

电子图书



信息技术的结晶

人类文明的载体

网络的基本资源

出版说明

现在，越来越多的人已经意识到，搞好人力资源开发工作，是建设物质文明和精神文明的重要一环。人力资源开发包含的范围很广，涉及到人的优生优育直到安死的全过程。对于人生发展的各个阶段，如果我们能够更深一层的研究和探讨，无疑会对提高我国的人口素质大有裨益。《警告中国家长》一书，收集了近年来中外一些著名的教育学家、心理学家在教育下一代问题研究上获得的心血和精华，指出中国家长在教育子女问题上存在的误区，深入浅出，频有新意。尤其是结合新科技侧重研究了孩子的德育和智育的深层次的教育问题，令人回味无穷。愿更多的家长同志读到这本书；愿更多的专家学者研究人力资源问题，让我国人才辈出，四化建设取得更大的成绩。

敬告中国家长

第一章 父母与婴儿

婴儿与父亲

过去，心理学家认为父亲与孩子的关系，在孩子三四岁时最重要，因为这时正是开始建立性别和身份，展开道德教育的时候，但现在研究人员发现，父亲对孩子的影响，从出生时便开始了。

研究人员还发现，父亲照管婴儿的能力并不差。心理学家认为：没有理由因为父亲不常做某一件事，便认为他们不会做。那么，婴儿到底较依恋父亲，还是母亲呢？

答案是：无论在家中，或是在陌生的实验室里，婴儿想父亲抱或抚摸，和渴望母亲一样，但在较有压力的情形下，婴儿较依附母亲，因为母亲照管婴儿的时间较多，所以这是自然反应。

但婴儿往往喜欢和父亲玩，因为他们欣赏父亲嬉玩时的独有风格。父亲通常照顾婴儿，较母亲强有力，喜欢抛起婴儿，但母亲较温柔，较常与婴儿说话。

父亲对待男婴与女婴的态度很不同，研究显示，父亲较多接触头生儿子，与他说话及嬉玩；但若是女儿，则较少与她玩。

这种分别，显示父亲在孩子还是婴儿时，便开始影响孩子的性别身份。

根据一份研究，调查在婴儿出生后 24 小时内，父亲与母亲如何看待新生婴儿。结果父亲察觉儿子与女儿较有分别。对父亲来说，儿子较坚强，女儿则较脆弱。

父亲这种态度，部分与生物有关，但一位心理学家指出，文化影响也可以说是生物因素，当父亲与母亲交换传统角色，负责把持家务，照管婴儿，他会常微笑，模仿母亲高音对婴儿说话。

当婴儿知道照顾他们的父母，但样子不同，做事方式也有分别时，他们便会学习适应分别，而这则能帮助他们较易适应新环境及新人新事。

父亲对婴儿的认识发展，也有间接影响，如果婴儿每学会一样东西，父亲便鼓掌，这可增强婴儿的信心。

父亲无论是扮演婴儿的玩伴或教师，他们对婴儿的重要性，已较一般人相信的为高。那些获得父亲经常陪伴的婴儿，较那些很少得到父亲照管的婴儿，在发展测验上的成绩也较高。

所以，父亲们应该尽量肩负起照顾、抚育婴儿的责任，为了他们的未来，我们应该静下心来面对他们的起初和现在。

怎样才能生一个健康聪明的孩子

在美国加州，怀孕 5 个月的母亲，就要为腹中的胎儿“上课”；主要是给胎儿聆听美妙的音乐。

胎儿在母体内，最早的接触是声音，如母亲的心跳、脉搏等，利用先进仪器让胎儿在腹中欣赏音乐，有助于他（她）的身心健康成长。

妇女在怀孕之后，要控制好自己情绪，将由喜、怒、哀、乐等因素造成的情绪激动减到最低限度，多看美丽的风景、图画、多接触美好的事物，避开令自己情绪激动的东西，不要阅读恐怖、悲伤的书籍或看恐怖电影，如

此使母体心境平和舒畅，让胎儿在母体内轻松成长。研究证实；子宫内的胎儿，也有记忆能力，而且会受母体与环境改变的影响。

实验显示：将扩音器放在孕妇隆起的腹部上，经常让胎儿聆听美妙的音乐，到胎儿出生后约一周，就会选择他（她）所熟悉的声音。专家的研究证实，大多数的婴儿会选择母亲的心跳声以及在母亲腹中听过的音乐，由此可知，胎儿是有记忆能力的。

从统计上也发现，怀孕过程顺利、生理，心理及情绪较佳的孕妇所生的婴儿，比状况较差的孕妇所生的婴儿在发育上理想得多。另一项统计则显示，剖腹生产与自然生产的婴儿，在人格发展方面，亦略有不同。为此，心理医生劝告，当婴儿出生时，应尽量减少用药物帮助出生，药物对初生儿或多或少具有一定的影响。胎儿的发育，与母亲的情绪、生理状况、环境等都有密切关系，因此胎教不止牵涉个人因素，还须家属支持、照顾，以及良好的外部环境。

好的胎教，不单只是听听音乐、散散步那么简单，重要的是心理与生理两方面的互相配合，使整个怀孕过程，始终都顺利。这个过程的准备，应在怀孕之前就开始。当生理状况不佳，心理不平衡，或经济困难，生活不安定的时候，都不适宜怀孕。

孕妇所处环境对胎儿的影响

由日本医科大学一些教授组成的厚生省研究班研究发现，刚出生的婴儿的行为并不是天生一样的，而是有很大的差别。他们认为，这可能与孕妇所处环境的声音有关。于是，他们首先研究了孕妇子宫内声音，结果不仅记录到母体大动脉血流的声音，还记录到胎儿母亲的声音和来自子宫外的震音。接着，他们又用声音刺激胎儿，胎儿心跳显著加快，从而表明胎儿对声音有反应。

教授们又对 60 名孕妇的居住环境进行了调查，研究出生三天到七天婴儿的行为与环境有关系。结果是，家里养有爱吠狗的孕妇，生下来的婴儿对门铃声、玩具碰击声、针扎的疼痛以及光线刺激等反应极为敏感，并且大都缺乏自制能力，呆不住。夫妻经常吵架的家庭，初生的婴儿也是这样。居住在安静环境中的孕妇，生下的婴儿往往讨厌声音。而居住在噪音大、家庭人口多等环境中，自己不爱唠叨的孕妇，生下的婴儿能很快适应这种环境的刺激，并对玩具碰击声、以及运动着的物体有一定的反应。

室罔教授通过研究还发现，经常游泳的孕妇，生下的婴儿夜里不爱哭。这似乎是胎儿受水中声音影响的缘故。

婴儿的哭声语言

哭叫是婴儿的一种基本手段，它可以表明烦恼、饥饿、渴、不舒服、疼痛……没有哭叫，父母就无法与孩子交流。

母亲生下孩子的第三天便可以从一群孩子的哭声中辩出自己的孩子，甚至可以明白孩子想干什么。父亲也可以做到这一点，但明确程度要差一些。母亲对孩子的哭声和某些动作会产生一种感情，并且总能把它们归为一种特别的原因，孩子饿了，冷了，湿了，生气了，生病了母亲这种理解孩子需要

的直觉并非只与本能有关。声学研究表明孩子的每一种哭声都有一种确定的声振，这种声振有自己特殊的意思。

喊饿的哭声特点是协音调为 250 到 450 赫兹，强度为 80 到 85 分贝。表示疼痛、失望、大怒和高兴的哭声也都有较为确定的声学基调。

对于某些疾病，孩子的哭声也有特别的声音，这可以作为一种确诊病因的因素。尖声可以使人猜想耳炎、脑膜炎、急性腹膜炎等，长久的哭声可能与饮食有关或慢性消化不良有关……

每当孩子哭叫时应该怎么办呢？是应该立即回答他呢？还是应该等他自己平静下来呢？研究表明，最爱哭的孩子是母亲不会对其哭声采取适当行动的孩子。

因为父母对哭声的回答可以使婴儿尽快发展除哭以外的其他的交流方式。

一位博士解释说：“一些父母认为，对孩子的哭声作出回答只能更加强他的哭声。应该宣传相反的看法。”

“对新生儿的哭声作出回答可以使他开拓其他的交流方式，使他更加独立并能忍受父母距他有一段距离。”

婴儿吐奶妈妈慌

婴儿吐奶是一个很常见的问题，一般与喂哺技巧有关，多发生于用奶粉喂养的婴儿。不过，这也可能与疾病有关，如咽喉感染、肠胃炎、尿道炎、肠阻塞、头部撞击引致的脑水肿或颅内出血、牛奶敏感……等等。如果你的婴儿吐奶，就要留意以下步骤：

喂哺技巧

用奶粉给婴儿准备奶时，要按罐上说明来调配奶粉和水的比例。并且不可压实奶粉，否则，配制出来的奶就会太浓。奶水太浓，水份相对不当，会损害肾脏；奶水太稀，容易引起吐奶情况。

奶嘴孔大小要恰当，否则婴儿容易将空气吸入胃部。

喂奶时间要灵活，可根据婴儿的需要来喂。肚子饿了，应给他吃；不饿时，就不要勉强。有时婴儿活跃了，能量消耗多了，提早要求喝奶，应该满足他；如果他睡着了，迟一点喂奶，也无问题。他高兴就可以。如果喂奶时间缺乏弹性，婴儿就会哭得太久或吃奶太急，因而吞进许多空气，吃完奶后，就易吐奶。

喂奶中途及喂奶后，替婴儿轻拍背部，帮助他将吞入的空气隔出，但最重要的是不要让他哭得太久才喝奶。

喝奶后不要平卧在床，可把枕头或毛巾放于床单下，使婴儿躺下时，头部和胸部的位置较腹部为高，成 30 至 45 度角，可减少吐奶现象。

监察食量

初生儿由出生后第七天起，以每公斤体重计算，每天约饮用四至七盎司奶。

监察成长

若婴儿患病或营养不良，首先受到影响的是体重，接着才是身高和头围。

何时见医生

整体状况不佳：如拒绝进食、哭个不停、情绪烦躁不安、精神疲乏或反

应迟缓。

呕吐物有胆汁或有血：与肠阻塞和食道炎有关。

喷射式大量呕吐：胃部出口（幽门）狭窄。

脱水症：口唇或舌干燥、眼泪和小便量小、皮肤缺乏弹性。

营养不良：体重增加不足。

其他症状：发烧、咽喉痛、腹胀或肚泄。

头部撞击后呕吐。

一般而言，与疾病无关的吐奶，会随着婴儿的成长，身体功能渐渐发达，吐奶问题便会改善。

您的孩子好动吗

如果您的孩子在学校里学习成问题，并且不能集中精力，那也许是他的扁桃腺过于肥大。这是牛津丘吉医院的医生们发现的。做一个切除扁桃腺的手术，不但不会有伤害，而且还会立即显示出效果：好动症就会消失了。

小儿皮肤饥饿

健康婴幼儿的啼哭有的是因饥渴所致，给以哺乳或喂食，啼哭会停止；但有时小儿啼哭并非要求进食，家长只要需将抱起或抚摸其头面等处，哭声便会停止。这种情况实际上是另一种饥饿现象，通常实践科学家称为皮肤饥饿，它只能通过爱抚搂抱来解饥。

皮肤饥饿，即渴望相互间的接触和抚摸，是人类和其它热血动物所具有的一种特殊的天然需求。

皮肤饥饿在婴幼儿表现得更为强烈，他们需经常爱抚。当幼儿得到父母温柔的爱抚时，心理上会产生良好的刺激，大脑的兴奋和抑制也变得十分自然协调，因而适宜的爱抚有助于小儿大脑的发育和智力的提高，并有助于消除紧张、疲劳。如果这种需求不能得到满足，就可能引起食欲不振、发育不良、智力衰退和行为失常等。观察表明，得到家长爱抚的儿童，一般身心健康，反之则性情孤僻。对年龄小的婴幼儿，父母每天可搂抱一次，睡觉前再多在背部抚摸数次，以满足其“皮肤饥饿”。

婴儿宜吃哪类食物

美国最大的婴儿食品制造公司向父母们发出警告说，不要为了防止婴儿长大成人后成为大胖子而给他们吃过多的低脂肪食品，不应该过分限制婴儿食品中的脂肪含量，不应该给婴儿吃脱脂乳。成人食品和婴儿食品的一个不同是：两岁以下婴儿的食品应该含有一半脂肪。脂肪对婴儿的正常发育十分重要，有助于婴儿吸收各种重要的维生素和矿物质。

他们提出的其它建议是：

——推出一种包含各种营养素的婴儿食品。绝大多数婴儿在4—6个月后就就要准备辅助食品，父母们应该每隔几天换一次花样。

——避免高纤维食品。高纤维食品中所含的婴儿所需的热量和营养常常都比较低。

——少吃甜食，不要吃含有糖的代用品的食品。现在发现许多食品中都用小苏打，对小苏打的使用应该适量。

——食品中的含铁量应该高。出生 4—6 个月的婴儿需有铁的供应，在这之后，所有食品中都应该含有铁。

生个健康的小宝宝

琼恩 38 岁时和 40 岁的理查结婚，她非常渴望生儿育女。可是，她吐露心事“由于年龄关系，我生先天愚型孩子的可能性很高，所以我很害怕。”

先天愚型又名唐氏症候簇，特征为眼尾上斜、鼻梁特宽、四肢软弱，在婴儿出生时便可以诊断出来。有这种缺陷的婴儿不断地呈现不规则的智障，有些还附带心脏或肠道不正常。这种病的成因是染色体异常，可能是受母亲年龄的影响——琼恩深感忧虑的，正是这个原因。

许多在 34 岁以后准备当母亲的妇女，都有这种忧虑。她们通常为了发展事业，以致延迟生育。延迟越久，生唐氏征候簇孩子的可能性便越高 40 岁以上妇女的可能性约为 1%，45 岁以上的约为 1/65。

检验时间

以琼恩而言，可能性大概是 1/300，因此她和理查决计生育子女。她知道，到她怀孕 16 周时我们会进行一项羊膜穿刺术，抽取羊水样本化验。胎儿是在羊水中生长的，检验有胎儿蜕入羊水的细胞。便可知道染色体的排列，琼恩的检验结果显示一切正常。她如释重负，后来生了个健康的男婴。

她这次的经验说明了孕前就向医生请教是有必要的，这不但可以使有意生育的妇女安心下来，也可能使她们预先知道可能发生的后果。在传统上，妇女是在受孕后 10 至 12 周才开始接受检验。但这实在是太晚了，因为如果有任何先天性的不正常，这时都已成定局。

夫妇生育子女的理想年龄是 20 至 35 岁。在准备为人父母时，他们应经常运动以保持身体健康，诸如步行、跑步、游泳、打网球和壁球等。

最重要的是必须慎重选择饮食。有的妇女一计划要怀孕便开始每天喝 1 公斤牛奶（因为牛奶含有钙和大量维生素）结果体重大增，一块普通份量的乳酪便能供应孕妇所需钙量。孕前与怀孕期间，应该每天吸取大量蛋白质（例如肉或鱼）、纤维素食物以及来自蔬果的维生素，至于脂肪和碳水化合物则不宜吸收过多，因为这两种物质对胎儿发育并无裨益，徒然使母亲发胖。

不容疏忽

吸烟能影响男女双方的生殖能力，已有明确证据。科学家发现，吸烟男性的不正常精子的比例，比不吸烟男性的高；吸烟的女性比不吸烟的更有可能生下体重不足的婴孩。美国最近发表的一项全国性调查结果显示，这类婴儿可能身心两方面都永远不能完全康复。研究人员对 1 万多名 7 岁和 11 岁的儿童进行检查后发现，吸烟人士所生的孩子在一般能力和计算能力上都不如不吸烟人士的孩子，而且阅读理解力较低，身材也较矮。

在妊娠早期喝酒过量，对孩子的身高和体重都可能产生不良影响，甚至可能导致孩子心脏有毛病、脑麻痹或弱智。更不幸的是，一个女人可能根本不知道自己已受孕而继续酗酒，等到证实已怀孕时，可能已经造成无可挽救的损害。

最近一项以 32000 名孕妇为对象的调查显示，每天喝两杯酒的孕妇，在

怀孕第 3 至第 6 个月期间流产的比率增高了 1 倍，喝酒量超过两杯的，流产率增加 3 倍半。所以最安全的就是在受孕前后和妊娠早期滴酒不沾。

像吸烟一样，喝酒也会损害男人的精子。不过，由于男人在其整个有性生活的生活期间不断制造新的精子，所以只要他减少吸烟喝酒，情况便可以好转。没有受到尼古丁和酒精影响的健全精子，成功受精的机会最大。

近十年来，怀孕妇女的生活已大有改变。身怀六甲而仍出外工作的妇女，如今已越来越多，她们继续上班上到妊娠晚期，有些一直工作到怀孕第 38 周。

准备生育的职业妇女应事先妥为筹划，以便能减轻精神压力。如果妊娠期间精神紧张，可能会影响胎盘的血液供应，削减胎儿所需的营养与氧。如果上下班都必须搭乘拥挤交通工具，那就应该设法调整行程，避免在交通最繁忙时刻上下班。

为人父母的准备工作，最理想是从孕前开始，把它列为健康生活教育的一部分。孕前护理的积极作用一旦获得普遍承认，流产和夭折的数字必然减少，所发挥的效果绝不亚于以往的产前护理。这样一来，结果将只有一个：做父母的会更快乐，婴儿则更优秀、更健康。

口才教育至关重要

当今世界上什么最重要？——口才，口才和交际能力是我们锐意进取、推销自己的有力武器，是我们提高素质、开发潜能的无价之宝。

正像我国的饮食文化忽视了营养学一样，我们的学校教育也忽视了日语艺术，甚至连专门培养教师的师范学院也没有开设口语艺术课。这不能不说是一个惊人的缺欠。1984 年 10 月，我国接待了 3000 名日本青年，他们大都洒脱大方，善于言谈，而我国青年大都显得过于拘谨，有些人甚至是“足将进而趑趄，口将言而囁嚅”。

美国著名高等院校和中等学校都把口才与交际学作为必修课开设，连小学都开设口语训练课。教师、司机、公务员、服务员和营业员等等都具有很好的口语表达能力和优美的态势语言。

近几年，随着改革开放，人们开始认识到口才和交际能力的重要了。北京口语艺术学校招生简章里有一段话说得很好：怕什么都不会怕学习，缺什么都不要缺口才！

中国应改变传统的育婴方法

日本的并川华芳子女士从 1972 年起，从事日中友好的工作。她能讲一口流利的中国话，从 1983 年起，她作为日本工商株式会社的常驻代表来到中国。出于对中国人民的友好之情，作为一个母亲，作为一名曾从事过医务工作的人，她认为：“中国应改变传统的育婴方法。”

她说：“我参观了中国不少地方，亲眼看到‘蜡烛包’在中国依然十分普遍。”她认为：“长时间用‘蜡烛包’裹扎婴儿，不仅会影响婴儿的正常发育，还易造成婴儿皮肤及下部感染，诱发骨宽关节脱位等症。因为一个人即使在梦中，手脚也是在运动的，婴儿就更需要动了。婴儿的自然姿态是手成 W 型，脚成 M 型。如果包成笔直，他们在哭时，手脚没有自由，那么他们

更会在里面挣扎，此时，从他们的肺活量来讲，哭得就不充分。手脚的活动与脑的发达密切相关，限制婴幼儿手脚的活动，对大脑的信号系统有不利影响。”

在谈到婴幼儿食品时，她说：“中国的菜一般都经过油料加工，给断奶不久的孩子吃，不易消化和吸收。有的大人还将食物在自己嘴里嚼碎后喂给孩子吃，不少父母总给孩子吃很多巧克力、果糖、喝汽水、可乐等，这都不适宜，在中国的市场上，很少看到专为幼儿用的断奶食品。而断奶时期孩子的胃肠消化能力比较弱，同时这个时期又是人一生中生长速度最快的时期，营养需要跟上去。我建议中国研究儿童营养和生产幼儿食品的单位，多出版介绍断奶知识的书籍和育儿杂志，应该重视儿童断奶食品的研制，现在不少国家的断奶食品种类很多，有用开水一冲就能吃的全锦泥、肝泥、南瓜泥、牛肉泥、土豆泥等。

对于孩子的带养问题，并川女士说：“我看到中国的孩子不是送幼儿园就是由老人带领。一般说来，老人看自己的孩子，总觉得特别可爱。做了错事，也舍不得责备。怕孩子摔倒就不让孩子跳动。每日待候穿衣、吃饭，这样成长起来的孩子，往往举动呆板而意志薄弱。小孩子正是求知欲旺盛，体力、脑力活动充沛的关键时期，要给他们合理的智力刺激和运动量。能不能为孩子多想点玩耍的方法。例如，在街道、里弄里腾出一点空地，筑个沙坛，或在你家地板上铺一张草席，靠墙边做几个活动木架或用几个凳子围着，让孩子自在地上爬，多动手、脚、身体，这样可以锻炼培养孩子的脑智力。”

并川女士接着说：“小孩子的衣服不要穿得太厚，但我建议孩子最好不要穿开裆裤，夏天也不要光身体。穿开裆裤，一不卫生，细菌容易从肛门侵入；二不安全，幼儿坐下时容易碰伤、擦伤；三不保暖，即使在夏天，也应保持清洁、暖和；四不美观，大人小孩子，都有自尊心，当你看到那些穿得厚厚的、活动不灵活的孩子，露着冻得红彤彤的小屁股时，作何感想呢？”

开裆裤穿到什么时候

许积德在 1989 年第 1 期《大众医学》上撰文说，一岁以内的小儿，在小便不定时，有的还不会用语言或手势表达确切的含意为了护理上的方便，需要穿开裆裤。但到了一岁半以后，就应该逐渐过渡到不穿开裆裤，这主要有以下几点理由：

一、一岁半后的小儿更喜欢在地上乱爬，穿着开裆裤，外生殖器暴露在外，泥土或其他脏物容易进入尿道口或阴道口，尤其女孩子的尿道短，细菌更容易由尿道口粘上进入膀胱或肾，引起急性膀胱炎，肾炎。表现为高热、尿频、尿痛、血尿或脓尿。

二、穿着开裆裤，外生殖器暴露在外，小儿在无意中会玩弄外生殖器，这种男孩子尤为多见，渐渐地小儿在玩弄外生殖器中产生了一种愉快的感觉，从无意变为有意，从而养成手淫等不良的习惯。

三、一岁半后的小儿，常常在室外活动。穿着开裆裤，臀部暴露在外，前后不保暖，腹部很容易受寒，易患感冒。有此孩子腹痛可能与此有关。

婴幼儿多做手指活动可促进智力

现代科学研究证明，手和脑之间有着密切的联系。手指的机能锻炼刺激大脑，促进思维，发展智力。这是因为人体的不同部位在大脑皮层上均占有一个相应的运动区，其大小不是以身体部位的大小而定，而是与身体部位的精细复杂程序有关。有人的大拇指在大脑皮层上所占有的区域，几乎要比大腿在大脑皮层上占有的区域大十倍。手指的活动越多、越精细，就越能刺激大脑皮层上相应运动区的生理活动，从而使思维活跃。大脑接受刺激后，又能反过来使手的动作性，节奏性和灵巧性得以发展和提高。手和脑的活动相辅相成的发展，可以促使智力发展。人们常说的心灵手巧就是这个道理。因此，婴幼儿要加强手指活动，这既能锻炼孩子手的灵巧。又能使他们更聪明。

婴儿的智力与母亲的养育方式有关

美国最近进行的一项调查发现，用人奶喂养的婴儿比用人工配方喂养的婴儿更聪明。但是，这是由于母亲的养育方式，而不是乳汁本身的作用。

一些从事营养学研究的人员发现在标准智力测验中，用人奶喂养的婴儿的情况比用人工配方喂养的婴儿要好一些。在年龄为7岁半到8岁的孩子中，那些用母乳喂大的孩子的智商与那些用非人奶喂大的孩子高8.3。研究人员认为，人奶里含有对婴儿脑细胞发育有益的荷尔蒙。研究人员证实，用人奶喂养的孩子的智商高。但是他们说，一旦母亲的智商和养育方式受到控制的话，那么，用人奶喂养本身对小孩子智商没有影响。

四岁：训练儿童口才的关键年龄

口才的训练，往往与儿童时期语言思维的培养有密切关系。瑞士专家多戈埃拉兹姆通过调查研究指出：如果一个1岁婴儿会说3个单词，那么1岁半就能记住26个单词，从4岁到4岁半就已经会920至1200余个词了。因此4岁是培养儿童语言思维的最佳年龄。4岁儿童是开始最爱说话的年龄，其年龄及心理的发展，促使他对语言发生极大的好奇、兴趣，喜欢摹仿家中成年人的各种会话语言。这时父母或幼儿园教师，应该注重进行语言的训练，有意识地引导孩子多说话，利用生动的言语，表达不同思想、语言的趣味性要浓。

小孩子应用语言中有错误或词不达意时，要善意进行纠正与指导，不要训斥。

要注意儿童语言发音的准确性，儿童时期的错误发音，到少年时期后便较难纠正了。

口吃的儿童大都是心理性的，父母要有爱心与耐心。要帮助儿童树立信心，主动练习，养成从容不迫的发音习惯，口吃会逐渐矫正过来。

咀嚼有利儿童大脑发育

据科学家研究，咀嚼对儿童大脑发育有很大促进作用。儿童时期，正是大脑发育最迅速的时候，一方面脑细胞不断增多，脑容量增大，另一方面，细胞又在不断分化，大脑的各部分功能迅速形成。所以，对于幼儿，咀嚼可

使其上下腭不断地运动。运动可以刺激大脑，使脑中的血液循环加快，能供给大脑更多的氧气和营养物质，这自然利于大脑的发育。

当前，我国独生子女多，家长对孩子非常宠爱，有的就连儿童吃苹果时，都将苹果捣成泥来喂，就更不让孩子啃甘蔗和肉骨了，这样，小孩子咀嚼力就越来越弱。这类作法应纠正。方法是：只要根据小孩子的年龄，适当在每大的食品中，增加一些咀嚼的食物。如一周岁左右的孩子开始长牙齿，他本身就喜欢啃东西，这时可给一些营养饼干，父母可以拿着水果块让小孩子啃，等到小孩牙齿长得差不多了，还可给些炒熟的花生米、黄豆、甘蔗、苹果等，让孩子吃，在饭中也增加些肉、鱼之类让孩子咀嚼。千万不要认为小孩的食品越精细越柔软越好，如果这样，就会大大减少小孩的咀嚼活动，以至影响大脑的发育。

保护您的孩子

如果您作了父亲、母亲，以下准则供您遵守，以减少您的孩子受伤的可能性。

孩子 6 岁以下不应参加竞技性运动。6 岁至 8 岁之间只应参加非接触性活动，如参加游泳、网球和田径运动。孩子 8 岁时可参加足球比赛。10 岁以下不要参加冰球、曲棍球、橄榄球及其它“冲撞”运动项目。

在运动队或课程安排中，要注意是否有持有证书的体育教练、运动心理行家或运动调节专职人员。

要检查校方或课程安排提供的运动器械，看这些器械是否质量过关、保养良好，了解孩子们是否得到了正确使用方法。

检查校方提供的保护器械是否标准。头盔及其它设备不合适会增加孩子受伤的可能性。如果您需要购买器材，应向体育行家求教，以作出最佳选择。

看学校或训练地附近有无医院或门诊部，以便孩子受重伤时可立即送往医院。

鼓励孩子多参加诸如骑车、游泳等培养耐力和力量的运动项目，以避免受伤。

在同意孩子参加有组织的比赛前，对孩子的身体状况作一次全面检查。

不要让已疲惫不堪的孩子参加比赛。疲惫会增加孩子受伤的可能性。

第二章 父母与子女

“家训”是古代的家庭道德教育

我国古代的家训、家诫之所以值得研究和重视，原因之一就在于它在内容上具有可供借鉴的积极的东西，并对我们有启发意义。温克勤在1982年第六期《南开学报》发表了《谈古代的家庭道德教育——“家训”》一文，指出人们历来称家庭是儿童的第一个课堂，家长是子女最早的也是最长久的教师。家庭教育具有针对性强、权威性大的特点，古代家训、家诫特点正是利用自己在晚辈面前的天然尊长的权威，针对晚辈的个性特点、长处短处，用谈话、写信、临终遗言等形式对子女进行教育。他们教育的目的和内容，难免有其时代和阶级的局限性。但是他们对家庭教育的重视以及采取的某些切实可行的教育方式和方法都是有借鉴意义的。

文章说，在许多家训、家诫中都强调勿骄傲自恃。关于骄傲必然败德、必然败家的认识，还是很有价值的，不能说不是对人类社会生活经验的深刻总结。许多家训、家诫都强调勤勉俭朴。陆游还通过讲家史，以祖先的俭朴生活教育后代。勤俭是人类的传统美德，根本上说它是劳动人民的品德，古代家训、家诫强调勤俭的重要并以此教育自己的子孙后代，是有见识的。许多家训、家诫劝诫子孙后代遵守礼仪，尊敬师长，慎择朋友，不要沾染不良习气，不良嗜好，这是符合道德认识和道德教育规律的，并且具有浓厚的生活气息。

文章认为，我们国家是一个具有悠久历史的文明古国。内容丰富引人注目的古代家训、家诫和古代家庭，无疑应列入古代文明的范畴之内。今天在新的历史条件之下，我们建设社会主义精神文明，加强社会主义的家庭道德教育，有着极其重要的战略意义。如果我们能够在批判古代家训、家诫的基础上，借鉴和吸取其有价值的积极的因素，并赋予新的内容，那么对我们家庭道德教育的深入开展及整个社会道德风尚的改变，都将会产生积极的推动作用。

家教与孩子的成长

父母就是启蒙老师

家庭可说是孩子的第一个学习场所。在家里，和孩子最亲近的是他的父母。因此，孩子的父母最有机会成为孩子的启蒙老师。家里的老师和学校的老师在孩子的成长过程中扮演同样重要的角色。把正式学科知识和技能教给孩子的是学校的老师。为孩子在学校内的学习奠定基础 and 给予支持的是家中的父母。在家里发生的许多事，表面上看起来似乎和孩子的教育扯不上关系，但事实上，生活中充满含有教育意义的例子。且随便找几个说明：

在王家，阿贵因为打弟弟而被骂。阿贵说：“昨天弟弟打我，为什么妈妈不骂他？”妈妈说：“弟弟小，不懂事。”阿贵辩说：“爸爸打我，为什么就可以？”妈妈说：“爸爸比你大，当然可以打你！”

李妈妈和朋友打麻将，小强在一旁出主意。妈妈和了牌，心里很高兴，不禁赞道：“我家的小强真聪明，连打麻将也这么精！”

小妹今天格外兴奋，因为爸爸答应晚上带她去看电影。爸爸放工回来，

妹妹马上提醒他。爸爸说：“家里有电视还看什么电影？”小妹很失望，心里想：“大人为什么总是说话不算数？”

林玲在路上拾到钱，回家告诉妈妈。妈妈一边切菜，一边说：“爸爸就回来了，还不快去洗澡！”

王太太带女儿阿珠来宝宝家，向宝宝的妈妈诉说阿珠在学校中被宝宝用铅笔刺伤眼角。王太太走后，宝宝的妈妈对宝宝说：“如果你再和阿珠玩，看我不打死你！”

对王妈妈来说，做哥哥的让着弟弟是理所当然。爸爸打儿子也是应该，可惜的是，她没注意阿贵是否听明白。李妈妈对孩子的称赞不算过分，但赞语显然用得不得当。小妹对爸爸的不守诺言感到不满，爸爸却似乎没有感觉到。林妈妈答非所问，很可能连女儿说什么都没听清楚。宝宝的妈妈只是在发脾气，不是真正在训导自己的孩子。

这些爸爸妈妈们对事情的处理会不会对孩子带来不良的后果？王妈妈的双重标准，小强妈妈的不适当赞语，小妹爸爸的出尔反尔，林妈妈心不在焉的对话，宝宝的妈妈的似乎威胁的警告，对他们的子女会有什么影响？

有年幼子女的父母不能不注意，愈是年纪小的孩子，愈没有判断的能力。当得不到成人明确的指导与示范时，他们不是从表现来辨别是非曲直，就是有样学样。学得对时固然好，判断错了，就可能为自己日后的发展造成难以弥补的损害。聪明的父母会尽量掌握时机，不会让许多机会白白错过，只要有原则的管教，通常都会有效。

为孩子提供一个温暖的家，对他的成长帮助很大。家庭成员的和平共处与互相关怀，是基本的条件。一般说，在学校温文有礼的孩子，大多来自成员关系良好的家庭。相反，孩子在家里得不到快乐，在学校内犯规的次数也较多。

严明纪律适当鼓励

年纪小的孩子时常为了取得心爱的人欢心而努力学习。他们从成人的鼓励、惩罚和约束中领会别人对人的要求。因此，严明的纪律，适当的鼓励和及时的帮助对孩子的学习特别重要。好的行为和正确的做人道理可以在父母刻意安排与培养中巩固起来。不好的行为和错误的做人态度也会因父母的一时疏忽，无意中的鼓励而得到增强。家教难，就难在如何去增强好的行为，但又不把孩子约束得对父母的管教方法起反感。

一些父母对孩子的教育并不成功

中国的父母们自以为他们是世界上最好的家庭教育家，他们批评西方国家的家庭缺乏亲情，但是他们却无法阻止他们在孩子心目中的地位不断下降。

最近对美国、日本和中国的中学生进行的一项调查表明，中国孩子最崇敬的人物是影星与歌星，而不是他们的父母亲。

对于“最受尊敬的人物是谁？”这个问题，日本青少年的回答是：父亲、母亲和一名日本的英雄人物；美国青少年的回答是：父亲、表兄和一名棒球明星；而中国的青少年则把他们的父母分别列为第10位和第11位最受尊敬的人。这项调查结果表明，中国的父母们对孩子的教育并不成功。

在中国，不少父母力图通过他们的孩子来实现自己未能实现的理想。为

此，他们不惜重金聘请家庭教师教孩子学钢琴、英语、绘画或古文，并让孩子服用蜂王浆和其它补品以便给他们补脑增智。

中国的父母望子成龙，他们认为自己的孩子能够超过所有其他同学，成为佼佼者。然而他们对孩子的要求往往超出孩子的能力，以致伤害了孩子的自尊心与自信心。

个别孩子由于不堪巨大的学习压力而被迫走上了绝路，如一个女学生因高考不中受到其母亲羞辱而自杀身亡。

一些中外教育家已经呼吁人们要对不合理和过时的教育制度引起重视，这种教育制度把儿童当成人对待，完全剥夺了对于他们今后成长过程中起关键作用必不可少的童年生活。

在家里，父母把孩子看作是小大人；在学校，老师给他们布置超负荷的作业。

这一切与官方为儿童节准备的大型庆祝活动形成了鲜明的对照，庆祝活动的节目似乎更适合于家长们，而不适合于儿童本身。

少儿教育改革应从开发幻想智力入手

著名儿童文学作家洪汛涛在《小伙伴》上撰文认为，我在好几个学校调查过，可找不到一个班级，老师出过幻想性的题目。有好几个学生告诉我，他们的作文，老师总是要求写实，如果写重话，是要受批评的。眼下，学校的情况是学生不会写幻想性的文章，不敢写童话，老师们说，如果让学生写童话，我怎么改？怎么打分数？因为他们首先缺乏一般的童话常识，学生作文要写实，似乎已成为一种多少年来不可改变的戒律。老师说，他们在师范学校学习时，老师都是这样教的，根本没有讲过什么童话，连儿童文学课也不开。这都是事实。教育上，轻视幻想文学。不适合少年儿童特点，因循旧框框，这是当前教育的弊病。

天下父母心 严慈不尽同

孩子是家庭和社会的财富，每个民族都有培养和教育下一代的传统习惯。

日本人认为，日本民族有溺爱孩子的传统。日本妇女经常把孩子背在后背上走来走去。如果孩子哭了，妈妈常常是左哄右哄，绝不责骂或者有不耐烦的表情。美国人就另有习惯了，做父亲的总是设法让孩子尽快在精神上自立。在婴儿出生后不久，美国人的做法是把小孩子和父母分开，让孩子睡到另外的房间去，这样可让孩子从小就养成不依靠大人的习惯。

意大利人则更为溺爱孩子，对孩子进行体罚之类的现象绝对没有，而且，妈妈常常对上了小学五六年级的孩子还要早晨送上学，下学接回家那样地爱护。孩子对妈妈也特别会撒娇，都是大孩子啦，还常喊“妈，快来帮帮我”。西班牙人也非常喜欢小孩，在公共汽车上见到别人的孩子就会让孩子坐在膝上逗着玩，而且前后的乘客还可能把孩子传来传去，让大家高兴。

阿拉伯人对孩子的态度是有区别的。妈妈喜欢男孩子，而对女孩却十分严厉。对婴儿的哺乳也有区别，男孩子吃到3岁或4岁，女孩最多吃到两岁。

但是，男孩子到四五岁，爸爸对他的教育就要严厉起来，而对女孩的教

育爸爸则不予过问。

孩子喜欢什么样的父母

最近，对一些大中城市中学的中学生进行过一项调查

中学生心里有话对谁说？调查结果表明：60%的学生找知心朋友说，16%的人写日记，找老师或父母说的只占40%！有位中学生感叹道：“爸爸妈妈是我们的长辈。但不是我们的朋友！”

原因之一：来自父母

家庭谈论的话题太狭窄。据调查70%的父母同子女谈论的话题只有一个——学习，而子女感兴趣的时事新闻、影视小说、球赛等，家长则很少谈及。一位女中学生失望他说：“理解父母关心我的学习的一片苦心，但此外，他们能不能跟我讲讲做人的道理，以及女孩子可能会遇到种种问题呢？”

训斥、谩骂、挫伤了孩子的自尊心，当子女考试成绩欠佳，或做错一件事的时候，轻者挨骂，重则挨打。一些学生只能采取说谎、逃夜，甚至轻生的错误方式。

家长不尊重子女。有些父母私下检查孩子的书包和抽屉，甚至擅自拆阅孩子的信件和翻看孩子的日记（那是中学生可倾诉心里话的主要对象）；有的父母不顾孩子的兴趣爱好、特长，硬要子女报考父母认为“吃香”、“实惠”的学校或专业。这种唯我独尊的“家长意志”加深了父母与子女两代之间的“代沟”，使子女不愿向父母诉说自己的心里话。

原因之二：来自社会

当中学生的视线从书本逐渐转向社会，看到生活中所存在的种种不合理，甚至卑鄙肮脏的现象时，他们在茫然、惊疑、困惑中关闭了正欲打开的心扉，一种仿佛被人欺骗的错觉，使他们向周围的同学、教师、父母、兄弟姐妹，投去了不信任的目光。

孩子喜欢这样的父母

尊重子女，做父母的不仅要在物质上满足孩子正当的需要，更重要的是要尊重子女的意愿。要用平等的态度来对待子女。要经常以商量的口气来表述自己对某些事情的看法，因此，子女遇到什么事，就会来找父母商量。

孩子心目中的爸爸妈妈

湖南人民广播电视台专题部《今天好时光》节目组。摊开500多封来信，其中表示对自己的父母不满的竟占90%。

湘乡市一位女同学用蘸满泪水的笔，为我们描绘了她的家庭。

“爸爸跌跌撞撞地走了进来，瞪着双可怕的红眼睛。他又喝醉了。

‘嘶’的一声，爸爸又将我的课本撕烂卷烟抽了，我猛地扑过去救书，他却将书扔进了火炉，我伤心地哭了。

‘别哭，孩子。’懦弱的母亲搂住我朝我示意，可她却泣不成声。

年复一年，月复一月，我就在这样的家庭环境里生活邵东县有位男中学生染上了赌博，恶梦中醒来，他不恨别人，只恨自己的父母，因为是父母把他引上了歧途。

“棍棒下面出好子”仍然是当今许多父母的信条。

长沙市 19 中的“柯怜”同学，一想到即将来临的考试就不寒而栗。因为她的父母曾经扬言：“考不上中专只有死路一条”。她的爸爸施行的典型“棍棒教育”。她说：“我清楚地记得，爸爸对我残酷地抽打已经 3 次了。”

冷水江市有个学生因期终考试成绩没有达到父亲的标准，他父亲就罚他双膝跪在地上，头上顶着一盆冷水，还规定不准晃动，稍动就打。

有些父母的棍棒下非但没有出“好子”，反倒出了一些“畸形儿”。湘乡市某中学有个女同学在一次考试中只考了全班 30 名，回到家被父亲毒打一顿，还罚她在屋外站了一夜。父亲仍不罢休，又逼她在“奖惩条约”上签字：获前 10 名给奖，否则棍棒侍候。在奖惩面前，她选择了前者，但凭自己的成绩她无论如何进不了前 10 名，那怎么办，她只好舞弊，由第 30 名一跃为前 5 名，她父亲自然欢喜，奖给她 5 元钱，还有巧克力，蛋糕等等。可她什么也咽不下，“这完全是被爸爸逼的呀！”

对孩子来说，父母不尊重他们的权力，伤害他们的自尊心，剥夺他们的志趣和爱好，是最令他们伤心的事。

醴陵市柞市中学一女同学对爸爸妈妈限制她的业余爱好意见很大，她在信中写道：“我昨天还哭过呢，都因为爸爸妈妈不让我画画。可我就是喜欢画画，老师还说我有画画的天赋。昨天下午，小林约我去野外写生，我一连画了十来张，很晚才回家。没想到刚一进门，爸爸就怒气冲冲地夺过我的画夹摔在地上，又使劲踩上几脚。我伤心地哭了。爸爸，您这是践踏女儿的权力，摧残女儿的心哪……”

如果说，有些孩子对父母的打骂还能忍受的话，那么，他们对父母偷看自己的日记、拆看自己的信件则是不能容忍的。我们来看醴陵市某中学一位女同学是怎样看待她父亲拆看她的信件的吧。

“亲爱的爸爸：女儿只好在夜深人静的时候给您说说我的心里话，发泄对您的不满……您连朋友给我的来信都私自拆看，这使我气愤，我仅有的这点权力也被剥夺了，这明明是侵犯我的通信自由权！您仅用一句‘为了女儿好’就能掩盖您的‘违法’行为吗？爸爸，给女儿一点自由吧！”

瞧，事情的严重程度恐怕是她父亲始料未及的吧！

也许，父母们会问，今天的孩子到底喜欢什么样的爸爸妈妈呢？在他们幼小的心灵里自然有许多美好的想法。

长沙 5127 厂子弟学校徐波、南县华阁镇中学徐进等同学，信中直截了当地指出：“父母应该重视孩子对自己提出的要求，这是做好爸爸妈妈不可忽视的重要条件。”他们认为，好爸爸妈妈必须具备以下几个素质和条件：

经常关心孩子的生活和学习，即要严格要求，又不横加限制；

对每个孩子都要给予同样的爱，不要有大小、男女之分而偏重一方；

父母之间要互相尊重、谦让、谅解、给孩子作出榜样；

说话要算数，任何时候都不要对孩子撒谎；

要多注意观察和表扬孩子的优点，不要过分强调他们的弱点；

不要老盯着孩子的一举一动，乱翻他们的东西，拆看他们的书信；

对孩子提出的问题，不要爱理不理，要给予满意的回答。

您了解孩子吗

请您回答下面 29 个问题，检验一下自己对子女了解的程度如何：