也会不以为然,孩子的自理能力当然也就很难提高。将来在校住宿的时候很有可能因为这些生活习惯与同学产生矛盾,进而导致社会适应问题,其社会交往与个性心理很可能出现严重问题。就算结婚了,也可能因为这些不良的生活习惯导致夫妻关系不和,这会在很大程度上影响其一生幸福。

育儿建议

“可怜天下父母心”,但是家庭教育中的困惑和“子不教,父之过”的古训让我们新时期的家长不得不思考今天怎样做父母这个话题。鲁迅先生也曾说过:“父母对于子女,应该健全地产生,尽力地教育,完全地解放。”2011年7月,“亲子沟通培训师”这一全新的职业获得国家认可,也说明了作为孩子第一任老师的家长开始注重加强自身修养与自我成长了。

那么家长该注意哪些自身修养与自我成长,才能真正当好孩子的第一任老师呢?

首先,家长要做好为人父母的思想准备。

婚姻不仅是两个人的事情,婚姻还涉及对下一代的孕育准备,从单身生活状态过渡到婚姻生活状态,个体需要从责任意识、经济状态、生活习惯、沟通相处等方面作适应和调整。一旦准备孕育孩子,责任和压力、经济状态、生活习惯等方面的调整就可能更大,所以一些针对新婚夫妇的学习班应运而生。就算不去参加这样的学习班,家长也要做好为人父母的思想准备,加强教育观念、教育理论和育儿知识等方面的学习和修炼。因为家庭教育是一门很高深的学问,只有勤奋学习,灵活运用,才有可能少走弯路,在遇到实际教育情况时不至于束手无策,让无辜的孩子产生这样或者那样的问题,牺牲他们快乐的童年来承担我们家长因准备不足而导致的“失误”。相信,这是每一个家长都不愿意看见的

后果。

每个人都生活在社会大系统下,而家庭就是这社会大系统下的一个子系统。一旦家庭中有小生命诞生,家庭各种关系的平衡就会被打破,需要重新建构,夫妻之间、亲子之间、婆媳之间、丈母娘和女婿之间的关系如果处理不好,将在很大程度上影响人的情绪,进而引起不良的连锁反应。学会处理方方面面的关系,不仅有利于构建良好和谐的家庭关系,更有利于孩子个性的发展和未来正确婚姻观、家庭观的形成,因为孩子在成长的关键期中,在耳濡目染地学习,家长的示范和榜样作用是任何人和任何学校教育都无法替代的。

其次,家长要做好自身成长的实践准备。

好家长不可能突然顿悟而成,尤其是在信息化程度很高的当今社会,科技越来越进步,知识更新越来越快,我们只有加强学习,才有可能跟上社会的节奏,与孩子的沟通才有可能通畅。家长如果能够与时俱进,加强自身修炼,如多阅读一些最新的、包含教育理念、教育方法的书报杂志,多与专家、教师和其他家长进行沟通交流,加强自己的教育理论素养,培养更积极向上的兴趣爱好,从自身做起塑造良好的行为习惯,学习更有效的育儿艺术,在日常实践中促进自己的个人成长,才有可能更好地承担对自己孩子不可替代的家长角色和责任。

我们怎么对待自己的工作,是崇尚社会消极庸俗的非主流价值观,还是以积极正面的态度对待,不仅影响到我们自身的社会存在感和成就感,也影响着孩子的世界观和价值观。

我们自己的生活习惯,看起来是小事情,但是耳濡目染下,孩子感受到家长说一套做一套,那么我们的教育将是软弱无力的。

我们家长对传统美德、社会规范遵从程度以及为人处世等方式方法都会在孩子幼小的心灵深处扎根发芽乃至对其一生产生深远的影响。

榜样的作用是无穷的,如果家庭成员之间相互尊重和理解,和睦相处,互相关心,互相爱护,家长善于调节和控制自己的情感,不当着孩子面吵架,发扬民主,主动倾听孩子的意见、平等协商,开朗、乐观,和孩子一起玩,那么,家庭生活就会充满欢乐而富有情趣。多给孩子买一些有益的书藉,陪着孩子一起阅读,当孩子每天看到自己的父母也安静地读书,怎么可能一心只想玩电子游戏呢?当孩子看到父母每逢节假日定期看望照顾老人,怎么可能不怀感恩之心生活呢?让孩子在和谐、温暖和相亲相爱的人际关系中成长,一定会身心愉悦、健康

成长的。

最后,家长要做好家庭教育方法准备。

家庭教育中更新观念是前提,了解孩子是基础,那么改善家庭教育的方法就是关键了。在社会主流教育价值观的影响下,家长把握好自己的教育理念,通过更有效的方法了解孩子的身心发展特点,并遵循孩子身心发展的规律,把握家庭教育的基本原则,学习借鉴好的家庭教育方法,因为每个孩子都是独特的个体。“如何说孩子才会听”“怎么听孩子才肯说”都是学问,本书中提到的很多案例、经验和建议都值得家长在今后的家庭教育实践中结合实际不断实践、不断修整、不断总结,并不断提升。

家庭教育中的期待与关注

问题阐述

从受孕的那一刻开始,每一对父母便对小生命的未来充满了期待,期待他/她是健康的、漂亮的、聪明的、努力的、懂事的、孝顺的;期待他/她的未来事业有成、生活美满;期待他/她能成为父母的骄傲。所以,有位高中生说,爸爸妈妈的期待是永远没有止境的。

从《哈佛女孩刘亦婷》到《通往哈佛的家庭教育传奇——门萨女孩张安琪成长之路》,从虎妈到狼爸,这一本本关于家庭教育的书能够畅销,是否在告诉我们,潜伏在父母内心深处的期待,就是要将孩子送进哈佛、北大、清华和复旦之类的名校,就是要让孩子在各个方面取得卓越的成绩。

毕生发展心理学告诉我们,一个人最重要的社会心理任务在18岁前基本上都完成了。在这一段时间,正是孩子在家庭中接受父母影响的最关键的时间,因此,可以这样说,父母的期待和关注奠定了一个人最基本的人格基础。

典型案例

案例一:最后一堂生命课(摘自“家庭教育协会的博客”2011-11-16 10:39:10,原文有删改)。

南京市第一中学的黄侃老师曾经给她初三的学生和家长上过一堂生命课,而促使她完成这堂课的是她的女儿远远(化名)。

远远从小喜爱体育、唱歌,还喜欢吹长笛和玩打击乐,成绩优异。中学时出访过新加坡、韩国、澳大利亚和新西兰。从小到大,女儿都没让黄侃操过太多心,学习优秀,兴趣广泛,生活自理能力也强。然而就是这样一位阳光开朗的优秀女孩,却在荷兰留学时选择用一种极端的方式结束了自己年轻的生命。

在女儿留给父母的遗书中，远远坦言自己受强迫症之扰已长达 8 年，痛苦不堪。

黄侃无论如何也没有想到，外表活泼开朗、积极向上、充满理想、倔强不服输的女儿竟会背负如此大的痛苦，而她作为母亲竟没有丝毫察觉。

“现在回想起来，她上初中后一度变得沉默寡言，我还以为她是变文静了，没想到患上了心理疾病。”黄侃认为女儿太要强，事事要求完美。“在我们面前从来没有表露过失败的一面，展现给我们的只有微笑。”

作为一名教育工作者，黄侃开始反思。女儿上幼儿园时，由于黄侃夫妻俩工作较忙，于是将她送去寄宿学校。“如今来看，当时对她太残忍了，那么小的年纪，正是在父母身边撒娇淘气的时候，却一个人孤单地住在学校。”“另外，我对女儿的关心过于物质化，而在精神上交流得太少，我对她的精神世界缺少了解，这也是中国大多数父母的问题所在。”黄侃说，女儿曾经也和她交流过感情上的问题，“但我是个粗线条的人，有时候大大咧咧，对这种事不太敏感。”黄侃也坦言，在学习上，女儿也承受着一定的压力。“她学习成绩一直不错，我也没有对她有太高的要求，但是一旦考试没考好，我也会旁敲侧击地鞭策一下她。”女儿的离世让黄侃的教育理念发生了根本的变化。

“我尝试让学生们更加快乐幸福，他们学业繁重，本来就很辛苦，我会和他们一起发泄苦闷，对家长来说，我想让他们知道，对孩子的评价不要太纠结于分数。”“我希望孩子和家长们对人生能有新的认识，考试成绩不是判断一个学生成功与否的标准，要懂得人生还有很多的风景。”

对学生，黄侃说：“我希望孩子们能够学会面对生命中的痛苦、挫折、不幸，无论遇到什么事情，都要珍惜生命，生命只有一次，只要活着，就有希望。”

对家长，黄侃说：“家长们请学会欣赏子女，看到他们的独特之处，给孩子充分的信任和鼓励，尽可能地陪伴孩子成长的每一步。”谈及自己的教育感受，黄侃说，如果女儿在世，她一定会让她按自己的兴趣生活，绝不给她压力。

“只要她能自食其力，做一个对社会没有危害的人，我就满足了。只可惜，生命不能从头再来。”

案例二：坐在路边鼓掌的人（刘继荣，原文有删改）。

女儿的同学都管她叫“23 号”。她的班里总共有 50 个人，每每考试，女儿都排名 23。久而久之，便有了这个“雅号”，她也就成了名副其实的中等生。