

圣城家教

寿光市圣城中学家长学校主办

主 编：张乐光
责任编辑：王增发

2015年02月
总第二十二期

尊敬的家长：

您好

这是我们为准备的一期有关家庭教育的辅导材料。相信您在仔细阅读后，也一定能有所启发帮助，从而架起家校联系的桥梁。提前祝你新年快乐、阖家幸福，祝您的孩子成才！

家庭教育的“五好”

好孩子都是教出来的 优秀父母，他们的一个共同点就是在教育孩子上费尽心思。

好习惯都是养出来的 很多父母将孩子的坏习惯怪罪到学校身上，怪罪到老师身上，怪罪到孩子身上，唯独没有怪罪到自己身上。其实孩子身上的多数习惯——无论是好习惯还是坏习惯——都是我们做父母的有意无意培养出来

好成绩都是帮出来的 帮助孩子是我们父母的一份应尽的义务，而帮助孩子减负的最好办法是我们父母增负，就是我们父母能够成为孩子学习上、思想上的导师。

好沟通都是听出来的 第一个步骤是倾听，就是让孩子把话说出来，

并且听懂孩子话里的真实意思。第二个步骤是理解，就是站在孩子的角度想想是不是有道理，结果往往是有道理的。第三个步骤是建议，就是有道理孩子并不一定就能采取正确的行动，因此父母这时应该给予建议。

好成就都是化出来的 意志、品德、胸襟等这些最重要的因素不是通过父母的说教等“显教育”就能产生效果的，而是通过父母的行为即“潜教育”化进孩子的血肉里的。让孩子养成大襟怀的最好方式除了父母能做好的表率外，就是让孩子多读名著，多读伟人的传记，让孩子从小学会用伟人的眼光来看待社会和自己。

青春期孩子的心理特点

进入青春发育期的孩子，除了生理上的变化以外，更主要的表现在心理上的突然变化，具体表现在这样几个方面：

1、自我意识在这一时期出现质的变化。青春期的孩子对于“自我”的体验和感受前所未有地清醒。如果说，儿童对自己的认识和评价基本是服从成人意见的，那么，青春期的孩子则完全不同了。他们对自己产生了强烈的兴趣，热衷于思考自己的优点、缺点、特点...显得十分“自恋”，同时又经常夸大自己的缺陷，因为自己不够“完美”而沮丧。

2、独立性增强。进入青春期的孩子总是希望得到他人的承认和尊重，希望摆脱成人的约束，渴望独立。

3、感情的变化非常显著。他们既“多愁善感”又“喜怒无常”这常常令我们家长手足无措。感情的多变是与感情的深化共同发生的，在这一时期孩子们已经开始产生和感受到许多细腻复杂的感情。

4、开始关注同龄人之间的交往。同龄人之间的关系是这一时期生活中十分重要的内容。任何一个青春期的孩子都不可能脱离同龄人的影

响，总是将彼此之间的交往与认可看得极为重要。

5、与成人世界的关系开始变化。青春期的孩子不愿意再像“小孩子”一样服从家长和老师，他们希望获得像“大人”一样的权利，因此经常固执地与父母顶撞。

6、性意识的萌动与性别角色的深化。无论男孩还是女孩，都非常关心自己性别角色的完美程度、被他人接受和欣赏的程度：够不够帅、是不是漂亮、能不能引人注目等等。都渴望了解异性，希望得到来自异性的友谊，开始憧憬爱情...

当然，还不止这些。

所有这些变化和发展都是在进行的过程中，而不是已经完成了的。他们在各方面仍然是不完善、不成熟的：还不可能真正独立，还没有形成相对稳定的个性，还没有成熟的感情世界，还不善于把握真正的友谊，还不能真正与成人平起平坐，还缺乏严谨的思维技能，还不具备真正尝试爱情的条件。

由于青春期生理、心理变化的突然性、多样性、特殊性，不仅使青少年自己感到茫然不知所措，有时也会让我们做家长的不知如何应付。往往是这一个问题还没有解决，另一个问题又来了。所以多数中学生的家长都感到了累---- 心累！

心理专家：教你如何与孩子沟通

家长在和孩子特别是即将及刚进入青春期的孩子沟通时，首先要**学会尊重和理解孩子的观点**。在成人看来，孩子的某些观点或许很幼稚，但对刚刚开始增强自主意识的孩子，那都是他们成长的体现，是自我个性的代表。家长对孩子稚嫩观点的尊重和理解可以大大增强孩子的自信心，能激

发孩子和父母做更多的沟通，让亲子关系更和谐亲密。

其次，父母要学会关心自己，让自己快乐。因为孩子是跟随家长的行为和情绪而学习。家长在消极情绪下，很难有足够的耐心去倾听孩子的喜怒哀乐，或许孩子还没说几句话，家长已经开始责骂讽刺，更无法做良好的沟通了。

再次，不要吝惜对孩子的赞美。在教育孩子的过程里，父母总是不停地给孩子提供无数的建议，而且仔细回想，这些建议或许是天天都在提，而孩子并没有采纳的。其实赞美之词远比“唠叨”的建议有效得多。比如：“孩子你处理这件事情的方法真是很棒，妈妈为你骄傲，妈妈也有个方法提供给你参考，比如……如果你觉得何时，可以试试看。”在赞美的同时也提出自己的建议，孩子在受到家长肯定后，就比较容易接受家长的意见。不过在赞美孩子时一定要针对具体的事情，不要说过于宽泛的话，不然会让孩子觉得你的赞美不够真诚，那样也就无法起到沟通的效果。

总之，父母和孩子沟通时要冷静，如果发现讨论的结果，已使孩子情绪不稳了，就该停止沟通脚步，否则恶言争吵对双方都没有好处。惟有彼此心平气和才能深入思考，仔细讨论和理性判断并找出最好抉择。使孩子觉得父母是个随时随地都容易聊天的人、是个接纳他的人、是个肯定他价值的人，孩子才会愿意将各种感受告诉你。

让孩子活出他自己，有独立性与自主性，品德第一，学业第二！