

○ 两百个实用生动的家教场景  
○ 两百个教育专家的教育方法

【成功教子的好方法·家庭教育的大学问】

新成长教育研究机构◇主编

ZHONGGUOSHIJIAJIAO

中国式

家教

中国档案出版社

○两百个实用生动的家教场景  
○两百个教育专家的教育方法

【成功教子的好方法·家庭教育的大学问】

新成长教育研究机构◇主编

# 中国 式 家 教

ZHONGGUOSHIJIAJIAO

中国档案出版社

责任编辑/赵增越

## 图书在版编目(CIP)数据

中国式家教/新成长教育研究机构主编.  
-北京:中国档案出版社,2007.1  
ISBN 7-80166-734-4

I.中… II.新… III.家庭教育—中国  
IV.G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第155422号

## ZHONG GUO SHI JIA JIAO

出版/中国档案出版社(北京市西城区丰盛胡同21号)

发行/新华书店北京发行所

印刷/北京飞达印刷有限责任公司

规格/787×1092 1/16 印张/24.25 字数/300千字

版次/2007年1月第1版 2007年1月第1次印刷

定价/29.80元

责任编辑：赵增越  
总 策 划：包刚升  
策划编辑：程云渡  
封面设计：

## 新成长教育研究机构

新成长教育研究机构是一家专门研究中国中小学教育和家庭教育的文化机构。曾多次组织中小学教育和家庭教育研讨会，策划出版了多个教育类图书项目，如《帮助孩子考第一》《中国学生学习法》《读故事懂道理》系列等，取得了良好的社会反响。

《中国式家教》一书是新成长教育研究机构经过多年实践，将二百多个真实的家庭教育案例收集、整理而成的最新成果。本书涵盖了家庭教育应该注意的全部细节，提供了科学有效的教育方案，是送给中国家长们最好的教子实用手册。





献给中小学生的家长的情境教育全书

成功教子的好方法  
家庭教育的大学问



## 前 言

家庭教育的学问，大多从实践中来。“知心姐姐”卢勤长期和青少年打交道、做朋友，所以，在面对孩子成长过程中不断出现的新问题时，她的经验帮助了一批批家长摆脱了困扰，矫正了一批批孩子的顽疾，深受家长和孩子们的喜爱；而赏识教育的倡导者周弘把失聪的女儿培养成留美硕士的事例，也为中小学生家长如何教育孩子给出了一个很好的榜样和现身说法。

这些教育专家的家教观念之所以深受家长们的欢迎和认可，是因为他们接触的都是最真实和最生动的家教事例。他们从中归纳了家长在教子过程中经常会遇到的诸多问题，并且提炼和总结出了许多行之有效的家教方法。这些优秀的教子观念和方法，相对于国外的许多教育理论有着更强的针对性和实效性，可以称得上是真正适用于中国家长的“中国式家教”。

秉承“中国式家教”的优秀理念，我们邀请了国内几位家庭教育专家和教育心理学专家，精心编写了《中国式家教》一书。这本书记录了数百个来自当代现实生活中的家教事例，展现了一个个生动、真实的家教场景，并针对场景中家长和孩子们面对的问题，提出了详尽、科学的场景分析，给出了实用、高效的专家建议。

本书对于广大中小学生家长的作用和价值，可以用三个词语来概括：未雨绸缪、旁观者清、对症下药。

### 第一、未雨绸缪。

很多家庭教育的难题出现，通常是由于家长对孩子的生活及心理状态不够了解。家长们往往等到孩子出了问题之后，才心急如焚地去想办法解决。那么在出现问题之前，家长们在干什么呢？

《中国式家教》是对中国家庭教育的一次全景式的展现，它把中小学生家庭正在面临的和今后可能会面对的主要家教问题，都以真实场景的形式展现



## 前言 P R E F A C E

在大家的面前，并对此问题进行了细致分析，提出了应对和解决的办法。数百个具有代表性的家教场景，能对家长们起到未雨绸缪的作用。如果能提前了解孩子的生活状态、心理状态，对孩子的行为作出一定的预判，那么就能够有效地阻止不良问题的出现，或者把问题造成的后果降到最低程度。

### 第二、旁观者清。

也许是被爱冲昏了头脑，很多中国家长教育孩子的行为和方式合情，但都不合理。《中国式家教》提供的真实的家教场景和客观的场景分析，使家长们能够站在局外人的角度，冷静地重新审视自己过去的做法和观念。谁对谁错？是误解还是信任？应该批评还是表扬？一切都能一目了然。

### 第三、对症下药。

为了更好地了解和教育孩子，许多家长都曾经很主动地阅读和学习过相当多的教育理论和知识。但是，每当真正的问题来临的时候，家长们却常常束手无策。在《中国式家教》中，每一个场景其实就是一个家教难题。几位家庭教育专家和教育心理学专家针对这些问题，都给出了最详尽细致的解决办法，使家长们能够对症下药，帮助孩子摆脱困境，重建和谐美满的亲子关系。

“你是怎么教孩子的？”我们总是这样询问那些教子有方的家长，希望自己也能得到最有效、最实用的教子方法。《中国式家教》的出版，或许就能帮助广大中小学生家长解答这一问题，顺利走出教子无方的困境。



目  
录  
CONTENTS

前言

第一篇 塑造健全人格

第一章 培养积极的心态

1. 让孩子做个乐天派 / 002
2. 鼓励孩子用勇敢取代胆怯 / 005
3. 重视意志力的培养 / 007
4. 帮助孩子摆脱妒忌心 / 009
5. 正确引导孩子的表现欲 / 012
6. 让孩子做事不再虎头蛇尾 / 014
7. 消除孩子的自卑心 / 016
8. 使任性的孩子变懂事 / 019
9. 让孩子充满自信 / 022
10. 建立孩子的责任感 / 025
11. 不要让孩子太自私 / 027
12. 培养孩子的宽容之心 / 029
13. 让孩子和急躁说再见 / 032
14. 使孩子战胜恐惧 / 034
15. 领孩子走出脆弱的泥沼 / 037
16. 消除孩子的多疑心理 / 040
17. 帮助孩子克服害羞 / 043
18. 如何调整有生理缺陷孩子的心态 / 045

第二章 培养优秀的道德品质

1. 教导孩子勿以恶小而为之 / 049
2. 培养孩子的正义感 / 052
3. 根治孩子说谎的毛病 / 055
4. 终结孩子的脏话 / 058
5. 让孩子具有爱心 / 059

6. 教育孩子不吹牛 / 062
7. 如何教育耍两面派的孩子 / 064

## 第二篇 获得生存能力

### 第一章 教会孩子与人相处 ●●●

1. 帮助孩子养成礼貌待人的习惯 / 068
2. 为孩子创造交际的环境 / 071
3. 教孩子学会与父母沟通 / 074
4. 教孩子学会与朋友相处 / 076
5. 教孩子学会和老师相处 / 078
6. 教孩子学会和异性交往 / 081

### 第二章 解决孩子交往中的难题 ●●●

1. 让孩子学会分享与合作 / 084
2. 怎样对待孩子们之间的争执 / 087
3. 如何正确对待孩子的课外活动 / 089
4. 帮助孩子找到真正的益友 / 092
5. 孩子被朋友误会了怎么办 / 094
6. 孩子被朋友排斥怎么办 / 096
7. 孩子被伙伴欺负怎么办 / 099
8. 孩子滥交朋友怎么办 / 101

### 第三章 让孩子拥有一双勤劳的手 ●●●

1. 开启孩子的劳动意识 / 104
2. 教孩子学会自我管理 / 107
3. 教孩子必要的生存技能 / 109
4. 重视孩子独立能力的培养 / 111





目  
录  
CONTENTS

#### 第四章 鼓励孩子勇敢面对挫折

1. 重视挫折教育 / 114
2. 精心为孩子设计挫折 / 117
3. 带孩子走出“失败综合症”的阴影 / 119
4. 教会孩子在挫折面前调整情绪 / 122
5. 提高孩子的耐挫能力 / 124

#### 第五章 教孩子学会理财

1. 理财从勤俭节约开始 / 127
2. 让孩子正确认识金钱 / 130
3. 指导孩子抵制高消费 / 132
4. 教孩子学会理智地花钱 / 136
5. 孩子盲目购买名牌怎么办 / 138
6. 孩子摆阔怎么办 / 140
7. 孩子乱要东西怎么办 / 143

#### 第六章 杜绝孩子行为上的小毛病

1. 怎样教育不听话的孩子 / 146
2. 怎样对待吮手指的孩子 / 149
3. 如何让孩子不再粗心 / 151
4. 如何对待不讲卫生的孩子 / 153
5. 如何教育赖床的孩子 / 156
6. 怎样教育爱好奇装异服的孩子 / 158
7. 怎么帮助孩子告别多动症 / 160
8. 怎样教育喜欢搞破坏的孩子 / 162
9. 如何对待不好好吃饭的孩子 / 164
10. 怎样教育顶嘴的孩子 / 166
11. 怎样教育过于好胜的孩子 / 168

12. 怎样教育行为莽撞的孩子 / 170
13. 如何对待沉迷于电视的孩子 / 172
14. 怎样对待挑食的孩子 / 175
15. 怎样教育盲从的孩子 / 177
16. 孩子“人来疯”怎么办 / 179

## 第三篇 掌握学习方法

### 第一章 学习能力的培养 ●●●

1. 怎样培养孩子的观察力 / 182
2. 怎样培养孩子的记忆力 / 184
3. 怎样培养孩子的注意力 / 187
4. 怎样培养孩子的创造力 / 189
5. 怎样培养孩子的想象力 / 191

### 第二章 提高孩子的学习效率 ●●●

1. 和孩子一起制定学习计划 / 193
2. 教孩子懂得合理分配精力 / 196
3. 使孩子掌握学习的黄金时间 / 199
4. 帮助孩子提高学习效率 / 202

### 第三章 培养良好的学习习惯 ●●●

1. 培养孩子自主学习的好习惯 / 205
2. 培养孩子独立完成作业的好习惯 / 207
3. 培养孩子课前预习的好习惯 / 210
4. 培养孩子专心听讲的好习惯 / 212
5. 培养孩子镇定回答问题的好习惯 / 216
6. 培养孩子记日记的好习惯 / 218
7. 培养孩子考前放松的好习惯 / 220





目  
录  
CONTENTS

8. 培养孩子适时复习的好习惯 / 223
9. 培养孩子认真写字的好习惯 / 225
10. 培养孩子善于阅读的好习惯 / 227
11. 培养孩子善问敢问的好习惯 / 229
12. 培养孩子珍惜时间的好习惯 / 232

第四章 突破学习的瓶颈 ●●●

1. 如何教育厌学的孩子 / 234
2. 如何教育记忆力差的孩子 / 237
3. 如何教育对学习没有信心的孩子 / 240
4. 如何教育偏科的孩子 / 243
5. 如何教育考试考“砸”了的孩子 / 246
6. 如何帮助孩子考试不再怯场 / 249
7. 如何教育中考或高考失败的孩子 / 251
8. 如何教育不肯做功课的孩子 / 254
9. 如何教育学习粗心的孩子 / 256
10. 如何教育逃学的孩子 / 258
11. 如何教育考试作弊的孩子 / 261
12. 如何教育班里名次落后的孩子 / 263
13. 如何教育怕写作文的孩子 / 265
14. 如何教育学习磨蹭的孩子 / 268
15. 如何教育没有学习目标的孩子 / 270
16. 如何防备孩子学习疲劳 / 272
17. 怎样给孩子请家教 / 274

第四篇 建立有效沟通

第一章 顺畅沟通的基础 ●●●

1. 真正了解你的孩子 / 278
2. 在平等的基础上对话 / 280

3. 如何取得孩子的认同 / 282
4. 让孩子说出心里话 / 285
5. 静下心来倾听 / 287
6. 停止过高的期望 / 290
7. 千万不要取笑孩子 / 293

## 第二章 当孩子做错了事情

1. 允许孩子犯错误 / 295
2. 收起父母的愤怒 / 297
3. 避免老套的说教 / 300
4. 不要给孩子贴上负面的标签 / 303
5. 给孩子留点面子 / 305
6. 把对抗变成对话 / 307
7. 先定规矩后惩罚 / 309
8. 掌握批评的时机 / 311
9. 注意惩罚的形式 / 315
10. 真诚的批评最有效 / 317

## 第三章 给孩子一个自由的空间

1. 放手让孩子自己走 / 319
2. 强迫会适得其反 / 322
3. 不要窥探孩子的隐私 / 324
4. 不要溺爱孩子 / 327
5. 管教过严不可取 / 329





目  
录  
CONTENTS

## 第五篇 摆脱成长烦恼

### 第一章 帮助孩子理智面对网络

1. 网络时代如何做父母 / 332
2. 理智面对网络聊天 / 335
3. 帮助孩子从游戏痴迷中自拔 / 338
4. 预防网络色情 / 340

### 第二章 重视孩子的性教育

1. 慎重对待孩子异性交往 / 343
2. 如何看待孩子的性早熟 / 345
3. 怎样进行性成熟前的道德教育 / 347
4. 怎样对待手淫的孩子 / 349
5. 女儿初潮怎么办 / 351
6. 儿子为什么突然自己洗内裤 / 352
7. 怎样看待少女怀孕 / 354
8. 如何看待孩子的“早恋” / 356
9. 怎样教孩子防范性诱骗 / 358

### 第三章 善待孩子的青春期

1. 理解孩子的“偶像”情结 / 361
2. 使孩子不受烟酒的侵扰 / 364
3. 让孩子冷静面对校园暴力 / 367
4. 让孩子远离毒品 / 370
5. 让孩子拒绝赌博 / 373
6. 怎样对待离家出走的孩子 / 375

# 01

## :: 第一篇 塑造健全人格

有调查表明，一个人的事业成功与家庭幸福，只有 20% 取决于智力因素，80% 取决于非智力因素，而在非智力因素中，其主要内涵就是人格。因此，家庭教育的主要目标应该是给孩子一个人生支点，给孩子一种品格、一种能力、一种习惯，从而给孩子一生的支撑。家长们在培养孩子学习能力的同时，应该更多地关注孩子的人格塑造！只有健全的人格，才能真正守护孩子一生，帮助孩子走向成功和幸福！





# 第一章 培养积极的心态

心态直接影响着孩子个性的健全发展。一个积极主动的孩子能更快地适应环境，能更和谐地与同学相处，能以高亢的状态投入学习或班级活动中。而那些适应性弱、不善于调整自我或行动过于偏激的孩子，会在集体中显得格格不入，从而影响了身心的健康成长。所以，培养孩子积极的心态是家庭教育的重中之重。

## 1. 让孩子做个乐天派

两个人从同一座城由内往外望。一个人望的是泥土，一个人望的是星星。  
——弗列德利·蓝伯利基

家教精英



陕西省西安市某初三学生刘燕学习成绩很棒，许多同学都非常羡慕。有一天，刘燕的同学去老师办公室，听到了老师这样一番话：“刘燕真是只快乐的小燕子，歌不离口，笑容时时刻刻都挂在脸上。不管做什么事都是开开心心的，每次看到她都觉得心情特别愉快。”这个同学终于明白了为什么刘燕能得到老师的器重、同学们的爱戴；原来乐观豁达的性格在这里起着很大的作用。知女莫若母，刘燕的妈妈也曾经乐呵呵地告诉大家：“刘燕最大的优点就是乐观，遇到什么困难都不怕，总是乐观积极地去面对，才有今天的好成绩。”也正因为这个原因，刘燕不仅学习成绩优异，而且其他方面的素质也都很高，她自己还戏称，所有的成绩都源于“我是个乐天派”。