

2023 年家庭教育心得体会(15 篇)

家庭教育心得体会 1

(1) 父母以身作则，做孩子的榜样，学校积极引导，双方共同努力

我们认为要教育好孩子，首先要以身作则，父母是孩子最好的榜样，只有自己做了，孩子才会跟着学习。如果光说大道理，而自己不能作为孩子的榜样，那么，这种教育，不过是金玉其外，败絮其中的教育，是丝毫起不了作用的。同时，学校的教育也是同等的重要，只有双方共同努力才能出效果。

儿子的母亲目前是一所大学的研究生，对孩子而言，这是他引以为自豪的事，也是一种促进力量。虽然他不知道母亲考研的历程有多么辛苦，但母亲深夜还在静静的看书的景象给他留下了深刻的印象，那是一个榜样，使他明白只有勤奋努力才会梦想成真。孩子已经上初一，虽然母亲不在身边，孩子在爸爸和学校老师的谆谆教导下，不仅在学习上有进步，其他各个方面都有了可喜的进步，成为了一个懂事的好孩子。

(2) 营造家庭学习气氛，让孩子养成自觉学习习惯

听我的同事讲过他家女儿和侄女双双同年考上大学的事，他的心得体会是营造家庭学习气氛，让孩子养成自觉学习的好习惯。每天晚上吃完饭后，他和妻子就出去散步，女儿和侄女两个孩子收拾完桌子，就去写作业，他们回到家，在孩子做作业时，从不看电视，各自拿一本书看，时间久了，孩子就养成了良好的作息习惯，女儿和侄女经常相互比，看谁学习好，看谁学的晚，去年高考，两个孩子双双以优异成绩考取理想的大学。

(3) 培养孩子的兴趣，兴趣是最好的老师

儿子小的时候很喜欢玩电脑游戏，我对他说，玩可以，你也可以玩出新花样，比如，做幻灯片之类，拿给别的孩子看时，多有成就感啊。于是儿子学会了制作幻灯片，时常还叫别的孩子欣赏，并教会他们。儿子现在喜欢上了英语，刚开始的时候，我同学家的女儿去学英语，让他也去跟着学，如今，他已经越学越有兴趣，对妈妈说：“我班上有一个英语说得很好的同学，我也要跟他一样”。看到孩子这样爱学英语，我很欣慰。我知道儿子的语文不太好，我有时替他着急，真希望他能把语文提高一下，可儿子说要继续报名学英语，我还是高兴的答应了。

(4) 处罚孩子要适当，积极引导孩子，做孩子的好朋友

记得儿子在小时候，有一次拿家里的钱，没有经过父母同意，买了许多玩具，我们知道后，让他退回了玩具，并打了他，打得很重，以后他再也没有犯过类似的错误。儿子上小学四年级的时候，写字很差，我让他把写错笔画的字重写 10 遍，结果我们吵打起来，儿子说他已经尽力了，一时难以改变，我向儿子认了错，同时指出他打我也是不对的，儿子也认了错，现在我和儿子有时像朋友一样聊天，其乐无穷。

家庭教育心得体会 2

“至乐莫如读书，至要莫如教子”，望子成龙，盼女成凤是中国家长的普遍心理。然而真正落实到实处时，我才发现这是一本难念的经。从孩子哇哇大哭来到这个世上，孩子最先接触的是父母。为人父母做的一言一行都影响着孩子，所以在这里我想和大家讨论一些关于孩子的教育问题，浅谈我的经验与心得。

关于学前教育——发展兴趣爱好

幼儿时期是奠定一切事物基础的时期，孩子的学习能力，因此多方面发展对于孩子是有一定帮助的。家长一定要重视孩子的兴趣爱好培养，并为孩子选取合适的培养兴趣爱好的方式，帮助孩子快速成长！从小我便十分关注孩子的兴趣取向，也会尽可能使孩子接触一些新奇的东西。但同时，我也会教育她要学会坚持，

做任何事情不能半途而废，而我们家长更不能急于求成。对于我家孩子，小时候她说“妈妈，我想学画画”“妈妈，我想学跳舞”对于这些我都很开心的接受了她的想法。当然，这途中肯定不是一帆风顺的，时间长了孩子的好奇心消失了，慢慢变得抵触反对，这时做家长的就要发挥教育作用，积极引导，多加鼓励。这个过程是艰辛的，但看到孩子现在能自信地在舞台上展现自己，就觉得一切都是值得的。

关于小学阶段——陪伴是关键

都说陪伴是孩子的老师，12岁之前，孩子如果缺乏陪伴，就不利于人格形成与完善，也有可能造成孩子叛逆，没有责任感，对身心发展都有极大的影响。那么，陪伴是把自己全部时间贡献给孩子吗？当然不，我们力求在有限的时间内高质量陪伴孩子，我认为陪伴质量高不高的标准就是父母和孩子在此刻的状态如何。只要双方状态是愉快安详的，这样的陪伴就是高质量的陪伴。比如做家务，比如做手工，这些孩子能看见，也能明白并能模仿的，这样的工作就能使双方都处在一个放松的状态。同时，父母陪伴孩子时的状态极其重要，你是匆匆忙忙为了完成任务而陪伴？还是享受陪伴本身？要知道，孩子吸收的不光是父母所做的事情，他更有可能吸收的是父母做事时的状态。

关于中学阶段——给予尊重

初中时期是孩子心理的过渡期，其独立意识和自我意识日益增强，迫切希望摆脱是父母的监护，并开始反对父母的所作所为。这令我们家长很是头痛，为了解决这个问题，我尝试过很多方法。但越是过多的干预，便越适得其反。慢慢的我得出了一个经验：尊重。而的尊重就是让孩子自己做和他有关的决定。当然我们家长如果已经有倾向性，就要提前做功课，给孩子分析利弊，引导孩子做正确的决定。同时了解他的思想动态，见缝插针，把自己的三观传达给他，包括学习的，感情的，人际关系的。一定要润物细无声，不能来硬的，不能说教。把话说到他的心坎里面，他就会听。在这里我总结出“三多三少”供大家参考：多引导少训斥；多交朋友少窥探隐私；多商量少命令。

教育是一项宏伟的事业，培养出一个身心健康，积极乐观，人格独立的孩子是我们每位父母的目标。在此，作为基础教育的家庭教育就显得尤其重要。“成功的家庭造就成功的孩子，失败的家庭造就失败的孩子”，从这个意义上来讲，父母对孩子的成长起着决定性的作用。因此，我们在关注学校对孩子的教育同时，不能忽视孩子的家庭教育。我们的家长在教育孩子的过程中，应该多了解学习关于家庭教育的知识，便于孩子能够良好的接受家庭教育。

家庭教育心得体会 3

新学期又将开始了，趁现在还有时间，总结一下女儿上小学一年级第一学期的学习情况与家教心得。和大家分享。

记得开家长会当天的早上，莉莉的班主任通知我，让我在下午的家长会上发言，谈一谈教育心得。当时，我跟老师说：“说起来真惭愧，作为家长，我们两个人每天都很晚才下班，莉莉放学后都在托管中心，在家的辅导工作比较少，我觉得自己做得不够好。”老师还一直说服我。于是，我答应了。

当天下午，当我来到学校，学校里张贴着一到六年级各班的光荣榜，什么优秀干部呀、免考生呀、三好学生呀等等。于是，我凑到一年级那一栏去看。结果，我惊奇地发现，莉莉是全级成绩最棒的一个。两科全部免考，而且，语文科就只有莉莉一个人得到免考称号。当时，我还不明白免考生是什么意思，一问之下，原来是平时成绩优秀，可以不用考试，知道以后，我一下子心情放开了很多，明白了老师为什么总说她成绩好，让我发言。此刻的感觉比吃了蜜还甜。

在会上，与几个平时和莉莉比较要好的同学家长谈起，她们确实觉得在家辅导比较吃力。我非常明白他们的心情，她们负出的比我要多，因为她们每天的时间几乎都花在做作业上了。所以，我觉得自己还是比较幸运的，因为，莉莉回家的时候，基本上已经完成了作业。我的任务是检查功课就行了。

那很多家长都会问：“去托管是不是真的好呢？”答案是否定的。每天我检查作业的时候，总会发现托管的老师没有认真地对作业进行检查，时不时会出现检不出错误的情况。所以我会更加留意，特别是一些有难度的题目，我总会问莉莉是不是真懂了。然后，我会出一道相似的题目让她做，如果她会做，那证明她真懂了，如果不会做，那就是说那个答案只是纯粹抄下来的。当然，我不是否定托管中心的老师，说实话，在托管中心的老师水平也不过如此，再加上七八个小孩子一齐，而且不是来自同一个学校同一个班，难免会疏忽，所以这个责任还是应该由家长去负责。

每个小朋友出错，基本上都是因为粗心大意而造成的，莉莉也不例外，她经常都会把不经检查的作业扔给我，我会发现很多不应该错的地方。

于是，我发现一个好方法：每次发现她是属于粗心大意的错题时，我会让她自己拿一本小册子抄一遍，错得越多抄得越多。这种既是一种惩罚也是一种锻炼的手段。有些题目比较长，字也多，她要花的时间也不少。所以发展到后来，她为了不用抄这些题目，自觉地认真地检查过之后，才交到我的手里，慢慢地我发现她出错的机会越来越少，我也变得轻松了一了些。这种方法对她来说还是比较凑效的。

另一个方法：这是一个关于数学的方法，我会在她玩其它玩具的时候，问她一些数学加减法，（因为她现在才一年级）让她在没有准备的情况下脱口而出，这样会比较真实地反映出她是否清晰地算对题目。有时，会和她比赛算数的速度。如果可以的话和爸爸一齐比赛，作为父母，有时会故意地算错，看她是否有信心把错误的答案纠正过来。这样可以让她有荣誉感，增强她的信心。

一年级的上半学期，莉莉是取到了成绩，但并不代表以后也能取到好成绩，所以，我希望，她能保持现有的学习态度，争取保持在以后的学习也能做出成绩，和其它的同学共同进步。我更希望其它的家长也能够把一些好的教育方法和大家共同分享。

家庭教育心得体会 4

英国作家萨克雷说过，“播种行为，收获习惯，播种习惯，收获性格，播种性格，收获命运。”道出了培养良好行为习惯的重要性。我国思想家陶行知曾说“凡人生所需之重要习惯性格态度多半能够在六岁以前培养成功”。揭示了培养良好行为习惯应及早抓起的必要性。

此刻的孩子，大多数都是独生子女，是家中的小太阳，家人对孩子的生活照顾得无微不至，给孩子吃最好的、穿最好的，帮孩子做一切需要做的事情，最大限度的满足孩子的要求，从不在孩子面前说一声：“不”。祖辈、父母过分的溺爱娇惯，造成孩子以自我为中心，适应潜力较差，任性，怕苦等问题。从开学初教师的上门家访及调查问卷中发现，小班大都孩子在家饭来张口、衣来伸手，不少家长很重视对孩子的认知教育、智力开发，把孩子行为习惯的培养则以“孩子还小”为理由而包办代替或不予以纠正，在孩子发展中存在着认知潜力和行为潜力不和谐性、不一样步性。不少孩子在表演节目时还很自信，但一旦让他们去独立完成一件简单任务时，就显得不知所措。有的孩子尚未构成用餐、入厕、倾听、玩玩具等方面的基本行为习惯，如果任由这一状况发展下去，孩子行为方面的问题将越来越多，孩子的不良发展将不可避免，对今后的一生都将产生不良的影响。

结尾：3~4岁是培养孩子良好行为习惯的关键时期，家庭教育和学前教育阶段是孩子构成良好行为习惯的重要时期，孩子良好的行为习惯养成比知识的获得更重要。而良好的行为习惯不是一朝一夕就能构成的事，要培养一个人良好的行为习惯，务必从小抓起。越来越多的事实证明，良好的行为习惯的养成要比知识的获得重要得多，养成良好的习惯是一个人独立于社会的基础，又在很大程度上决定人的工作效率和生活质量，并进而影响他一生的成功和幸福，能够说，习惯是体现一个人素质的重要方面。小班是孩子从成人呵护中逐步走向独立生活的重要阶段。小班孩子的许多行为尚未建立或定型，可塑性很大，因此，小班阶段培养孩子良好的生活、卫生习惯具有更重要好处。

家庭教育心得体会 5

家庭是孩子的第一所学校，父母是孩子的第一任老师，也是孩子成长中学习的榜样，所以良好的家庭教育对于孩子的一生都起着至关重要的作用。

在孩子刚出生的时候，我就十分重视孩子的家庭教育，当然并不是单单的教会孩子背几首唐诗，读几首儿歌，认识几个汉字，而是教育孩子为人处事的道理，教会孩子生活的技能，使孩子养成具有健康心理和健全人格的人。当然，对于只有两岁多的幼儿来说，空泛讲授深奥的道理并不能使他明白其中的含义，孩子自然就不会理解，所以具体的还是要从生活中的一点一滴做起。

（一）首先是营造良好的家庭环境

家庭的和睦对于一个孩子的成长是至关重要的，家人之间的相亲相爱会让孩子学会宽容，学会理解，学会爱，爱别人和爱自我。如果缺少家庭的关爱，会让孩子变得越来越冷漠，越来越自私。

看到过许多的案例，孩子的堕落，麻木等等问题，都是因为家庭缺少爱，试想一个孩子连自我的父母和家人都不爱，他还会去关心体贴陌生人吗？所以，必须要给孩子营造一个温馨和谐的家庭生活，让我们的孩子都能快乐无忧的生活。

（二）父母要以身作则

在家庭教育中，父母就是孩子的榜样，父母的一言一行会在不经意间给孩子巨大的影响。所以，父母在要求孩子懂礼貌尊重他人的时候，能够想想自我是不是这样做到了呢？

记得有一次，涵涵犯了错，我狠狠的训斥了他，还说了一些重话，说你再这样我就打你了。本来没觉出问题，但是之后他居然学会了这句话，动不动就说我打你。这让我很后悔，也很悲哀，后悔以前不该对孩子这样说话，悲哀的是孩子对妈妈说这样的话，所以趁孩子还能纠正的时候，我们做家长的必须要谨言慎行，

对自我的一举一动都要三思而行，不管你是在多么生气的状况下都要想到我这样做这样说会对我的孩子产生什么样的影响。

（三）奖罚有度实事求是孩子发脾气冷处理

孩子做对了，我们要用心的夸奖，孩子做错了，我们也要及时的纠正。奖励和惩罚都要有度，适可而止。虽然此刻教育专家都提倡多称赞孩子赞美孩子，但是我觉得这还要分什么事情，因为我这是有切身体会的。在涵涵还是一岁多小孩的时候，他玩积木，本来是搭错了，但是我想他第一次玩就给了他称赞鼓励，本想能促进他进步，结果却恰恰相反，反而使他每次搭都出错，而且变得还个性固执，我再怎样说他还是不听不理解，这就让我想到，如果在他第一次搭的时候，我就给他纠正，也许就不会出现此刻这种状况了。所以我坚持家长在称赞孩子方面还是要实事求是，不能一味的盲目的夸奖称赞。

当然批评就更要有度，如果批评过度，甚至打孩子，慢慢的孩子就会变得反叛，当孩子做错的时候还是坚持以道理说服，而且就事说事，不能翻旧账，最重要的是你说的话能让孩子听懂听进去。以前涵涵做错的时候我都会跟他说一大堆的道理，结果他还是我行我素，之后听了专家的推荐是让你说的话孩子更能理解，不要说一些空泛的大道理。而且，在孩子任性发脾气的时候，你说任何道理他都不会听的，所以我的做法就是冷处理，让孩子自我去闹，家长能够做个冷眼旁观，等孩子觉得哭闹也没有意思，冷静下来的时候，我们在去跟他说道理，这样反而更能让他理解，如果在他发脾气的时候还去跟他说这说那，只会加重事态的发展。如果哭闹继续不止，那我们只能迅速把他抱离现场，转移孩子的注意力，这样做也许效果会更好。

（四）让孩子学会尊重他人

让孩子学会尊重他人，首先父母就要先学会尊重孩子，这是我一贯的坚持。在涵涵还很小的时候，我就能蹲下来听他的意见。有人会说，这么小的孩子能有什么意见，其实不然，虽然孩子小，可还是一个个体的人，他也有思想，所以我

们更要尊重他。例如，涵涵每次出门都会带玩具，刚开始孩子的爷爷总是阻止他带玩具，但是这样就会闹好久才能出门，虽然玩具是放下了，但是会哭好久，此刻想想，那时的哭也许就是对大人的不尊重而感到不满。

之后，我就跟涵涵商量，刚开始的时候是跟他商量出门要带什么玩具，渐渐地就变成他主动跟我商量，而且变得更听话了。即使在外面，涵涵和小朋友相处的时候，我也会教他学会尊重他人，比如看到别的小朋友的玩具，自我想玩的时候，我就会教他你跟小朋友商量，“等你不玩的时候能够把玩具给我玩一会，好吗？”

当别的小朋友想要他的玩具的时候，我就会教他：“把玩具给这个小朋友玩一会，好吗？”一切都是看孩子自我的意愿，不能强加大人的意愿。以前我就以前犯过这样的错误，和朋友的孩一齐玩的时候，看到朋友的小孩哭闹着向涵涵要玩具的时候，我总是不假思索的把涵涵玩具抢过来给别的小孩，所以之后涵涵就养成了抱住玩具不撒手的习惯，即使睡觉的时候一拿下来就哭，我想就是那个时候我伤害了他的自尊，我对他的不尊重对他造成了严重的后果，虽然此刻经过时光的冲淡，涵涵已经慢慢好了，但是对我的冲击还是挺大的，让我自省了很久。

（五）及早让孩子学会自我的事情自我做培养孩子的劳动习惯

在涵涵刚会坐的时候，我们就已经把他放在凳子上和家人一齐吃饭，虽然那个时候他还不能自我吃，但是我们坚持让他看我们大人是怎样用餐的，所以慢慢的涵涵自我就学会吃了，而且是很早就学会拿筷子吃饭，家里只要能让他做的事情，都是坚持让他自我做，比如扫地、洗菜、拿碗筷、搬凳子等等。

许多家长认为孩子那么小能干什么呀，还不是越帮越忙，其实做不好是肯定的，但是只要他参与就好，如果你总是阻止他干活，他就会觉得妈妈不需要我，久而久之他就不再愿意干了。而且劳动习惯的培养会让他更珍惜他人的劳动成果，比如说自我玩的玩具不要乱放，垃圾不乱丢等等。

（六）营造孩子的学习环境培养孩子的学习习惯

有一段时光家里人看电视看的多点，涵涵也跟着看电视看多了，之后觉得不能再这样，所以此刻家里人都学会看书，即使不看书也会看报纸，这样涵涵也跟着学会了阅读，虽然时光坚持不了多久，但是习惯是慢慢培养的，一点一滴累积起来就会好的。

俗话说，行千里路胜读万卷书，所以只要有时光还是会带孩子多出去走走，在大自然中学习知识更能让孩子理解。虽然教育专家都不推荐孩子那么小就学唐诗宋词之类的，但是我觉得虽然孩子还不懂，但是多读点这类的诗词能培养孩子的美感和节奏感。至于儿歌音乐之类的，多读多听肯定是有好处的，关键是涵涵很喜欢这些，我觉得培养兴趣是最重要的。

（七）培养孩子的男子汉气概不溺爱孩子

涵涵的爸爸经常在外地，涵涵一年也见不着几回爸爸，所以我这个做妈妈的既要做好妈妈的职责也要当好爸爸的主角。所以我总是有意无意的想培养涵涵的男子汉气概，但是分的宠他溺爱他。

例如，当涵涵摔倒的时候，我从来都不扶他起来，总是鼓励他自我跌倒自我爬起来，然后拍干净身上的土。如果摔破了，即使心里心疼，也不会表现出来，只对他说没事。所以此刻涵涵摔倒了，只要不是很严重，基本上不哭，反而安慰我说：“妈妈，我没事！”虽然看似我冷血，但是我自我觉得我做的没错，尤其是对一个男孩子，必须要培养他坚强的性格，不能懦弱。

以上就是我在家庭教育中的心得体会，还是那句话，每个孩子都是一个独立的个体，所以每个孩子都有自我独特的人格，没有万能的教育，只能是每个家长在家庭教育中不断的摸索实践，有人说孩子是父母的第二次人生，在孩子的成长过程中父母也是在不断成长的，就让我们和孩子一齐长大吧！

关于非爱行为的定义也许大家从字面上就可以知道，并且都不想有这种行为，但是要想真正在家庭教育中避免这一行为，真的很难，尤其是对于现在的父母。

孩子上幼儿园的时候，父母每天早晨来送孩子的时候给老师交代最多的就是要老师多交孩子识字，多学习拼音，多练习加减运算等等，或者有的家长委婉的这样告诉老师：“我邻居的孩子上大班了都会计算 50 或 100 以内的加减法了”“我亲戚的孩子都能看着带拼音的故事书自己讲故事了”“昨天我在大街上听见一个孩子都能读出很多汉字了”等等吧！这样说的意思不也是在变向告诉老师要教给孩子小学阶段应该学习的东西嘛！难道孩子的健康不更值得你交代吗？难道孩子的快乐不需要你更多关注吗？你想要一个健康的孩子还是想要一个高智商低能力的孩子？幼儿园阶段的孩子就学会了小学的内容，那么小学的时候让孩子干什么呢？

现在的家长都感觉社会的竞争太大了，如果孩子不脱颖而出就很难在社会上立足，要想脱颖而出就要从小开始教育，于是他们都抱着不能让自己的孩子输在跑线上的心态，一直在后边使劲的推着孩子学，学，学，催着老师不断地教，教，教。还有些家长觉得孩子必须要全面发展或者为了攀比，为了给自己挣得面子，让上幼儿园的孩子就开始参加各种辅导班，兴趣班，特长班。

亲爱的家长，这种你们自认为是爱的行为，实质上呢？这就是非爱行为，就是在逼迫自己的孩子，就是在摧残自己的孩子。别人可以理解你爱孩子的心，别人也没有办法阻挡你爱孩子的心，但是请你注意自己的爱是否合理，是否得当。孩子的童年有几个，难道你想让孩子的童年充满无奈何伤感吗？此外，你的这些逼迫换来的是什么？也许有那么一个时刻你可以在别人的面前炫耀你的孩子会弹琴，会被唐诗 300 首，会是很多汉字。但是，你注意到你的孩子每天的复杂表情了吗？你注意到了孩子上小学后的变化吗？你注意到孩子的社会化发展了吗？你注意到了孩子对于你的感受了吗？你感觉到你们的亲子关系的变化了吗？

亲爱的家长，你们的心可以理解，但是绝不可以接受你们的这种非爱行为。请你们顺应孩子的成长发展规律，循序渐进地进行教育，在生活中，在游戏中全面引导孩子，让孩子自己动手，动脑，去积极探索，去快乐学习，去健康成长，去全面均衡发展！

7

美国哈佛大学学者曾对波士顿地区的 456 名儿童做过一项长达 20 年的跟踪调查。结果显示：爱干家务的孩子和不爱干家务的孩子相比，成年之后的就业率为 15：1，犯罪率是 1：10；他们的离异率、心理疾病患病率也较低。另有专家指出，在孩子的成长过程中，家务劳动与孩子的动作技能、认知能力的发展以及责任感的培养有着密不可分的关系。

中国孩子在国际上越来越声名显赫了：数学奥林匹克大赛，物理奥林匹克大赛，钢琴大赛，绘画大赛……拿奖的、夺冠的越来越多。可是，有一样，我们却无法跟洋孩子相比，那就是劳动态度。

美国孩子平均每天的家务劳动时间是 1.2 小时，韩国孩子每天 0.7 小时，英国孩子每天 0.6 小时，法国 0.5 小时，而中国孩子每天家务劳动的时间却连 0.2 小时都不够，只有 11.32 分钟！

是中国孩子天生偷懒怕累？当然不是。这现状是我们的父母一手造成的。的一份对父母的问卷中，当问到“你最关心、看重孩子什么？”71.4%的父母回答是“孩子的学习”，而关心孩子劳动的父母仅占可怜的 14.3%。全中国的父母并没有在一起开过会，但他们却都会说同样的一句话：“只要把学习搞好了，别的什么都不用你管，什么活儿也不用你干。”

在德国，人们早已注意到劳动对孩子的重要性，他们甚至把孩子的劳动义务写到了法律里：孩子必须帮助父母做家务。6 岁-10 岁的孩子要帮助父母洗餐具、收拾房间、到商店买东西；10 岁-14 岁的孩子要在花园里劳动、洗餐具、给全家

;14岁-16岁的孩子要擦汽车和在花园里翻地;16岁-18岁的孩子要完成每周一次的房间大扫除。

在美国,孩子不论年龄大小,都是重要的家庭成员,所以告诉孩子他们在家庭中应该负起的责任是很重要的,而承担家务则是最好的方式。不同年龄的孩子可以做哪些家务劳动?这张美国孩子家务清单或许可以借鉴一下。

一、9-24个月:可以给孩子一些简单易行的指示,比如让宝宝自己把脏的尿布扔到垃圾箱里。

二、2-3岁:可以在家长的指示下把垃圾扔进垃圾箱,或当家长请求帮助时帮忙拿取东西;帮妈妈把衣服挂上衣架;使用马桶;刷牙;浇花(父母给孩子适量的水);晚上睡前整理自己的玩具。

三、3-4岁:更好地使用马桶;洗手;更仔细地刷牙;认真地浇花;收拾自己的玩具;喂宠物;到大门口取回地上的报纸;睡前帮妈妈铺床,如拿枕头、被子等;饭后自己把盘碗放到厨房水池里;帮助妈妈把叠好的干净衣服放回衣柜;把自己的脏衣服放到装脏衣服的篮子里。

四、4-5岁:不仅要熟练掌握前几个阶段要求的家务,并能独立到信箱里取回信件;自己铺床;准备餐桌(从帮家长拿刀叉开始,慢慢让孩子帮忙摆盘子);饭后把脏的餐具放回厨房;把洗好烘干的衣服叠好放回衣柜(教给孩子如何正确叠不同的衣服);自己准备第二天要穿的衣服。

五、5-6岁:不仅要熟练掌握前几个阶段要求的家务,并能帮忙擦桌子;铺床/换床单(从帮妈妈把脏床单拿走,并拿来干净的床单开始);自己准备第二天去幼儿园要用的书包和要穿的鞋(以及各种第二天上学用的东西);收拾房间(会把乱放的东西捡起来并放回原处)。

六、6-7岁:不仅要熟练掌握前几个阶段要求的家务,并能在父母的帮助下洗碗盘,能独立打扫自己的房间。

七、7-12 岁：不仅要熟练掌握前几个阶段要求的家务，并能做简单的饭；帮忙洗车；吸地擦地；清理洗手间、厕所；扫树叶，扫雪；会用洗衣机和烘干机；把垃圾箱搬到门口街上（有垃圾车来收）。

八、13 岁以上：不仅要熟练掌握前几个阶段要求的家务，并能换灯泡；换吸尘器里的垃圾袋；擦玻璃（里外两面）；清理冰箱；清理炉台和烤箱；做饭；列出要买的东西的清单；洗衣服（全过程，包括洗衣、烘干衣物、叠衣以及放回衣柜）；修理草坪。

一个连自己衣食住行都不愿劳动、日常生活都不能很好处理的人，长大后要他修齐治平、承担更大责任，只能是幻想而已。我们可以观察，凡是从小就好吃懒做、不爱劳动的人，长大了多不能吃苦，独立自谋能力差，工作成就平平。因此，望子成龙的父母从孩提起就应为孩子创造一种环境和条件，对孩子进行早期劳动训练，让孩子做力所能及的事情，让孩子生成一双勤劳的手，使其终身受益。

x

我的孩子考上了北大非常好的专业（专业要的分很高），这次高考总成绩在西城是前三名以内（隐去文理），英语和语文单科成绩都在北京市前 20 名以内。

孩子从小兴趣爱好广泛，小时候弹钢琴——中途废了，中学时弹吉他——半途歇了，高中时吹葫芦丝——现在还有动静，就唯独画画还是其最喜欢的——铅笔画、圆珠笔画，从小到大任性画着。最爱看影片——法国《虎口脱险》，喜欢 NBA 喜欢德国足球队，更喜欢 F1 法拉利车队的舒马赫。在去年十一舒马赫进行赛车生涯倒数第三站的时候，愣是拖全家到上海看 F1 去了，这要是让班主任老师知道还了得？因为学校一再叮嘱放假在家，各科要“闭门思过”。

说说课外学习，所有校外补习班，包括学校自己办的，不管花钱的免费的，孩子从不参加，即使今年寒假学校高考班加课，也是这样，挑 2 天顶不过去的上上。孩子认为，只要课前预习，带着问题听讲，记住知识点，做好作业，就行了。可能我们觉得这说起来简单，结果能是这样吗？我想这还要检查几段式的成效：

？讲到了能否听懂？听懂后能否能记住？记住后能否能举一反三？讲不到和听不懂的，课后还要问老师同学，记不住的和举一反三的要常练习。孩子不想听已经掌握的课，认为耽误时间。其实这不能怨老师，现在的教育又不是私塾——因人施教，要照顾大多数学生的基础来掌握教学进度，“快”的同学就要将就一下，所以，补习班的事情随孩子定，自己把握吧。

记得我在这里某个帖子曾说过，务必要提高单位时间内的学习效率，学习的成果跟学习时间没有绝对正比关系，但也不会出现反比。例如有的人身在内心在外，稍有风吹草动心就跑了，这点，要学习一下出家人的打坐和读经的功夫。更有学生甚至根本看不进去学不上来，听读练习左进右出，模样正确但做功无效。这样的学习效率是应该要当事“演员”和家中“观众”好好反思一下的。

我的孩子有 21 点左右睡觉的习惯，有 F1 直播的时候夜里都起来“值班”——有国外时差，但这情形不多（去年 12 月底舒马赫退役了，赛车就从此不看了）。春节后到高考前也没有睡觉超过 22：30 的，这样会保证白天上课的精神。早睡不会失眠？习惯了就好了，失眠是因为我们大人心事太多，脑子里天天上演无穷集的肥皂剧，一桩桩一幕幕的循环放映没完，小孩子没那么多事儿。

关于家长：我们对孩子的管理是“放”，放不是放纵，管也不是管死。这样管理的理由是源于孩子的自觉性非常强，对事物的看待比较理性。我们在学习上没有管理过孩子，凭其自觉，即使功课上有小过失，也没有在过错上责备过，相信孩子自会吃堑长智的。我也劝各位千万不要用过重的言语教导孩子，例如说自己的孩子笨或不如某某，看到孩子因试卷低级错误而影响成绩时，可以说：你如果做对了，考分还会更高之类的话，其实提醒的作用是一样的，没必要挫伤和戳伤孩子的自尊心，孩子们的身心都是脆弱的稚嫩的，有时孩子理解不了我们刀子嘴后面藏着的豆腐心。

孩子从小学习不错，也从没给其设立过学习上的榜样——如向某某学习之类的，我们认为没必要，徒增压力。其实家长的言行举止都在影响着孩子，之所以选择经济，可能是因为我经常看些经济类__和报道，孩子也跟着看，潜移默化了。

家中所有的课外读物，孩子都看，只要感兴趣的，全捋一遍，高考冲刺阶段，也每天看书报杂志。当然太专业的就看不懂了，连环画现在还看呢，倒是不喜欢电脑游戏。

在管理孩子的事情上，我们大部分的工作就是照顾其生活起居，教育一些学校不教的中国传统文化，全是修枝剪叶的小活，没操什么太大心，移桩伐干的动静不曾发生。学校家长会 12 年来我从没去过，都是爱人代劳，回来沟通一下。记得今年初，家长会后爱人听取某老师意见时，其反映，虽然孩子历来是学校的第一、二名，但有时他任教的这科作业完不成，我知道后即刻与孩子沟通，委婉的问各科作业多不多，做得完吗？当得知在“雪片飞舞”时偶有舍弃，我问：会影响自己什么？回答是：做不过来就挑着做，一看就会，纯属耗时走流程的，没时间就不做了，一眼看不懂的要做的，多点儿时间也认了。我没有过多责备，只是说要尊重老师，要给人面子，今后尽量减少这样的事发生。

关于社会：孩子们像破茧而出的幼虫，不谙世故，学校闭门造车的事又太多，学生极度缺乏社会实践课，关心关怀他人的机会根本没有（独生子女原因），现在的思品课政治课都是应景的教育，除了应付考试，我们家长看看都觉得空洞，再加上现今社会礼崩乐坏，也根本指望不上学校除书本以外能给孩子们教授如何做，德育看来只能靠自己言传身教了。如今的学校除了竞赛就是评比，一切围绕着书本，围绕着升学，不让学生带上眼镜誓不罢休，说句难听的话，我们这是缺“德”的教育。孩子身上的小毛病不及时纠正，日积月累就形成了不良习惯，这改起来就费劲了，一旦习惯变成了习性就去不掉了，有可能还会通过基因遗传下去。

上面提到了“德”，关于“德”的品行教育有很多内容，单就“积德”二字，我是这么给孩子讲的：听到过老北京骂人——“你就积点儿阴德吧！”这样的咒人“教诲”吗？知道什么是积阳德、积阴德吗？来来补课。

什么是阳德：自己的善行让人知。如署名的赈灾募捐、落款的筑路建屋等等，这些他人都可对号入座的感恩戴德。

什么是阴德：自己的善行未人知。如隐名在街头献血、埋姓于贫困助学等等，这些他人不晓只有天知的无量功德。

阳德主外，阴德主内，阳德有荣，阴德有寿。培养人的慈悲心，还要先从积阳德这初级阶段开始做起，要想让凡人抛弃世俗间的功名束缚，还要有相当的修行积累才行。当然了，积阴德的法力是最大的。在现实生活中阳德和阴德表现形式互补，各显其功。古人说：“上德不德，下德执德。”意思是说：品德高的人不会执着功德和名利，品德差点儿的才会计较。不过初学的人行善，难免会执着善相。我们要想脱凡入圣必须勤阳德，重阴德。

算命有言：“面由心生”，民间有语：“相随心变”，说的都是人的面相可转。这善能使鬼变成人，恶也能使人变成鬼。生活中，有的人五官挺端正但并不美，仔细想来，是其脸上每一细胞里都缺少善的内涵。有的人相貌平平，却令人感到亲切和不凡，这是其面部各细胞间“善”的组织液都“透”出来了。

这是我给孩子发的一封邮件，我看到孩子读了，不知小小年龄是否理解，但我觉得够浅显了，但愿今后能知行合一。

总之，学习没有太多捷径，要靠积累。什么叫积累，就是“累”的聚积。我孩子握笔的中指一侧有个硬结，肯定永远不会消除了，虽然这与一贯的不良持笔姿势有关，但这也从一个侧面体现了学习成果的积累和不良习惯的形成。

最后谈一下对知识、学问、文化、智慧这几个合成词不严格的浅显理解：

什么才叫知识，它是人们通过日常的“见闻觉知”逐渐积累起来的大百科常识。它跟上学与否没关系，再粗俗的人都会有很多知识。

什么才叫学问，它是将人们的知识应用到具体生活中去。它跟读书多少没关系，有一技之长的工人、农民，他们可能是文盲，但手艺出众，这就是学问。

什么才叫文化，它是用所学到的“文”修正自己的行为，化掉自己的稟性，变化自己的气质。没有“化”的人应该叫“文人”，而不是“文化人”。它跟教育程度没关系，这样的人太多了。

什么才叫智慧，它是人们认识问题和解决问题的能力。智只是更进一步地认识事务，还是在“知”的层面上，慧是相应的提出解决方案。它跟学历高低没关系，我们平常要只有智没有慧也不圆满啊。

人拙手笨地写了一天，也希望各位望子成龙的家长心想事成，课本以外的千万不要忘记教，那是我们的责任，也是义务，责无旁贷。

家庭教育心得体会 8

我现在最怕听到大家说李尚荣是天才。这个世界上没有任何一个人生而知之。孔子说过，有人生而知之。但是我的孩子真的不是。没有人能不通过努力得到任何东西。

今天，我们家学馆请我来演讲，我希望给大家带来收获。

我们家长最开始带孩子读经典时，不可能为了名为了利。当时我带尚荣开始读经典时，我就是单纯地想，现在我能陪她，将来呢，我们都不能帮她的时候，她能不能过得更好一些。如果经典中的道理能帮她解决很多问题，我的目的就达到了。我也没有预见到她这么小就能表现这么好，我期待是她长大后能明白，能表现出来就行。

家学馆里的氛围肯定比我家带着读要好得多。孩子相互有个伴，能够相互比赛，相互促进。我当时带尚荣读经典时，身边没有任何例子。包括我们的长辈我都没有告诉他们。他们觉得你带孩子读白话文都累，只希望孩子随便玩。我找不到比国学经典更好的书来帮助孩子未来解决为人处世的问题，所以当时带她读，我也颇费心思。甚至爸爸也不理解，不反对，也不是特别支持。

所以，在这种情况下，我想让孩子快乐地坚持下去，必须想办法。方式方法上，在读的过程中要快乐要有趣。不要让孩子感觉有压力。所以我每次在带她读之前，都会告诉她：这些书年龄都已经几千岁，比妈妈的年龄大，比你大更多，都是特别智慧的人写的，书里写的东西能够帮你解决很多问题，还能让你长得更漂亮。然后我又告诉她，这样的书不是每个人都有资格读的，只有那些很棒的孩子才能读它。所以，妈妈也不会让你读太长时间，最多读半个小时。不要给她太多压力。

我们翻开书那一刻，我就告诉她，我们能坐在这里就已经收获了。你认识一个字，我就满足了。你要是读会两个字，我们就收获更多了。不要让她觉得一定时间必须读多少。那会给孩子压力。

孩子有时候说，妈妈我要是把一篇都读会了，是不是收获更大？我说那当然了。那我要是把这一本都读会了呢？妈妈更高兴啊。

给孩子的感觉，无论读多少，都是收获。

刚开始读经典时，孩子面对那么多陌生的字，那么长时间，本身就有压力。所以一定要让孩子先读一篇，读熟了，再读下一篇。让孩子感受到——我自己认真读一篇，慢慢就读熟了。再多读就会背了。这些孩子会自己总结出来。

有时候，我也会变换形式。

比如，《笠翁对韵》等节奏感强的内容，我们会跟着钢琴节拍器读。

有时候我还会鼓励孩子：你赶快学会，你可以当老师带妈妈读。有时候读到一半，我感觉她掌握得差不多时，我就说哎呀妈妈忘了这个字是什么字啊？她就读下来了。我又说，你看你都会了，你可以吃苹果，我吃不到了。她就同情地看着我，说妈妈你想吃吗。我说我想吃啊，吃不到啊，她就说这里没别人你就吃一片吧。

还有一种方式很好，就是中国好声音——选手转生的方式。

找时间，让爸爸当导师，我们两人分别上场，介绍自己然后把指定的那篇背诵下来。爸爸总是为女儿转生。爸爸特别鼓励女儿，各种赞美。有时候，孩子高兴得一背就是两个小时。特别沉迷其中。

这种读书与游戏结合起来的方式，我们用了两三年。

亲子伴读，一定要以快乐为本，趣味为辅，目标要定在最低处：让孩子感觉到认一个字都是收获。让孩子的压力在最低限度中。

音乐的熏陶：

有了孩子以后，音乐没有离开过孩子。音乐起的作用特别大。怀孕时每天早上五点多就起床，出去走两个小时，出去走的时候带着小音箱，听着走路节奏相符的音乐。走得很带劲。

不用别人推荐音乐。妈妈喜欢的音乐，听着身心愉快，孩子就非常好；如果妈妈都不喜欢，对孩子也没有好处。

记孕期日记。听着那种激情澎湃的感觉，伟大感觉，孕育生命的感觉。

晚上听马头琴的音乐，有很辽阔的感觉，充满了草原人民的自由奔放，还特别柔美。

孩子出生以后，我总给她唱歌。哪怕她半夜哭，我第一时间抱起来就给她唱歌。最爱唱映山红，采蘑菇的小姑娘等等。有时候你坐着抱着她，她哭，站着不哭。我把她放在沙发上，听着克莱德曼的钢琴曲，我给她跳舞。当时三个月的她，兴奋得手舞足蹈。爸爸也受了感染，也想给孩子唱，但是刚唱了两句，孩子就愣了，然后哇地哭了。爸爸五音不全。

所以孩子从小听好的音乐，她自然就有辨别音乐的能力。甚至三个月都有。

音乐教育对孩子的身心健康方面特别有好处。

其实我是从黄帝内经里总结出来的。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/455310324222011332>