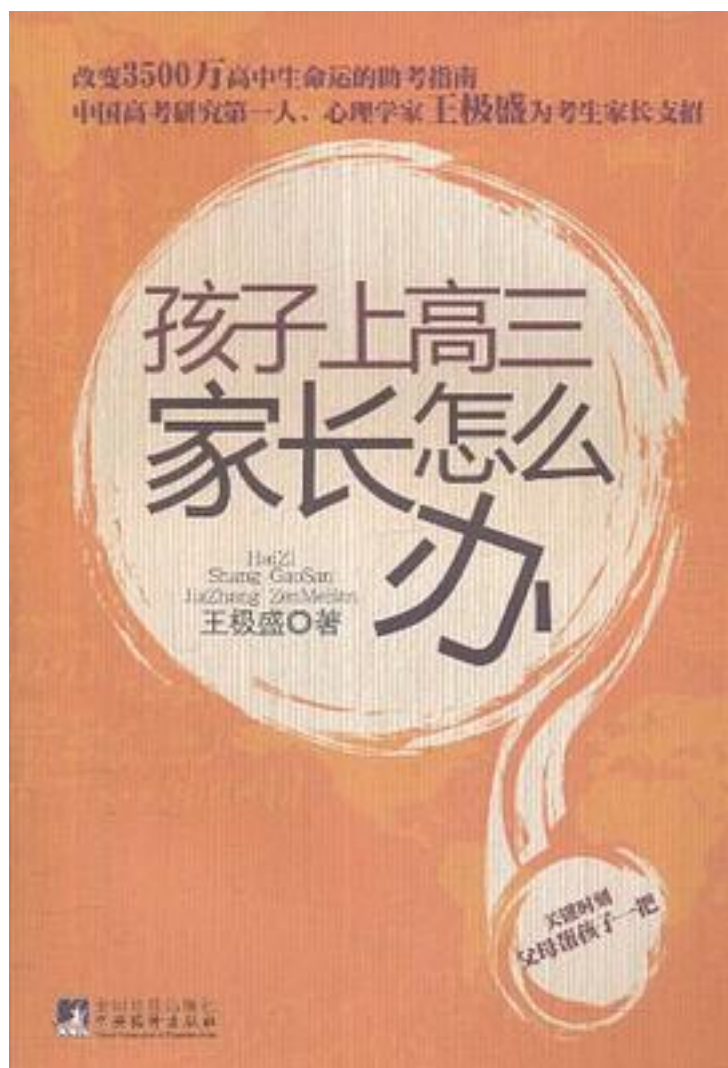


# 孩子上高三 家长怎么办



[孩子上高三 家长怎么办\\_下载链接1](#)

著者:王极盛

出版者:中央编译出版社

出版时间:2011-10

装帧:平装

isbn:9787511709684

《孩子上高三  
家长怎么办》共分三个部分。第一部分以大量的实例阐述了家长该做什么，不该做什么，如：考生家长的五个误区，家长怎样帮助孩子复习功课，家长怎样帮助孩子调节心态，家长怎样帮助孩子填报志愿。

第二部分讨论高三寒假、一模前后、考前半月、考前一天、考试过程等重要时期，家长怎么办，提示家长可操作的具体步骤与可行措施。

第三部分讨论高考后家长怎么办，包括考上大学考生的家长怎么办，没考上大学考生的家长怎么办，特别讨论了复读生的家长怎么办。

《孩子上高三  
家长怎么办》面向全体考生家长，包括成绩好，中、差的考生家长，也包括考上大学与未考上大学考生的家长。

作者介绍:

王极盛（1937-），1962年毕业于北京大学心理学专业。1962年以来在中国科学院心理研究所工作。1987年晋升为研究员，1992年成为国务院特殊津贴获得者，1993年被国务院学位委员会批准为博士生导师。1980年代以来，侧重研究中学生心理、高考心理、家庭教育，被誉为“高考状元研究第一人”。

王极盛教授连续16年研究高考，调查了500余所中学，对400名高考状元进行了面对面、一对一的访谈，访问了数百名高考状元家长，对4万多名学生进行了心理健康测试，总结出高考成功规律，给众多考生和家长带来了帮助。新华社、中央电视台等数百家媒体报道过王极盛教授的研究成果。

已出版专著51部，其中《青年心理学》、《科学创造心理学》、《人事心理学》、《中国气功心理学》等分别是新中国成立以来相关领域的第一本专著。

目录: 目录

一、高考生家长的五大误区 /1

1.1 过分保护 /1

1.2 过分干涉 /5

1.3 过分期待 /10

1.4 忽视言传身教 /14

1.5 忽视心理健康 /17

二、帮助孩子复习功课做好六件事 /21

2.1 帮助孩子制订复习计划 /21

2.2 跟着老师步子走 /23

2.3 家长少唠叨 /25

2.4 提醒孩子要准备几个错误改正本 /26

2.5 帮助孩子营造一个整齐有序的学习小环境 /26

2.6 远离复习误区 /28

三、帮助孩子调整心态的八个要诀 /36

3.1 家长帮助孩子调节心态须知 /38

3.2 心态制约考试成绩 /45

3.3 以平和的言行感染孩子 /47

3.4 营造安静、宽松、和谐、愉快的家庭氛围 /51

3.5 平常心对待 /53

3.6 做好孩子的心理健康测试 /54

3.7 多与老师联系 /60

3.8 不同时期侧重解决不同问题 /64	
四、帮助孩子填报志愿的秘诀 /71	
4.1 重视志愿，让分数实现最大价值 /71	
4.2 发挥家长的优势 /72	
4.3 填报志愿时家长做什么 /74	
4.4 填报志愿的要领 /82	
五、寒假期间家长做好三件事 /88	
5.1 引导孩子的三个原则 /90	
5.2 家长怎么帮助孩子复习功课 /93	
5.3 帮助孩子调节心态 /96	
六、一模前后做好四件事 /100	
6.1 帮助孩子制定合理的作息時間 /100	
6.2 帮助孩子每天做到复习有计划 /101	
6.3 帮助孩子做好开学的考试心理调节工作 /103	
6.4 正确对待一模考试 /105	
七、高考前半个月家长做好九件事 /111	
7.1 帮助孩子安排好作息時間 /112	
7.2 保证孩子三餐饮食卫生 /115	
7.3 有针对性地安排好复习计划 /116	
7.4 防止孩子过多使用电话 /120	
7.5 备有常用药品箱 /120	
7.6 家长不要请假在家陪读 /122	
7.7 预防感冒 /123	
7.8 提示孩子积极地休息 /125	
7.9 多和孩子交流 /126	
八、高考前最后一天家长做好六件事 /129	
8.1 帮助孩子生活富有节奏感 /130	
8.2 做做题，练练手，热热身 /132	
8.3 适当休息 /133	
8.4 落实物质准备 /134	
8.5 帮助孩子6月6日晚上睡好觉 /135	
8.6 帮助孩子做好应急方案 /138	
九、高考前家长“五要五不要” /140	
9.1 情绪要稳定 /140	
9.2 心情要愉快 /141	
9.3 只要孩子尽力就行 /143	
9.4 确保孩子身体健康 /144	
9.5 做好必要的督促检查 /147	
9.6 不要定考试成绩的指标 /151	
9.7 不要规定孩子考什么大学 /152	
9.8 不要把自己的意志强加给孩子 /153	
9.9 不要问孩子考试结果 /154	
9.10 不要送孩子上考场 /155	
十、榜上有名，考生家长做什么 /160	
10.1 总结中学的学习生活 /162	
10.2 帮助孩子调整身心 /162	
10.3 自我服务的锻炼 /164	
10.4 英语学习不能丢 /168	
10.5 对恋爱问题要有心理准备 /171	
十一、落榜考生家长怎么办 /174	
11.1 落榜考生家长的心态 /174	
11.2 落榜和没考好的考生家长五不要 /179	
11.3 考生没考好家长力求做到五要 /185	
11.4 家长怎么帮助孩子调节心态呢？ /193	

## 十二、高考落榜的五个出路 /199

12.1 复读 /199

12.2 民办高校 /200

12.3 网上大学 /202

12.4 自学考试 /203

12.5 出国留学 /204

## 十三、复读生家长须知 /211

13.1 只要心态调节好，明年定比今年好 /211

13.2 家长怎样帮助复读生调节心态 /215

13.3 复读学校怎么帮助学生调整心态 /218

13.4 怎样选择复读学校 /220

13.5 哪些人适宜复读 /223

13.6 哪些人不适宜复读 /226

• • • • • [\(收起\)](#)

[孩子上高三 家长怎么办\\_下载链接1](#)

## 标签

家教

## 评论

与孩子一起成长。

-----  
高考 家教

-----  
[孩子上高三 家长怎么办\\_下载链接1](#)

## 书评

孩子怎么复习、怎么安排生活，是孩子自己的事情，家长不要横加干涉，更不要把自己的意志强加给孩子。当然，家长也不要走向另外一个极端，让孩子放任自流，这也是不

对的，孩子在高考备考期间，可能有一些做法会影响学习，比如说，有些孩子对电视剧很迷恋，本来只想看会儿， ...

-----  
[孩子上高三 家长怎么办\\_下载链接1](#)